

健康上网

刘新球
编著

- ➡ 网络时代
- ➡ 网络污染
- ➡ 网络道德
- ➡ 网络犯罪
- ➡ 网络健康
- ➡ 网络文明



机械工业出版社
China Machine Press

中小学信息技术教育补充知识读本

健康上网

刘新球 编著



机械工业出版社

计算机和网络技术的飞速发展,使广大极易接受新鲜事物的青少年率先融入了一个新的时代——网络时代。我国与西方国家相比,网络虽起步略晚,但由于我们有庞大的青少年队伍作后备网民,加之这几年学校信息技术教育的推广普及,所以这一差距正日益缩小。在全世界的现有网民中,青少年占了一大半,我国同样也不例外。上网已成为越来越多的人每天必做的事情。在网上,人们体验到了信息交互给工作、学习、生活带来的快捷与方便。同时,由于网络的无限开放性,使得许许多多不健康的信息也一股脑儿地摆到了人们的面前,正处于生长发育期的青少年对此的自我识别和抵制能力极其有限,若不及时加以引导和有效监管,他们的心灵势必成为不良网络的“奴隶”。所以如何对青少年进行健康上网教育已成为当前一项十分紧迫的世界性课题,做好此项工作意义十分重大,它直接关系到今天每一位青少年的成长与成才。

本书正是填补了当前学校信息技术教育中健康上网教育的空白。全书共6章,从网络时代、网络污染、网络道德、网络犯罪、网络健康、网络文明6个方面对中小学生学习科学认识网络、正确规范使用网络、避免网络侵害、预防网络犯罪、培养健康的上网心理等作了全面的引导。它不仅是青少年健康上网的基础,同时,也是广大尚未跨越“数字鸿沟”的家长和教育工作者与青少年一起自觉构筑网络文明的桥梁。

图书在版编目(CIP)数据

健康上网/刘新球编著. 北京:机械工业出版社, 2003.11

(中小学信息技术教育补充知识读本)

ISBN 7-111-12186-4

I. 健… II. 刘… III. 因特网-基本知识-中小学-教学参考资料 IV.G634.673

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第099410号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

责任编辑:姜淑欣

版式设计:全昌林

三河市宏达印刷有限公司印刷·新华书店北京发行所发行

2004年1月第1版第1次印刷

1000mm×1400mm B5·3.125印张·110千字

0 001-5000册

定价:10.00元

凡购本图书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

本社购书热线电话:(010) 68993821、88379646

封面无防伪标均为盗版

互联网是开放的，信息庞杂多样，既有大量进步、健康、有益的信息，也有不少反动、迷信、黄色的内容。互联网已成为思想政治工作一个新的重要阵地。国内外敌对势力正竭力利用它同我们党和政府争夺群众，争夺青年。我们要研究其特点，采取有力措施应对这种挑战。

——江泽民

前言

科技的进步，让精彩的网络势不可挡地闯入了我们的生活。家庭计算机的普及、雨后春笋般的网吧、宽带的高速接入，为人们上网创造了条件、提供了便利。如今，上网对于大多数人，不仅是一种学习方式，更是一种生活方式，现代人已开始越来越离不开网络。然而，青少年在网上扩大视野、汲取知识的同时，也会受到大量“网上垃圾”的侵袭和污染，由此引发的悲剧也时有发生。2003年“非典”高发期，为防止疾病传染，北京、广东、山西等疫区中小学校放假，学生在家利用网络进入“空中课堂”学习。如此虽有效地保障了学生的身体健康，却有不计其数的学生因缺乏必要的监管，而沦为不健康网站的“俘虏”，心灵受到严重污染。

网络是一把双刃剑，用好了它是信息资源宝库，用不好它就是“网络毒品”——“电子海洛因”。如何正确地对待网络、利用网络，已成为当前全社会都在关注的一个焦点，无论是普通家长、教师，还是媒体记者、两会代表，对此呼声均异常强烈。

网络是知识社会的必然产物，是现代信息社会和知识社会的人应该掌握的工具。虽然网上有许多有害的东西，但网络依然代表科技潮流、发展方向。今天的世界正因有了网络，才不断发生着令我们不可思议的巨大变化。

青少年是21世纪的主人，未来的世界是网络世界，这一切注定了当代青少年必将是要在网络中成长起来。全世界现有2亿多个网站，新的网站更是层出不穷，未经过滤的网上信息犹如一潭浑水，良莠不齐，雅俗俱在。青少年的身体、心理等各方面正处于成长发育期，正确的世界观、人生观、价值观尚未完全建立，网上数不胜数的反动、黄色的网站犹如一个个潜伏在信息高速公路上的杀手，严重威胁着青少年幼稚单纯的心灵。因此，让今天的青少年早些懂得网络，学会使用网络，真正做到健康、科学上网，上健康网，自觉抵制网络糟粕，拒绝网络垃圾，善于借鉴和利用网络精华，远离一切网络危险，不仅对他们今天的学习与生活十分重要，而且对他们未来的成才、未来的创造和未来的发展都具有极其深远的意义。

书中难免有不妥之处，恳请广大读者批评指正。

目 录

第1章 网络时代	1
1.1 信息宝库——因特网	2
1.1.1 计算机网络	2
1.1.2 因特网	3
1.1.3 网页	5
1.1.4 网上资源与服务	6
1.2 精彩纷呈的网络生活	10
1.2.1 网上冲浪	10
1.2.2 网上旅游	11
1.2.3 网上图书馆	12
1.2.4 电子贺卡	12
1.2.5 网络游戏	13
1.2.6 网上教育	14
1.2.7 网上聊天	15
1.2.8 宽带影视	16
1.3 上网的益处	16
第2章 网络污染	19
2.1 网络的不良影响	20
2.1.1 网络病症	20
2.1.2 不健康网站	20
2.1.3 学业荒废	21
2.1.4 青少年犯罪	21
2.1.5 网上交友	21
2.2 影响带来的严重后果	21
2.2.1 道德意识弱化	21

2.2.2	政治观念淡化	22
2.2.3	民族意识虚化	22
2.3	网络污染的形式	23
2.3.1	灰色污染	23
2.3.2	黑色污染	24
2.3.3	黄色污染	25
2.4	信息垃圾	25

第3章 网络道德29

3.1	网络道德意识	30
3.2	网络道德修养	31
3.2.1	牢固树立正确的网络道德意识	31
3.2.2	谨慎上网，绝不随心所欲	31
3.2.3	从我做起，弘扬道德风尚	32
3.3	网络道德的内涵	32
3.3.1	爱国为民	33
3.3.2	自觉守法	33
3.3.3	文明诚信	33

第4章 网络犯罪35

4.1	网络犯罪类型与特点	36
4.1.1	针对网络的犯罪的主要表现形式	36
4.1.2	网络扶持的犯罪的主要表现形式	38
4.1.3	网络犯罪的特点	41
4.2	网络犯罪案例	42
4.2.1	虚拟谋杀	42
4.2.2	网上造谣	43
4.2.3	网上盗窃	43
4.2.4	黑客入侵	44
4.2.5	网上诈骗	45

4.2.6 “黄魔”肆虐	45
4.3 网络犯罪新动向	46
4.4 网络立法	47
4.5 打防措施	49
4.5.1 网上警察在行动	49
4.5.2 美国网上警察亮风采	51
4.5.3 全世界向网络犯罪宣战	51
4.6 自觉遵守法律规范	52

第5章 网络健康

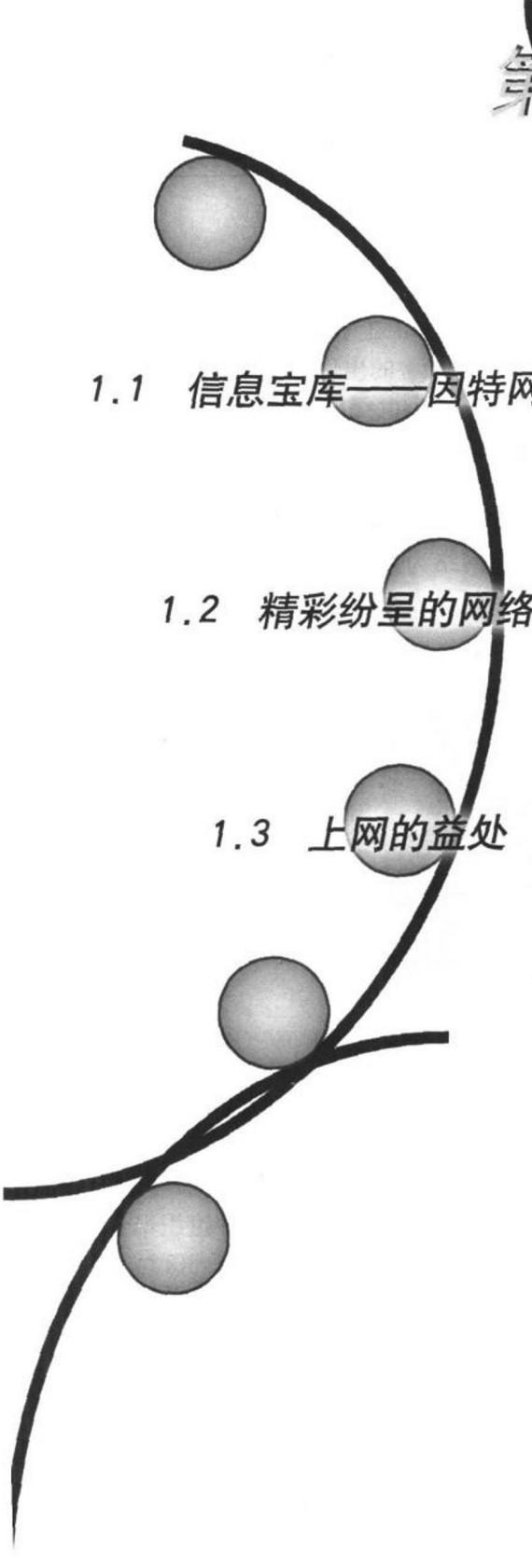
5.1 慎交网友	54
5.2 不做网虫	55
5.2.1 网虫	55
5.2.2 网虫的心理	56
5.2.3 你是不是网虫	58
5.2.4 成了网虫怎么办	59
5.3 健康的上网心理	59
5.3.1 全面认识网络, 防止上网综合症	60
5.3.2 确立现代网络理念, 警惕“黄色”污染	60
5.3.3 加强道德自律, 良好用“脑”, 理智上网	60
5.3.4 自觉增强安全防范意识和网络公德意识	61
5.4 上网安全规则	61
5.5 特别提醒	62
5.6 部分优秀青少年网站	64

第6章 网络文明

6.1 网络文明	76
6.2 绿色计算机	76
6.3 绿色网吧	78
6.4 网络安全过滤软件	80
6.5 网络文明公约	82

附录 A 网络文明倡议书.....	83
附录 B 100 家优秀网站.....	84
参考文献.....	88
后记.....	89

第1章 网络时代



1.1 信息宝库——因特网

1.2 精彩纷呈的网络生活

1.3 上网的益处

“秀才不出门，便知天下事。”人类这一千古梦想，在计算机网络飞速发展的今天，终于变为现实，茫茫的地球经网络的连接化作了一个随时可以触摸的村落。正是这一切曾让人不可思议的巨大变迁将人类社会带入了一个崭新的时代——网络时代。网络时代区别于以往任何时代的最显著的特征就在于信息的快速传递和人类对信息的广泛利用。

1.1 信息宝库——因特网

蒸汽机的发明将人类历史发展的车轮推进到了工业化时代的轨道，1946 年在美国问世的世界上第一台计算机（图 1-1）的出现，则预示着人类发展史上的又一个划时代发明的诞生。仅用了半个世纪的时间，计算机便凭借其超常的运算、记忆、逻辑判断、自动执行程序等功能完全融入了各行各业，完全融入了我们的学习、工作与生活。如今，可以毫不夸张地说，谁拒绝计算机，谁就拒绝进步，就等于自愿被现在的社会所淘汰。促使计算机与人类关系如此密切的功臣就是网络。网络为人类传递信息、利用信息架起了高速通道，而网络中的功勋和元老便是大家熟知的一个名字——因特网（Internet）。

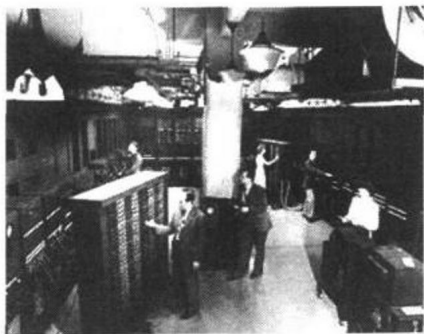


图 1-1 1946 年 2 月 15 日，世界上第一台通用电子数字计算机“埃尼阿克”（ENIAC）宣告研制成功

1.1.1 计算机网络

计算机网络就是利用通信线路把分散的计算机连接起来的一种组织形式。最简单的网络可以是两台计算机的互联，更多见的则是一个局部区域甚至是全球范围的计算机互联。因此，计算机网络确切的定义便是一个互联的、自主的计算机集合。互联是指用一定的通信线路将地理位置不同的、分散的多台计算机连接起来；自主是指网络中的每一台计算机都是平等的、独立的，它们之间没有明显的主次之分（图 1-2）。将众多计算机连成网络



的主要目的就是实现相互通信和资源共享。



图 1-2 最简单的计算机网络示意图

国际互联网是世界上最大的计算机网络，也称为因特网。因特网连遍世界上上百多个国家的各种计算机。世界上任何一个地方只要将计算机连上国际互联网，便可以获取网上的信息和资源，同时实现与外界沟通交流。

1.1.2 因特网

因特网的英文名称是 Internet，起源于 20 世纪 60 年代末，其前身是美国国防部高级研究计划局 ARPA（Advance Research Projects Agency）所建立的军用计算机网试验网 ARPAnet。该网最初只连接了分别位于犹他大学、加州大学圣他巴巴分校、加州大学洛杉矶分校和斯坦福国际研究学院的 4 台计算机。整个 20 世纪 70 年代期间，连上 ARPAnet 的计算机约有 200 台，后来很快增加到几千台主机，拥有十几万用户，形成了 APPA 互联网（也称阿帕网）。

因特网的真正发展是从 1985 年美国国家科学基金会 NSF（National Science Foundation）建设的 NSFNet 开始的。NSF 把分布在全美的 5 个超级计算机中心用通信线路连接起来，组成全国规模的计算机网络 NSFNet，并以此为基础实现同其他网络的连接（图 1-3）。今天，NSFNet 已连接全百万台计算机，拥有几百万用户，是因特网最主要的成员。采用“因特网”这一名称就是从这时开始的（Internet 就是“互联网络”的意思）。

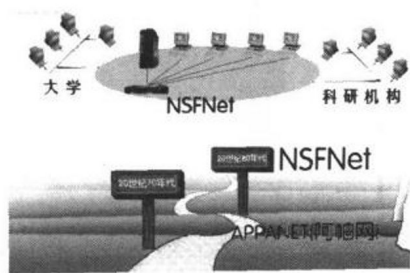


图 1-3 因特网的雏形

20 世纪 80 年代以来，由于因特网在美国的巨大成功，吸引了世界各工业化国家乃至一些发展中国家的纷纷加入，从而使因特网发展成为全球性



的网际网络，其规模之大超出想象。

因特网最初是为了科技和教育的发展而建立的，但由于它的开放性特点和所具有的信息交换能力，因而从形成之日起就备受关注。而今，与因特网相联的国家已逾百；用户数超过 2 亿，并且还在以每年 20% 的速度迅速增长。随着因特网规模的不断扩大，它的应用领域也遍及政治、经济、文化、新闻、体育、娱乐等各行各业。如今，因特网覆盖全球的大部分国家。随着商业互联网的接入，因特网已走进了百姓生活。因特网不仅使人们可以浏览全世界的信息资源，而且给我们人类 21 世纪的生活带来了深刻的影响。例如，据互联网服务供应商“美国在线”一项调查得出的结论指出，互联网目前已在很大程度上改变了欧洲人的生活习惯。这项调查研究了英国、法国和德国 1000 余名青少年的上网习惯，网上购物已成为主流。调查发现，工作时间上网购物已经取代了上街闲逛。有 45% 的人认为今后几年内会进一步增加网上购物开销（图 1-4）；49% 的人曾以电子邮件收、发请柬；28% 的人曾穿着睡衣购物；48% 的人曾上网找过工作。受互联网更大冲击的是人际交往的传统做法。有 1/3 的欧洲人在结识他人时告诉对方自己的电子邮件地址；而只有 19% 的人告诉对方自己的电话号码。此外，很多人选择互联网通告亲友自己生活的重大变化，如恋爱、结婚、生孩子、换工作等。几乎所有的青少年都在用互联网与亲友保持联系。

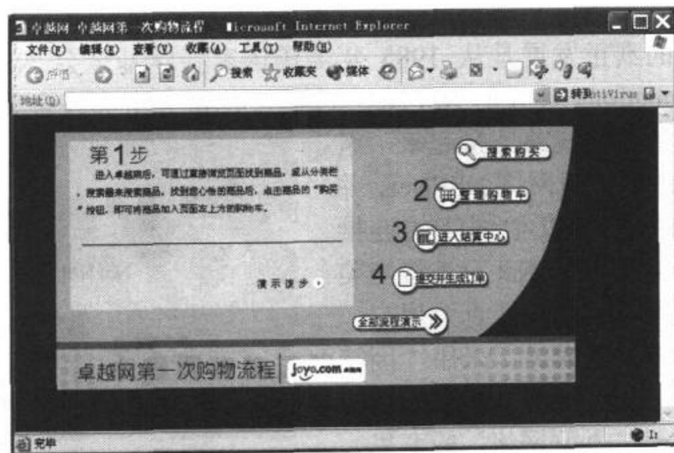


图 1-4 国内目前最大的购物网络——卓越网的网上购物流程

我国正式接入因特网是在 1994 年 4 月，当时是为了发展国际科研合作



的需要,中国科学院高能物理研究所和北京化工大学开通了到美国的因特网专线,并有千余科技界人士使用了因特网。此后,科学院网络中心的CASNET、国家教育委员会的CERNET和邮电部的CHINANET也都分别开通了到美国的因特网专线。从此,因特网的应用开始在我国得到蓬勃发展。至2002年我国因特网青少年网民已突破了6 000万。2003年因“非典”的发生,电子商务更是异常火爆。人才集市也全部改为在网上操作。一家县级人才市场(图1-5),平常日点击数仅2 700人次,而“非典”期间的网上招聘会,日点击数达10 000人次以上,比先前翻了两番。



图 1-5 网上人才招聘

1.1.3 网页

网页又叫主页,是因特网的WWW服务系统所使用的一种图文媒体用户界面,通过一种被称为超文本标识语言(HTML)的方式将文字、图像、动画、声音等组织在一起(图1-6)。用户可以使用各种浏览器观看网页上的内容。



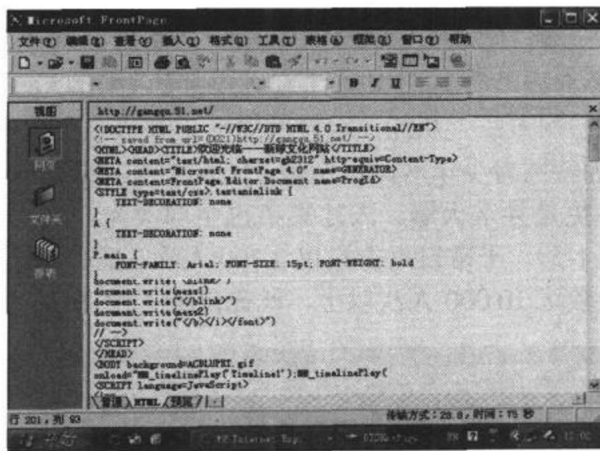


图 1-6 网页传输的基础超文本语言

网页上设有许多链接点,用户只需在设有超级链接的文字或图形上单击鼠标左键,便可进入另一个网页,甚至可以连接到另一个网站的网页上。**WWW** 上的信息和服务都是通过网页形式展现给用户的,用户上网也是在网页间浏览切换。

1.1.4 网上资源与服务

网络上的信息、资源都存储在网络站点里。网络站点由专门处理各种网络事务的服务器组成。一个网站就如同一个信息库,存储了大量信息,而且有专人维护,可随时更新内容。一般自制的个人网页,通过申请域名、空间,再通过上传或动态域名解析服务等方式即可在网上发布,成为供人浏览的共享资源。现在全世界的站点总数已高达 2 亿个。这些站点为人们提供了取之不尽、用之不竭的资源。随着网络知识的进一步普及以及人们使用网络技术水平的不断提高,全世界每日新增站点已到了难以计数的地步。网络站点为人们提供了既简单又方便的操作界面。需要查询哪方面的信息,只需用鼠标单击一下,网络服务器会自动寻找,把你所需要的信息发送过来。即使信息在其他网站上,也会为用户链接过去。对于大多数的因特网用户来说,上网就是浏览一个个网络站点。

因特网发展到今天,已成为真正意义上的信息资源宝库。其信息资源主



要来自于已接入因特网的、以各种形式分布在世界各地的计算机系统的服务器或数据库（从这一点可以看出，因特网的用户既可以是信息资源的使用者和被服务对象，也可以是信息资源的开发者和提供者）。只要你面前的计算机是联网的，你便可以随时随地访问这些信息资源。

随着因特网的迅猛发展，因特网所提供的服务项目也多得令人眼花缭乱。你可以在网上浏览信息、传送文件、收发电子邮件，还可以网上交友、聊天、娱乐、炒股、学习、求医、购物等。最常用的因特网服务项目有如下几种。

1. 电子邮件（E-mail）

电子邮件是因特网上最基本、最重要和最受欢迎的服务项目，拥有的用户也最多。与传统邮件相比，电子邮件不需要纸张，不需要邮递员，只要双方都拥有电子邮箱，就可以在网上利用收发电子邮件软件进行信息交换和传递。电子邮件效率高、速度快、可靠性好，电子邮件不但能传送文字，还能传送图像、声音等信息，是一种既经济又快速的网上通信手段（图 1-7）。

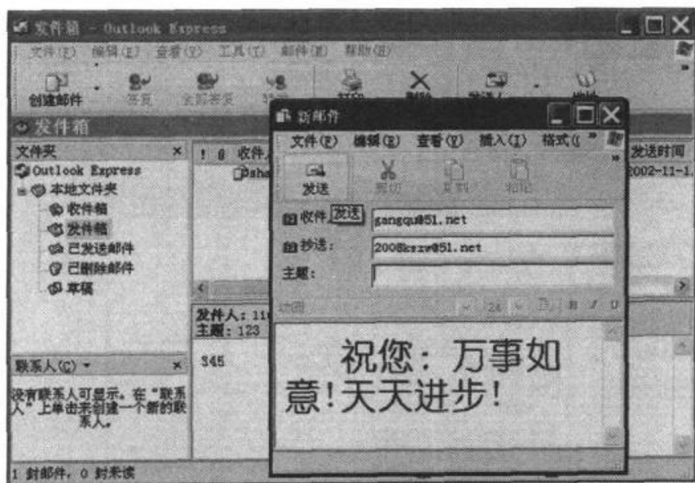


图 1-7 电子邮件能在瞬间将邮件从一台计算机发送到世界各地若干个电子信箱中

2. 文件传输（FTP）

文件传输是因特网的主要服务项目之一。文件传输可以将一台计算机上的文件传送到另一台计算机，并且与计算机的位置无关。用户可使用基于



FTP（文件传输协议）的文件传输程序，登录到远程计算机上，把其中的文件传回自己的计算机系统（即下载，Download）（图 1-8）；反之，也可以把本地计算机上的文件传送到远程计算机上（即上载或上传，Upload）。大多数自建的免费网站都依靠 FTP 来实现对网页内容的及时更新（图 1-9）。

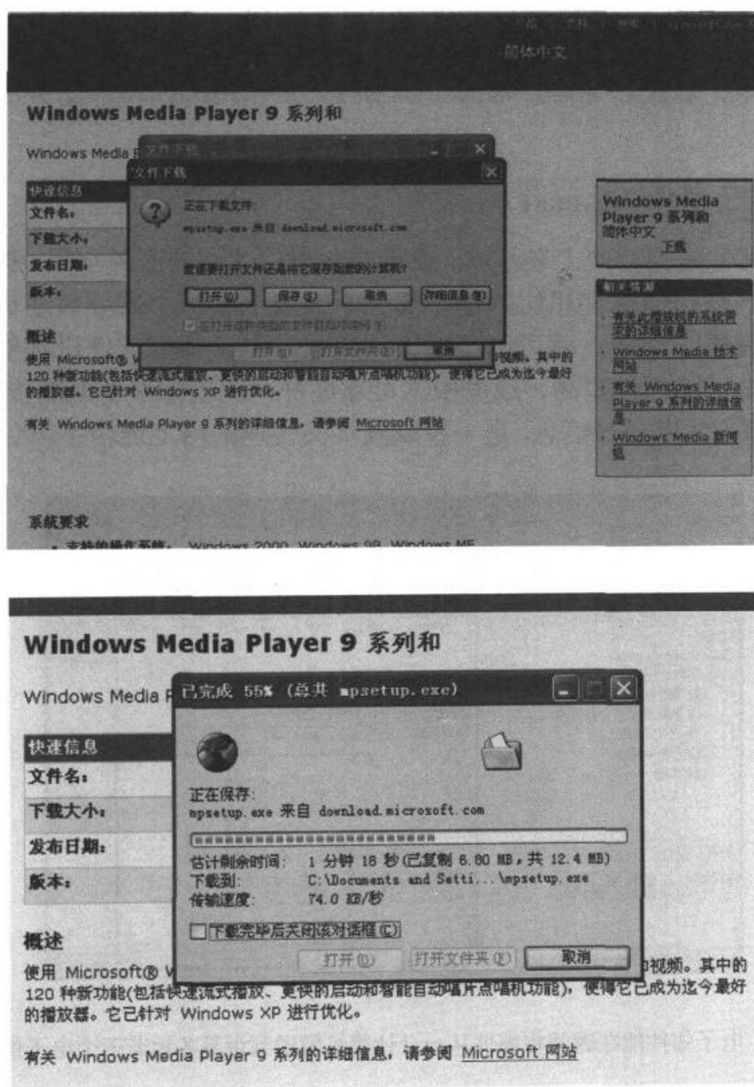


图 1-8 文件下载过程

