**提升师生信息技术应用能力的培训(廿四)**

提升系统性能的几个办法

自己使用的办公电脑、笔记本电脑时间长了，年限久了总感觉会变慢，开机等待长、打开文件慢、打开网页慢、关机也慢，原因很多，主要有以下几种。

一、开机加载的软件过多

有些软件安装后总想把自己加载到系统的启动项里，开机就启动，占用系统资源和带宽，有时还弹出个资讯、推荐窗口，赶紧清理或卸载。可以使用360安全卫士里面的“优化加速”清理开机启动项， “软件管家”卸载不用软件。

二、多个安全类软件同时驻留

有些电脑开机后屏幕右下角小图标一堆，严重影响运行速度。360安全卫士、电脑管家类的系统安全软件一个就好，一个以上电脑就会很慢，金山毒霸、360杀毒、瑞星杀毒等各类杀毒软件也是一个就好，多余的赶紧卸载，只留一个。

三、磁盘空间不足

主要是系统盘（C盘）空间不足，系统运行的时候会在系统盘内生成临时文件，如果没有剩余空间，运行起来就会非常慢，而长期使用所产生的临时、垃圾文件不及时清理就会造成空间不足。解决办法：

1、转移桌面上的大文件（如视频、图片、包含图片的大号Word文档、ppt等）到其它盘下，整理桌面文件，按时间、按类型，重要的文件备份到其它盘符下或者网盘、邮箱里面；

2、使用360安全卫士 “电脑清理”功能，清理垃圾文件；

3、如果原来系统盘空间就不大，怎么清理还是空间紧张，建议还是全盘重要文件备份，找专业人士重分区、重装系统吧。

三、中病毒、中木马

赶紧重装系统或者杀毒。

四、安装固态硬盘

固态硬盘（Solid State Disk或Solid State Drive，简称SSD）是近几年出现的硬件技术，数据传输速率由最初的400MBPS到3000MBPS，极大减小寻道延迟和系统瓶颈，提高数据访问速度，直观感觉就是电脑启动关机速度、打开文件等待时间都极大减少，还没有了传统机械硬盘的噪音。电脑有固态硬盘和没有完全是两台电脑！

随着固态硬盘价格不断降低，目前240G在200元左右，已经可以接受，购买固态硬盘，替换系统盘，谁用谁知道！

现代教育技术中心

2019年12月16日