

Тренинговый Центр Анфисы Бреус

"ВДОХНОВЕНИЕ"

Пошаговые инструкции по управлению и ведению блога на WordPress

Урок №5

Тема: «Бэкап файлов и базы данных WordPress»

- Что такое BackUp и зачем нужно делать
- Как часто нужно делать BackUp
- Где посмотреть Бэкап блога на хостинге и скачать его
- Как делать бэкап с помощью плагина



Что такое Backup

Васкир - резервное копирование данных

- процесс создания копии данных
- процесс восстановления

Что копируется

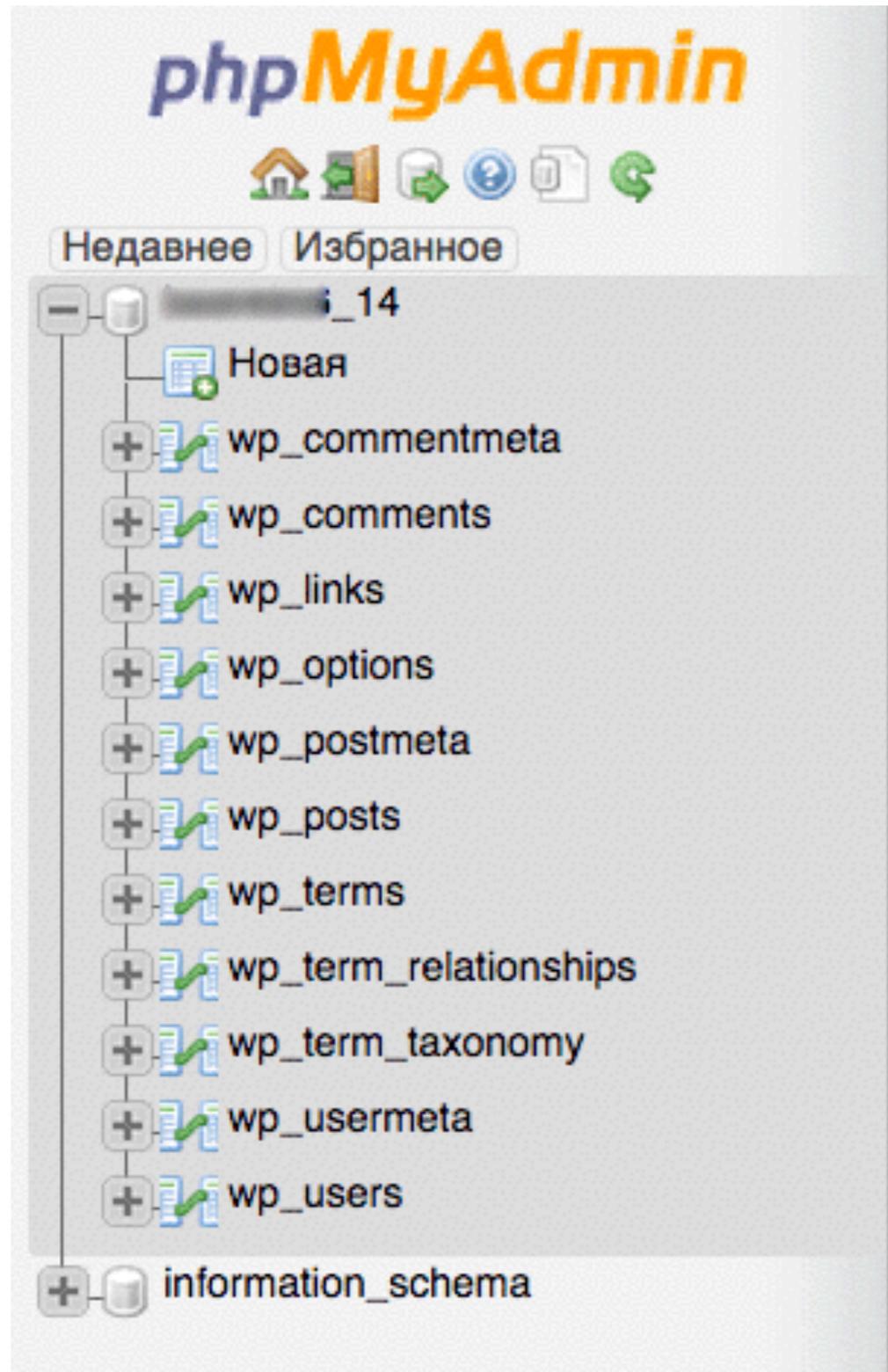
файлы

Файл Правка Архиватор Навигация

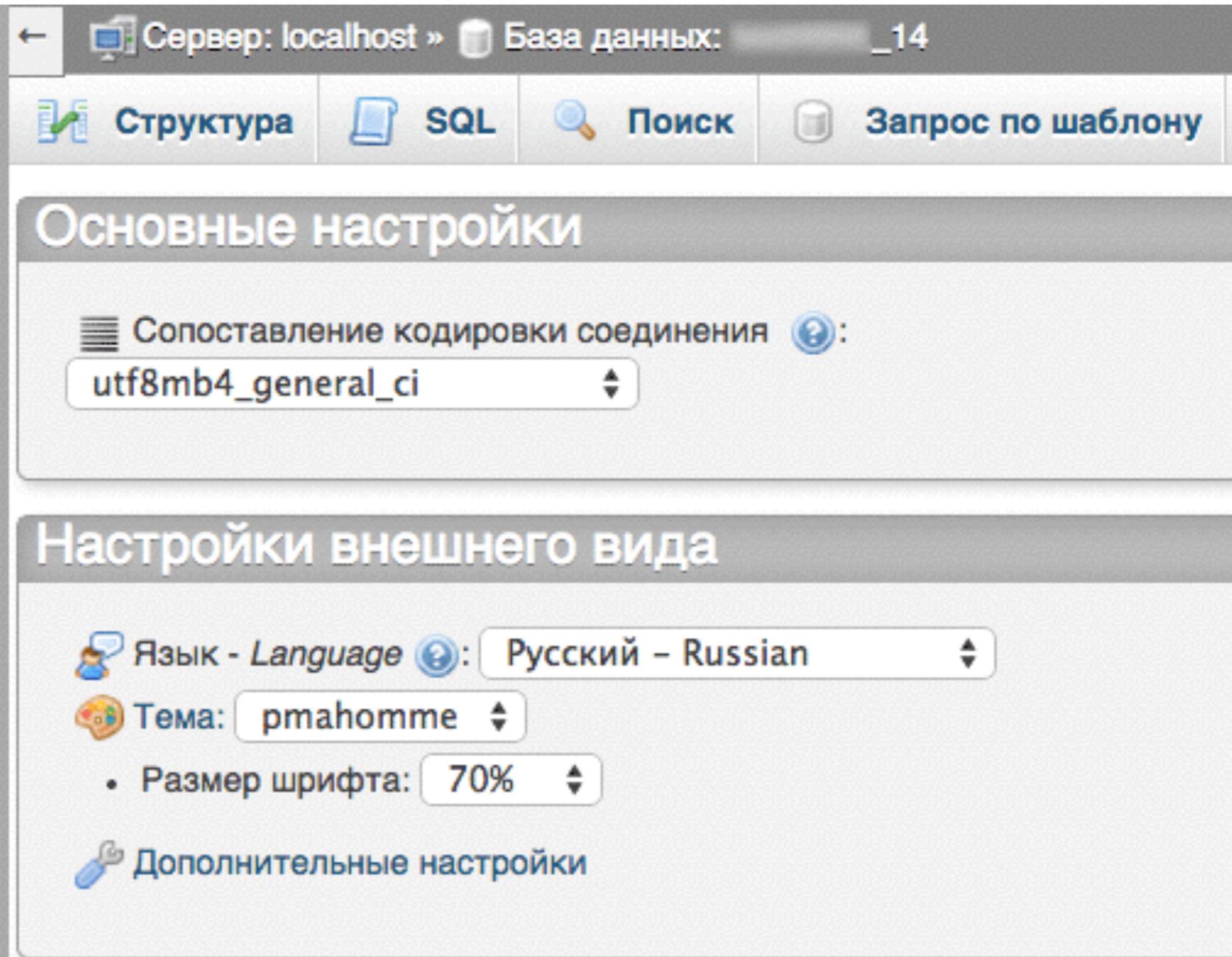
 /001/public_html

Имя файла	▼ Размер	Дата изменения
 wp-admin	-	2 дек 05:50
 wp-content	-	24 янв 07:29
 wp-includes	-	5 окт 04:30
 .htaccess	13 КБ	11 мар 02:53
 index.php	418 байт	31 мая 2014
 license.txt	19 КБ	31 мая 2014
 readme.html	10 КБ	24 янв 07:18
 robots.txt	767 байт	14 авг 2013
 sitemap.backup.xml	26 КБ	31 окт 2013
 sitemap.backup.xml.gz	4 КБ	31 окт 2013
 wp-activate.php	5 КБ	5 окт 04:30
 wp-blog-header.php	271 байт	31 мая 2014
 wp-comments-post.php	5 КБ	24 янв 07:18
 wp-config-sample.php	4 КБ	21 ноя 04:28
 wp-config.php	5 КБ	24 янв 07:21
 wp-cron.php	3 КБ	5 окт 04:30
 wp-links-opml.php	2 КБ	31 мая 2014
 wp-load.php	3 КБ	5 окт 04:30
 wp-login.php	33 КБ	24 янв 07:18
 wp-mail.php	8 КБ	5 окт 04:30

База данных



The screenshot shows the phpMyAdmin interface. At the top, the logo "phpMyAdmin" is displayed in orange and blue. Below it are several navigation icons. The main area is divided into two tabs: "Недавнее" (Recent) and "Избранное" (Favorites). Under "Недавнее", a database named "i_14" is selected, and its structure is expanded to show a list of tables: "Новая", "wp_commentmeta", "wp_comments", "wp_links", "wp_options", "wp_postmeta", "wp_posts", "wp_terms", "wp_term_relationships", "wp_term_taxonomy", "wp_usermeta", and "wp_users". At the bottom, there is an "information_schema" table.



The screenshot shows the "Основные настройки" (Basic Settings) section of the phpMyAdmin interface. The browser address bar indicates the server is "localhost" and the database is "База данных: i_14". The navigation menu includes "Структура", "SQL", "Поиск", and "Запрос по шаблону". The "Основные настройки" section contains the following settings:

- Сопоставление кодировки соединения:** utf8mb4_general_ci
- Настройки внешнего вида:**
 - Язык - Language:** Русский - Russian
 - Тема:** рmahomme
 - Размер шрифта:** 70%
 - Дополнительные настройки**

Зачем делать Backup

Зачем делать резервные копии блога

- блог подвергся хакерской атаке
- после установки темы или плагина перестал работать
- что-то пошло не так после или во время обновления WordPress, темы или плагина
- форс-мажорные ситуации (сгорел жесткий диск на сервере хостинг - провайдера)
- перенос блога на другой хостинг

Как часто делать Backup

Как часто делать резервное копирование данных

- перед каждым обновлением WordPress
- раз в 2 недели

Как сделать Backup

Как сделать Backup блога

1. автоматический Backup на хостинге
 - скачать копию с хостинга в разделе «Управление BACKUP»

2. вручную
 - заархивировать файлы блога и скачать на компьютер
 - зайти в РНРMyAdmin и экспортировать базы данных

3. плагин «UpdraftPlus»
 - установить плагин резервного копирования
 - 1. настроить плагин
 - скачивать копии созданные плагином на компьютер

Автоматический Backup на ХОСТИНГЕ

Шаг 1

Зайти на хостинг в раздел «Управление BACKUP»»



Управление сайтами



Конструкторы сайтов



Файловый менеджер



Базы данных MySQL



Jabber сервер



Управление логами



Панель Crontab



Настройки DNS



Пользователи ПУ / FTP

1



Управление BACKUP



Дополнительные услуги



Оплата услуг



Движения по счёту



Уведомления



Список бонусов



Карточка клиента

Шаг 2

1. вкладка «Файлы»
2. выбрать из списка доступных бэкапов нужную дату копии
3. справа от папки с нужными файлами нажать на иконку «Скачать»
4. во всплывшем окне нажать на кнопку «ОК»

Воскир файлов

1. **Файлы** | Базы MySQL | Статус

Список доступных бэкапов 2. ✓ 7 марта 2015
9 марта 2015
11 марта 2015

Текущая директория:

Имя файла / директории	Размер		
001	-		3
003	-		

Подтвердите действие на <https://cp.timeweb.ru>

Вы действительно хотите сохранить архив файла/директории 001 в Вашем домашнем каталоге?

4

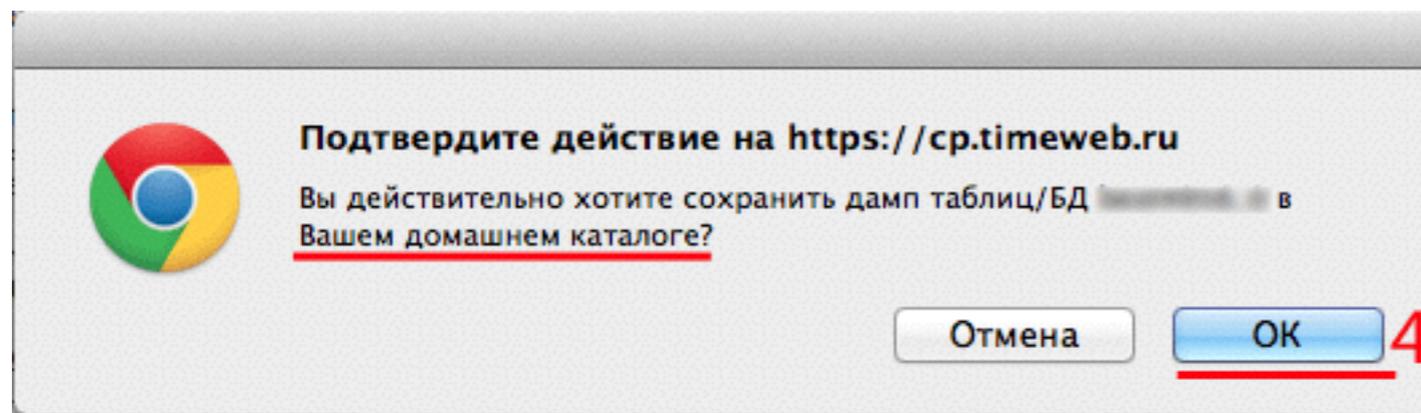
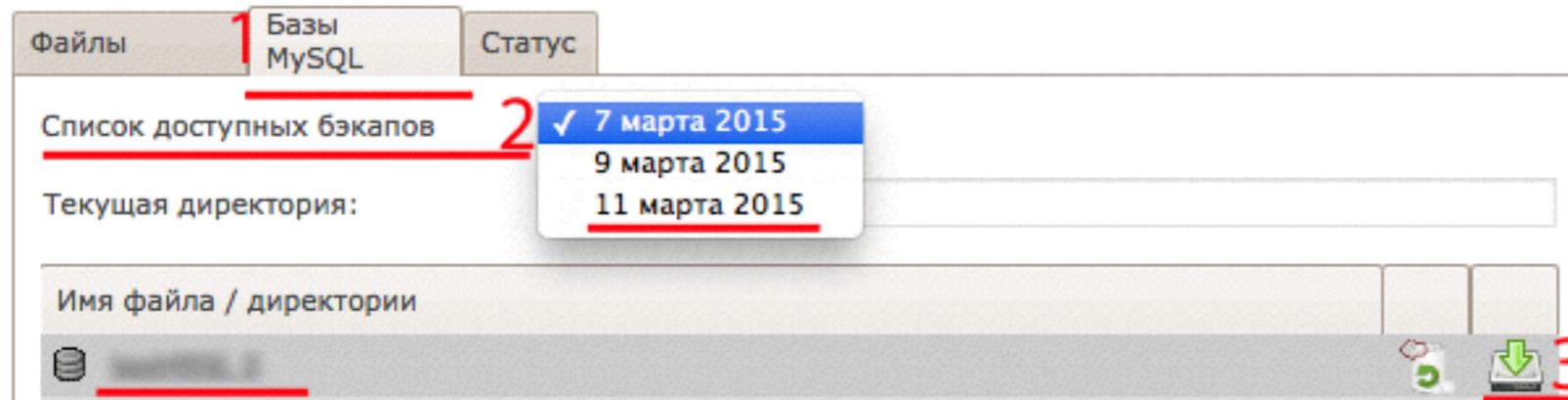
Файлы | Базы MySQL | Статус

	Задача	Дата	Статус
	Сохранение файлов в архив: 001	2015-03-12 13:27:59	<u>В очереди</u>

Шаг 3

1. вкладка «База данных»
2. выбрать из списка доступных бэкапов нужную дату копии
3. справа от нужной названия базы данных нажать на иконку «Скачать»
4. во всплывшем окне нажать на кнопку «ОК»

Воскр базы данных



Файлы Базы MySQL Статус

	Задача	Дата	Статус
	Сохранение базы данных в архив: имя_базы	2015-03-12 13:33:02	В очереди
	Сохранение файлов в архив: 001	2015-03-12 13:27:59	Выполнено

Шаг 4

перейти в раздел «Файловый менеджер»



Почтовый менеджер



Вебмейл



Управление доменами



Управление поддоменами



Управление сайтами



Конструкторы сайтов

1



Файловый менеджер



Базы данных MySQL



Jabber сервер



Управление логами



Панель Crontab



Настройки DNS



Пользователи ПУ / FTP



Управление BACKUP



Дополнительные услуги

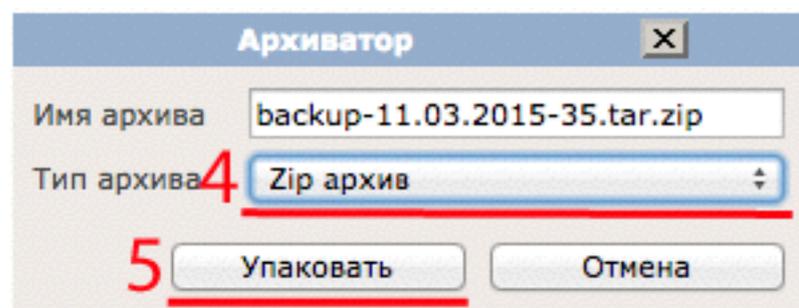
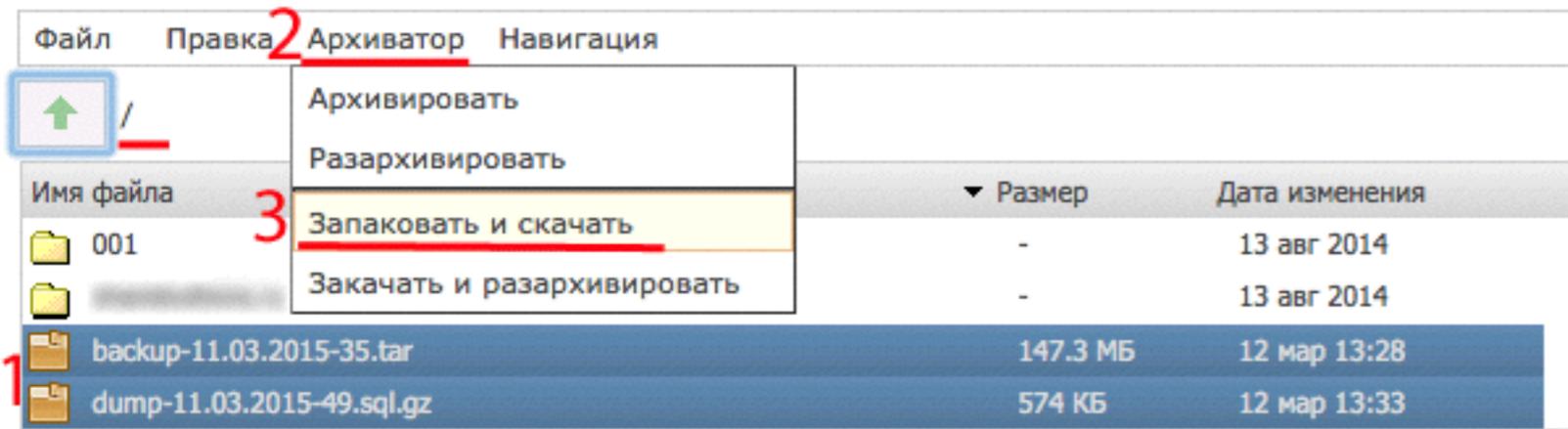


Оплата услуг

Шаг 5

скачать архивы с копиями

1. в основной папке найдите архивы с базой данных и файлами. Выделите их мышкой (чтобы выделить сразу 2 объекта, кликните по одному файлу левой кнопкой мыши, удерживайте клавишу SHIFT кликните по второму файлу)
2. в меню нажмите на «Архиватор»
3. выберите из списка «Запаковать и скачать»
4. во всплывшем окне выберите из списка «Тип архива» «Zip архив»
5. нажмите на кнопку «Упаковать»



Васкир файлов и базы
данных вручную

Шаг 1

перейти в раздел «Файловый менеджер»



Почтовый менеджер



Вебмейл



Управление доменами



Управление поддоменами



Управление сайтами



Конструкторы сайтов

1



Файловый менеджер



Базы данных MySQL



Jabber сервер



Управление логами



Панель Crontab



Настройки DNS



Пользователи ПУ / FTP



Управление BACKUP



Дополнительные услуги

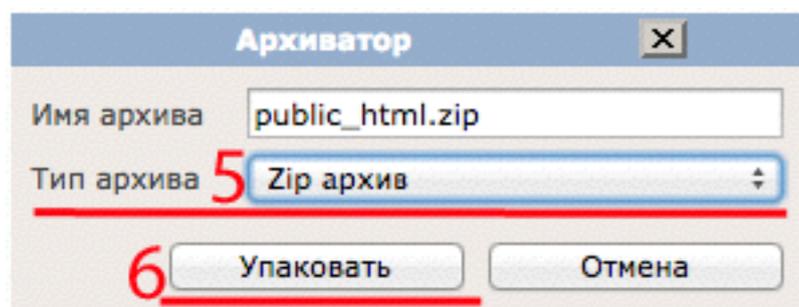
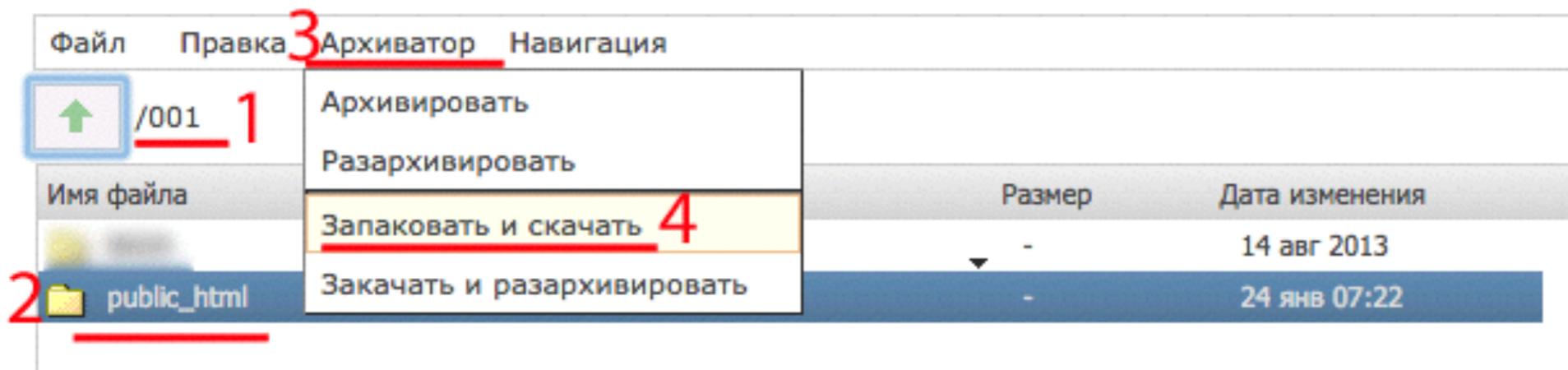


Оплата услуг

Шаг 2

Воскрешение файлов

1. перейтив папку с блогом
2. выделить мышкой папку public_html
3. в меню нажмите на «Архиватор»
4. выберите из списка «Запаковать и скачать»
5. во всплывшем окне выберите из списка «Тип архива» «Zip архив»
6. нажмите на кнопку «Упаковать»



Шаг 3

копировать пароль для базы данных



Почтовый менеджер



Вебмейл



Управление доменами



Управление поддоменами



Управление сайтами



Конструкторы сайтов

1



Файловый менеджер



Базы данных MySQL



Jabber сервер



Управление логами



Панель Crontab



Настройки DNS



Пользователи ПУ / FTP



Управление BACKUP



Дополнительные услуги



Оплата услуг

Шаг 4

- перейти в корневую папку с блогом public_html
1. выделить файл wp-config.php
 2. в меню «Файл» выбрать «Редактировать»

Открыть файл config.php

The screenshot shows a web-based file manager interface titled "Файловый менеджер". The interface includes a menu bar with "Файл", "Правка", "Архиватор", and "Навигация". The "Файл" menu is open, showing options like "Новый файл", "Закачать", "Новая папка", "Редактировать", "Переименовать", "Права UNIX", "Пароль на директорию", and "Удалить". The "Редактировать" option is highlighted. Below the menu is a table of files with columns for "Размер" and "Дата изменения". The file "wp-config.php" is selected, indicated by a blue highlight and a red "1" next to it. A red "2" is next to the "Файл" menu, and a red "3" is next to the "Редактировать" option.

Файловый менеджер

Файловый менеджер предоставляет функциональность FTP-клиента через браузер. Кроме того, поддерживаются функции архивирования без скачивания содержимого на локальный диск.

2 **Файл** Правка Архиватор Навигация

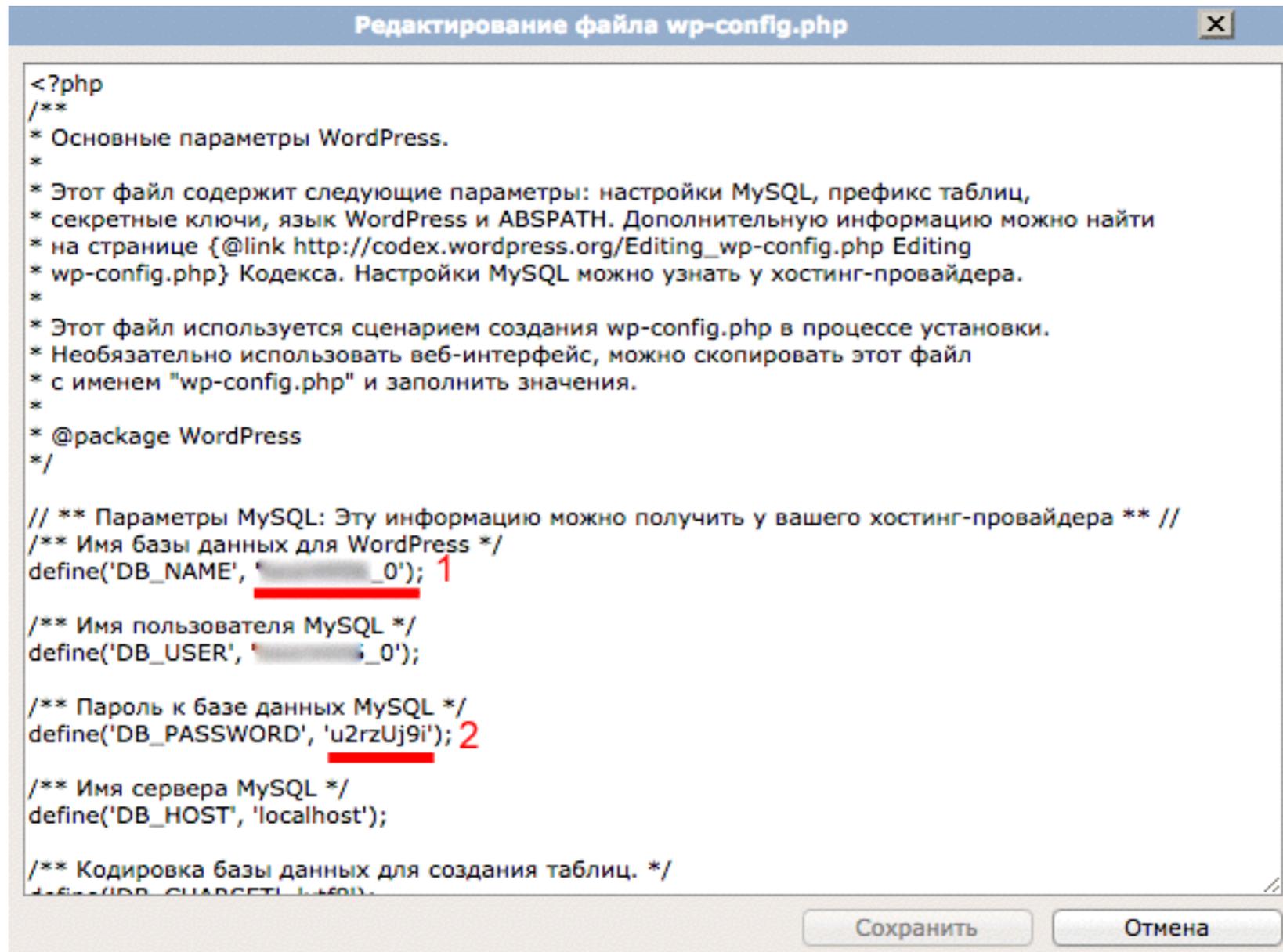
3 **Редактировать**

	Размер	Дата изменения
wp-blog-header.php	271 байт	31 мая 2014
wp-comments-post.php	5 КБ	24 янв 07:18
wp-config-sample.php	4 КБ	21 ноя 04:28
wp-config.php	5 КБ	12 мар 16:17
wp-cron.php	3 КБ	5 окт 04:30
wp-links-opml.php	2 КБ	31 мая 2014
wp-load.php	3 КБ	5 окт 04:30
wp-login.php	33 КБ	24 янв 07:18
wp-mail.php	8 КБ	5 окт 04:30
wp-pass.php	413 байт	7 авг 2013

Шаг 5

1. запомнить название базы данных в строке `define('DB_NAME', 'XXXXX');`
2. скопировать пароль в строке `define('DB_PASSWORD', 'XXXXX');`
3. закрыть файл

Скопировать пароль в базу данных



```
<?php
/**
 * Основные параметры WordPress.
 *
 * Этот файл содержит следующие параметры: настройки MySQL, префикс таблиц,
 * секретные ключи, язык WordPress и ABSPATH. Дополнительную информацию можно найти
 * на странице {@link http://codex.wordpress.org/Editing_wp-config.php Editing
 * wp-config.php} Кодекса. Настройки MySQL можно узнать у хостинг-провайдера.
 *
 * Этот файл используется сценарием создания wp-config.php в процессе установки.
 * Не обязательно использовать веб-интерфейс, можно скопировать этот файл
 * с именем "wp-config.php" и заполнить значения.
 *
 * @package WordPress
 */

// ** Параметры MySQL: Эту информацию можно получить у вашего хостинг-провайдера ** //
/** Имя базы данных для WordPress */
define('DB_NAME', 'XXXXX_0'); 1

/** Имя пользователя MySQL */
define('DB_USER', 'XXXXX_0');

/** Пароль к базе данных MySQL */
define('DB_PASSWORD', 'u2rzUj9i!'); 2

/** Имя сервера MySQL */
define('DB_HOST', 'localhost');

/** Кодировка базы данных для создания таблиц. */
define('DB_CHARSET', 'utf8');
```

Шаг 5

перейти в раздел «Базы данных MySQL»



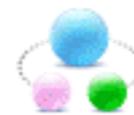
Почтовый менеджер



Вебмейл



Управление доменами



Управление поддоменами



Управление сайтами



Конструкторы сайтов



Файловый менеджер

1



Базы данных MySQL



Jabber сервер



Управление логами



Панель Crontab



Настройки DNS



Пользователи ПУ / FTP



Управление BACKUP



Дополнительные услуги



Оплата услуг



Движения по счёту



Уведомления



Список бонусов

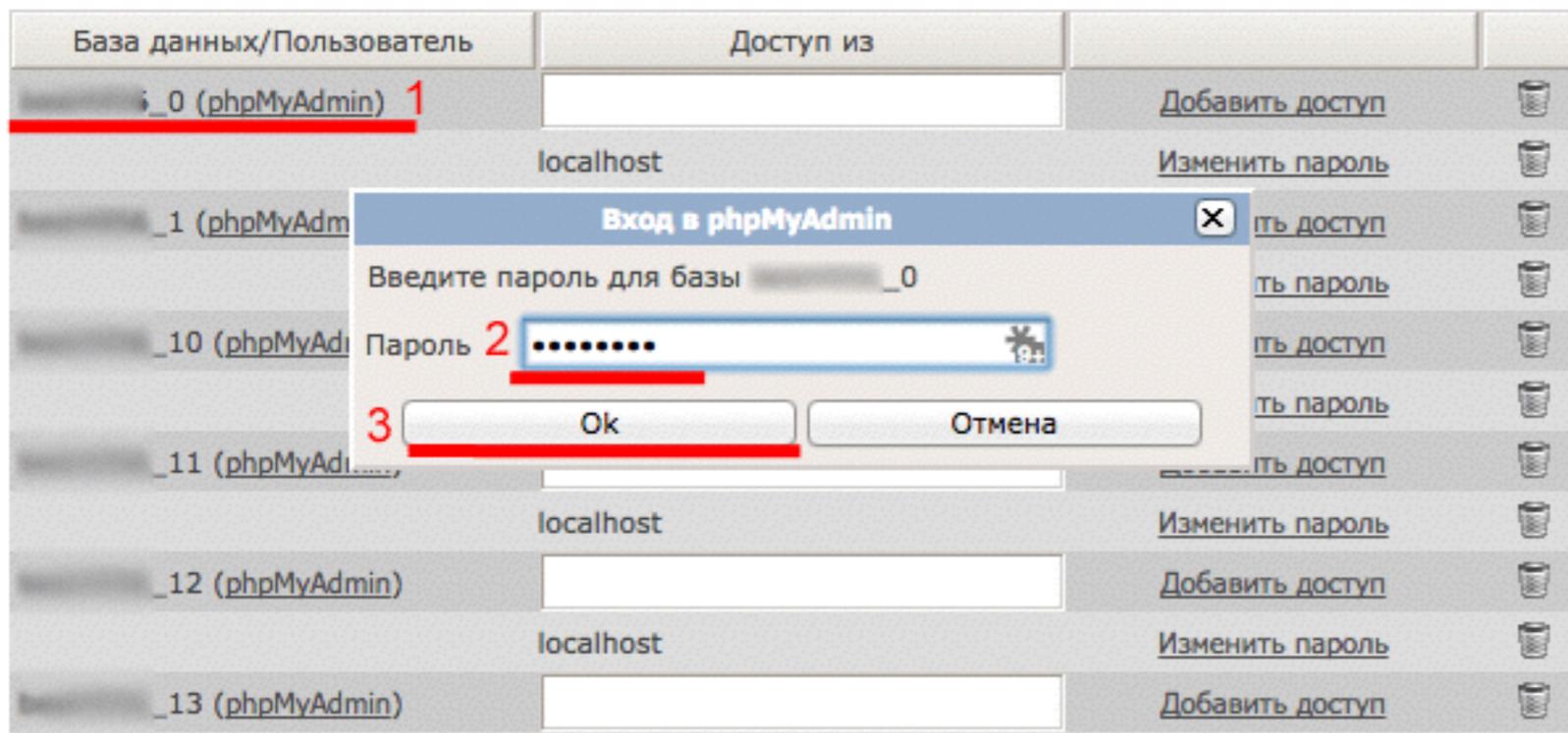


Карточка клиента

Шаг 6

Вход в phpMyAdmin

1. нажмите «phpMyAdmin» напротив той базы, которую будете копировать (название вы запомнили в шаге 5)
2. во всплывшем окне вставьте в поле пароль (скопировали в шаге 5)
3. нажмите на кнопку «ОК»



Шаг 7

перейти во вкладку «Экспорт»

The screenshot shows the phpMyAdmin interface for a database named '_0' on a localhost server. The 'Export' tab is highlighted in the top navigation bar. The main content area displays a table of database tables with their respective actions.

Таблица	Действие	Строки
<input type="checkbox"/> _abinspiration_rating	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _abinspiration_votes	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _commentmeta	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _comments	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _itsec_lockouts	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _itsec_log	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _itsec_temp	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _links	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _options	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _postmeta	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	8
<input type="checkbox"/> _posts	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	1
<input type="checkbox"/> _terms	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _term_relationships	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _term_taxonomy	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _usermeta	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
<input type="checkbox"/> _users	★ Обзор Структура Поиск Вставить Очистить Удалить	
16 таблиц	Всего	11

At the bottom of the interface, there is a checkbox labeled 'Отметить все / Отметить требующие оптимизации' and a dropdown menu labeled 'С отмеченными:'.

Шаг 8

1. в поле «Способ экспорта» «Обычный»
2. в поле «Вывод» отметьте «Сохранить вывод в файл»
3. нажать на кнопку «Вперед»

Структура SQL Поиск Запрос по шаблону **Экспорт** Импорт Операции Процедуры

Способ экспорта:

Быстрый - отображать минимум настроек

1 Обычный - отображать все возможные настройки

Таблица(ы):

Выбрать все / Снять выделение

- owcw9h_commentmeta
- owcw9h_comments
- owcw9h_itsec_lockouts
- owcw9h_itsec_log
- owcw9h_itsec_temp
- owcw9h_links
- owcw9h_options
- owcw9h_postmeta
- owcw9h_posts
- owcw9h_terms

Вывод:

2 Сохранить вывод в файл

Шаблон имени файла: использовать для будущего экспорта

Кодировка файла:

Компрессия:

Отобразить вывод как текст

3

- Архив с файлами будет в формате .zip
- Дамп базы данных будет в формате .sql

Васкир с помощью плагина

Шаг 1

1. Плагины => Добавить новый
2. В поле поиска написать «UpdraftPlus» и нажать «Enter» на клавиатуре
3. Нажать на кнопку «Установить» => затем «Активировать»

Найти и установить плагин UpdraftPlus

The screenshot shows the WordPress 'Add Plugins' interface. On the left is a sidebar with navigation options: Консоль, Записи, Медиафайлы, Страницы, Отзывы (1), Комментарии, Внешний вид, **Плагины (1)**, Установленные, **Добавить новый (2)**, and Редактор. The main area is titled 'Добавить плагины' and has a 'Загрузить плагин' button. Below the title are tabs for 'Результаты поиска', 'Избранные', 'Популярные', 'Рекомендуемые', and 'Любимые'. A search bar contains the text 'UpdraftPlus' with a dropdown menu set to 'Слово'. Below the search bar, it indicates '8 элементов'. The search results show two items: 'UpdraftPlus Backup and Restoration' with a tiger logo and an 'Установить' button, and 'Upload Larger Plugins' with a teal geometric pattern and an 'Установить' button. Red numbers 1 through 4 are overlaid on the image to indicate the steps: 1 on the 'Плагины' menu item, 2 on the 'Добавить новый' menu item, 3 on the search bar, and 4 on the 'Установить' button for UpdraftPlus.

Шаг 2

1. Настройки = > Резервные копии UpdraftPlus
2. Перейти во вкладку «Настройки»
3. интервал резервного копирования файлов «Ежемесячно», копии 2
4. интервал резервного копирования бд «раз в две недели», копии 2

Настроить плагин UpdraftPlus

Текущий статус Существующие резервные копии (2) **2** Настройки Поиск ошибок / Экспертные инструменты

Настройки сохранены.

[Взгляните на WordShell](#) - управляйте WordPress через командную строку - потрясающий инструмент для экономии времени

Настройка содержимого для резервного копирования и расписания

Интервалы резервного копирования файлов: **3** Ежемесячно и накапливает множество запланированных резервных копий: 2

Интервалы между резервными копиями базы данных: **4** Раз в две недели и накапливает множество запланированных резервных копий: 2

Если вы хотите установить автоматическое резервное копирование по расписанию, выберите вариант временного интервала из выпадающих меню выше. Если два расписания одинаковы, то одновременно будет произведено два резервных копирования.

Чтобы указать точное время запуска резервного копирования, (например, если ваш сервер загружен днем и вы хотите запускать резервное копирование ночью), [используйте UpdraftPlus Premium](#)

Зарядка...
Записи
Медиафайлы
Страницы
Отзывы **1**
Комментарии
Внешний вид
Плагины
Пользователи
Инструменты
Настройки
Общие
Написание
Чтение
Обсуждение
Медиафайлы
Постоянные ссылки
Резервные копии UpdraftPlus **1**

Шаг 2

5. Отчет «Электронная почта» - поставить галочку

Настроить плагин UpdraftPlus

Включить в резервную копию файлов:

- Дополнения
- Темы
- Загрузки

Исключить следующее:

Любые другие папки в директории wp-content

Исключить следующее:

В вышеперечисленных директориях отсутствуют только файлы самого ядра WordPress, самую свежую версию которого можно всегда скачать с сайта ru.wordpress.org. [Обратите внимание на дополнение «Медиа-библиотека» в магазине.](#)

Настройки базы данных

Кодовая фраза шифрования базы данных:

[Не хотите чтобы за вами шпионили? UpdraftPlus Premium может шифровать резервные копии вашей базы данных. А также создавать резервные копии внешних баз данных.](#)

[Здесь вы можете вручную расшифровать зашифрованную базу данных.](#)

Отчёт

Электронная почта:

5

Check this box to have a basic report sent to [your site's admin address](#) (admin@yourdomain.com). [Для расширенных отчётов используйте дополнение «Reporting».](#)

Шаг 2

6. Удаленное хранилище: «Пусто»
7. Сохранить настройки

Настроить плагин UpdraftPlus

Поместить вашу резервную копию в удалённое хранилище

Выберите ваше удалённое хранилище:

6

[Вы можете сохранять резервные копии более чем в одно место при наличии дополнения.](#)

Если Вы выберете вариант без облачного хранилища, все ваши резервные копии будут храниться только на сервере. Это не рекомендуется делать (по крайней мере если Вы не собираетесь вручную копировать их на свой компьютер), так как при проблемах с сервером Вы потеряете не только сайт но и все резервные копии.

Расширенные / отладочные настройки

Экспертные настройки:

[Показать экспертные настройки](#) - нажмите сюда, чтобы увидеть дополнительные опции; они необходимы если у вас какие то проблемы или если вам любопытно, в противном случае не обращайтесь на них внимания.

UpdraftPlus теперь имеет группы в соцсетях - вы можете найти нас здесь: [Twitter](#) - [Facebook](#) - [Google+](#) - [LinkedIn](#)

7

Шаг 3

1. перейти во вкладку «Текущий статус»
2. нажать на кнопку «Создать РК сейчас»
3. во всплывшем окне нажать на кнопку «Создать РК сейчас»
4. дождаться пока шкала копирования заполнится цветом

Создать первую копию вручную

1 Текущий статус Существующие резервные копии (3) Настрой

Настройки сохранены.

Взгляните на WordShell - управляйте WordPress через командный инструмент для экономии времени

Действия: 2 Создать РК сейчас

UpdraftPlus - Выполнить резервное копирование единообразно

Чтобы продолжить, нажмите 'Создать РК'. После чего смотрите поле 'Последнее сообщение журнала/лога на предмет активности.

- Не включать базу данных в резервную копию
- Не включать файлы в резервную копию
- Не отправлять эту резервную копию в удалённое хранилище

Ничего не происходит когда вы пытаетесь запустить резервное копирование? [Перейдите сюда для того чтобы получить помощь.](#)

3 Создать РК сейчас Отмена

Резервное копирование в процессе:

4 Мон, March 16, 2015 09:00 - последняя активность: 1s ранее - [показать лог](#) - [удалить расписание](#)

Создание zip-архивов резервных копий (Дополнения)

Шаг 4

1. перейти во вкладку «Существующие резервные копии»
2. нажать на кнопки «База данных, Дополнения, Темы, Загрузки, Другое»

Скачать копию на компьютер

UpdraftPlus Backup/Restore

[UpdraftPlus.Com](#) | [Новости](#) | [Twitter](#) | [Премиум](#) | [Поддержка](#) | [Открыть домашнюю страницу разработчика](#) | [FAQs](#) | [Ещё плагины](#) - Версия: 1.9.60

Текущий статус

1 Существующие резервные копии (2)

Настройки

Поиск ошибок / Экспертные инструменты

Дополнения

Дата резервного копирования

Данные резервной копии (нажмите чтобы скачать)

Действия

Mar 16, 2015 9:41

Mar 16, 2015 9:38

1 **2** **3** **4** **5**

Mar 16, 2015 9:02

Шаг 4

1. нажать на кнопки «Скачать на компьютер»

Скачать копию на компьютер

Download db (Mar 16, 2015 9:38): **1**
Файл готов. Вы должны: Скачать на компьютер и тогда, если вы пожелаете, Удалить с сервера

Download plugins (Mar 16, 2015 9:38): **2**
Файл готов. Вы должны: Скачать на компьютер и тогда, если вы пожелаете, Удалить с сервера

Download themes (Mar 16, 2015 9:38): **3**
Файл готов. Вы должны: Скачать на компьютер и тогда, если вы пожелаете, Удалить с сервера

Download uploads (Mar 16, 2015 9:38): **4**
Файл готов. Вы должны: Скачать на компьютер и тогда, если вы пожелаете, Удалить с сервера

Download others (Mar 16, 2015 9:38): **5**
Файл готов. Вы должны: Скачать на компьютер и тогда, если вы пожелаете, Удалить с сервера

Задание:

1. Проверить Васкир на хостинге
2. Скачать копии файлов и базы данных на компьютер, любым из 3-х способов

Урок №6

Что делать, если возникли проблемы во время обновления
(сложность 2,3)

Вопросы:

- Почему возникают ошибки во время обновления
- Как избежать ошибок и несовместимостей
- Порядок решения проблем и ошибок (если есть доступ в админку)
- Что делать если нет возможности зайти в админку
- Восстановление блога через BackUp

Четверг, 19 марта, в 18.00

Ресурсы

<http://wptraining.ru> - записи вебинаров, план и расписание занятий

<http://wpwebinar.ru> - вход на вебинары

<http://anfisabreus.ru> - записи вебинаров, обсуждение вебинаров, вопросы, предложения

<https://vk.com/wpblog.club> - группа в контакте, обсуждение, вопросы, предложения