

图解教学 + 情景互动 + 实战练习 + 视听光盘 =



# 中老年人学电脑

## 从新手到高手

徐丽萍 高欣 高洁 周军 编著



专业品质，学以致用。全方位互动讲解让您一学就会



图解教学，无师自通。全新图解模式，简单直观，一目了然



超值光盘，视听盛宴。超长多媒体视听教学，体验学习乐趣



中国铁道出版社

· 全程图解教学 ·

· 易懂易学易用 ·

· 书盘完美结合 ·



# 中老年人学电脑

## 从新手到高手

徐丽萍 高欣 高洁 周军 编著

Wow!



### 本书5大特色

- ① 全新体例、轻松自学
- ② 精练实用、易学易用
- ③ 图解教学、无师自通
- ④ 双栏排版、内容完备
- ⑤ 互动光盘、超长播放

双栏  
大容量

中国铁道出版社  
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

## 内 容 简 介

本书从实用和易学的角度出发,详细介绍了电脑的基础知识、操作方法和使用技巧,力求使中老年朋友学会用电脑为自己服务。主要内容包括:认识电脑、应用 Windows XP 操作系统、使用文字处理软件 Word 2007、使用电子表格制作软件 Excel 2007、使用其他常用软件、浏览网页、网络资源搜索与下载、网上交流聊天、论坛与博客、网上生活、电脑维护与安全防护、常见电脑故障排除等。

本书专门针对中老年朋友编写,也可供电脑初学者参考学习。

### 图书在版编目(CIP)数据

中老年人学电脑从新手到高手/徐丽萍等编著. —北京:  
中国铁道出版社, 2009. 6  
ISBN 978-7-113-10241-8

I. 中… II. 徐… III. 电子计算机—基本知识 IV. TP3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 109320 号

书 名: 中老年人学电脑从新手到高手  
作 者: 徐丽萍 高欣 高洁 周军 编著

---

|           |                       |
|-----------|-----------------------|
| 责任编辑: 苏茜  | 编辑部电话: (010) 63583215 |
| 封面设计: 付巍  | 封面制作: 白雪              |
| 编辑助理: 祁霁江 | 责任印制: 李佳              |

---

出版发行: 中国铁道出版社 (北京市宣武区右安门西街 8 号 邮政编码: 100054)  
印 刷: 三河市华丰印刷厂  
版 次: 2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷  
开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 24.25 字数: 541 千  
印 数: 4 000 册  
书 号: ISBN 978-7-113-10241-8/TP·3404  
定 价: 45.00 元 (附赠光盘)

---

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社计算机图书批销部调换。



## 知识综述

随着高科技的迅速发展,电脑已经成为人们日常生活中不可或缺的重要组成部分。对于中老年朋友来说,掌握一些必备的电脑知识和应用技能,可以使自己的工作和生活更加丰富和方便。

本书专门针对中老年朋友而编写,将引领中老年朋友从零开始学电脑,熟悉电脑的基本操作,掌握操作系统及各种常用软件的使用方法,并学习上网以及利用网络获取自己需要的信息资源等,帮助中老年朋友全面学习与掌握电脑知识,最终成为电脑操作高手。



## 内容导读

|           |                      |                    |            |
|-----------|----------------------|--------------------|------------|
| Chapter 1 | 带您一起认识电脑             | 使用 Excel 2007 创建表格 | Chapter 10 |
| Chapter 2 | 轻松走进 Windows XP 操作系统 | 畅通无阻学习常用软件         | Chapter 11 |
| Chapter 3 | Windows XP 个性设置巧搞定   | 开开心心浏览网页           | Chapter 12 |
| Chapter 4 | 快速打字成高手              | 网络资源搜索与下载          | Chapter 13 |
| Chapter 5 | 简便易学的文件管理            | 与亲友网上交流聊天          | Chapter 14 |
| Chapter 6 | 使用 Windows XP 的常用组件  | 海纳百川的论坛与博客         | Chapter 15 |
| Chapter 7 | 妙趣横生的多媒体与游戏          | 丰富多彩的网上生活          | Chapter 16 |
| Chapter 8 | 教您安装和卸载应用程序          | 电脑维护与安全防治          | Chapter 17 |
| Chapter 9 | 使用 Word 2007 制作文档    | 轻松排除常见电脑故障         | Chapter 18 |



## 本书体例

操作步骤

知识点拨

情景对话

标注

图解预览

教你一招





## 特色展示

1

### 精练实用、易学易用

本书摒弃了以往电脑入门书籍的理论文字描述,从实用、专业的角度出发,精心选出各个知识点。每个知识点都配合实例进行讲解,不但使读者更加容易理解,而且可以亲手上机进行验证,得到更直观的认知。

### 图解教学、无师自通

2

本书讲解以图为主,基本上是一步一图,图文完美结合,同时在图中添加标注,并辅以简洁明了的文字说明,直观性强,使读者一目了然,在最短的时间内掌握所介绍的知识点及操作技巧。

3

### 全新体例、轻松自学

书中灵活穿插了“教你一招”、“专家解疑”、“知识点拨”等小栏目,体例形式活泼、新颖,以不同的方式向中老年朋友者传达各种知识点,缓解学习过程中的枯燥之感。

### 双栏排版、内容完备

4

采用全程图解的双栏格式排版,重点突出图形与操作步骤,便于读者进行查找与阅读。最新流行的双栏排版更注重适合阅读与知识容量,使读者能更加有效地进行学习与操作,物超所值。

5

### 互动光盘、超长播放

本书配套交互式、超长播放的多媒体视听教学光盘,既是与图书知识完美结合的多媒体教学光盘,又是一套具备完整教学功能的电脑学习软件,对读者的学习提供了极为直观、便利的帮助。



## 适用读者

准备自学电脑的中老年朋友

中老年人电脑培训机构学员

其他电脑初学者



## 网上解疑

如果读者在使用本书的过程中遇见什么问题或者有什么好的意见或建议,可以通过发送电子邮件(E-mail: jtbook@yahoo.cn)联系我们,我们将及时予以回复,并尽最大努力提供学习上的指导与帮助。



## 第 1 章 带您一起认识电脑



本章将带领中老年朋友全面认识电脑，了解电脑的硬件组成、电脑主机组成部件、操作系统与应用软件、电脑的启动与关闭，以及键盘和鼠标的使用等。

|                             |   |                      |    |
|-----------------------------|---|----------------------|----|
| 1.1 电脑的硬件组成 .....           | 2 | 1.5 键盘的使用 .....      | 8  |
| 1.2 电脑的主机组成部件 .....         | 3 | 1.5.1 键盘的基本分区 .....  | 8  |
| 1.3 操作系统与应用软件 .....         | 5 | 1.5.2 手指的分工 .....    | 9  |
| 1.4 电脑的启动与关闭 .....          | 6 | 1.6 鼠标的使用 .....      | 10 |
| 1.4.1 正确启动电脑 .....          | 6 | 1.6.1 鼠标的的基本操作 ..... | 10 |
| 1.4.2 正确关闭电脑 .....          | 7 | 1.6.2 鼠标指针状态 .....   | 12 |
| 1.4.3 电脑的热启动、复位与非正常关机 ..... | 8 |                      |    |

## 第 2 章 轻松走进 Windows XP 操作系统



本章将带领中老年朋友认识 Windows XP 操作系统，包括 Windows XP 系统桌面、“开始”菜单、任务栏、窗口以及对话框等。

|                              |    |                     |    |
|------------------------------|----|---------------------|----|
| 2.1 认识 Windows XP 系统桌面 ..... | 14 | 2.3.2 操作任务栏 .....   | 17 |
| 2.2 认识“开始”菜单 .....           | 15 | 2.4 认识窗口 .....      | 19 |
| 2.2.1 “开始”菜单简介 .....         | 15 | 2.4.1 窗口简介 .....    | 20 |
| 2.2.2 操作“开始”菜单 .....         | 16 | 2.4.2 窗口的操作方法 ..... | 22 |
| 2.3 认识任务栏 .....              | 16 | 2.5 认识对话框 .....     | 26 |
| 2.3.1 任务栏简介 .....            | 16 |                     |    |

## 第 3 章 Windows XP 个性设置巧搞定



本章将向中老年朋友介绍如何在 Windows XP 中进行个性设置，如设置日期和时间、设置桌面外观、用户账户、键盘和鼠标等。

|                     |    |                      |    |
|---------------------|----|----------------------|----|
| 3.1 设置日期和时间 .....   | 30 | 3.3.1 添加新用户账户 .....  | 40 |
| 3.1.1 修改日期和时间 ..... | 30 | 3.3.2 更改账户名称 .....   | 41 |
| 3.1.2 隐藏日期和时间 ..... | 30 | 3.3.3 更改账户图像 .....   | 42 |
| 3.2 设置桌面外观 .....    | 31 | 3.3.4 修改账户类型 .....   | 42 |
| 3.2.1 设置桌面背景 .....  | 31 | 3.3.5 创建账户密码 .....   | 43 |
| 3.2.2 设置桌面图标 .....  | 34 | 3.3.6 删除用户账户 .....   | 44 |
| 3.2.3 设置屏幕保护 .....  | 35 | 3.4 设置鼠标 .....       | 45 |
| 3.2.4 设置屏幕分辨率 ..... | 37 | 3.4.1 设置按键位置 .....   | 45 |
| 3.2.5 设置经典界面 .....  | 37 | 3.4.2 设置鼠标指针形状 ..... | 46 |
| 3.3 设置用户账户 .....    | 39 | 3.5 设置键盘 .....       | 47 |





## 第4章 快速打字成高手

本章将详细介绍在 Windows XP 中如何快速输入文字,包括输入法的安装与使用、文字输入练习,以及利用金山打字通软件学习打字等。

|                           |    |                        |    |
|---------------------------|----|------------------------|----|
| 4.1 认识输入法.....            | 50 | 4.2.4 输入法输入知识.....     | 58 |
| 4.1.1 安装输入法.....          | 50 | 4.3 输入一篇短文.....        | 60 |
| 4.1.2 输入法的选择.....         | 52 | 4.4 使用金山打字通软件学习打字..... | 62 |
| 4.1.3 中文输入法的切换.....       | 52 | 4.4.1 安装金山打字通.....     | 62 |
| 4.1.4 中文输入法状态.....        | 52 | 4.4.2 初识金山打字通.....     | 63 |
| 4.1.5 添加与删除输入法.....       | 54 | 4.4.3 练习键位.....        | 65 |
| 4.2 微软拼音输入法.....          | 56 | 4.4.4 练习英文输入.....      | 67 |
| 4.2.1 微软拼音输入法输入窗口.....    | 56 | 4.4.5 练习拼音和汉字.....     | 68 |
| 4.2.2 用微软拼音输入法输入整句.....   | 57 | 4.4.6 速度测试.....        | 69 |
| 4.2.3 用微软拼音输入法输入复杂语句..... | 57 | 4.4.7 打字游戏.....        | 71 |



## 第5章 简便易学的文件管理

本章主要介绍在 Windows XP 中如何进行文件的管理,包括认识文件与文件夹、认识文件管理工具,以及进行文件管理的各种操作等。

|                         |    |                        |    |
|-------------------------|----|------------------------|----|
| 5.1 认识文件与文件夹.....       | 78 | 5.3.2 新建文件和文件夹.....    | 84 |
| 5.1.1 文件.....           | 78 | 5.3.3 选择文件和文件夹.....    | 87 |
| 5.1.2 文件夹.....          | 78 | 5.3.4 复制或移动文件夹.....    | 88 |
| 5.2 文件管理工具.....         | 79 | 5.3.5 重命名文件或文件夹.....   | 89 |
| 5.2.1 使用“我的电脑”窗口浏览..... | 79 | 5.3.6 删除与还原文件和文件夹..... | 90 |
| 5.2.2 使用资源管理器浏览.....    | 80 | 5.3.7 设置文件和文件夹属性.....  | 93 |
| 5.3 管理文件与文件夹.....       | 81 | 5.3.8 搜索文件或文件夹.....    | 95 |
| 5.3.1 查看文件.....         | 81 |                        |    |



## 第6章 使用 Windows XP 的常用组件

本章将详细介绍 Windows XP 中常用组件的使用方法,包括写字板、计算器、画图、Windows 的辅助工具等,这些常用组件将给用户的生活带来极大的方便。

|                    |     |                       |     |
|--------------------|-----|-----------------------|-----|
| 6.1 使用写字板.....     | 98  | 6.2.1 认识计算器.....      | 105 |
| 6.1.1 新建文档.....    | 98  | 6.2.2 使用计算器.....      | 106 |
| 6.1.2 复制和移动文本..... | 99  | 6.3 使用“画图”程序.....     | 107 |
| 6.1.3 设置文档格式.....  | 100 | 6.3.1 认识“画图”程序.....   | 108 |
| 6.1.4 打印文档.....    | 104 | 6.3.2 工具箱中的工具.....    | 109 |
| 6.2 使用计算器.....     | 105 | 6.3.3 在“画图”程序中绘画..... | 114 |

|                              |                    |
|------------------------------|--------------------|
| 6.4 使用 Windows 的辅助工具.....115 | 6.4.2 屏幕键盘.....117 |
| 6.4.1 放大镜.....115            |                    |

## 第 7 章 妙趣横生的多媒体与游戏



本章将详细介绍如何使用 Windows XP 中的音乐播放器、图片浏览器和录音机等小程序，并将详细介绍系统中各个小游戏的玩法，使读者充分享受 Windows XP 带来的娱乐享受。

|                                   |                           |
|-----------------------------------|---------------------------|
| 7.1 Windows Media Player.....120  | 7.3.1 认识图片浏览器.....124     |
| 7.1.1 播放影音文件.....120              | 7.3.2 使用图片浏览器浏览图片.....125 |
| 7.1.2 设置 Media Player 的外观.....121 | 7.4 玩游戏.....126           |
| 7.2 录音机.....122                   | 7.4.1 红心大战.....126        |
| 7.2.1 录制并保存声音.....122             | 7.4.2 蜘蛛纸牌.....129        |
| 7.2.2 播放声音.....123                | 7.4.3 扫雷.....130          |
| 7.3 图片浏览器.....124                 |                           |

## 第 8 章 教您安装和卸载应用程序



本章将介绍如何在 Windows XP 中安装与卸载应用程序，使电脑的功能更加强大。通过本章的学习，中老年朋友可以对程序安装与卸载举一反三、触类旁通。

|                             |                             |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 8.1 安装应用程序.....134          | 8.2 卸载应用程序.....137          |
| 8.1.1 安装应用软件.....134        | 8.2.1 卸载应用程序.....137        |
| 8.1.2 添加 Windows 组件.....136 | 8.2.2 删除 Windows 组件.....139 |

## 第 9 章 使用 Word 2007 制作文档



本章将介绍如何使用文字处理软件 Word 2007 制作文档，包括 Word 2007 基本操作、文字的编辑、各种对象的插入、表格的使用，以及文档的排版与打印等。

|                            |                        |
|----------------------------|------------------------|
| 9.1 Word 2007 基本操作.....142 | 9.2.6 查找与替换文本.....158  |
| 9.1.1 认识 Word 2007.....142 | 9.2.7 设置字符格式.....160   |
| 9.1.2 新建文档.....143         | 9.2.8 设置段落格式.....164   |
| 9.1.3 打开文档.....144         | 9.3 插入对象.....165       |
| 9.1.4 保存文档.....145         | 9.3.1 插入项目符号.....165   |
| 9.1.5 关闭文档.....147         | 9.3.2 插入编号.....167     |
| 9.2 编辑文本.....147           | 9.3.3 插入艺术字.....168    |
| 9.2.1 输入文字.....148         | 9.3.4 插入剪贴画和图片.....170 |
| 9.2.2 选择文本.....150         | 9.4 Word 中的表格.....173  |
| 9.2.3 复制与移动文本.....152      | 9.4.1 插入表格.....173     |
| 9.2.4 删除文本.....155         | 9.4.2 插入斜线表头.....175   |
| 9.2.5 撤销、恢复与重复操作.....156   | 9.4.3 插入与删除行或列.....176 |



|                     |     |                    |     |
|---------------------|-----|--------------------|-----|
| 9.4.4 合并与拆分单元格..... | 177 | 9.5.1 插入页眉与页脚..... | 181 |
| 9.4.5 编辑表格中的文本..... | 178 | 9.5.2 设置边框和底纹..... | 184 |
| 9.4.6 设置表格属性.....   | 180 | 9.5.3 设置分栏.....    | 186 |
| 9.5 文档的排版与打印.....   | 181 | 9.5.4 打印文档.....    | 187 |



## 第 10 章 使用 Excel 2007 创建表格

本章将介绍如何使用电子表格制作软件 Excel 2007 创建表格,使用该软件可以制作出各种高水准的专业电子表格。

|                                |     |                         |     |
|--------------------------------|-----|-------------------------|-----|
| 10.1 Excel 2007 基本操作 .....     | 192 | 10.2.5 输入数字.....        | 202 |
| 10.1.1 认识 Excel 2007 工作窗口..... | 192 | 10.2.6 输入日期和时间.....     | 203 |
| 10.1.2 创建和保存工作簿.....           | 193 | 10.2.7 复制和移动单元格数据.....  | 205 |
| 10.1.3 插入和删除工作表.....           | 195 | 10.2.8 快速填充数据.....      | 206 |
| 10.1.4 复制和移动工作表.....           | 196 | 10.3 工作表的美化.....        | 207 |
| 10.1.5 重命名工作表.....             | 197 | 10.3.1 设置字体格式.....      | 207 |
| 10.2 单元格基本操作 .....             | 197 | 10.3.2 设置单元格的对齐方式.....  | 208 |
| 10.2.1 选中单元格.....              | 198 | 10.3.3 设置单元格的边框与底纹..... | 208 |
| 10.2.2 插入与删除单元格.....           | 198 | 10.3.4 应用单元格样式.....     | 210 |
| 10.2.3 合并与取消合并单元格.....         | 200 | 10.3.5 自动套用表格样式.....    | 210 |
| 10.2.4 输入文本.....               | 201 |                         |     |



## 第 11 章 畅通无阻学习常用软件

本章将介绍一些中老年朋友有必要学习掌握的软件,其中包括压缩软件——WinRAR、影音播放软件——暴风影音和千千静听、系统辅助工具——Windows 优化大师和翻译软件——谷歌金山词霸等。

|                                    |     |                             |     |
|------------------------------------|-----|-----------------------------|-----|
| 11.1 压缩软件——WinRAR .....            | 214 | 11.3.1 安装 Windows 优化大师..... | 225 |
| 11.1.1 软件的安装.....                  | 214 | 11.3.2 系统检测.....            | 227 |
| 11.1.2 压缩文件.....                   | 215 | 11.3.3 系统优化.....            | 228 |
| 11.1.3 解压缩文件.....                  | 217 | 11.3.4 系统清理.....            | 230 |
| 11.2 影音播放软件——暴风影音<br>和千千静听 .....   | 218 | 11.3.5 系统维护.....            | 232 |
| 11.2.1 “暴风影音”播放器.....              | 218 | 11.4 翻译软件——谷歌金山词霸 .....     | 233 |
| 11.2.2 “千千静听”音乐播放器.....            | 221 | 11.4.1 安装金山词霸.....          | 233 |
| 11.3 系统辅助工具——<br>Windows 优化大师..... | 225 | 11.4.2 启动金山词霸.....          | 235 |
|                                    |     | 11.4.3 词典翻查.....            | 235 |
|                                    |     | 11.4.4 语音翻译.....            | 236 |
|                                    |     | 11.4.5 编辑生词本.....           | 237 |



## 第 12 章 开开心心浏览网页

本章将带领中老年朋友学习如何上网浏览网页。通过本章的学习,读者将走进一个五彩斑斓的网络世界。

|                           |     |                       |     |
|---------------------------|-----|-----------------------|-----|
| 12.1 Internet 基础入门 .....  | 240 | 12.3.3 查看历史记录 .....   | 248 |
| 12.2 初识 IE 浏览器 .....      | 242 | 12.4 收藏网址 .....       | 249 |
| 12.2.1 启动 IE .....        | 242 | 12.5 保存网页资料 .....     | 250 |
| 12.2.2 认识 IE 浏览器 .....    | 243 | 12.5.1 保存整个网页 .....   | 250 |
| 12.2.3 退出 IE 浏览器 .....    | 244 | 12.5.2 保存网页中的图片 ..... | 251 |
| 12.3 用 IE 浏览器浏览网页 .....   | 245 | 12.5.3 保存网页中的文字 ..... | 252 |
| 12.3.1 通过地址栏浏览网页 .....    | 245 | 12.5.4 打印网页 .....     | 252 |
| 12.3.2 IE 浏览器中的常用按钮 ..... | 246 | 12.6 设置 IE 浏览器 .....  | 253 |

## 第 13 章 网络资源搜索与下载

本章将向中老年朋友介绍如何在网络上迅速找到自己需要的信息和资源,并将其下载到自己的电脑中。

|                           |     |                          |     |
|---------------------------|-----|--------------------------|-----|
| 13.1 网络资源的搜索 .....        | 258 | 13.2 网络资源的下载 .....       | 268 |
| 13.1.1 使用 Google 搜索 ..... | 258 | 13.2.1 使用 IE 浏览器下载 ..... | 268 |
| 13.1.2 使用 Baidu 搜索 .....  | 261 | 13.2.2 使用迅雷下载 .....      | 270 |

## 第 14 章 与亲友网上交流聊天

本章将详细介绍在日常生活中中老年朋友如何利用网络进行交流,包括电子邮件的使用,以及使用 QQ 进行聊天等。

|                         |     |                         |     |
|-------------------------|-----|-------------------------|-----|
| 14.1 电子邮件 .....         | 278 | 14.2 用 QQ 聊天 .....      | 284 |
| 14.1.1 申请电子邮箱 .....     | 278 | 14.2.1 QQ 的安装 .....     | 284 |
| 14.1.2 登录电子邮箱 .....     | 279 | 14.2.2 申请免费 QQ 号码 ..... | 285 |
| 14.1.3 在 IE 中接收邮件 ..... | 280 | 14.2.3 添加好友 .....       | 287 |
| 14.1.4 在 IE 中发送邮件 ..... | 281 | 14.2.4 在线聊天 .....       | 290 |
| 14.1.5 添加附件 .....       | 282 | 14.2.5 语音视频聊天 .....     | 292 |
| 14.1.6 回复邮件 .....       | 282 | 14.2.6 使用 QQ 传送文件 ..... | 294 |
| 14.1.7 删除邮件 .....       | 283 | 14.2.7 设置个人资料 .....     | 297 |

## 第 15 章 海纳百川的论坛与博客

本章将引领中老年朋友学习使用论坛和博客。通过本章的学习,读者将可以上网浏览和发布帖子,并可以创建自己的博客,在网络中展示自己的风采。

|                   |     |                      |     |
|-------------------|-----|----------------------|-----|
| 15.1 论坛 .....     | 300 | 15.2.2 设置博客 .....    | 305 |
| 15.1.1 阅读帖子 ..... | 300 | 15.2.3 撰写博文 .....    | 307 |
| 15.1.2 发表帖子 ..... | 302 | 15.2.4 上传图片 .....    | 309 |
| 15.2 博客 .....     | 303 | 15.2.5 上传音乐 .....    | 311 |
| 15.2.1 注册博客 ..... | 303 | 15.2.6 留言和评论管理 ..... | 313 |



## 第 16 章 丰富多彩的网上生活

网络生活丰富多彩、包罗万象，本章将带领中老年朋友畅游网络世界，体验网络给人们生活带来的巨大变化和无限乐趣。

|                     |     |                     |     |
|---------------------|-----|---------------------|-----|
| 16.1 网上学习 .....     | 318 | 16.3.1 注册网上银行 ..... | 325 |
| 16.1.1 在线学习 .....   | 318 | 16.3.2 登录网上银行 ..... | 326 |
| 16.1.2 网上读书 .....   | 319 | 16.4 网上购物 .....     | 327 |
| 16.1.3 网上看报 .....   | 321 | 16.4.1 常见购物网站 ..... | 328 |
| 16.2 网上娱乐 .....     | 321 | 16.4.2 网上购物 .....   | 329 |
| 16.2.1 网上听音乐 .....  | 322 | 16.4.3 网上订票 .....   | 334 |
| 16.2.2 网上听广播 .....  | 322 | 16.5 在线服务 .....     | 337 |
| 16.2.3 网上看电影 .....  | 323 | 16.5.1 网上查天气 .....  | 337 |
| 16.2.4 收看网络电视 ..... | 324 | 16.5.2 网上求医 .....   | 338 |
| 16.3 网上银行 .....     | 325 |                     |     |



## 第 17 章 电脑维护与安全防护

本章将向中老年朋友介绍一些电脑维护与安全防护方面的知识。通过本章的学习，读者将学会保护自己的电脑，并能有效地抵御病毒的侵犯。

|                     |     |                          |     |
|---------------------|-----|--------------------------|-----|
| 17.1 正确使用电脑 .....   | 340 | 17.4.1 认识电脑病毒 .....      | 350 |
| 17.2 电脑软件维护 .....   | 341 | 17.4.2 预防电脑病毒 .....      | 350 |
| 17.2.1 电脑系统清理 ..... | 341 | 17.4.3 查杀电脑病毒 .....      | 354 |
| 17.2.2 电脑系统更新 ..... | 344 | 17.4.4 升级杀毒软件 .....      | 355 |
| 17.2.3 备份与恢复 .....  | 345 | 17.5 防火墙 .....           | 357 |
| 17.3 电脑硬件维护 .....   | 348 | 17.5.1 防火墙介绍 .....       | 357 |
| 17.3.1 主机维护 .....   | 348 | 17.5.2 Windows 防火墙 ..... | 357 |
| 17.3.2 外设维护 .....   | 349 | 17.5.3 天网防火墙 .....       | 358 |
| 17.4 电脑病毒的防治 .....  | 349 |                          |     |



## 第 18 章 轻松排除常见电脑故障

电脑在使用过程中总会出现这样那样的故障，本章将介绍一些电脑常见故障及其排除方法，使中老年朋友自己就可以轻易地解决一些电脑常见的问题。

|                       |     |                       |     |
|-----------------------|-----|-----------------------|-----|
| 18.1 电脑常见硬件故障 .....   | 364 | 18.1.2 硬件常见故障排除 ..... | 365 |
| 18.1.1 硬件维修基础知识 ..... | 364 | 18.2 系统常见故障 .....     | 366 |

# 视听WOW!



## 第1章 带您一起认识电脑



现在电脑已经成为年轻人生活中不可缺少的一部分，他们的工作和娱乐都离不开电脑。像电脑这样的高科技产品，应该是年轻人的专利吧？

- ① 电脑的硬件组成
- ② 电脑的主机组成部件
- ③ 操作系统与应用软件
- ④ 电脑的启动与关闭
- ⑤ 键盘的使用
- ⑥ 鼠标的使用



当然不是。其实电脑并不像人们想象的那样神秘，无论是年轻人还是中老年人，只要经过一段时间的学习，都可以学会使用电脑。



是的。对于中老朋友来说，学习电脑不仅可以丰富自己的生活，而且还可以更有效地增进与社会和年轻人的交流，使自己永远与时代同步，保持一种年轻的心态。

## 1.1 电脑的硬件组成

在学习电脑的使用之前,首先来了解一下电脑的组成,使中老年朋友对电脑有一个感性的认识。

我们日常使用的电脑大多如图 1-1 所示。



图 1-1 电脑的硬件组件

一般来说,现在的电脑至少包括以下几部分:主机、显示器、键盘和鼠标。随着多媒体技术的发展,音箱也逐渐成为一种必要的外部设备,有的用户根据自己的需要还配置了扫描仪和打印机。

### 1. 显示器

显示器外形有点类似日常使用的电视机,如图 1-2 所示。显示器是电脑最重要的输出设备,其功能就是显示我们要看的东西,如平常使用电脑写的文件、上网查看的网页以及播放的影碟的画面等。

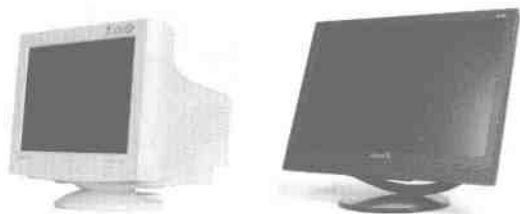


图 1-2 显示器

### 2. 机箱

机箱是电脑内部设备的外壳,如图 1-3 所示。在机箱内放置着 CPU、主板、内存、显卡和光驱等内部硬件。这些硬件是电脑工作的主要部件,而机箱则对它们起一个保护作用,使它们正常、顺利地工作。



图 1-3 机箱

### 3. 键盘和鼠标

键盘和鼠标（见图1-4）是电脑硬件系统中不可缺少的输入设备，通过敲击键盘和点击鼠标，用户可以对电脑发出各种指令，完成所要执行的操作。



图 1-4 键盘与鼠标

#### 知识点拨

电脑的工作流程是这样的：用户通过键盘和鼠标向电脑发出要进行什么操作的命令，然后由电脑机箱内的各个部件根据用户的要求完成操作，并将用户需要的结果通过显示器呈现在用户的面前。

### 4. 音箱与耳机

音箱与耳机（见图1-5）是电脑的声音输出设备，将音箱或耳机连接到电脑上，就可以欣赏优美的音乐了。

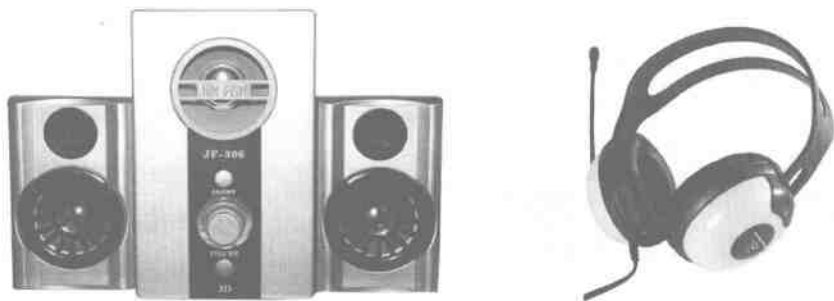


图 1-5 音箱与耳机

## 1.2 电脑的主机组成部件

前面我们提到过，电脑的主要工作是由机箱内的各个硬件完成的，通常笼统地称它们为主机。电脑主机内部的主要硬件包括：CPU、主板、内存、显卡、硬盘和光驱等，下面对它们进行简单介绍。



### 1. CPU

CPU 也就是中央处理器，它的内部集成了上千万个电子元件，用户对电脑发出的各种操作要求，都是由它分析处理并完成的。如果将电脑比做一个人，CPU 就相当于人的大脑。CPU 的外观如图 1-6 所示。

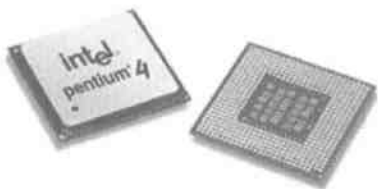


图 1-6 CPU

### 2. 主板

主板的外观如图 1-7 所示。如果说 CPU 像人的大脑，主板则更像人的躯干。电脑中的其他硬件，如 CPU、内存、显卡、硬盘、光驱等，都要插在主板上或与主板相连，再通过主板进行彼此间的通信，从而协同工作。

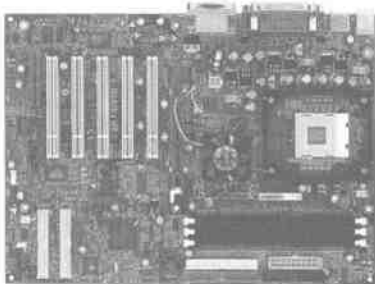


图 1-7 主板

### 3. 内存

为了进行更复杂的计算，提高计算速度，CPU 需要一个存放中间计算结果的硬件，这就是内存。内存的主要功能

是存放数据、执行指令，并根据需要写入或读出数据，其外观如图 1-8 所示。



图 1-8 内存

### 4. 显卡

显卡的作用是为电脑用户提供高质量的图像画面。显卡的外观如图 1-9 所示。

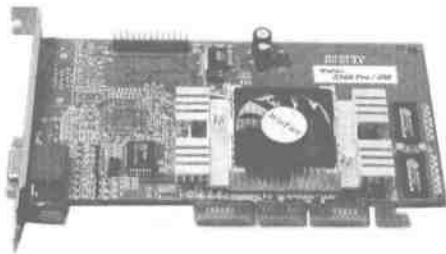


图 1-9 显卡

### 5. 硬盘

硬盘是电脑中的外部存储设备，是电脑不可缺少的硬件之一，我们平常使用的操作系统、应用软件以及各种文件都是放在硬盘中的。硬盘就像一个大仓库，分门别类地存放着各类信息，CPU 工作时，需要先从硬盘读取相应的信息，然后再进行各种计算和处理。硬盘的外观如图 1-10 所示。



图 1-10 硬盘

## 6. 光驱

有时为了节省硬盘空间或携带方便,人们常常将文件和数据存储在光盘中,而光驱就是帮助电脑读取光盘中的数据的一种设备。光驱的外观如图 1-11 所示。



图 1-11 光驱

## 7. 电源

电源为电脑提供工作的能源,是电脑工作的原动力。电源的外形如图 1-12 所示。



图 1-12 电源

# 1.3 操作系统与应用软件

前面介绍了电脑的各个硬件,但将以上硬件连接起来的电脑(我们称之为“裸机”)对于普通用户来说还不能使用,还需要安装操作系统和应用软件。

## 1. 操作系统

操作系统是运行在裸机之上的最基本的软件,它可以帮助用户管理电脑的各个硬件,指导它们工作。在操作电脑时,只需告诉操作系统我们要干什么,而由操作系统指挥电脑硬件去完成我们的要求。



### 知识点拨

操作系统从开始到现在,主要经历了 DOS、Windows、Windows 95、Windows 98、Windows 2000、Windows XP、Windows 2003 和 Windows Vista 几个发展阶段。现在最新的操作系统是 Windows Vista,最常用的操作系统是 Windows XP。

## 2. 应用软件

微机的操作系统的功能虽然强大,但它并不是万能的,有时它在某个方面的功能很有限,远远不能满足用户的需要,因此应用软件应运而生。应用软件是指为用户解决某个实际问题而编制的程序和有关资料,它运行在操作系统之上,需要在操作系统的支持下才能运行。平常使用的 Word、Excel 等办公软件及各种游戏软件,都是在操作系统上运行的各种应用软件。



### 知识点拨

通过对电脑硬件、操作系统和应用软件的介绍,可以总结出三者的关系,如图 1-13 所示。



图 1-13 电脑硬件、操作系统和应用软件三者的关系

## 1.4 电脑的启动与关闭

启动和关闭电脑是使用电脑最基本的操作,掌握科学、正确的开/关机的方法,可以大大减少对电脑的危害,从而延长电脑的使用寿命。

### 1.4.1 正确启动电脑

开机就是为电脑硬件加电,然后通过硬件运行进入到操作系统的过程:

- ① 将电脑外部电源接通,然后按显示器下方的电源开关键打开显示器电源开关,如图 1-14 所示。



图 1-14 打开显示器电源

- ② 按主机箱上的电源开关键,打开主机的电源开关,如图 1-15 所示。



图 1-15 打开主机电源



### 知识点拨

如果操作系统不能启动,首先要检查一下电源是否属于劣质电源。

- ③ 此时电脑开始进行自检,其界面如图 1-16 所示。



图 1-16 自检界面

- ④ 完成自检后,电脑即进入到 Windows 引导界面,如图 1-17 所示。