

ÖN TEST - Elle Taşıma İşleri Yönetmeliği

AD	SOYAD	GÖREVİ	TARİH	İMZA

1. Soru

Elle taşıma işinin tanımı aşağıdakilerden hangisini kapsar?

- ☐ A) Sadece ağır yüklerin vinç yardımıyla taşınması süreci
- ☐ B) Yükün bir veya birden fazla çalışan tarafından elle ya da vücut gücü kullanılarak kaldırılması, indirilmesi, taşınması veya desteklenmesi
- ☐ C) Yükün sadece yatay düzlemde bir noktadan diğerine aktarılması
- ☐ D) Mekanik araçların kullanımını zorunlu kılan tüm taşıma süreçleri

2. Soru

Elle taşıma işlerinde risk yönetiminin ilk adımı olarak aşağıdakilerden hangisi tercih edilmelidir?

- ☐ A) Çalışanlara daha fazla eğitim verilmesi
- ☐ B) Mümkün olan durumlarda forklift, transpalet gibi mekanik araçların kullanılması
- ☐ C) Çalışanların fiziksel kapasitelerinin artırılması için spor yaptırılması
- ☐ D) Elle taşıma işlerinde sadece deneyimli personelin görevlendirilmesi

3. Soru

Yük kaldırırken vücut mekaniğini korumak için izlenmesi gereken temel yöntem nedir?

- ☐ A) Dizleri bükerek çömelmek ve yükü bacak gücüyle kaldırmak
- ☐ B) Yükü gövdeden mümkün olduğunca uzak tutmak
- ☐ C) Sırtı bükerek yükü hızlıca yerden almak
- ☐ D) Yükü kaldırırken gövdeyi sağa veya sola döndürmek

4. Soru

Taşıma sırasında karşılaşılan güvensiz durumlar veya ekipman arızaları hakkında çalışan ne yapmalıdır?

- ☐ A) Arızayı görmezden gelerek işe devam etmelidir
- ☐ B) Kendi imkanlarıyla ekipmanı tamir etmeye çalışmalıdır
- ☐ C) Diğer çalışma arkadaşlarına durumu anlatıp yardımlarını istemelidir
- ☐ D) Derhal amirlerine veya İSG birimine bildirmelidir

5. Soru

Yük taşırken gövde dönmesi (twisting) hareketinin omurga üzerindeki etkisi nedir?

- ☐ A) Omurga üzerindeki baskıyı dağıtarak kümülatif yorgunluğu azaltır
- ☐ B) Vücut ağırlık merkezini dengeler ve taşıma kolaylığı sağlar
- ☐ C) Sırt kaslarının daha verimli çalışmasına yardımcı olur
- ☐ D) Omurlar arası disklerin en savunmasız olduğu pozisyonudur ve fıtık riskini artırır

6. Soru

Elle taşıma işlerinde risklerin sayısal olarak ifade edilmesi için kullanılan uluslararası yöntemler hangileridir?

- ☐ A) Sadece görsel gözlem ve çalışan beyanı
- ☐ B) Yükün sadece toplam ağırlığının ölçülmesi
- ☐ C) NIOSH (Ulusal İş Sağlığı ve Güvenliği Enstitüsü) veya KIM (Anahtar Gösterge Metodu)
- ☐ D) Çalışanın sadece boy ve kilo verilerinin analizi

7. Soru

18 yaşını doldurmamış genç çalışanların elle taşıma işlerinde çalıştırılmasının temel dayanağı nedir?

- ☐ A) Fiziksel gelişimlerini korumak amacıyla özel sınırlamalar mevcuttur
- ☐ B) Yetişkinlerle aynı limitlerde çalışabilirler
- ☐ C) Sadece işverenin inisiyatifine bırakılmıştır
- ☐ D) Hiçbir şekilde elle taşıma işinde çalıştırılmazlar

8. Soru

Elle taşıma işlemlerinde çelik burunlu iş ayakkabısı kullanmanın temel amacı nedir?

- ☐ A) Çalışma hızını artırmak
- ☐ B) Yük düşmesi durumunda oluşabilecek ciddi ezilme yaralanmalarına karşı koruma sağlamak
- ☐ C) Ayakların terlemesini engellemek
- ☐ D) Sadece zemindeki kayganlığı önlemek

9. Soru

Bir çalışan ağır bir yükü vücudundan uzaklaştırarak tuttuğunda omurga üzerindeki baskı nasıl değişir?

- ☐ A) Kaldıraç etkisi nedeniyle bel omurları üzerindeki baskı katlanarak artar
- ☐ B) Vücut mekaniği sayesinde baskı daha dengeli dağılır
- ☐ C) Baskı azalır çünkü kollar yükü taşımaya daha uygundur
- ☐ D) Baskı değişmez, sadece kol kasları daha fazla yorulur

10. Soru

Ekip halinde yük taşınırken kaza riskini azaltmak için en etkili uygulama nedir?

- ☐ A) Herkesin aynı anda farklı yönlere doğru hareket etmesi
- ☐ B) Yükü en güçlü olan kişinin tek başına taşıması
- ☐ C) Bir lider belirlenmesi ve operasyonel komutların standartlaştırılması
- ☐ D) İletişim kurmadan sadece görsel takiple yükün bırakılması