13.12. 24 гр. «Охорона праці» **КОНСУЛЬТАЦІЯ**

Тема «Чергування праці та відпочинку»

Режим праці та відпочинку – це встановлювані для кожного виду робіт порядок чергування періодів роботи і відпочинку та їх тривалість.

Раціональний режим – це співвідношення і зміст періодів роботи і відпочинку, при яких висока продуктивність праці поєднується з високою і стійкою працездатністю людини без ознак надмірної втоми протягом тривалого часу. Таке чергування періодів праці та відпочинку дотримується в різні відрізки часу: протягом робочої зміни, доби, тижня, року відповідно до режиму роботи підприємства.

https://te.dsp.gov.ua/vplyv-pratsi-ta-vidpochynku-na-organizm-lyudyny/#:~:text=%D0%A0%D0%B5%D0%B6%D0%B8%D0%BC%20%D0%BF%D1%80%D0%B0%D1%86%D1%96%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D1%83%20%E2%80%93%20%D1%86%D0%B5,%D1%96%20%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D1%83%20%D1%82%D0%B0%20%D1%97%D1%85%20%D1%82%D1%80%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C.