PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA ESCRITURA

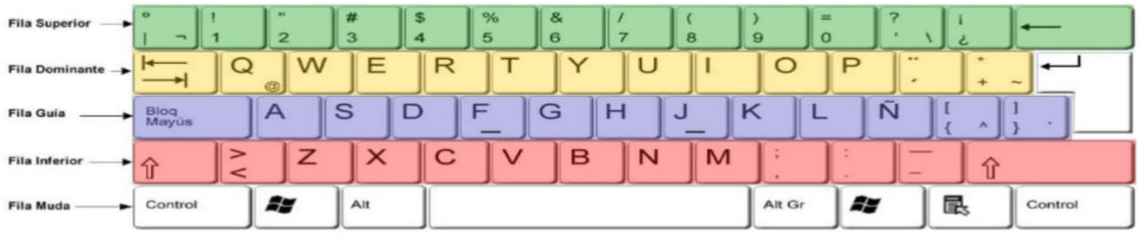
Transcribir es la acción de convertir un contenido en formato de audio o video a un formato de texto
Digitar contenidos representa más la habilidad con la que se puede introducir la información de manera correcta y a gran velocidad.

Adoptar una postura correcta
Colocar los dedos correctamente sobre el teclado
No mirar el teclado. El hecho de mirar el teclado al escribir una palabra es normal cuando se está aprendiendo las técnicas mecanográficas, o bien cuando no se sabe escribir
Repetir los ejercicios tantas veces como se indique
Pasar al ejercicio siguiente solo si se ha realizado el actual correctamente
También es necesario tener paciencia, constancia, concentración y voluntad, además de pulcritud.
El proceso de ejercicios repetitivos, al pulsar las teclas, se pretende ayudar al cerebro a construir un mapa del teclado, para que sepa donde queda cada letra sin tener que mirar.

El sistema: consiste en mantener la posición fija sobre las letras.

FILAS DE LA ZONA ALFANUMÉRICA

La zona alfanumérica del teclado es la más utilizada, en ella se encuentran números, letras, símbolos y signos de puntuación. Las teclas de esta zona están distribuidas en cinco filas conocidas con los nombres de "superior" (contiene números y símbolos), "dominante" (qwerty...), "guía" (asdfg...), "inferior" (zxcvb...) y "muda" (control, windows, alternativa, espacio...).



Al observar esta ilustración, se puede notar que las letras F y J, ubicadas en la fila "guía" tienen cada una un relieve (_) que sirve para los estudiantes ubiquen sobre ellas, como posición inicial de digitación, la punta de los dedos índice, de ambas manos. Por su parte, la fila "dominante" contiene cuatro vocales (e, u, i, o), esto hace que se la utilice para escribir la gran mayoría de las palabras del español.

El dedo meñique de la mano izquierda sobre la letra ***a*** y el de la mano derecha sobre la ***ñ.***

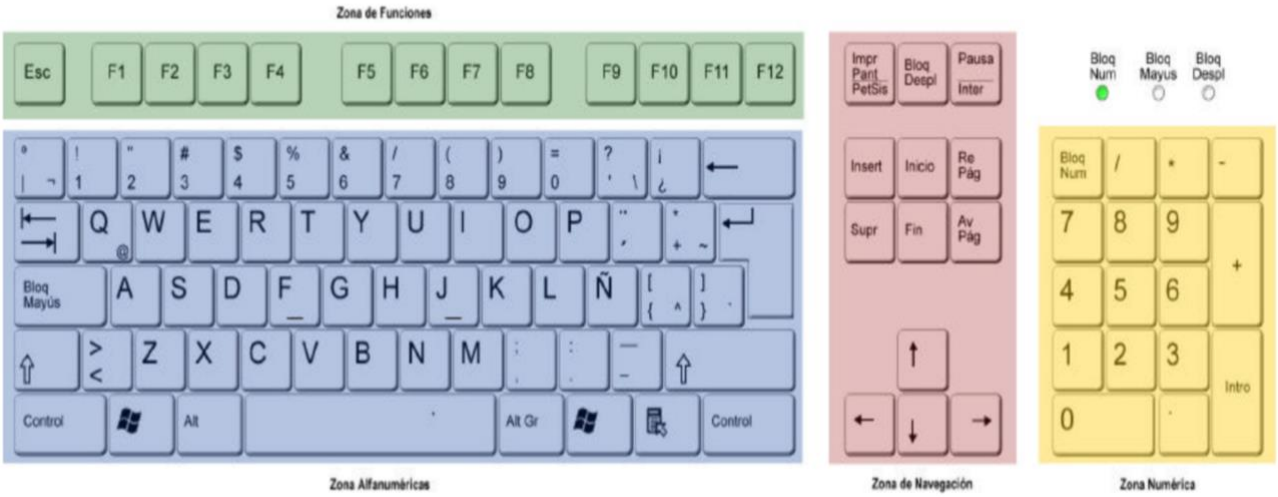
La fila superior: es necesario recordar que las manos siempre descansan sobre la fila normal, por ejemplo, para escribir ***"qwe",*** el dedo meñique de la mano izquierda se desplaza hacia arriba y pulsa la ***q*** e inmediatamente vuelve a su posición original

(sobre la letra ***a***); a continuación, casi sin levantar el dedo meñique, se pulsa la tecla ***w*** con el anular y también vuelve a su sitio; por ultimo, casi sin levantar los dedos anteriores, se pulsa la ***e*** con el dedo corazón y vuelve a su sitio.
La fila inferior: por ejemplo para escribir "***zxc"***, el dedo meñique de la mano izquierda se desplaza hacia abajo y pulsa la ***z*** e inmediatamente vuelve a su posición (sobre la letra ***a***); a continuación, casi sin levantar ese dedo, se pulsa la tecla ***x*** con el anular y también vuelve a su sitio; por ultimo, casi sin levantar los dedos anteriores, se pulsa la ***c*** con el dedo corazón y vuelve a su sitio sobre **la fila normal.**

La barra espaciadora
Recuerda que debes pulsar la barra espaciadora alternando ambos dedos pulgares Después de escribir con la mano izquierda, por ejemplo ***"patrañas",*** púlsala con el dedo pulgar de la mano derecha y al escribir una nueva palabra pulsa la barra

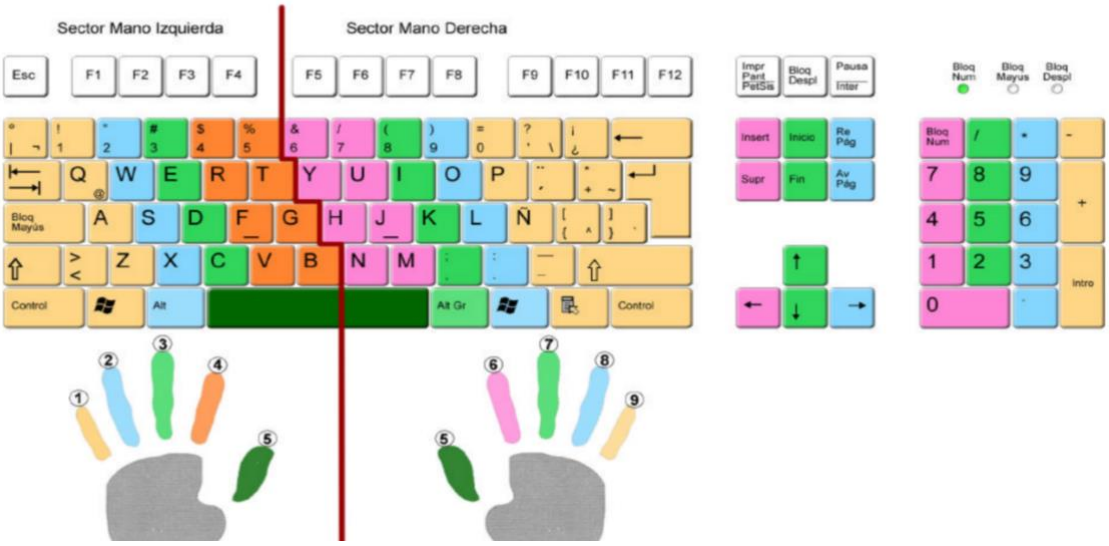
ZONAS DEL TECLADO

El teclado es, hasta el momento, el principal dispositivo de entrada, del computador. Sus teclas, como se puede apreciar en la siguiente ilustración, están agrupas en cuatro zonas: alfanumérica, numérica, de navegación y de funciones.



TECLAS CORRESPONDIENTES A CADA DEDO Y MANO

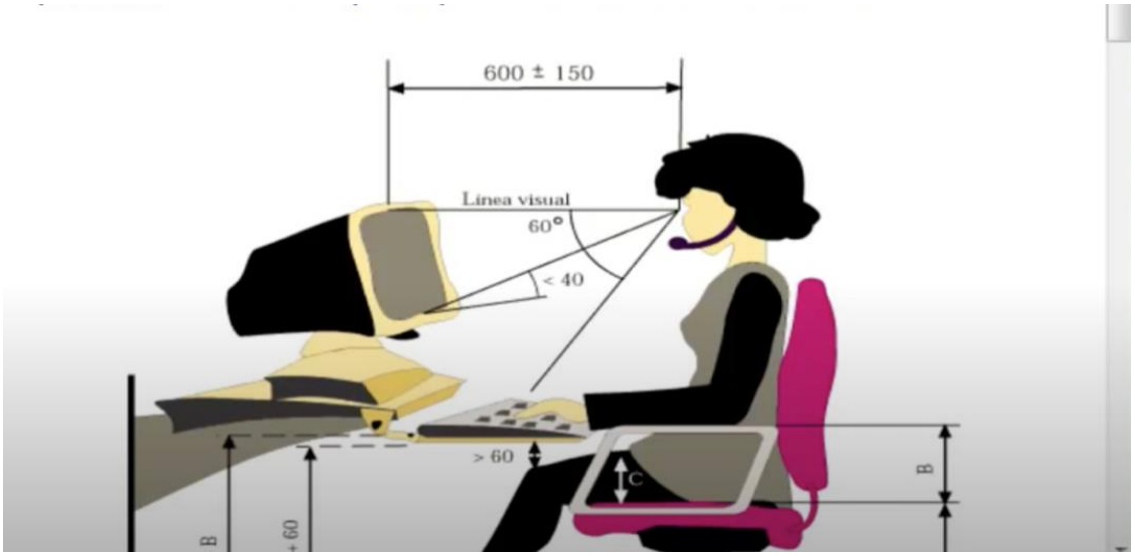
Para facilitar el aprendizaje de las teclas que le corresponden a cada mano, se recomienda trazar una línea imaginaria o física (con cinta o con marcador indeleble). Adicionalmente, en la ilustración se indica con códigos numéricos y de colores, las teclas que le corresponden a cada dedo de cada mano:

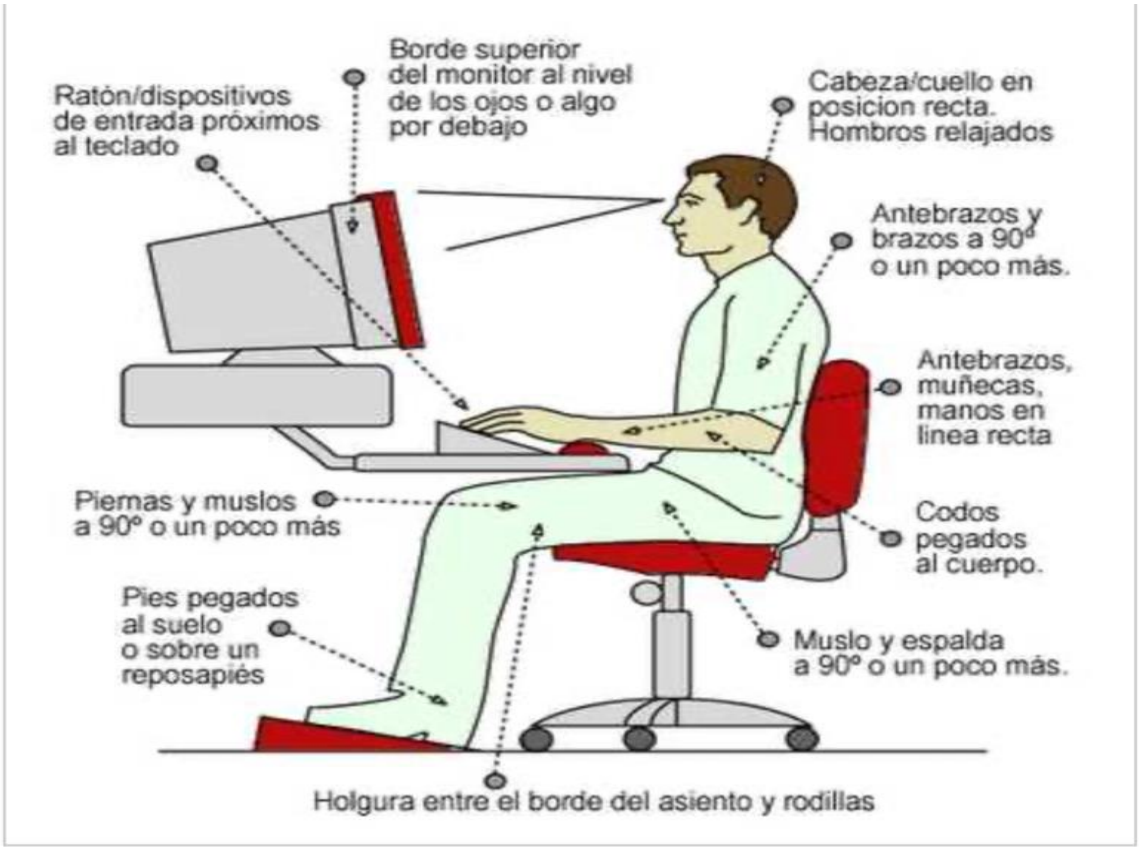


Postura frente al computador

Siéntese cómodamente de manera que los músculos queden laxos.
Mantenga los codos en posición natural y al nivel de la mesa
Acerque el tronco al respaldo interior de la silla
Descanse los pies firmemente en el piso delante un poco uno del otro
Coloque los dedos sobre las teclas guías de manera que el dorso de las manos quede paralelo a estos
No olvide la postura de las manos sobre el teclado, ya que una mala posición podría ocasionarle lesiones en las muñecas (Síndrome del Túnel Carpiano)

Por último, disponga de una silla cómoda; todo lo anterior contribuirá a alcanzar un buen rendimiento en las labores.





Link para conocer programa Mecanet

https://www.youtube.com/watch?v=23sM75VxY-8

Programa para practicar: MECANET