

Kopia zapasowa i odzyskiwanie  
Podręcznik użytkownika

© Copyright 2007 Hewlett-Packard  
Development Company, L.P.

Windows jest zastrzeżonym znakiem  
towarowym firmy Microsoft Corporation,  
zarejestrowanym w USA.

Informacje zawarte w niniejszym  
dokumencie mogą zostać zmienione bez  
powiadomienia. Jedyne warunki gwarancji  
na produkty i usługi firmy HP są ujęte  
w odpowiednich informacjach o gwarancji  
towarzyszących tym produktom i usługom.  
Żadne z podanych tu informacji nie powinny  
być uznawane za jakiegokolwiek gwarancje  
dodatkowe. Firma HP nie ponosi  
odpowiedzialności za błędy techniczne lub  
wydawnicze ani pominięcia, jakie mogą  
wystąpić w tekście.

Wydanie drugie: Czerwiec 2007 r.

Wydanie pierwsze: marzec 2007

Numer katalogowy dokumentu: 441307-242

## Informacje o produkcie

W niniejszej instrukcji obsługi opisano funkcje wspólne dla większości modeli. Niektóre funkcje mogą być niedostępne w danym komputerze.



---

# Spis treści

## 1 Tworzenie dysków do odzyskiwania

## 2 Tworzenie zapasowej kopii danych

Kiedy należy utworzyć kopię zapasową .....	3
Sugestie dotyczące wykonywania kopii zapasowych .....	4
Tworzenie kopii zapasowej określonych plików lub folderów .....	5
Tworzenie kopii zapasowej całego dysku twardego .....	6
Tworzenie punktów odzyskiwania .....	7
Planowanie tworzenia kopii zapasowych .....	8

## 3 Odzyskiwanie

Odzyskiwanie danych z dysków do odzyskiwania .....	10
Odzyskiwanie danych z dysku twardego .....	11
Inicjowanie odzyskiwania danych w systemie Windows .....	12
Inicjowanie odzyskiwania danych z partycji odzyskiwania na dysku twardym .....	13

Indeks .....	14
--------------	----




# 1 Tworzenie dysków do odzyskiwania

Po pierwszej konfiguracji komputera zaleca się utworzenie zestawu dysków do odzyskiwania zawierających pełny obraz fabryczny. Dyski do odzyskiwania służą do uruchomienia (rozruchu) komputera i przywrócenia ustawień fabrycznych systemu operacyjnego i oprogramowania w przypadku awarii lub niestabilności systemu.

Przed utworzeniem dysków do odzyskiwania należy uwzględnić następujące wskazówki:

- Potrzebne będą wysokiej jakości dyski CD-R, DVD-R lub DVD+R (zakupione osobno).

 **UWAGA:** Płyty do wielokrotnego zapisu, takie jak CD-RW czy DVD±RW nie są zgodne z programem HP Backup & Recovery Manager.

- Podczas tego procesu komputer musi być podłączony do źródła prądu zmiennego.
- Dla danego komputera można utworzyć tylko jeden zestaw dysków do odzyskiwania.
- Przed włożeniem do napędu optycznego komputera dyski należy ponumerować.
- W razie potrzeby można anulować tworzenie dysków przed zakończeniem procesu tworzenia dysków do odzyskiwania. Przy kolejnym wybraniu opcji **Utwórz dyski CD lub DVD do odzyskiwania oprogramowania fabrycznego, służące do odzyskania systemu (stanowczo zalecane)** zostanie wyświetlony monit o kontynuowanie procesu tworzenia dysków.


Aby utworzyć zestaw dysków do odzyskiwania:

1. Wybierz **Start > Wszystkie programy > HP Backup & Recovery > HP Backup & Recovery Manager**.
2. Kliknij przycisk **Dalej**.
3. Kliknij opcję **Utwórz dyski CD lub DVD do odzyskiwania oprogramowania fabrycznego, służące do odzyskania systemu (stanowczo zalecane)**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
4. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

---

## 2 Tworzenie zapasowej kopii danych

---

 **UWAGA:** Można odzyskiwać tylko pliki, których kopie zapasowe wcześniej utworzono. Firma HP zaleca użycie programu HP Backup and Recovery Manager do utworzenia kopii zapasowej całego dysku natychmiast po skonfigurowaniu komputera.

---

Program HP Backup and Recovery Manager umożliwia wykonanie następujących zadań:

- Regularne wykonywanie kopii zapasowych informacji w celu ochrony ważnych plików systemowych
- Tworzenie punktów odzyskiwania systemu, które umożliwiają wycofanie niepożądanych zmian na komputerze poprzez przywrócenie wcześniejszego stanu komputera
- Planowanie tworzenia kopii zapasowych w określonym czasie lub w przypadku wystąpienia określonych zdarzeń



## Kiedy należy utworzyć kopię zapasową

- Regularnie, według harmonogramu.



**UWAGA:** Ustaw przypomnienia o okresowym tworzeniu kopii zapasowych.

---

- Przed naprawą komputera lub przywracaniem danych.
- Przed dodaniem albo modyfikacją sprzętu lub oprogramowania.

## Sugestie dotyczące wykonywania kopii zapasowych

- Utwórz zestaw dysków do odzyskiwania za pomocą programu HP Backup and Recovery Manager.
- Utwórz punkty odzyskiwania systemu za pomocą programu HP Backup and Recovery Manager i regularnie kopiuj je na dysk.
- Pliki osobiste należy przechowywać w folderze Moje dokumenty i okresowo tworzyć jego kopię zapasową.
- Należy tworzyć kopie zapasowe szablonów przechowywanych w powiązanych z nimi programach.
- Dostosowane ustawienia w oknie na pasku narzędzi lub pasku menu należy zapisywać, wykonując zrzut ekranu zawierający ustawienia.

Zrzut ekranu może zaoszczędzić wiele czasu w przypadku konieczności zresetowania preferencji.

Aby skopiować zawartość ekranu i wkleić ją do dokumentu edytora tekstu:

a. Wyświetl ekran.


b. Skopiuj ekran.

Aby skopiować tylko aktywne okno, naciśnij klawisze **alt+fn+prt sc**.

Aby skopiować cały ekran, naciśnij klawisze **fn+prt sc**.

c. Otwórz dokument edytora tekstu i wybierz opcję **Edycja > Wklej**.

---

 **UWAGA:** Przed wykonaniem procedur tworzenia kopii zapasowej i odzyskiwania należy podłączyć komputer do zewnętrznego źródła zasilania.

**UWAGA:** Za pomocą programu HP Backup and Recovery Manager zainstalowane przez HP sterowniki, narzędzia i aplikacje można skopiować na dysk CD lub DVD

---

# Tworzenie kopii zapasowej określonych plików lub folderów

Kopię zapasową określonych plików lub folderów można utworzyć na partycji odzyskiwania na dysku twardym, na opcjonalnym zewnętrznym dysku twardym lub na dyskach optycznych (CD lub DVD).




**UWAGA:** Ten proces trwa kilka minut w zależności od rozmiaru plików i szybkości komputera.

Aby utworzyć kopię zapasową określonych plików lub folderów:

1. Wybierz **Start > Wszystkie programy > HP Backup & Recovery > HP Backup & Recovery Manager**.
2. Kliknij przycisk **Dalej**.
3. Kliknij opcję **Utwórz kopię zapasową w celu ochrony ustawień systemowych i ważnych plików danych**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
4. Kliknij opcję **Utwórz kopię zapasową pojedynczych plików i folderów**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
5. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

# Tworzenie kopii zapasowej całego dysku twardego

W przypadku tworzenia kopii zapasowej całego dysku twardego zapisywany jest jego pełny fabryczny obraz, w tym system operacyjny Windows® i aplikacje, a także osobiste pliki i foldery.

 **UWAGA:** Kopię całego obrazu dysku twardego można przechowywać na innym dysku twardym, na dysku sieciowym lub na utworzonych dyskach do odzyskiwania.

**UWAGA:** Ten proces może trwać ponad godzinę, w zależności od szybkości komputera i rozmiaru przechowywanych danych.


Aby utworzyć kopię zapasową całego dysku twardego:

1. Wybierz **Start > Wszystkie programy > HP Backup & Recovery > HP Backup & Recovery Manager**.
2. Kliknij przycisk **Dalej**.
3. Kliknij opcję **Utwórz kopię zapasową w celu ochrony ustawień systemowych i ważnych plików danych**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
4. Kliknij opcję **Utwórz kopię zapasową całego dysku twardego**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
5. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

## Tworzenie punktów odzyskiwania

W przypadku tworzenia kopii zapasowej modyfikacji wprowadzonych od czasu wykonania ostatniej kopii zapasowej tworzone są punkty odzyskiwania systemu. Taki punkt umożliwia zapisanie migawki dysku twardego w określonym momencie. Aby cofnąć późniejsze zmiany wprowadzone w systemie, można przywrócić system do tego punktu.

---


 **UWAGA:** Pierwszy punkt odzyskiwania systemu, migawka całego obrazu, jest tworzony automatycznie przy pierwszym wykonywaniu kopii zapasowej. W kolejnych punktach odzyskiwania systemu tworzone są kopie zmian wprowadzonych od tego czasu.

---

Firma HP zaleca tworzenie punktów odzyskiwania w następujących przypadkach:

- przed dodaniem lub rozległą modyfikacją oprogramowania bądź sprzętu,
- okresowo — gdy komputer działa optymalnie.

---

 **UWAGA:** Przywrócenie systemu do wcześniejszego punktu przywracania nie wpływa na pliki danych ani wiadomości e-mail utworzone po utworzeniu ostatniego punktu.

---

Aby utworzyć punkt przywracania systemu:

1. Wybierz **Start > Wszystkie programy > HP Backup & Recovery > HP Backup & Recovery Manager**.
2. Kliknij przycisk **Dalej**.
3. Kliknij opcję **Utwórz kopię zapasową w celu ochrony ustawień systemowych i ważnych plików danych**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
4. Kliknij opcję **Utwórz punkty odzyskiwania lub zarządzaj nimi**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
5. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

## Planowanie tworzenia kopii zapasowych


Program HP Backup Scheduler umożliwia planowanie tworzenia kopii zapasowych całego systemu, punktów odzyskiwania lub określonych plików i folderów. Narzędzie to umożliwia zaplanowanie tworzenia kopii zapasowych w określonym czasie (codziennie, co tydzień lub co miesiąc) albo w przypadku wystąpienia określonych zdarzeń, takich jak uruchomienie systemu czy zadokowanie w opcjonalnej stacji dokowania (tylko wybrane modele).

Aby zaplanować tworzenia kopii zapasowych:

1. Wybierz **Start > Wszystkie programy > HP Backup & Recovery > HP Backup Scheduler**.
2. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

---

## 3 Odzyskiwanie

 **UWAGA:** Można odzyskiwać tylko pliki, których kopie zapasowe wcześniej utworzono. Firma HP zaleca użycie programu HP Backup and Recovery Manager do utworzenia kopii zapasowej całego dysku natychmiast po skonfigurowaniu komputera.

Program HP Backup and Recovery Manager pomaga w wykonywaniu poniższych zadań mających na celu ochronę informacji i przywracanie ich w przypadku awarii systemu:

- Odzyskiwanie ważnych plików — Ta funkcja umożliwia ponowne zainstalowanie ważnych plików bez pełnego odzyskiwania systemu.
- Przeprowadzanie pełnego odzyskiwania systemu — Program HP Backup and Recovery Manager umożliwia odzyskanie pełnego obrazu fabrycznego w przypadku awarii lub niestabilności systemu. Program HP Backup and Recovery Manager działa z dedykowanej partycji odzyskiwania na dysku twardym lub z utworzonych dysków do odzyskiwania.

## Odzyskiwanie danych z dysków do odzyskiwania

Aby przeprowadzić odzyskiwanie z dysków do odzyskiwania, wykonaj następujące kroki:

1. Wykonaj kopię zapasową wszystkich plików osobistych.
2. Włóż pierwszy dysk do napędu optycznego i uruchom ponownie komputer.
3. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.



# Odzyskiwanie danych z dysku twardego

Istnieją dwa sposoby zainicjowania odzyskiwania danych z dysku twardego:

- z systemu Windows,
- z partycji odzyskiwania.

## Inicjowanie odzyskiwania danych w systemie Windows

Aby zainicjować odzyskiwanie danych w systemie Windows, wykonaj następujące kroki:

1. Wykonaj kopię zapasową wszystkich plików osobistych.
2. Wybierz **Start > Wszystkie programy > HP Backup & Recovery > HP Backup & Recovery Manager**.
3. Kliknij przycisk **Dalej**.
4. Kliknij opcję **Odzyskaj ważne pliki lub cały system**, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
5. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

## Inicjowanie odzyskiwania danych z partycji odzyskiwania na dysku twardym

Aby zainicjować odzyskiwanie danych z partycji odzyskiwania na dysku twardym, wykonaj następujące kroki:

1. Wykonaj kopię zapasową wszystkich plików osobistych.
2. Uruchom ponownie komputer, a następnie naciśnij klawisz **f11**, zanim zostanie załadowany system Windows.
3. Kliknij opcję odzyskiwania danych, a następnie kliknij przycisk **Dalej**.
4. Postępuj zgodnie z instrukcjami wyświetlanymi na ekranie.

---

# Indeks

## D

dyski umożliwiające odzyskiwanie danych  
korzystanie 10

## K

kopia zapasowa  
dysk twardy 6  
modyfikacje systemu 7  
planowanie 8  
pliki i foldery 5  
kopia zapasowa całego dysku twardego 6  
kopia zapasowa dysku twardego 6  
kopia zapasowa systemu 6

## O

odzyskiwanie danych z dysku twardego 11

## P

partycja odzyskiwania 13  
planowanie tworzenia kopii zapasowych 8  
punkty odzyskiwania 7  
punkty odzyskiwania systemu 7

## T

tworzenie punktów odzyskiwania 7