

模块 2 使用 Windows 7 操作系统

实训指导 1 安装 Windows 7 操作系统

实训目的

掌握 Windows 7 操作系统的安装步骤与方法。

实训内容

Windows 7 的正式版具有更加人性化的工具栏设计，使操作变得更简单、快捷，同时具备更个性化的桌面。用户可以对桌面进行更多的操作和个性化设置。

实训步骤

(1) 与安装 Windows XP 操作系统一样，先设置用光盘启动计算机。然后把 Windows 7 的安装光盘放入计算机光驱中，当计算机显示图 2-1 所示的画面时，按键盘上的任意键，弹出图 2-2 所示的文件复制窗口。

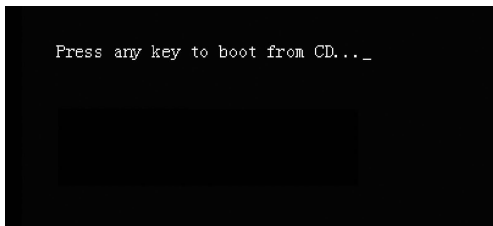


图 2-1 光盘启动画面

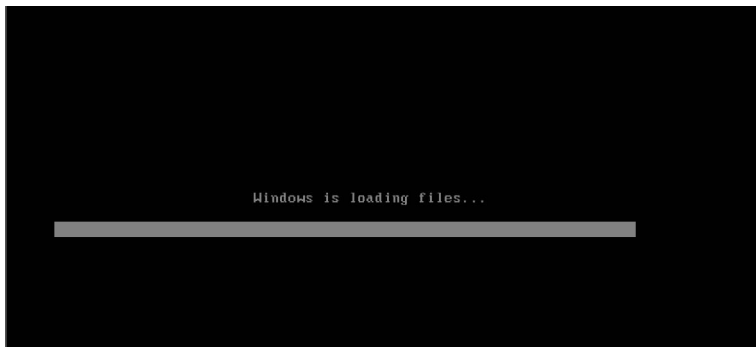


图 2-2 文件复制窗口

(2) 当文件复制完成以后,弹出图 2-3 所示的语言和其他选项窗口。用户可根据实际情况选择,这里采用默认设置,单击“下一步”按钮,弹出安装窗口,如图 2-4 所示。



图 2-3 语言和其他选项窗口



图 2-4 安装窗口

(3) 单击“现在安装”按钮,显示“安装程序正在启动”字样,如图 2-5 所示。

(4) 大概过几分钟后,弹出“请阅读许可条款”对话框,如图 2-6 所示。选中“我接受许可条款”复选框,然后单击“下一步”按钮。



图 2-5 显示“安装程序正在启动”字样



图 2-6 “请阅读许可条款”对话框

(5) 弹出选择安装类型对话框,如图 2-7 所示。对话框显示“升级”“自定义(高级)”和“帮助我决定”3种安装方式,“升级”和“自定义(高级)”下面都有详细的说明,用户可以根据实际情况选择。如果不了解这两项的含义,可以选择“帮助我决定”安装方式,由安装程序决定安装方式,在此选择“帮助我决定”安装方式。

(6) 弹出图 2-8 所示的选择磁盘分区对话框。由于磁盘分区的方法在前面已经介绍过了,在此不再赘述,如果想要在这一步分区,那么可以单击“驱动器选项(高级)”链接,对磁盘进行分区。



图 2-8 选择磁盘分区对话框

图 2-9 Windows 7 操作系统界面

实训指导 2 掌握 Windows 7 的入门操作

- (1) 掌握设置 Windows 7 桌面背景的方法。
- (2) 掌握设置屏幕保护程序的方法。
- (3) 掌握设置屏幕分辨率的方法。

- (4) 掌握排列图标的方法。
- (5) 掌握在任务栏和“开始”菜单中增加应用程序快捷方式的方法。
- (6) 学会设置鼠标和键盘的基本方法。

实训内容

为计算机进行显示属性的设置,同时为了使用方便及信息的安全存放,用户可以进行账户和权限管理,具体要求如下:

- (1) 把桌面背景改成自己喜欢的图案。
- (2) 设置屏幕保护程序并加入密码,以免自己长时间不使用计算机时其他人随便使用或破坏自己的数据和文件。
- (3) 为了使用方便,在任务栏或“开始”菜单中添加常用的应用程序的快捷方式。
- (4) 设置专门的账户给其他人,维护自己的信息安全。

实训步骤

1. 设置桌面背景

设置桌面背景的相关步骤如下:

- (1) 右击桌面任意空白处,弹出图 2-10 所示的快捷菜单,选择“个性化”命令。
- (2) 打开“个性化”窗口,单击“桌面背景”链接,如图 2-11 所示。



图 2-10 桌面快捷菜单



图 2-11 “个性化”窗口

(3) 在打开的“桌面背景”窗口中单击“浏览”按钮,在打开的对话框中选择“背景.jpg”文件所在的盘符和文件名,“背景.jpg”图片文件即出现在下面的列表框中,选择该图片,在桌面上即可实时预览显示效果。

(4) 单击“图片位置”下拉按钮,在弹出的下拉列表中选择“拉伸”选项,可以设置图片在桌面上的显示方式,然后单击“保存修改”按钮。

2. 改变外观字体大小为大字体

改变外观（包括图标文字）字体大小为大字体。

- (1) 打开“个性化”窗口，单击“显示”链接，打开“显示”窗口，如图 2-12 所示。
- (2) 选中“较大”单选按钮，最后单击“应用”按钮确认修改。



图 2-12 “显示”窗口

3. 设置屏幕分辨率为最大

- (1) 在桌面空白处右击，在弹出的快捷菜单中选择“屏幕分辨率”命令，打开“屏幕分辨率”窗口，如图 2-13 所示。



图 2-13 “屏幕分辨率”窗口

(2) 单击“分辨率”下拉按钮，在弹出的下拉列表中拖动滑块将屏幕分辨率设置为最高一端，单击“应用”按钮即可。

4. 设置屏幕保护程序

设置屏幕保护程序为三维文字，时间为 1 分钟。

(1) 打开“个性化”窗口，单击“屏幕保护程序”链接，打开“屏幕保护程序设置”对话框，如图 2-14 所示。

(2) 在“屏幕保护程序”下拉列表框中选择“三维文字”选项，在该选项卡的显示器中可预览到该屏幕保护程序的显示效果，如图 2-15 所示。



图 2-14 “屏幕保护程序设置”对话框



图 2-15 选择屏幕保护程序

(3) 单击“设置”按钮，打开“三维文字设置”对话框，如图 2-16 所示，可对该屏幕保护程序进行相应设置，如重新输入文字等，单击“确定”按钮返回“屏幕保护程序设置”对话框。



图 2-16 “三维文字设置”对话框

(4) 单击“预览”按钮，可预览该屏幕保护程序的效果。

(5) 在“等待”文本框中输入等待时间为1分钟，即计算机1分钟无人使用则启动该屏幕保护程序。

5. 排列窗口

打开3个窗口并对其进行“层叠”排列。

(1) 打开“计算机”、Internet Explorer 和“画图”窗口。

(2) 右击“任务栏”空白处，在弹出的快捷菜单中选择“层叠窗口”命令。

6. 在任务栏上添加快捷方式

在任务栏上添加 Word 和 Internet Explorer 的快捷方式。

(1) 在桌面上右击应用程序快捷方式图标，在弹出的快捷菜单中选择“锁定到任务栏”命令，如图 2-17 所示，任务栏中即出现了该应用程序图标。

(2) 在“开始”菜单中找到 Word 快捷方式图标，拖放到任务栏位置，即可在任务栏上建立 Word 应用程序的快捷方式。同理，将桌面上的 Internet Explorer 图标拖放到任务栏上，可以在任务栏上建立 Internet Explorer 的快捷方式，单击图标就能启动相应的应用程序。

7. 在任务栏上使用小图标按钮

右击任务栏任意空白处，在弹出的快捷菜单中选择“属性”命令，弹出“任务栏和「开始」菜单属性”对话框，选中“使用小图标”复选框，单击“确定”按钮，如图 2-18 所示。



图 2-17 选择“锁定到任务栏”命令

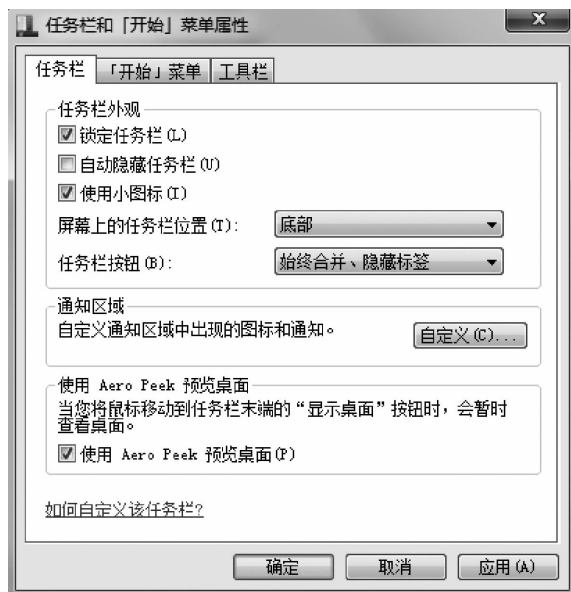


图 2-18 选中“使用小图标”复选框

8. 在“开始”菜单上添加快捷方式

在桌面上右击应用程序图标，在弹出的快捷菜单中选择“附到「开始」菜单”命令，

如图 2-19 所示，即可将应用程序的快捷方式添加到“开始”菜单。



图 2-19 选择“附加到「开始」菜单”命令

9. 键盘设置

对键盘的重复延迟和重复率进行设置。

(1) 打开“开始”菜单，选择“控制面板”命令，在打开的“控制面板”窗口中单击“类别”下拉按钮，在弹出的下拉列表中选择“小图标”或“大图标”选项，单击“键盘”图标打开“键盘属性”对话框，如图 2-20 所示。

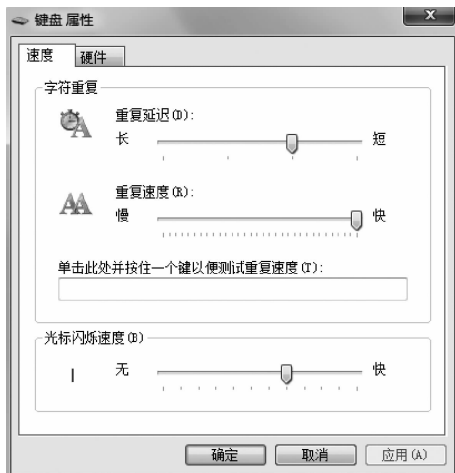


图 2-20 “键盘属性”对话框

(2) 默认打开“速度”选项卡，在“字符重复”选项组中将重复延迟滑块拖动到靠近“短”的位置，将重复速度滑块拖动到“快”的位置，然后在下面的文本框中测试按键效果。

10. 鼠标设置

将鼠标设成左手习惯，并且双击速度为低速，鼠标移动时显示轨迹。

(1) 在“控制面板”窗口中，单击“鼠标”图标，打开“鼠标属性”对话框，如图 2-21 所示。



图 2-21 “鼠标属性”对话框

(2) 默认打开“鼠标键”选项卡，在“鼠标键配置”选项组中选中“切换主要和次要的按钮”复选框，可以满足左手习惯的用户需要。双击速度是指鼠标双击的时间间隔，在“双击速度”选项组中拖动滑块设置鼠标双击速度为慢速，在右侧的测试区中可以体验双击的效果。

(3) 切换到“指针选项”选项卡，选中“显示指针轨迹”复选框。

11. 创建新用户

创建一个新用户，用户类型为受限用户，用户名称为 new，密码为 123。

(1) 在“控制面板”窗口中单击“用户账户”图标，打开“用户账户”窗口，如图 2-22 所示。

(2) 单击“管理其他账户”链接，在打开的窗口中单击“创建一个新账户”链接，打开“创建新账户”窗口，在文本框中输入新账户名称 new，同时选中“标准用户”单选按钮，如图 2-23 所示。



图 2-22 “用户账户”窗口

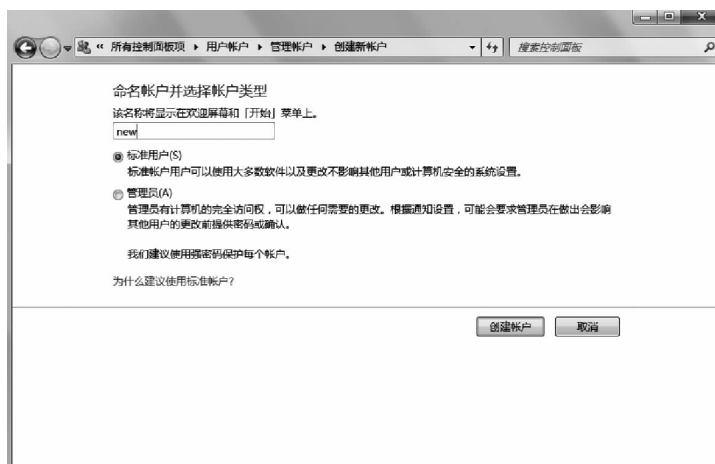


图 2-23 创建一个新账户

(3) 单击“创建账户”按钮，名称为 new 的账户创建成功，如图 2-24 所示。



图 2-24 新账户创建成功

(4) 单击 new 账户图标, 在打开的图 2-25 所示的窗口中单击“创建密码”链接, 打开创建密码窗口, 如图 2-26 所示。在密码文本框中输入两遍密码 123, 为了防止忘记密码, 可以在密码提示文本框中输入密码提示信息, 输入完毕之后单击“创建密码”按钮, 密码创建完成。



图 2-25 为账户创建密码



图 2-26 创建密码

12. 更改账户名称和密码

将 new 账户名称改为 user, 密码改为 654321。

在图 2-25 所示的窗口中单击“更改账户名称”链接, 在打开的窗口中设置自己的新账户名称即可。同样, 单击“创建密码”链接, 打开创建密码窗口, 在密码文本框中重新输入两遍新的密码 654321。为了防止遗忘密码, 可以在密码提示文本框中输入密码提示信息

息，输入完毕之后单击“创建密码”按钮，密码更改完成。

13. 系统日期和时间设置

打开“控制面板”窗口，单击“日期和时间”图标，打开“日期和时间”对话框，如图 2-27 所示。将系统日期和时间设置为当前日期和时间。



图 2-27 “日期和时间”对话框

实训指导 3 掌握 Windows 7 的进一步操作

实训目的

- (1) 掌握建立新文件夹的操作。
- (2) 掌握文件与文件夹的重命名方法。
- (3) 掌握文件与文件夹的复制与移动的方法。
- (4) 掌握文件与文件夹的删除方法。

实训内容

- (1) 查找文件与文件夹。
- (2) 创建文件夹。
- (3) 重新命名文件或文件夹。
- (4) 选定文件与文件夹。
- (5) 复制文件与文件夹。
- (6) 移动文件与文件夹。

(7) 删除文件与文件夹等操作。

实训步骤

1. 查找文件与文件夹

(1) 打开“开始”菜单，选择“计算机”命令，打开“计算机”窗口，如图 2-28 所示。



图 2-28 “计算机”窗口

(2) 在搜索框中输入所需查找的文件全名或部分名称，在窗口空白处会实时显示搜索结果，如图 2-29 所示。

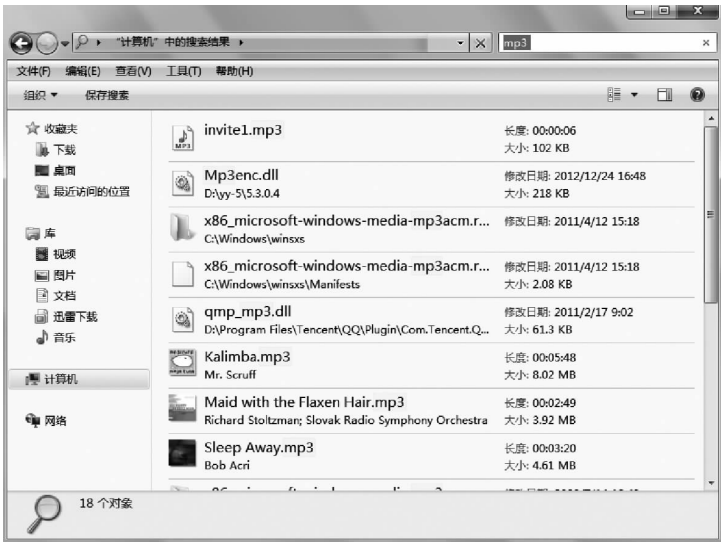


图 2-29 实时显示的搜索结果

2. 创建文件夹

方法一：进入需要创建文件夹的窗口，执行“文件”→“新建”→“文件夹”命令，此时就可以观察到当前文件夹内容窗口中出现了一个新的文件夹图标，其名称为“新建文件夹”。

方法二：进入需要创建文件夹的窗口，右击，在弹出的快捷菜单中选择“新建”→“文件夹”命令，如图 2-30 所示，此时就可以观察到当前文件夹内容窗口中出现了一个新的文件夹图标，其名称为“新建文件夹”。



图 2-30 新建文件夹

3. 重新命名文件或文件夹

方法一：选择需要重新命名的文件或文件夹，右击，在弹出的快捷菜单中选择“重命名”命令，其文件名变为可编辑状态，此时输入新的名称，按 Enter 键确认或单击任意空白处，如图 2-31 所示。



图 2-31 重命名文件夹

方法二：选择需要重新命名的文件或文件夹，执行“文件”→“重命名”命令，也可修改文件或文件夹的名字。

方法三：选择需要重新命名的文件或文件夹，按 F2 键，也可修改文件或文件夹的名字。

4. 选定文件与文件夹

1) 选定单个文件或文件夹

在资源管理器窗口右半部分的内容窗口中单击需要选定的文件或文件夹，其图标变为

选中状态，单击窗口任意空白处可取消选中该文件或文件夹。

2) 选定一组连续排列的文件或文件夹

在资源管理器窗口右半部分的内容窗口中单击需要选定的第一个文件或文件夹，按住 Shift 键，将鼠标指针移动到需要选择的最后一个文件或文件夹并单击，可选中一组连续排列的文件或文件夹。单击窗口任意空白处可取消选中该组文件或文件夹。

3) 选定一组非连续排列的文件或文件夹

按住 Ctrl 键的同时，单击每个需要选定的文件或文件夹的图标，可选中一组非连续排列的文件或文件夹。单击窗口任意空白处可取消选中该组文件或文件夹。

4) 选定所有的文件和文件夹

在资源管理器窗口中执行“编辑”→“全选”命令，或直接按 Ctrl+A 快捷键，则该窗口的所有文件和文件夹均变为被选中状态。单击窗口任意空白处可取消选中所有文件和文件夹。

5. 复制文件与文件夹

1) 利用“编辑”菜单进行复制的操作步骤

- (1) 打开资源管理器窗口。
- (2) 进入需要复制的文件或文件夹所在的上层文件夹。
- (3) 选中需要复制的文件或文件夹，执行“编辑”→“复制”命令，或按 Ctrl+C 快捷键。
- (4) 进入要存放所复制的文件或文件夹的目的地文件夹。
- (5) 执行“编辑”→“粘贴”命令或者按 Ctrl+V 快捷键，此时就可以看到文件或文件夹的复制过程，完成文件或文件夹的复制。

2) 利用鼠标进行复制的操作步骤

- (1) 打开资源管理器窗口。
- (2) 进入需要复制的文件或文件夹所在的上层文件夹。
- (3) 选中需要复制的文件或文件夹。
- (4) 改变资源管理器窗口的大小，使要复制文件或文件夹的目的地文件夹可见。
- (5) 选中需要复制的文件或文件夹，按住 Ctrl 键的同时将文件或文件夹拖动至目的地文件夹中，即可完成文件或文件夹的复制。

6. 移动文件与文件夹

1) 利用“编辑”菜单进行移动的操作步骤

- (1) 打开资源管理器窗口。
- (2) 进入需要移动的文件或文件夹所在的上层文件夹。
- (3) 选中需要移动的文件或文件夹，执行“编辑”→“剪切”命令或者按 Ctrl+X 快捷键。
- (4) 进入要存放所复制的文件或文件夹的目的地文件夹。
- (5) 执行“编辑”→“粘贴”命令或者按 Ctrl+V 快捷键，即可完成文件或文件夹的移动。

2) 利用鼠标进行移动的操作步骤

- (1) 打开资源管理器窗口。
- (2) 进入需要移动的文件或文件夹所在的上层文件夹。
- (3) 选中需要移动的文件或文件夹。
- (4) 改变资源管理器窗口的大小，使要移动文件或文件夹的目的地文件夹可见。
- (5) 选中需要移动的文件或文件夹，按住鼠标左键，将文件或文件夹拖动到目的地文件夹后释放鼠标，即可完成文件或文件夹的移动。

7. 删除文件与文件夹

方法一：选中需要删除的文件或文件夹，执行“文件”→“删除”命令，即可删除文件或文件夹。

方法二：选中需要删除的文件或文件夹，右击，在弹出的快捷菜单中选择“删除”命令，即可删除文件或文件夹。

方法三：改变资源管理器窗口的大小，使桌面的“回收站”图标可见，选中需要删除的文件或文件夹，按住鼠标左键，将文件或文件夹拖动至回收站后释放鼠标，即可删除文件或文件夹。