

时 间	实训主题	实训内容	授课人
第一天			
上午 09：00-12：00	开班及安全基础	(1) 实训开班及讲师介绍 (2) 网络安全行业及 Web 安全介绍 (3) 安全攻防展示 (4) Kali、SEED Ubuntu、Windows XP 环境确认 (5) VMWare Tools 安装及使用 (6) 各类系统差异简介及使用 (7) 构建靶场环境—搭建 WAMP 集成环境； (8) 虚拟机管理软件设置 (9) 计算机网络基础	国信安专家
午餐及午休			
下午 14：00-17：00	PHP 语言基础	(1) 网站搭建 (2) PHP 基础 (3) 课程总结	国信安专家
第二天			
上午 09：00-12：00	网络协议攻防技术基础	(1) IP 源地址欺骗攻击原理解释 (2) IP 源地址欺骗攻击实训 (3) ARP 欺骗攻击原理解释 (4) ARP 欺骗中间人攻击实训 (5) ICMP 重定向攻击原理解释 (6) ICMP 重定向攻击与防御实训 (7) TCP 协议 RST 攻击原理解释 (8) TCP 协议 RST 攻击实训 (9) 课程总结	国信安专家
下午 14：00-17：00	网络协议攻防技术基础	(1) TCP 会话劫持攻击原理解释 (2) TCP 会话劫持攻击实训 (3) DOS 和 DDOS 攻击原理解释 (4) SYN FLOOD 攻击实训 (5) UDP FLOOD 攻击实训 (6) DNS 欺骗攻击原理解释 (7) DNS 欺骗攻击实训 (8) 课程总结	
第三天			
上午 09：00-12：00	WEB 安全—SQL 注入		国信安专家
下午 14：00-17：00	WEB 安全—SQL 注入		

第四天			
上午 09: 00-12: 00	WEB 安全- SQL 注入		国信安专家
下午 14: 00-17: 00	WEB 安全- XSS 漏洞		
第五天			
上午 09: 00-12: 00	WEB 安全- XSS 漏洞		国信安专家
下午 14: 00-17: 00	WEB 安全-文 件上传		
第六天			
上午 09: 00-12: 00	WEB 安全-文 件上传		国信安专家
下午 14: 00-17: 00			
第七天			
上午 09: 00-12: 00	代码编写- 爬虫实现 代码审计	(1) 有的放矢—Python 爬虫所用语法讲解; (2) 小试牛刀—Requests 库利用实训; (3) 学有所成—协程爬虫编写实训。	国信安专家
下午 14: 00-17: 00		(1) 代码审计的三种方式 (2) 学生语言基础调查 (3) 理论讲解	
第八天			
上午 09: 00-12: 00	代码审计	(1) 代码审计的环境及工具使用讲解 (2) 代码审计实战	国信安专家
下午 14: 00-17: 00	信息搜集及 利用	(1) 端口扫描 (2) 远程管理及服务部署 (3) 反弹 Shell (4) 系统攻击实战	
第九天			

上午 09: 00-12: 00	安全防护— —基线检查 及系统加固	(1) 案例引入主题—基线检查及加固介绍; (2) 攻击提升意识—配置不当的利用; (3) 何以筑墙: ->操作系统基线检查及加固; ->中间件基线检查及加固; (4) 安全加固效果检测 (5) 系统加固小结。	国信安专家
下午 14: 00-17: 00	CTF 比赛	(1) CTF 比赛环境感受 (2) CTF 比赛	
第十天			
上午 09: 00-12: 00	实现总结及 考试	(1) 实训总结 (2) 考试答题	国信安专家
下午 14: 00-17: 00	实训总结	(1) 报告编写格式指导 (2) 实训报告编写	