

Funzionario  
incaricato

Scuola Media  
6828 Balerna

Prof. Martino Pons

telefono  
e-mail

091 816 61 14  
martino.pons@edu.ti.ch

Repubblica e Cantone del Ticino  
Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport

**Scuola Media  
6828 Balerna**

**Alle famiglie degli allievi  
di terza media**

Balerna, febbraio 2023

---

## Scuola montana invernale a Lenzerheide

Dal 13 al 17 marzo 2023

Gentili Famiglie e care/i ragazze/i,

come di consueto la scuola media di Balerna offre la possibilità alle classi di terza di svolgere la settimana bianca a Lenzerheide. Ricordiamo che la scuola montana sarà un'occasione per consolidare e migliorare le relazioni e la collaborazione fra compagni e docenti. Oltre a ciò, i ragazzi potranno migliorare le proprie competenze della lingua tedesca, applicandole nel quotidiano.

Le attività si svolgeranno in gruppi guidati da monitori abilitati G+S. Ognuno potrà migliorare tecnicamente, scoprire il piacere dell'attività in gruppo sulla neve e acquisire le nozioni base di sicurezza sulle piste.

### DATE:

Dal 13 al 17 marzo 2023.

### DISPENSA DALLA FREQUENZA:

**Solo in caso di malattia o infortunio, presentando il certificato medico.**

### ATTIVITÀ:

Il lunedì, dopo una sosta a Zillis (visita alla Chiesa di San Martino), sarà dedicato alla conoscenza della città di Coira, importante centro storico e culturale.

Gli altri quattro giorni saranno dedicati alla pratica di sci e snowboard.

Si potrà usufruire di 43 impianti di risalita situati fra 1500 e 2800 metri di altezza. Grazie al collegamento con Arosa avremo a disposizione 225 chilometri di piste.

L'attività si svolgerà in gruppi guidati da monitori G+S e da docenti della sede in possesso del brevetto G+S o abilitati all'insegnamento delle due discipline.

Al termine dell'attività sulla neve e durante le serate ci sarà la possibilità di svolgere altre attività come giocare a ping-pong, calcio balilla o giochi di società (portare racchette da ping-pong, giochi di società, ...) e di approfondire temi culturali.

Le classi saranno accompagnate dai docenti di classe; Boscato, Garbelli e Cesaro e dai docenti di educazione fisica Pons e Lombardi oltre ad altri monitori esterni.

### MATERIALE:

**Obbligatorio l'uso del casco**, la scuola garantirà gratuitamente la fornitura del casco per chi non lo avesse. Chi non possiede il restante materiale (sci, scarponi da sci o da snowboard, tavola da snowboard, ...) lo potrà noleggiare a scuola al costo di **CHF 20.-** per l'intero soggiorno. Se necessario la scuola metterà a disposizione anche tute da sci. Il controllo attacchi verrà effettuato manualmente dal docente di educazione fisica.

Cliccando [qui](#) o scansionando il QR code a fianco, trovate il formulario online per iscrivervi alla disciplina che preferite, se necessario, richiedere il materiale a noleggio e per comunicare eventuali osservazioni (allergie, problemi alimentari,...). Il formulario online è da compilare entro il 27 febbraio.



#### BAGAGLI:

È necessario avere con sé uno **zaino** con: **pranzo al sacco** o eventualmente dei soldi per potersi comperare il pasto a Coira, borraccia o bottiglietta in plastica, penna e fogli bianchi.

Una valigia che sarà caricata sul pullman e verrà ripresa solo alla sera.

Traccia per un equipaggiamento completo:

<ul style="list-style-type: none"><li>- scarponi da sci o boots,</li><li>- sci o snowboard con nome,</li><li>- casco + occhiali da sole (meglio maschera),</li><li>- pantaloni da sci impermeabilizzati,</li><li>- giacca da sci,</li><li>- guanti,</li><li>- calze da sci,</li><li>- indumenti termici,</li><li>- cuffia,</li><li>- crema per le labbra e per il sole (alta protezione),</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- tuta (training),</li><li>- pantofole obbligatorie,</li><li>- necessario per l'igiene personale, (asciugamani, sapone, spazzolino, dentifricio, ...),</li><li>- biancheria intima di ricambio,</li><li>- pigiama,</li><li>- vestiti di ricambio (magliette, felpe, ...),</li><li>- libri, giochi di società e racchette da ping-pong,</li><li>- fazzoletti</li></ul>
<b>NON SI DEVE PORTARE IL SACCO A PELO</b>	

#### TRASPORTI

Saranno organizzati da una ditta di trasporti.

#### ORARI E RITROVO DEGLI ALLIEVI

Partenza lunedì 13 marzo alle ore 08:00 sul piazzale scolastico. Rientro venerdì 17 marzo ore 17:30 circa.

#### ASSICURAZIONE INFORTUNI

Cassa malati o assicurazioni a carico della famiglia.

#### TASSA PER ALLIEVO

Franchi 100.- più eventualmente franchi 20.- per il noleggio del materiale (da versare al docente di classe dopo il corso).

La quota del corso comprende tutti i pasti (escluso il pranzo del primo giorno), le giornalieri per sciare e il pernottamento.

#### INDIRIZZO DELLA STRUTTURA OSPITANTE

Rapperswiler Ferienhaus, 7078 Lenzerheide

## **TELEFONO E ALTRI APPARECCHI**

Solo in casi urgenti si potrà chiamare la direzione del corso al numero di telefono 076.679.23.25 nei seguenti orari: 7:30-8:30 / 17:00-20:00. **Il cellulare personale non potrà essere usato durante i pasti, mentre nei momenti di attività in comune lo si potrà utilizzare solo dopo l'approvazione del docente o del monitore, inoltre prima di coricarsi dovrà essere consegnato ai docenti.** È assolutamente vietato portare lettori musicali (es: Ipod, Ipad, etc.) e visionare video con apparecchi elettronici personali. Il corso è inequivocabilmente considerato un'attività scolastica. **È importante che ognuno si comporti in modo responsabile e che segua scrupolosamente le indicazioni dei monitori e dei docenti.**

Durante tutto il corso occorrerà mantenere un atteggiamento rispettoso nei confronti di persone, ambienti e oggetti.

Dalle ore 22:30 si dovrà essere nella propria camera e ci dovrà essere silenzio, così da permettere a **tutti** un adeguato riposo.

**In caso di gravi trasgressioni si informeranno i genitori e gli interessati dovranno lasciare il corso a spese della famiglia (che dovrà riportare a casa il/la proprio/a figlio/a da Lenzerheide).**

Auguriamo a tutti un soggiorno all'insegna della buona convivenza, dell'amicizia e della reciproca solidarietà. Alla fine del corso, ci auspichiamo vivamente di poterci complimentare con tutti i partecipanti per l'ottimo comportamento tenuto.

Cordiali saluti.

Per il consiglio di direzione  
Martino Pons

---

## **Tagliando di adesione alla Scuola montana invernale a Lenzerheide**

### **Livelli di competenze sciistiche:**

<b>Mai praticato</b>	- sci e snow:	non ho mai utilizzato l'attrezzatura in questione;
<b>Principiante</b>	- sci:	so curvare a spazzaneve;
	- snow:	riesco a scendere in derapata (punte e talloni);
<b>Medio</b>	- sci:	so fare curve parallele;
	- snow:	so curvare da entrambe le parti;
<b>Buono</b>	- sci e snow:	so utilizzare tutti gli impianti di risalita (seggiovia, piattello e ancora) e scendo da qualsiasi pendio.

Ho preso atto delle osservazioni riguardanti il corso a Lenzerheide e ho compilato il formulario online.

Nome e cognome dell'allievo/a: \_\_\_\_\_

Classe: 3 \_\_\_\_\_

Firma dell'allievo/a: \_\_\_\_\_

Firma dell'autorità parentale: \_\_\_\_\_

*Settimana montana invernale delle classi di terza*

Il tagliando deve essere compilato e ritornato al docente di classe entro **mercoledì 1° marzo 2023.**

