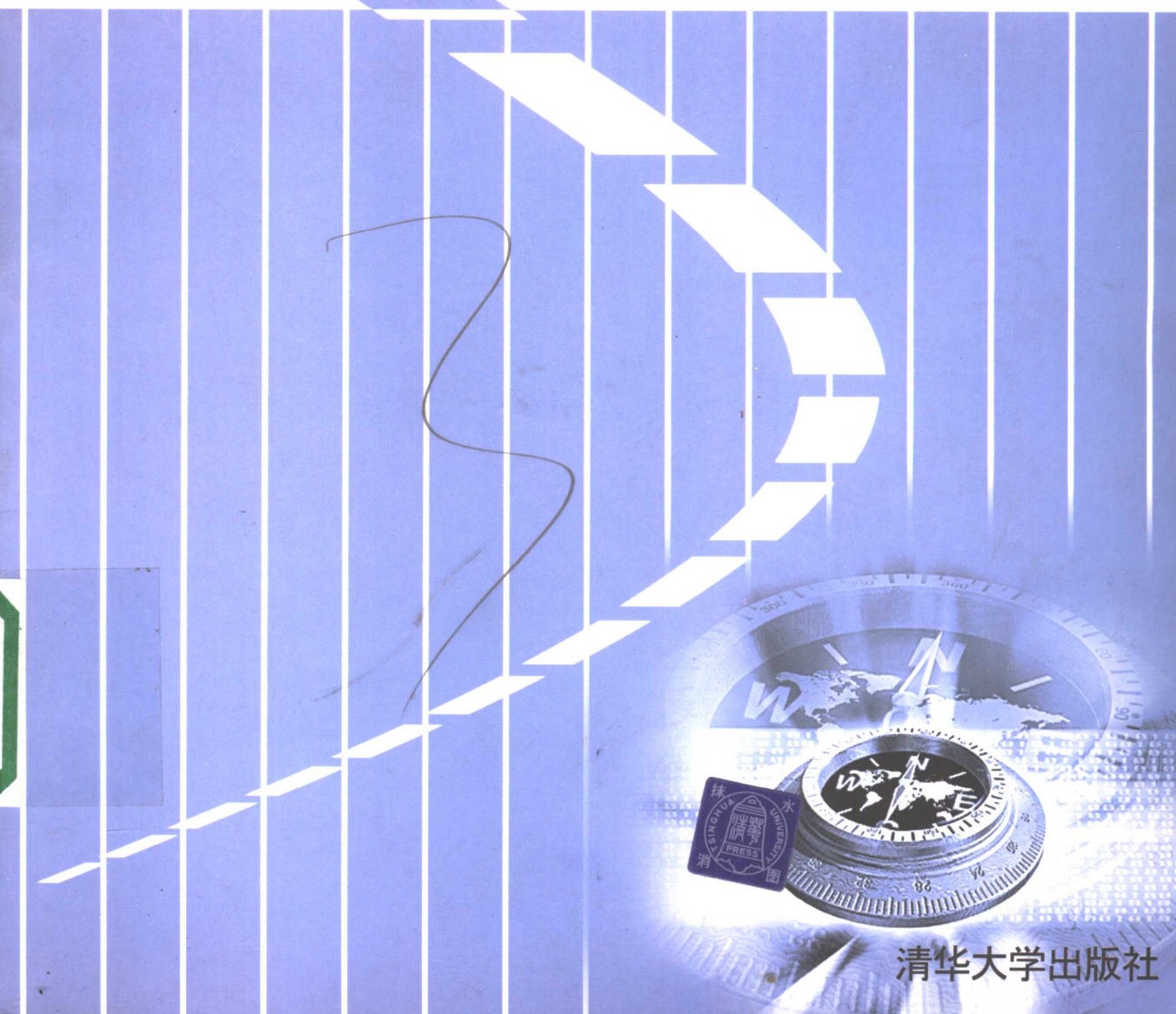


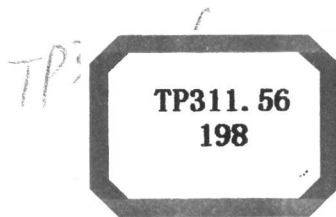
工具软件

实用培训教程

李 伟 郑岩峰 方 俊 编著



清华大学出版社



实用培训教程系列

工具软件实用培训教程

李伟 郑岩峰 方俊 编著

RJS220/-3.



清华大学出版社

北 京



内 容 简 介

本书详尽介绍了计算机常用工具软件的使用方法与技巧。全书以计算机工具软件的具体应用为主线,采用任务驱动方式,以提出问题、解决问题的方法介绍了常用工具软件的应用领域、功能和各种应用技巧等方面的内容。全书分为7章,涉及了系统工具、文件与磁盘工具、网络工具、媒体工具、图文处理工具、桌面工具、教育教学工具等诸多内容。

本书内容丰富,结构清晰,语言简练,叙述深入浅出,具有很强的实用性,是一本适合于相关培训班的优秀教材,也是计算机应用人员不可多得的工具软件参考书。

版权所有,翻印必究。举报电话:010-62782989 13901104297 13801310933

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

本书防伪标签采用清华大学核研院专有核径迹膜防伪技术,用户可通过在图案表面涂抹清水,图案消失,水干后图案复现;或将表面膜揭下,放在白纸上用彩笔涂抹,图案在白纸上再现的方法识别真伪。

图书在版编目(CIP)数据

工具软件实用培训教程/李伟,郑岩峰,方俊 编著. —北京:清华大学出版社,2005.1

(实用培训教程系列)

ISBN 7-302-10036-5

I. 工… II. ①李…②郑…③方… III. 软件工具—技术培训—教材 IV.TP311.56

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 124886 号

出 版 者:清华大学出版社 地 址:北京清华大学学研大厦

<http://www.tup.com.cn> 邮 编:100084

社 总 机:010-62770175 客 户 服 务:010-62776969

组稿编辑:孟毅新

文稿编辑:鲍 芳

封面设计:孔祥丰

版式设计:康 博

印 刷 者:北京市昌平环球印刷厂

装 订 者:北京市密云县京文制本装订厂

发 行 者:新华书店总店北京发行所

开 本:185×260 印 张:20.25 字 数:505 千字

版 次:2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-302-10036-5/TP·1020

印 数:1~6000

定 价:29.00 元

本书如存在文字不清、漏印以及缺页、倒页、脱页等印装质量问题,请与清华大学出版社出版部联系调换。联系电话:(010)62770175-3103 或(010)62795704



前 言

随着 1946 年世界上第一台计算机在美国诞生，人类的生活发生了翻天覆地的变化。从数字计算到原子能的开发利用，计算机无时无刻不在影响、参与着我们的生活，它已经成为我们日常生活不可或缺的一部分。

21 世纪的今天，计算机越来越普及，越来越大众化，从而也出现了越来越多的计算机工具软件，从系统管理到图形图像处理，从多媒体影音欣赏到教育教学，都离不开工具软件。用户使用工具软件可以发挥计算机更强大的功能，掌握各种工具软件也成为衡量个人计算机应用能力的标准之一。

网络的飞速发展拉近了我们与世界之间的距离，随之而来的是各种网络工具的诞生。网络工具将人与人之间的联系变得更加便捷，并且加快了信息和资源的传递。随着网络功能的不断延伸，网络工具向人们提供了更多便利的条件去体验网络的精彩。

本书总结了编者多年的计算机使用经验，结合目前最新版本的计算机工具软件，以完成特定任务为目标，介绍了从系统管理、网络应用到图形图像等多方面的工具软件知识，力争最大限度地让用户能学有所用。

本书采用任务驱动的方法，先提出任务的目标，再一步一步地完成这个任务，从中让用户了解各种实用工具软件的功能、使用方法及使用技巧。工具软件以实用为本，本书按照不同的功能需求对工具软件进行归类，以读者的需求为最高目标，翔实地介绍了操作系统管理、网络应用、多媒体欣赏到图文处理、教育教学等多种工具软件的使用技巧，可以使读者真正做到学以致用，从而全面提升计算机应用水平。

本书是集体智慧的结晶，除封面署名的作者外，参加本书编写和制作的人员还有王永皎、陈建伟、陈占伟、郭军利、陈笑、张立浩、陈波、徐帆、管正、王岚、孔祥亮等人。由于作者水平有限，加之创作时间仓促，本书不足之处在所难免，欢迎广大读者批评指正。

作 者



目 录

第 1 章 系统工具	1
1.1 系统维护——Windows 优化大师	2
1.1.1 检测系统信息	2
1.1.2 加快开机速度	3
1.1.3 智能卸载软件	4
1.1.4 清理垃圾文件	6
1.1.5 清理注册表信息	6
1.1.6 智能备份驱动	7
1.1.7 快速优化内存	9
1.1.8 自动优化操作系统	10
1.2 杀毒工具——Norton Antivirus	12
1.2.1 设置杀毒选项	12
1.2.2 杀毒	14
1.2.3 在线更新病毒库	16
1.3 杀毒工具——金山毒霸	17
1.3.1 查杀病毒	18
1.3.2 使用病毒防火墙	19
1.3.3 隔离病毒	20
1.3.4 修复 IE	22
1.3.5 查找系统漏洞	22
1.3.6 升级金山毒霸	24
1.4 驱动管理——驱动精灵	26
1.4.1 检测计算机硬件设备	26
1.4.2 备份硬件驱动	27
1.4.3 创建自动解压安装程序	29
1.4.4 自动更新驱动程序	30
1.4.5 恢复硬件驱动	31
1.4.6 备份 Outlook Express 邮件和地址簿	33
1.4.7 备份 IE 收藏夹	33
1.5 卸载工具——完美卸载 XP	34
1.5.1 监视应用软件安装	35
1.5.2 卸载应用软件	36
1.5.3 智能卸载应用程序	38



1.5.4	清理垃圾信息	40
1.5.5	修复注册表错误	42
1.5.6	优化系统参数	43
1.6	定时关机——阿达自动定时关机器	46
1.6.1	定时执行程序	46
1.6.2	校对时间	47
1.6.3	禁止访问黄色网站	48
1.6.4	禁止使用应用程序	48
第2章	文件与磁盘工具	51
2.1	文件压缩——WinRAR	52
2.1.1	使用 WinRAR 的图形模式压缩文件	52
2.1.2	使用 WinRAR 的图形模式解压文件	54
2.1.3	使用向导压缩文件	56
2.1.4	利用向导解压文件	57
2.1.5	在资源管理器或桌面解压文件	59
2.1.6	分割压缩文件	60
2.1.7	给压缩文件加密	61
2.1.8	创建自释放文件	62
2.2	文件分割——冰雪文件分割器	64
2.2.1	分割文件	64
2.2.2	合并文件	66
2.3	电子阅读——Acrobat Reader	66
2.3.1	用 Acrobat Reader 浏览 PDF 文档	67
2.3.2	缩放 PDF 文档	68
2.3.3	在 PDF 文档中搜索单词或短语	69
2.3.4	使用书架功能	70
2.4	磁盘分区——魔术分区大师	71
2.4.1	创建分区	71
2.4.2	调整分区大小	74
2.4.3	合并分区	76
2.4.4	创建备份分区	79
2.4.5	格式化磁盘	82
2.4.6	调整簇的大小	82
2.5	文件恢复——EasyRecovery	83
2.5.1	恢复被删除的文件	84
2.5.2	恢复被格式化的磁盘上的文件	86
2.5.3	自定义恢复文件	89
2.5.4	恢复 Office 文档	91

实

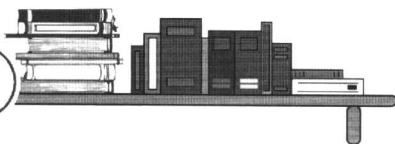
用

培

训

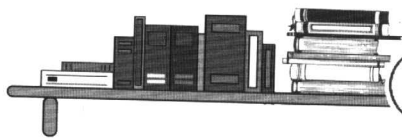
教

程





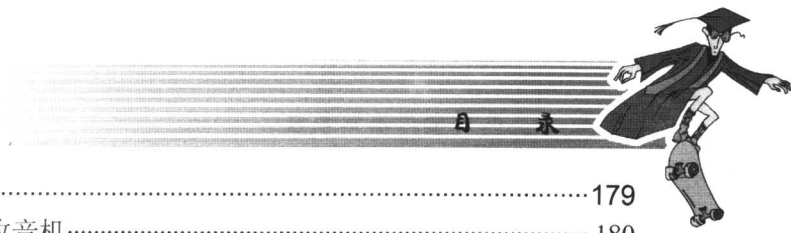
2.5.5	恢复 Zip 文件	92
2.6	光盘刻录——Nero	94
2.6.1	刻录光盘	94
2.6.2	复制光盘	96
2.6.3	编辑音频	97
2.6.4	限制刻录光盘时的写入速度	99
2.6.5	制作相片 VCD	100
2.6.6	制作 CD 封面	101
2.7	虚拟光盘——Daemon Tools	104
2.7.1	虚拟光驱镜像文件	104
2.7.2	修改虚拟光驱盘符	106
2.7.3	增加虚拟光驱的数目	106
2.7.4	切换 Daemon Tools 的显示语言	107
第 3 章	网络工具	109
3.1	网页浏览器——MyIE2	110
3.1.1	用 MyIE2 浏览器浏览网页	110
3.1.2	设置主页	111
3.1.3	加快网页载入速度	111
3.1.4	保存当前网页的全部内容	112
3.1.5	用 MyIE2 浏览器下载网络资源	113
3.1.6	使用 MyIE2 浏览器的收藏夹功能	115
3.1.7	屏蔽网上的不良内容	117
3.1.8	重新设置 Internet 临时文件夹	119
3.1.9	改变网站链接的图标	120
3.1.10	自动清除上网痕迹	121
3.1.11	拦截广告窗口	122
3.2	FTP 服务器构建——Serv-U	123
3.2.1	建立 FTP 服务器	123
3.2.2	设置本地服务器	128
3.2.3	管理 FTP 服务器中的用户	128
3.2.4	在 Serv-U 中创建用户组	129
3.2.5	建立虚拟目录	130
3.3	文件下载——FlashGet	132
3.3.1	下载单一文件	133
3.3.2	下载批量文件	136
3.3.3	在 FlashGet 中使用镜像功能	137
3.3.4	在 FlashGet 中设置代理服务器	138
3.3.5	在 FlashGet 中计划下载任务	139





3.4	FTP 站点下载——CuteFTP	140
3.4.1	添加 FTP 站点	140
3.4.2	连接服务器并下载文件	141
3.4.3	上传文件	141
3.4.4	使用 CuteFTP 中的计划任务功能	142
3.5	超级 BT 下载——BitComet	143
3.5.1	使用 BitComet 下载文件	143
3.5.2	用 BitComet 发布资源	145
3.5.3	限制 BitComet 的下载和上传速度	147
3.5.4	在 BitComet 中调整磁盘缓存大小	148
3.6	网络聊天——腾讯 QQ	148
3.6.1	申请 QQ 号码	148
3.6.2	登录 QQ	151
3.6.3	添加好友	152
3.6.4	使用 QQ 发送和接收即时消息	153
3.6.5	传输文件	154
3.6.6	进行视频聊天	156
3.6.7	隐藏 QQ	156
3.6.8	给好友加注释	157
3.6.9	设置个性化 QQ 铃声	158
3.6.10	使用 QQ 的在线分类查找功能	159
3.7	邮件管理软件——Foxmail	159
3.7.1	在 Foxmail 中建立用户帐户	159
3.7.2	用 Foxmail 管理邮件	162
3.7.3	添加和使用 Foxmail 地址簿	163
3.7.4	使用 Foxmail 拒绝垃圾邮件	164
3.7.5	在 Foxmail 中使用个性图标签名	166
3.8	代理服务器——WinGate	167
3.8.1	启动 WinGate	167
3.8.2	设置 WinGate 的系统服务	168
3.8.3	设置 WinGate 的代理服务	169
3.8.4	管理和设置 WinGate 中的用户	170
3.8.5	设置 WinGate 的内部邮件服务器	172
3.9	网络辅助工具——3721 上网助手	173
3.9.1	使用 3721 上网助手使系统加速	173
3.9.2	使用 3721 上网助手拦截广告窗口	174
3.9.3	使用 3721 上网助手的安全防护功能	174
3.9.4	使用 3721 上网助手保护隐私	176
3.9.5	使用 3721 上网助手修复 IE	177

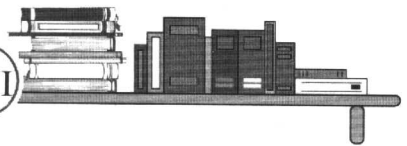




第4章 媒体工具	179
4.1 网络广播——龙卷风网络收音机	180
4.1.1 收听广播	180
4.1.2 编辑电台	181
4.1.3 预设电台	182
4.1.4 更换皮肤	183
4.1.5 录制广播	184
4.2 MP3播放器——Winamp	186
4.2.1 使用 Winamp 播放音频文件	187
4.2.2 使用均衡器增强音效	188
4.2.3 使用 Winamp 转换音频文件格式	189
4.2.4 使用 Winamp 播放视频文件	191
4.2.5 设置个性化的皮肤	192
4.3 家庭影院播放器——豪杰超级解霸	193
4.3.1 播放视频文件	193
4.3.2 使用“彩影”功能	195
4.3.3 将 VCD 保存为 MP3	195
4.3.4 在资源管理器中播放电影	196
4.4 MP3 压缩工具——MP3 压缩大师	197
4.4.1 压缩 CD 为 MP3	198
4.4.2 将 WAV 压制成 MP3	200
4.4.3 将 MP3 转换成 WAV	202
4.5 网络播放器——极品网络电视电影	203
4.5.1 收看网络电视	204
4.5.2 收听网络广播	205
4.5.3 收看 Flash 动画	205
4.5.4 使用万年历	206
4.5.5 网上学习	207
4.6 网络视频点播——远古 WebVOD 视频	208
4.6.1 配置视频点播服务器	208
4.6.2 远程管理视频服务器	211
4.6.3 进行视频点播	212
4.7 媒体播放器——Windows Media Player	213
4.7.1 播放多媒体文件	213
4.7.2 使用媒体库	215
4.7.3 更换外观	217
4.7.4 制作 WMA 音乐文件	217



第 5 章	图文处理工具	221
5.1	图像格式转换——EPC 图像转换专家	222
5.1.1	设置 EPC 图像转换专家	222
5.1.2	转换图片格式	223
5.1.3	改变图片大小	224
5.1.4	增加图片特效	224
5.2	屏幕抓图软件——HyperSnap-DX	225
5.2.1	使用 HyperSnap-DX 抓图	225
5.2.2	设置抓图快捷键	227
5.2.3	设置 HyperSnap-DX 的抓图属性	227
5.2.4	对图片进行效果处理	228
5.3	屏幕录像——屏幕录像专家	229
5.3.1	设置屏幕录像专家的快捷键	229
5.3.2	录制屏幕录像	230
5.3.3	播放录制的屏幕录像	231
5.3.4	设置录制目标	232
5.3.5	转换屏幕录像的格式	232
5.3.6	在屏幕录像中添加自设信息	233
5.4	图片浏览器——ACDSee	234
5.4.1	在 ACDSee 中批量重命名文件	235
5.4.2	使用 ACDSee 创建 HTML 相册	236
5.4.3	使用 ACDSee 制作屏保	239
5.4.4	使用 ACDSee 制作幻灯片	241
5.4.5	使用 ACDSee 检索图片文件	243
5.5	图标编辑器——Coffee IconEditor	244
5.5.1	捕捉图像生成图标	245
5.5.2	编辑图标	246
5.5.3	给图标加上特殊效果	247
5.6	3D 效果制作——Xara3D	247
5.6.1	创建 3D 文字	247
5.6.2	设置 3D 文字的斜边	249
5.6.3	制作动画效果	249
5.6.4	制作按钮效果	251
第 6 章	桌面工具	253
6.1	屏幕保护工具——梦想之颠	254
6.1.1	制作屏幕保护程序	254
6.1.2	生成屏幕保护程序	259
6.2	桌面变脸——桌面变幻大师	260





6.2.1	使用虚拟桌面	260
6.2.2	设置动态桌面	261
6.3	Windows XP 变脸——XP 变脸王	263
6.3.1	更换鼠标主题	263
6.3.2	更换可视风格	264
6.3.3	自定义开机画面	265
6.3.4	定制 IE 面板	266
6.3.5	个性化文件夹	267
6.3.6	设置登录画面	269
6.4	多功能桌面管理——雪精灵 Snow fairy	270
6.4.1	播放音乐	270
6.4.2	收藏网页	271
6.4.3	添加外部工具	272
6.4.4	使用万年历	274
6.5	Windows 界面更换——WindowBlinds	275
6.5.1	更换 Windows 界面	275
6.5.2	设置 WindowBlinds	277
第 7 章	教育教学工具	281
7.1	多功能汉语字典——汉语电子字典	282
7.1.1	在汉语电子字典中查字	282
7.1.2	在汉语电子字典中查询词语	284
7.1.3	在汉语电子字典中查询常用信息	284
7.2	成语速查工具——成语大全	285
7.2.1	查询成语	286
7.2.2	玩成语游戏	287
7.2.3	进行成语训练	287
7.2.4	查询相关资料	288
7.3	英语口语工具——英语口语对话王	289
7.3.1	设置卡通对话角色	289
7.3.2	选择对话情景	290
7.3.3	设置背景音乐	291
7.3.4	在英语口语对话王中听写句子	291
7.3.5	使用语言复读机	292
7.3.6	查看英语语法	293
7.4	英语单词记忆工具——金山单词	293
7.4.1	在金山单词中创建用户	293
7.4.2	使用单词初记功能	296
7.4.3	使用单词复记功能	297

实

用

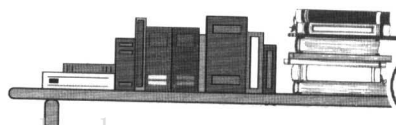
培

训

教

程

IX





7.4.4	使用单词记忆测试功能	299
7.4.5	使用强化单词记忆功能	300
7.4.6	使用综合测试功能	301
7.5	翻译软件——金山词霸	303
7.5.1	查找英文单词	303
7.5.2	全文检索	304
7.5.3	在 IE 浏览器中查单词	305
7.5.4	从屏幕上取词	306
7.5.5	使用迷你背单词	307
7.5.6	使用生词本	308

实

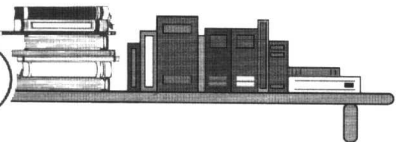
用

培

训

教

程



第1章

系统工具

虽然 Windows 操作系统具有强大的功能,但是它并不能包含所有的系统操作,比如杀毒、优化等。为了满足用户多种多样的需求,产生了一大批系统工具,它们对 Windows 操作系统做了补充,增强了 Windows 的原有功能,简化了 Windows 的系统操作。灵活运用这些系统工具可以让用户更加高效、简便地使用操作系统。

教学目标

通过对本章学习,读者应了解常用系统工具软件的使用方法,并能够灵活运用这些软件对系统进行管理。

教学重点与难点

- ◆ Windows 优化大师
- ◆ Norton Antivirus
- ◆ 金山毒霸
- ◆ 驱动精灵
- ◆ 完美卸载 XP
- ◆ 阿达自动定时关机器



1.1 系统维护——Windows 优化大师

Windows 是一个划时代的操作系统，它界面友好、功能强大、使用简便，是世界上使用人数最多的操作系统。但 Windows 操作系统本身极为庞大，从 Windows 98 到最新版本的 Windows 2003，在性能与安全上都或多或少地存在一些问题。这些隐蔽的错误和弱点往往会造成系统性能的下降，出现种种问题，使得用户不得不去面对极为复杂的设置以及烦人的如修改注册表等操作。为了简化这些复杂的操作，排除系统的不稳定因素，各种 Windows 系统修改、优化软件应运而生。本节介绍的 Windows 优化大师就是其中的佼佼者，其界面如图 1-1 所示。



图 1-1 Windows 优化大师

Windows 优化大师的功能分为 3 大类，包括系统信息检测、系统性能优化、系统清理维护。

1.1.1 检测系统信息

在处理系统故障时，准确、完整的系统信息有着重要的参考价值。但是，Windows 系统信息种类繁多，不同种类的信息获取途径不同，信息的描述也非常专业。用户面对这些信息往往无所适从。

Windows 优化大师的“系统信息检测”功能，可以帮助用户集中查看、优化各种系统信息。能够浏览的信息包括：系统信息总揽、处理器和 BIOS 信息、视频系统信息、音频系统信息、存储系统信息、网络系统信息、其他外部设备、软件信息列表。此外，它还能对系统性能进行测试。

【练习 1-1】 查看本机的硬盘信息。

(1) 选择“开始”|“程序”|“Windows 优化大师”|“Windows 优化大师”命令，启动 Windows 优化大师。



(2) 单击“系统信息检测”按钮,再选择“存储信息系统”选项,此时在窗口的列表框中将显示各种存储设备信息。

(3) 单击“硬盘”节点前的“+”号,展开该节点,此时就可以看到本机的硬盘信息,如硬盘型号为 ST360021A,容量为 55.85GB,共分了 4 个区等,如图 1-2 所示。

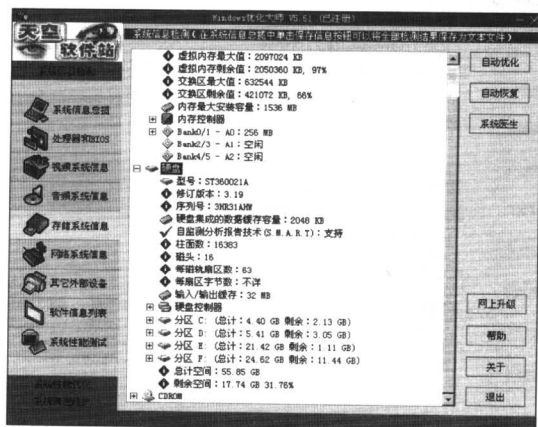


图 1-2 显示硬盘信息

(4) 参照步骤(2)~(3),使用同样方法,单击其他选项或节点,可以查看更多信息。

1.1.2 加快开机速度

计算机使用了一段时间后,启动速度要比初安装时慢,有时候要花费 5 分钟甚至更长的时间启动,原因主要有以下几种:

- ◆ 一些应用软件会在系统的启动列表里添加自己的快速启动方式,以达到快速启动的目的,比如 QQ 等。
- ◆ 一些软件将自己运行的辅助程序加入启动列表,这些程序虽没有界面,但也会占用系统的启动时间和资源。
- ◆ 一些病毒和黑客程序把自己加入启动列表,企图达到它们不可告人的目的。

这类程序大多数都不需要启动,因此,可以把它们从启动列表中删除。但删除这些不要的启动程序需要修改复杂的注册表,而用 Windows 优化大师删除这些信息就非常容易。

【练习 1-2】利用 Windows 优化大师加快开机速度。

(1) 选择“开始”|“程序”|“Windows 优化大师”|“Windows 优化大师”命令,启动 Windows 优化大师。

(2) 单击“系统性能优化”按钮,再选择“开机速度优化”选项,此时在窗口的列表中将显示“开机速度优化”界面,如图 1-3 所示。

(3) 在“请选择开机不自动运行的程序”列表框中选择开机时不需要自动运行的程序,如 BIE 和 IMSCMig 等,然后单击“优化”按钮优化系统。

实

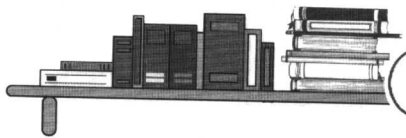
用

培

训

教

程





(4) 重新启动计算机, 可以看到, 优化后的启动速度要比优化前快。

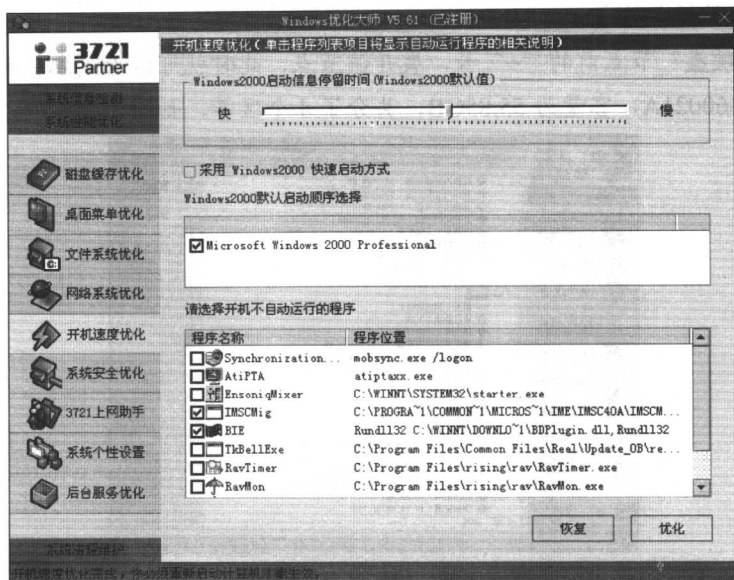


图 1-3 “开机速度优化”选项

1.1.3 智能卸载软件

有些软件因为制作不规范, 只能安装不能卸载; 有些软件因为人为的错误操作删除了卸载文件, 无法正常卸载。如果简单地删除软件所在的文件夹, 可能就会在其他目录(特别是系统目录)中遗留下许多相关文件, 注册表中也会残留很多垃圾信息。这些文件和注册表项不仅没有用而且还会占用大量的磁盘空间。日积月累会给操作系统造成很大负担, 影响系统效率。

清除这些垃圾文件是一件很头痛的事, 手动删除更是难度颇大, Windows 优化大师的“软件智能卸载”功能可以轻松解决这类问题。

【练习 1-3】利用“软件智能卸载”卸载应用程序 WinRAR。

(1) 选择“开始”|“程序”|“Windows 优化大师”|“Windows 优化大师”命令, 启动 Windows 优化大师。

(2) 单击“系统清理维护”按钮, 再选择“软件智能卸载”选项, 此时在窗口将显示软件名称及对应的项目名称, 如图 1-4 所示。

(3) 在“软件名称”列表区单击“WinRAR”选项, 然后单击“分析”按钮, Windows 优化大师开始分析与该软件相关的信息。

(4) 分析结束后, 单击“卸载”按钮, 此时弹出如图 1-5 所示对话框, 询问用户是否确定卸载, 单击“是”按钮, Windows 优化大师会备份相关的注册表信息和文件信息并进行卸载操作。

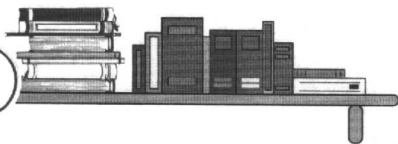




图 1-4 “软件智能卸载”选项

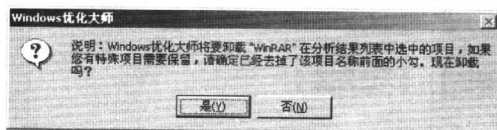


图 1-5 询问是否确定卸载



在 Windows 9x 下, Windows 优化大师提供的默认备份方式可能速度较慢, 可以先将备份压缩率设置为最快后进行卸载。

(5) 卸载完毕后, 如果要恢复已卸载的应用程序, 可以单击“恢复”按钮, 打开“备份与恢复管理”对话框, 如图 1-6 所示。只要用户没有删除相关的备份信息, 都可以从这里恢复曾经卸载的应用程序。

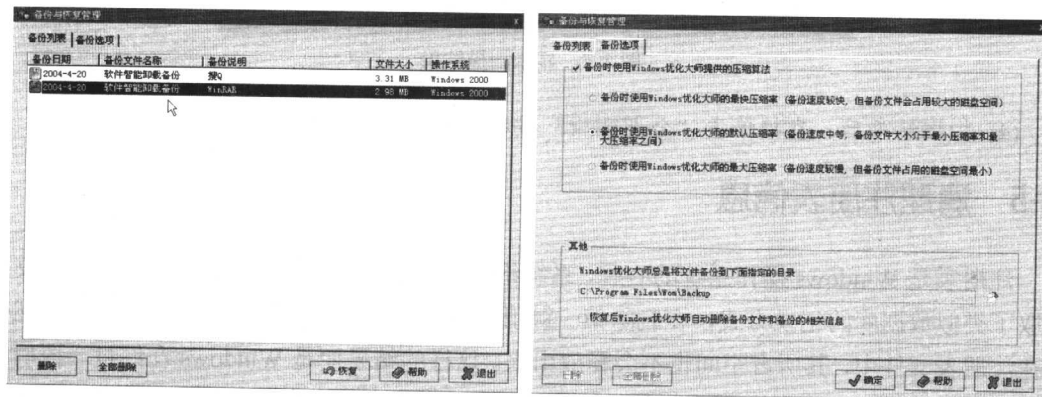


图 1-6 “备份与恢复管理”对话框

实

用

培

训

教

程

程