

Режим труда и отдыха

3.6. Режим труда и отдыха - соотношение и содержание периодов работы и отдыха, при которых высокая производительность труда сочетается с высокой устойчивой работоспособностью человека без признаков чрезмерного утомления и напряжения в течение длительного периода

Источник: "МР 2.2.9.2311-07. 2.2.9. Состояние здоровья работающих в связи с состоянием производственной среды. Профилактика стрессового состояния работников при различных видах профессиональной деятельности. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом России от 18.12.2007) (вместе с "Методикой психической саморегуляции")

Источник: <https://alexeyborisov.ru/enc/28796/>