



Рис. 1. Основні причини низької продуктивності працівників

*Засядько О.А., Войцеховська Г.Є.,
Слободяник С.С., Горбатков А.В., студенти,
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького*

ВДОСКОНАЛЕННЯ РЕЖИМУ ПРАЦІ ЯК ОСНОВНОГО ЕЛЕМЕНТУ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ

Серед факторів підвищення ефективності праці особливе місце належить раціональному режиму праці та відпочинку, адже розробка режиму праці на підприємстві забезпечує ефективне використання виробничих потужностей при збереженні високої працездатності робітника

Раціональним є такий режим, який найкращим чином забезпечує підвищення працездатності та продуктивності праці, зберігає здоров'я людини, створює умови для гармонійного розвитку особистості. При цьому потрібно враховувати, що найвища продуктивність праці спостерігається в ранішні часи, а найнижча – в нічний час.

Для підвищення працездатності також необхідно протягом робочої зміни роботи перерви, передбачати їх і раціонально планувати, щоб задовольнити фізіологічні вимоги організму. Щоб зберегти високий рівень працездатності протягом усього робочого дня велике значення має термін для перерви та її тривалість. Це залежить від характеру роботи, її важкості, складності, відповідальності та шкідливості. Встановлено, що на важких і шкідливих роботах перерви повинні бути частішими, але коротшими (5-7 хвилин), а інших - більш подовженими (15-20 хвилин). Загальна тривалість внутрішньо змінних перерв (крім обідньої), які відносяться до робочого часу, повинна становити 7-8% робочого дня.

Працездатність людини слід розглядати як здатність організму перетворювати один вид енергії в інший, змінювати і перетворювати при цьому предмети праці й природи для задоволення своїх фізіологічних і матеріальних потреб. Однак працездатність не є постійною величиною. Вона змінюється під дією багатьох факторів і умов виробництва. Наприклад, важкість робіт вимагає певних фізичних зусиль протягом відповідного періоду; складність – розумового напруження тощо. Всі ці явища викликають зміни фізіологічних і психологічних функцій в організмі робітника, втому, впливають на працездатність, вимагають дозування трудової діяльності. Ця регламентація і повинна передбачатись при розробці режимів праці та відпочинку, спиратись на дані біологічних наук, які розкривають психофізіологічні закономірності життєдіяльності людського організму в умовах виробництва[1].

Режими праці і відпочинку повинні будуватися так, щоб забезпечити нормальний перебіг технологічного процесу.

При проектуванні режиму праці та відпочинку необхідно враховувати ряд вимог:

- раціональне чергування роботи і відпочинку повинне здійснюватися на всіх роботах і для всіх категорій працівників, в рамках однієї організації доцільно дотримуватися єдиних принципів і методів визначення режимів;
- тривалість і форма відпочинку повинні визначатися з урахуванням умов праці, величини і структури трудових навантажень, забезпечувати попередження стомлюваності і високий рівень працездатності;
- облік статево-вікової структури працівників (скорочений робочий день для підлітків);
- недопущення підміни регламентованого відпочинку безладними перервами на розсуд працівників (передчасний перерву порушить сформований рівень працездатності; запізнений або недостатньо тривала перерва може привести до перевтоми; мимовільні перерви можуть порушити ритмічність виробничого процесу; з цих же причин випадкові простоя через недоліки в організації роботи не можуть розглядатися як повноцінний відпочинок);
- режим повинен переглядатися з урахуванням змін технології, організації та умов праці, рівня його механізації (автоматизації), вимог трудового законодавства [2].

Оптимальний режим праці та відпочинку повинен забезпечувати високу продуктивність праці при хороших якісних показниках. При цьому повинна підтримуватися висока працездатність, тобто максимальне відновлення функціональних показників організму за час перерви.

Список використаних джерел:

1. Пашуто В.П. *Організація, нормування та оплата праці на підприємстві*. – М.: КноРус, 2005. – 320 с.
2. Арон С.І., Калитич Г.І. *Мікроелементне нормування та проектування праці*. – Київ: Техніка, 1993. – 402 с.