

Skriptum

Computer Grundlagen



1. Computer und mobile Endgeräte

1.1. Informations- und Kommunikationstechnologie (IKT)

Der Begriff IKT ist ein Überbegriff, der verschiedene Bereiche aus der Welt der Computer und Kommunikation zusammenfasst. Dazu gehören beispielsweise

- **Berechnung von Daten** (Bildbearbeitung, Tabellenkalkulation, Bankensysteme, Motorsteuerung von Autos, Steuerung von Industrieanlagen ...)
- **Speicherung von Daten**
- **Übermittlung von Daten** (Internet, Telefonie, Fernsehen...)

Die Durchdringung aller Lebensbereiche mit IKT ist weit fortgeschritten: Smartphones, Online-Banking, Internet überall, bargeldlose Zahlung, Ticketkauf über das Internet und vieles mehr funktionieren nur, weil im Hintergrund eine umfangreiche EDV-Infrastruktur besteht.

1.2. Hardware

Hardware ist alles, was man angreifen kann: Monitor, Drucker, Maus, Computer, Festplatten, Smartphones...

Arten von Computern

- **Personal Computer (PCs)** werden von einzelnen Personen benützt:
 - Desktop Computer:** Computer, die auf oder neben einem Tisch stehen
 - Notebook/Laptop:** tragbarer Computer
- **Tragbare Geräte und Mobilgeräte**
 - Tablet PC:** bezeichnet einen tragbaren Computer mit Touchscreen ohne Tastatur. Der Benutzer kann Eingaben per Stift oder Finger direkt auf dem Bildschirm machen.
 - Ein **Smartphone** ist ein Mobiltelefon mit Zugang zum Internet.
 - Auf Smartphones können Programme (Apps) installiert werden.

Hauptbestandteile des Computers

- **Prozessor - CPU (Central Processing Unit)**
Die CPU ist die zentrale Recheneinheit eines Computers.
- **Arbeitsspeicher (RAM = Random Access Memory)**
zum kurzfristigen Speichern von Daten. Das RAM ist der Arbeitsspeicher (Hauptspeicher) eines Rechners. Beim Start des Rechners werden Teile des Betriebssystems in das RAM kopiert.

Das RAM ist ein flüchtiger Speicher: Wenn der Strom abgeschaltet wird, geht der Speicherinhalt verloren.
- **Festplatte oder SSD:** Aktuelle PCs haben Festplatten oder SSDs bis zu mehreren Terabyte Speichergröße.
SSD (Solide State Drive) ist ein Speichermedium ähnlich einer Festplatte, jedoch ohne bewegliche Teile.
SSDs sind wesentlich schneller als Festplatten!



Prozessor



Arbeitsspeicher RAM



Festplatte 2 TB

Welche Faktoren beeinflussen die Computerleistung?

- **Prozessorgeschwindigkeit (= CPU-Geschwindigkeit):**
gemessen in Mhz (Megahertz) bzw. Ghz (Gigahertz).
Aktuelle Prozessoren haben Taktfrequenzen bis 4 Ghz.
- **Anzahl der Prozessorkerne:** Je mehr Kerne ein Prozessor hat, desto mehr Aufgaben kann er gleichzeitig erledigen. Es gibt Single-Core Prozessoren (1 Kern), Dual-Core Prozessoren (2 Kerne), Quad-Core Prozessoren (4 Kerne) usw.
- **Arbeitsspeicher (RAM):** Je größer der Arbeitsspeicher ist, desto weniger oft muss der Computer auf die wesentlich langsamere Festplatte zwischenspeichern bzw. davon lesen.
Aktuelle PCs haben 8 GB und mehr RAM. Bei speziellen Anforderungen wie zum Beispiel Videobearbeitung kann mehr RAM (bis zu 64 GB) notwendig sein.
*Mit der Tastenkombination **Windows + Pause** findet man Informationen zur Größe des Hauptspeichers.*
- **Anzahl der laufenden Programme:** Wird der Computer beim Arbeiten langsamer, kann durch Schließen von nicht benötigten Programmen Arbeitsspeicher freigegeben werden – der Computer wird schneller.
Alle laufenden Anwenderprogramme haben einen Eintrag in der Taskleiste. Mit einem rechten Mausklick auf das Taskleistensymbol kann die Anwendung beendet werden (→ Fenster schließen).

Interne Geräte sind im Computer eingebaut

- **Festplatte oder SSD** als Massenspeicher
- **Optische Laufwerke:** Blu-ray und DVD-Laufwerke
- **Touchpad:** zum Bewegen des Cursors bei Notebooks
- **Touchscreen:** Smartphones, Tablets und manche Notebooks, E-Book Reader, Navigationsgeräte, Fahrkartenautomaten, Geldausgabeautomaten in Banken haben einen berührungsempfindlichen Monitor, der mit Finger oder Stift bedient wird.
- **Webcam und Mikrofon** sind in vielen mobilen Geräten eingebaut.

Externe Geräte werden an den Computer angeschlossen

- **Maus, Tastatur, Monitor, Lautsprecher**
- **Externe Festplatten mit USB-Anschluss, USB Speichersticks oder SD Speicherkarten.**
- **Drucker:** Laserdrucker bzw. Tintenstrahldrucker
- **Scanner:** zum Digitalisieren von Bildern, Texten
Aus Fotos und gedruckten Texten werden Dateien im Computer erzeugt.
Große Firmen wie zum Beispiel Versicherungen scannen jeden Brief, den sie erhalten, sofort ein. Die Sachbearbeiter erhalten, lesen und bearbeiten die eingescannten Dokumente nur mehr auf dem PC.
- **Dockingstation:** Eine Notebook Dockingstation versorgt das Gerät mit Strom, verbindet es mit dem Netzwerk und Peripheriegeräten wie Drucker und zusätzlichem Monitor. Das umständliche Anschließen von verschiedenen Geräten entfällt.

Schnittstellen verbinden Computer mit Geräten:

- **USB (Universal Serial Bus):** für den Anschluss einer Vielzahl von externen Geräten wie Maus, Tastatur, Drucker, Scanner, Festplatten, USB-Sticks, Kameras ...
- **HDMI:** für die digitale Bild- und Ton-Übertragung, HDMI wird in der Unterhaltungselektronik zur Verbindung von TV-Geräten, Beamern und Monitoren zu Computern und anderen Geräten verwendet. HDMI beinhaltet auch einen Kopierschutz (DRM).
- **VGA** ist eine veraltete Schnittstelle für den Anschluss von Monitoren
- **DisplayPort:** hat im Computerbereich VGA abgelöst.
- **Netzwerkanschluss:** für Zugang zum LAN bzw. Internet.



1.3. Software und Lizenzierung

Software nennt man alle Arten von Computerprogrammen.

Man unterscheidet zwischen dem Betriebssystem und den Anwendungsprogrammen:

Betriebssysteme

Ein Betriebssystem ist die Software, die die Verwendung eines Computers ermöglicht. Das Betriebssystem **verwaltet den Zugriff auf die Hardware** (Speicher, Ein- und Ausgabegeräte wie Tastatur, Maus, Bildschirm etc.) und **steuert die Ausführung von Programmen**.

Bevor ein Anwendungsprogramm oder eine APP installiert werden kann, muss ein Betriebssystem vorhanden sein.

Bekannte Betriebssysteme sind z.B. **Microsoft Windows, Linux, Android** oder **Apple iOS** (für Smartphones) und **Mac OS**.

Anwendungsprogramme

- **Apps** (Abk. für Applikation) sind Programme. Sie werden in App Stores zum Download bereitgestellt. Apps gab es anfangs nur für Smartphones und Tablets, jetzt auch für PCs mit dem Betriebssystem Windows.
- **Textverarbeitung:** z.B. Word oder LibreOffice Writer
- **Tabellenkalkulation** z.B. Excel oder LibreOffice Calc
- **Datenbanken** arbeiten mit großen Mengen an Daten, die in Tabellen eingegeben werden: z.B. Access, MySQL oder LibreOffice Base.
- **Präsentation:** z.B. PowerPoint oder LibreOffice Impress für Vorträge
- **E-Mailprogramme:** z.B. Outlook, Windows Mail, Thunderbird
- **Webbrowser:** z.B. Internet Explorer, Edge, Firefox, Google Chrome, Opera, Safari (Apple)
- **Bildbearbeitungsprogramme** z.B. Photoshop, GIMP, Paint.NET...
- **Computerspiele**

Software kann **lokal auf dem Computer installiert** sein (z.B. Installation Microsoft Office) oder **online verfügbar sein** (z.B. Microsoft Office 365, Videobearbeitung von YouTube, Google Drive, Onlineversion von Photoshop etc.).

Bei einer **Installation eines Programms** oder einer App werden die Programmdateien auf das Gerät kopiert und zur Verwendung eingerichtet.

Wird ein Programm nicht mehr benötigt, kann man es **deinstallieren**.
Bei der Deinstallation werden die Programmdateien gelöscht.

Lizenzierung von Software

- **Kommerzielle Software:**

z.B. Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint,...) Windows 8, Photoshop, ...

Kommerzielle Software kostet Geld. Bei der Installation muss die Software mit einem Registrierungscode freigeschaltet werden.

Die erlaubten Nutzungsmöglichkeiten eines gekauften Programms sind in der **Benutzerlizenz** bzw. **Endbenutzerlizenz (EULA: End User License Agreement)** festgelegt.

Die Software Microsoft Office Home and Student 2016 darf nur auf einem PC installiert werden. Nur private Nutzung ist erlaubt.

Rechtmäßig erworbene (lizenzierte) Software erkennt man an der **Produkt-ID** und der **Produktregistrierung** für eine Person oder Firma.

- **Freeware:** Freewareprogramme können kostenlos genutzt werden.
- **Shareware:** Diese Programme dürfen für einen festgelegten Zeitraum zum Testen kostenfrei genutzt werden, dann wird der Benutzer aufgefordert, einen Kaufpreis zu bezahlen.
- **Demoversion (Probeversion, Testversion):** Zeitlich oder funktionsmäßig eingeschränkte Version eines Programms zum Kennenlernen.
- **Proprietäre Software:** Eine Veränderung der Software durch den Anwender ist nicht möglich bzw. nicht erlaubt, da der Quellcode¹ nicht veröffentlicht wird (*z.B. Windows, Microsoft Office*).
- **OpenSource:** OpenSource Software erlaubt den Benutzern die freie und kostenlose Weitergabe des Programms. Jeder darf den Quellcode (Programmcode) einsehen, ändern und das Programm weiter entwickeln.

Beispiele dafür sind das Betriebssystem Linux und die Programme LibreOffice, Firefox, GIMP und viele andere Programme.

1.4. Computer hochfahren und herunterfahren

Nach Einschalten startet der Computer das Betriebssystem. Diesen Vorgang nennt man auch **Booten**. Nach der Anmeldung (Eingabe von Benutzername und Passwort) kann man auf seine Daten und die Programme zugreifen.

Verlässt man den Computer, sollte man sich **abmelden**. Ein anderer Benutzer kann sich dann mit seinen Anmeldedaten anmelden.

Benötigt man den PC für längere Zeit nicht mehr, so kann er heruntergefahren oder in einen stromsparenden Ruhemodus versetzt werden.

1.5. Speicherung von Daten

Speichergrößen

Bit: ist die kleinste Maßeinheit für Informationen.

Nur zwei Zustände sind möglich: 0 oder 1.

Byte: 1 Byte = 8 Bits

Ein Buchstabe oder Ziffer benötigt mindestens ein Byte Speicherplatz.

¹ Der Quellcode besteht aus Programmzeilen, die der Programmierer geschrieben hat. Der Quellcode wird dann in ein ausführbares Programm übersetzt, das der Computer versteht.

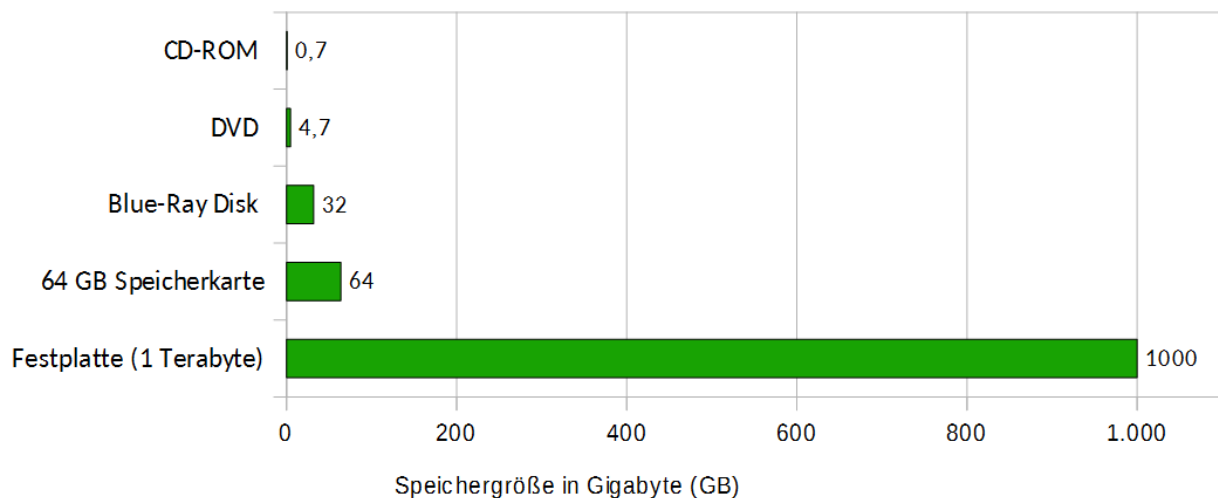
Kilobyte (KB)	≈ 1.000 Byte	<i>Eine bedruckte Seite hat ca. 2000 Zeichen (2 KB)</i>
Megabyte (MB)	≈ 1.000 KB	<i>Typische Fotos haben ca. 1 MB bis 6 MB</i>
Gigabyte (GB)	≈ 1.000 MB	<i>Eine Film-DVD hat 4 bis 8 GB Speicher</i>
Terabyte (TB)	≈ 1.000 GB	<i>ca. 200 Stunden hochauflösende Kinofilme</i>

Der Einfachheit halber wird statt der korrekten Umrechnungszahl 1024 ($= 2^{10}$) mit 1000 gerechnet.

Speichermedien

- **Festplatten oder SSDs** können im PC eingebaut sein oder als externe Geräte angeschlossen werden. *Aktuelle Geräte haben Festplatten von 250 GB bis zu mehreren TB.*
- **CDs (Compact Disc)** sind ein optisches Speichermedium für Musik und Daten aller Art. CD Rohlinge (leere beschreibbare CDs) können mit einem CD- bzw. DVD-Brenner beschrieben werden.
- **DVDs** unterscheiden sich durch ihre höhere Speicherkapazität von CDs.
- **Blu-ray Disks** werden für Videos verwendet.
- **USB-Sticks und Speicherkarten**
USB-Sticks und Speicherkarten sollten nicht während eines Speichervorgangs abgesteckt werden, da sonst Daten verloren gehen können.
*So entfernt man diese Speichermedien ordnungsgemäß: Im Infobereich der Taskleiste kann der Datenträger **sicher entfernt** bzw. **ausgeworfen** werden.*
- **NAS (Network Attached Storage)** sind im Netzwerk verfügbare Speichermedien. Ein NAS ist ein einfach zu verwaltender Dateiserver – vereinfacht gesagt – ein Gehäuse mit einer oder mehreren eingebauten Festplatten. Rechner im Netzwerk können auf die dort gespeicherten Daten zugreifen und Programme gemeinsam nutzen.
- **Online Datenspeicher:** wird von Anbietern im Internet bereitgestellt.
Bekannte Anbieter sind [dropbox.com](https://www.dropbox.com), drive.google.com, [box.com](https://www.box.com), Microsoft mit [OneDrive](https://www.onedrive.com).
Vorteile: Der Datenzugriff kann von überall über das Internet erfolgen. Dateien und Ordner können für andere Anwender zur Ansicht oder Bearbeitung freigegeben werden.

Speichergrößen im Vergleich



1.6. Netzwerkbegriffe

Ein Netzwerk entsteht, wenn verschiedene Geräte wie Computer, Drucker und Server miteinander verbunden werden.

Ein wichtiger Vorteil ist die gemeinsame Nutzung der Ressourcen: Drucker, Speicherplatz und Zugang zum Internet können von allen Computern im Netzwerk genutzt werden.

Ein Computernetzwerk dient auch der internen Kommunikation in Firmen und Schulen.

Sicherheit im Netzwerk

Ein Netzwerk ermöglicht vielen Computern den Zugriff auf Daten. Durch die Anmeldung mit Benutzernamen und Passwort wird sichergestellt, dass nur berechtigte Benutzer auf die Daten zugreifen können.

- **WLAN: (Wireless Local Area Network - drahtloses lokales Netzwerk):** Mehrere Rechner sind durch ein Funknetzwerk miteinander verbunden (fast alle Notebook haben WLAN).

Hot Spots sind öffentliche drahtlose Internetzugangspunkte. Sie sind z.B. in Bibliotheken, Krankenhäusern, Flughäfen, Bahnhöfen, Gastronomie und Hotels installiert.



Gesichertes WLAN mit Verschlüsselung

Gesichertes WLAN:

Die Daten werden verschlüsselt übertragen.

Die Verschlüsselungsmethoden WPA bzw. WPA2 gelten als sicher.

Um ein gesichertes WLAN benutzen zu können, muss ein **Passwort** eingegeben werden.

Offene WLANs

Öffentliche Netzwerke sind meist **offen** – die Datenübertragung erfolgt unverschlüsselt.

Offene WLANs kann man ohne Eingabe eines Passworts verwenden.

- **LAN (Local Area Network - Lokales Netzwerk):**
Ein LAN ist ein Netzwerk innerhalb einer Schule oder einer Firma.
- Ein **Intranet** ist ein Netzwerk, das **nur** innerhalb einer Firma oder Organisation verfügbar ist und im Gegensatz zum Internet nicht öffentlich ist.
- **Virtual Private Network (VPN):** Ein VPN ermöglicht den verschlüsselten und sicheren Zugriff von außen auf ein Netzwerk, als wäre man selbst innerhalb des Netzwerkes. Damit erhält zum Beispiel ein Mitarbeiter auf Geschäftsreise Zugriff auf alle Daten seiner Firma als wäre er auf dem Arbeitsplatz im Büro.
- **Netzlaufwerk:** Ist ein Ordner auf einem Server, der in einem Netzwerk frei gegeben wurde. Von anderen PCs aus können auf Netzlaufwerken Dokumente gespeichert oder abgerufen werden. Netzlaufwerke sind ideale Speichermedien für die Zusammenarbeit von Nutzern.
- **Internet:** Ist das größte Computernetzwerk. Es besteht aus vielen Netzwerken und verbindet Millionen von Computern. Die wichtigsten Dienste des Internets sind

E-Mail: elektronischer Briefverkehr

WWW (World Wide Web):

Webseiten sind durch Verknüpfungen (Links) miteinander verbunden.

IM Instant Messaging:

Unterhaltung (Chatten) per Textnachricht in **Echtzeit** z.B. über Facebook oder WhatsApp.

VOIP: Internettelefonie (**V**oice **O**ver **I**nternet **P**rotocol)

z.B. mit **Skype** oder Gespräch per **WhatsApp**.

Gespräche werden über das Internet übertragen

Upload, Download und Übertragungsgeschwindigkeit von Daten

- **Upload:** Daten werden von einem Rechner ins Internet kopiert – z.B. ein Foto auf Facebook.
- **Download:** Aus dem Internet werden Daten auf den eigenen Rechner heruntergeladen – z.B. eine Musikdatei oder ein Programm.
- **Übertragungsgeschwindigkeit = Übertragungsrate = Datenrate:**

Im Unterschied zu den üblichen Speicherangaben in Byte wird die Übertragungsgeschwindigkeit in **Bits** pro Sekunde angegeben:

Bit/s (Bits pro Sekunde) = Anzahl der Bits die pro Sekunde übertragen werden

Kbit/s (Kilobits pro Sekunde) = 1024 bit/s (ca. 1000 bit/s)

Mbit/s (Megabits pro Sekunde) = 1 048 576 bit/s (ca. 1 Million bit/s)

Gbit/s (Gigabits pro Sekunde) = ca. 1 Milliarde bit/s

Ein schneller Internetzugang (Breitbandanschluss) kann bis zu 300 Mbit/s erreichen. In einem lokalen Netzwerk werden kann die Datenrate über 1 Gbit/s liegen.

Beispiel: Kann der Download von 10 MB (Megabyte) unter einer Sekunde dauern? Anbindung an das Internet: 50 Mbit/s.

Lösung: 10 MB sind 80 Mbit. Nachdem in einer Sekunde maximal 50 Mbit heruntergeladen werden kann, wird der Download etwas mehr als eine Sekunde dauern.

Anbindung an das Internet:

Es gibt verschiedene Techniken, um einen Zugang zum Internet herzustellen:

- **Telefonleitung per ADSL (Asymmetric Digital Subscriber Line):** Breitbandanschluss über vorhandenen Festnetzanschluss
- **Mobilfunk:** UMTS/3G bis 42 Mbit/s, LTE/4G (neueste Technologie) bis 300 Mbit/s
- **Kabel:** Internetanschluss über TV-Kabel
- **Wi-Fi bzw. WLAN: (Wireless Local Area Network - drahtloses Lokales Netzwerk):** Die Rechner greifen über ein Funknetzwerk auf ein Gerät (z.B. ein Router) zu, das den Zugang zum Internet bereitstellt.
- **Satellit:** Die Internetverbindung über Satellit funktioniert auch in abgelegenen Regionen.

Internet Service Provider (ISP) sind Firmen, die einen Zugang zum Internet gegen Bezahlung bereitstellen. ISPs sind z.B. Mobilfunkanbieter, Festnetztelefonieanbieter und Kabel-TV Anbieter.

Oft werden **Breitbandanschlüsse** mit Flatrate (unbeschränktes Datenvolumen mit monatlichen Fixkosten) angeboten.

Wichtige Kriterien bei der Wahl eines ISP sind die Download- und Uploadgeschwindigkeit und der monatliche Pauschalpreis. Im Internet finden sich Internettarif-Rechner, die bei der Auswahl eines Providers behilflich sind.

2. Sicherheit und Wohlbefinden

2.1. Daten und Geräte schützen

PCs, Smartphones, Tablets speichern bzw. haben Zugriff auf wertvolle Daten. Damit diese Daten nicht verloren gehen oder ausspioniert oder unbefugt verändert werden, sollten verschiedene Sicherheitsmaßnahmen ergriffen werden:

Gute Passwörter/Kennwörter verwenden

Benutzername und Passwort ermöglichen nur befugten Benutzern den Zugang.
Ein gutes Passwort sollte

- aus Klein- und Großbuchstaben, Ziffern und Sonderzeichen bestehen
- eine Mindestlänge von 8 Zeichen haben
- nicht in einem Wörterbuch stehen
- keinen persönlichen Bezug haben wie Geburtsdatum, Namensteile etc.
- regelmäßig geändert werden

Gutes Passwort: mVi1963g! (Merkhilfe: **mein Vater ist 1963 geboren!**)

Schlechte Passwörter: 12345 qwertz geheim hallo boss password ...

Wenn man für jeden Zugang das gleiche Passwort verwendet, geht man ein großes Risiko ein! Wenn jemand z.B. das Passwort für Facebook kennt, kann er auch die E-Mails lesen und so zu weiteren Informationen gelangen.

Für jeden Zugang sollte ein eigenes Passwort verwendet werden!

Firewall

Die Firewall kontrolliert den Datenverkehr zwischen den Computern. Sie schützt Computer vor unerwünschten Zugriffen über das Netzwerk. Moderne Betriebssysteme wie Linux oder Windows haben eine Firewall als Software dabei.

Backup

Der Computer ist kaputt – wo sind meine Daten?

Wenn eine Festplatte defekt wird oder ein Brand ausbricht, können Computerdaten zerstört werden. Man erstellt daher **Sicherheitskopien** (Backups) auf externe Datenträger (Festplatten, DVDs, etc.) mit denen man die Daten im Unglücksfall wiederherstellen kann.

Die Sicherheitskopien sollten unbedingt an einem anderen Ort aufbewahrt werden, damit sie im Schadensfall nicht auch zerstört werden!

2.2. Malware und Antivirensoftware

Was ist eine Malware?

Malware ist ein Überbegriff für verschiedene Typen von unerwünschten Programmen. Wenn der Computer langsamer als sonst reagiert oder nicht mehr wie gewohnt funktioniert, kann Malware die Ursache sein.

Malware kann persönliche wichtige Daten ausspähen, weiterleiten oder zerstören, man sollte daher Malwareprogramme unbedingt vermeiden!

Grundlegende Typen von Malware

Computerviren sind die älteste Art der Malware. Sie verbreiten sich, indem sie Kopien von sich selbst in Programme, Dokumente oder Datenträger schreiben.

Ein **Computerwurm** ähnelt einem Computervirus, verbreitet sich aber direkt über Netze wie das Internet und versucht, in andere Computer einzudringen.

Ein **Trojanisches Pferd** (kurz Trojaner) ist eine Kombination eines (manchmal nur scheinbar) nützlichen Wirtsprogrammes mit einem versteckt arbeitenden, bösartigen Teil. Ein Trojanisches Pferd verbreitet sich nicht selbst, sondern wirbt mit der Nützlichkeit des Wirtsprogrammes für seine Installation durch den Benutzer.

Spyware und Adware (zusammengesetzt aus **advertisement** und **Software**) forschen den Computer und das Nutzerverhalten aus und senden die Daten an den Hersteller oder andere Quellen, um diese entweder zu verkaufen oder um gezielt Werbung zu platzieren. Diese Form von Malware wird häufig unbemerkt zusammen mit anderer, nützlicher Software installiert..

Wie kommt ein Virus auf meinen PC?

Infizierte Dateien können als E-Mailanhang oder durch Download aus dem Internet auf den PC kopiert werden. Wenn ein infiziertes Programm aufgerufen wird, verbreitet sich der Virus.

Auch beim Besuch einer Webseite kann der Computer infiziert werden (Drive-by-Download). Besonders groß ist die Gefahr, wenn das Betriebssystem und der Browser ohne die aktuellen Sicherheitsupdates verwendet werden.

Auch USB-Sticks können Malware enthalten:

Beispiel: ein Mitarbeiter einer Firma findet auf dem Parkplatz einen „verlorenen“ USB-Stick. Weil er wissen will, welche Dateien darauf gespeichert sind, steckt er ihn an seinen PC an. Der präparierte Stick installiert unauffällig eine Software, die die Firmendaten ausspioniert.

Wie schütze ich mich vor Malware?

- keine Programme aus unsicheren Quellen installieren
- keine unbekanntes E-Mailanhänge öffnen
- eine Anti-Viren-Software installieren: Für Privatanwender ist das in Windows 10 enthaltene das Antivirenprogramm Windows Defender ausreichend.
- **Antiviren-Programme aktualisieren sich automatisch, damit auch die neuesten Viren erkannt werden.**
- **Das Betriebssystem und die Programme müssen die aktuellsten Sicherheitsupdates installiert haben.** *Das Betriebssystem Windows und viele Browser aktualisieren sich automatisch.*

3. Ergonomie und Gesundheit

Ergonomie hat das Ziel, Arbeitnehmer vor körperlichen Schäden durch ihre Arbeit zu schützen.

Nicht ergonomisch eingerichtete Arbeitsplätze können zu körperlichen Beschwerden und chronischen Erkrankungen führen! Der Arbeitsplatz soll möglichst optimal gestaltet sein:

- Richtiges Licht – keine Blendung – kein Gegenlicht
(z.B. Monitor im rechten Winkel zum Fenster)
- Richtige Position von Tastatur und Monitor, höhenverstellbarer Drehsessel.
- Bei der Arbeit mit dem Computer sollten zwischendurch Pausen eingelegt werden. Bewegungs- und Dehnungsübungen halten fit.

4. Computer und Umwelt - Green-IT

Unter **Green-IT** versteht man Bestrebungen, die Herstellung, Anwendung und Entsorgung von Geräten möglichst umweltschonend zu gestalten:

- Computer, Handys, Drucker, Batterien und Akkus, enthalten wertvolle Rohstoffe und sollten recycelt werden.
- Druckerpatronen und Tonerbehälter können wieder befüllt oder recycelt werden.
- Computer brauchen Strom: Ein PC sollte ausgeschaltet werden, wenn er nicht gebraucht wird. Aktuelle PCs gehen bei Nichtverwendung in einen Ruhezustand mit minimalem Stromverbrauch.
- Mobile Geräte wie Smartphones und Tablets haben eine Hintergrundbeleuchtung. Wenn man die Helligkeit verringert oder die Beleuchtung automatisch nach kurzer Zeit abschalten lässt, hält die Akkuladung deutlich länger.

5. Hilfsmittel: (nicht nur) für Menschen mit Behinderung:

- **Spracherkennungssoftware** ermöglicht die Eingabe von Befehlen und Texten mit gesprochenen Befehlen. So kann man den Computer ohne Tastatur und Maus bedienen.
- Ein **Bildschirmleseprogramm (Screenreader)** liest den Inhalt einer Bildschirmseite vor.
Blinde können so ohne Monitor mit dem PC arbeiten.
- **Bildschirmlupe:** vergrößert einen Bereich des Bildschirms
Sehbehinderte Menschen können damit leichter Texte lesen.
- **Bildschirmtastatur:** kann mit Maus oder Finger (Touchscreen) bedient werden.
Auf Smartphones und Tablets verwendet man immer eine Bildschirmtastatur für die Texteingabe.
- **Kontraststarke Darstellung:** verbessert die Lesbarkeit für Sehbehinderte

Inhaltsverzeichnis

1. Computer und mobile Endgeräte.....	2
1.1. Informations- und Kommunikationstechnologie (IKT).....	2
1.2. Hardware.....	2
Arten von Computern.....	2
Hauptbestandteile des Computers.....	2
Welche Faktoren beeinflussen die Computerleistung?.....	3
Interne Geräte sind im Computer eingebaut.....	3
Externe Geräte werden an den Computer angeschlossen.....	3
Schnittstellen verbinden Computer mit Geräten:.....	4
1.3. Software und Lizenzierung.....	4
Betriebssysteme.....	4
Anwendungsprogramme.....	4
Lizenzierung von Software.....	5
1.4. Computer hochfahren und herunterfahren.....	5
1.5. Speicherung von Daten.....	5
Speichergrößen.....	5
Speichermedien.....	6
Speichergrößen im Vergleich.....	6
1.6. Netzwerkbegriffe.....	7
Sicherheit im Netzwerk.....	7
Upload, Download und Übertragungsgeschwindigkeit von Daten.....	8
Anbindung an das Internet:.....	8
2. Sicherheit und Wohlbefinden.....	9
2.1. Daten und Geräte schützen.....	9
Gute Passwörter/Kennwörter verwenden.....	9
Firewall.....	9
Backup.....	9
2.2. Malware und Antivirensoftware.....	9
Was ist eine Malware?.....	9
Grundlegende Typen von Malware.....	10
Wie kommt ein Virus auf meinen PC?.....	10
Wie schütze ich mich vor Malware?.....	10
3. Ergonomie und Gesundheit.....	10
4. Computer und Umwelt - Green-IT.....	11
5. Hilfsmittel: (nicht nur) für Menschen mit Behinderung:.....	11