

21 世纪 高 职 高 专 规 划 教 材

计 算 机 基 础 教 育 系 列



Internet技术 实用教程

侯冬梅 主编
周同 张宁林 张海丰 等编著

清华大学出版社

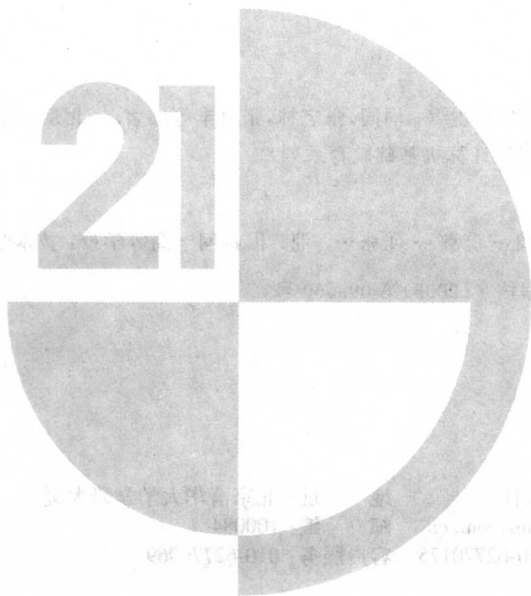


21 世纪 高 职 高 专 规 划 教 材

计 算 机 基 础 教 育 系 列

Internet 技术 实用教程

侯冬梅 主编
周同 张宁林 张海丰 等编著



清华大学出版社
北京

内 容 简 介

随着 Internet 技术的发展与普及,社会已进入信息时代。由于 Internet 在获取信息和传递信息方面的巨大作用,掌握有关 Internet 的实用技术已成为必备的技能。

本书以操作为主线,从 Internet 最基本的操作开始,由浅入深,引导读者不断深入学习,以便最终能够掌握和使用 Internet 的高级应用知识和技能。主要内容包括:浏览 Internet;使用搜索引擎;电子邮件系统的使用;网上即时聊天;文件的下载;常用安全软件的使用;使用 BBS 进行网络交流;个人主页的设计与实现及 Internet 接入。本书内容丰富,实例众多,图文并茂,通俗易懂,便于读者学习。

本书适合作为高等职业院校计算机及相关专业的 Internet 技术基础课程教材,也适合非计算机专业作为 Internet 知识和技术普及的教学用书,同时,还可作为各种 Internet 技术培训的入门培训教材。

版权所有,翻印必究。举报电话:010-62782989 13501256678 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。

本书防伪标签采用特殊防伪技术,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

Internet 技术实用教程/侯冬梅主编;周同,张宁林,张海丰等编著. 北京:清华大学出版社,2005.9
(21 世纪高职高专规划教材. 计算机基础教育系列)

ISBN 7-302-11714-4

I. 1... II. ①侯... ②周... ③张... ④张... III. 因特网—高等学校; 技术学校—教材 IV. TP393.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 099550 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：束传政

文稿编辑：孟毅新

印 装 者：北京鑫海金澳胶印有限公司

发 行 者：新华书店总店北京发行所

开 本: 185 × 230 印张: 19.75 字数: 404 千字

版次: 2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-302-11714-4/TP · 7644

印 数: 1 ~ 4000

定 价：24.00 元

出版说明

高职高专教育是我国高等教育的重要组成部分,担负着为国家培养并输送生产、建设、管理、服务第一线高素质技术应用型人才的重任。

进入 21 世纪后,高职高专教育的改革和发展呈现出前所未有的发展势头,学生规模已占我国高等教育的半壁江山,成为我国高等教育的一支重要的生力军;办学理念上,“以就业为导向”成为高等职业教育改革与发展的主旋律。近两年来,教育部召开了三次产学研交流会,并启动四个专业的“国家技能型紧缺人才培养项目”,同时成立了 35 所示范性软件职业技术学院,进行两年制教学改革试点。这些举措都表明国家正在推动高职高专教育进行深层次的重大改革,向培养生产、服务第一线真正需要的应用型人才的方向发展。

为了顺应当前我国高职高专教育的发展形势,配合高职高专院校的教学改革和教材建设,进一步提高我国高职高专教育教材质量,在教育部的指导下,清华大学出版社组织出版“21 世纪高职高专规划教材”。

为推动规划教材的建设,清华大学出版社组织并成立“高职高专教育教材编审委员会”,旨在对清华版的全国性高职高专教材及教材选题进行评审,并向清华大学出版社推荐各院校办学特色鲜明、内容质量优秀的教材选题。教材选题由个人或各院校推荐,经编审委员会认真评审,最后由清华大学出版社出版。编审委员会的成员皆来源于教改成效大、办学特色鲜明、师资实力强的高职高专院校、普通高校以及著名企业,教材的编写者和审定者都是从事高职高专教育第一线的骨干教师和专家。

编审委员会根据教育部最新文件政策,规划教材体系,比如部分专业的两年制教材;“以就业为导向”,以“专业技能体系”为主,突出人才培养的实践性、应用性的原则,重新组织系列课程的教材结构,整合课程体系;按照教育部制定的“高职高专教育基础课程教学基本要求”,教材的基础理论以“必要、够用”为度,突出基础理论的应用和实践技能的培养。

本套规划教材的编写原则如下:

- (1) 根据岗位群设置教材系列,并成立系列教材编审委员会;
- (2) 由编审委员会规划教材、评审教材;
- (3) 重点课程进行立体化建设,突出案例式教学体系,加强实训教材的出版,完善教学服务体系;
- (4) 教材编写者由具有丰富教学经验和多年实践经历的教师共同组成,建立“双师

型”编者体系。

本套规划教材涵盖了公共基础课、计算机、电子信息、机械、经济管理以及服务等大类的主要课程,包括专业基础课和专业主干课。目前已经规划的教材系列名称如下:

• 公共基础课

公共基础课系列

• 计算机类

计算机基础教育系列

计算机专业基础系列

计算机应用系列

网络专业系列

软件专业系列

电子商务专业系列

• 电子信息类

电子信息基础系列

微电子技术系列

通信技术系列

电气、自动化、应用电子技术系列

• 机械类

机械基础系列

机械设计与制造专业系列

数控技术系列

模具设计与制造系列

• 经济管理类

经济管理基础系列

市场营销系列

财务会计系列

企业管理系列

物流管理系列

财政金融系列

• 服务类

旅游系列

艺术设计系列

本套规划教材的系列名称根据学科基础和岗位群方向设置,为各高职高专院校提供“自助餐”形式的教材。各院校在选择课程需要的教材时,专业课程可以根据岗位群选择系列;专业基础课程可以根据学科方向选择各类的基础课系列。例如,数控技术方向的专业课程可以在“数控技术系列”选择;数控技术专业需要的基础课程,属于计算机类课程的可以在“计算机基础教育系列”和“计算机应用系列”选择,属于机械类课程的可以在“机械基础系列”选择,属于电子信息类课程的可以在“电子信息基础系列”选择。依此类推。

为方便教师授课和学生学习,清华大学出版社正在建设本套教材的教学服务体系。本套教材先期选择重点课程和专业主干课程,进行立体化教材建设;加强多媒体教学课件或电子教案、素材库、学习盘、学习指导书等形式的制作和出版,开发网络课程。学校在选用教材时,可通过邮件或电话与我们联系获取相关服务,并通过与各院校的密切交流,使其日臻完善。

高职高专教育正处于新一轮改革时期,从专业设置、课程体系建设到教材编写,依然是新课题。希望各高职高专院校在教学实践中积极提出意见和建议,并向我们推荐优秀选题。反馈意见请发送到 E-mail:gzgz@tup.tsinghua.edu.cn。清华大学出版社将对已出版的教材不断地修订、完善,提高教材质量,完善教材服务体系,为我国的高职高专教育出版优秀的高质量教材。

高职高专教育教材编审委员会

前言

Internet 技术实用教程

随着 Internet 技术的发展与普及,Internet 在获取信息和传递信息方面的巨大作用不断为人们所认识。越来越多的机构、团体乃至家庭、个人都通过各种途径连上 Internet。Internet 对人们的工作、学习和生活产生了极大的影响。为此,人们需要掌握实用的网络知识和技术。

为了适应这种需求,我们编写了本书,在教学内容、教学方法和教学手段等方面作了调整和改进,使初学者能尽快掌握 Internet 实用技术。本书以实际的任务为主线,理论介绍为辅,加强了实用技术的介绍。根据笔者长期的教学实践经验,结合最新 Internet 应用的实际状况,本书将由浅入深、逐步深入地讲解 Internet 的实用技术。

第 1 章介绍如何浏览 Internet 上的信息;第 2 章讨论使用搜索引擎获取所需的网上信息;第 3 章介绍 Internet 上电子邮件系统的使用;第 4 章介绍网上即时聊天;第 5 章讲解文件的下载和上传;第 6 章介绍使用 Foxmail 软件收发电子邮件;第 7 章讲解使用 Outlook 软件收发电子邮件;第 8 章讲解常用安全软件的使用;第 9 章介绍文件的传输;第 10 章介绍使用 BBS 进行网络交流;第 11 章讲解个人主页的设计与实现;第 12 章介绍 Internet 接入。为了使读者能更好地掌握和运用本书所介绍的基本知识和基本技能,本书在附录部分还给出了一些 Internet 应用的基本知识点的解释及学习过程中常用的网址。

本书由侯冬梅副教授负责组织编写并统稿。

参加本书资料收集、测试、校对的还有董泽、郝建苓、肖海军等,在此表示衷心的感谢。

在本书编写的过程中,全国计算机教育专家(全国高等院校计算机基础研究会副会长)刘瑞挺教授多次给予细致的指导,提出了很多中肯的意见,并严格要求,亲自把关,保证了本书的编写质量。在此表示衷心的感谢。

本书第 1 章由谷新胜高级工程师编写;第 2、5、9 章由张海丰老师编写;第 3、6、7 章由侯冬梅副教授编写;第 4、11 章由周同老师编写;第 8 章由徐志立副教授编写;第 10、12 章由张宁林讲师编写。

由于时间仓促,书中难免有疏漏之处,敬请广大读者提出宝贵的意见和建议,以便我们再版时更正。

作 者

2005 年 8 月

目 录

Internet 技术实用教程

第 1 章 浏览网上信息	1
1.1 两种常用的浏览器简介	1
1.2 利用 Internet Explorer 6.0 浏览网页	2
1.2.1 网上漫游的基本操作方法	2
1.2.2 在多个窗口中浏览网页	4
1.2.3 了解不同语言编写的网页	6
1.3 Internet Explorer 6.0 的基本设置和操作	7
1.3.1 在收藏夹中保存经常访问的网页	7
1.3.2 Internet Explorer 6.0 浏览器中的常用设置	9
1.3.3 提高网页的浏览速度	12
1.3.4 设置脱机浏览、网页打印等功能	13
1.4 Internet Explorer 6.0 使用高级技巧	15
1.4.1 从网上下载简单方法	15
1.4.2 Internet Explorer 6.0 浏览器的快速查找功能	18
1.5 利用 Mozilla Firefox 1.0 中文版浏览网页	20
1.5.1 Mozilla Firefox 1.0 简体中文版的安装	20
1.5.2 Mozilla Firefox 1.0 中文版的网上浏览	23
归纳与思考	25
本章习题	25
第 2 章 搜索网上信息	27
2.1 认识搜索引擎	27
2.2 利用搜索引擎搜索信息	29
2.2.1 常规搜索	29

2.2.2 分类搜索	31
2.3 3721 中文网络实名	33
2.3.1 开启 3721 中文网络实名	33
2.3.2 利用 3721 中文网络实名搜索信息	34
2.3.3 3721 中文网络实名设置	34
2.4 搜索技巧	36
2.4.1 细化搜索条件	36
2.4.2 在搜索条件中使用逻辑命令	37
2.4.3 精确匹配搜索	39
2.5 将网站加入搜索引擎	40
归纳与思考	41
本章习题	43
第 3 章 电子邮箱的申请与使用	44
3.1 什么是电子邮件	44
3.2 电子邮件地址的格式	44
3.3 申请免费电子邮箱	45
3.4 发送和浏览电子邮件	49
3.4.1 发送电子邮件的基本方法	49
3.4.2 发送带有附件电子邮件的基本方法	51
3.4.3 电子邮件的浏览方法	51
3.5 电子邮件系统有关协议	53
3.6 电子邮件的设置	54
3.6.1 电子邮箱的设置方法	54
3.6.2 电子邮箱 POP3 的设置方法	56
3.7 建立 E-mail 地址簿	57
3.8 配置选项	58
3.9 修改邮箱密码	59
3.10 修改个人资料	59
3.11 修改显示参数	59
归纳与思考	60
本章习题	60

第 4 章 网上即时聊天	62
4.1 QQ 的下载与安装	62
4.1.1 下载 QQ	62
4.1.2 安装 QQ	64
4.2 QQ 的使用	66
4.2.1 用户登录	66
4.2.2 查找和添加 QQ 好友	67
4.2.3 使用 QQ 聊天	69
4.3 MSN 的下载与安装	73
4.4 MSN 的使用方法	74
4.4.1 登录 MSN	74
4.4.2 在 MSN 中添加好友	76
4.4.3 使用 MSN 聊天	77
4.4.4 使用 MSN 进行语音聊天	79
4.4.5 使用 MSN 收发邮件	79
归纳与思考	81
本章习题	81
第 5 章 文件下载	82
5.1 什么是文件下载与上传	82
5.2 文件下载	82
5.2.1 下载网页	82
5.2.2 利用 IE 下载文件	84
5.3 压缩软件 WinRAR	87
5.3.1 压缩文件	87
5.3.2 分卷压缩	88
5.3.3 创建自解压文件	89
5.3.4 解压文件	89
5.4 常用下载工具的使用	90
5.4.1 利用网络蚂蚁下载文件	91
5.4.2 添加批量下载文件	95
5.5 BT 下载、PP 点点通下载、电骡下载	96
归纳与思考	100

本章习题.....	100
第 6 章 使用 Foxmail 收发电子邮件	102
6.1 Foxmail 简介	102
6.2 下载并安装 Foxmail	103
6.2.1 下载 Foxmail 软件的基本方法.....	103
6.2.2 安装 Foxmail 程序的基本方法.....	106
6.3 建立与配置账户	109
6.4 发送、接收与回复邮件.....	112
6.4.1 使用 Foxmail 发送邮件的基本方法.....	112
6.4.2 接收、阅读邮件的基本方法	114
6.4.3 回复邮件的基本方法.....	116
6.4.4 转发邮件的基本方法.....	116
6.4.5 再次发送邮件的基本方法.....	118
6.5 利用 Foxmail 管理电子邮件	118
6.5.1 保存邮件.....	119
6.5.2 删除和转移邮件.....	121
6.5.3 转移电子邮件的基本方法.....	122
6.5.4 邮件排序.....	122
6.5.5 邮件打印.....	125
6.6 地址簿的管理	125
6.6.1 创建卡片.....	125
6.6.2 使用地址簿发邮件.....	128
6.7 Foxmail 其他使用技巧	129
6.7.1 设置个人账号的属性.....	129
6.7.2 账户和邮箱加密.....	130
6.7.3 查找邮件.....	132
6.7.4 导入和导出地址簿.....	133
6.7.5 压缩 Foxmail 占用的磁盘空间.....	134
6.7.6 恢复误删邮件的技巧.....	134
6.7.7 Foxmail 的备份	135
归纳与思考.....	135
本章习题.....	135

第 7 章 使用 Outlook Express 管理电子邮件	137
7.1 Outlook Express 简介	137
7.2 设置电子邮件的账号	137
7.3 使用 Outlook Express 处理邮件	142
7.3.1 撰写和发送电子邮件	142
7.3.2 回复和转发电子邮件	144
7.3.3 使用信纸	147
7.3.4 在电子邮件中添加签名	149
7.3.5 接收和阅读电子邮件	150
7.3.6 删除电子邮件	153
7.4 使用通讯簿	155
7.5 使用 Outlook Express 访问新闻组	158
7.5.1 设置新闻组账号	158
7.5.2 订阅新闻组	159
7.5.3 阅读新闻	160
7.5.4 张贴邮件	164
归纳与思考	164
本章习题	165
第 8 章 常用杀毒软件的使用	167
8.1 计算机病毒定义、起源、历史	167
8.2 计算机病毒的防治	168
8.3 瑞星杀毒软件	169
8.3.1 瑞星杀毒软件的安装	169
8.3.2 瑞星杀毒软件的配置	173
8.3.3 瑞星 2004 杀毒软件的卸载	177
8.4 诺顿杀毒软件	178
8.4.1 诺顿杀毒软件的安装	178
8.4.2 诺顿杀毒软件的杀毒和升级	180
8.4.3 诺顿杀毒软件的卸载	183
8.5 金山毒霸	184
8.5.1 金山毒霸的安装	184
8.5.2 金山毒霸的杀毒和升级	187



8.5.3 金山毒霸 2005 的卸载	189
8.6 江民杀毒软件	190
8.6.1 江民杀毒软件的安装	190
8.6.2 江民杀毒软件的杀毒和升级	194
8.6.3 江民杀毒软件的卸载	197
8.7 卡巴斯基反病毒软件	197
8.7.1 卡巴斯基反病毒软件的安装	198
8.7.2 卡巴斯基反病毒软件的杀毒和升级	200
8.7.3 卡巴斯基反病毒软件的卸载	202
归纳与思考	203
本章习题	203
第 9 章 文件传输	205
9.1 申请网络 U 盘	205
9.1.1 申请免费“网络 U 盘”	205
9.1.2 向“网络 U 盘”上传文件	207
9.1.3 从“网络 U 盘”下载文件	208
9.1.4 共享网络 U 盘中的文件	209
9.2 登录 FTP 站点	211
9.2.1 申请免费空间	211
9.2.2 利用 FTP 下载文件	213
9.3 使用 CuteFTP	214
9.3.1 利用 CuteFTP 上传文件	214
9.3.2 利用 CuteFTP 下载文件	218
归纳与思考	219
本章习题	219
第 10 章 网络交流	220
10.1 什么是 BBS	220
10.2 登录 BBS 的方式	221
10.3 注册 BBS 账号	221
10.4 浏览、发表及回复文章	224
10.4.1 在 BBS 上发表文章的基本方法	224
10.4.2 回复 BBS 文章的基本方法	227

10.5 使用 BBS 邮箱	227
10.6 使用 BBS 即时消息	229
归纳与思考	230
本章习题	231
第 11 章 个人主页的设计与实现	232
11.1 开始制作前需要注意的问题	232
11.2 页面效果的设计	233
11.2.1 设计网页的背景图案	233
11.2.2 分离图像、调整图像色彩	235
11.2.3 使用图层蒙板添加网页效果	238
11.2.4 制作网页按钮效果	243
11.3 网页切片的制作与网页图像导出	247
11.3.1 使用 ImageReady 制作网页切片	247
11.3.2 对网页切片进行优化	249
11.3.3 使用 ImageReady 制作按钮翻转效果	250
11.3.4 使用 ImageReady 导出网页图像	252
11.4 使用 Flash 制作简单的网页动画	253
11.5 使用 Dreamweaver 规划站点结构、制作生成静态页面	258
11.5.1 使用 Dreamweaver 创建站点	258
11.5.2 使用 Dreamweaver 制作静态网页	260
11.5.3 使用模板制作网页	264
11.5.4 设置链接	267
11.6 主页空间的申请与网页文件的上传	268
11.6.1 主页空间的申请	268
11.6.2 上传网页文件	269
归纳与思考	273
本章习题	274
第 12 章 Internet 接入	276
12.1 什么是 Internet 接入	276
12.2 普通拨号接入	276
12.2.1 安装调制解调器的方法	278
12.2.2 安装调制解调器驱动程序的方法	279

12.2.3 建立和设置拨号接入	281
12.2.4 拨号上网的基本方法	286
12.3 ADSL 接入 Internet	287
12.3.1 ADSL 用户端的硬件安装基本方法	289
12.3.2 建立 ADSL 连接的基本方法	290
归纳与思考	295
本章习题	295
附录 A Internet 名词解释	297
附录 B 常用网站地址	299
参考文献	300

浏览网上信息

能漫游 Internet 的前提是计算机要能够接入 Internet, 并使用合适的浏览器。浏览器有很多种, 目前比较流行的浏览器有 Microsoft 公司研制的 Internet Explorer 和 Mozilla 基金会推出的 Firefox。

本章学习目标

- 两种常用的浏览器简介
- 利用 Internet Explorer 6.0 浏览网页
- 利用 Internet Explorer 6.0 收藏夹保存网页
- 在 Internet Explorer 6.0 中脱机浏览网页
- Internet Explorer 6.0 使用高级技巧
- 利用 Mozilla Firefox 1.0 中文版浏览网页

1.1 两种常用的浏览器简介

微软公司开发的 Internet Explorer 是综合性的网上浏览软件, 是使用最广泛的一种 WWW 浏览器, 也是我们访问 Internet 必不可少的一种工具。Internet Explorer 是一款开放式的 Internet 集成软件, 由多个具有不同网络功能的软件组成。目前, Internet Explorer 浏览器主要有 5.0 和 6.0 两个版本, 集成在 Windows 操作系统中, 使 Internet 成为与桌面不可分的一部分。这样集成在一起的浏览器再与最新的 Web 智能化搜索相结合, 就使用户可以得到与喜爱的主题有关的信息。Internet Explorer 还配置了一些特有的应用程序, 具有浏览、发信、下载软件等多种网络功能。

Firefox 是从 Mozilla 中独立出来的浏览器, 前身叫 Firebird。在 20 世纪 90 年代初期, Internet Explorer 与 Netscape 为了争夺这个在未来极具发展优势的领先地位, 从 2.0

版本开始两者在功能及界面上不断更新,试图战胜对方,以便能夺得浏览器霸主的宝座。刚开始,Internet Explorer 似乎还是遥遥落后,但从 3.0 版本起便开始互有所长。后来,微软将 Internet Explorer 与 Windows 操作系统进行捆绑。从此,Internet Explorer 渐渐成为浏览器市场的龙头老大。而 Netscape 在被 AOL 收购后,从 1998 年起转型成为开放源代码的 Mozilla Project。正是在 Mozilla 基金的支持下,借鉴 Netscape 的源代码孵化出了这款以“技术领先”著称的 Firefox。作为一款完全开放源代码的免费软件,Firefox 从一面市就受到广泛的认可。

当然,Firefox 受到这么多用户的追捧,也决不只是依靠“免费”二字。其个性十足的插件,无限的扩展空间,快速和安全性无一不是可以打动用户们的利器。不久以前,Firefox 推出了 1.0 简体中文增强版,再次掀起国内 Firefox 热潮。Firefox 和微软的 Internet Explorer 相比已经取得了巨大的进步,而 Internet Explorer 的安全问题又引起了全世界的不满。这样,Firefox 也就乘机而起,又夺得了很大一部分市场份额。

1.2 利用 Internet Explorer 6.0 浏览网页

安装 Windows 2000 或 Windows XP 系统时,Internet Explorer 6.0 作为内置组件将被自动安装。如果想升级版本,除购买 Internet Explorer 6.0 安装光盘外,更为方便的是可以利用 Internet Explorer 或其他的浏览器从 Internet 上下载,安装后就可以使用了。

1.2.1 网上漫游的基本操作方法

下面介绍使用 Internet Explorer 6.0 浏览器浏览搜狐(sohu)和新浪(sina)网站的具体操作方法。

(1) 启动 Internet Explorer 6.0 浏览器。双击桌面上的浏览器图标,或单击任务栏中快速启动区中的浏览器图标,还可以打开“开始”菜单,选定“程序”选项,再在级联菜单中单击 Internet Explorer 命令,如图 1-1 所示。

(2) 启动 Internet Explorer 6.0 后(假设原来设置默认主页为“搜狐”主页),则界面如图 1-2 所示。

(3) 在地址栏中输入要访问的网址 <http://www.sina.com.cn>,如图 1-3 所示。然后按 Enter 键。

(4) 移动鼠标光标,当光标变成手形标志时,单击可进入二级页面。

(5) 拖动窗口右边的滚动滑块,可以滚屏浏览;也可以滑动鼠标的滑轮,进行滚屏。

(6) 可以用工具栏上的“后退”和“前进”按钮在已经打开过的网页之间进行转换。单击“后退”按钮可返回上一次打开的网页,连续单击可一直返回到首次打开的页面;单击“前进”按钮可再次到达后退前的页面,连续单击可一直进入最后一次打开的网页。

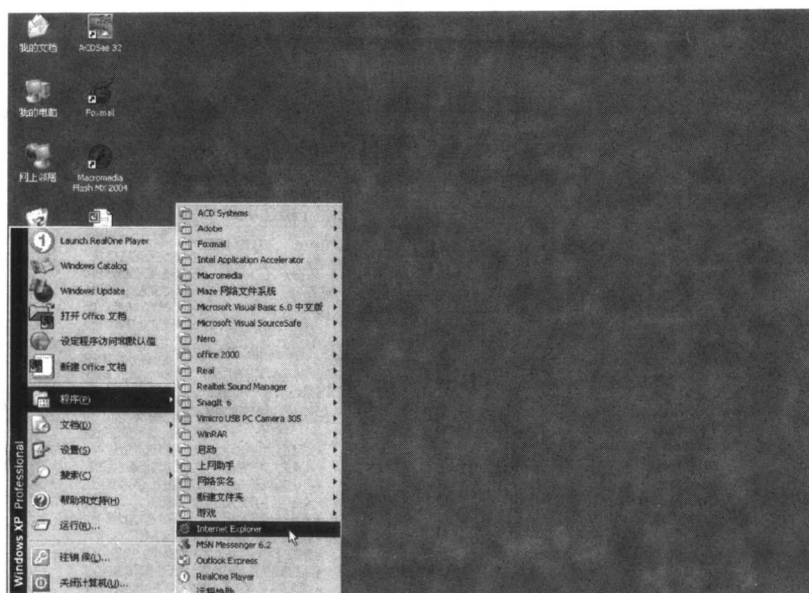


图 1-1 利用“开始”菜单启动 Internet Explorer 6.0



图 1-2 Internet Explorer 6.0 初始页面