

# Pracovní doba a doby odpočinku

## Abstrakt

Diplomová práce se zabývá tematikou pracovní doby a doby odpočinku. Tyto právní instituty jsou představeny nejen z pohledu vnitrostátní právní úpravy *de lege lata*, ale nastiňují rovněž jejich historický vývoj od doby středověku až po současnost, včetně jejich značné provázanosti jak s unijním, tak mezinárodním právem. Významná část práce je dále věnována flexibilním formám pracovní doby jako je například práce na dálku, jejíž popularita v posledních letech vzrostla především v souvislosti s celosvětovou pandemií COVID-19. Tento alternativní způsob v té době představoval ideální variantu, jak minimalizovat riziko šíření nemoci a zároveň umožnil zaměstnancům i zaměstnavatelům pokračovat ve výkonu jejich pracovních činností.

Vzhledem k tomu, že se jak pracovní doba, tak doby odpočinku dotýkají téměř každého ekonomicky aktivního člověka pohybujícího se na trhu práce, jsou v závěrečné práci rovněž v krátkosti zmíněny související psychologické dopady, které mohou v životě jednotlivce ve spojitosti s nastavením pracovní doby a s dobami odpočinku nastat. Technologický vývoj v posledních dekádách nabírá stále na rychlosti a přináší s sebou mnoho změn snad ve všech životních etapách člověka. To klade nemalé nároky nejen na nás samotné, ale také na zákonnou úpravu, neboť je dnes již nezbytností, aby i právo bylo schopno se tomuto nezastavitelnému pokroku přizpůsobit a dokázalo adekvátně reagovat na současné potřeby jak zaměstnanců, tak společnosti celkově.

Důkazem této naléhavé potřeby bylo na unijní úrovni schválení dvou významných pracovněprávních směrnic v červnu 2019, které reagovaly na zvýšené požadavky jednotlivců související s rostoucím trendem nastavení rovnováhy mezi pracovním a soukromým životem (tzv. work-life balance). To vedlo k právním změnám také na národní úrovni, jež vyústily ve schválení novely zákoníku práce v září roku 2023. Z tohoto důvodu je diplomová práce vypracována již v souladu s novou vnitrostátní právní úpravou, jejíž účinnost nastane 1. října 2023, v případě dovolené zaměstnanců pracujících na dohodu o pracích konaných mimo pracovní poměr 1. ledna 2024.

**Klíčová slova: pracovní doba, doby odpočinku, novela zákoníku práce**