



网络从诞生之日起就深刻地改变着我们的生活，现在，已经成为生活中不可或缺的一部分，青少年如何绿色上网成为一个重要问题。



网络与生活

绿色上网
40招

丛书主编 / 杨东平
本书主编 / 倪震祥
王雄

湖北长江出版集团
湖北教育出版社



网络与生活

绿色上网 40招

丛书主编 / 杨东平 王 雄

本书主编 / 倪震祥

湖北长江出版集团
湖北教育出版社

(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

网络与生活——绿色上网 40 招/倪震祥本册主编. —武汉:湖北教育出版社,2011.5

(新农村书屋)

ISBN 978 - 7 - 5351 - 6151 - 2

I. 网… II. 倪… III. 互联网络 - 基本知识 IV. TP393.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 044319 号

出版 发行:湖北教育出版社

武汉市青年路 277 号

网 址:<http://www.hbedup.com>

邮编:430015 电话:027 - 83619605

经 销:新 华 书 店

印 刷:武汉中远印务有限公司

(430034 · 武汉市硚口区长丰大道特 6 号)

开 本:880mm × 1230mm 1/32

5.5 印张

版 次:2011 年 5 月第 1 版

2011 年 5 月第 1 次印刷

字 数:138 千字

印数:1 - 5 000

ISBN 978 - 7 - 5351 - 6151 - 2

定价:12.00 元

如印刷、装订影响阅读,承印厂为你调换

致读者

亲爱的朋友们：
你们好！

这本书的内容围绕着同学们关心的互联网展开，从网络的基础知识、网络硬件调试和使用、网络中的各项服务和应用，谈到网络的道德和安全，最后还涉及了网络中的娱乐。这些内容几乎都来自同学们提出的问题，因此，非常贴近大家的学习和生活。

在生活中，我们发现，网络使人们的信息面广了，很多人养成了天天浏览新闻网站的习惯；通讯更及时了，一条微博，你的朋友立刻就能收到，并和你展开讨论；借助网络我们可以看到错过的电视节目，在网络上观看高清视频节目已经不再是梦想；点点鼠标，就可以买到所需要的物品……

在“信息爆炸”时代，课本上的知识对于我们远远是不够的，而网络给我们提供了一个全新的世界、一个机会。网络正在悄悄地改变着人们的学习方式。

网络的发展开阔了我们的视野，扩大了我们交友的范围，增加了我们的知识，增长了我们的经验，几乎涉及了人类所有范围；网络促使我们不断更新知识结构，深刻地改变着人们的思维。

网络也是一把“双刃剑”，它开阔了我们的视野，让我们在尽情享受高科技带来的前所未有的便利和丰富生活的同时，也在思维方法、价值观念、行为方式等方面产生了一些负面影响和冲击。例如，网络的高度综合性和高度图像化的特点，会导致人的思维能力、表达能力、阅读能力退步。各种网络的应用也都有着不同程度的负面影响，例如网络交友会带来“网恋”的问题，网络游戏会带来“网瘾”……

我们倡导的中学生绿色上网的含义，希望中学生能够了解网

络知识，合理使用相关软件，借助一定的网络技术和应用技巧，学习各种有益于自我成长的知识，增进与他人的合作，回避网络的不良侵害。

本书包括六个部分：第一部分是基础篇，介绍了网络世界的基本组成，诸如域名、IP 地址的基础知识、网络硬件的连接方式、网络的基本服务类型等。第二部分是技能篇，包括搜索引擎的使用、搜索策略与技巧、下载文件的方法和技巧、网页背后的秘密、创建网上空间、博客、微博和QQ的使用，涵盖了现在最常用的网络应用。第三部分是安全篇，探讨了网络病毒、流氓软件的防护，如何抵制不良信息，如何避免染上“网瘾”和学会识别网络诈骗，以及如何在网络环境中保护自己的信息安全和人身安全。第四部分为学习篇，教会大家如何利用网络提高阅读能力、正确查找和使用网络资料、利用网络提高英语听说力、通过网络提高摄影水平、学习音乐编辑等等。第五部分为生活篇，和同学们共同探讨诸如：网络交友、自助旅游、网上购书、查找健康信息、生活小常识等等实际生活中的问题。第六部分为娱乐篇，带领大家在网上看电影、编辑小影片、分享喜爱的音乐、尝试一些健康的电脑游戏，同时探讨了游戏引发的一系列道德和法律问题。

全书每节以案例开头，结合各种复杂的情况，其中涉及的常用软件都比较新；选取的内容体现了网络应用的现状又融合了最新的发展；很多内容都提供了资源的链接。书中内容的展开都是从同学们的视角出发，让大家可以非常容易的沿着本书的提示去实践。本书可以看做是软件使用手册，同时又是网络技术指南，更是一本指导和帮助我们合理使用网络的参考书。

我们提倡绿色上网，体验网络的快乐，需要每个人去动手实践，只有在实际情况中遇到问题，解决问题，个人的能力才能提高。本书介绍了很多软件和使用技巧，在实际使用中，我们要具备举一反三的能力。毕竟本书的内容是有限的，只有学会学习，勇于尝试，才能不断保持一颗敏感的心。

最后，祝同学们在网络的世界里，快乐地生活，轻松地学习。

编 者
2011 年 3 月

目 录

C O N T E N T S



一 基础篇

- 1** 走进虚拟世界——如何正确认识互联网? 002
- 2** 网络工作的奥秘——什么是域名和 IP 地址? 006
- 3** 那条“路”在何方——家庭网络如何配置? 009
- 4** 俯瞰网络世界地图——网络世界由哪些板块组成? 012
- 5** 我的网络通行证——如何在新网络时代生存? 016

二 技能篇

- 6** 遨游虚拟世界的通道——怎样充分利用浏览器的功能? 022
- 7** 掌控信息海洋里的搜索利器——怎样巧妙使用搜索引擎? 027
- 8** 让我搜得更快更准些吧——搜索策略与技巧有哪些? 031
- 9** 要什么,下什么——怎样进行快速下载? 035
- 10** 网页背后的秘密——怎样学习查看网页源文件? 040
- 11** 属于自己的安居工程——怎样建一个网上空间? 044
- 12** 我的个性展示平台——怎样有效发挥博客的功能? 048
- 13** 随时随地“织围脖”——如何利用微博进行讨论? 052
- 14** 群里“开会”了——怎样使用 QQ 的主要功能? 061

三 安全篇

- 15** 你死我活的较量——怎样有效清除网络病毒? 065
- 16** 电脑中的潜伏者——怎样对付流氓软件? 069

- 17 挡不住的诱惑——怎样抵制不良信息？ 073
- 18 失魂落魄难回头——怎样避免染上“网瘾”？ 076
- 19 钱寄出后一切都消失了——怎样识别网络诈骗？ 079
- 20 网络里的“黑衣人”——怎样保护自己的信息安全？ 084
- 21 离奇的失踪案——怎样保护自己的人身安全？ 088

四

学习篇

- 22 网上读世界——怎样利用网络提高阅读能力？ 093
- 23 都是“汉典”的功劳——怎样有效利用网络字典？ 096
- 24 巧妙抄袭也被曝光——怎样正确使用网络资料？ 100
- 25 听说有奇妙——怎样利用网络提高英语听说能力？ 103
- 26 美得让人惊讶——怎样通过网络选购摄影设备并提高摄影水平？
107
- 27 最想要的五线谱——怎样利用网络制作个性音乐？ 110
- 28 网络论坛——怎样在熙熙攘攘的“广场”中自由穿行？ 114
- 29 网络里的探索——怎样借助网络进行探究学习？ 119

五

生活篇

- 30 我的朋友遍天下——怎样通过网络交朋友？ 123
- 31 网上看世界——怎样利用 google 地图游览世界？ 128
- 32 旅游行程我做主——怎样利用网络实现自助旅游？ 135
- 33 坐在家买到心爱的图书——怎样在网上购书？ 140

34 帮家人“看病”——怎样在网上查找健康信息? 145

35 我是万事通——怎样在网上查找生活小常识? 148

六

娱乐篇

36 网络电影“真过瘾”——怎样在网上看电影? 152

37 创作自己的作品——怎样使用软件编辑小电影? 156

38 网上音乐发烧友——怎样与朋友分享喜爱的音乐? 160

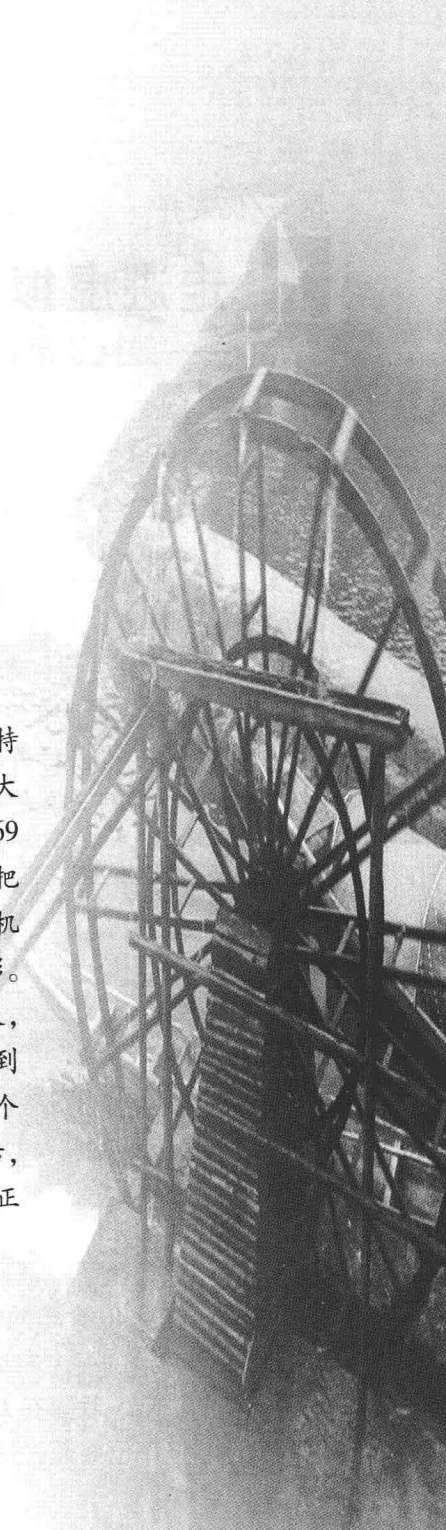
39 电脑游戏的喜与悲——怎样引导青少年健康娱乐? 163

40 网络游戏引发的法律问题——怎样进行网络维权? 166



一 基础篇

我们现在常说的网络指的多是因特网，也称作互联网，是影响人类的伟大发明之一。互联网起源于美国，1969年，美国国防部资助建立了阿帕网，把位于美国不同地点的4所大学的计算机互相连接，由此诞生了互联网的雏形。在此基础上，伴随个人计算机的普及，经过40余年的发展，网络已经渗透到社会生产的各个环节和人们生活的各个方面，这一切大大改善了人类的生活，促进了人类的进步。我国在1994年正式加入国际互联网。



撰写/倪震祥

1 走进虚拟世界

——如何正确认识互联网？



002

新学期就要开始了，几个小伙伴聚在一起，他们对即将开设的网络技术选修课充满了期待。“网络上有很多信息和资源，你想要什么都可以找到。”“在网上可以和不认识的人聊天，一定很有趣。”“还可以申请博客，为自己在网上安个家。”“网络黑客很神秘，可以侵入你的电脑呢！”“网上的信息都是真的吗？”“听说网络游戏很容易上瘾，千万不能碰！”……大家你一言我一语，对即将到来的网络课既憧憬又疑惑……

同学们对网络充满了好奇，下面我们就将通过这本书一一展现网络的魅力，带领大家走进网络的神奇世界。

我们现在常说的网络指的多是因特网，也称作互联网，是影响人类的伟大发明之一。互联网起源于美国，1969年，美国国防部资助建立了阿帕网，把位于美国不同地点的4所大学的计算机互相连接，由此诞生了互联网的雏形。在此基础上，伴随个人计算机的普及，经过40余年的发展，网络已经渗透到社会生产的各个环节和人们生活的各个方面，这一切大大改善了人类的生活，促进了人类的进步。我国在1994年正式加入国际互联网。今天，我国的网络普及率已经超过世界平均水平，截至2010年6月，网民

数达4.2亿，数量居世界第一位。

在互联网时代，网络将使你的生活更为便利、丰富，使你获得更多的能力。青少年应该充分重视并善于利用互联网资源，努力掌握使用网络的知识和技术，利用网络优化自己的学习、生活和娱乐。这就需要做到如下几点：

一、正确认识互联网

互联网已经成为我们的生活环境。互联网直接参与了社会生活，已经成为社会中不可缺少的成分，越来越多的人正在文明、正确、积极地使用互联网，促进自身的快乐生活和全面发展。

互联网又是开放的资源平台。物质、能量、信息是人类可利用的三种资源，而互联网业已经成为一个世界规模的巨大的信息和服务资源。传统知识和文化转换为数字形式上传到互联网上，可以长久保存和广泛传播。网络上流动和储存着海量的信息资源，使互联网成为记载知识的在线百科全书。在互联网时代，信息的传播与获取，克服了时间和空间的障碍，人们可以通过网络检索到自己感兴趣的东西。我们日常生活、学习、工作中的许多信息都可以在互联网上找到。

互联网已经成为人们学习和生活的重要工具。在政治领域，已经广泛采用电子政务治理国家；教育领域，互联网成为检索知识的主要场所和远程教育的重要平台；社会领域，它与人们的日常生活息息相关，人们已经习惯了在网上进行通信、社交、商务等活动。网络已经成为现代社会学习、工作和发展的便利工具。

不过，同学们也应该看到网络不是纯净的空间，虚拟世界中有许多不适合青少年浏览使用的不健康内容，也有各种各样的陷阱。我们不能忽视网络可能带来的负面影响。对于青少年来说，上网的好处又是显而易见的，所以网络对我们来说，正面作用居多。我们不能把网络当成灵丹妙药，也不必把网络当成洪水猛兽。

网络的虚拟世界与现实世界有所不同。虚拟世界中，你可以做许多现实世界中无法做到的事，拥有自己的军队，建立自己的国家，上天入地，穿越时空。在虚拟世界中，你也会遭遇许多在



现实世界不会碰到的烦恼。在网络游戏中，你可能毫无缘由地被PK；在网上聊天中，你可能莫名其妙地被人谩骂；在网络交往中，那个跟你聊了很久的女生其实是个男孩……这就需要每一个学生进入虚拟世界之前应该做好心理准备。

二、科学掌握网络应用知识和技能

要积极使用互联网，利用互联网促进自己的学习与生活，首先要掌握基本的网络知识和应用技能。我们可以通过如下途径提高自己的能力：一是，上好信息技术课。现在多数学校都开设了信息技术课程，通过课堂上的正规学习，同学们可以学到一些基本的网络知识和技能。二是，借助网络本身的功能提高自己的能力。同学们在使用网络生活和学习的时候，千万不要忘记了网络本身就是一个庞大的资源库，这里有我们所希望了解的几乎所有知识。比如，你可以利用“百度知道”或“维基百科”这样的知识性百科全书查询不同的词条；通过网络教程学习各种编程语言和应用软件；通过访问网络图书馆可以查阅各类相关书籍。三是，通过网络联系你的同学或者老师，给你提供帮助，提高你的技能。可以这样讲，在互联网时代，对网络的掌握和使用是跟阅读、写字、计算一样重要的一种能力。

三、培养对网络信息的思辨性反应能力

网络上的信息良莠不齐。一些网站通过趣味、猎奇、暴力、色情等内容来提高点击率。有人在网上散播虚假信息，设置陷阱。因此，每个人都要提高对网络信息的思辨性反应能力。我们在接受网络信息的同时，要形成独立思考的能力和习惯，能够对网络中的各种信息进行是非判断。在获得的众多信息中，要辨别其真伪，做出正确的判断。要批判性地解读所搜索到的信息，思索其价值，以便进行有效的选择。还要学会管理来自网络的信息，以更好地应用信息。

对于网络信息我们还要学会进行管理。信息管理也是一种能力，在信息爆炸时代，这种能力尤为重要，有效地管理信息将有助于更好地使用信息。在有效获取信息后，再对信息进行分类、



整理并保存；为搜集保存信息制订科学的计划与策略，即使计算机资源足够存储搜集的所有信息，也应剔除无用的垃圾信息；保存在计算机的信息也有可能损坏或丢失，应做好相应的防范，进行备份。

四、提高网络使用的自我管理能力

网络内容丰富，功能强大，对同学们有很强的吸引力，特别是网络聊天和网络游戏，使不少青少年流连忘返，沉迷其中。对于自制能力相对较弱的青少年来说，要有网络使用的自我管理能力，把对网络的使用限定在适度合理的范围内，理性地使用网络至关重要。

分配好上网、学习、生活的时间。网络上有用之不完的资源 and 很多轻松愉快的内容，但是，学知识、长身体是青少年阶段的主要任务，我们不应该因为在网上花太多时间而影响到自己的现实生活。青少年要合理分配好上网、学习、生活的时间，将网络世界中的所学所闻运用到自己的学习和成长上来，使自己的学习、娱乐等均衡协调发展。



撰写/倪震祥

2 网络工作的奥秘

——什么是域名和 IP 地址？



006

经常上网的小张看到一则新闻：“互联网重大安全隐患：DNS 漏洞！”报道这样描述：当黑客利用该漏洞时可以将用户成功劫持到任意一个网站，比如当你输入一个正确的网络银行域名时，你可能访问到的是一个黑客伪造的站点。这太可怕了，小张不禁疑惑起来，这个 DNS 怎么有这么重要，怎么没有听说过呢？

小张的疑惑要从互联网的组成结构说起，现在的互联网不存在一个集中式的管理机构，实际上，它是由成千上万个独立运营和管理的组织构成的，每个独立的组织负责建设和维护他们自己的网络。这些网络和计算机为了能在互联网中协同工作，就必须就某些事情达成一致，例如互联网的规程和协议标准。

互联网上的信息传递过程比你想象的要复杂得多，首先，把原始数据划分成较小的部分，称为分组。然后，分别把这些分组转发到正确的目的地，在所有的分组全部到达目的计算机后，再把这些分组重新组成原格式的完整的信息数据，这样一来，在接收的计算机上就可以查看或使用它们了。

以上的这些工作是由互联网上的两个最重要的通信协议——传输控制协议（TCP）和互联网协议（IP）完成的。这两个协议通

常被合称为 TCP/IP 协议，其中传输控制协议（TCP）负责把原始的数据进行分组，并在接收数据的计算机上重组原始数据，互联网协议（IP）则负责确保分组到达正确的目的地。

一、了解一下域名系统

互联网运行机制的核心是域名系统（DNS），当某个网络用户想要访问一个网站时，他可以简单地键入这个网站的地址，例如 `www.baidu.com`。DNS 负责把这个简单的英文地址翻译成一串数字，叫做 IP 地址。在互联网上，一个 IP 地址（如 119.75.217.56）标识了一台计算机的位置，就像街道和门牌号码标识了你居住的位置一样。

在上面的例子里，`baidu.com` 被称为一个域。为了更高效地工作，人们事先规定了多个顶级域。顶级域又称一级域名，就是指英文字符中的末尾部分字符，如 `.com`。具体来说，最初的顶级域包括：`.com`（商业），`.edu`（教育），`.gov`（政府），`.mil`（军事），`.net`（网络运行服务中心），`.org`（组织）；如今随着网络的进一步发展，又增加了如下的顶级域名：`.arts`（文化活动），`.firm`（工商企业），`.info`（信息服务），`.nom`（个人）等。



007

对于美国以外的其他国家和地区，最后一个子域名常常是由数个字母组成的国家和地区代码，例如 `cn` 代表中国，`hk` 代表中国香港，`tw` 代表中国台湾，`jp` 代表日本，而倒数第二个子域名往往用来区分单位性质，或表示国家的下一级行政单位。

在互联网中，被称为域名服务器的计算机负责跟踪域名和 IP 地址的对应关系，并完成两者之间的转换。互联网内部并不理解这种字母数字式的地址，例如，`laozhang@sina.com.cn`，因此域名服务器必须把这种地址转换成对应的数字形式的 IP 地址：`58.63.234.251`。域名服务器维护着字母数字的互联网地址与数字形式的 IP 地址之间的映射表。

二、怎样查找自己的 IP 地址

当你的计算机直接连接到互联网的时候，你的计算机需要拥有一个 IP 地址来完成一些基本的工作，例如浏览 web 等。由于选

择了不同的互联网服务提供商，你的计算机可能有一个静态的 IP 地址或一个动态的 IP 地址。如果使用静态的 IP 地址，你每次连接网络时，这个 IP 地址都不会改变。由于 IP 地址个数的限制，我们更多是使用动态的地址（例如：电信的 ADSL 宽带接入方式），这样你每次连接网络时，使用的 IP 地址可能会发生改变。

如何查看自己的 IP 地址呢，windowsXP 系统中，右击网上邻居，找到正在使用的网络连接，右击选择状态，就可以查看自己计算机当前的 IP 地址；或者在“程序”——“附件”找到“命令提示符”打开命令提示符窗口，输入 ipconfig 命令，你就会看到自己计算机当前的 IP 地址了。

```
管理工具 C:\Windows\system32\cmd.exe
Microsoft Windows [版本 6.1.7600]
版权所有 (c) 2009 Microsoft Corporation. 保留所有权利。

C:\Users\Administrator>ipconfig

Windows IP 配置

以太网适配器 本地连接 15:

    连接特定的 DNS 后缀 . . . . . : fe80::51c5:9b37:3d44:940e%12
    本地连接 IPv6 地址 . . . . . : 2001:0:5137:9c76:282a:2095:8616:2798
    本地连接 IPv4 地址 . . . . . : 192.168.1.4
    子网掩码 . . . . . : 255.255.255.0
    默认网关 . . . . . : 192.168.1.1

以太网适配器 本地连接 16:

    连接特定的 DNS 后缀 . . . . . :
    本地连接 IPv6 地址 . . . . . : 2001:0:5137:9c76:282a:2095:8616:2798
    本地连接 IPv4 地址 . . . . . : fe80::51c5:9b37:3d44:940e%12
    子网掩码 . . . . . : 255.255.255.0
    默认网关 . . . . . : 192.168.1.1
```

IP 地址透露了一定的网络通信信息，我们可以通过 IP 地址了解到和你通信的计算机来自哪里，比如 <http://www.ip.cn> 这个网站就提供 IP 地址查询服务。IP 地址同时也是一种资源，互联网上的 IP 地址现在早已分配殆尽；所以人们现在正在使用新的 IP 地址系统 IPv6 来代替早先的 IPv4，或许在不久的将来，连你家的家用电器也会拥有一个 IP 地址。

IP 地址和 DNS 服务对互联网来说是何等重要，所以开头提到的 DNS 漏洞才会引起人们这样大的恐慌。现在的 DNS 系统使用的是英文字符，要表示中文信息的时候，很多网站很无奈地采用了拼音方式。近几年，中文域名也开始投入使用，我们还可以通过在地址栏输入：类似“百度·中国”的地址来进行访问。

撰写/倪震祥

3 那条“路”在何方

——家庭网络如何配置

随着计算机和网络的普及，不少同学家都接通了网络，但是问题也随之而来；这不，张宏同学来到信息中心找到老师，说出了他的苦恼：“我家里经常不止一台电脑要上网，妈妈是大学老师，晚上经常上网查资料，收邮件；爸爸在公司上班很辛苦，晚上有时还会带他的笔记本电脑回家工作；爷爷是个围棋迷，天天都要上网和他的老朋友杀两盘；我现在的很多学习资料都要上网查询和下载，可是上网的线路就只有一条，这可怎么办呢？难道要我们办几个宽带？……”



009

通常情况下，我们在家中为网络的接入服务都需要支付一定的费用。为了避免为家中的每一台计算机都申请一条网络连接，你可以组建一个家庭网络，然后使家里的两台或多台计算机共同使用一条高速网络的接入线路；这样，你只需负担一条互联网接入线路的费用。

组建家庭网络可以采用多种形式。到现在为止，最流行的家庭组网方式是使用宽带路由器来连接家中的计算机，并让所有的计算机共享一条互联网连接、打印机和文件资源。宽带路由器的出现，以较低的投入解决了宽带用户日益增强的宽带应用需求，