

Anno scolastico 2025/26

DISENTIS 2026

Corso polisportivo invernale delle classi 3D, 3E e 3F

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 Rüegger, direttore



Disentis è un comune del Canton Grigioni di circa 2000 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 180 km di piste, grazie al recente collegamento con le piste di Sedrun e Andermatt. 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 è una località turistica apprezzata da tutti gli amanti degli sport invernali.



Indicazioni concernenti il corso polisportivo invernale 2025/26

Classi e date	Classi 3D 3E 3F da lunedì 23 a venerdì 27 marzo 2026
Alloggio	Center da Sport, 7180 Disentis telefono: 081 947 44 34 (solo per casi urgenti)
Partenza	Lunedì 23.03.2026, posteggio di via Terzerina 13, 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 27.03.2026, 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 un contributo di fr. 100.– per gli allievi che praticano sci o snowboard e di fr. 80.– per chi svolge escursionismo, da consegnare al docente di classe entro venerdì 13 marzo 2026 . Per chi lo desidera, è disponibile un servizio di noleggio del materiale da sci alpino, fornito dal negozio 3R Sport di Mendrisio. La prova e la consegna dell'attrezzatura avverranno direttamente in sede scolastica. Il costo è di fr. 50.– a settimana , da versare al momento del ritiro del materiale. I restanti costi sono coperti dai conti contributi comunali e credito di sede.
Accompagnatori	Docenti di classe, docenti di educazione fisica e altri docenti della sede.
Obiettivi del corso	• 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. <u>In generale:</u> biancheria di ricambio per cinque giorni, tuta e necessario per la ginnastica (avremo a disposizione una palestra), costume da bagno, asciugamani, necessario per la pulizia personale, pantofole, cuffia, guanti, calzamaglie, abiti caldi, crema da sole e per le labbra, occhiali da sole, scarpe calde e impermeabili, zainetto e sacco a pelo. <u>Per lo sci alpino e lo snowboard:</u> 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. <u>Per l'escursionismo:</u> 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 (comprese sigarette 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 venerdì 20 marzo 2026 . 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.