

## ИНСТРУКЦИЯ ПО РАБОТЕ С УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИМ ОБЕСПЕЧЕНИЕМ «МАРАФОН «ЗОЖ - ПУТЬ К УСПЕХУ»

1. Ознакомиться со специализированным учебно-методическим обеспечением «ЗОЖ «Путь к успеху», перейдя по ссылке <http://e-learning.za-zoj.ru/>

2. Учебно-методическое обеспечение «ЗОЖ «Путь к успеху» (далее УМО) состоит из разделов:

- УМК для педагогов и взрослых.
- Марафон «ЗОЖ «Путь к успеху» – предназначенный учеников.

УМК для педагогов и взрослых, представляет собой архив материалов, который можно скачать и ознакомиться по нажатию на кнопку «Скачать УМК» (рисунок 1).

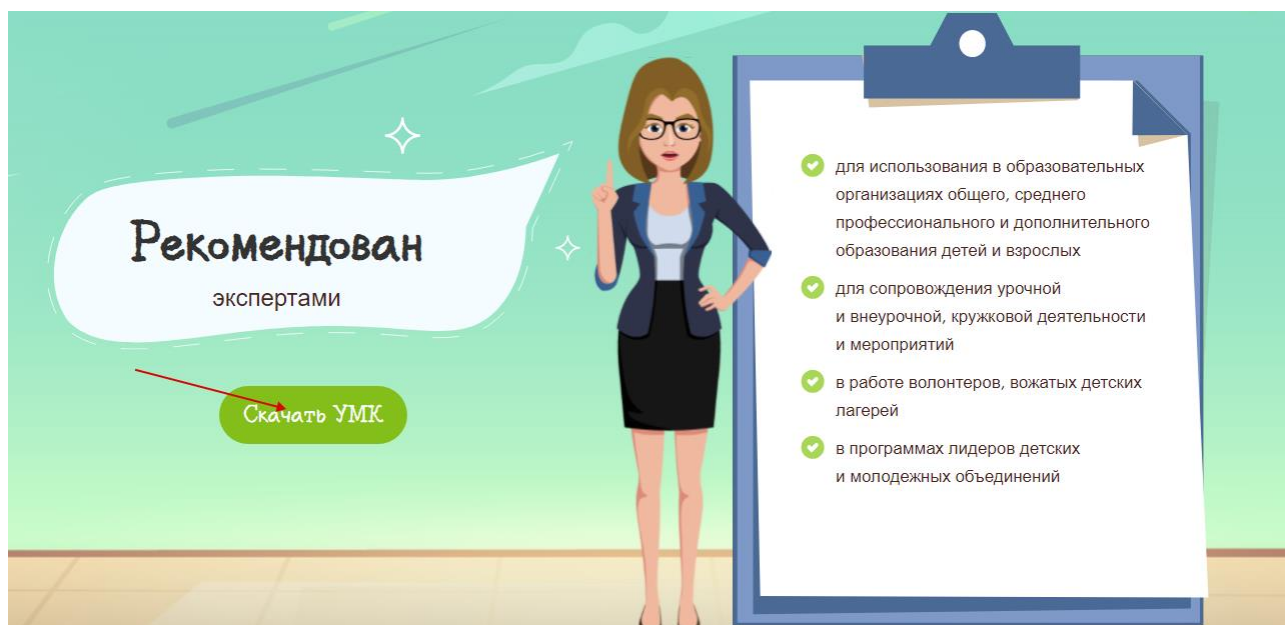


Рисунок 1 – Скачать УМК

Марафон «ЗОЖ «Путь к успеху» для учеников, представляет собой набор из пяти спринтов, по выполнению каждого из спринтов (необходимо набрать 100%) ученик получает золотую медаль. В итоге при получении пяти золотых медалей ученик получает диплом об успешном прохождении марафона.

3. Для того чтобы пройти марафон, необходимо зарегистрироваться. Для этого необходимо нажать кнопку «Вход» или «Присоединиться» (рисунок 2).

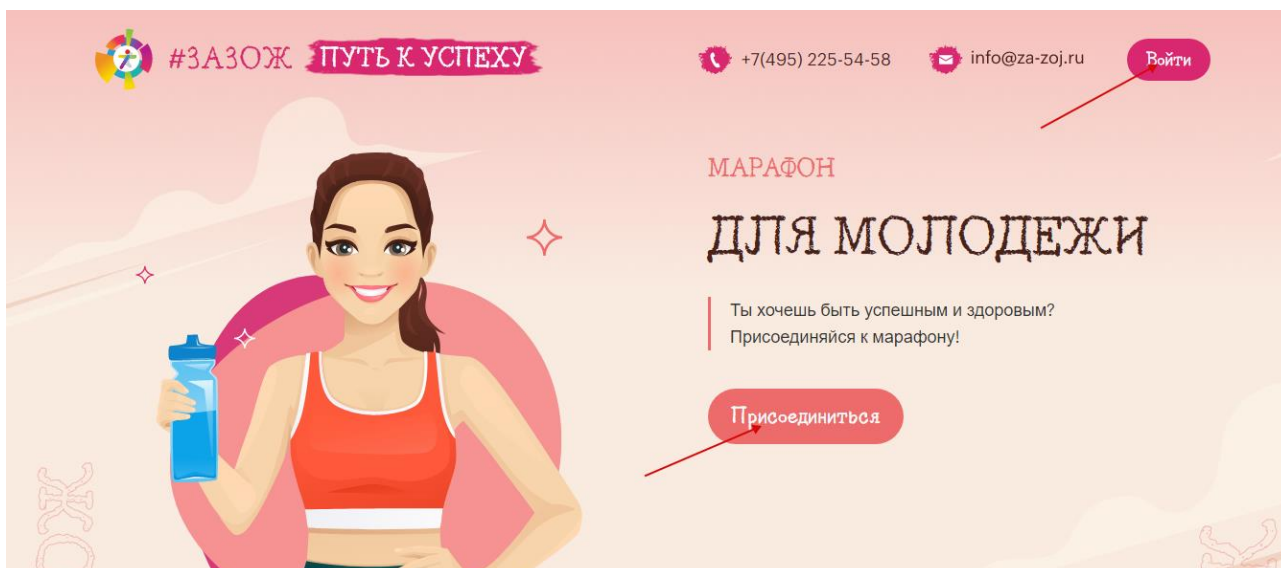


Рисунок 2 – Страница для входа в регистрацию для участия в марафоне

4. Далее необходимо нажать кнопку «Регистрация» (рисунок 3). Если вы ранее были зарегистрированы, то необходимо ввести «Логин» и «Пароль» в соответствующие поля и нажать кнопку «Вход». Если вы забыли пароль, то необходимо нажать на кнопку «Восстановить пароль», далее откроется страница для восстановления пароля.

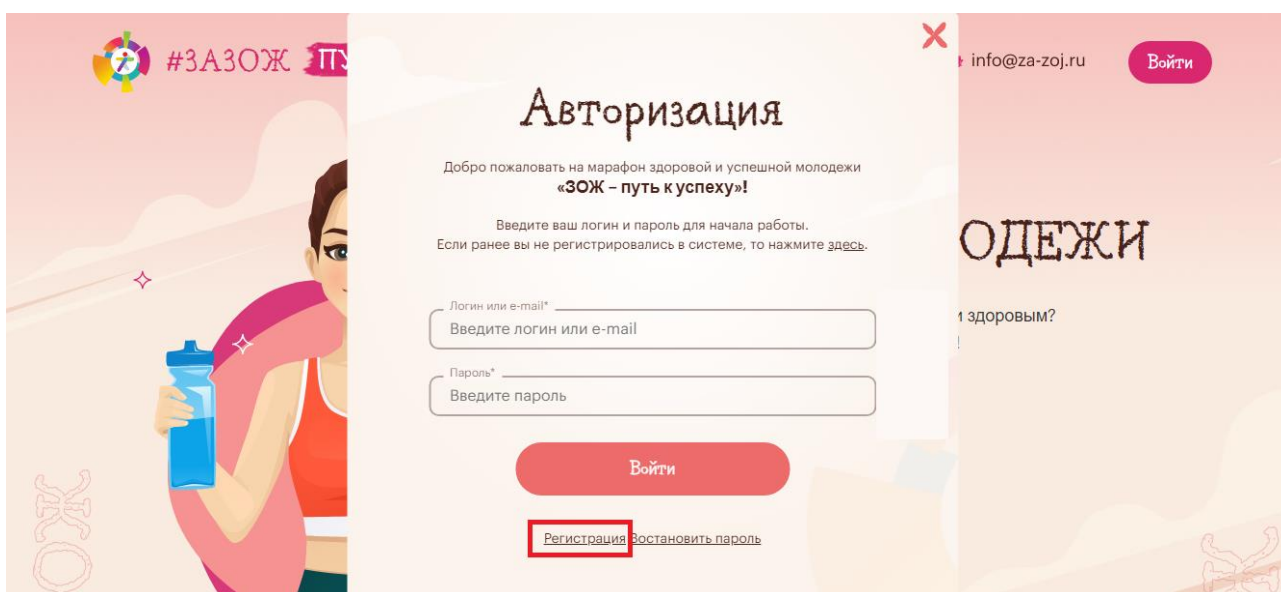


Рисунок 3 – Переход в форму регистрации

5. В форме регистрации пользователю необходимо заполнить все обязательные поля (отмеченные звездочкой\*), поставить галочку о согласии использования персональных данных и нажать кнопку «Зарегистрироваться» (рисунок 4).

**Регистрация**

Добро пожаловать на марафон здоровой и успешной молодежи «ЗОЖ – путь к успеху»!

Заполните все поля и нажмите кнопку «Зарегистрироваться»

Фамилия\*     Имя\*     Отчество\*

Регион\*     Место учебы\*

Класс (группа)     Дата рождения     E-mail\*

Пароль\*     Повтор пароля\*

[Согласен на обработку персональных данных \(см. подробнее\)](#)

**Зарегистрироваться**

Рисунок 4 – Форма регистрации

6. После регистрации пользователю будет доступен контент с марафоном «Марафон «ЗОЖ «Путь к успеху». Для внесения изменений в анкетные данные пользователя в правом верхнем углу необходимо нажать на ФИО пользователя (рисунок 5). После чего откроется страница для внесения изменений.



Рисунок 5 – Переход на страницу с анкетой пользователя

7. Марафон состоит из пяти спринтов, как и было описано ранее. За каждый пройденный спринт пользователь получает золотую медаль. Спринты 1-3 называются «Основной маршрут» – в данных спринтах представлены: видеоролики, презентационные

материалы, аудиозаписи, упражнения и итоговый тест по каждому из спринтов. Спринты 4-5 называются «Дополнительный маршрут» – в данных спринтах представлены различного рода тренажеры, памятки, книги, курсы и мобильные приложения, а также психологические тесты.

*Далее подробнее по каждому спринту.*

Для того, чтобы ознакомиться с вступительным роликом к каждому спринту, необходимо нажать кнопку «плей» рядом с названием (рисунок 6). По нажатию на кнопку откроется окно, в котором воспроизведется видео.

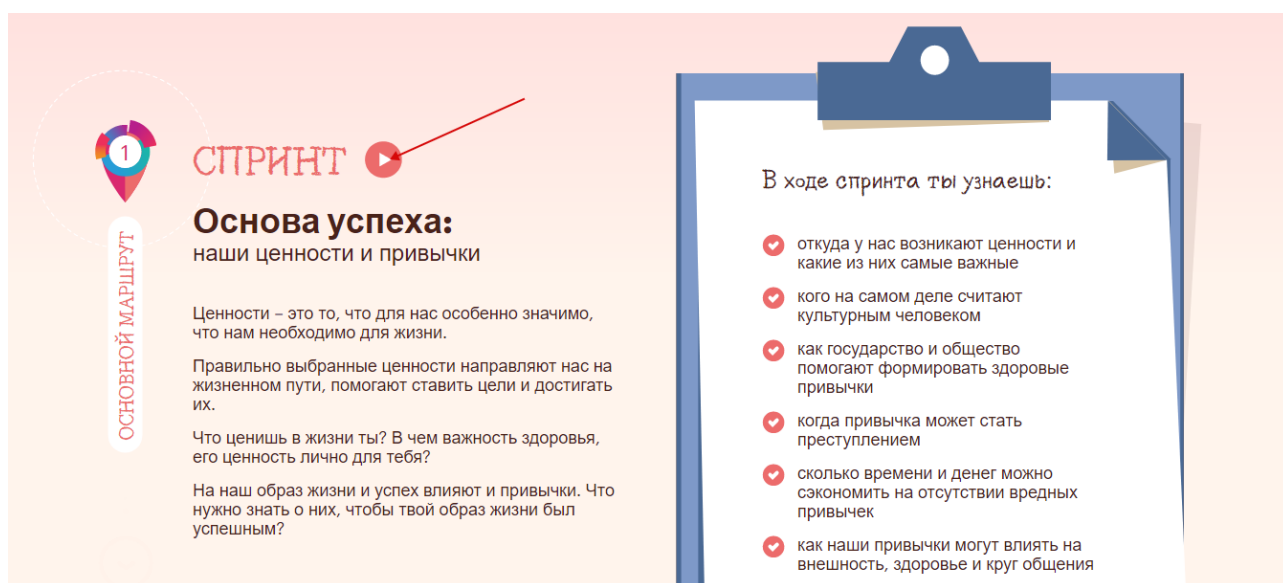


Рисунок 6 – Воспроизведение видео о спринте

Далее, чтобы ознакомиться с содержанием того или иного спринта, необходимо нажать на слово «Спринт» или на графическое изображение номера спринта (рисунок 7). Откроется страница с содержанием спринта.

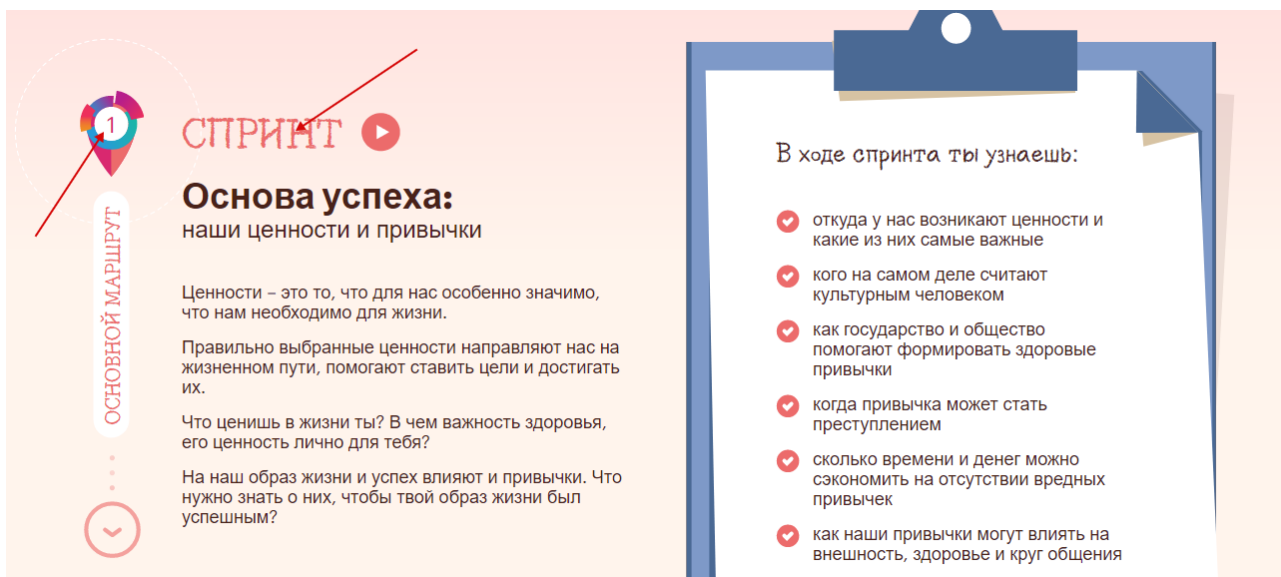


Рисунок 7 – Открытие страницы с содержанием спринта

После того как откроется страница с содержанием контента по спринту, пользователю необходимо выполнить следующее (алгоритм для спринта 1-3):

- в каждой из трех тем изучить материалы, а именно: просмотреть видеоурок, изучить методические материалы (в случае наличия), выполнить упражнение на закрепление темы;
- просмотреть все ролики, представленные в разделе «Киносеанс»;
- просмотреть все материалы, представленные в разделе «Полезные материалы»;
- пройти итоговый тест по спринту.

В случае успешного прохождения каждого из этапов спринтов, пользователь набирает 100% и получает условную золотую медаль. За прогрессом в каждом спринте можно наблюдать в заголовке страницы (рисунок 8).

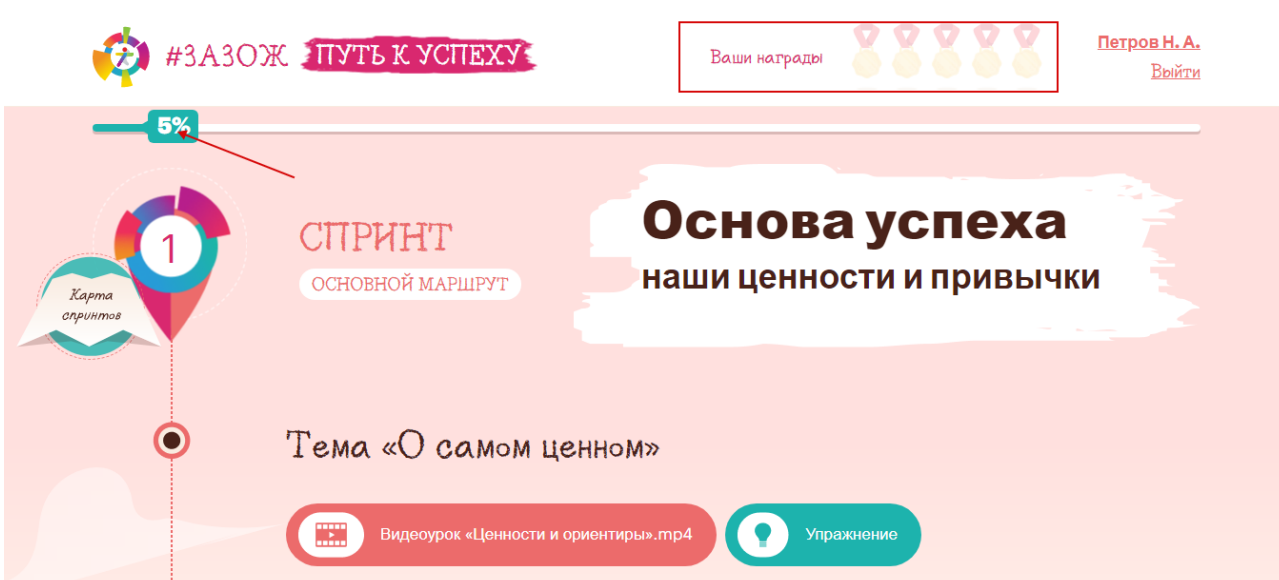


Рисунок 8 – Награды и статус выполнения спринта

Для спринтов 4-5 «Дополнительный маршрут» представлены материалы полезные и интересные для пользователя. Чтобы получить медаль в каждом спринте необходимо перейти в содержание раздела и пройти/изучить представленные материалы.

Для того, чтобы комфортно можно было перемещать между содержанием спринтов, на странице представлена карта спринтов (рисунок 9). По нажатию на указанную карту пользователь может перейти в тот или иной спринт.

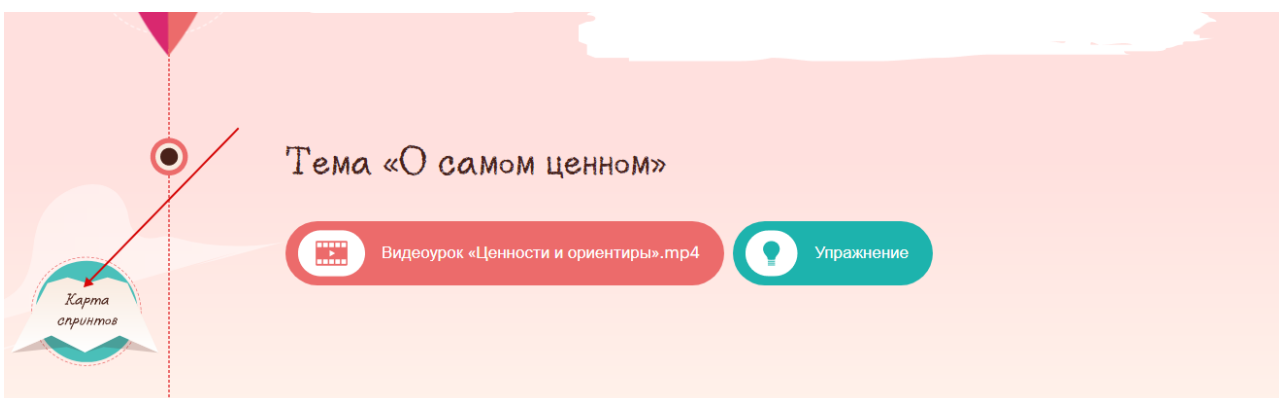


Рисунок 9 – Карта спринтов

Если пользователь получил 5 золотых медалей по результатам прохождения маршрута,, то он получает диплом (рисунок 10).



Рисунок 10 – Диплом победителя