

# Apple笔记本电脑：管理储存空间

节省电脑的空间，让电脑保持运行顺畅。

您可以使用macOS Catalina的“储存空间”（Storage）功能，以确保您没有用完储存文件的空间，以及您也可以自己删除文件并使用“废纸篓”（Bin）来找回错误删除的文件。

## 准备工作

在开始课程前，您的电脑必须已经安装好最新的操作系统**macOS Catalina**。有关macOS Catalina的更多信息，请参考《Apple笔记本电脑：安全性和隐私》。您应该检查鼠标和键盘已经正常连接，电脑通过家庭Wi-Fi接入互联网。

您应该已登录您的电脑，并且电脑应显示桌面。

如果您想保持电脑当前的状态，您也应该拥有一个未被其他人用过的“U盘”（USB stick）。

## 什么是储存空间？

您的电脑将文件储存在“硬盘驱动”上。如果“硬盘驱动”填满了，您就无法保存更多文件，以及电脑可能无法流畅运行。硬盘驱动有时也称为“硬盘”或“硬盘驱动器”。

您的电脑自带节省储存空间的功能，该功能会留意硬盘驱动和电脑剩余的空间。



自带的功能有助于确保您的电脑不会用完储存文件的空间

不要下载自称可以帮您清除或优化电脑的任何应用。这类应用总是包含那些让您的电脑变得不安全的陷阱。

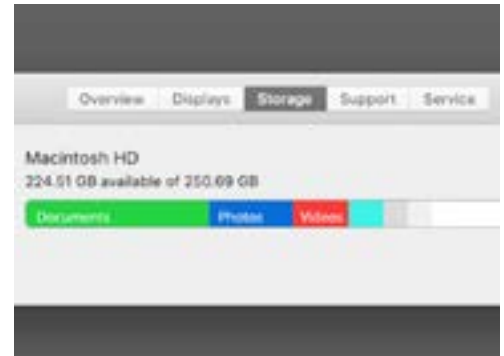


# Apple笔记本电脑：管理储存空间

## 如何查看电脑的剩余空间

如需查看硬盘驱动的空间, 请执行以下步骤:

1. 点按屏幕左上方的“**Apple**”（**苹果**）图标。
2. 一些选项随之出现。点按列表中的“**关于本机**”（**About This Mac**）。
3. 在出现的面板中，找到并点按“**储存空间**”（**Storage**）标签。
4. 您会看到一个显示了电脑上已用空间和剩余空间的条形图。
5. 不同的颜色代表不同类型的文件。这让您能了解文稿、照片、视频和其它文件使用的空间。
6. 点按“**管理**”（**Manage**），查看释放电脑空间的选择。



条形图显示了不同文件类型使用的空间

## 如何管理释放空间

当您点按“**管理**”（**Manage**）后，“**推荐**”（**Recommendations**）将高亮出现在左侧，更多选项会出现在右侧。

1. 首先，点按“**优化**”（**Optimise**）。
2. “**优化**”（**Optimise**）可以让电脑自动清除旧的电子邮件和某些您已经看过的视频文件。
3. 在清除前会出现一个方框让您确认这一操作。点按该方框中的“**优化**”（**Optimise**）。
4. 在“**优化**”（**Optimise**）选项下，点按“**自动清倒废纸篓**”（**Empty Bin Automatically**）以便自动删除放在您电脑废纸篓中超过30天的内容。点按“**开启**”（**Turn On**）。

# Apple笔记本电脑: 管理储存空间

5. 一个方框随之出现, 要求您确认这一操作。点按“开启” (Turn On) 确认。
6. 最后, 通过“避免杂乱” (Reduce Clutter) 选项, 您可以“检查文件” (Review Files), 查看电脑上所有文件。该选项显示了最占用空间的文件, 您可以根据自己的需要选择是否删除。

## 如何自己删除一个文件

您还可以自己从电脑桌面安全删除文件。

首先点按“储存空间” (Storage) 面板左上方的红点关闭面板。然后再关闭“系统信息” (System Information)。您的电脑现在应该显示的是桌面。

在本例中, 我们在桌面上有一个准备要删除的文件。如果您目前没有想要删除的文件, 您可以保留这份指引等到有需要的时候再看看。

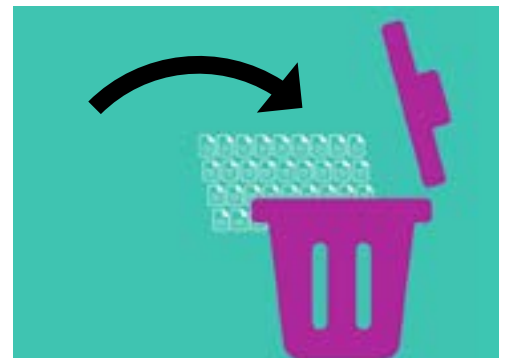
如需删除一个文件:

1. 确定您要删除的文件, 然后用鼠标右键单击它。“快捷” (Context) 菜单随之出现。
2. 找到靠近顶端的“移动到废纸篓” (Move to Bin) 选项。点按该选项删除文件。

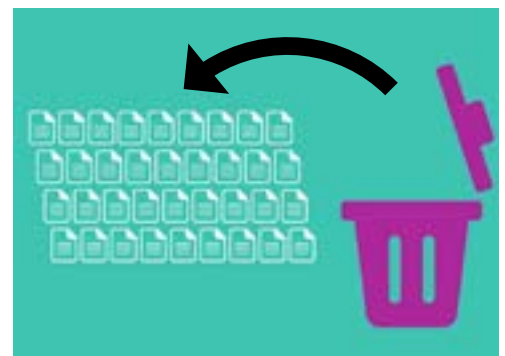
## 从废纸篓中找回文件

如果您不小心删掉了一个文件, 别担心! 您可以直接用“废纸篓” (Bin) 找回删掉的文件。

1. 首先, 将光标移动至桌面底部的一行图标。这行图标被称为“程序坞” (Dock), 您可以在这里找到电脑中最常使用的应用图标。
2. “废纸篓” (Bin) 在最右边。现在点按它。



您想从电脑中删除的文件可以移动至“废纸篓” (Bin)。



如果您不小心删掉了一个文件, 您可以从“废纸篓” (Bin) 中找回文件。

# Apple笔记本电脑：管理储存空间

3. 一个面板随之打开，其中显示您最近移至“废纸篓”（Bin）的文件。找到您刚刚删除的文件。
4. 右键单击文件就会出现一些选项。点按“放回原处”（Put Back）。
5. 文件从“废纸篓”（Bin）中消失，然后重新出现在桌面上。

当您将某个文件“放回原处”（Put Back）时，它会回到原来被删除的地方，例如桌面或某个文件夹中。

## 清倒废纸篓

通过清倒废纸篓，您可以确保文件被永久删除。

1. 点按“废纸篓”（Recycle Bin）窗口左上方的“红点”关闭窗口。
2. 现在找到“程序坞”（Dock）中的“废纸篓”（Bin）图标。如果图标中有垃圾，说明“废纸篓”（Bin）中有一些您可以删除的文件。
3. 右键单击“废纸篓”（Bin）图标，在出现的选项中，将鼠标光标指向“清倒废纸篓”（Empty Bin）。
4. 如果您确定要删除“废纸篓”（Bin）中的所有内容，点按“清倒废纸篓”（Empty Bin）。
5. 要求您确认永久删除所有内容的方框随之出现。点按“清倒废纸篓”（Empty Bin），然后您会看到“废纸篓”（Bin）图标改变为一个清空的废纸篓。



如果“废纸篓”（Bin）中有垃圾，那您就可以删除其中的内容。

## 准备好将文件移动至U盘（USB stick）

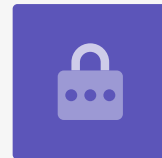
**U盘（USB stick）**可插入您电脑的USB接口，这是个安全和便捷的转移和储存文件和文件夹的方法。

在本示例中，我们将一个文件夹从桌面转移至一个U盘（USB stick）。您可以保存好这份指引，等到有一个U盘（USB stick）和您想转移的一些文件时就可以拿出来参考。

1. 将U盘（USB stick）插入您的电脑中。
2. 插入电脑后，它将以图标形式出现在您的电脑桌面中。

# Apple笔记本电脑：管理储存空间

为了避免病毒，仅使用全新的或未被其他人用过的“U盘”（USB stick）。您可以从便利店或超市买一个新的“U盘”（USB stick），它们的价格并不贵！



3. 现在找到“程序坞”（Dock）中的“访达”（Finder）图标并点按该图标。
4. “访达”（Finder）面板随之打开。在左侧边栏中寻找“位置”（Locations）。您的U盘（USB stick）将出现在这里，它的名字可能是与U盘（USB stick）相似的名字。
5. 点按U盘（USB stick）的名字，右侧面板随之改变并显示U盘（USB stick）中的文件。如果面板是空白的，说明U盘（USB stick）中没有文件。

## 将文件移动至U盘（USB stick）中

现在我们准备好将文件移动至U盘（USB stick）了。在演示时，我们会将一个称为“园艺”（Gardening）的文件夹移动至U盘（USB stick）中。

1. 鼠标左键单击桌面上的“园艺”（Gardening）文件夹不要放开。
2. 用鼠标将文件夹拖动至“访达”（Finder）面板。
3. 当文件夹位于窗口上方时松开鼠标按钮，让文件夹落入U盘（USB stick）中。
4. 电脑会将“园艺”（Gardening）文件夹和其中的文件复制进U盘（USB stick）。

当您看到“园艺”（Gardening）文件夹出现在“访达”（Finder）面板中时，说明复制过程已经完成并且文件已经安全储存在U盘（USB stick）中。



U盘（USB stick）是个存放和转移您电脑中文件的安全简单方法

# Apple笔记本电脑: 管理储存空间

## 文件复制至U盘 (USB stick) 后将文件从电脑中删除

请注意,“园艺”(Gardening)文件夹只是复制到U盘(USB stick)中,它仍然在您的电脑桌面。为了释放电脑的储存空间,我们将从桌面上删除这个文件夹。

1. 鼠标右键单击桌面上的“园艺”(Gardening)文件夹以显示“快捷”(Context)菜单。
2. 从出现的选项中,点按“移动至废纸篓”(Move to Bin),将文件从桌面删除并转移至“废纸篓”(Bin)。
3. 如需将文件完全从您电脑中移除,鼠标右键单击“废纸篓”(Bin)图标,选择列表中的“清倒废纸篓”(Empty Bin),然后再次选择“清倒废纸篓”(Empty Bin)以确认。

太棒了!现在文件夹存在U盘(USB stick)上,电脑的空间又多了一些。

## 安全移除U盘 (USB stick)

当您复制完文件后,请注意不要直接拔掉U盘(USB stick)。如果这么做,您的文件可能会受损。

您应该让U盘(USB stick)安全推出。

1. 找到“访达”(Finder)面板左侧的U盘(USB stick)名字。
2. 在图标旁边,您会看到一个向上的箭头。点按箭头一次,让电脑知道您准备要拔掉U盘(USB stick)。
3. 过一会后,“访达”(Finder)面板将会关闭,U盘(USB stick)的图标将从桌面消失。
4. 现在您可以从电脑上拔掉U盘(USB stick)了,然后把它放在安全的地方。



从电脑中移除U盘(USB stick)前  
让其正确推出以避免损坏文件