

Сущность	Атрибут	Комментарий
Users	user_id(PK)	id пользователя
	telegram_id	id пользователя из телеграм
	name	имя пользователя в телеграм
	created_date	дата создания
Metrics	metric_id(PK)	id таблицы метрик
	user_id(FK)	внешний ключ на пользователя
	timestamp	время
	cognitive_score	когнитивная нагрузка
	focus	фокус
	chill	расслабление
	stress	стресс
	self_control	самоконтроль
	anger	гнев
	relaxation_index	индекс релаксации
	fatigue_score	усталость
	reverse_fatigue	обратная усталость
	alpha_gravity	альфа пика
	heart_rate	пульс
productivity_periods	period_id(PK)	id периода продуктивности
	user_id(FK)	внешний ключ на пользователя
	start_time	начала замера
	end_time	конец замера
	recommended_activity	временные периоды активности
	created_at	дата создания
daily_recommendation	recommedation_id(PK)	id рекомендаций
	user_id(FK)	внешний ключ на пользователя
	date	дата
	recommendation_text	рекомендации
	created_at	дата создания
improvement_suggestions	suggestion_id(PK)	id предложения по улучшению
	user_id(FK)	внешний ключ на пользователя
	suggestion_text	текст предложения
	created_at	дата создания