

Instruktørens vurdering

Bestått Ikke bestått

Kommentarer

Dato

Instruktørens signatur

Ansvarlig leders signatur

Deltakers signatur

Instruktørguide for praktisk opplæring for anhuker/stropper

Denne veiledningen skal hjelpe instruktøren til å gjennomføre og dokumentere den praktiske delen av opplæringen for anhuking og stropping i virksomheten.

Opplæringen skal gjøre deltakerne i stand til å bruke løfteredskap trygt, i tråd med forskrift om utførelse av arbeid § 10-2 og § 17-4.

Krav til instruktør

Instruktøren må ha:

- Relevant fagkompetanse og erfaring med løfteoperasjoner
- Kjennskap til forskrift om utførelse av arbeid kapittel 10 og 17
- Evne til å veilede, observere og vurdere deltakernes praktiske ferdigheter

Instruktøren kan være en erfaren arbeidstaker, formann eller verneombud som kjenner virksomhetens løfteutstyr og prosedyrer.

Gjennomføring

Den praktiske opplæringen skal foregå på arbeidsplassen eller et egnet område der det er mulig å utføre reelle løfteoperasjoner under trygge forhold.

Opplæringen bør gjennomføres i fire trinn:

Trinn 1: Gjennomgang og demonstrasjon

Instruktøren viser riktig bruk av løfteredskap i praksis:

- Valg av riktig utstyr for ulike typer last
- Korrekt anhuking og stropping
- Bruk av vinkler og balansepunkt
- Bruk av kantvern og beskyttelse
- Riktig signalgiving og kommunikasjon

Deltakerne observerer og kan stille spørsmål.

Trinn 2: Veiledet trening

Deltakerne øver under oppsyn. Instruktøren korrigerer og forklarer underveis.

Fokuser på:

- Forståelse av lastens tyngdepunkt
- Riktig montering og plassering av redskap
- Kontroll av redskap og merking
- Trygg avstand og oversikt under løft

Trinn 3: Selvstendig utførelse

Deltaker viser trygg bruk av virksomhetens egne løfteinnretninger og redskap slik de er konfigurert hos oss. Dette registreres som utstyrsspesifikk opplæring i opplæringsloggen.

Deltakerne gjennomfører hele prosessen selv:

1. Forbereder løftet
2. Velger redskap
3. Anhuker og gir signal
4. Utfører løftet
5. Setter ned lasten trygt

Instruktør observerer og vurderer.

Trinn 4: Oppsummering og tilbakemelding

Etter øvelsen samles gruppen til refleksjon:

- Hva fungerte bra?
- Hva kunne vært gjort annerledes?
- Hvordan sikrer vi at alle løft utføres trygt i hverdagen?

Temaer som skal inngå i praktisk opplæring

Instruktøren må sikre at alle deltakere får trening i følgende:

Tema	Ferdighetsmål
Valg av riktig løfteredskap	Kan velge redskap ut fra vekt, form og underlag
Kontroll av redskap	Kan identifisere feil, skader og manglende merking
Anhuking og stropping	Kan feste lasten trygt og i balanse
Signalgivning	Kan bruke standard håndsignaler og tydelig kommunikasjon
Sikring av arbeidsområde	Kan vurdere fareområde og sørge for sperring
Gjennomføring av løft	Utfører hele løftet sikkert og kontrollert
Etterkontroll	Kan legge redskap på plass og melde fra om feil

Vurdering av deltaker

Deltakeren vurderes som **bestått** når han eller hun:

- Utfører oppgavene trygt og i riktig rekkefølge
- Viser forståelse for risiko og samarbeider godt
- Følger instruksjoner og sikkerhetsrutiner
- Melder fra om feil eller uregelmessigheter

Instruktør registrerer resultatet i opplæringskjemaet.

Dokumentasjon

Etter gjennomført opplæring skal følgende være dokumentert:

- Navn på deltaker og instruktør
- Dato og sted for opplæring
- Hvilke øvelser som er gjennomført
- Instruktørens vurdering
- Signatur fra begge parter