



Запам'ятай



- **Біологічні ритми** – регулярні кількісні та якісні зміни процесів життєдіяльності, що відбуваються на всіх рівнях життя.
- **Зовнішні біоритми** – циклічні зміни в середовищі, пов'язані з розташуванням Землі в космічному просторі.
- **Внутрішні біоритми** – самостійні біологічні ритми живих організмів, пов'язані з їх власною життєдіяльністю.
- **Адаптивні біологічні ритми** – пристосування організмів до регулярних екологічних змін у навколишньому середовищі.

