

# Il coraggio si impara – Postazioni annesse: Per valli e monti

In questa postazione corrono e saltano su un percorso ondulato e in questo modo imparano a muoversi con ritmo.

[Disegno da scaricare](#) (pdf)

Gli allievi percorrono una pista ondulata formata da tappetini appoggiati su elementi di cassone.

**Materiale:** cassoni, diversi tappetini



Fonte: Miriam Rufer, maestra di scuola dell'infanzia alla scuola Unterleberberg di Hubersdorf



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP