

Виды и условия трудовой деятельности человека

Виды трудовой деятельности

Трудовую деятельность можно прежде всего разделить на физический и умственный труд.

Физический труд характеризуется прежде всего повышенной мышечной нагрузкой на опорно – двигательный аппарат и его функциональные системы – сердечно – сосудистую, нервно – мышечную, дыхательную.

Умственный труд связан с приемом и переработкой информации и требует напряжения внимания, памяти, активизации процессов мышления, связан с повышенной эмоциональной нагрузкой.

Классификация условий труда по тяжести и напряженности трудового процесса

Тяжесть физического труда – это в основном мышечные усилия и затраты энергии: физическая динамическая нагрузка, масса поднимаемого и перемещаемого груза, рабочие движения, статистическая нагрузка, перемещение в пространстве.