

Инструкция по использованию дистанционной системы для прохождения обучения на «Интерактивном курсе психосоциальной адаптации к выходу на пенсию»

1. Платформа СДО.

Для того чтобы войти в систему дистанционного обучения Ispring, на которой реализовано обучение, Вам необходимо иметь компьютер, подключенный к сети Интернет.

Платформа расположена по адресу

<https://niime.ispringonline.ru/organization/1/view/33917-Suab6-TvL9W-71yo5>

Введите или скопируйте адрес платформы в поисковую строку браузера или воспользуйтесь [гиперссылкой](#). Вы попадете на приветственную страницу курса.



Нажав на название выбранного Вами модуля, перейдите к его изучению.

2. Прохождение курса, прогресс, быстрый переход по слайдам.

Для последовательного перехода между слайдами Вы можете воспользоваться кнопками управления в курсе.

Курс адаптации лиц предпенсионного возраста к выходу на пенсию

←

1. Психологические аспекты эмоциональной сферы личности в период выхода на пенсию

- Источники напряженности и природа стресса
- Соотнесение компонентов здоровья с трудовой нагрузкой
- Влияние эмоций на состояние человека.
- Исследование собственного психологического и физиологического статуса
- Определение уровня стресса

Чтобы вернуться к слайду, на котором Вы закончили предыдущее занятие, при повторном подключении к курсу нажмите на правой панели окна номер слайда.

Инструменты рисования | Ресурсы

Источники напряженности и природа стресса

Методические рекомендации
Лянгасов С.И.

слайды ЗАМЕТКИ

Поиск

- 1. —
- 2. —
- 3. —
- 4. —
- 5. —
- 6. —
- 7. —
- 8. —
- 9. —
- 10. —

← НАЗАД ДАЛЕЕ →

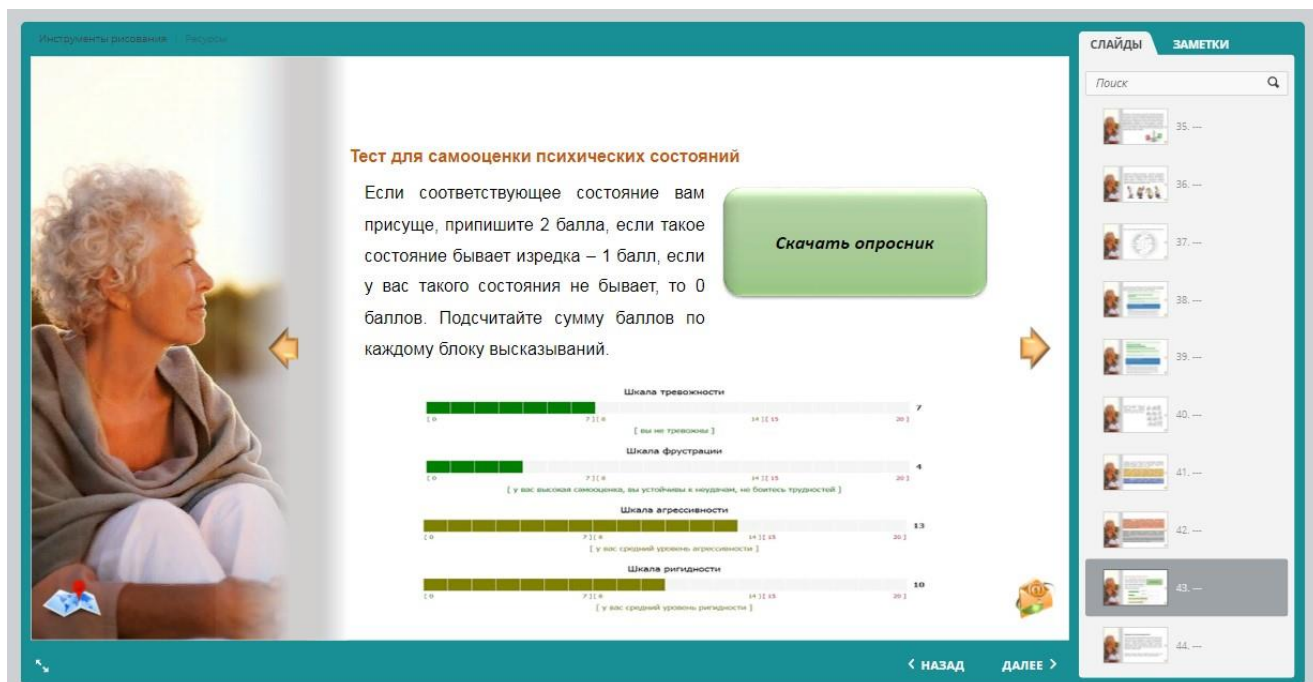


3. Работа с материалами.

3.1. Страница «Содержание» содержит наименования разделов и ссылки для перехода к нужному разделу курса.

Стрелка «влево» в верхнем левом углу ведет назад к содержанию модуля.

3.2. Приложения для скачивания размещены на платформе Яндекс диск. Во время скачивания приложения, окно с учебным курсом автоматически свернется.



3.3. Для возвращения к курсу разверните (восстановите) нужное окно в левом нижнем углу экрана (если курс был открыт в отдельном окне браузера) либо вернитесь на нужную закладку браузера.

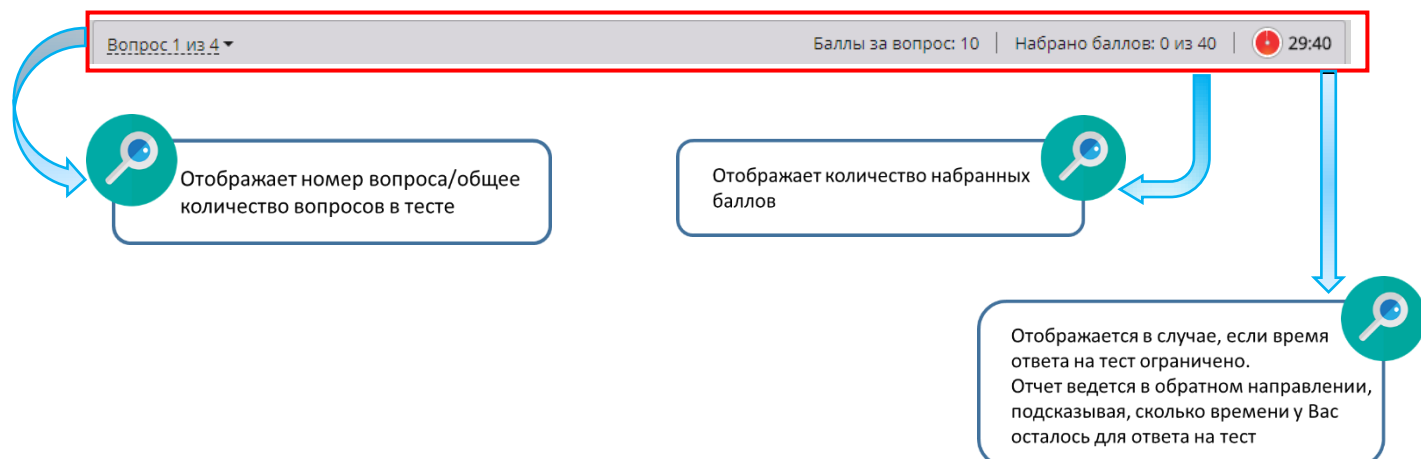
4. Работа с практическими заданиями, тестами.

4.1. В конце каждого раздела размещен тест. Система дистанционного обучения не дает возможность пропустить тест и пройти дальше.

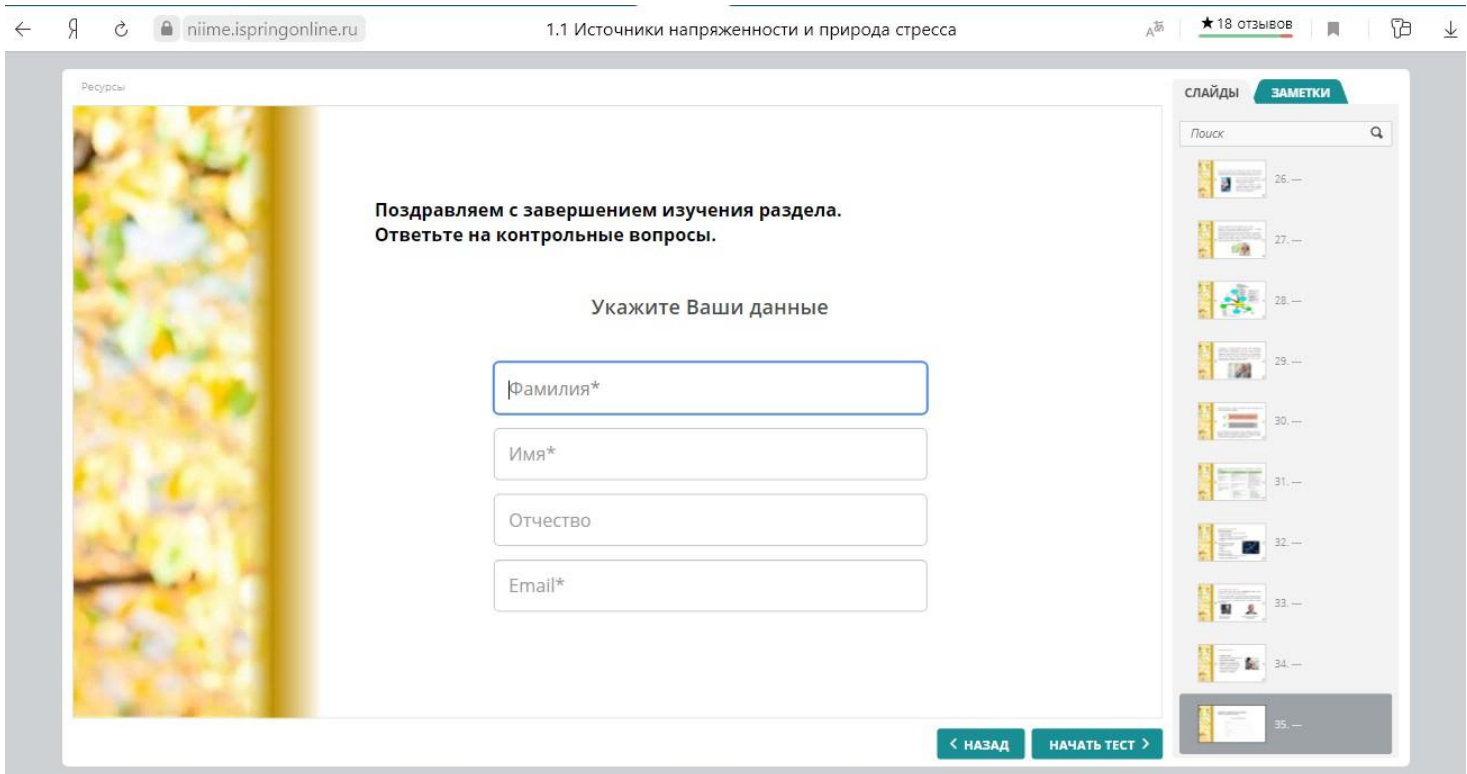


ВАЖНО! К окончанию Вашего обучения все тесты должны быть пройдены.

При работе с тестами верхняя панель выглядит следующим образом:



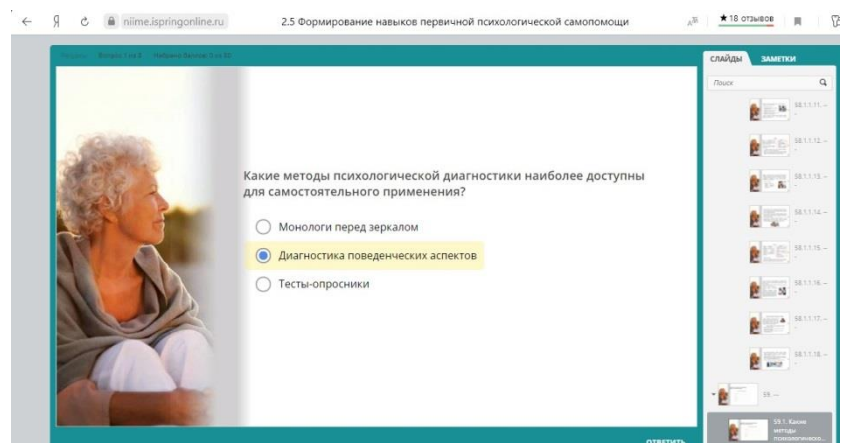
4.2. Нажмите кнопку «Начать тест» для начала работы с тестом.



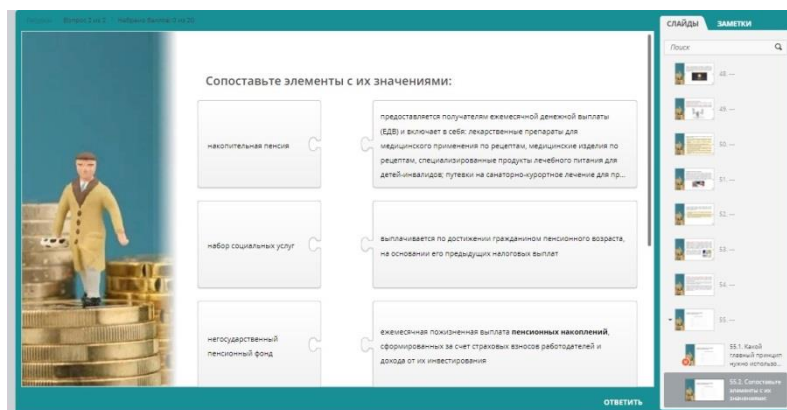
Промежуточное тестирование (по окончании раздела) требует не менее 80% верных ответов, ограничений по времени и количеству попыток прохождения нет.

На **итоговое** тестирование (по окончании курса) также нужно дать 80% верных ответов, но теперь с ограничением по времени. В среднем на каждый вопрос необходимо ответить за 3 минуты. Для прохождения тестирования предусматривается 10 попыток.

Тестовые вопросы с круглым флажком предполагают только один вариант ответа



Также Вам могут встречаться вопросы на сопоставление, где необходимо соединить элементы путем перетаскивания и соединения



4.3. В конце курса предусмотрены задания, формируемые в самой системе дистанционного обучения. Данные задания проверяются тьютором. Вам необходимо скачать файл с заданием из системы дистанционного обучения. Это может быть файл-картинка, файл Word или файл Excel.



Выполнив задание, вышлите свой вариант на проверку. Тьютор проведет проверку и выставит оценку в системе, при необходимости приведет комментарии.

5. При возникновении любых вопросов по работе в системе дистанционного обучения, обращайтесь в техническую поддержку info@zelmiloserdie.ru или в Telegram-канал Zelmiloserdie.