

Інструкція щодо роботи з мультимедійним курсом «Основи здорового харчування»

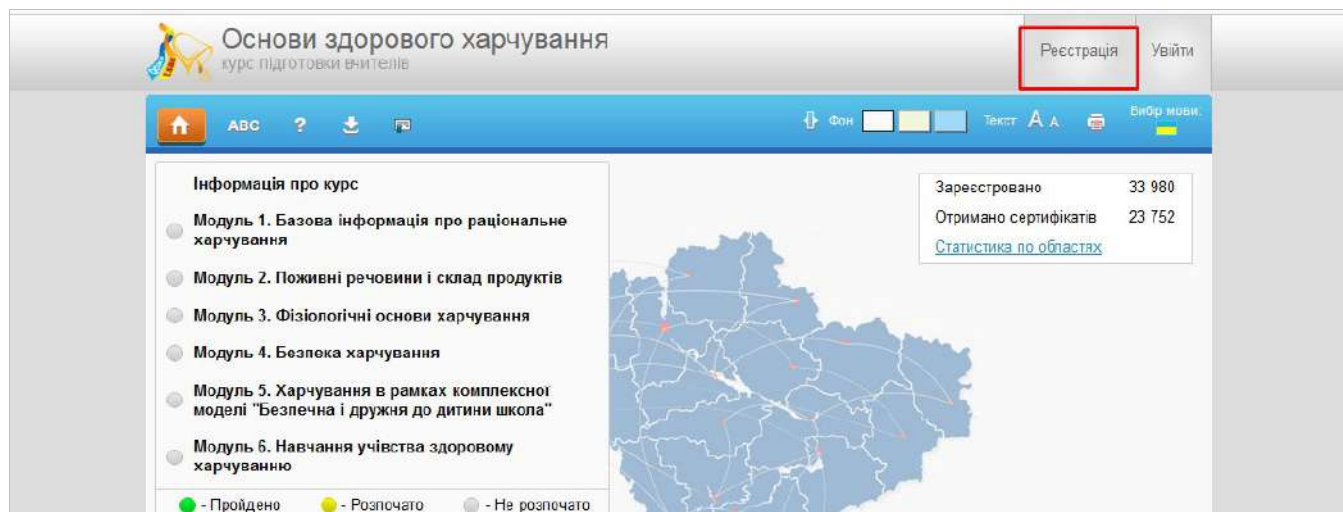
1. Доступ до курсу

Зайдіть на сайт порталу превентивної освіти за посиланням <http://autta.org.ua/>. У розділі «Онлайн-курси» оберіть курс «Основи здорового харчування». Можна також прямо перейти до курсу за посиланням <http://food.multycourse.com.ua/ua/>



2. Реєстрація для отримання сертифікату

На головній сторінці онлайн курсу натисніть кнопку «Реєстрація» і внесіть свої персональні дані.



2.1. Користувачі, які проходять курс особисто для себе, можуть заповнити лише обов'язкові поля, позначені зірочкою (*):

- ⇒ Е-mail – який надалі використовуватиметься в якості вашого логіну;
- ⇒ Пароль;
- ⇒ Прізвище, ім'я та по-батькові (будуть внесені до сертифікату)
- ⇒ Стать.

Заповнивши обов'язкові поля, натисніть кнопку «Зареєструватися» внизу сторінки.

Реєстрація

Реєстраційні дані

Фотографія Файл не выбран

E-mail *

Пароль *

Місце розташування

Регіон

Місто або район обласного підпорядкування

Населений пункт

Дані про користувача

Прізвище *

Ім'я *

По-батькові *

Стать

Телефон

Навчальний заклад

Тип користувача

Тип учбового закладу

Назва учбового закладу

Посада

* - Поля, обов'язкові для заповнення

2.2. Якщо ви вчитель, додатково заповніть поля реєстраційної форми про «Місце розташування» та «Навчальний заклад».

Реєстрація

Реєстраційні дані

Фотографія Файл не выбран

E-mail *

Пароль *

Місце розташування

Регіон

Місто або район обласного підпорядкування

Населений пункт

Дані про користувача

Прізвище *

Ім'я *

По-батькові *

Стать

Телефон

Навчальний заклад

Тип користувача

Тип учбового закладу

Назва учбового закладу

Посада

* - Поля, обов'язкові для заповнення

2.3. Якщо у випадючих списках немає потрібної вам категорії, оберіть пункт «інше» та введіть потрібні дані самостійно.

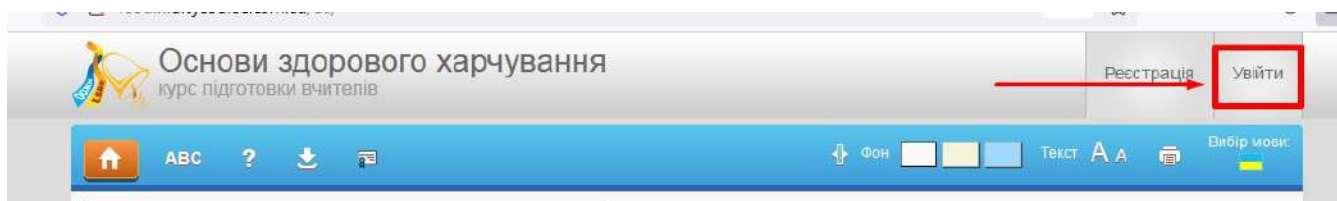
The registration form is divided into four main sections:

- Реєстраційні дані (Registration data):** Includes fields for 'Фотографія' (Photo) with a 'Выберите файл' button, 'E-mail *', and 'Пароль *'.
- Місце розташування (Location):** Includes dropdown menus for 'Регион' (Region), 'Місто або район обласного підпорядкування' (City or district), and 'Населений пункт' (Settlement).
- Дані про користувача (User data):** Includes fields for 'Прізвище *', 'Ім'я *', 'По-батькові *', and 'Стать' (Gender).
- Навчальний заклад (Educational institution):** Includes dropdown menus for 'Тип користувача' (User type), 'Тип учбового закладу' (Institution type), 'Назва учбового закладу' (Institution name), and 'Посада' (Position).

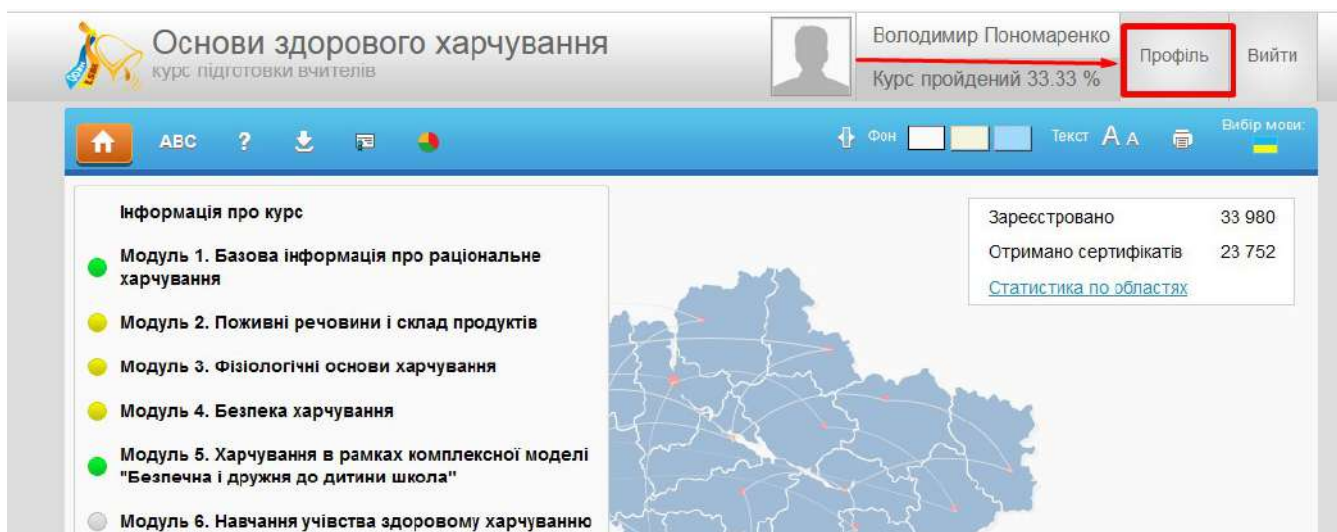
In the 'Тип учбового закладу' dropdown, the 'Інше' (Other) option is highlighted with a red arrow, indicating the correct choice for users not listed in the standard categories.

3. Персональний профіль

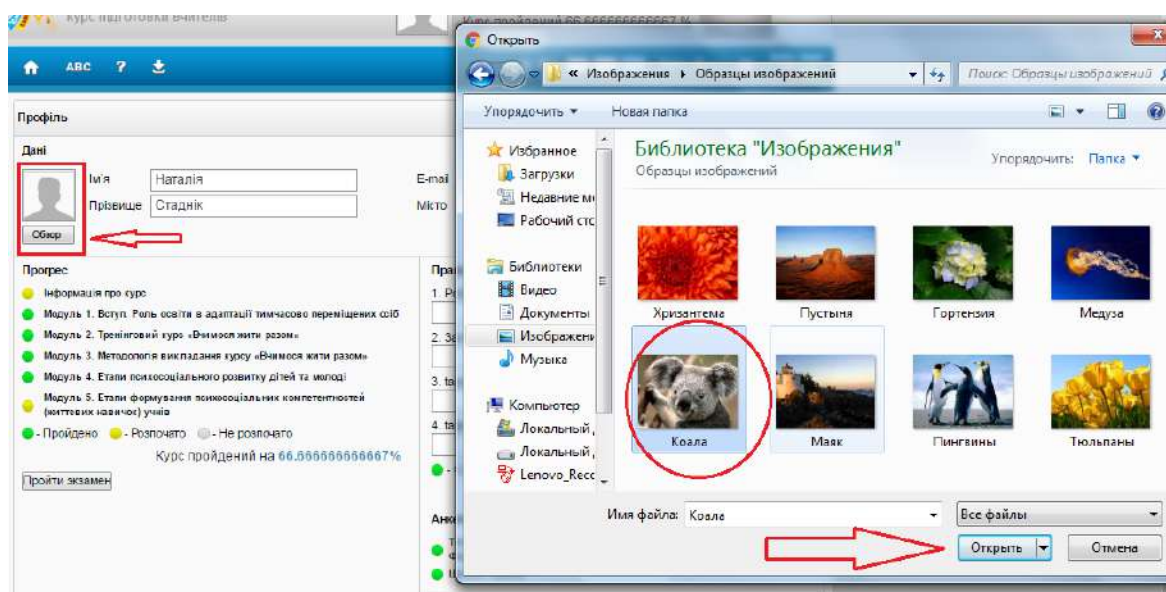
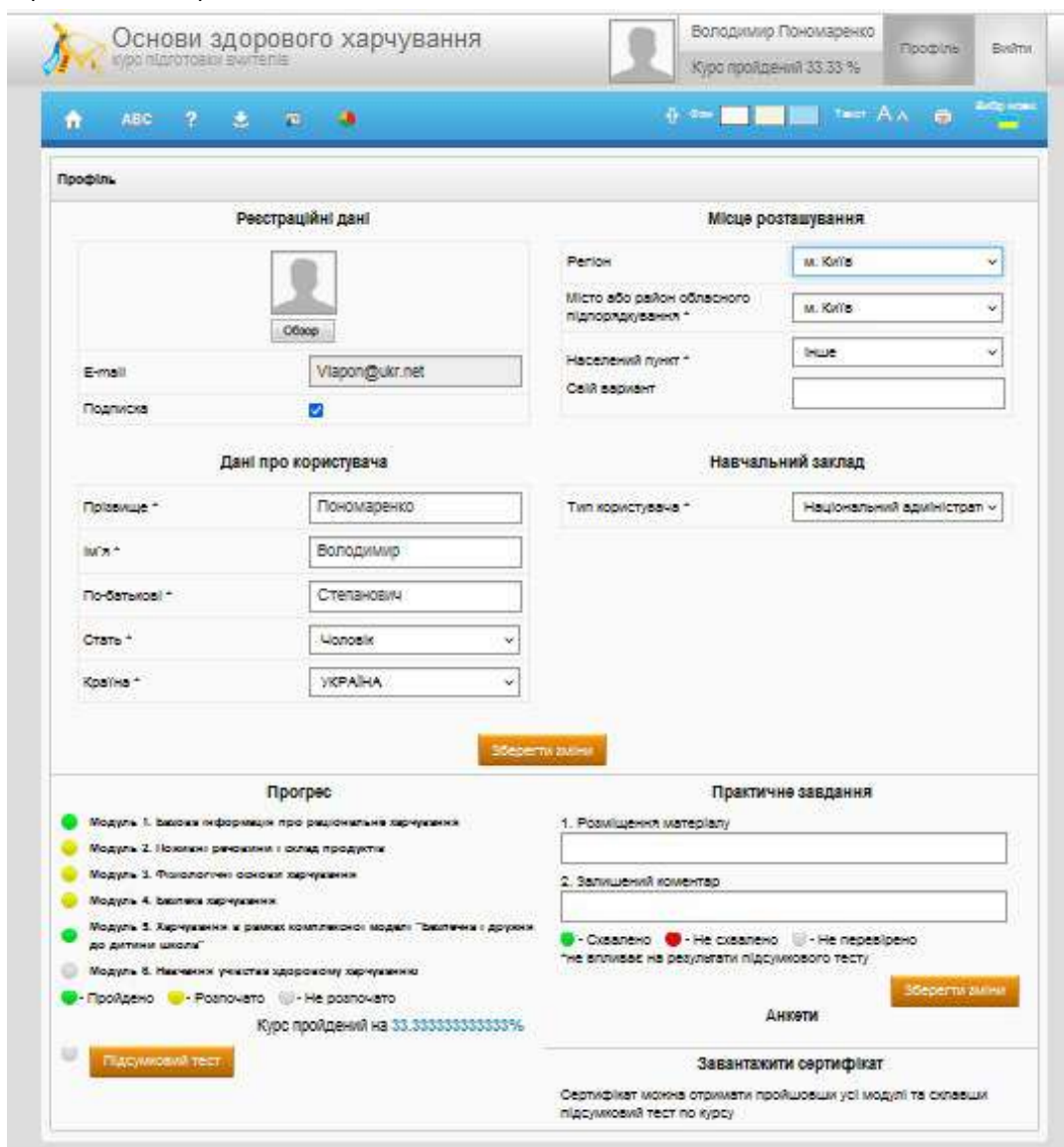
Після реєстрації ви зможете в будь-який момент переглянути персональний профіль, натиснувши кнопку «Увійти» на головному екрані.



За умови правильного введення e-mail та паролю вам відкриється головна сторінка. З цієї сторінки ви можете перейти у власний профіль.



На сторінці профілю буде висвітлена інформація про ваші особисті дані та про прогрес у проходженні курсу. За необхідності ви в будь-який момент маєте змогу відредагувати особисті дані або завантажити фотографію (за бажанням).



З персонального профіля ви також маєте змогу пройти підсумковий тест і завантажити довідку (кнопка стане активною, щойно ви пройдете підсумковий тест за курсом).

Основи здорового харчування
курс підготовки вчителів

Володимир Пономаренко
Курс пройдений 33.33 %

Профіль Вийти

ABC ?

Профіль

Реєстраційні дані

Обзор

E-mail: Vlapon@ukr.net

Підписка:

Місце розташування

Регіон: м. Київ

Місто або район обласного підпорядкування *: м. Київ

Населений пункт *: Інше

Свій варіант:

Дані про користувача

Прізвище *: Пономаренко

Ім'я *: Володимир

По-батькові *: Степанович

Стать *: Чоловік

Країна *: УКРАЇНА

Тип користувача *: Національний адміністратор

Прогрес

- Модуль 1. Базова інформація про раціональне харчування
- Модуль 2. Поживні речовини і склад продуктів
- Модуль 3. Фізіологічні основи харчування
- Модуль 4. Безпека харчування
- Модуль 5. Харчування в рамках комплексної моделі "Безпечна і дружна до дитини школа"
- Модуль 6. Навчання учінства здоровому харчуванню

● - Пройдено ● - Розпочато ● - Не розпочато

Курс пройдений на 33.33333333333333%

Підсумковий тест

Практичне завдання

1. Розміщення матеріалу

2. Залишений коментар

● - Схвалено ● - Не схвалено ● - Не перевірено

*не впливає на результати підсумкового тесту

Анкети

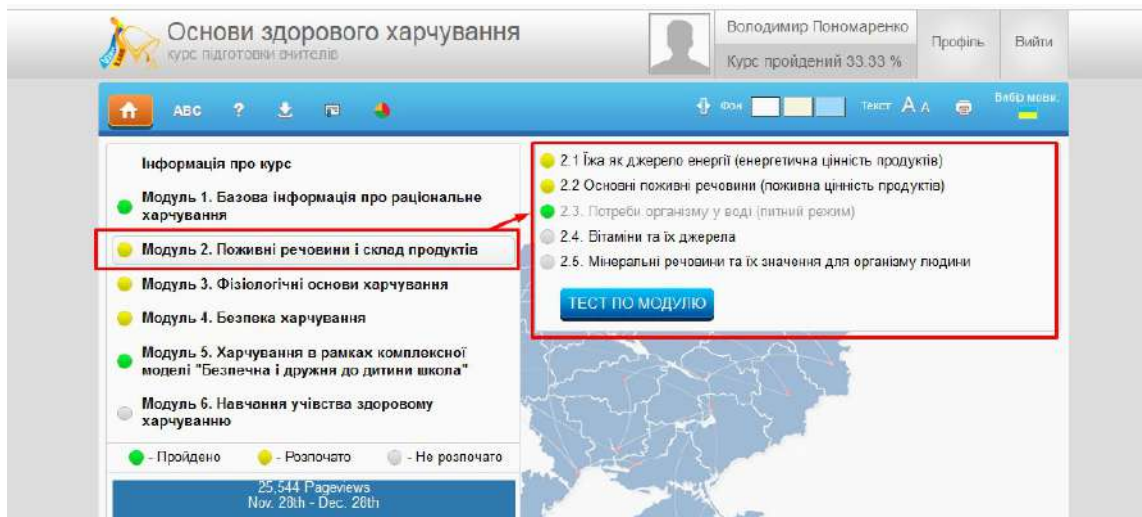
Завантажити сертифікат

Сертифікат можна отримати пройшовши усі модулі та склавши підсумковий тест по курсу

4. Інформація про прогрес у проходженні курсу

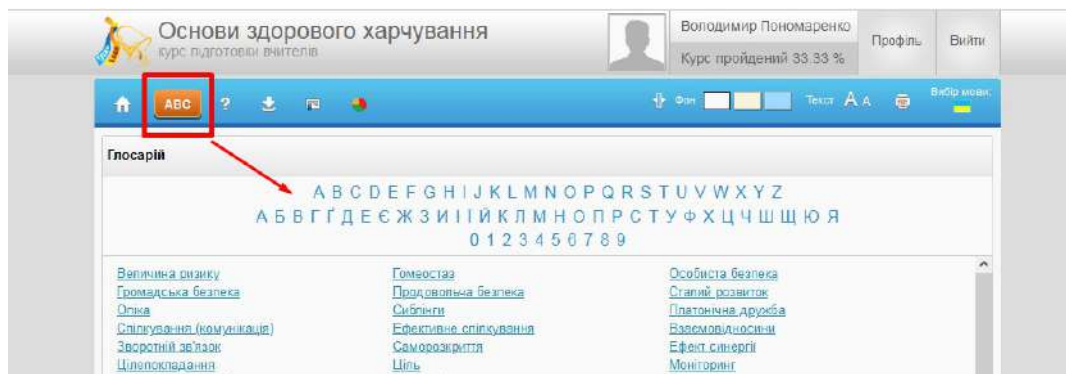
Курс «Основи здорового харчування» складається з 6 модулів. Узагальнений прогрес в проходженні курсу у відсотках(%) відображається у правій верхній частині екрану (під вашим прізвищем та ім'ям).

Модулі (теми), які ви повністю опрацювали (включно з тестами), позначено зеленим кольором. Модулі(теми), які ви вже розпочали, але ще не завершили вивчати або не пройшли тести, позначено жовтим кольором. Модулі і теми, вивчення яких ви ще не розпочали, позначено білим кольором.

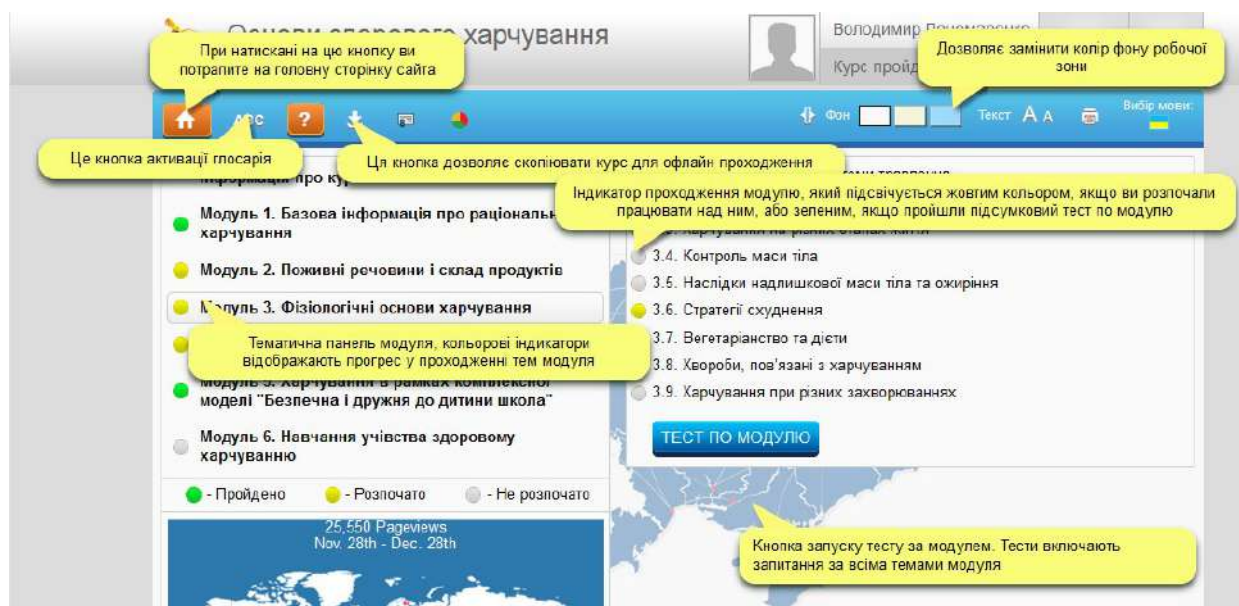


5. Додаткові можливості онлайн курсу

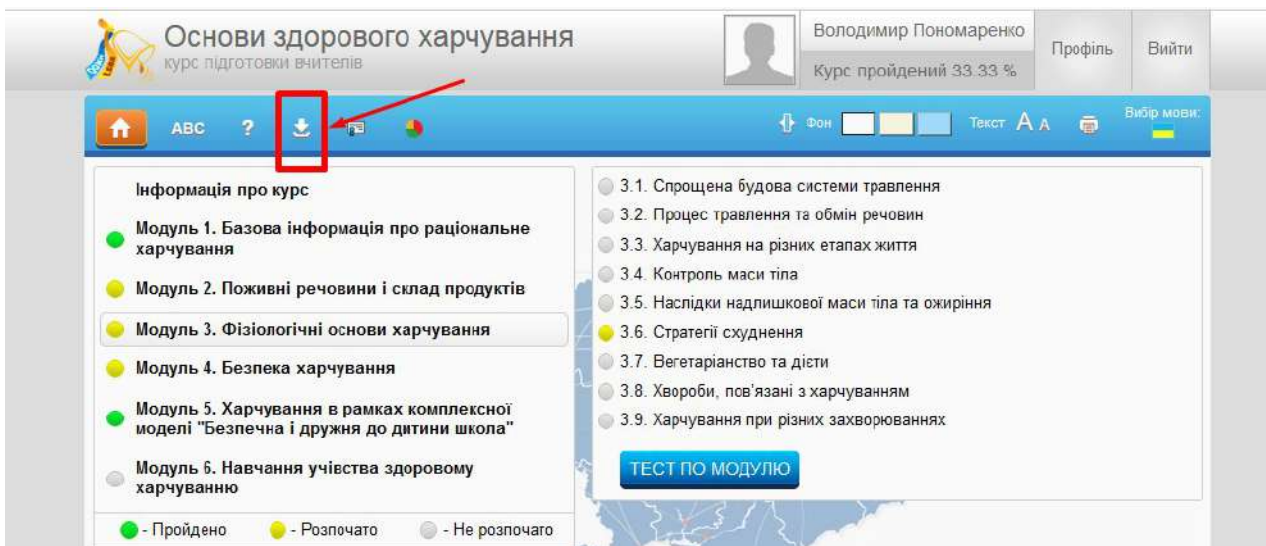
5.1. Словник . При активації цього вікна з'являється доступ до глосарія.



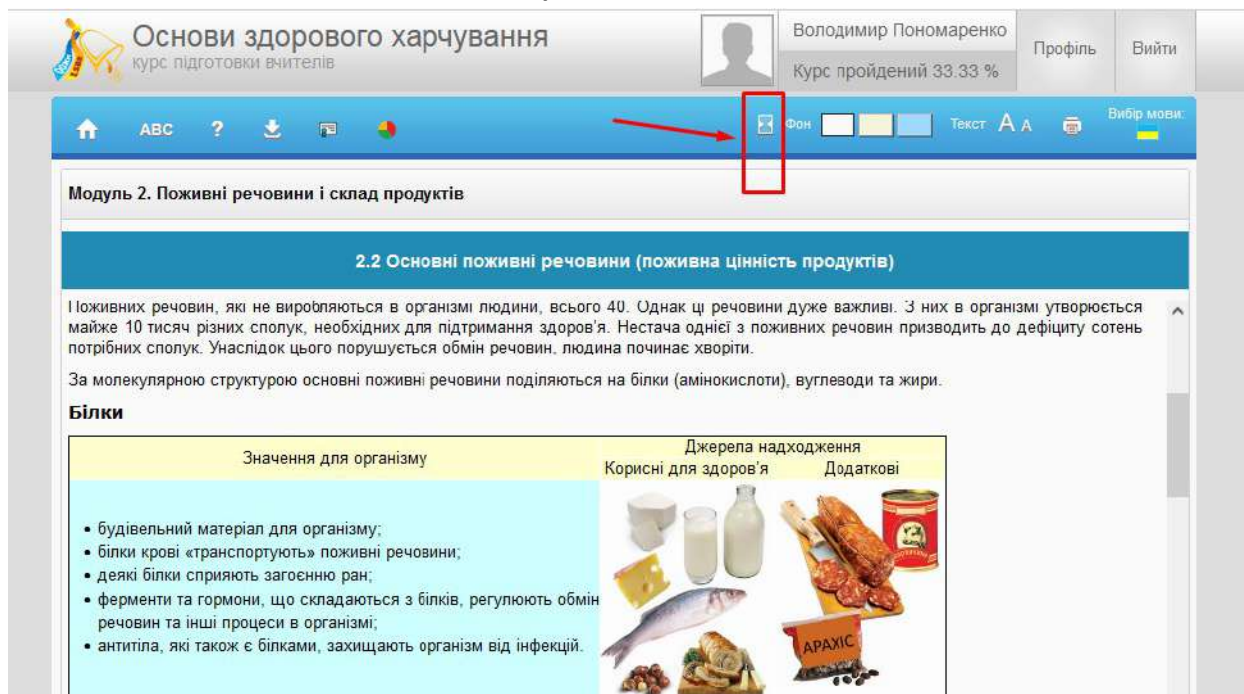
5.2. Кнопка підказки. При активації значка  на екрані з'являються підказки щодо користування курсом.



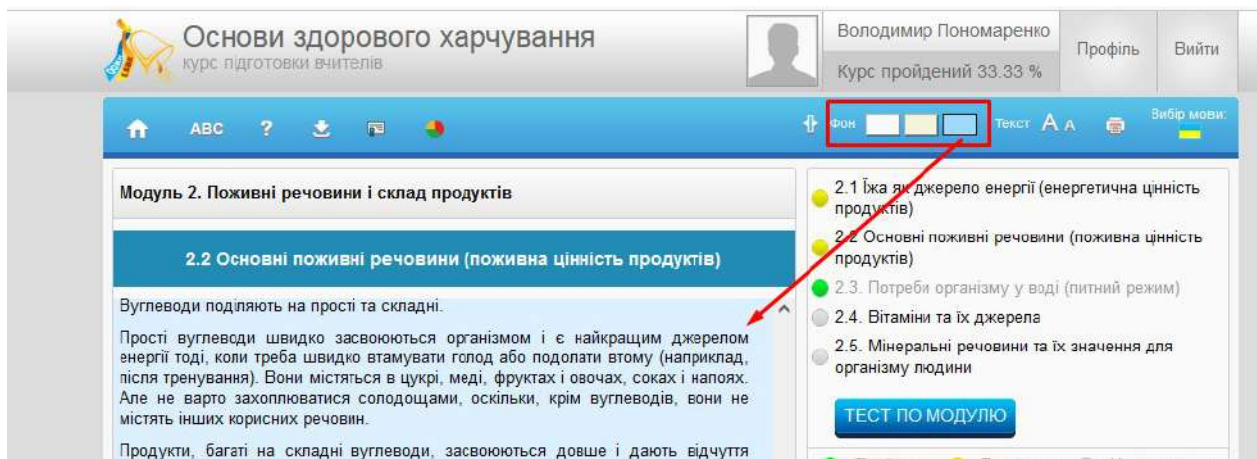
5.3. Можливість завантажити курс і працювати онлайн (без підключення до мережі Інтернет)



5.4. Можливість читати текст на повний екран



5.5. Можливість змінювати колір фону.



5.6. Можливість збільшувати шрифт тексту.

The screenshot shows the course interface for 'Основи здорового харчування'. The user is 'Володимир Пономаренко' with a progress of 33.33%. The course is 'Модуль 2. Поживні речовини і склад продуктів', specifically '2.2 Основні поживні речовини (поживна цінність продуктів)'. The main text reads: 'Вуглеводи поділяють на прості та складні. Прості вуглеводи швидко засвоюються організмом і є найкращим джерелом енергії тоді, коли треба швидко втамувати голод або подолати втому (наприклад, після тренування). Вони містяться в цукрі, меді, фруктах і овочах, соках і напоях. Але не варто захоплюватися'. On the right, there is a list of topics: 2.1 Їжа як джерело енергії (енергетична цінність продуктів), 2.2 Основні поживні речовини (поживна цінність продуктів), 2.3. Потреби організму у воді (питний режим), 2.4. Вітаміни та їх джерела, 2.5. Мінеральні речовини та їх значення для організму людини. A red box highlights the font size controls (A A) in the top navigation bar, with a red arrow pointing to the text area.

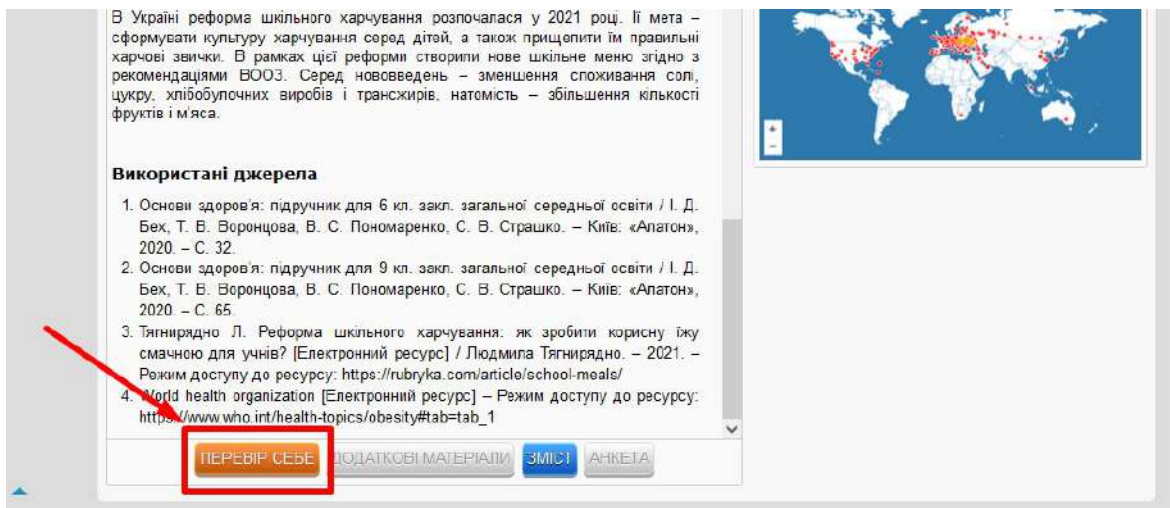
5.7. Можливість роздрукувати весь курс, окремий модуль, окрему тему.

The screenshot shows the course interface for 'Основи здорового харчування'. The user is 'Володимир Пономаренко' with a progress of 33.33%. The course is 'Модуль 6. Навчання учнівства здоровому харчуванню', specifically '6.1. Шкільні предмети та курси'. The main image shows a group of children in a kitchen. On the right, there is a list of topics: 6.1. Шкільні предмети, 6.2. Методи навчання, 6.3. Матеріали для на... A red box highlights the print icon (a printer) in the top navigation bar, with a red arrow pointing to a dropdown menu that contains the options: 'Друк всього курсу', 'Друк модулю', and 'Друк Тем'. Below the menu is a 'ТЕСТ ПО МОДУЛЮ' button and a progress indicator: '- Пройдено - Розпочато - Не розпочато'. At the bottom right, there is a world map with the text '25 595 Pageviews Nov 28th - Dec 28th'.

5.8. До деяких тем існують **Додаткові матеріали** (посібники, брошури, статті, презентації, відео...).

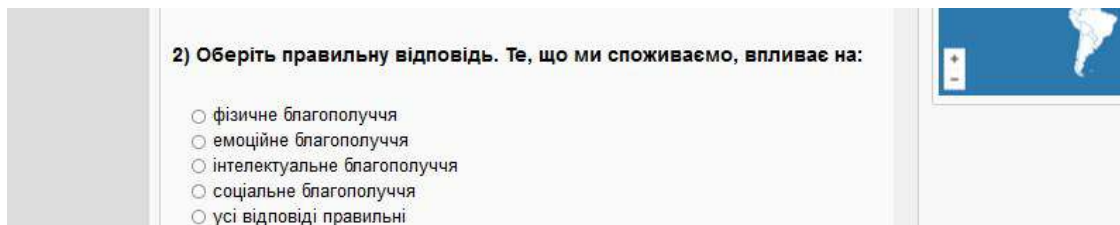
The screenshot shows a detailed view of a topic. The text reads: 'Ці продукти не вважаються вкрай необхідними, проте є допустимими в раціоні в невеликих кількостях. Щоденна норма їх вживання – не більш як 2–3 порції, адже вони містять забагато жиру та/або цукру, дуже багаті на енергію, проте бідні на вітаміни й мінеральні речовини. Зловживання солодким призводить до зайвої ваги, ожиріння, збільшення ризиків для здоров'я внаслідок серцево-судинних захворювань і цукрового діабету.' Below the text is a section titled 'Використані джерела' with a list of three references. A red box highlights the 'ДОДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ' button in the bottom navigation bar, with a red arrow pointing to it. Other buttons include 'ПЕРЕВІР СЕБЕ', 'ЗМІСТ', and 'АНКЕТА'. On the right, there is a world map.

5.9. Самоконтроль. В кінці кожної теми є кнопка «Перевір себе». При натисканні цієї кнопки з'являється тест для самоперевірки з даної теми.

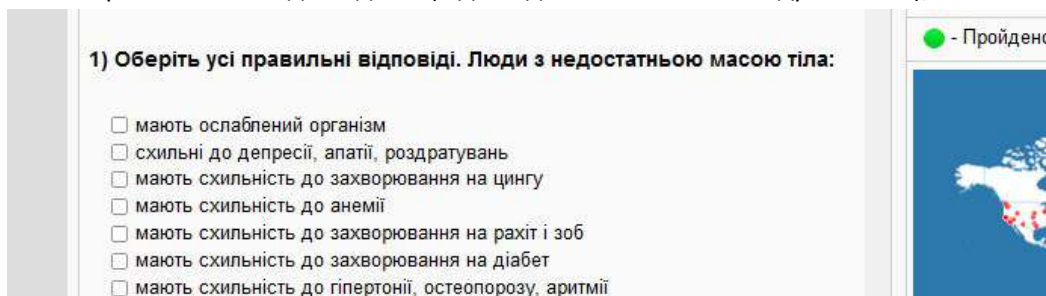


У цьому курсі існує два види тестів:

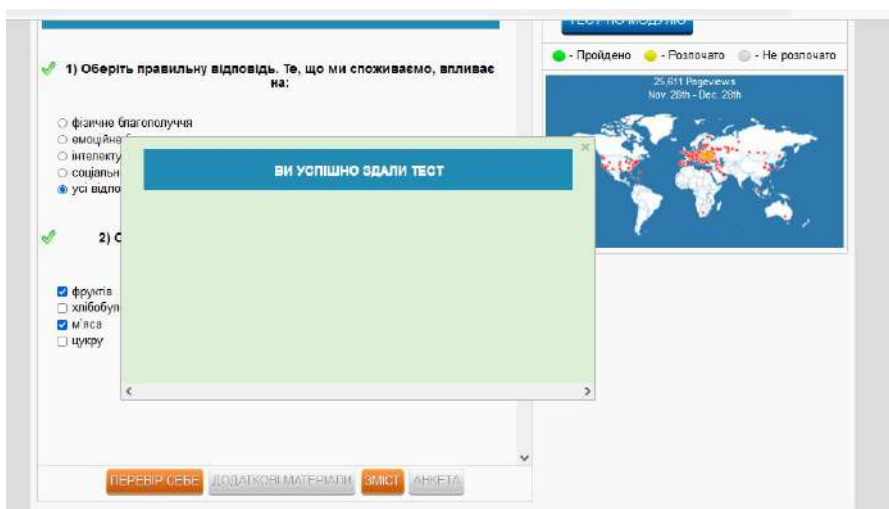
⇒ з однією правильною відповіддю (відповіді позначаються кружечками);



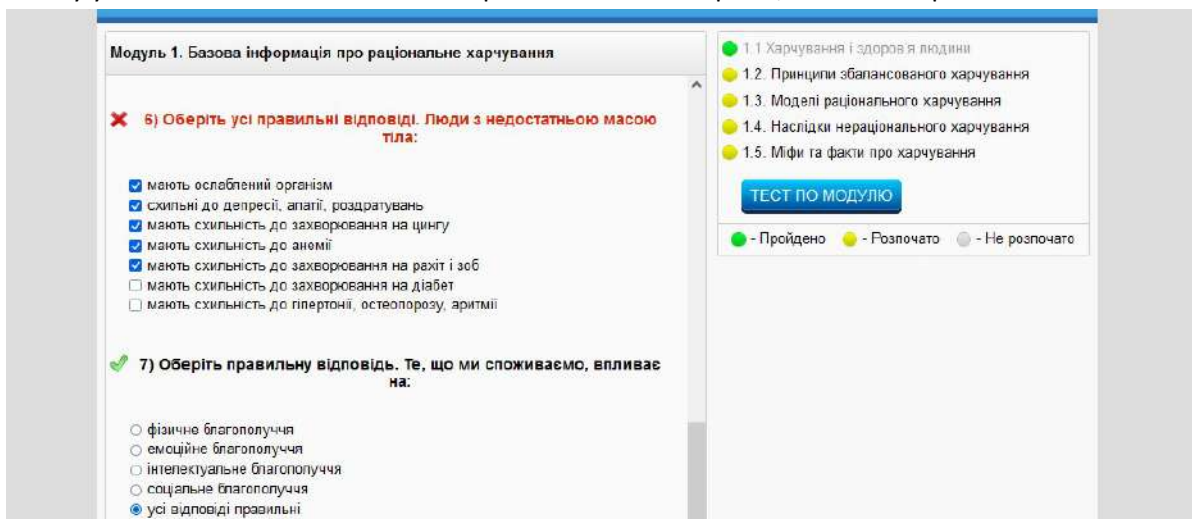
⇒ з багатьма правильними відповідями (відповіді позначаються квадратиками);



Відповівши на всі запитання тесту, натисніть кнопку «ЗАКІНЧИТИ ТЕСТ» і отримайте результат.

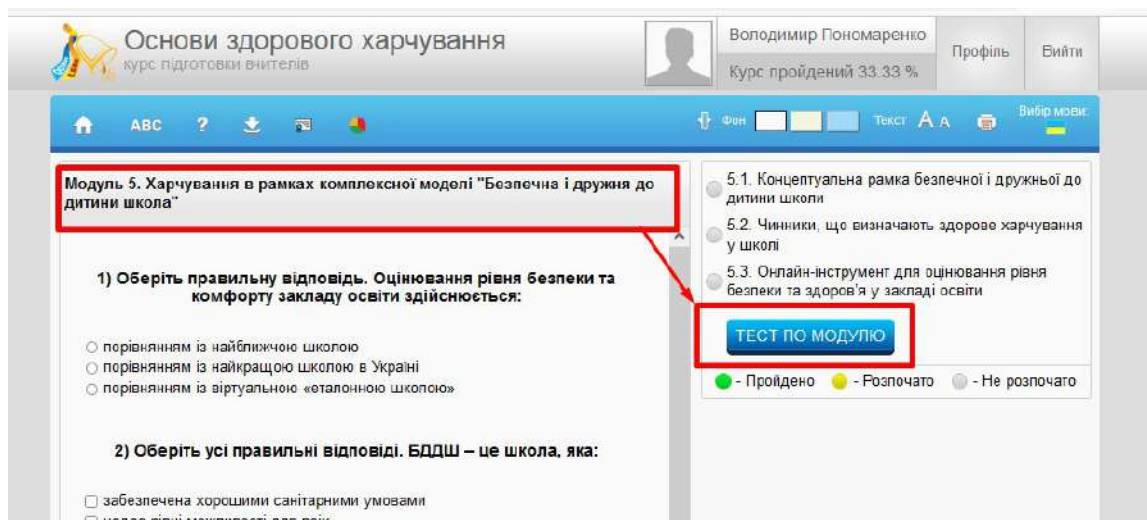


Тест вважається пройденим, якщо ви правильно відповіли на 75% або більше запитань. Правильні відповіді будуть позначені галочками, а неправильні – хрестиками. Проаналізувавши результати тесту, ви маєте змогу уточнити свої знання і заново пройти тест стільки разів, скільки потрібно.



Коли тест по темі успішно пройдено, ця тема в меню позначиться зеленим кольором.

5.10. **Тест по модулю.** Для перевірки знань з цілого модуля натисніть кнопку «ТЕСТ ПО МОДУЛЮ».



Коли пройдено тест по модулю, цей модуль в меню та персональному профілі позначиться зеленим кольором.

