

附录—更高效得编程

2023 年 9 月 18 日

附录——更高效得编程

刚学习编程时，我们会遇到输入代码很慢，也就是打字比较慢的情况：

手指好像不听使唤，眼睛又要盯着屏幕，又要盯着自己的手指，脑子没有很累，脖子已经很酸了

1. 如何提高打字速度呢？

影响打字速度有很多因素：

- 手指对键盘上字母的位置不熟悉，需要眼睛偶尔看下键盘，无法盲打
- 平时打字呢，中文打得多，英文打得少，而编程恰恰都是在打英文单词

解决这两个问题，最快最有效的方法，是把自己写过的代码，反复拿出来，重新敲上一遍，这是最省时间，最不费脑力的练习方法。当然，除此之外，有许多在线打字练习网站和软件可供使用，例如[TypingClub](#)，或者[keybr](#)。

所以，练习编程，不仅仅要练习大脑里神经元的联结，也需要练习手指肌肉的记忆。这样，手和脑配合默契的话，慢慢就会有编程的愉悦感。

2. 其他一些建议

当然，还有一些其他的 Tips，可以帮助我们改善舒适程度，比如：

- 不要留过长的指甲，定期剪指甲
- 眼睛不要盯着键盘，尝试盲打，并保持盲打的好习惯
- 坐直腰板，调节电脑的屏幕高度，调节键盘的高度，让左右两臂自然下垂，肩膀保持水平姿态
- 给自己配一个敲击起来比较舒适的键盘
- 确保工作环境的光线适宜，避免眼部疲劳
- 调整椅子和桌子的高度，保持良好的坐姿，并保持工作区域整洁有序
- 最后，练习编程的时间久了，记得多喝水，站起来活动身体。