1. 由本地到远程仓库：首先在本地新建，右键点击文档，选择GUI，出现一个对话框，将橙色下方的文件弄到绿色下方，然后在右下方的框中注释操作的目的，然后点击Commit，然后点击Push，出现一个对话框，再次点击右下方的Push，最后点击close。
2. 由远程仓库到本地：右键点击文档，选择GUI，出现一个对话框，点击对话框上面的Remote，点击Fetch form中的origin，成功后，点击close；然后单击对话框上面的Merge，点击Local Merge（也可以使用快捷键Ctrl+M），出现一个对话框，点击对话框右下方的Merge，成功后即可关闭，操作完成!