

Работы тяжелые

Тяжелые работы - работы, отражающие преимущественную нагрузку на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы организма, выполнение которых связано с вовлечением более чем $2/3$ мышечной массы человека

Источник: "Пособие по охране труда дорожному мастеру" (утв. Распоряжением Минтранса России от 29.01.2003 № ОС-37-р)

<3> Тяжелыми считаются работы, требующие в процессе их выполнения неоднократного приложения человеком усилий свыше 15 кг или выполняемые при меньших нагрузках, но в тяжелых метеорологических условиях, при высоких или отрицательных температурах, в неудобном положении, с применением дыхательных аппаратов, специальной защитной одежды и др

Источник: "РД 31.80.11-95. Методические указания "Принципы разработки и обоснования требований нормативных правовых актов по охране труда на морском транспорте" (утв. Департаментом морского транспорта 13.11.1995)

Источник: <https://alexeyborisov.ru/enc/15284/>