

به نام خدا

۱۵۵۲۷۰۴
۱۴



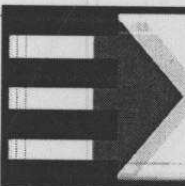
مهارت‌های زندگی آنلاین

کتاب اول

هر آنچه برای زندگی در دنیای جدید و کار با فناوری‌های
نوین نیاز دارید

مؤلف

مهندس سپیده افتخاری دوست



هر گونه چاپ و تکثیر از محتویات این کتاب بدون اجازه کتبی
ناشر ممنوع است. متخلفان به موجب قانون حمایت حقوق
مؤلفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

مهارت های زندگی آنلاین - کتاب اول

هر آنچه برای زندگی در دنیای جدید و کار با فناوری های نوین نیاز دارید

مؤلف : مهندس / سید محمد افشاری دوست

ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران

صفحه آرای: فرنس عبدالهی

طرح روی جلد: دابوش

چاپ: دانشجو

نوبت چاپ: اول

تاریخ نشر: ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۰۰ جلد

قیمت: ۳۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۲۴-۷۵۵-۲

نشانی واحد فروش: تهران، میدان انقلاب،

خ کارگر جنوبی، روبروی پاساژ مهستان،

پلاک ۱۲۵۱

تلفن: ۲۲۰۸۵۱۱۱-۶۶۴۱۰۰۴۶

کد پستی: ۱۳۱۴۹۸۳۱۸۵

فروشگاههای اینترنتی:

www.mftbook.ir

www.mftshop.com

نشانی تلگرام: @mftbook

نشانی اینستاگرام: Dibagaran_publishing

سرشناسه: افشاری دوست، سید محمد، ۱۳۶۴-

عنوان و نام پدید آور: مهارت های زندگی آن لاین / مؤلف: سید محمد افشاری دوست

مشخصات نشر: تهران- دیباگران تهران -۱۳۹۶

مشخصات ظاهری: ۳۰۸ ص. مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۲۴-۷۵۵-۲

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

مترجم: کتاب اول- هر آنچه برای زندگی در دنیای جدید و
کار با فناوری های نوین نیاز دارید.

موضوع: علوم کامپیوتر- راهنمای آموزشی

موضوع: Computer science-study and teaching

موضوع: عنوان: اطلاعات- راهنمای آموزشی

موضوع: Information technology-study and teaching

موضوع: اینترنت- منابع آموزشی

موضوع: Inter. net and teaching

موضوع: بازرگانی الکترونیکی- آموزش

موضوع: Electronic commerce-study and teaching

رده بندی کنگره: ۹۱۲۹۶ م ۷ الف ۷۶/۲۷ QA

رده بندی دیویی: ۰۴/۰۷

شماره کتابشناسی ملی: ۴۹۷۰۵۴۶

فهرست مطالب

۱۵..... فصل اول

۱۵..... آشنایی با ابزارهای فناوری اطلاعات و سیستم های موجود در بازار

۱۶..... آشنایی با جزای اصل کامپیوتر

۱۸..... سیستم عامل ها

۱۸..... نرم افزار های کاربردی یا نرم افزار

۱۹..... انواع کامپیوتر

۲۲..... حافظه ها (memory)

۲۳..... واحد های حافظه

۲۵..... فصل دوم

۲۵..... نحوه ی استفاده از ماوس و صفحه کلید

۲۶..... ماوس

۲۸..... کلیک (Click)

آشنایی با صفحه کلید ۲۹

کلید های الفبا و کلید های عددی ۳۰

فصل سوم ۳۵

آشنایی و نحوه ی استفاده از سیستم عامل ویندوز ۷ ۳۵

آشنایی با رایع ویندوز ۷ ۳۶

آشنایی با محیط دلی ویندوز ۷ ۳۸

آشنایی با نوار وظیفه یا Taskbar ۳۹

نحوه ی قرار دادن آیکون های اصلی بر روی دسکتاپ ۴۱

طریقه ی بررسی نوع ویندوز و سخت افزار ۴۵

آشنایی با آیکون و پنجره ی Computer ۴۶

تنظیمات پنجره ها ۵۳

طریقه ی تغییر زبان و اضافه نمودن زبان نوشتاری جدید و یا حذف آن ۵۶

آشنایی با نرم افزار ها و برنامه های کاربردی ویندوز ۷ و طریقه ی ایجاد فایل ۶۰

طریقه ی ایجاد پوشه یا New Folder ۷۰

طریقه ی تغییر نام دادن یا Rename ۷۲

طریقه ی انجام فرامین COPY (کپی) و CUT (انتقال) و Delete (حذف) ۷۳

طریقه ی برگرداندن فایل ها - پوشه ها و آیکون های حذف شده ۷۹

- طریقه ی باز نمودن فایل ها با برنامه ها متفاوت ۸۰
- طریقه ی تغییر نمایش آیکون ها در دسکتاپ و پنجره ها ۸۲
- طریقه ی مرتب سازی آیکون ها ۸۵
- طریقه ی تغییر ساعت و تاریخ سیستم ۸۶
- طریقه ی افزایش صدا یا کاهش صدا ۸۷
- افزودن یا حذف نمودن آیکونی در بخش اعلانات ۸۸
- طریقه ی اضافه ساختن برنامه های مورد نظر از Start به نوار وظیفه ۹۰
- طریقه ی اضافه ساختن آیکون های برنامه ها از دسکتاپ به نوار وظیفه ۹۱
- طریقه ی حذف آیکون هایی که به نوار وظیفه ، اضافه ساخته ایم ۹۲
- طریقه ی خاموش ساختن وی بی راه اندازی ، باره ی ویندوز ۷ ۹۲

فصل چهارم ۹۵

آشنایی و نحوه ی استفاده از سیستم عامل ویندوز ۸ ۹۵

- آشنایی با انواع ویندوز ۸ ۹۶
- آشنایی با نوار وظیفه یا Taskbar ۹۸
- آشنایی با آیکون های اصلی بر روی دسکتاپ ۱۰۰
- طریقه ی قرار دادن آیکون های اصلی بر روی دسکتاپ ۱۰۰
- طریقه ی بررسی نوع ویندوز و سخت افزار سیستم ۱۰۳

- ۱۰۴..... آشنایی با آیکون و پنجره ی This pc
- ۱۱۱..... تنظیمات پنجره ها
- ۱۱۵..... طریقه ی تغییر زبان و اضافه نمودن زبان نوشتاری جدید و یا حذف آن
- ۱۱۹..... آشنایی با نرم افزار ها و برنامه های کاربردی ویندوز ۸ و طریقه ی ایجاد فایل
- ۱۲۹..... طریقه ی ایجاد پوشه یا New Folder
- ۱۳۱..... طریقه ی تغییر نام دادن یا Rename
- ۱۳۲..... طریقه ی انجام فایلی COPY (کپی) و CUT (انتقال) و Delete (حذف)
- ۱۳۷..... طریقه ی برگرداندن فایل ها - پوشه ها و آیکون های حذف شده
- ۱۳۷..... طریقه ی باز نمودن فایل ها با روش ها متفاوت
- ۱۴۰..... طریقه ی تغییر نمایش آیکون ها در دسکتاپ و پنجره ها
- ۱۴۲..... طریقه ی مرتب سازی آیکون ها
- ۱۴۳..... طریقه ی تغییر ساعت و تاریخ سیستم
- ۱۴۵..... طریقه ی افزایش صدا یا کاهش صدا
- ۱۴۵..... افزودن یا حذف نمودن آیکونی در بخش اعلانات
- ۱۴۷..... طریقه ی اضافه ساختن برنامه های مورد نظر از Start به نوار وظیفه
- ۱۴۸..... طریقه ی اضافه ساختن آیکون های برنامه ها از دسکتاپ به نوار وظیفه
- ۱۴۹..... طریقه ی حذف آیکون هایی که به نوار وظیفه ، اضافه ساخته ایم
- ۱۴۹..... طریقه ی خاموش ساختن و راه اندازی مجدد ویندوز ۸

فصل پنجم ۱۵۱

آشنایی و نحوه ی استفاده از سیستم عامل ویندوز ۱۰ ۱۵۱

آشنایی با انواع ویندوز ۱۰ ۱۵۲

آشنایی با محیط ویندوز ۱۰ ۱۵۴

آشنایی با نوار وظیفه یا Taskbar ۱۵۴

آشنایی با آیکون های اصلی بر روی دسکتاپ ۱۵۷

طریقه ی قرار دادن آیکون های اصلی بر روی دسکتاپ ۱۵۸

طریقه ی بررسی نوع ویندوز و سخت افزار سیستم ۱۶۱

آشنایی با آیکون و پنجره This PC ۱۶۲

تنظیمات پنجره ها ۱۶۹

نحوه ی جستجوی برنامه ها از دکمه ی Start ۱۷۱

طریقه ی تغییر زبان و اضافه نمودن زبان نوشتاری جدید به آن ۱۷۳

آشنایی با نرم افزار ها و برنامه های کاربردی ویندوز ۱۰ و طریقه ی ایجاد فایل ۱۷۶

طریقه ی ایجاد پوشه یا New Folder ۱۸۷

طریقه ی تغییر نام دادن یا Rename ۱۸۹

طریقه ی انجام فرامین COPY (کپی) و CUT (انتقال) و Delete (حذف) ۱۹۰

طریقه ی برگرداندن فایل ها - پوشه ها و آیکون های حذف شده ۱۹۴

طریقه ی باز نمودن فایل ها با برنامه ها متفاوت ۱۹۵

- طریقه ی تغییر نمایش آیکون ها در دسکتاپ و پنجره ها ۱۹۸
- طریقه ی مرتب سازی آیکون ها ۲۰۰
- طریقه ی تغییر ساعت و تاریخ سیستم ۲۰۱
- طریقه ی افزایش صدا یا کاهش صدا ۲۰۳
- افزودن یا حذف نمودن آیکونی در بخش اعلانات ۲۰۳
- طریقه ی اضافه ساختن برنامه های مورد نظر از Start به نوار وظیفه ۲۰۵
- طریقه ی اضافه ساختن آیکون های برنامه ها از دسکتاپ به نوار وظیفه ۲۰۷
- طریقه ی حذف آیکون های برنامه ها از دسکتاپ به نوار وظیفه ، اضافه ساخته ایم ۲۰۸
- طریقه ی خاموش ساختن صفحه اندازی مجدد ویندوز ۱۰ ۲۰۸

- فصل ششم ۲۱۱
- آشنایی و نحوه ی استفاده از سیستم عامل مک ۲۱۱

- استفاده از کیبورد و ماوس در سیستم عامل مک ۲۱۲
- آشنایی با محیط کلی مک ۲۱۴
- آیکون های برنامه های کاربردی بر روی داک ۲۱۷
- آشنایی با اجزای پنجره ها در مک ۲۲۳
- تنظیمات پنجره ها ۲۲۶
- طریقه ی تغییر زبان و اضافه نمودن زبان نوشتاری جدید و یا حذف آن ۲۲۸

۲۳۰..... آشنایی با مفهوم فایل (File) و پوشه (Folder)

۲۳۱..... New Folder یا ایجاد پوشه

۲۳۱..... Rename یا تغییر نام دادن

۲۳۱..... Delete (حذف) و CUT (انتقال) و COPY (کپی)

۲۳۳..... پوشه ها و آیکون های حذف شده

۲۳۳..... تغییر نمایش و مرتب سازی آیکون ها در دسکتاپ و پنجره ها

۲۳۵..... تغییر ساعت و تاریخ سیستم

۲۳۸..... کاهش صدا

۲۳۹..... Dock یا اضافه کردن برنامه های مورد نظر از به

۲۳۹..... خاموش ساختن سیستم

۲۴۱..... فصل هفتم

۲۴۱..... فناوری های نوین

۲۴۲..... آشنایی با بررسی قطع یا وصل بودن ارتباط به اینترنت

۲۴۴..... آشنایی با مرورگرها در سیستم عامل ها

۲۴۷..... ورود به سایت ها و باز نمودن آنها

۲۴۹..... آشنایی با لینک یا پیوند ها در صفحات اینترنتی

۲۴۹.....	باز نمودن نتایج و صفحات در زبانه های مختلف
۲۵۱.....	طریقه ی جستجو مطالب در اینترنت
۲۵۶.....	طریقه ی ذخیره سازی مطالب یافت شده و مورد نظر از اینترنت در کامپیوتر
۲۵۹.....	طریقه ی پیدا نمودن عکس در اینترنت
۲۶۲.....	آشنایی با مفهوم Upload و Download و طریقه ی دانلود نمودن فایل ها
۲۶۲.....	طریقه ی دانلود نمودن آهنگ
۲۶۶.....	طریقه ی دانلود کتاب الکترونیکی
۲۶۹.....	آشنایی با سایت های پخش ویدیویی و طریقه ی مشاهده ی ویدئو از طریق اینترنت
۲۷۳.....	آشنایی با Google map نقش های آنلاین و اینترنتی
۲۷۶.....	آشنایی با Google translate مترجم آنلاین
۲۷۸.....	آشنایی با طریقه ی ورود اطلاعات در حین ثبت نام های اینترنتی
۲۸۱.....	آشنایی با ایمیل و طریقه ی ایجاد ایمیل
۲۸۷.....	آشنایی با محیط ایمیل و ارسال و دریافت ایمیل
۲۹۲.....	طریقه ی ارسال ایمیل
۲۹۵.....	عملیات Reply و Forward
۲۹۷.....	طریقه ی حذف نمودن ایمیل ها
۲۹۷.....	طریقه ی باز نمودن فایل های ضمیمه ی ارسالی
۲۹۸.....	طریقه ی خروج از ایمیل
۲۹۸.....	طریقه ی خرید اینترنتی

۳۰۱..... مشکلات احتمالی پرداخت اینترنتی

۳۰۱..... امنیت در خرید اینترنتی

۳۰۲..... خرید به صورت آنلاین

۳۰۳..... استفاده از تلگرام در کامپیوتر

www.ketab.ir

مقدمه مولف

در طی مدت تدریس در دوره های مجتمع فنی تهران ، همیشه هنرجویانی داشتم که دارای سن بالاتری نسبت به سایر هنرجویان بوده و تنها برای آشنایی با کامپیوتر و اینکه بتوانند یکسری از کارهای روزمره ی خود را توسط اینترنت انجام دهند ، به این کلاسها مراجعه نموده بودند. اما به دلیل سن بالا و به دلیل اینکه جزئیات برایشان اهمیت بالایی در این کلاسها نداشت ، خیلی زود کلاسها را ترک میکردند. و همیشه درخواست این را داشتند که کلاسهایی را برایشان برگزار کنیم یا کتابی را پیشنهاد دهیم که مناسب سنین آنها باشد و خیلی زود به کلیات پرداخته و آنها را با سیستم کامپیوتر آشنا سازد ، تا در نهایت به راحتی وارد دنیای اینترنت شده و از آن استفاده نمایند.

نکته ی دیگری که در این کلاسها تجربه کردم این بود که ، از آنجایی که مجتمع فنی همیشه از سیستم عامل ها ، به روش استفاده میکند ، یکسری از هنرجویان ، سیستم عامل کاربردی شان با سیستم عاملی که تدریس میکند ، کسان نبود و دچار تناقضی بین سیستم عاملی که در منزل استفاده میکردند با سیستم عامل تدریس شده کلاس میشدند.

بنابراین ، بر این دلایل ، بر آن شدم که برای این دسته از هنرجویان کتابی را تدوین نمایم تا ایشان نیز بتوانند به راحتی از سیستم کامپیوتر خود بهره برده و با دنیای اینترنت آشنا شوند.

در این کتاب تمامی خوانندگان باید فصل اول و دوم کتاب را مطالعه نمایند. اما از فصل سوم با توجه به سیستم عاملی که استفاده مینمایید ، اقدام به مطالعه فصل مورد نظر نمایید. مثلاً فردی که در منزل از سیستم عامل ویندوز ۷ استفاده مینماید ، فصل سوم را که به آموزش این سیستم عامل میباشد مطالعه نماید و سپس بعد از مطالعه ی آن به فصل آخر یا همان فصل پنجم که فصل اینترنت میباشد مراجعه نماید.

در این کتاب برای اولین بار سعی شده است که برای هر کاربری که از سیستم عامل خاصی استفاده مینماید فصل جداگانه ای تهیه گردد تا خواننده در یک کتاب به تمام نیازهای خود دست پیدا کرده و آنها را مرتفع نماید.