

ВАЖЛИВІСТЬ ВІДПОЧИНКУ В РОБОТІ ВОДІЯ ТРАНСПОРТНОГО ЗАСОБУ

Клещ Олег Віталійович

здобувач вищої освіти факультету будівництва та транспорту

Сумський національний аграрний університет, Україна

Науковий керівник: Хворост Тетяна В'ячеславівна

Доцент кафедри охорони праці та фізики, канд. економ. наук, доцент

Сумський національний аграрний університет, Україна

Анотація. З початку зародження цивілізації до теперішнього часу умови праці покращувались за рахунок створення законодавства, яке б регулювало трудову діяльність. Протягом всієї історії, усюди траплялися випадки рабської праці або праці з надмірною експлуатацією людини, де часто відпочинок не був передбачений взагалі, тому право працівника на відпочинок є важливим аспектом унормування та контролю підприємств та виробництв, як і умови праці.

Ключові слова: логістика, ергономіка, відпочинок, транспортний засіб, продуктивність праці.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Огляд літературних джерел стосовно впливу відпочинку на ефективність роботи працівників на АТП показав, що відпочинок є важливою та невід'ємною складовою виробничого процесу на будь-якому підприємстві.

Основні результати дослідження. В Україні, 45-та стаття Конституції гарантує кожному працівнику право на відпочинок. Законодавство регулює всі аспекти відпочинку, такі як: відпуски, вихідні дні, час на відпочинок під час робочого дня, скорочення робочого дня для професій, які вважаються небезпечними тощо.

Важливим моментом є те, що законодавство України чітко унормовує роботу у вихідні дні, однак не вважає порушенням законодавства у таких випадках, коли:

1. Робітників викликають на роботу через запобігання або усунення наслідків різноманітних аварій, стихійних лих або пошкодження майна.
2. Робітників викликають на роботу задля виконання певних завдань, які не були передбачені і не були виконані; і через які нормальна робота компанії не може відбуватися, адже від цього залежать структурні підрозділи чи безпосередньо саме підприємство.

Зазначимо, що ми взяли до уваги далеко не всі випадки, коли працівників можуть викликати на роботу у вихідні дні.

Відповідно до чинного законодавства, на кожному підприємстві складається графік роботи та відпочинку, який враховує фізіологічні функції, ритми та потреби організму працівників. Також при складанні графіку роботи та відпочинку враховуються фази працездатності людини: фаза наростаючої працездатності, фаза стабільної високої працездатності та фаза падіння працездатності (або фаза наростаючої втоми). Фази працездатності використовуються на підприємствах і на більш глобальному рівні, такому як: тижневий план, місячний план, квартальний план, річний план тощо. Чим більше рівень планування, тим більше факторів використовується при складанні графіку робочого дня.

Відпочинок під час робочої зміни напряму залежить від складності роботи. На підприємствах, що вимагають від працівника постійної чи перемінної фізичної активності, регламентовані перерви тривають більше, на відміну від підприємств, де працівники мають низьку фізичну активність або не мають її взагалі.

Відпочинок буває активним і пасивним. Після фізичних навантажень, працівнику потрібно посидіти або полежати, щоб організм прийшов до нормального стану, тому на підприємствах з фізичними навантаженнями розповсюджений пасивний відпочинок. На так званих «сидячих роботах»

використовують активний відпочинок, який передбачає рухову діяльність, гімнастику та слабкі фізичні навантаження.

Робота водія транспортного засобу входить до переліку шкідливих робіт, особливо в умовах бойових дій [1], оскільки керування транспортним засобом через емоційне напруження, фізичне навантаження, різноманітні шуми, вібрації, зосередженість на керуванні, одне положення тіла протягом робочого дня та ряд інших факторів; значно псує людське здоров'я. Серед водіїв широко поширені хронічні захворювання серцево-судинної системи, які часто виникають саме через брак відпочинку, відсутність якісного медичного огляду та нормального режиму харчування.

В останній час за роботою водіїв стали пильно приглядати, адже знаходження водія у поганому стані здоров'я, у стані перевтоми та недосипу стає потенціальною загрозою для інших учасників дорожнього руху. Неодноразово через це виникали дорожньо-транспортні пригоди, які призводили до смертельних наслідків. Через це, сучасні автоперевізники почали активно впроваджувати системи контролю та моніторингу за водіями [2].

Часто жага до заробітку коштів спонукає робітників нехтувати відпочинком та працювати понаднормово, що спричиняє погані наслідки. Встановлення тахографів дозволяє не тільки слідкувати за контролем швидкості транспортного засобу, а ще й використовується для контролю за відпочинком водія.

Сучасні транспортні засоби самостійно нагадують водіям за відпочинок. Деякі оснащені такою системою, які у випадку нехтування водієм сигналів для відпочинку, відмовляються працювати, поки водій не зробить зупинку та не відпочине передбачений законодавством час.

Висновок. У підсумку можна впевнено сказати, що відпочинок напряму впливає на продуктивність працівника, оскільки через фізичне та емоційне напруження, працівник втомлюється, тому йому потрібен деякий проміжок часу, для того, щоб відновитися. Нехтування відпочинком призводить до хронічної

втомі, яка окрім зменшення продуктивності працівника в перспективі, призводить до захворювань через зниження імунітету.

Список використаних джерел:

1. Мікуліна М.О., Клещ О. В. ПЕРЕВЕЗЕННЯ НЕБЕЗПЕЧНИХ ВАНТАЖІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ // The 12 th International scientific and practical conference “Modern research in world science” (February 26-28, 2023) SPC “Sci-conf. com. ua”, Lviv, Ukraine. 2023. 302-307 p
2. Мікуліна М. О., Клещ О. В. ВПЛИВ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ПРОЦЕСІВ ЛОГІСТИКИ НА ТРАНСПОРТНУ СИСТЕМУ УКРАЇНИ. Збірник тез по матеріалах міжнародної науково-практичної інтернет-конференції “ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ НАУКИ І ОСВІТИ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ” (28 лютого 2023 року, м. Переяслав): науковий збірник УНІВЕРСИТЕТ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ В ПЕРЕЯСЛАВІ, Україна. Переяслав, 2023. С. 195-197