

# 學習歷程檔案 轉換與壓縮

國立中興大學附屬高級中學  
張啟中 秘書

2020.11.26

# PDF 轉換篇

文件轉換為 PDF 的方式很多，  
看情況選擇使用。

利用文書軟  
體直接轉換

安裝 PDF  
Writer 轉  
換

利用雲端轉  
換的網站

# 利用文書軟體直接轉換(1)

以 WORD 為例

# Word 轉換

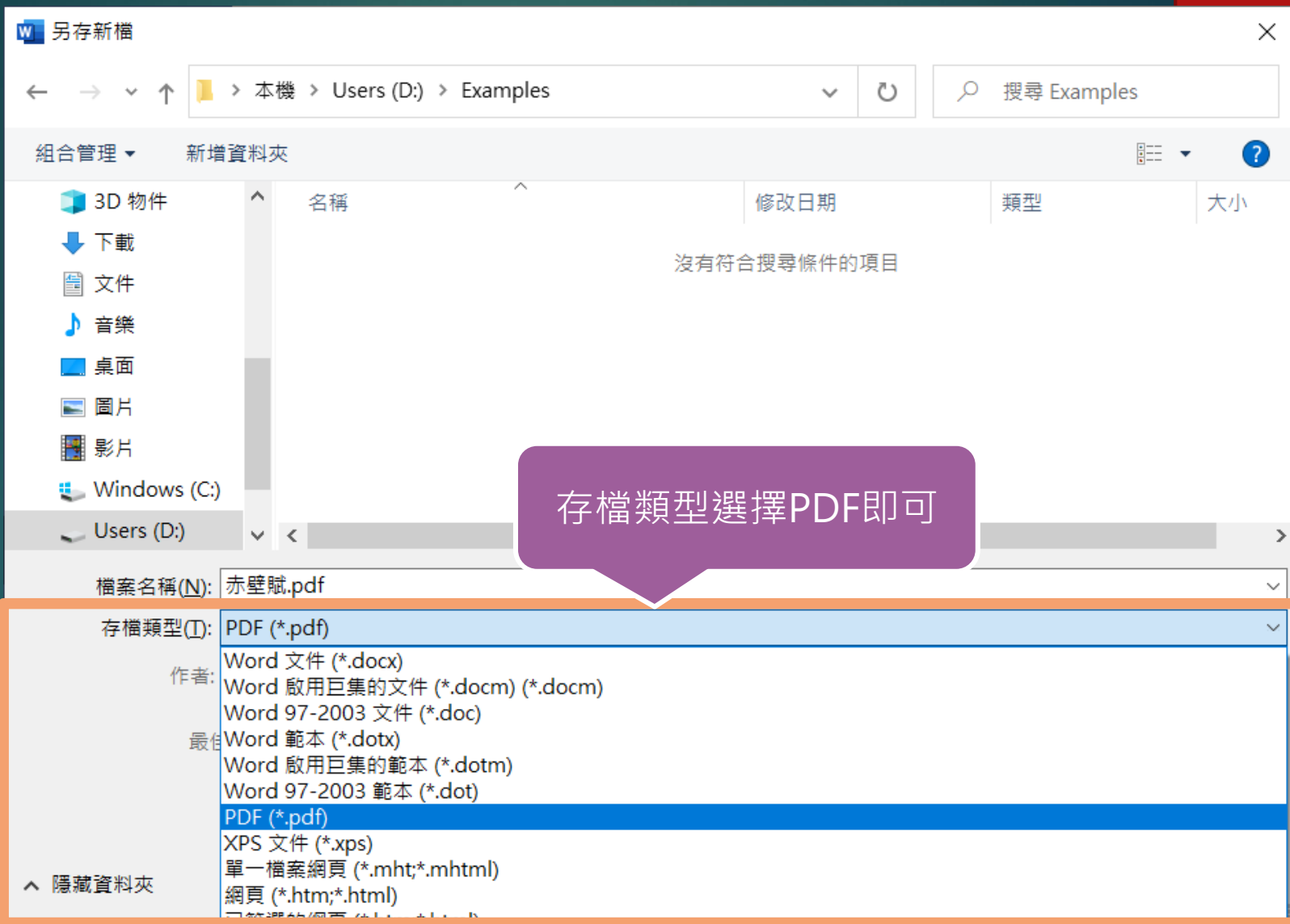
5



Office 2007 以上版本可以直接利用另存新檔的功能轉換







# 利用文書軟體直接轉換(2)

以 LIBREOFFICE 為例

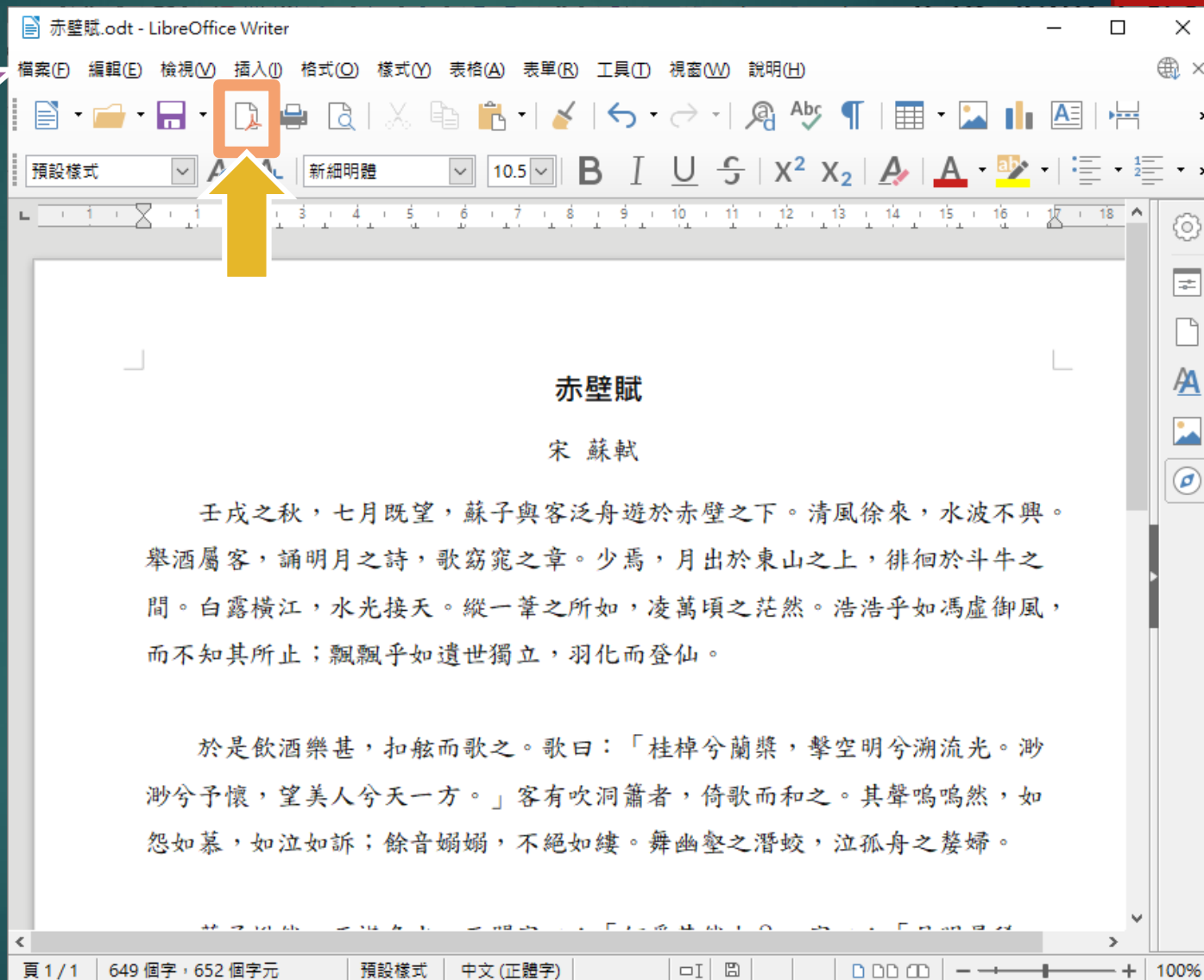
**LibreOffice** 是開源的辦公室軟體，可以免費取得使用  
<https://zh-tw.libreoffice.org>

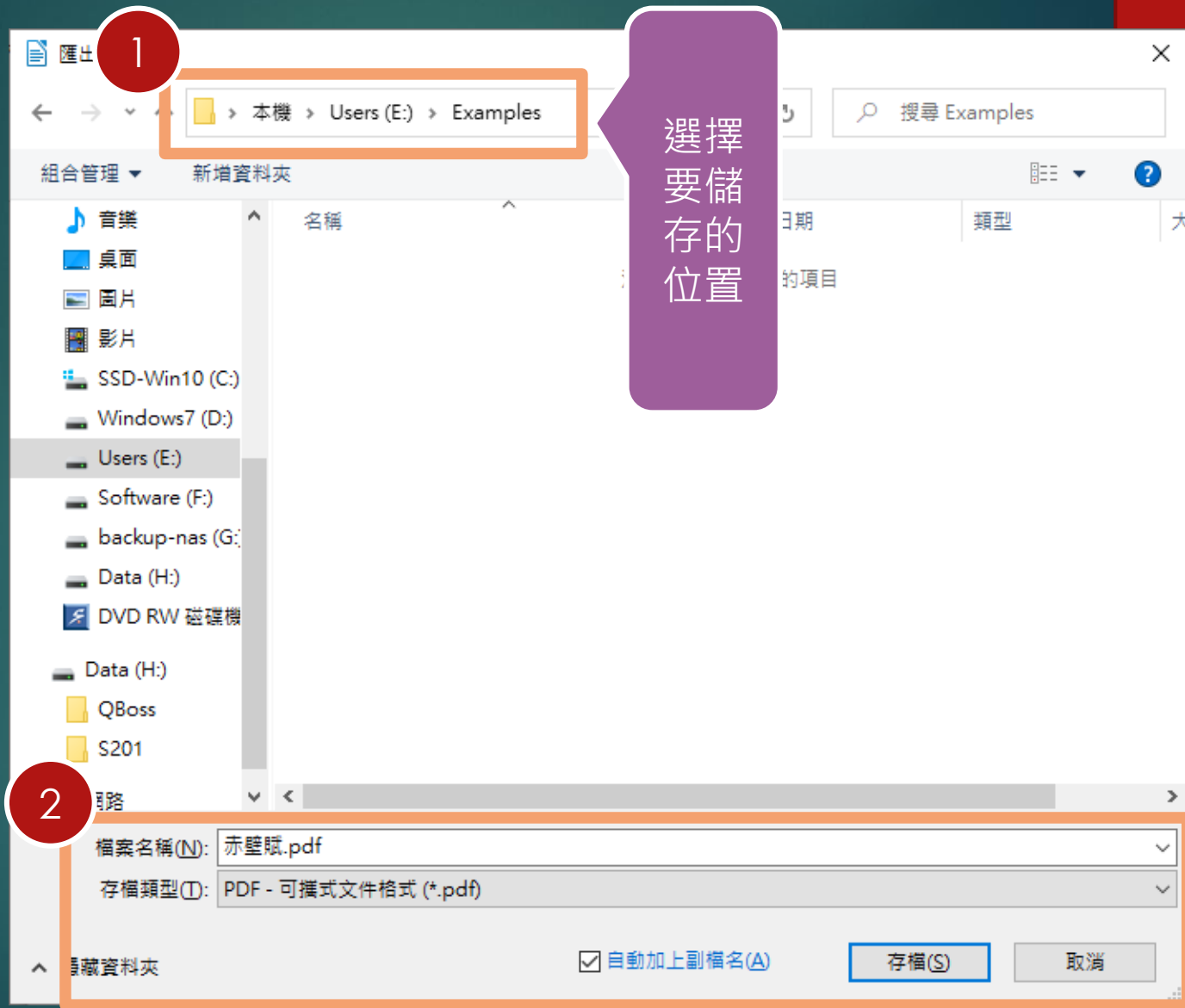


# Writer 轉換

9

也可以由  
「檔案」→  
「匯出為」  
轉出為 PDF





# 安裝 PDF Writer 軟體轉換

PDF Writer 軟體很多，可以在搜尋網站中，以關鍵字 PDF Writer 搜尋。

CutePDF



<https://www.cutepdf.com>

DoroPDF



<https://www.the-sz.com/products/doro/>

以上兩種可以試試。


請下載後，  
執行安裝  
程式，進  
行安裝。

CutePDF - Convert to PDF for fi x +

cutepdf.com/index.htm

About Us | Contacts

Home Products Support Buy Now Company




### CutePDF Writer

- ✓ Easiest **Free PDF Converter** !
- ✓ Convert to professional quality PDF file from any printable document.
- ✓ **New version 4.0** has more settings and do more. **NEW**
- ✓ **Windows 10 and Server 2019 Ready** **NEW**
- ✓ Support **programmatic access** **NEW**
- ✓ **FREE software** for personal, commercial, gov or edu use.
- ✓ Users love it since 2004.
- ✓ **Learn More ...**

Free Download (3.16 MB)

Learn More




### CutePDF Professional

- ✓ Easy-to-use PDF Utility. Seamlessly integrate with CutePDF Writer.
- ✓ Make PDF booklets, impose (n-Up pages), combine PDF files, add watermarks, edit forms, add comments, add headers and footers, rearrange pages, security, digital signature, scan, FTP and *much more*.
- ✓ Now includes the **Form Filler** for Free!
- ✓ **One-Off License Fee. 30-Day Return. FREE Upgrade and Support** for life!
- ✓ Windows 10 Ready
- ✓ **Learn More ...**

Try it Free (4.98 MB)

Buy Now

Volume Discount Corp. Licensing




### Custom PDF Converter

- ✓ Integrate PDF creation ability into any application, solution or service.
- ✓ Fully support **programmatic access**.
- ✓ Use your own PDF printer name.
- ✓ Support both silent installation and un-installation.
- ✓ Windows 10 and Server 2019 Ready
- ✓ Optimized for terminal server (e.g. Citrix) environment use.
- ✓ One-Off **License Fee. ROYALTY FREE!**

Learn More

Buy Now



### CutePDF Editor - FREE!

- ✓ It takes no time at all to edit your files easily - for Free!
- ✓ No Installation. No Download. No Sign-up. On Demand!
- ✓ Just a latest Web Browser. Verified and Secured!
- ✓ For Windows, Mac OS, Linux and Solaris.
- ✓ **Learn More ...**

Start to Edit PDF Now - FREE!

https://www.cutepdf.com/support/request.asp

如果有合併或編輯PDF文件的需求，可以下載這個試試

另一款 DoroPDF 使用概念是相同的，你可以試試喔。



# 利用雲端軟體作轉換

目前有許多網站提供文件轉換為 **PDF** 軟體的服務，可以好好利用。  
但是由於要將檔案傳輸到雲端，所以，特別要注意：

檔案大小、網路的傳輸速度、以及內容的私密性

iLovePDF | 為PDF愛好者提供的PDF工具


ilovepdf.com/zh-tw

**I ♥ PDF** 所有 PDF 工具

登錄 註冊

## PDF愛好者的在線工具

完全免費、易於使用、豐富的PDF處理工具，包括：合併、拆分、壓縮、轉換、旋轉和解鎖PDF文檔，以及給PDF文檔添加浮水印的工具等。僅需幾秒鐘即可完成。

 <h3>合併PDF</h3> <p>合併PDF文檔，並按照您的喜好排序，簡單又快速！</p>	 <h3>拆分PDF</h3> <p>拆分出1個頁面，或者所有頁面，以便將這些頁面轉換為獨立的PDF文檔。</p>	 <h3>壓縮PDF</h3> <p>減小PDF文檔的尺寸，但同時保持最佳質量。優化您的PDF文檔。</p>	 <h3>PDF 轉換至 Word</h3> <p>輕鬆地把PDF轉換為可編輯的DOC和DOCX文檔。轉換後的WORD文檔幾乎100%正確。</p>
 <h3>PDF轉換至Powerpoint</h3> <p>將你的PDF轉換為可編輯的PPT和PPTX幻燈片文檔。</p>	 <h3>PDF轉換至Excel</h3> <p>只需幾秒鐘，即可將數據直接從PDF文檔提取至Excel電子表格中。</p>	 <h3>Word 轉換至 PDF</h3> <p>將您的文檔轉換為PDF文檔，與原來的DOC或DOCX文檔完全一樣，並保持最佳的質量。</p>	 <h3>Powerpoint 轉換至PDF</h3> <p>將PPT轉換為PDF文檔，與原來的PPT或PPTX文檔完全一樣，並保持最佳質量。</p>
	 <p>全新功能！</p>		

iLovePDF



<https://www.ilovepdf.com/zh-tw>



# 推薦教學影片

- ▶ 不想花錢的進來！如何用免費工具擊潰 PDF 文件的重重防線！  
<https://www.youtube.com/watch?v=rngF7LeCdt4>



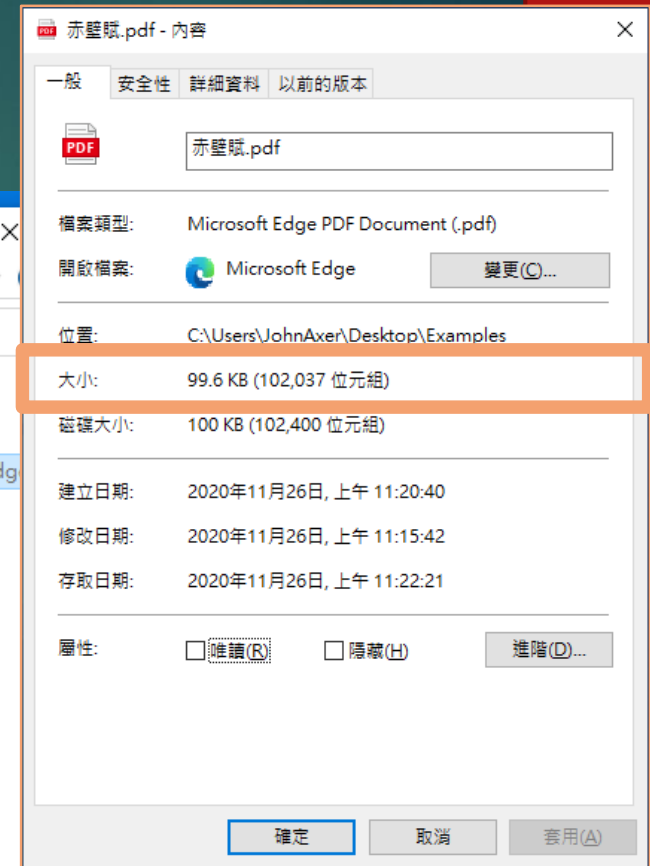
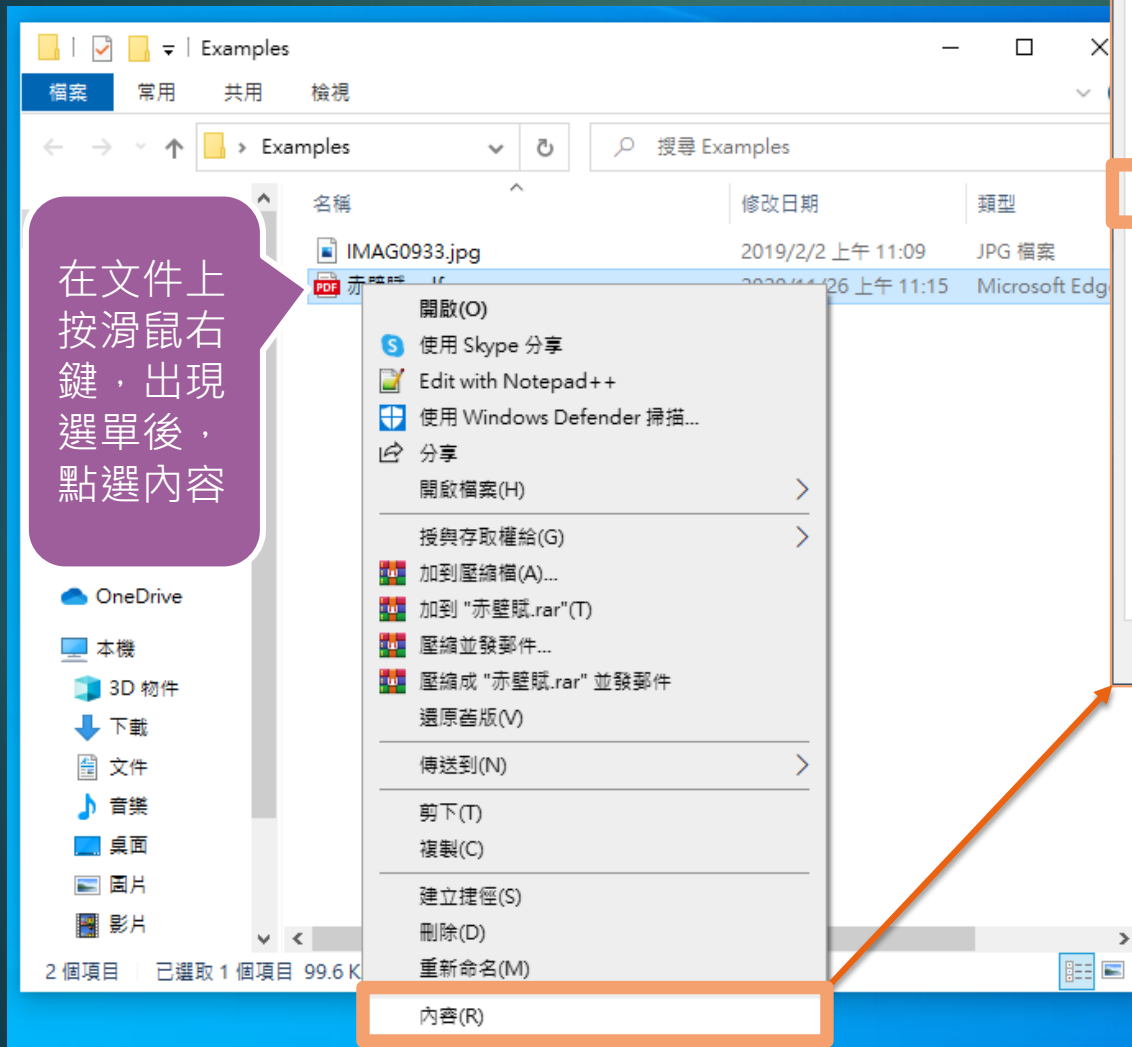
- ▶ PAPAYA 電腦教室  
<https://www.youtube.com/user/papayaaclass>



# 文件檔案瘦身篇

# 檔案大小如何看？

在文件上  
按滑鼠右  
鍵，出現  
選單後，  
點選內容



# 影響文件檔案大小的因素(1)

- 影響文件檔案大小最重要的因素就是檔案中的影像圖片。沒有照片的文件，2 MB 可以存到百來頁，應該沒有問題。

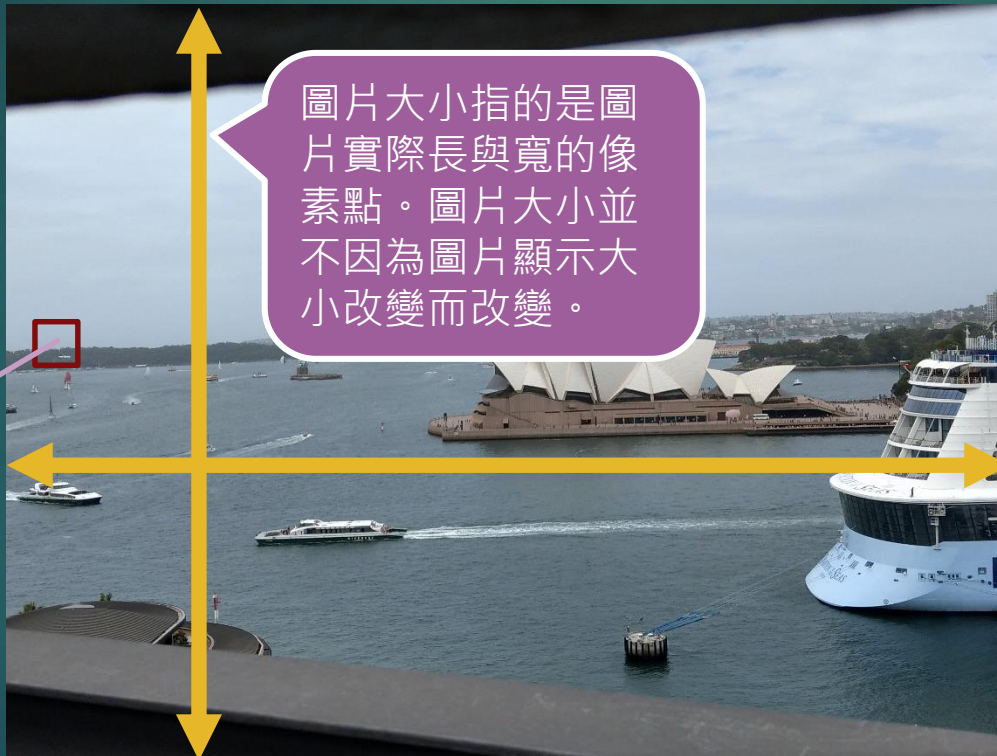


放了一張  
2.5MB 照片

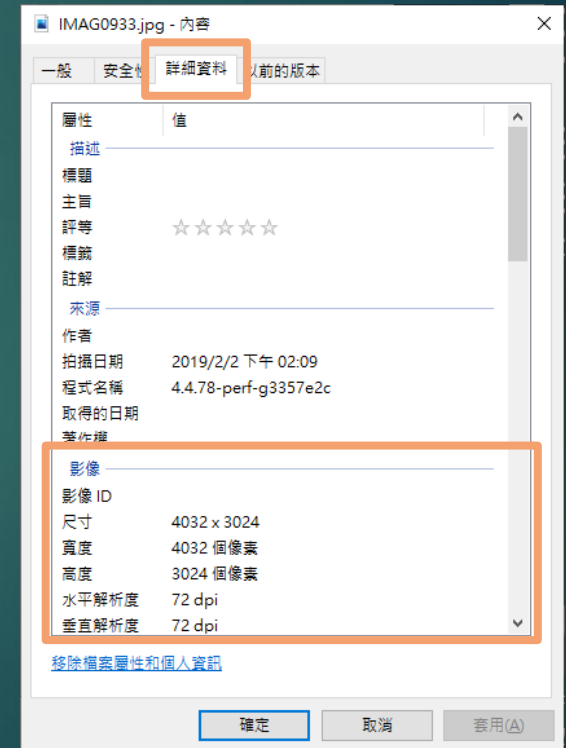


# 影響文件檔案大小的因素(2)

- 影像圖片的大小，除了檔案格式 (bmp、jpg、png...)、色彩數(全彩、高彩...) 外，主要取決於影像圖片的大小、解析度。



解析度指得是每單位長度有幾個像素，單位通常為 dpi，一般來說建議 150 dpi 以上



左邊這張圖大小為 4032\*3024

# 文件瘦身的方式

## ► 文件的瘦身可能方式：

- 轉換 PDF 時，選擇較高的壓縮率。
- 調整文件中影像圖片參數，包括：
  - 裁剪影像圖片，將不必要的部分刪除。
  - 調整影像圖片的大小。
  - 調整影像圖片的解析度。

調整完畢後，一定要在打開文件看看，看看文件品質是否可以接受！

# 推薦教學影片

- ▶ 如何縮小PDF檔案的大小

<https://www.youtube.com/watch?v=X186LLztDlo>



- ▶ Word 教學 - 如何壓縮已經插入的圖片

<https://www.youtube.com/watch?v=mnlvvgkezdac>



- ▶ 免安裝中文縮圖軟體，大量圖片一鍵壓縮與調整大小！

<https://www.youtube.com/watch?v=CU6QfZg6JzE>



網路上還有很多教學文件，可以利用關鍵字搜尋喔！

# 影音瘦身篇



# 影響影片大小的因素

► 影響影片檔案大小的因素有很多，以下是重要的因素

- 影片的時間長度：即影片播放的時間。
- 影片的解析度：解析度就是每張影片的大小，通常以垂直大小作區分，常見的有 240p (VCD)、480p (DVD)、720p (HD)、1080p (FHD)、4K
- 影片的格式：影片的格式很多元，不同的影片格式可以使用的影片編碼也不同。學習歷程檔案影音格式目前只接受 mp4，音訊格式只接受 mp3。
- 影像編碼方式：影像編碼會影響到影像的壓縮率，相同時間長度及解析度的影片，壓縮率越高，檔案大小就越小，建議使用 H264 或 H265。
- 影片的位元速率：就是每秒傳送的資訊量 (bit)，位元速率的單位是 bps，這個值越高畫質就越好，相對的檔案大小也就越大。
- 影片的幀速：影像是連續的圖片所構成，幀速就是每秒播放的圖片張數，單位是 fps，幀速越大，影片播放就越流暢，但檔案大小也就越大。

**可以試著利用影音編輯軟體，調整以上的參數，就可以讓影片大小減少！**

# 推薦教學影片或文件

- ▶ 利用 youtube 進行影片壓縮將影片壓縮變小成mp4  
<https://www.youtube.com/watch?v=jrCxzN7bYss>



- ▶ 免費、免安裝影片轉檔、壓縮的小工具 Moo0 VideoConverter  
<https://www.youtube.com/watch?v=usVgqNJ3fLI>



- ▶ 如何快速將影片縮小 (文件)  
<https://www.reneelab.net/how-to-shrink-video.html>

