



中等职业学校教学用书(计算机技术专业)

常用工具软件 (第4版)

© 王威亚 吴清萍 主编

本书配有电子教学参考资料包



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

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

内容简介

中等职业学校教学用书（计算机技术专业）

常用工具软件

（第4版）

王威亚 吴清萍 主 编
史晓云 李俊卿 副主编
冯 凯 张海波 郑 京 赵亚云 参 编

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书从实用功能角度出发,在原版《常用工具软件(第3版)》一书基础上,筛选了目前最流行最新版本的常用工具软件。全书共分9章,包括Windows的系统工具软件、系统优化与设置工具、磁盘工具软件、压缩工具软件、网络工具、安全工具软件、光盘刻录、多媒体工具、汉化翻译。本书内容浅显易懂、图文并茂,重点学习各个软件的主要功能及使用方法。在形式上以经典任务引导学生学习。书中穿插必要的理论知识,以加强对工具软件的理解和掌握。

本教材可作为中职计算机专业和各種计算机技能培训相应的课程教材,也适合需要提高自己计算机应用技能的广大计算机爱好者使用。

本书还配有教学指南、电子教案及习题答案(电子版),以方便教学使用,详见前言。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

常用工具软件 / 王威亚, 吴清萍主编. —4版. —北京: 电子工业出版社, 2008.3

中等职业学校教学用书. 计算机技术专业

ISBN 978-7-121-05251-4

I. 常… II. ①王… ②吴… III. 软件工具—专业学校—教材 IV. TP311.56

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 165480 号

策划编辑: 关雅莉

责任编辑: 关雅莉 肖博爱

印 刷: 北京市通州大中印刷厂

装 订: 三河市万和装订厂

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本: 787×1 092 1/16 印张: 14.75 字数: 377.6 千字

印 次: 2008 年 3 月第 1 次印刷

印 数: 6 000 册 定价: 21.80 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlt@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

中等职业学校教材工作领导小组

主任委员：陈 伟 信息产业部信息化推进司司长

副主任委员：辛宝忠 黑龙江省教育厅副厅长

李雅玲 信息产业部人事司处长

尚志平 山东省教学研究室副主任

马 斌 江苏省教育厅职社处处长

黄才华 河南省职业技术教育教学研究室主任

苏渭昌 教育部职业技术教育中心研究所主任

王传臣 电子工业出版社副社长

委员：（排名不分先后）

唐国庆 湖南省教科院

张志强 黑龙江省教育厅职成教处

李 刚 天津市教委职成教处

王润拽 内蒙古自治区教育厅职成教处

常晓宝 山西省教育厅职成教处

刘 晶 河北省教育厅职成教处

王社光 陕西省教育科学研究所

吴 蕊 四川省教育厅职成教处

左其琨 安徽省教育厅职成教处

陈观诚 福建省职业技术教育中心

邓 弘 江西省教育厅职成教处

姜昭慧 湖北省职业技术教育研究中心

李栋学 广西壮族自治区教育厅职成教处

杜德昌 山东省教学研究室

谢宝善 辽宁省基础教育教研培训中心职教部

安尼瓦尔·吾斯曼 新疆维吾尔自治区教育厅职成教处

秘 书 长：李 影 电子工业出版社

副 秘 书 长：柴 灿 电子工业出版社



随着计算机应用程度的日益提高，对计算机系统的日常维护工作日趋重要。掌握相关的常用工具软件的使用方法是必要的。虽然常用工具软件涉及门类很多，但实际上，大都功能单一，使用简单方便。它们就好像我们日常生活中的一个个小工具一样，使用它们，可以给工作、学习带来很多方便，大大提高工作效率。

本教材从实用出发，从众多的工具软件中精选出最常用、最实用和最具代表性的工具软件来讲解，所涉及的软件均采用目前流行的、覆盖面宽的版本。教材内容共 9 章：第 1 章 Windows 的系统工具软件，第 2 章系统优化与设置工具，第 3 章磁盘工具软件，第 4 章压缩工具软件，第 5 章网络工具，第 6 章安全工具软件，第 7 章光盘刻录，第 8 章多媒体工具，第 9 章汉化翻译。

本书特点是从初学者的角度，介绍最实用的工具软件；从实用目的出发，主要介绍工具软件的主要功能部分；采用任务驱动方式，便于自学；理论知识点到为止，突出应用。通过一系列的典型任务，使学习者可以很快地掌握常用工具软件的主要功能和相关知识，从而提高计算机应用的整体水平，轻松地应对日常使用中出现的各种问题。

教材第 1 章和第 4 章由李俊卿老师编写，第 2 章由冯凯、张海波老师编写，第 3 章和第 9 章由张海波老师编写，第 5 章和第 6 章由史晓云老师编写，第 7 章和第 8 章由冯凯老师编写。全书由王威亚、吴清萍审阅，在此表示诚挚的感谢！

由于教材中介绍的软件较新，书中疏漏和错误之处，殷切希望广大师生批评指正。

为了方便教师教学，本书还配有教学指南、电子教案及习题答案（电子版），请有此需要的教师登录华信教育资源网（<http://www.huaxin.edu.cn> 或 <http://www.hxedu.com.cn>）免费注册后再进行下载，有问题时请在网站留言板留言或与电子工业出版社联系（E-mail:hxedu@phei.com.cn）。

编者

2008 年 3 月



目 录



第 1 章 Windows 的系统工具软件	1
1.1 使用 Windows 自带的备份与还原工具	1
1.2 磁盘清理程序	5
1.3 磁盘碎片整理程序	7
1.4 系统还原	9
1.5 任务管理器	11
第 2 章 系统优化与设置工具	13
2.1 使用 Windows 自带工具进行优化	13
2.1.1 系统性能优化	13
2.1.2 系统服务优化	17
2.1.3 注册表优化	19
2.2 Windows 优化大师	21
2.2.1 Windows 优化大师主界面	21
2.2.2 系统检测与自动优化	22
2.2.3 系统优化	25
2.2.4 系统清理	34
2.2.5 系统维护	40
2.3 系统优化软件——超级兔子	41
2.3.1 利用“超级兔子清理王”优化系统	41
2.3.2 修复 IE	46
2.3.3 内存整理	47
2.4 其他相关软件介绍	48
习题	50
第 3 章 磁盘工具软件	51
3.1 Windows 的“磁盘管理”	51
3.1.1 启动“磁盘管理”	51
3.1.2 磁盘分区的创建与删除	52
3.1.3 磁盘分区的管理	58
3.1.4 磁盘分区属性	60
3.2 “克隆”软件——Norton Ghost	62

3.2.1	数据备份	62
3.2.2	数据恢复	69
3.2.3	恢复点管理	72
3.2.4	状态查看	76
3.2.5	Ghost 设置	77
3.3	其他相关软件介绍	78
3.3.1	分区魔术师——PartitionMagic	78
3.3.2	还原精灵	80
3.3.3	一键 Ghost	80
1	习题	81
第 4 章	压缩工具软件	82
4.1	使用 WinRAR	82
4.2	使用 WinZIP	86
4.3	其他相关工具软件介绍	89
4.3.1	7-Zip	89
4.3.2	KGB Archiver	89
4.3.3	PowerArciver	90
4.3.4	ExtractNow	90
4.3.5	WinAce	90
第 5 章	网络工具	91
5.1	BT 下载工具	91
5.1.1	寻找资源	91
5.1.2	任务下载	92
5.1.3	资源分享	93
5.2	迅雷下载工具	94
5.2.1	下载文件	95
5.2.2	批量下载	96
5.2.3	任务管理	97
5.3	其他下载工具介绍	99
5.3.1	网际快车 (Flashget)	99
5.3.2	影音传送带 (Net Transport)	100
5.3.3	电驴 (eMule)	101
5.4	腾讯 QQ	102
5.4.1	申请免费 QQ 号码	103
5.4.2	登录 QQ	103
5.4.3	查找并添加好友	104
5.4.4	和好友聊天	105
5.4.5	给好友传送文件	106
5.4.6	语音视频聊天	107

541	5.4.7 在 QQ 群里聊天	108
541	5.5 微软 MSN	109
541	5.5.1 申请账户	109
541	5.5.2 登录 MSN	110
541	5.5.3 添加及管理联系人	111
541	5.5.4 文字聊天	113
541	5.6 新浪 UC	114
541	5.6.1 登录 UC	114
541	5.6.2 添加好友	115
541	5.6.3 发送即时消息	116
541	5.7 网站收发电子邮件	116
541	5.7.1 申请免费邮箱	117
541	5.7.2 进入免费邮箱	118
541	5.7.3 编辑并发送邮件	118
541	5.7.4 接收并回复邮件	119
541	5.8 Outlook Express	120
541	5.8.1 设置电子邮件账户	120
541	5.8.2 新建并发送邮件	122
541	5.8.3 接收并回复邮件	123
541	5.8.4 编写个性化邮件	124
541	5.8.5 管理邮件	125
541	第 6 章 安全工具软件	127
541	6.1 计算机病毒的基本知识	127
541	6.1.1 计算机病毒的概念及特征	127
541	6.1.2 计算机病毒的分类	129
541	6.1.3 计算机病毒的危害及传播途径	130
541	6.1.4 计算机病毒的防治	130
541	6.2 瑞星杀毒软件	131
541	6.2.1 查杀病毒	131
541	6.2.2 瑞星监控中心	132
541	6.2.3 瑞星升级	133
541	6.3 卡巴斯基杀毒软件	135
541	6.3.1 病毒扫描	135
541	6.3.2 更新应用程序	136
541	6.3.3 保护组件	137
541	6.4 金山毒霸杀毒软件	138
541	6.4.1 扫描病毒	138
541	6.4.2 综合设置	139
541	6.4.3 在线升级	140

第7章 光盘刻录	142
7.1 使用“我的电脑”刻录光盘	142
7.2 刻录工具——Nero	144
7.2.1 刻录数据光盘	145
7.2.2 复制光盘	148
7.2.3 刻录音乐光盘	149
7.2.4 制作视频光盘	151
7.2.5 创建引导光盘	153
7.2.6 刻录自运行光盘	155
7.2.7 刻录镜像文件	156
7.3 其他相关工具软件介绍	157
7.3.1 镜像文件制作工具	157
7.3.2 虚拟光驱	159
第8章 多媒体工具	162
8.1 影音播放工具	162
8.1.1 RealPlayer	162
8.1.2 暴风影音	165
8.1.3 快乐影音	167
8.2 图像浏览工具	169
8.2.1 图像浏览软件 ACDSee	169
8.2.2 使用“Windows 图片和传真查看器”浏览图片	175
8.2.3 使用 Nero 进行图片处理	177
8.3 图像捕捉工具	178
8.3.1 红蜻蜓抓图精灵 2005	178
8.3.2 其他工具软件中的图像捕捉功能	182
8.4 电子书阅读工具	184
8.4.1 Adobe Reader	185
8.4.2 超星阅读器	186
8.4.3 制作电子书	189
第9章 汉化翻译	191
9.1 金山快译	191
9.1.1 功能介绍	191
9.1.2 操作界面	192
9.1.3 设置金山快译	192
9.1.4 快速翻译文章	195
9.1.5 全文翻译文章	197
9.1.6 汉化软件界面	200
9.1.7 汉化网页	204
9.1.8 多语言内码转换	205

9.1.9 英文写作助理	205
9.2 在线翻译	206
9.2.1 常用的在线翻译网站	206
9.2.2 使用在线翻译	206
9.3 其他相关工具软件介绍	210
9.3.1 东方快车 2003	210
9.3.2 金山词霸	218
9.3.3 南极星全球通	223
习题	224

第1章 Windows 的系统工具软件

Windows 为用户提供了一组图形界面的系统工具软件,用于完成备份及磁盘维护等工作。

依次单击【开始】→【程序】→【附件】→【系统工具】,就可看到系统工具菜单,如图 1-1 所示。

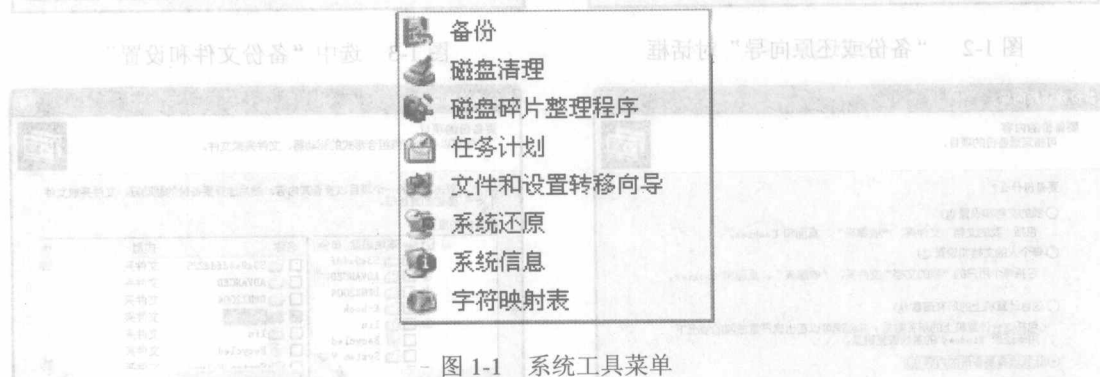


图 1-1 系统工具菜单

1.1 使用 Windows 自带的备份与还原工具

对硬盘上的数据进行备份是保护重要数据的必要措施之一。Windows XP 磁盘备份和磁盘还原功能被整合在“备份或还原向导”中。通过该操作向导,用户很容易将存储在磁盘上的重要数据进行磁盘备份。

任务 1

使用备份工具,将 D 盘上的“E-book”文件夹备份到“我的文档”中。

操作步骤如下:

(1) 单击【开始】→【程序】→【附件】→【系统工具】→【备份】命令,打开“备份或还原向导”对话框,如图 1-2 所示。

(2) 单击“下一步”按钮,在打开的对话框中选中“备份文件和设置”单选按钮,如图 1-3 所示。

(3) 单击“下一步”按钮,在“要备份什么”选项组中选中“让我选择要备份的内容”,如图 1-4 所示。

(4) 单击“下一步”按钮,打开“要备份的项目”对话框,选择需要备份的文件夹,这里选中“E-book”文件夹,如图 1-5 所示。如果需要备份整个磁盘分区,仅需选中该磁盘分区前复选框即可。

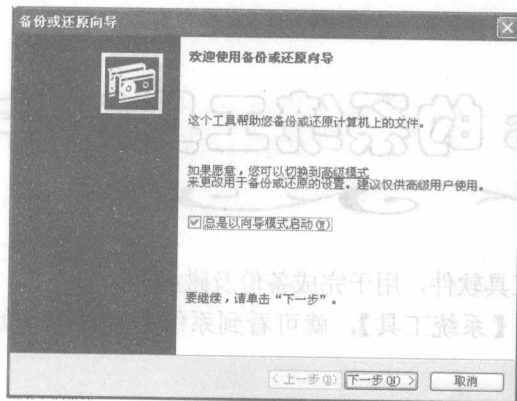


图 1-2 “备份或还原向导”对话框

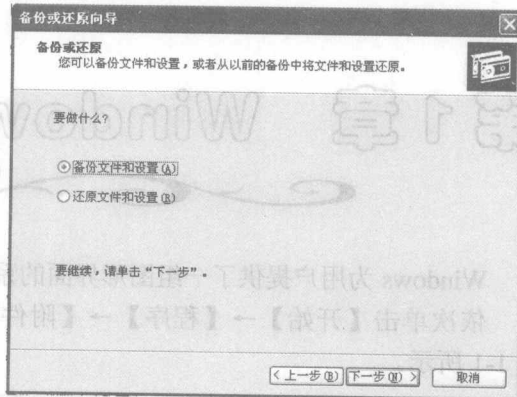


图 1-3 选中“备份文件和设置”

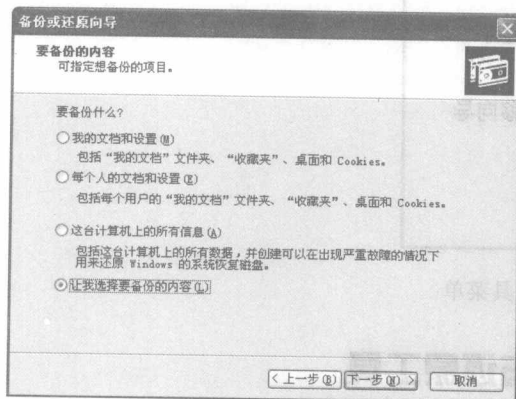


图 1-4 选中“让我选择要备份的内容”

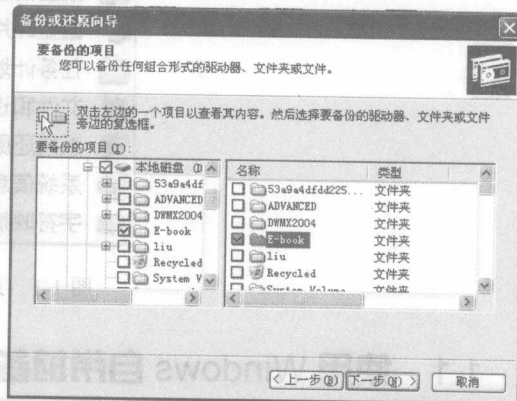


图 1-5 选择需要备份的文件夹

(5) 单击“下一步”按钮，打开“备份类型、目标和名称”对话框，在其中选择保存位置和备份名称，默认文件名为 Backup，如图 1-6 所示。单击“浏览”按钮，打开“另存为”对话框，选择保存位置，输入文件名，如图 1-7 所示。

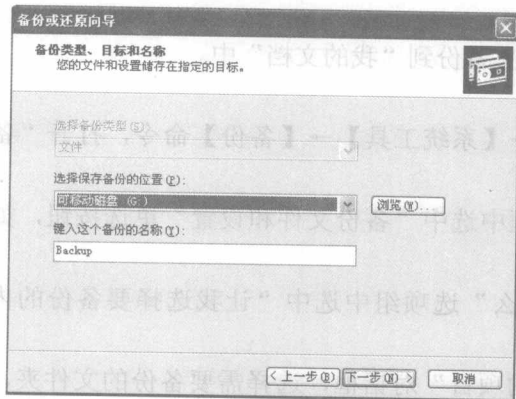


图 1-6 选择保存备份的位置

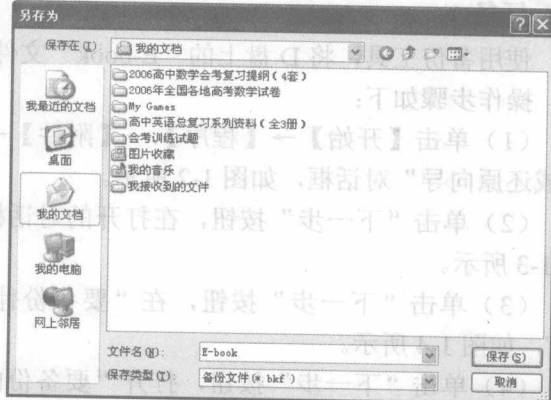


图 1-7 更改备份文件的位置及文件名

(6) 单击“保存”按钮，所选定的保存位置及所输入的文件名都显示在相应的文本框

中,如图 1-8 所示。

(7) 单击“下一步”按钮,打开如图 1-9 所示的对话框,显示备份设置的信息,确认无误后单击“完成”按钮,开始备份,备份进度如图 1-10 所示。

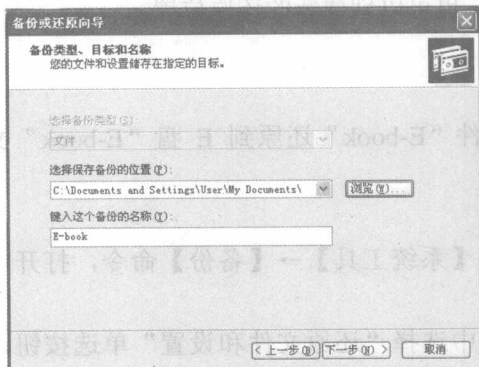


图 1-8 更改后的备份文件位置及文件名

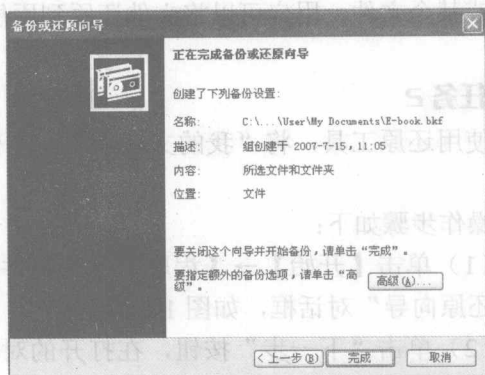


图 1-9 备份设置的信息

(8) 备份完成后, 系统显示已完成备份的信息, 如图 1-11 所示。单击“报告”按钮, 可以打开“backup-记事本”, 用户可以查看备份状态报告, 如图 1-12 所示。

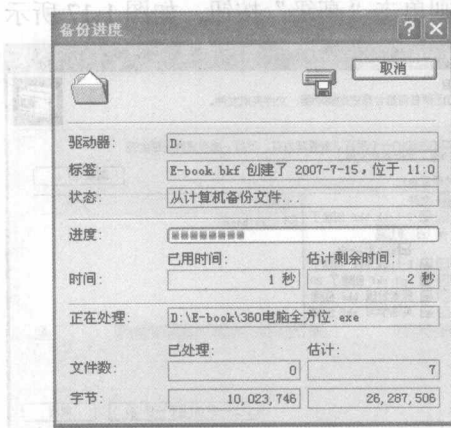


图 1-10 备份进度

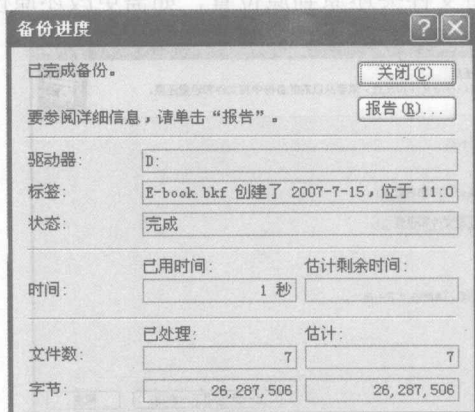


图 1-11 完成备份信息

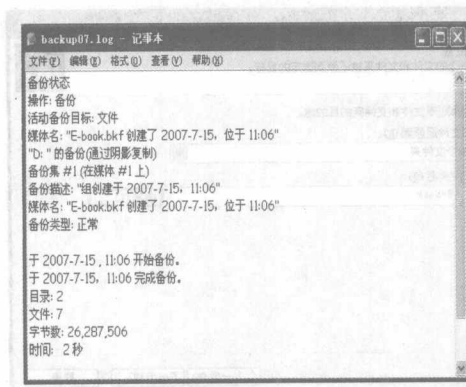


图 1-12 备份状态报告

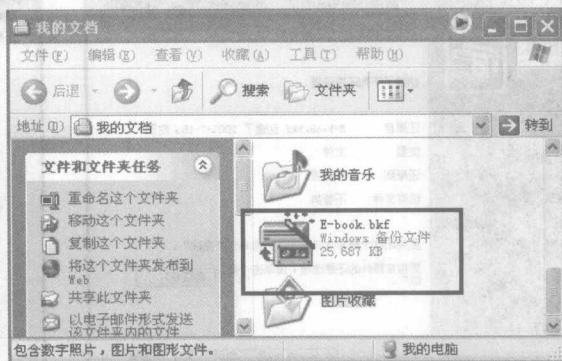


图 1-13 备份文件



(9) 单击“关闭”按钮,结束备份操作。用户可以到你选定的保存位置查看已备份的文件,如图 1-13 所示。

磁盘文件还原是磁盘备份的逆过程,用户可以通过这一功能来还原已备份的某个磁盘分区或某个文件。用户可以将文件还原到原位置,也可以创建新的还原位置。



任务 2

使用还原工具,将“我的文档”中的备份文件“E-book”还原到 E 盘“E-book”文件夹下。

操作步骤如下:

(1) 单击【开始】→【程序】→【附件】→【系统工具】→【备份】命令,打开“备份或还原向导”对话框,如图 1-2 所示。

(2) 单击“下一步”按钮,在打开的对话框中选择“还原文件和设置”单选按钮,如图 1-14 所示。

(3) 单击“下一步”按钮,打开“还原项目”对话框,选择需要还原的文件夹,这里选中“E-book”文件夹,如图 1-15 所示。

(4) 单击“下一步”按钮,打开如图 1-16 所示的对话框,显示还原设置的信息,系统默认将文件夹还原到原位置,如需更改还原位置,则单击“高级”按钮,如图 1-17 所示。

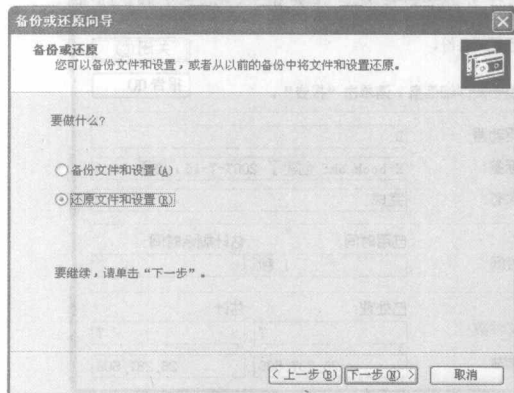


图 1-14 选中“还原文件和设置”

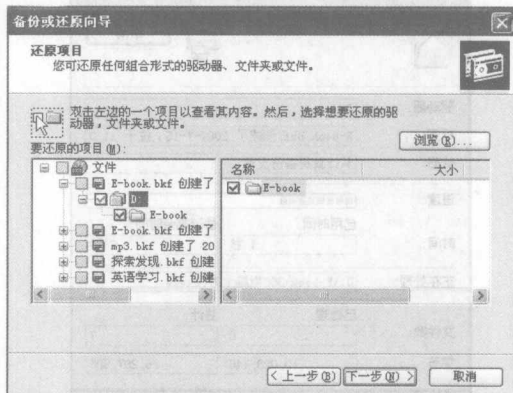


图 1-15 选中需要还原的文件夹

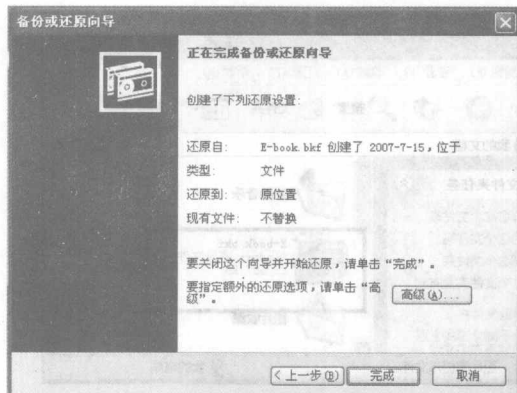


图 1-16 还原设置的信息

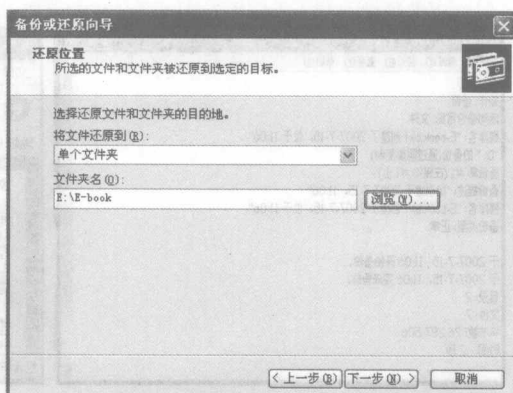


图 1-17 自定义还原位置



(5) 单击“完成”按钮，开始还原操作，如图 1-18 所示。还原完成后，系统显示已完成还原的信息，如图 1-19 所示。

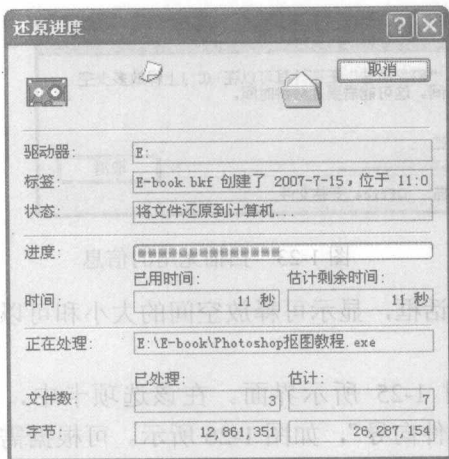


图 1-18 还原进度

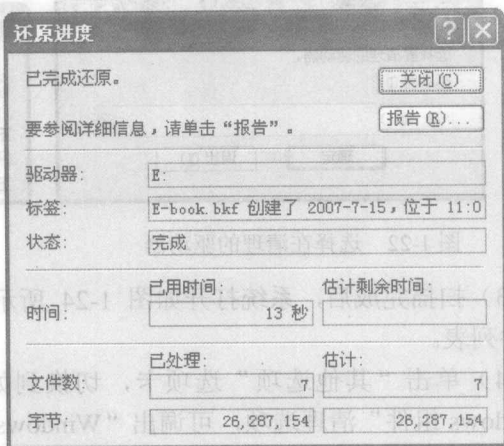


图 1-19 完成还原信息

(6) 单击“报告”按钮，可以打开“backup-记事本”，用户可以查看还原状态报告，如图 1-20 所示。

(7) 单击“关闭”按钮，结束还原操作。用户可以到你选定的还原保存位置查看已还原的文件，如图 1-21 所示。

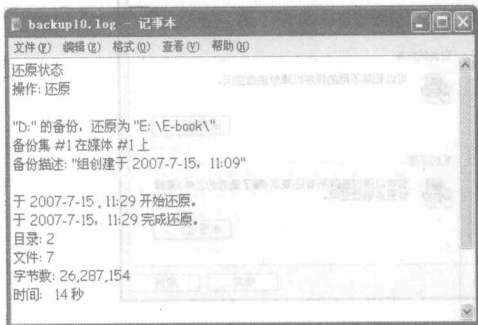


图 1-20 还原状态报告

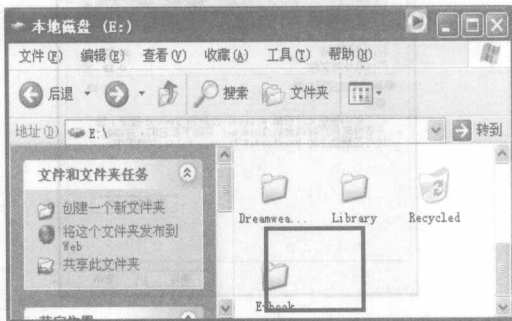


图 1-21 还原的文件夹

1.2 磁盘清理程序

磁盘清理程序主要用于当磁盘空间不足时，删除磁盘上的无用程序，卸载一些不常用的程序或转换磁盘的存储方式，以扩大磁盘的可用空间。



任务 1

使用“磁盘清理”命令，清理驱动器 C 盘。

操作步骤如下：

(1) 单击【开始】→【程序】→【附件】→【系统工具】→【磁盘清理】命令，打开“选



择驱动器”对话框, 在“驱动器”下拉列表中选择需要磁盘清理的驱动器, 如图 1-22 所示。

(2) 单击“确定”按钮, 系统开始扫描该磁盘上的无用文件信息, 如图 1-23 所示。

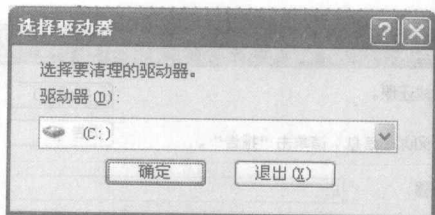


图 1-22 选择在清理的驱动器

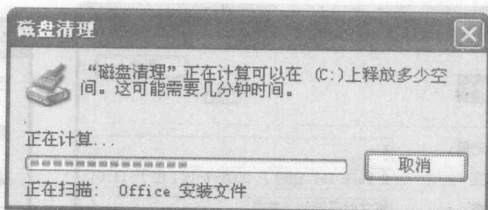


图 1-23 扫描无用的信息

(3) 扫描完成后, 系统打开如图 1-24 所示对话框, 显示可释放空间的大小和可以删除的文件列表。

(4) 单击“其他选项”选项卡, 切换到如图 1-25 所示界面。在该选项卡中, 选择“Windows 组件”清理选项, 可调出“Windows 组件向导”, 如图 1-26 所示。可根据需要删除不用的 Windows 组件。选择“安装的程序”清理选项, 可调出“添加或删除程序”, 如图 1-27 所示。可根据需要删除不再使用的应用程序。选择“系统还原”清理选项, 可清除最近一个还原点以外的所有还原点以释放磁盘空间。

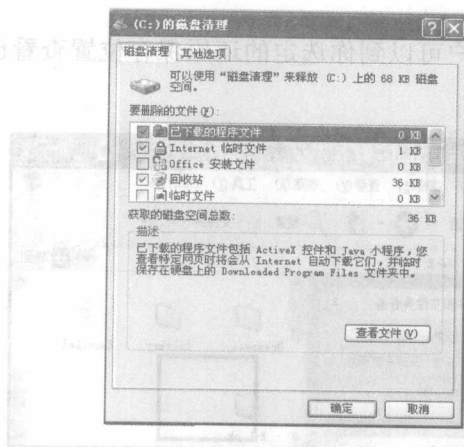


图 1-24 要删除的文件列表

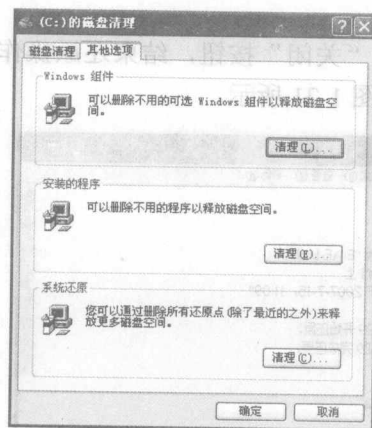


图 1-25 其他选项

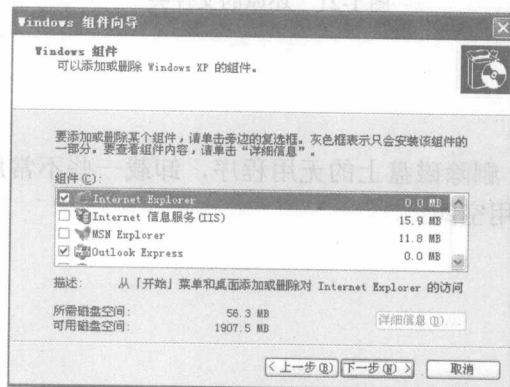


图 1-26 Windows 组件向导



图 1-27 添加或删除程序

(5) 单击“确定”按钮，系统自动提示“您确信要执行这些操作吗？”，如图 1-28 所示。

(6) 单击“是”按钮执行磁盘清理操作，在清理过程中系统将显示删除的文件信息及进程，如图 1-29 所示。

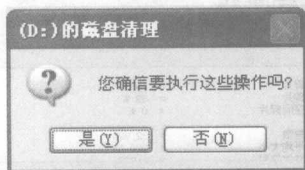


图 1-28 提示信息

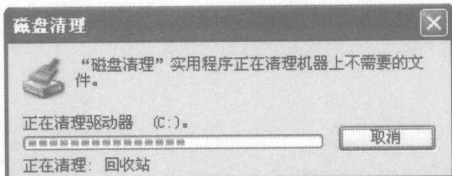


图 1-29 磁盘清理

1.3 磁盘碎片整理程序

磁盘在使用一段时间后，由于不断地对文件进行存储、删除、移动或重建，磁盘文件在存储时就会出现物理位置的不连续，由此导致磁盘碎片的产生，影响文件的存取速度。

任务 1

使用“磁盘碎片整理程序”命令，对 C 磁盘分区进行碎片整理。

(1) 单击【开始】→【程序】→【附件】→【系统工具】→【磁盘碎片整理程序】命令，打开“磁盘碎片整理程序”对话框，如图 1-30 所示

(2) 选择要进行碎片整理的 C 磁盘分区，单击“分析”按钮，开始对该磁盘分区进行分析，如图 1-31 所示。

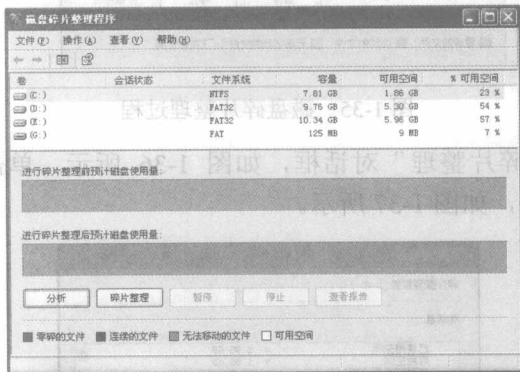


图 1-30 “磁盘碎片整理程序”对话框

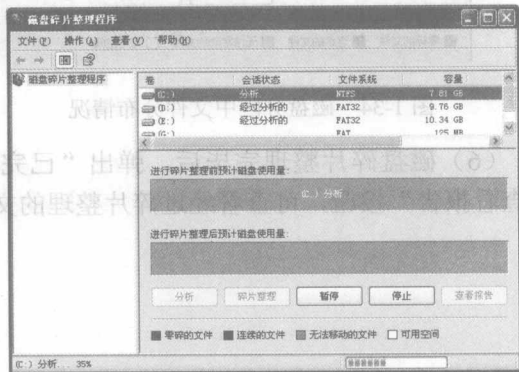


图 1-31 磁盘分区进行分析

(3) 分析结束后，弹出“已完成分析”对话框，并提示是否应该对该卷（磁盘分区）进行碎片整理，如图 1-32 所示。单击“查看报告”按钮，打开“分析报告”对话框，如图 1-33 所示。

(4) 系统分析磁盘分区后会以图表的形式显示该磁盘分区中的文件分布情况，如图 1-34 所示。

(5) 单击“碎片整理”按钮，开始对该磁盘分区进行碎片整理，如图 1-35 所示。其中红色代表零碎的文件，蓝色代表连续的文件，绿色代表无法移动的文件，白色代表可用空