

INSTRUCTIVO  
ACTIVIDAD LÚDICA  
HORARIOS CRÍTICOS



Esta dinámica busca reforzar el proceso de identificación e internalización de los horarios en que existe mayor exposición a radiación ultravioleta de origen solar. Simulando que éstos se encuentran ubicados en una zona expuestos al sol, debiendo identificar y reaccionar en los horarios en que se encontrarán más seguros, desplazándose al lugar que lo representa.

### > Preparación

Reunir a los trabajadores en un lugar abierto (con sombra) sin elementos que obstruyan los desplazamientos, como un patio o estacionamiento libre de vehículos.

- La actividad a realizar se ejecutará de manera grupal.
- Se deberán formar 2 grupos separados y sentados mirándose de frente unos con otros.
- A la espalda de cada grupo debe haber una zona delimitada como “zona con sombra”.
- Un grupo es PAR y el otro IMPAR.

De acuerdo a la cantidad de participantes, se deberá definir cuántos trabajadores deben quedar en uno de los grupos para que se considere ganador. (Ej, si ambos grupos tienen 10 personas, se considerará ganador, el grupo que durante la dinámica tenga 3 trabajadores más que el otro grupo)

### > Instrucciones

El guía o animador dirá horas del día al azar, si la hora que dice es inadecuada (entre las 10 y las 17 hrs.) todos se deberán quedar en el lugar.

Si la hora mencionada es antes de las 10 o luego de las 17, un participante del grupo debe moverse rápidamente hasta la “zona con sombra”.

Si la hora señalada es par (ej: 6, 8, 18, 20), sólo un integrante de los IMPARES deberá moverse hacia la “zona con sombra” y los PAR deberán quedarse en el lugar.

Si la hora es impar (ej: 7, 9, 17, 19, 21), un integrante de los PAR deberá moverse hacia la “zona con sombra” y los IMPAR deberán quedarse en el lugar.

**Si un participante se para o se mueve en una hora inadecuada o que no le corresponde, el trabajador quedará eliminado. Debiéndose repetir el proceso hasta que quede una cantidad de trabajadores definidas para declarar un ganador.**

Posteriormente el monitor o guía le solicitará a una cantidad representativa de los trabajadores, que en forma voluntaria, puedan expresar la importancia de tener claridad respecto a los horarios en que existe mayor exposición a radiación ultravioleta de origen solar y los efectos que esto podría tener a la salud en caso de mantenerse expuestos al sol en esos horarios, sin los elementos de protección personal adecuados.

#### IMPORTANTE:

**Recuerde tomar todos los resguardos necesarios para una ejecución segura de la actividad.**