



普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）

计算机常用工具软件 项目教程

槐彩昌 主 编
栾泽玉 梁 亮 刘 晶 副主编



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS



普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）

计算机常用工具软件 项目教程

主 编 槐彩昌
副主编 栾泽玉 梁 亮 刘 晶
编 写 张 峰 辛颖秀 栾丽霞 赵裕军
主 审 丁 倩



中国电力出版社
CHINA ELECTRIC POWER PRESS

内 容 提 要

本书为普通高等教育“十二五”规划教材（高职高专教育）。

本书详细介绍了目前最常用的计算机工具软件的安装、功能和使用技巧等内容。全书按功能分为 8 个项目，内容主要涉及解压缩工具、娱乐视听和多媒体处理工具软件、图像处理工具软件、电子图书阅读工具、语言翻译工具软件、网络常用通信和下载上传工具、磁盘管理和系统维护工具、病毒查杀和安全防护工具的使用方法及相关知识。读者可以由浅入深地了解各种软件的相关理论基础知识，并在应用中举一反三、触类旁通地使用同类软件。本书学习目标明确，实训效果显著，便于自学自测。本书配有多媒体教学课件，每个项目设有复习思考题，便于读者回顾交流，提高综合运用能力。

本书可作为高职高专院校常用工具软件课程的教材使用，也可作为成人高校、高级技术学校或培训机构的相关课程教材，还可供广大计算机爱好者自学使用。

图书在版编目（CIP）数据

计算机常用工具软件项目教程 / 槐彩昌主编. —北京：中国电力出版社，2011.11

普通高等教育“十二五”规划教材. 高职高专教育
ISBN 978-7-5123-2313-1

I. ①计… II. ①槐… III. ①软件工具—高等职业教育—教材 IV. ①TP311.56

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2011）第 229719 号

中国电力出版社出版、发行

（北京市东城区北京站西街 19 号 100005 <http://www.cepp.sgcc.com.cn>）

汇鑫印务有限公司印刷

各地新华书店经售

*

2011 年 12 月第一版 2011 年 12 月北京第一次印刷

787 毫米×1092 毫米 16 开本 13.5 印张 324 千字

定价 24.00 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

前言

随着计算机的日益普及，其应用已经广泛深入到工作和生活的各个方面。但我国计算机应用总体水平还很低，很多用户对计算机应用软件和常用工具软件不太了解，对计算机系统日常维护更是陌生，遇到简单问题束手无策，需要专门人员来解决。因此，提高人们对常用工具的认识，巩固和提高用户的计算机维护和应用的基本操作技术，无疑对全民计算机应用能力的提高具有重要的推动作用。

本书遵循理论和实践相结合的原则，坚持如下基本编写思路：从入门的角度，介绍最实用的工具软件；采用模块化点面结合方式，明确各节任务，便于自学；理论知识简明扼要，突出实用；除基本内容外，还对软件的升级或扩展进行了系统说明；全书分为8个项目介绍各类工具软件的使用方法，每个项目有学习目标介绍，项目下又分为多个任务，每个任务按照情境介绍、背景知识、任务目标、任务实施、任务训练的模式规划设计，每个任务的实施由一个或多个案例来完成。通过典型的实训案例、逼真的演示图片，让从未接触过计算机的读者也能够跟随教学进程快速掌握基本操作技能，提高计算机应用操作水平，轻松高效地应对日常使用中出现的各种问题。

本书的编写特色：

（1）出发点。从高等职业教育的实际情况出发，以贯彻学生的实际动手应用能力和自学能力为主。坚持“学要精、用要通”的原则，简明扼要，突出技术的实用性，强调创新思考，不以教材为禁锢。非实验手册而泛泛，重在引导，突出高职高专院校教育特色。

（2）信息源。参加编撰本教材的人员均为教学一线的骨干教师和专家，具有丰富的职教经验。坚持“以纲为纲”的编写原则，对实训、大纲和考核目标进行了调整。本书强调常用基础、注重实用推广、突出实践环节，把对工具软件的描述和实际应用紧密结合起来，培养学生分析问题和解决问题的综合应用能力，形成实训特色。

（3）模块化。本书结构严谨、层次清楚、图片清晰、步骤完整、阐述准确、通俗易懂、便于自学，突出工具软件情境教学和案例教学的实用特色。

本书由槐彩昌主编，栾泽玉、梁亮、刘晶副主编，张峰、辛颖秀、栾丽霞、赵裕军参与编写。其中栾丽霞编写了项目1，栾泽玉编写了项目2，梁亮编写了项目3，刘晶编写了项目4，张峰编写了项目5，辛颖秀、赵裕军编写了项目6，槐彩昌编写了项目7和项目8，全书由槐彩昌统稿。本书由丁倩主审。

笔者现从事的工作内容很大一部分就是计算机维护，对计算机常用工具软件熟悉，希望把自己的学习和工作体会写下来，与同行们交流，同时为读者抛砖引玉。由于计算机维护技术涉及面很广，技术更新速度太快，笔者也处于不断的学习过程中，书中一定存在不足之处，敬请广大读者不吝指正。

编者

2011年9月

目 录

前言

项目 1 解压缩工具	1
任务 1 WinRAR 的使用	1
任务 2 其他常用压缩工具使用	8
复习思考题	13
项目 2 娱乐视听和多媒体处理工具软件	14
任务 1 暴风影音	14
任务 2 网络实时播放工具 Real Player	18
任务 3 其他多媒体播放工具	21
任务 4 WisMencoder (MP4 制作工具)	26
任务 5 MP4 Converter 视频转换王	33
任务 6 其他多媒体处理工具简介	36
复习思考题	39
项目 3 图像处理工具软件	40
任务 1 图像浏览工具 ACDSee	40
任务 2 屏幕抓图工具 SnagIt 10.0	52
任务 3 其他图像处理工具简介	56
复习思考题	59
项目 4 电子图书阅读工具	60
任务 1 PDF 阅读工具——Adobe Reader	60
任务 2 用 Adobe Acrobat 制作 PDF 文件	64
任务 3 用 ReadBook 阅读电子文档	65
任务 4 其他电子图书阅读工具简介	69
复习思考题	74
项目 5 语言翻译工具软件	75
任务 1 词典工具——金山词霸 2010 的使用	75
任务 2 即时翻译工具——金山快译	79
任务 3 其他常用语言工具简介	83
复习思考题	85
项目 6 网络常用通信和下载上传工具	87
任务 1 电子邮件客户端——Foxmail	87
任务 2 网络通信工具——QQ2011	99
任务 3 其他通信工具——MSN Messenger 简介	106
任务 4 下载工具——迅雷	110

任务 5 FTP——FlashFXP	116
任务 6 其他下载工具简介	119
复习思考题	123
项目 7 磁盘管理和系统维护工具	124
任务 1 磁盘备份工具	124
任务 2 硬盘分区格式化工具	130
任务 3 其他磁盘工具简介	145
任务 4 Windows 优化大师的使用方法	151
任务 5 其他系统工具软件	159
复习思考题	168
项目 8 病毒查杀和安全防护工具	170
任务 1 常用杀毒软件及防火墙的使用	170
任务 2 金山毒霸 2011 的使用	183
任务 3 Kaspersky Internet Security 2011 的使用	189
任务 4 木马防护工具——木马克星	197
任务 5 Windows 系统的安全防护	201
任务 6 其他系统安全工具	204
复习思考题	207

项目1 解压缩工具

学习目标

- (1) 掌握解压缩软件的安装启动过程。
- (2) 掌握压缩文件的操作方法。
- (3) 掌握解压缩文件的操作方法。
- (4) 学会制作自解压文件。
- (5) 学会管理压缩文件。
- (6) 掌握其他压缩工具的使用方法。

任务1 WinRAR 的使用



情境介绍

在日常工作和学习中，时常进行文件的传输或者保存，在这个过程中，为了减少传输时间或者节省空间，经常需要把一些文件打包压缩成一个大文件，或是把一个文件分割成若干等份的小文件，这种情况下，就要用到压缩和解压缩软件。另外，在互联网上下载的绝大多数类型的文件都是经过压缩的文件，如何压缩文件和解压缩文件是经常遇到的问题。通过学习，掌握常用的压缩和解压缩软件的安装及使用方法。



背景知识

WinRAR 是目前流行和通用的压缩文件，支持多种格式，可以创建固定压缩、分卷压缩、自解压等多种方式，可以选择不同的压缩比例，实现最大限度地减小压缩文件所占用的体积。

WinRAR 是强大的压缩文件管理器。它提供了 RAR 和 ZIP 文件的完整支持，能解压 ACE、ARJ、CAB、ISO、JAR、7Z、BZ2、GZ、LZH、TAR、UUE、Z 等格式文件。WinRAR 的功能包括强力压缩、分卷、加密、自解压模块、备份等。

WinRAR 是在 Windows 系统环境下对 RAR 格式（经 WinRAR 压缩形成的文件）的文件进行管理和操作的一款软件，在某些情况下它的压缩率比 WinZip 还要大。它的特点是支持许多压缩格式，除了 RAR 和 ZIP 格式的文件外，还可以为许多其他格式的文件解压缩，同时，也可以创建自解压可执行文件。WinRAR 的文件加密使用的 AES 对称加密算法。

可以到 WinRAR 的主页 <http://www.winrar.com.cn/> 免费下载最新版本的软件进行安装。

1. 任务目标

- (1) 学习 WinRAR 的安装过程。
- (2) 学习利用 WinRAR 压缩文件。
- (3) 学习利用 WinRAR 解压缩文件。

- (4) 学习利用 WinRAR 制作自解压文件。
- (5) 利用 WinRAR 向已存在的压缩包添加文件。
- (6) 利用 WinRAR 删除已存在的压缩包添加文件。
- (7) 利用 WinRAR 修复损坏的压缩文件。

2. 任务实施

【案例 1.1】 WinRAR3.93 中文版的安装过程。

操作步骤如下：

(1) WinRAR 的安装方法非常简单，双击 WinRAR 安装文件，将会出现 WinRAR 的安装界面，如图 1.1 所示。

(2) 在图 1.1 中，WinRAR 默认的安装到“C:\Program Files\WinRAR”中，如果想安装到其他位置，可以单击“浏览”按钮，选择其他的安装位置。然后，单击“安装”按钮，WinRAR 安装程序将会自动解压缩安装文件，如图 1.2 所示。

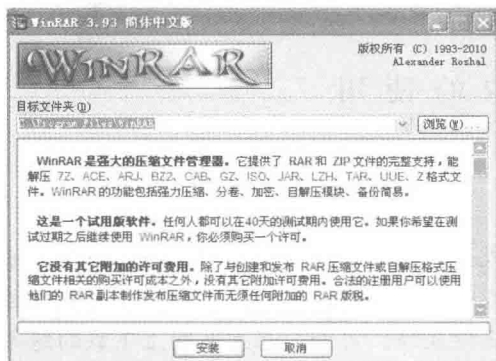


图 1.1 WinRAR 安装界面

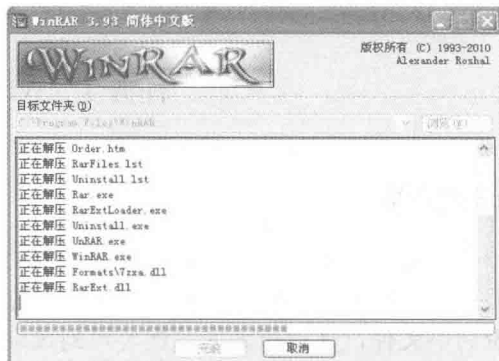


图 1.2 解压缩安装文件

(3) 解压缩安装文件工作完成后，会出现如图 1.3 所示的界面，一般不需要对图 1.3 中的内容进行更改，直接单击“确定”按钮即可。

(4) WinRAR 安装完毕会出现如图 1.4 所示的界面，单击“确定”按钮，即完成了 WinRAR 的安装。

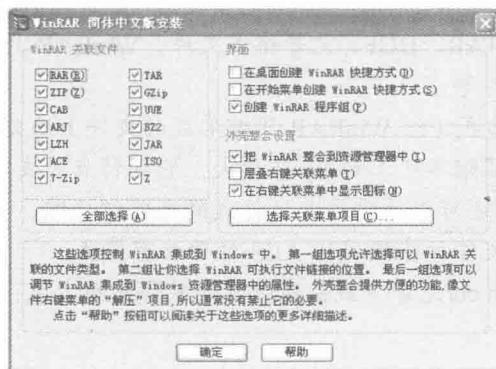


图 1.3 安装过程设置界面

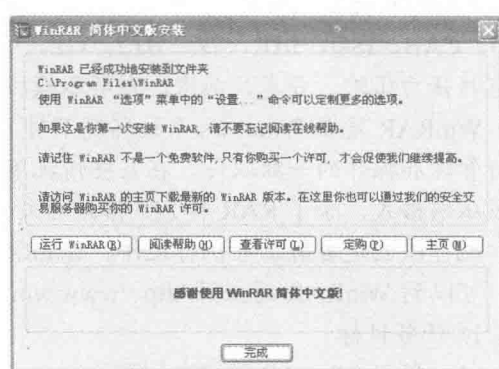


图 1.4 安装完毕界面

【案例 1.2】 压缩文件。

使用 WinRAR 把 C 盘的 wenjian 目录下的所有文件压缩为 D 盘的 wenjian.rar，通过该例说明使用 WinRAR 生成压缩文件的方法。WinRAR 主界面的操作与 Windows 系统中的资源管理器是一样的。

操作步骤如下：

(1) 在图 1.5 中双击 wenjian 目录，就会进入 wenjian 目录，如图 1.6 所示。

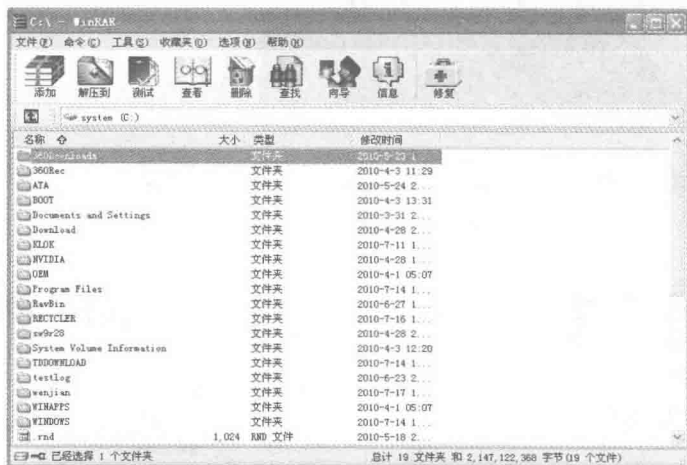


图 1.5 WinRAR 主界面

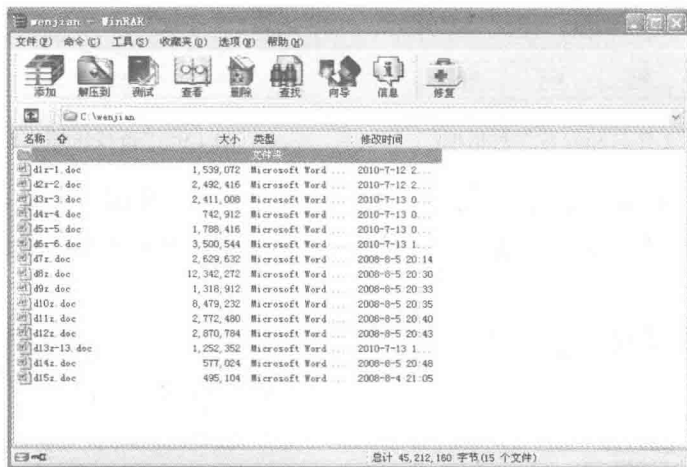


图 1.6 wenjian 文件夹的内容

(2) 在图 1.6 中按组合键 Ctrl+A，选中 C 盘 wenjian 目录下的所有文件，如图 1.7 所示。

(3) 单击图 1.7 中的“添加”按钮，出现“压缩文件名和参数”对话框，如图 1.8 所示。

(4) 在图 1.8 中单击“浏览”按钮，出现“查找压缩文件”对话框，如图 1.9 所示。

(5) 在图 1.9 中单击“查找范围”下拉列表框，选择 D 盘，并单击“打开”按钮，出现如图 1.10 所示的对话框。新建立的 wenjian.rar 文件就会被放在 D 盘根目录下。



图 1.7 全选 wenjian 目录下文件

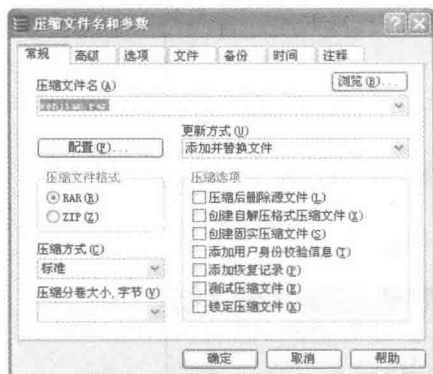


图 1.8 “压缩文件名和参数”对话框



图 1.9 “查找压缩文件”对话框

(6) 在图 1.10 中单击“确定”按钮，出现如图 1.11 所示的创建压缩文件过程。这个过程是自动进行的，不需人工操作。创建过程完成后，出现如图 1.6 所示的窗口，压缩文件已经建立好了。

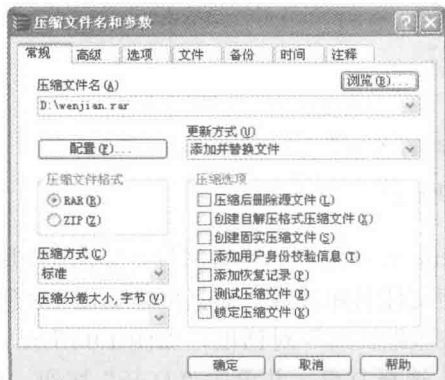


图 1.10 修改后的压缩文件名



图 1.11 创建压缩文件过程

【案例 1.3】 解压缩文件。

解压缩制作的 wenjian.rar 文件，解压后文件放在“E:\WFSX”。

操作步骤如下：

(1) 从程序组中调出 WinRAR。在 WinRAR 主界面中，单击“文件”菜单如图 1.12 所示。

(2) 在图 1.12 中单击“打开压缩文件”命令，将会出现“查找压缩文件”对话框，如图 1.13 所示，在对话框中找到压缩文件 wenjian.rar。



图 1.12 “打开压缩文件”命令



图 1.13 “查找压缩文件”对话框

(3) 双击 wenjian.rar 文件，或者选中后单击“打开”按钮，出现如图 1.14 所示的窗口。

(4) 在图 1.14 中单击“解压到”按钮，出现“解压路径和选项”对话框，如图 1.15 所示。

(5) 在图 1.15 中输入存放路径，单击“确定”按钮，wenjian.rar 中的所有文件即被释放到“E:\WFSX”目录下。

【案例 1.4】 制作一个自解压文件。

如果要把一些文件复制到另一台计算机，而对方的 Windows 操作系统又没有安装解压缩软件应该怎么办？这就要用到 WinRAR 的制作自解压文件功能了。自解压文件可以在没有安装解压缩软件的计算机上进行解压缩。



图 1.14 打开的 wenjian.rar 文件



图 1.15 “解压路径和选项”对话框

操作步骤如下:

(1) 要制作自解压文件, 首先打开 (或是重新生成) 一个压缩文件, 然后单击 WinRAR 如图 1.16 所示的“工具”菜单中的“压缩文件转换为自解压格式”命令, 出现如图 1.17 所示的“自解压格式”选项卡。



图 1.16 “工具”菜单



图 1.17 “自解压格式”选项卡

(2) 在图 1.17 中取默认设置, 直接单击“确定”按钮, 制作自解压文件的工作就完成了, 即在与 wenjian.rar 相同的路径下生成了名为 wenjian.exe 的自解压文件。

【案例 1.5】 向 wenjian.rar 内添加文件。

操作步骤如下:

(1) 用 WinRAR 打开 wenjian.rar 文件后, 单击“命令”菜单中的“添加文件到压缩文件中”命令, 如图 1.18 所示, 出现如图 1.19 所示的对话框。

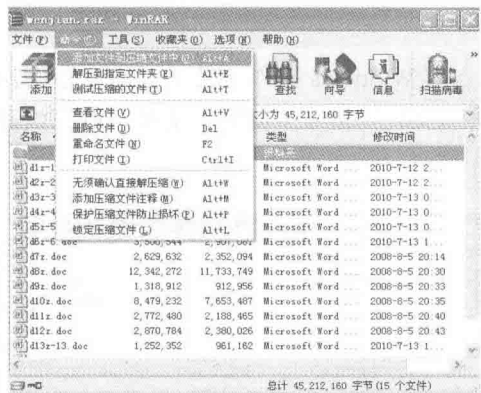


图 1.18 “添加文件到压缩文件中”命令



图 1.19 “请选择要添加的文件”对话框

(2) 在图 1.19 中选择要添加的文件, 单击“确定”按钮, 即出现如图 1.20 所示的对话框。

(3) 单击“确定”按钮, 即完成了添加文件至 wenjian.rar 的工作。wenjian.rar 会因为添加了文件而占用更多的存储空间。

【案例 1.6】 删除 wenjian.rar 中的文件。

操作步骤如下:

(1) 用 WinRAR 打开 wenjian.rar 文件, 选中要删除的文件, 如图 1.21 所示, 单击“命令”菜单中的“删除文件”命令, 出现如图 1.22 所示的对话框。

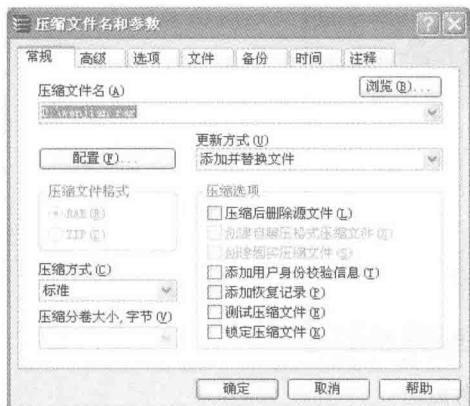


图 1.20 “压缩文件名和参数”对话框



图 1.21 “删除文件”命令

(2) 单击“是”按钮, 即删除了选中的文件。

【案例 1.7】修复 wenjian.rar 文件。

操作步骤如下:

(1) 用 WinRAR 打开 wenjian.rar 文件, 然后单击

“工具”菜单中的“修

复压缩文件”命令,

如图 1.23 所示, 单击后出现如图 1.24 所示的对话框。

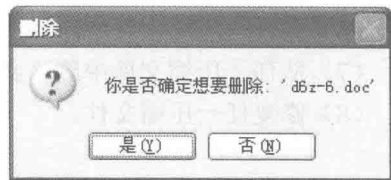


图 1.22 确定删除



图 1.23 “修复压缩文件”命令

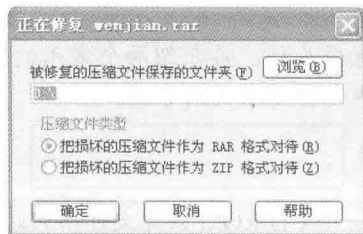


图 1.24 设定被修复压缩文件保存的文件夹

(2) 在图 1.24 中输入保存文件夹为“E:\”, 然后单击“确定”按钮, 出现如图 1.25 所示的界面。

(3) 在图 1.25 中单击“关闭”按钮, 即完成了压缩文件的修复。被修复的压缩文件放在“E:\”中, 文件名为 rebuilt.wenjian.rar。

3. 任务训练

(1) 从网上下载 WinRAR3.93 中文版(或更高版本)并安装。

(2) 使用 WinRAR 把 C 盘任一目录下的所有文件压缩为 D 盘的 RAR1.rar。

(3) 使用 WinRAR 把 D 盘任一目录下的所有文件压缩为 C 盘的 RAR2.rar。



图 1.25 修复文件成功

- (4) 解压缩 RAR1.rar 和 RAR2.rar 文件。
- (5) 将 RAR1.rar 和 RAR2.rar 转换为自解压文件。
- (6) 向任一压缩文件中添加文件。
- (7) 从任一压缩文件中删除文件。
- (8) 修复任一压缩文件。

任务 2 其他常用压缩工具使用

情境介绍

压缩工具有很多种，再介绍两个常用的压缩工具软件 WinISO 和 WinZip V14.5，在以后的学习和工作中，会有很大的帮助。

背景知识

WinISO 是一个 CD-ROM 映像文件格式转换工具，并且可以直接编辑光盘映像文件。WinISO 能够运行在 Windows Me/NT/2000 环境下。它可以处理几乎所有的 CD-ROM 映像文件，包括 ISO 和 BIN。通过 WinISO，用户可以在映像文件内部添加/删除/重命名/提取文件，用户可以将其他格式的映像文件转换为标准的 ISO 格式，同时也可以从 CD-ROM 中创建 ISO 映像文件。

那什么是 ISO 映像文件呢？ISO 文件也称为光盘映像文件，这里说的 ISO 文件并非仅仅指以 ISO 为后缀的文件，而是泛指所有的光盘映像文件。经常在网上下载资料的人，对 ISO、CUE、BIN 等格式的文件不陌生，这些文件是如何制作、如何读取的，没有见过的朋友也许会感到迷惑。玩某些大型游戏或者学习某些光盘之类的内容，经常要读取光驱，不仅费事而且读取速度极慢。现在刻录机已经普及，一些光盘映像格式文件可以通过刻录机刻录下来保存。而经常需要运行光盘的游戏或者学习软件可以做成 ISO 等格式的文件，配合虚拟光驱就能正

常运用。一般物理光驱的最大读取速度只能达到 52X，而虚拟光驱最大读取速度可以达到 200X，所以在虚拟光驱上运行包括稳定和速度快两大优点。

WinZip V14.5 也是 Windows 系统中最受欢迎的文件压缩工具之一，它可以迅速压缩和解压文件以节省磁盘空间或减少电子邮件传输时间，支持 128 位和 256 位 AES 加密功能，让使用者在传递具有高度机密性的数据时能够不易让其他人轻易解档。并且 WinZip V14.5 支持目前最新版本操作系统 Windows Vista 的 Aero 界面。

WinZip V14.5 压缩选项能够大幅压缩文件与节省电子邮件的传输时间，增强了 PPMd 和 bzip2 的压缩方法，能够建立更小的压缩档。WinZip V14.5 设置了缩略图的浏览方式，可以通过 WinZip 缩略图的方式浏览压缩文件中的任何图像，不必再从压缩档内解压后浏览，使工作更容易、快捷。

免费下载的 WinZip V14.5 需经过注册，否则有一定的试用期限。目前 WinZip V14.5 分为标准版和专业版，标准版和专业版包含的特性使 WinZip V14.5 的通用性超过以前的任何版本。通过比较 WinZip V14.5 与以往版本的不同之处，可以看出 WinZip V14.5 版本注入了一些有价值的元素。

1. 任务目标

- (1) 学习从光盘制作 ISO 文件。
- (2) 用 WinZip 向导生成一个 Zip 压缩文件。
- (3) 使用 WinZip 进行压缩文件的分割。

2. 任务实施

【案例 1.8】从光盘制作 ISO 文件。

操作步骤如下：

(1) 先打开 WinISO V5.3 的主界面，如图 1.26 所示；再配置 WinISO，单击“选项”→“配置”命令，弹出“配置”对话框，如图 1.27 所示；要从光盘制作 ISO 文件，须先把光盘放入光盘驱动器里。



图 1.26 WinISO V5.3 的主界面



图 1.27 “配置”对话框

(2) 单击“动作”→“将 CD-ROM 制作 ISO 文件”命令或按快捷键 F6，弹出如图 1.28 所示的对话框。CD-ROM 的显示主要取决于驱动器类型。在这里可以选择自己机器上的光驱，

尤其是有多个光驱的时候必须选择其一。在如图 1.28 所示对话框中单击右边的“...”按钮选择保存 ISO 文件的路径,指定文件名称就可以制作了。ASPI 和“文件”选项并不重要,一般默认就是 ASPI,但如果 ASPI 不可用,就选择“文件”选项。ASPI 可以保存光盘的启动信息,所以制作系统盘的时候,必须选择 ASPI 选项。例如,如果制作的是 Windows 系统光盘,制作好后打开会显示为启动光盘。

(3) 单击“制作”按钮后,系统即开始制作 ISO 文件,如图 1.29 所示。



图 1.28 “将光盘制成 ISO 文件”对话框

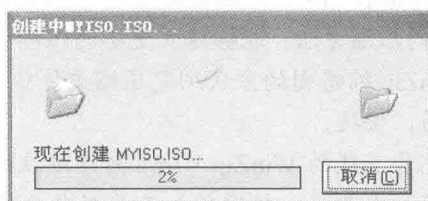


图 1.29 正在创建 ISO 文件窗口

(4) 单击“文件”→“打开”命令,按图 1.28 所示的 ISO 文件路径找到 MYIS.ISO,打开后就会显示出和光盘上相同的文件,如图 1.30 所示。



图 1.30 显示创建后的 ISO 文件内容

【案例 1.9】用 WinZip 向导生成一个 Zip 压缩文件。

操作步骤如下:

(1) 先打开 WinZip 软件,主界面如图 1.31 所示。单击“文件”→“向导”命令或者单击工具栏上的“向导”按钮,出现如图 1.32 所示的 WinZip 向导界面。

(2) 在图 1.32 中单击“下一步”按钮,出现如图 1.33 所示界面,在这个界面里可执行如下几种任务。



图 1.31 WinZip 主界面

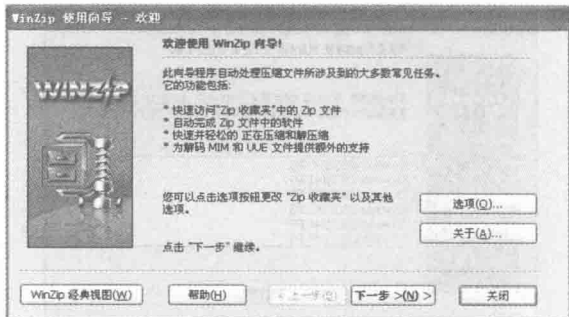


图 1.32 WinZip 向导界面

- 1) 对已存在的 Zip 压缩文件进行解压缩或安装。
- 2) 更新已存在的 Zip 或压缩文件。
- 3) 创建新的 Zip 压缩文件。
- 4) 对重要的文档、收藏夹、电子邮件进行压缩。

(3) 在图 1.33 中选择“创建新 Zip 压缩文件”单选按钮，然后单击“下一步”按钮，进入如图 1.34 所示的界面。在这个界面中可以单击“浏览”按钮来选择要建立文件的路径及名称，选择建立 D:\wenjian.zip 文件。

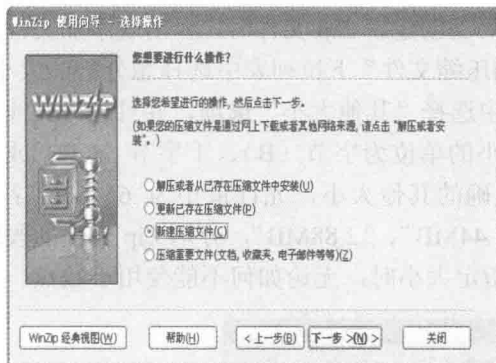


图 1.33 选择操作任务界面

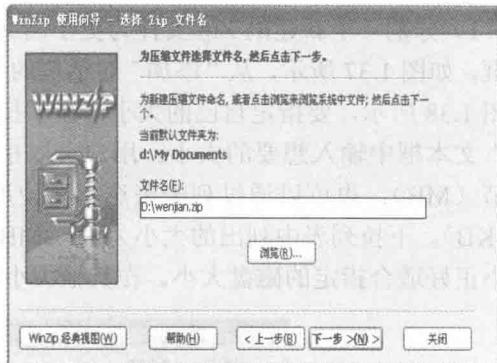


图 1.34 选择保存文件界面

(4) 在图 1.34 中单击“下一步”按钮进入选择文件界面，如图 1.35 所示。在此图中单击“添加文件”按钮或者“添加文件夹”按钮添加要压缩的文件或文件夹，添加结束单击“立即压缩”按钮进行压缩。

(5) 图 1.36 所示是压缩结束后的界面，可以单击“完成”按钮结束压缩，也可以单击“邮寄此 Zip 文件”按钮发给指定的接收人。要想邮寄该文件，还要配置“控制面板”中的“邮件”设置。至此就在 D 盘根文件夹上建立了压缩文件 wenjian.zip。

【案例 1.10】 WinZip 压缩文件的分割。

WinZip 可以方便地将创建的 Zip 压缩文件分割为指定大小的文件块，也可以将已经创建的压缩文件分割成若干部分。用户想分割压缩文件有以下几种原因。

(1) 为了克服电子邮件大小限制。一些电子邮件系统会限制附件的大小，如果用户想发送一个大小超出限制的 Zip 文件，可以将它分割为几个更小的部分，单独发送它们。