

图书基本信息

书名：<<中老年人学电脑操作、打字与上网从入门到精通>>

13位ISBN编号：9787030363596

10位ISBN编号：7030363590

出版时间：2013-3

出版时间：科学出版社

作者：前沿文化

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

内容概要

《中老年人学电脑操作、打字与上网从入门到精通(超值升级版)》针对初学者的需求,系统全面地讲解了电脑操作、打字与上网的相关知识。

《中老年人学电脑操作、打字与上网从入门到精通(超值升级版)》内容从读者日常生活、学习和工作中的实际需求出发,从零开始,逐步深入,突出实战操作与实用技巧的传授,真正让读者学以致用、学有所用。

内容包括电脑的简单介绍、鼠标和键盘的使用方法、Windows XP基础、汉字输入、电脑文件的管理、Windows自带工具的使用、电脑的个性化设置、通过网络查找信息、通过网络和亲友交流、通过网络充实生活、用电脑编排文档、电脑的安全与维护等知识,并收录了电脑的使用与优化、电脑打字与排版、电脑上网、电脑故障与排除中的典型问题和实用技巧以及Windows 7操作系统的安装与使用方法。

作者简介

赵彦，为四川大学信息学院计算机系计算机基础教育教研室主任，副教授职称，具有10余年大学、培训班计算机教育经验。

从2003年开始计算机图书创作，与国内数家书版社均有合作，具有丰富的出版经验。并于近年兼职加入前沿文化工作室继续进行计算机教育与计算机图书创作。

书籍目录

Chapter01从一开始学电脑001 1.1一名IT老人的幸福生活002 1.1.1网络查询便捷生活002 1.1.2随时随地在线学习003 1.1.3聊天交友排遣孤独003 1.1.4休闲娱乐轻松健脑004 1.2一台完整电脑的正常模样004 1.2.1认识电脑004 1.2.2电脑的硬件组成006 1.2.3电脑的软件系统012 1.3一只小鼠标具有的大能力013 1.3.1常见的鼠标类型013 1.3.2手握鼠标的正确方法014 1.3.3屏幕中的鼠标指针014 1.3.4鼠标的 basic 操作015 1.4一个简单过程的重要性017 1.4.1正确开启电脑018 1.4.2正确关闭电脑018 1.5一些关于电脑的健康智慧019 1.5.1注意正确的姿势020 1.5.2注意降低电脑辐射020 1.5.3注意控制电脑使用时间021 技能实训——增强动手能力021 实训一电脑外部设备的正确连接方法021 实训二为笔记本电脑降温的手段025 Chapter02系统知识扫盲课026 2.1此“桌面”非彼“桌面” 027 2.1.1了解WindowsXP桌面的组成027 2.1.2桌面上的图标027 2.1.3系统的“开始”菜单031 2.1.4快捷易用的任务栏033 2.1.5灵活小巧的语言栏035 2.2窗里的世界知多少036 2.2.1认识电脑窗口036 2.2.2掌握窗口的缩放与移动操作037 2.2.3掌握窗口的切换操作040 2.2.4掌握窗口的排列操作041 2.2.5掌握窗口中的图标管理操作041 2.3命令都在菜单里043 2.3.1两种形态的菜单044 2.3.2正确操作菜单044 2.3.3使用对话框045 技能实训——增强动手能力047 实训一更改“开始”菜单的样式047 实训二把常用程序图标放到桌面上049 Chapter03打字难题都是纸老虎050 3.1轻松掌握键盘的使用方法051 3.1.1键盘的功能分区051 3.1.2手指的正确分工054 3.2选择最合适的输入方法055 3.2.1找到最好用的拼音输入法056 3.2.2安装新的输入法056 3.2.3切换输入法方便输入058 3.2.4添加或删除输入法059 3.3拼出读音就是字061 3.3.1智能ABC拼音输入法061 3.3.2微软拼音输入法063 3.3.3搜狗拼音输入法065 3.4快速输入只需五笔067 3.4.1五笔打字基础068 3.4.2汉字的拆分规律与原则070 3.4.3汉字的录入方法071 3.4.4简码与词组的录入076 技能实训——增强动手能力079 实训一使用鼠标手写方式输入文字079 实训二用金山快快打字通练习打字081 Chapter04附件小程序不简单086 4.1简便实用的“工具箱” 087 4.1.1用放大镜将文字看得更清楚087 4.1.2用画图工具随意绘画088 4.1.3用记事本记录生活点滴091 4.1.4用计算器进行数据计算093 4.2简单易用的照片查看器094 4.2.1观看女儿的照片094 4.2.2旋转照片的角度094 4.3看电影和听歌095 4.3.1在电脑上放电影095 4.3.2用电脑听歌096 4.3.3随意控制电影和歌曲的播放097 技能实训——增强动手能力098 实训一使用Windows自带小游戏调节心情098 实训二用录音机录下自己所唱的歌曲099 Chapter05妥善管理电脑中的文件101 5.1文件管理的基础知识102 5.1.1什么是文件和文件夹102 5.1.2文件在电脑中是如何存放的105 5.2看看自己电脑中的文件106 5.2.1通过“我的电脑”查看文件106 5.2.2通过“资源管理器”查看文件108 5.3文件管理的基础操作109 5.3.1创建自己需要的文件夹109 5.3.2管理文件要先学会选择文件(夹) 111 5.3.3将文件(夹)重新命名为自己喜欢的名字112 5.3.4移动存放位置不对的文件(夹) 113 5.3.5复制重要的文件(夹) 115 5.3.6删除电脑中不需要的文件(夹) 116 5.3.7恢复误删的文件(夹) 117 技能实训——增强动手能力117 实训一把零散的文件移动到分类目录中118 实训二将电脑中喜欢的音乐文件复制到手机存储卡中120 Chapter06电脑主人的权力范围123 6.1设置电脑显示属性的权力124 6.1.1设置分辨率与刷新频率124 6.1.2为电脑更换漂亮的主题125 6.1.3选一个漂亮的屏幕保护程序126 6.1.4让电脑文字显示更大一些127 6.2使用控制面板的权力128 6.2.1打开控制面板128 6.2.2更改控制面板视图129 6.3配置系统组件的权力130 6.3.1设置电脑显示日期和时间130 6.3.2安装其他字体使字体多样化131 6.4电脑账户控制的权力133 6.4.1创建用户账户133 6.4.2设置个性化账户134 技能实训——增强动手能力137 实训一将自己喜欢的图片设置为桌面背景137 实训二按自己的习惯设置鼠标和键盘139 Chapter07走进精彩的网络世界141 7.1搭建通向网络世界的桥梁142 7.1.1选择网络接入方式142 7.1.2ADSL设备的连接方法143 7.1.3建立ADSL宽带连接143 7.2搭建通向网络世界的桥梁146 7.2.1初识浏览器146 7.2.2掌握浏览器的基本使用方法146 7.2.3到新浪网看新闻147 7.3收藏网络世界的精彩150 7.3.1保存整个网页150 7.3.2保存网页中有用的文字151 7.3.3保存网页中的图片152 技能实训——增强动手能力152 实训一收藏自己喜欢或需要的网站152 实训二查看与管理上网的历史记录155 Chapter08网络资源搜集攻略158 8.1强大的网络搜索引擎159 8.1.1学会使用百度搜索引擎159 8.1.2学会使用Google搜索引擎161 8.2利用搜索引擎搜索网络资源162 8.2.1搜索需要浏览的网页162 8.2.2分类搜索资源163 8.2.3掌握搜索规则准确搜索164 8.3把网络资源搬到自己电脑中165 8.3.1使用IE浏览器直接下载资源166 8.3.2使用下载工具下载167 技能实训——增强动手能力170 实训一进行在线翻译170 实训二使用迅雷软件批量下载电视剧172 Chapter09家庭电脑的必备软件174 9.1管理电脑中的软件175 9.1.1软件安装的方法175 9.1.2运行软件的方

法176 9.1.3软件卸载的方法177 9.2看电影的软件有没有179 9.2.1用暴风影音随意播放在线电视剧179 9.2.2用暴风影音播放本机电影文件180 9.3听音乐的软件有没有181 9.3.1在线收听自己喜欢的歌曲181 9.3.2将自己喜欢的音乐下载到电脑中182 9.3.3播放本地歌曲182 9.3.4设置播放模式183 9.4看图软件有没有184 9.4.1浏览照片184 9.4.2调整图像大小184 9.4.3消除照片中的红眼186 9.4.4将灰暗的照片调亮186 9.4.5添加艺术效果187 9.4.6批量重命名照片188 技能实训——增强动手能力190 实训一翻译工具金山词霸190 实训二制作视频光盘192 Chapter10Word2010文档编辑专家195 10.1Word2010入手即会196 10.1.1熟悉Word工作窗口196 10.1.2新建文档197 10.1.3录入文档内容199 10.1.4保存与关闭文档200 10.2编辑要从基础做起202 10.2.1选择文档内容202 10.2.2移动和复制文档内容203 10.2.3查找和替换文档内容205 10.2.4删除文档内容207 10.3统一的风格源自格式控制207 10.3.1为文档设置字符格式207 10.3.2为文档设置常用的段落格式209 10.4善用图片美化文档212 10.4.1在文档中插入图片212 10.4.2编辑文档中的图片213 10.5轻松制作文档表格214 10.5.1在文档中插入表格215 10.5.2在表格中输入文字215 10.5.3调整表格行高和列宽216 10.5.4套用表格样式216 10.6打印编排好的文档218 10.6.1预览打印效果218 10.6.2打印文档218 技能实训——增强动手能力219 实训一编排一首诗词文章219 实训二使用艺术字制作封面222 Chapter11Excel2010电子表格制作专家224 11.1Excel2010从基础学起225 11.1.1熟悉Excel操作界面225 11.1.2工作簿、工作表和单元格的关系226 11.1.3掌握工作簿的基本操作227 11.1.4掌握工作表的常用操作227 11.1.5掌握单元格的常用操作230 11.2在表格中输入内容233 11.2.1在表格中录入数据233 11.2.2用填充法快速输入数据234 11.3设置合适的表格外观235 11.3.1设置单元格格式235 11.3.2调整行高和列宽239 11.4对表格中的数据进行计算240 11.4.1数据的排序240 11.4.2数据的筛选241 11.4.3使用自定义公式计算数据243 11.4.4使用函数计算数据244 技能实训——增强动手能力247 实训一创建图表248 实训二使用迷你图249 Chapter12网上朋友遍天下251 12.1获得自己的QQ252 12.1.1申请QQ号252 12.1.2登录QQ聊天软件253 12.2通过QQ聊天交友254 12.2.1添加老朋友为QQ好友254 12.2.2给老朋友发文字消息256 12.2.3发有趣的QQ表情给老朋友257 12.2.4抖抖窗口提醒好友接收消息258 12.2.5和远方的亲人语音、视频聊天258 12.2.6传张自己的照片给新认识的朋友260 12.2.7请好友远程协助解决计算机问题262 技能实训——增强动手能力263 实训一加入老年朋友交友QQ群263 实训二在QQ群中共享养生食谱265 Chapter13以电子信件沟通感情267 13.1认识E—Mail电子邮件268 13.1.1什么是电子邮件268 13.1.2认识电子邮件的地址268 13.1.3注册属于自己的电子邮箱268 13.2使用电子邮件与亲朋好友进行交流269 13.2.1撰写和发送电子邮件270 13.2.2接收和查看电子邮件271 13.2.3回复和转发邮件271 13.2.4寄个“包裹”给好友271 13.2.5删除不需要的邮件273 13.3使用Foxmail联系亲朋好友273 13.3.1建立Foxmail账户273 13.3.2撰写不同风格的电子邮件274 13.3.3接收与阅读邮件275 13.3.4拒绝接收垃圾邮件276 13.3.5巧妙恢复Foxmail中误删除的邮件277 技能实训——增强动手能力278 实训一查看和下载邮件中的“包裹”文件279 实训二使用邮件给亲人发送贺卡和明信片279 Chapter14展示自我的网络平台282 14.1加入论坛畅所欲言283 14.1.1搜索热门的中老年论坛283 14.1.2注册论坛会员284 14.1.3在社区查看帖子并回复287 14.1.4在论坛社区发帖子288 14.2建立博客以文会友290 14.2.1注册新浪博客290 14.2.2发表自己的第一篇“博文”292 14.2.3管理自己的博客文章293 14.2.4装饰自己的博客家园296 14.3网上同学录298 14.3.1注册、登录ChinaRen校友录298 14.3.2搜索并加入自己的班级300 14.3.3创建ChinaRen班级邀请同学加入301 14.3.4发布班级留言和相片302 技能实训——增强动手能力304 实训一发布我的第一条微博305 实训二开通空间多元交流306 Chapter15多彩多姿的网上娱乐309 15.1畅享网络视听盛宴310 15.1.1在线听音乐310 15.1.2在线收听广播电台312 15.1.3在线看电视313 15.1.4在线看电影313 15.2休闲益智的小游戏314 15.2.1安装QQ游戏大厅315 15.2.2安装自己喜欢的游戏项目317 15.2.3与网友一起玩游戏317 技能实训——增强动手能力318 实训一收藏优酷网视频319 实训二经营自己的QQ农场320 Chapter16小心呵护电脑安全323 16.1了解电脑安全常识324 16.1.1安全威胁在哪里324 16.1.2预防危险有高招325 16.2使用360软件做好安全防护326 16.2.1使用360安全卫士对电脑进行体检326 16.2.2使用360安全卫士预防电脑木马327 16.2.3使用360杀毒软件预防电脑病毒328 16.2.4安全防护软件要及时升级328 16.3做好电脑日常维护330 16.3.1清理垃圾文件330 16.3.2修补系统漏洞331 16.3.3修复系统332 技能实训——增强动手能力333 实训一整理磁盘碎片333 实训二使用Windows优化大师对电脑进行系统优化335 Chapter17电脑使用与优化技巧337 001如何更改文件的默认打开方式338 002如何将重要文件隐藏起来339 003如何同时修改多个文件的名称339 004如何查看或显示文件的扩展名340 005如何将“我最近的文档”列表清空341 006如何关闭没有响应的程序342 007如何格式化磁盘342 008如何让可移动磁盘不自

动播放343 009如何设置虚拟内存344 010如何删除多余的文件345 011如何关闭系统还原346 012如何快速查看电脑的配置347 013如何开启系统的防火墙348 014如何快速关机或重启349 015如何关闭系统休眠349 016如何将“我的文档”移动到其它磁盘分区350 017如何把桌面上的所有图标都隐藏351 018如何在窗口中快速找到文件351 019如何找回任务栏中的喇叭图标352 020如何找回任务栏中的语言栏和输入法图标352 Chapter18打字与排版技巧354 001如何将搜狗输入法设置为默认输入法355 002如何修复被损坏的文档355 003如何将Word中的文本转换为繁体中文356 004如何在Word中将中文翻译为英文357 005如何输入生僻字357 006如何在文档中快速插入日期和时间358 007如何快速输入大写的金额数字359 008如何为文档中的文字加圈359 009如何取消输入网址时自动添加的超链接360 010如何在图片上添加文字361 011如何把文档中的图片提取为文件362 012如何把文档中的表格转换为文本363 013如何为文档添加水印363 014如何加密Word文档364 015如何限制修改文档365 016如何手动进行双面打印366 017如何更改Excel的默认工作表个数367 018如何在不同的工作表中同时输入相同内容367 019如何在选定区域内实现快速输入367 020如何在单元格中添加可参与计算的文本单位368 021如何将Excel表格插入到Word文档中369 Chapter19电脑上网综合应用技巧370 001如何查看电脑的IP地址371 002如何让浏览器一启动就打开所需的网页372 003如何改变网页文字大小373 004如何进行精确搜索373 005如何从搜索结果中减去无关信息373 006如何设定查找条件筛选网友373 007如何让他人不能随便加你为好友375 008如何取消聊天窗口的抖动骚扰375 009如何进行多人聊天376 010如何自定义QQ头像图片377 011如何防止他人使用你的账户收发邮件378 012如何让腾讯视频窗口播放时总在最前方379 013如何通过电视台网站收看电视节目380 014如何在没有登录QQ的情况下玩QQ游戏380 015如何设置QQ游戏密码381 016如何将QQ游戏玩友加为QQ好友381 017如何知道QQ好友在哪桌游戏382 018如何在线玩Flash小游戏382 019如何知道电脑是否中毒383 020如何解决因安装多个杀毒软件而无法进入系统的问题384 Chapter20电脑维护与故障排除技巧385 001如何分辨电脑故障原因386 002如何有效排除电脑故障387 003如何准确分析电脑故障388 004如何解决CPU散热类故障390 005如何解决CPU供电类故障390 006如何分辨主板常见故障391 007如何排除主板故障392 008如何分辨内存常见故障393 009如何解决内存接触不良故障393 010如何解决内存兼容性故障394 011如何分辨硬盘故障原因394 012如何解决硬盘常见故障395 013如何解决硬盘引导型故障395 014如何解决系统启动故障396 015如何排除启动时的死机故障398 016如何排除运行程序时的死机故障398 017如何解决系统提示非法操作故障399 018如何解决系统提示内存不足故障399 019如何解决系统关机的故障400 020如何解决系统无法关机故障400 021如何解决液晶显示器分辨率设定不当的故障402 022如何解决开机后识别不到键盘的故障403 023如何解决鼠标指针在屏幕上乱动的故障403 024如何解决显示器画面抖动或波纹问题403 025如何解决显示器画面抖动或波纹问题403 026如何合理使用杀毒软件404

章节摘录

版权页：插图：要想通过电脑上网，并感受网络带给我们的各种便利与乐趣，首先需要将电脑与互联网连接起来，也就是我们说的电脑联网。

下面就来认识电脑联网的各种途径，以及使用ADSL连接网络的方法。

7.1.1选择网络接入方式 目前电脑联网的途径有很多，对于家庭用户来说，常用的联网方式主要有ADSL、社区宽带以及无线上网3种。

1.ADSL ADSL是目前主流的上网方式，也称为“非对称数字用户线路”。

ADSL采用普通电话线路作为传输介质，既在普通双绞铜线上实现下行高达8Mbit/s传输速度；上行高达640Kbit/s的传输速度。

我们只要为普通电话线加装ADSL设备，既可使用ADSL提供的高带宽服务。

ADSL上网必需的设备包括ADSLModem。

ADSL的优点是独享带宽，传输速度快（目前主流ADSL传输速度为512KB/s~4MB/s），接入方便（只要在普通电话线加装ADSL Modem即可实现）；缺点在于需要先安装电话，并且对电话线传输质量要求较高。

在资费方面，目前多数地区的ADSL提供了多种资费标准供用户选择，因此资费比较灵活。

2.社区宽带 社区宽带是目前大中城市较普及的一种网络接入方式，网络服务商采用光纤接入到小区，再通过网线接入用户家，为整幢楼或小区提供共享带宽。

目前国内有多家公司提供此类宽带接入方式。

社区宽带不接受个人业务，通常是由小区申请安装。

所以用户要使用社区宽带，必须先确保自己所在小区已经开通了社区宽带。

社区宽带的优点在于安装方便（仅需要网卡）、费用较低以及下载速度较快；不足之处在于由于社区宽带为整个小区共享带宽（10MB~100MB），因此当同一时间使用电脑上网的人数较多时，会严重影响到网络传输速度。

3.无线上网 无线上网是一种新兴的上网方式。

无线上网的方式有两种，一种是通过WLAN，即通过无线路由器实现，而且目前大中城市很多特定场所都提供了无线AP服务，如机场、酒店等。

用户电脑只要安装有无线局域网适配器，就可以通过无线AP接入网络。

另一种即采用无线上网卡接入网络，用户需要先购买用于无线上网的硬件卡，然后到相关服务商部门购买用于无线上网的UIM卡，在电脑中进行安装后即可实现无线上网。

这种无线上网方式非常灵活，只要手机有信号的地方都能实现无线上网，缺点是速度较慢且信号不稳定。

编辑推荐

《中老年人学电脑操作、打字与上网从入门到精通(超值升级版)》在内容上分为“操作讲解、技能实训、实用技巧”三部分，充分满足读者各种需求，读者可以根据实际情况安排学习顺序，或选择性查阅。

在操作讲解部分，讲述了最基础的知识，由浅入深让读者全面掌握电脑操作、打字与上网；在技能实训部分，精选了实际应用中的典型实例，让读者在学会理论知识的同时迅速掌握实际技能；在实用技巧部分，汇总了日常应用中常见的问题和疑难杂症，帮助读者针对性地解决问题。

采用“步骤+图解”的方式进行编写，操作简单明了，浅显易懂。

读者只要按书中的“图解步骤”一步一步地操作，就可以掌握电脑操作、打字与上网。

配1CD多媒体教学光盘，帮助您更轻松的学习。

多媒体教学光盘：141段教学视频，150分钟播放时间，部分案例的素材文件和结果文件，附《电脑维护与故障排除》教学视频。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>