

РУКОВОДСТВО К ПРОГРАММНОМУ СРЕДСТВУ «Обучение по санитарно-просветительским программам «ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ»

Для регистрации необходимо зайти на официальный сайт ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (www.niig.su), перейти по баннеру «Обучение по санитарно-просветительским программам - основы здорового питания» (рис. 2), нажать на него, по ссылке пройти процедуру регистрации.

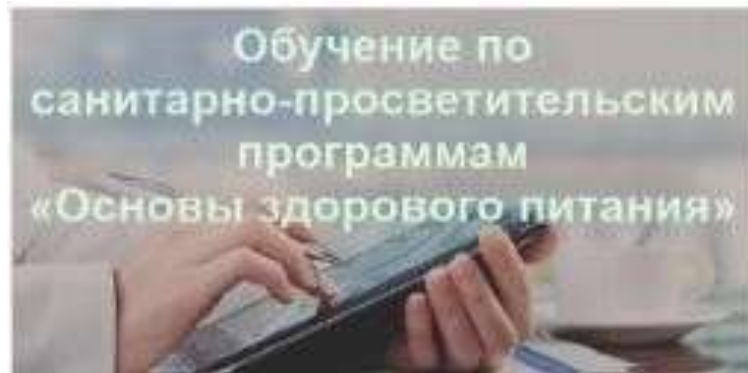


Рис. 2. – Баннер «Обучение по санитарно-просветительским программам - основы здорового питания»

Для процедуры регистрации необходимо нажать кнопку «Регистрация в ПС – обучение по программам основы здорового питания» (рис.3).

A screenshot of a web registration form. At the top, there are three radio button options: 'Основы здорового питания для дошкольник' (checked), 'Основы здорового питания для школьников', and 'Основы здорового питания для дошкольников'. Below these are two tabs: 'Регистрация в ПС Обучение по программам "Основы здорового питания"' and 'Авторизация'. The main content area is titled 'Регистрация в ПС "Основы здорового питания"' and includes a red notice: 'Регистрация будет доступна после 15-го августа'. Below this, it says 'Пожалуйста, заполните следующие поля:' followed by four dropdown menus: 'Выбор обучающей программы' (set to 'Основы здорового питания для школьника'), 'Федеральный округ' (set to 'Выберите федеральный округ ...'), 'Субъект Федерации' (set to 'Выберите регион ...'), and 'Муниципальное образование' (set to 'Выберите муниципальное образование...'). On the left side, there is a section for 'Авторизация' with a text input field for 'Ваш идентификационный ключ' and a 'Войти в программу' button.

Рис. 3. – Процедура регистрации в ПС

Далее необходимо заполнить поля регистрации (выбор обучающей программы; Федеральный округ; субъект Федерации, муниципальное

образование, тип организации, краткое наименование организации, тип слушателя, ФИО (необходимо для оформления сертификата, подтверждающего успешность освоения обучающей программы), согласие на обработку персональных данных.

После внесения всех данных необходимо нажать кнопку «ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬ», в результате Вам будет присвоен уникальный номер для входа в программу с целью прохождения входного тестирования (рис. 4), ознакомления со справочными материалами, самоконтроля, выполнения итогового тестирования, внесения дополнительных данных, просмотра статуса обучения, получения сертификата.

Для удобства последующей работы ПС предусмотрена опция сохранения уникального номера в pdf – формате.

Для входа в ПС необходимо пройти авторизацию (рис.4).

Вы успешно зарегистрировались в программе!

ВАШ УНИКАЛЬНЫЙ НОМЕР ДЛЯ ВХОДА В ПРОГРАММУ: 5R48M253SC9668392

Скопировать номер в буфер обмен

Авторизация
Пожалуйста, заполните поля, чтобы авторизоваться:

Ваш идентификационный ключ
5R48M253SC9668392

Войти в программу

Теперь Вы можете авторизоваться в системе

Авторизация Сохранить регистрационные данные в PDF формате

Рис. 4. – Получение уникального номера для входа в ПС

Далее ПС предоставляет ознакомиться с общей информацией, в которой находятся разделы «Личные данные» и «Данные по обучению». В первом проверяется правильность заполнения данных при регистрации, во втором содержится информация о выбранной программе обучения¹ и прогрессе в обучении (рис.5).

Общая информация ▾ Входной тест ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)

¹ Необходимо проверить правильность выбора, так как изменить невозможно.

Рис. 5. – Командная строка при первичном входе в ПС

Прохождения обучения начинается с выполнения входного контроля в виде теста, который содержит 10 вопросов с вариантами ответов. После прохождения входного теста в командной строке появляются обучающие материалы. Перед прохождением обучения рекомендуется ознакомиться с результатами тестирования они появляются в разделе «Общая информация» пункт данных по обучению (рис.6).

The screenshot shows a user profile interface with two main sections: "Личные данные" (Personal data) and "Данные по обучению" (Learning data). The "Личные данные" section contains fields for: Unique number (50498233529740852), FIO (Иванов Иван Иванович), Year of birth (2004), Federal district (Сибирский федеральный округ), Region (Новосибирская область), Municipal education (Город Новосибирск), Organization (МАОУ СОШ № 218 города Новосибирска), Type of organization (Обучающиеся 10-11 классов), and Date of registration (05.10.2020). A "Сохранить" button is located below these fields. The "Данные по обучению" section includes a dropdown menu for "Форма обучения" (Select a form of learning) and a "Сохранить" button. Below this, it lists the course "Ваша программа обучения: Основы здорового питания для школьников" and shows the status of various topics: "Входная теста", "Основные задачи программы", and "Тема 1" through "Тема 4", all marked as "Не пройдено" (Not passed). The status for "Выполнение самостоятельной работы" is also marked as "Не пройдено".

Рис. 6. – Просмотр изменившейся информации в разделе «общая информация» после прохождения входного контроля

3. Обучающие материалы.

Далее рекомендуется ознакомиться с обучающими материалами (справочные текстовые материалы, материалы в форме презентации), ответить на вопросы для самоконтроля, оценить предложенные к изучению материалы в плане информативности, наглядности и понятности изложения, оставить комментарии, поставить отметку об освоении материала (рис 7-8).

The screenshot displays a navigation bar with tabs: "Основные задачи программы", "Тема 1", "Тема 2", "Тема 3", "Тема 4", and "Самостоятельная работа". Below the navigation bar are two buttons: "Скачать 'Основные задачи программы.pdf'" and "Скачать справочные материалы по санитарно-просветительской программе для детей школьного возраста.ppt". Below these buttons, the text reads: "ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ, ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ: Программа «Основы здорового питания» предназначена для обучающихся (5-11 классов) общеобразовательных организаций. Предусматривает входной и итоговый контроль знаний. Для оценки выделяется три уровня (1-й – для 5-6

Рис. 7. – Обучающие материалы

4. Самостоятельная работа.

После ознакомления со всеми приведенными в Программе справочных материалов и прохождения процедуры самоконтроля, предоставляется возможность прохождения самостоятельной работы (рис.9).

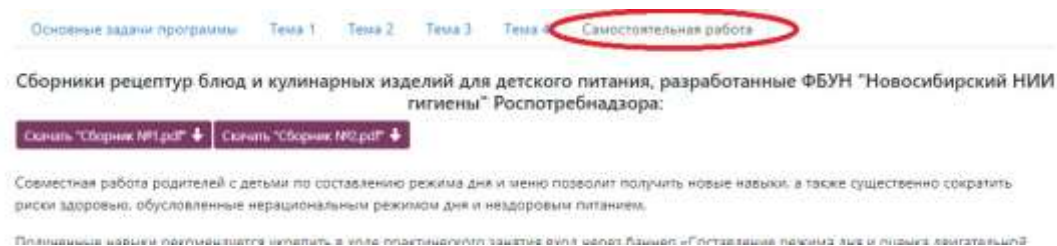


Рис. 9. – Выполнение самостоятельной работы

Самостоятельная работа представляет собой составление режима дня в ПС с построением требуемых характеристик питания, соответствующих фактическим энергозатратам ребенка (рис.9).

Для выполнения самостоятельной работы необходимо перейти на официальный сайт ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (www.niig.su) (рис. 10), далее нажать по банеру «Составление режима дня и оценка двигательной активности детей» который находится слева в разделе «Полезные ссылки» (рис. 11) и выбрать пункт «Разработка режима дня и оценка двигательной активности ребенка (блок самостоятельной работы)»² (рис. 12)



Рис. 10. – Официальный сайт НИИИ гигиены

² Для выполнения самостоятельной работы выбирается именно данный пункт. Составление режима для детского коллектива в программе обучения не используется. Перенос данных невозможен!



Составление режима дня и оценка
двигательной активности детей

Рис. 11. – Банер для выполнения самостоятельной работы

Разработка режима дня и оценка двигательной активности ребенка (блок самостоятельной работы)

Рис. 12. – Ссылка для входа в самостоятельную работу

Для выполнения самостоятельной работы необходимо авторизоваться в ПС по ключу, который был получен в программе обучения, **повторной регистрации не требуется** (рис. 13).

Рис. 13. – Авторизация в программе самостоятельной работы

После авторизации будет отображено три раздела в меню (рис. 14).

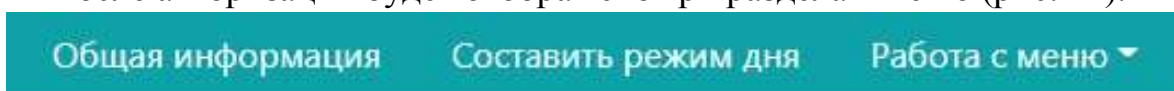
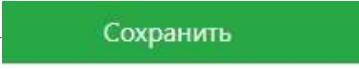






Рис. 14. – Командная строка при первичном входе в ПС

В разделе общая информация необходимо нажать «Добавить общую информацию» ([Добавить общую информацию](#)), после чего откроется форма для добавления общей информации о себе (для учеников) или о ребёнке (для

преподавателей, медицинского персонала и т.д.) в которой необходимо заполнить установочные данные и сохранить данные нажав на кнопку «Сохранить» ().

В разделе «Составить режим дня» отображается внесенный ребёнок справа от которого находится кнопка «Добавить режим дня» () и «Просмотр составленных режимов дня» (). Нажатием на добавление режима откроется форма для добавления. Выбор вида деятельности осуществляется из формализованного списка, после чего необходимо внести «Время начала» и «Время окончания» данного вида деятельности. Добавление нового осуществляется кнопкой «Добавить вид деятельности» () , удаление последнего соответствующей кнопкой (). Удаление вида деятельности в середине списка происходит нажатием на крестик рядом с видом деятельности (рис. 15)

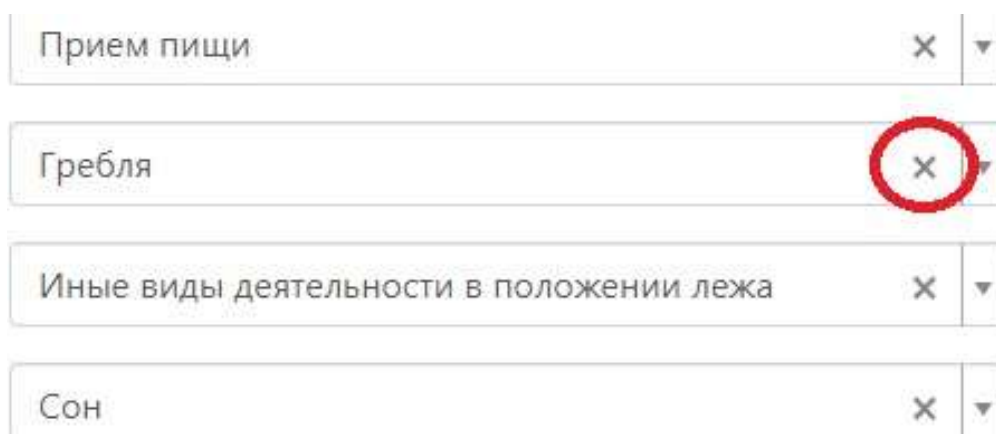
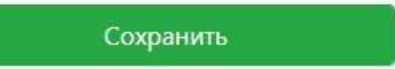


Рис. 15. – Удаление вида деятельности

Для сохранения введенных данных нажмите сохранить ().

После установления требуемых характеристик питания, обучающемуся необходимо сформировать меню на один день с учетом возраста, состояния здоровья (сахарный диабет, целиакия, пищевая аллергия), рекомендуемого распределения суточной калорийности по приемам пищи, обеспечения рекомендуемых величин энергетической ценности каждого приема пищи, их пищевой и биологической ценности.

Для этих целей необходимо воспользоваться сборниками рецептов, в которых сконцентрированы технологические карты, соответствующие

возрасту ребенка и принципам здорового питания, разработанные ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (рис.16).

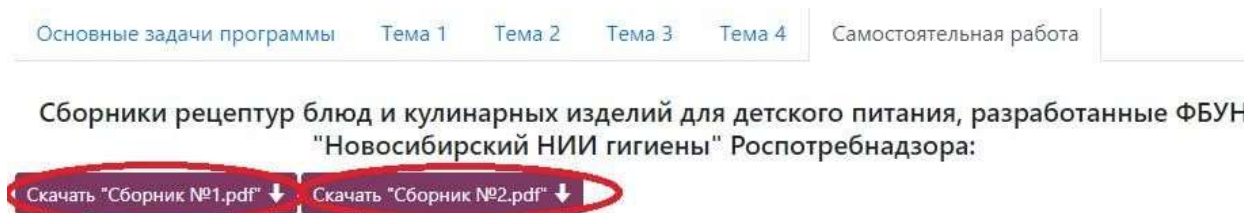


Рис. 16. – Выполнение второго этапа самостоятельной работы

Ознакомившись со сборниками рецептов, пищевой и энергетической ценностью блюд, рекомендуется через ссылку в ПС перейти к автоматизированной процедуре составления меню на день, выбрав из справочника подобранные предварительно блюда.



В разделе «Работа с меню» необходимо добавить меню нажав на пункт «Список меню, добавление меню» и далее «Добавить новое меню» где необходимо ввести название меню и выбрать приемы пищи. Обязательными являются завтрак, обед, полдник, ужин и при необходимости дополнительно выбрать второй завтрак и второй ужин (рис. 17). После чего перейти к разработке меню на день.

The image shows a web form titled 'Добавление меню'. It has a text input field for 'Название меню'. Below the field is a list of meal types with checkboxes: 'Завтрак' (checked), 'Второй завтрак' (unchecked), 'Обед' (checked), 'Полдник' (checked), 'Ужин' (checked), and 'Второй ужин' (unchecked). At the bottom of the form is a green button labeled 'Сохранить'.

Рис. 18. – Добавление нового меню

Для составления меню перейдите в раздел «Работа с меню» пункт «Разработка(редактирование) меню» и нажмите «Посмотреть». В поле «Сборники технологических карт» выбирается список сборников, по которому будет осуществляться поиск блюд. Для добавления блюда в прием пищи необходимо в соответствующее поле «Блюдо» начать вводить название, после чего отобразится список имеющихся в базе данных блюд.

Выбор производится нажатием на нужное левой кнопкой мыши и поле ввода окрашивается в зеленый цвет, после чего необходимо ввести выход блюда в граммах и нажатие на кнопку «Добавить в меню». Для всех приемов пищи данная операция повторяется до тех пор, пока вы не внесете все необходимые блюда во все выбранные приемы пищи, отображенные на странице.

Для редактирования выхода блюда нажмите  и измените пункт «Выход (грамм)». При неверном выборе блюда, его необходимо удалить  и внести повторно.

Разработка(редактирование) циклического меню

[Посмотреть](#)

Сборники технологических карт

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4ых классах общ...

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (3-7 лет) / Н

Продукты промышленного производства x

Завтрак





№	Блюдо	Просмотр технологической карты	Выход, грамм	Просмотр технологической карты с текущим выходом	Изменить выход	Удалить блюдо
1	Пудинг из творога с яблоками	 из сборника	150	 на 150 грамм		

Рис. 19. – Процедура самостоятельного построения меню в ходе второго этапа самостоятельной работы

Далее необходимо проверить разработанное меню на соответствие его рекомендуемым величинам в разделе «Работа с меню» пункт «Проверка меню на соответствие нормативам» (полученным в ходе первого этапа самостоятельной работы) – рис. 20.

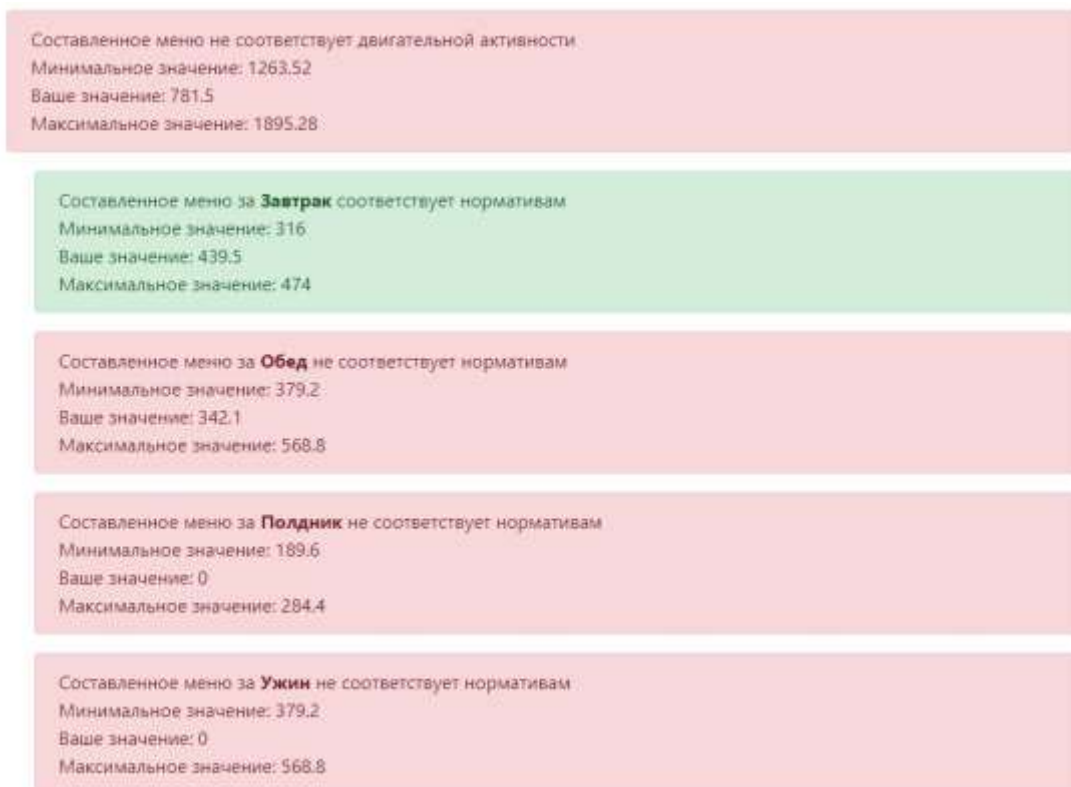


Рис. 20. – Просмотр результатов самостоятельной работы

Если составленное меню соответствует рекомендуемым величинам за все приемы пищи и отдельно ($\pm 10,0\%$) по всей совокупности показателей – визуализируются все поля в зеленый цвет. Если показатели разработанного меню не соответствуют рекомендуемым значениям – рекомендуется доработать меню, показатели требующие корректировки также визуализируются.

Прохождение всех этапов обучения открывает доступ к итоговому контролю.

Далее в ПС вносятся данные о сформированных в ходе прохождения обучения навыки (для нянь и родителей (законных представителей детей) по: 1) составлению меню здорового питания, соответствующего возрасту детей; 2) составлению рационального режима дня для ребенка с учетом его возрастных особенностей; 3) правильному приготовлению блюд с использованием продуктов, содержащих необходимые для гармоничного роста и развития, продуктов щадящих способов кулинарной обработки; 4) включению в меню блюд и продуктов, выполняющих функции восполнения необходимых для роста и развития витаминов, микроэлементов, нормализации состава микрофлоры кишечника.

Если в программе обучались школьники, то в качестве дополнительной информации они должны указать перечень проведенных с ними по каждой

теме организационных мероприятий (классные часы, родительские собрания с участием детей, иные мероприятия).

После успешного освоения материала и внесения дополнительной информации необходимо пройти итоговое тестирование (рис.16). Результаты тестирования можно просмотреть в личном кабинете (общая информация). В случае, если в ходе тестирования набрано 80% и более правильных ответов, в течение недели в программе оформляется сертификат, подтверждающий успешность обучения (рис.23).

Данные по обучению:

Ваша программа обучения: Основы здорового питания для школьников

Статус "Входного теста": Допущен

Дата прохождения "Входного теста": 2020-07-27

Процент правильных ответов:

40%

Статус обучения "Основные задачи программы": Просмотрено

Статус обучения "Тема 1": Допущен

Статус обучения "Тема 2": Допущен

Статус обучения "Тема 3": Допущен

Статус обучения "Тема 4": Допущен

Статус "Итогового теста": Допущен

Дата прохождения "Итогового теста": 2020-07-27

Процент правильных ответов:

80%

* Сертификат в PDF формате



Рис. 23. – Просмотр результатов итогового тестирования и получение сертификата, подтверждающего успешность прохождения обучения

В случае если набрано менее 80% правильных ответов, Программа указывает проблемные разделы и предлагает пройти тестирование повторно. Количество повторных тестирований не ограничено по количеству, но ограничено по времени. Повторное тестирование можно пройти не ранее чем через 24 часа от предыдущего тестирования.

На этом работа в программном средстве для обучающихся завершается.