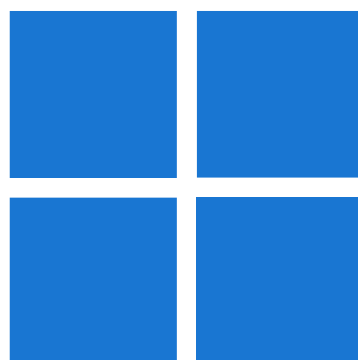


玉灵

Windows 开荒指北

——如何部署个人用户的 Windows

2025 年 9 月 20 日





目录

目录	I
指南简介	II
注意事项及解释	III
一、 保存文件	1
二、 进行重置	1
三、 布置新 OS	1
附录一 下载内容	I
附录二 导入数据	VII
附录三 模拟器	VIII
附录四 WINDOWS 优化	IX
附录五 开始菜单	X



指南简介

摘 要：本文介绍了如何对新安装的 Windows 进行部署。

关键字：Windows；计算机；开荒；重置；指南



注意事项及解释

- 一、本文档仅供参考，读者需斟酌是否采纳相应意见。
- 二、带下划线的部分为超链接。
- 三、当点击某个超链接后链接到文档中的某一地方，按<ALT+左方向>组合键即可返回之前超链接处。



一、保存文件

保存旧计算机上的以下文件：

(1)原有应用列表

打开运行，输入“`shell:appsfolder`”，打开【应用】文件夹。

(2)便携应用

将整个文件夹压缩为压缩包。

(3)软件数据

Bandizip、BewlyCat、Microsoft Office、VLC、PowerToys、AdGuard 广告拦截器、iTab 新标签页

(4)微信、QQ 等通信应用聊天记录

(5)重要文件

桌面、文档、图片、词库

(6)浏览器扩展列表

(7)篡改猴脚本列表

二、进行重置

下载 [Windows ISO 文件](#)，在离线条件下安装操作系统。

三、布置新 OS

(1)进行 Windows 更新

打开设置，进行质量更新、定义更新；安装[常用运行库](#)；更新驱动程序。

(2)更改常用文件夹路径，数据盘创建 Program Files 文件夹

如果有多个硬盘，在非系统盘创建 Desktop、Pictures、Videos、Documents、Downloads、



Music 文件夹，将当前用户的桌面、图片、视频、文档、下载、音乐文件夹移动至相应位置，在非系统盘创建 **Program Files** 文件夹作应用程序安装文件夹，修改设置/系统/存储/高级存储设置/保存新内容的地方为非系统盘。

(3)导入原来文件

(4)禁用 **BitLocker**

BitLocker 可在控制面板、设置或 PowerShell 中查看。在 PowerShell 中，查看驱动器 BitLocker 状态的命令为

```
manage-bde -status
```

记 α 为要禁用 BitLocker 的驱动器盘符，禁用 BitLocker 的命令为

```
manage-bde -off  $\alpha$ 
```

(5)启用系统还原

(6)准备下载环境

① 使用下载器；

② 开启浏览器并行下载功能：在 Microsoft Edge 打开

```
edge://flags/
```

开启 “**Parallel downloading**”。

部署好 **ImDisk**（配置方法见[使用 ImDisk 保护自己的固态硬盘](#)，除此之外还需启用动态内存分配以减少内存占用，禁止 “RamDisk 设置” 开机自启）

(7)准备布置新 OS 需要用到的应用程序

安装 **UniGetUI**。

(8)更改用户帐户控制 (介绍见 **UAC**) 设置

将用户帐户控制调整为你需要的等级。注意，等级越低，便捷性越高，安全性越低。

(9)更改 Windows 版本并激活

① 使用 Windows 命令脚本 MAS（[原版](#)、[汉化版](#)）；

② 在终端输入

```
irm https://get.activated.win | iex
```



以在线获取 Windows 命令脚本文件。

(10)详细优化

参考附录四，完成各项优化（Windows11 轻松设置、Dism++、[Win11Debloat](#) 或其[汉化版](#)）。

(11)编辑组策略

开始菜单去除“建议”（也可参考 [Win11Debloat](#) 功能表格，使用 Win11Debloat）

禁用桌面图标（位置：计算机配置\管理模板\桌面\隐藏和禁用桌面上的所有项目）

Windows 更新排除驱动（位置：计算机配置\管理模板\Windows 组件\Windows 更新\管理从 Windows 更新提供的更新\Windows 更新不包括驱动程序）

(12)释放 Windows “保留的存储”（也可借助 Windows11 轻松设置操作）

查询保留存储状态命令为

```
dism /Online /Get-ReservedStorageState
```

禁用保留存储命令为

```
dism /Online /Set-ReservedStorageState /State:Disabled
```

注意要重启计算机以应用更改。

(13)切换不同样式的右键菜单(也可借助 Windows11 轻松设置操作)

切换为旧版右键菜单命令为

```
reg add "HKCU\Software\Classes\CLSID\{86ca1aa0-34aa-4e8b-a509-50c905bae2a2}\InprocServer32" /f /ve
```

切换为新版的右键菜单命令为

```
reg delete "HKCU\Software\Classes\CLSID\{86ca1aa0-34aa-4e8b-a509-50c905bae2a2}\InprocServer32" /va /f
```

(14)关闭快速启动(也可借助 Windows11 轻松设置操作)

检查快速启动开启状态命令为

```
(GP "HKLM:\SYSTEM\CurrentControlSet\Control\Session Manager\Power").HiberbootEnabled"
```

返回值 1 表示快速启动已打开，0 表示快速启动为关闭。



① 打开组策略编辑器并打开“计算机配置\管理模板\系统\关机\要求使用快速启动”，选择禁用以关闭快速启动，单击应用和确定保存更改。

② 若要关闭快速启动，创建一个 txt 文件，输入

```
Windows Registry Editor Version 5.00
[HKEY_LOCAL_MACHINE\SYSTEM\CurrentControlSet\Control\Session Manager\Power]
"HiberbootEnabled"=dword:00000000
```

并另存为文件名为“Disable_fast-startup.reg”、类型为所有文件的注册表项文件并运行；若要启用快速启动，创建一个 txt 文件，输入

```
Windows Registry Editor Version 5.00
[HKEY_LOCAL_MACHINE\SYSTEM\CurrentControlSet\Control\Session Manager\Power]
"HiberbootEnabled"=dword:00000001
```

并另存为文件名为“Enable_fast_startup.reg”、类型为所有文件的注册表项文件并运行。

(15)关闭 Windows 功能

在启用或关闭 Windows 功能中关闭不需要的功能。

(16)更改鼠标光标皮肤、大小

打开设置更改鼠标光标、输入法候选词大小。
设置鼠标 DPI，建议默认值为 1400。

(17)启用文本光标

打开设置/辅助功能/文本光标，打开文本光指示器。

(18)输入法

在输入法设置中，

外观：候选词数——9，候选项字体大小——特大；

词库和自学习：自学习——导入自学习词汇；

按键：全/半角切换——Shift+空格，翻页按键、以词定字——按需选择。

(19)安装应用，导入配置

参考附录一安装需要的应用。其中通过 UniGetUI 及软件捆绑包.ubundle 安装的应用程序如错误!未找到引用源。所示。注意，选择“交互式安装”才能自定义安装路径。

导入各应用配置。其中 Microsoft Office 的配置需要借助 Office Tool Plus 导入。



(20)设置应用

设置各应用。

(21)模拟器部署

参考附录三，部署模拟器。

(22)管理开机启动应用

通过任务管理器或设置打开“启动应用”或打开火绒安全的“启动项管理”，将不需要开机启动的应用禁用。

(23)限制应用联网

对不需要联网的应用禁止联网。

(24)开始菜单

参考附录五，布置开始菜单。

(25)在相应应用的设置内更改默认应用

- 浏览器，如 Microsoft Edge, Google Chrome, Mozilla Firefox
- 视频播放器，如 VLC media player
- 音乐播放器，如 Coriander
- PDF 文档查看与处理，如 PDF24
- 图片查看器，如 ImageGlass, FastStone Image Viewer
- 文件格式转换，如 File Converter
- 邮件客户端，如 Thunderbird（还需设置开机自启，安装插件“Minimize at startup”“Minimize on Close”）
- 压缩，如 Bandizip, 7zip, WinRAR
- 办公套件，如 Microsoft Office, WPS Office
- 文本文档，如 Notepad4

(26)文件资源管理器

更改相应文件夹图标并将其固定到快速访问。



附录一 下载内容

一、应用程序安装文件

(1)[ImDisk](#) 及其[配置方法](#)（[项目主页](#)）

将内存虚拟为硬盘，减少硬盘读写次数。（会降低一定的稳定性）

(2)[MuMu 模拟器](#)

在 Windows 计算机上模拟 Android 设备运行 Android 应用，分为[国内版](#)与[国际版](#)（启动界面与桌面无广告，但是无中文）。

(3)[图吧工具箱](#)

图吧工具箱是一款拥有常见硬件检测、评分工具、系统优化、硬件工具，汇聚了硬件信息、CPU 工具、内存工具、显卡工具、硬盘工具、屏幕工具、综合检测、外设工具、拷机工具等十几类上百个硬件检测工具的系统优化软件的系统优化软件。

(4)[火绒安全软件](#)

一款轻巧高效的电脑防护及杀毒软件，启用后 Windows 安全中心病毒和威胁防护自动关闭。

(5)[不坑盒子](#)

一款可提高在 Word、Excel、PowerPoint 中的效率的 Office 插件。

(6)Microsoft Office

借助 [Office Tool Plus](#) 或 MAS （[原版](#)、[汉化版](#)）部署，借助 MAS （[原版](#)、[汉化版](#)）激活。

(7)[Coriander Player](#)

本地音乐播放器。

(8)[Chrome](#)

Chromium 内核浏览器。



(9) [Firefox](#)

Gecko 内核浏览器，注意区分[国际版](#)与[国内版（谋智版）](#)。

(10) 其他浏览器

[Brave](#)、[Arc](#)、Vivaldi、[Opera](#)、Zen Browser 等。

(11) [UniGetUI](#)

UniGetUI（原 WingetUI）是一款集成了 Winget、Scoop、Chocolatey、Npm、Pip、Cargo、vcpkg、.NET Tool 和 PowerShell 等多种常用包管理器的功能，令用户可轻松完成软件的搜索、安装、更新和卸载等操作的图形化包管理器界面工具。

[软件捆绑包.ubundle](#) 包括以下应用：

1. 企业微信
2. AnyTXT Searcher
3. DevToys
4. Ditto
5. Ente Auth
6. Epic Games Launcher
7. Everything
8. File Converter
9. Files
10. ImageGlass
11. Listaty
12. Microsoft Visual Studio Code
13. Mozilla Thunderbird
14. OBS Studio
15. PDF24 Creator
16. PixPin
17. PowerToys
18. qBittorrent
19. QQ
20. Sandboxie-Plus
21. Steam
22. Tencent Meeting
23. VLC media player
24. WeChat
25. WeGame
26. Zen Browser
27. Zotero

可选应用

Windows File Recovery、虚拟专用网络应用、GIMP、[Miru](#)、GeoGebra



Calculator Suite、z-library、[Enigma Virtual Box](#)、[OpenArk](#)、[Files](#)、
Vmware Workstation（[百度网盘](#)、[123 云盘](#)、[官网及教程](#)）、
[KeyCastOW](#)、MiKTeX、TeXstudio

二、免安装项目

(1)[CefFlashBrowser](#)

自带 Flash 的浏览器。

(2)[Dism++](#)

Windows 系统优化工具。

表 1 Dism++ 功能

常用工具	空间回收、启动项管理、Appx 管理、工具箱
控制面板	系统优化、驱动管理、程序和功能、可选功能、更新管理
部署功能	文件关联、预应答

另外，还有更多优化选项的[魔改版 Dism++](#)（密码：[i065](#)，哔哩哔哩有[介绍](#)）。

(3)[Windows11 轻松设置](#)

一键优化 Windows 系统，通过[百度网盘](#)或 [123 云盘](#)（提取码：[yb6d](#)）下载。
操作见表 6。

(4)[Optimizer](#)

Optimizer 是一款系统优化清理工具，需要谨慎使用。

(5)[Win11Debloat](#)

Win11Debloat 是一个可以删除预装应用程序，禁用遥测、跟踪和建议内容，删除侵入性接口元素，对主题、文件资源管理器、任务栏、开始等进行优化的 PowerShell 脚本。功能见表 7。注意，原版是[英文版](#)，建议下载[中文翻译版](#)；建议操作时界面最大化。

(6)[ZyperWinOptimize](#)

一个轻便的 Windows 优化工具，适用于不旧于 Windows 7 的优化，包括性能优化、服务项优化、垃圾清理等操作，还支持系统激活和 Microsoft Office 快速安装。

(7)[WinUtil](#)

可以更改程序、调整系统设置、修复错误的适用于 Windows 的实用 PowerShell 脚本。注意，原版是[英文版](#)，建议下载[汉化版](#)。



(8)[FixWin](#)

Windows 修复工具，汉化版可通过[百度网盘](#)、[百度网盘](#)、[城通网盘](#)、[城通网盘](#)下载。

(9)[gnirehtet](#)

gnirehtet 通过 USB 让 Android 手机共享 Windows PC 的网络。

(10)[HiBit Uninstaller](#)

应用卸载、系统清理工具。

(11)[MouseClick](#)

一款功能强大的鼠标连点器和管理工具。

(12)[Notepad4](#)

一款非常轻量的 Windows 文本编辑器，支持语法高亮、代码折叠、自动完成等功能。

(13)[Office Tool Plus](#)

Office Tool Plus （[备用下载链接](#)）是一款集 Office 部署、激活、管理于一体的工具。

(14)[RevokeMsgPatcher](#)

适用于 Windows 版微信/QQ/TIM 的防撤回补丁，但会被腾讯检测到，如 QQ 可能会封。

(15)[TrafficMonitor](#)

实时显示网速大小、CPU 与内存使用、硬件温度。

(16)[UsbEAm Hosts Editor](#)

多平台 hosts 修改工具。

(17)[Steamcommunity 302](#)

多平台加速器。

(18)[搞机工具箱](#)

有图形化操作界面的 ADB 工具箱，通过[城通网盘](#)或[蓝奏云](#)（密码：[关注投币](#)）下



载。

(19) [DiskGenius](#)

可以进行数据恢复、硬盘分区、系统备份的应用。

(20) [ContextMenuManager](#)

Windows 旧版右键菜单管理程序。

(21) [音乐标签](#)

一款可以编辑歌曲的标题、专辑、艺术家、歌词、封面等信息的应用程序。

(22) [SoftCnKiller](#)

一款专门针对流氓、捆绑等恶意软件的扫描、清除工具。

三、浏览器扩展

表 2 Microsoft Edge 浏览器扩展

扩展	作用
AdGuard 广告拦截器	广告拦截扩展
iTab 新标签页	自定义浏览器的标签页
沉浸式翻译	双语对照网页翻译扩展
简悦	进入沉浸式阅读的扩展，类似 Safari 的阅读模式
篡改猴	使用用户脚本自由地改变网页

表 3 Google Chrome 浏览器扩展

iTab 新标签页	Microsoft Edge 加载项	官网
pakku: 哔哩哔哩弹幕过滤器	Microsoft Edge 加载项	GitHub
为 Browser™启用右键	Microsoft Edge 加载项	官网
跳过哔哩哔哩视频片段		
简悦 - SimpRead	Microsoft Edge 加载项	官网
篡改猴	Microsoft Edge 加载项	GitHub



Microsoft automatic rewards		Chrome Web Store	GitHub
扩展		作用	
名称	下载		
BewlyCat	Microsoft Edge 加载项	对哔哩哔哩网页版改变 UI 及增加功能来增强用户体验	
B 站空降助手	Microsoft Edge 加载项	精准跳过恰饭广告	
ENO-Music	Crx 搜搜	基于哔哩哔哩网页版的音乐播放器	
uBlock Origin	Microsoft Edge 加载项	广告拦截扩展	
iTab 新标签页	Microsoft Edge 加载项	更佳的新标签页	
pakku	Microsoft Edge 加载项	哔哩哔哩弹幕过滤	
为 Browser™ 启用右键	Microsoft Edge 加载项	重新启用浏览器的右键	
简悦	Microsoft Edge 加载项	进入沉浸的阅读模式	
篡改猴	Microsoft Edge 加载项	使用用户脚本自由地改变网页	
Microsoft automatic rewards	Chrome Web Store	自动获取必应奖励	

四、脚本（篡改猴）

[redirect 外链跳转 \(Greasy Fork\)](#)

[东方永页机 \(Greasy Fork\)](#)

[自动展开 \(Greasy Fork\)](#)

[骚扰拦截 \(Greasy Fork\)](#)

[Microsoft Bing Rewards 每日任务脚本](#)



附录二 导入数据

表 4 要导入的备份文件扩展名

类型	名称	备份文件拓展名
应用程序	UniGetUI	json
	Ditto	zdb
	Microsoft Office	json
	PowerToys	ptb
浏览器扩展	AdGuard	json
	Simpread	json
	BewlyCat	json
	B 站空降助手	json
	uBlock Origin	txt



附录三 模拟器

一、应用

网盘([阿里](#)、[百度](#)、[迅雷](#)、[夸克](#))、[MT 管理器](#)、[小黑盒](#)、[阅读](#)、[Via](#)、[百词斩](#)、[Lawnchair](#)

二、脚本

[redirect 外链跳转](#)、[【移动端】bilibili 优化](#)、[【移动端】百度系优化](#)、[东方永页机](#)、[自动展开](#)、[骚扰拦截](#)

三、设置

表 5 MuMu 模拟器设置

类别	项目	设置
性能	性能配置	根据硬件自定义
显示	分辨率设置	与显示器分辨率保持一致，PPI 看着办
	帧率设置	与显示器刷新率保持一致
	动态调整帧率	开启，非主窗口 5 帧
	屏幕旋转	关闭窗口自由旋转
	窗口位置/大小	看着办
机型	GPU 型号	预设高配或自定义高配
其他	应用运行	开启保活
	APK 关联	开启关联 APK 文件
	退出设置	直接退出

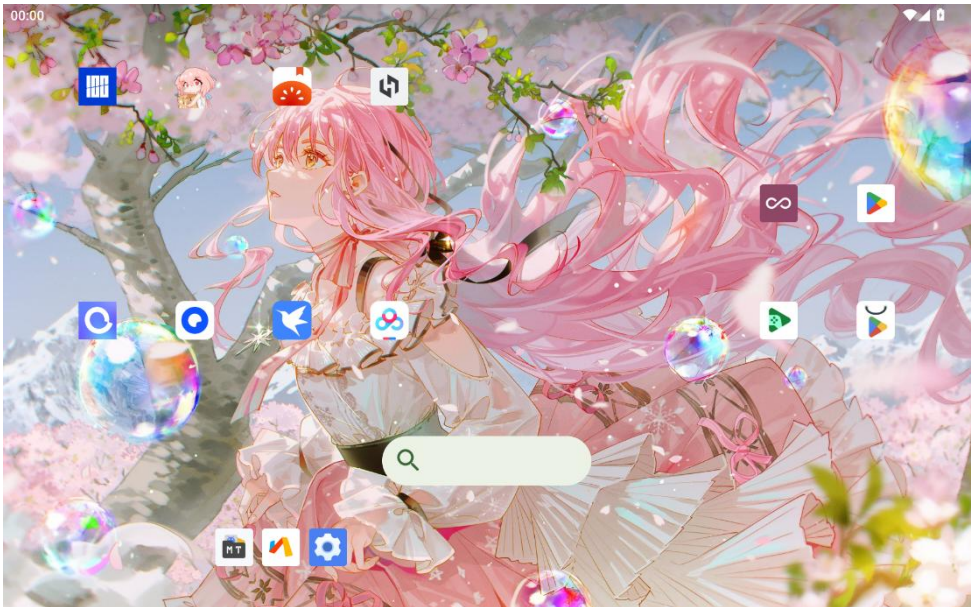


图 1 模拟器桌面



附录四 Windows 优化

表 6 Windows11 轻松设置操作

系统设置	1	2	3	4	5	6	7	8
	启用	禁用	禁用	禁用	禁用	启用	禁用	禁用
高级设置	1	2	3	4	5	6	7	8
	启用	启用	禁用	由系统决定	不开启	开启	禁用	禁用
Apps	当前用户应用管理				系统预装应用卸载			
隐私	禁止云内容搜索 添加防火墙规则 停止并禁止 Windows Search 服务 禁止本地存储搜索历史记录 禁止 Windows 更新传递优化 【隐私和安全】全部取消勾选							
Explorer	看着办							
其他设置								

表 7 Win11Debloat 功能

模式	功能
默认模式	(1)禁用遥测、诊断数据、活动历史记录、应用启动跟踪和定向广告，Windows 搜索中的必应网页搜索、必应 AI 和小娜，锁屏界面上的技巧提示，Windows 中的技巧提示、建议和广告，小组件服务并隐藏任务栏小组件图标 (2)卸载 Microsoft.BingSearch、Copilot 及其他在 Applist 中的应用程序 (3)启用已知文件类型的扩展名显示 (4)隐藏任务栏聊天图标
自定义模式	(1)移除选定的预装应用 (2)禁用遥测、诊断数据、活动历史、应用启动追踪和定向广告 (3)禁用开始菜单、设置、通知、文件资源管理器中的提示、技巧、建议和广告 (4)禁用并移除 Windows 搜索中的必应网页搜索、必应 AI 和小娜 (5)移除 Copilot 和 Windows Recall 快照 (6)恢复 Windows 10 样式的右键菜单 (7)关闭指针精确度增强（鼠标加速） (8)禁用粘滞键快捷键 (9)禁用右键菜单'包含到库中'授予访问权限'共享'选项 (10)禁用并隐藏开始菜单的推荐区域 (11)将任务栏图标左对齐，修改任务栏搜索样式，隐藏任务视图按钮，禁用小组件服务并隐藏任务栏图标，在任务栏右键菜单启用'结束任务'选项 (12)选择打开文件资源管理器时打开的界面，显示隐藏的文件、文件夹和驱动器，显示已知文件类型的扩展名，侧边栏隐藏'主页'部分，侧边栏隐藏'图库'部分，侧边栏隐藏重复的可移动驱动器条目（仅在此电脑下显示）



附录五 开始菜单

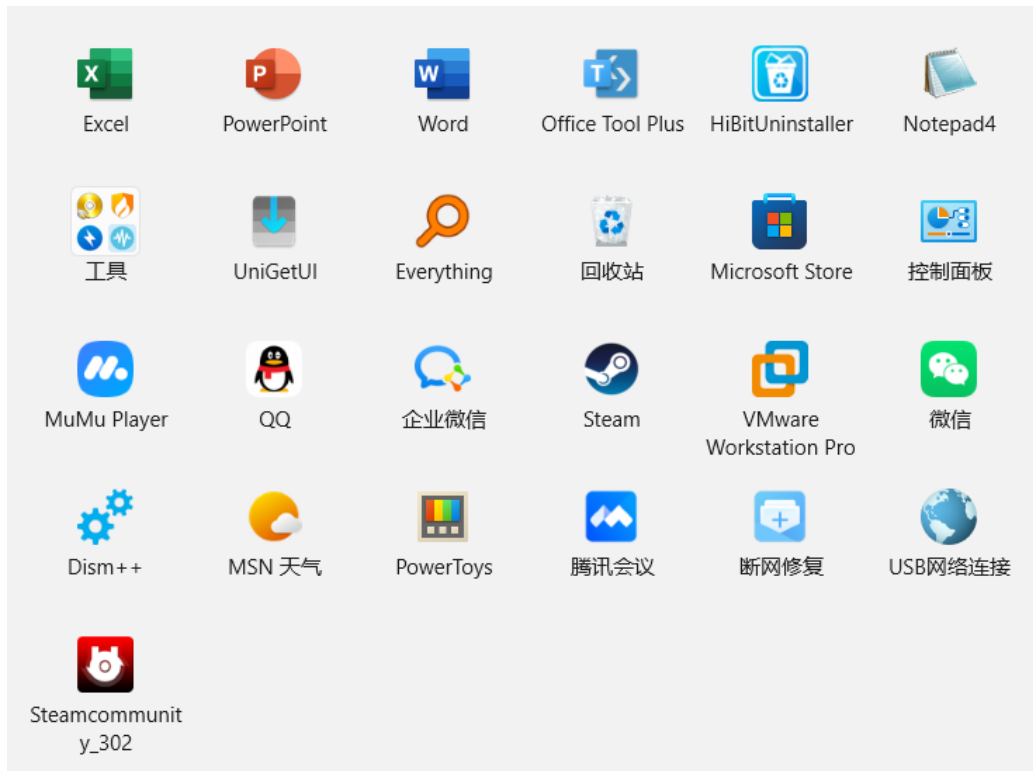


图 2 开始菜单