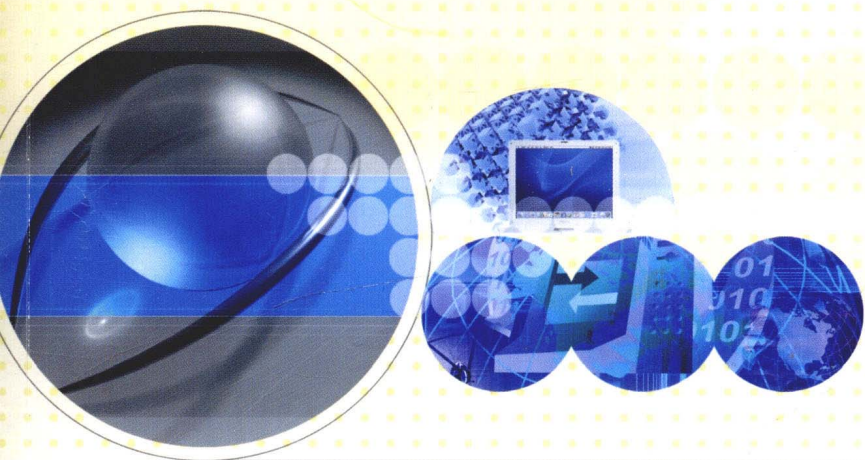


计算机
系列

“十一五”国家重点图书出版规划项目
进城务工实用知识与技能丛书

常用工具软件的使用

何 辉 陈远文 编



重庆大学出版社

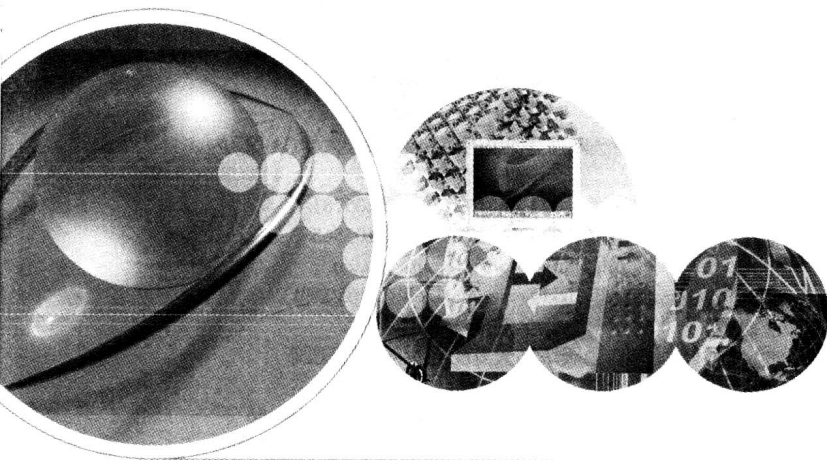
<http://www.cqup.com.cn>

计算机
系列

“十一五”国家重点图书出版规划项目
进城务工实用知识与技能丛书

常用工具软件的使用

何 辉 陈远文 编



重庆大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

常用工具软件的使用/何辉,陈远文编. —重庆:重庆
大学出版社,2008.12(2009.3重印)

(进城务工实用知识与技能丛书.计算机系列)

ISBN 978-7-5624-4338-4

I. 常… II. ①何…②陈… III. 软件工具—基本知识
IV. TP311.56

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第034651号

“十一五”国家重点图书规划项目
进城务工实用知识与技能丛书
——计算机系列

常用工具软件的使用

何辉 陈远文 编

责任编辑:王海琼 版式设计:吴庆渝

责任校对:任卓惠 责任印制:赵晟

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:张鸽盛

社址:重庆市沙坪坝正街174号重庆大学(A区)内

邮编:400030

电话:(023) 65102378 65105781

传真:(023) 65103686 65105565

网址:<http://www.cqup.com.cn>

邮箱:fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆华林天美印务有限公司印刷

*

开本:787×1092 1/32 印张:2.5 字数:56千

2008年12月第1版 2009年3月第2次印刷

印数:5 001—7 500

ISBN 978-7-5624-4338-4 定价:5.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换
版权所有,请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书,违者必究

进城务工实用知识与技能丛书

计算机系列编写组人员名单

顾 问	张小毅		
总 策 划	重庆大学出版社科技分社		
编写人员	(按姓氏笔画排名)		
	刁贵超	邓惠玲	王 熔
	代金波	许少伟	刘从兵
	刘国纪	李品英	李 攀
	陈正平	何 伟	陈远文
	陈泓吉	张晓华	何 辉
	张 强	赵礼君	钟 勤
	高 玲	梁晓渝	熊仁阶

进城务工的金钥匙(代序)

改革开放以来,我国农村社会经济发展取得了举世公认的伟大成就。现在,中央又做出了建设社会主义新农村的决策,这是缩小城乡差距、全面建设小康社会的重大举措。

人多地少的基本国情和历次农村改革的经验都告诉我们,要提高农村社会发展水平,关键之一是要减少农业劳动者的数量。“进一步转移农村劳动力是新农村建设的一个重要内容,这项工作做好了,农村就能更好更顺利地实现全面小康^①”。最新统计显示,在我国5亿农村劳动力中,已经有2亿农民从农村转移到了城镇。根据劳动保障部的有关部署,“十一五”期间我国要通过加强技能培训,帮助4500万农民实现转移就业,使每一个转移就业的农民能够达到初级技能资格标准。

技能培训是准备进城务工的农民朋友们最希望得到的公共服务之一。一门有用的技能不仅是农民朋友们“进城务工的金钥匙”,更是政府有关部门为农村待转移劳动力提供的基本“嫁妆”之一。

我们能为广大农民朋友做点什么呢?

看到——编写农民朋友们看得懂、学得会、用得上、买得起的实用技能培训图书是开展技能培训的必备条件。

想到——传播技能、普及知识,历来都是中国知识分子的己任。

不如做到——出版社的编辑们立刻行动起来了,策划并出版了《进城务工实用知识与技能丛书》。

^① 劳动和社会保障部副部长、国务院农民工工作部联席会办公室主任胡晓义语。



粗略浏览了一遍书稿,我感到《丛书》具有选材恰当、实用性强、价廉物美的突出特点。

选材恰当——《丛书》针对农民进城务工最容易上岗的职业和岗位组织编写培训读物。第一批共 10 个系列 150 种左右,包括《机械加工系列》、《建筑工系列》、《维修工系列》、《清洁工系列》等。据悉,第二批、第三批……还将陆续出版。

实用性强——《丛书》以初中文化为起点,以各种岗位的初级标准要求为依据,注重讲解各职业(岗位)最基本的操作技能,同时强调安全生产和文明服务的理念。

价廉物美——《丛书》每册定价不超过 5 元,是一套让农民看得懂、学得会、用得上、买得起的好书。

可以看出,《丛书》饱含着出版社的编辑们对农民朋友的深厚感情。在和出版社的同志们谈话中,我发现了为什么这套书能成为贴近农民工实际需求的好教材的原因。为了编好这套丛书,他们深入建筑工地、生产车间、商店、库房,了解农民工们急需掌握什么技能;他们聘请相关技能培训领域的专家担任作者,依照职业岗位标准的要求,组织编写;他们和作者一起拿着初稿征求民工们的意见,做到文字朴实、内容易懂、图文并茂,解决了怎么写农民工才能读得懂的问题。

我认为,《丛书》非常适合各地各类农民工培训机构作为培训教材,可作为各地区“农家书屋”的首选图书,也可供农民朋友自学参考。希望本《丛书》能成为农民朋友“进城务工的金钥匙”,能够切实帮助广大农民朋友学会一技之长,走上致富之路,得到实实在在的好处。同时希望本《丛书》的出版,能为我国农村劳动力转移培训工作做出应有的贡献。

中国就业促进会副会长

陈宇

2007 年 4 月 14 日

编者的话

党的“十六大”报告明确指出,“农村富余劳动力向非农产业和城镇转移,是工业化和现代化的必然趋势。”转移农村劳动力,实现农村城镇化,是我国的一项重要国策。随着农村改革的不断深入,以及工业化、城市化、现代化的大力推进,实现农村劳动力的充分就业,是农业社会向工业社会发展进程中的一个重要阶段,是加快农村经济发展、实现农村增收的关键措施。加强对农村劳动力的职业技能培训,是提高农民就业能力、增强我国产业竞争力的一项重要的基础性工作。为了适应农民朋友进城务工的需要,让他们学好技术,达到上岗就业的要求,重庆大学出版社推出了这套“进城务工实用知识与技能丛书”。

计算机应用能力是目前就业所需的最基本技能之一,我们在“丛书”下延伸出这套“计算机系列”,正是顺应信息时代下计算机广泛普及的大趋势,旨在培养农民朋友们最基本的计算机技能和技巧,以便他们能够在城镇中更容易、更好地实现就业。

“计算机系列”以初中文化为起点,全套共计 10 本,包括《计算机操作入门》、《文字与表格处理》、《Photoshop 入门》、《计算机组装与维护入门》、《计算机网络应用入门》、《轻松制作幻灯片》、《常用工具软件的使用》、《办公设备使用与维护》、《五步学会 AutoCAD》、《CorelDRAW 入门》。本系列书的作者具有丰富的理论知识、深厚的教学功底、较强的实际操作能力



和教材编写经验,尤其是具有劳动力转移培训的经验。书本内容以任务驱动的方式进行规划,使用了大量的图片和简练的文字说明,注重可操作性和实用性,力求使农民朋友们一看就懂、一学就会、一用就灵。

我们非常愿意为建设社会主义新农村出力,期盼本系列书能给农民朋友带来实惠。我们也希望得到读者的批评和指正,以便逐步调整、完善、补充,使之更符合农村劳动力转移培训的实际。

编 者
2007 年 3 月

前 言

随着我国现代化和城市化进程的加快,农村剩余劳动力向经济相对发达地区流动已经成为我国现代化建设的必然趋势。如何引领广大务工人员更快地掌握计算机基本知识、熟悉计算机操作,更快地就业上岗是我们面临的问题。

本书从实用角度出发,以图解的方式、浅显生动的语言,循序渐进地介绍了典型常用工具软件的基本操作以及各种工具属性参数的简单设置和使用。具体涉及了系统维护、图形图像处理、病毒防护、文件压缩、多媒体播放和网络搜索、下载工具等几个方面。

从安装到各个选项的设定,以及在使用过程中用户应该注意的问题,都是笔者结合自身实践经验编写的。阅读本培训教材学习使用相关软件的过程,完全不需要深奥的预备知识。读者只需要打开本培训教材,在计算机上运行相应的软件,然后按照书中所介绍的步骤一步一步进行下去就可以了。在边看培训教材边实践的学习过程中,读者就能够学会软件的基本使用方法,并有望成为 Windows 应用软件的高级用户。

本培训教材内容详尽,条理清晰,图文并茂,既是计算机初学者的入门教材,也是广大计算机用户必备的参考书。

本培训教材由何辉主编,教材内容中任务 2,5,6,7 由何辉



编写,任务1,3,4由陈远文编写。限于编者水平,书中难免存在一些错误和疏漏,恳请广大读者批评指正。

编 者

2007年8月

目 录

任务1 让你的系统更具个性化——系统优化大师

- 1 进入系统优化设置的个性化世界 1
- 2 它能给你的系统带来些什么变化 1
- 3 让你的系统和你一样——喜洋洋 3

任务2 充分感受下载的乐趣——迅雷

- 1 认识迅雷窗口 12
- 2 下载你喜欢的歌曲 12

任务3 屏幕抓图工具——红蜻蜓

- 1 让你轻松拥有图片的红蜻蜓 16
- 2 留住屏幕上的美好瞬间 19

任务4 杀灭计算机病毒

- 1 了解计算机病毒 23



2 计算机病毒的克星——瑞星杀毒软件 25

任务5 随心所欲看图片——ACDSee 9.0

1 慧眼识图 37

2 全屏幕观看图片并把它设置成桌面 38

任务6 让你的计算机也能唱歌、演电影——豪杰超级解霸 V8

1 感受豪杰的豪情万丈 43

2 在计算机上看电影 44

3 在计算机上听歌曲 44

任务7 让“肥胖”的文件“苗条”起来——WinRAR

1 文件压缩好处多 48

2 亲身经历文件“减肥”的全过程 49

3 把压缩文件还原成普通文件 51

任务8 无障碍阅览电子书籍——Adobe Reader

1 功能非凡的阅读工具 54



2 阅读 PDF 文档——巴黎圣母院	55
--------------------------	----

任务 9 经典翻译软件——金山快译 2007

1 所向披靡的“快译”	59
-------------------	----

2 翻译阅读英文文档——Relish the Moment 的第二段	60
--	----

任务 1 让你的系统更具个性化——系统优化大师

1

进入系统优化设置的个性化世界

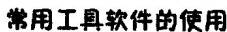
Windows 直观友好、使用简便的操作界面与强大的功能给操作者提供了极大的便利。但是有利必有弊,Windows 操作系统本身极为庞大,尤其是 Windows 98,难免会有一些隐蔽的错误和弱点。同时,用户的一些小小的失误常常会造成系统性能的下降,或导致 Windows 出现这样那样的问题,使得用户不得不去面对极为复杂的设置(如修改注册表)等操作。因此,各种 Windows 系统修改、优化软件应运而生。本任务所要介绍的 Windows 优化大师就是其中的一个优秀成员。

2

它能给你的系统带来些什么变化

Windows 优化大师包含同类软件的各种常见功能,例如:可以显示当前计算机系统信息,可对磁盘缓存、菜单弹出速度、文件系统、网络及系统安全进行优化,可以整理注册表,可以清理文件以及对机器进行个性化设置等。总而言之,它能使你在一个软件里很方便地完成 Windows 的大部分设置。

Windows 优化大师在“系统信息”标签中有“帮助”按钮,单击它会出现软件的各种说明。读者若要退出该软件,可以单击界面右上角的按钮,或者在“系统信息”标签中单击“退出”按钮。





3

让你的系统和你一样——喜洋洋

3.1 系统优化

(1) 开机速度优化

Windows 优化大师对于开机速度的优化主要通过减少引导信息停留时间和取消不必要的开机自运行程序来实现的。

用户在设置开机自启动程序时,可单击展开列表中的项目,Windows 优化大师会显示与该程序相关的说明或建议。

用户在确定要取消的开机自启动程序后,在该项目前的选择框内打上勾,然后单击“优化”按钮,即可清除该自启动程序。

Windows 优化大师在清除自启动项目时,对于清除的项目进行了备份,用户可以单击“恢复”按钮随时进行恢复。

在开机速度优化时,用户还可以增加新的开机自启动程序。方法是:首先单击“新增”按钮进入新增自启动程序子窗体,然后在“名称”框中输入欲新增项目的名称,例如:Windows 内存整理。接下来,在命令行右上方单击打开文件的按钮图标选择开机自动运行的程序。最后单击“确定”按钮即可。

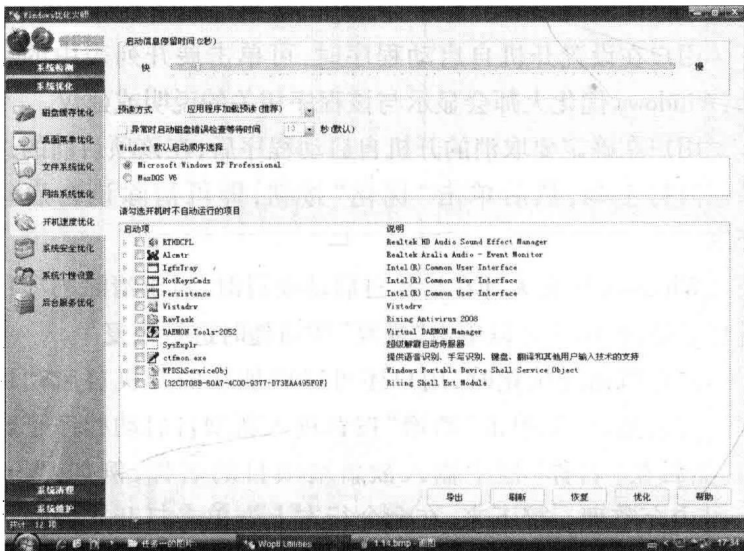
预读方式:该选项只对 Windows XP/2003 有效。用户可以设置系统预读方式为以下 4 种方式:禁用;应用程序加载预读;系统启动预读或二者均预读。选择“应用程序加载预读”后,由于系统启动时不进行文件和索引的预读,则可能会



常用工具软件的使用

减少系统启动滚动条滚动的次数或时间,因此,建议用户选择。

异常时启动磁盘错误检查等待时间,本选项适合 Windows 2000/XP/2003 用户。当 Windows 非正常关闭后,下次启动会自动运行磁盘错误检查工具(默认为:chkdsk),在自动运行前,Windows 会等待一段时间便于用户确认是否要运行,默认为 10 s。若你需要修改此等待时间,可选中此项后,输入或选择要等待的秒数,单击“优化”按钮即可。



(2) 系统个性设置

作为普通用户,我们总是希望 Windows 的操作越简单越好,比如说在鼠标右键中添加各种命令,加入各种软件运行的快捷方式,Windows 优化大师就提供了这种个性化设置功能。