**Giám sát và Quản lý Hệ thống bằng Task Manager**

**1. Mở Task Manager**

* **Nhấn Ctrl + Shift + Esc hoặc Ctrl + Alt + Delete → chọn Task Manager.**

**2. Kiểm tra tab Processes**

* **Hiển thị danh sách các ứng dụng và tiến trình nền đang chạy.**
* **Quan sát cột CPU, Memory, Disk, và Network để xác định tiến trình chiếm nhiều tài nguyên.**

**Ví dụ: Một trình duyệt đang mở nhiều tab có thể chiếm >30% CPU và >500MB RAM.**

**3. Kiểm tra tab Performance**

* **Hiển thị biểu đồ sử dụng tài nguyên theo thời gian thực:**
  + **CPU: mức độ xử lý hiện tại.**
  + **Memory: dung lượng RAM đang dùng.**
  + **Disk: tốc độ đọc/ghi ổ đĩa.**
  + **Wi-Fi/Ethernet: lưu lượng mạng.**

**Giúp đánh giá tổng thể tình trạng hệ thống.**

**4. Kiểm tra tab Startup**

* **Hiển thị các ứng dụng khởi động cùng Windows.**
* **Tắt các ứng dụng không cần thiết để tăng tốc khởi động:**
  + **Chuột phải vào ứng dụng → Disable.**

**5. Kết thúc tiến trình không cần thiết**

* **Trong tab Processes, chọn tiến trình chiếm tài nguyên nhưng không quan trọng (ví dụ: phần mềm quảng cáo, ứng dụng nền không dùng).**
* **Chuột phải → End Task.**

**Lưu ý: Không kết thúc các tiến trình hệ thống hoặc tiến trình Windows quan trọng.**

**6. Theo dõi hiệu suất sau khi kết thúc tiến trình**

* **Quay lại tab Performance để kiểm tra:**
  + **Giảm mức sử dụng CPU/RAM.**