

在Windows7中做好文件备份与还原计算机等级考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/584/2021\\_2022\\_\\_E5\\_9C\\_A8](https://www.100test.com/kao_ti2020/584/2021_2022__E5_9C_A8)

Windows\_c98\_584130.htm 大部分系统管理员都用过一键还原。确实，通过一键备份与还原可以在最短的时间内帮助管理员恢复出问题的操作系统。而且还可以对操作系统设置多个还原点。不过那时一键备份与还原操作起来比较复杂，如需要重新启动操作系统才能够完成。而且功能还比较单一，无法在Windows操作系统环境下直接运行。今天Windows7操作系统给我们带来了这个惊喜，可以在其平台上简单的对分区内容进行备份与还原。 一、开启分区备份设置。

在Windows7种，把这个分区备份文件叫做还原点。这个还原点就是某个时刻操作系统中文件和文件夹的一些副本。当用户在不经意的时候更改或者删除了不能够更改的文件或者文件夹，则系统管理员可以通过以前创建的还原点来恢复被误修改和误删除的文件。默认情况下，Windows7 操作系统只对操作系统所在的分区开启这个系统保护功能。如果需要对系统上的其他分区或者硬盘启用这个功能的话，则系统管理员需要手工的启动它。在桌面的“计算机”图标上点击右键，然后单击“属性”，会谈出一个控制面板主页的对话框。在这个窗口的左面，有一个“系统保护”的选项。点击这个系统保护，就会弹出如下的对话框。在这个对话框中，我们可以看到，默认情况下，其只对系统盘启用了系统保护功能。如果系统管理员需要启用其他分区的系统保护功能的话，则可以选择相关的分区，然后选择配置，就可以对还原点的相关参数进行设置。默认情况下，其有三个设置，分别为还

原系统设置和以前版本的文件、仅还原以前版本的文件和关闭系统维护。系统管理员可以根据实际情况来进行选择。这里需要注意的是，默认情况下，Windows7 操作系统会每天创建一个还原点。为此需要对还原点所占用的硬盘空间大小进行限制。以免因为还原点过多而占用了大量的硬盘空间。在配制是否启用系统保护功能时，可以同时设置磁盘空间使用量。当还原点文件超过这个最大容量限制时，系统会自动删除比较旧的还原点从而为新的还原点腾出足够的空间。默认情况下这个容量是没有进行限制的，这非常的危险。特别是对于操作系统所在的分区，一定要设置最大容量。防止因为操作系统分区的剩余容量过少对其运行性能产生不利的影响。不过笔者在测试这个功能的时候，发现了一些意外的情况，不知道是否属于其操作系统的漏洞。如在没有启用系统还原功能的情况下，我们仍然可以手工来创建还原点。如果没有启用某个分区的保护功能，按“创建”按钮，仍然可以创建系统还原点。只是此时系统不会自动创建还原点，而需要用户手工创建。另外笔者查看了一些窗口，发现Windows7 操作系统中对于汉化还不是很彻底。对于一些新加的功能，基本上没有进行汉化。可以明显的看出有英文的痕迹。

## 二、利用还原点来恢复文件。

如果系统创建了还原点，则系统管理员可以通过文件夹属性来查看其全部的还原点。在对分区文件进行还原的时候，需要注意以下几个方面的内容。

- 1、还原点还原的级别。我们分别可以在分区级别、文件夹级别、文件级别利用还原点来还原文件。如在系统分区或者文件夹，右键单击查看其属性，都可以看到上面这个属性的对话框。然后选择“以前版本”页签，就会列出所有的还原点。

不过笔者认为，微软专家在翻译的时候，没有把这个页签的名字翻译好。他们是根据英文直译过来的。笔者个人认为，把名字取为还原点，要比取为以前的版本更加合适。既然可以在多个级别上还原文件，那么在需要的时候最后在低级别上还原。如在新建文件夹有A与B两个文件。用户因为不小心把文件A中的内容部分删除了(如可能选定了内容然后不小心按了空格)。此时系统管理员或者用户在恢复文件的时候，就最好在文件级别上进行恢复。即选择文件A，然后右键选择属性，选择合适的还原点来进行还原。这可以避免因为还原作业对其他文件的产生的不利影响。总之在还原的时候，系统管理员最好选择合适的还原级别。

2、如果对于需要还原的文件不怎么清楚的话，那么系统工程师或者用户可以通过上面页签中的“打开”按钮，把还原文件打开。系统会显示当前还原点文件中包含的所有文件。这些信息有利于帮助用户判断到底需要还原那些文件。可以避免因为还原文件有误而对现有的文件产生不利影响。如果这些信息还不能够帮助用户下决定的话，那么还有其他的方法。如通过上面的复制按钮，可以把还原点中的文件或者文件夹下复制到其他位置。然后用户可以在事后进行慢慢对超，看看到底需要还原那个文件。等到确认完毕之后，直接把这个文件复制过去覆盖原有的文件或者文件夹即可。然后把复制出来的还原文件删除，以免造成磁盘空间的浪费。如果对于需要还原的文件没有任何疑问，则可以直接采用还原按钮来还原文件。此时，笔者有两点要提醒大家。有时候由于权限或者其他的一些原因，这个还原按钮可能会变为灰色不可用。此时用户仍然可以通过复制等按钮把还原点中的文件复制到其他地方。认为

还原之前的文件将会被覆盖，并且这个操作不能够再返回。所以在对文件进行还原之前，需要注意还原点是否选择准确。另外根据笔者的测试，有时候这个还原作业并不是很有效。还原过后仍然保持原样。不知道是笔者操作有误还是确实是系统漏洞。不过其复制与打开功能到十分的有效。可以把以前还原点中包含的文件顺利保存到其他位置。另外通过打开功能打开还原点的文件之后，可以对其中的一些文件进行单独的操作。如一个还原点中有多个文件或者文件夹，用户打开任何一个文件并对其进行修改。不过在保存的时候，系统会提示“介质受写入保护”，然后提醒用户更换一个位置保存。这个措施非常的有用，可以保障还原点文件不受后续操作的干扰。另外用户还可以直接把需要恢复的文件从这个地方复制出来。如此就不需要恢复整个文件夹了。而且还可以在这个窗口中直接打印文件，等等。这些功能提高了还原点文件的利用价值。

### 三、还原的效果。

那么采用这个还原点到底可以起到怎么样的还原效果呢?下面笔者的这几个测试，后续可以让大家进一步了解Windows7还原点的还原效果。

测试一：在一个分区下新建一个文件夹，然后创建一个还原点。然后再在这个文件夹下创建一个文本文档，随便输入一些内容。然后再创建一个还原点。此时这个文件夹就有两个还原点。第一个还原点文件中只有一个文件夹，没有其他任何信息。第二个还原点中除了有文件夹，还有新建的一个文本文档。此时，笔者利用第一个还原点进行还原(其没有新建的文本文档这个文件)，还原后发现新建的文本文档仍然存在。然后修改文本文档中的内容，再利用第二个还原点进行还原。再打开原来创建的文本文档，发现其中的内容已经被还原

了。通过这个测试可以发现，其在还原的时候必须是在还原点文件中与被还原的文件夹中同时存在的文件。如这个测试中，第一个还原点文件中没有新建文本文档，而被还原的文件有新建文本文档这个文件。还原后这个新建文本文档仍然存在。但是，如果是还原点文件中存在某个文件，而目标文件夹中不存在这个文件，则在还原后这个被删除的文件会被正常还原。所以说，采用这个还原点功能的话，对于还原点后新建的内容不会覆盖掉。而只会对还原点创建之前已经存在的文件有所影响。这跟一键还原功能有很大的差异。

测试二：文件夹、文件名改名后对还原点文件的影响。笔者把上面建立的文件夹名字从“新建文件夹”改为“测试文件夹”之后，却发现现在改名后的文件夹属性中看不到了先前建立的还原点。然后笔者在分区上选择“还原以前的版本”选项，然后选择分区还原点，点击打开，仍然可以看到新建文件夹的还原点。可见文件夹改名后，原先的还原点仍然存在。只是两者之间失去了联系。笔者对此感到不解。为此如果要在文件夹名字更改后再对其还原的话，就必须在其上一级文件夹或者分区下进行。同时系统管理员还必须要知道文件夹更名之前的名字。否则的话，就无法利用原先名字建立的还原点来还原更名后的文件夹。

特别推荐：2009年9月全国计算机等级考试时间及科目预告 2009年上半年全国计算机等级考试参考答案请进入计算机考试论坛 2009年全国计算机等级考试报名信息汇总 2009年NCRE考试有新变化 2009年全国计算机等级考试大纲 2009年上半年全国计算机二级考试试题及答案 2009年上半年全国计算机等级考试试题答案汇总 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

