1

1. Біологічні ритми та стан здоров’я людини. Поняття про біологічні ритми.

2. Добові ритми рухової активності

2

1. Класифікації найбільш поширених біологічних ритмів.

Добові ритми харчування

1. Провідні характеристики біологічних ритмів (рівень або мезор, період, амплітуда, акрофаза тощо).

3

Нейроендокринний контроль добових ритмів

1. Методика визначення різних типів денних кривих біологічних ритмів.

Ритм сон-неспання

4

1. Методика визначення типу денної працездатності людини.

Формування й зміни добових ритмів в онтогенезі

1. Методика визначення розрахункових біологічних ритмів людини.

Генетична основа циркадної системи організму. Часові гени

5

1. Десинхроноз як основний вид хронопатології. Види десинхронозів.

Добовий "біологічний годинник". Орієнтація в просторі

1. Хроногігієна як основа профілактики десинхронозів.

Хронотерапія та хронофармакологія

6

1. Біоритмологічні принципи раціональної організації навчальної та професійної діяльності.

Виникнення та еволюція добових ритмів; їхнє адаптивне значення