## （项目工单）系统的维护与优化

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **工作任务单基础信息** | | | |
| **工单编号** | **P2021090001** | **工单名称** | 系统的维护与优化 |
| **工单来源** | 教材配套 | **工单提供** | 程弋可 |
| **工单介绍** | 学习常见的系统优化方法，掌握系统优化思路 | | |
| **工单环境** | 计算机一台，Vmware workstation，常用系统优化软件 | | |
| **接 单 人** | 班级： 姓名： 学号： 岗位： | | |
| **团队成员** | 组长： 其他组员： | | |
| **工作任务单主体** | | | |
| **项目介绍** | 爱国技术有限公司信息化改造后，为了方便工作人员使用，需要对工作人员简单培训一下系统的维护和优化操作，从而提高工作效率。 | | |
| **预期目标** | 1.使用磁盘扫描程序、磁盘清理程序、磁盘碎片整理程序等维护工具对Windows系统进行维护。  2.使用360安全卫士、Windows优化大师等软件对系统进行优化。 | | |
| **项目资讯**  **（10分）** | 1.Windows操作系统自带的系统维护工具有那些  2.请举例说出至少一种系统优化工具  3.磁盘扫描的作用  4.磁盘整理的意义  5.系统优化有何作用 | | |
| **项目计划**  **（10分）** | 小提示：项目计划仅作参考，请根据实际情况进行修改。 | | |
| **项目部署**  **（10分）** | 项目实施前应联系管理老师安排场地，领取相关设施设备，严格按照实训室操作规范进行项目实施，完成项目后需要将所有设备设施恢复原位，资料规范存档，并将实训场地清理清洁。 | | |
| **项目实施**  **（50分）** | **任务1：系统自带工具**  **1.磁盘清理**  **2.磁盘检查**  **3.磁盘碎片整理**  **任务2：第三方软件优化**  **1.安装第三方优化软件**  （1）官方下载360安全卫士  （2）安装360安全卫士  **2.使用第三方优化软件**  （1）优化加速  （2）清理系统垃圾  （3）设置其他个性化功能  **任务3：测试及文档制作**  **1.测试功能**  按照设计要求测试功能。  **2.制作用户使用说明书**  参考帮助说明，制作用户使用说明书，并交给同学进行测试。 | | |
| **项目拓展** | 通过计划任务设置自动磁盘碎片整理程序（贴图说明操作） | | |
| **项目总结**  **（10分）** | **1.过程记录**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 序号 | 内容 | 思考及解决方法 | |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |   **2.编写完成本项目的工作总结**  **3.分组答辩** | | |
| **工作任务单质量控制** | | | |
| **实施评价表** | （与工作任务单主体部分相对应）   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评分项 | 内容 | 思考及解决方法 | | 项目资讯（10分） |  |  | | 项目计划（10分） |  |  | | 环境部署（10分） |  |  | | 任务实施（50分） |  |  | | 任务总结（10分） |  |  | | 其他（10分） |  |  | | 合计 |  | | | | |
| **老师评语** |  | | |
| **综合能力评定** | **说明：使用者使用笔绘制，有条件可以放入教学平台自动生成**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 内容 | 分数 | 综合能力评定雷达图 | | 学习内容 |  |  | | 学习表现 |  | | 实践应用 |  | | 自主学习 |  | | 协助创新 |  | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **学习资源集** | |
| **系统优化** | 系统优化原来是系统科学（系统论）的术语，也用作（而且常用作）计算机方面的术语。它尽可能减少计算机执行少的进程，更改工作模式，删除不必要的中断让机器运行更有效，优化文件位置使数据读写更快，空出更多的系统资源供用户支配，以及减少不必要的系统加载项及自启动项。当然优化到一定程度可能略微影响系统稳定性，但基本对硬件无害。  **1.作用**  计算机系统优化的作用很多，它可以清理WINDOWS临时文件夹中的临时文件，释放硬盘空间；可以清理注册表里的垃圾文件，减少系统错误的产生；它还能加快开机速度，阻止一些程序开机自动执行；还可以加快上网和关机速度；可以用它把系统个性化。  **2.系统优化**  **属性设置**  1、禁用闲置的IDE通道  右键点击“我的电脑－属性”--“硬件”--“设备管理器”，在其中打开“IDE ATA/PATA控制器”然后分别进入主要和次要IDE通道，选择“高级设置”，将“设备类型”设置为“无”，将“传送模式”设为“DMA（若可用”。  2、优化视觉效果  右键单击“我的电脑”--“属性”—“高级”，在“性能”栏中，点击“设置”--“视觉效果”，调整为最佳性能；或去掉一些不需要的功能：滑动任务栏按钮，为每种文件夹类型使用一种背景图片，在菜单下显示阴影，在单击后淡出菜单，在视图中淡入淡出或滑动工具条提示，在鼠标指针下显示阴影，在最大化和最小化时动画窗口选项去掉钩。 留下平滑屏幕字体边缘，在窗口和按钮上使用视觉样式，在文件夹中使用常见任务，在桌面上为图标标签使用阴影四项就可以了。  3、优化性能  右键单击“我的电脑”--“属性”—“高级”，在“性能”栏中，点击“设置”—“高级”—将“处理器计划”、“内存使用”，均点选“程序”。  单击“虚拟内存”区“更改”--在驱动器列表中选中系统盘符--自定义大小--在“初始大小”和“最大值”中设定数值，然后单击“设置”按钮，最后点击“确定”按钮退出。虚拟内存最小值物理内存1.5—2倍，最大值为物理内存的2—3倍。适当设大点可以加快程序运行速度，但设的虚拟内存是来回在硬盘上读写，会造成很多磁盘碎片，碎片一多又会进一步影响系统性能及稳定，而电脑内存普遍在2G或更高，其实一般的应用可以把虚拟内存设为0，那么以后你运行的程序都只会占用内存而不是硬盘上设的虚拟内存。这样一来你的电脑会更稳定。  4、启动和故障恢复  "我的电脑"--"属性"--"高级"--"启动和故障修复"--“设置”，在“系统失败区中，去掉"将事件写入系统日志"，"发送管理警报"，"自动重新启动"前边的勾;将"写入调试信息"设置为"无"；点击"编辑"，在弹出记事本文件中:  [Operating Systems] timeout=30 //把缺省时间 3 秒改为 0 秒。  5、禁用错误报告  "我的电脑"--"属性"--"高级"--点"错误报告"，选择"禁用错误汇报"，勾选“但在发生严重错误时通知我”—确定。  6、关闭系统还原功能  单击“开始”--右键单击“我的电脑”--“属性”—“系统还原”，“在所有驱动器上关闭系统还原”打上钩，确定。查看里隐藏爱保护的操作系统文件去掉钩，点上显示所有文件和文件夹，确定以后各盘找到SYSTEM VOLUME INFORMATION 文件夹删除。  7、关闭自动更新  单击“开始”--右键单击“我的电脑”--“属性”—-“自动更新”--选择“关闭自动更新”或选择“有可用下载时通知我……”。  8、关闭远程桌面  开始--右键单击“我的电脑”--“属性”--“远程”，去掉“远程协助”和“远程桌面”里的“允许从这台计算机发送远程协助邀请”和“允许用户远程连接到这台计算机”前边的勾--确定。  9、禁用休眠功能  单击“开始”--“控制面板”--“电源管理”--“休眠”，将“启用休眠”前的勾去掉。  **设置显示**  1、右击桌面空白处—属性–将“背景”和“屏幕保护程序”设为“无”；去掉“开启桌面壁纸自动转换”前边的勾；  2、右击桌面空白处—属性–-外观—效果—去掉“为菜单和工具提示使用下列过渡效果”前边的勾，勾选“使用下列方式使屏幕字体边缘平滑”—确定。3、右击桌面空白处—属性–设置—“屏幕分辨率”可设为800×600或1024×768；“颜色质量”一般不要设的太高，以设“中”为好。  4、右击桌面空白处—属性–设置—高级—监视器—将“屏幕刷新率”纯平设为“75—85HZ”，液晶自动。  5、右击桌面空白处—属性 –设置—高级—“疑难解答”—将“硬件加速”调到“全”—确定。  **关闭“Internet时间同步”功能**  右击任务栏通知区时间—选“调整日期/时间”--“Internet时间”，取消“自动与Internet时间服务器同步”前的勾—确定。  **关闭一些启动程序**  开始-运行-msconfig---启动 ,除杀毒软件、输入法外一般的程序都可以关掉。  **禁用多余的服务组件**  右键单击“我的电脑”--“管理”--“服务和应用程序”--“服务”，在右窗格将不需要的服务设为禁用或手动。 参阅XP系统服务启动项优化设置。  **关闭华生医生Dr.Watson**  单击“开始”--“运行”--输入“drwtsn32”命令，或者“开始”--“所有程序”--“附件”--“系统工具”--“系统信息”--“工具/Dr Watson”，调出系统里的华生医生Dr.Watson ，只保留“转储全部线程上下文”选项，否则一旦程序出错，硬盘会读很久，并占用大量空间。  **转移备份**  为以后恢复系统或者重装系统方便，可以把收藏夹，我的文档等转移到别的分区上，以防止自己的东西不慎丢失。分类查看模式下，打开我的电脑，依次找到收藏夹或者我的文档文件夹，左边文件和文件夹任务栏内点击移动这个文件夹，按提示转移到自己确定的分区上。.  **3.手动优化**  **explorer,人机界面。**一些可以不要的东西，例如活动边框的标题栏颜色渐变，可以在主题自定义中取消以节约资源。  右击我的电脑—属性—高级,更改性能和错误报告选项，取消所有错误报告。  右击 Internet—属性，管理加载项等。  使用windows经典主题，不使用背景图片可以节约大量系统资源。桌面图标尽可能少。  开始菜单使用经典菜单，操作是右击 “开始”选经典。  **组策略。**运行gpedit.msc，主要是提调整任务栏和开始菜单，建议初学者不要乱关，自己看好后慢慢尝试。可以关闭的有自动更新类的，错误报告类的。最主要的是关闭：管理模板—任务栏和开始菜单—个性化菜单、用户跟踪。  **启动项**。运行msconfig，选启动项目，不要的全关。基本上保留ctmon输入法图标以及相关的安全防护软件及杀毒软件，其他的都可以关闭以提升开机系统启动速度  **文件夹选项**。打开一个文件夹。在工具-文件夹选项里去掉不必要的东西。想着怎么选择更节约资源，例如使用传统风格，不记住每个文件夹位置，不缓存缩略图等。  **服务**。很关键，运行services.msc具体要关什么还要根据自己需要，每条服务都有详细的说明，下面这几项不要去动：  DCOM Server Process Launcher Event Log Logical Disk Manager Plug and Play  Remote Procedure Call (RPC) Telephony Windows Audio  **注册表。**网上也有很多可直接导入的优化注册表文件。  **4.软件优化**  1.Prayaya迅影V3虚拟系统迅影V3虚拟系统与常规优化软件不同，它通过虚拟桌面技术，实现隔离虚拟用户操作环境与主机系统环境，用户任何操作都不影响真实主机系统。它特有的系统重定向技术保障主机系统运行过程中不会产生垃圾文件，也不会被病毒和木马感染，并且该虚拟系统不会降低真实主机系统性能，启动虚拟系统不需要像启动windows系统那样耗费时间，运行程序更加方便快捷。  2.svc2kxp德国制作，有点暴力，初次使用建议备份系统！  3.bootviscn微软自己制作的启动加速，请先花半个小时仔细看教程。  4.XPShorter，减减肥，更健康，驱动什么的不要乱减。  5.影子系统。游戏用户可以考虑不用杀毒软件了。但不愿意用系统还原的用户建议用防火墙，例如天网，关闭XP自带防火墙。杀毒软件如卡巴，德国小红伞，有免费版。  6.优化大师.优化大师的功能也蛮重要，特别是垃圾清理什么的，它也是将专业的操作简化！  7.Tweak-XP，是windown xp的优化工具调整软件，可以改进网络连接速度、设置windows xp隐藏设定、还可以显示和删除浏览器的浏览纪录。  8.超级兔子，是一个完整的系统维护工具，可能清理你大多数的文件、注册表里面的垃圾，同时还有强力的软件卸载功能，专业的卸载可以清理一个软件在电脑内的所有记录。共有9大组件，可以优化、设置系统大多数的选项，打造一个属于自己的Windows。超级兔子上网精灵具有IE修复、IE保护、恶意程序检测及清除功能，还能防止其它人浏览网站，阻挡色情网站，以及端口的过滤。  9.360安全卫士360安全卫士是当前功能最强、效果最好、最受用户欢迎的上网必备安全软件之一。不但永久免费，还独家提供多款著名杀毒软件的免费版。360安全卫士拥有木马查杀、恶意软件清理、漏洞补丁修复、电脑全面体检、系统垃圾清理等多种功能。  10、中国优化PC专家  PC专家 2009是由赛克软件工作室推出的一款面向中国用户的优化软件。结合赛克软件工作室中国互联网安全领域的深入了解，以及Erwin Rusadi授权使用的病毒查杀技术，赛克软件为中国用户提供了又一个优秀的优化产品。秉承赛克软件工作室“为中国用户打造舒适的PC环境”的愿景，PC专家 2009和其他赛克系列产品一样，是完全免费的软件产品。  PC专家 2009标准版是全功能的安全优化软件，带有查杀病毒、修复受感染的文件、终止或挂起运行的进程、还原隐藏文件、USB安全弹出、QQ安全工具箱、OEM修改器、注册表错误修复功能，适合计算机上没有安装其他优化软件的用户。 |