IT Essentials 5.0

10.3.1.4 Лабораторная работа — резервное копирование и восстановление данных в Windows 7

Введение

Распечатайте и выполните эту лабораторную работу.

В этой лабораторной работе выполняется резервное копирование данных. После этого выполняется их восстановление.

Рекомендуемое оборудование

Для этого упражнения требуется следующее оборудование:

• компьютер, на котором установлена ОС Windows 7.

Действие 1

Начните сеанс на компьютере с правами администратора.

Создайте на рабочем столе текстовый файл под названием **Backup File One** (Файл архивации один). Откройте файл и введите текст «**Текст в этом файле не будет изменен**».

Создайте на рабочем столе ещё один текстовый файл под названием **Backup File Two** (Файл архивации два). Откройте файл и введите текст «**Текст в этом файле будет изменен**».

Примечание. Удалите с рабочего стола компьютера все лишние папки и файлы. Это поможет сократить время на выполнение архивации в ходе данной лабораторной работы.

Действие 2

Последовательно выберите Пуск > Все программы > Обслуживание > Архивация и восстановление.

Появится окно «Архивация или восстановление файлов».



Если выполнение архивации уже запланировано, нажмите кнопку Отключить расписание.

Действие 3

Перейдите по ссылке Изменить параметры.



Выберите место, куда будет сохранена резервная копия. В данном примере используется внешний жёсткий диск.

екомендуется сохранять архив на внешнем же асположения архива	стком диске. <u>Рекомендации і</u>	по выбору
охранять архив:		
Место назначения архивации	Свободно	Полный р
🤯 DVD RW дисковод (D:)		
PENDRIVE (E:)	3,20 ГБ	3,77 ГБ
Removable Dísk (F:)	289.18 ГБ	1.91 ГБ
New Volume (M:)	4.83 ГБ	4.88 ГБ
🧼 New Volume (N:)	4.83 ГБ	4.88 ГБ
Обновить	Co	охранить в сети
Обновить	Ca	охранить в сети.

Нажмите кнопку Далее.

Появится окно «Что следует архивировать?».

		X
0	😸 Настройка архивации	
	Что следует архивировать?	
	Предоставить выбор Windows (рекомендуется) Windows выполнит архивацию файлов, сохраненных в библиотеках, на рабочем столе и в	
	стандартных папках Windows. Эти объекты будут регулярно архивироваться по расписанию. <u>Как выбираются файлы для архивации?</u>	
	Предоставить мне выбор	
	Можно выбрать библиотеки и папки, а также указать, следует ли включать в архив образ системы. Выбранные элементы будут регулярно архивироваться по расписанию.	
	Далее 💦 Отме	на

Выберите Предоставить мне выбор.

Нажмите кнопку Далее.

Действие 4

Разверните текущую учётную запись пользователя, чтобы можно было просматривать различные местоположения.

становите ф. молчанию и	пажки для элементов, которые необходимо архи сключаются из архива?	вировать. <u>Какие файды по</u>	
🛯 🎎 Файл	ы данных		
- S	Архивация данных новых пользователей		
⊿ ■ 🕵	Библиотеки "RU's"		
	📓 Библиотека "Документы"		-
	J Библиотека "Музыка"		
	ыблиотека "Изооражения"		
A IN KOM	дополнительные расположения		
	Локальный лиск (С:)		
	SRecycle.Bin		
Включить	образ системы дисков: Зарезервировано системо	й (S:), (C:)	

Резервное копирование каких библиотек может быть выполнено?

Перейдите по ссылке Какие файлы по умолчанию исключаются из архива?.

Откроется окно «Справка и поддержка Windows».

🕜 Справка и поддержка							27
		G		8	獱 Спросить	Параметрь	ne Ne
	Поиск в справке			Q			
					► Пo	оказать все	
Как в Windows осуш	ествляется выбо	р файлов для р	езервно	ого копи	рования?		
При резервном копирован Windows выбирать объект диски, которые нужно арх компоненты, описанные в	нии файлов с использ ы для резервного коп ивировать. В зависим в следующих разделах	ованием программ ирования или само ости от выбранных	ы архива стоятелы объектов	ции Windov но выбрать , резервная	vs можно пред отдельные па копия будет с	доставить пки и содержать	
 Предоставить выбор W 	lindows						=
• Предоставить мне выб	ор						
Программа архивации Wi	ndows не создает резе	рвные копии следу	ющих обт	ьектов:			
 программных файлов программы); 	(файлы, которые при	установке програм	мы опред	целяются в	реестре как ча	асть	
• файлов, хранящихся на	а жестких дисках, отфо	рматированных с і	спользов	ванием фай	ловой систем	ы ҒАТ;	
• файлов в корзине;							
• временных файлов на	дисках объемом мене	е1ГБ.					-
🧟 Дополнительные парами	етры поддержки						
				gl	💺 Автономна	я справка 🔻	

Что не будет копировать программа архивации данных?

Закройте окно «Справка и поддержка Windows».



Разверните **Дополнительные расположения** и убедитесь, что выбран только **Рабочий стол**. Убедитесь, что иных расположений не выбрано.

Снимите флажок Включить образ системы дисков.

Нажмите кнопку Далее.

Действие 5

Появится окно «Проверьте ещё раз параметры архивации».

Контакты Кажд. воскресенье в 19:00 <u>Изменить расписание</u> Кажд. воскресенье в 19:00 <u>Изменить расписание</u>	🙆 🍋 Настройка архив	ании		
Расположение архива: DVD-дисковод (D:) Бодка архивации: Элементы Включены в резервную копию Библиотека "Изображения" Не включено в архив Библиотека "Видео" Не включено в архив Папка АррData Не включено в архив Сополнительные расположения Папка АрpData Не включено в архив Сополнительные расположения Сополнительные распольные расположения Сополнительные распольные распол	Проверьте еще	раз параметры архивац	ии	
Сводка архивации: Элементы Включены в резервную копию Библиотека "Изображения" Не включено в архив Дополнительные расположения Папка AppData Не включено в архив Рабочий стол Все локальные файлы данных Расписание:	Расположение архив	а: DVD-дисковод (I	D:)	
Элементы Включены в резервную копию Suблиотека "Изображения" Не включено в архив Suблиотека "Видео" Не включено в архив Aononнительные расположения Папка AppData Nanka AppData Не включено в архив Koнтакты Не включено в архив Pacoчий стол Все локальные файлы данных Pасписание: Кажд. воскресенье в 19:00 Изменить расписание	Сводка архивации:			
 Библиотека "Изображения" Не включено в архив Библиотека "Видео" Не включено в архив Дополнительные расположения Папка AppData Не включено в архив Контакты Не включено в архив Рабочий стол Все локальные файлы данных Расписание: Кажд, воскресенье в 19:00 Изменить расписание 	Элементы		Включены в резервную копию	•
 Библиотека "Видео" Не включено в архив Дополнительные расположения Папка AppData Не включено в архив Контакты Не включено в архив Рабочий стол Все локальные файлы данных Расписание: Кажд. воскресенье в 19:00 Изменить расписание 	О Библиотека "	Изображения"	Не включено в архив	
 Дополнительные расположения Опапка AppData Не включено в архив Контакты Не включено в архив Рабочий стол Все локальные файлы данных Расписание: 	О Библиотека "	Видео"	Не включено в архив	
 ОПапка АррData Не включено в архив Контакты Рабочий стол Все локальные файлы данных Расписание: Кажд. воскресенье в 19:00 Изменить расписание 	📄 Дополнитель	ные расположения		=
ОКонтакты Не включено в архив Рабочий стол Все локальные файлы данных Расписание: Кажд. воскресенье в 19:00 Изменить расписание	🚫 Папка Арр	Data	Не включено в архив	
Расписание: Кажд. воскресенье в 19:00 Изменить расписание	О Контакты		Не включено в архив	
Расписание: Кажд. воскресенье в 19:00 <u>Изменить расписание</u>	Рабочий ст	гол	Все локальные файлы данных	-
	Расписание:	Кажд. воскресенье в 19:0	0 <u>Изменить расписание</u>	
Сохранить параметры и запустить архивацию Отме		Сохранить п	араметры и запустить архивацию	Отмена

Нажмите кнопку Изменить расписание.

Появится окно «Как часто следует выполнять архивацию?».

🝓 Настройка архивации	
Как часто след	ует выполнять архивацию?
Измененные файл архив в соответстви	ы и новые файлы, созданные после последней архивации, будут добавляться в ии с указанным ниже расписанием.
📝 Выполнять резе	ервное копирование по расписанию (рекомендуется)
Как часто:	Ежедневно
В какие дни:	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
В какое время:	2:00 🔹
	OK C OTMEHA

Установите флажок Выполнять резервное копирование по расписанию (рекомендуется).

Настройте параметры следующим образом. Как часто: **Ежедневно** В какие дни: **пусто** В какое время: **2:00**

Резервное копирование каких файлов может быть выполнено?

Нажмите кнопку ОК.

Появится окно «Проверьте ещё раз параметры архивации».

Расположение архива: DVD-дисковод ([D:)	
Сводка архивации:		_
Элементы	Включены в резервную копию	^
🚫 Библиотека "Изображения"	Не включено в архив	_
S Библиотека "Видео"	Не включено в архив	-
Дополнительные расположения		
O Папка AppData	Не включено в архив	
	Не включено в архив	
	все локальные файлы данных	-
Расписание: Ежедневно в 2:00 <u>Измен</u>	<u>ить расписание</u>	

Щёлкните Сохранить параметры и запустить архивацию.

Действие 6

Откроется окно «Архивация и восстановление файлов».

				x
C	🕥 🗢 🐏 « Все элементы пан	ели 🕨 Архивация и	восстановление 👻 😽 Поиск в панели управления	٩
	Панель управления - домашняя страница Отклюцить расписание	Архивация или Архивация	восстановление файлов	• 9
8 8	Создание образа системы Создать диск восстановления системы	Размещение:	РЕNDRIVE (Е:) இ Архивировать 3,20 ГБ свободно из 3,77 ГБ Размер архива: 52,10 МБ	
			🛞 Управление пространством	
		Следующая архивация:	10.03.2013 19:00	
		Последняя архивация:	05.03.2013 18:28	
		Содержание:	Файлы в библиотеках и личные папки всех пользователей	
		Расписание:	Кажд. воскресенье в 19:00 😵 Изменить параметры	
		Восстановление		
	Cu zaora	Можно восстано из архива, распо размещении.	овить пользовательские файлы Восстановить мои файлы ложенном в текущем	
	Центр поддержки	Восстановить	 файлы всех пользователей постретению колико вля 	
9	Средство переноса данных Windows	восстановлен	ую резервную конию для ния файлов	
		Восстановить си	істемные параметры или компьютер	-

Когда будет выполнено следующее резервное копирование?

Каково состояние расписания, включено или отключено?

Последовательно нажмите на кнопку Архивировать > Просмотр сведений.

Появится окно «В настоящий момент выполняется архивация данных».



Появится окно «Архивация данных успешно завершена».

				3
🔾 🗢 🐏 « Все элементы п	анели 🕨 Архивация и восо	становление 🔻 🐓	Поиск в панели управления	,
Панель управления - домашняя страница Отключить расписание Создание образа системы Создать диск восстановления системы	Архивация или во Архивация Размещение:	сстановление файлов PENDRIVE (E:) 3,20 ГБ свободно из 3,77 ГБ	👰 Архивировать	
4 4	Архивация данных100% за	авершено		
	Завершено Отклойте панель управления	атумения и восстановлен	19 чтобы просмотреть параметры	
-			Закрыть	
CHI TROVO	оросстановить фа	илы всех пользователей		
Центр поддержки	восстановления о	резерьную копию для файлов		
Оредство переноса данных Windows	Восстановить систе	мные параметры или компь	ютер	

Нажмите кнопку Закрыть.

Действие 7

Перейдите к рабочему столу. Удалите **Backup File One** (Файл архивации один) и **Backup File Two** (Файл архивации два).

Очистите корзину.

Действие 8

Щёлкните окно «Архивация или восстановление файлов».



Перейдите по ссылке Выбрать другую резервную копию для восстановления файлов.

Появится окно «Выберите архив, из которого следует восстановить файлы».

ссли расположение архива не от содержащее архив, и нажмите кн	ображается ниже, подключит нопку "Обновить".	е к компьютеру устроиство,
Период архивации	Компьютер	Размещение архива
с 05.03.2013 до 06.03.2013	COMPUTER2	PENDRIVE (E:)

Выберите папку, в которой хранятся файлы, и нажмите кнопку Далее.

Действие 9

Появится окно «Выберите в архиве файлы и папки для восстановления».

Выберите в Для всех файло состоянию на 0 Выбрать другуж Выбрать все	архиве файлы и папк в будет восстановлена верс 6.03.2013 9:56. <u>2.0aти</u> файлы в этом архиве	и ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ия, сохраненная в архиве по	1
Имя Нажмите	Папка кнопку "Обзор файлов", "С добавления файлов к	Дата изменения Юзор папок" или "Поиск" для этому списку.	Поиск
			Удалить
			Удалить все

Нажмите кнопку Обзор файлов.

Действие 10

Откроется окно «Поиск файлов в архиве».

🕽 🍚 🗢 📕 « Архивация "(C:" ► Users ► RU ►	 ✓ ✓	RU	
Упорядочить 🔻			<u>■</u> = ▼	
 Программа архиваци Архивы в PENDRIVE Архив RU 	Desktop 05.03.2013 17:59 Архивация	ß		

Выберите архив текущего пользователя. Например: Архив RU.

Дважды щёлкните **Desktop** и найдите файлы **Backup File One** (Файл архивации один) и **Backup File Two** (Файл архивации два).

🕹 Поиск файлов в архиве			X
G S R F	RU 🕨 Desktop 🗾 🗸 🖓 🗌 Поиск: D)esktop	Q
Упорядочить 🔻		₩ = ▼	0
Программа архиваци Архивы в PENDRIVE Архив RU Архив RU	Васкир File One Текстовый документ 06.03.2013 10:25 Васкир File Two Текстовый документ 06.03.2013 10:25		
	desktop Параметры конфигурации 05.03.2013 17:59		
Имя ф	айла: "Backup File Two" "Back ▼ Все файлы Добавить файл	ты 💦 Отмен	a

Выберите оба файла, щёлкнув **Backup File One** (Файл архивации один) и затем, удерживая клавишу Ctrl, щёлкните **Backup File Two** (Файл архивации два). Нажмите кнопку **Добавить файлы**.

Эти два файла должны появиться в окне «Выберите в архиве файлы и папки для восстановления».

ля всех файлов будет во остоянию на 06.03.2013 <u>ыбрать другую дату</u> П Выбрать все файлы в	осстановлена версия, сох 10:26. этом архиве	раненная в архиве по	
Имя	Папка	Дата изменения	Поиск
Backup File One	C:\Users\RU\Desktop	06.03.2013 10:25	Обзор файло
Backup File Two	C:\Users\RU\Desktop	06.03.2013 10:25	Обзор папон
			Удалить
			Удалить все

Нажмите кнопку Далее.

Действие 11

Появится экран «Укажите расположение восстановленных файлов».

	×
Восстановление файлов (для опытных)	
Укажите расположение восстановленных файлов.	
В исходное место	
🔘 В следующее место:	
Обзор	lana.
Восстанов	ить Стмена

Выберите В исходное место и нажмите кнопку Восстановить.

Появится окно «Файлы восстановлены».



Нажмите кнопку Готово.

Действие 12

Перейдите к рабочему столу.

Восстановлены ли два файла на рабочем столе?

Действие 13

Откройте **Backup File Two** (Файл архивации два). Добавьте текст «Добавлен ещё текст» к файлу. Сохраните файл.

Действие 14

Щёлкните окно «Архивация и восстановление», чтобы активировать его.



Нажмите на кнопку Архивировать.

Действие 15

Перейдите к рабочему столу. Удалите **Backup File Two** (Файл архивации два).

Очистите корзину.

Действие 16

Щёлкните окно «Архивация и восстановление», чтобы активировать его.

			×
😡 🖓 🥙 Все элемент	ы панели управления 🕨 Ар	рхивация и восстановление 👻 🍫 Поиск в панели управления	Q
Панель управления - домашняя страница Отключить расписание Создание образа системы Создать диск восстановлени системы	Архивация или Архивация Размещение:	ВОССТАНОВЛЕНИЕ ФАЙЛОВ РENDRIVE (E:) 3,20 ГБ свободно из 3,77 ГБ Размер архива: 50,86 МБ ФУправление пространством	•
	Следующая архивация: Последняя архивация: Содержание: Расписание:	10.03.2013 19:00 06.03.2013 10:27 Файлы в библиотеках и личные папки всех пользователей Кажд. воскресенье в 19:00	Ш
См. также Центр поддержки ම Средство переноса данных Windows	Восстановление Можно восстан расположенном Восстановить Файлов Восстановить си	Изменить параметры овить пользовательские файлы из архива, и в текущем размещении. ь файлы всех пользователей тую резервную копию для восстан деления истемные параметры или компьютер	

Перейдите по ссылке Выбрать другую резервную копию для восстановления файлов.

Выберите папку, в которой хранятся файлы, и последовательно выберите Далее > Обзор файлов > резервная копия пользователя > Desktop (Рабочий стол).

Откройте Backup File Two (Файл архивации два).

Действие 17

Перейдите к рабочему столу. Откройте Backup File Two (Файл архивации два).

Какой текст содержится в файле?

Действие 18

Удалите с рабочего стола следующие элементы: **Backup File One** (Файл архивации один) и **Backup File Two** (Файл архивации два).

Очистите корзину.