<u>ЗАНЯТИЕ 1:</u>

1.1.Порядок включения, выключения компьютера.

Так как состояние сетей неудовлетворительно, в большинстве случаев имеет смысл использовать вместе с компьютером средства защиты от недостатков электропитания: сетевой фильтр, стабилизатор.

- 1. Включить стабилизатор (сетевой фильтр),
- 2. Включить принтер (если нужен),
- 3. Включить монитор (если не установлен режим автоматического запуска)

4. Включить внешние устройства, с которыми предполагаете работать (внешний модем, сканер, внешний дисковод для магнитооптических дисков)

5. Включить системный блок (переключателем на корпусе)

После этого на экране компьютера появятся сообщения о ходе работы программ проверки оборудования компьютера и начальной загрузки операционной системы компьютера

<u>Для выключения компьютера надо:</u>

- закрыть работающие программы
- если ОС имеет процедуру выхода, то выполнить ее. В Windows надо выбрать в главном меню, выводимом при нажатии кнопки Пуск, пункт Завершение работы, а в появившемся запросе пункт Отключить Компьютер,
- выключить системный блок (если не установлена автоматическое отключение)
- выключить принтер и другие внешние устройства, подсоединенные к компьютеру (внешний модем, сканер, и т.д.)
- выключить монитор (если не установлено автоматическое выключение)
- выключить стабилизатор.

<u>1.2. Устройство ПК:</u> ПК имеет системный блок, монитор, клавиатуру, мышь, колонки, наушники и т. д.

Клавиатура: клавиатура предназначена для ввода в компьютер информации от пользователя. Печать на клавиатуре - это пока что основной способ ввода алфавитно-цифровой информации на компьютер.

Алфавитно-цифровые клавиши - нижний большой блок. При нажатии на эти клавиши в компьютер вводится алфавитно-цифровой символ в зависимости от установленного режима ввода (русских или латинских букв). Для переключения режимов - клавиша «Shift» в сочетании с клавишами Ctrl или Alt. (на усмотрение пользователя). Название означает «сдвиг» и унаследовано от пишущих машинок, на которых для ввода прописных букв требовалось сдвинуть (обычно поднять вверх) печатающий узел пишущей машинки.

Клавиша «Пробел» - самая большая клавиша, располагающаяся под блоком алфавитно-цифровых клавиш, применяется для ввода пустого символа, независимо от переключателя регистров.

Режимы ввода русских и латинских букв. Русские - обычно обозначены красным цветом в правой части клавиши.

Латинские - черным цветом в левой части клавиши.

Ввод прописных и строчных букв. Для ввода строчной (маленькой) буквы – надо нажать на клавишу с этой буквой. А чтобы ввести прописную (заглавную) надо сначала нажать «Shift» и, не отпуская ее - саму клавишу. Аналогично ввод символов, расположенных в верхней части клавиши - осуществляется при нажатом регистре.

Клавиша « Caps Lock» служит для фиксации режима прописных букв. В этом режиме при обычном нажатии вводятся прописные буквы, а при нажатой клавише «Shift» - строчные. Режим прописных букв удобен при вводе текста, состоящего из таких букв. Повторное нажатие отменяет режим прописных букв.

Функциональные клавиши.

На верхней части клавиатуры обычно располагается блок, так называемых функциональных клавиш F1 - F12. Порядок использования этих клавиш определяется программой и операционной системой, с которой Вы работаете. Часто программы устанавливают те или иные значения и для комбинаций функциональных клавиш с клавишами "Ctrl"" "Shift"" Alt".

Клавиши управления курсором, Home, End, PgUp, PgDn. Нажатие на них приводит к перемещению курсора (указателя текущего места в обрабатываемом документе) в соответствующем направлении или к «перелистыванию» изображаемого на экране текста. В комбинации с другими клавишами могут иметь и другие значения. Располагаются удобным блоком.

Цифровая клавиатура.

Блок клавиш в правой части стандартной клавиатуры используется для двух целей. В режиме блокировки цифр (режим « Num Lock») этот блок удобен для ввода числовой информации и знаков арифметических действий. Если режим блокировки цифр выключен, то эти клавиши дублируют клавиши управления курсором, а также клавиши «Insert" и " Delete"."Num Lock" в буквальном переводе означает "фиксация цифр".

Клавиша "Delete» обычно используется для удаления символов справа от курсора.

Клавиша «Insert» (вставка) - либо для вставки символов, либо для переключения между двумя режимами ввода символов: ввода с раздвижкой символов и ввода с замещением ранее набранных символов.

Клавиша « Enter» - для окончания ввода того или иного объекта. При наборе текста в редакторе документов - оканчивает ввод абзаца.

Специальные клавиши:

Backspace - «шаг назад» или длинная стрелка – удаляет символ, находящийся слева от курсора.

Esc - Клавиша используется для отмены какого-нибудь действия, выхода из режима программы (дословно - убегать, спасаться).

Tab - клавиша при редактировании текстов обычно используется для перехода к следующей позиции табуляции. В других программах ее значение может иным: переключение между полями запроса.

PrtScr. (*Print Screen*) – печать экрана используется для печати содержимого экрана, копирования его в файл или буфер обмена Windows.

Клавиши Ctrl, Alt, Shift - предназначены для изменения значений других клавиш.

Индикаторы режимов - Scroll Lock (режим блокировки прокрутки).

Первое устройство, выполняющее функции Мыши, называлось "Устройство индикации по оси Х и У".

Устройство индикации по оси х и у - первая "мышь"

Устройство ввода "мышь" имеет 2 кнопки (левая и правая) и может иметь колесо прокрутки. По умолчанию все действия, которые называются термином "Клик", "щелчок" производятся левой кнопкой мыши. Правая кнопка служит для вывода контекстного меню с набором команд. При желании кнопки мыши можно перенастроить. Эта настройка осуществляется в панели управления.

Основные понятия, применяемые при использовании «мыши».

Указатель мыши (mouse pointer) - значок, перемещающийся на экране при движении мыши. Обычно он имеет форму стрелки. Но может принимать и другую в некоторых программах и ситуациях.

Щелкнуть мышью (по англ. – click) - означает установить указатель мыши на некоторый объект, нажать кнопку мыши (по умолчанию - левую) и отпустить ее.

Дважды щелкнуть мышью (double click) - означает установить указатель мыши на некоторый объект и затем дважды быстро нажать и отпустить кнопку мыши.

Переместить мышью (drag) - означает установить указатель мыши на некоторый объект, нажать кнопку мыши и, удерживая ее, переместить мышь на новую позицию, после чего отпустить кнопку мыши.

1.3 OC Windows:

Под операционной системой понимают комплект программ, позволяющих управлять ресурсами (оперативной памятью, жестким диском, процессором, периферией) компьютера.

Без операционной системы невозможно запустить какую-либо прикладную программу, например, текстовый редактор. Поэтому ОС - это база, под которую разрабатываются различные приложения.

Другими словами OC - программа, управляющая компьютером, запускающая все другие программы и выполняющая для них различные сервисные функции.

Для упрощения поиска документов и приложений Windows предлагает пользователю так называемую концепцию рабочего стола. *Рабочий стол в Windows* - модель поверхности стола с документами и папками. Для отображения файлов, хранящихся на жестком диске Windows использует папки. Т.е. папка является одной из составляющих системы файлов вашего компьютера.

Например, если в диалоговом окне **Мой компьютер** щелкнуть мышью на пиктограмме **Панель** управления, то откроется папка **Панель Управления**, элементы которой позволяют настроить компьютер в соответствии с вашими предпочтениями.

Папка является хранилищем информации. В ней могут находиться диски, файлы, другие папки, документы и различные приложения (по аналогии с каталогом в MS-DOS).

Элементы, которые непосредственно принадлежат OC Windows, находятся

в системных папках (напр., папка Шрифты).

Любое приложение Windows использует в своей работе прямоугольную область экрана, называемую окном. Окна можно *сворачивать, восстанавливать и разворачивать*. Двойной щелчок мыши на заголовке окна позволяет развернуть окно на весь экран или восстановить его прежний размер.

Закрыть окно, означает закончить выполнение программы.

Окна в Windows делятся на окна приложений и окна документов. Окно документа всегда содержится в окне приложения, создавшего этот документ.

<u>1. 4 Гимнастика для глаз</u>: Также всем известно, что компьютерное оборудование может оказать неблагоприятное влияние на здоровье. У 90 % пользователей наблюдаются жжение или не значительные боли в области глаз. Бывает чувство песка под веками или затуманивание зрения. Существует вероятность того, что в результате долгой работы за компьютером может появиться (или прогрессирование уже имеющейся) близорукость. Что бы всего этого избежать нужно, делать **гимнастику для глаз**. (памятки)

Кроме упражнений с глазами нужно еще придерживаться некоторых правил:

1. Правильная организация рабочего места.

2. Занятия всегда должны проходить в хорошо освещенной комнате, при этом естественный свет должен падать сбоку, преимущественно слева.

3. Освещение должно быть правильным, желательно использовать лампы дневного света или настольные лампы на регулируемом штативе.

4. Изображение на экране должно быть четким и контрастным.

5. Расстояние от экрана компьютера до глаз не меньше 50 см.

6. Заниматься может только один человек, для сидящего сбоку изображение будет ухудшаться.