

В. Б. Зайцев

**МЕТОД
"СЛЕПОЙ"
ПЕЧАТИ НА ПК
САМОУЧИТЕЛЬ**

Москва, 2017

УДК 004
ББК 74.4
З-17

Зайцев, В. Б.

З-17 Метод "слепой" печати на ПК. Самоучитель /
В. Б. Зайцев. — М. : РИПОЛ классик / T8RUGRAM,
2017. — 176 с. : ил.

ISBN 978-5-519-50785-1

Практически каждый человек сегодня использует клавиатуру в том или ином виде, чтобы напечатать текст различного уровня сложности, а иногда и на иностранных языках. Данная книга-самоучитель, написанная в простой и доступной для читателя форме, представляет собой пошаговую инструкцию по овладению универсальным методом «слепого» 10-пальцевого набора (печати текста на клавиатуре). Вы научитесь быстро и без ошибок набирать любые тексты как на русском языке, так и на любом другом языке, в котором используется кириллица или латиница.

УДК 004
ББК 74.4
BIC UFD
BISAC COM000000

ISBN 978-5-519-50785-1

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2017
© T8RUGRAM, оформление, 2017

Предварительные замечания

Что такое слепой десятипальцевый способ набора? Чем замечателен этот метод? Освоив его, вы за короткий срок достигнете высокой скорости печати. Текст оригинала пишется (перепечатывается) автоматически без зрительного контроля всеми десятью пальцами, за каждым из которых закреплены определенные клавиши. Но вы не только повысите скорость набора. Работая по правилам, о которых вы узнаете из нашей книги, вы усовершенствуете знание языка, зрительную память, координацию движений.

Заняты все пальцы, причем каждому из них соответствует определенное количество букв. Работа становится совершенно механической – на клавиатуру вы уже не смотрите, нужная буква безошибочно ударяется нужным пальцем, и уже очень скоро вы будете тратить на набор одной страницы не более пяти минут.

Но освоение слепого десятипальцевого способа набора потребует от вас немного терпения. Тренироваться лучше каждый день, хотя бы по полчаса.

Как правильно держаться за компьютером

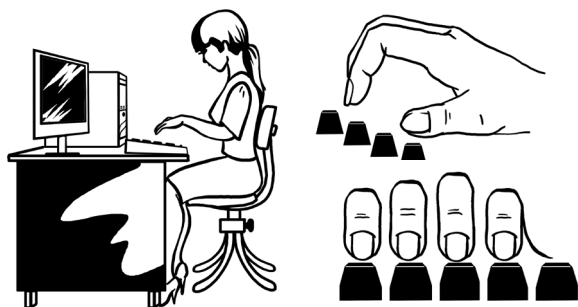
Освещение при работе с компьютером не должно быть ярким, но и не должно отсутствовать совсем, лучше всего работать при мягком рассеянном свете. Следует расположить монитор и клавиатуру на рабочем столе прямо, ни в коем случае не наискосок, при этом центр экрана должен быть примерно на уровне ваших глаз или чуть ниже. Держите голову прямо, без наклона вперед. Периодически на несколько секунд закрывайте веки, дайте мышцам глаз отдохнуть и расслабиться. Передние края клавиатуры и стола должны совпадать.

Спина наклонена на несколько градусов назад. Такая поза позволяет разгрузить позвоночник. Локти и запястья расслаблены, работают только пальцы. Кисти рук не должны касаться клавиатуры, локти слегка касаются туловища, пальцы свободно опускают на клавиши.

При правильном исходном положении рук расстояние между указательными пальцами примерно четыре сантиметра, при этом указательные пальцы попадают на клавиши, имеющие выступ – он сделан специально для того, чтобы помочь вам сориентироваться: указательный левый палец

попадет на клавишу А, а указательный правый палец – на клавишу О. Кончики пальцев касаются середины отведенных им клавиш. Пальцы должны быть слегка согнутыми, как будто вы держите мячик. Указательные пальцы слегка касаются кончиками середины клавиш А и О, но не опираются на них.

При печати руку поднимают над клавиатурой примерно на 1–2 см, а затем быстро и энергично ударяют по нужной клавише и возвращают палец на исходную позицию.



Посадка за ПК и расположение рук

ПОШАГОВОЕ ОСВОЕНИЕ ДЕСЯТИПАЛЬЦЕВОГО МЕТОДА ПЕЧАТИ. Русифицированная клавиатура. Памятка для пальцев

Стандартная клавиатура состоит из 4 рядов – верхний (цифры и специальные знаки), на остальных буквы и знаки препинания; в центре буквы наиболее часто употребляемые в тексте. Ряды клавиатуры расположены снизу вверх (нижний, основной, верхний и цифровой). Изучение клавиатуры начинается с основного второго ряда, как с этого ряда удобно делать движения пальцами при ударах во время набора в пределах отведенной им области.

Клавиши с буквами распределены следующим образом:

Левый указательный палец – а, е, к, м, и, п

Правый указательный палец – о, г, н, р, т, ь

Левый средний – у, в, с

Правый средний – ш, л, б

Левый безымянный – ц, ы, ч

Правый безымянный – щ, д, ю

Левый мизинец – й, ф, я

Правый мизинец – з, ж, ,, э, х, ь

Большие пальцы располагаются на пробеле

На начальном этапе обучение слепому десятипальцевому методу печати проводится без учета регистра. Регистры, знаки препинания, цифры, вспомогательные символы – это уже следующий этап, к которому можно переходить, овладев навыком слепой десятипальцевой печати в нижнем регистре, то есть строчными, а не прописными буквами.

Необходимо освоить такие клавиши как **Backspace**, **Delete**, **Enter**, **Пробел**.

Backspace нажимают мизинцем правой руки. Данная клавиша используется для удаления символа, находящегося слева от курсора. Она предназначена для исправления ошибок, которые возникают при наборе текстов.

Delete нажимают мизинцем правой руки. Служит для удаления символа, находящегося справа от курсора.

Enter нажимают мизинцем правой руки. Используется для перевода строк.

Пробел нажимают большим пальцем левой или правой (свободной в данный момент) руки. Она предназначена для проставления пробелов между словами в предложении.

Изучаем основной ряд клавиатуры

Итак, основной ряд клавиатуры содержит буквы: ф ы в а п р о л д ж э.

Как мы уже говорили, добиться правильного положения рук относительно клавиатуры очень просто. Нужно расположить указательные пальца над буквами А и О.



Клавиши «А» и «О»

Клавиши, соответствующие этим буквам, имеют некоторые выступы, сделанные специально для удобства ориентации.

Основная позиция для пальцев следующая:

Левая рука:

Мизинец – ф, безымянный – ы,
средний – в, указательный – а.

Правая рука:

Мизинец – ж, безымянный – д,
средний – л, указательный – о.

Большие пальцы обеих рук располагаются над клавишей пробела.

Пятьдесят процентов успеха зависит именно от правильной постановки рук, от того, насколько точно, быстро вы научитесь ставить пальцы на исходную позицию, от умения, не глядя на клавиатуру, находить основную позицию на ощупь.

Итак, пальцы должны чуть касаться клавиш. Кисти рук образуют прямую линию с предплечьями. Класть руки на стол не нужно, руки должны висеть над клавиатурой. Пальцы, по возможности, должны располагаться перпендикулярно поверхности клавиш. Форма кисти – округлая (держите мячик).

Теперь, когда вы освоили правильное положение рук, надо это знание укрепить практикой. Опустите руки на колени, закройте на несколько секунд глаза. И постарайтесь вернуть руки в правильное положение с закрытыми глазами. Немного терпения – и можно сказать, что очередной шаг обучения вы освоили.

Следующий шаг – освоить правильный удар.

Не стоит нажимать на клавиши. Поднимите правую кисть над клавиатурой. Поперемещайте ее в вертикальном положении. Вертикально перемещается не вся рука, а только кисть руки, сгибаясь в запястье.

Именно такие движения должна делать ваша рука. Поставьте правую руку на основную позицию ОЛДЖ. Чуть-чуть поднимите кисть вверх. Выдвиньте вниз средний палец (буква Л). Ударьте кистью (выдвинутым пальцем) по букве Л. Удар должен быть кратким и быстрым, как будто вы коснулись чего-то острого. Резкий удар – и палец отскочил от клавиши. После этого другие пальцы возвращаются на основную позицию ОЛДЖ. Пальцы почти соприкасаются друг с другом, ощущают клавиши, но не нажимают их. Просто легкое касание. Отработайте правильный удар по клавишам разными пальцами.

Прежде чем приступить к отработке удара, необходимо сделать несколько пробных движений пальцем, чтобы запомнить месторасположение нужной буквы, остальные пальцы с основной позиции не снимать. Чтобы запомнить, где находятся необходимые клавиши, повторите имитирующие удары несколько раз.

Пробел нажимается большим пальцем руки. Профессиональные машинистки, как правило, всегда нажимают пробел большим пальцем правой руки. Большой палец левой руки не задействуется в процессе печати. Таким образом, получается, что метод не десятипальцевый, а девятипальцевый. Однако вы можете нажимать пробел и большими пальцами разных рук. Тогда пробел всегда нажи-