

Parkour – Giochi: Attraversare il guado

L'obiettivo di questo esercizio è di incoraggiare lo spirito d'iniziativa e la cooperazione, nonché valutare le forze e le debolezze di ognuno per trovare delle soluzioni collettive.



Effettuare un percorso senza toccare terra. Per riuscirci gli allievi dispongono di alcuni oggetti (pietre, panchine, ecc.) che possono utilizzare come ponte o passaggio.

Varianti

- Limitare il numero di oggetti;
- imporre il tipo di oggetti;
- togliere certe risorse.

Fonte: inserto pratico «mobile» 68/2010, Roger Widmer, Markus Luksch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO