

Лабораторная работа №1

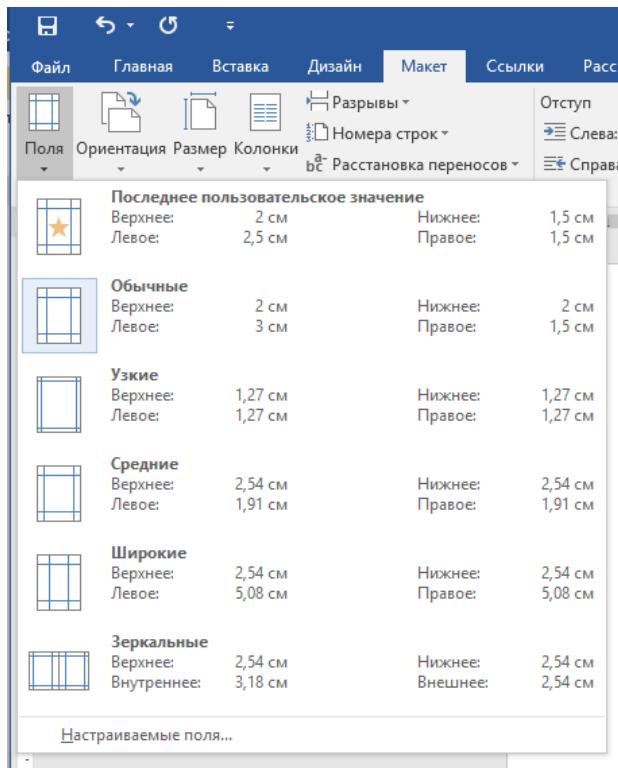
Работа в среде Microsoft Word

Задание. Оформление документа в Microsoft Word (по вариантам)

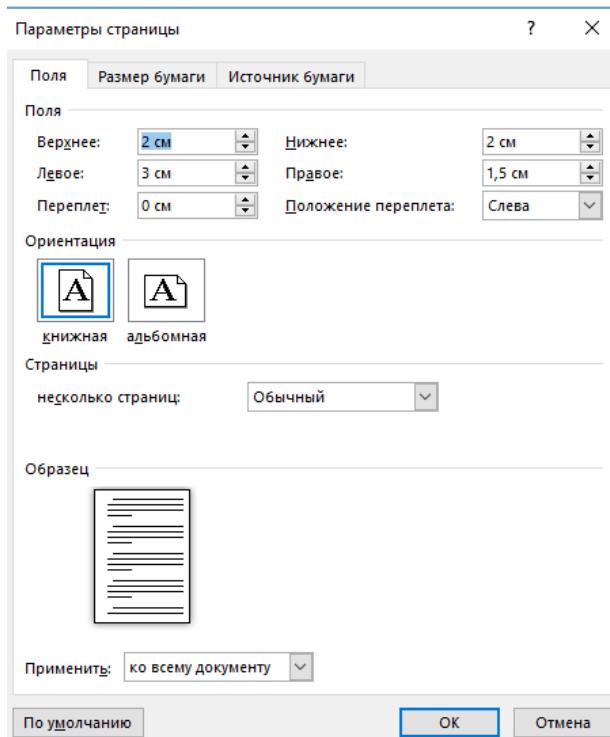
1. Создать файл в Microsoft Word.

1.1 Задать поля: верхнее, нижнее 2 см, левое 3 см, правое 1,5 см.

Выбираем вкладку **Макет** и раздел **Поля**

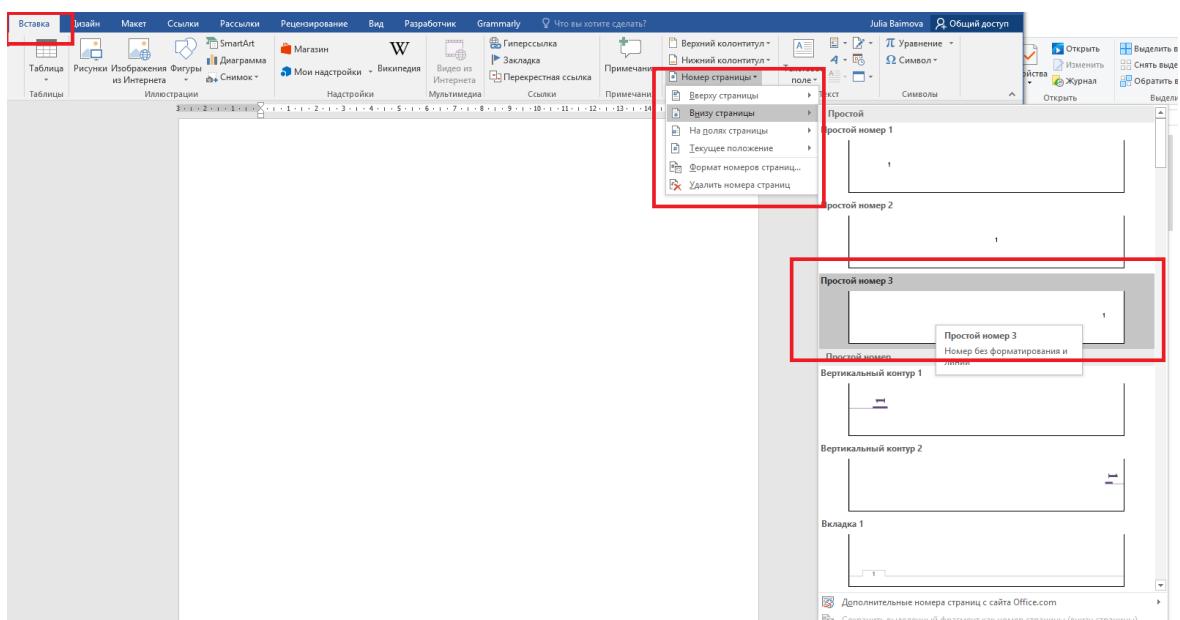


В разделе **Настраиваемые поля** задаем нужную величину

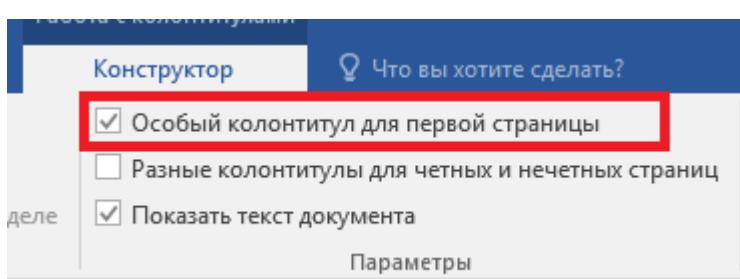


1.2 Задать нумерацию страниц, начиная со второй

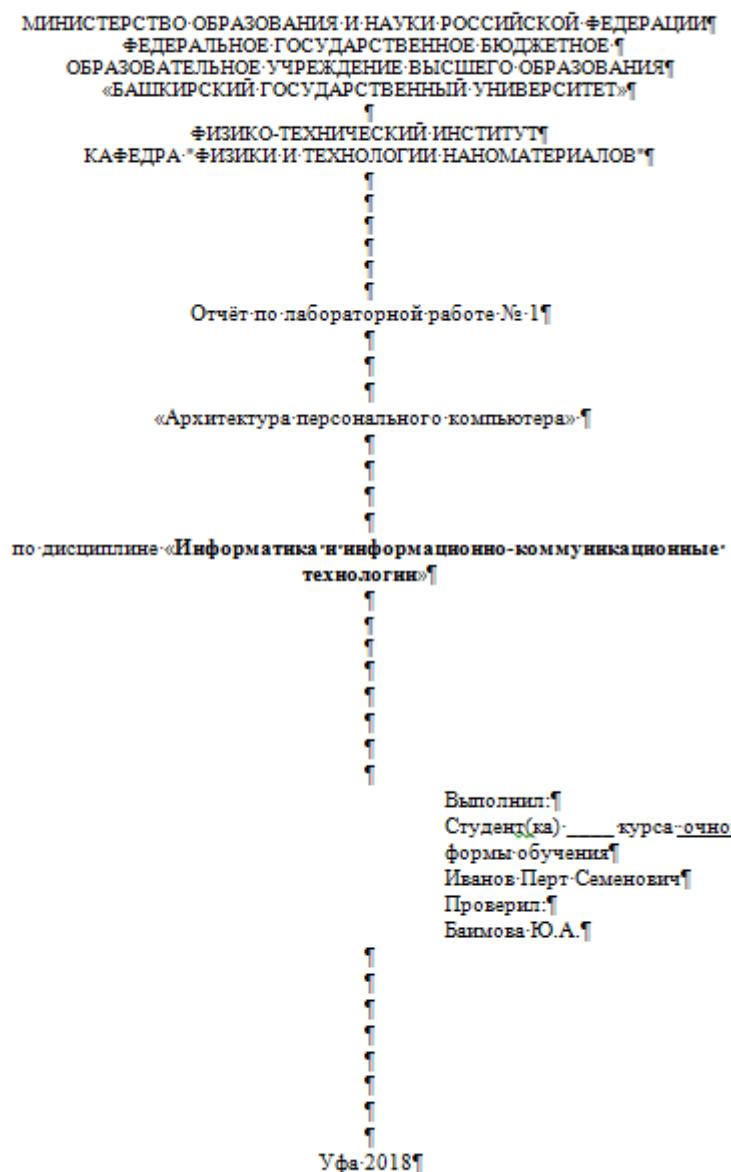
В Меню вставка – Номера страниц



На первой странице номера быть не должно.

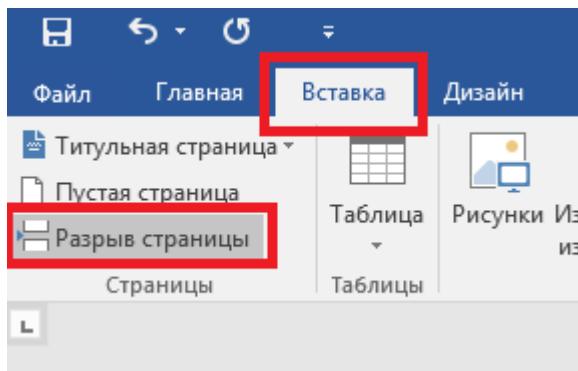


1.3 Оформить обложку лабораторной работы, как показано на рисунке:



В качестве темы «Архитектура ...» выберите тему по варианту.

После «Уфа-2018» (ставьте действующий год) правильно будет вставить разрыв строки, чтобы текст с обложки никогда не съезжал на соседние страницы.



Если у вас включено отображение скрытых символов

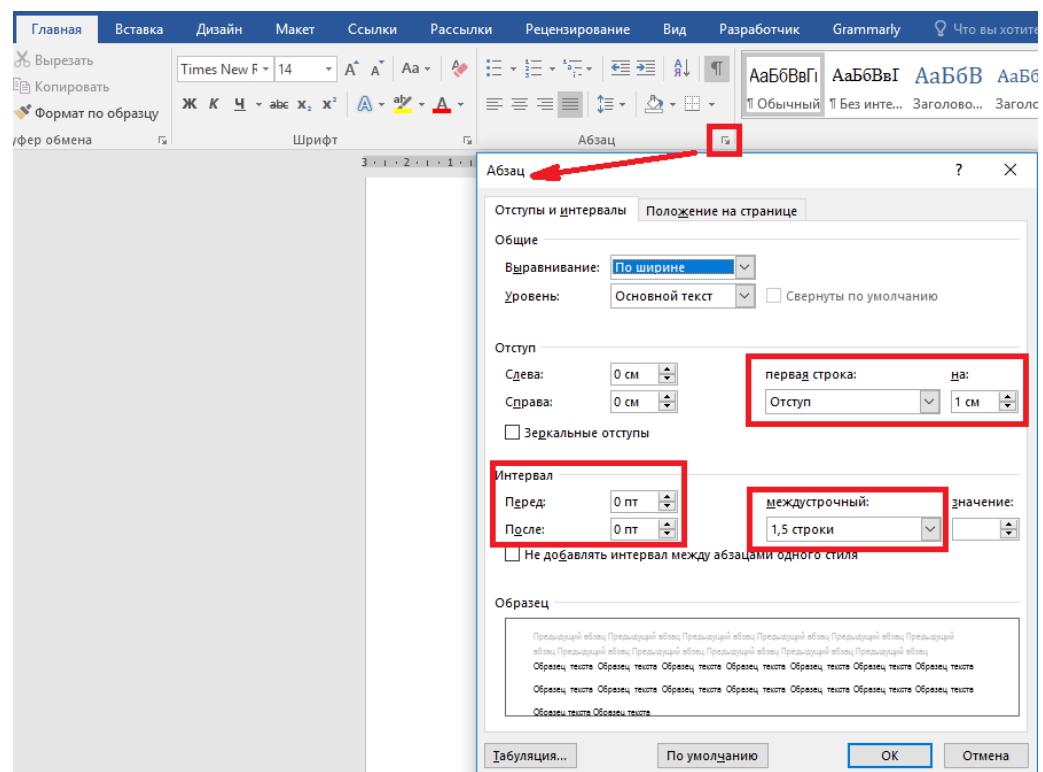
или Рецензирование Вид Раз

.....Разрыв страницы..... ¶

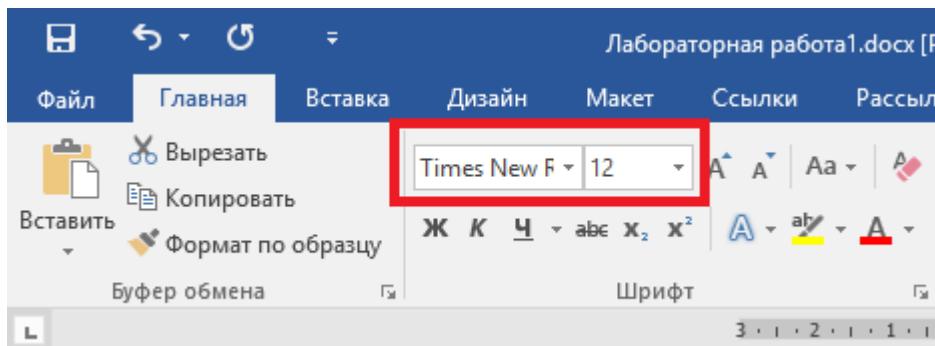
, то вы увидите следующую строку:

.....Разрыв страницы..... ¶

1.4 Ко всему остальному тексту применить следующее форматирование:
 Задать полуторный межстрочный интервал с нулевым отступом перед и после текста; красную строку сделать 1 см;



выравнивание текста по ширине; размер шрифта 12 Times New Roman.



2. Создать страницы несколькими заголовками, например:

1 Базовая конфигурация компьютера

2 Устройства ввода-вывода

2.1 Устройства ввода

2.2 Устройства вывода

3. Материнская плата

3.1 Основные элементы

Внимание: Заголовки размещаются по левому краю страницы, **точка**

после заголовка не ставится (!!!).

Пример статьи (задана по вариантам):

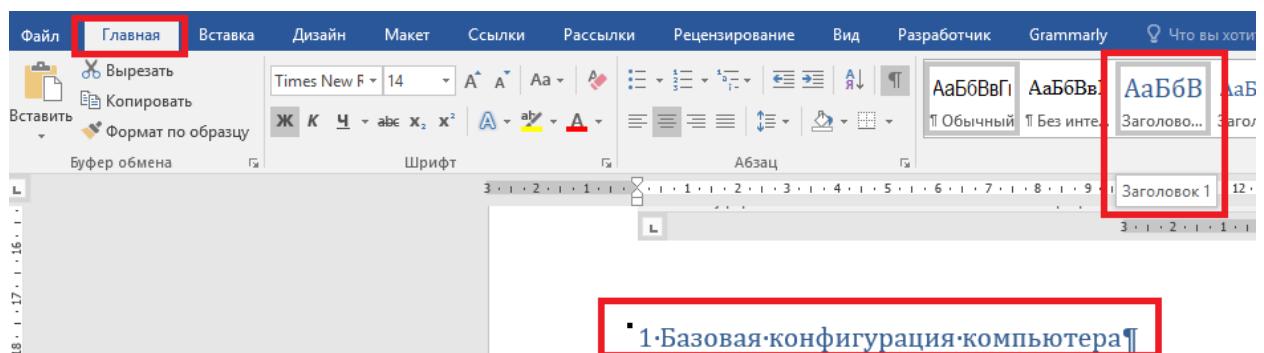
Пример заголовков:

Введение

1. Ты в напряжении уже пять минут! Пауза?

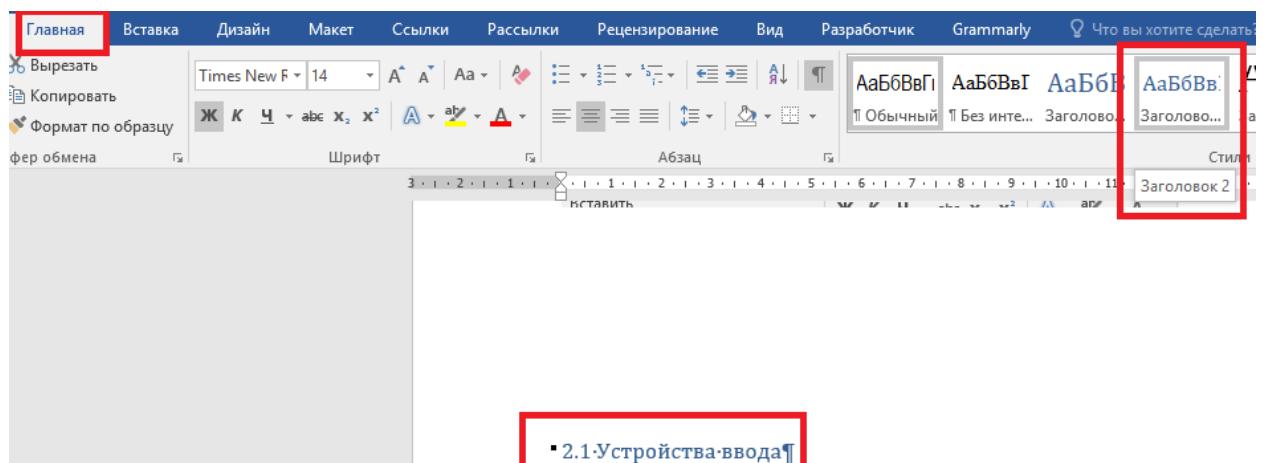
2. Без учета характера

Далее по этим заголовкам необходимо создать оглавление, поэтому заголовки верхнего уровня мы выбираем как **Заголовок 1**



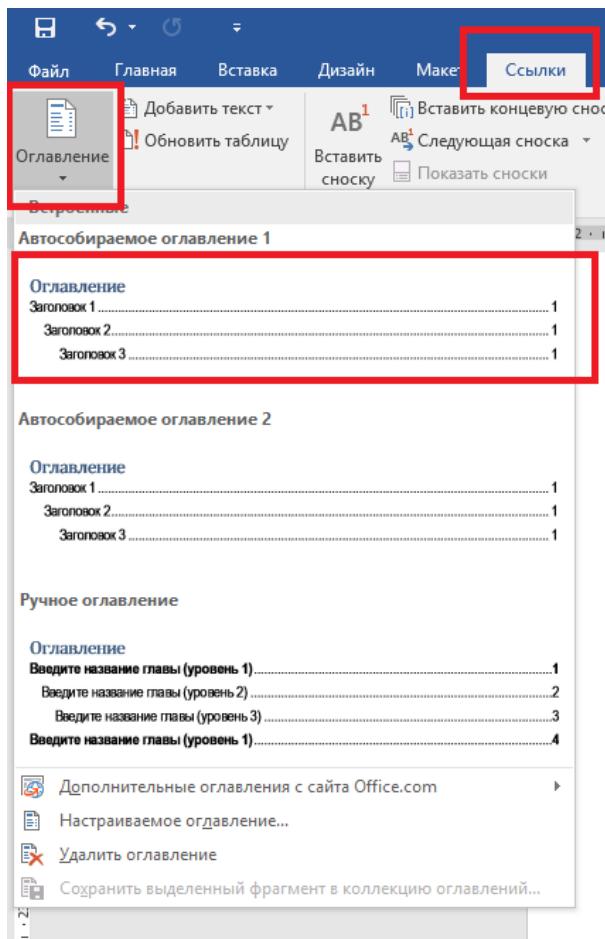
У этого заголовка свой тип оформления, который не подходит для данного документа, поэтому цвет, размер и тип шрифта меняем на вкладке Главные.

Если есть подзаголовок, то его задаем как **Заголовок 2**, и так далее.



3. Создать автоматическое оглавление:

Далее создадим автоматическое оглавление на вкладке **Ссылки**:



В результате чего будет сформировано оглавление. Его нужно добавить на стр.2, после обложки.

Оглавление		
1	Базовая конфигурация компьютера.....	3¶
2	Устройства ввода-вывода.....	4¶
2.1	Устройства ввода.....	4¶
2.2	Устройства вывода.....	4¶
3	Материнская плата.....	5¶
3.1	Основные элементы.....	5¶
3.2	Основное назначение.....	5¶
¶Разрыв страницы.....	¶

После оглавления и других разделов текста также рекомендуется добавлять разрыв страницы.

4. Заполните страницы соответствующим содержанием (по вариантам).

В любом реферате, курсовой работе или дипломе должен быть пункт **Введение**. Текст для этого пункта вы можете выбрать из статьи, либо

поискать дополнительную информацию по этой тематике, либо сформировать собственное мнение по описываемому вопросу. После каждого раздела также вставляем Разрыв страницы.

Введение

1

Меньше стресса. Яснее обещание разработчиков фитнес-трекера **Spire**: быть просто не может. При этом термин «фитнес-трекер» в данном случае не совсем корректен, поскольку **Spire** не просто считает шаги — кроме всего прочего, он контролирует дыхание, и это как раз главная его функция, отличающая от всех прочих гаджетов подобного типа. Смысл и предназначение такого контроля в пресс-релизе описаны следующим образом: «На основании рисунка дыхания устройство вместе с соответствующим приложением разрабатывает рекомендации по улучшению физического и душевного состояния пользователя, предлагает полезные дыхательные и расслабляющие упражнения». Меньше стресса. Просто с помощью дыхательной гимнастики. Звучит отлично. Но с точки зрения таких pragmatичных и прозаичных людей, как сотрудники нашей тестовой лаборатории, это все эзотерика. Налет эзотерики несет в себе и дизайн **Spire**. Гаджет выглядит как серо-черная овальная галька. Лишь небольшой светодиод на грубоватой поверхности указывает на то, что речь идет о техническом устройстве. Светодиод мягко пульсирует синим цветом; если положить **Spire** в облицованную пробкой зарядную станцию. Пробка, талька, мягкий свет — вы сами видите: **Spire** ориентирован на любителей природы, фен-шуй и белоголовенных клопов на завтрак. Но нам все равно — мы же имеем

дело с техникой. Свой практический тест длиной в шесть недель мы начинаем

с максимально возможной беспристрастностью.Разрыв страницы

39

Ты в напряжении уже пять минут! Пауза?

Дело принимает серьезный оборот в ту же секунду, когда трекер прикрепляется к поясу с помощью зажима (типо *стяжки*, разумеется!) из нержавеющей стали. Не волнуйтесь: в течение дня вы не будете замечать устройство, оно не жмет и не давит при наклонах, не оставляет никаких отметин на теле. Женщины могут носить его на передней или боковой части бюстгальтера. Важно лишь, чтобы Spire мягко соприкасалась с животом или грудью. Только так запатентованный *respiration sensor* распознает шумы при движении, чтобы затем в сопутствующем приложении после сопротивления Spire с вашим смартфоном по Bluetooth (что под силу даже ребенку) визуализировать их в виде волны со слабыми колебаниями. Вдох — волна идет вверх. Выдох — вниз. Исходя из этого, трекер узнает темп вашего дыхания и при изменении ритма делает выводы о состоянии пользователя. Владелец находится в состоянии покоя? Или же он скорее напряжен? У всего этого, как утверждает производитель, есть научное обоснование, что подробно описано на сайте spire.io в разделе «Science».

редактора, если именно сейчас займусь расслабляющими упражнениями вместо работы. Еще через три минуты снова вибрация и еще один вопрос от смартфона: «Все еще напряжен?» **Разумеется!** Гепер даже больше прежнего! Позже я еду в машине домой и опять это «**Б3333333**» на талии. «Ты не двигался уже пять минут! Не хочешь немножко размяться?» НЕТ! Боже, нет!!! Где размяться? В машине?!

.....Разрыв страницы

Но что же делает *Spire* на основании полученных данных? В первую очередь то, с чем он, как раз и должен бороться: невероятно раздражает. Постоянная вибрация на животе, а смартфон лучится заботой: «Ты напряжен уже пять минут, не пора ли сделать перерыв?» Нет, спасибо! Эта статья через два часа должна уйти в печать. И я услышу много ласковых слов от главного

5

Настройки **Spire**, по умолчанию предназначены, наверное, для бытующих тибетских монахов, достигших максимальной степени просветления. Но для обычного человека и нормальной работы в офисе — однозначно нет. Напряжение, активность, бездействие, невозмутимость и концентрация — **Spire** напоминает о себе, если вы находитесь в одном из этих состояний пять минут. Как будто пять минут напряжения или простой рабочей активности смертельно опасны для жизни! Итак, выключаем вибрацию и выкручиваем в настройках приложения временные рамки для уведомлений на смартфоне на 30 минут. Как мне кажется, это вполне приемлемый уровень стресса, подходящий для меня, моего работодателя и моего распорядка дня.¶

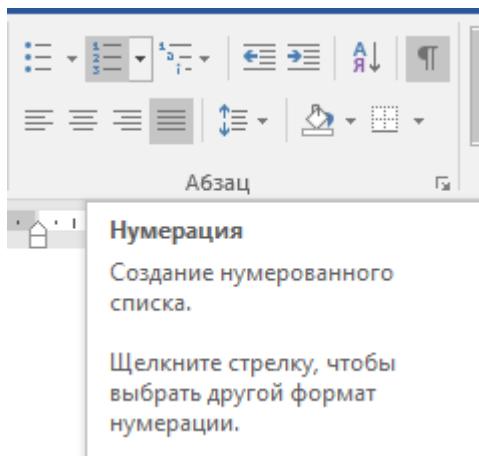
С тех пор **Spire** замолчал. Больше никаких признаков жизни на протяжении вот уже шести недель. Беглый просмотр статистики объясняет удивительное затишье: в течение пяти-семи минут **Spire** способен фиксировать не больше одного состояния непрерывно. После этого **tracker** переключается на новую чувствительность. Бывают ситуации, когда мое настроение в течение 20 минут меняется трижды — сначала расслаблен, затем напряжен, и снова сконцентрирован. Что еще удивительнее: по моему ощущению, оценка гаджета практически никогда не бывает верна. Допустим, я сижу два часа очень сосредоточенный за рабочим столом, а **Spire** регистрирует яркий букет моих эмоций. Как же этот маленький серый

камушек должен выполнять свою задачу по улучшению душевного настроения носителя, если он даже не может его точно распознать?¶

Спустя пару дней **Spire** абсолютно теряет мое доверие. Все уведомления отключены, смартфон меня больше не беспокоит, так что я просто периодически развлекаюсь просмотром статистики за день. Такие небольшие баги, как постоянно теряющаяся информация или же абсурдно поздно показанные сообщения о почти разряженной батарее, утверждают меня в том, что от **Spire** мне нет никакого толка. На домашнем экране приложения располагается упражнение, во время которого благодаря осознанно медленному и глубокому дыханию загораются маленькие зеленые точки — возможно, самая интересная функция фитнес-трекера **Spire**. Время от времени я выполняю это упражнение, больше даже для спокойствия гаджета, чем для своего собственного. Так что будем честны: от этого устройства стоимостью 120 евро (7200 рублей) пользы мне было крайне мало.¶

5. Создайте страницу **Использованная литература** и вставьте 3-4 ссылки на источники из которых вы брали информацию, оформить в виде автоматического нумерованного списка. Ссылки в тексте выделяют квадратными скобками [] в которых ставится номер источника. Используя пункт меню **Ссылки-Перекрестные ссылки** вставьте все источники использованной литературы:

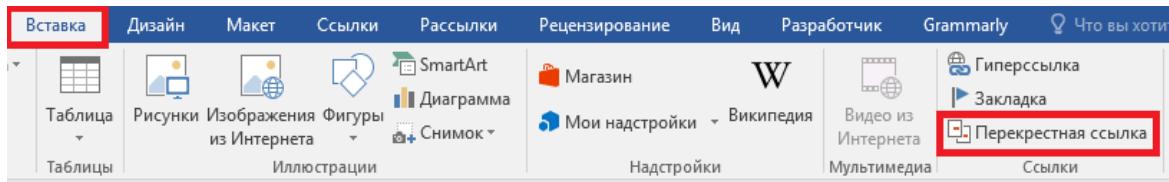
Для этого вы в разделе **Список использованной литературы** создаете нумерованный список. Добавляете источник 1 и обязательно делаете его автоматическим списком, иначе функция **Перекрестные ссылки** работать не будет. У вас первым источником будет журнал **СНП**, из которого взята эта статья.



1. Gigabyte.ru

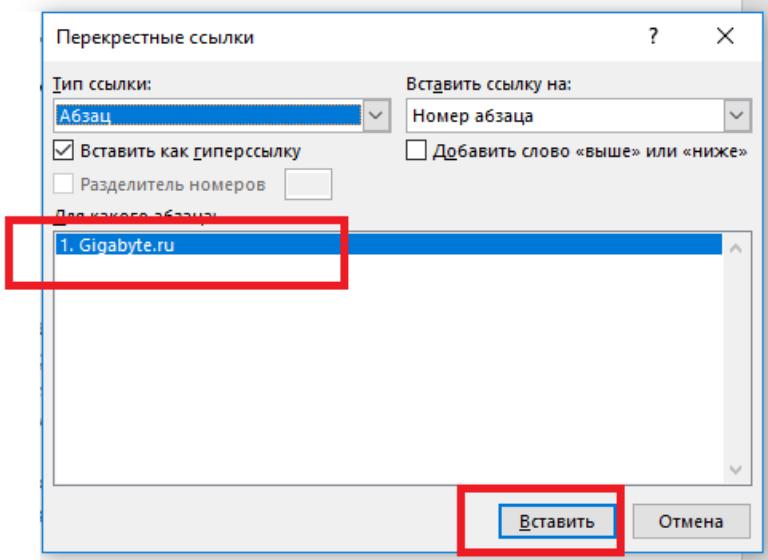
Переходите в нужное место в тексте. Допустим 1 источник у вас сайт gigabyte.ru, откуда вы взяли информацию о материнской плате (по темпе примера) «Подробнее о материнской плате вы можете узнать в работе [1]». Именно в конце этого предложения нужно вставить ссылку. Создаете квадратные скобки, ставите курсов в середину между ними.

В меню ставка есть пункт Перекрестная ссылка



Выбираете этот пункт и появляется дополнительное окошко, в котором будут перечислены все ваши ссылки из нумерованного списка в конце документа. Выбираете нужный (в данном примере всего один пункт) и нажимаете Вставить.

«Подробнее о материнской плате вы можете узнать в работе [\[1\]](#)».



Аналогично добавляете еще 2-3 ссылки, предварительно вставив их в список литературы.

Пример страницы:

3. Материнская плата

Технологии энергосбережения:

- Спецификации ErP/EuP 2.0 намного строже первой версии. Для соответствия ErP/EuP 2.0 (вступила в действие в 2013 году) полное энергопотребление компьютера в выключенном состоянии не должно превышать 0,5 Вт.
- EPU Engine
- Ultra Durable (версии 1, 2 и 3) — технология от Gigabyte [1], призванная улучшить температурный режим и надежность работы материнской платы, которая подразумевает:
- Использование дросселей с ферритовым сердечником — эти дроссели обеспечивают меньшие потери энергии и меньший уровень электромагнитного излучения [2].
- Использование безсвинцового припоя.

Пример списка:

Список использованной литературы

1. СУ²⁹льная технология // gigabyte.ru
2. Ultra Durable 3 // Ferra.ru
3. Что такое материнская плата // <https://beginpc.ru/hardware/cto-takoe-materinskaya-plata>

6. Добавьте в текст рисунки и таблицы. Все рисунки сопроводите подрисуночными подписями. В тексте также опишите, что и почему представлено на рисунке (в примере выделено курсивом). Разместите текст и рисунки (таблицы) так, чтобы рисунок (таблица) и подрисуночная подпись (подпись к таблице) остались на одном листе. Если в статье по вашему варианту нет рисунка или таблицы поищите в сети Интернет материал по данной тематике.

Пример:

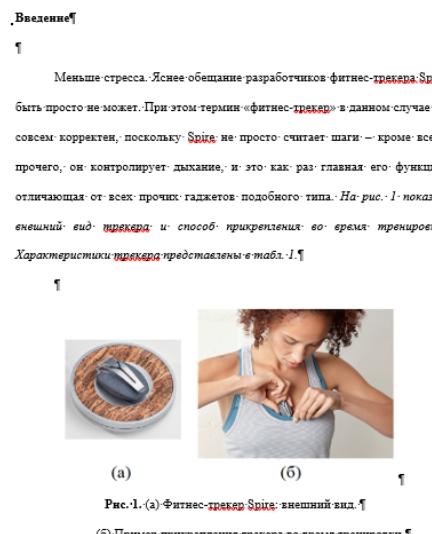


Рис. 1. (а) Фитнес-трекер Spire: внешний вид. (б) Пример прикрепления трекера во время тренировки.

Смысл и предназначение такого контроля в пресс-релизе описаны следующим образом: «На основании рисунка дыхания устройство вместе с соответствующим приложением разрабатывает рекомендации по улучшению

физического и душевного состояния пользователя, предлагает полезные дыхательные и расслабляющие упражнения». Меньше стресса. Просто с помощью дыхательной гимнастики. Звучит отлично. Но с точки зрения таких pragmatичных и прозаичных людей, как сотрудники нашей тестовой лаборатории, это все эзотерика.

Таблица 1. Характеристики трекера

Датчики	трехосевой акселерометр, датчик дыхания
Интерфейсы	Bluetooth
Приложение	бесплатное, доступно для Android и iOS
Время работы от батареи/зарядки	не более 7 дней/около 2 часов
Другие особенности	водонепроницаемый, беспроводная зарядка
Габариты	4,9x3,2x1,9 см ³
Вес	23 г
Цена	около 120 евро (7200 рублей)
Сайт	spire.io

На лет эзотерики несет в себе и дизайн Spire. Гаджет выглядит как серо-черная овальная галька. Лишь небольшой светодиод на грубо-ватой поверхности указывает на то, что речь идет о техническом устройстве. Светодиод мягко пульсирует синим цветом, если положить Spire в

редактора, если именно сейчас займусь расслабляющими упражнениями вместо работы. Еще через три минуты снова вибрации и еще один вопрос от смартфона: «Все еще напряжен?» ~~Сдвинулся!~~ Теперь даже больше прежнего! Позже я еду в машине домой и опять это «~~Барабаны~~» на талии: «Ты не двигался уже пять минут! Не хочешь немного размяться?» НЕТ! Боже, нет!!! Где размяться? В машине?!



Рис. 2. Редактор журнала СНП с ~~трекером~~ в руках. На вставке показан пример ношения ~~трекера~~ на пояс с помощью застежки.

.....Разрыв страницы.....

Без учета характера

1

Настройки ~~Spire~~ по умолчанию предназначены, наверное, для бытитебетских монахов, достигших максимальной степени просветления. Но для обычного человека и нормальной работы в офисе — однозначно нет. Напряжение, активность, бездействие, невозмутимость и концентрация — ~~Spire~~ напоминает о себе, если вы находитесь в одном из этих состояний пять минут. Как будто пять минут напряжения или простой рабочей активности смертельно опасны для жизни! Итак, выключаем вибрацию и выкручиваем в настройках приложения временные рамки для уведомлений на смартфоне на 30 минут. Как мне кажется, это вполне приемлемый уровень стресса, подходящий для меня, моего работодателя и моего распорядка дня.

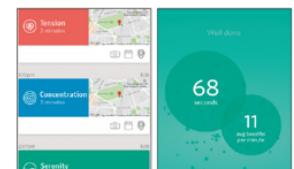


Рис. 3. Интерфейс ~~Spire~~. Показатели (слева) и дыхательное + упражнение (справа)

7. Сделайте заключение по теме вашей статьи (пункт Заключение также очень важен для любого реферата, курсовой работы или диплома). Используйте следующие фразы:
«В данной статье описано ...»; «Авторы показали, что ...»; «Обнаружено ...»; «Как показано в статье ...»; «Приведенный в статье материал помогает понять ...» и т.д.

В конце обязательно **обновите** Оглавление и внимательно проверьте не сбились ли шрифты и отступы. По всему документу, включая оглавление, нумерацию страниц и заголовки, должно быть единое оформление.

Ваш документ сохраните в формате .PDF, название – ФамилияИО_ЛР1. Готовый файл отправьте преподавателю на проверку.