

Corso polisportivo invernale delle classi terze **DISENTIS 2023**

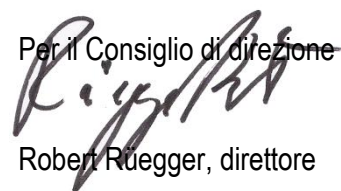
Stimati Genitori, cari allievi,

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

Classi e date	Classi 3A 3B 3C da lunedì 30 gennaio a venerdì 3 febbraio 2023
Alloggio	Center da Sport, 7180 Disentis telefono: 081 947 44 34 (solo per casi urgenti)
Partenza	Lunedì 30.01.2023, posteggio di via Terzerina ritrovo ore 08.05 , partenza ore 8.15 Per motivi di sicurezza, non è possibile far uso del bus scolastico con il bagaglio e l'attrezzatura sportiva.
Rientro	Venerdì 03.02.2023, 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.
Partecipazione finanziaria	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 entro lunedì 23 gennaio . I costi rimanenti sono coperti dai contributi comunali e dal credito di sede.
Docenti accompagnatori	Docenti di classe, docenti di educazione fisica e altri docenti della sede.
Obiettivi del corso	<ul style="list-style-type: none"> - favorire l'integrazione del singolo all'interno della classe e approfondire i contatti interpersonali in un contesto di spazio aperto; - vivere l'esperienza di gruppo in un clima di collaborazione e tolleranza, sviluppando l'aiuto reciproco, il cameratismo e il rispetto degli altri; - introdurre e/o perfezionare la pratica di alcune discipline sportive invernali; - avvicinare gli allievi alla natura e favorire la conoscenza dell'arco alpino.
Equipaggiamento	Prevedere il pranzo al sacco (picnic) per il primo giorno. <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 sacco a pelo ; <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; <i>per l'escursionismo:</i> abiti caldi e scarponcini da montagna.
Comportamento	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. 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. 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.
Altre comunicazioni	Il corso avrà luogo con qualsiasi tempo. 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). Gli allievi impossibilitati a frequentare il corso per ragioni di salute devono presentare alla Direzione un certificato medico entro mercoledì 25 gennaio p.v. L'istituto organizzerà la loro occupazione in sede. Assenze ingiustificate comporteranno il versamento parziale o totale del costo del corso.
Avvisi dell'ultima ora	Alla segreteria della Scuola media di Pregassona (tel. 091 815 05 61), dalle ore 07.30 alle ore 8.00.