1. Презентация «Сравнение файловых систем NTFS (Windows) и HFS+ (Mac OS) (можно заменить на APFS, но информации по данной файловой системе немного. Возможно, на англоязычных ресурсах получится что-то найти).
2. Файерволлы и анти-spy программы.

Comodo Firewall

Outpost Firewall Free

Spybot Free

1. Файл - менеджеры.

Проводник Windows

Total Commander

Finder (Mac OS)