



长三角地区老年大学教材编写协作委员会◎组编

ZHINENG SHOUJI SHIYONG JIAOCHENG

# 智能手机实用教程

(第二版)



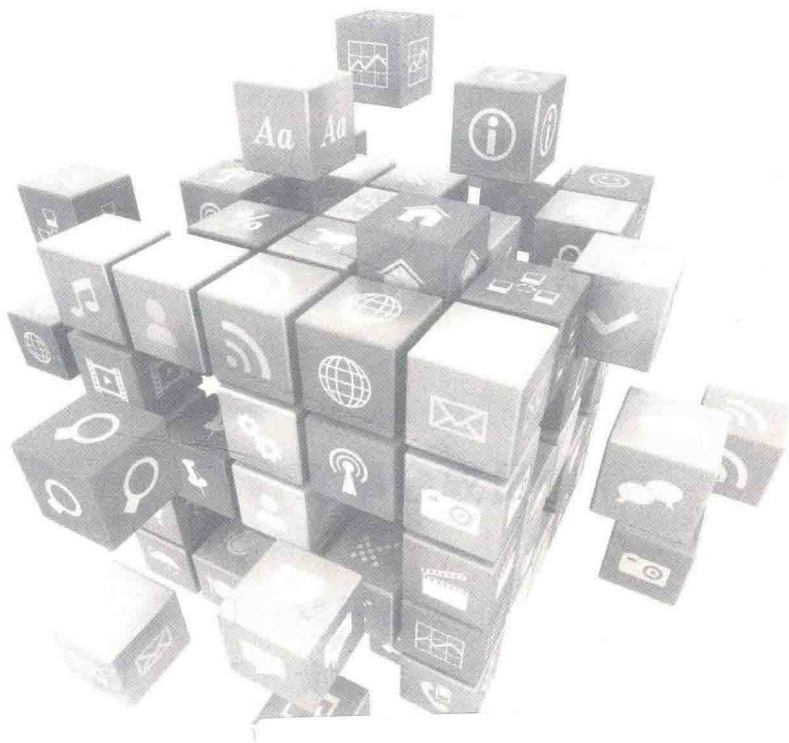


长三角地区老年大学教材编写协作委员会◎组编

ZHINENG SHOUJI SHIYONG JIAOCHENG

# 智能手机实用教程

(第二版)



上海教育出版社  
SHANGHAI EDUCATIONAL  
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

智能手机实用教程 / 沈任元主编. — 2版. — 上海: 上海教育出版社, 2018.9  
ISBN 978-7-5444-8521-0

I. ①智… II. ①沈… III. ①移动电话机—老年大学—教材 IV. ①TN929.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第150032号



责任编辑 赵忠卫 宁彦锋  
文字编辑 杜金丹  
装帧设计 王捷

智能手机实用教程

沈任元 主编

出版发行 上海教育出版社有限公司

官 网 www.seph.com.cn

地 址 上海市永福路123号

邮 编 200031

印 刷 上海展强印刷有限公司

开 本 787×1092 1/16 印张 25.5

字 数 405千字

版 次 2018年9月第1版

印 次 2018年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5444-8521-0/G·7051

定 价 48.00元



主编、教研組副主任

**沈任元** 上海高校退休教师，副教授，从事电子技术教学工作34年。在高校任教期间，主编出版了大学本科、专科教材《模拟电子技术基础》《数字电子技术基础》《电子技术基础》和《电子元器件简明手册》。退休后更有兴趣研究智能手机、现代家用电器等智能设备的应用，并在上海老年大学任教，讲授智能手机和现代家用电器课程。



副主编、教研組主任

**蔡惟一** 计算机专业教师，副教授，从事高等职业技术学校计算机教学、培训工作20多年。担任《全国计算机等级考试实用教程》副主编，公开发表《刍议教书育人》《触发器在PPT课件中的应用探析》等多篇论文。2012年起担任无锡市老年大学计算机专业教师，现任计算机系主任。独立编写的《电子相册制作教程》校本教材被评为江苏省老年大学优秀自编教材。

## 长三角地区老年大学教材编写协作委员会

- 主任单位 上海老年大学
- 副主任单位 南通市老年大学
- 秘书长单位 上海教育出版社有限公司
- 常务理事单位 镇江市老年大学  
无锡市老年大学  
常州老年大学  
苏州市老年大学  
江苏青春老年大学  
上海老年大学徐汇分校  
绍兴市老年大学  
嘉兴市老年大学

### 理事会成员

- 主任 熊仿杰
- 副主任 黄建辉
- 秘书长 赵忠卫
- 常务理事 黄法祥 孙俊台 施晓征  
皇甫志新 包惠兴 杜俭  
金芝顺 屈凡彦

## 《智能手机实用教程》(第二版)编委会成员

主 编: 沈任元

副主编: 蔡惟一 姜新荣 刘汉义

编 委: 杨 军 薛二伟 方 圆

祁建婷 方帼萍 须 功

谢兰宝 陈 云 马丽娟

张 洁 杜金丹 杜芝茂

赵忠卫

## 《智能手机实用教程》(第二版)教研组成员

主 任: 蔡惟一

副主任: 沈任元 姜新荣 刘汉义

教研员: 杨 军 薛二伟 方 圆

祁建婷 季年娣 胡 兵

赵晓娴 卢普南 朱希晨

赵 华 孙新培 杨丽娜

李颖清 叶丽丽 李 楠

吴汉清 王蓓蓓 姚晓蕾

黄虹娟 张 育



## 前 言

2017年6月27日,上海老年大学、南通市老年大学、镇江市老年大学、无锡市老年大学、常州老年大学、苏州市老年大学、江苏青春老年大学、上海老年大学徐汇分校、绍兴市老年大学、嘉兴市老年大学的校长和上海教育出版社有限公司有关负责人在南通市老年大学汇聚一堂,发起成立长三角地区老年大学教材编写协作委员会(以下简称“教材编写协作委”)。

为什么要发起成立这样一个校际合作组织呢?这要从近年来我国各地老年大学硬件建设与软件建设的不对称现象说起。

我国首批省、市级老年大学基本上成立于30年前,经过30年的建设与发展,在校舍、教学设备等方面日趋完善,招生人数已达到了相当的规模,但在教材建设方面则相对滞后,使用的教材大都停留在自编讲义、校本教材、自制的PPT上或引用其他参考教材。这些自编讲义、校本教材、自制的PPT,编写的随意性较大,专业知识的科学性、系统性没有经过有效的审核,文字上的差错更是难以避免。老年大学教材的这种现状越来越不能适应老年学员学习的需求。一些规模较大的老年大学组织部分专业课程的教师,编写教材送出版社正式出版。但由于一所学校某一专业的招生人数有限,造成教材出版后使用周期过长。特别是对于一些时效性较强的课程教材,这样做会造成教学资源的浪费。

实践证明,靠一所学校独自编写和出版教材困难重重。如能以共编共用的协作模式编写出版教材,将有可能推动老年大学教材建设的健康发展。所谓“共编”,就是有同一教材需求的老年大学派出优秀教师合作编写;所谓“共用”,就是参加编写教材的老年大学共同使用编出的教材,没有派教师参加教材编写的老年大学同样可以使用编出的教材。我们发起成立“教材编写协作委”的唯一目的就是为了联合更多学校一起来解决老年大学教材需求的共性问题,以推动老年大学教材建设的发展。

“教材编写协作委”成立后商定编写的第一本通用教材就是《智能手机







实用教程》，并于2017年7月4日在上海老年大学召开了第一次编写委员会会议。

《智能手机实用教程》由上海老年大学、南通市老年大学、镇江市老年大学、无锡市老年大学、常州老年大学、江苏青春老年大学和上海老年大学徐汇分校派出的8位优秀教师参加编写。这8位教师均来自智能手机教学一线，具有多年的教学经验。有些教师具有多次编写出版教材的经历，对编写好此教材充满信心。根据过去教学中积累的经验和遇到的问题，他们以极大的热情进行了广泛的交流与讨论，并就编写的内容和要求达成共识，共同拟定了教材的编写大纲和计划，并进行了具体分工，在规定的时间内圆满完成了编写任务。

“教材编写协作委”是长三角地区老年大学合作编写教材、共同使用教材的协作平台，在这个平台上，每一个成员单位都有自己的用武之地。对于省、市级老年大学来说，由于资源丰富，优秀教师聚集，可以派出优秀教师直接参与教材的编写工作。对于县级以下的老年大学，不仅能在这个平台上获取自己所需的优质教材，还能发表基层老年大学对教材内容的需求和改进意见，使教材的编写、升级改版更加符合老年学员的实际需求。这个平台是开放的，欢迎长三角地区各级老年大学积极申请加入“教材编写协作委”，成为其中的一员，共享“教材编写协作委”合作成果。为贯彻落实国务院关于《老年教育发展规划（2016—2020年）》贡献力量。

长三角地区老年大学教材编写协作委员会

主任 熊仿杰

2017年8月







## 第二版前言

由长三角地区老年大学教材编写协作委员会(以下简称“教材编写协作委”)组织编写的第一本共编共用教材——《智能手机实用教程》,即将于2018年9月初正式出版第二版。长三角地区广大老年大学的学员开学就能用上内容已经更新了的最新教材,共享教材及时更新的成果。

回顾“教材编写协作委”成立一年多来的情况,我们提出的“老年大学联合起来,走老年大学教材共编共用的道路,解决老年大学教材需求的共性问题,推动老年大学教材建设健康发展”的理念得到了实践的检验!

事实证明,由“教材编写协作委”组织编写出版的第一本共编共用教材《智能手机实用教程》取得了良好的效果,共有36所老年大学选用了本教材,其中有不少学校多次增订教材,以满足老年学员对本教材的需求。还有5所老年大学索要了样书,准备选用本教材组织开班。《智能手机实用教程》已被中国老年协会评为全国优秀教材。

事实证明,“教材编写协作委”成立时提出的理念得到了许多老年大学的赞同和支持,一年多来长三角地区主动申请加入“教材编写协作委”的既有地级市老年大学,也有县级市老年大学,甚至还有地级市老年大学协会代表地区所属老年大学集体申请加入。更有不少老年大学来电来函索要由“教材编写协作委”组织编写出版的老年大学教材清单。由于“教材编写协作委”刚刚满周岁,还没有编出能列成清单的教材,但从中我们感受到了各地老年大学对我们的期待,大家希望我们编出更多满足广大老年学员需要的好教材。这些事实初步证明,老年大学教材编写走共编共用的道路是正确的!

为进一步推动长三角地区老年大学教材编写出版工作,2018年1月14日,“教材编写协作委”全体理事单位的校长在嘉兴市老年大学召开会议,总结了一年来“教材编写协作委”所做工作的经验,讨论研究了2018年长三角地区老年大学教材编写规划。会议决定:2018年9月初除了出版《智能手机实用教程》(第二版)外,还将同时出版《手机摄影与微视频制作》一书。除



此之外，还将着手组织编写《老年旅游》和《老年英语口语》系列教材，以适应和满足长三角地区老年大学对教材的需求。

我们十分恳切地期望长三角地区使用本教材的老年大学对教材中存在的不足和问题提出宝贵意见；我们十分恳切地期望各级老年大学对亟须编写的教材提出建议，为长三角地区老年大学教材编写规划工作出谋划策；我们十分恳切地期望各级老年大学积极加入我们，支持教材的共编共用工作，推动老年大学的教材建设和课程建设可持续发展！让我们共同携手为提高老年大学学员的学习品质贡献力量！

长三角地区老年大学教材编写协作委员会

主任 熊仿杰

2018年6月9日





副主编、教研组副主任

**姜荣新** 高级教师。1996年毕业于常熟理工学院数学系。毕业后在南通西藏民族中学担任数学教师、后勤处副主任、电教中心组长。2002年参加英特尔未来教育项目培训，并取得计算机培训教师资格，开始从事计算机教学工作。2015年参加教育部组织的“一师一优课”晒课活动，获评教育部“优秀课”。2009年开始兼任南通市老年大学计算机系教师，并主编了《计算机基础》《计算机理财》《智能手机》等教材。2016年获江苏省老年大学“百佳优秀教师”称号。



副主编、教研组副主任

**刘汉义** 高级工程师。原东南大学医学院副院长兼计算机中心主任。长期从事计算机应用研究与计算机教学工作。主编出版了大学教材《网络医学信息应用》。研发的“医源天空”医学资源网成为全国最大的医学资源网站。“创建网络医学信息应用特色课程”项目获东南大学教学成果奖。获东南大学“三育人积极分子”荣誉称号。2002起开始从事老年大学教学工作，探索适用于中老年学员的“四结合”教学法，取得了良好效果。





第六章 智能手机微信的应用	109
第一节 微信软件安装及注册	109
第二节 微信的设置	114
第三节 微信好友聊天	124
第四节 微信群聊天	149
第五节 微信朋友圈	156
第六节 收发红包	161
第七节 微信订阅号	165
第八节 微信发现页	167
第九节 微信电脑版	170
第十节 微信十大常见诈骗手段	175
第七章 智能手机QQ及微云的应用	179
第一节 手机QQ软件安装及注册	179
第二节 手机QQ的设置	181
第三节 电脑QQ简介	186
第四节 手机QQ文件传输	188
第五节 腾讯微云	193
第八章 智能手机购物	201
第一节 手机淘宝	201
第二节 手机京东	228
第三节 其他购物返利平台	233
第九章 智能手机支付	241
第一节 快捷支付	241
第二节 微信支付	244
第三节 支付宝支付	259
第四节 手机银行	278
第十章 智能手机交通	284
第一节 百度地图	284
第二节 滴滴出行	296





第三节	去哪儿旅行	304
第十一章	智能手机娱乐	321
第一节	喜马拉雅FM	321
第二节	QQ 音乐	324
第三节	爱奇艺	330
第四节	益智游戏	334
第十二章	智能手机健康服务	339
第一节	手机预约挂号	339
第二节	手机疾病咨询	346
第三节	手机用药查询	351
第十三章	智能手机摄影录像	355
第一节	手机相机使用	355
第二节	手机图库管理	364
第三节	手机录像	365
第四节	手机文件管理	368
第五节	手机图像编辑	369
第六节	手机美篇制作	372
第十四章	智能手机的高级设置	377
第一节	智能手机的使用维护	377
第二节	智能手机的安全使用	380
附录 1:	智能手机常用图形类符号及含义	385
附录 2:	《智能手机实用教程》(第二版)教学大纲	388
后记		391
第二版后记		394





# 第一章 手机发展简史

随着科学技术的日新月异，智能手机已经成为人们日常生活不可缺少的一部分。智能手机正在不断地改变人们的工作方式、学习方式和生活方式。智能手机使用技能已成为现代人不可或缺的技能。下面介绍中国古代通信进化史、近现代通信发展史及手机发展史。

## 第一节 中国古代通信进化史

### 一、烽火台

说到烽火台，大家都会想到长城吧？这种较早的通信方式，始于秦朝。当时秦始皇修长城的本意是军事防卫，烽火台就是用于点燃烟火传递重要消息的高台，属于古代重要军事防御设施，一旦发现敌情，则白天施烟，夜间点火，台台相连，传递信息，如图 1-1 所示。所以烽火台算是最古老的土电报。但是普通人之间联络，不可能用这种方式吧！你放一把火，别人怎么知道你想说什么。



图 1-1 烽火台

### 二、飞鸽传书

古装剧里常常出现飞鸽传书的情节，就是把书信卷成一小卷，绑在鸽子腿上，然后放飞，如图 1-2 所示。这最早开始于公元前 3000 年，那时埃及人就知道用鸽子传递书信了，在我国隋唐时期，也开始了飞鸽传书。

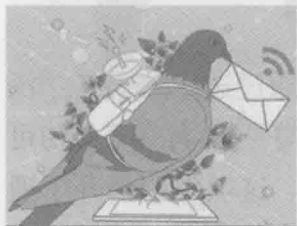


图 1-2 飞鸽传书







图 1-3 邮驿传命

### 三、邮驿传命

鸽子不靠谱，还是人更为保险。由此产生了邮驿传命制度，电视剧里皇上手谕中经常标注“800里加急”之类的字，就是给送信人看的，如图 1-3 所示。我国古代文件传输主要靠的是驿站，一般每隔 20 里设立一个驿站，一旦传递的公文上注明“马上飞递”字样，就要按规定每天送行 300 里，如有紧急情况，则每天 400 里、600 里，最快可达 800 里。唐朝时皇上为了取悦杨贵妃，命人将南方的荔枝送至长安而色味不变，这速度不逊于现在的快递。

## 第二节 中国近代通信进化史

### 一、邮局和电报

时光追溯到 1863 年，英国人抢先尝到了被“邮差”服务的甜头。在此之前，大多数邮递员并不把信送到收信人手中，而是由收信人自己前往邮局领取，而且那时还没有邮票。我国直到 1906 年，北京才出现邮局，相信很多人的儿时记忆中都有那么一辆墨绿色的绿皮自行车和骑车的邮递员。如图 1-4 所示。就在同年，我国最早的民间无线电通信——电报诞生了。



图 1-4 记忆中的绿皮车

### 二、固定电话

1876 年 3 月 10 日，贝尔通过送话机喊道：“沃森先生，请过来！我有事找你！”人类有了最初可用的电话机，如图 1-5 所示。这项发明揭开了通讯交往的新篇章。



图 1-5 固定电话



### 三、寻呼机

过了近 100 年，1983 年上海开通中国第一家寻呼台，BP 机进入国内，让人们真正进入电子信息时代，“有事 Call 我”成为当年的时尚流行语，同时也带动了公用电话的大众消费。到了 20 世纪 90 年代，几乎每人腰间一部 BP 机，如图 1-6 所示，那时只要听到点动静，所有人都往自己腰上看，就连春晚小品都把它当作时尚道具。



图 1-6 寻呼机

## 第三节 传统手机发展史

从 1973 年 3 月，摩托罗拉的工程师 Marty Cooper 用“手提式移动电话”打出了第一个电话，到 2007 年 iPhone 的诞生，手机的演变谱写着一场饱含创新的进化史。在这几十年间，手机的影响日益增大，不管是随时随地发短信，还是方便快捷地上网、拍照，手机从许多方面改变了人们的生活。接下来回顾一下，不同时期的手机，感受手机的演变过程。

3



### 一、无线电公用载波器

如图 1-7 所示，一名士兵正在使用无线电公用载波器。这种设备在 20 世纪 60 年代生产出来，能通过一个按键通话系统传递声波信息，该设备基于公用电话网络，并有专属的电话号码。



图 1-7 无线电公用载波器

### 二、砖形手机

1973 年 4 月的某一天，一名男子出现在纽约街头，掏出一个约有两块砖头大的无线电话并打了一通，如图 1-8 所示，引得路人纷纷驻足侧目。这个人就是手机的发明者马丁·库帕，如图 1-9 所示。当时，库帕是美国著名的摩托罗拉公司的工程技术人员。从这一天起，手机开始改变世界。