第一图书网, tushu007.com

# <<笨笨熊电脑安全课堂>>

## 图书基本信息

书名：<<笨笨熊电脑安全课堂>>

13位ISBN编号：9787312015182

10位ISBN编号：7312015182

出版时间：2003-1

出版时间：周博文 中国科技大学出版社 (2003-01出版)

作者：倪楠,周博文,张岩

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

# <<笨笨熊电脑安全课堂>>

## 内容概要

《笨笨熊电脑安全课堂》讲述了与电脑接触的过程中，如何消除电脑对身体的负面影响，提出一些有医学根据的注意事项、自我保健方法，以及一些电脑使用注意事项和防护电脑病毒知识。

第一图书网, tushu007.com

# <<笨笨熊电脑安全课堂>>

## 书籍目录

Chapter-1　眼睛，心灵的窗户　1.1　一个可怕的事实1.2　为什么计算机会“欺负”眼睛1.3　保护我们眼睛1.4　谁说计算机只会损伤眼睛1.5　小结Chapter-2　电脑只是伤害眼睛吗？　2.1　别让自己“弓”着　2.2　计算机累坏了颈椎2.3　您的手指依然灵活吗2.4　面对计算机，您的皮肤“痒痒”吗2.5　计算机会释放“臭气”2.6　计算机会影响大脑发育2.7　小结Chapter-3　我们是初升的太阳　3.1　疲劳综合症　3.2　保持心理健康向上3.3　您是游戏迷吗3.4　网络综合症3.5　小结Chapter-4　学会自我保健　4.1　养成一个良好的上机习惯　4.2　创造一个好的上机环境4.3　合理补充营养4.4　正确认识电脑与健康4.5　小结Chapter-5　安全使用计算机　5.1　正确开机、关机　5.2　能将计算机倒放吗5.3　您拍“电”吗5.4　正确清洁电脑5.5　电脑最怕什么5.6　先露两手5.7　小结Chapter-6　像保护眼睛一样呵护显示器6.1　CRT显示器的日常护养6.2　液晶显示器及其日常护养6.3　日常损伤中应注意的事项6.4　小结Chapter-7　安全使用计算机的各个设备　7.1　饲养一只乖乖“鼠”7.2　不要“打”键盘7.3　容易受伤的硬盘7.4　您敢把“石头”往光驱中塞7.5　全力保护计算机的“心脏”地带7.6　小结Chapter-8　维持操作系统的稳定　8.1　保护我们的工作桌面8.2　保护我们的私人文件8.3　不要随意删除系统文件8.4　正确卸载程序8.5　备份注册表8.6　Windows Me的安全模式8.7　正确安装驱动程序8.8　小结Chapter-9　儿童上网安全9.1　安全使用电子邮件9.2　网上聊天安全9.3　保护我们的个人密码9.4　给聪明小朋友的提示9.5　结束语

第一图书网, tushu007.com

# <<笨笨熊电脑安全课堂>>

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com