

**Ключевые слова:** преподаватель вокала, иностранные студенты, вокально-орфоэпическая культура.

## SUMMARY

**Lou Yanhua.** Scientific approaches and pedagogical principles of formation of vocal-orthoepic culture of foreign students – future vocal teachers.

*The article covers issues of vocal-orthoepic training of foreign students of the magistracy in the context of cultural and artistic-semantic significance of the pronunciation/reproduction of verbal texts in achieving interpretive, stylistic and vocal-phonation adequacy.*

*The purpose of the article is to substantiate scientific approaches and pedagogical principles, realization of which should ensure improvement of the quality of the vocal and orthoepic culture of foreign students of the master's degree.*

*The typical problems encountered in the process of mastering by Chinese students the repertoire with texts of foreign origin are characterized, connected with peculiarities of their artistic mentality, speech culture, and national vocal traditions. A comparative analysis of the articulation features close in type, but different in the technique of formation and sounding of phonemes, is carried out*

*The significance of cultural, individual-personal, technological, comparative scientific approaches for successful formation of vocal-orthoepic culture of future vocal teachers is substantiated. The pedagogical principles, which ensure implementation of scientific approaches in the vocal-educational process and promote vocal-orthoepic culture of foreign students of the master's degree, are determined: taking into account the features of historical, national-cultural, artistic-stylistic environment, in which a certain musical phenomenon was created; correspondence of the levels of organization of the comparable elements of the musical phenomenon; use of "synchronous", "asynchronous" and "binary" comparison, that is – a comparative analysis of fundamentally similar phenomena (articulation in the languages of one group, for example – Romano-Germanic); articulation in languages that are different from one another; comparison of two articulation systems.*

**Key words:** vocal teacher, foreign students, vocal-orthoepic culture.

УДК 378.016:613]:005.336.2

**Олександр Міхеєнко**

ORCID ID 0000-0001-5209-0755

**Віталіна Литвиненко**

ORCID ID 0000-0002-9790-289x

**Михайло Лянной**

ORCID ID 0000-0002-3833-2890

**Ольга Лянна**

ORCID ID 0000-0002-4467-7166

Сумський державний педагогічний  
університет імені А.С. Макаренка

DOI 10.24139/2312-5993/2019.02/063-071

## АКТИВІЗАЦІЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

**Мета:** розробити й обґрунтувати форми та методи активізації пізнавальної діяльності студентів у процесі навчання основ здоров'я. **Методи:** аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, тестування, валеологічний

*моніторинг, педагогічний експеримент. **Результати:** опанування знань про здоров'я передбачає творчо-практичну діяльність, яка потребує пошуку відповідних засобів, методів, форм навчання, пов'язаних із активізацією пізнавального інтересу та пізнавальної діяльності як дієвих чинників впливу на успішність та ефективність навчання студентів. **Практичне значення:** розроблено й конкретизовано шляхи поліпшення якості засвоєння навчального матеріалу з основ здоров'я, які сприяють успішному практичному застосуванню знань про здоров'я, дотриманню правил і норм здорового способу життя. **Висновки та перспективи подальших наукових досліджень:** проблему виховання свідомого і дбайливого ставлення до здоров'я необхідно вирішувати засобами освіти. Процес опанування науки про здоров'я потребує розробки й застосування нових педагогічних технологій, які спонукають до здорового способу життя, реалізації оздоровчих засобів.*

***Ключові слова:** пізнавальна діяльність, пізнавальний інтерес, навчання основ здоров'я.*

**Постановка проблеми.** Успішність навчального процесу тісно пов'язана з проблемою активізації пізнавального інтересу та пізнавальної діяльності студентів, адже саме діяльність є головним джерелом формування та розвитку особистості. Загальнодидактичний принцип активності передбачає організацію процесу навчання так, щоб стимулювати власне особистісну активність студентів. Пріоритетом традиційної системи освіти є досить жорсткий контроль інформаційного потоку та механічне запам'ятовування студентами навчального матеріалу. Таким чином реалізується інструктивний метод навчання на відміну від конструктивного, який сприяє глибокому творчому опрацюванню знань, розширює можливості для самостійного виконання складних завдань у конкретній ситуації. Імперативом сучасної підготовки фахівця є завдання навчити постійно вчитися, сформувати переконання, що професіонал є майстром лише за умови постійного вдосконалення, розвитку, навчання. Одним із важливих завдань сучасної освіти є створення умов для того, щоб студент виявляв активність, став суб'єктом власної освіти. Принциповою особливістю навчання основ здоров'я є те, що опанування знань про здоров'я не обмежується лише теоретичним рівнем. Наука про здоров'я, як і фізична культура, передбачає творчо-практичну діяльність, спрямовану на активне, свідоме, цілеспрямоване використання знань, розвиток уміння їх застосовувати.

**Аналіз актуальних досліджень.** Ідея активізації пізнавальної діяльності цікавить дослідників ще з часів Сократа. У контексті означеної проблеми не втратили своєї актуальності твори Л. С. Виготського, Я. А. Коменського, А. С. Макаренка, Й. Г. Песталоцці, С. Л. Рубінштейна, Ж.-Ж. Руссо, В. О. Сухомлинського, К. Д. Ушинського та ін. Психолого-педагогічні аспекти активізації пізнавальної діяльності та дидактичні особливості викладання дисциплін валеологічного спрямування відображені в дослідженнях сучасних учених (Н. А. Башавець, Н. О. Белікова, Ю. Д. Бойчук, В. П. Горащук, М. В. Гриньова, П. Б. Джурицький, В. М. Оржеховська, І. В. Поташнюк, В. С. Язловецький та ін.).

**Мета дослідження** полягає в розробці та обґрунтуванні форм і методів активізації пізнавальної діяльності студентів у процесі навчання основ здоров'я.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, тестування, валеологічний моніторинг, педагогічний експеримент.

**Виклад основного матеріалу.** У вищій школі процес формування пізнавального інтересу традиційно починається з лекції як найбільш поширеної форми передачі та сприймання інформації. Лекція дає можливість послідовно й системно викладати матеріал, акцентувати увагу аудиторії на важливих аспектах проблеми, продуктивно використати час і загалом є ефективною формою систематичного, емоційного, безпосереднього, живого спілкування педагога зі студентами. Гарна лекція дає змогу студентам отримати значно більше інформації, ніж за такий самий час самостійної роботи, а викладач має можливість висвітлити проблемні питання і шляхи їх розв'язання сучасною наукою і практикою, поінформувати про новітні досягнення, конкретизувати складні для самостійного опрацювання студентами питання тощо.

Водночас, традиційна лекція має свої недоліки, а саме: привчає до пасивного, некритичного сприймання навчального матеріалу (деякі студенти механічно записують викладену інформацію без будь-якого аналізу й усвідомлення); лекційний курс не завжди сприяє створенню мотивації до самостійної праці; засвоєння навчального матеріалу вимагає від студента зосередженості, зацікавленості, посиленої уваги протягом тривалого часу. Подібна форма занять часто супроводжується прогресуючою втомою слухачів, що значно знижує обсяг засвоєної інформації. Останнє підтверджується даними Національної лабораторії тренінгу США, згідно з якими на лекціях засвоюється 5 % навчального матеріалу, під час самостійної роботи з літературою – 10–30 %, виконання практичних завдань забезпечує засвоєння близько 75 % інформації, а під час навчання інших – 90 % (Ничкало та Кудина, 2002).

Зазначене спонукає до пошуку шляхів поліпшення якості подання матеріалу з використанням наочності, творчості, прикладів з життя тощо. Відомо, що проблемні лекції, лекції-дискусії, презентаційні лекції із застосуванням мультимедійних засобів та інші засоби підвищення інформативності дають змогу активізувати пізнавальну діяльність аудиторії, викликати інтерес до процесів і явищ, які вивчаються. На лекції з основ здоров'я з метою створення проблемної ситуації у вигляді проблемних питань або парадоксу, які спонукають до вирішення протиріч, ми пропонували такі питання: «Як ви розумієте здоровий спосіб життя?», «Наскільки, на ваш погляд, справедливим є твердження, що хворобу можна розглядати як складову здоров'я?», «Організм людини – це сума

органів чи система?», «Наскільки стратегія позбавлення від хвороб відповідає стратегії досягнення здоров'я?», «Чому здоров'я не має такої детальної класифікації і діагностики як хвороби?», «За якими критеріями і показниками можна виміряти здоров'я?», «Здоров'я – це стан, процес чи здатність?», «Яким чином гармонія і рівновага визначають здоров'я людини?», «У чому полягає взаємообумовленість і взаємозалежність процесів життєдіяльності в організмі людини?» та інші.

Під час опанування теми «Рухова активність і здоров'я» жваву дискусію викликають питання: «Чи може фізична праця повністю замінити оздоровче фізичне тренування?», «З якою метою можна використовувати фізичні вправи?», «Чи можна залишатися здоровим, не займаючись фізкультурою?», «Вислови «біг від інфаркту» або «біг до інфаркту», на ваш погляд, відповідають дійсності?», «Які спільні та відмінні характеристики оздоровчого і спортивного тренування?», «Розвиток якої фізичної якості має найбільший оздоровчий ефект?», «Наскільки важливим є співвідношення тренувальних засобів, якщо йдеться про ефективність оздоровчого фізичного тренування?», «Завдяки яким механізмам фізичні вправи забезпечують оздоровчий ефект?» тощо.

Такі питання й подальший проблемний виклад змушують студентів по-іншому поглянути на діалектичну єдність здоров'я/хвороби, стимулюють виникнення питань, сумнівів, заперечень, формують нове бачення проблеми, критичність мислення, створюють умови для пошуку альтернатив, сприяють формуванню суб'єктної позиції, стимулюють розвиток творчого потенціалу студентів.

Лекції-дискусії розвивають у студентів уміння формувати власну думку, не соромитися висловлювати її, шукати і знаходити вагомі аргументи на її захист, обґрунтовувати свою позицію, знаходити відповідь на складні питання. У процесі лекції-дискусії студент може поставити і отримати відповідь на будь-яке запитання і, таким чином, повноцінно долучитися до навчально-пізнавальної діяльності.

Перевагою презентаційних (мультимедійних) лекцій є насичення наочністю (схеми, графіки, ілюстрації, фотографії, відеоролики тощо). Мультимедійні лекції з використанням різних типів слайдів (текстові, анімаційні, ілюстративні, схематичні, графічні тощо) дають змогу краще засвоїти знання щодо основних чинників здоров'я, взаємозв'язків людини і довкілля, анатомічних та фізіологічних особливостей травної системи, правил оздоровчого харчування, закономірностей функціонування, шляхів збільшення резервів захисних сил організму людини, підвищення його функціонального потенціалу тощо.

Важливою умовою успішного й ефективного опанування знань про здоров'я є наявність взаємозв'язку нового матеріалу із засвоєним раніше. Більшу цікавість викликає інформація, що базується на знаннях, якими

студенти вже оволоділи. У зв'язку з цим доцільно внести корективи в черговість викладання окремих дисциплін із метою поетапного опанування матеріалу. Наприклад, вивчення такої дисципліни, як «Теорія і методика фізичного виховання» має передувати опануванню знань з основ здоров'я, оскільки спочатку студенти повинні отримати інформацію про різновиди та класифікації фізичних вправ, методичні та організаційні особливості розвитку фізичних якостей (витривалості, сили, швидкості, гнучкості, координації), а вже потім вивчати особливості фізіологічного та оздоровчого впливу фізичних вправ, спрямованих на розвиток тієї чи іншої рухової якості та їх правильного поєднання в оздоровчому фізичному тренуванні. За такої послідовності дисциплін викладач не витрачає час на пояснення студентам, що являють собою ті чи інші вправи та як їх розвивати, а безпосередньо перейти до викладу матеріалу про особливості оздоровчого впливу цих вправ, дати методику їх використання в оздоровчому фізичному тренуванні. Те саме стосується дисциплін «Біологія», «Анатомія людини», «Біохімія», «Фізіологія людини», без вивчення яких неможливо успішно опанувати знання з основ раціонального харчування, рухової активності та ін., адже для цього треба володіти базовими знаннями про анатомічну будову тіла, фізіологію людини, мати уявлення про сутність процесів, які відбуваються в організмі людини на біологічному, фізіологічному та біохімічному рівнях.

Дієвим засобом активізації пізнавальної діяльності студентів є тестовий контроль знань, адже відомо, що чим частіше перевіряється й оцінюється робота студента (у тому числі і ним самим, навчальними пристроями тощо), тим цікавіше йому працювати. Тести можуть бути використані з метою визначення рівня знань як перед викладенням лекційного матеріалу, так і контроль знань для виявлення рівня засвоєння навчального матеріалу в кінці лекції чи як окрема підсумкова контрольна робота. Як і будь-який інший засіб, тестовий контроль має свої переваги й недоліки. Головними перевагами тестової оцінки знань, на нашу думку, є: 1) можливість перевірки рівня засвоєння значного обсягу інформації за відносно короткий час (блок тестових завдань може містити до 20–30 і більше тестів-питань, у той час як в екзаменаційному білеті, як правило, всього 3–5); 2) об'єктивність оцінки (викладачу не доводиться на власний розсуд оцінювати глибину знань студента, як під час відповіді на теоретичні питання; кількість помилок чітко визначає рівень підготовки); 3) можливість використання комп'ютерних програм для перевірки знань; 4) зменшення чи відсутність небажаного, надмірного психоемоційного напруження під час виконання тестових завдань, яке виникає в деяких студентів під час безпосереднього спілкування з викладачем чи екзаменаційною комісією. До недоліків тестової оцінки знань можна

віднести відсутність розмовного спілкування студентів із викладачем, що негативно позначається на вмінні студентів висловлювати свої думки.

Для педагогічної практики особливої ваги набуває розроблений у психології принцип значущості. Те, що є особливо цікавим і важливим для людини, стає зрештою мотивом і метою діяльності. Якщо нове знання в процесі засвоєння не набуває особистісної цінності для учня, воно не буде засвоєне або буде засвоєне формально. Процес навчання стає ефективним і успішним, якщо він стимулюється інтересом і пошуком (Рубінштейн, 2011, с. 499-502).

З метою створення мотивації, демонстрації переваг здорового способу життя, значення здоров'я доцільним є наведення прикладів та вивчення оздоровчих методик таких видатних особистостей, як М. Амосов, П. Брегг, С. Бубновський, К. Бутейко, Ю. Власов, М. Гоголан, М. Горен, Я. Гоулер, В. Дікуль, А. Ерет, С. Кнейпп, М. Котляров, О. Мікулін, І. Неумивакін, К. Ніші, М. Норбеков, Г. Ситін, Н. Уокер, Г. Шаталова і багатьох інших, знайомство з авторськими оздоровчими методиками і життям яких переконує в можливості керування своєю поведінкою, реальності покращення здоров'я та якості життя.

Активність особистості тісно пов'язана з інтелектуальною та емоційно-вольовою сферою психіки. «Розвиток і освіта жодній людині не можуть бути надані чи повідомлені. Усякий, хто бажає до них долучитися, повинен досягнути цього власною діяльністю, власними силами, власним напруженням», – зазначав А. Дістервег (Колбанов, 1998, с. 21). У цьому зв'язку важливо відшукати такі важелі впливу, які б не тільки сприяли створенню теоретичної бази знань, формуванню потужної мотивації, а й спонукали до планування і практичної реалізації власної програми здорового способу життя, застосування оздоровчих засобів, методик і технологій.

Одним із засобів, який сприяє застосуванню знань про здоров'я, дотриманню правил і норм здорового способу життя, корекції власної оздоровчої програми та контролю її ефективності є «Щоденник здоров'я» (Міхеєнко та Котелевський, 2011). Це індивідуальний документ, який відображає якісні та кількісні характеристики здоров'я, результати самооцінки і самоконтролю, а також результати власних спостережень. Щоденник містить паспортні дані, поточні показники самопочуття, доступні для самостійного вимірювання показники дихальної та серцево-судинної системи у спокої та після навантаження, інформацію про особливості харчування, функціонування травної системи, стан опорно-рухового апарату та рівень розвитку фізичних якостей, режим сну і неспання, результати психологічного тестування, анкету для визначення індивідуальної конституції. Поряд з оцінкою стану здоров'я в щоденник заносять елементи програми здорового способу життя, дані про заплановані режими та їх дотримання, програму корекції поведінки, успішність повсякденної діяльності та аналіз

помилки, заходи з рекреації, профілактики з обов'язковим графічним зображенням динаміки показників рівня здоров'я і побудовою кругової діаграми. У щоденнику також подається корисна інформація про складові здорового способу життя, найважливіші чинники здоров'я (харчування, рухова активність, індивідуальна конституція, ендоекологія тощо). Ці відомості розкривають глибинний психофізіологічний механізм оздоровчого впливу кожного із зазначених чинників, активізують пізнавальний інтерес і дають змогу зацікавленій людині аналізувати, узагальнювати, робити висновки, розвивати гнучкість мислення, шукати та знаходити власний шлях до здоров'я.

Кругова діаграма відображає і характеризує ступінь дотримання запланованого режиму і оздоровчих заходів у процесі реалізації індивідуальної програми оздоровлення. Кругова діаграма будується щомісячно, що дає можливість спостерігати динаміку змін у стані здоров'я як результат умілого застосування оздоровчих засобів, докладання власних вольових зусиль, наочно демонструє ідеал, до якого треба прагнути. Перевірка практикою ефективності простих і загальнодоступних засобів оздоровлення сприяє розвитку творчого оздоровчого мислення, яке формується як здатність мислення аналізувати, порівнювати, узагальнювати, оцінювати, творчо й ефективно застосовувати засоби зміцнення здоров'я.

Необхідність розвитку творчого оздоровчого мислення зумовлена фактом, що кожна людина унікальна і неповторна. Практикою доведено, що використання певного оздоровчого засобу для когось може мати потужний оздоровчий вплив, для когось бути нейтральними, а комусь завдати шкоди здоров'ю. Отже, система оздоровлення повинна змінюватися для кожної людини, а не людина пристосовуватися до певної системи. На основі творчого оздоровчого мислення відбувається індивідуальна корекція способу життя. Як слушно зауважив доктор медичних наук С. Ґеник, «методи компенсації різноманітні і винятково індивідуальні. Кожен шукає їх шляхом спроб і помилок, іноді за допомогою лікаря, бо універсальної методики немає. Індивідуальні методи компенсації можуть бути й екзотичними. Якщо їх знайти, можна говорити про здоровий спосіб життя. Іншими словами, система саморегуляції організму і далі керуватиме тисячоголосим оркестром тіла» (Ґеник, 2002, с. 570).

Побудова кругової діаграми і графічне зображення динаміки показників рівня здоров'я є потужними мотиваційними чинниками, оскільки дозволяють відстежувати позитивні зрушення у процесі творення свого здоров'я як результат умілого докладання власних вольових зусиль, залучення необхідних оздоровчих засобів. Таким чином створюється ситуація успіху, яка стимулює здоров'ятворчу діяльність, виховує культуру здоров'я, сприяє процесу самоосвіти й самовиховання. Аналіз кругової діаграми і графіків динаміки показників рівня здоров'я кожного студента дає змогу виявити недоліки побудови індивідуальної оздоровчої програми

і вчасно її коригувати. Отже, «Щоденник здоров'я» є ефективним засобом навчання, самовиховання, саморозвитку, самовдосконалення, формування культури здоров'я особистості.

**Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.** Основою пізнавальної діяльності є складне переплетіння інтелектуальної, вольової та емоційної сфери особистості. Засоби активізації пізнавальної діяльності стимулюють волю і увагу, розширюють можливості для запам'ятовування, підвищують розумову працездатність, оптимізують функціональний стан студентів. Активізації пізнавальної діяльності студентів під час опанування основ здоров'я сприяють: вирішення завдань проблемного характеру, самостійний пошук і «відкриття» нових знань; усвідомлення потреби, важливості, доцільності вивчення предмету як у цілому, так і за розділами (темами); взаємозв'язок нового матеріалу із засвоєними раніше знаннями: чим більше нова інформація пов'язана із засвоєними раніше знаннями, тим більшу цікавість вона викликає; чим частіше перевіряється й оцінюється робота студента (у тому числі і ним самим, навчальними пристроями тощо), тим цікавіше йому працювати.

Проблема виховання свідомого і дбайливого ставлення до здоров'я знаходиться, насамперед, у компетенції освіти. Процес опанування науки про здоров'я потребує розробки і застосування нових педагогічних технологій, методів, форм навчання, які сприяють створенню потужної мотивації, спонукають до здорового способу життя, реалізації оздоровчих засобів.

#### ЛІТЕРАТУРА

- Ґеник, С. (2002). *Скарби здоров'я навколо нас*. Івано-Франківськ (Genyk, S. (2002). *Treasures of health around us*. Ivano-Frankivsk).
- Колбанов, В. (1998). *Валеология: основные понятия, термины и определения*. Санкт Петербург (Kolbanov, V. (1998). *Valeology: basic concepts, terms and definitions*. Saint Petersburg).
- Міхеєнко, О., Котелевський, В. (2011). *Щоденник здоров'я*. Суми (Mikheienko, O., Kotelevskiy, V. (2011). *Diary of health*. Sumy).
- Ничкало, Н., Кудина, В. (2002). *Професійна освіта в зарубіжних країнах: порівняльний аналіз*. Черкаси (Nychkalo, N., Kudina, V. (2002). *Professional education in foreign countries: comparative analysis*. Cherkasy).
- Рубинштейн, С. (2011). *Основы общей психологии*. Санкт Петербург (Rubinstein, S. (2011). *Basics of general psychology*. Saint Petersburg).

#### РЕЗЮМЕ

**Міхеєнко Александр, Литвиненко Виталина, Лянной Михаил, Лянная Ольга.** Активизация познавательной деятельности студентов при обучении основам здоровья.

**Цель:** разработать и обосновать формы и методы активизации познавательной деятельности студентов в процессе обучения основам здоровья.

**Методы:** анализ и обобщение данных научно-методической литературы, тестирование, валеологический мониторинг, педагогический эксперимент.

**Результаты:** освоение знаний о здоровье предполагает творчески-практическую деятельность, которая требует поиска соответствующих средств, методов,



форм обучения, связанных с активизацией познавательного интереса и познавательной деятельности как действенных факторов влияния на успешность и эффективность обучения студентов. **Практическое значение:** разработаны и конкретизированы пути улучшения качества усвоения учебного материала по основам здоровья, которые способствуют успешному практическому применению знаний о здоровье, соблюдению правил и норм здорового образа жизни. **Выводы и перспективы дальнейших научных исследований:** проблему воспитания сознательного и бережного отношения к здоровью необходимо решать средствами образования. Процесс освоения науки о здоровье требует разработки и применения новых педагогических технологий, которые побуждают к здоровому образу жизни, реализации оздоровительных средств.

**Ключевые слова:** познавательная деятельность, познавательный интерес, обучение основам здоровья.

### SUMMARY

**Mikheienko Olexander, Litvinenko Vitalina, Lianoi Mykhailo, Lianna Olha.** Activation of cognitive activity of students in the process of learning the basics of health.

**Aim:** to develop and substantiate forms and methods of activating cognitive activity of students in the process of studying the basics of health.

**Methods:** analysis and generalization of data of scientific-methodological literature, testing, valeological monitoring, pedagogical experiment.

**Results:** acquisition of knowledge about health involves creative and practical activity, which requires the search for appropriate means, methods, forms of learning related to the activation of cognitive interest and cognitive activity as effective factors influencing success and effectiveness of students' education.

**Practical significance:** ways of improving the quality of learning material on the basics of health have been developed and specified, which contribute to successful practical application of knowledge about health, adherence to rules and standards of a healthy lifestyle.

**Conclusions and perspectives of further research:** the basis of cognitive activity is complex interweaving of the intellectual, volitional and emotional sphere of the individual. Means of activation of cognitive activity stimulate will and attention, expand possibilities for remembering, increase mental working capacity, optimize functional state of students. Activation of cognitive activity of students while mastering the foundations of health contribute to: problem-solving issues, independent search and "discovery" of new knowledge; awareness of the necessity, importance, expediency of studying the subject as a whole, and by sections (topics); interconnection of new material with lessons learned before: the more new information is connected with knowledge acquired before, the more interest it causes; the more often a student is assessed and evaluated (including himself, educational devices, etc.), the more interesting it is to work.

The problem of educating a conscious and careful attitude to health is, first and foremost, within the competence of education. The process of mastering the science of health requires development and application of new pedagogical technologies, methods, forms of learning that contribute to creating a powerful motivation, encouraging a healthy lifestyle, and implementing health-improving means.

**Key words:** cognitive activity, cognitive interest, education of the basics of health.