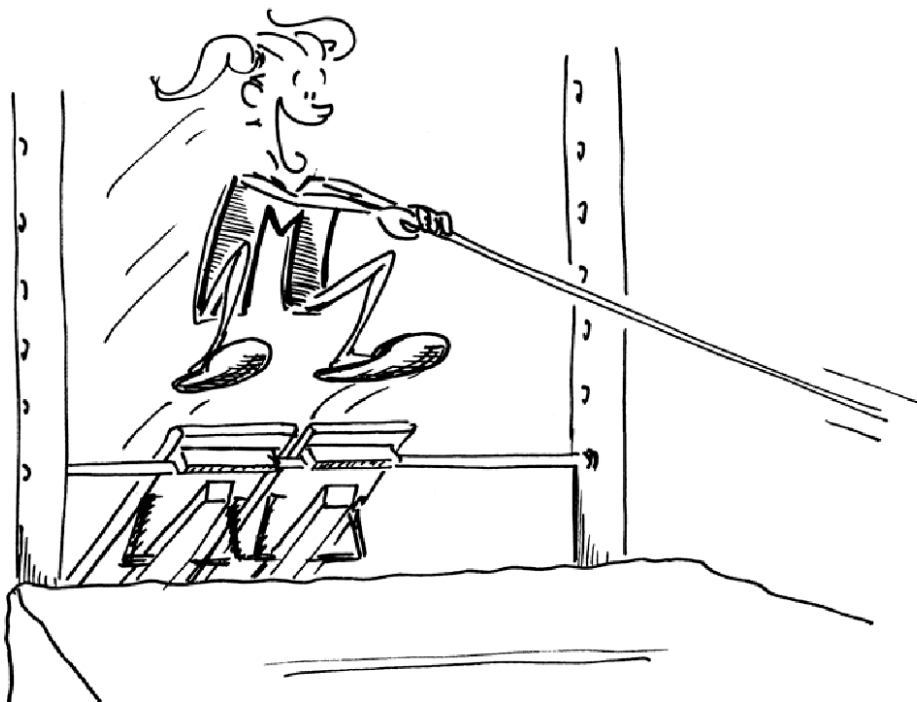


## Cooperazione – Giochi di avventura: Salto dal trampolino

Durante questo esercizio molto divertente tutti i membri del gruppo debbono partecipare all'azione contribuendo attivamente ad essa.



Ad una sbarra vengono appoggiate due panche lunghe, in modo da formare una sorta di trampolino, dietro il quale vengono collocati due materassi spessi. Questo «trampolino» può essere variato regolando l'altezza della sbarra. Un partecipante al gioco infila due pantofole di feltro, che si trovano sull'estremità inferiore delle panche, ed afferra una corda od una cordicella legata al suo centro.

Gli altri quattro componenti del gruppo tirano l'altro capo della corda imprimendogli un'accelerazione tale da fargli superare il dente del «trampolino». Sui due materassi sono disegnate tre zone, a ciascuna delle quali corrisponde un punteggio (massimo sei). Quale gruppo ottiene più punti alla fine?

**Materiale:** sbarra, pantofole di feltro, tappetoni.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**