

RECOMANACIONS D'ACTIVITATS ESTIU 2021



3r ESO

ÀMBIT LINGÜÍSTIC

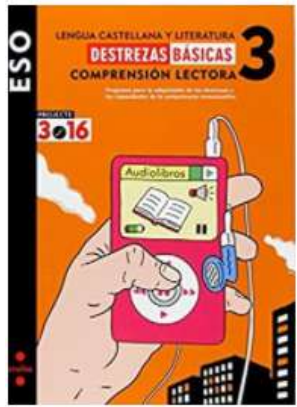
CATALÀ:

- Alumnes que han obtingut NA (No Assoliment) o AS (Assoliment Suficient)
 - ✓ Del llibre de català que s'ha utilitzat durant el curs, fer:
 - Comprensions lectores i activitats de les pàgines: 200-201-202, 226-227-228
 - Avaluacions (excepte els exercicis de comunicació i juguem amb la llengua de les pàgines: 34-35, 62-63, 88-89, 114-115, 140-141, 168-169, 196-197, 222-223
 - Treballem les competències de les pàgines: 58-59, 84-85, 110-111, 136-137, 164-165, 192-193, 218-219, 244-245
 - ✓ Totes les activitats digitals que vulguis.
 - ✓ Totes les activitats de bioxips que vulguis.
- Alumnes que han obtingut AN (Assoliment Notable) o AE (Assoliment Excel·lent)
 - ✓ Llegir, com a mínim, un llibre en català i escriure'n un resum o recomanació.
 - ✓ Totes les activitats digitals que vulguis.
 - ✓ Totes les activitats de bioxips que vulguis.
 - ✓ Escriure, escriure, escriure... un diari personal, una novel·la, contes, poesia, el guió per una sèrie, un còmic...

CASTELLÀ:

- Alumnes que han obtingut NA (No Assoliment) o AS (Assoliment Suficient)

- ✓ Llegir, com a mínim, un llibre en castellà dels recomanats a continuació i escriure'n un resum o recomanació:
 - JORDI SIERRA y FABRA, *Sueños rotos*, Algar, 2011,
 - XAVIER-LAURENT PETIT, *El desfiladero de las Mil Lágrimas*, Edelvives, 2005.
 - ROCÍO RUEDA, *El brazalete mágico*, Oxford, 2011
 - ELOY M. CEBRIÁN, *Operación Beowulf*, Oxford, 2011. O qualsevol llibre.
- ✓ Es recomana comprar el llibre *Destrezas básicas 3* (comprensión lectora), Cruïlla, o *Prepara...* 4º ESO. Edebé



ISBN: 9788466116343



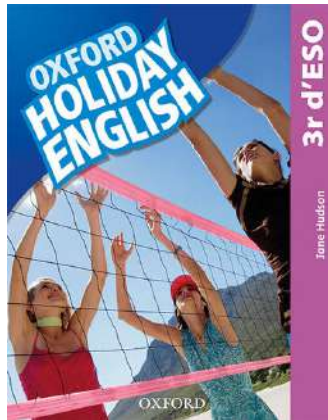
ISBN 13: 9788468341453

- Alumnes que han obtingut AN (Assoliment Notable) o AE (Assoliment Excel·lent)

- ✓ Llegir, com a mínim, un llibre en castellà i escriure'n un resum o recomanació. Podeu consultar la proposta de llibres més a amunt.
- ✓ Escriure, escriure, escriure... un diari personal, una novel·la, el guió per una sèrie, un còmic...

ANGLÈS:

- ✓ Mirar una pel·lícula/capítol d'una sèrie en anglès per setmana amb subtítols en anglès o castellà/català.
- ✓ Aprendre's de memòria cançons en anglès.
- ✓ Comprar i fer els exercicis d'un quadern d'estiu per consolidar les competències del curs que heu fet i preparar-vos pel curs vinent. Us recomanem alguna editorial:



ISBN: 9780194014526

ÀMBIT ARTÍSTIC

PLÀSTICA

- ✓ Seguir amb la llibreta dels "10 minute drawings" i anar dibuixant cosetes durant l'estiu (pixels, dibuixos manga, records de l'estiu, qualsevol dibuix que tingueu ganes de fer)

ÀMBIT MATEMÀTIC:

MATEMÀTIQUES

- ✓ Comprar i fer els exercicis d'un quadern d'estiu per consolidar les competències del curs que heu fet i preparar-vos pel curs vinent. Us recomanem algunes editorials entre les que podeu trobar:

Quadern d'estiu per preparar el curs de mates de 4t d'ESO



ISBN: 978-84-412-3046-0



ISBN: 978-84-489-4021-8

ÀMBIT CIENTÍFICO-TECNOLÒGIC:

BIOLOGIA I GEOLOGIA/ FÍSICA I QUÍMICA / TECNOLOGIA

- ✓ Estigueu atents a totes les notícies d'actualitat de ciència i tecnologia. Darrerament hi ha molts avenços i ens arriben moltes notícies. Estigues atent i fes el seguiment de les notícies. Per exemple: vacunes per la COVID-19, tests COVID-19 (pcr, antígens,...), mesures contra l'emergència climàtica, avenços en energies renovables, noves missions sostenibles a l'espai... I qualsevol altre tema d'actualitat de l'àrea que us pugui interessar.
- ✓ Recull de la informació: us proposem de fer un diari digital amb totes les notícies que trobeu. El pots fer en format vídeo (gravant i explicant vosaltres mateixos les notícies) o en format document de text o presentació (amb imatges i explicacions de les notícies). Fes també un llistat dels links de les webs on has trobat la informació de les notícies.

ÀMBIT SOCIAL

CIÈNCIES SOCIALS: GEOGRAFIA I HISTÒRIA

- ✓ Estigueu atents i atentes a les notícies i al que passa al món. Sí sentiu o trobeu alguna notícia que us interessa o us inquieta especialment, busqueu informació del tema i aprofundiu sobre ell.
- ✓ Fer servir la capacitat crítica i el sentit comú per entendre el que passa al vostre voltant.
- ✓ Si teniu l'oportunitat visiteu algun museu, exposició...

ÀMBIT EDUCACIÓ FÍSICA

EDUCACIÓ FÍSICA

- ✓ Realitzar activitat física diària com a mínim 60 minuts el dia.
- ✓ Aprofitar el bon temps per realitzar activitat física a l'aire lliure. Podeu fer tot tipus d'exercici: sortir en bicicleta, practicar el teu esport preferit, nedar a la platja, caminar, sortir a córrer,...
- ✓ Podeu trobar molts comptes de Youtube on faciliten moltes activitats dirigides per realitzar-les a casa, des d'activitats més de relaxació a classes d'intensitats més altes. Alguns exemples poden ser: ioga, pilates, treball de força bàsica, ball, rutines de diferents exercicis,...
- ✓ Conèixer l'entorn natural que tenim al Garraf i aprofitar per sortir en bicicleta o caminar per la zona.
- ✓ Dormir 8 hores al dia i sense el mòbil al costat de la tauleta de nit.
- ✓ Menjar de forma saludable:
 - Augmentar el consum d'aliments rics en fibra: fruita, verdura i hortalisses.
 - Reduir els aliments amb més calories: bolleria, greixos animals, pastisseria, gelats,...
 - Evitar les begudes energètiques i ensucrades.
 - Beure com a mínim 2 litres d'aigua al dia.