

# Corso polisportivo invernale delle classi terze DISENTIS 2023

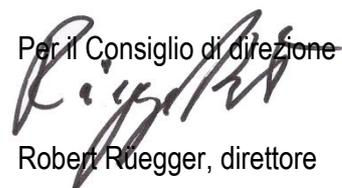
Stimati Genitori, cari allievi,

l'istituto organizza un corso polisportivo invernale che si svolgerà a Disentis (Grigioni) come da programma allegato.

Il Consiglio di direzione, i docenti di educazione fisica e di classe restano a disposizione per qualsiasi informazione.

Cordialmente,

Per il Consiglio di direzione



Robert Rügger, direttore



Disentis è un comune del Canton Grigioni di 2122 abitanti che si trova ai piedi del passo del Lucomagno. Oltre a essere sede di una abbazia benedettina, possiede un comprensorio sciistico composto da più di 60 km di piste e 12 impianti di risalita. Inoltre, vi troviamo una pista di pattinaggio, una pista per le slitte e oltre 40 km di tracciati per lo sci di fondo. Per questo motivo in è una località turistica apprezzata da tutti gli amanti degli sport invernali .



## Indicazioni concernenti il corso polisportivo invernale 2022/23

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Classi e date</b>              | Classi 3D 3E 3F da lunedì 6 febbraio a venerdì 10 febbraio 2023  |
| <b>Alloggio</b>                   | Center da Sport, 7180 Disentis<br>telefono: 081 947 44 34 (solo per casi urgenti)  |
| <b>Partenza</b>                   | Lunedì 06.02.2023, posteggio di via Terzerina<br>ritrovo ore <b>08.05</b> , partenza ore 8.15<br><b>Per motivi di sicurezza, non è possibile far uso del bus scolastico con il bagaglio e l'attrezzatura sportiva.</b>   |
| <b>Rientro</b>                    | Venerdì 10.02.2023, ore 17.00 circa alla Scuola media Pregassona (l'orario potrà subire modifiche in base allo stato delle strade e alla possibilità di valicare il passo del Lucomagno). Il trasporto dalla scuola al domicilio è a carico dei genitori.  |
| <b>Partecipazione finanziaria</b> | È richiesto alle famiglie un contributo di fr. 130.- per i ragazzi che praticano sci o snowboard, mentre di fr. 80.- per i ragazzi che durante la settimana praticheranno escursionismo. La somma va consegnata al rispettivo docente di classe <b>entro lunedì 30 gennaio</b> .<br>I costi rimanenti sono coperti dai contributi comunali e dal credito di sede.  |
| <b>Docenti accompagnatori</b>     | Docenti di classe, docenti di educazione fisica e altri docenti della sede.  |
| <b>Obiettivi del corso</b>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- favorire l'integrazione del singolo all'interno della classe e approfondire i contatti interpersonali in un contesto di spazio aperto;</li> <li>- vivere l'esperienza di gruppo in un clima di collaborazione e tolleranza, sviluppando l'aiuto reciproco, il cameratismo e il rispetto degli altri;</li> <li>- introdurre e/o perfezionare la pratica di alcune discipline sportive invernali;</li> <li>- avvicinare gli allievi alla natura e favorire la conoscenza dell'arco alpino.</li> </ul>   |
| <b>Equipaggiamento</b>            | <b>Prevedere il pranzo al sacco (picnic) per il primo giorno.</b><br><i>In generale:</i> biancheria di ricambio per cinque giorni, training, necessario per la ginnastica, costume da bagno, asciugamani, necessario per la pulizia personale, <u>pantofole</u> , cuffia, guanti, calzamaglie, abiti caldi, crema da sole e per le labbra, occhiali da sole, scarpe calde e impermeabili, zainetto e <b>sacco a pelo</b> ;<br><i>per lo sci alpino e lo snowboard:</i> tuta da sci, sci o tavola con gli attacchi regolati, scarponi, bastoni e casco. Il casco è obbligatorio e, su richiesta, verrà messo a disposizione dalla scuola;<br><i>per l'escursionismo:</i> abiti caldi e scarponcini da montagna.                   |
| <b>Comportamento</b>              | <b>Ci si aspetta dai partecipanti un atteggiamento serio e maturo; si ricorda che non è permesso consumare bevande alcoliche e fumare sigarette (comprese quelle elettroniche), come anche portare attrezzature per la riproduzione della musica.</b><br>L'uso del cellulare (che si consiglia vivamente di lasciare a casa) sarà limitato ai momenti stabiliti giornalmente dai docenti. Al termine della giornata i cellulari dovranno essere consegnati ai docenti di classe.<br><b>Valgono i regolamenti vigenti alla scuola media di Pregassona, inclusi i provvedimenti disciplinari. La direzione considererà la possibilità di fare rientrare a scuola gli allievi che non rispetteranno le indicazioni dei docenti.</b> |
| <b>Altre comunicazioni</b>        | Il corso avrà luogo con qualsiasi tempo.<br>Esso è parte integrante dell'attività scolastica e perciò è richiesta la partecipazione di tutti gli allievi. Si domanda alle famiglie di compilare l'autorizzazione per svolgere la disciplina scelta e comunicare allergie e intolleranze (v. tagliando).<br>Gli allievi impossibilitati a frequentare il corso per ragioni di salute devono presentare alla Direzione un certificato medico <b>entro mercoledì 1 febbraio p.v.</b><br>L'istituto organizzerà la loro occupazione in sede. Assenze ingiustificate comporteranno il versamento parziale o totale del costo del corso.   |
| <b>Avvisi dell'ultima ora</b>     | Alla segreteria della Scuola media di Pregassona (tel. 091 815 05 61), dalle ore 07.30 alle ore 8.00.  |