

ACTIVIDAD LÚDICA “GYMKANA DE LA CARGA”



Para esta actividad, se requiere contar con los siguientes materiales:

- Un lugar amplio con al menos 4 mesas en total.
- Cajas de distintos tamaños (vacías) y objetos de distinta forma (esféricos, planos, con o sin manillas, etc).
- Un carro de carga (yegua).
- Caja o bolsa con preguntas (puede utilizar las preguntas de la actividad lúdica "La carguita musical").

> Preparación

El encargado deberá adaptar un espacio suficientemente amplio para realizar dos circuitos de carga, distribuidos en cuatro estaciones:

- ✓ Estación 1: Cinco cajas de distintos tamaños (vacías).
- ✓ Estación 2: Tres cajas y un carro de carga.
- ✓ Estación 3: Objetos de distinta forma.
- ✓ Estación 4: Caja o bolsa con preguntas.

- Reunir a los trabajadores y formar dos o más equipos de 4 personas (definir según el número de participantes).
- Cada equipo deberá contar con un supervisor, el que acompañará a cada trabajador en todas las estaciones y deberá indicar las técnicas de manipulación manual de cargas.
- Distribuir a cada trabajador del grupo en una estación del circuito. Si son menos de 4, deberá repetir.

> Instrucciones

- En la primera estación, tendrán que apilar cinco cajas las que se encontrarán desordenadas en el piso.
- En la segunda estación, transportarán de un lugar a otro (un mínimo de 10 metros) en un carro de carga (yegua) tres cajas.
- En la tercera estación, traspase tres objetos de una mesa a otra con distinta forma (con manilla, circular y plano).
- En la última estación, el trabajador deberá escoger una pregunta relacionada con el Manejo Manual de Carga, que responderá correctamente para terminar el circuito.

El equipo ganador será aquel que termine toda la actividad utilizando las técnicas de manipulación de cargas de manera correcta en el menor tiempo.

Para finalizar la actividad, el encargado junto a los supervisores, instruirán a los trabajadores sobre los errores cometidos y formas correctas de ejecutar manejo manual de carga.

IMPORTANTE:

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