

21世纪高等学校计算机规划教材

21st Century University Planned Textbooks of Computer Science

常用工具 软件

Useful Software

邹祖银 康志亮 宋勤 编著

- 以软件功能作为主线
- 以操作案例组织内容
- 内容丰富，选例典型



精品系列

 人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

21世纪高等学校计算机规划教材

21st Century University Planned Textbooks of Computer Science

常用工具 软件

Useful Software

邹祖银 康志亮 宋勤 编著



精品系列

人民邮电出版社

北京

图书在版编目 (C I P) 数据

常用工具软件 / 邹祖银, 康志亮, 宋勤编著. — 北京: 人民邮电出版社, 2010.8
21世纪高等学校计算机规划教材
ISBN 978-7-115-22666-2

I. ①常… II. ①邹… ②康… ③宋… III. ①软件工具—高等学校—教材 IV. ①TP311.56

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第121492号

内 容 提 要

本书系统地介绍了目前流行的常用工具软件的用途和使用技巧, 主要包括安全工具、系统工具、磁盘工具、光盘工具、文件文档工具、翻译工具、图形图像工具、音频工具、视频工具、网络通信工具、文件传输工具以及动画制作工具, 共计 12 大类。

本书内容全面、语言流畅、实例丰富、图文并茂、实用性强。全书以软件的主要功能为主线, 重点介绍了各类工具软件的主要用途和使用技巧。通过本书的学习, 读者可以迅速、轻松地掌握软件的使用方法。

本书适合作为高等院校的公共选修课以及相关专业的“常用工具软件”课程的教材, 同时也适合作为电脑培训班学员、办公人员和电脑初学者的参考资料。

21 世纪高等学校计算机规划教材

常用工具软件

-
- ◆ 编 著 邹祖银 康志亮 宋 勤
责任编辑 刘 博
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京鑫正大印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 19.25 2010 年 8 月第 1 版
字数: 504 千字 2010 年 8 月北京第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-22666-2

定价: 32.00 元

读者服务热线: (010)67170985 印装质量热线: (010)67129223

反盗版热线: (010)67171154

出版者的话

计算机应用能力已经成为社会各行业最重要的工作要求之一，而计算机教材质量的好坏会直接影响人才素质的培养。目前，计算机教材出版市场百花争艳，品种急剧增多，要从林林总总的教材中挑选一本适合课程设置要求、满足教学实际需要的教材，难度越来越大。

人民邮电出版社作为一家以计算机、通信、电子信息类图书与教材出版为主的科技教育类出版社，在计算机教材领域已经出版了多套计算机系列教材。在各套系列教材中涌现出了一批被广大一线授课教师选用、深受广大师生好评的优秀教材。老师们希望我社能有更多的优秀教材集中地呈现在老师和读者面前，为此我社组织了这套“21世纪高等学校计算机规划教材——精品系列”。

“21世纪高等学校计算机规划教材——精品系列”具有下列特点。

(1) 前期调研充分，适合实际教学需要。本套教材主要面向普通本科院校的学生编写，在内容深度、系统结构、案例选择、编写方法等方面进行了深入细致的调研，目的是在教材编写之前充分了解实际教学的需要。

(2) 编写目标明确，读者对象针对性强。每一本教材在编写之前都明确了该教材的读者对象和适用范围，即明确面向的读者是计算机专业、非计算机理工类专业还是文科类专业的学生，尽量符合目前普通高等教学计算机课程的教学计划、教学大纲以及发展趋势。

(3) 精选作者，保证质量。本套教材的作者，既有来自院校的一线授课老师，也有来自IT企业、科研机构等单位的资深技术人员。通过他们的合作使老师丰富的实际教学经验与技术人员丰富的实践工程经验相融合，为广大师生编写出适合目前教学实际需求、满足学校新时期人才培养模式的高质量教材。

(4) 一纲多本，适应面宽。在本套教材中，我们根据目前教学的实际情况，做到“一纲多本”，即根据院校已学课程和后续课程的不同开设情况，为同一科目提供不同类型的教材。

(5) 突出能力培养，适应人才市场要求。本套教材贴近市场对于计算机人才的能力要求，注重理论技术与实际应用的结合，注重实际操作和实践动手能力的培养，为学生快速适应企业实际需求做好准备。

(6) 配套服务完善，共促提高。对于每一本教材，我们在教材出版的同时，都将提供完备的PPT课件，并根据需要提供书中的源程序代码、习题答案、教学大纲等内容，部分教材还将在作者的配合下，提供疑难解答、教学交流等服务。

在本套教材的策划组织过程中，我们获得了来自清华大学、北京大学、人民大学、浙江大学、吉林大学、武汉大学、哈尔滨工业大学、东南大学、四川大学、上海交通大学、西安交通大学、电子科技大学、西安电子科技大学、北京邮电大学、北京林业大学等院校老师的大力支持和帮助，同时获得了来自信息产业部电信研究院、联想、华为、中兴、同方、爱立信、摩托罗拉等企业和科研单位的领导和技术人员的积极配合。在此，人民邮电出版社向他们表示衷心的感谢。

我们相信，“21世纪高等学校计算机规划教材——精品系列”一定能够为我国高等院校计算机课程教学做出应有的贡献。同时，对于工作欠缺和不妥之处，欢迎老师和读者提出宝贵的意见和建议。

前言

随着个人计算机的不断普及,各种常用工具软件的应用也日益普遍。利用这些软件可以更充分地发挥计算机的潜能,使用户操作和管理个人计算机更加方便、安全和快捷。

本书参考了多个本科学校的教学计划、教学大纲,从而使本书能够更好地适应本科院校的公共选修课以及相关专业“常用工具软件”课程的教学任务。

本书精选目前同类工具中优秀的、使用频率较高的软件作为讲解对象,详细地介绍了软件的使用方法。本书突出实用性,注重培养学生的实践能力,具有以下特色。

- 以软件的功能为主线,重点介绍软件的各种用途。在让学生明确该软件“能做什么”的同时,通过实例讲解具体“怎么做”。
- 以操作案例组织全书的内容,每个案例通过清晰的步骤和丰富的插图来展示。既便于学生自学,又便于教师授课。
- 全书内容丰富,选例典型,主要选取日常生活中使用频率较高的软件进行讲解,不但详细介绍了软件的用途,也为满足各种用途而配置相应的软件提供了参考。

为方便教师教学,本书配备了内容丰富的教学资源包,包括素材、PPT 电子教案、习题答案、教学大纲和 2 套模拟试题及答案。任课老师可登录人民邮电出版社教学服务与资源网(www.ptpedu.com.cn)免费下载使用。

本课程的教学课时可参考下面的课时分配表。

章 节	课 程 内 容	课 时 分 配	
		讲授	实践训练
第 1 章	安全工具	4	4
第 2 章	系统工具	4	4
第 3 章	磁盘工具	4	2
第 4 章	光盘工具	2	2
第 5 章	文件文档工具	2	2
第 6 章	翻译转换工具	2	2
第 7 章	图形图像工具	4	4
第 8 章	音频工具	2	2
第 9 章	视频工具	4	6
第 10 章	网络通信工具	2	2
第 11 章	文件传输工具	2	2
第 12 章	动画制作工具	4	4
课 时 总 计		36	36

本书由邹祖银、康志亮、宋勤编著，参加本书编写工作的还有沈精虎、黄业清、宋一兵、谭雪松、向先波、冯辉、郭英文、计晓明、董彩霞、滕玲等。由于作者水平有限，书中难免存在疏漏之处，敬请各位老师和同学指正。

编者

2010年3月

目 录

第 1 章 安全工具.....1	第 3 章 磁盘工具.....61
1.1 网络安全工具——天网防火墙.....1	3.1 磁盘碎片整理工具——Vopt.....61
1.1.1 使用天网防火墙.....1	3.1.1 整理磁盘碎片.....61
1.1.2 天网防火墙高级功能.....7	3.1.2 使用附带功能.....65
1.2 病毒查杀工具——金山毒霸.....8	3.2 数据恢复工具——FinalData.....67
1.2.1 查杀病毒.....8	3.2.1 从分区恢复丢失的数据.....67
1.2.2 创建应急 U 盘.....12	3.2.2 从硬盘恢复丢失的数据.....70
1.2.3 病毒隔离系统.....15	3.3 硬盘分区工具——PartitionMagic.....73
1.2.4 粉碎文件.....15	3.3.1 创建新的分区.....73
1.3 系统辅助工具——360 安全卫士.....18	3.3.2 调整分区容量.....77
1.3.1 常用功能.....18	3.3.3 合并分区.....79
1.3.2 查杀木马和病毒.....24	3.3.4 转换分区格式.....82
1.3.3 系统辅助功能.....28	习题.....84
1.4 木马专杀工具——木马克星.....33	第 4 章 光盘工具.....85
1.4.1 查杀木马.....33	4.1 光盘刻录工具——Nero.....85
1.4.2 更新病毒库和软件.....34	4.1.1 制作数据 DVD 光盘.....85
习题.....35	4.1.2 刻录音乐 CD 光盘.....88
第 2 章 系统工具.....36	4.2 ISO 映像文件制作工具——WinISO.....92
2.1 Windows 操作系统自带的优化工具.....36	4.2.1 编辑映像文件.....92
2.1.1 磁盘清理.....36	4.2.2 格式转换.....95
2.1.2 取消多余的启动项.....37	4.3 虚拟光驱工具——Daemon Tools.....99
2.1.3 关闭多余的服务.....38	4.3.1 装载映像文件.....99
2.2 系统优化工具——Windows 优化大师.....41	4.3.2 卸载映像文件.....101
2.2.1 优化磁盘缓存.....41	习题.....102
2.2.2 优化开机速度.....44	第 5 章 文件文档工具.....103
2.2.3 备份和清理注册表.....45	5.1 文件压缩工具——WinRAR.....103
2.3 系统维护工具——超级兔子.....47	5.1.1 快速压缩文档.....103
2.3.1 清理系统.....47	5.1.2 设置压缩密码.....105
2.3.2 安装系统补丁.....50	5.1.3 分卷压缩文件.....106
2.3.3 安装与更新驱动程序.....54	5.1.4 快速解压文件.....107
2.4 系统还原工具——一键还原精灵.....56	5.1.5 解压到指定目录.....108
2.4.1 备份系统.....56	5.1.6 解压分卷压缩文件.....110
2.4.2 还原系统.....58	5.2 PDF 文档阅读工具——Adobe Reader.....110
习题.....60	

5.2.1 阅读 PDF 文档	111
5.2.2 复制文档内容	114
5.2.3 使用朗读功能	115
5.3 数字图书阅览器——超星阅览器	117
5.3.1 阅读免费图书	117
5.3.2 制作 PDG 格式电子书	119
习题	122

第 6 章 翻译转换工具 123

6.1 多功能翻译工具——灵格斯词霸	123
6.1.1 查词翻译	123
6.1.2 取词翻译	125
6.1.3 文本翻译	127
6.1.4 语音朗读	128
6.2 快速翻译工具——金山快译	129
6.2.1 快速翻译	129
6.2.2 高级翻译	130
6.2.3 批量翻译	132
习题	134

第 7 章 图形图像工具 135

7.1 屏幕捕获工具——SnagIt	135
7.1.1 捕获图像	135
7.1.2 编辑图像	139
7.1.3 批量捕获网页图像	142
7.2 图像管理工具——ACDSee	145
7.2.1 浏览图片	145
7.2.2 编辑图片	149
7.2.3 批量修改图片	152
7.3 图像处理工具——光影魔术手	154
7.3.1 基本的图像调整功能	154
7.3.2 解决数码照片的曝光问题	157
7.3.3 制作个人艺术照	159
习题	163

第 8 章 音频工具 164

8.1 本地音乐播放器——千千静听的 使用方法	164
8.1.1 播放本地歌曲	164
8.1.2 设置播放器界面	168

8.1.3 视听网络歌曲	169
8.2 网络音乐播放器——酷我音乐盒	170
8.2.1 观看网络 MV	171
8.2.2 播放本地歌曲	173
8.3 音频编辑器——GoldWave	174
8.3.1 录制音频文件	175
8.3.2 制作手机铃声	177
8.3.3 从视频文件提取声音	181
习题	183

第 9 章 视频工具 184

9.1 网络电视工具——PPTV 的使用方法	184
9.1.1 观看直播节目	184
9.1.2 收藏电影	185
9.1.3 搜索影片	187
9.2 屏幕录像工具——Camtasia Studio 的 使用方法	188
9.2.1 设置快捷键	188
9.2.2 录制屏幕录像	189
9.2.3 编辑屏幕录像	194
9.3 视频编辑器——Windows Movie Maker 的使用方法	201
9.3.1 捕获视频	201
9.3.2 编辑电影	202
9.3.3 完成电影	212
习题	214

第 10 章 网络通信工具 215

10.1 即时通信工具——MSN	215
10.1.1 MSN 通信	215
10.1.2 管理成员	217
10.1.3 个性化设置	220
10.2 移动聊天工具——飞信	221
10.2.1 手机绑定	222
10.2.2 好友管理	222
10.2.3 发送信息	225
10.3 邮件收发工具——Foxmail	227
10.3.1 创建邮箱账户	227
10.3.2 处理电子邮件	229
10.3.3 使用地址簿	232

习题	235
第 11 章 文件传输工具	236
11.1 资源下载工具——迅雷	236
11.1.1 快速下载文件	236
11.1.2 批量下载文件	238
11.1.3 限速下载文件	241
11.2 新一代下载工具——QQ 旋风	243
11.2.1 下载资源	243
11.2.2 收藏功能	247
11.3 快速传输工具——CuteFTP	251
11.3.1 下载网络资源	251
11.3.2 上传网络资源	255
11.3.3 站点对传	257
11.3.4 计划下载文件	258
习题	259

第 12 章 动画制作工具	260
12.1 GIF 动画制作工具——Ulead GIF Animator	260
12.1.1 图像 GIF 动画	260
12.1.2 特效 GIF 动画	265
12.1.3 自制 GIF 动画	269
12.2 三维动画制作工具——Ulead Cool 3D	278
12.2.1 模板动画	278
12.2.2 特效动画	282
12.2.3 组合动画	285
12.3 电子相册制作工具——Flash Gallery Factory	292
12.3.1 画廊模式动画	292
12.3.2 幻灯片模式动画	294
习题	298

第 1 章

安全工具

在病毒横行、插件泛滥的今天，保护计算机系统安全已经成为计算机用户的日常工作之一，特别是对于连接了网络的计算机，更需要定期进行病毒扫描、插件清除和木马查杀等维护工作。本章将介绍 4 款针对计算机不同维护需求的系统防护工具。它们都是相关软件中的佼佼者，可以帮助用户打造一个百毒难侵的计算机系统。

【学习目标】

- 掌握网络安全工具——天网防火墙的使用方法。
- 掌握病毒查杀工具——金山毒霸的使用方法。
- 了解插件清除工具——360 安全卫士的使用方法。
- 掌握木马专杀工具——木马克星的使用方法。

1.1 网络安全工具——天网防火墙

天网防火墙个人版是个人计算机用户使用的网络安全工具。它可以对所有来自外部机器的访问请求进行过滤，其灵活的安全规则允许特定主机的相应服务，同时用户还可以根据自己的需要添加、删除和修改安全规则。天网防火墙可以对应用程序数据包进行底层分析拦截，控制应用程序发送和接收数据包的类型和通信端口，这些都是其他防火墙不具备的功能。本节将以天网防火墙个人版 V3.0.0 版本为例进行详细介绍。

1.1.1 使用天网防火墙

天网防火墙根据系统管理者设定的安全规则（Security Rules）把守网络，提供强大的访问控制、应用选通、信息过滤等功能。它可以帮用户抵挡网络入侵和攻击，防止信息泄露，保障用户机器的网络安全。在运行天网防火墙的情况下，任何应用程序只要有传输数据包的发送和接收动作，都会被天网防火墙先截获分析，使防御手段更周到、实用。

【操作步骤】

1. 启动天网防火墙，进入其操作界面。
2. 系统设置。
 - (1) 在防火墙控制面板中单击按钮，打开系统设置面板，如图 1-1 所示。
 - (2) 在系统设置面板的【基本设置】面板中，勾选【开机后自动启动防火墙】复选框，

这样在系统启动时将自动启动防火墙，如图 1-1 所示。

要点提示

在【规则设定】设置项中单击 **重置** 按钮，可将安全规则重置为初始状态。在【局域网地址设定】设置项中可以刷新和清空局域网地址。

(3) 设置日志参数。

- ① 单击 **日志管理** 按钮，切换至【日志管理】面板。
- ② 在【保存日志】设置项中勾选【自动保存日志】复选框。
- ③ 在【保存路径】设置项中设置日志的保存路径，如图 1-2 所示。

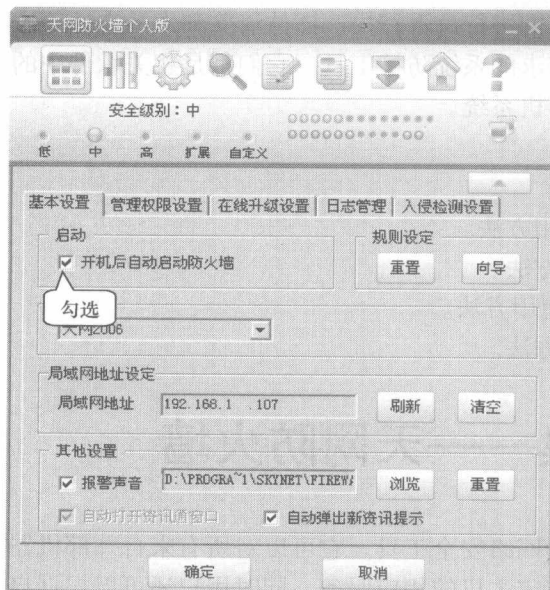


图 1-1 【基本设置】面板

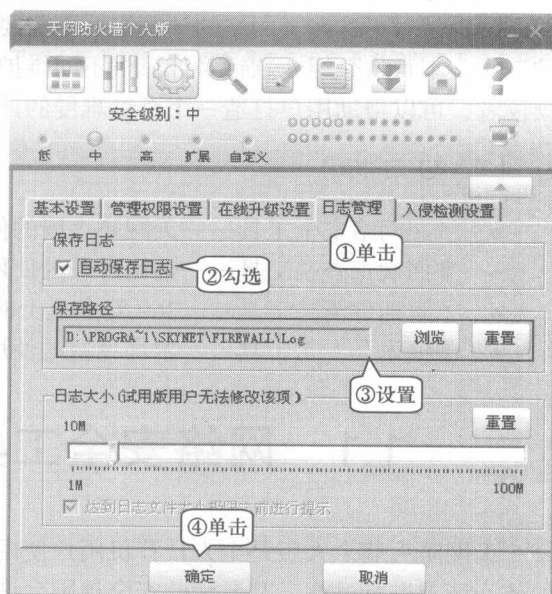


图 1-2 设置日志参数

(4) 入侵检测设置。

- ① 单击 **入侵检测设置** 按钮，切换至【入侵检测设置】面板。
- ② 勾选【检测到入侵后，无需提示自动静默入侵主机的网络包】复选框。
- ③ 在【默认静默时间】设置项中点选【10 分钟】单选按钮。
- ④ 单击 **确定** 按钮保存设置，如图 1-3 所示。

要点提示

勾选【启动入侵检测功能】复选框，检测到可疑的数据包时防火墙会弹出入侵检测提示对话框；勾选【检测到入侵后，无需提示自动静默入侵主机的网络包】复选框，当防火墙检测到入侵时，则不再弹出入侵检测提示对话框，它将按照用户设置的默认静默时间禁止此 IP，并记录在入侵检测的 IP 列表里。

3. 应用 IP 规则。

(1) 增加 IP 规则。

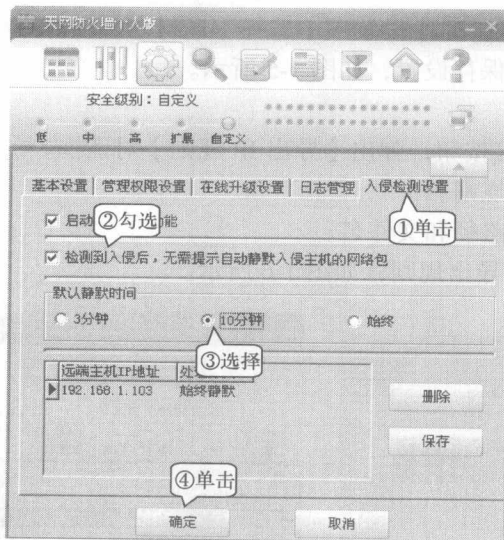


图 1-3 【入侵检测设置】面板

- ① 单击 按钮打开 IP 规则管理面板。
- ② 单击工具栏上的 按钮，弹出【增加 IP 规则】对话框。
- ③ 在【规则】设置项中设置规则的名称和说明，以便查找和阅读，如图 1-4 所示。

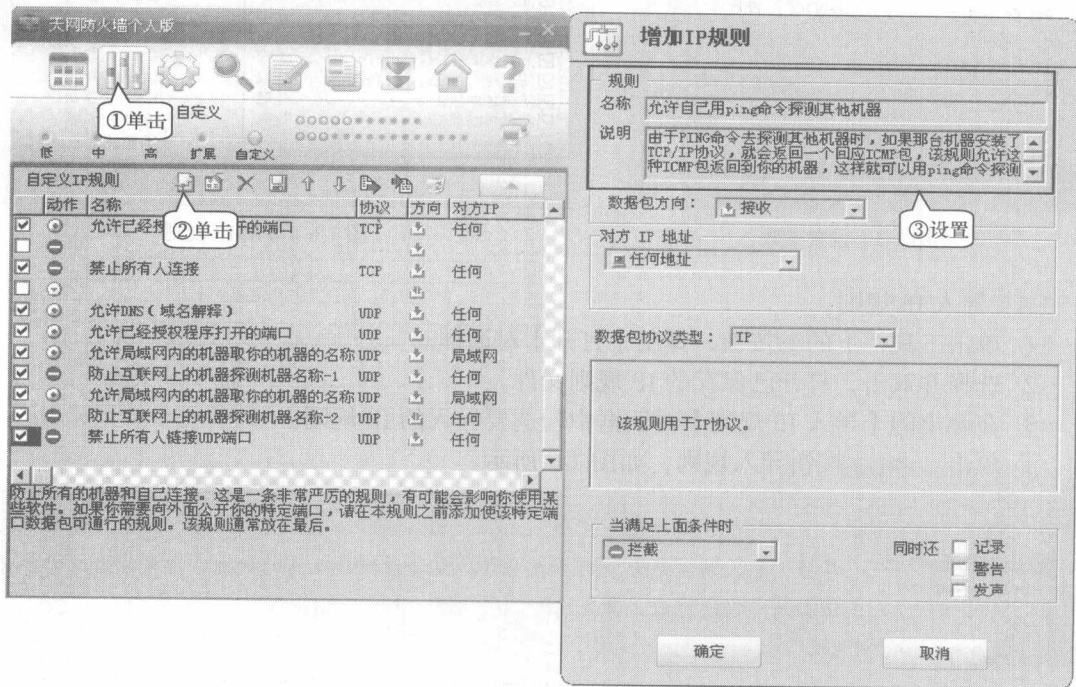


图 1-4 增加 IP 规则

(2) 设置参数。

- ① 在【数据包协议类型】下拉列表中选择【ICMP】选项。
- ② 设置【特征】设置项中的【类型】为“0”，【代码】为“255”。

③ 在【当满足上面条件时】设置项中选择【通行】选项。

④ 单击  按钮保存设置, 如图 1-5 所示。

(3) 导出 IP 规则。

① 单击工具栏上的  按钮, 弹出【导出 IP 规则】对话框。

② 勾选要导出的 IP 规则。

③ 设置 IP 规则保存路径和文件名。

④ 单击  按钮导出规则, 如图 1-6 所示。

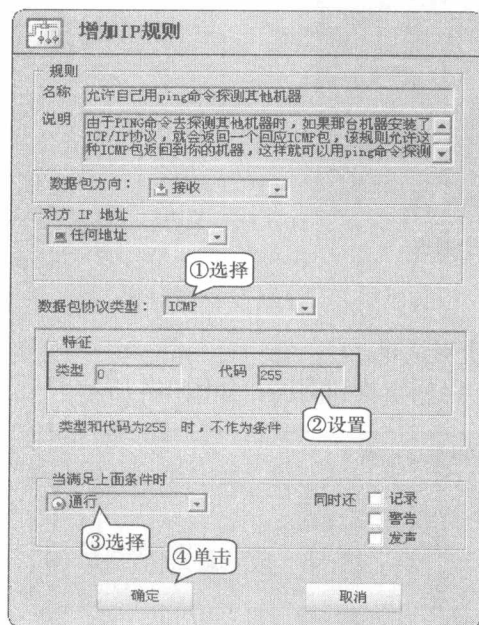


图 1-5 设置参数



图 1-6 导出 IP 规则

(4) 导入 IP 规则。

① 单击工具栏上的  按钮, 弹出【打开】对话框。

② 选择并双击, 打开已保存的 IP 规则文件。

③ 在弹出的【导入 IP 规则】对话框中勾选要导入的 IP 规则。

④ 单击  按钮导入规则, 如图 1-7 所示。

要点提示

导出、导入功能是方便用户在重装防火墙前保存现有的规则, 当重装后只需要导入已保存的规则便可以正常使用。

4. 应用程序规则。

(1) 增加程序规则。

① 单击  按钮打开应用程序规则管理面板。

② 单击工具栏上的  按钮, 弹出【增加应用程序规则】对话框。

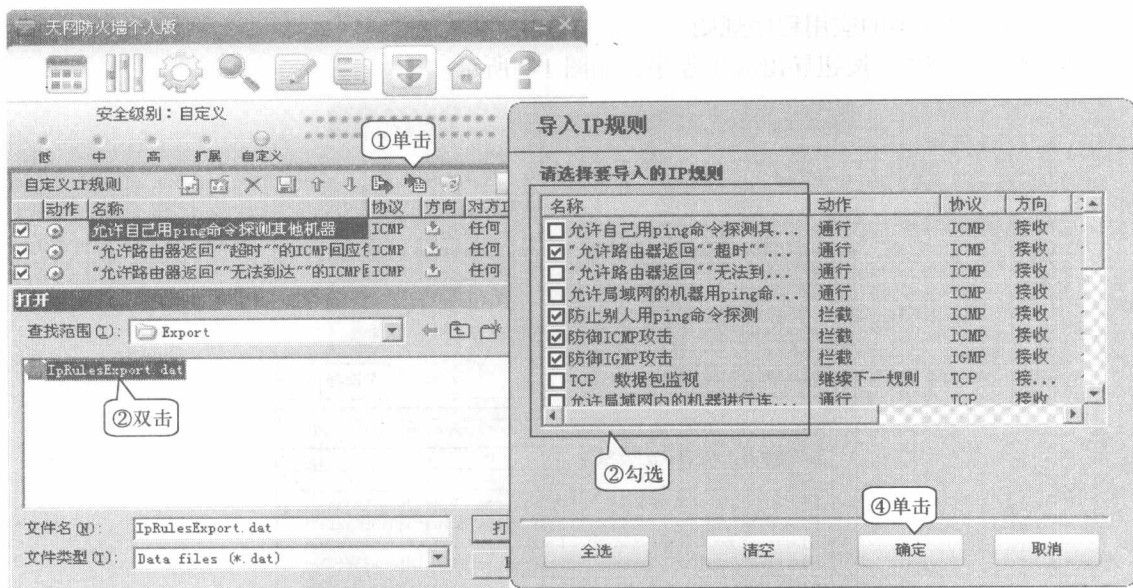


图 1-7 导入 IP 规则

- ③ 单击 **浏览** 按钮选择应用程序。
- ④ 在【该应用程序可以】和【TCP 协议可访问端口】设置项中勾选应用程序访问规则。
- ⑤ 单击 **确定** 按钮添加应用程序，如图 1-8 所示。

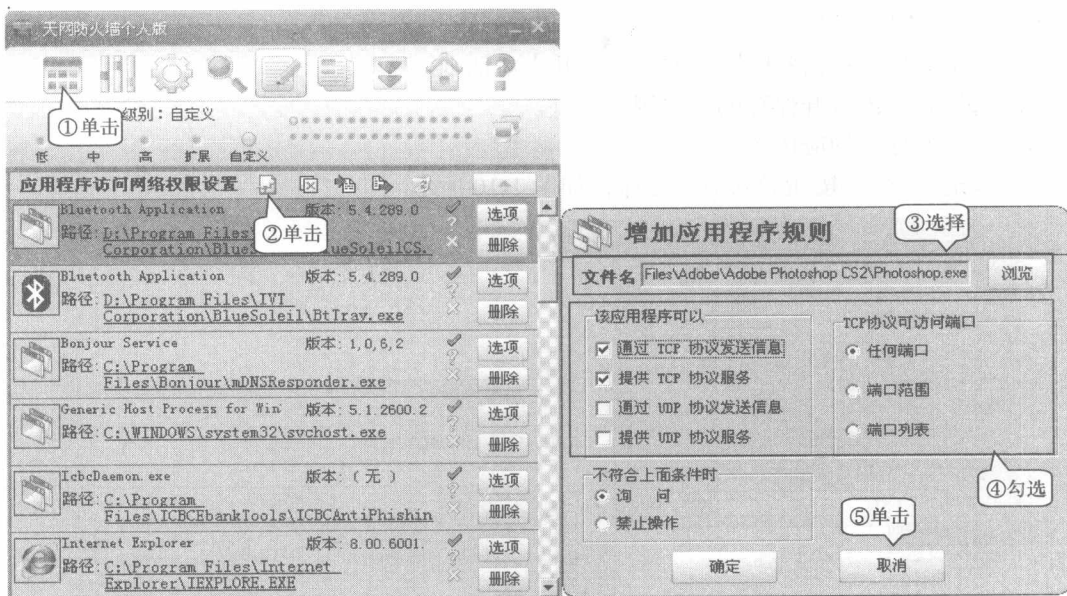


图 1-8 修改程序规则

- (2) 导出程序规则。
- ① 在工具栏上单击 **导出** 按钮，弹出【导出应用程序规则】对话框。
- ② 设置程序规则保存路径和文件名。

③ 勾选要导出的应用程序规则。

④ 单击 **确定** 按钮导出应用程序，如图 1-9 所示。



图 1-9 导出程序规则

(3) 导入程序规则。

① 在工具栏上单击 **打开** 按钮，弹出【打开】对话框。

② 选择并双击打开保存的程序规则文件。

③ 勾选要导入的应用程序。

④ 单击 **确定** 按钮导入应用程序，如图 1-10 所示。

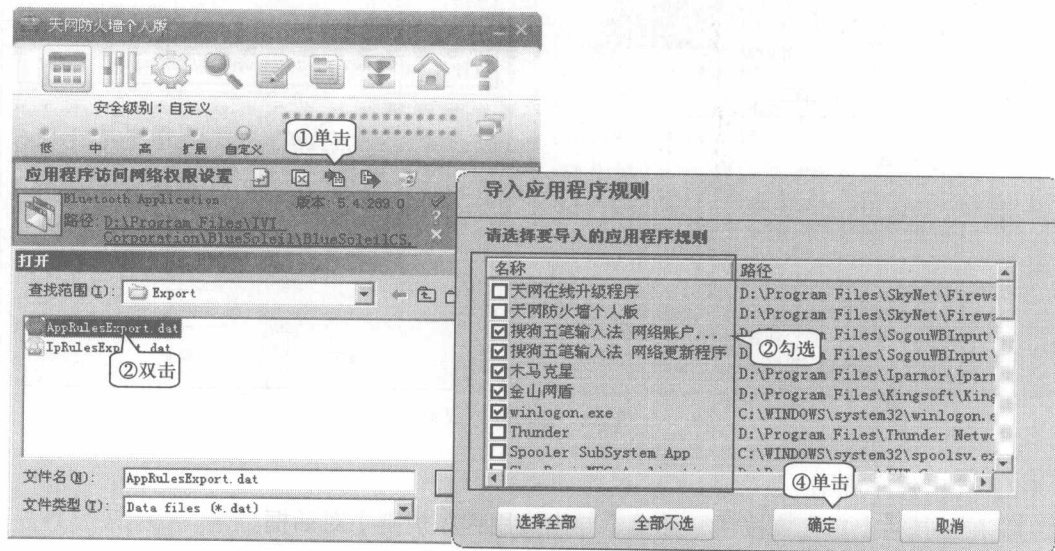


图 1-10 导入程序规则

【知识链接】——应用程序规则高级设置

在应用程序规则管理器中选择某个应用程序，单击 **选项** 按钮，弹出【应用程序规则高级设置】对话框，如图 1-11 所示。用户可以设置该应用程序禁止使用 TCP 或者 UDP 传输，并可以设置端口过滤，让应用程序只能通过固定几个通信端口或者在一个通信端口范围接收和传输数据，当进行这些设置时，用户可以设置不符合规则条件的操作方式为“询问”或“禁止操作”。

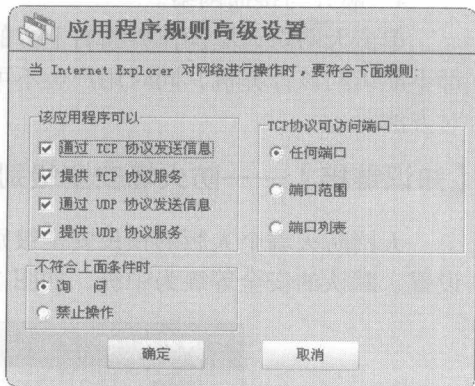


图 1-11 【应用程序规则高级设置】对话框

1.1.2 天网防火墙高级功能

用户不但可以控制应用程序访问权限，还可以监视该应用程序访问网络所使用的数据传输通信协议、端口等，同时把所有不合规则的数据传输封包拦截且记录下来。当遇到频繁攻击的时候也可以使用天网防火墙断开网络。

【操作步骤】

1. 启动天网防火墙，进入其操作界面。
2. 监控应用程序网络访问。

单击 按钮，查看当前系统中正在使用网络的应用程序，如图 1-12 所示。用户能够监视到所有开放端口连接的应用程序及其使用的数据传输协议，任何不明程序的数据传输协议端口（如特洛伊木马等）都可以在应用程序网络状态下一览无遗。

3. 查看与分析日志。

单击 按钮，查看日志。天网防火墙把日志进行了详细的分类，包括系统日志、内网日志、外网日志及全部日志，如图 1-13 所示。

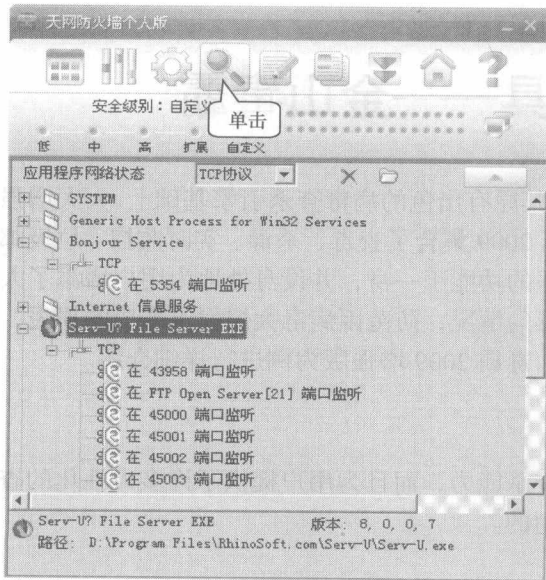


图 1-12 应用程序网络状态

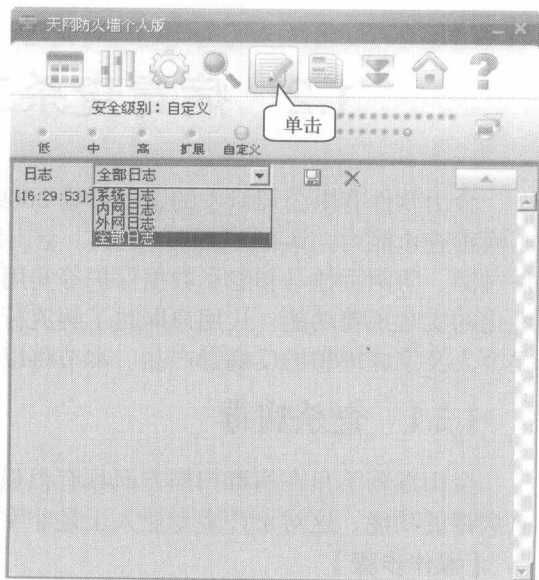


图 1-13 天网防火墙日志

4. 断开与接通网络。

单击天网防火墙操作界面右上方的  按钮，可以断开网络，就像拔掉网线一样，任何人都不能访问该计算机，同时用户也不可以访问网络。这是在遇到频繁攻击的时候最有效的应对方法。

【知识链接】——防火墙安全级别设置

天网防火墙个人版的预设安全级别分为低、中、高、扩展 4 个等级，用户还可以自定义设置，默认的安全等级为中级，如图 1-14 所示。其各个安全级别功能如表 1-1 所示。

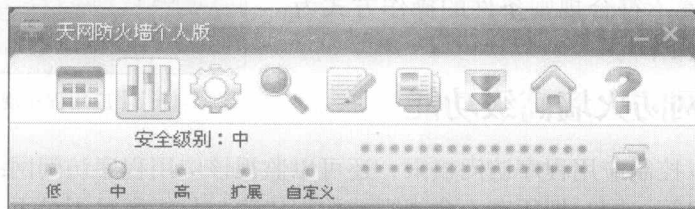


图 1-14 安全级别设置

表 1-1

各个安全级别的功能

安全级别	功能
低	计算机将完全信任局域网，但禁止互联网上的机器访问这些服务
中	禁止访问系统级别的服务。局域网内部的机器只允许访问文件、打印机共享服务。使用动态规则管理，允许授权运行的程序开放的端口服务，适用于普通个人上网用户
高	禁止局域网内部和互联网的机器访问自己提供的网络共享服务。除了已经被认可的程序开放的端口，系统会屏蔽掉向外部开放的所有端口。这也是最严密的安全级别
扩展	基于【中】安全级别再配合一系列专门针对木马和间谍程序的扩展规则
自定义	适用于对网络有一定了解并需要自行设置规则的用户

1.2 病毒查杀工具——金山毒霸

金山软件有限公司研发的金山毒霸 2009 在其原有出色的病毒查杀引擎基础上，大大增强了病毒查杀能力，具有突破性的意义。金山毒霸 2009 集合了查毒、杀毒、实时监控、垃圾邮件过滤、防网页挂马和隐私数据保护等实用性强的功能于一身，并设身处地为用户增添了人性化的实时预警功能，让用户即时了解流行病毒的情况，防范因病毒大爆发等造成的损失，是个人及家庭理想的反病毒产品。本节将以金山毒霸 2009 增强版为例进行详细介绍。

1.2.1 查杀病毒

金山毒霸不只在病毒扫描方面具有很强的查杀能力，而且为用户提供了许多人性化的查杀病毒的功能，这对于许多专业人士是非常有用的。

【操作步骤】

1. 启动金山毒霸，进入其操作界面。