

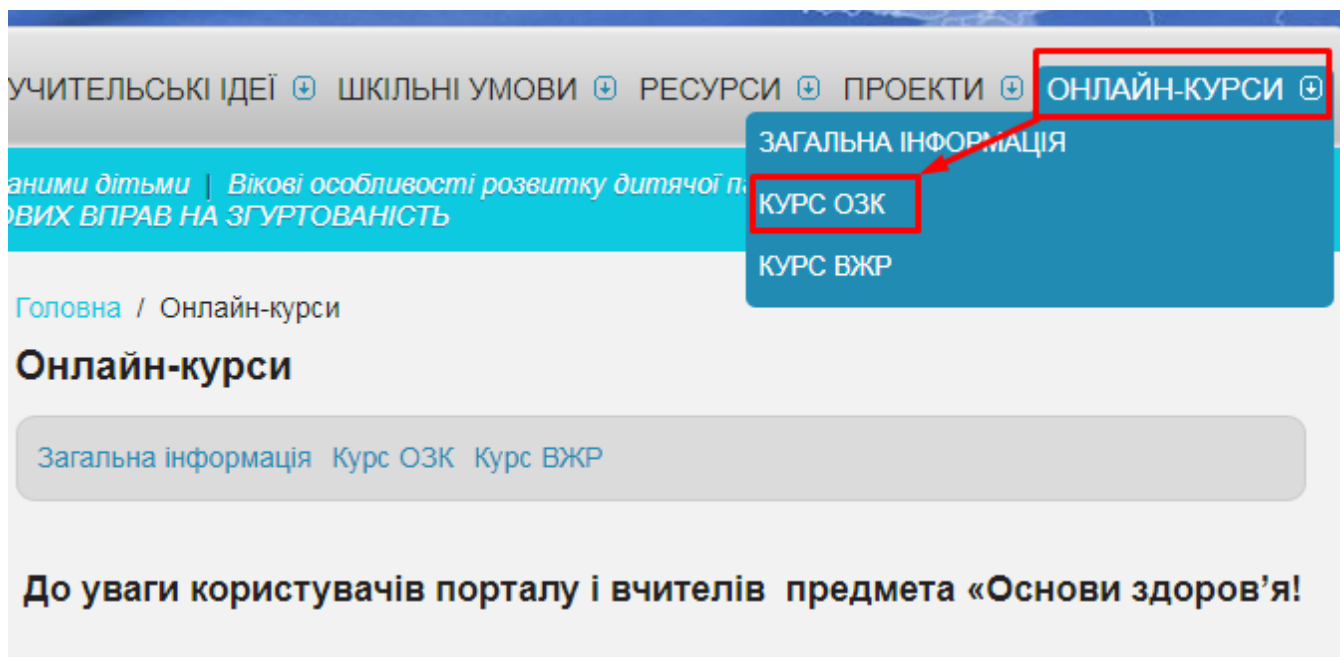
Інструкція щодо роботи з мультимедійним курсом «Основи здоров'язбережної компетентності»

Зміст

1. Доступ до курсу.....	2
2. Інформація про курс.....	2
3. Реєстрація для отримання сертифікату	2
4. Персональний профіль.....	4
5. Інформація про прогрес в проходженні курсу.....	7
6. Додаткові можливості онлайн курсу	7
7. Робота із офлайн версією курсу.....	12

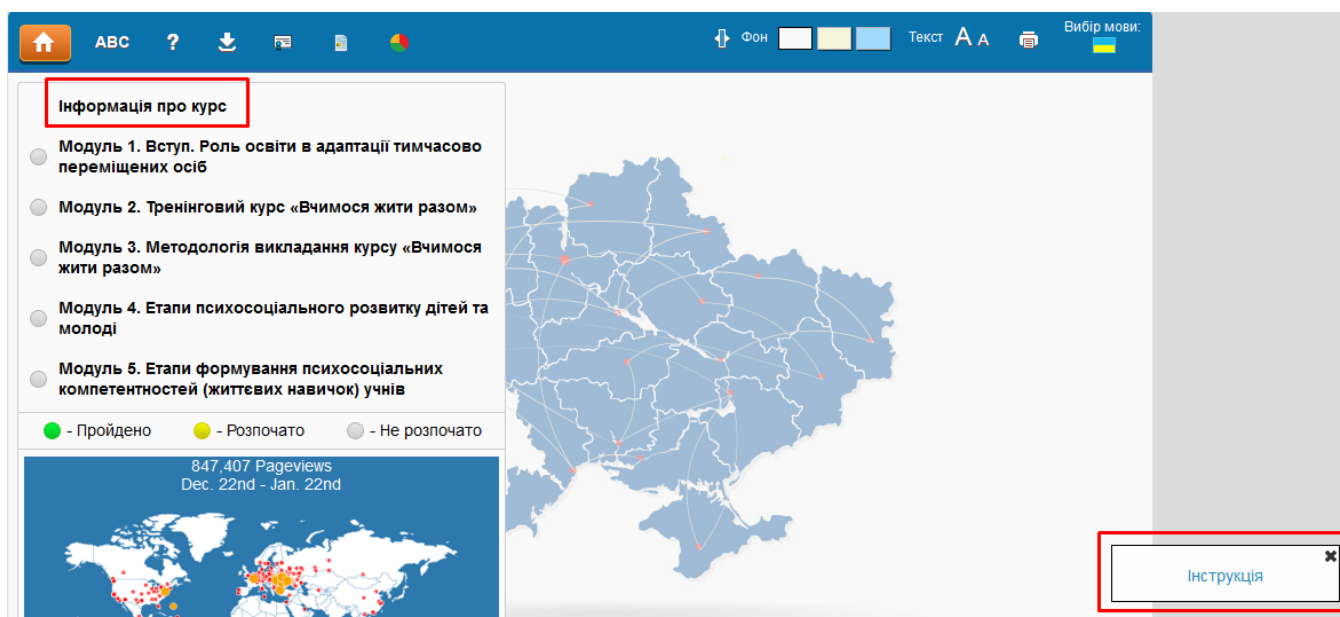
1. Доступ до курсу

Зайдіть на сайт портал превентивної освіти за посиланням <http://autta.org.ua/>. У розділі «Онлайн-курси» оберіть курс «Основи здоров'язбережної компетентності».



2. Інформація про курс


Детальна інформація про курс та інструкція завжди доступні на головній сторінці.



3. Реєстрація для отримання сертифікату

Для отримання доступу до тестування та подальшого отримання сертифікату, Ви маєте зареєструватися на курсі.

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


Основи здоров'язбережної компетентності
 курс підготовки вчителів

Реєстрація
Увійти

АВС ?

 Фон
 Текст
 Вибір мови:

Інформація про курс. Загальні відомості та інструкція щодо використання курсу.

Всі поля, окрім фотографії, обов'язкові. Заповнивши їх, натисніть кнопку «Зареєструватися» внизу сторінки.

Реєстрація

<p style="text-align: center;">Реєстраційні дані</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;">Фотографія</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">Огляд...</td> <td style="padding: 2px;">Файл не вибрано.</td> </tr> <tr> <td>E-mail *</td> <td colspan="2" style="border: 1px solid gray; height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td>Пароль *</td> <td colspan="2" style="border: 1px solid gray; height: 20px;"></td> </tr> </table>	Фотографія	Огляд...	Файл не вибрано.	E-mail *			Пароль *			<p style="text-align: center;">Місце розташування</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;">Регіон *</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">< оберіть ></td> </tr> <tr> <td>Місто або район обласного підпорядкування *</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">< оберіть ></td> </tr> <tr> <td>Населений пункт *</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">< оберіть ></td> </tr> </table>	Регіон *	< оберіть >	Місто або район обласного підпорядкування *	< оберіть >	Населений пункт *	< оберіть >
Фотографія	Огляд...	Файл не вибрано.														
E-mail *																
Пароль *																
Регіон *	< оберіть >															
Місто або район обласного підпорядкування *	< оберіть >															
Населений пункт *	< оберіть >															
<p style="text-align: center;">Дані про користувача</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;">Прізвище *</td> <td style="border: 1px solid gray; height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td>Ім'я *</td> <td style="border: 1px solid gray; height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td>По-батькові *</td> <td style="border: 1px solid gray; height: 20px;"></td> </tr> <tr> <td>Стать *</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">< оберіть ></td> </tr> <tr> <td>Країна *</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">< оберіть ></td> </tr> </table>	Прізвище *		Ім'я *		По-батькові *		Стать *	< оберіть >	Країна *	< оберіть >	<p style="text-align: center;">Навчальний заклад</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;">Тип користувача *</td> <td style="border: 1px solid gray; padding: 2px;">< оберіть ></td> </tr> </table>	Тип користувача *	< оберіть >			
Прізвище *																
Ім'я *																
По-батькові *																
Стать *	< оберіть >															
Країна *	< оберіть >															
Тип користувача *	< оберіть >															

Я погоджуюся на обробку персональних даних

Я, відповідно до Закону України «Про захист персональних даних» від 1 червня 2010 року № 2297-УІ, надаю згоду на збір та обробку моїх особистих персональних даних (ПІБ, стать, місце роботи та його розташування) на цьому Інтернет ресурсі з метою ведення статистичного аналізу користувачів мультимедійним курсом, підготовки відповідно до вимог законодавства статистичної, адміністративної та іншої звітної інформації.

Передача моїх персональних даних третім особам здійснюється організацією лише у випадках, передбачених законодавством України.

Передача моїх персональних даних третім особам у випадках, не передбачених законодавством України, здійснюється лише за моєю згодою.

* - Поля, обов'язкові для заповнення

Зареєструватися

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

Реєстрація

Реєстраційні дані		Місце розташування	
Фотографія	<input type="button" value="Виберите файл"/> Файл не вибран	Регіон	Закарпатська область ▾
E-mail *	<input type="text"/>	Місто або район обласного підпорядкування	Свалявський ▾
Пароль *	<input type="text"/>	Населений пункт	Березники (Березниківська) ▾
Дані про користувача		Навчальний заклад	
Прізвище *	<input type="text"/>	Тип користувача	Студент ВНЗ ▾
Ім'я *	<input type="text"/>	Тип учбового закладу	Студент ВНЗ Викладач ВНЗ Персонал учбового закладу Інше
По-батькові *	<input type="text"/>	Назва учбового закладу	<input type="text"/>
Стать	< оберіть > ▾	Посада	< оберіть > ▾

4. Персональний профіль

4.1. Після реєстрації перед проходженням кожного тесту потрібно авторизуватися, натиснувши кнопку «Увійти» на головному екрані. Якщо це не вдається, то уважно перевірте правильність всіх внесених даних. Якщо і це не спрацює, то скористайтеся функцією відновлення паролю.

Реєстрація **Увійти**

Текст E-mail

Пароль

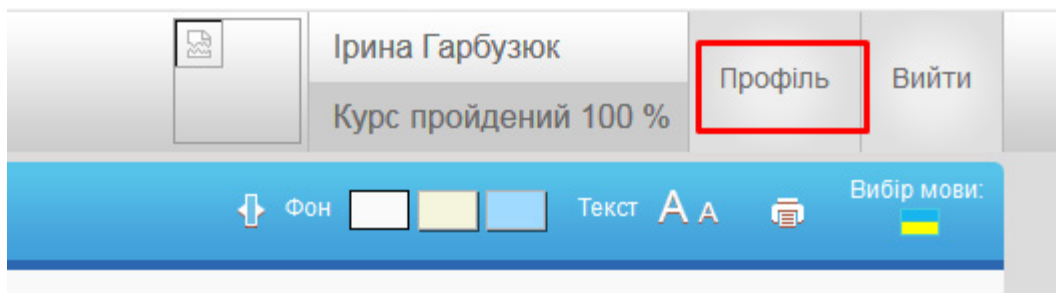
4.2. У вікні, що з'явиться, введіть пошту, яку реєстрували на курсі та новий пароль. Лист-підтвердження надійде на ваш e-мейл.

Забули пароль?

E-mail


Введіть новий пароль

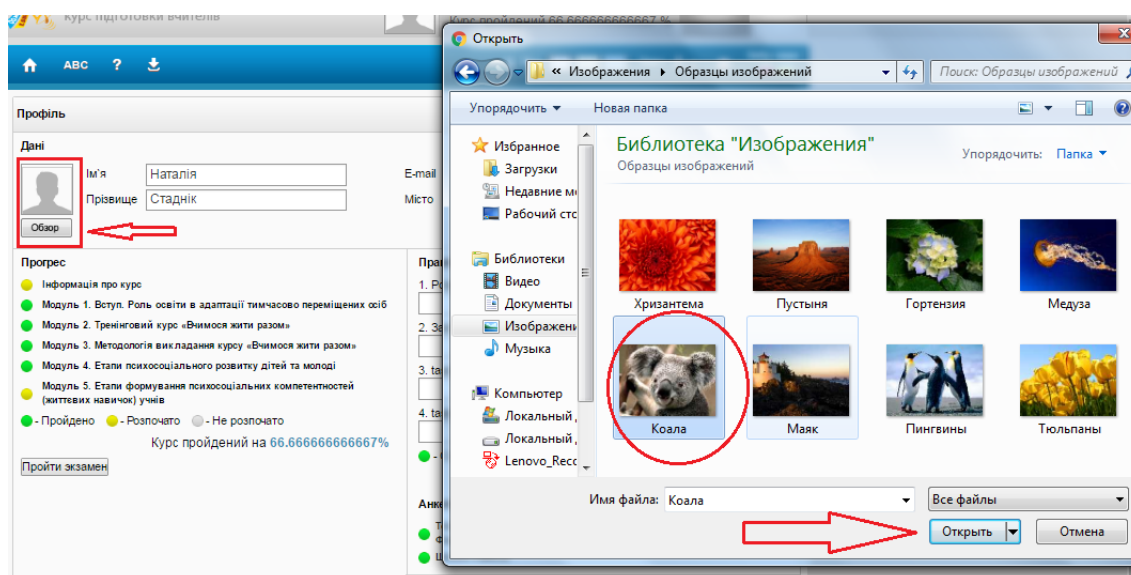
4.3. Після авторизації ви зможете перейти у власний профіль.



4.4. 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).

Профіль

Реєстраційні дані	Місце розташування
 <input type="button" value="Обзор"/>	Регион: м. Київ Місто або район обласного підпорядкування *: м. Київ Населений пункт *: м. Київ
E-mail: ireneStoker90@gmail.com	
Дані про користувача	Навчальний заклад
Прізвище *: Гарбузюк Ім'я *: Ірина По-батькові *: Вікторівна Стать *: Жінка Країна *: УКРАЇНА	Тип користувача *: Адміністратор



Прогрес

- Модуль 1. Здоров'я, безпека і превентивна освіта
- Модуль 2. Психосоціальний розвиток дітей і підлітків
- Модуль 3. Тематика шкільних курсів з питань безпеки і здоров'я
- Модуль 4. Методика викладання профілактичних програм
- Модуль 5. Моніторинг та оцінка результатів
- - Пройдено ● - Розпочато ● - Не розпочато

Курс пройдений на **100%**

● Підсумковий тест

Практичне завдання


1. Розміщення матеріалу
2. Залишений коментар

● - Схвалено ● - Не схвалено ● - Не перевірено
 *не впливає на результати підсумкового тесту

Зберегти зміни

Анкети

Завантажити сертифікат



4.5. Також у вас є можливість пройти деякі додаткові тести для оцінки вашого рівня стресу (Шкала стресу) та особистих якостей (Тест Дарелла Франкена).

Прогрес

- Модуль 1. Вступ. Роль освіти в адаптації тимчасово переміщених осіб
- Модуль 2. Тренінговий курс «Вчимося жити разом»
- Модуль 3. Методологія викладання курсу «Вчимося жити разом»
- Модуль 4. Етапи психосоціального розвитку дітей та молоді
- Модуль 5. Етапи формування психосоціальних компетентностей (життєвих навичок) учнів
- - Пройдено ● - Розпочато ● - Не розпочато

Курс пройдений на **100%**

Підсумковий тест

Практичне завдання

1. Розміщення матеріалу
2. Залишений коментар


● - Схвалено ● - Не схвалено ● - Не перевірено
 *не впливає на результати підсумкового тесту

ЗБЕРЕГТИ ЗМІНИ

Анкети

- Тест Дарелла Франкела
- Шкала стресса

Завантажити сертифікат



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

Прогрес

- Модуль 1. Вступ. Роль освіти в адаптації тимчасово переміщених осіб
- Модуль 2. Тренінговий курс «Вчимося жити разом»
- Модуль 3. Методологія викладання курсу «Вчимося жити разом»
- Модуль 4. Етапи психосоціального розвитку дітей та молоді
- Модуль 5. Етапи формування психосоціальних компетентностей (життєвих навичок) учнів
- - Пройдено ● - Розпочато ● - Не розпочато

Курс пройдений на **100%**

Підсумковий тест

Практичне завдання

1. Розміщення матеріалу
2. Залишений коментар


● - Схвалено ● - Не схвалено ● - Не перевірено
 *не впливає на результати підсумкового тесту

ЗБЕРЕГТИ ЗМІНИ

Анкети

- Тест Дарелла Франкела
- Шкала стресса

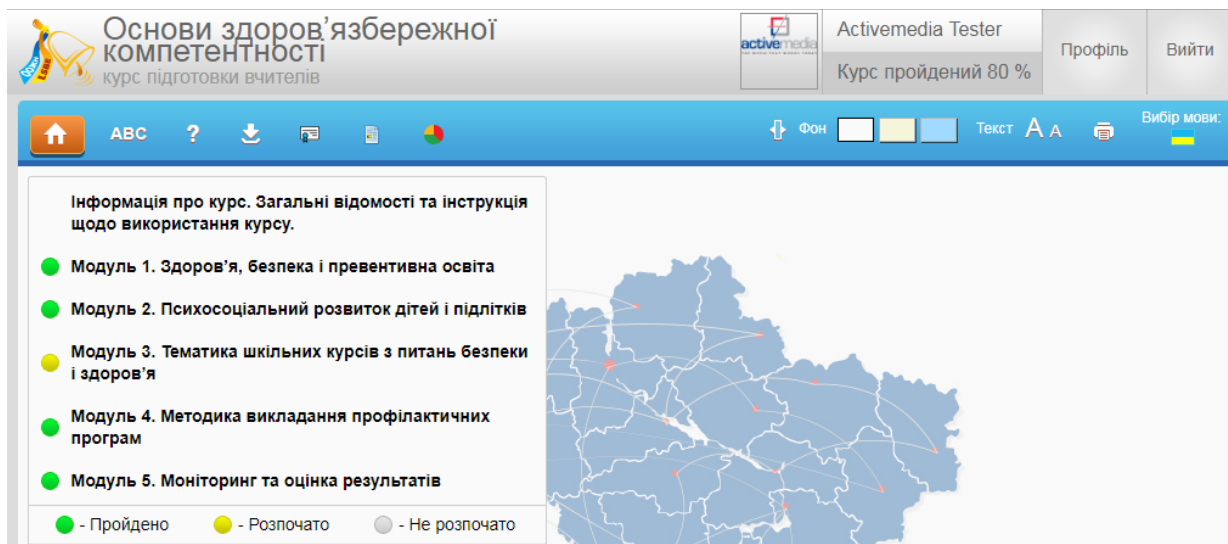
Завантажити сертифікат



5. Інформація про прогрес в пройденому курсу

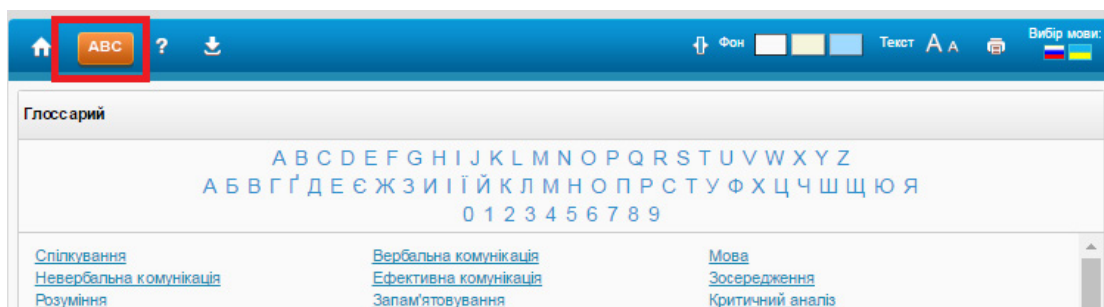
Курс «Основи здоров'язбережної компетентності» складається з 5 модулів. Узагальнений прогрес в проходженні курсу у відсотках(%) відображається у правій верхній частині екрану (під вашим прізвищем та ім'ям).

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.

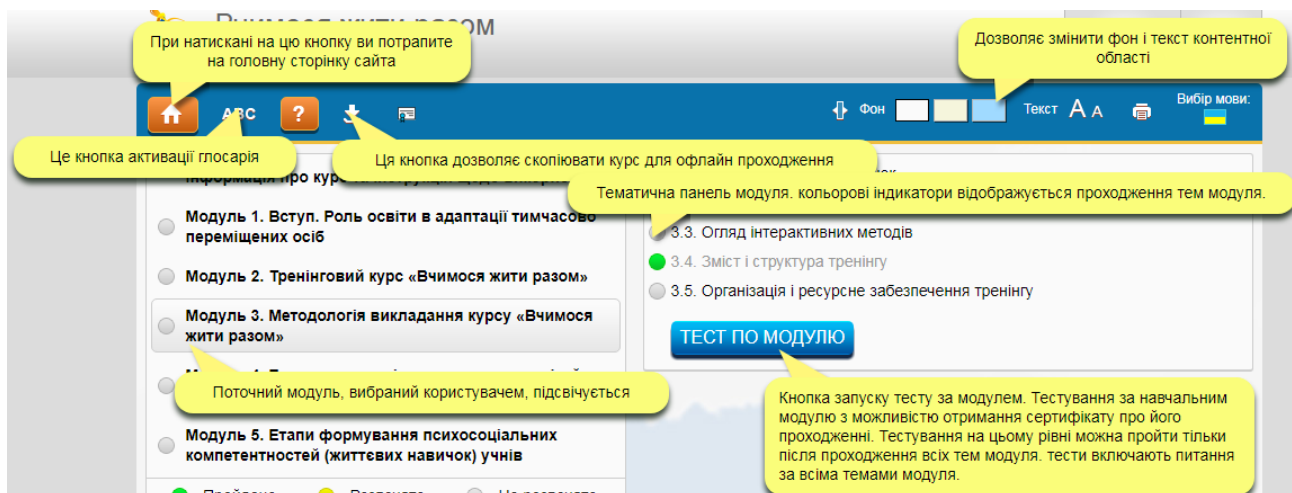


6. Додаткові можливості онлайн курсу

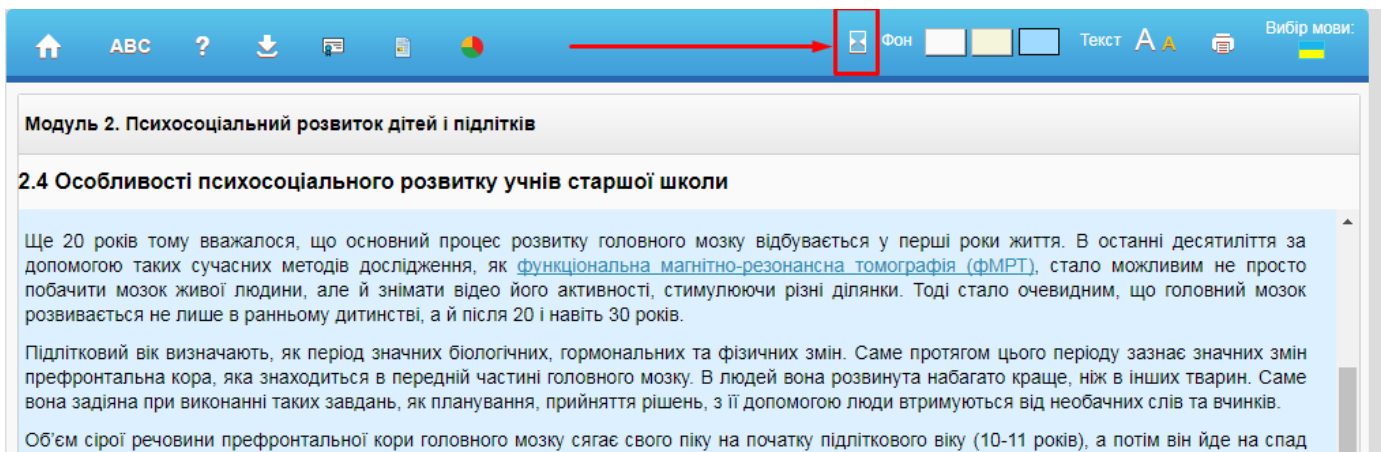
6.1. **Словник**. При активації цього вікна з'являється доступ до глосарія.



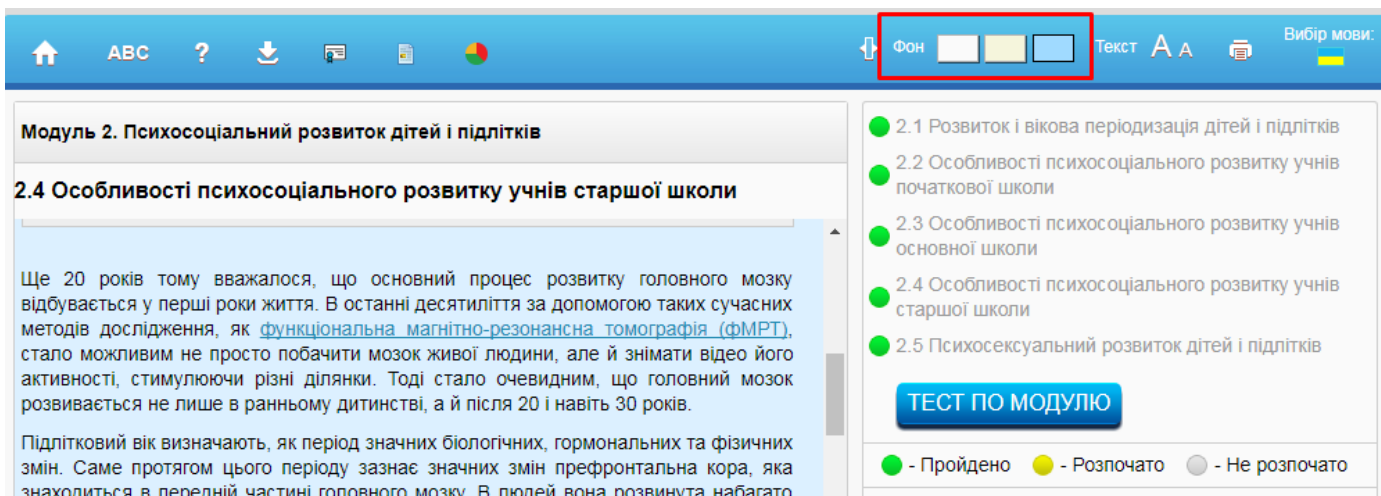
6.2. **Кнопка підказки**. При активації значка  на екрані з'являються підказки щодо користування курсом.



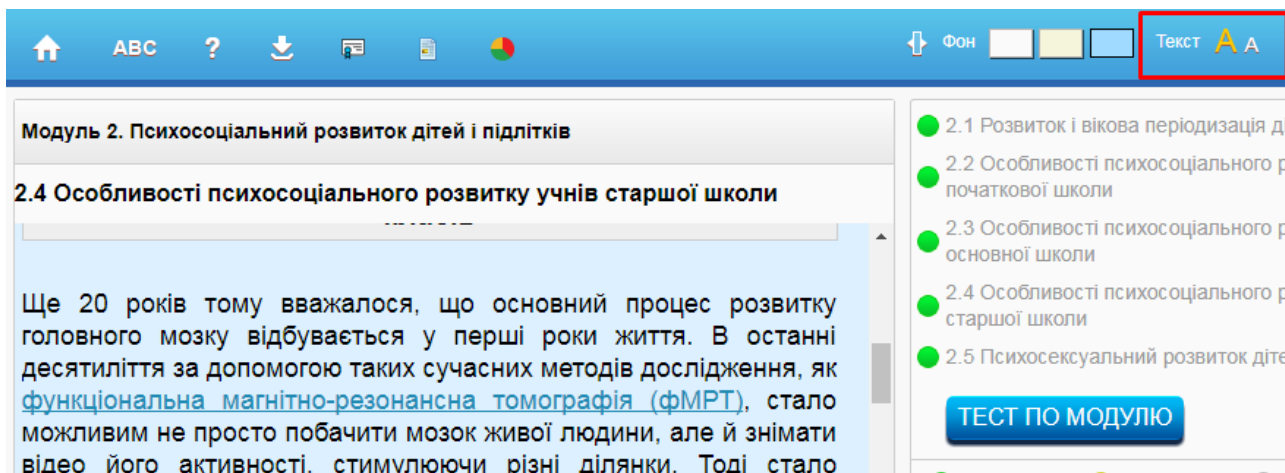
6.3. Можливість читати текст на повний екран



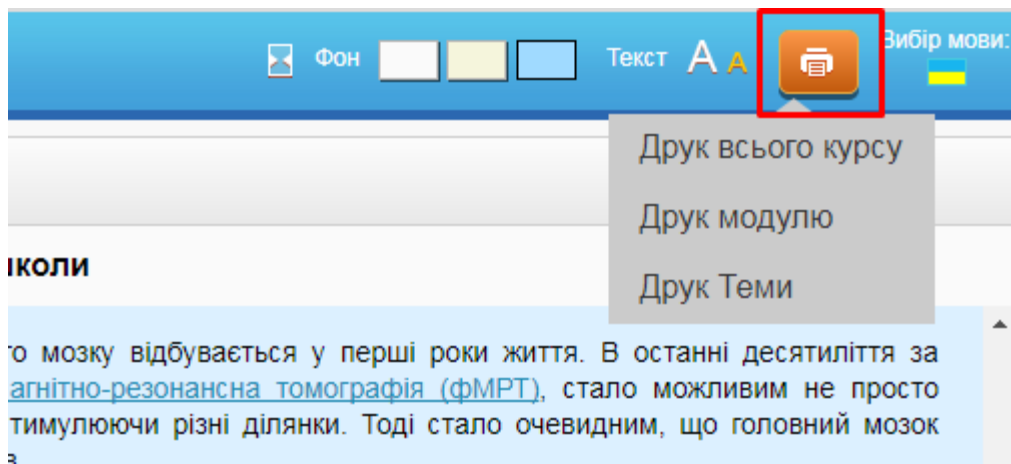
6.4. Можливість змінювати колір фону.



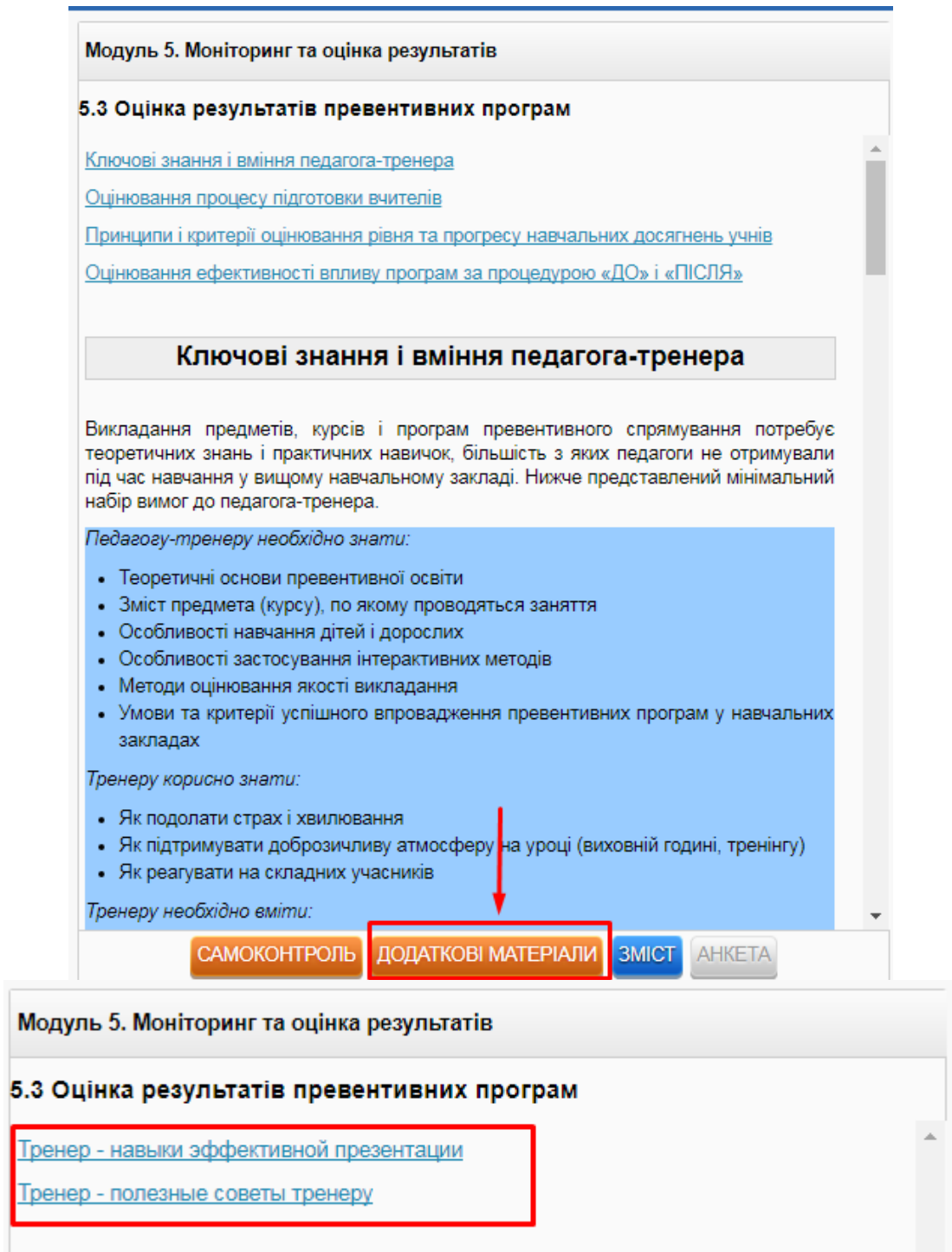
6.5. Можливість збільшувати шрифт тексту.



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



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



6.8. **Самоконтроль.** В кінці кожної теми є кнопка «САМОКОНТРОЛЬ». При натисканні цієї кнопки з'являється тест для самоперевірки з даної теми.

У цьому курсі існує три види тестів:

⇒ з однією правильною відповіддю (відповіді позначаються кружечками);

✓ 3) В якому віці зростає поширеність суб'єктивних негативних показників здоров'я, таких, як скарги на здоров'я, низька самооцінка стану здоров'я, низький рівень задоволеності життям:

- дошкільний вік
- молодший шкільний вік
- підлітковий вік

⇒ з багатьма правильними відповідями (відповіді позначаються квадратиками);

✓ 4) Очікувана тривалість життя в Україні порівняно з країнами ЄС:

- на 14 років менша для чоловіків
- на 8,2 років менша для жінок
- більша на 5 років для чоловіків і жінок

⇒ тести на встановлення відповідності (в яких елементи з правої частини тесту треба «перетягнути» в порядку розстановки елементів з лівої частини)..

12) Встановіть відповідність:

Білки	є найкращим джерелом енергії;
Вуглеводи	служать будівельним матеріалом; транспортують поживні речовини в крові; регулюють обмін речовин (ферменти і гормони); захищають організм від інфекцій (антитіла)
Жири	є джерелом енергії; захищають внутрішні органи; допомагають засвоєнню вітамінів; поліпшують смак продуктів; утворюють в організмі запаси

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

Модуль 2. Т

- ✓ 1) Оберіть...
 - навчан
 - психос
 - усі відп
- ✓ 2) Метою...
 - формул
 - адаптації
 - наданн
 - постражд
- ✓ 3) Курс «Вчимося жити разом» для 1-3-х класів впроваджується...
 - у рамках предмету «основи здоров'я»
 - у рамках виховних годин

ЗАКІНЧИТИ ТЕСТ

Вибір мови:

Інформація про проект «Вчимося жити разом»
Програма тренінгового курсу «Вчимося жити
це курсу в програмі предмета «основи
Я»

ПО МОДУЛЮ

Здійдено ● - Розпочато ○ - Не розпочато

Тест вважається пройденим, якщо ви правильно відповіли на 90% 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.

✓ 1) Встановіть відповідність

Вербальна комунікація	процес двостороннього мовного обміну інформацією. Мова - це сукупність слів і систем для їх використання, загальних для людей одного і того ж мовного співтовариства.
Невербальна комунікація	обмін невербальними сигналами, які супроводжують мовні повідомлення. Зазвичай невербальні сигнали (засоби) однаково інтерпретуються в даній культурі або даному мовному співтоваристві.

✗ 2) Визначте ознаки ефективного спілкування:

- слухати активно
- стежити за емоціями, настроєм співрозмовника
- переривати співрозмовника
- говорити достатньо голосно і чітко
- під час розмови підтримувати зоровий контакт із співрозмовником

✓ 3) Активне слухання включає в себе:

- зосередження
- розуміння
- запам'ятовування
- критичний аналіз

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

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

Модуль 1. Здоров'я, безпека і превентивна освіта

1) Встановіть відповідність:

політика рівного доступу до охорони здоров'я в школах	передбачає наявність національних стандартів і норм для охорони і зміцнення здоров'я
безпечне освітнє середовище	передбачає здійснення диспансерного нагляду за станом здоров'я школярів
освіта в сфері здоров'я на засадах розвитку навичок	забезпечує формування ставлень і необхідних у повсякденному житті когнітивних навичок, емоційних навичок, а також навичок міжособистісних стосунків
послуги в області охорони здоров'я і харчування в школах	забезпечує як фізичну, так і емоційно-психологічну безпеку учасників освітнього процесу

1.1 Важливість освіти у галузі здоров'я і безпеки

1.2 Здоров'язбережна компетентність і превентивна освіта

1.3 Новітня історія профілактичної освіти

1.4 Ефективні програми шкільної превентивної освіти

ТЕСТ ПО МОДУЛЮ

● - Пройдено ● - Розпочато ● - Не розпочато

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

Інформація про курс. Загальні відомості та інструкція щодо використання курсу.

- Модуль 1. Здоров'я, безпека і превентивна освіта
- Модуль 2. Психосоціальний розвиток дітей і підлітків
- Модуль 3. Тематика шкільних курсів з питань безпеки і здоров'я
- Модуль 4. Методика викладання профілактичних програм
- Модуль 5. Моніторинг та оцінка результатів

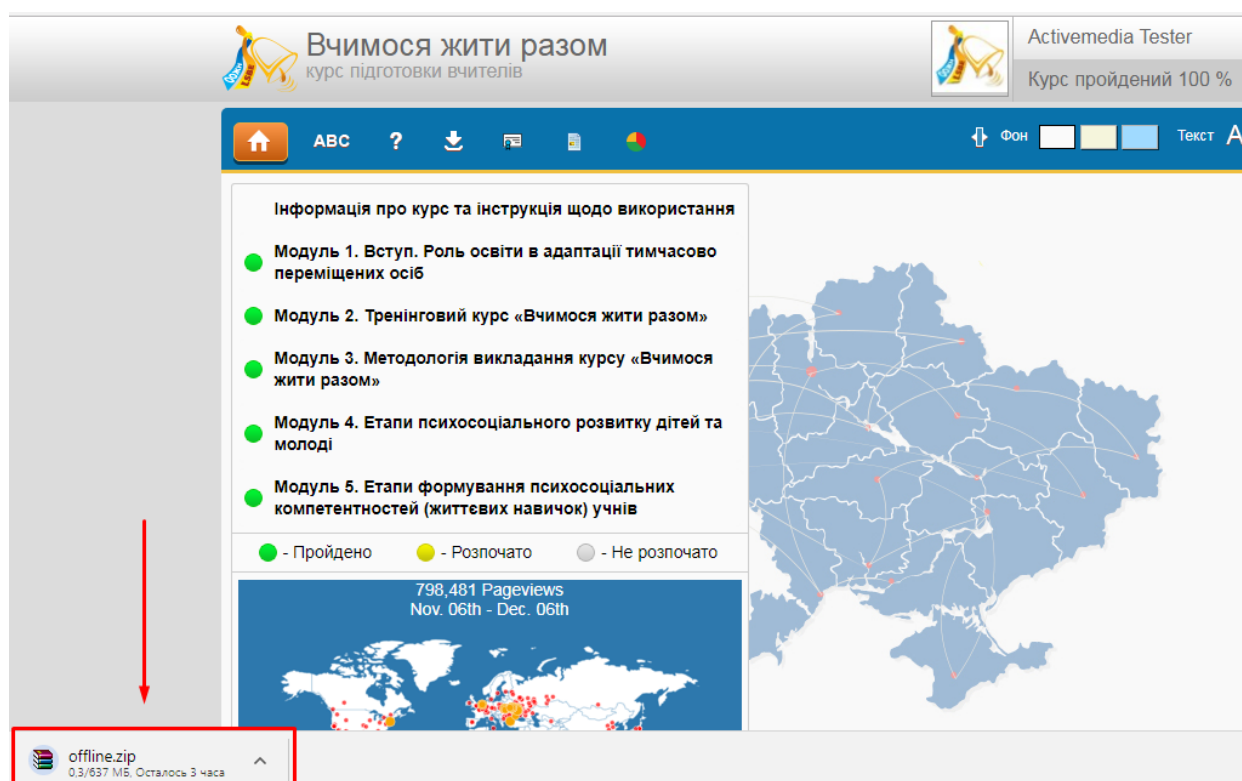
● - Пройдено ● - Розпочато ● - Не розпочато

7. Робота із офлайн версією курсу

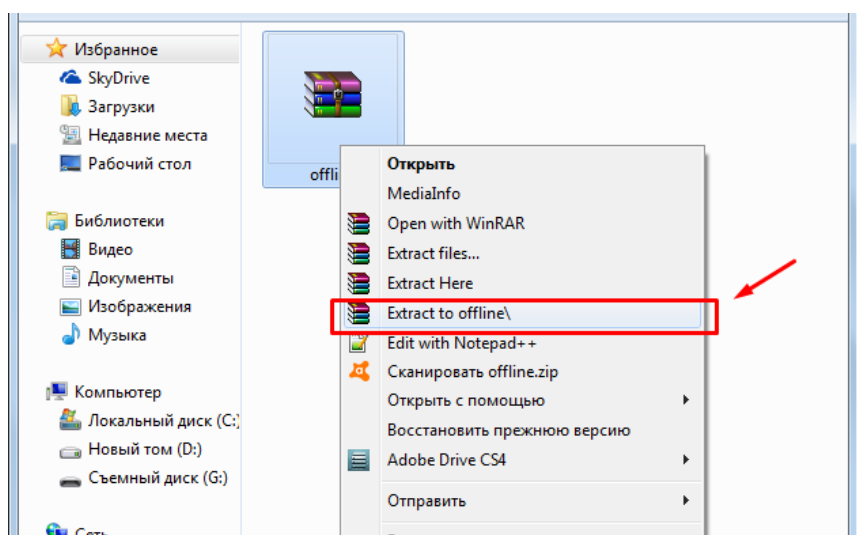
7.1. Для початку роботи з офлайн версією курсу необхідно завантажити її, натиснувши на відповідну позначку у верхній частині екрану.



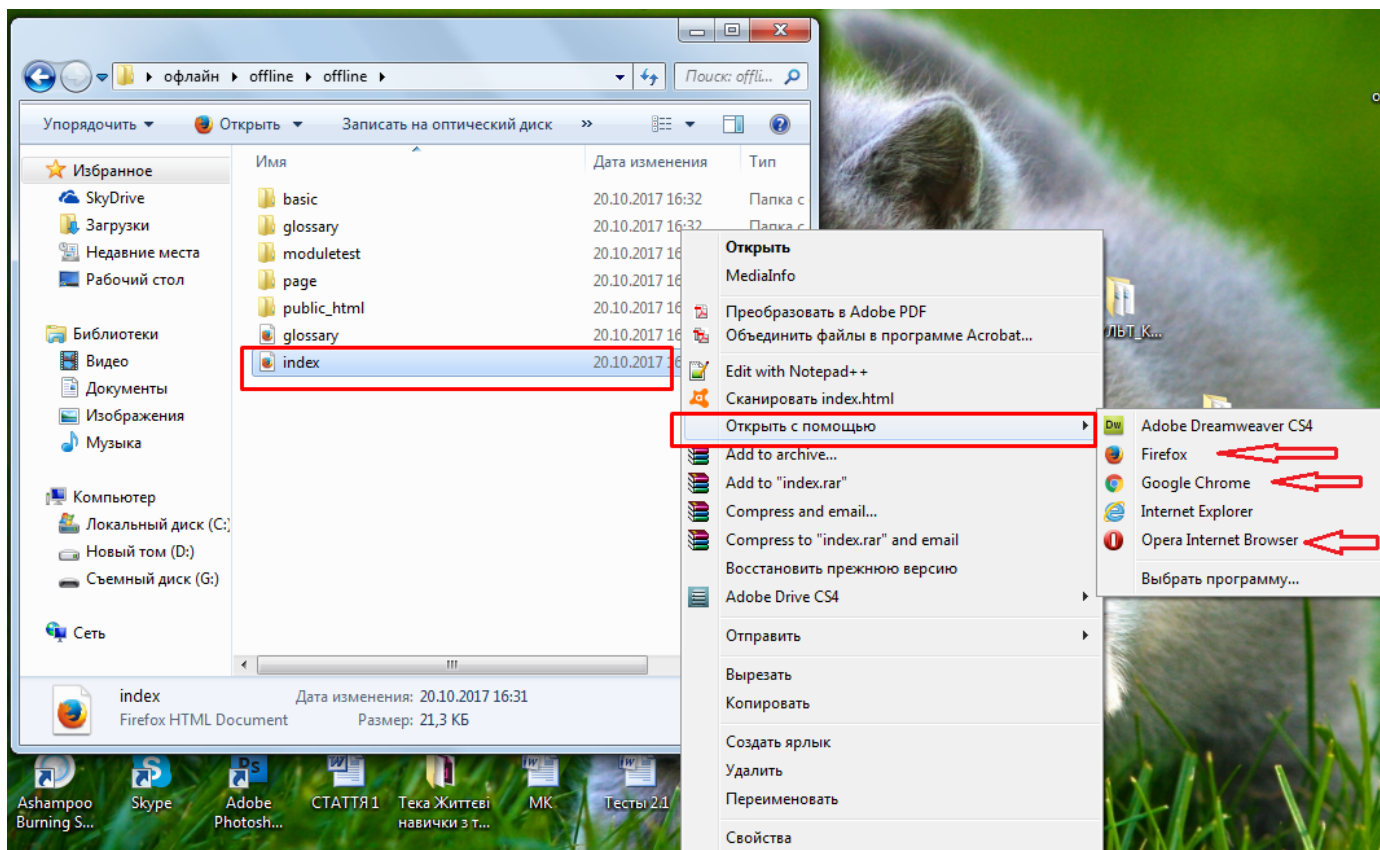
7.2. Якщо ви користуєтесь Google Chrome, внизу екрана з'явиться папка із індикатором процесу завантаження. Якщо ви користуєтесь іншим браузером, індикація матиме інший вигляд.



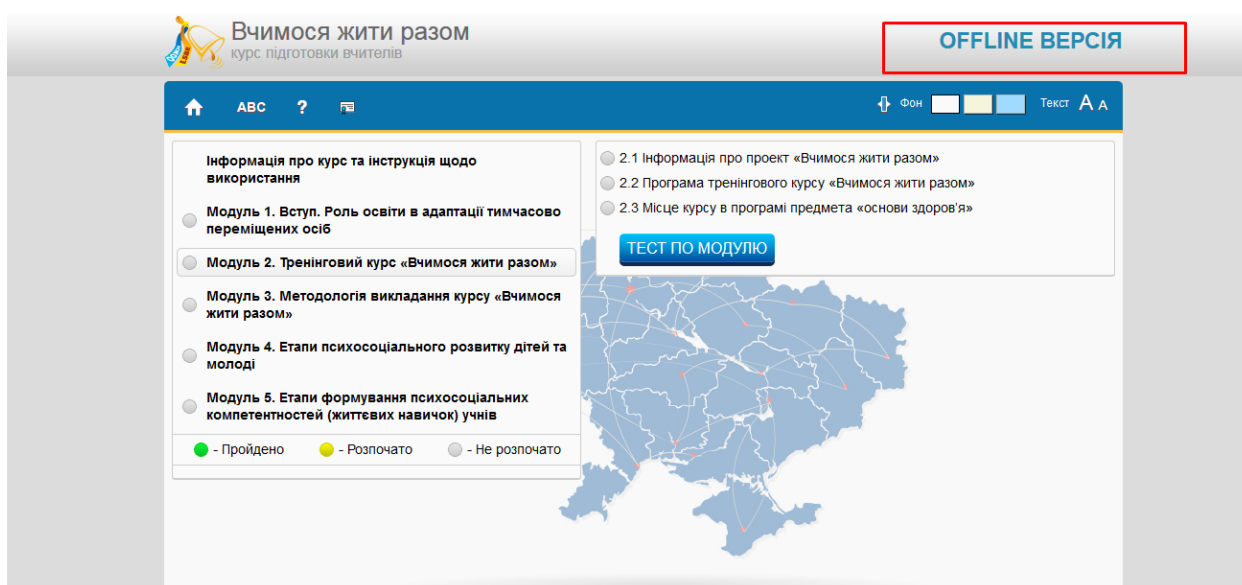
7.3. Якщо файл завантажився без помилок, його необхідно розархівувати.



7.4. Після розархівування відкрийте папку з файлами. Знайдіть в ній файл Index та відкрийте його з допомогою браузера, що встановлений на вашому комп'ютері (крім браузера Internet Explorer).



7.5. Після успішного завантаження та розархівування файлу, ви можете працювати з курсом, вивчати матеріал та проходити тести по темах і модулях для тренування.



7.6. Для отримання сертифікату, необхідно зареєструватися в онлайн версії та пройти тести по модулях і підсумковий тест. Якщо ви добре знаєте матеріал курсу, це займе небагато часу.