



中等职业学校计算机技能型

紧缺人才培养规划教材

计算机网络技术及应用专业

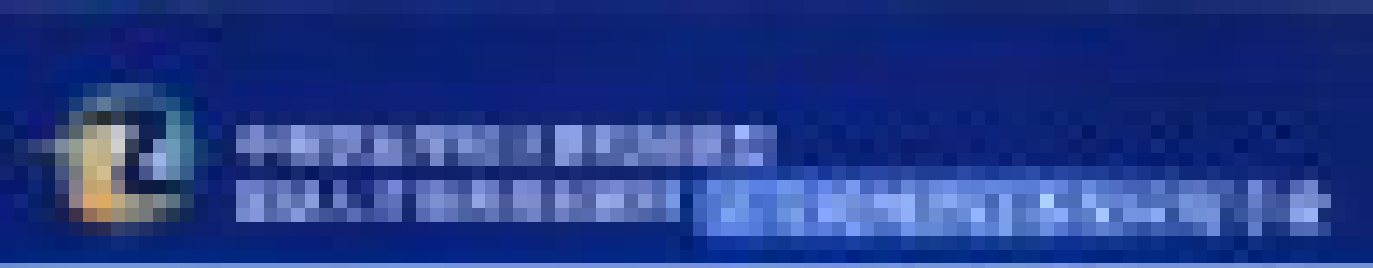
常用工具软件 实用教程

袁胜昔 主编

王 洋 周小杰 戴 音 编

免费提供
教学相关资料

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



中国地质大学（北京）
地质工程研究所

中国地质大学（北京）地质工程研究所

常用工具软件 实用教程

张明 主编
王 强 副主编



中国地质大学（北京）
地质工程研究所

中等职业学校计算机技能型紧缺人才培养规划教材
计算机网络技术及应用专业

常用工具软件实用教程

袁胜昔 主编

王洋 周小杰 戴音 编

人民邮电出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

常用工具软件实用教程 / 袁胜昔主编. —北京: 人民邮电出版社, 2005.9
中等职业学校计算机技能型紧缺人才培养规划教材
ISBN 7-115-13290-9

I. 常... II. 袁... 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 (2005) 第 067638 号

内 容 提 要

本书按照各大计算机网站流行的软件分类方法, 按系统工具、图文工具、网络工具和媒体工具 4 部分介绍了最常用的工具软件, 包括虚拟机、磁盘工具、文件压缩工具、系统维护工具、杀毒工具、虚拟光驱工具、光盘刻录工具、图像浏览工具、图像处理工具、屏幕抓图工具、动画制作工具、文档阅读工具、汉化翻译工具、内码转化工具、网页特效制作工具、邮件收发工具、文件传输工具、离线浏览工具、即时通信工具、网络共享工具、网络搜索工具、网络安全工具 and 多媒体播放工具等。本书所用到的素材均可在人民邮电出版社网站 (www.ptpress.com.cn) 下载区本书相应章节中找到。

本书为中职计算机专业教材, 也可作为计算机初学者、各类办公人员以及广大计算机爱好者的参考用书。

中等职业学校计算机技能型紧缺人才培养规划教材

计算机网络技术及应用专业

常用工具软件实用教程

-
- ◆ 主 编 袁胜昔
编 王 洋 周小杰 戴 音
责任编辑 潘春燕
执行编辑 祁 云
 - ◆ 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>
北京铭成印刷有限公司印刷
新华书店总店北京发行所经销
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 17.5
字数: 407 千字 2005 年 9 月第 1 版
印数: 1—3 000 册 2005 年 9 月北京第 1 次印刷

ISBN 7-115-13290-9/TP · 4589

定价: 23.00 元

读者服务热线: (010) 67170985 印装质量热线: (010) 67129223

中等职业学校计算机技能型紧缺人才培养规划教材

编 委 会

主 任 武马群

副 主 任 韩立凡 吴清平 王晓丹

委 员 (以汉语拼音为序)

陈道波	陈丽敏	韩祖德	李 红	李文刚	李亚平
刘玉山	潘 皓	沈大林	苏永昌	孙振业	谭建伟
王宇昕	向 伟	许成云	詹 虹	张惠珍	张 平
张世民	周越山	朱荣国	朱同庆		

秘 书 张孟玮 赵鹏飞

丛书前言

实施信息化的关键在人才,在我国各行各业都需要大批的各个层次的计算机应用专业人才。在未来几年内,我国经济和社会发展对计算机应用与软件专业初级人才具有很大的需求,而这些人才的培养主要应由中等职业教育来承担。要培养具备综合职业能力和全面素质,直接在生产、服务、技术和管理等第一线工作的技能型人才,必须在课程开发上,从职业岗位技能分析入手,以教材建设推动中等职业教育教学改革,从而提高中等职业教育质量。

人民邮电出版社根据《教育部等七部门关于进一步加强职业教育工作的若干意见》的指示精神,在深入调查研究的基础上,会同企业技术专家、中等职业学校教师、职业教育教研人员按照专业的“培养目标与规格”教学要求进行整体规划设计了本套教材。本套教材以教育部办公厅、信息产业部办公厅联合颁布的“中等职业学校计算机应用与软件技术专业领域技能型紧缺人才培养培训指导方案”为依据,遵循“以全面素质为基础,以职业能力为本位;以企业需求为基本依据,以就业为导向;适应行业技术发展,体现教学内容的先进性和前瞻性;以学生为主体,体现教学组织的科学性和灵活性”等技能型紧缺人才培养培训的基本原则。

本套教材适用于中等职业学校计算机及相关专业,按计算机软件、多媒体应用技术及计算机网络技术及应用3个专业组织编写。在教学内容的编排上,力求着重提高受教育者的职业能力,具备如下特色特点。

(1) 在具备一定的知识系统性和知识完整性的情况下,突出中等职业教育的特点,在写作的过程中把握好“必须”和“足够”这两个“度”。

(2) 任务驱动,项目教学。让学生零距离接触所学知识,拓展学生的职业技能。

(3) 按照中等职业教育的教学规律和学生认知特点讲解各个知识点,选择大量与知识点紧密结合的案例。

(4) 由浅及深,由易到难,循序渐进,通俗易懂,理论与案例制作相结合,实用与技巧相结合。

(5) 注重培养学生的学习兴趣、独立思考能力、创造性和再学习能力。

(6) 适量介绍有关业内的专业知识和案例,使学生学习后可以尽快胜任岗位工作。

为了方便教师教学,我们提供辅助教师教学的“电子教案、习题答案以及模拟考试试卷”,其中部分教材配备为老师教学而提供的多媒体素材库,并发布在人民邮电出版社网站(www.ptpress.com.cn)的下载区中。

随着中等职业教育的深入改革,编写中等职业教育教材始终是一个新课题;我们衷心希望,全国从事中等职业教育的教师与企业技术专家与我们联系,帮助我们加强中等职业教育教材建设,进一步提高教材质量。对于教材中存在的不当之处,恳请广大读者在使用过程中给我们多提宝贵意见。联系方式: zhangmengwei@ptpress.com.cn

编者的话

教育部在召开了有关“加强技能型人才培养”的工作会议后，对全社会计算机技能的掌握程度、实际操作能力提出了更高的要求。本书是专为落实教育部和信息产业部《关于确定职业院校开展计算机应用与软件技术专业领域技能型紧缺人才培养培训的通知》和《职业院校计算机应用与软件技术专业领域技能型紧缺人才培养指导方案》精神而编写的标准的职业院校教材。

随着计算机技术的普及与发展，大量的实用工具软件如雨后春笋，层出不穷，被广泛应用。从某种意义上讲，常用工具软件的操作水平能够体现学生计算机的综合操作能力。为此，许多职业院校把“计算机常用工具软件”课程纳入计算机专业必修课程。

本教材内容

本教材按照各大计算机网站流行的软件分类方法，按系统工具、图文工具、网络工具和媒体工具 4 部分介绍了最常用的工具软件，包括虚拟机、磁盘工具、文件压缩工具、系统维护工具、杀毒工具、虚拟光驱工具、光盘刻录工具、图像浏览工具、图像处理工具、屏幕抓图工具、动画制作工具、文档阅读工具、汉化翻译工具、内码转化工具、网页特效制作工具、邮件收发工具、文件传输工具、离线浏览工具、即时通信工具、网络共享工具、网络搜索工具、网络安全工具和多媒体播放工具等。

每章可分为知识概述、常用工具、上机实训和习题 4 部分。

1. 知识概述：主要介绍涉及相关软件的基本理论，包括概念、特点和分类等内容。
2. 常用工具：主要介绍几种软件的基本操作方法，包括下载、安装与使用等内容。
3. 上机实训：通过实例指导学生使用该类工具软件完成指定的教学任务。
4. 习题：通过课后练习巩固学生所掌握的知识。习题中包括填空、选择、思考题和上机练习题。教材的后面附有习题的参考答案供读者参考。

本书所用到的素材均可在人民邮电出版社网站 (www.ptpress.com.cn) 下载区本书相应章节中找到。

本教材特色

1. 符合“培养计算机技能型人才”的精神，重在培养学生学习能力、实操能力，体现“实训”特色。
2. 内容新，与市场需求相结合，服务于社会。
3. 适于使用建构主义任务驱动式教学法进行教学。
4. 适于模块化教学，每单元内容自成一体，便于进行学习。
5. 使用虚拟机构建软件试验场，可练习各种常用工具软件的使用。
6. 课后配有上机实训和习题，方便读者监测和巩固学习效果，并做到及时应用。

本教材是以“培养技能型人才”为出发点，以“实训”为中心进行设计和编写的，对理论知识部分有必要的叙述，每个单元都包括单独的实训操作内容。理论知识和操作技能部分的例题也体现了“实训”特色。

在编写理念上注意借鉴了国内外的先进教学方法和手段，在内容的组织上有利于任务驱动教学的实施。提供了大量的课堂实训、上机实战和习题，步骤详实，有利于帮助读者巩固各部分学习的操作技能。

教学建议

使用本教材进行教学时可以参考下面的建议。

(1) 全部课程的教学参考课时数为 54 学时。《常用工具软件实用教程》学时分配建议见附表。

(2) 建议每个教学单元（45 分钟一节课）的讲授时间约为 15 分钟~20 分钟，学生操作、练习和讨论交流时间约为 25 分钟~30 分钟，上机时间应不少于全部课时的 60%。

(3) 授课时应采用任务驱动式教学法，以学生为中心，注意留给学生较多的自由空间。在操作、练习以及讨论交流的过程中要注意提高学生的操作能力和分析问题、解决问题的能力。

(4) 建议采用现代化教育技术授课，应用多媒体教学手段以提高学生的学习兴趣。教师应根据学生的实际能力和特点，适当增加一定难度的操作供学生练习。

通过学习本教材，可以使读者掌握各类工具软件的基本使用方法，提高计算机综合能力，提高自学能力，掌握分析问题和解决问题的方法。本书适合职业院校学生、计算机初学者、各类办公人员以及广大计算机爱好者使用。

本教材由袁胜昔主编，王洋、周小杰、戴音编著。在本书的编写过程中刘风云、盛双艳、王蕊、郭丽卿、王克民、柳双、李杨、战晓丽、徐光远、吴莹、杨祝青、刘岳、杜宁等在编写、整理材料方面也给予了编者很大的帮助。另外，在编写过程中得到了宣武一职韩祖德老师的帮助，在此表示感谢！

本书是笔者教学中的一些心得、经验，编写中笔者已尽努力，但由于时间仓促，水平有限，难免有疏漏之处，敬请读者指正。

附：《常用工具软件实用教程》学时分配建议

序号	课程内容	学时选择		合计	实训	实验	机动
		36 学时	54 学时				
1	常用工具软件概述	★	★	2	1	1	2~4 学时
2	构建虚拟试验平台	★	★	3	1	2	
3	磁盘工具	★	★	2	1	1	
4	文件压缩工具	★	★	1	1	0	
5	系统维护工具	☆	★	2	1	1	
6	杀毒工具	★	★	1	1	0	
7	虚拟光驱工具	★	★	2	1	1	
8	光盘刻录工具	☆	★	2	1	1	
9	图像浏览工具	★	★	1	1	0	
10	图像处理工具	☆	★	3	1	2	
11	屏幕抓图工具	★	★	2	1	1	
12	动画制作工具	☆	★	4	2	2	
13	文档阅读工具	★	★	2	1	1	
14	汉化翻译工具	★	★	1	1	0	
15	内码转化工具	☆	★	2	1	1	
16	网页特效制作工具	★	★	3	1	2	
17	邮件收发工具	★	★	3	1	2	
18	文件传输工具	★	★	3	1	2	
19	离线浏览工具	☆	★	2	1	1	
20	即时通信工具	★	★	3	1	2	
21	网络共享工具	☆	★	3	1	2	
22	网络搜索工具	★	★	2	1	1	
23	网络安全工具	★	★	3	1	2	
24	多媒体播放工具	★	★	2	1	1	
合计				54	25	29	
说明	《常用工具软件实用教程》作为快速提升学生动手操作能力和综合应用水平的专业课程，分实训和实验两种课型，学生在实训或实验过程中逐步理解和掌握理论知识。 ★ 代表选择 ☆ 代表不选						

编者
2005 年 7 月

目 录

第1部分 常用工具软件概述

第1章 常用工具软件基础	1
1.1 软件版本	1
1.2 软件分类	2
1.3 获取途径	3
1.4 软件安装	3
1.5 软件启动	5
1.6 软件退出	5
1.7 软件卸载	6
习题	6
第2章 构建虚拟试验平台	7
2.1 知识概述	7
2.1.1 虚拟机简介	7
2.1.2 虚拟机的功能特点	8
2.1.3 虚拟机的相关术语	8
2.2 虚拟机的安装	9
2.2.1 VMware Workstation 4.0 的最新特点	9
2.2.2 VMware Workstation 4.0 的系统需求	9
2.2.3 VMware Workstation 4.0 的安装	10
2.3 创建虚拟机并安装操作系统	12
2.4 上机实训	15
习题	15

第2部分 系统工具

第3章 磁盘工具	16
3.1 知识概述	16

3.1.1 磁盘工具特点	16
3.1.2 磁盘工具相关术语	16
3.2 常用工具	17
3.2.1 Partition Magic	17
3.2.2 EasyRecovery	20
3.3 上机实训	24
3.3.1 上机实训一	24
3.3.2 上机实训二	24
习题	25
第4章 文件压缩工具	26
4.1 知识概述	26
4.1.1 文件压缩工具特点	26
4.1.2 磁盘工具相关术语	26
4.2 常用工具	26
4.2.1 WinZIP	26
4.2.2 WinRAR	29
4.3 上机实训	32
4.3.1 上机实训一	32
4.3.2 上机实训二	33
习题	33
第5章 系统维护工具	34
5.1 知识概述	34
5.1.1 系统维护工具的概念特点	34
5.1.2 系统维护工具相关术语	34
5.2 常用工具	35
5.2.1 Windows 优化大师	35
5.2.2 超级兔子魔法设置	39
5.3 上机实训	42
5.3.1 上机实训一	42
5.3.2 上机实训二	43
习题	43
第6章 杀毒工具	44
6.1 知识概述	44
6.2 常用工具	44
6.2.1 KV 江民杀毒软件	44

6.2.2 瑞星杀毒软件	46
6.3 上机实训	49
6.3.1 上机实训一	49
6.3.2 上机实训二	49
习题	50
第7章 虚拟光驱工具	51
7.1 知识概述	51
7.1.1 光碟工具发展及概念	51
7.1.2 光碟工具相关术语	51
7.2 常用工具	52
7.2.1 虚拟光碟 (VirtualDrive)	52
7.2.2 WinISO	53
7.3 上机实训	55
7.3.1 上机实训一	55
7.3.2 上机实训二	56
习题	56
第8章 光盘刻录工具	57
8.1 知识概述	57
8.1.1 光盘刻录工具简介	57
8.1.2 光盘刻录术语	57
8.2 常用工具	57
8.2.1 Nero Express	57
8.2.2 Easy CD Creator	60
8.3 上机实训	62
8.3.1 上机实训一	62
8.3.2 上机实训二	62
习题	62

第3部分 图文工具

第9章 图像浏览工具	64
9.1 知识概述	64
9.2 常用工具	65
9.2.1 ACDSee	65
9.2.2 豪杰大眼睛	69
9.3 上机实训	72
9.3.1 上机实训一	72

9.3.2 上机实训二	73
习题	73
第10章 图像处理工具	75
10.1 知识概述	75
10.2 常用工具	75
10.2.1 我行我速	75
10.2.2 Paint Shop Pro9.0	79
10.3 上机实训	86
10.3.1 上机实训一	86
10.3.2 上机实训二	86
习题	87
第11章 屏幕抓图工具	89
11.1 知识概述	89
11.2 常用工具	89
11.2.1 HyperSnap-DX	89
11.2.2 SnagIt	91
11.3 上机实训	95
11.3.1 上机实训一	95
11.3.2 上机实训二	95
习题	96
第12章 动画制作工具	97
12.1 知识概述	97
12.2 常用工具	97
12.2.1 Ulead GIF Animator	97
12.2.2 Ulead COOL 3D	106
12.3 上机实训	108
12.3.1 上机实训一	108
12.3.2 上机实训二	109
习题	109
第13章 文档阅读工具	111
13.1 知识概述	111
13.2 常用工具	111
13.2.1 Adobe Reader	111
13.2.2 Read Book	115
13.3 上机实训	118

13.3.1 上机实训一	118
13.3.2 上机实训二	118
习题	119
第 14 章 汉化翻译工具	120
14.1 知识概述	120
14.2 常用工具	120
14.2.1 金山词霸	120
14.2.2 金山快译	122
14.3 上机实训	126
14.3.1 上机实训一	126
14.3.2 上机实训二	127
习题	127
第 15 章 内码转化工具	128
15.1 知识概述	128
15.2 常用工具	128
15.2.1 南极星	128
15.2.2 MagicWin 内码转换工具	129
15.3 上机实训	130
15.3.1 上机实训一	130
15.3.2 上机实训二	130
习题	131
第 4 部分 网络工具	
第 16 章 网页特效制作工具	132
16.1 知识概述	132
16.1.1 什么是网页	132
16.1.2 HTML	133
16.1.3 什么是网页特效	133
16.1.4 网页制作工具简介	133
16.1.5 网页特效制作的相关术语	134
16.2 常用工具	135
16.2.1 网页特效梦工厂	135
16.2.2 主页特效制作百宝箱	137
16.3 上机实训	138
16.3.1 上机实训一	138
16.3.2 上机实训二	140

习题	142
第 17 章 邮件收发工具	143
17.1 知识概述	143
17.1.1 什么是电子邮件	143
17.1.2 电子邮件地址	143
17.1.3 电子邮件的相关概念	143
17.2 常用工具	144
17.2.1 Foxmail	144
17.2.2 Outlook Express	148
17.3 上机实训	153
17.3.1 上机实训一	153
17.3.2 上机实训二	155
习题	156
第 18 章 文件传输工具	158
18.1 知识概述	158
18.1.1 FTP 的概念	158
18.1.2 下载的概念	159
18.1.3 文件传输的相关术语	159
18.2 常用工具	161
18.2.1 网络蚂蚁 NetAnts	161
18.2.2 网际快车 FlashGet	164
18.2.3 BitTorrent Plus!	168
18.2.4 CuteFTP	172
18.3 上机实训	175
18.3.1 上机实训一	175
18.3.2 上机实训二	176
习题	177
第 19 章 离线浏览工具	178
19.1 知识概述	178
19.1.1 离线浏览的概念	178
19.1.2 网站	178
19.1.3 主页和网页	179
19.1.4 相关概念	179
19.2 常用工具	180
19.2.1 WebZip	180
19.2.2 Webdup	183

19.3 上机实训	187
19.3.1 上机实训一	187
19.3.2 上机实训二	188
习题	189
第20章 即时通信工具	190
20.1 知识概述	190
20.1.1 Internet 的概念	190
20.1.2 网络的功能	190
20.1.3 网络的分类	191
20.1.4 TCP/IP	191
20.2 常用工具	192
20.2.1 MSN Messenger	192
20.2.2 网易泡泡	197
20.2.3 BBS 和聊天室	203
20.3 上机实训	204
20.3.1 上机实训一	204
20.3.2 上机实训二	206
习题	207
第21章 网络共享工具	209
21.1 知识概述	209
21.1.1 代理服务器	209
21.1.2 OSI 参考模型	210
21.1.3 网络共享相关术语	211
21.2 常用工具	211
21.2.1 SyGate	211
21.2.2 在 Windows 98 中共享上网	213
21.2.3 在 Windows XP 中共享上网	214
21.3 上机实训	216
习题	220
第22章 网络搜索工具	221
22.1 知识概述	221
22.1.1 搜索引擎的概念	221
22.1.2 搜索引擎的发展历史	221
22.1.3 搜索引擎的分类	222
22.1.4 相关知识	222
22.2 常用工具	223

22.2.1	3721	222
22.2.2	Baidu	225
22.2.3	Google	228
22.2.4	中华搜索宝	231
22.3	上机实训	233
22.3.1	上机实训一	233
22.3.2	上机实训二	233
习题		234
第 23 章	网络安全工具	235
23.1	知识概述	235
23.1.1	网络安全的概念	235
23.1.2	计算机病毒	235
23.1.3	网络安全相关术语	236
23.2	常用工具	237
23.2.1	瑞星防火墙	237
23.2.2	超级兔子 IE 保护器	240
23.3	上机实训	243
23.3.1	上机实训一	243
23.3.2	上机实训二	244
习题		245

第 5 部分 媒体工具

第 24 章	多媒体播放工具	247
24.1	知识概述	247
24.1.1	媒体、多媒体的概念	247
24.1.2	视音频播放工具相关术语	248
24.2	常用工具	249
24.2.1	Winamp 播放工具	249
24.2.2	Windows Media Player	252
24.2.3	RealPlayer	253
24.2.4	豪杰超级解霸	256
24.2.5	Media Player Classic	259
24.3	上机实训	260
24.3.1	上机实训一	260
24.3.2	上机实训二	260
习题		261