

SETTIMANA BIANCA ENGELBERG



3A – 3B – 3C – 3D
17 – 21 febbraio 2020

Periodo e recapito

Alloggio:

Juhui Espen, 6390 Engelberg Tel. 077/471.85.87 (**solo per urgenze**)

Partenza:

lunedì 17 febbraio 2020, ritrovo ore 7.30, piazzale SM Stabio (partenza 8.00)

Rientro:

venerdì 21 febbraio 2020 ore 17.00 circa, piazzale SM Stabio

Obiettivi generali

La settimana sportiva ad Engelberg non deve essere vista solo come stimolo allo sviluppo fisico e alla pratica dello sport di stagione, ma rappresenta anche un'ottima occasione per vivere assieme, discutere, collaborare, divertirsi e conoscersi meglio in un ambiente diverso da quello scolastico.

Il buon esito di questa nuova esperienza dipenderà da parecchie variabili, ma soprattutto dal comportamento educato di ognuno, dall'osservanza delle disposizioni contenute in questo fascicolo e dalle indicazioni che gli allievi riceveranno direttamente sul posto.

Organizzazione del corso

Docenti presenti al corso di sci

Jonathan Lupi	docente responsabile della 3A
Fabiana Vetrò	docente responsabile della 3B
Martina Cavadini / Francesca Lo Iudice	docente responsabile della 3C
Sultan Filimci / Sandra Albisetti	docente responsabile della 3D
Alessandro Grassi	responsabile corso e monitore
Enea Uboldi	responsabile corso e monitore di sci
Massimo Anghileri	monitore
Luca Filippini	monitore

Obiettivi tecnici

Sci alpino, snowboard e sci di fondo

Insegnamento delle tecniche di base per tutti e perfezionamento delle forme rispettando le capacità dell'allieva/o, secondo le direttive di G+S.

Racchette da neve

Tutti gli allievi effettueranno un'escursione sulla neve con le racchette. È assolutamente indispensabile portare degli scarponi impermeabili da montagna.

Nuoto

A dipendenza delle condizioni del tempo e della disponibilità delle infrastrutture ci sarà la possibilità di recarsi in piscina.

Pattinaggio

A dipendenza delle condizioni del tempo e della disponibilità delle infrastrutture, ci sarà la possibilità di recarsi alla pista di ghiaccio. L'eventuale noleggio dei pattini sarà a carico degli allievi (circa 5 Fr.).

Disposizioni generali

Partecipazione

Obbligatoria per tutti gli allievi di III media; chi, per ragioni di salute, non potesse partecipare è tenuto a presentare un certificato medico; coloro che non partecipano si accordano con la Direzione per uno stage.

Medicinali e allergie

Se i partecipanti necessitano di medicinali devono rivolgersi al proprio docente di classe, segnalando per iscritto eventuali allergie e cure in corso.

Malattie e infortuni

Per casi di malattia o infortunio prolungati si chiede alla famiglia di organizzare il rientro a casa.

Assicurazioni

L'assicurazione scolastica non copre eventuali infortuni. La rottura o il furto del materiale personale non sono assicurati dalla scuola.

Denaro contante

La tassa del corso comprende tutto l'indispensabile. Durante i pasti (pranzo, merenda e cena) le bevande (acqua e the) saranno comprese. Si invitano i genitori a voler limitare i contanti allo stretto necessario (50 Fr. sono una cifra indicativa e ragionevole).

Collaborazione

I ragazzi sono tenuti a prestare, a turno, servizio per apparecchiare, sparecchiare, asciugare le stoviglie e per la pulizia generale della casa.

Apparecchi elettronici

Cellulari, smartphones, Mp3 e iPod sono sconsigliati, ma ammessi. Si segnala che gli stessi potranno essere utilizzati solo durante orari prestabiliti. Si ricorda infine che la rottura o il furto del materiale personale non sono assicurati dalla scuola. Go Pro, tablet, videogiochi e simili non sono, invece, ammessi.

Camere

All'interno dell'edificio sono permesse solo le pantofole. Gli scarponi vanno lasciati nel locale apposito al pianterreno; nelle camere non è ammesso consumare bibite o cibi.

Comportamento e sanzioni disciplinari

Ci attendiamo un comportamento rispettoso delle norme che regolano la vita in comune, non per reprimere, ma perché ognuno si senta veramente libero e non condizionato da atteggiamenti scorretti e prepotenti. Sanzioni disciplinari saranno prese nei confronti di chi non rispetterà le regole della buona educazione e quelle previste per il periodo del corso. Nel caso di trasgressioni gravi si chiederà alla famiglia di organizzare il rientro a casa.

Costo

Il costo totale per persona a carico degli allievi è di 130 franchi, già consegnati al docente di classe.

Protezioni

Tutti coloro che praticano sci alpino e snowboard devono utilizzare il casco durante l'attività.

Equipaggiamento - abbigliamento - bagagli

Si prega vivamente di utilizzare, nel limite del possibile, sacchi da montagna o borse da viaggio. Per facilitare il riconoscimento del proprio materiale, è auspicabile applicare un'etichetta con il proprio nome, cognome e classe.

Il giorno della partenza ci si presenta con l'equipaggiamento personale pronti per l'attività (tuta, guanti, casco, sci o snowboard, bastoni, scarponi, zainetto con il pranzo al sacco) e, a parte, il bagaglio per la settimana.

Attenzione: per la notte bisogna munirsi di sacco a pelo e federa per il cuscino.

Ecco l'elenco di ciò che non dovrebbe mancare:

- ▶ guanti da sci, cuffia, occhiali da sci/sole, crema di protezione e burrocacao
- ▶ tuta da sci (fondisti portare anche il training)
- ▶ casco (per chi pratica lo sci e lo snowboard)
- ▶ biancheria termica
- ▶ biancheria intima di ricambio
- ▶ pigiama
- ▶ sacco per la biancheria sporca
- ▶ calzettoni sportivi invernali (diverse paia!)
- ▶ pantofole da usare solo all'interno
- ▶ scarponi da montagna
- ▶ il necessario per la pulizia personale
- ▶ asciugamano
- ▶ ciabatte per la doccia
- ▶ asciugacapelli (organizzarsi a gruppetti)
- ▶ maglione di lana
- ▶ un paio di jeans da indossare alla sera e un training
- ▶ felpa o maglione da indossare alla sera
- ▶ costume da bagno, cuffia e asciugamano per il nuoto
- ▶ sacco a pelo e federa per cuscino
- ▶ ev. pattini da ghiaccio e bastone
- ▶ pila
- ▶ borraccia
- ▶ e perché no? Anche un buon libro o un gioco non troppo ingombrante per il tempo libero!

E da non dimenticare:

- ▶ zaino con il pranzo al sacco per il primo giorno

Il materiale (sci, bastoni, scarponi, ev. pattini e scarponcini, casco) deve essere in buono stato. Tutto il materiale dovrà riportare il nome e il cognome dell'allievo. Chi seguirà il corso con il materiale noleggiato tramite la scuola lo riceverà direttamente ad Engelberg.