

instrumental tools for the work with educational content, such as cloud services «software as a service» and apps for creating interactive textbooks. Moreover, in the article you can find a list of demands to the mobile devices, as well as the discussion of open Microsoft on-line services' capabilities in the sphere of education. The technologies of cloud SaaS services integration and learning management systems are also described there.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ**

**Макеева В.С., Артемова Е.Н., Пеленицина Т.А., Тинькова З.С.**

ФГБОУ ВПО «Государственный университет – учебно-научно-производственный комплекс»,  
Орел, Россия (302020, г. Орел, Наугорское шоссе, 29), e-mail: unpk@ostu.ru

В статье дана характеристика степени проявления интернет-зависимости и уровень здоровья студентов, длительно работающих за компьютером; организационных и психолого-педагогических условий для внедрения профилактических мер и показаны результаты внедрения психофизических программ студентами-рекреологами в рамках самостоятельной работы по профилактике интернет-зависимости студентов средствами физической рекреации. Показано, что необходимо соблюдать ряд психолого-педагогических условий, способствующих снятию интернет-зависимости. Студенты-рекреологи в психофизических программах использовали средства физической рекреации. При реализации программ в подготовке студентов, длительно работающих за компьютером, использовались специальные упражнения на мышцы шеи, туловища, перекрестно-латеральные движения, игры для пальцев рук, пребывание на природе, прослушивание музыки.

### **ORGANIZATION OF INDEPENDENT WORK OF STUDENTS ON PREVENTION TICK INTERNET ADDICTION MEANS PHYSICAL RECREATION**

**Makeeva V.S., Artemova E.N., Pelenitsina T.A., Tinkova Z.S.**

State University – Educational-Science- Production Complex., Russia, Orel, 302020 highwayNaugorskoe, 29  
e-mail: unpk@ostu.ru

This article provides a description of the degree of manifestation of Internet addiction and health status of students, long working at the computer, organizational, psychological and pedagogical conditions for the implementation of preventive measures and shows the results of the implementation of the program students psycho-rekreologs within individual work to prevent Internet addiction students means of physical recreation. It is shown that it is necessary to comply with a number of psychological and educational environment conducive to the removal of Internet addiction. Students-rekreologs programs used in psychophysical means of physical recreation. In implementing the program in preparing students for a long time working with a computer, use special exercises on the neck muscles, trunk, and cross-lateral movement games for the fingers, stay outdoors, listening to music.

### **ТЕХНОЛОГИЯ СОЗДАНИЯ БАНКА ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ**

**Маклаева Э.В., Федорова С.В.**

ФГБОУ ВПО АФ «Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского»,  
Арзамас, Россия (607220, Арзамас, ул. Карла Маркса, 36), e-mail: mak\_ela@mail.ru.

В связи с переходом на двухуровневую систему высшего профессионального образования перед преподавателями ставится задача пересмотра сложившейся системы оценивания знаний студентов. Наряду с традиционными методами обучения и контроля знаний, все большее распространение получает тестирование. Статья посвящена технологии создания банка тестовых заданий для студентов педагогических вузов. В ней рассматриваются основные этапы разработки и наполнения банка тестовых заданий. Возможности реализации технологии проиллюстрированы примерами из курса высшей математики. Для создания качественного педагогического теста по любой дисциплине, в том числе и по математике, требуется приложить много усилий, затратить немало времени и средств. Однако все затраты оправданы теми возможностями, которые дают тесты для повышения эффективности процесса обучения.

### **A TECHNOLOGY OF FORMATION OF THE TEST TASKS BANK FOR THE PEDAGOGICAL UNIVERSITIES' STUDENTS**

**Maklaeva I.V., Fedorova S.V.**

Arzamas branch of the Nizhny Novgorod state university, Arzamas, Russia  
(607220, Arzamas, Charles Marx St., 36), e-mail: mak\_ela@mail.ru.

Due to the transition to two-level system of higher education the task of revision of the developed system of estimation of knowledge of students is set for teachers. Along with traditional methods of training and control of

knowledge the increasing distribution is gained by testing. Article is devoted to technology of creation of bank of test tasks for students of pedagogical higher education institutions. In it the main development stages and fillings of bank of test tasks are considered. Possibilities of realization of technology are illustrated with examples from a course of the higher mathematics. For creation of qualitative pedagogical dough on any discipline including on mathematics, it is required to put a lot of effort, spend a lot of time and means. However all expenses are justified by those opportunities which give tests for increase of efficiency of process of training.

### **ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ**

**Максименко Т.А., Тебенова К.С., Боброва В.В., Сакаева А.Н.**

Карагандинский государственный университет им. Е. А. Букетова, Караганда, Республика Казахстан  
(100009, Караганда, ул.Рационализаторов, 16), e-mail: dlpk.1987@mail.ru

Обучение здоровому образу жизни – целенаправленный, систематический и организованный процесс. В результате проведения анализа по развитию здорового образа жизни у детей выяснилось, что очень важное место занимает здоровый образ жизни для детей с ограниченными возможностями. В связи с этим у них возникает постоянная потребность в ведении здорового образа жизни. Учитывалось и то, что для правильного формирования образа жизни нужно ставить три основные цели: глобальную, дидактическую, методическую. В связи с этим происходит определение основных составляющих компонентов здорового образа жизни – физическая культура и спорт. Физическая культура и спорт выполняют в обществе множество функций и охватывают группы населения разного возраста. Полифункциональный характер данных составляющих проявляется в том, что физическая культура и спорт – это развитие физических, эстетических и нравственных качеств человеческой личности, организация общественно полезной деятельности, досуга населения, профилактика заболеваний, воспитание подрастающего поколения, физическая и психо-эмоциональная рекреация и реабилитация, коммуникация и т. д. Физическая культура и спорт являются важным фактором для реабилитации и социально-бытовой адаптации человека с ограниченными возможностями. Важно уметь организовать работу для правильного формирования знаний и умений о здоровом образе жизни.

### **THE DISABLED CHILDREN HEALTHY LIFESTYLE FORMATION**

**Maksymenko T.A., Tebenova K.S., Bobrova V.V., Sakaeva A.N.**

Karaganda State University them. E.A.Buketov, Karaganda, Kazakhstan  
(100009, Karaganda, ul. Ratsionalizatorov, 16), e-mail: dlpk.1987@mail.ru

Health education – a focused, systematic and organized process. As a result of analysis on the development of a healthy lifestyle in children found that a very important place healthy lifestyle for children with disabilities. In this regard, they have a constant need for leading healthy lifestyles. We took into consideration the fact that for the proper formation of life, you need to set three main objectives: a global, didactic, methodical. This is the definition of basic components of a healthy lifestyle, physical culture and sports. Physical culture and sport perform multiple functions in society and involve groups of people of different ages. Multifunctional nature of data elements is reflected in the physical culture and sports is the development of physical, aesthetic and moral qualities of the human person, organization of socially useful activity, recreation, disease prevention, education of the rising generation, physical and psycho-emotional recreation and rehabilitation, communication and so on physical culture and sports are an important factor in the rehabilitation and social adaptation of persons with disabilities. It is important to be able to organize work for proper formation of knowledge and skills about healthy living.

### **СИСТЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УЧИТЕЛЯ**

**Максимова Н.А.**

ГБОУ ВПО «Смоленский государственный университет», Смоленск, Россия  
(214000, г. Смоленск, ул. Пржевальского, 4), e-mail: ruta-baga@yandex.ru

Статья посвящена описанию системы формирования технологической культуры учителя. В современных условиях развития образования, когда мы уходим от традиционного способа обучения и все больше в практике обычных школ используются нетрадиционные идеи, подходы, технологии, методы и способы обучения, современный педагог должен не только хорошо разбираться в существующих педагогических новшествах, но и уметь применять их на практике. Поэтому сегодня как никогда остро встает вопрос о технологической культуре педагогических коллективов в целом и отдельных педагогов в частности. В настоящий момент, вобравший в себя богатейший материал передового опыта педагогов, инновационного движения и научных разработок. С другой стороны, изменились требования, предъявляемые к педагогу, характер его деятельности. В данной статье вводится понятие «технологическая культура учителя». Рассматриваются ее основные составляющие и способы ее формирования.