

- ◆ 全国职业培训推荐教材
- ◆ 劳动和社会保障部教材办公室评审通过
- ◆ 适合于职业技能短期培训使用

● 推荐使用对象:

- ▲ 农村进城务工人员
- ▲ 就业与再就业人员
- ▲ 在职人员



Internet

入门与应用

全国职业培训推荐教材

劳动和社会保障部教材办公室评审通过

适合于职业技能短期培训使用

Internet 入门与应用

主编 白贞武

审稿 彭 勇

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

Internet 入门与应用/白贞武主编. —北京: 中国劳动社会保障出版社, 2006

职业技能短期培训教材

ISBN 7-5045-5566-5

I. I… II. 白… III. 因特网-基本知识 IV. TP393.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 024245 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

*

煤炭工业出版社印刷厂印刷装订 新华书店经销

850 毫米×1168 毫米 32 开本 3.625 印张 93 千字

2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

定价: 7.00 元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64927085

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64911344

前 言

职业技能培训是提高劳动者知识与技能水平、增强劳动者就业能力的有效措施。职业技能短期培训能够在短期内,使受培训者掌握一门技能,达到上岗要求,顺利实现就业。

为了适应开展职业技能短期培训的需要,促进短期培训向规范化发展,提高培训质量,劳动和社会保障部教材办公室组织编写了职业技能短期培训系列教材,涉及二产和三产 50 多个职业(工种)。在组织编写教材的过程中,以相应职业(工种)的国家职业标准和岗位要求为依据,并力求使教材具有以下特点:

短。教材适合 15 天至 30 天的短期培训,在较短的时间内,让受培训者掌握一种技能,从而实现就业。

薄。教材厚度薄,字数一般在 10 万左右。教材中只讲述必要的知识和技能,不详细介绍有关的理论,避免多而全,强调有用和实用,从而将最有效的技能传授给受培训者。

易。内容通俗,图文并茂,容易学习和掌握。教材以技能操作和技能培养为主线,用图文相结合的方式,通过实例,一步步地介绍各项操作技能,便于学习、理解和对照操作。

这套教材适合于各级各类职业学校、职业培训机构在开展职业技能短期培训时使用。欢迎职业学校、培训机构和读者对教材中存在的不足之处提出宝贵意见和建议。

劳动和社会保障部教材办公室

简 介

本书是因特网（Internet）应用培训教材，供各地在开展 Internet 应用的培训时使用。

本书首先介绍了 Internet 的主要应用，以及接入 Internet 的方式；然后介绍了网络上最常用的功能，使用浏览器浏览和搜索信息，收发电子邮件；还介绍了网络交流的其他渠道，如 QQ、MSN、论坛等；介绍了网络上的其他应用和服务，如网上新闻、网上购物、网上娱乐等。

本书在编写中，通过详细的操作步骤和一一对应的图片，来介绍如何应用 Internet，便于受培训者学习和掌握。

本书适合于职业技能短期培训使用。通过培训，初学者或具有一定基础的人员可以较为熟练的使用 Internet。本书也可供初次接触网络的爱好者自学。

本书由白贞武、袁赠欢、姜瑜编写，白贞武主编；彭勇审稿。

已出版的职业技能短期培训教材书目

社区服务类		汽车维修基本技能	10.00 元
家庭服务基本技能	6.00 元	冷作钣金工基本技能	7.00 元
家庭钟点服务基本技能	6.00 元	钳工基本技能	8.00 元
月嫂服务实用技能	9.00 元	车工基本技能	8.00 元
保安基础知识与技能	8.00 元	铣工基本技能	8.00 元
家庭保洁	7.00 元	磨工基本技能	12.00 元
婴幼儿护理	8.00 元	镗工基本技能	8.00 元
护理员基本技能	9.00 元	锻造工基本技能	10.00 元
养老护理	6.00 元	铸造工基本技能	7.00 元
社区保洁	7.00 元	维修电工基本技能	11.00 元
社区绿化	10.00 元	电工基本技能	11.00 元
社区保安	8.00 元	电气设备安装工技能	15.00 元
社区公共设备管理	8.00 元	美容与保健类	
物业电工基本技能	8.00 元	美容基本技能	7.00 元
手工编织	9.00 元	美发助理	5.00 元
社区房屋维修	7.00 元	美发基本技能	7.00 元
社区管道设备维护	8.00 元	保健拔罐基本技能	7.00 元
插花	9.00 元	保健按摩基本技能	6.00 元
餐饮酒店类		手足修复	9.00 元
餐厅服务基本技能	7.00 元	建筑与装饰类	
客房服务基本技能	6.00 元	木工基本技能	8.00 元
烹饪基本技能	9.00 元	钢筋工基本技能	7.00 元
中式面点制作	7.00 元	瓦工基本技能	8.00 元
西式面点制作	6.00 元	防水工基本技能	13.00 元
餐饮服务基本技能	12.00 元	架子工基本技能	9.00 元
烹饪原料加工基本技能	8.00 元	管道工基本技能	8.00 元
服装制作类		混凝土工基本技能	8.00 元
服装制作基本技能	12.00 元	文秘与计算机类	
服装缝纫基本技能	5.00 元	文秘基础知识与技能	12.00 元
服装加工基本技能	15.00 元	文字录入与处理	8.00 元
商业服务类		计算机组装基本技能	11.00 元
超市仓库保管	7.00 元	Windows XP 入门与应用	7.00 元
超市收银	9.00 元	Word 入门与应用	8.00 元
超市配送	10.00 元	Excel 入门与应用	9.00 元
制造与修理类		PowerPoint 入门与应用	8.00 元
电子装接工基本技能	7.00 元	FrontPage 入门与应用	8.00 元
司炉工基本技能	8.00 元	Visual FoxPro 入门与应用	8.00 元
锅炉设备安装	8.00 元	Outlook 入门与应用	8.00 元
挡车工基本技能	7.00 元	Photoshop 入门与应用	10.00 元

目 录

第 1 章 初识 Internet	(1)
1.1 Internet 概述	(1)
1.2 Internet 的主要应用	(7)
1.3 Internet 地址	(9)
练习题	(12)
第 2 章 进入 Internet	(14)
2.1 常见接入方式	(14)
2.2 WWW 与浏览器	(23)
2.3 浏览器的使用	(27)
练习题	(33)
第 3 章 畅游信息海洋	(34)
3.1 搜索引擎	(34)
3.2 IE 基本设置	(42)
3.3 IE 使用技巧	(47)
练习题	(52)
第 4 章 收发电子邮件	(53)
4.1 电子邮件基础	(53)
4.2 使用浏览器收发电子邮件	(57)

4.3 使用客户端软件收发邮件	(60)
练习题	(67)
第5章 拓宽交流渠道	(68)
5.1 网络寻呼 QQ	(68)
5.2 MSN Messenger	(76)
5.3 网上论坛	(85)
练习题	(89)
第6章 延伸生活空间	(90)
6.1 网上新闻	(90)
6.2 网上购物	(92)
6.3 网上娱乐	(95)
6.4 其他服务	(102)
练习题	(108)

第 1 章 初识 Internet

本章培训要求

通过本章的学习，要求培训对象了解 Internet 的特点及其主要服务，掌握 IP 地址和域名等基本概念。

1.1 Internet 概述

随着现代计算机技术的发展和通信技术的进步，网络日益成为人们生活中最重要的组成部分。网络不仅走进了科研院所，而且还走进了学校、家庭以及我们生活中的每个角落，改变着我们的生活，改变着我们的工作方式和思维方式。

很多人可能无数次听说过 Internet，但却从未接触过。对于初涉者来说，当然最想知道的是：Internet 到底是什么？它对我们的生活又有什么用？

1.1.1 什么是 Internet

Internet 的中文名称是因特网或互联网，是世界上最大的互连网络。所谓网络，简单地说，就是用电缆线把若干计算机连起来，再配以适当的软件和硬件，以达到在计算机之间交换信息的目的。

Internet 本身不是一种具体的网络，而是由相互之间可以互通信息的分布在世界各地的许多计算机相互连接而成的一个巨大网络，所以又将它称为“虚拟网络”或“网络的网络”。

人们对 Internet 有成百种比喻，有的将它比作图书馆，有的将它比作邮局，有的将它比作高速公路，不过将它比作一个由信息仓储系统和运输系统所组成的信息资源综合系统也许更恰当。

Internet 就好像一个图书馆，每一个出版物都有其自己的结构和组织方式，与其他的出版物没有关系。使用图书馆的检索系统可以寻找到所需要的书，然后利用这本书中的索引系统（如目录表、索引等）就可以找到所需要的信息。如果这本书中又提及其他相关的图书，则可以根据这些信息，再利用图书馆的检索系统找到所需要的其他信息。

Internet 又好像一个邮局，其中的每个子网络则可以看成本地的邮局。当一个邮局收到一封信后，首先应检查收信人地址是否在该邮局的管辖范围之内。如果在，则由邮局将信件直接送给收信人；如果不在，邮局就会选择一条比较好的传输途径，最终把信件送到目的地址附近的邮局，然后由该邮局将信件送给收信人。如果邮局不够大，信件就会投递到附近的一个大型邮局，然后重复上述过程以至投送给收信人。

Internet 也像一个公路系统，一旦你从某一入口驶入，就可以很轻松地从一个站点到达另一个站点，路上不但可以发现很多景点，还可以适时地停下来观赏一番，也可以同周围的游客讨论。在 Internet 上，你可以打开一个本地的已连接到 Internet 的计算机，然后通过 Internet 跳到与 Internet 连接的另一台计算机上，寻找需要的信息。另外，你可以加入不同的讨论小组，讨论你所感兴趣的话题。

今天的 Internet 已经远远超过了一个网络的含义，它是一个信息社会的缩影。虽然至今还没有一个准确的定义来概括 Internet，但是这个定义应从网络互联、网络通信、网络提供信息资源以及网络管理等不同角度来综合加以考虑。

(1) 从网络互联的角度来看，Internet 可以说是由成千上万个具有特殊功能的专用计算机或设备通过各种通信线路，把分散各地的网络在物理上连接起来。

(2) 从网络通信的角度来看，Internet 是一个用 TCP/IP 协议把各个国家、各个部门、各种机构的内部网络连接起来的超级

数据通信网。

(3) 从提供信息资源的角度来看, Internet 是一个集各个部门、各个领域内各种信息资源为一体的超级资源网。凡是加入 Internet 的用户, 都可以访问所有信息资源, 查询各种信息, 获取自己所需的各种信息资料。

(4) 从网络管理的角度来看, Internet 是不受政府或某个组织管理和控制的。但是, 连入 Internet 的每一个成员都自愿地承担对网络的管理和支付费用, 友好地与相邻网络协作指导 Internet 上的数据传输, 共享网络资源, 并且共同遵守 TCP/IP 协议的一切规定。

1.1.2 Internet 的特点

Internet 在很短的时间内风靡全世界, 而且正在以越来越快的速度发展, 这与它具有的显著特点是分不开的。

(1) 信息传播范围广

同报刊、广播、电视传媒一样, Internet 已成为今天重要的传媒形态, 并成为人类生活不可缺少的一部分。加入 Internet, 就可以与世界各地的人们交换信息, 及时获得有关政治、经济、商务活动的最新信息, 了解有关天气、体育和娱乐方面的消息, 还可以实现针对某一问题的远程讨论。

(2) 信息容量大

由于现代计算机存储技术的发展提供了近乎无限的信息存储空间, Internet 已成为一个涉及政治、经济、科研、文化、教育、体育、娱乐、企业产品广告以及招商引资等各个方面内容的全球最大的信息资源库。

(3) 检索方便快捷

与一般媒体相比, Internet 上的信息可以更方便地检索, 传输过程也极为迅速。通过 Internet, 可以很容易地检索出全球大部分生产销售某种产品的厂商, 实现与厂商的直接接触; 通过 Internet, 可以很容易地从一个国家到另一个国家, 或者同时向

不同国家的不同厂商订购不同的产品，而这一切不但只需要几分钟的时间，而且足不出户即可完成。

(4) 灵活多样的接入方式

灵活多样的人网方式是 Internet 获得高速发展的重要原因，任何计算机只要采用 TCP/IP 协议与 Internet 中的任何一台主机通信，就可成为 Internet 的一部分。由于 TCP/IP 协议采取开放策略，支持不同厂家生产的硬件、软件和网络产品，任何计算机，无论是大型机、小型机，还是微型机，只要采用 TCP/IP 协议，就可实现与 Internet 的互联。

1.1.3 Internet 的起源和发展

(1) Internet 的起源

Internet 起源于美国国防部高级研究项目署 (ARPA) 在 1969 年建立的一个实验性网络 ARPANET。

最初，ARPANET 主要用于军事研究，基于这样一种主导思想：网络必须能够经受住故障而继续维持正常工作，一旦发生战争，当网络的某一部分因遭受攻击而失去工作能力时，网络的其他部分应当能够维持正常通信。

ARPANET 最初只有 4 个节点，1972 年发展到 40 个节点，同时研究并开发了一种新的网络协议即 TCP/IP 协议，用于互联不同类型的网络，使得连接到网络上的所有计算机能够相互交流信息。

(2) Internet 的实用化

20 世纪 80 年代初，美国科学基金会 (NSF) 资助建立了 NSFNET，目的是将所有计算机科研人员连接起来进行科学、学术研究。

NSFNET 是 Internet 的一个里程碑，它将美国的五个超级计算机中心连接起来，该网络使用 TCP/IP 协议与 Internet 连接。NSFNET 建成后，Internet 得到了快速的发展。到 1988 年 NSFNET 已经接替原有的 ARPANET 成为主干网。1990 年，

ARPANET 正式宣布停止运行。

(3) Internet 的商业化

20 世纪 90 年代初, 商业机构进军 Internet、“信息高速公路”的建设, 使 Internet 呈爆炸性发展。Internet 快捷、方便的通信和信息资源, 使人们认识到它在商业用途上具有巨大潜力, 世界各地无数的企业、商家及个人纷纷涌入 Internet, 出现了许多专门为个人或单位接入 Internet 提供产品和服务的公司 ISP (Internet 服务提供商)。1995 年 4 月, NSFNET 正式关闭。

(4) Internet 的公众化

随着 Internet 的不断发展, 它已经发展到各个国家的各个行业, 为个人生活与商业活动提供了更为广阔的空间和环境。网络广告、电子商务、电子政务、电子办公已经成为大家所熟悉的名词术语。

今天的 Internet 已不再只是计算机人员和军事部门进行科研的领域, 而是开发和利用信息资源的覆盖全球的信息海洋。

1.1.4 Internet 在中国的发展

Internet 在中国的发展可分为两个阶段:

第一阶段: 1987—1993 年, 主要为理论研究与电子邮件服务, 一些科研部门通过应用 Internet 上的电子邮件, 与国外的科技团体进行学术交流和科技合作。

1990 年 4 月, 我国启动中关村地区教育与科研示范网, 1992 年该网络建成, 实现了中国科学院与北京大学、清华大学三个单位的互联。

第二阶段: 1994 年至今, 建立国内的计算机网络并实现了与 Internet 的全功能连接, 开通了 Internet 的全功能服务。

1994 年 5 月中国科学院高能物理研究所的计算机正式进入了 Internet。与此同时, 以清华大学为网络中心的中国教育与科研网也于 1994 年 6 月正式连通 Internet。

1996 年 6 月, 中国最大的 Internet 互联子网 CHINANET

正式开通并投入营运，在中国兴起了一种研究、学习和使用 Internet 的浪潮，中国的用户已经越来越走近 Internet，而 Internet 也已经成为中国人科研工作甚至日常生活的一个重要组成部分。

中国的 Internet 虽然起步较晚，但发展非常迅速。据 CNNIC（中国互联网络信息中心）发布的“第十七次中国互联网络发展状况统计报告”显示，截止到 2005 年 12 月 31 日，我国上网用户总数为 1.11 亿，仅次于美国。同 1997 年 10 月第一次调查结果 62 万上网用户相比，现在的上网用户数已是当初的 179 倍。

经过十年快速的发展，中国互联网已经形成规模，互联网应用走向多元化。人们在工作、学习和生活中越来越多地使用互联网，整个社会的运行都搭上了互联网的快车，并打上了互联网的烙印，互联网已经从单一的行业发展成为深入我国各行各业的社会大众的互联网。

目前，我国已有九大通信网络公司提供网络服务，分别是：

- (1) 中国公用计算机互联网 (CHINANET)
- (2) 中国科技网 (CSTNET)
- (3) 中国教育和科研计算机网 (CERNET)
- (4) 中国联通互联网 (UNINET)
- (5) 中国网通公用互联网 (CNCNET)
- (6) 中国移动互联网 (CMNET)
- (7) 中国国际经济贸易互联网 (CIETNET)
- (8) 中国长城互联网 (CGWNET)
- (9) 中国卫星集团互联网 (CSNET)

其中非营利单位有四家：中国科技网、中国教育和科研计算机网、中国国际经济贸易互联网和中国长城互联网。这九大互联网络单位都拥有独立的国际出口，并相互连通。截至 2005 年年底，我国的国际出口带宽总量为 136 106 M，连接的国家有美

国、俄罗斯、法国、英国、德国、日本、韩国、新加坡等。

1.2 Internet 的主要应用

Internet 不仅是网络系统，还是一个信息资源系统。这个庞大的信息资源系统的使用对象不仅仅是工程师和科研人员，形形色色的人也在不断地加入 Internet，通过它便捷的通信功能和外界交换着信息。

1.2.1 个人网上信息应用

在互联网平台上，个人对网上信息的应用是无穷无尽的，每个人都会有独到的、创新的应用和发现。

(1) 资源共享

在 Internet 上，以服务器为中心，把众多的计算机、专用服务器、大型机、小型机的资源集结在一起，从而形成遍布世界各地的数据信息资源，用户可以通过通信线路与 Internet 连接，查询和获取网上的各类信息、下载各种资料等。

(2) 网上交流

在 Internet 上，人们的交流方式越来越快捷方便，可以通过电子邮件、网际对话如聊天室等来互相交谈，获得更多的信息，了解更多的事情；还可以利用“布告栏系统 BBS”张贴自己的文章，阅读他人的帖子，参与自己所关心的话题的讨论，并得到虚拟社区里的网友的帮助或向专家咨询问题。

(3) 网上购物

Internet 发展到今天，已经使网上购物成为现实。消费者只要在自己家中，便可通过计算机浏览网络商城的商品，查看商品的式样、颜色、价格，并可以订货、付款。任何时候你想购物，只要打开家中的计算机，在网上商城选择自己喜欢的东西，并注册网上银行便可进行交易。你选中的商品就会有人送来，同时网上商城也会自动向你的网上银行扣钱，这样不用上街也可以买到东西。

(4) 网上教学

在 Internet 上, 网络大学、网上学校、虚拟学校不断涌现和发展, 远程教学课程可以通过网络传至世界各地, 远在千里的人们可以同时享受到高质量的教育, 一个自我学习、适合个人的教育时代就要真正到来了。

此外, 网上娱乐、网上休闲、网上求职、网上求医、网上旅游以及在线服务等, 不断改变着人们的生活方式。

1.2.2 企业网上信息应用

Internet 在 20 世纪 90 年代初进入商业领域后, 在全球范围内得到广泛应用。在现代高速发展的社会里, 企业与企业、企业与用户之间的联系日益密切, 大量的、复杂的信息交流显得尤为重要。通过 Internet, 企业可以与用户及其他企业建立实时互动的信息交换, 开展生产、流通、交换、消费各环节的电子商务, 最终实现企业经营管理全面信息化。

(1) 树立企业形象

Internet 连接了相当多的网民、企业机构和政府, 而且向着更广阔的范围发展, 任何一个企业家都不应置身于 Internet 之外。Internet 提供了虚拟的全球性贸易环境, 企业面对的是全世界数亿用户, 不管企业原来的规模大小如何, 企业在 Internet 上起步是一样的, 这对于企业, 尤其是中小型企业树立企业形象尤为重要。

(2) 建立新型商务模式

电子商务是未来经济发展的大趋势, 目标是实现交易信息的网络化和电子化, 如使用电子货币, 开设网上商店, 进行网上商务谈判和使用电子签名签合同等。企业上网为企业提供了新型的与用户进行联系和沟通的方式, 减少了企业和消费者中间的流通环节。电子数据交换则减少了中间管理和人员的开销, 同时为企业引进了全新的内部管理模式, 便于提升企业的管理水平。电子商务亦为企业提供了新型的营销方式, 可使企业和消费者

从中得到利益。

(3) 提供更完善服务

企业上网后可以为客户提供详尽的产品信息或服务介绍，方便客户的信息索取，提供产品或服务的预定和咨询接待，提供售后服务或动态服务状态查询，更高层次地满足客户需求。而且这种服务是全天候的，并且具备了交互手段。

(4) 加强企业与客户联系

Internet 是以数字化信息为基础的，信息交换的可靠性也远远超过了常规通信方式。企业上网可以与客户建立实时的交流渠道。企业可以在网站上公开电子邮件地址，使客户能够通过电子邮件向企业发表意见。这些交流可以使客户全面和客观的了解企业和企业的服务及产品，又因为是直接对话，具有增进感情的作用。

此外，企业可以通过 Internet 进行网上采购、网上投标，甚至网上支付、网上报税、网上报关等。

1.3 Internet 地址

Internet 将位于世界各地的大大小小的网络互联起来，而这些网络上又有许多计算机接入。用户通过在已联网的计算机上进行操作，与 Internet 上的其他计算机通信或者获取网上信息资源。

为了使用户能够方便而快捷地找到需要与其连接的主机，首先必须解决如何识别网络中主机的问题。

1.3.1 IP 地址

地址是每一种网络都要面对的问题，地址用来标识网络中的某个对象，所以也称“标识符”。正如在日常生活中的门牌号码不会重复一样，互联网上每台主机都有唯一的 IP 地址。IP 地址可以标识出 Internet 上的每一台主机，使我们在 Internet 上很方便地寻址，完成彼此间的通信联络。