

3r ESO: PROPOSTES PER L'ESTIU 2026



Benvolgudes famílies,

Des de l'equip docent de tercer d'ESO us fem arribar una sèrie de propostes i recomanacions d'activitats per aquest estiu amb l'objectiu de mantenir i reforçar les competències bàsiques com ara la lectura o el raonament matemàtic, i per consolidar hàbits personals de treball i d'iniciativa personal.

Recursos digitals que es poden trobar a Internet:

Recursos generals:

<http://www.edu365.cat/eso/index.htm>

<http://www.xtec.cat/lic/centre/index.htm#> a "Recursos" i seleccioneu ESO.

<http://www.edu3.cat/> Clicant a "cerca avançada" pots seleccionar nivell d'ESO i àrea.

Recursos de l'àmbit matemàtic:

Tasca d'estiu:

Al següent [enllaç](#) trobareu un dossier per reforçar els continguts treballats aquest curs.

L'alumnat que passi a 4t d'ESO amb la matèria de matemàtiques suspesa l'haurà de realitzar durant les vacances d'estiu i l'haurà de lliurar al setembre, ja que serà la base de la prova de recuperació que es farà al llarg del primer trimestre de 4t d'ESO.

A l'alumnat que passi a 4t d'ESO amb la matèria de matemàtiques aprovada es recomana la seva realització i lliurament al setembre. La realització d'aquest dossier serà valorat positivament al primer trimestre de 4t d'ESO.

Enllaç: [Cap a 4t d'ESO \(Matemàtiques\)](#)

Recursos de l'àmbit lingüístic:

Llengua Catalana:

📌 **Dossier per practicar i reforçar. Tot l'alumnat l'haurà d'entregar la primera setmana de curs. El dossier servirà per treballar la primera setmana de curs i serà la base de l'examen inicial.**

https://drive.google.com/file/d/1Dnd-4CvQHhBgw07kom0806EaBnEb9NJ-/view?usp=drive_link

Altres propostes per practicar:

<http://www.quellegeixes.eu/> és un espai de trobada entre lectors i lectores en català amb propostes de lectura adreçades a l'alumnat d'entre 12 i 16 anys (opció "Boli").

<http://www.edu365.cat/eso/catala/index.html?page=1> Aquí hi trobareu tota una sèrie de recursos online molt variats per treballar de manera interactiva diferents aspectes de llengua (comprensió lectora, gramàtica, ortografia, lèxic...) i literatura catalanes. Trieu els que més us convinguin.

[Dictats per treballar ortografia](#) : Practicar cada setmana dos o tres dictats us farà millorar molt les faltes d'ortografia

[ortografia](#): Pàgina per treballar totes les normes d'ortografia

Llengua castellana:

- ↳ **Dossier obligatori per a l'alumnat que ha suspès i MOLT convenient per l'alumnat que ha aprovat just.**

[Actividades 3º de ESO curso 24-25.pdf](#)

A més, per reforçar l'ortografia, per TOT L'ALUMNAT:

https://drive.google.com/file/d/1dWo3CgpENVjC7s29rHL9bBT9mgvofaeP/view?usp=drive_link

Llengua anglesa:

<https://agendaweb.org/> Espai web amb varietat d'activitats per repassar i consolidar continguts específics del bloc de llengua. Accediu a l'espai i trieu el tipus d'activitat que voleu treballar.

L'alumnat haurà de treballar específicament els verbs irregulars. Hauran de repassar-los perquè en tornar de l'estiu hauran de superar una prova. (CLASSROOM - REFRESH YOUR MEMORY - IRREGULAR VERBS LIST).

[DESTRESES DE COMPREENSIÓ ORAL I LECTORA AUTOAVALUABLES](#) Enllaç a la pàgina del British Council amb activitats per practicar aquestes habilitats en llengua anglesa. Tria la destresa (listening, reading) que vulguis practicar i selecciona el nivell A2 o B1.

Textos per llegir i escoltar en anglès

<https://tinytexts.wordpress.com/>

<https://www.wilbooks.com/books-read-aloud>

(Cliqueu sobre el nivell que creieu més adient i escolliu una història per poder-la escoltar)

Històries Llegides (Storytellers)

<https://www.storylineonline.net/>

<https://www.youtube.com/channel/UCbqmqj1hzxuAXsjk08k-KP6w/videos>

<https://www.youtube.com/channel/UCqYtgDjVbwjQX83N7Ohmpcw/playlists>

(Pete the cat stories with video)

<https://www.wilbooks.com/books-read-aloud>

(Cliqueu sobre el nivell que creieu més adient i escolliu una història per poder-la escoltar)

Llengua francesa:

- Duolingo en francès, es demana una ratxa de més de 50 dies per tenir nota extra al primer trimestre de 4ESO.

<https://www.lepointdufle.net/> aquí hi trobareu molts exercicis per practicar totes les competències. Mireu sempre de seleccionar els exercicis de nivell A2.

<https://www.podcastfrançaisfacile.com/> en aquesta pàgina trobareu un munt de recursos online per treballar totes les competències.

<https://apprendre.tv5monde.com/fr/exercices/a2-elementaire> aquí hi trobareu exercicis molt variats i dinàmics en el que podreu treballar la comprensió escrita, la gramàtica i el lèxic a partir de comprensions orals.

Recursos Àmbit Científicotecnològic:

FÍSICA I QUÍMICA:

FIQ GENERAL: <https://www.edu365.cat/fisica-quimica-eso.html> . Recursos molt interessants sobre temes de ciència.

FisiQuímicament - Apunts 3r ESO. Inclou teoria sobre estructura atòmica, lleis dels gasos, reaccions, electricitat, energia... Acompanyats de pòsters i materials visuals.

https://fisiquimicament.com/recursos-fisica-quimica/apunts/3eso/?utm_source

Física i Química - 3r ESO (Google Sites): Apunts en PDF, fitxes de repàs, simulacions interactives en línia, activitats i orientacions per cada unitat temàtica:

https://sites.google.com/view/fqxisca/3r-eso?utm_source

Projecte Atòmium - Física i Química 3 ESO. Llibre i quadern interactiu amb activitats autocorrectives sobre àtom, isòtops, enllaços i teoria atòmica. https://text.cat/fisica-quimica-3-eso-atomium?utm_source

CANAL DE YouTube "AtomicAnna": Una manera una mica més amena per repassar els conceptes bàsics. <https://www.youtube.com/channel/UC3xb4KNEQIbr0jiMYb-I1Xg>.

BIOLOGIA I GEOLOGIA:

Jocs interactius:

- [Cèl·lula 1 + Cèl·lula 2](#)
- [Nutrients](#)
- [Aparell digestiu 1 + aparell digestiu](#)

Espai web per a l'estudi de les cèl·lules animals, vegetals i humanes. Inclou imatges de cèl·lules vives, **interactius, jocs, simulacions** i un glossari: <https://www.cellsalive.com/>

Plataforma per a la visualització de l'anatomia del cos humà, malalties i tractaments, amb orientacions per a una vida saludable. Tot en **3D interactiu**:

<https://anatomiahumana3d.com/> i <https://human.biodigital.com/>

RECERCA EN ACCIÓ: Aventures científiques, jocs i recursos educatius <http://www.recercaenaccio.cat/>

T'animes a construir una maqueta de l'aparell digestiu? O un cervell? O d'una cèl·lula? Anima't i accepta el repte.

T'interessa la natura i vols tenir cura del medi ambient? Mira el reportatge Made of plastic "<https://www.3cat.cat/3cat/made-of-plastic/video/6035364/>" de Tv3 i fes la teva reflexió personal.

Sobre el canvi climàtic pot visualitzar aquest Quèquicom? sobre el [canvi climàtic](#)

TECNOLOGIA

- Engranatges:

Lectura:

<http://www.xtec.cat/~jrosell3/engranatges/>

Joc:

<https://www.juegosjuegos.com/jugar-juego/8-gears.html>

- Com funciona un motor de 4 temps:

<https://www.youtube.com/watch?v=OUqjPtXxcPw>

- Pot ser resistent una estructura lleugera?
<https://sites.google.com/a/iesviladecavalls.cat/tecnologia/les-eines-tecnologiques/u4-estructures>
- Lectura i repàs:
<https://sites.google.com/a/iesviladecavalls.cat/tecnologia/t6-maquines-i-mecanismes>
Força, treball i potència:
<https://sites.google.com/a/iesviladecavalls.cat/tecnologia/t6-maquines-i-mecanismes/u1-forca-treball-i-potencia>
Màquines simples:
<https://sites.google.com/a/iesviladecavalls.cat/tecnologia/t6-maquines-i-mecanismes/u2-maquines-simples>

Recursos Àmbit Ciències Socials

- Fer les activitats plantejades en el següent enllaç. Aquestes activitats són optatives per l'alumnat que assoleix amb AN o AE, recomanades per l'alumnat que assoleix amb un AS i obligatòries per l'alumnat que no assoleix, que té un NA:

<https://docs.google.com/document/d/1x1wdcZVhM54GSxFquF6-R4E0pqmQlyxOquHTVm9xF84/edit?usp=sharing>

- Aquest estiu, si les circumstàncies ho permeten, pots aprofitar per fer **turisme cultural**, i veuràs que el nostre patrimoni és força extens. Tenim conjunts històrics de l'**Edat Moderna** de gran valor artístic d'**estil renaixentista** o **barroc**. Per exemple podries realitzar **visites turístiques**, als palaus reials com el Palau de Versalles a París (França), al Museu del Prado a Madrid, a Roma o altres ciutats italianes, etc., entre d'altres. En molts casos, ofereixen interessants visites virtuals per apropar-se a elles. Per exemple, la web del Vaticà per al Renaixement i Humanisme .
(<https://www.museivaticani.va/content/museivaticani/es/collezioni/musei/tour-virtuali-elenco.html>)

EDUCACIÓ PLÀSTICA VISUAL I AUDIOVISUAL

Realització d'un «**Bullet Journal d'estiu**» un espai creatiu a on les paraules es barregen amb les imatges, els dibuixos, les textures i els colors per a donar forma a les nostres emocions, pensaments i records.

En el teu bullet journal poden aparèixer:

- breus escrits de pensaments, reflexions, poemes, cançons...
- dibuixos, esbossos, sketchings, en blanc i negre, amb llapis de colors, amb aquarel·les...
- collage amb textures amb entrades de cinema, de fires, de parcs d'atraccions, de museus... decorats amb washi tapes, rubbers, segells...

<https://www.youtube.com/watch?v=ipoREOpcoz0>

Et caldrà molta creativitat i ganes de divertir-te!

RECURSOS MÚSICA

- Mirar concerts del **Tiny Desk Concerts** (canal *NPR Music*):

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL1B627337ED6F55F0>

Els Tiny Desk són una sèrie de concerts d'uns 20-30' d'artistes de diferents parts del món que es fan en acústic en un petit estudi. És interessant per descobrir artistes que potser no coneixeu. També n'hi ha de famosos que han estat convidats. Remeneu i escolteu-ne uns quants!

3r ESO: PROPOSTES PER L'ESTIU 2026



- **Construïu diversos instruments** amb material reciclat per després tocar-los. Aquí teniu un tutorial: <https://www.youtube.com/watch?v=YTCE2P30cqc>
- **Creeu la vostra música** amb l'aplicació web gratuïta **Bandlab**:
<https://www.bandlab.com/>
Només cal que us registreu i a Youtube teniu tutorials de com utilitzar-lo. Podeu afegir caixes de ritmes, sons diversos de l'aplicació, pistes d'àudios externs, gravar-vos i jugar amb els efectes. Feu volar la vostra imaginació!
- Al **Musicmap** podeu **buscar i escoltar** exemples de diferents estils o gèneres musicals que us interessin. És curiós veure d'on sorgeixen i com s'influencien uns amb altres. Si feu zoom us aniran apareixent subgèneres amb la seva història i una playlist per a cadascun. És una bona eina per descobrir música nova!
<https://musicmap.info/>

Bon estiu!!!
Descanseu i treballeu . Hi ha temps per a tot.

EQUIP DOCENT DE 3R

