

#### PROJETO TELECENTRO

O combate à exclusão digital só é possível se a tarefa for encarada pelos governos como uma política pública. A desigualdade tecnológica e o acesso à informação aumentam o abismo entre ricos e pobres, sendo a mais nova face da exclusão social.

Diante deste quadro, a Fundação Municipal de Educação em parceria com a Subsecretaria Municipal de Modernização Administrativa elaborou o Plano de Inclusão Digital, que consiste em implantar Telecentros nas áreas mais carentes da cidade, além de ações de aprendizagem da informática, cidadania e bom uso das ferramentas da rede mundial de computadores.

Os Telecentros chegam com o propósito de diminuir os índices de exclusão digital e social e oferecer capacitação profissional através de uso livre, cursos e oficinas. Além disso, os Telecentro têm por objetivo disseminar a utilização de Softwares Livres e possibilitar a criação instrumentos de comunicação e interação para as comunidades da cidade.

As unidades de Telecentros são espaços com computadores conectados à Internet banda larga. Cada uma dessas unidades possuem entre 8 e 20 micros. O uso livre dos equipamentos e cursos de informática básica e as oficinas são os principais serviços oferecidos à população.

A Prefeitura Municipal de Niterói e a Fundação Municipal de Educação acreditam estar cumprindo suas propostas de governo ao viabilizar um projeto que tanto valor social agrega aos moradores das regiões mais carentes de nossa cidade.

Esta apostila foi revista e adaptada pela equipe do Projeto Telecentro de Niterói, a partir de uma já criada pela Remington, empresa fabricante de máquinas de escrever. O trabalho realizado para a elaboração consistiu em uma reorganização e adaptação das informações a fim de manter a linha adotada pelo projeto Telecentro.

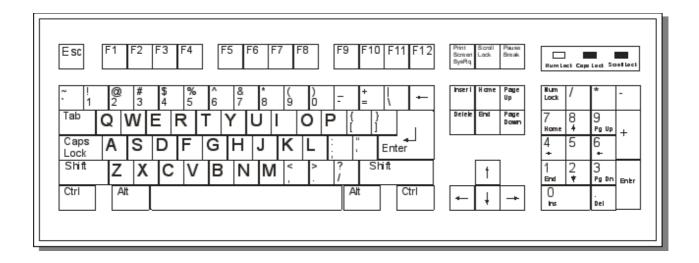


# INTRODUÇÃO

Esta apostila é destinada à todas as pessoas que desejam aprender "Digitação" corretamente utilizando os dez dedos e sem olhar para o teclado e nem para a tela.

O nosso objetivo é que, ao final deste curso, você possa se tornar mais um profissional que sabe extrair o máximo dos inúmeros recursos disponibilizados pelo microcomputador.

Iniciaremos o trabalho fazendo uma breve, porém importante, apresentação do principal elemento com o qual vocês irão estabelecer um contado direto durante as próximas aulas, o TECLADO.



Este curso será baseado no teclado usado pela grande maioria dos computadores dos nossos Telecentros, conhecido como Teclado ABNT2. Existe também o teclado ABNT 101/102 ou mais comumente chamado Teclado Padrão. As diferenças entre eles são bastante pequenas, talvez uma das mais significativas seja a de que neste segundo a letra Ç não aparece.



## Onde está a cedilha (c) no teclado ABNT padrão?

A cedilha (ç) é digitada a partir de uma combinação das teclas *acento agudo* (') e a letra c (c), como veremos no exemplo a seguir:

Vamos agora ter uma visão geral do teclado e das principais teclas por ele utilizadas.

## Teclas de funções (F1 a F12)



São as teclas utilizadas para as funções operacionais. Elas servem para agilizar algumas operações. Por exemplo, para acessar a ajuda em determinados programas se utiliza a tecla (F1) ou então para repetir o último fragmento digitado (F4). Durante a digitação de textos, estas teclas são muito utilizadas em conjunto com Ctrl – Alt e Shift.

Vamos ver a seguir as principais funções e formas de utilização de cada uma destas teclas mencionadas acima:

Esc

A tecla Esc é muito utilizada para interromper a execução de determinados programas em ambiente Windows, sem a necessidade dos procedimentos normais de finalização. Em ambiente DOS, funciona de modo semelhante, possibilitando o cancelamento de instruções ou a saída de telas de configuração.



Shift

Tecla usada, normalmente, para grafar iniciais em maiúsculas (mantendo pressionada Shift e apertando a tecla da letra que se deseja em maiúscula). Com Shift, como explicamos, você também digita os sinais gráficos secundários e de acentuação e pontuação.

A tecla Shift pode ser utilizada também para selecionar fragmentos de texto. Normalmente

para esta função utiliza-se o mouse, mas um digitador rápido pode fazer isso muito melhor se utilizando do teclado. Para isso, basta levar o cursor do início ao fim do trecho ou palavra que você deseja grifar mantendo sempre a tecla Shift pressionada.

Alt

Esta tecla costuma ser pouco utilizada pelo digitador no ambiente dos editores de textos. Pode ser, por exemplo, para acionar um caracter especial ou terceiro símbolo de uma tecla. Esta tecla Alt funciona como se fosse um Shift secundário.

Ctrl

A tecla Ctrl (control) é muito usada para determinadas operações especiais (teclas de atalho). Para isso, ela é combinada com outras teclas. O bom uso da tecla Ctrl aumenta enormemente a velocidade do digitador, que passa a dispensar o uso do mouse.

# Função e utilização das principais teclas

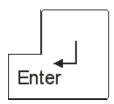
Veremos a seguir as principais funções e formas de utilização de algumas



teclas que são bastante utilizadas durante um trabalho de digitação.



A tecla Backspace, representada pela própria palavra ou então apenas por uma seta no sentido da direita para a esquerda, retorna o cursor, apagando o que foi digitado até o início do parágrafo. Se você continuar pressionando, ela saltará para o parágrafo anterior e continuará "comendo" o texto.



A maior tecla do teclado. Usada para marcar o final de um parágrafo. Ou seja: ao concluir um período digitado, pressione Enter para saltar para o parágrafo seguinte, e a seguir, TAB para avançar para a primeira tabulação.

Atenção! Lembre-se que o editor de textos salta normalmente para a próxima linha.



É a tecla usada para avançar marcas de tabulação. Sua função mais utilizada é demarcar o início do parágrafo. A tecla Tab é muito usada também para avançar campos, para avançar de uma célula para outra em uma tabela ou então para retornar para uma célula anterior, neste caso é necessário pressionar a tecla Shift juntamente com a tecla Tab.

Caps Lock

Tecla de acionamento de maiúsculas. Atenção! A tecla Caps Lock acionada



(luz indicadora acesa) mantém todo o texto em maiúsculo. Ela não habilita os sinais gráficos secundários (aqueles que ficam em cima do números na quarta fileira ou em teclas de acentuação e pontuação), para digita- los é preciso pressionar a tecla Shift.

Insert

Quando pressionada, a tecla Insert provoca a substituição de um texto que já está escrito pelo novo texto. Ou seja, o novo texto irá apagando o texto escrito anteriormente daquele ponto para frente. Se em algum momento o texto que você está digitando for 'engolindo' o que já está escrito, desabilite a tecla Insert, que deve ter sido pressionada por engano.



A tecla Delete serve para apagar dados. Basta selecionar o fragmento que deseja destruir e pressionar a tecla Delete. Caso você se arrependa de ter eliminado determinada parte do texto, basta apenas utilizar o comando Ctrl + Z para desfazer a operação.

# Print Screen SysRg, Scroll Lock e Pause Break

Print	Scroll	Pause
Screen	Lock	Break
SysRq		

São teclas muito utilizadas em ambiente DOS, servindo para avanço e interrupção das 'rolagens' de dados pela tela do micro.

Em alguns editores de texto, a tecla Print Screen SysRq serva para capturar integralmente a tela que está sendo visualizada, jogando- a na área de transferência, para depois edita- la em outra ferramenta gráfica.

	Insert	Home	Page Up	
<u>Apo</u>	Delete	End	Page Down	telecentro educação e inclusão digital

## Teclas de cursor

Como o nome já diz, são as teclas que permitem deslocar o cursor pelo documento. Além das setinhas que estão agrupadas entre os teclados numérico e alfanumérico, existem ainda as seguintes teclas do cursor:

## **HOME** – Tem duas funções semelhantes:

- Se utilizado juntamente com a tecla Ctrl remete o cursor para o início do documento;
- Se utilizado sem o auxílio de nenhuma outra tecla, remete o cursor para o início da linha.
  - END Também possui duas formas semelhantes de ser utilizada:
- Se utilizado juntamente com a tecla Ctrl remete o cursor para o final do documento;
- Se utilizado sem o auxílio de nenhuma outra tecla, remete o cursor para o final da linha.
- **PAGE UP** Desloca o cursor em "saltos" para um ponto anterior ao que está sendo lido ou digitado.
- PAGE DOWM Desloca o cursor em "saltos" para um ponto posterior ao que está sendo lido ou digitado.

## Luzes indicadoras





Estas luzes servem para indicar se algumas funções estão ou não ativadas: Caps Lock(maiúsculas), Num Lock (teclado numérico) e Scroll Lock.

## Teclado Numérico

Num Lock	/	*	-
7 Home	8	9 Pg Up	+
4	5	6	•
1 End	2	3 Pg Dn	Enter
0 Ins		Del	

O teclado do microcomputador tem um teclado numérico separado. Os números permanecem na quarta fileira de teclas. Este teclado numérico fica à direita do teclado e permite a digitação dos números com grande rapidez, incorporando também as teclas que permitem operações matemáticas básicas. Para que ele possa ser utilizado, é preciso primeiro que se pressione a tecla Num Lock. Para se tornar um digitador de números eficiente, você precisará usar o teclado numérico, exclusivamente com a mão direita.

### PROCESSADOR DE TEXTO

Este é um dos programas mais usados pela maioria das pessoas que trabalham com comutador e também uma forma de familiarizar-se com seu equipamento.

O processador de texto é um programa usado para escrever no computador.



Com ele, é possível escrever de uma simples carta até um livro inteiro, garantindo uma flexibilidade, agilidade, produção, edição e finalização de textos.

## Recurssos especiais

Com o tempo, recursos cada vez mais sofisticados foi acrescentado aos processadores de texto para facilitar o trabalho, aumentar a produtividade, reduzir o número de erros e embelezar o documento. Os resultados são programas tão cheios de recursos que é necessário um tempo considerável para domina- los por completo.

## A digitação

Para se digitar um texto, é necessário um mínimo de conhecimento das teclas de edição e posicionamento do cursor disponíveis no teclado: Insert, Delete, Home, End, page Up, Page Down, Backspace e as setas de direcionamento do cursos (para cima, para baixo, esquerda e direita).

# ALGUNS CUIDADOS COM A POSTURA E O MOBILIÁRIO

A utilização do microcomputador por um tempo prolongado pode acarretar problemas de saúde se não forem tomados alguns cuidados com a postura e o tipo de equipamento utilizado.

As principais regiões afetadas são as seguintes:





**Pescoço** – As recomendações são para que o topo da tela esteja no mesmo nível dos olhos, o que mantém a cabeça na posição correta, na vertical. O monitor colocado muito para baixo, o que é comumente observado, força a cabeça para frente. Esta posição provoca uma tensão desnecessária no pescoço.

Olhos – Sem dúvida, uma das maiores reclamações dos usuários é a fadiga crônica dos olhos. Pressão na vista, olhos ressecados, lagrimação e visão cansada são sintomas comuns. Embora nem

sempre seja possível eliminar completamente todos estes desconfortos, simples mudanças na estação de trabalho podem significar uma redução dos inconvenientes. É aconselhável que sejam feitas paradas frequentes enquanto se utiliza o computador.

Região lombar – Cadeira inadequada é o maior causador de dores nas costas. O encosto da cadeira precisa estar posicionado exatamente na curvatura lombar, fazendo com que a coluna se mantenha apoiada. O encosto também deve ser flexível a ponto de não permitir que o usuário escorregue para trás.

#### Recomendações sobre o mobiliário

Cadeira – Altura regulável e em que o encosto fique posicionado exatamente na curvatura lombar. É importante que os pés estejam firmes no chão, caso contrário o usuário deverá providenciar um suporte para eles.



Mesa – É preciso que tenha regulagem independente de altura para monitor e teclado. A borda superior da tela tem quee star na altura dos olhos e o teclado coincidir com a altura do cotovelo.

Tela anti-reflexiva – A maioria dos monitores, aproximadamente 88%, apresentam um nível de reflexão acima do aceitável. Isso provoca o cansaço da vista de quem está diante do micro digitando durante algumas horas. Aconselha- se a utilização de uma tela anti-reflexiva que como o próprio nome já diz, auxilia na redução do reflexo causado pelo monitor de vídeo.

Apoio para pulsos e palma da mão - O pulso não pode ficar em posição quebrada durante o período em que o usuário estiver digitando, este é um dos agravantes da tenossinovite. É importante que se mantenha o pulso sempre neutro e isso pode ser obtido através de um apoio de mão, de preferência de espuma.

Suporte para documento – Todo o digitador deve descansar ao menos 5 minutos para cada hora corrida de trabalho. Todas essas medidas mencionadas até aqui são formas de amenizar o cansaço causado contato direto com micro durante muitas horas seguidas. O documento que está servindo de base para o digitador deve permanecer no suporte para documento que deve ficar preso ao monitor.

### MÉTODOS E TÉCNICAS PARA SE TREINAR A CÓPIA DE DOCUMENTOS

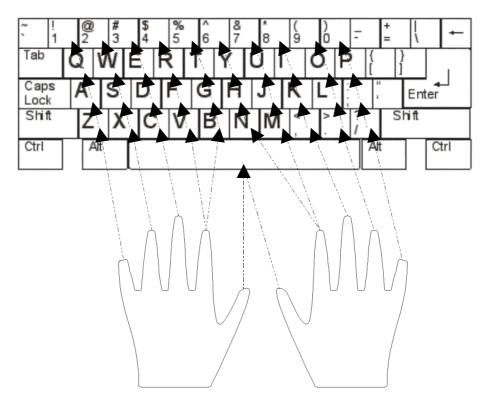
Os exercícios que serão apresentados a seguir são fundamentais para que você domine uma das principais habilidades do bom digitador: copiar textos sem olhar para o teclado ou para o monitor.

É necessário trabalhar o hábito de olhar para o documento que se está digitando, pois é preciso acostumar a visão ao texto completo e saber enxergar, no mio do documento, a linha que está sendo copiada.

A posição correta das mãos no teclado é aquela em que os dedos ficam pousados na segunda fileira. Observe na figura abaixo, que o dedo indicador da mão esquerda assume as teclas R, F,V, T, G e B, enquanto que o indicador da mão



direita assume as teclas U, J, M, Y, H e N.



Colocação dos dedos na segunda fileira do teclado

## Utilização da mão esquerda:

Letra A – o primeiro dedo da mão esquerda (minímo)

Letra  $\mathbf{S}$  – o segundo dedo da mão esquerda (anular)

Letra **D** - o terceiro dedo da mão esquerda (médio)

Letras  $\mathbf{F}$  e  $\mathbf{G}$  – o quarto dedo da mão esquerda (indicador)

Utilização da mão direita:

Letra Ç – primeiro dedo da mão direita (mínimo)



Letra L - segundo dedo da mão direita (anular)

Letra **K** – terceiro dedo da mão direita (médio)

Letras Je H – quarto dedo da mão direita (indicador)

## Utilização do dedo Polegar

Bate- se o espaço com o dedo polegar, quer com a mão direita ou com a mão esquerda, dependendo da facilidade e/ou preferência do usuário.

As outras teclas do teclado de digitação são acessadas pelos dedos correspondentes, tendo sempre como base a posição adotada na segunda fileira do teclado.

## INÍCIO DA PARTE PRÁTICA DO CURSO

Você inicia agora o seu curso de digitação. A partir desta aula, você terá uma seqüência de muitos exercícios para facilitar a prática e fixação de todas as informações vistas até o momento. O objetivo destes exercícios é dar habilidade e agilidade na digitação, fatores decisivos para a disputa de uma vaga no mercado de trabalho. Não se preocupe com o tempo que você irá levar para concluir o curso, o mais importante é conclui- lo sem pular etapas e sem interrompê- lo. Dedique uma hora do seu dia para vir até a sua aula de digitação e tudo o que você fizer, faça com capricho.

## Memorização Fase 1

Nesta primeira fase, a mais importante do aprendizado, você conhecerá a posição das letras do teclado alfabético ABNT2. Todo o seu desenvolvimento posterior irá depender do bom desempenho



nas próximas lições.

Ao copiar os exercícios a seguir, tecle ENTER ao final de cada linha para saltar para a linha seguinte.

Os exercícios devem ser feitos como a Lição 1 abaixo. Os espaços devem ser dados corretamente, pois fazem parte dos exercícios.

#### Exercícios da Fase 1

## Lição 1

asdfg asdfg

## Lição 2

hjklç hjklç

#### Lição 3

gfdsa gfdsa

## Lição 4

çlkjh çlkjh

## Lição 5

asdfghjklç asdfghjklç

### Lição 6



çlkjhgfdsa çlkjhgfdsa

### Lição 7

gfdsaçlkjh gfdsaçlkjh

### Lição 8

hjklçasdfg hjklçasdfg

## Lição 9

açsldkfjgh açsldkfjgh

## Lição 10

ghfjdkslaç ghfjdkslaç

Colocação dos dedos na terceira fileira do teclado

#### Utilização da mão esquerda:

Letra **Q** – o primeiro dedo da mão esquerda (minímo)

Letra W – o segundo dedo da mão esquerda (anular)

Letra E – o terceiro dedo da mão esquerda (médio)

Letras **R** e **T** – o quarto dedo da mão esquerda (indicador)



#### Utilização da mão direita:

Letra **P** – primeiro dedo da mão direita (mínimo)

Letra **O** – segundo dedo da mão direita (anular)

Letra I – terceiro dedo da mão direita (médio)

Letras U e Y – quarto dedo da mão direita (indicador)

## Lição 11

qwert qwert

### Lição 12

yuiop yuiop

### Lição 13

trewq trewq

### Lição 14

poiuy poiuy

### Lição 15

qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop



qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop qwertyuiop

## Lição 16

poiuytrewq poiuytrewq

## Lição 17

trewqpoiuy trewqpoiuy

## Lição 18

yuiopqwert yuiopqwert

## Lição 19

qpwoeiruty qpwoeiruty

## Lição 20

tyrueiwoqp tyrueiwoqp

Colocação dos dedos na primeira fileira do teclado

## Utilização da mão esquerda:

Letra **Z** – o primeiro dedo da mão esquerda (minímo)



Letra X – o segundo dedo da mão esquerda (anular)

Letra C – o terceiro dedo da mão esquerda (médio)

Letras V e B – o quarto dedo da mão esquerda (indicador)

## Utilização da mão direita:

```
Letra ; e : - primeiro dedo da mão direita (mínimo)
```

Letra . e > - segundo dedo da mão direita (anular)

Letra, e < - terceiro dedo da mão direita (médio)

Letras M e N – quarto dedo da mão direita (indicador)

## Lição 21

```
zxcvb zxcvb
```

## Lição 22

#### Lição 23

```
bvcxz bvcxz
```

## Lição 24

```
;.,mn ;.,mn
```

## Lição 25



```
zxcvbnm,.; zxcvbnm,.;
```

### Lição 26

```
;,,mnbvcxz ;,,mnbvcxz
```

## Lição 27

```
bvcxz;.,mn bvcxz;.,mn
```

## Lição 28

```
nm,.;zxcvb nm,.;zxcvb
```

### Lição 29

```
z;x.c,vmbn z;x.c,vmbn
```

### Lição 30

```
bnvmc,x.z; bnvmc,x.z;
```

Colocação dos dedos na quarta fileira do teclado

## Utilização da mão esquerda:



Letra 1 – o primeiro dedo da mão esquerda (minímo)

Letra 2 – o segundo dedo da mão esquerda (anular)

Letra 3 – o terceiro dedo da mão esquerda (médio)

Letras 4 e 5 – o quarto dedo da mão esquerda (indicador)

## Utilização da mão direita:

Letra 0 - primeiro dedo da mão direita (mínimo)

Letra 9 – segundo dedo da mão direita (anular)

Letra 8 – terceiro dedo da mão direita (médio)

Letras 7 e 6 - quarto dedo da mão direita (indicador)

## Lição 31

12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345
12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345
12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345	12345

### Lição 32

```
67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890 67890
```

## Lição 33

54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321
54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321
54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321	54321

## Lição 34



09876 09876

### Lição 35

1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890 1234567890

### Lição 36

### Lição 37

5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876 5432109876

### Lição 38

6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345 6789012345

### Lição 39

1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756 1029384756

### Lição 40

5647382910 5647382910 5647382910 5647382910 5647382910 5647382910 5647382910 5647382910 5647382910



5647382910 5647382910 5647382910 5647382910 5647382910

Se ainda houver dúvidas quanto à colocação dos dedos no teclado, veja na página 12.

## Memorização da Fase 2

Nesta fase, você exercitará a digitação de palavras, memorizando seqüências de letras muito utilizadas.

#### Exercícios da Fase 2

## Lição 1

assa sala assa sala

#### Lição 2

dada fada dada f

#### Lição 3

gaga haja gaga haja

## Lição 4

assada sal assada sal

#### Licão 5

salsa fala salsa fala

## Lição 6



falsa galga falsa galga

#### Lição 7

gala salgada gala salgada

### Lição 8

saldada halda saldada halda saldada halda saldada halda saldada saldada halda saldada

## Lição 9

salada faladas salada faladas salada faladas salada faladas salada salada faladas salada

## Lição 10

kada daka kada d

### Lição 11

querer quito querer quito

## Lição 12

quoque reto quoque reto



#### Lição 13

trote topo trote topo

#### Lição 14

pote reitero pote

## Lição 15

requeiro ter reque

### Lição 16

ara arara ara arara

### Lição 17

arado lia arado lia

### Lição 18

polir juqueri polir juqueri

### Lição 19

sua quatro sua quatro sua quatro sua quatro



sua quatro sua quatro

## Lição 20

cabana pote cabana

# Memorização fase 3

Nesta fase você exercitará a construção de palavras, frases e orações, tendo o primeiro contato com acentuação gráfica, pontuação e uso de maiúsculas (caixa alta).

Nos computadores os acentos são batidos antes das letras acentuadas. Assim, na palavra "pão", bate- se a letra "p", o acento "til" e em seguida o "a" (letra acentuada).

#### Exercícios da Fase 3

#### Fase 1

idéia é idéia é

## Fase 2

só fúria só

#### Fase 3

avô tânia avô tânia

#### Fase 4

câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio



câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio ânsia câmbio

#### Fase 5

pão mão pão mão

#### Fase 6

sã manhã sã manhã

#### Fase 7

#### Fase 8

Tită químico Tită químico

### Fase 9

álcool éter álcool

#### Fase 10

porém pé porém pé



Ao homem foi dado o raciocínio. Ao homem foi dado o raciocínio.

### Fase 12

Vimos pela presente solicitar. Vimos pela presente solicitar. Vimos pela presente solicitar. Vimos pela presente solicitar. Vimos pela presente solicitar.

#### Fase 13

Venho respeitosamente à presença de V. Exa. Venho respeitosamente à presença de V. Exa.

### Fase 14

O homem torna- se tudo ou nada conforme a educação que recebe. O homem torna- se tudo ou nada conforme a educação que recebe.

O homem torna- se tudo ou nada conforme a educação que recebe. O homem torna- se tudo ou nada conforme a educação que recebe. O homem torna- se tudo ou nada conforme a educação que recebe.

#### Fase 15

Só um povo instruído pode tornar- se livre. Só um povo instruído pode tornar- se livre.

#### Fase 16



- O povo que tiver as melhores escolas será o primeiro do mundo.
- O povo que tiver as melhores escolas será o primeiro do mundo.
- O povo que tiver as melhores escolas será o primeiro do mundo.
- O povo que tiver as melhores escolas será o primeiro do mundo.
- O povo que tiver as melhores escolas será o primeiro do mundo.

- O amor ao estudo é um presente do céu.
- O amor ao estudo é um presente do céu.
- O amor ao estudo é um presente do céu.
- O amor ao estudo é um presente do céu.
- O amor ao estudo é um presente do céu.

#### Fase 18

```
Ao ensejo, apresento- lhe as minhas cordiais saudações.
```

Ao ensejo, apresento- lhe as minhas cordiais saudações.

#### Fase 19

Sem mais para o momento, subscrevo- me cordialmente.

#### Fase 20

José Bonifácio, o Patriarca da Independência.

#### Velocidade fase 1

Nesta fase, após a memorização das teclas fundamentais, você exercitará o conjunto de conteúdos assimilados na etapa anterior, com especial destaque para



acentuação e pontuação.

#### Fase 1

Qual será o seu pedido? Qual será o seu pedido?

Qual será o seu pedido? Qual será o seu pedido? Qual será o seu pedido?

### Fase 2

Sem paciência não se ganha o céu. Sem paciência não se ganha o céu.

### Fase 3

Sê bom e serás nobre. Sê bom e serás nobre.

#### Fase 4

Salve a terra brasileira. Salve a terra brasileira. Salve a terra brasileira. Salve a terra brasileira. Salve a terra brasileira.

### Fase 5

Subitamente ele voltou- se. Subitamente ele voltou- se. Subitamente ele voltou- se. Subitamente ele voltou- se. Subitamente ele voltou- se.



O carneiro trouxe as cartas.

#### Fase 7

A presente tem por fim comunicar-lhe. A presente tem por fim comunicar-lhe.

#### Fase 8

```
Salve o lindo pendão nacional.
```

#### Fase 9

```
Devemos ser lentos no falar e rápidos no agir.
Devemos ser lentos no falar e rápidos no agir.
Devemos ser lentos no falar e rápidos no agir.
Devemos ser lentos no falar e rápidos no agir.
Devemos ser lentos no falar e rápidos no agir.
```

## Fase 10

```
Quem deixa DEUS pelo prazer, há de ir buscá- lo nas lágrimas.
Quem deixa DEUS pelo prazer, há de ir buscá- lo nas lágrimas.
Quem deixa DEUS pelo prazer, há de ir buscá- lo nas lágrimas.
Quem deixa DEUS pelo prazer, há de ir buscá- lo nas lágrimas.
Quem deixa DEUS pelo prazer, há de ir buscá- lo nas lágrimas.
```



A primeira glória é a reparação dos erros. A primeira glória é a reparação dos erros.

### Fase 12

Sinto comunicar. Sinto comunicar. Sinto comunicar. Sinto comunicar. Sinto comunicar.

#### Fase 13

O poder, às vezes, faz os homens maus. O poder, às vezes, faz os homens maus.

## Fase 14

Quem não sabe obedecer não sabe mandar. Quem não sabe obedecer não sabe mandar.

#### Fase 15

Esta vida não é eterna. Esta vida não é eterna.



De conformidade com conhecimento. De conformidade com conhecimento. De conformidade com conhecimento. De conformidade com conhecimento. De conformidade com conhecimento.

#### Fase 17

Nada se ensina ou se aprende retamente sem o escrúpulo. Nada se ensina ou se aprende retamente sem o escrúpulo. Nada se ensina ou se aprende retamente sem o escrúpulo. Nada se ensina ou se aprende retamente sem o escrúpulo. Nada se ensina ou se aprende retamente sem o escrúpulo.

#### Fase 18

```
Filho és, e pai serás; como fizeres, assim haverás. Filho és, e pai serás; como fizeres, assim haverás. Filho és, e pai serás; como fizeres, assim haverás. Filho és, e pai serás; como fizeres, assim haverás. Filho és, e pai serás; como fizeres, assim haverás.
```

#### Fase 19

```
Esta vida, nós a vivemos ou a sonhamos?
```

#### Fase 20

Guarda o que tem hoje para encontrar amanhã. Guarda o que tem hoje para encontrar amanhã.



#### Fase 21

Quem sabe qual é o dia de amanhã? Quem sabe qual é o dia de amanhã?

#### Fase 22

A Pátria é a família amplificada. A Pátria é a família amplificada.

#### Fase 23

Evite sempre a má companhia. Evite sempre a má companhia.

#### Fase 24

Num coração alegre há festa permanente. Num coração alegre há festa permanente.

### Fase 25

O hábito é uma segunda natureza. O hábito é uma segunda natureza.

#### Fase 26



```
São Paulo, 4 de janeiro de 1954.
```

#### Fase 27

```
Brasília, 21 de abril de 1960.
```

#### Fase 28

```
Mil telhados a R$ 300,00.
```

#### Fase 29

```
Século XX, Capítulo VIII, Título IX e Alínea III.
Século XX, Capítulo VIII, Título IX e Alínea III.
Século XX, Capítulo VIII, Título IX e Alínea III.
Século XX, Capítulo VIII, Título IX e Alínea III.
Século XX, Capítulo VIII, Título IX e Alínea III.
```

#### Fase 30

```
São Paulo, 25 de maio de 1994.
```

### Velocidade fase 2

Nesta fase serão produzidos os primeiros textos mais completos, na forma de parágrafos completos, onde serão exigidos todos os recursos



dominados pelo bom digitador.

## Atenção

A partir de agora, digite naturalmente, sem se preocupar com o final da linha. Seu editor de texto se encarregará de fazer o salto automático para a linha seguinte.

#### Fase 1

Todo exercício com tempo marcado deverá ser copiado sem demora e sem distração.

#### Fase 2

Não olhe para o teclado. Empregue sempre os dedos certos. Assim você será um excelente digitador.

#### Fase 3

Tangido pelo ideal de educar as crianças pobres, La Salle fundou numerosas escolas primárias gratuitas.

#### Fase 4

Tinha certa velha uma galinha que lhe punha ovos de ouro; se bem que raros fossem davam- lhe para viver em abastança.

## Fase 5

Seu computador deverá ser tratado de modo a produzir o máximo. Mantenha- o sempre limpo. Bata nas teclas levemente.

### Fase 6

As chuvas torrenciais desabam acompanhadas de relâmpagos que iluminam o cariz do céu e de trovões que abalam a própria terra.

#### Fase 7

Com o criação dessas escolas, La Salle tornou- se o verdadeiro fundador de ensino popular, tal como o mesmo é entendido em nossos dias.



Estando às portas da morte, um moleiro já entrado em anos, chamou para junto de si os seus três filhos, Augusto, Heitor e Felipe.

#### Fase 9

Conta- se que DEUS chamou, certo dia, os vegetais à sua presença. A primeira das árvores, que compareceu diante do Senhor, foi o pau- ferro.

#### Fase 10

O Visconde de Sabugosa era um sábio; mas que também fosse um inventor, isso o mundo só ficou sabendo no dia em que ele apareceu com uma surpresa.

#### Velocidade fase 3

Nesta fase, já plenamente capacitada para a digitação de documentos longos e complexos, o curso pretende ajuda- lo a melhorar seu desempenho em termos de velocidade final.

#### Fase 1

#### Softwares Livres usados nos Telecentros

O sistema operacional livre usado nos Telecentros é o GNU/Linux. Os aplicativos disponíveis no sistema estão dentro do pacote OPENOFFICE.ORG que possibilita ao usuário a execução das principais tarefas desenvolvidas em escritórios. O OPENOFFICE.ORG possui um processador de textos (OpenWriter) e uma planilha de cálculo (OpenCalc). Ambos são similares aos programas existentes no sistema operacional Windows. O G-Paint é o aplicativo usado para a produção de desenhos. O FireFox é o navegador de internet.

#### Fase 2

### Um museu só para computadores

Os fãs da Informática já podem ver em Belo Horizonte raridades como a única cópia feita no mundo do Macintosh da Apple, modelos Mac e drives de 5 polegadas e meia e face simples. O acervo com 60 peças, reunidas ao longo dos 15 anos da Microcity faz parte do Museu do computador instalado na sede da empresa no bairro Vale do Sereno, município de Nova Lima.

Luís Carlos Cunha Nacif, diretor de marketing da Microcity, explica que como a empresa tem assistência técnica, foi dando manutenção nas peças que saíam de



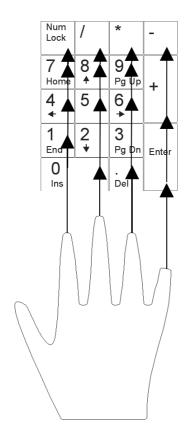
linha, conservando- as para "contarem" a história da evolução da microinformática, desde a sua criação há 17 anos.

O acervo inclui de peças a micros completos como o CP200, CP 500 – Unitron (Apple II); impressoras Mônica, da Elebra, cuja linha trazia também os nomes de Olívia, Emília, Alice e Diana; o único computador que a Gradiente fabricou no país – modelo MSX – e, na linha PC, os XT8088 AT286, PCAT 386 e 486, até os Pentium atuais.

O Museu do Computador é aberto ao público das 8:00 às 18 horas. Ali, o visitante poderá ver a placa CPU de XT com 600 KB de memória, cujo tamanho é quatro vezes maior do que uma placa CPU de Pentium com 16 MB de memória que, por sua vez, é 75 vezes mais rápida e possui uma memória 25 vezes maior que a do XT. E também discos rígidos do 5 MB, seis vezes maiores e 10 vezes mais pesados que um disco rígido de 4 GB; drives de de 5 polegadas e ¼, face simples (os atuais são face dupla, 3 polegadas e meia) e placas de expansão de memória, de 64 KB (hoje, são usados chips de 4 MB, cuja memória equivale à de 64 placas dessas antigas); e computadores com velocidade de 1 Mhs (os atuais estão na faixa de 400 Mhs ou até 1 Ghs).

Entre os fabricantes, a Prológica, Unitron, Scopus, Elebra, Rima, CCE, Gradiente e Microtec.

# TECLADO NUMÉRICO





Velocidade no teclado numérico é necessária se você pretende trabalhar com a digitação de grandes quantidades de números, como, por exemplo, na atividade bancária.

Os números que se encontram na fileira superior do teclado alfanumérico, junto com caracteres especiais, não são recomendados para esse tipo de trabalho. Eles são mais utilizados para inserção de pequenas extensões numéricas de datas. Nesses casos, não é necessário deslocar a mão para longe do teclado alfanumérico o que significa demora e dificuldade de posicionamento dos dedos.

Para digitar números com raízes, você utilizará o conjunto de números que está à direita do teclado, adotando o posicionamento correto das mãos e ativando, sempre, a tecla Num Lock:

Observe como o dedo mínimo assume as teclas Enter, + e -. Nos exercícios seguintes você usará a barra de espaço para separar as seqüências, mas, em tempo de digitação normal, o Enter será muito utilizado.

## Exercícios de memorização e velocidade

Para separar as sequências de números, use a barra de espaço.

## Atenção

Ao copiar os exercícios a seguir, tecle ENTER ao final de cada linha para saltar para linha seguinte.

#### Fase 1

123 123 123 123 123 123 123 123 123 123 123 123 123 123 123

#### Fase 2

456 456 456 456 456 456 456 456 456 456 456 456 456 456 456

#### Fase 3

789 789 789 789 789 789 789 789 789 789 789 789 789 789 789

#### Fase 4



321 321 321 321 321 321 321 321 321 321 321 321 321 321 321

## Fase 5

654 654 654 654 654 654 654 654 654 654 654 654 654 654 654

#### Fase 6

987 987 987 987 987 987 987 987 987 987 987 987 987 987 987

#### Fase 7

123 456 789 123 456 789 123 456 789 123 456 789 123 456 789 123 456 789

## Fase 8

987 654 321 987 654 321 987 654 321 987 654 321 987 654 321 987 654 321

### Fase 9

147 741 147 741 147 741 147 741 147 741 147 741

## Fase 10

258 852 258 852 258 852 258 852



258 852 258 852

## Fase 11

369 963 369 963 369 963 369 963 369 963 369 963

## Fase 12

147 258 369 147 258 369 147 258 369 147 258 369 147 258 369 147 258 369

### Fase 13

963 852 741 963 852 741 963 852 741 963 852 741 963 852 741 963 852 741

#### Fase 14

13579 2468 13579 2468 13579 2468 13579 2468 13579 2468 13579 2468

#### Fase 15

8642 97531 8642 97531 8642 97531 8642 97531 8642 97531 8642 97531

### Fase 16

159 357 951 753 159 357 951 753 159 357 951 753 159 357 951 753 159 357 951 753 159 357 951 753

### Fase 17



028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820 028 820

#### Fase 18

046 640 046 640 046 640 046 640 046 640 046 640 046 640 046 640 046 640 046 640 046 640

#### Fase 19

0.

0.

0.

0.

0.

0.

0.

0. 0.

Fase 20

## Números

#### Fase 1

Ao copiar os números a seguir, tecle ENTER ao final de cada linha para saltar para linha seguinte.

4.702

3.533



1.315

1.174

10.726

## Fase 2

10.111

10.800

24.050

25.600

19.850

13.270

13.400

21.500

27.890

26.500

22.100

23.400

15.670

20.900

28.970