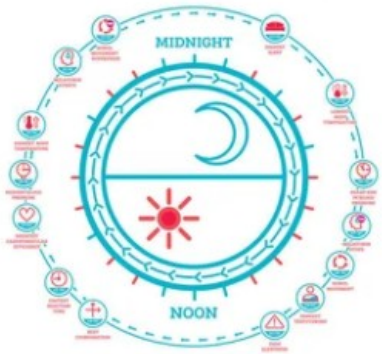
Назва кафедри	Біології людини, хімії та МНХ, Колесник Ю.І.
Назва дисципліни	**Хронобіологія людини**
Загальна кількість кредитів (годин)	3 кредити (90 годин)
Курс та півріччя, де починається дисципліна	2 курс (3 семестр)
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	денна, заочна
Попередні умови	Анатомія людини, Цитологія, Фізіологія людини, Біогеографія, Біохімія, Фізіологія ВНД
Назва спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисциплін	014 Середня освіта (Географія), 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)
Короткий опис дисципліни 	**Мета викладання навчальної дисципліни** „Хронобіологія" – сформувати систему знань щодо фізіологічних механізмів біологічних ритмів, які мають місце в організмі людини та роль цих процесів у життєдіяльності. В результаті вивчення дисципліни ви будете **знати**: теоретичні та методологічні основи біоритмології (хронобіології), закономірності між ритмічними коливаннями в живих системах; основні біологічні ритми в організмі людини та загальні принципи їхньої регуляції; ритми активності; принципи функціонування «біологічних годинників»; сучасні підходи до вивчення біоритмів на різних рівнях організації. **вміти**: класифікувати біологічні ритми, передбачити зміни у функціонуванні організму у випадку порушення того чи іншого біоритму; розраховувати амплітуду коливань в живих системах давати об´єктивну оцінку зв´язку різних біологічних явищ з біоритмами; використовувати індивідуальну структуру біоритмів людини під час планування та здійснення професійної діяльності (в т.ч. освітньої); застосовувати засоби діагностики десинхронозів та основні методи їх профілактики; використовувати знання про види та природу біоритмів задля корекції режиму праці і відпочинку з метою самооздоровлення та покращення режиму практичної життєдіяльності.