# Зачетная работа по теме «Изменение биоритмов»

1. Создайте таблицу по образцу:

| Иванов Иван | Фамилия, имя | Периоды | | |
|---|---|---|---|---|
| 10 ноября 1962 г. | Дата рождения | 23 | дня | физ-кой |
| 21 ноября 2008 г. | Текущая дата | 28 | дней | эмоц-ной |
| 16 571 | Прожито дней | 33 | дня | интел-ной |
| ***Таблица биоритмов*** | | | | |
| Даты исследований | Прожито дней | физ-кой | эмоц-ной | интел-ной |
| 21.11.2008 | 16 571 | 0,136 | -0,901 | 0,815 |
| 22.11.2008 | 16 572 | -0,136 | -0,782 | 0,910 |
| 23.11.2008 | 16 573 | -0,398 | -0,623 | 0,972 |
| 24.11.2008 | 16 574 | -0,631 | -0,434 | 0,999 |
| 25.11.2008 | 16 575 | -0,817 | -0,223 | 0,990 |
| 26.11.2008 | 16 576 | -0,942 | 0,000 | 0,945 |
| 27.11.2008 | 16 577 | -0,998 | 0,223 | 0,866 |
| 28.11.2008 | 16 578 | -0,979 | 0,434 | 0,756 |
| 29.11.2008 | 16 579 | -0,888 | 0,623 | 0,618 |
| 30.11.2008 | 16 580 | -0,731 | 0,782 | 0,458 |

2. Заполните исходные данные:
   - в ячейку A1 введите свою фамилию и имя.
   - в ячейку A2 введите дату своего рождения (формула)
   - в ячейку A3 введите текущую дату (формула)
   - в A4 введите формулу для просчета прожитых дней (с разделителем тысяч)
   - в A7 – текущую дату(формула)
   - F8:F16 – последующие даты (формулы)
   - B7:B16 – количество прожитых дней (формулы)
3. Вычислите биоритмы физической, эмоциональной и интеллектуальной активности по формуле: $F = \sin\frac{2\Pi(t - t_0)}{T}$, где

   t – текущая дата

   $t_0$ – дата рождения

   T – соответствующий период активности
4. Отформатируйте таблицу по образцу(см. ниже)
5. Создайте колонтитулы (*Вид→Колонтитулы)*: в верхнем укажите фамилию и имя (по центру), в нижнем – дату и время выполнения работы (справа).
6. Переименуйте *Лист1* в *Биоритмы.*
7. Постройте график изменения Ваших биоритмов.
8. Задайте альбомную ориентацию данного листа.
9. Удалите лишние листы.
10. В своей папке создайте новую папку под именем *Исследование* и сохраните полученный результат.