

ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ  
Αποτελεσματική ψηφιακή πρόσβαση στις δημόσιες υπηρεσίες

**ΨΗΦΙΑΚΗ ΠΡΟΣΒΑΣΗ**

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ  
**Ανεπτυγμένες δεξιότητες δακτυλογράφησης**  
**M1IO**

Επιμέλεια: Δήμος Καρδίτσας  
Οκτώβριος 2018

Αυτό το πρόγραμμα έχει χρηματοδοτηθεί με την υποστήριξη από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Αυτή η δημοσίευση απεικονίζει τις απόψεις μόνο των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να θεωρηθεί αρμόδια για οποιαδήποτε χρήση που μπορεί να γίνει των πληροφοριών που περιλαμβάνονται εκεί μέσα.

|   |    |
|---|----|
| <b>ΠΕΡΙΛΗΨΗ</b>                                 | 4  |
| ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ                                  | 4  |
| ΣΤΟΧΟΙ ΕΝΟΤΗΤΑΣ                                 | 4  |
| <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: Γενικό πληκτρολόγιο</b>          | 5  |
| Στόχος  | 5  |
| Γνωρίζοντας το πληκτρολόγιο ξανά                | 5  |
| Χαρακτηριστικά πλήκτρα                          | 5  |
| Πλήκτρα ελέγχου κέρσορα/βέλους                  | 5  |
| Το αριθμητικό πληκτρολόγιο                      | 5  |
| Πλήκτρα λειτουργίας                             | 5  |
| Ειδικά Πλήκτρα                                  | 6  |
| Πώς να πληκτρολογείτε σωστά                     | 7  |
| Χρησιμοποιείτε τη σωστή στάση πληκτρολόγησης;   | 7  |
| Συμβουλές πληκτρολόγησης                        | 8  |
| <b>ΕΝΟΤΗΤΑ 2: Συντομεύσεις</b>                  | 9  |
| Στόχος  | 9  |
| Συντομεύσεις                                    | 9  |
| Συντομεύσεις επεξεργασίας κειμένου              | 9  |
| Κοινές συντομεύσεις                             | 11 |
| Γνωρίζετε οτι..                                 | 11 |
| <b>ΕΝΟΤΗΤΑ 3: Τυφλό Σύστημα Δακτυλογράφησης</b> | 12 |
| Στόχος  | 12 |
| Μαθαίνοντας το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης    | 12 |
| Τι είναι το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης;      | 12 |
| Πρακτική του τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης  | 12 |
| <b>ΑΣΚΗΣΕΙΣ</b>                                 | 14 |

|   |    |
|---|----|
| Μελέτη περίπτωσης 1: Πρακτική τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης | 14 |
| <b>ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ</b>                                       | 15 |
| <b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ</b>   | 16 |
| <b>ΛΥΣΕΙΣ ΤΩΝ ΑΣΚΗΣΕΩΝ</b>                                      | 17 |

ΩΡΕΣ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ: [ΩΡΕΣ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΝΟΤΗΤΩΝ]

ΦΟΡΤΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ: [ΩΡΕΣ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΕΝΟΤΗΤΩΝ + ΣΥΝΟΛΙΚΟΣ ΧΡΟΝΟΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ]

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Αυτή η ενότητα έχει ως σκοπό να παρέχει στο χρήστη πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τη διάταξη πληκτρολογίου, να ξέρει πώς να χρησιμοποιήσει τις πιο κοινές γενικές συντομεύσεις πληκτρολογίου και να του επιτρέψει να αναπτύξει τις δεξιότητες δακτυλογράφησής του μέχρι ένα μέσο επίπεδο.

## ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ

Πληκτρολόγιο, πλήκτρα πληκτρολογίου, δεξιότητες δακτυλογράφησης, συντομεύσεις, δακτυλογράφηση αφής, πρακτική πληκτρολόγησης

## ΣΤΟΧΟΙ ΕΝΟΤΗΤΑΣ

| <b>Ενέργειες/επιτεύγματα</b>   |  |   |
|--|--|---|
| Επανεισαγωγή του χρήστη στο πληκτρολόγιο, παροχή πληροφοριών, εργαλείων και μεθόδων για αποτελεσματικότερη δακτυλογράφηση. |  |   |
| <b>Γνώση</b>   | <b>Δεξιότητες</b>  | <b>Ικανότητες</b>   |
| Γενικό πληκτρολόγιο  | Εξοικείωση με το πληκτρολόγιο<br><br>Κατανόηση της χρήσης όλων των γενικών πλήκτρων<br><br>Εκμάθηση σωστής δακτυλογράφησης | Εξοικείωση με τα σημαντικότερα γενικά πλήκτρα στο πληκτρολόγιο και ανάπτυξη της ταχύτητας και της αποδοτικότητας δακτυλογράφησης. |
| Συντομεύσεις   | Εκμάθηση των σημαντικότερων συντομεύσεων   | Δυνατότητα χρήσης των πιο χρήσιμων και “έξυπνων” συντομεύσεων στο πληκτρολόγιο  |
| Δακτυλογράφηση αφής  | Εκμάθηση “τυφλού συστήματος”   | Γρήγορη δακτυλογράφηση χωρίς συχνή οπτική επαφή με τα πλήκτρα   |

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: Γενικό πληκτρολόγιο

### Στόχος

Συνοπτική παρουσίαση του γενικής διάταξης του πληκτρολογίου, κατανόηση τη χρήσης όλων των γενικών πλήκτρων στο πληκτρολόγιο και απόκτηση ικανότητας σωστής δακτυλογράφησης με την αποδεκτή ταχύτητα.

### Γνωρίζοντας το πληκτρολόγιο ξανά

Το πληκτρολόγιο είναι μια από τις συχνότερα χρησιμοποιημένες περιφερειακές μονάδες υπολογιστών, σε δεύτερη μόνο ίσως θέση από το ποντίκι. Όλοι έχουμε δει ή έχουμε χρησιμοποιήσει ήδη ένα πληκτρολόγιο υπολογιστή, αλλά τα πληκτρολόγια δεν είναι όλα το ίδιο. Διαφορετικό σχεδιάγραμμα (QWERTY, Dvorak), γλώσσα, λειτουργικό σύστημα (Win, Mac), είδος χρήσης (γενικό PC, lap-top, πολυμέσα, παιχνίδια). Σε αυτήν την ενότητα εκμάθησης, θα εστιάσουμε στο γενική διάταξη του πληκτρολογίου QWERTY και θα εμβαθύνουμε στο κάθε διαφορετικό μέρος και πλήκτρο επίσης.

### Χαρακτηριστικά πλήκτρα

Αυτά τα πλήκτρα είναι οι ίδιοι τύποι πλήκτρων που βρίσκονται σε μια παλαιά γραφομηχανή: Γράμματα AZ, 0-9 αριθμοί, και σύμβολα στίξης. Ονομάζονται επίσης και ως πλήκτρα «γραφομηχανής» ή «αλφαριθμητικά»

### Πλήκτρα ελέγχου κέρσορα/βέλους

Αυτά τα τέσσερα πλήκτρα κινούν τον κέρσορα προς την κατεύθυνση των βελών τους. Επάνω από αυτά είναι κι άλλα πλήκτρα που ελέγχουν τον κέρσορα — τα 6 πλήκτρα: Insert, Delete, Home, End, Page Up, και Page Down.

### Το αριθμητικό πληκτρολόγιο

Το αριθμητικό πληκτρολόγιο περιέχει πλήκτρα όπως αυτά μιας αριθμομηχανής. Το πλήκτρο NUM Lock ανοίγει ή κλείνει το αριθμητικό πληκτρολόγιο. Όταν είναι κλειστό, τα πλήκτρα εκτελούν άλλες λειτουργίες (δηλ., βέλη κατεύθυνσης) αντί της δακτυλογράφησης των αριθμών.

### Πλήκτρα λειτουργίας

Αυτά τα πλήκτρα είναι τοποθετημένα στην επάνω σειρά του πληκτρολογίου. Ονομάζονται F1, F2, F3, μέχρι F11 και F12.

## Ειδικά Πλήκτρα

Υπάρχουν πολλά άλλα πλήκτρα στο πληκτρολόγιο που μπορεί να είναι χρήσιμα. Μερικά από αυτά τα πλήκτρα σχεδόν δεν χρησιμοποιούνται με την εφεύρεση του ποντικιού, αλλά από πολλές απόψεις είναι γρηγορότερο και ευκολότερο για κάποιον να χρησιμοποιήσει το πληκτρολόγιο.

- **Shift.** Το πλήκτρο «**Shift**.» είναι για την κεφαλοποίηση των γραμμάτων, ή τη χρησιμοποίηση του δευτερεύοντος χαρακτήρα ενός πλήκτρου. Κρατήστε το πλήκτρο **Shift** πατημένο και πιέστε ένα από τα πλήκτρα αριθμών (στην επάνω σειρά του πληκτρολογίου) για να πάρετε ένα σύμβολο στίξης (!, @, #, \$, για παράδειγμα). Χρησιμοποιείται επίσης με τα πλήκτρα με τα βέλη για να μαρκάρει ένα κείμενο
  - **Caps Lock.** Αυτό το πλήκτρο χρησιμοποιείται εάν θέλετε να δακτυλογραφήσετε όλα τα κεφαλαία γράμματα. Χρησιμοποιήστε Shift για να κάνετε ένα γράμμα πεζό. Η χρησιμοποίηση του **Caps Lock** δεν είναι η ίδια με το να έχετε κρατημένο το πλήκτρο Shift, επηρεάζει μόνο τα γράμματα
  - **Tab.** Το πλήκτρο Tab χρησιμοποιείται για τη στοίχιση της παραγράφου σας. Πολλά προγράμματα επεξεργασίας κειμένου σας επιτρέπουν να ρυθμίσετε τη στοίχιση. Το πλήκτρο **Tab** είναι επίσης πολύ χρήσιμο όταν συμπληρώνετε έντυπα στο διαδίκτυο. Πατήστε το για να κινήσει τον κέρσορα σας προς το επόμενο στοιχείο στη έντυπο αντί να χρησιμοποιήσετε το ποντίκι σας
  - **Esc Key.** Σημαίνει escape =διαφυγή και χρησιμοποιείται για να βγείτε από τα προγράμματα και τις εργασίες σας αλλά και να στείλει ειδικά μηνύματα σε διαφορετικές συσκευές
  - **Backspace.** Σβήνει το χαρακτήρα αριστερά του κέρσορα
  - **Delete.** Σβήνει το χαρακτήρα δεξιά του κέρσορα
  - **Enter Key.** Στο πληκτρολόγιό σας, το Enter μπορεί να υπάρχει ως «Return» πλήκτρο ή με μόνο ένα μεγάλο βέλος. Χρησιμοποιείται για να πάει κάτω σε μια καινούργια γραμμή κατά τη δακτυλογράφηση του κειμένου. Μπορεί τε επίσης να το πατήσετε οποτεδήποτε τονίζεται ένα κουμπί ή μια επιλογή (στα πλαίσια ενός προγράμματος λογισμικού ή για το διαδίκτυο) για να πει στον υπολογιστή ότι έχετε επιλέξει το συγκεκριμένο στοιχείο
  - **Ctrl (Control).** Το πλήκτρο Control χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με ένα άλλο πλήκτρο για να ξεκινήσει μια ορισμένη δράση. Στα περισσότερα προγράμματα, κρατώντας πατημένο το πλήκτρο CTRL και πιέζοντας το πλήκτρο S θα σωθεί ένα αρχείο, CTRL+P θα τυπωθεί ένα αρχείο, κ.λπ.
  - **Alt.** Χρησιμοποιείται σε πολλές εντολές υπολογιστών. Το πλήκτρο ALT τις περισσότερες φορές χρησιμοποιείται σε συνδυασμό με άλλα πλήκτρα. Για παράδειγμα, ALT+F ανοίγει συνήθως τις επιλογές αρχείων.
  - **Prt Scr (Print Screen)** Αυτό το πλήκτρο δεν θα τυπώσει πραγματικά τίποτα. Αυτό το πλήκτρο είναι για τη λήψη μιας φωτογραφίας της οθόνης - μια φωτογραφία ολόκληρης της οθόνης σας, όχι μόνο του προγράμματος που χρησιμοποιείτε .
- Αν χρειάζεστε μια φωτογραφία της οθόνης σας Σιγουρευτείτε ότι μπορείτε να δείτε όλες τις πληροφορίες που θέλετε να αποθηκεύσετε
- Πιέστε το πλήκτρο Print Screen
  - Ανοίξτε ένα πρόγραμμα απεικόνισης όπως Photoshop ή Paint
  - Πατήστε Control + V για να επικολλήσετε τη φωτογραφία οθόνης
- **Insert.** Σας επιτρέπει να δακτυλογραφήσετε πέρα από τις υπάρχουσες λέξεις. Αυτό είναι χρήσιμο σε ειδικές καταστάσεις, αλλά δεν χρησιμοποιείται πολύ συχνά

Η εκμάθηση αυτών των πλήκτρων θα σας βοηθήσει επίσης να αυξήσετε την αποδοτικότητα στον υπολογιστή σας. Υπάρχουν επίσης άλλες χρήσεις για μερικά πλήκτρα ανάλογα με τα προγράμματα που χρησιμοποιείτε. Παραδείγματος χάριν, στους περισσότερους υπολογισμούς με λογιστικό φύλλο (spreadsheet) το «'tab'» θα λειτουργήσει ως δεξί βέλος.

## Πώς να πληκτρολογείτε σωστά

Η αποστολή ηλεκτρονικών μηνυμάτων, η πληρωμή λογαριασμών διαδικτυακά, το να κρατάει κανείς σημειώσεις και να κάνεις κάποια έρευνα είναι καθημερινά πράγματα σήμερα. Η δυνατότητα να δακτυλογραφείτε και να χρησιμοποιείτε αποτελεσματικά ένα πληκτρολόγιο υπολογιστή και το ποντίκι είναι απαραίτητη εάν θέλετε να είστε σε θέση να επικοινωνήσετε καλά στον κόσμο σήμερα. Η εκμάθηση απαιτεί προσπάθεια και χρόνο. Εάν χρησιμοποιείτε ήδη ένα πληκτρολόγιο, θα πρέπει να επανεξετάσετε τον τρόπο σας για να χρησιμοποιήσετε τις σωστές τεχνικές. Να ερωτηθείτε «γιατί καταβάλλω τόση προσπάθεια; Πληκτρολογώ ήδη αρκετά γρήγορα.»

Απλά φανταστείτε ότι θα χρησιμοποιείτε πιθανώς έναν υπολογιστή για το υπόλοιπο της ζωής σας. Εάν δεν μάθετε τώρα, θα πρέπει πιθανώς να μάθετε αργότερα. Δεν μπορείτε να το αποφύγετε αυτό. Εκτός αυτού, εάν μάθετε

να πληκτρολογείτε σωστά θα :

- Αυξήσετε την ταχύτητά σας
- Αυξήσετε την αποδοτικότητά σας, κάνοντας λιγότερα λάθη
- Αυξήσετε την αποτελεσματικότητά σας επειδή θα μπορείτε να δείτε την εργασία σας και την οθόνη ενώ τα χέρια σας θα είναι ελεύθερα να απασχοληθούν σε άλλη εργασία
- Είστε υγιής αποφεύγοντας τους τραυματισμούς και θα παραμείνετε παραγωγικοί καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής σας

## Χρησιμοποιείτε τη σωστή στάση πληκτρολόγησης;

Η προσαρμογή του χώρου εργασίας σας είναι σημαντική, αλλά πρέπει επίσης να διατηρήσετε τη σωστή στάση πληκτρολόγησης. Παρακάτω είναι μερικές οδηγίες για να πληκτρολογείτε σωστά:

- Κεντροθετήστε το σώμα σας στο πλήκτρο J, περίπου μια παλάμη χεριού από το πληκτρολόγιο και μπροστά από την οθόνη
- Κρατήστε το κεφάλι σας στο ύψος των ώμων σας, χωρίς να λυγίζει προς τα εμπρός ή προς τα πίσω
- Τοποθετήστε την οθόνη στο ύψος των ματιών, περίπου στο μήκος του χεριού σας, έτσι ώστε να κοιτάζετε κάτω περίπου 10 εκατοστά
- Τεντώστε και χαλαρώστε το λαιμό σας
- Κρατήστε τους ώμους σας χαμηλά
- Τοποθετήστε το πληκτρολόγιό σας ελαφρώς κάτω προς την οθόνη. Αυτό σας βοηθά να κρατήσετε τους καρπούς σας ουδέτερους και τα δάχτυλά σας χαλαρά και γυρισμένα

- Ρυθμίστε την καρέκλα και το πληκτρολόγιό σας έτσι ώστε οι αγκώνες σας να στέκονται κάθετα
- Κρατήστε τα χέρια σας κοντά στο σώμα σας, αλλά να είναι ελεύθερα να κινούνται ελαφρώς
- Κρατήστε τους καρπούς σας χαλαρωμένους και ευθεία σε μια «ουδέτερη» θέση
- Κρατήστε την πλάτη σας ευθεία ή ελαφρώς γυρισμένη προς τα εμπρός από τα ισχία. Κρατήστε τη μικρή φυσική καμπύλη της πλάτης σας. Χρησιμοποιήστε ένα μαξιλάρι ή ρυθμίστε την καρέκλα για να υποστηρίξετε την πλάτη σας
- Κρατήστε τα γόνατά σας ελαφρώς χαμηλότερα από τα ισχία σας
- Ρυθμίστε την καρέκλα σας έτσι ώστε τα πόδια σας να στηρίζονται καλά. Χρησιμοποιήστε υποπόδια γραφείου, εάν είναι απαραίτητο

## Συμβουλές πληκτρολόγησης

Τα ακόλουθα , είναι ορισμένα σημεία που πρέπει να θυμάστε για επιτυχείς τεχνικές πληκτρολόγησης:

- Πατήστε τα πλήκτρα με απαλές κινήσεις και μην ασκείτε αδικαιολόγητη πίεση
- Δακτυλογραφώντας, ακουμπήστε τα δάχτυλα σας σε βολική θέση
- Αφήστε τα δάχτυλά σας να πέσουν φυσικά πάνω στα πλήκτρα έτσι ώστε να ακλουθούν μια οριζόντια σειρά
- Δακτυλογραφώντας, απελευθερώστε το πλήκτρο αμέσως μόλις το πιέζετε. Εάν ένα συγκεκριμένο πλήκτρο το κρατάτε πατημένο για πολύ, το πλήκτρο θα δακτυλογραφήσει επανειλημμένα τον ίδιο χαρακτήρα
- Ενώ μαθαίνετε το πληκτρολόγιο, μην κοιτάζετε το πληκτρολόγιο
- Προσπαθήστε να διατηρήσετε ένα ρυθμό δακτυλογράφησης .Αυτό σημαίνει να πατάτε τα πλήκτρα σε ίσα διαστήματα χρόνου
- Πατήστε τα πλήκτρα μόνο με τα δάχτυλα
- Πατώντας ένα πλήκτρο, να έχετε στο μυαλό σας το απαιτούμενο γράμμα ή αριθμό
- Χαλαρώστε και αποφύγετε οποιοδήποτε μορφή άγχους καθώς δακτυλογραφείτε
- Εξασφαλίστε εργονομία δακτυλογράφησης
- Στα αρχικά στάδια, τα λάθη είναι αναπόφευκτο να συμβούν. Γι' αυτό, διατηρήστε την υπομονή σας
- Να έχετε επιμονή κατά την πρακτική σας
- Η ταχύτητα και η ακρίβεια, και οι δύο είναι εξίσου σημαντικές. Δεν πρέπει να θυσιάσετε την ακρίβεια για την ταχύτητα
- Για να αποκτήσετε τη δεξιότητα του πληκτρολογίου, να κάνετε επαναλαμβανόμενη πρακτική της δακτυλογράφησης των λέξεων, των προτάσεων, των κειμένων και αριθμών χωρίς να κοιτάζετε το πληκτρολόγιο



## ΕΝΟΤΗΤΑ 2: Συντομεύσεις

### Στόχος

Μάθετε τις σημαντικότερες συντομεύσεις πληκτρολογίων προκειμένου να χρησιμοποιήσετε τα προγράμματα υπολογιστών ευκολότερα, γρηγορότερα και εξυπνότερα.

### Συντομεύσεις

Οι συντομεύσεις πληκτρολογίων είναι μια κοινή πτυχή των περισσότερων σύγχρονων λειτουργικών συστημάτων και σχετικών εφαρμογών λογισμικού. Η χρήση τους είναι αρκετά σημαντική που μερικοί χρήστες τις θεωρούν ένα σημαντικό στοιχείο των καθημερινών αλληλεπιδράσεών τους με έναν υπολογιστή, είτε επειδή τις χρησιμοποιούν λόγω προσωπικής προτίμησης είτε από θέμα προσαρμοστικής τεχνολογίας.

#### Συντομεύσεις επεξεργασίας κειμένου

CTRL F

Εύρεση κειμένου και αντικατάσταση

CTRL K

Εναλλάσσετε τα σχόλια για τις τρέχουσες ή επιλεγμένες γραμμές κώδικα

TAB

Μετακινήστε τις τρέχουσες ή επιλεγμένες γραμμές κατά τέσσερα διαστήματα

SHIFT TAB

Μη μετακινείτε τις τρέχουσες ή επιλεγμένες γραμμές κατά τέσσερα διαστήματα

CTRL Z

Αναίρεση Ενέργειας

CTRL Y

Ξανακάνετε την ενέργεια

CTRL A

Επιλογή όλων

CTRL X

Αποκοπή επιλεγμένου κειμένου στο πρόχειρο

CTRL C

Αντιγραφή επιλεγμένου κειμένου στο πρόχειρο

CTRL V

Επικόλληση κειμένου από το πρόχειρο

CTRL ENTER

Εισάγετε μια αλλαγή σελίδων

CTRL F2

Επιλέξτε την εντολή προεπισκόπηση εκτύπωσης

CTRL F4

Κλείνει το ενεργό παράθυρο

CTRL F6

Ανοίγει το επόμενο παράθυρο εάν είναι ήδη αρκετά ανοικτάUP, DOWN, LEFT, RIGHT (ΒΕΛΗ)

Κινήστε το δρομέα στη διευκρινισμένη κατεύθυνση των βελών

CTRL LEFT / CTRL RIGHT

Κινήστε το δρομέα δεξιά ή αριστερά στη διευκρινισμένη κατεύθυνση

SHIFT UP / SHIFT DOWN / SHIFT LEFT / SHIFT RIGHT

Επιλέξτε το κείμενο στη διευκρινισμένη κατεύθυνση

CTRL SHIFT LEFT / CTRL SHIFT RIGHT

Επιλέξτε το κείμενο δεξιά ή αριστερά στη διευκρινισμένη κατεύθυνση

F1

Πάρτε βοήθεια σε μια επιλεγμένη εντολή ή χρησιμοποιήστε το βοηθό Office

F2

Μετακινείτε κείμενο ή εικόνα

F3

Εισάγετε ένα αυτόματο κείμενο

F4

Εκτελέστε την τελευταία δράση πάλι

F5

Ανοίγει το παράθυρο Go To dialogue

F6

Πηγαίνετε στο επόμενο πλαίσιο ή πίνακα

F7

Ανοίγει τον ορθογράφο

F8

Επεκτείνει την τρέχουσα επιλογή

F9

Ανανεώστε

F10

Δείχνει πληροφορίες για τα πλήκτρα

SHIFT F10

Επιδείξτε το μενού συντόμευσης (όπως με το δεξί κλικ)

F11

Πηγαίνετε στον επόμενο τομέα

F12

Ανοίγει την επιλογή 'αποθήκευση ως', παρόμοιο με τις επιλογές εργαλείων

## Κοινές συντομεύσεις

CTRL SHIFT M

Αλλαγή κατάστασης (όπως πατώντας το πλήκτρο <Modes>)

CTRL N

Δημιουργήστε μια νέα κενή καρτέλα (όπως πατώντας το πλήκτρο «New»)

CTRL O

Ανοίγει ένα νέο αρχείο (όπως πατώντας το πλήκτρο «Open»)

CTRL S

Αποθηκεύστε ένα αρχείο (όπως πατώντας το πλήκτρο «Save»)

CTRL +

Κάνει μεγέθυνση (όπως πατώντας το πλήκτρο «Zoom In»)

CTRL -

Κάνει σμίκρυνση (όπως πατώντας το πλήκτρο «Zoom Out»)

F1

Εναλλαγή θεμάτων (όπως πατώντας το πλήκτρο «Theme»)

F2

Κώδικας ελέγχου (όπως πατώντας το πλήκτρο «Check»)

CTRL X

Παρουσίαση βοήθειας (όπως πατώντας το πλήκτρο «Help»)

CTRL Q

Παραίτηση (όπως πατώντας το πλήκτρο «Quit»)

CTRL ALT DEL

Ενεργοποιεί το «Task Manager». Πατήστε Ctrl+Alt+Del ταυτόχρονα όταν θέλετε να βγείτε από τον υπολογιστή καθώς η εφαρμογή στην οποία εργάζεστε καθυστερεί ή δεν λειτουργεί σωστά

## Γνωρίζατε οτι..

- Αν πατήσετε ALT + Click σε οποιαδήποτε εικόνα Google αυτή σώζεται αυτόματα στον υπολογιστή σας
- Αν αποθηκεύσετε από το PowerPoint τις παρουσιάσεις σας ως «PowerPoint Show” (.ppsx) θα προβληθούν σαν παρουσίαση διαφανειών slideshow.
- Όταν αντιγράφετε κάτι από το Διαδίκτυο, πατήστε CTRL SHIFT V για να το επικολλήσετε. Αυτό θα αποτρέψει το κείμενο από τη μορφοποίηση
- Κάντε έντονη μια επιλογή στο Word και πατήστε το F-3 SHIFT για να τα κάνετε όλα κεφαλαία ή πεζά
- Έκλεισε κατά λάθος ένα αρχείο του Word χωρίς να το αποθηκεύσετε; Ούτε έγινε αυτόματη αποθήκευση; Ψάξτε το «.asd» στον εξερευνητή αρχείων κάτω από το «my/This pc”.». Το έγγραφο θα είναι εκεί!

## ΕΝΟΤΗΤΑ 3: Τυφλό Σύστημα Δακτυλογράφησης

### Στόχος

Δυνατότητα να δακτυλογραφήσετε στο πληκτρολόγιο στη μέση ταχύτητα χωρίς να πρέπει να κοιτάξετε συχνά τα πλήκτρα του πληκτρολογίου.

### Μαθαίνοντας το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης

Τι είναι το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης;

Το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης είναι η μέθοδος δακτυλογράφησης χωρίς να κοιτάζει κανείς τα πλήκτρα του πληκτρολογίου, που σημαίνει ότι ο δακτυλογράφος χρησιμοποιεί τα πλήκτρα χωρίς να πρέπει να κοιτάζει στο πληκτρολόγιο, γνωρίζοντας απ' έξω σε ποιο πλήκτρο θα τοποθετηθεί κάθε δάχτυλο και το πλήκτρο διαστήματος στον αντίχειρα.

Όταν μπορέσετε να δακτυλογραφήσετε ακριβώς χωρίς να κοιτάζετε το πληκτρολόγιο και χρησιμοποιείτε το σωστό δάχτυλο για κάθε πλήκτρο, η ταχύτητα δακτυλογράφησης σας θα αυξηθεί εντυπωσιακά. Εάν θέλετε να αυξήσετε την παραγωγικότητά σας και να κερδίσετε χρόνο, το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης είναι ένας από τους πιο αποτελεσματικούς τρόπους να γίνει αυτό. Με υπομονή και πρακτική, καθένας μπορεί να μάθει να δακτυλογραφεί σωστά.

### Πρακτική του τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης

Σύμφωνα με τη μέθοδο, ο δακτυλογράφος δεν πρέπει ποτέ να κοιτάζει το πληκτρολόγιο. Για να μάθει να το κάνει αυτό, η θέση των δάχτυλων είναι πολύ σημαντική. Όταν δακτυλογραφείτε πρέπει να χρησιμοποιείτε συγκεκριμένα δάχτυλα για τα ίδια πλήκτρα όλη την ώρα. Εάν δεν το κάνετε αυτό, θα χάσετε σύντομα τον προσανατολισμό σας και θα κάνετε τα λάθη. Όταν βρείτε τα δύο βασικά πλήκτρα, «F» και «J», πρέπει να προσπαθήσετε να δακτυλογραφήσετε χωρίς να κοιτάτε το πληκτρολόγιο. Μην απογοητεύεστε εάν κάνετε τα λάθη στην αρχή, όλοι κάνουν. Μετά από για κάποιο διάστημα εξάσκησης, θα ξέρετε απ' έξω που είναι τα πλήκτρα είναι και το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης θα κυλάει πιο ομαλά. Αυτή είναι μια συνήθεια που μπορεί βελτιωθεί μόνο με συνεχή πρακτική.

- Μια από τις αρχικές τεχνικές για γρήγορη και ακριβής ταχύτητας δακτυλογράφηση είναι η θέση των δάχτυλών σας. Οι αντίχειρες σας πρέπει να είναι στα σωστά πλήκτρα, και να αισθάνεστε ένα μικρό χτύπημα στα δάχτυλά σας δηλ., ο αριστερός δείκτης «στο F» έτσι έχετε τα πλήκτρα A-S-D-F στα αριστερά σας και τον δεξί δείκτη σας «στο J» έτσι προκύπτουν τα J-K-L γνωστά και ως «βασικά πλήκτρα».
- Στο αρχικό στάδιο, είναι σημαντικό να δακτυλογραφείτε και με τα δέκα δάχτυλά σας χωρίς να κοιτάζετε στο πληκτρολόγιο. Το λάθος είναι ένα μέρος της εξάσκησης, η πρακτική όμως καθιστά ένα

άτομο τέλειο και η κατάρτιση στο τέλος της ημέρας θα επιφέρει αποτελέσματα. Ελέγχοντας τα λάθη μόνοι σας θα σας βοηθήσει περαιτέρω για να τα διορθώνετε αν τα ξανακάνετε.

- Όσον αφορά στο τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης, η στάση σώματος διαδραματίζει έναν σημαντικό ρόλο στην απόδοσή σας. Η λανθασμένη στάση μπορεί να οδηγήσει σε πόνο και να κουράσει το λαιμό και τον ώμο σας.
- Η δακτυλογράφηση όχι μόνο σας βοηθά για να δακτυλογραφήσει γρηγορότερα αλλά βελτιώνει και τις δεξιότητες ανάγνωσής σας.
- Ένας τακτικός δακτυλογράφος τυφλού συστήματος θα είναι πολύ καλύτερος και γρηγορότερος από ένα περιστασιακό δακτυλογράφο.

Υπάρχουν μερικές αρκετά συμπαθητικές δωρεάν σειρές μαθημάτων δακτυλογράφησης , όπου μπορείτε να εξασκήσετε το τυφλό σύστημα δακτυλογράφησης, αρκεί να να ξοδέψετε κάποιο χρόνο στον υπολογιστή σας.

## ΑΣΚΗΣΕΙΣ

### Μελέτη περίπτωσης 1: Πρακτική τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης

Ανεξάρτητα από τον τρόπο και το επίπεδο δακτυλογράφησης σας, θεωρήστε τον εαυτό σας αρχάριο και πάλι και αρχίστε την πρακτική τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης χρησιμοποιώντας ένα δωρεάν εργαλείο κατάρτισης στο διαδίκτυο (π.χ. το [www.typingclub.com](http://www.typingclub.com)).

## ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΑΝΑΓΝΩΣΗ

**Πίνακας συντομεύσεων πληκτρολογίων**

[https://en.wikipedia.org/wiki/Table\\_of\\_keyboard\\_shortcuts](https://en.wikipedia.org/wiki/Table_of_keyboard_shortcuts)

**Ταχύτητα δακτυλογράφησης , ακρίβεια συλλαβισμού, και η χρήση της 'λέξη-πρόβλεψης'**

[http://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0256-01002008000100008](http://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0256-01002008000100008)

**Σχολείο του Τέξας για τυφλούς και προβλήματα οράσεως**

<https://www.tsbvi.edu/typing-tutor-software-free-download>

**Πληκτρολόγιο Dvorak**

[https://simple.wikipedia.org/wiki/Dvorak\\_keyboard](https://simple.wikipedia.org/wiki/Dvorak_keyboard)

**Δωρεάν Διδασκαλία Δακτυλογράφησης**

<https://www.gnu.org/software/gtypist>

**Μέθοδος τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης GR**

<https://www.gnu.org/software/gtypist>

**Ειδικοί χαρακτήρες – Συντομεύσεις πληκτρολογίων -Συμβουλές& τεχνάσματα - βίντεο Youtube**

<https://www.youtube.com/watch?v=kpkc65j-CLw>

**Συντομεύσεις πληκτρολογίων στα Windows -βίντεο Youtube**

<https://www.youtube.com/watch?v=EmJpiR9ZpPU>

**Συντομεύσεις πληκτρολογίων σε Mac -βίντεο Youtube**

[https://www.youtube.com/watch?v=q0aMS\\_xKOR0](https://www.youtube.com/watch?v=q0aMS_xKOR0)

**Μάθετε να δακτυλογραφείτε μέσω παιχνιδιών- Δωρεάν διδασκαλία Software**

<https://www.nchsoftware.com/typingtutor/index.html>

**Δωρεάν μαθήματα Δακτυλογράφησης- Ασκήσεις**

<http://www.easytype.org>

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Πληκτρολόγιο - Wikipedia**

[https://simple.wikipedia.org/wiki/Keyboard\\_\(computer\)](https://simple.wikipedia.org/wiki/Keyboard_(computer))

**Πληκτρολόγια και σχεδιαγράμματα υπολογιστών**

<https://commons.wikimedia.org/wiki/Keyboard>

**Συνομεύσεις πληκτρολογίων**

<https://codewith.mu/en/tutorials/1.0/shortcuts>

**Το πληκτρολόγιο (GR)**

<https://el.wikipedia.org/wiki/Πληκτρολόγιο>

**Κορυφαίες 10 τεχνικές για να μάθετε δαχτυλογράφηση με ευκολία**

<https://medium.com/@sofiaspen/top-10-typing-techniques-to-learn-with-easy-type-ffde2a19e95>

**Μάθετε τυφλό σύστημα δαχτυλογράφησης**

<https://official-typing-test.com/learn/intermediate.html>

**Πρακτική τυφλού συστήματος δαχτυλογράφησης – Δωρεάν Άσκηση**

<https://www.typingclub.com/sportal/program-3/117.play>

**Βασικές δεξιότητες υπολογιστών/ πληκτρολόγηση**

<https://www.stepp-program.org/family-modules/technology/basic-computer-skills-keyboarding>



## ΛΥΣΕΙΣ ΤΩΝ ΑΣΚΗΣΕΩΝ

Λύση της περίπτωσης πρακτικής τυφλού συστήματος δακτυλογράφησης

Στο πρόγραμμα περιήγησης σας, εισάγετε τη σειρά μαθημάτων δακτυλογράφησης και ξεκινήστε. Σε αυτήν την άσκηση χρησιμοποιούμε το [www.typingclub.com](http://www.typingclub.com)

Μπορείτε να βρείτε διάφορες άλλες δωρεάν σειρές μαθημάτων δακτυλογράφησης επίσης (easytype.org κ.λπ.)

Μπορεί ήδη να ξέρετε πώς να δακτυλογραφήσετε, αλλά θεωρείστε τον εαυτό σας αρχάριο και ξεκινήστε από το μάθημα 1.