

# A scuola di coraggio – Emozioni: Caduta di tappeti

In questo esercizio i bambini prendono il coraggio a due mani e si lasciano cadere in avanti.

Tutto il gruppo si lascia scivolare sulla panca, atterra, dopodiché rimette a posto il tappeto



**Materiale:** panca, tappeto in gomma piuma.

---

Fonte: [Baumann, H. \(2003\). A scuola di coraggio. Herzogenbuchsee: Ingold.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO