



国家人力资源和社会保障部 信息专业技术人才知识更新工程（“653工程”）指定教材
国家工业和信息化部
全国高等职业教育“十一五”计算机类专业规划教材

C H A N G Y O N G G O N G J U R U A N J I A N
A N L I S H I Z H A N J I A O C H E N G

常用工具软件 案例实战教程

丛书编委会



中国电力出版社

www.cepp.com.cn



国家人力资源和社会保障部 信息专业技术人才知识更新工程（“653工程”）指定教材
国家工业和信息化部 全国高等职业教育“十一五”计算机类专业规划教材

CHANGYONG GONGJU RUANJIAN
ANLI SHIZHAN JIAOCHENG

常用工具软件 案例实战教程

丛书编委会



中国电力出版社

www.cepp.com.cn

内容提要

本教材主要讲授目前办公生活中常用的工具软件。本书内容包括9类、40多种常用工具软件的相关知识及其下载、安装正确的使用方法和技巧。主要工具包括：磁盘工具与系统维护、文件编辑与管理软件、文本阅读工具光盘工具、图像工具、多媒体工具、网络工具、翻译工具、计算机安全工具等。本书采用“知识性与技能性相结合”的模式，体现理论的适度性，实践的指导性，应用的完整性；以任务驱动的形式，边举例边讲解，图文并茂，步骤清晰，一目了然，学习轻松，容易上手；实例内容新颖、典型，实用性、指导性强，能激发读者强烈的学习兴趣。

本书不仅可以作为高等职业院校相关专业的授课教材，还可以作为常用办公工具软件的培训教材，同时也可供广大计算机学习者自学使用。

图书在版编目（CIP）数据

常用工具软件案例实战教程 / 《国家人力资源和社会保障部、国家工业和信息化部信息专业技术人才知识更新工程（“653工程”）指定教材》编委会编. —北京：中国电力出版社，2008

国家人力资源和社会保障部、国家工业和信息化部信息专业技术人才知识更新工程（“653工程”）指定教材

ISBN 978-7-5083-7215-0

I. 常… II. 国… III. 软件工具—教材 IV. TP311.56

中国版本图书馆CIP数据核字（2008）第102121号

书 名：常用工具软件案例实战教程

出版发行：中国电力出版社

地 址：北京市三里河路6号

邮政编码：100044

电 话：（010）68362602

传 真：（010）68316497，88383619

服务电话：（010）58383411

传 真：（010）58383267

E-mail: infopower@cepp.com.cn

印 刷：北京丰源印刷厂

开本尺寸：185mm×260mm 印 张：18 字 数：404千字

书 号：ISBN 978-7-5083-7215-0

版 次：2008年8月北京第1版

印 次：2008年8月第1次印刷

印 数：0001—3000册

定 价：28.00元

敬告读者

本书封面贴有防伪标签，加热后中心图案消失
本书如有印装质量问题，我社发行部负责退换

版 权 专 有 翻 印 必 究

专家指导委员会

郭贺铨 中国工程院副院长 中国工程院院士

王 越 中国科学院院士 中国工程院院士

何积丰 中国科学院院士

潘云鹤 中国工程院院士

顾冠群 中国工程院院士

卢锡城 中国工程院院士

张乃通 中国工程院院士

李乐民 中国工程院院士

沈昌祥 中国工程院院士

方滨兴 中国工程院院士

张尧学 中国工程院院士 教育部高等教育司司长

高新民 国家信息中心原主任

魏 卓 人力资源和社会保障部专业技术人员管理司副司长

陈 冲 中国软件行业协会理事长

牛 晋 公安部信息通信局副局长

邓寿鹏 中国信息化推进联盟常务副理事长 原国务院发展研究中心局长

李明树 中国科学院软件研究所所长

陈 钟 北京大学软件与微电子学院院长

吴世忠 中国信息安全产品测评认证中心主任

王行刚 中国科学院计算技术研究所首席科学家

刘玉珍 工业和信息化部电子人才交流中心主任

丛 书 编 委 会

主 任 李建伟 逢积仁

副 主 任 黄雪峰 邸卫民 吕振凯 杨敬杰 杨功元 王建良 冯玉东
张志平 杨文利 李 新 李 纓 徐 峰 敖广武 陈 红
张学金 商 桑 赵耀培

委 员 (按拼音排序)

鲍金龙	曹素丽	陈国浪	陈青华	陈小中	陈月波	程 云
崔爱国	崔守良	丁 倩	丁荣涛	丁银军	杜少杰	杜文洁
范荣真	房振文	顾 爽	和海莲	槐彩昌	嵇新浩	吉高云
李道旺	李 华	李立功	李 敏	李 霞	李英明	李艳玮
李玉清	林志伟	刘红军	刘 静	刘俊英	刘 颖	毛书朋
聂庆鹏	乔国荣	邱春民	荣 音	宋林林	滕红军	田文浪
涂 刚	王灿伟	王春燕	王 磊	王丽芬	王 盟	王赵慧
王志新	魏建明	温丹丽	谢建华	谢 菁	辛颖秀	徐长安
徐春华	徐 伟	严春风	阎 琦	杨光洁	叶若芬	叶展翔
于 畅	袁胜昔	翟鹏翔	张爱华	张洪明	张 琳	张兴科
张云鹏	张 震	赵思宇	郑伟勇	周国亮	周连兵	周瑞华
朱红祥	朱元忠					

本 书 编 委 会

主 编 宋林林

副 主 编 于海峰 韩光伟 刘乃铭 何 强

参 编 冯 亮

丛书编委会院校名单

(按拼音排序)

保定电力职业技术学院
北京电子科技职业学院
北京工业职业技术学院
北京建筑工程学院
北京市经济管理学校
北京市宣武区第一职业学校
滨州职业学院
渤海大学高职学院
沧州职业技术学院
昌吉职业技术学院
大连工业大学职业技术学院
大连水产学院职业技术学院
东营职业学院
河北建材职业技术学院
河北旅游职业学院
河南工程学院
河南农业职业学院
湖北省仙桃职业学院
嘉兴职业技术学院
江门职业技术学院
江苏财经职业技术学院
江苏常州工程职业技术学院
金华职业技术学院
莱芜职业技术学院
辽宁机电职业技术学院
辽宁金融职业学院
辽宁经济职业技术学院
辽宁科技大学高等职业技术学院
青岛滨海学院
青岛酒店管理职业技术学院

青岛职业技术学院
日照职业技术学院
山东电子职业技术学院
山东济宁职业技术学院
山东交通职业学院
山东经贸职业学院
山东省工会管理干部学院
山东省潍坊商业学校
山东丝绸纺织职业学院
山东信息职业技术学院
山东枣庄科技职业学院
山东中医药高等专科学校
沈阳师范大学职业技术学院
石家庄邮电职业技术学院
苏州建设交通高等职业技术学校
苏州托普信息职业技术学院
天津铁道职业技术学院
潍坊职业学院
温州职业技术学院
无锡南洋职业技术学院
武汉软件工程职业学院
新疆农业职业技术学院
新余高等专科学校
兴安盟委党校
浙江金融职业学院
浙江商业职业技术学院
郑州电力高等专科学校
中国农业大学继续教育学院
中国青年政治学院
中华女子学院山东分院
淄博职业学院

丛 书 序

自 20 世纪 90 年代以来,伴随着信息技术创新和经济全球化步伐的不断加快,全球信息化进程日益加速,中国的经济社会发展对信息化提出了广泛、迫切的需求。党的十七大报告做出了要“大力推进信息化与工业化融合”,“提升高新技术产业,发展信息、生物、新材料、航空航天、海洋等产业”的重要指示,这对信息技术人才提出了更高的要求。

为贯彻落实科教兴国和人才强国战略,进一步加强专业技术人才队伍建设,推进专业技术人才继续教育工作,人力资源和社会保障部组织实施了“专业技术人才知识更新工程(‘653 工程’)”,联合相关部门在现代农业、现代制造、信息技术、能源技术、现代管理等 5 个领域,重点培训 300 万名紧跟科技发展前沿、创新能力强的中高级专业技术人才。工业和信息化部与人力资源和社会保障部在 2006 年 1 月 19 日联合印发《信息专业技术人才知识更新工程(“653 工程”)实施办法》(国人部发[2006]8 号),对信息技术领域的专业技术人才培养进行了部署和安排,提出了要在 6 年内培养信息技术领域中高级创新型、复合型、实用型人才 70 万人次左右。

作为国家级人才培养工程,“653 工程”被列入《中国国民经济和社会发展第十一个五年规划纲要》和《2006—2010 年全国干部教育培训规划》,成为建设高素质人才队伍的重要举措。

本系列教材作为“653 工程”指定教材,严格按照《信息专业技术人才知识更新工程(“653 工程”)实施办法》的要求,以培养符合社会需求的信息专业技术人才为目标,汇聚了众多来自信息产业部门、著名高校、科研院所和知名企业的学者与技术专家,组成强大的教学研发和师资队伍,力求使教材体系严谨、贴近实际。同时,教材采用“项目驱动”的编写思路,以解决实际项目的思路和操作为主线,连贯多个知识点,语言表述规范、明确,贴近企业实际需求。

为了方便教师授课和学生学习,促进学校教学改革,提升教学质量,本系列教材不仅提供教师授课所用的教学课件、习题和答案解析,而且针对教材中所涉及的案例、项目和实训内容,提供了多媒体视频教学演示课件。另外,在教学过程中,随时可以登录教师之家——中国学术交流网(www.jiaoshihome.cn),寻求教学资源的支持,我们特别为每一本教材设置了针对教师授课和学员学习的答疑论坛。同时,本套教材举办“有奖促学”活动,凡购买本套教材,学习完后,举一反三创作出个人作品,上传至教师之家——中国学术交流网,每个学期末将根据创作内容和网站点击率综合评选一次,选出一、二、三等奖和纪念

奖，并在假期中颁发奖项。

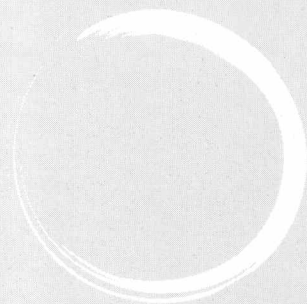
学员学习本系列教材后经考核合格，可以申请“专业技术人员知识更新工程（‘653工程’）培训证书”。该证书可以作为专业技术人员职业能力考核的证明，以及岗位聘用、任职、定级和晋升职务的重要依据。

我们希望以本系列教材为载体，不断更新教学内容，改进教学方法，搭建学校与企业沟通的桥梁，大力推进校企合作、工学结合的人才培养模式，探索一条充满生机和活力的中国信息技术人才培养之路，为建设社会主义和谐社会提供坚强的智力支持和人才保证。

丛书编委会



信息专业技术人才知识更新工程（“653 工程”）指定教材



前 言

随着社会的发展及科学的进步，计算机已经逐步进入了人们的工作学习生活中。要熟练使用计算机办公及快速获取网络上的资源，各种相应的软件是必不可少的。本书汇集了常用的 9 大类工具软件，以任务版的形式对每一款软件的使用方法和应用技巧都做了详尽的介绍。通过对本书的学习，用户可以快速掌握数十种日常必备软件的使用方法，从而更轻松自如地应用计算机、享受计算机及网络带来的乐趣。

全书精心挑选各类实用软件，对每一款软件的使用方法和技巧都做了详尽的介绍。本书特点如下：

（1）采用“知识性与技能性相结合”的模式，体现理论的适度性，实践的指导性，应用的完整性。

（2）以任务驱动的形式，边举例边讲解，图文并茂，步骤清晰，一目了然，学习轻松，容易上手。

（3）实例内容新颖、典型，实用性、指导性强，激发强烈的学习兴趣。

（4）使用虚拟 PC 构建软件实验场，在不影响原有系统性能的情况下，可大胆地练习各种常用工具软件的使用。

（5）课后配有上机实战题和练习题，方便读者检测和巩固学习效果，并做到及时应用。

本教材由辽宁经济职业技术学院宋林林担任主编，辽宁经济职业技术学院于海峰、韩光伟、刘乃铭、何强担任副主编，中华女子学院山东分院冯亮参与编写。具体分工如下：冯亮编写第 1 章，于海峰编写第 2、5 章，刘乃铭编写第 3 章，韩光伟编写第 4 章，宋林林编写第 6、7、8、9 章，何强编写第 10 章。

尽管我们在教材的编写过程中做了很多努力，但由于作者的水平有限，书中难免有疏漏之处，恳请读者在使用本教材的过程中给予关注，并提出宝贵意见，以便我们在教材的修订时加以改进。

编 者

2008 年 5 月



目 录

丛书序 前 言

第 1 章 工具软件基础.....1

- 1.1 软件的下载及安装1
- 1.2 虚拟机软件 Virtual PC 的使用3
- 1.3 虚拟机软件 VMware Workstation 的使用9
- 1.4 课后操作题14

第 2 章 磁盘工具与系统维护.....15

- 2.1 任务一：分区工具——Partition Magic 的使用15
- 2.2 任务二：系统备份还原工具——Symantec Ghost 的使用29
- 2.3 任务三：系统备份还原工具——一键还原精灵的使用40
- 2.4 任务四：系统优化工具——Windows 优化大师的使用44
- 2.5 任务五：系统优化工具——超级兔子的使用54
- 2.6 任务六：硬件检测工具——CPU-Z 的使用73
- 2.7 任务七：系统检测工具——EVEREST 的使用75
- 2.8 任务八：文件恢复工具——EasyRecovery 的使用79
- 2.9 任务九：驱动程序管理——驱动精灵的使用86

第 3 章 文件编辑与管理软件93

- 3.1 任务一：文件压缩工具——WinRAR 的使用93
- 3.2 任务二：文本编辑工具——UltraEdit 的使用100
- 3.3 任务三：文件加密工具——文件夹加密大师的使用104

第 4 章 电子图书阅读工具109

- 4.1 任务一：Adobe Reader 的使用109
- 4.2 任务二：CAJViewer 的使用113
- 4.3 任务三：超星浏览器的使用118

第 5 章 光盘工具123

- 5.1 任务一：光盘映像工具——UltraISO 的使用123
- 5.2 任务二：虚拟光驱工具——Daemon Tools 的使用128
- 5.3 任务三：光盘刻录工具——Nero 的使用131

第 6 章 图像工具应用142

- 6.1 任务一：图像浏览、处理软件——ACDSee 的使用142
- 6.2 任务二：抓图工具——HyperSnap 6 的使用151
- 6.3 任务三：图像无损缩放工具——PhotoZoom 的使用157

第7章 多媒体工具的应用161

- 7.1 任务一：影音播放工具——
暴风影音 161
- 7.2 任务二：音乐播放工具——
千千静听的使用 165
- 7.3 任务三：多媒体转换工具——
超级转换秀 173
- 7.4 任务四：网络电视工具——
PPLive 的使用 178
- 7.5 任务五：网络音乐播放——
酷我音乐盒的使用 182

第8章 互联网应用工具188

- 8.1 任务一：上传下载工具——
CutFTP 的应用 188
- 8.2 任务二：下载工具——
Web 迅雷的应用 196
- 8.3 任务三：下载工具——
BitTorrent 的使用 203
- 8.4 任务四：下载工具——
电驴 eMule 的使用 207

- 8.5 任务五：即时通信工具——
QQ 的高级应用 213
- 8.6 任务六：即时通信工具——
MSN 的应用 222
- 8.7 任务七：电子邮件工具——
Foxmail 的应用 226

第9章 翻译工具的使用233

- 9.1 任务一：即时翻译工具——
金山词霸的应用 233
- 9.2 任务二：翻译工具——
金山快译的使用 241

第10章 计算机安全工具的使用247

- 10.1 任务一：瑞星杀毒软件的
使用 247
- 10.2 任务二：瑞星防火墙的
应用 254
- 10.3 任务三：辅助防护工具
瑞星卡卡的应用 259
- 10.4 任务四：病毒专杀工具的应用... 267

参考文献272



随着计算机的快速普及，软硬件的飞速发展，计算机的功能越来越丰富，应用软件更是层出不穷。Internet 走进我们的生活，提供了丰富的软件资源，给用户带来许多免费和共享的工具软件，这些软件在计算机操作系统的支持下，可以提供操作系统不能具备的许多功能。学习使用这些常用的工具软件可使计算机的操作更简单、更高效。本章主要为以后章节的学习奠定基础，主要介绍软件的下载及安装、虚拟机软件的应用（构建虚拟系统，为软件的安装及应用提供方便）。

1.1 软件的下载及安装

本教材的大部分软件都可以通过互联网进行下载，下面以 WinRAR 软件的下载及安装为例介绍常用工具软件的下载及安装的一般方法。

1. 搜索软件

用户可以通过 <http://www.baidu.com>（百度）、<http://www.gougou.com>（狗狗迅雷搜索引擎），搜索该软件，如图 1-1 所示。

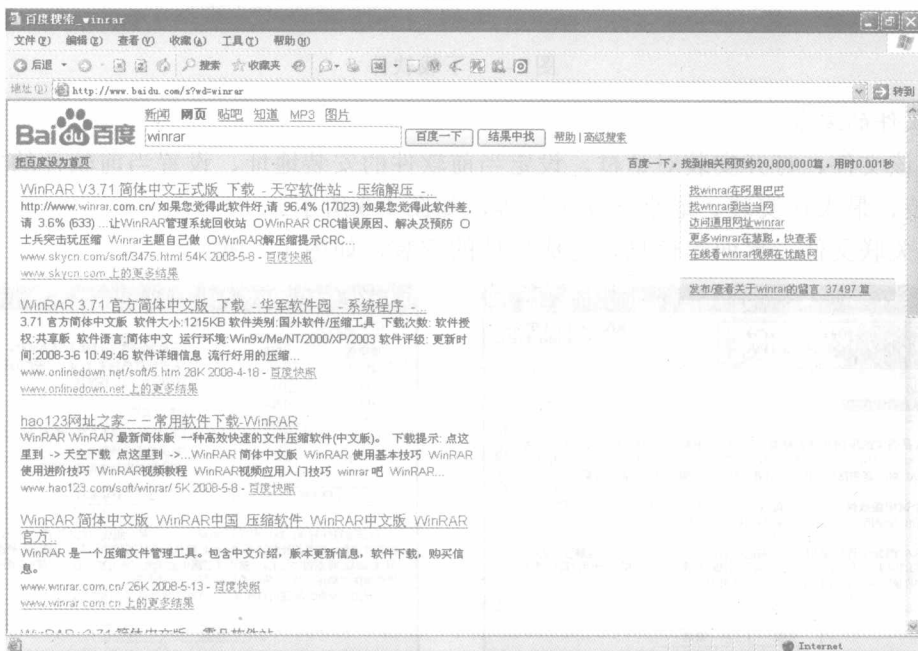


图 1-1 搜索软件

2. 下载软件

单击“下载地址”下载该软件，如图 1-2 所示。用户可以通过右击从弹出的快捷菜单中单击“另存为”命令的方式保存当前文件，或通过下载软件（迅雷、网际快车）等进行下载。得到文件 wrar371sc_skycn_cn.exe。



图 1-2 下载软件

3. 软件的安装

双击该文件，打开安装对话框，设定当前软件的安装地址、设置当前软件的安装模式（默认安装、最大化安装、最小化安装）等，如图 1-3 所示。

设置关联文件、界面等信息，完成软件的安装，如图 1-4 所示。

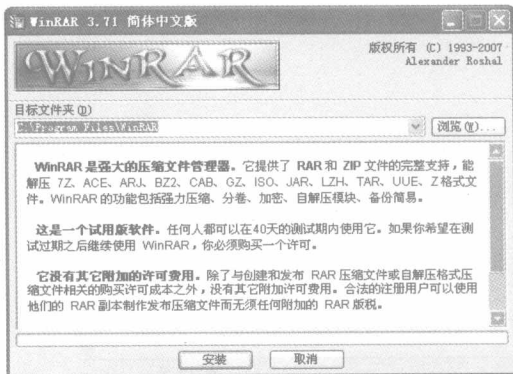


图 1-3 软件的安装

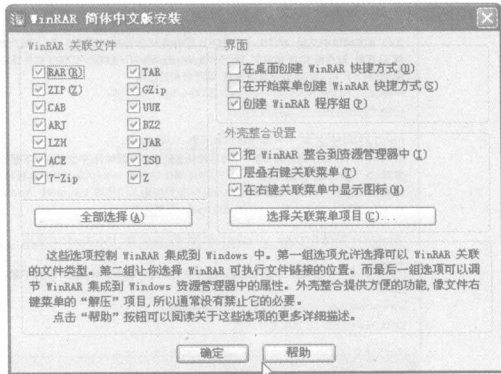


图 1-4 设置安装信息

1.2 虚拟机软件 Virtual PC 的使用

虚拟机是指运行在 Windows 或 Linux 计算机上的一个应用程序,这个应用程序“模拟”了一个基于 x86 的标准 PC 的环境。这个环境和普通的计算机一样,都有芯片组、CPU、内存、显卡、声卡、网卡、软驱、硬盘、光驱、串口、并口、USB 控制器、SCSI 控制器等设备,提供这个应用程序的“窗口”就是虚拟机的显示器。

在使用上,这台虚拟机和真正的物理主机没有太大的区别,都需要分区、格式化、安装操作系统、安装应用程序和软件,总之,就像一台真正的计算机一样。

Virtual PC (简称 VPC) 是属于 Connectix 公司的产品。Connectix 和 VMware 是虚拟机市场中的主要竞争者,前者的产品 VPC 是基于 Windows 和 Macintosh 的,而后的产品则是基于 Windows 和 Linux。微软于 2003 年 2 月 19 日收购了这项技术,对其进行改进,并在 2003 年 12 月 2 日发布了 Virtual PC 2004 (内部版本为 5.3, Connectix 发布的 VPC 最后版本为 5.2)。

1. Virtual PC 的安装

双击 Virtual PC.exe 安装程序,开始安装 Virtual PC,如图 1-5 所示。

2. 主界面介绍

安装成功后,用户可以通过双击桌面上的图标,首次启动软件会出现“新建虚拟机向导”,关闭向导,进入 Virtual PC 2007 软件主界面,如图 1-6 所示。

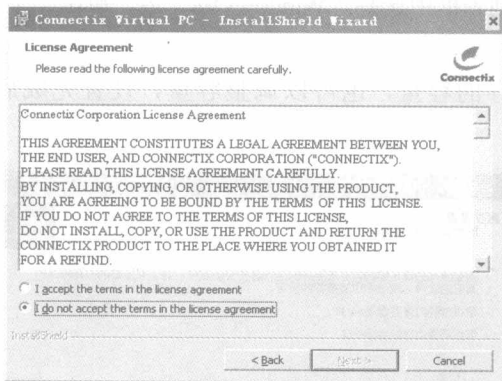


图 1-5 Virtual PC 安装界面

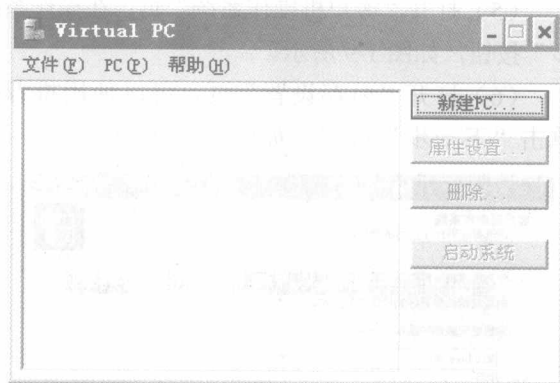


图 1-6 Virtual PC 主界面

(1) 单击“新建”按钮进入创建虚拟机向导。单击“下一步”按钮,可以看到有 3 个选项:第一个为创建一个新的虚拟机,此时是一步一步进行设置的;第二个为使用默认设置去创建虚拟机,此时直接生成一个 VMC 虚拟机配置文件,可以稍后选择 Settings 进行配置;第三个为添加一个现存的虚拟机到 VPC 控制台中。

(2) “设置”按钮调整已有的虚拟机,可以更改该 PC 的名称,改变内存的大小,更换所使用的硬盘(硬盘镜像文件),要使用的串并行端口,还有共享文件夹等。

(3) “移除”按钮从虚拟机中移除,不删除物理数据,可以重新加载到 Virtual PC 软件中。

3. 配置新的虚拟计算机

(1) 启动 Virtual PC，单击“新建”按钮，如图 1-6 所示。

(2) 第一次启动 Virtual PC 会弹出虚拟计算机安装设置向导对话框，单击“下一步”按钮。

(3) 打开“设置 PC 名称”页，在文本框中为新虚拟机计算机命名，试验中为“win98”，单击“下一步”按钮，如图 1-7 所示。

(4) 打开“配置选项”页，单击“设置向导”单选按钮，单击“下一步”按钮，如图 1-8 所示。

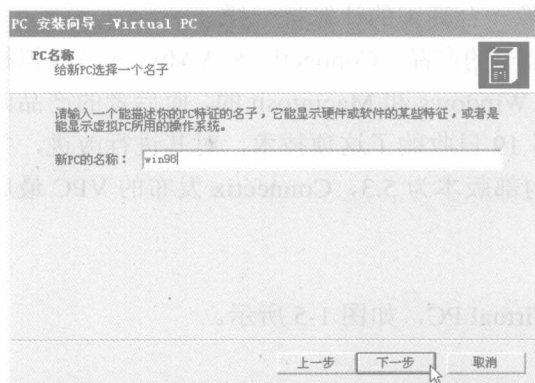


图 1-7 设置 PC 名称

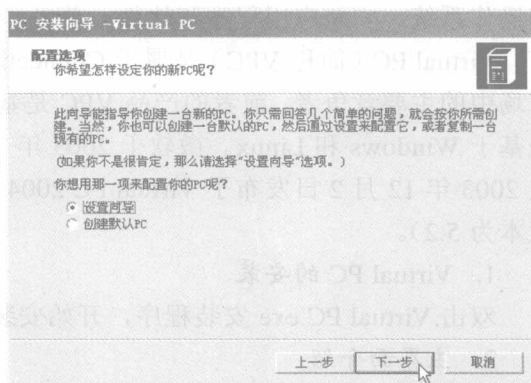


图 1-8 配置选项

(5) 打开“客户机操作系统”页，在操作系统列表框中选择“Windows 98”项，单击“下一步”按钮，如图 1-9 所示。

(6) 打开“内存设置”页，可以使用推荐内存的容量，也可以调整容量，设置完成后，单击“下一步”按钮，如图 1-10 所示。

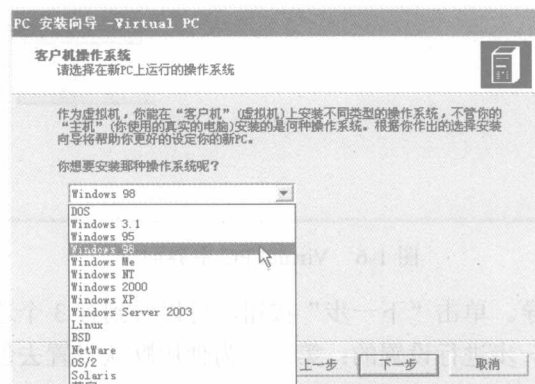


图 1-9 设置虚拟机系统

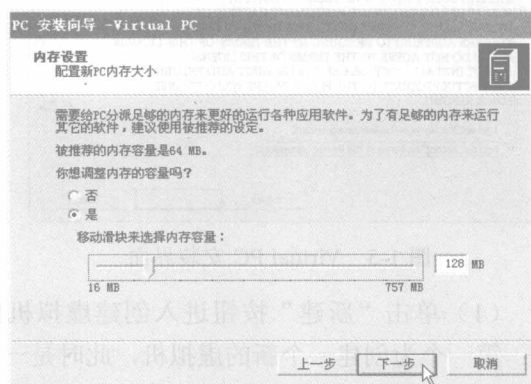


图 1-10 设置内存

(7) 打开“引导磁盘选项”页，单击“创建一个新的硬盘镜像文件”单选按钮，单击“下一步”按钮，如图 1-11 所示。

(8) 打开“可引导磁盘的位置”页，单击“浏览”按钮设置镜像文件存放位置，如图

1-12 所示。

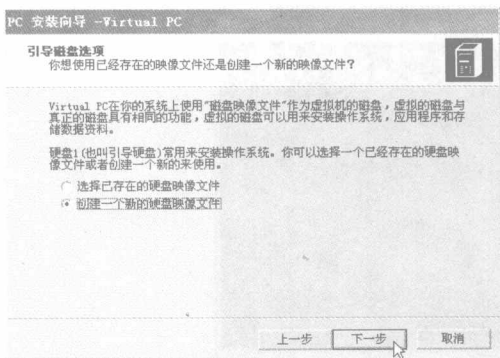


图 1-11 引导磁盘选项

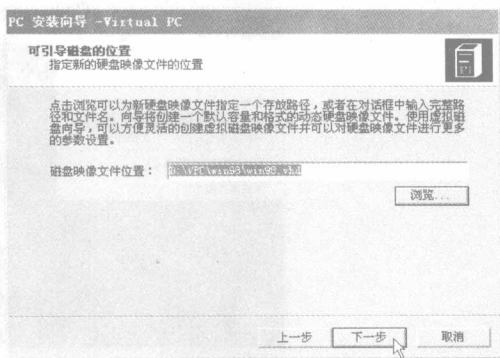


图 1-12 可引导磁盘的位置

(9) 打开“安装摘要”页，显示虚拟机的配置属性，单击“完成”按钮结束。

4. 在客户机上安装操作系统

(1) 虚拟机配置完成后，项目框中显示虚拟机名称，选择它，单击“启动系统”按钮，如图 1-13 所示。

(2) 虚拟机中还是裸机，未安装操作系统，出现“OS not found”、“Install an OS on this hard drive”的提示，如图 1-14 所示。

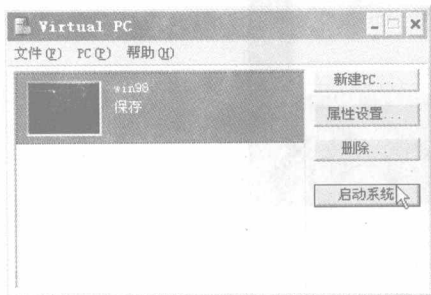


图 1-13 启动系统

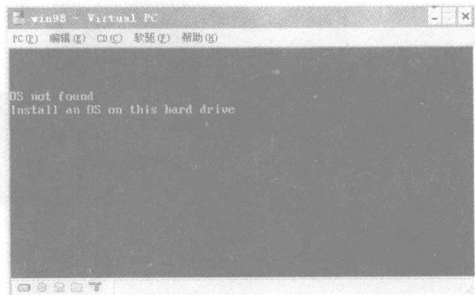


图 1-14 提示未安装系统

(3) 将一张可光盘启动 Windows 98 系统安装盘放入主机的光驱，单击 CD→“载入主机驱动器”命令，如图 1-15 所示。

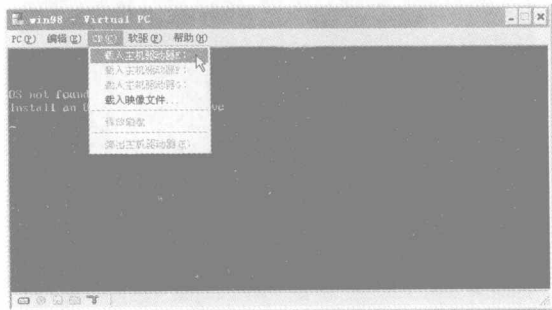


图 1-15 载入主机驱动器

(4) 单击 PC→“重启”命令, 重新启动虚拟机, 如图 1-16 所示。

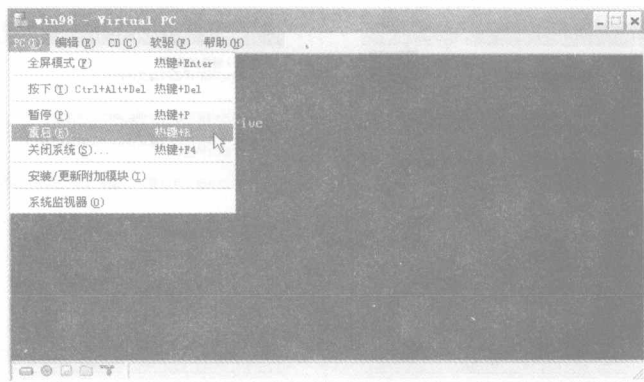


图 1-16 重新启动虚拟机

(5) 开始安装 Windows 98 操作系统, 安装的过程同真实操作环境相同, 如图 1-17 所示。

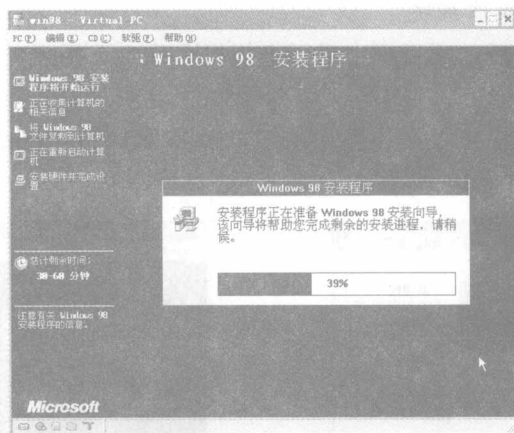


图 1-17 安装操作系统

(6) Windows 98 操作系统安装完毕, 进入系统可以正常使用, 如图 1-18 所示。

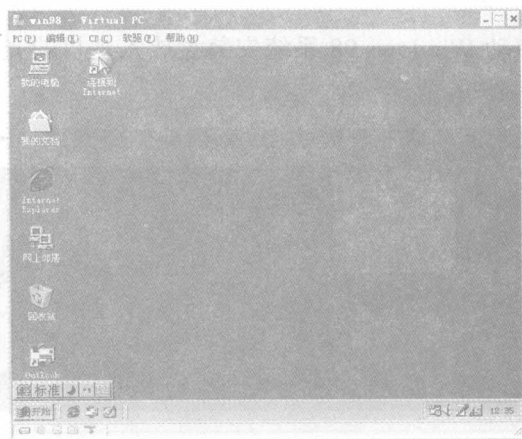


图 1-18 进入操作系统