

# L'école du courage – Emotions: Diligence

**Tracter et se faire tracer: telles sont les deux expériences vécues par les enfants au cours de cet exercice.**

Tirer et se faire tirer librement dans un espace délimité ou autour d'obstacles.



**Matériel:** Deux «flizzis» (planche d'env. 30 × 40 cm avec des roues inclinables), élément supérieur du caisson, cordes, évent. tapis

---

Source: [Baumann, H. \(2003\). Courageux, c'est mieux!. Herzogenbuchsee: Ingold.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**