

Адаптация человека к деятельности — изменение системы гомеостатического регулирования, которое обеспечивает при заданном характере и уровне деятельности ее минимальную физиологическую и психологическую «стоимость».

Основной критерий А. ч. к д. — обеспечение выполнения цели деятельности при минимизации затрат.