

Особливість роботи працівників перукарень і салонів краси полягає в постійній необхідності підвищення рівня власної кваліфікації, удосконалення своїх професійних знань, вмій і навичок, слідкування за нововведеннями, новими технологіями, методами, прийомами, косметичними препаратами, обладнанням на вітчизняному та світовому ринках унаслідок дуже стрімкого розвитку цього напрямку за останні 10 років. Підвищення рівня кваліфікації працівника відбувається переважним чином на професійних курсах, рідше у професійно-технічних і вищих навчальних закладах [3].

1. Чуватова О. Бізнес-план салону краси, SPA-салону, велнес-центру [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://webarticles.org.ua/biznes/biznes-planu/biznes-plan-salonu-krasy-salonu-velnes-centru.html>. 2. Задорога А. Лише висококласні майстри гарантують успіх салонів краси [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.vlasnasprava.info/ua/business_az/how_to_start/business_idea.html?_m=publications&_t=rec&id=12204. 3. Лукашкова Л.В. Особливості системи оплати праці в перукарнях та салонах краси [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Tiru/2010_30_2/Lukash.pdf.

Н.І. Хромець

студ. групи МОР-42

Науковий керівник – асист. каф. МО Прийма Л.Р.

РОЛЬ ПЕРЕРВИ В РЕГЛАМЕНТІ РОБОЧОГО ДНЯ

Перерва – це, як відомо, спеціально відведений час для відпочинку від роботи під час робочого дня. Зазначимо, що мінімальна межа тривалості перерви не зазначена в Законі, тому керівники самі узгоджують час перерви зі своїми підлеглими, тобто час початку і закінчення перерви встановлюється правилами внутрішнього Розпорядку підприємства. Загалом, перерва, як правило надається через 4 год. Після початку роботи. Варто зазначити, що є й винятки, наприклад, жінкам котрі мають дітей віком до 1,5 року, крім загальної для всіх працівників перерви надаються додаткові перерви для годування дитини не раніше ніж через 3 год. Після початку робіт тривалістю 30 хв. Кожна, а за наявності 2 і більше дітей додаткова перерва повинна

тривати не менше години. Тривалість додаткової перерви включається в робочий час і оплачується за середнім заробітком. Строк та порядок надання перерв встановлюється керівництвом підприємства чи уповноваженим органом з врахуванням бажання жінки-матері.

Залежно від характеру трудового процесу і умов праці можливі деякі відхилення в періодичності надання і тривалості регламентованих перерв на відпочинок, а саме:

- для працівників за пультами управління доцільно надавати 10-хвилинні перерви на відпочинок через кожну годину роботи;
- для працівників творчої праці рекомендуються 15-хвилинні перерви через кожні дві години роботи і за 1,5 год. До її закінчення;
- для працівників, що працюють на роботах з великим фізичним навантаженням і несприятливими умовами надаються перерви на відпочинок тривалістю 8-10 хв.;
- для працівників, що працюють в особливо несприятливих умовах – по 15 хв.;
- для працівників, що працюють на особливо важких роботах необхідно поєднувати роботу протягом 15-20-хвилин з відпочинком такої ж тривалості. За таких умов слід організувати підміну людей, які працюватимуть по чергово;
- для працівників, що працюють на роботі з великим нервовим напруженням, високому темпі та підвищеній монотонності слід надавати часті перерви тривалістю 5-10 хв.

Результати досліджень вчених показали, що сидяча робота значно скорочує життя людини та підвищує ризик передчасної смерті, зокрема у жінок, які сидять понад 6 год. Ймовірність передчасної смерті збільшується на 37% порівняно з тими представницями, які сидять по 3 год. З невеликими перервами, а в чоловіків такий ризик становить 18%.

Експерти підкреслюють, що навіть один день тривалого сидіння може викликати зміни в обміні речовин працівника, тому лікарі рекомендують під час обідньої перерви добре харчуватись і прогулюватись на свіжому повітрі, що сприятиме відновленню сил та хорошему настрою.

Для того щоб в обідню перерву відновити працездатність необхідно включати в обідній раціон апельсини та лимони, які підвищують увагу, зосередженість та імунітет людини, або запалити аромалампу з ефірними оліями, які бадьорять. Також, на відновлення працездатності

позитивно впливають прогулянки на свіжому повітрі по парку чи невеликі фізичні навантаження, наприклад, гра в настільний теніс.

Через особливості біоритму організму людини приблизно до 15.00 дня активність знижується, людина відчуває сонливість, знижується пильність, в результаті чого людина починає працювати менш ефективно, тому для підвищення результативності, вчені всього світу рекомендують короткий післяобідній сон. Зокрема, в Іспанії післяобідній сон (сієста) є особливістю їх трудового розпорядку, а у Японії та на Манхеттені обладнані спеціальні кімнати для релаксації. У таких кімнатах витримується спеціальна температура, відтворюються звуки природи, що відволікає людину від негативних думок.

В Україні працівники використовують час перерви на свій розсуд, а саме:

- пообідати;
- прогулятися на свіжому повітрі;
- почитати цікаву літературу;
- поспілкуватися з співробітниками на різноманітні теми;
- навіть вивчати іноземні мови. Як стверджують вчені, якщо займатись вивченням іноземних мов протягом 30 хв. Щодня, то наприкінці трудової діяльності працівник стане поліглотом.

Крім регламентованих перерв є ще й нерегламентовані, наприклад перерва на куріння (перекур), адже працівники курять не тільки під час відведених перерв, а й в робочий час. Для таких працівників варто застосувати санкції, наприклад продовжити робочий день на 30 хв., оскільки саме такий час вони «прокурюють», а не працюють. Отже, перерва відіграє важливу роль для кожного працівника.

М.В. Цімура

студ. групи М-32

Науковий керівник – к. е. н., доц. каф. МО Новаківський І.І.

ПЕРСПЕКТИВНІ ФОРМИ РОЗВИТКУ СЛУЖБ ЗАЙНЯТОСТІ В INTERNET СЕРЕДОВИЩІ

Теперішня складна ситуація з працевлаштуванням в нашій країні, зумовила розвиток альтернативних шляхів пошуку роботи, найпрогресивнішим серед них є використання Інтернет середовища. Ще 10 років