

Руководство CogniFit для семей

Этот документ является справочником для семей, заинтересованных в тестировании и тренировке своих родных с помощью оздоровительной онлайн платформы. В этом учебнике вы найдёте руководство по управлению и использованию семейной платформы.

Программы когнитивной стимуляции и тестирования
для семей во всём мире

Содержание

1. Введение	5
2. Продукты CogniFit	5
2.1 Когнитивные тесты	5
2.1.1 Общий когнитивный тест (CAB)	6
2.1.2 Когнитивный тест для водителей (DAB)	6
2.1.3 Когнитивный тест на память (CAB-ME)	7
2.1.4 Когнитивный тест на координацию (CAB-CO)	7
2.1.5 Когнитивный тест на концентрацию (CAB-AT)	7
2.1.6 Когнитивный тест на рассуждение (CAB-RS)	8
2.1.7 Когнитивный тест на понимание прочитанного (CAB-RC)	8
2.1.8 Когнитивный тест на восприятие (CAB-PC)	9
2.1.9 Когнитивный тест для людей старше 55 (CAB-AG)	9
2.2 Когнитивные тренировки	10
2.2.1 Тренировка для людей старше 55 лет	10
2.2.2 Персональная тренировка	11
2.2.3 Тренировка памяти	11
2.2.4 Тренировка рассуждения	11
2.2.5 Тренировка понимания прочитанного	12
2.2.6 Тренировка концентрации	12
2.2.7 Тренировка для водителей	12
2.2.8 Тренировка восприятия	13
2.2.9 Тренировка координации	13
3. Общая информация	14
3.1 Введение	14
3.2 Клиентская служба	14
3.3 Требования системы	15
3.3.1 Автоматическая проверка системы	15
3.3.2 Технические требования	15
4. Подготовка к сеансу	17

4.1 Главная страница	17
4.2 Создать семейную учётную запись	21
4.2.1 Создать профиль члена семьи на семейной платформе	27
4.2.2 Купить тесты и/или тренировки	29
4.2.3 Панель управления платформы для семей	32
4.2.3.1 Добавить на платформу членов семьи	32
4.2.3.2 Купить тесты и/или тренировки на панели управления	33
4.2.3.3 Посмотреть профиль члена семьи	34
4.2.3.4 Обновление и отмена подписки	35
4.2.3.5 Деактивировать профиль члена семьи	37
4.3 Создать учётную запись члена семьи	39
4.4 Настройки	46
4.4.1 Настройки семейной учётной записи	46
4.4.2 Извещения в семейной учётной записи	47
4.4.3 Покупки в семейной учётной записи	47
4.4.4 Настройки учётной записи члена семьи	48
4.4.5 Извещения и покупки в учётной записи члена семьи	49
5. Сессия для члена семьи	50
5.1 Сессия для члена семьи	50
5.2 Подготовка к сессии	50
5.3 Начать сессию	51
5.4 Важная информация	55
5.4.1 Инструкции	55
5.4.2 Первая сессия	57
5.4.3 Результаты	57
6. Результаты	58
6.1 После тестирования члена семьи	58
6.2 Когнитивные результаты	60
6.3 Отчёт о результатах	64
7. Часто задаваемые вопросы	66
7.1 Как начать сессию на веб-странице?	66

7.2 Как добавить члена семьи на платформу и назначить ему программу?	66
7.3 Может ли родственник - инвалид по зрению/слуху выполнять тесты и/или программы тренировки?	67
7.4 Можно ли передать лицензию одного родственника другому?	67
7.5 Можно ли приобрести неограниченное число месяцев подписки?	67
7.6 Как завершить сессию?	67
8. Приложение	68
8.1 Краткое руководство по началу	68
8.1.1 Создать семейную учётную запись	68
8.1.2 Приобрести лицензии на тесты/или тренировки	68
8.1.3 Пригласить членов семьи	68
8.1.4 Подготовка к сессии	69
8.1.5 Требования к членам семьи	69
8.2 Инструкции до, во время и после теста	70
8.2.1 До начала теста	70
8.2.2 Во время теста	71
8.2.3 После теста	71

1 Введение

Настоящий учебник разработан научной командой CogniFit с целью предоставить семейным пользователям полезное руководство по использованию платформы для семей.

В различных разделах этого руководства владелец семейного аккаунта найдёт всю необходимую информацию о продуктах CogniFit, использовании платформы и её функционировании, процессе приобретения и назначения лицензий, а также любую другую полезную информацию для работы с платформой.

2 Продукты CogniFit

2.1 Когнитивные тесты

Тесты CogniFit измеряют ряд когнитивных способностей, задействованных в различных когнитивных процессах, таких как: память, внимание, восприятие, координация и рассуждение. Тесты CogniFit позволяют измерить более 20 когнитивных способностей и сгенерировать полный когнитивный профиль члена семьи/пользователя.

Тесты CogniFit состоят из двух частей: опросник симптомов и батарея онлайн заданий. Каждое из этих заданий измеряет одну или несколько когнитивных способностей.

Программа CogniFit регистрирует ответы члена семьи и измеряет результаты на основе таких переменных, как время, точность или расстояние.

По завершении каждого теста владелец семейной учётной записи может скачать полный отчёт о результатах. Отчёт предоставляет количественную информацию в виде простых и понятных графиков.

2.1.1 Общий когнитивный тест (CAB)



Онлайн батарея общих когнитивных тестов (CAB) помогает с точностью оценить широкую гамму когнитивных способностей и определить когнитивное благополучие (высокое-умеренное-низкое) членов вашей семьи.

С помощью этого инструмента можно определить сильные и слабые стороны в областях памяти, внимания, исполнительных функций, рассуждения, восприятия, координации и других, а также узнать общий когнитивный профиль члена вашей семьи. Продолжительность этого теста составляет 30-40 минут.

Чтобы получить больше информации об опроснике и заданиях, входящих в этот тест, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для детей старше 7 лет, подростков, взрослых и пожилых людей. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.2 Когнитивный тест для водителей (DAB)

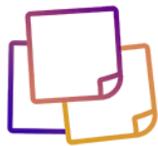


Онлайн батарея когнитивных тестов для водителей (DAB) помогает оценить когнитивные/психологические процессы, задействованные при вождении, и измерить когнитивные способности и продуктивность водителя. Этот тест используется для оценки индекса риска или индекса склонности к авариям как здоровых людей, так и людей, страдающих какой-либо патологией. Продолжительность теста составляет от 30 до 40 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Тест предназначен для взрослых старше 18 лет и пожилых людей. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.3 Когнитивный тест на память (CAB-ME)



Когнитивный тест на память (CAB-ME) оценивает когнитивные процессы, влияющие на различные типы памяти. Этот тест помогает быстро и точно обнаружить и оценить присутствие признаков, симптомов и дисфункций когнитивных процессов, связанных с памятью. Продолжительность теста составляет от 15 до 20 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для детей старше 7 лет, подростков, взрослых и пожилых людей. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.4 Когнитивный тест на координацию (CAB-CO)



Когнитивный тест на координацию (CAB-CO) предоставляет возможность проводить полный когнитивный скрининг и выявлять сильные и слабые когнитивные стороны учеников, связанные с двигательными навыками. Продолжительность данного теста составляет от 20 до 30 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для людей всех возрастов, начиная с 7 лет. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.5 Когнитивный тест на концентрацию (CAB-AT)

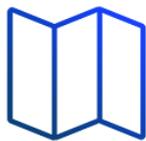


Онлайн батарея когнитивных тестов на концентрацию (CAB-AT) исследует функции мозга, проводит комплексный когнитивный скрининг и оценивает когнитивные процессы, влияющие на концентрацию. Продолжительность теста составляет 15-20 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для детей старше 7 лет, молодёжи, взрослых и пожилых людей. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.6 Когнитивный тест на рассуждение (CAB-RS)



Онлайн батарея когнитивных тестов на рассуждение (CAB-RS) помогает преподавателям быстро и точно обнаружить и оценить присутствие признаков, симптомов и дисфункций когнитивных процессов, связанных с исполнительными функциями. Этот тест даёт возможность провести комплексный когнитивный анализ для выявления сильных и слабых когнитивных сторон пользователя, связанных с рассуждением.

Продолжительность данного теста составляет 20-25 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для людей всех возрастов, начиная с 7 лет. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.7 Когнитивный тест на понимание прочитанного (CAB-RC)



Когнитивный тест на понимание прочитанного (CAB-RC) - это ведущий профессиональный инструмент, позволяющий с помощью нейропсихологических онлайн заданий определить состояние различных умственных способностей, связанных с пониманием прочитанного. Полученные по итогам теста результаты демонстрируют актуальную информацию о состоянии и уровне когнитивных способностей, необходимых для понимания прочитанного (низкий-средний-высокий).

Продолжительность данного теста составляет от 10 до 15 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для людей всех возрастов, начиная с 7 лет. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.8 Когнитивный тест на восприятие (CAB-PC)



Когнитивный тест на восприятие (CAB-PC) помогает проводить комплексный когнитивный скрининг и выявлять сильные и слабые когнитивные способности членов вашей семьи, связанные с восприятием.

Продолжительность этого теста составляет от 20 до 30 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для людей всех возрастов, начиная с 7 лет. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.1.9 Когнитивный тест для людей старше 55 лет (CAB-AG)



Когнитивный тест для людей старше 55 лет (CAB-AG) оценивает когнитивные процессы, влияющие на старение. С помощью данного инструмента владелец семейной учётной записи может проводить комплексный когнитивный скрининг и выявлять сильные и слабые когнитивные стороны членов своей семьи, связанные с возрастом.

Продолжительность данного теста составляет от 13 до 16 минут.

Чтобы получить больше информации о включённых в тест заданиях и опроснике, а также измеряемых когнитивных способностях, нажмите [здесь](#).

Этот тест предназначен для взрослых людей старше 55 лет. Его могут использовать как мужчины, так и женщины, принадлежащие к любой культуре.

2.2 Когнитивные тренировки

Инструменты когнитивной стимуляции от CogniFit помогают активировать, тренировать и укреплять основные когнитивные процессы (внимание, память, исполнительные функции, координация, рассуждение и восприятие) и составляющие их когнитивные функции. Все когнитивные тренировки состоят из тренировочных сессий продолжительностью от 10 до 15 минут.

После каждого сеанса владелец семейной учётной записи может увидеть полученные баллы с помощью различных таблиц и графиков, которые демонстрируют прогресс пользователей от сессии к сессии. Эта программа когнитивной стимуляции базируется на когнитивном резерве и **нейронной пластичности**, благодаря чему можно улучшить когнитивную производительность с помощью онлайн игр. CogniFit предлагает серию персональных тренировок для когнитивной стимуляции онлайн, адаптированных для сильных и слабых сторон каждого члена семьи/пользователя.

Тренировочные сессии CogniFit состоят из двух игр, функцией которых является тренировка наиболее ослабленных когнитивных способностей, и одного теста, измеряющего одну или несколько когнитивных способностей на базе результатов, полученных в играх, входящих в тренировку.

Система собирает полученные пользователем результаты. Результаты каждой сессии пересчитываются, чтобы адаптировать тренировку в соответствии с уровнем каждого члена семьи. Это позволяет наблюдать за когнитивным состоянием пользователей в режиме реального времени.

2.2.1 Тренировка для людей старше 55 лет



Команда CogniFit разработала программу стимуляции мозга для людей старше 55 лет. Эта тренировка с помощью простых заданий способствует нейропластичности мозга, помогает развить новые нейронные сети и улучшить основные когнитивные функции, необходимые в повседневной жизни.

Как и другие тренировки, тренировка для людей старше 55 лет - это персональная тренировка, адаптирующаяся к потребностям пользователя.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.2 Персональная тренировка



Персональная тренировка мозга даёт возможность стимулировать, тренировать и восстанавливать основные когнитивные способности (восприятие, внимание, память, рассуждение и т.д.) и составляющие их компоненты.

Для назначения члену семьи этой программы владельцу семейной учётной записи нужно выбрать опцию **Персональная тренировка мозга**.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.3 Тренировка памяти



Это специфическая тренировка для измерения и укрепления различных типов памяти, таких как: рабочая память, кратковременная фонологическая память, контекстуальная память, зрительная память, кратковременная память, невербальная память и память на имена. CogniFit автоматически модулирует тип задач для реабилитации памяти и их уровень сложности, адаптируя когнитивные требования игр к уникальным характеристикам каждого пользователя.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.4 Тренировка рассуждения



Эта тренировка создана для стимуляции планирования в уме и других когнитивных способностей, связанных с исполнительными функциями. Она была разработана с целью помочь пользователю планировать в уме действия, которые он производит в течение дня. Каждый сеанс тренировки члена семьи является полностью персонализированным и адаптированным к его потребностям.

Эта тренировка с помощью различных игр и заданий измеряет в общей сложности 3 когнитивные способности с помощью различных игр и упражнений. Тренируемые когнитивные способности: когнитивная гибкость, планирование и скорость обработки информации. Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.5 Тренировка понимания прочитанного



Эта тренировка помогает стимулировать способности, связанные с пониманием прочитанного. Она позволяет измерить и тренировать 3 когнитивные способности. Как и другие тренировки, тренировка понимания прочитанного является полностью персонализированной.

Когнитивные способности, измеряемые и тренируемые с помощью этой тренировки: кратковременная зрительная память, рабочая память и кратковременная фонологическая память.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.6 Тренировка концентрации



Тренировка концентрации помогает развить широкую гамму мозговых процессов, таких как ингибция, распределённое внимание, сфокусированное внимание и мониторинг.

Тренировка концентрации нацелена на укрепление когнитивных способностей, необходимых для обработки информации и повседневной продуктивности. Уровень заданий адаптируется к потребностям пользователя.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.7 Тренировка для водителей



Эта тренировка может помочь улучшить когнитивные способности, которые, согласно исследованиям, связаны с вождением. Этими способностями являются: пространственное восприятие, визуальное сканирование, оценка, поле зрения, когнитивная гибкость, время отклика, сфокусированное и распределённое внимание.

Тренировка для водителей является полностью персонализированной, другими словами, адаптируется к нуждам пользователя. Она помогает оптимально и профессионально тренировать важнейшие для вождения когнитивные способности.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.8 Тренировка восприятия



Данная программа тренировки специально создана в помощь для укрепления таких когнитивных способностей области восприятия, как: пространственное, зрительное и слуховое восприятие, визуальное сканирование, оценка, распознавание и поле зрения.

Когнитивная тренировка восприятия от CogniFit полезна для стимуляции, проработки и реабилитации различных типов восприятия. Все сеансы адаптируются в соответствии с уровнем и потребностями пользователя.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

2.2.9 Тренировка координации



CogniFit разработала специальную тренировку по моторной координации для стимуляции, укрепления и восстановления физической координации. Тренировка состоит из различных упражнений на координацию для детей, подростков, взрослых и пожилых людей.

Программа измеряет и тренирует зрительно-моторную координацию и время отклика с помощью различных игр и упражнений. Как и остальные тренировки, тренировка координации является индивидуальной и адаптируется к потребностям члена семьи.

Чтобы узнать подробнее об этой тренировке и когнитивных способностях, которые она помогает стимулировать, нажмите [здесь](#).

3 Общая информация

3.1 Введение

Этот учебник представляет собой пошаговое руководство по доступу к **семейной платформе**, измерению и стимуляции когнитивных способностей, а также анализу результатов.

Семейная платформа разработана в помощь владельцу семейного аккаунта для наблюдения за когнитивной активностью членов его семьи. Посредством различных упражнений и тестов семейная платформа CogniFit предоставляет владельцу семейной учётной записи информацию о когнитивном развитии и изменениях показателей членов его семьи в процессе вмешательства.

- ❑ Семейную платформу можно использовать для людей любого возраста (7+)*, любой страны и национальности, культуры и пола.
- ❑ Члену семьи необходимы начальные навыки пользования компьютером. Без этих знаний учащийся не сможет корректно провести сессию.

**Некоторые тесты предназначены только для взрослых, 18+*

Пользователь может тренироваться дома самостоятельно и/или под наблюдением владельца семейного аккаунта или любого другого члена семьи.

3.2 Клиентская служба

За любой консультацией как владелец семейного аккаунта, так и член его семьи могут обратиться в support@cognifit.com.

Кроме того, на главной странице CogniFit доступен сервис мгновенных сообщений (чат) для ответа на любые вопросы пользователей. Дополнительные копии этого учебника доступны на семейной платформе, а также по запросу.

3.3 Требования системы

3.3.1 Автоматическая проверка системы

Для корректного проведения сеанса следует убедиться, что устройство совместимо с онлайн платформой CogniFit. Необходимо проверить указанные ниже данные или нажать [здесь](#) для автоматической проверки системы (рекомендуется). Чтобы получить более подробную информацию, читайте далее.

Если ваш компьютер соответствует техническим требованиям для использования CogniFit, вы увидите следующее изображение:



CogniFit will work on this device

First test FPS	46
Second test FPS	53
WebGL supported	true
Can play audio	true
Can play video	true
Fullscreen API	true
Resolution	1366 x 768
Operating System	windows-10 (Supported)
Browser	Chrome 88 (Supported)
External resources	true

COPY TO CLIPBOARD

3.3.2 Технические требования

Персональный компьютер (ЦП)

- Необходимо проверить, что компьютер включён и подсоединён к интернету с помощью WIFI или сетевого кабеля.
- CogniFit рекомендует проводить тренировки и тесты с помощью настольного персонального компьютера или ноутбука.

- ❑ Семейный аккаунт CogniFit недоступен на iPhone, iPad или Android. Однако члены семьи могут тренироваться на всех этих устройствах с помощью своей учётной записи, связанной с семейным аккаунтом.
- ❑ Следует убедиться в том, что все члены семьи тренируются с помощью одного из устройств, поддерживаемых CogniFit.

Мультиплатформа CogniFit доступна на персональных компьютерах и ноутбуках. Нажмите [здесь](#), чтобы узнать технические требования. По любым вопросам обращайтесь в нашу клиентскую службу support@cognifit.com.

Интернет

- ❑ CogniFit - онлайн программа, требующая стабильного подключения к широкополосному интернету, предпочтительно 1,5 Мбит/сек или больше, и интернет-браузер, позволяющий воспроизвести аудио и видео и поддерживающий функцию WebGL.
- ❑ Рекомендуемые браузеры: Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari или Edge.
- ❑ Вы не уверены в том, соответствует ли система этим требованиям? В этом случае свяжитесь с технической поддержкой CogniFit.

Дополнительные устройства

- ❑ Пользователю во время сессии понадобится клавиатура, мышка и звук (желательно наушники).
- ❑ Необходимо удостовериться, что все устройства корректно подключены к компьютеру. До начала сессии проверить клавиатуру и громкость.
- ❑ Если мышь и/или клавиатура являются беспроводными, важно убедиться, что батареи заряжены и работают корректно во время сессии.

4 Подготовка к сеансу

В этом разделе вы узнаете, как создать учётную запись, добавить членов семьи и изменить настройки профиля. Необходимо знать весь процесс и начальные требования, которым нужно соответствовать, а также изучить платформу прежде, чем отправить лицензию члену своей семьи. Рекомендуем продолжить чтение для более эффективного использования платформы.

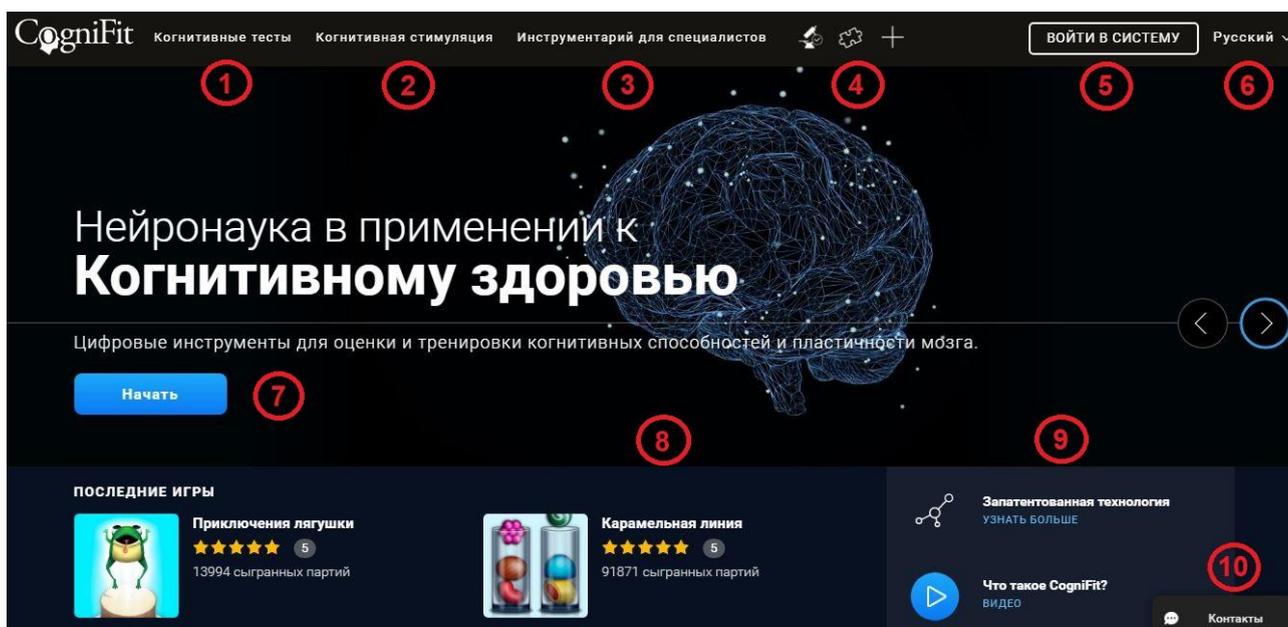
4.1 Главная страница

Главная страница: www.cognifit.com/ru

В правом верхнем углу вы увидите язык платформы (русский), (эта настройка меняется в зависимости от страны, где вы открываете веб-страницу).

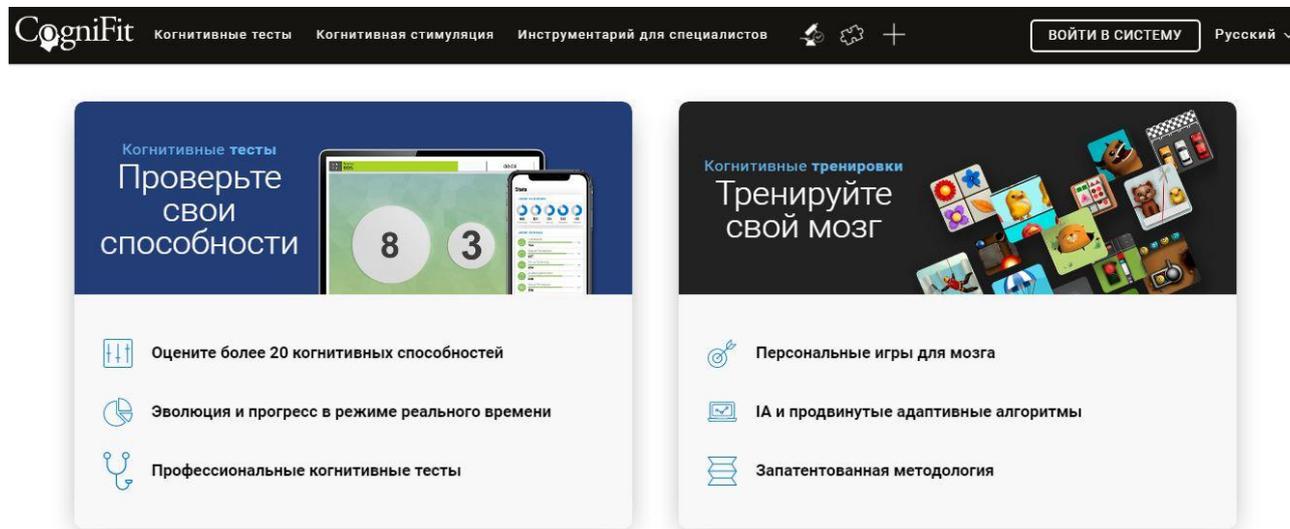
Кликнув на язык, вы увидите раскрывающееся меню. С помощью этой опции можно перевести страницу на любой из 19 доступных языков.

На изображении вы видите различные разделы главной страницы CogniFit, которые мы рассмотрим подробнее ниже.

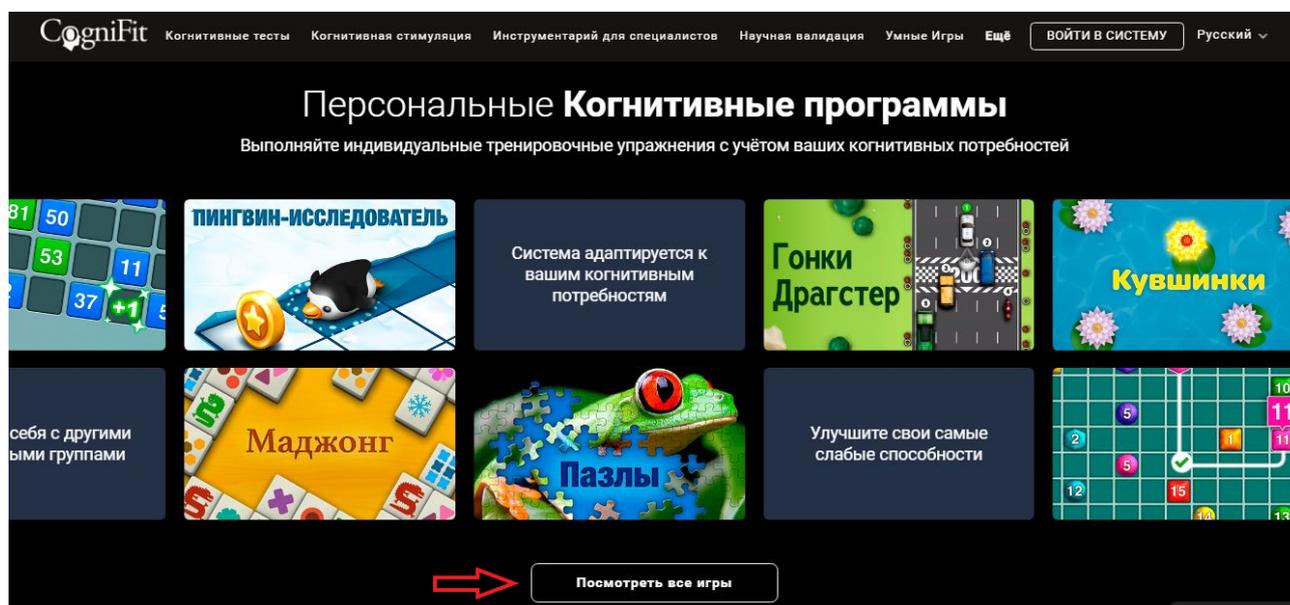


1. **Когнитивные тесты:** здесь вы найдёте различные когнитивные тесты, которые предлагает CogniFit.
2. **Когнитивная стимуляция:** информация о различных тренировках для взрослых и детей, а также о когнитивных способностях, которые помогает стимулировать и тренировать CogniFit.
3. **Инструменты для специалистов:** в этом разделе детально рассказывается о различных существующих видах учётных записей для профессионалов (специалисты в области здравоохранения, школы и исследователи).
4. В этом разделе вы узнаете, что такое CogniFit, прочитаете о научных исследованиях и наших играх, а также увидите новости блога, полезные статьи, цены и контакты.
5. Кнопка **входа в систему** для зарегистрированных пользователей.
6. Раскрывающееся меню **изменения языка** платформы.
7. **Кнопка регистрации индивидуальных пользователей.** Воспользоваться этой кнопкой для регистрации в CogniFit могут также пользователи, приглашённые на платформу специалистами и владельцами семейных учётных записей.
8. **Новинки когнитивных игр** CogniFit.
9. Информация о **научной валидации; видео** о CogniFit.
10. **Чат в режиме реального времени:** владелец семейного аккаунта и члены его семьи могут связаться с CogniFit и задать любой вопрос. Клиентская служба оперативно ответит на все ваши вопросы.

Прокрутив страницу вниз, вы увидите информацию о программах, доступных на платформе. Чтобы узнать подробнее о тестах или программах тренировки, нажмите на соответствующую опцию.



На главной странице CogniFit вы также можете бесплатно попробовать наши когнитивные игры, нажав на иконку интересующей вас игры, и прочитать информацию о каждой из них.



Внизу домашней страницы CogniFit вы увидите список доступных платформ. Нажав на иконку платформы, вы перейдете на страницу этой платформы.

Семьи

Помощь в стимуляции когнитивных способностей членов вашей семьи: оцените способности и стимулируйте мозг.

[Узнать больше](#)



УЗНАЙТЕ

CogniFit PRO

Предложите нашу технологию здоровья мозга вашим пациентам, студентам, сотрудникам или клиентам

Здоровье

2,043 Специалисты В Области
Здравоохранения
23,161 Пациенты

Образование

742 Школы
7,795 Студенты

Деловые партнёры

64 Партнёры
594,197 Пользователи

Исследование

224 Исследователи
8,998 Участники

Семейная платформа для владельца семейного аккаунта доступна только в браузерной версии CogniFit на персональном компьютере или ноутбуке. Однако члены вашей семьи для выполнения назначенных им тестов и тренировок могут также использовать мобильные устройства. Для этого они могут скачать приложение CogniFit для устройств с операционной системой iOS или Android, нажав на соответствующую иконку в самом низу главной страницы.



Тренируйтесь в любом месте

Доступно на любом устройстве, в любое время

Загрузите в  App Store

ДОСТУПНО В  Google Play

4.2 Создать семейную учётную запись

Аккаунт для семей

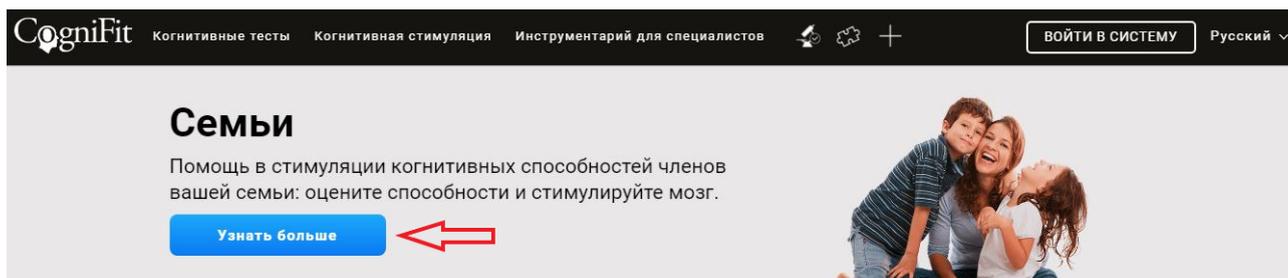
CogniFit предлагает платформу CogniFit для семей, предназначенную для тестирования и тренировки когнитивных способностей членов вашей семьи. Для регистрации семейной учётной записи выполните следующие шаги.

Внимание: зарегистрироваться на семейной платформе можно только с помощью браузера персонального компьютера или ноутбука. Эта опция недоступна в мобильных приложениях CogniFit.

1) Перейти на платформу CogniFit для семей.

Вы можете создать семейный аккаунт, [зайдя напрямую на платформу для семей](#) или перейдя на неё с [главной \(домашней\) страницы CogniFit](#).

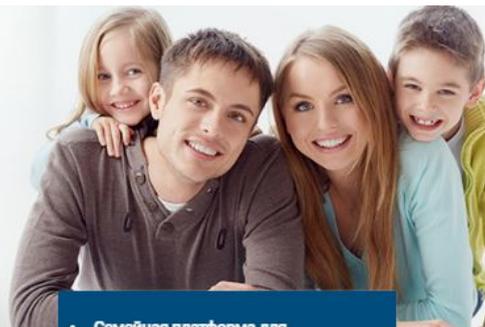
Чтобы зарегистрироваться на главной странице CogniFit, прокрутите главную страницу CogniFit вниз до раздела **Семьи** и нажмите на кнопку **Узнать больше**.



2) На странице [Платформы для семей](#) нажмите на кнопку НАЧАТЬ СЕЙЧАС.

CogniFit для семей: Платформа для когнитивного тестирования и тренировки

Помощь в стимуляции когнитивных способностей членов вашей семьи: оцените способности и стимулируйте мозг.



- Семейная платформа для когнитивной тренировки.
- Когнитивные тесты для нейропсихологической оценки членов вашей семьи.
- Персональная когнитивная стимуляция для каждого члена семьи.

НАЧАТЬ СЕЙЧАС



CogniFit для семей: Платформа для когнитивного тестирования и тренировки

Платформа CogniFit для семей Платформа для когнитивного тестирования и тренировки вашей семьи. Получите доступ к многочисленным тестам, анализу и тренировке когнитивных функций. Эта нейронаучная платформа была разработана специально, чтобы помочь семьям в выявлении когнитивных проблем, выполнении упражнений на стимуляцию мозга, наблюдении и управлении различными заданиями, направленными на улучшение когнитивных способностей.

Эта инновационная онлайн платформа для семей является очень полезным инструментом, который позволяет:

- Провести комплексный скрининг когнитивных функций каждого члена семьи.
- Выявить сильные стороны и возможные когнитивные дефициты.

3) Ввести запрашиваемую информацию.

Введите своё имя, адрес электронной почты и нажмите на кнопку **Далее**. Этот адрес электронной почты будет использоваться для отправки вам важной информации о вашем аккаунте и когнитивном прогрессе членов вашей семьи.

Добро пожаловать в CogniFit!

Имя

Электронная почта:

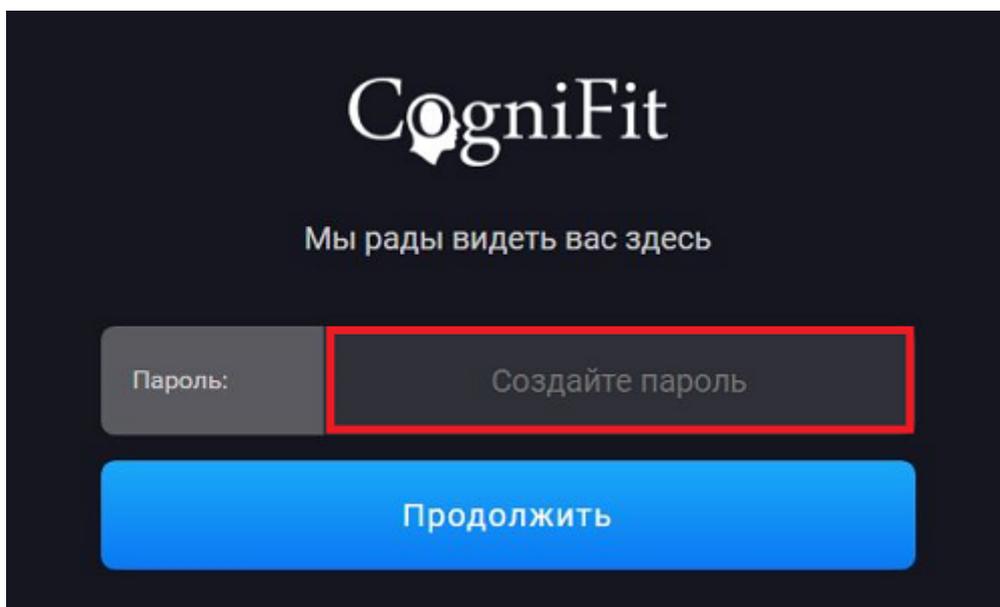
Далее

[Вы уже зарегистрированы?](#)

При регистрации и использовании CogniFit вы соглашаетесь с тем, что вы прочитали, поняли и принимаете [Пользовательское соглашение](#) и [Политику конфиденциальности](#) CogniFit.

4) Создать пароль.

Введите пароль. Обратите внимание, что ваш пароль должен содержать не менее 6 символов. Затем нажмите на **Продолжить**.

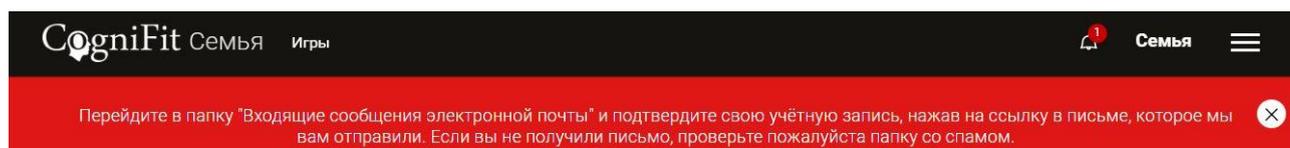


Поздравляем, ваша семейная учётная запись создана!

5) Подтвердить свою учётную запись.

При входе в систему владелец учётной записи увидит главную страницу Семейной платформы. В целях безопасности платформа попросит вас подтвердить вашу учётную запись. Для этого нажмите на кнопку **Подтвердить email** в верхней части экрана.

Система уведомит вас, что для подтверждения учётной записи вам отправлено электронное письмо.



Чтобы подтвердить свою учётную запись, нажмите на ссылку, указанную в электронном письме. Если вы не получили письмо, проверьте папку спама или рекламы.

Пожалуйста,
подтвердите ваш email
для безопасности вашей
учётной записи

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В COGNIFIT!

Пожалуйста, уделите минуту
подтверждению вашей учётной записи

Нажмите, чтобы подтвердить
ваш аккаунт



Если вы хотите наблюдать за своей
когнитивной эволюцией, отметьте
пожалуйста этот email как надёжный.
Для этого нажмите над письмом кнопку
"Это не спам" или "Надёжный
отправитель".

Если у вас появятся вопросы, [свяжитесь
с нами](#).

Большое спасибо!

Команда CogniFit

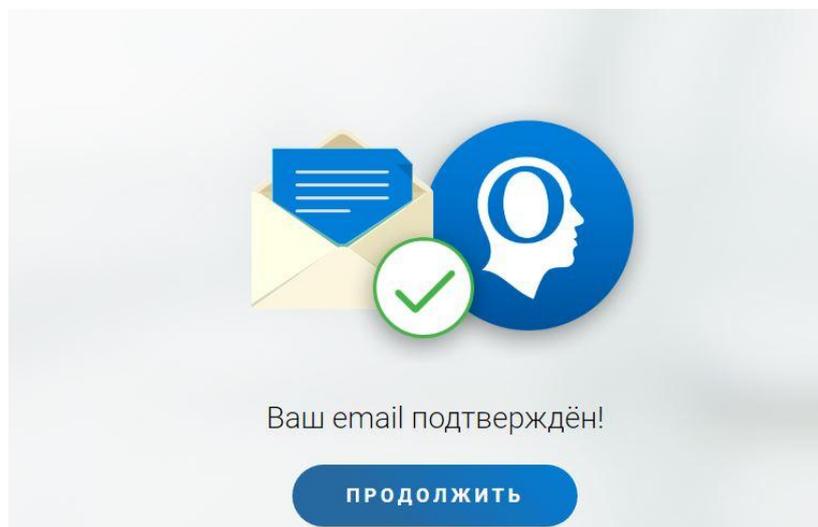
Если вы не подтвердите свою учётную запись, платформа напомнит вам об этом позже. Нажмите на кнопку **Подтвердить email**, чтобы получить электронное письмо для подтверждения.

CogniFit Семья [Игры](#) 🔔 [Семья](#) ☰

Перейдите в папку "Входящие сообщения электронной почты" и подтвердите свою учётную запись, нажав на ссылку в письме, которое мы вам отправили. Если вы не получили письмо, проверьте пожалуйста папку со спамом. ✕

[ПОДТВЕРДИТЬ EMAIL](#)

Нажав на ссылку в электронном письме, вы автоматически перейдёте на страницу подтверждения вашего аккаунта. Добро пожаловать! Ваша учётная запись подтверждена. Нажмите кнопку **Продолжить**.



Теперь вы можете добавить членов вашей семьи на платформу, назначить им программы, а также скачать данное руководство пользователя.



Здравствуйтесь, Семья

Добро пожаловать на платформу CogniFit для семей

[СКАЧАТЬ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ](#)

Эта технология создана для того, чтобы **помочь стимулировать когнитивные способности и выявить возможные когнитивные проблемы** у членов вашей семьи, будь то дети, взрослые или пожилые люди.

Кроме того, она поможет **укрепить развитие функций мозга**, связанных с обучением, в детском, подростковом и пожилом возрасте с помощью персональных когнитивных упражнений.



Воспользуйтесь преимуществом CogniFit для семей

CogniFit для семей: скидка 75% для каждого дополнительного члена семьи.

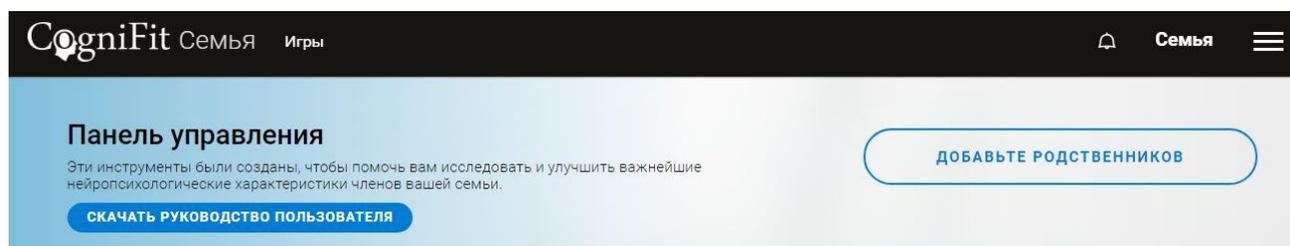
Создайте персональный план для каждого члена вашей семьи.

Добавьте нового члена семьи

<input type="text" value="Имя"/>	<input type="text" value="Фамилия"/>
Пол: <input type="text" value="--"/>	Дата вашего рождения:
	<input type="text" value="день"/> <input type="text" value="Месяц"/> <input type="text" value="Год"/>

CogniFit использует дату рождения для корректной оценки результатов и подбора упражнений в соответствии с потребностями детей, молодежи или пожилых людей.

Руководство пользователя также можно скачать на странице Панели управления.



Продукты CogniFit доступны на 19 языках, а тесты могут незначительно отличаться в зависимости от языка. Кроме того, некоторые продукты в настоящее время могут быть недоступны на желаемом языке.

Если у вас возникнут вопросы, вы можете обратиться в службу технической поддержки, написав в онлайн чат на главной странице или отправив письмо на support@cognifit.com

4.2.1 Создать профиль члена семьи на семейной платформе

- ❑ Прежде, чем приобрести тесты и тренировки, добавьте на семейную платформу членов вашей семьи.
- ❑ Для этого владельцу семейной учётной записи необходимо ввести имя и фамилию родственника либо его инициалы, а также указать пол и дату рождения. Далее нажать на кнопку **Добавить**.

Добавьте нового члена семьи

Иван Иванов

Пол: Мужской Дата вашего рождения: 14 Ноябрь 1976

CogniFit использует дату рождения для корректной оценки результатов и подбора упражнений в соответствии с потребностями детей, молодежи или пожилых людей.

ДОБАВИТЬ

- ❑ После того, как вы добавите родственника, платформа спросит вас, будет ли член вашей семьи использовать свою личную учётную запись либо вашу учётную запись владельца семейного аккаунта. Вы можете выбрать один из двух вариантов по своему усмотрению.

Вы хотите, чтобы Иван использовал/ а свою собственную учётную запись в CogniFit?

Да,
создать учётную запись

Электронная почта

ДОБАВИТЬ

Нет,
для тренировки и тестирования в CogniFit
будет использоваться моя учётная запись

ДОБАВИТЬ

- ❑ Если ваш родственник будет использовать свою собственную учётную запись, необходимо ввести адрес его электронной почты и нажать на кнопку **Добавить**. Адрес электронной почты члена семьи - это адрес, который он будет использовать для своей личной учётной записи для проведения тестирования или тренировки. Если у вашего родственника нет адреса электронной почты, вы можете создать сами создать её и добавить на платформу. После этого владелец семейного аккаунта должен проинформировать члена семьи о его регистрационных данных, чтобы он мог войти в свою учетную запись.

Да,
создать учётную запись

Электронная почта

ДОБАВИТЬ

- ❑ Если ваш родственник будет использовать аккаунт владельца семейной учётной записи, необходимо выбрать эту опцию и нажать **Добавить**.

Нет,
для тренировки и тестирования в
CogniFit будет использоваться моя
учётная запись

ДОБАВИТЬ

4.2.2 Купить тесты и/или тренировки

Далее автоматически откроется страница контрольной панели. Следующим шагом будет выбор типа вмешательства, которое вы хотите назначить своему члену семьи: когнитивный тест или тренировка. Чтобы посмотреть, какие тесты и/или тренировки доступны, нажмите на стрелку раскрывающегося меню в соответствующем разделе тестов или тренировок.

The screenshot displays a user interface for a family member named Natali Popova. At the top, a green notification box states: "Член вашей семьи Натали успешно добавлен" (Family member Natali successfully added) with a checkmark icon and a thank-you message. Below this, the user's profile is shown with a circular avatar containing the initials "НП", the name "Натали Попова", and the status "ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Незавершенное" (Last session: Incomplete). A button labeled "ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ" (View Profile) is visible. To the right, there are two main sections: "ТЕСТЫ" (TESTS) and "СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ" (SPECIALIZED TRAININGS). Under "ТЕСТЫ", there is an option for "Общий когнитивный тест (СAB)" (General cognitive test (CAB)) with a dropdown arrow icon circled in red and a "КУПИТЬ" (BUY) button below it. Under "СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ", there is an option for "Персональная тренировка" (Personalized training) with a dropdown arrow icon circled in red and a "КУПИТЬ" (BUY) button below it.

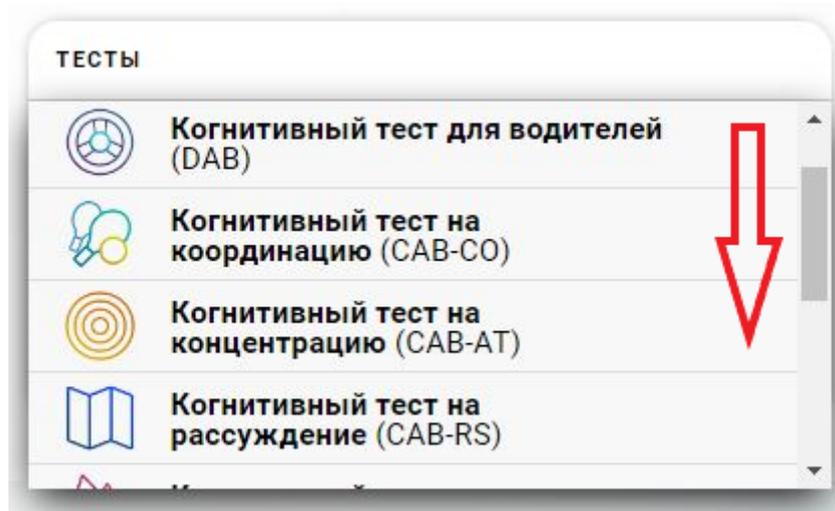
Чтобы иметь возможность назначать членам семьи программы (тесты и тренировки), владелец семейной учётной записи должен приобрести их.

1) Чтобы приобрести Тесты

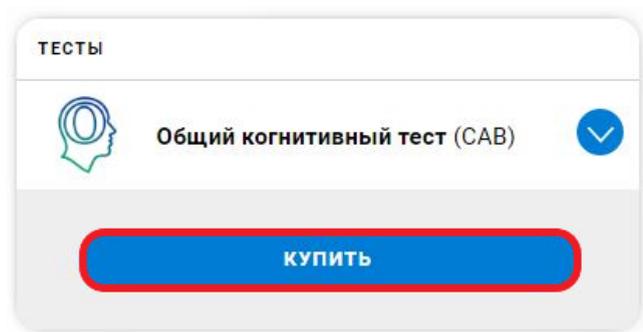
Лицензии на тест оплачиваются отдельно и предназначены для однократного использования. Тесты позволяют владельцу семейного аккаунта оценить когнитивный профиль члена семьи и получить отчёт о результатах по каждой когнитивной способности. Стоимость тестов можно посмотреть [здесь](#) (цена для семей указана в разделе для личного использования).

Владелец семейного аккаунта может воспользоваться преимуществами платформы CogniFit для семей, получив **скидку 75%** при покупке теста для **каждого дополнительного** члена семьи.

Выберите тест в меню **Тесты**:



Выбрав нужную опцию, нажмите на кнопку **Купить**.



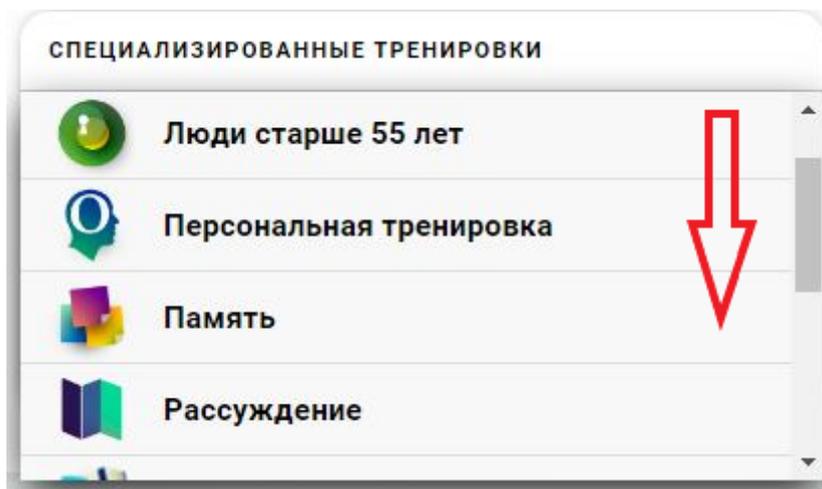
Чтобы завершить покупку, заполните все необходимые данные на странице оплаты, которая откроется далее. Информация о приобретённом и назначенном тесте появится в профиле члена семьи на панели управления семейной платформы. [Подробнее](#).

2) Чтобы приобрести Тренировки

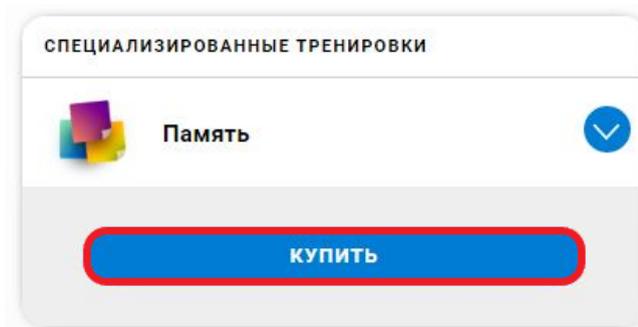
Планы подписки на тренировку для членов семьи являются ежегодными, и в течение этого времени пользователи/члены семьи могут проводить столько сеансов тренировки, сколько пожелает владелец семейного аккаунта. С информацией о доступных планах подписки для семейных аккаунтов вы можете ознакомиться в [этой статье](#).

Владелец семейной учётной записи может воспользоваться преимуществами платформы CogniFit для семей, получив **скидку 75% для второго** члена семьи и **более 75% - для третьего и более** членов семьи. Чем больше членов семьи включено в план, тем дешевле будет стоить подписка для каждого из них.

Выберите тренировку в меню **Тренировки**:



Выбрав нужную опцию, нажмите на кнопку **Купить**.



Чтобы завершить покупку, пожалуйста, заполните всю необходимую информацию на странице оплаты, которая откроется далее. Подписка на тренировку не имеет срока годности и может быть использована для любой тренировки, которую владелец семейного аккаунта желает назначить своему члену семьи. [Подробнее](#).

4.2.3 Панель управления платформы для семей

Владелец семейной учётной записи может управлять данными членов семьи, назначать и приобретать программы с помощью **Панели управления** платформы.

4.2.3.1 Добавить на платформу членов семьи

Зайдя на страницу панели управления, владелец семейной учётной записи может добавить на платформу новых членов семьи и назначить им необходимые программы вмешательства (тесты и/или тренировки).

Панель управления

Эти инструменты были созданы, чтобы помочь вам исследовать и улучшить важнейшие нейропсихологические характеристики членов вашей семьи.

[СКАЧАТЬ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ](#)

[ДОБАВЬТЕ РОДСТВЕННИКОВ](#)

Иван Иванов
ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Незавершенное

[ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ](#)

ТЕСТЫ

Когнитивный тест на память (CAB-ME)

[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ

Персональная тренировка

[КУПИТЬ](#)

Также владелец семейной учётной записи может добавить на платформу членов семьи на странице профиля пользователей.

Панель управления

Эти инструменты были созданы, чтобы помочь вам исследовать и улучшить важнейшие нейропсихологические характеристики членов вашей семьи.

[СКАЧАТЬ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ](#)

[ДОБАВЬТЕ РОДСТВЕННИКОВ](#)

**Иван Иванов**

ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Незавершенное

[ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ](#)

ТЕСТЫ

**Когнитивный тест на память (СAB-ME)**[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ

**Персональная тренировка**[КУПИТЬ](#)

Панель управления >

[+ Добавьте родственников](#)

Иван Иванов
Возраст, лет: 44
Последнее занятие: 2021-03-06 14:24:45
Дата регистрации: Март 06, 2021

ТЕСТЫ

Общий когнитивный тест (СAB)

[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ до: 06/04/2021

Персональная тренировка

[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

Иван Иванов
Последнее занятие: 58 минут(ы) назад
НАБРАННЫЕ БАЛЛЫ: 328

Выбрав любую из доступных опций, вы перейдёте на страницу ввода данных члена семьи. Далее следуйте шагам, указанным в п. 4.2.1.

4.2.3.2 Купить тесты и/или тренировки на панели управления

- ❑ Если у владельца семейной учётной записи нет доступных лицензий на программы, необходимо [приобрести их](#).
- ❑ На странице панели управления владелец семейного аккаунта может назначить программы как новым пользователям, так и членам семьи, [ранее зарегистрированным на платформе](#) и которым уже были назначены другие программы.

Панель управления
Эти инструменты были созданы, чтобы помочь вам исследовать и улучшить важнейшие нейропсихологические характеристики членов вашей семьи.

[ДОБАВИТЬ РОДСТВЕННИКОВ](#)

[СКАЧАТЬ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ](#)

Иван Иванов
ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Незавершенное

[ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ](#)

ТЕСТЫ
Когнитивный тест на память (CAB-ME)
[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ
Персональная тренировка
[КУПИТЬ](#)

4.2.3.3 Посмотреть профиль члена семьи

На странице профиля члены семьи владелец семейной учётной записи может управлять назначенными программами и просматривать когнитивные результаты своего родственника.

Иван Иванов
ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Незавершенное

[ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ](#)

ТЕСТЫ
Когнитивный тест на память (CAB-ME)
[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ
Персональная тренировка
[КУПИТЬ](#)

Панель управления >

+ Добавьте родственников

Иван Иванов
Последнее занятие: **НАБРАННЫЕ БАЛЛЫ: НЕЗАВЕРШЕННОЕ** >

Иван Иванов
Возраст, лет: 44
Последнее занятие: **незавершенное**
Дата регистрации: Apr 28, 2021

ТЕСТЫ
Когнитивный тест на память (CAB-ME)
[НАЧАТЬ СЕЙЧАС](#)

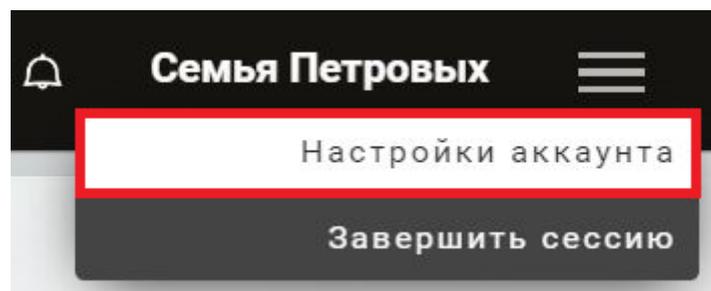
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ
Персональная тренировка
[КУПИТЬ](#)

Последние результаты

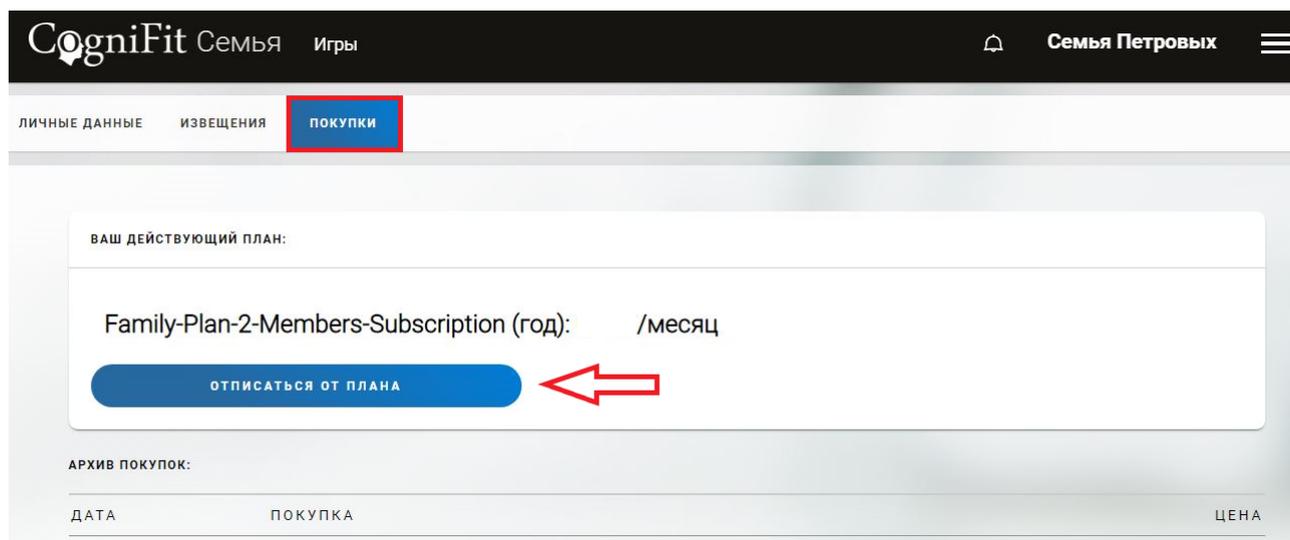
4.2.3.4 Обновление и отмена подписки

Подписка на тренировку обновляется автоматически. Для отмены подписки на тренировку члена семьи выполните следующие действия.

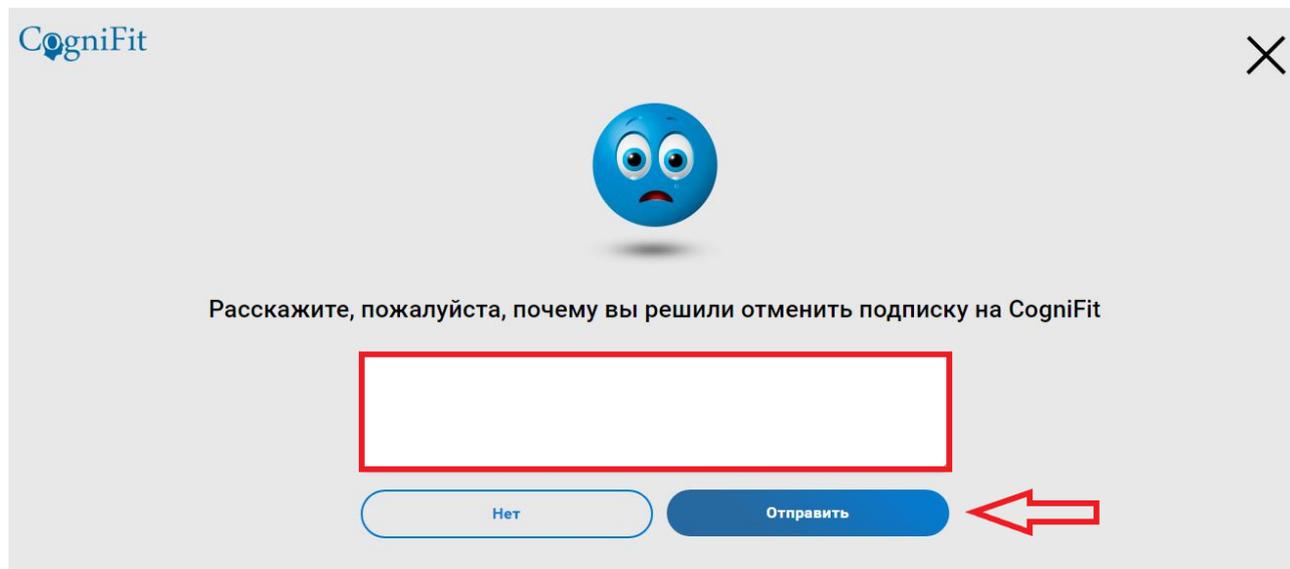
Зайдите в свою семейную учётную запись. На панели управления нажмите на **Меню** в правом верхнем углу экрана и выберите опцию **Настройки аккаунта**.



На странице настроек аккаунта перейдите во вкладку Покупки. На этой странице вы увидите информацию о **текущем плане подписки**, который вы приобрели для членов своей семьи. Чтобы отменить подписку, нажмите на кнопку "**Отписаться от плана**".



На странице, которая откроется далее, сообщите нам пожалуйста, почему вы решили отказаться от подписки. Чтобы подтвердить отмену нажмите кнопку "Отправить".



The screenshot shows a survey window with the CogniFit logo in the top left and a close button (X) in the top right. In the center is a blue sad face emoji. Below it is the text: "Расскажите, пожалуйста, почему вы решили отменить подписку на CogniFit". Underneath is a large empty text input field with a red border. At the bottom are two buttons: "Нет" (No) and "Отправить" (Send). A red arrow points to the "Отправить" button.

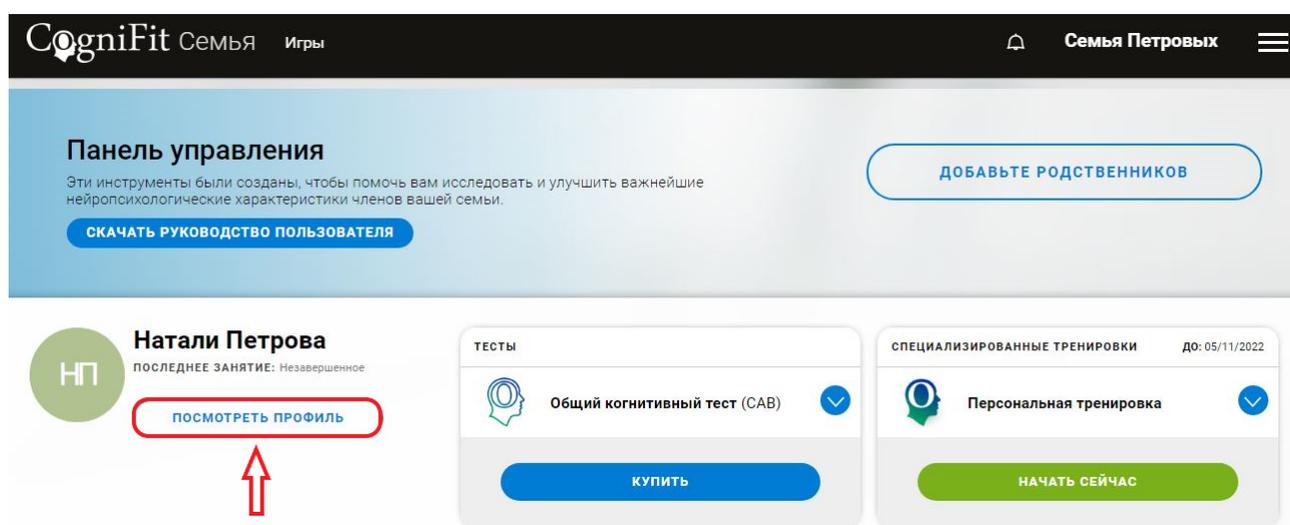
Подписка будет доступна до конца оплаченного периода.

Примечание: Наши планы подписки рассчитаны на двух и более членов семьи. Если вы хотите отменить подписку только одного члена семьи, деактивируйте профиль этого члена семьи на платформе CogniFit для семей, следуя инструкциям раздела ниже. После деактивации члена семьи вы можете назначить его подписку новому члену семьи.

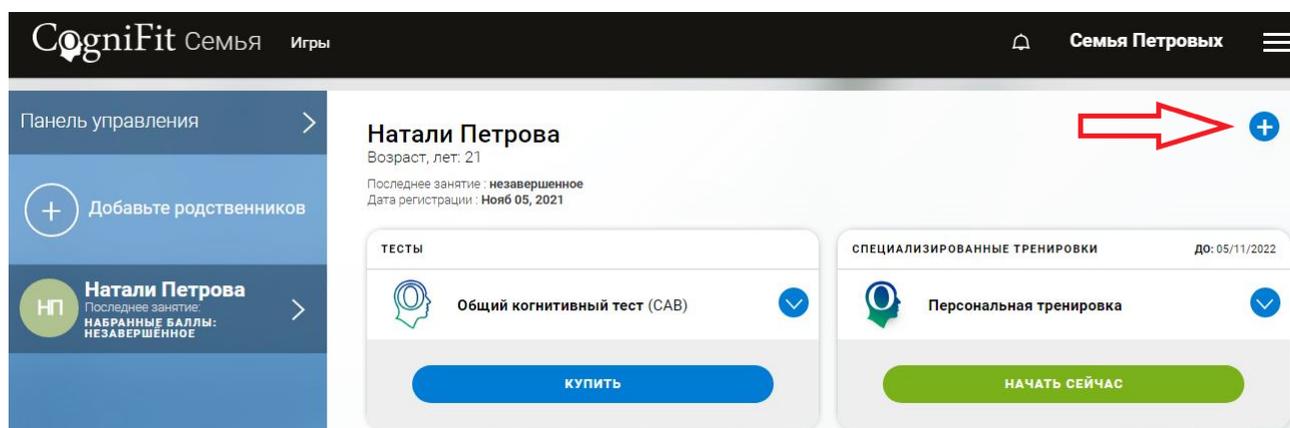
4.2.3.5 Деактивировать профиль члена семьи

Владелец семейной учётной записи может деактивировать профиль любого члена семьи, добавленного на платформу. Чтобы удалить члена семьи из учётной записи на семейной платформе, выполните следующие действия.

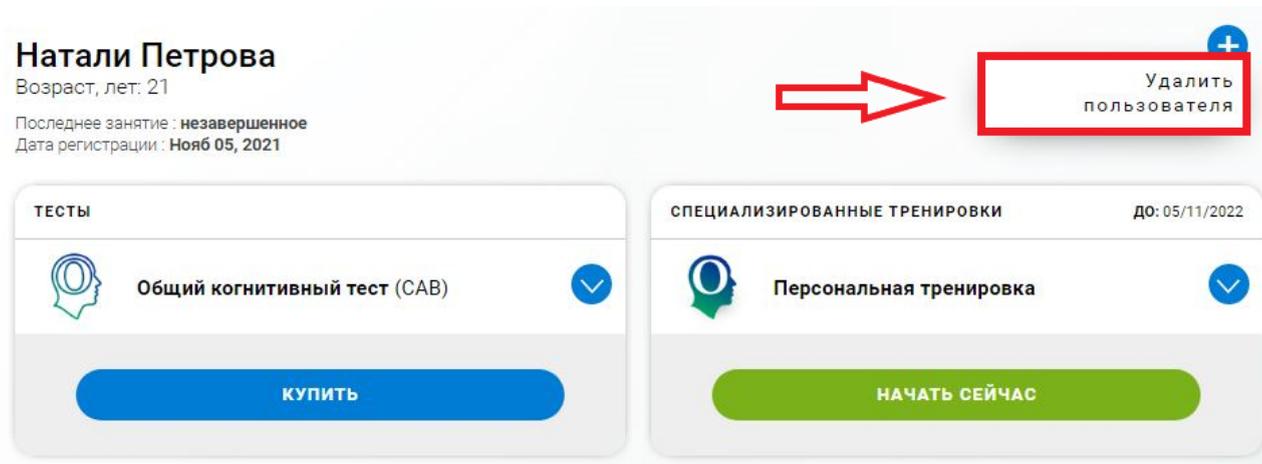
1) Зайдите в свою учётную запись. На главной странице (странице панели управления) выберите члена семьи, профиль которого вы желаете деактивировать, и нажмите на кнопку **Посмотреть профиль**.



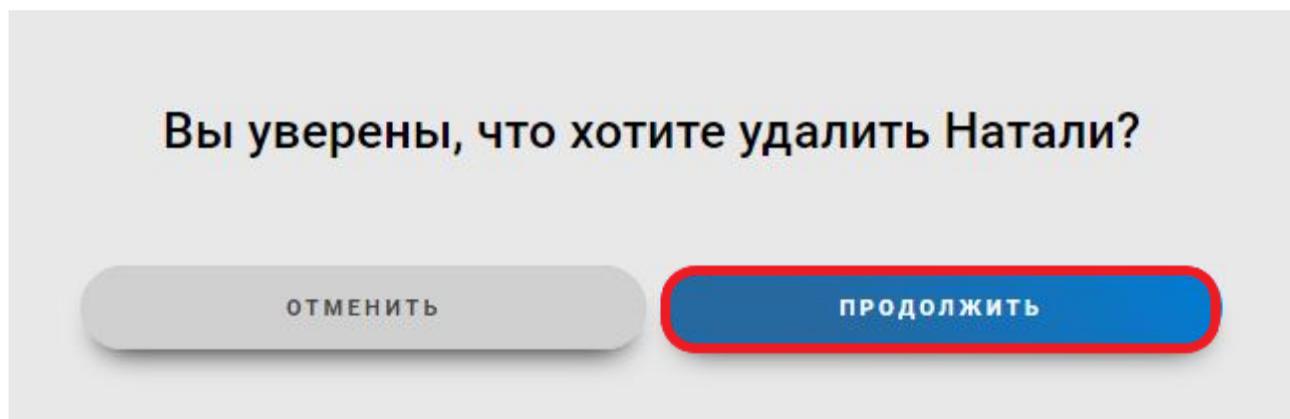
2) Далее откроется страница профиля вашего родственника. Нажмите на значок "+" в правом верхнем углу экрана.



3) В раскрывающемся меню нажмите на опцию **Удалить пользователя**.



4) Для завершения действия нажмите на кнопку **Продолжить**.



Примечание: Если у члена вашей семьи активна подписка или ему/ей назначен тест, после удаления этого родственника вы можете [назначить эту программу другому члену семьи](#). Если вы желаете отменить подписку члена семьи без удаления его/её из своей учётной записи, следуйте инструкциям раздела 4.2.3.4.

Если член вашей семьи использует свою собственную учётную запись, он/она также может самостоятельно удалить свой аккаунт, следуя инструкции [этой статьи](#).

Если у вас появятся вопросы, вы можете связаться с нашей службой поддержки клиентов, написав в онлайн-чат на главной странице, или отправив письмо по адресу support@cognifit.com.

4.3 Создать учётную запись члена семьи

После того как владелец семейной учётной записи добавил/а членов семьи на семейную платформу, они могут выполнять тесты и тренировки как в семейном аккаунте, так и с помощью своего собственного. Это определяет владелец семейного аккаунта при приглашении члена семьи на семейную платформу CogniFit (см. раздел 4.2.1)

Если член вашей семьи желает использовать мобильное устройство или собственную учётную запись, в этой статье можно ознакомиться с пошаговым руководством по процессу регистрации. Аккаунт члена семьи может быть создан как самим членом семьи, так и владельцем семейного аккаунта, чтобы удостовериться в получении назначенных лицензий.

Внимание: Член семьи может активировать свою учётную запись независимо от того, получил ли он/она приглашение или нет. Письмо об активации учётной записи может находиться в папке спама или нежелательной почты.

1) Зарегистрироваться по приглашению владельца семейного аккаунта.

- ❑ Откройте электронное письмо с приглашением и нажмите на кнопку **Посмотреть рекомендации**.

Здравствуйтесь, Марина,

Семья отправил/а вам несколько рекомендаций по поводу тренировок или оценки. Вам следовало бы посмотреть, что там!

ПОСМОТРЕТЬ РЕКОМЕНДАЦИИ



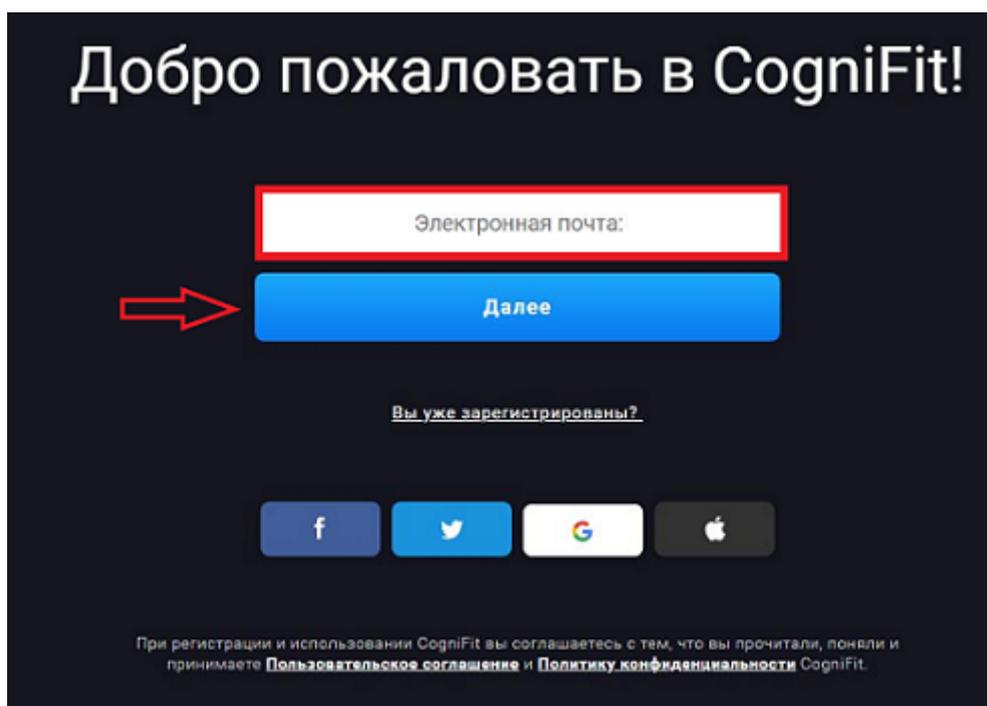
Наслаждайтесь вашей тренировкой и сохраните мозг здоровым.
Команда CogniFit



Скачайте наше приложение

- ❑ Ссылка приведёт вас на страницу регистрации CogniFit. Введите адрес электронной почты и нажмите на кнопку **Далее**.

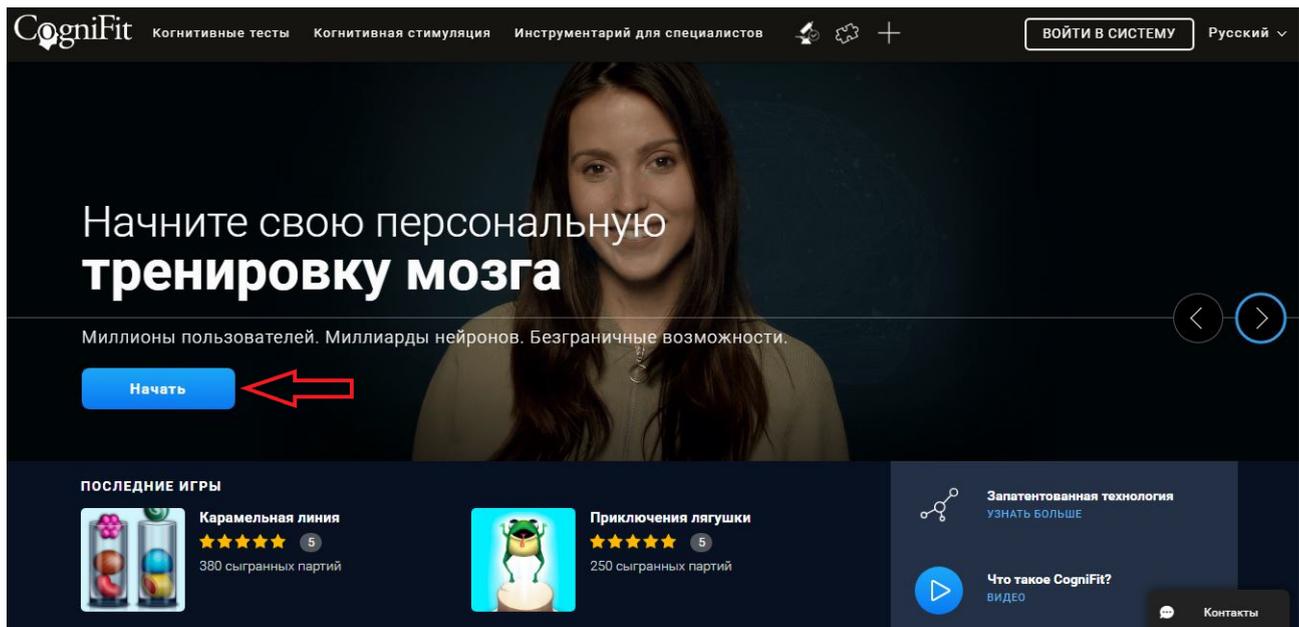
Необходимо ввести тот же адрес электронной почты, на который было получено приглашение. Адрес электронной почты - это единственный способ связать вашу учётную запись с аккаунтом владельца семейной учётной записи.



Чтобы продолжить, перейдите к разделу 3 этой статьи.

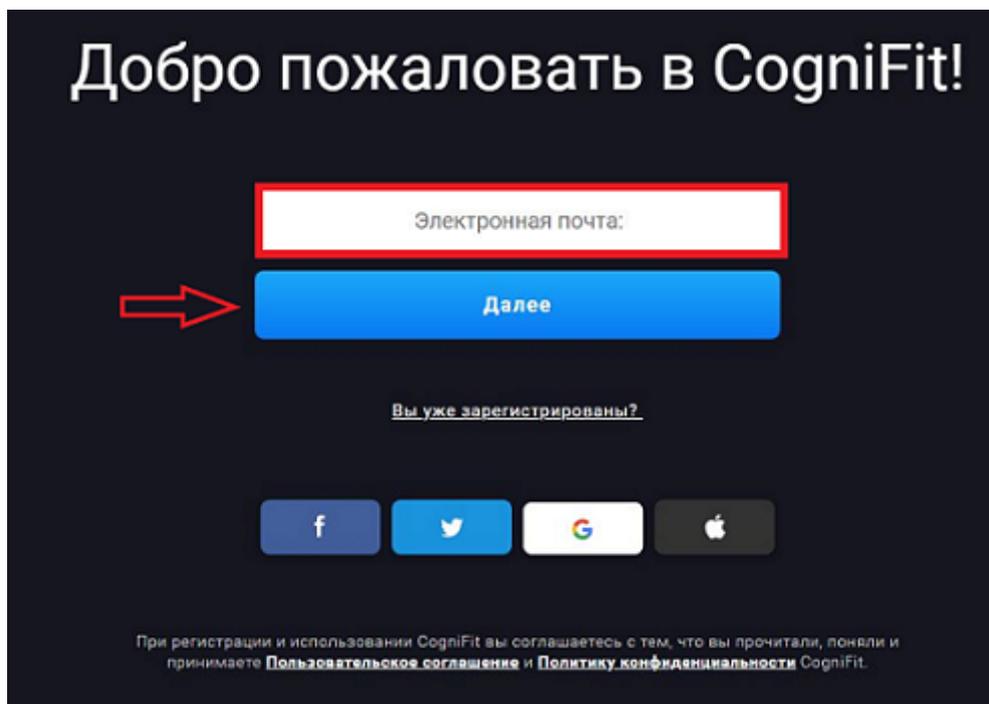
2) Зарегистрироваться с помощью главной (домашней) страницы CogniFit.

- ❑ Перейдите на [главную страницу](#) CogniFit и нажмите на кнопку **НАЧАТЬ**.



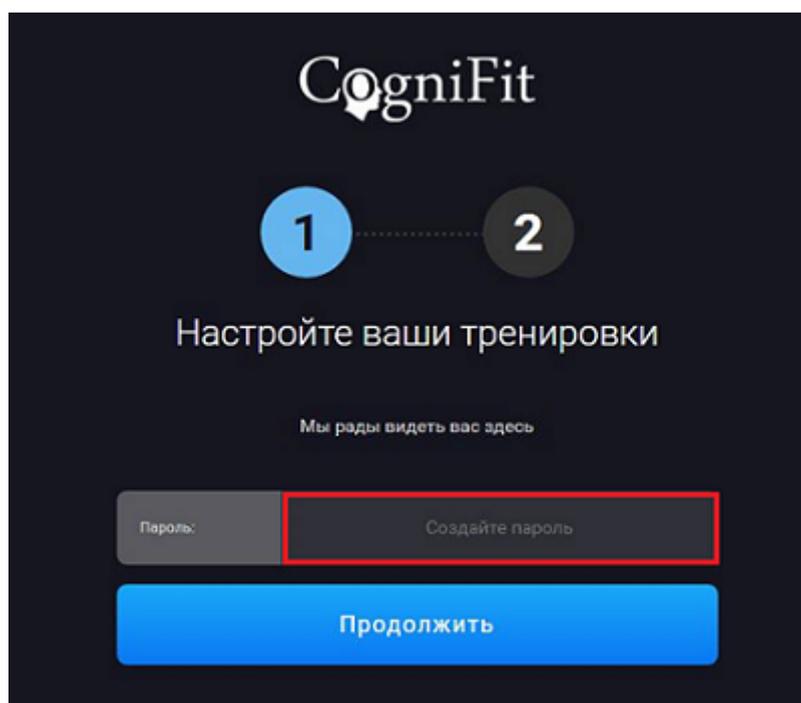
- ❑ Введите ваш адрес электронной почты и нажмите на кнопку **Далее**.

Необходимо ввести тот же адрес электронной почты, на который было получено приглашение. Адрес электронной почты - это единственный способ связать вашу учётную запись с аккаунтом владельца семейной учётной записи.



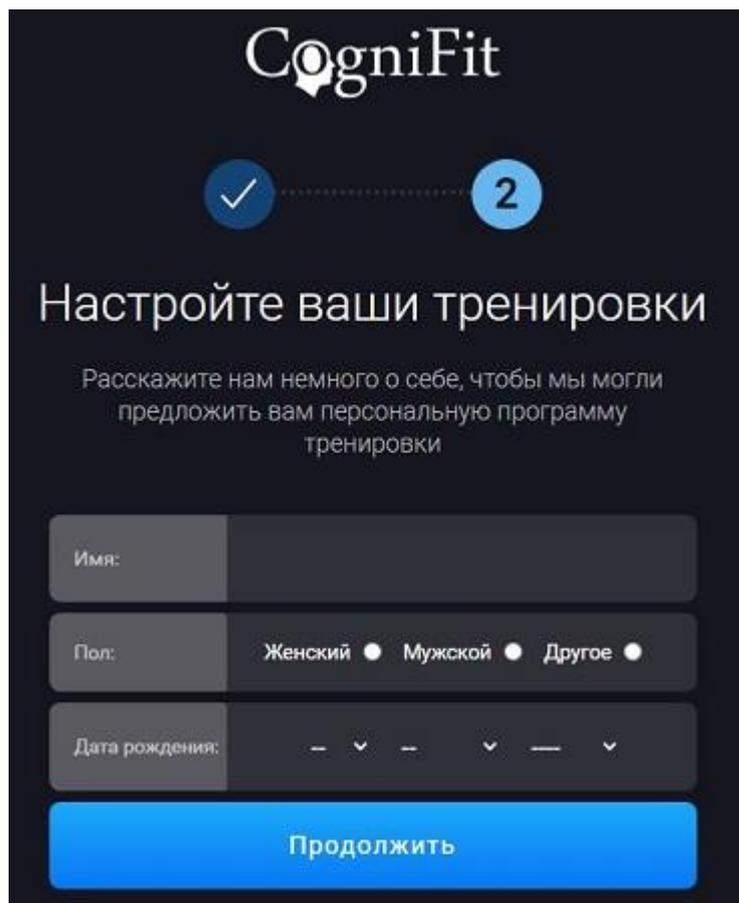
3) Создайте пароль.

Обратите внимание, что ваш пароль должен состоять не менее чем из 6 символов. Пароль чувствителен к регистру, поэтому пользователь должен следить за правильностью его написания.



Нажмите на кнопку **Продолжить**.

4) Укажите ваше имя, пол, дату рождения и нажмите на кнопку **Продолжить**.



CogniFit

✓ 2

Настройте ваши тренировки

Расскажите нам немного о себе, чтобы мы могли предложить вам персональную программу тренировки

Имя:

Пол: Женский Мужской Другое

Дата рождения: - -

Продолжить

Примечание: если члену семьи меньше 16 лет и он будет использовать свой собственный аккаунт, платформа попросит его ввести адрес электронной почты взрослого родственника или опекуна при регистрации в CogniFit. Нажать на кнопку **Продолжить**.

CogniFit

✓ 2

Настройте ваши тренировки

Расскажите нам немного о себе, чтобы мы могли предложить вам персональную программу тренировки

Имя:

Пол: Женский Мужской Другое

Дата рождения: 31 Дек 2010

Электронная почта родителей:

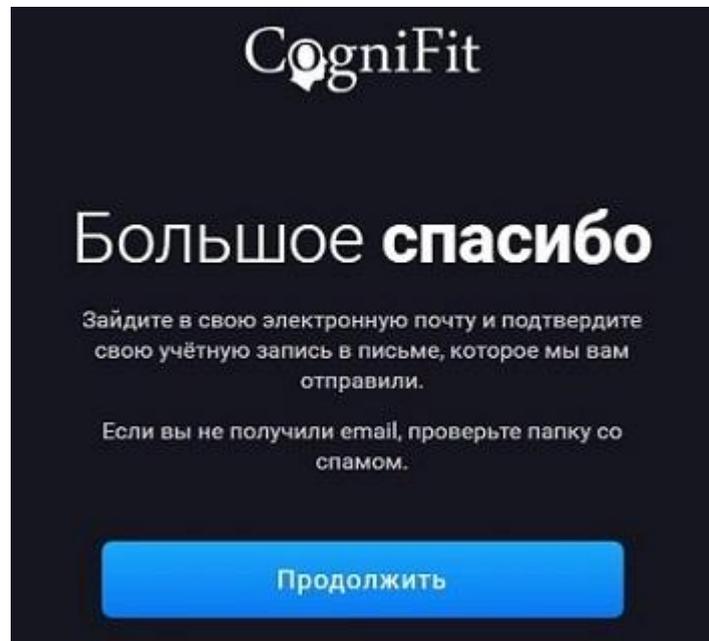
* Чтобы зарегистрироваться, введите, пожалуйста адрес электронной почты одного из ваших родителей или опекуна. Мы вышлем ему/ей письмо, подтверждающее вашу регистрацию. Спасибо!

[Продолжить](#)

Почему CogniFit запрашивает личную информацию?

CogniFit предоставляет вам результаты, которые автоматически сравниваются со стандартными для вашего возраста и пола. Шкала - от 0 до 800. 400 - это средний балл для вашей возрастной группы, и любой балл более 400 считается выше среднего. [Узнайте больше](#) о системе баллов CogniFit.

5) Следуйте инструкциям платформы для валидации аккаунта. Нажмите на кнопку Продолжить.



6) Поздравляем! Ваша учётная запись члена семьи настроена.

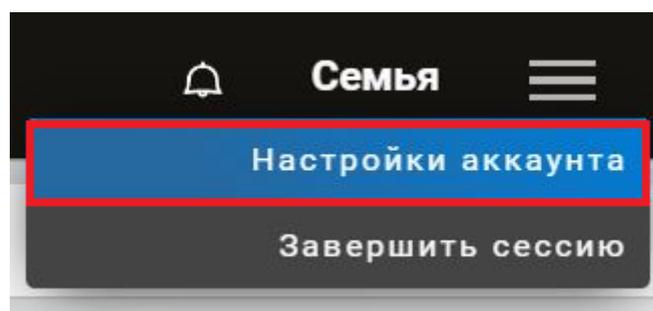
Если член вашей семьи будет использовать мобильное устройство для CogniFit, для регистрации необходимо следовать шагам раздела 2 [этой статьи](#) нашего Центра помощи.

Чтобы узнать, как начать сеанс, перейдите к разделу 5.3 данного учебника.

4.4 Настройки

4.4.1 Настройки семейной учётной записи

Владелец семейной учётной записи может внести изменения в свои данные, зайдя в **Настройки аккаунта** в раскрывающемся меню в правой верхней части экрана.



Можно изменить страну, часовой пояс, язык, номер телефона и др. По всем возникшим вопросам можно обратиться в службу технической поддержки support@cognifit.com.

A screenshot of the CogniFit web interface showing the 'Личные данные' (Personal Data) section. The page has a navigation bar with 'Личные данные', 'Извещения', and 'Покупки'. The main content area contains several input fields: 'Название:' (empty), 'Имя:' (filled with 'Семья'), 'Фамилия:' (empty), 'Электронная почта:' (empty), 'Профессия:' (dropdown menu with 'Выберите профессию'), and 'О себе:' (empty). There are also small instructional text lines below the 'Имя', 'Фамилия', and 'Электронная почта' fields. A 'Контакты' button is visible in the bottom right corner.

4.4.2 Извещения в семейной учётной записи

В настройках извещений вашей учётной записи вы можете регулировать извещения и уведомления, которые CogniFit отправляет на вашу электронную почту. Эти опции в любой момент можно модифицировать.

The screenshot shows the 'ИЗВЕЩЕНИЯ' (Notifications) tab in the account settings. At the top, there are three tabs: 'ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ', 'ИЗВЕЩЕНИЯ', and 'ПОКУПКИ'. Below the tabs, there is a heading: 'Решите, какие из извещений вы хотите получать от CogniFit. Выберите согласно вашим пожеланиям или просто нажмите на "по умолчанию" для того, чтобы пользоваться нашими рекомендациями.' Below this, there is a section 'Получить извещение, когда:' followed by four notification options, each with a checkbox that is currently checked:

- Один из родственников завершил тест
- Один из родственников завершил тренировку
- Пришло время тренировки одного из ваших родственников
- CogniFit хочет связаться с вами

At the bottom of the notification list, there are two buttons: 'Отключить все извещения' (left) and 'СОХРАНИТЬ' (right).

4.4.3 Покупки в семейной учётной записи

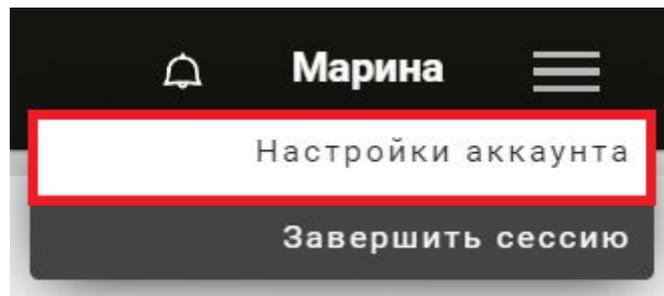
В закладке **Покупки** владелец семейной учётной записи увидит информацию о всех приобретённых программах CogniFit. На этой странице вы также можете управлять подписками членов своей семьи. Подробнее см. раздел 4.2.3.4.

The screenshot shows the 'ПОКУПКИ' (Purchases) tab in the account settings. At the top, there are three tabs: 'ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ', 'ИЗВЕЩЕНИЯ', and 'ПОКУПКИ'. Below the tabs, there is a heading: 'АРХИВ ПОКУПОК:'. Below this, there is a table with three columns: 'ДАТА', 'ПОКУПКА', and 'ЦЕНА'.

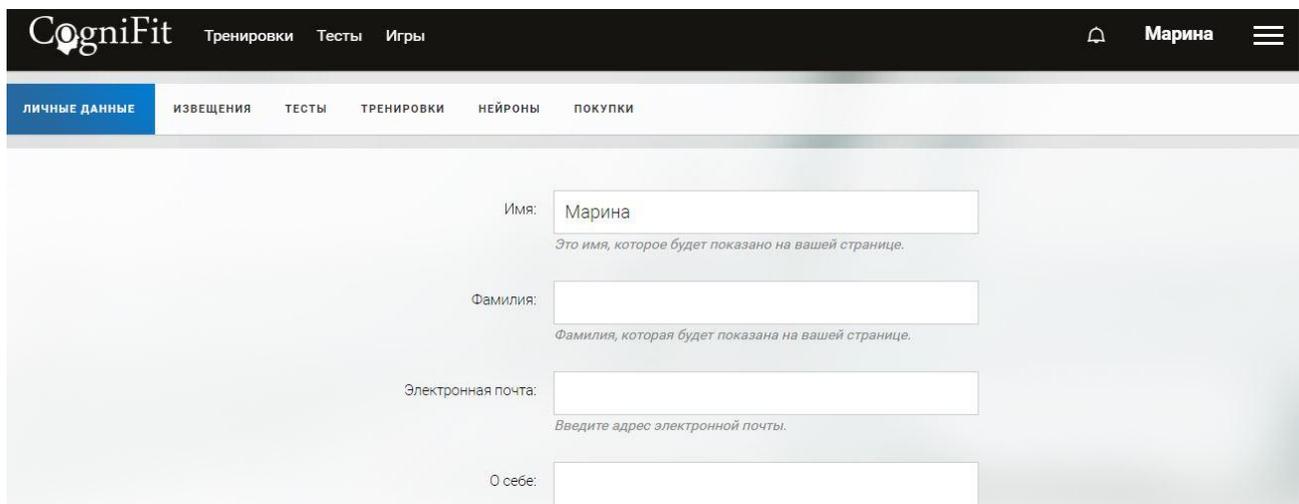
ДАТА	ПОКУПКА	ЦЕНА
------	---------	------

4.4.4 Настройки учётной записи члена семьи

Закладка **Настройки аккаунта** находится в раскрывающемся меню в правом верхнем углу экрана.



В закладке **Личные данные** в **Настройках аккаунта** учётной записи демонстрируется адрес электронной почты, имя, дата рождения и др. Эту информацию можно изменить в любое время. На этой же странице можно поменять пароль.

A screenshot of the CogniFit web interface. The top navigation bar includes the CogniFit logo, 'Тренировки', 'Тесты', and 'Игры'. On the right, there is a notification bell, the name 'Марина', and a hamburger menu. Below the navigation bar, a horizontal menu has 'ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ' selected. The main content area shows a form for updating personal data with the following fields:

- Имя: Марина (with a subtext: 'Это имя, которое будет показано на вашей странице.')
- Фамилия: (with a subtext: 'Фамилия, которая будет показана на вашей странице.')
- Электронная почта: (with a subtext: 'Введите адрес электронной почты.')
- О себе: (empty field)

4.4.5 Извещения и покупки в учётной записи члена семьи

В меню **Настройки аккаунта** учётной записи у членов семьи старше 16 лет также есть доступ к следующим закладкам:

- **Извещения.** Во вкладке извещений член вашей семьи может редактировать уведомления и сообщения, которые CogniFit отправляет на его или её электронную почту. Эти настройки можно изменить в любое время.
- **Тесты.** Открыв эту вкладку, член вашей семьи может приобрести любой доступный на платформе тест.
- **Тренировки.** Открыв эту вкладку, член вашей семьи может приобрести любую доступную на платформе тренировку.
- **Нейроны.** В этой вкладке отображается количество бонусных нейронов в учётной записи. *Функция использования нейронов в настоящее время недоступна.*
- **Покупки.** В этой вкладке будут показаны все покупки, сделанные членом семьи в CogniFit.



Примечание: Эти опции доступны только для членов семьи старше 16 лет. Детям до 16 в **Настройках аккаунта** доступна только вкладка **Личные данные**.

A screenshot of the 'Личные данные' (Personal Data) form in the CogniFit app. The form is displayed on a light gray background. At the top left, the CogniFit logo and the word 'Игры' are visible. At the top right, there is a notification bell icon with a red '1', the name 'Максим', and a hamburger menu icon. The form itself has a blue header with the text 'ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ'. Below the header, there are four input fields with labels and placeholder text: 'Имя: Максим' with the placeholder 'Это имя, которое будет показано на вашей странице.'; 'Фамилия:' with the placeholder 'Фамилия, которая будет показана на вашей странице.'; 'Электронная почта:' with the placeholder 'Введите адрес электронной почты.'; and 'О себе:'.

5 Сессия для члена семьи

В этом разделе учебника объясняется, как члену семьи оптимально провести сессию. Также вы найдёте полезные советы для того, чтобы помочь вашему родственнику эффективно провести сессию, а также рекомендации до, во время и после сессии.

Если во время сессии появятся вопросы, профессиональная команда CogniFit всегда готова вам помочь. Вы можете проконсультироваться с помощью онлайн чата или написав на электронную почту support@cognifit.com.

5.1 Сессия для члена семьи

- ❑ При тестировании и/или тренировке не следует отвлекаться.
- ❑ Помещение должно быть спокойным и удобным. Необходимо убедиться в отсутствии предметов, которые могут отвлечь (например, телефоны, планшеты, слишком высокая или низкая комнатная температура и т.п.).
- ❑ Если рядом присутствуют другие люди, следует убедиться в том, что ваш родственник может остаться наедине для выполнения теста/тренировки (примерно 10-40 минут).
- ❑ Стул должен быть удобным и подходящей высоты.

5.2 Подготовка к сессии

Рекомендации до начала выполнения теста или тренировочной сессии.

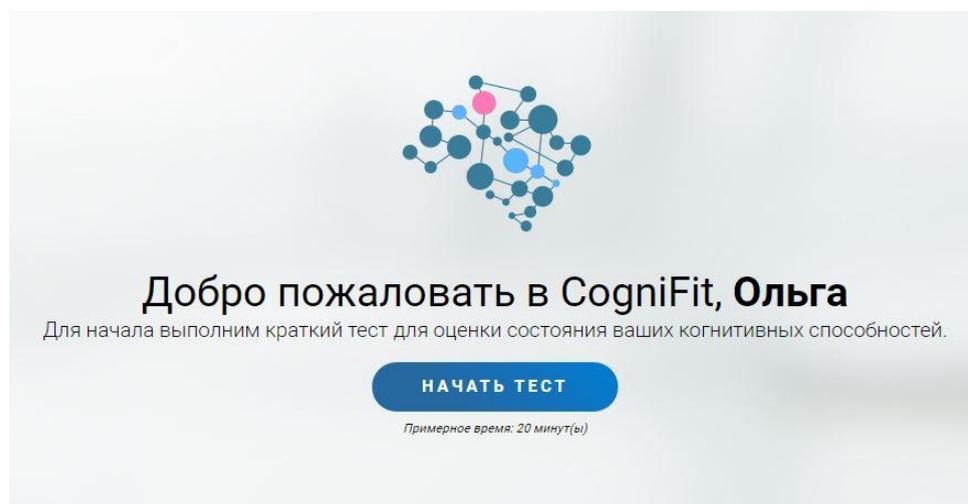
- ❑ Включить компьютер. Мы рекомендуем использовать настольный персональный компьютер, или, если это невозможно, то ноутбук, на чистом письменном столе.
- ❑ Убедиться, что компьютер подключён к электросети (либо полностью заряжен) и подсоединён к интернету. Необходим Wi-Fi или сетевой кабель.
- ❑ Закрывать другие приложения и закладки браузера на компьютере.
- ❑ Подсоединить к компьютеру клавиатуру, наушники, мышь и убедиться в том, что все устройства работают корректно. Проверить уровень звука.

- ❑ Убедиться, что пользователь готов находиться за компьютером в течение 10-40 минут.
- ❑ Перейти на www.cognifit.com/ru и начать сессию.

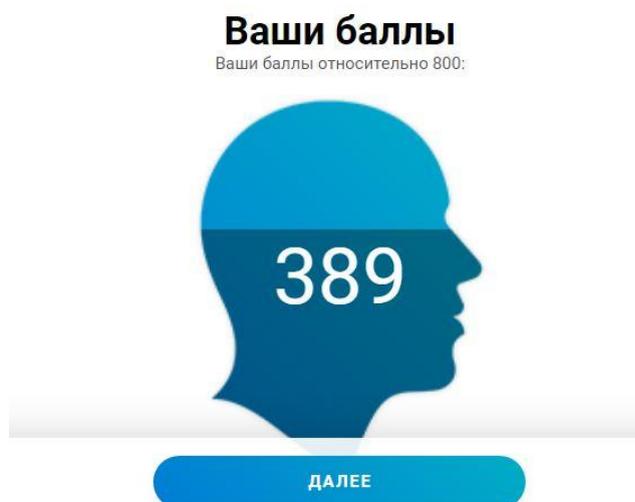
5.3 Начать сессию

Члены семьи старше 16 лет

- ❑ Когда взрослый член семьи впервые войдёт в свою учётную запись, (см. раздел 4.3) платформа предложит ему/ей пройти небольшой начальный тест. Чтобы пройти тест, нажмите **Начать тест**.



- ❑ Пройдя начальный тест, пользователь увидит полученные баллы. Нажать на кнопку **Далее**.



- ❑ Пользователь может скачать отчёт начального теста о состоянии своих когнитивных способностей в формате pdf. Для этого нажмите на кнопку **Скачать**. Чтобы завершить, нажмите **Далее**.

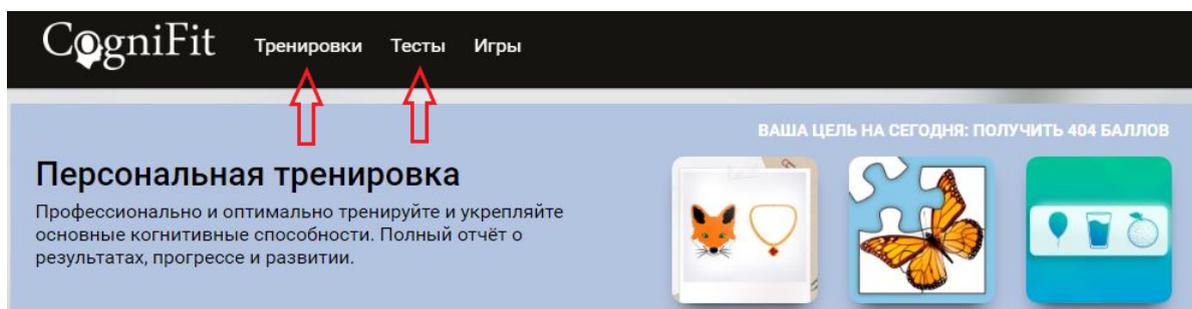
РЕЗУЛЬТАТЫ ВАШЕГО ТЕСТА (2/2)

Ваш отчёт по тесту

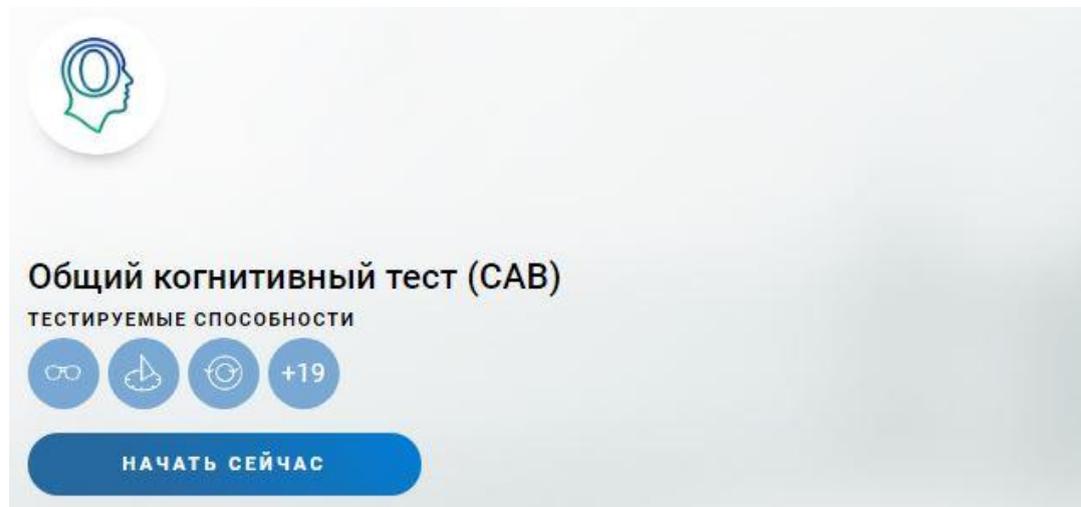
СКАЧАТЬ

ДАЛЕЕ

- ❑ Вы перейдёте на главную или начальную страницу учётной записи члена семьи.
- ❑ Для доступа к программе, назначенной владельцем семейной учётной записи, откройте нужную вкладку (**Тесты** или **Тренировки**) на панели вверху главной страницы учётной записи.



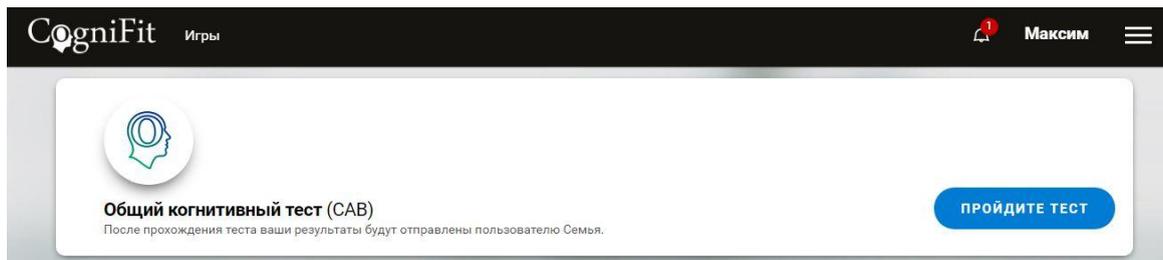
- ❑ Чтобы выполнить назначенную программу (в нашем примере - тест), нажмите на кнопку **Начать сейчас**.



- ❑ Если владелец семейной учётной записи назначил пользователю тест, член семьи увидит опросник, который нужно заполнить до прохождения заданий теста.
- ❑ В начале каждого задания появляется экран с инструкциями. Прежде, чем начать, пользователю следует внимательно изучить инструкции. Если у члена семьи появятся какие-либо вопросы, необходимо задать их прежде, чем нажать кнопку **Далее**.
- ❑ Начав выполнение теста или тренировки, не рекомендуется прерывать или закрывать упражнения.

Члены семьи от 7 до 16 лет

- ❑ Членам семьи младше 16 лет рекомендуется тренироваться в учётной записи владельца семейного аккаунта. Дети до 16 лет также могут использовать собственный аккаунт, однако рекомендуется присутствие взрослого при выполнении сеанса теста или тренировки.
- ❑ Когда ребёнок до 16 лет впервые зайдёт в свою собственную учётную запись, ему будет автоматически доступна только та программа, которую назначил ему/ей владелец семейной учётной записи.
- ❑ Членам семьи младше 16 лет недоступна опция покупки дополнительных тестов и/или тренировок в своей учётной записи.



Перерывы

- Выполнение теста или тренировки не должно прерываться.
- Необходимо убедиться, что ничто не прерывает сессию и не отвлекает (телефонные звонки, технические проблемы компьютера или устройства и т.д.). Удостоверьтесь, что пользователь посетил туалет до начала сессии.
- Если пользователю необходимо покинуть помещение, он может ненадолго выйти. Однако следует помнить, что все задания нужно выполнить в течение одной сессии.

5.4 Важная информация

5.4.1 Инструкции

- ❑ Перед началом каждого упражнения пользователь может прочитать инструкции.
- ❑ Пользователю будут предоставлены инструкции к каждому новому тесту или тренировке.



- ❑ Эти инструкции появятся только один раз, при первом выполнении нового задания. Однако член семьи в любое время может вернуться к инструкции, нажав кнопку паузы в задании. На открывшейся странице нажать на кнопку **ИНСТРУКЦИИ**.

Пауза

Если вы выйдете из этой игры, ваш прогресс не будет сохранён.

ИНСТРУКЦИИ

ПРОДОЛЖИТЬ

ВЫХОД

- Чтобы вернуться к выполнению упражнения, нажмите на кнопку **ВЫЙТИ ИЗ УЧЕБНИКА**.

Пауза

Если вы выйдете из этой игры, ваш прогресс не будет сохранён.

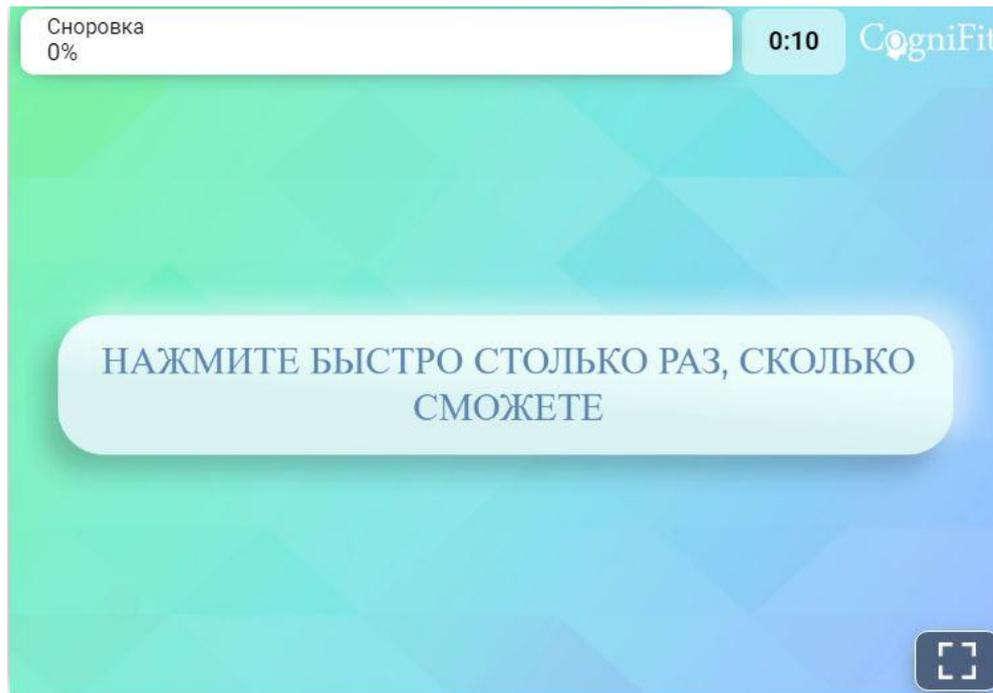
ВЫЙТИ ИЗ УЧЕБНИКА

ПРОДОЛЖИТЬ

ВЫХОД

5.4.2 Первая сессия

- ❑ В начале нового задания пользователю предоставляются инструкции и короткий пробный период - только один раз, при выполнении нового упражнения. При прохождении теста предоставляются некоторые пробные шаги и подсказки (в зависимости от задания), чтобы член вашей семьи мог привыкнуть к заданию. Оставшееся время/действия и продуктивность выполнения упражнения отображаются в верхней части экрана.



5.4.3 Результаты

- ❑ Результаты пользователя сразу же будут направлены владельцу семейного аккаунта.
- ❑ Взрослый член семьи старше 16 лет может ознакомиться с результатами тренировки и скачать отчёт по тесту непосредственно в своей учётной записи. У родственников младше 16 лет нет доступа к подробным результатам в их учётной записи.
- ❑ Владелец семейной учётной записи может увидеть информацию о результатах членов семьи, кликнув на профиль каждого пользователя в семейном аккаунте.
- ❑ Результаты также сохраняются в базе данных CogniFit.

6 Результаты

6.1 После тестирования члена семьи

Владелец семейной учётной записи увидит список добавленных на платформу пользователей на странице панели управления своего аккаунта. Если один из членов семьи прошёл тест или тренировку, результаты мгновенно отразятся в его профиле. Для доступа к результатам пользователя нажмите кнопку **Посмотреть профиль**.

Панель управления
Эти инструменты были созданы, чтобы помочь вам исследовать и улучшить важнейшие нейропсихологические характеристики членов вашей семьи.

[ДОБАВЬТЕ РОДСТВЕННИКОВ](#)

[СКАЧАТЬ РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ](#)

<p>Иван Иванов ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Минуту Назад</p> <p>Персональная тренировка</p> <p>Набранные баллы: 350/800</p> <p>ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ</p>	<p>ТЕСТЫ</p> <p>Общий когнитивный тест (CAB)</p> <p>КУПИТЬ</p>	<p>СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ до: 28/05/2021</p> <p>Персональная тренировка</p> <p>НАЧАТЬ СЕЙЧАС</p>
<p>Марина Иванова ПОСЛЕДНЕЕ ЗАНЯТИЕ: Незавершённое</p> <p>ПОСМОТРЕТЬ ПРОФИЛЬ</p>	<p>ТЕСТЫ</p> <p>Общий когнитивный тест (CAB)</p> <p>НАЧАТЬ СЕЙЧАС</p>	<p>СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ</p> <p>Персональная тренировка</p> <p>КУПИТЬ</p> <p>Контакты</p>

Иван Иванов

Возраст, лет: 44

Последнее занятие: 2021-04-28 10:05:20

Дата регистрации: Apr 28, 2021

<p>ТЕСТЫ</p> <p>Общий когнитивный тест (CAB)</p> <p>КУПИТЬ</p>	<p>СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ТРЕНИРОВКИ до: 28/05/2021</p> <p>Персональная тренировка</p> <p>НАЧАТЬ СЕЙЧАС</p>
---	--

Последние результаты

		Сеанс	Задания тренировки	Задание теста	Дата	Тестируемые способности	Баллы
	Персональная тренировка	2			28/04/2021 12:05	Время реакции - Пространственное восприятие - Визуальное сканирование	519
	Когнитивный тест на память (СAB-ME) СКАЧАТЬ	1	--	Батарея тестов	28/04/2021 12:00	Все	349

В разделе “**Последние результаты**” вы увидите число **Сеансов**, пройденных членом семьи, название программы, которую он выполнил (тест или тренировка), **Даты** сеансов и полученные **Баллы**.

Если ваш родственник выполнил сеанс тренировки, вы увидите иконки с названиями упражнений, пройденных во время тренировочного сеанса (графа “**Задания тренировки**”), значок тестового задания, включённого в тренировку (графа “**Задание теста**”) и список когнитивных способностей, которые тренировались и тестировались во время данного сеанса (графа “**Тестируемые способности**”).

Если член семьи прошёл тест, владелец семейной учётной записи может скачать отчёт с результатами. Эта опция доступна только для тестов.

Пожалуйста, обратите внимание, что для детей младше 16 лет доступны только задания теста и/или тренировки. Чтобы завершить тест и получить когнитивные результаты, владелец семейной учётной записи должен заполнить опросник.

		Сеанс	Задания тренировки	Задание теста	Дата	Тестируемые способности	Баллы
	Когнитивный тест на восприятие (СAB-PC) ЗАПОЛНИТЬ ОПРОСНИК	2	--	Батарея тестов	14/04/2021 12:04	Все	367

6.2 Когнитивные результаты

Как объяснялось выше, в профиле каждого члена семьи владелец семейного аккаунта может просматривать результаты, которые предоставляют информацию о когнитивном профиле родственника и о состоянии его когнитивного здоровья в целом.

Ниже вы увидите пример когнитивных результатов члена семьи.

Когнитивные области

Результаты для конкретных когнитивных функций



Восприятие
428
из 800



Внимание
364
из 800



Память
340
из 800



Рассуждение
264
из 800

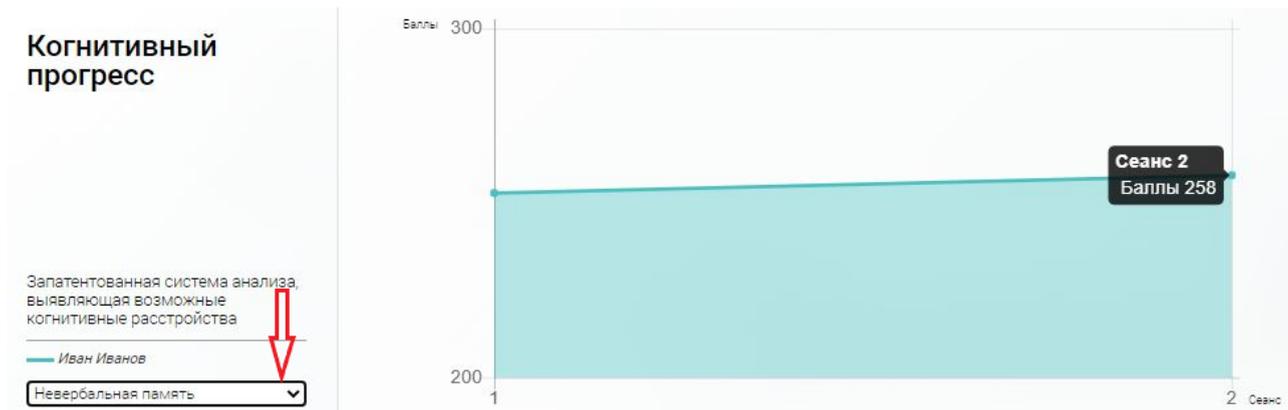


Координация
217
из 800

Пролистав страницу вниз, владелец учётной записи может просмотреть оценки родственника по каждой когнитивной способности и его когнитивный прогресс.

Когнитивные способности





На **главной странице** своей учётной записи пользователь может ознакомиться со своими результатами по каждой когнитивной способности, просмотреть план на неделю, получить информацию о своём когнитивном возрасте, сильных и слабых когнитивных сторонах и т.д.

Когнитивные области

Область	Результат	Максимум
Восприятие	458	из 800
Координация	397	из 800
Память	377	из 800
Внимание	204	из 800
Рассуждение	183	из 800

Когнитивный возраст

Когнитивный возраст: 20
Реальный возраст: 24

Когнитивные способности

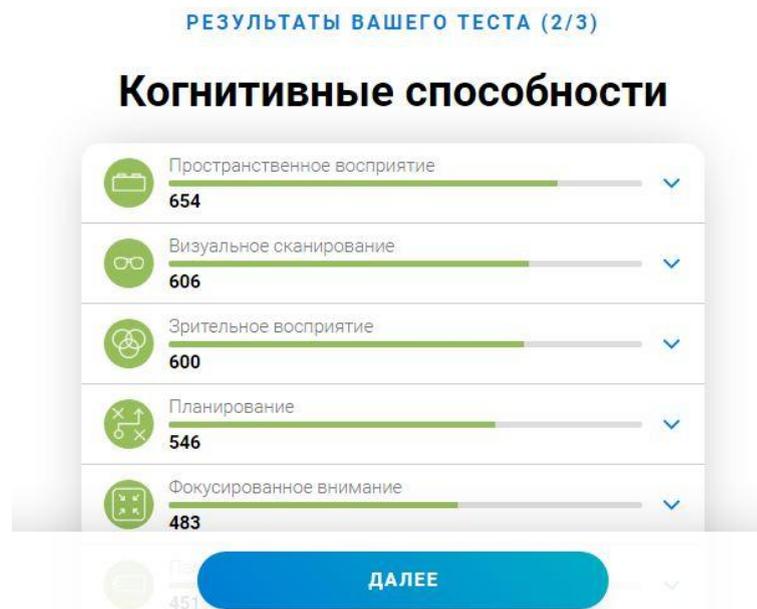
Сторона	Значение
Контекстуальная память	647
Распознавание	610
Слуховое восприятие	607
Распределённое внимание	74
Когнитивная гибкость	146
Планирование	179

Член семьи до 16 лет, выполняющий тест или тренировку в своей собственной учётной записи, может ознакомиться только с краткой информацией о своих когнитивных результатах.

- ❑ **Завершив тест**, пользователь увидит полученные баллы.



Нажав на кнопку **Далее**, можно ознакомиться с оценками по каждой когнитивной способности.

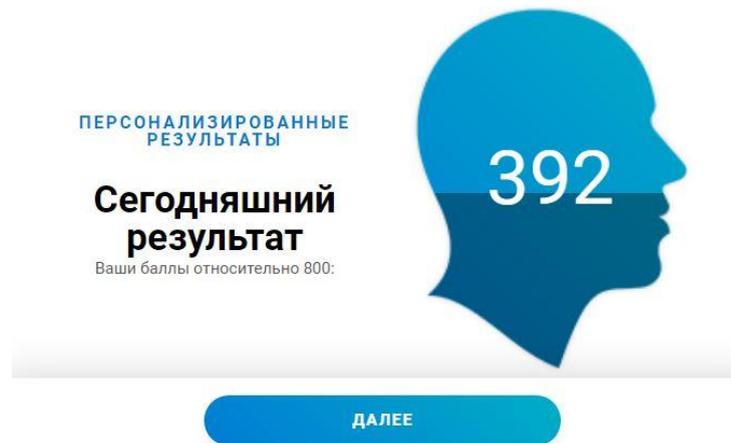


Нажать **Далее**, чтобы завершить.

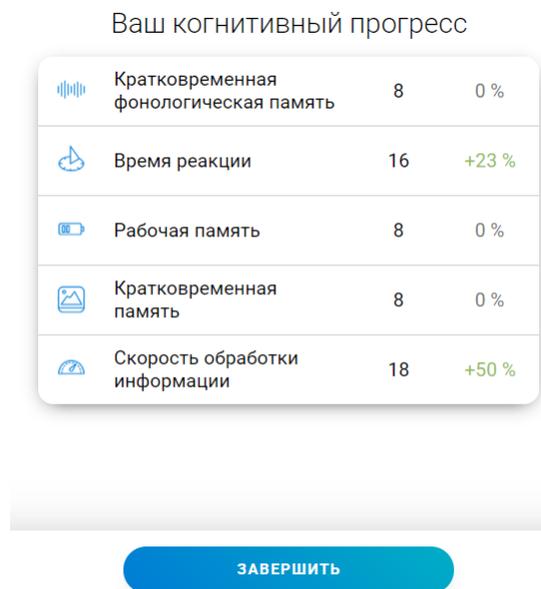
- ❑ Член семьи младше 16 лет не сможет скачать подробный отчёт с результатами теста в своей персональной учётной записи. Этот отчёт будет

доступен только в профиле ребёнка в аккаунте владельца семейной учётной записи.

- ❑ **Завершив назначенную тренировку**, член семьи увидит полученные баллы.



Нажав на кнопку **Далее**, пользователь увидит свой прогресс. Для выхода нажмите **Завершить**.



Если у вас или члена вашей семьи возникнут вопросы, свяжитесь с нами по электронной почте support@cognifit.com.

6.3 Отчёт о результатах

- ❑ На странице профиля члена семьи владелец семейного аккаунта может ознакомиться с его последними результатами. Кроме того, владелец семейной учётной записи может скачать подробный отчёт с результатами теста. Для скачивания отчёта нажмите на кнопку **Скачать** в профиле пользователя.
- ❑ Отчёт можно скачать только после выполнения всех заданий и заполнения опросника теста. По результатам тренировочного сеанса отчёты недоступны.

Чтобы скачать отчёт нажмите на кнопку **Скачать** на странице профиля пользователя (см. п 6.1).

		Сеанс	Задания тренировки	Задание теста	Дата	Тестируемые способности	Баллы
	Персональная тренировка	2			28/04/2021 12:05	Время реакции - Пространственное восприятие - Визуальное сканирование	519
	Когнитивный тест на память (СAB-ME) СКАЧАТЬ	1	--	Батарея тестов	28/04/2021 12:00	Все	349

Этот отчёт содержит информацию о когнитивном состоянии пользователя, признаках и симптомах, нейропсихологическом профиле, анализ результатов и рекомендации.*

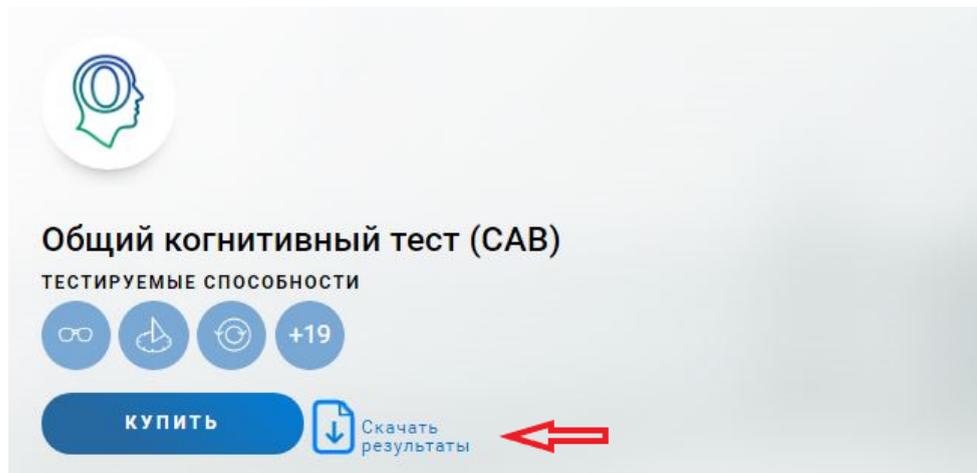
*Разделы отчёта могут отличаться в зависимости от вида теста.

Чтобы посмотреть пример отчёта, нажмите [здесь](#).

- ❑ Выполнив тест, член семьи старше 16 лет сразу же может скачать отчёт о результатах в своей учётной записи. Член семьи также может скачать отчёт в любое другое время, нажав на опцию **Тесты** на главной странице своей учётной записи.



На странице тестов рядом с пройденным тестом появится значок скачивания отчёта.



- ❑ Если член вашей семьи использует мобильное устройство, для скачивания отчёта можно воспользоваться [инструкцией](#) нашего Центра помощи.
- ❑ Если у вас возникнут вопросы, вы можете написать нам на support@cognifit.com.

7 Часто задаваемые вопросы

Чтобы получить ответы на наиболее часто задаваемые вопросы, вы можете посетить наш Центр помощи: <https://support.cognifit.com/customer/ru/portal/articles>

7.1 Как начать сессию на веб-странице?

Нажать на кнопку **Войти в систему** в правом верхнем углу страницы.

- ❑ Следует помнить, что пароль различает между заглавными и строчными буквами, поэтому следует удостовериться, что клавиша CapsLock не нажата.
- ❑ Если вы используете проверенный компьютер, поставьте галочку в опции **Запомнить меня**, чтобы сохранить информацию (почта и пароль).

Начать сессию, используя адрес электронной почты и пароль. Чтобы создать семейную учётную запись, следуйте [этой инструкции](#).

7.2 Как добавить члена семьи на платформу и назначить ему программу?

- ❑ Владелец семейной платформы может добавить членов семьи на начальной странице или на странице панели управления. Подробные шаги указаны в п. 4.2 этого руководства.
- ❑ Чтобы добавить на платформу членов семьи, следуйте [этим инструкциям](#). После добавления члена семьи на платформу необходимо назначить ему тест или тренировку.
- ❑ Если член семьи использует свою собственную учётную запись, то после получения электронного письма с приглашением от владельца семейного аккаунта он должен приступить к созданию учётной записи в CogniFit.

7.3 Может ли родственник - инвалид по зрению/слуху выполнять тесты и/или программы тренировки?

Может, однако во многих заданиях используется звук и различные цвета, поэтому мы не можем гарантировать точность результатов. В данном случае рекомендуем обратиться в support@cognifit.com

7.4 Можно ли передать лицензию одного родственника другому?

Да. Но только в том случае, если родственник не начал использовать лицензию. Если владелец семейного аккаунта назначает пользователю лицензию на тест или тренировку, однако решает отменить её, чтобы передать другому члену семьи, он может отменить лицензию для одного пользователя и назначить её другому.

Для этого владельцу семейной учётной записи следует [деактивировать профиль члена семьи](#), которому назначена лицензия. После этого неиспользованная лицензия может быть назначена другому члену семьи.

После удаления профиля члена семьи для обновления информации о доступных лицензиях рекомендуется **выйти из учётной записи и начать сеанс заново**.

7.5 Можно ли приобрести неограниченное число месяцев подписки?

[Планы подписки на тренировки](#) на семейной платформе являются годовыми и предназначены для двух и более членов семьи. По окончании подписки она обновится автоматически, если владелец семейного аккаунта не [отменит её](#) до окончания оплаченного периода.

7.6 Как завершить сессию?

Чтобы завершить сессию, нужно установить мышку на всплывающее меню в правом верхнем углу экрана и затем выбрать: **Завершить сессию**. [Узнать больше](#).

Если у вас возникнут вопросы, вы можете перейти в наш [Центр помощи](#).

8 Приложение

8.1 Краткое руководство по началу

Для достижения максимальной эффективности прежде, чем начать работу с тестами и тренировками, каждый пользователь должен тщательно ознакомиться с программами. Ниже представлено краткое руководство для семейных пользователей, которое поможет быстро изучить, как работает платформа.

8.1.1 Создать семейную учётную запись

Создать семейный аккаунт, [зайдя напрямую на платформу для семей](#) или перейдя на неё с [главной \(домашней\) страницы CogniFit](#).

- Добавить имя и адрес электронной почты.
- Создать пароль (минимум 6 символов).
- После регистрации платформа предложит добавить в семейный аккаунт членов вашей семьи.
- Указать имя, фамилию, пол и дату рождения вашего родственника.
- Указать, будет ли член семьи использовать вашу учётную запись либо свой собственный аккаунт. Нажать кнопку **Добавить**.

8.1.2 Приобрести лицензии на тесты и/или тренировки

Следуйте инструкциям [этой статьи](#).

8.1.3 Пригласить членов семьи

Владелец семейного аккаунта может добавить любое количество членов своей семьи.

- Зайдя в свою учётную запись, вы увидите кнопку добавления родственников в верхней части начальной страницы или панели управления.

- ❑ Нажмите на эту кнопку и добавьте на платформу нового члена семьи. Следуйте шагам, указанным в п. 4.2.3.1 этого учебника.

8.1.4 Подготовка к сессии

Владелец семейной учётной записи должен принимать во внимание условия проведения сессии и информировать своих родственников, если сессия проводится в другом (неконтролируемом) помещении.

- ❑ Изучить правила и инструкции к каждому заданию.
- ❑ Проверить оборудование/устройство, используемое для сессии.
- ❑ Если используются противошумные наушники, проверьте, горит ли красный свет. Если нет, то следует заменить батарею.
- ❑ Подсоединить наушники к компьютеру.
- ❑ Проверить уровень громкости.
- ❑ Проверить, что мышка подключена и работает корректно. При использовании беспроводной мышки проверить батарею.

8.1.5 Требования к членам семьи

Члену семьи нужно следовать инструкциям владельца семейного аккаунта. Владелец семейной учётной записи должен предоставить следующие инструкции родственникам для выполнения теста и/или тренировки:

- ❑ Откройте браузер. Чтобы узнать о требованиях системы и рекомендуемых браузерах, перейдите к разделу **Требования системы**.
- ❑ В адресной строке браузера, расположенной в верхней его части, введите следующий адрес: www.cognifit.com/ru. Скачайте и установите приложение, если вы используете мобильное устройство (только для отдельных персональных учётных записей).
- ❑ Нажмите на кнопку **Войти в систему**, используя логин и пароль. Если у родственника нет этих данных, их можно запросить у владельца семейного аккаунта или создать новую учётную запись, нажав на кнопку **Зарегистрироваться**.
- ❑ Добавить имя и адрес электронной почты.

- ❑ Язык, на котором пользователь будет проходить тренировку или тест, можно переключить, следуя [этой инструкции](#).

8.2 Инструкции до, во время и после теста

8.2.1 До начала теста

- ❑ Чтобы избежать перерыва в тренировках и отвлечения, все электронные устройства (телефоны, планшеты и т.д.) нужно выключить и убрать.
- ❑ Убедиться, что устройство подключено и заряжено (в случае использования ноутбука или мобильного устройства).
- ❑ Если в задании используются дополнительные устройства, такие как мышь или клавиатура, убедиться, что эти устройства работают корректно.
- ❑ Проверить уровень громкости.
- ❑ Если член семьи использует очки или линзы, они должны быть надеты.
- ❑ Принять пищу или посетить туалет до начала выполнения задания.
- ❑ Если член семьи выполняет задания дома и находится в окружении других людей, удостовериться, чтобы они не отвлекали его во время теста/тренировки.
- ❑ CogniFit - это онлайн программа, поэтому для её корректного использования необходимо закрыть другие интернет-приложения (Spotify, Netflix и т.д.).
- ❑ Убедиться, что родственник использует корректную учётную запись, связанную с аккаунтом владельца семейной учётной записи.
- ❑ Выполнение задания можно начать только убедившись, что несоблюдение какого-либо из предыдущих пунктов не мешает его выполнению.

8.2.2 Во время теста

- ❑ Убедиться, что член семьи понимает, как выполнять каждое задание. В начале каждого упражнения предоставляются инструкции.
- ❑ Если у пользователя есть какие-либо вопросы по выполнению задания, владелец семейной учётной записи может объяснить ему, как корректно выполнить упражнение.

8.2.3 После теста

- ❑ Результаты сессии члена семьи автоматически появятся на странице профиля родственника или панели управления в семейной учётной записи.
- ❑ Владелец семейного аккаунта сразу же получает доступ к результатам своего родственника.
- ❑ Взрослый член семьи старше 16 лет может скачать отчёт с результатами теста и ознакомиться со своим когнитивным профилем в своей собственной учётной записи. Родственник младше 16 лет не получит результаты до тех пор, пока их ему не предоставит владелец семейного аккаунта.
- ❑ Все результаты автоматически сохраняются в базе данных CogniFit.
- ❑ CogniFit рекомендует владельцу семейного аккаунта сообщить члену семьи о полученных баллах (если сессия проводится удалённо).
- ❑ Владелец семейного аккаунта может скачать подробный отчёт о результатах, которые член его семьи получил во время тестирования.
- ❑ Результаты тренировочных сессий доступны в виде графиков в профиле пользователя на семейной платформе. Родственники старше 16 лет могут получить доступ к информации о своём когнитивном прогрессе в своей персональной учётной записи.

Спасибо, что вы выбрали платформу CogniFit для семей! CogniFit - это онлайн платформа, помогающая тестировать и тренировать когнитивные способности членов вашей семьи и наблюдать за их когнитивными результатами.