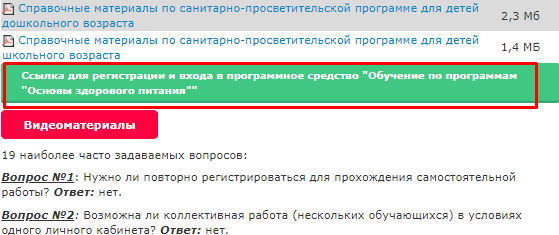
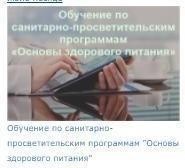
ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ ОБУЧЕНИЯ ПО САНИТАРНО- ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ ПРОГРАММЕ «ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО

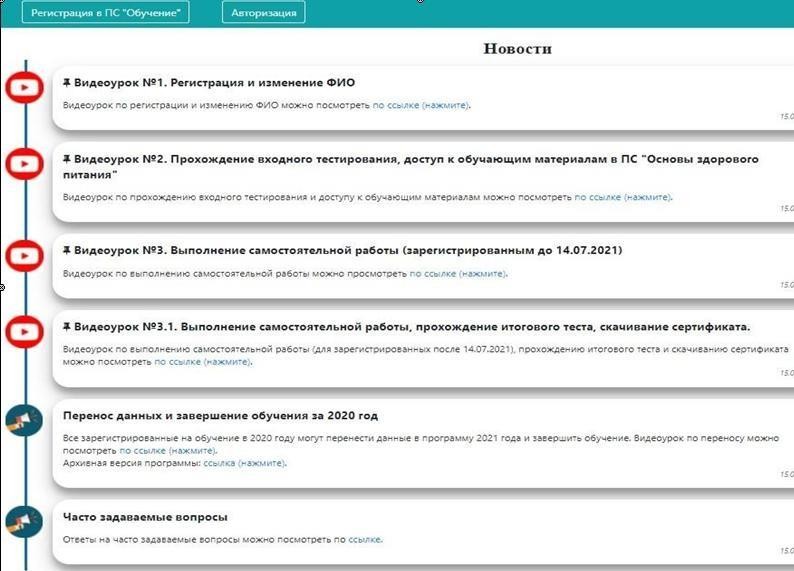
**ПИТАНИЯ»(ДЛЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА)**

# НАЧАЛО РАБОТЫ. АВТОРИЗАЦИЯ И ВХОДНОЕ ТЕСТИТРОВАНИЕ

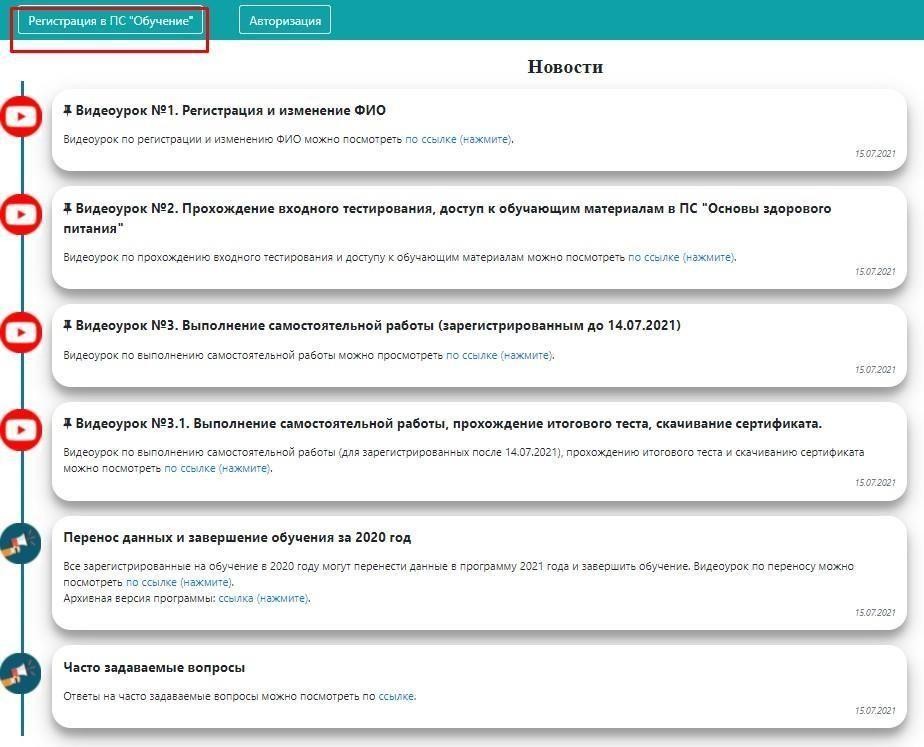
1. По ссылке <http://www.niig.su/> необходимо перейти на официальный сайт Института, нажимаем на баннер для входа в программу слева**, затем на зеленую форму ссылки.** Помимо главной ссылки страница содержит ссылку на видеоматериалы по работе с программой и ответы на наиболее часто задаваемые вопросы.



1. Переходя по зеленной ссылке, Вы попадете на **главную страницу программы**, где также содержатся ссылки на видеоуроки, и актуальные новости по реализации программы.



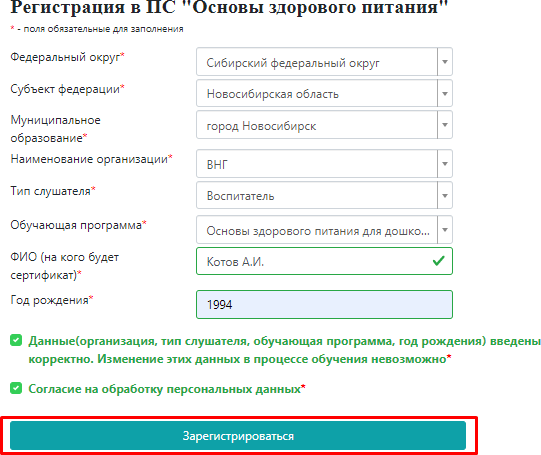
1. Для начала работы с программой необходимо зарегистрироваться. Для этого вверхнем левом углу нажмите **«Регистрация в ПС «Обучение».**



1. Заполните все поля с помощью выбора из выпадающего списка или введения сведений, отметьте согласие галочками. Нажмите **«Зарегистрироваться».**

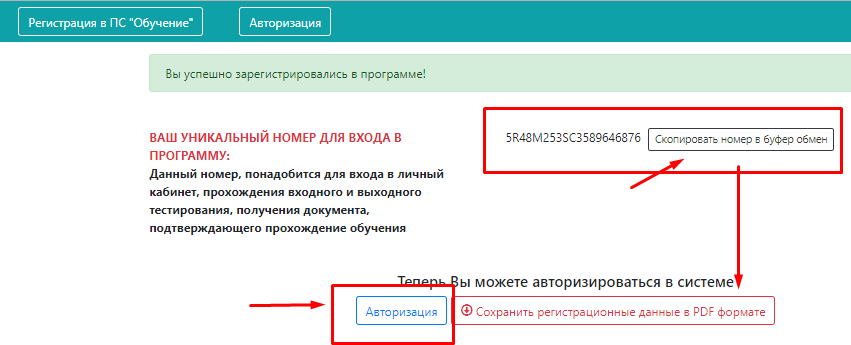
А) если в выпадающем списке нет Вашей организации, то необходимо обратиться в **ответственный орган муниципального образования**, который является ответственным **для включения и контроля** за работой организаций в данном районе или городе. У каждого объекта муниципального образования есть доступ к режиму администратора. Ответственный орган определяет Управление Роспотребнадзора субъектаРФ.

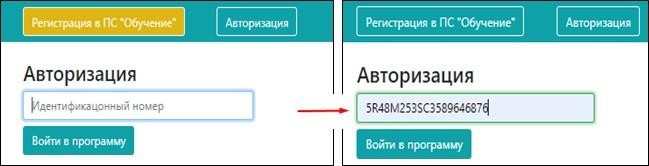
Б) для обучения детей школьного возраста в блоке «обучающая программа» необходимо выбирать «Основы здорового питания для школьников» и соответственно тип слушателя: «обучающийся 1-4 классов», «обучающийся 5-11 классов», «педагог», «тьютор», «родитель (законный представитель)», «специалист по питанию», «медицинский работник», «иное».

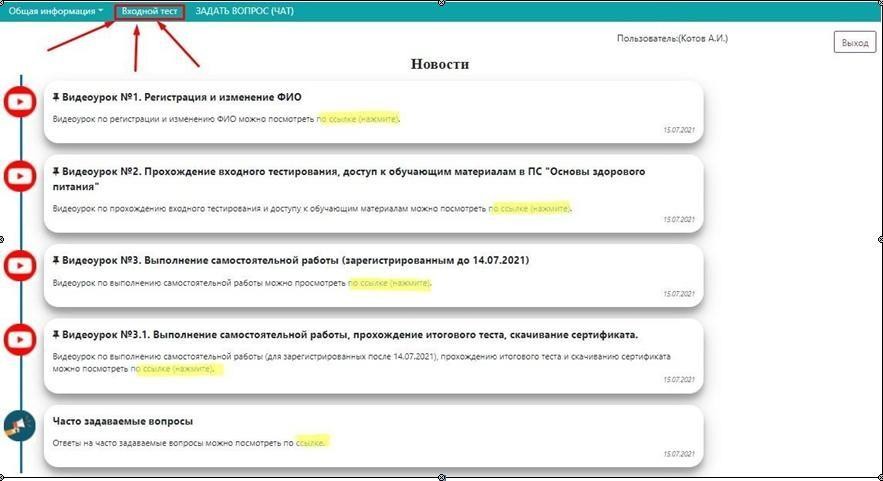


1. После нажатия на кнопку «Зарегистрироваться» на странице генерируется уникальный номер для входа в программу. Его необходимо скопировать и сохранить. Благодаря нему у Вас будет доступ в программу.

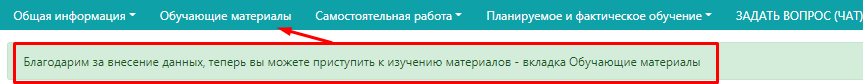
Для входа в программу нажмите **«Авторизация».**



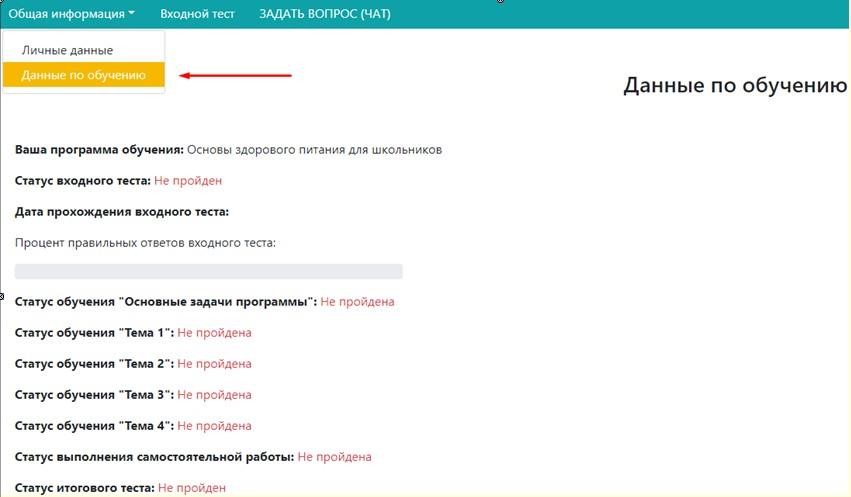
1. Введите уникальный код в поле авторизации.
2. При входе в программу на главной странице отображаются активные ссылки на видеоуроки по работе с программой «Обучение», а также актуальные новости.
3. Для дальнейшей работы необходимо пройти **ВХОДНОЙ ТЕСТ**. Тест откроетсяпри нажатии на наименование теста в верхней панели.



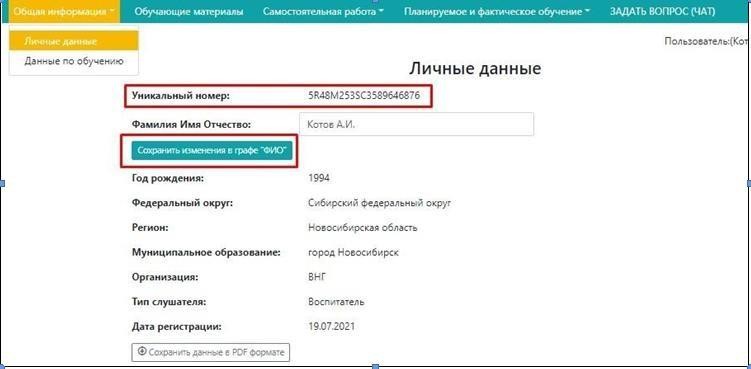
1. Во входном тестировании необходимо ответить на 10 вопросов путем выбора правильного варианта из выпадающего списка. После завершения нажмите **сохранить**, после чего Вам будет открыт доступ к **ОБУЧАЮЩИМ МАТЕРИАЛАМ.**



Результат входного тестирования (в %) можно будет посмотреть в вкладке

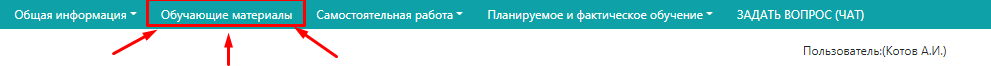
«Общая информация» ---> «Данные по обучению» на верхней панели. В данном разделе для удобства отображается статус всех этапов обучения.

В разделе «Личные данные» Вы можете посмотреть свой уникальный номер, внести изменения в графу Ф.И.О., **сохранив их нажатием**

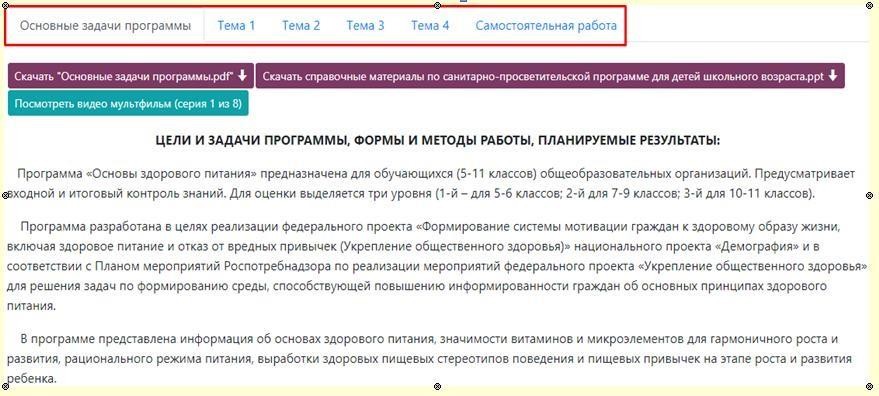


# РАБОТА С ПРОГРАММОЙ - ОБУЧЕНИЕ

1. Для начала непосредственного обучения Вам необходимо выбрать и нажать на вкладку «Обучающие материалы» на верхней панели.



1. Откроется страница, которая содержит вкладки к каждому разделу обучающих материалов, начиная с вводного занятия «ВВОДНАЯ ЧАСТЬ». При нажатии на один из блоков обучения перед Вами откроется та или иная тема.

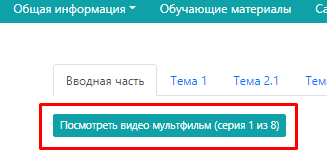


# ВВОДНАЯ ЧАСТЬ.

1. При работе с вводной частью Вашему вниманию предлагается краткое текстовое описание целей и задач данного обучения, краткое содержание и механизм реализации программ с упорядоченными этапами обучения.

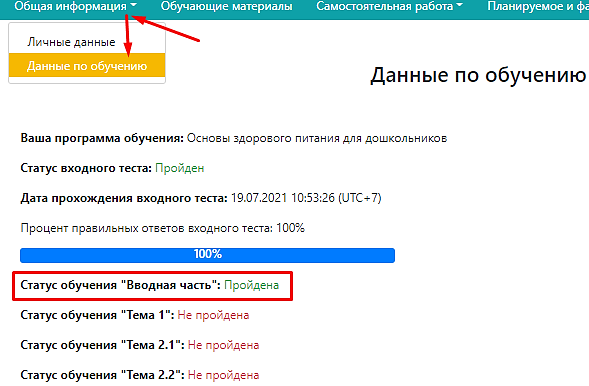
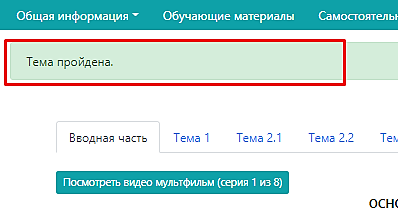
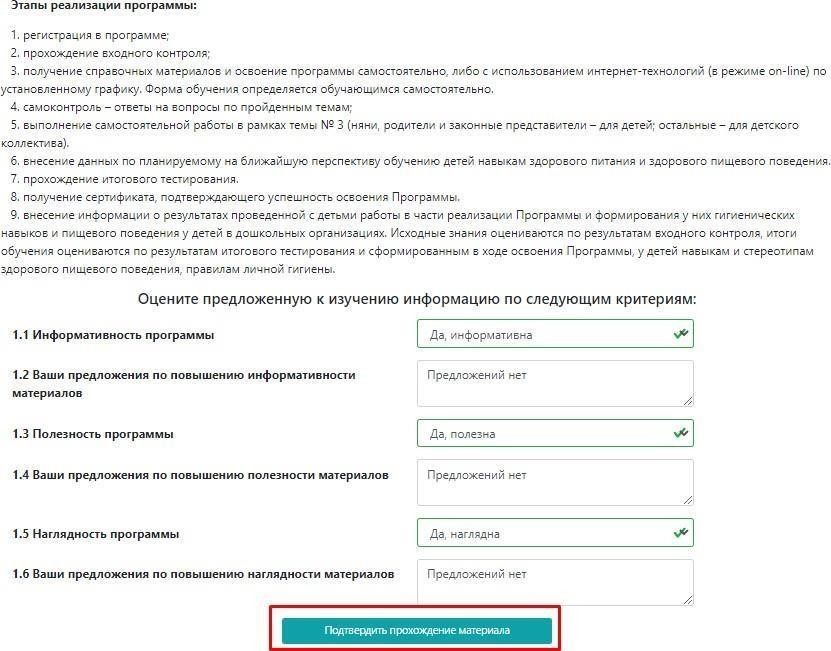
Также в данном разделе представлена ссылка на ютуб-канал Института, где у Вас есть возможность просмотра короткометражных мультфильмов по теме

«Здоровое питание».



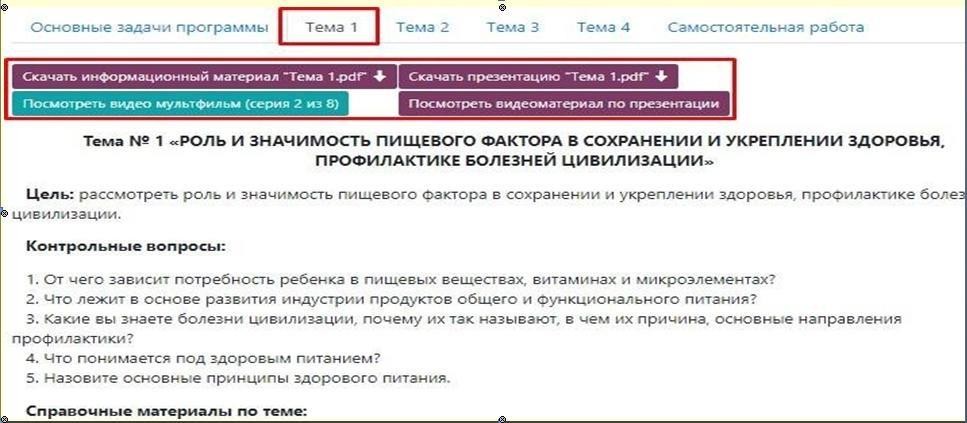
1. После ознакомления с вводным материалом, как и в конце каждой темы, Вампредоставляется возможность произвести оценку данному блоку, оставить свои замечанияи предложения

**ОБРАЩАЕМ ВНИМАНИЕ!** Что для завершения работы с данным блоком Вам необходимо обязательно заполнить все поля и нажать кнопку **«Подтвердить прохождениематериала».**



После подтверждения, тема будет считаться пройденной. Вверху экрана появится уведомление. Также статус темы обновится и в блоке «Общая информация» – «Данные по обучению»

# ОСНОВНЫЕ ТЕМЫ ОБУЧЕНИЯ (ТЕМА 1-4)

1. По каждой из представленных для изучения тем, помимо текстового материала для наглядности также предусмотрена возможность просмотра материала в виде презентационного материала, просмотра видеоролика в виде мини-лекции по теме и мультфильма, как дополнительного материала.
2. В конце каждой темы также предоставляется возможность произвести оценку данному блоку, оставить свои замечания и предложения.

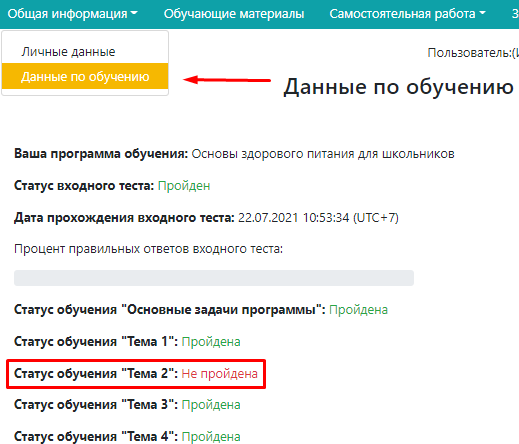
По завершению изучения **обязательно** заполнить форму и нажать копку

# «ПОДТВЕРДИТЬПРОХОЖДЕНИЕ МАТЕРИАЛОВ».

**НАПОМИНАЕМ!** Отслеживать динамику изучения тем можно **в разделе**

# «Данные по обучению» во вкладке, размещенной на верхней панели - «Общая информация».

**Пример:** пропущена тема 2. Значит возвращаемся в обучающие материалы к теме 2



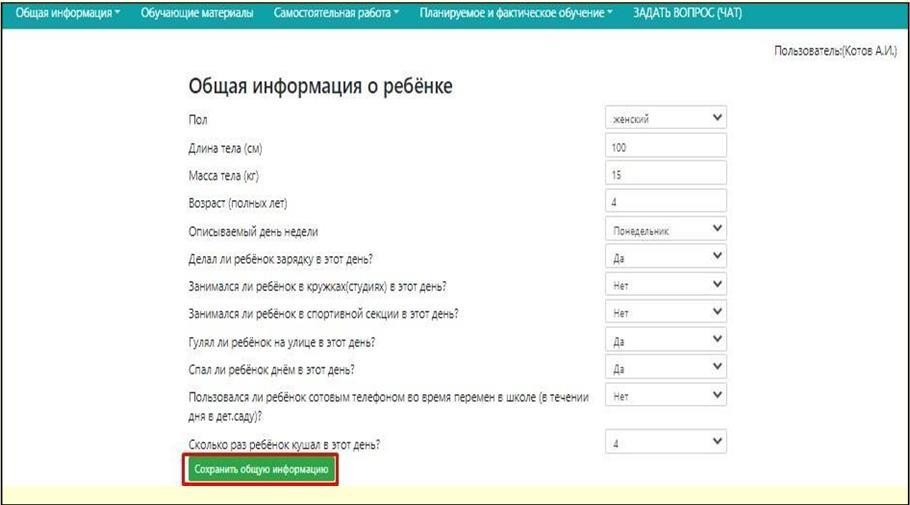
# БЛОК «САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА»

Самостоятельная работа подразумеваем практическое применение полученной информации, в рамках обучения.

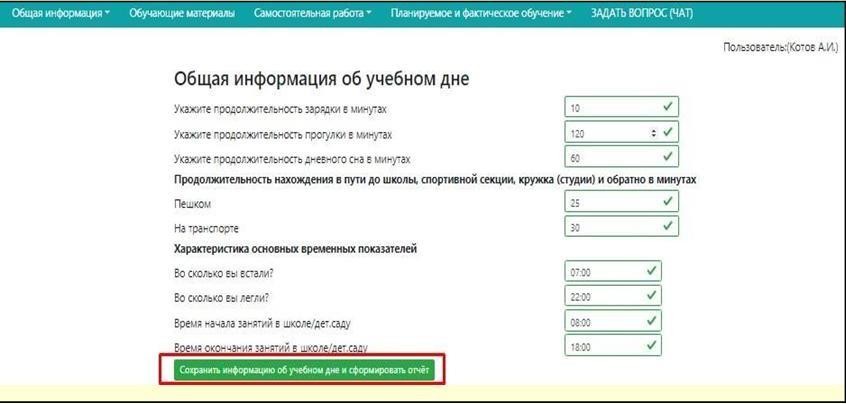
Суть самостоятельной работы - составить примерный режим дня для ребенка школьного возраста (реального или вымышленного) с различными видами двигательной активности и на основании полученных энерготрат за день, составить адекватное по энергетической ценности меню.

# ВЫПОЛНЕНИЕ «САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТОЙ» В ПРОГРАММЕ

**Этап 1.** Зайдите в блок «Самостоятельная работа», нажав соответствующую кнопкуна верхней панели. Далее выберите пункт «Общая информация»

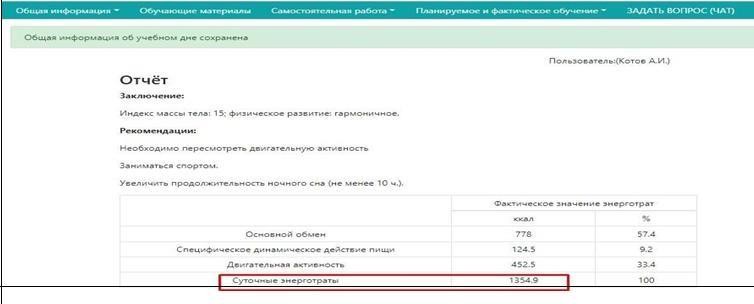
**Этап 2.** Заполните поля в разделе «Общая информация» и нажимите кнопку «Сохранить общую информацию».

**Этап 3.** После сохранения информации, окно обновится и появятся следующие поля, которые необходимо будет конкретизировать и прописать некоторые моменты более подробно. Не забываем нажимать **«Сохранить информацию».**



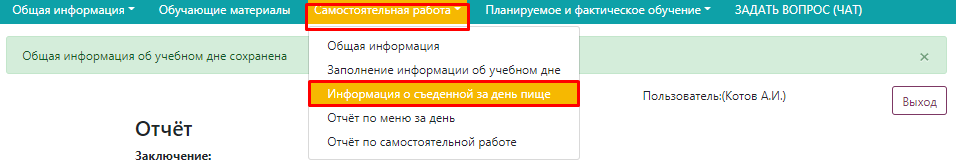
На основании введенных данных формируется отчет. В нем содержится заключениепо физическому развитию ребенка, рекомендации по режиму дня.

Самое главное, на что **следует обратить внимание** – по результатам расчета двигательной активности, произведен расчет суточных энерготрат, который необходимо учитывать при следующем этапе составления меню

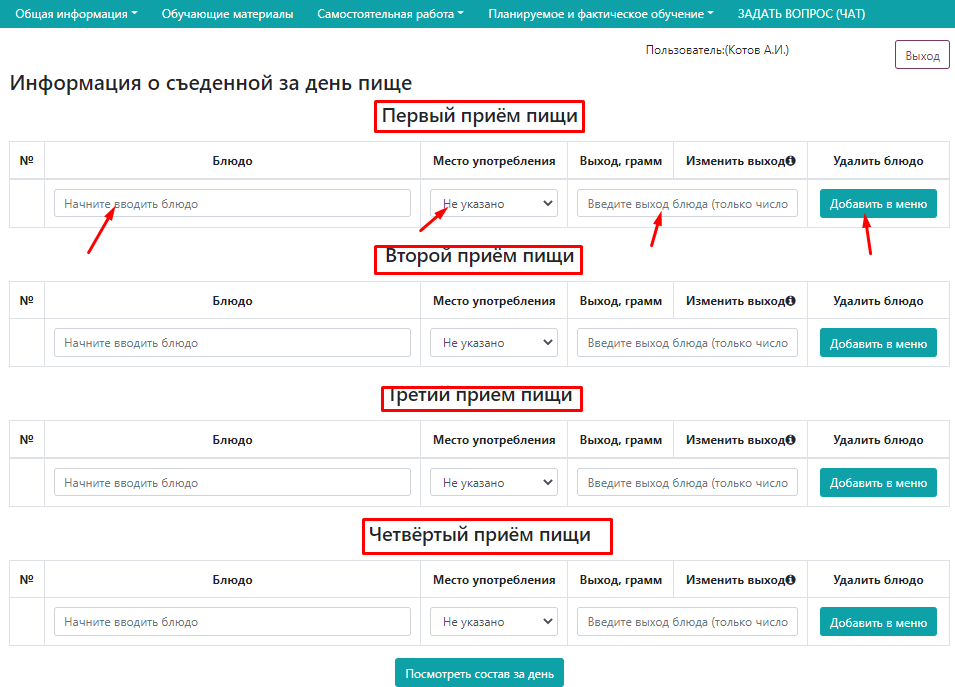


**Этап 4.** Для составление фактического меню на день, необходимо открыть вкладку на верхней панели «Самостоятельная работа» и выбрать вкладку

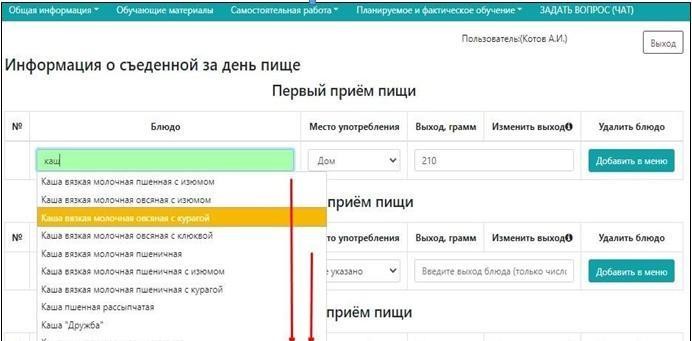
# «Информация о съеденной за день пище».



Откроется поле для заполнения данных по всем приемам пищи за типовой день, который Вы указали ранее в общей информации.



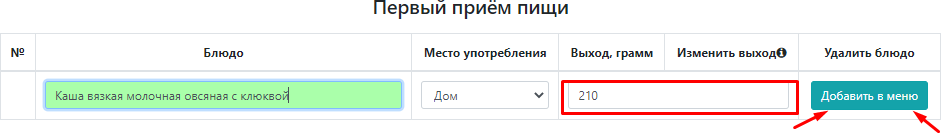
Для каждого приема пищи необходимо выбрать все блюда за каждый прием пищи, указать место употребления (школа) и выход блюда.

При начале ввода наименования блюда, например каша, будет выпадать список из наличия всех видов каш, заложенных в программе (Вам необходимо лишь выбрать более близкое блюдо). Например, Каша вязкая молочная овсяная с курагой

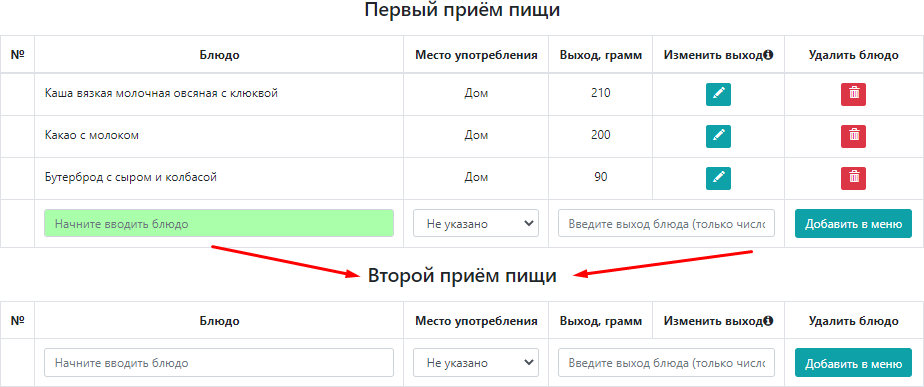
При выборе блюда параметр «ВЫХОД, ГРАММ» формируется автоматически по рекомендуемым значениям массы порций, но при необходимости его можно откорректировать вручную (заменив значение в ячейке).

Для добавления блюда нажимаем «ДОБАВИТЬ В МЕНЮ».

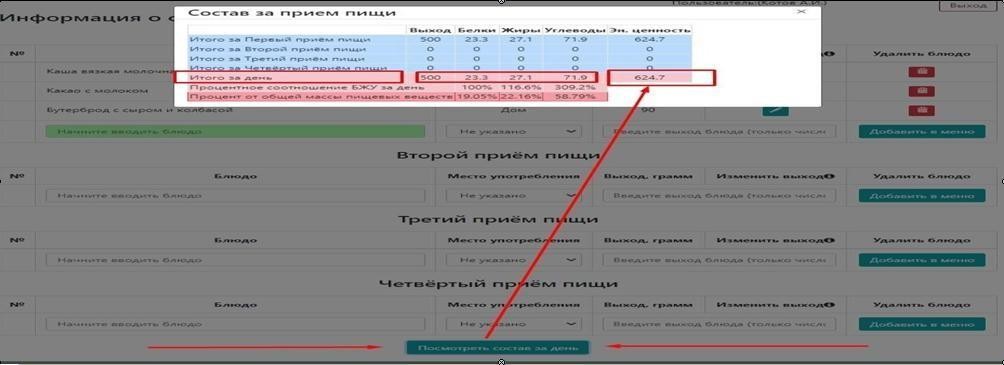
При ошибке можно удалить любое блюдо с помощью функции «Удалить».



После заполнения блюд первого приема пищи, переходим ко второму, и так далее.



**ОБРАЩАЕМ ВНИМАНИЕ,** что в ходе редактирования и заполнения данных полей, можно просматривать **СОСТАВ ПРИЕМОВ ПИЩИ ЗА ДЕНЬ** (по кнопке, расположенной после полей последнего приема пищи) для того, чтобы составить меню, соответствующее РАНЕЕ ПОЛУЧЕННЫМ **ЭНЕРГОТРАТАМ** (отчет, полученный на ЭТАП 3)!

Самостоятельная работа будет считаться выполненной, в том случае, если к режимудня будет составлено рациональное и адекватное меню.

После завершение внесения блюд фактического питания, можно ознакомиться сподробным анализом составленного меню.

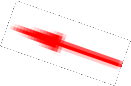
Для этого на верхней панели откройте вкладку «Самостоятельная работа» и выберите «Отчѐт по меню за день»



Перед Вами откроется полный анализ энергетической и пищевой и витаминно-минеральной ценности составленного Вами рациона.

Для того, чтобы данный этап работы считался пройденным, необходимо во вкладке, размещенной на верхней панели «Самостоятельная работа» выбрать

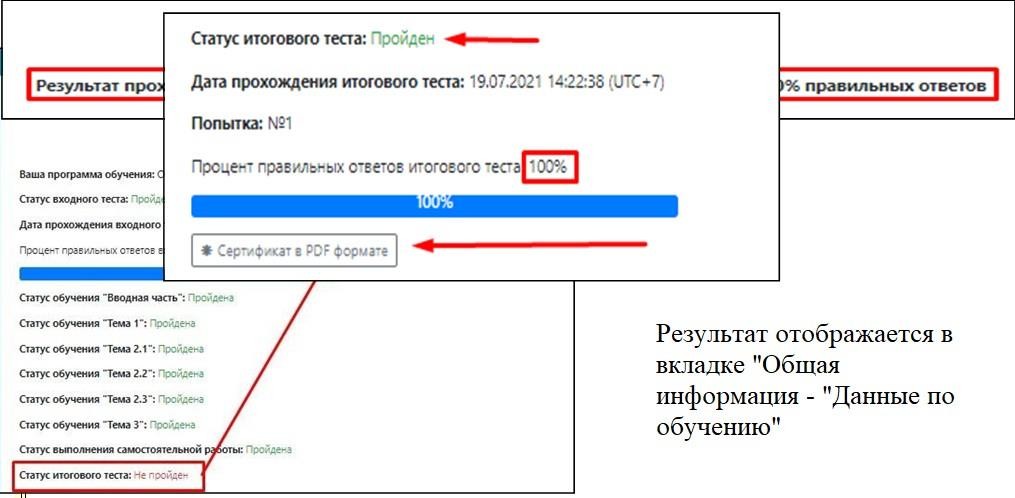
# «Отчет по самостоятельной работе».



**Если в заключении стоит, что работа ВЫПОЛНЕНА, можно переходить к завершающему этапу обучения – ИТОГОВЫЙ ТЕСТ (на верхней панели).**

# Если нет, то вернуться к вкладке «Информация о съеденной за день пище» и откорректировать меню.

Обучение считается ЗАВЕРШЕННЫМ при прохождении итогового теста с результатом НЕ МЕНЕЕ 70% (иначе повторная попытка открывается не ранее чем через 4 часа).



# При успешном прохождении теста появляется доступ к скачиванию СЕРТИФИКАТА.



Поздравляем! Обучение по санитарно-просветительской программе «Основы здоровогопитания» завершено.