

IT



思远IT学院

非加盟式IT教育全国领导者

这是一套通过再现真实企业环境下，培养学生运用计算机技能和正确的工作方法，完成工作任务的实用教材。

职场模拟舱

常用工具软件

■ 袁云华 编著

■ 思远IT学院 组织编写



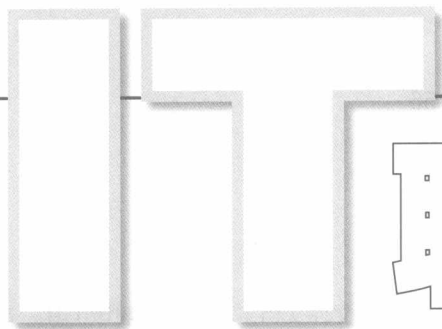
人民邮电出版社

POSTS & TELECOM PRESS



思远IT学院

非加盟式IT教育全国领导者



职场模拟舱

常用工具软件

■ 袁云华 编著

■ 思远IT学院 组织编写

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (CIP) 数据

常用工具软件 / 袁云华编著; 思远IT学院组织编写.
北京: 人民邮电出版社, 2009. 7
ISBN 978-7-115-21009-8

I. 常… II. ①袁…②思… III. 软件工具 IV. TP311.56

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第089656号

内 容 提 要

本书系统地介绍了目前常用的工具软件的用途和使用技巧, 主要包括文件文档工具、转换翻译工具、音频视频工具、图形图像工具、文件传输工具、网络通信工具、光盘光驱工具、磁盘维护工具以及系统维护工具等 9 大类。

全书以软件的主要功能为主线, 重点介绍了各类工具软件的主要用途和使用技巧, 内容全面、语言流畅、实例丰富、图文并茂、实用性强。通过本书的学习, 读者可以迅速、轻松地掌握软件的使用法。

本书适合作为信息技术应用相关专业的教材。

常用工具软件

-
- ◆ 编 著 袁云华
组织编写 思远 IT 学院
责任编辑 李 莎
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街 14 号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
三河市潮河印业有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 14.5
字数: 376 千字 2009 年 7 月第 1 版
印数: 1—4 000 册 2009 年 7 月河北第 1 次印刷

ISBN 978-7-115-21009-8/TP

定价: 30.00 元

读者服务热线: (010)67132692 印装质量热线: (010)67129223
反盗版热线: (010)67171154

编审委员会

总顾问

王贵乡

主 任

文珠穆 匡 红 徐晓峰

副主任

杨长进

主 审

姚晓军 薛 渊

编 委

张 翼 张 榕 孙 浩 胡进勇 梁 宁

张 桥 张 磊 赵乾坤 胡学荣 曾永宽

编者的话

编写宗旨

思远 IT 学院是我国 IT 培训领域规模最大的教育和人才输出机构之一,通过优化整合行业优秀的教育培训资源,构建大型的、高质量的集 IT 产业政策研究、人才培养、企业实习、输送就业于一体的 IT 人才培养平台。

基于此平台,思远 IT 学院建立起既能满足信息技术相关行业紧缺人才培养的需求,又符合学生认知规律的培养模式,组织从事信息技术行业的权威专家,以及信息技术相关行业的教育培训专家共同编写了本丛书。

本丛书以培养高素质的应用型人才为目标,力争在帮助学生夯实专业知识基础的同时,加强应用技能的培养,注重学生综合素质的养成,使学生能成为基础扎实、知识面广、实践能力强的实用型、工程化的 IT 职业人,从而提高学生的就业竞争力。

图书特点

本丛书主要具有以下三大特点。

1. 面向企业需求,理论与实践有机结合

本丛书遵循“以技术应用为根本、以实践教学为方法,面向企业应用”的原则,以实际应用为主线,综合考虑理论知识与实践操作的联系及其内容取舍,对所涉及的、必要的理论知识进行简洁地描述,引导读者在学习过程中,不但能掌握就业所需、刚好够用的基础知识,又能获得具有竞争力的专业技能。

2. 面向自主学习,量身打造,易学易用

本丛书是为高中生学习 IT 技术量身定制的,因而充分考虑了学生的知识准备与学习特点,在内容设计上由浅入深,在写作形式上辅以大量插图,以降低学生的阅读难度,唤起学习兴趣,启发自主学习,从而有效提高学习效率。

3. 强调案例的可操作性、典型性

本丛书绝不是教条式的、枯燥的教科书,而是通过丰富的、贴近工作实际的案例讲解基础知识,传授专业技能。

阅读建议

为了使学生更好地使用本丛书,下面提供几点阅读建议。

1. 动手实践,手脑并重

信息技术的应用性很强,如果光看书而不动手实践,是很难掌握其操作要领的。因而,建议学生多采取“做中学”的学习方法,在教师的引导下多思考、勤动手。

2. 归纳总结,举一反三

归纳与总结是学习的有效途径。这里所说的归纳与总结并不是指在复习时的做法,而是要在学习过程中善于归纳和总结已学过的和未学过的知识,使之成为知识链,同时要善于寻找、总结各种实际操作的要领,甚至是其共同的规律。这样,才能做到融会贯通、举一反三。

严谨、求实、高品质是我们追求的目标,尽管我们力求准确和完善,但由于时间紧迫,水平

有限,书中难免存在不足之处,衷心希望广大教师、学生批评指正并提出宝贵意见,我们将努力提供更完善的服务与支持。我们的联系信箱为 RDadvice@thinkbank.com.cn。

致谢

本书是思远 IT 学院多年教学实践的结晶。

本书主要由袁云华编写。

感谢张帆、师以贺、沈精虎、黄业清、宋一兵、谭雪松、向先波、冯辉、郭英文、计晓明、董彩霞、滕玲、郝庆文等老师对本书做出的贡献。

编 者

2009 年 6 月

目 录

第1章 文件文档工具 1

- 1.1 文件压缩工具——WinRAR 2
 - 1.1.1 快速压缩文件 2
 - 1.1.2 设置压缩密码 2
 - 1.1.3 分卷压缩文件 4
 - 1.1.4 解压文件 4
- 1.2 PDF 文档阅读工具——Adobe Reader 6
 - 1.2.1 阅读 PDF 文档 6
 - 1.2.2 复制文档内容 10
 - 1.2.3 使用朗读功能 10
- 1.3 数字图书阅读器——超星阅读器 10
 - 1.3.1 阅读免费图书 11
 - 1.3.2 使用网络咨询 13
 - 1.3.3 下载网络图书 14
 - 1.3.4 使用采集功能 15
- 思考与练习 17

第2章 转换翻译工具 18

- 2.1 英语翻译工具——灵格斯翻译家 19
 - 2.1.1 管理词典 19
 - 2.1.2 应用词典 20
 - 2.1.3 了解附录系统 22
- 2.2 多功能翻译工具——金山快译 2007 23
 - 2.2.1 金山快译 2007 界面简介 23
 - 2.2.2 全文翻译功能 23
 - 2.2.3 汉化软件功能 26
- 2.3 迷你翻译工具——谷歌金山词霸 29
 - 2.3.1 应用词典 29
 - 2.3.2 翻译功能 33
 - 2.3.3 添加生词 35
- 思考与练习 37

第3章 音频视频工具 38

- 3.1 音乐播放器——千千静听 39

- 3.1.1 音频文件管理 39
- 3.1.2 歌词文件管理 41
- 3.1.3 高级设置 42
- 3.2 音频编辑工具——GoldWave 45
 - 3.2.1 编辑音频 45
 - 3.2.2 录制音频 48
 - 3.2.3 其他常用功能 50
- 3.3 网络电视——PPLive 52
 - 3.3.1 收看直播节目 52
 - 3.3.2 点播影片 54
 - 3.3.3 定时管理工具 55
- 3.4 万能播放工具——暴风影音 57
 - 3.4.1 播放影音文件 57
 - 3.4.2 设置播放文件 60
 - 3.4.3 设置其他功能 61
- 3.5 视频编辑工具——Windows Movie Maker 63
 - 3.5.1 捕获视频 63
 - 3.5.2 制作电影 67
- 思考与练习 74

第4章 图形图像工具 75

- 4.1 屏幕捕获工具——SnagIt 76
 - 4.1.1 捕获图像 76
 - 4.1.2 编辑图像 78
 - 4.1.3 捕获视频 83
 - 4.1.4 捕获文字 85
- 4.2 屏幕录像工具——Camtasia 87
 - 4.2.1 录制屏幕 88
 - 4.2.2 编辑视频 92
- 4.3 图像管理工具——ACDSee 94
 - 4.3.1 浏览图片 95
 - 4.3.2 编辑图片 99
 - 4.3.3 批量编辑图片 101
- 4.4 图像处理工具——光影魔术手 102
 - 4.4.1 基本的图像调整功能 102
 - 4.4.2 解决数码照片的曝光问题 107

4.4.3 制作艺术照片	109
4.4.4 制作多图边框	112
思考与练习	114

第5章 文件传输工具

5.1 资源下载工具——迅雷	116
5.1.1 快速下载文件	116
5.1.2 批量下载文件	117
5.1.3 限速下载文件	119
5.2 极速下载工具——快车	120
5.2.1 极速下载文件	120
5.2.2 其他下载方法	121
5.2.3 管理下载文件	123
5.3 P2P 传输工具——BitComet	124
5.3.1 下载网络资源	124
5.3.2 制作种子文件	126
5.3.3 发布种子文件	127
5.4 文件传输工具——CuteFTP	128
5.4.1 下载网络资源	129
5.4.2 上传网络资源	132
5.4.3 高级下载设置	133
思考与练习	135

第6章 网络通信工具

6.1 多标签浏览器——傲游浏览器	137
6.1.1 浏览多个页面	137
6.1.2 在线收藏网址	139
6.1.3 过滤网页广告	141
6.2 邮件收发工具——Foxmail	142
6.2.1 创建邮箱账户	142
6.2.2 处理电子邮件	145
6.2.3 使用地址簿	147
6.3 即时通信软件——MSN	148
6.3.1 使用 MSN 通信	148
6.3.2 管理联系人和组	151
6.3.3 个性化设置	152
6.4 移动聊天工具——飞信	153
6.4.1 手机捆绑	153
6.4.2 添加好友	155
6.4.3 发送信息	156

思考与练习	157
-------------	-----

第7章 光盘光驱工具

7.1 虚拟光驱工具——Daemon Tools	159
7.1.1 认识 Daemon Tools	159
7.1.2 加载和卸载映像文件	160
7.2 光盘刻录工具——Nero Burning ROM	162
7.2.1 制作 CD 光盘	162
7.2.2 刻录 CD 光盘	164
7.2.3 认识其他设置	165
思考与练习	167

第8章 磁盘维护工具

8.1 数据恢复工具——FinalData	169
8.1.1 查找丢失的数据	169
8.1.2 恢复丢失的数据	171
8.2 碎片整理工具——Diskkeeper	173
8.2.1 手动碎片整理	173
8.2.2 自动碎片整理	176
8.2.3 启动时碎片整理	177
8.2.4 配置属性设置	178
8.3 硬盘分区工具——PartitionMagic	180
8.3.1 执行硬盘分区任务	181
8.3.2 执行对分区操作	186
思考与练习	189

第9章 系统维护工具

9.1 网络安全工具——天网防火墙	191
9.1.1 使用天网防火墙	191
9.1.2 天网防火墙高级功能	195
9.2 病毒查杀工具——金山毒霸	196
9.2.1 查杀病毒	196
9.2.2 创建应急 U 盘	198
9.2.3 病毒隔离	200
9.3 插件清除工具——360 安全卫士	200
9.3.1 查杀木马及清理插件	201
9.3.2 管理应用软件	203
9.3.3 维护系统安全	204

9.4 木马专杀工具——木马克星	208	9.5.2 专业卸载	214
9.4.1 查杀木马	208	9.5.3 加密文件	216
9.4.2 更新病毒库	209	9.6 系统还原工具——一键还原精灵	218
9.4.3 查看操作	210	9.6.1 备份系统	218
9.5 系统维护工具——超级兔子	211	9.6.2 还原系统	220
9.5.1 清理系统	211	思考与练习	222

第1章

文件文档工具

随着时代的发展，特别是科学技术飞速发展的今天，几乎整个世界都被数字化了。人们的交流和学习方式也发生了翻天覆地的变化。以前阅读书本和整理文稿的工作逐渐演变成对数字化文件和文档的处理，但是大量的文件和文稿整理也是十分烦琐的事情。本章将介绍3款文件文档工具，掌握了这些工具的基本用法之后，整理工作就会变得更加轻松和快捷。

【学习目标】

- ❖ 掌握文件压缩工具——WinRAR的使用方法。
- ❖ 掌握PDF文档阅读工具——Adobe Reader的使用方法。
- ❖ 掌握数字图书阅读工具——SSReader的使用方法。

1.1 文件压缩工具——WinRAR

在对计算机中的文件进行整理时,人们经常需要进行压缩操作。WinRAR 是最好的压缩工具之一,它具有界面友好、使用方便、压缩率大和压缩速度快等特点,深受用户喜爱。

WinRAR 支持 ARJ、CAB、LZH、ACE、TAR、GZ、UUE、BZ2、JAR、ISO 类型的文件,具有多卷压缩、创建自释放文件等功能。它压缩后文件的数据量小,并可以把大文件分割,节省磁盘空间,这样不但能保护文件,而且便于文件在网络上传输,也可以避免感染病毒。

1.1.1 快速压缩文件

快速压缩文件是 WinRAR 最基本的功能之一,也是使用最多的功能。本例介绍其具体的使用方法。

Step 1 确认在计算机上正确安装了 WinRAR,选择要压缩的文件,单击鼠标右键,在弹出的快捷菜单中选择【WinRAR】/【添加到“***.rar”】命令,如图 1-1 所示。

Step 2 WinRAR 开始压缩文件,并显示压缩进度,如图 1-2 所示。完成压缩后,将在当前目录下创建名为“***.rar”的压缩文件,如图 1-3 所示。

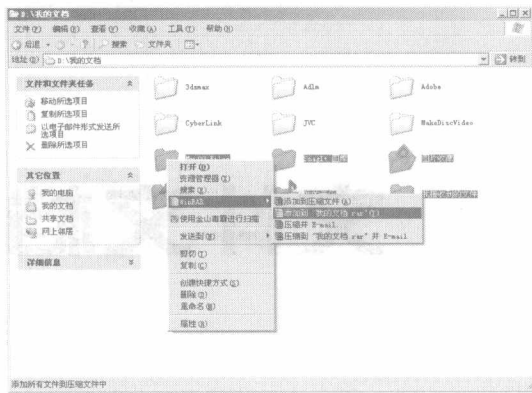


图 1-1 选择压缩方式

提示 “***” 根据压缩文件名字的不同而发生相应变化。

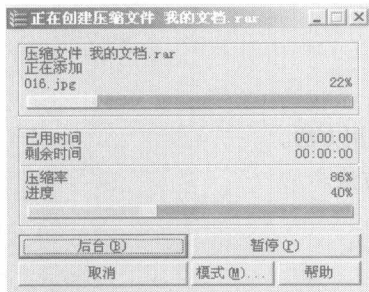


图 1-2 显示压缩进度

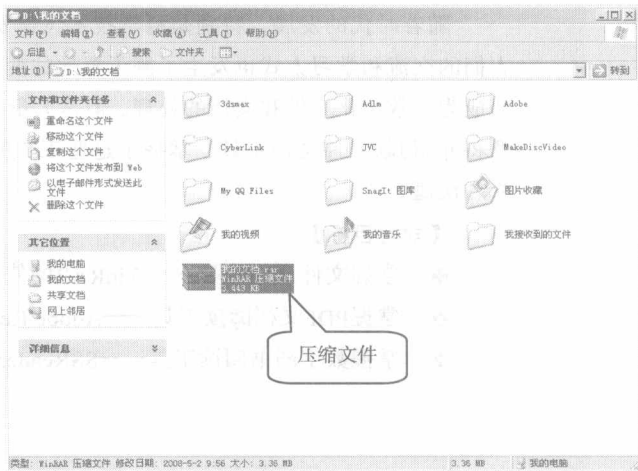


图 1-3 创建压缩文件

1.1.2 设置压缩密码

为保护用户信息不被他人轻易窃取或查看,WinRAR 提供了设置压缩密码的功能。设置密码后,压缩的文件在解压时必须输入正确的密码后才能被释放出来。

Step 1 选择要压缩的文件，单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择【WinRAR】/【添加到压缩文件】命令，如图 1-4 所示。

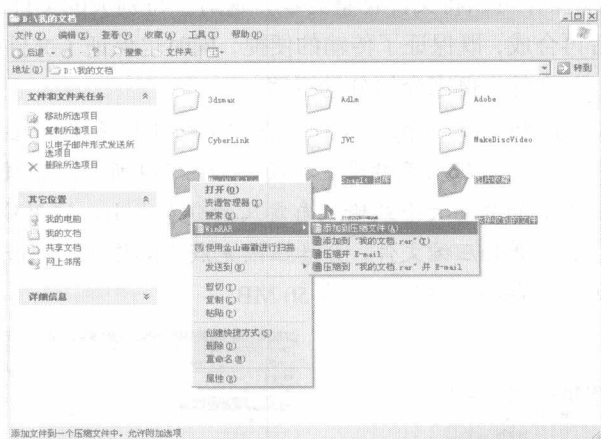


图 1-4 添加压缩文件

Step 2 打开压缩参数设置界面，如图 1-5 所示。切换到【高级】选项卡，如图 1-6 所示。

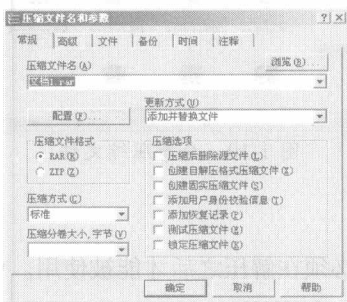


图 1-5 设置压缩参数

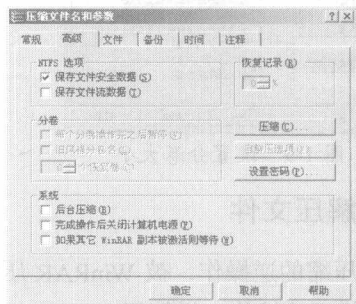


图 1-6 设置压缩密码

提示 在【常规】选项卡中有一个【锁定压缩文件】复选项，一旦勾选该项，生成的压缩包将无法再被修改，这对于备份重要数据是很有用的。

Step 3 单击 **设置密码(P)...** 按钮，弹出图 1-7 所示的【带密码压缩】对话框，然后输入并确认密码。

Step 4 完成设置后单击 **确定** 按钮，开始压缩文件。压缩完成后将在与原文件相同的目录中生成压缩文件，如图 1-8 所示。

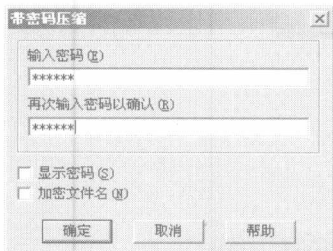


图 1-7 设置密码



图 1-8 新建压缩加密文件

1.1.3 分卷压缩文件

WinRAR 的分卷压缩操作可以将文件化整为零,这对于特别大的文件或需要网上传输的文件很有用。分卷传输完之后再合成,既保证了传输的便捷,同时也保证了文件的完整性。本例将以一个 1.35 GB 的“打球.mpg”文件为例来介绍分卷压缩。

Step 1 右键单击“F:\MyWorks\打球.mpg”文件,在弹出的快捷菜单中选择【WinRAR】/【添加到压缩文件】命令,进入压缩参数设置界面,如图 1-9 所示。在【压缩分卷大小,字节】下拉列表中选择需要的分卷大小或输入自定义的分卷大小,这里输入“50m”。

Step 2 单击 **确定** 按钮,开始压缩文件,分卷压缩完成后如图 1-10 所示。“打球.mpg”被分解为若干个压缩文件,每个文件的大小为 50 MB。

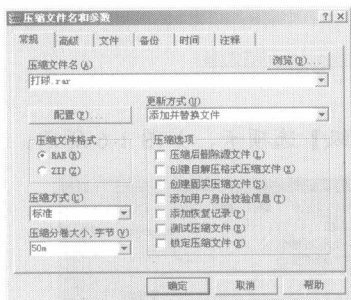


图 1-9 设置分卷大小



图 1-10 分卷压缩文件

1.1.4 解压文件

解压是压缩的逆操作,被 WinRAR 压缩后的文件,必须在解压之后才能被使用。WinRAR 的解压操作也像压缩操作一样简便。

1. 快速解压

如果压缩文件对解压没有特殊的要求,一般采用快速解压功能,此方法将压缩文件释放到当前目录下。

Step 1 在压缩文件上单击鼠标右键,在弹出的快捷菜单中选择【WinRAR】/【解压到当前文件夹】命令,如图 1-11 所示。



图 1-11 选择解压方式

Step 2 WinRAR 进行解压操作，并显示解压进度。完成后将在与原文件相同的目录下创建解压文件，如图 1-12 所示。



图 1-12 创建解压文件

2. 解压到指定目录

要将压缩文件解压到指定目录，需要在解压时进行路径设置。

Step 1 在压缩文件上单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择【WinRAR】/【解压文件】命令，如图 1-13 所示。

Step 2 在弹出的图 1-14 所示的【解压路径和选项】对话框中，可以在右边的目录中选择文件要保存的路径，也可以自定义路径，之后单击 **确定** 按钮将压缩文件解压到指定路径下。

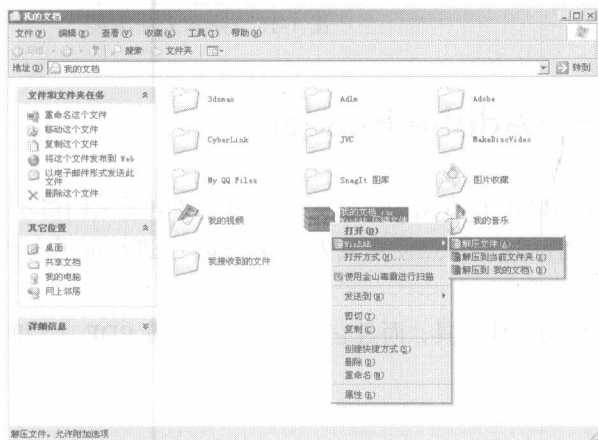


图 1-13 选择解压方式



图 1-14 【解压路径和选项】对话框

Step 3 解压加密压缩文件。

如果压缩文件设置了密码，则需要在解压时输入解压密码，解压操作才能继续进行。在图 1-15 所示的对话框中输入相应密码，单击 **确定** 按钮即可进行解压操作。

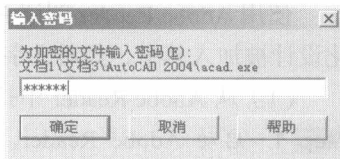


图 1-15 输入密码

提示 注意危险的自解压程序。收到可执行的附件文件时，先把它们保存起来，然后在这个文件上单击鼠标右键，选择【WinRAR】命令，如果【用 WinRAR 打开】子命令可用，则表明此程序是一个自解压程序。此时可以把该文件的扩展名由 EXE 改为 RAR，双击后即可用 WinRAR 打开它，这样会安全许多。

3. 解压分卷压缩文件

Step 1 图 1-16 所示为在“F:\MyWorks\分卷压缩”目录下分卷压缩后的 8 个分卷文件，在其中任意一个文件上单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择【WinRAR】/【解压文件到当前文件夹】命令，即可把被分卷压缩的文件合并解压，如图 1-17 所示。

Step 2 如果其中一个分卷文件丢失，在解压的过程中将会弹出图 1-18 所示的对话框，可以指定丢失分卷的位置。如果指定失败，解压操作将无法继续进行。



图 1-16 分卷文件



图 1-17 合并文件

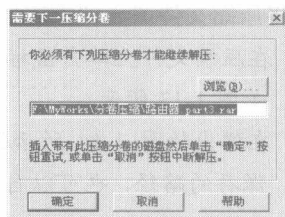


图 1-18 分卷文件丢失

1.2 PDF 文档阅读工具——Adobe Reader

PDF (Portable Document Format, 便携式文档格式) 是 Adobe 公司开发的一种电子文档格式，它不依赖于硬件、操作系统和创建文档的应用程序，这一特点使它成为在 Internet 上进行电子文档发行和数字化信息传播的理想文档格式。

Adobe Reader 是查看、阅读和打印 PDF 文档的最佳工具，而且它是免费的。随着 PDF 文档的流行，Adobe Reader 也越来越受到人们的青睐。

1.2.1 阅读 PDF 文档

使用 Adobe Reader 阅读 PDF 文档十分方便，并且随着 Adobe Reader 版本的升级，更多的人性化设计被加入其中，如对文字和图片可以进行不同的选择操作，朗读文字功能以及标注功能等。

(1) 从 Adobe Reader 中打开 PDF 文档。

Step 1 启动 Adobe Reader，选择菜单栏中的【文件】/【打开】命令，在弹出的【打开】对话框中找到要打开的“E:\外国著作.pdf”，如图 1-19 所示。

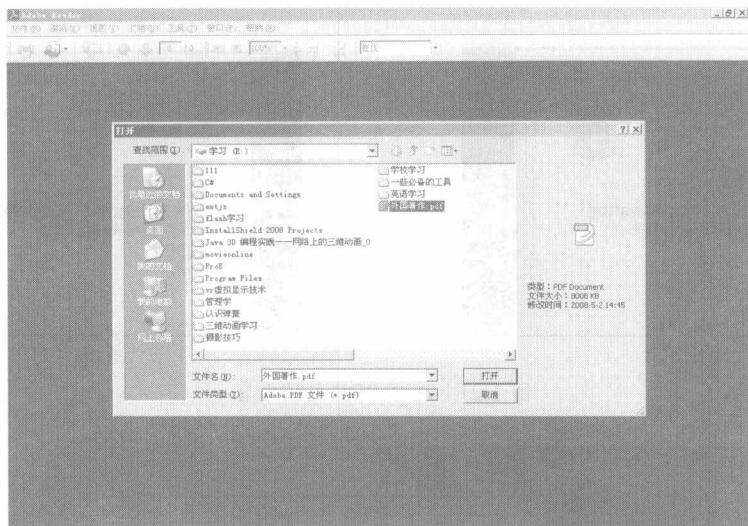


图 1-19 选择 PDF 文档

Step 2 单击 **打开** 按钮，打开 PDF 文档，如图 1-20 所示。

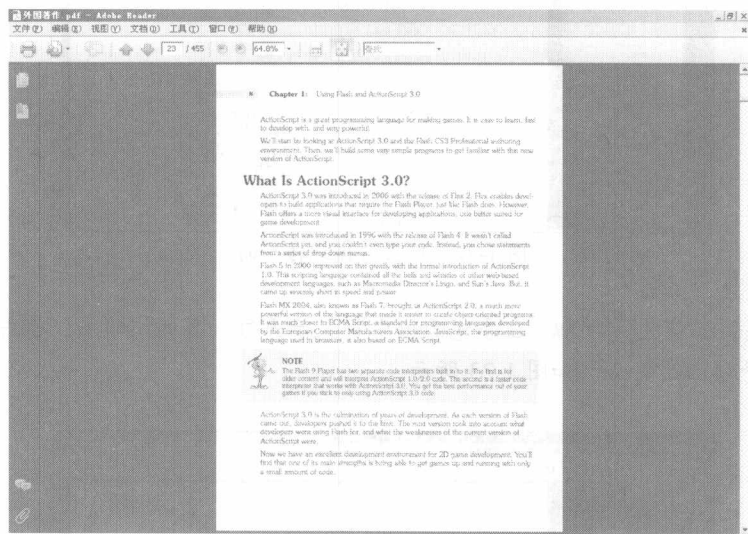


图 1-20 打开 PDF 文档

(2) 从 Adobe Reader 外部打开 PDF 文档。

Step 1 在绝大部分电子邮件应用程序中，可直接双击  图标打开以附件形式存在的 PDF 文档。

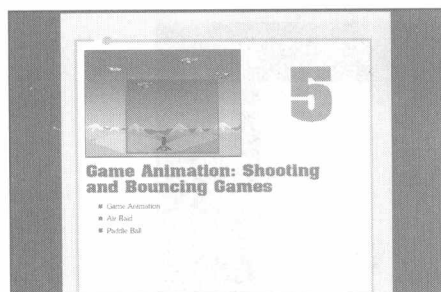
Step 2 双击要打开的 PDF 文档图标 ，可以从文件系统中打开 PDF 文档。

(3) 阅读 PDF 文档。

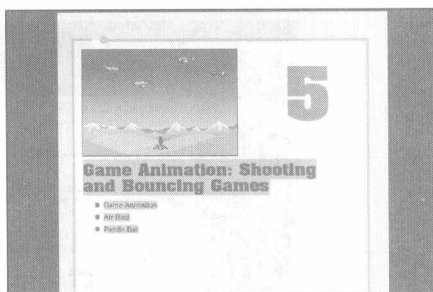
Step 1 阅读 PDF 文档时，可以使用鼠标选择图片和文字，如图 1-21 所示。这个功能可以提高阅读的指示性。

Step 2 单击导航面板中的  按钮，导航面板中将显示出 PDF 文档的目录，单击相应目录链接，便可快速打开相关页面进行阅读。如要跳转到【Index】页，则单击【Index】链接即可，

如图 1-22 所示。



选择图片



选择文字

图 1-21 选择 PDF 文档内容

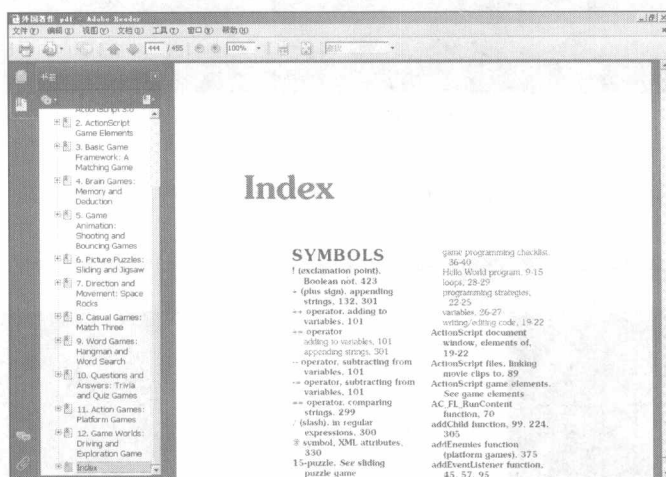


图 1-22 单击链接跳转页面

Step 3 单击导览面板中的  按钮，在导览面板中将显示出每一页的缩略图。单击相应缩略图，可快速打开对应的页面，如图 1-23 所示。

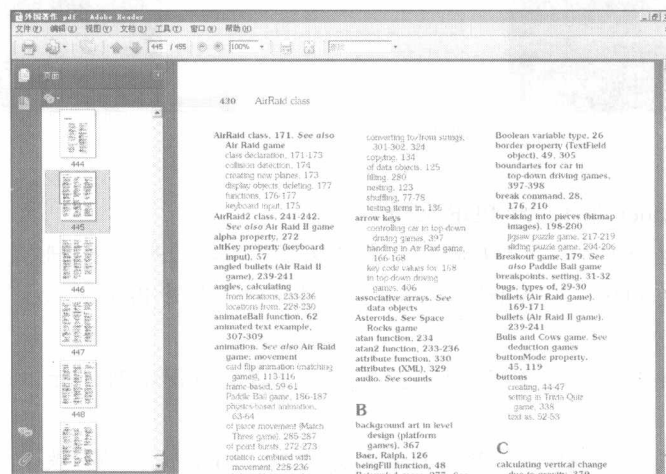


图 1-23 单击缩略图跳转页面