

从零起步

- ★从零起步，详细讲解网上冲浪的必备知识
- ★知识点全面，步骤清晰，讲解透彻，轻松学会网上冲浪
- ★科学的学习模式——本课目标+知识讲解+上机练习+疑难解答+课后练习，必达事半功倍之效
- ★电子教案紧密结合书中内容，方便、实用

计算机上网 培训教程（第3版）

卓越科技 编著



本书免费提供电子教案，请访问博文视点公司网站（<http://www.broadview.com.cn>）的“资源下载”栏目查找并下载。



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

TP393.4/197=2

2010



计算机上网 培训教程(第3版)

卓越科技 编著

北方工业大学图书馆



C00215232

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

本书完全从计算机上网初学者的角度出发,系统全面地讲解了上网准备、网页浏览器、搜索网络资源、保存与下载网络资源、网上交流、收发电子邮件、网络视听、网上休闲、网络游戏、论坛与博客、网上交易、网上炒股、网上求职与招聘、网络安全等知识。

本书内容深入浅出、图文并茂,并配有大量直观、生动而且实用的计算机操作实例,每课后面还结合该课的内容给出了练习题,让读者通过练习进一步巩固所学的知识。

本书定位于计算机上网初学者,既适合无基础但想快速掌握上网操作方法及应用技巧的读者使用,也可作为计算机培训班的教学用书。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

计算机上网培训教程 / 卓越科技编著. — 3版. — 北京:电子工业出版社, 2010.7
(零起点)

ISBN 978-7-121-11007-8

I. ①计… II. ①卓… III. ①因特网—技术培训—教材 IV. ①TP393.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第100945号

责任编辑:牛 勇

文字编辑:周淑娟

印 刷:北京天宇星印刷厂

装 订:三河市皇庄路通装订厂

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编:100036

开 本:787×1092 1/16 印张:19.5 字数:499千字

印 次:2010年7月第1次印刷

定 价:35.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010)88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线:(010)88258888。

前言

随着计算机的普及和网络技术的迅猛发展,上网已深入到了人们生活与工作的各个层面,成为人们必须掌握的一项基本技能。

本书定位

本书定位于具有一定计算机基础知识和Windows Vista操作基础却毫无计算机上网基础的初学者,以一个上网初学者的学习过程来安排各个知识点,并融入大量操作技巧,让读者能在最短的时间内以最快捷的方式学到最实用的知识,迅速成为Internet应用的高手。本书特别适合各类培训学校、大专院校、中职中专作为相关课程的教材使用,也可供上网新手、在校学生、办公人员学习和参考。

本书主要内容

本书共14课,从内容上可分为5部分,各部分的主要内容如下。

- **第1部分(第1课~第4课):** 主要讲解Internet的基本概念、上网前的准备工作、IE浏览器的使用、在Internet中搜索与下载网络资源等知识。
- **第2部分(第5课和第6课):** 主要讲解使用腾讯QQ、Windows Live Messenger和飞信进行网上交流,申请电子邮箱,使用电子邮箱收发邮件,使用Foxmail收发邮件等知识。
- **第3部分(第7课~第9课):** 主要讲解网上欣赏音乐、网上看电影、网上读书、网上旅游、网络地图和网络游戏等知识。
- **第4部分(第10课~第13课):** 主要讲解论坛与博客、网上交易、网上炒股、网上求职、网上求职与招聘等知识。
- **第5部分(第14课):** 主要讲解计算机的安全与维护,包括计算机的日常维护和计算机病毒的防范与查杀等知识。

本书特点

本书从计算机基础教学实际出发,设计了一个“本课目标+知识讲解+上机练习+疑难解答+课后练习”的教学结构,每课均按此结构编写。该结构各板块的编写原则如下。

- **本课目标:** 包括本课要点、具体要求和本课导读三个栏目。“本课要点”列出本课的重要知识点,“具体要求”列出对读者的学习建议,“本课导读”描述本课将讲解的内容在全书中的地位以及在实际应用中有何作用。
- **知识讲解:** 为教师授课而设置,其中每个二级标题下分为“知识讲解”和“典型案例”两部分。“知识讲解”讲解本节涉及的知识点,“典型案例”结合“知识讲

解”部分的内容设置相应上机示例，对本课重点、难点内容进行深入练习。

- ④ **上机练习**：为课堂实践而设置，包括2~3个上机练习题，并给出各题的最终效果或结果以及操作思路，读者可通过此环节对本课内容进行实际操作。
- ⑤ **疑难解答**：将本课学习过程中读者可能会遇到的常见问题，以一问一答的形式体现出来，解答读者可能产生的疑问，以便进一步提高。
- ⑥ **课后练习**：为进一步巩固本课知识而设置，包括选择题、问答题和上机题三种题型，各题目与本课内容密切相关。

本书对插图中的操作标注了操作提示，以便读者快速找到操作位置。对于某些图片还加注了说明文字，以对图片进行说明。

除此之外，“知识讲解”环节中还穿插了“注意”、“说明”和“技巧”等小栏目。“注意”用于提醒读者需要特别关注的知识，“说明”用于对正文知识进行解释或进一步延伸，“技巧”则用于指点捷径。

本书作者

本书的作者均已从事计算机教学及相关工作多年，拥有丰富的教学经验和实践经验，并已编写出版过多本计算机相关书籍。参与本书编写工作的人员有：刘红涛、杨秀鸿、刘思雨、刘芳、吴娟、李娜、王伟、李正辉、李丽雯、范娜、刘文静、李秋锋、刘丽君、黄伟、范燕。我们相信，一流的作者奉献给读者的将是一流的图书。

由于作者水平有限，书中疏漏和不足之处在所难免，恳请广大读者及专家不吝赐教。

目 录

第1课 上网准备

1.1	Internet入门	2
1.1.1	知识讲解	2
1.1.2	典型案例——打开浏览器并浏览新闻	7
1.2	拨号上网解析	8
1.2.1	知识讲解	9
1.2.2	典型案例——创建拨号连接	13
1.3	通过ADSL宽带上网	15
1.3.1	知识讲解	15
1.3.2	典型案例——建立ADSL宽带连接	16
1.4	上机练习	19
1.5	疑难解答	22
1.6	课后练习	22

第2课 网页浏览器

2.1	认识网页浏览器	24
2.1.1	知识讲解	24
2.1.2	典型案例——IE浏览器的启动和关闭	26
2.2	浏览网页	27
2.2.1	知识讲解	27
2.2.2	典型案例——在“中国新闻网”浏览新闻	33
2.3	设置IE浏览器	34
2.3.1	知识讲解	35
2.3.2	典型案例——设置IE浏览器	42
2.4	上机练习	44
2.4.1	将“网易体育”频道添加到收藏夹中	44
2.4.2	设置IE浏览器	45
2.5	疑难解答	46
2.6	课后练习	46

第3课 搜索网络资源

3.1	使用IE浏览器搜索	49
3.1.1	知识讲解	49
3.1.2	典型案例——搜索影视信息	50

3.2	使用搜索引擎搜索信息	51
3.2.1	知识讲解	51
3.2.2	典型案例——利用Google搜索“契诃夫作品”	55
3.3	使用网站内部的搜索功能	57
3.3.1	知识讲解	57
3.3.2	典型案例——在“中关村在线”网站中搜索	58
3.4	使用网络实名搜索	59
3.4.1	知识讲解	59
3.4.2	典型案例——使用网络实名搜索	60
3.5	上机练习	61
3.5.1	使用百度的“快照”功能	61
3.5.2	使用“Google”搜索引擎的“手气不错”功能	61
3.6	疑难解答	62
3.7	课后练习	62

第4课 保存与下载网络资源

4.1	保存网页上的内容	65
4.1.1	知识讲解	65
4.1.2	典型案例——保存并查看网页	67
4.2	通过IE浏览器下载网络资源	68
4.2.1	知识讲解	68
4.2.2	典型案例——下载快车软件	70
4.3	使用下载软件下载网络资源	72
4.3.1	知识讲解	72
4.3.2	典型案例——下载压缩与解压缩软件	78
4.4	利用P2P技术下载网络资源	79
4.4.1	知识讲解	79
4.4.2	典型案例——下载电影歌曲	83
4.5	压缩与解压缩文件	84
4.5.1	知识讲解	84
4.5.2	典型案例——解压缩歌曲	87
4.6	上机练习	88
4.6.1	用FlashGet下载网页中的动画	88
4.6.2	保存并压缩网页文件	89
4.7	疑难解答	90
4.8	课后练习	90

第5课 网上交流

5.1	使用腾讯QQ交流	93
5.1.1	知识讲解	93
5.1.2	典型案例——使用腾讯QQ聊天并传文件	105
5.2	使用Windows Live Messenger聊天	106
5.2.1	知识讲解	106

5.2.2 典型案例——更改Windows Live Messenger设置并进行场景聊天	118
5.3 使用飞信聊天	120
5.3.1 知识讲解	120
5.3.2 典型案例——使用飞信聊天	125
5.4 上机练习	127
5.4.1 在腾讯QQ中添加好友并进行文字聊天	127
5.4.2 在Windows Live Messenger中与好友共享图片	127
5.5 疑难解答	128
5.6 课后练习	129

第6课 收发电子邮件

6.1 认识并申请电子邮箱	131
6.1.1 知识讲解	131
6.1.2 典型案例——在“雅虎”网站中申请免费电子邮箱	134
6.2 在网站中收发电子邮件	135
6.2.1 知识讲解	135
6.2.2 典型案例——在“雅虎”网站中查看并回复邮件	143
6.3 用Foxmail收发电子邮件	145
6.3.1 知识讲解	145
6.3.2 典型案例——在Foxmail中接收并回复邮件	149
6.4 上机练习	151
6.4.1 在雅虎邮箱中查看并撰写电子邮件	151
6.4.2 在Foxmail中创建地址簿	152
6.5 疑难解答	152
6.6 课后练习	153

第7课 网络视听

7.1 影音娱乐	156
7.1.1 知识讲解	156
7.1.2 典型案例——通过网页视听	163
7.2 动漫欣赏	164
7.2.1 知识讲解	164
7.2.2 典型案例——在“中国动画网”欣赏动画	166
7.3 上机练习	168
7.3.1 搜索歌曲并试听	168
7.3.2 通过PPLive在线看电影	168
7.4 疑难解答	169
7.5 课后练习	170

第8课 网上休闲

8.1 网上读书	172
8.1.1 知识讲解	172
8.1.2 典型案例——在“天涯在线书库”网站中阅读书籍	175

8.2	网上旅游	176
8.2.1	知识讲解	176
8.2.2	典型案例——在“搜狐”网站上旅游	178
8.3	在线地图查询	180
8.3.1	知识讲解	180
8.3.2	典型案例——使用百度地图	182
8.4	上机练习	184
8.4.1	使用浩瀚浏览器阅读电子书	184
8.4.2	通过Google地图查看颐和园景点	186
8.5	疑难解答	187
8.6	课后练习	187

第9课 网络游戏

9.1	游戏分类	189
9.1.1	知识讲解	189
9.1.2	典型案例——查看最新游戏资讯	190
9.2	联众世界	192
9.2.1	知识讲解	192
9.2.2	典型案例——在联众世界玩五子棋	196
9.3	跑跑卡丁车	198
9.3.1	知识讲解	198
9.3.2	典型案例——在跑跑卡丁车中玩多人赛车游戏	204
9.4	在线玩小游戏	205
9.4.1	知识讲解	205
9.4.2	典型案例——在线玩“调制完美鸡尾酒”小游戏	207
9.5	上机练习	208
9.5.1	在QQ游戏中玩象棋	208
9.5.2	在线玩“大厨连连看”小游戏	209
9.6	疑难解答	209
9.7	课后练习	210

第10课 论坛与博客

10.1	网上论坛——BBS	212
10.1.1	知识讲解	212
10.1.2	典型案例——浏览并发表体育帖子	218
10.2	网络日志——博客	221
10.2.1	知识讲解	221
10.2.2	典型案例——发布并修改日志	235
10.3	上机练习	237
10.3.1	在“时尚网”论坛中发帖并回复别人的帖子	237
10.3.2	在“博尚”网站中注册一个博客	238
10.4	疑难解答	239
10.5	课后练习	239

第11课 网上交易

11.1 网上购物	242
11.1.1 知识讲解	242
11.1.2 典型案例——在网上购买数码相机	247
11.2 网上预订	248
11.2.1 知识讲解	248
11.2.2 典型案例——在“艺龙旅行网”上预订机票和酒店	251
11.3 房屋租赁	252
11.3.1 知识讲解	253
11.3.2 典型案例——在“北京百姓网”发布求租信息	254
11.4 上机练习	255
11.4.1 在“卓越网”购买图书	255
11.4.2 在“北京赶集网”上查看丰台区的出租房源信息	256
11.5 疑难解答	257
11.6 课后练习	258

第12课 网上炒股

12.1 网上炒股	260
12.1.1 知识讲解	260
12.1.2 典型案例——模拟炒股	266
12.2 通过证券软件模拟炒股	268
12.2.1 知识讲解	268
12.2.2 典型案例——用国泰君安大智慧软件模拟炒股	270
12.3 上机练习	272
12.3.1 在“国泰君安证券”网站上炒股	272
12.3.2 用国泰君安大智慧软件炒股	272
12.4 疑难解答	273
12.5 课后练习	274

第13课 网上求职与招聘

13.1 网上求职	277
13.1.1 知识讲解	277
13.1.2 典型案例——在“智联招聘”网上求职	281
13.2 网上招聘	285
13.2.1 知识讲解	285
13.2.2 典型案例——企业招聘	286
13.3 上机练习	286
13.3.1 在“前程无忧”网上求职	286
13.3.2 在“长虹公司”网站上申请职位	287
13.4 疑难解答	288
13.5 课后练习	289

14.1 认识计算机病毒、木马与黑客.....	291
14.1.1 认识计算机病毒.....	291
14.1.2 认识黑客和木马.....	292
14.2 保护网络安全.....	292
14.2.1 知识讲解.....	292
14.2.2 典型案例——用瑞星杀毒软件查杀F盘.....	298
14.3 上机练习.....	299
14.3.1 使用瑞星杀毒软件.....	299
14.3.2 使用木马克星.....	300
14.4 疑难解答.....	301
14.5 课后练习.....	301
习题答案.....	302

第1课

上网准备

▼ 本课要点

Internet入门

通过Modem拨号上网

通过ADSL宽带上网

▼ 具体要求

掌握Internet的常用术语

掌握接入Internet的方法

掌握通过Modem拨号上网的方法

掌握通过ADSL宽带上网的方法

了解Internet的作用

了解小区宽带

▼ 本课导读

随着网络技术和通信技术的发展，Internet已深入到人们工作、学习和生活的方方面面。不管你是学生、老师、职员、自由职业人、管理人员，还是家庭主妇，相信Internet都会对你有帮助。通过本课的学习，不仅可以将自己的计算机接入Internet，还可以掌握各种不同的连接方法，了解Internet的常用术语和作用，为快速学会上网打下基础。

1.1

Internet入门

计算机网络是利用通信线路将计算机连接起来而形成的集合，计算机之间可以借助通信线路传递信息，共享软硬件和数据等资源。本节主要介绍什么是Internet，让读者在学习上网之前，对Internet有一个初步认识。

1.1.1 知识讲解

Internet也称为因特网，其中文含义为国际计算机互联网，是一种将各种信息资源集合在一起的大型计算机网络。下面介绍Internet的形成、发展及常用术语。

1. Internet的形成和发展

20世纪50年代初，Internet在美国诞生，当时出于军事上的需要，美国科学家们将远程雷达和其他设备同一台IBM的计算机连接起来，用于对防空信息数据进行处理。随着科研的不断发展与军事的需要，美国国防部远景研究规划局于1968年提出研制ARPANET的计划，并在1971年2月建成该网络，用以帮助美军研究人员进行信息交流，这便是Internet的雏形。

20世纪80年代中期，由于ARPANET的成功建立，美国国家科学基金会为鼓励各大学与研究机构共享主机资源，建立了计算机科学网（NSFNET），它与ARPANET构成了美国的两个主干网，形成初具规模的Internet。

NSFNET和ARPANET的不断发展、壮大，给人们带来很多帮助与便利，吸引了更多国家的政府机构、企业、学校相继加入，Internet也因此快速遍布全球，成为一个全球性的计算机网络。

经过短短二十几年的发展，如今Internet早已深入人们工作、学习和生活的方方面面，成为日常生活不可缺少的一部分，它将人们带进一个完全信息化的时代，正在悄无声息地改变着人类的生活与工作方式。

2. Internet的常用术语

Internet在形成和发展的过程中产生了很多比较专业的术语，为方便用户理解，下面先介绍一下常用术语的含义。

- **HTTP**：超文本传输协议，用于将Web服务器上的网页代码编译成我们所见到的网页效果。
- **FTP**：文件传输协议，主要用于传输文件。
- **WWW**：它是World Wide Web的简称，又称“万维网”，是一种基于超文本技术的交互式信息查询工具，通过它可以在Internet上浏览、传送、编辑超文本格式的文件。
- **TCP/IP协议**：TCP/IP协议是目前整个计算机网络中使用最为广泛的通信协议，它能在不同的硬件、操作系统和网络上实现通信，成为计算机接入Internet并进行信息交换和传输的基础。
- **IP地址**：IP地址是分配给主机的一个32位的二进制地址，由4个十进制字段组成，中间用圆点隔开，如192.168.0.1。需要注意的是，在Internet中，一个主机可以拥有一

个或多个IP地址，但是不能把同一个IP地址分配给多个主机，否则会出现通信错误。

- ➡ **域名系统：**域名是一种使用方便、易于理解的名称，如phei.com.cn就是一个域名，这样用户不用记忆难记的IP地址也可以快速访问所需的主机了。域名系统采用层次结构，按地理域或组织域进行分层，各层之间用圆点“.”隔开。一般结构形式为“区域层次名.机构名.地理名”，如phei表示网站名，com表示商业机构，cn表示中国。为了保证域名系统的通用性，Internet协会规定机构性域名有7类，如表1.1所示。

表1.1 机构名标识符及其含义

机构名	组织类型	机构名	组织类型
.com	营利性商业组织	.edu	科研教育机构
.gov	政府机构	.int	国际组织
.mil	军事机构	.net	网络组织
.org	非营利性商业组织		

地理名表示该域名对应的国家，常见的地理名如表1.2所示。

表1.2 地理名标识符及其含义

地理名	表示的国家或地区	地理名	表示的国家或地区
.cn	中国	.ca	加拿大
.hk	中国香港特别行政区	.de	德国
.us	美国	.fr	法国

- ➡ **E-mail：**即电子邮件，是Internet上最常见的服务之一，是用户或用户组之间通过Internet收发信息的服务。它具有方便、快捷和费用低廉等优点，因此成为最受欢迎的服务之一。
- ➡ **网址：**Internet上有很多网站，如果将这些网站设想成一个个房间，那网址就是“房间”的门牌号码。
- ➡ **网页：**网页是我们浏览Internet的主要访问对象，它实际上是存放在Web服务器上的文档，通过网页不仅能发布信息，也可收集用户意见，实现网站管理员与用户、用户与用户间的相互沟通。
- ➡ **主页：**主页是网站的基本信息页面，也是网站最常被浏览的一个页面，通过主页可以访问该网站的其他页面。

3. Internet的作用

Internet是一个庞大的信息资源库，用户可以尽情享用网络信息，为工作、学习服务，同时网络也是一个不错的休闲娱乐场所，下面我们就一起体会Internet强大的功能吧！

查看新闻时事

通过计算机上网浏览新闻可以快速了解世界各地发生的大小新闻事件，与传统报纸相比，具有发布消息及时和信息量大等优点。如图1.1所示为在“中国新闻网新闻中心”查看新闻。

搜索网络资源

在网上几乎可以找到需要的任何资源,只要单击相应的内容超链接,相关的资源就会呈现在面前。如图1.2所示为在“百度”搜索网站中查找“国庆阅兵”的资料。



图1.1 浏览新闻

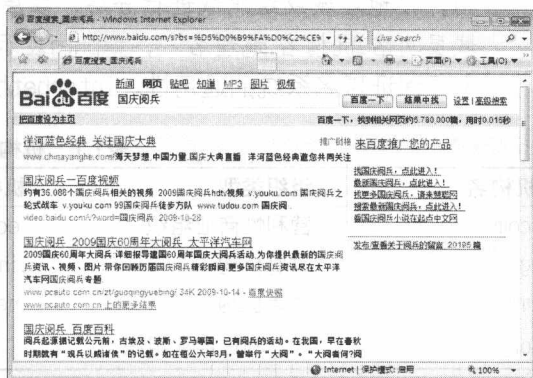


图1.2 在“百度”搜索网站中搜索资料

下载网络资源

Internet是一个开放的网络世界,在网站中找到所需的资料后,还可以将它下载到计算机中使用,如文字、图片、音乐及常用软件等,而且在下载过程中无须付任何费用。如图1.3所示为在“天空软件站”中下载Photoshop CS4。

收发电子邮件

电子邮件是Internet中使用最频繁的服务之一,它不仅可以加强朋友间的联络,还可用于商务用途。而且与传统邮件相比,电子邮件具有可包含的内容广、发送速度快等优点。如图1.4所示为在“163”网站中编辑电子邮件。

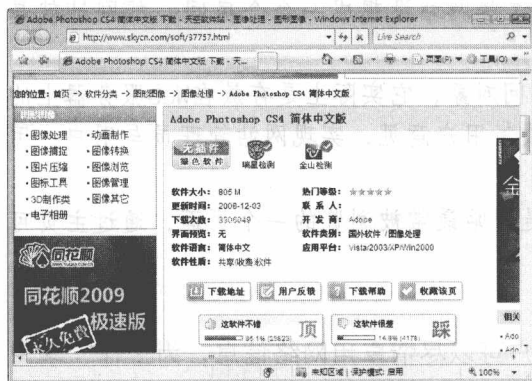


图1.3 在“天空软件站”中下载Photoshop CS4

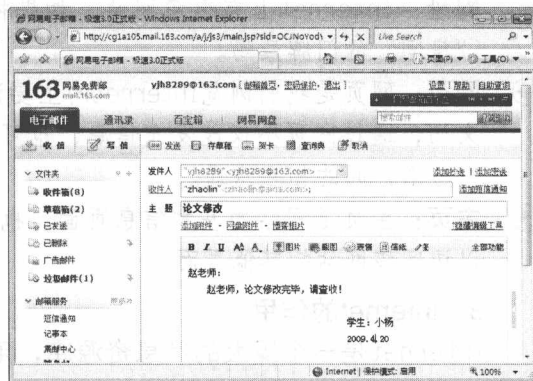


图1.4 在“163”网站中编辑电子邮件

网上交易

随着电子商务的出现,消费者足不出户就可以买到需要的日常用品。某些网站提供的在线预订功能,为准备外出的用户提供了不少便利,如在线查询路线、预订飞机票和火车票、预订酒店等。如图1.5所示为在“当当网”上查看“爱国者”数码产品的信息。

招聘求职

Internet还为企业与求职者建立了一座“沟通”的桥梁。通过Internet,企业可以在网络上发布招聘信息,求职者也可以在网刊登个人简历进行求职,不仅方便、快捷,而且使双方获得了更广阔的选择空间。如图1.6所示为在“中华英才网”上查看企业招聘信息。



图1.5 在“当当网”上查看数码产品的信息



图1.6 在“中华英才网”上查看招聘信息

网上银行

通过网上银行,用户足不出户即可办理转账、付款、投资等业务,如图1.7所示。

远程教育

远程教育克服了传统教育在空间、时间、受教育者年龄和教育环境等方面的限制,全球各地的人都可以通过网络体验学习的乐趣。如图1.8所示为网络中的远程教育资源。



图1.7 网上银行

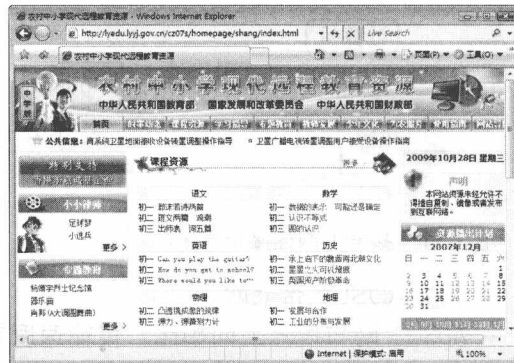


图1.8 远程教育资源

网上聊天

通过Internet,“天涯咫尺”成为现实。通过网络,不但可以进行文字和语音聊天,还可以借助摄像头进行视频聊天,在一定程度上拉近了人与人之间的距离。如图1.9所示为通过QQ软件与好友交流。

网上娱乐

Internet为用户提供了动画、歌曲、电影、游戏等多种娱乐项目,使网民不用东奔西跑,即可以在家欣赏。如图1.10所示为在网络中观看Flash动画。

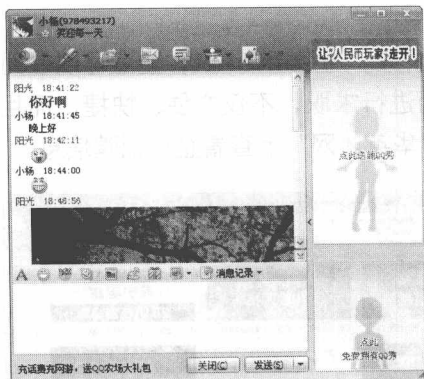


图1.9 网上聊天



图1.10 观看动画

4. Internet的接入方式

Internet是一个内容丰富的“海洋”，要想畅游其间，必须先将计算机接入Internet。接入Internet的方式有多种，目前比较主流的接入方式有拨号上网、ADSL上网和专线上网三种，人们可以根据实际需要采取不同的上网方法。

拨号上网

拨号上网具有投资小、操作方便、实现容易等优点，在Internet刚进入中国时，拨号上网方式曾是公司、家庭的主要上网方式，但目前使用率相对较低。拨号上网的上网费用一般都累计至电话费中，单时费用较高，且网速较慢，适合上网次数少的用户。如图1.11所示为拨号上网的连接示意图（ISP公司是提供Internet接入服务和信息增值服务的机构）。

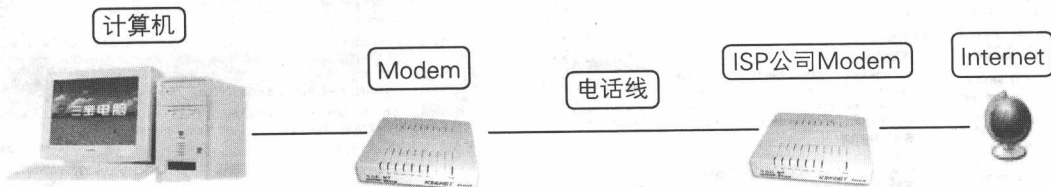


图1.11 拨号上网连接示意图

ADSL宽带上网

ADSL上网与拨号上网相比，传输速度更快，而且其上网费用一般采用月租式，即每月固定向ISP服务商交纳相应的费用，就可以24小时在线，而不用担心高额的话费。随着网络技术的不断发展，ADSL宽带上网逐渐成为主流的上网方式。如图1.12所示为ADSL上网的连接示意图。

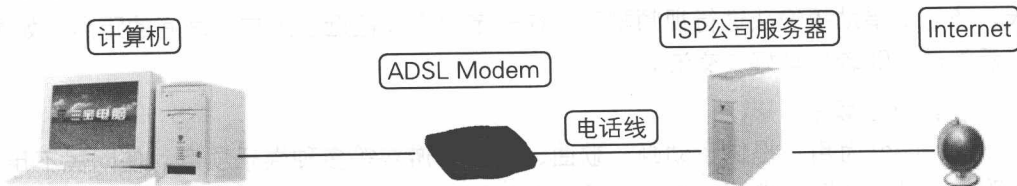


图1.12 ADSL上网连接示意图