

# «Биологические ритмы у человека как приспособительные ритмы ЖИЗНИ»

Выполнила:

студентка I курса группы ПДО-14 специальности 44.02.03

Педагогика дополнительного образования

Гайнуллина Карина Раилевна.

Руководитель:

Исламова Эльвера Задаевна

## Проблема проекта

- ▶ **Проблемой проекта** является недостаточная осведомлённость современного поколения о биологических ритмах у человека как приспособительных ритмах жизни.
- ▶ При написании проекта были использованы материалы Алан, М. Дэвис, Арушанян Э.Б и т.д., а также были проанализированы электронные ресурсы. Данные источники помогли раскрыть тему «Биологические ритмы у человека как приспособительные ритмы жизни»



# Конечный продуктом являлось презентация «Биологические ритмы у человека как приспособительные ритмы жизни»

- ▶ [2. Презентация.pptx](#)
- ▶ **Цель проекта** – создать презентацию о биологических ритмах у человека как приспособительных ритмах жизни.
- ▶ **Задачи проекта:**
  1. Изучить и систематизировать литературу о биологических ритмах у человека как приспособительных ритмах жизни.
  2. Дать характеристику биологическим ритмам у человека как приспособительным ритмам жизни.
  3. Описать процесс создания презентации о биологических ритмах у человека как приспособительных ритмах жизни.

▶ **Содержание**

- ▶
- ▶ [Введение](#)
- ▶ [§1. Характеристика биологических ритмов у человека как приспособительных ритмах жизни](#)
- ▶ [§2. Описание процесса создания презентации о биологических ритмах человека как приспособительных ритмах жизни](#)
- ▶ [Заключение](#)
- ▶ [Список литературы](#)
- ▶ [Приложение](#)

# Определение биоритма



## БИОРИТМЫ

Биоритмы - это колебания, максимальные и минимальные значения которых наступают через приблизительно равные промежутки времени..

- ▶ Биологический ритм (биоритм) представляет собой колебательный процесс, заключающийся в чередовании каких-либо биологических явлений (процессов) через определенные промежутки времени, которые обозначаются как период биоритма. К числу основных параметров биологического ритма относятся амплитуда, частота, среднепериодический уровень (мезор) биологического процесса, положение максимальной величины функции (акрофаза) на протяжении периода ритма. Величину периода ритма можно использовать в качестве естественной единицы (меры) биологического времени. Число циклов колебаний, совершающихся в единицу времени, составляет частоту биоритма. Амплитуда биоритма отражает размах предельных значений колебаний биологического процесса.

**Спасибо за внимание!**

