

RECOMANACIONS D'ESTIU

1r d'ESO

Institut Els Tres Turons · Curs 2025–2026 · Arenys de Mar

Activitats per lliurar a l'inici del curs 2026–2027.

Altament recomanades als alumnes amb matèries suspeses, **molt recomanades** en el cas de les matèries amb un assoliment satisfactori i **recomanades per a tothom**.

✦ **Bon estiu!** ✦

Matèries

01 Llengua catalana	02 Llengua castellana
03 Llengua anglesa	04 Matemàtiques
05 Ciències Socials	06 Biologia i Geologia
07 Tecnologia i Digitalització	08 Música
09 Educació plàstica, visual i audiovisual	10 Educació física

01 LLENGUA CATALANA

El professorat de llengua catalana et recomana que consolidis i milloris el teu aprenentatge amb el quadern:

Cap a 2n d'ESO. Llengua catalana — Editorial Barcanova. ISBN 978-84-489-5057-6

Aquest estiu, aprofita per fer **activitats diverses**. Aquí tens algunes propostes:

- descobreix museus, platges i parcs;
- mira pel·lícules o sèries en català (a la plataforma 3Cat, gratuïta; només cal registrar-s'hi la primera vegada);
- conversa amb els amics i xateja en català;
- passeja per la xarxa en català;
- llegeix el que més t'agradi (contes, revistes, còmics, novel·les...);
- cuina;
- passeja, juga...

Explica algunes d'aquestes experiències en un **diari de vacances**. Si el fas ben atractiu i ben presentat, serà un bon record per a tu. Pots expressar-ho de la manera que més t'agradi:

- en un text escrit a mà, amb l'ordinador o en un bloc;
- hi pots posar fotografies, dibuixos, entrades, enllaços... tot el que vulguis;
- en un vídeo.

I què hi pots explicar? Aquí tens algunes idees:

- on has anat i què has fet;
- què t'ha agradat i què has descobert;
- què has llegit;
- els amics que retrobes i els nous que fas;
- la família que tornes a veure;
- les emocions i les vivències;
- el llibre o la pel·lícula que recomanes (i per què);
- les receptes de cuina que més t'agraden (ingredients, elaboració i imatge)...

Això sí, procura expressar-ho bé. Si és escrit, fes-ne la relectura per comprovar que és correcte i que hi has posat tots els punts i les comes. Si utilitzes un dispositiu digital, treballa amb el corrector.

Posa-hi una mica d'imaginació i gaudeix fent aquest diari!

02 LLENGUA CASTELLANA

Es muy recomendable que se practique la escritura a mano y por ello proponemos el uso de cuadernos de caligrafía y ortografía con los que poder practicar durante el verano. Un cuaderno de ortografía que puede servir es el de la editorial Barcanova, Cuaderno de ortografía 1 (ISBN: 978-84-489-1718-0). Aunque son muchas las editoriales que ofrecen este tipo de cuadernos.

Con el fin de que consolides las competencias comunicativas y mantengas el hábito de trabajo y la iniciativa personal, el departamento de castellano te propone lo siguiente:

- Elige dos lecturas de las recomendadas a continuación y búscalas en la biblioteca más próxima o cómpralas.
- Léelas intentando comprenderlas y disfrutarlas.
- Completa la ficha correspondiente para cada una de ellas, siguiendo el modelo que se incluye en este documento.
- Al inicio del curso próximo, entrega ese trabajo a tu profesor o profesora de lengua castellana: lo valorará en la evaluación inicial.

Todo esto contribuirá a mejorar la calidad de tus habilidades comunicativas.

Lecturas para 1º de ESO

- **Juan VILLORO**, *El libro salvaje*. Editorial Siruela
- **Fernando KRAHN**, *El limpiagafas cuántico*. Editorial Siruela
- **(Cómic) GIPI**, *El local*. Editorial Sinsentido
- **Michelle MAGORIAN**, *Sencillamente Henry*. Editorial Oniro
- **Scott O'DELL**, *La isla de los delfines azules*. Editorial Noguer
- **Gabriel JANER MANILA**, *He jugado con lobos*. Editorial La Galera
- **Antoni GARCÍA LLORCA**, *El salvaje*. Editorial SM
- **Alberto MANZI**, *Orzowei*. Editorial Noguer
- **Thomas LOUIS**, *Samurai: el código del guerrero*. Editorial Paraninfo
- **Laura GALLEGO**, *Finis Mundi*
- **J. M. BARRIE**, *Peter Pan*
- **Roald DAHL**, *Charlie y la fábrica de chocolate*
- Poesía española para niños. Editorial Alfaguara infantil
- **Peter DICKINSON**, *El fósil perdido*. Salamandra, 2010
- **Neil SHUSTERMAN**, *El Schwa estuvo aquí. Homo Legens*, 2009
- **Marie-Aude MURAIL**, *Simple*. Anaya, 2010
- **Paula FOX**, *La cometa rota*. Noguer, 2009
- **Óscar HIJUELOS**, *Dark Dude*. Everest, 2009
- **Gemma LIENAS**, *El diario amarillo de Carlota*. Destino, 2010
- **Eliacer CANSINO**, *Una habitación en Babel*. Anaya, 2009
- **Stefani KAMPMANN**, *La ola*. Takatuka, 2010
- **Randa ABDEL-FATTAH**, *¿Por qué todos me miran la cabeza?* La Galera, 2008
- **Philip PULLMAN**, *El puente roto*. Ediciones B, 2009
- **(Cómic) Mauro ENTRIALGO**, *Interneteo y Aparatuquis*
- **Neil GAIMAN y Chris RIDDELL**, *El libro del cementerio*. Roca, 2009
- **(Cómic sin textos) Thomas OTT**, *El número 73304-23-4153-6-96-8*. La Cúpula, 2008
- **Suzanne COLLINS**, *Los juegos del hambre*. Molino, 2009
- **Cornelia FUNKE**, *Muerte de tinta*. Siruela, 2008
- **Ana ALONSO y Javier PEREGRÍN**, *El secreto de If*. SM, 2008
- **J.R.R. TOLKIEN**, *Egidio, el granjero de Ham*. Minotauro
- **Laura GALLEGO**, *La leyenda del rey errante*. SM
- **A. FERNÁNDEZ PAZ**, *Cartas de invierno*. SM
- **E. KÄSTNER**, *Emilio y los detectives*. Juventud

- **S. GARCÍA CLAIRAC**, *El ejército negro*. SM
- **ESOPO**, *Fábulas*. Juventud
- **Mitos**, *cuentos y leyendas de los 5 continentes*. Juventud
- **Elvira LINDO**, *Manolito Gafotas*. Alfaguara
- **J.K. ROWLING**, *Harry Potter*. Salamandra
- **E. HERNÁNDEZ**, *¡Qué locura, la literatura! El Barco de Vapor*

Modelo de ficha de lectura

Nombre del alumno/a y grupo: _____

Título del libro	
Autor	
Editorial	
Número de páginas	
Fecha de inicio de la lectura	
Fecha de finalización de la lectura	
Valoración global del libro (de 1 a 10)	
Dificultad del vocabulario (de 1 a 10)	
Obra(s) similares que hayas leído	
Escribe cinco sustantivos o adjetivos que definan este libro	

Tema	
Espacio y tiempo de la obra (dónde y cuándo transcurre la acción)	
Vocabulario nuevo (palabras que has aprendido en esta lectura)	
Escena que más te ha gustado (o te ha llamado la atención) y el motivo	
Estructura de la obra (esquema de las partes en que se puede dividir)	
Analiza los cinco personajes más destacados y sus principales rasgos de carácter	
Argumento (en unas 20 líneas)	

03 LENGUA ANGLESA

Completa el dossier de recuperació que trobaràs a la [pàgina web del centre](#). En el cas dels alumnes amb adaptació, hi ha un dossier específic adaptat.

04 MATEMÀTIQUES

- T'animem a explorar la web intermatia.com. Hi trobaràs activitats de matemàtiques de tots els nivells educatius, autoavaluables i per fer online.

05 CIÈNCIES SOCIALS

Has llegit alguna cosa aquest estiu i la vols compartir amb nosaltres? O has fet alguna **sortida o viatge** que vulguis compartir? Ara ho pots fer amb ulls d'historiador! A l'apartat d'**annexos** tens una llista de recomanacions i dues activitats.

Si ho prefereixes, pots practicar mapes en aquest enllaç: [Seterra · GeoGuessr](#)

06 BIOLOGIA I GEOLOGIA

Us proposem unes quantes activitats per fer durant l'estiu aprofitant les vacances. Podeu gaudir de la lectura a la vora del mar o a la piscina mentre resoleu enigmes i misteris amb el vostre coneixement científic. (Recordeu que tenim la Biblioplatja!) Podeu triar-ne algunes o animar-vos a fer-les totes:

- **Experiment casolà** seguint el mètode científic: pregunta, hipòtesi, materials, experiment, resultats i conclusions. Enregistreu-lo en vídeo explicant cada pas.
- **Col·lecció de minerals / roques / mol·luscs**: en una excursió al bosc o a la platja d'Arenys, amb l'ajuda d'un llibre d'identificació o una clau dicotòmica (a la biblioteca o a internet), identifiqueu allò que aneu trobant. Podeu recollir-ne mostres, fer-ne una clau pròpia i reptar la família a identificar-les: el *Dichotomous Key Challenge*!
- **Herbari** a partir de fulles: recolliu mostres, identifiqueu l'espècie, deixeu-les assecar, enganxeu-les i anoteu-hi la informació científica (nom científic segons la nomenclatura binomial, nom vulgar, família, característiques principals...).
- **Llegir llibres** relacionats amb la Biologia i la Geologia:
 - **La meva família i altres animals**, de Gerald Durrell
 - **La última jungla**, de Mar Cole
 - **Viatge al centre de la Terra**, de Jules Verne
 - **Vint mil llegües de viatge submarí**, de Jules Verne
 - **Un geòleg en apuros**, de Nahún Méndez
- Vídeos curts del Supercampus del SX3 sobre [Biologia](#) i [Medi](#).

07 TECNOLOGIA I DIGITALITZACIÓ

Has de **crear un objecte o artefacte** i fer-ne la **memòria tècnica** corresponent (per exemple, un pot per guardar llapis, un suport per a mòbils...).

Recorda: hauràs de dibuixar esbossos de possibles solucions, escollir-ne un, fer-ne el croquis i, finalment, dibuixar els plànols a escala. Ho trobaràs tot als teus apunts.

Que tinguis un estiu ple de bones idees tecnològiques!

08 MÚSICA

Propostes per gaudir de la música a l'estiu:

1. Escoltar música: la que més t'agradi, però també descobrir nous artistes i estils.
2. Cantar, sol/a o amb amics.
3. Ballar: coreografies pautades i improvisades. Reconeix la pulsació i aplica el moviment del cos respectant el ritme.
4. Repassa i aprèn noves peces de flauta, o descobreix un altre instrument.
5. Gaudeix de les festes populars.
6. Assisteix, si pots, a un concert en directe. Aprofita els festivals i concerts a l'aire lliure.
7. Recorda la importància de la música al cinema i del cinema musical. Identifica els leitmotivs («Grease», «Los chicos del coro», «Billy Elliot», «La La Land»).

09 EDUCACIÓ PLÀSTICA, VISUAL I AUDIOVISUAL

Aprofita per gaudir de l'entorn. Observa quins tipus de formes, colors, llums, proporcions i textures veus, i quines sensacions et provoquen. Fixa't també en les obres d'art del teu voltant. Valora la riquesa d'un paisatge marí o muntanyenc, d'un espai interior, de la figura humana, dels animals, les plantes... Gaudeix dibuixant, pintant o creant formes lliurement —en paper, cartró, sorra..., amb retoladors, pintures, pals...— i registra les teves experiències artístiques amb fotografies. Gaudeix lliurement de l'ART!

10 EDUCACIÓ FÍSICA

Et recomanem que practiquis activitat física i/o esportiva cada dia: una sortida amb bici, nedar, caiac, una ruta de senderisme, un partit de voleibol, una classe de hip-hop o de ioga... Pots fer un registre setmanal de les activitats que fas i les seves característiques.

FULL DE CONTROL D'ACTIVITATS FÍSQUES I ESPORTIVES · ESTIU 2026

Data	Activitat realitzada	Durada	Satisfacció

ANNEXOS · CIÈNCIES SOCIALS

Lectures recomanades per a l'estiu (en podeu fer d'altres)

Prehistòria

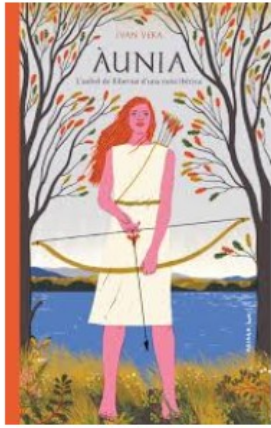
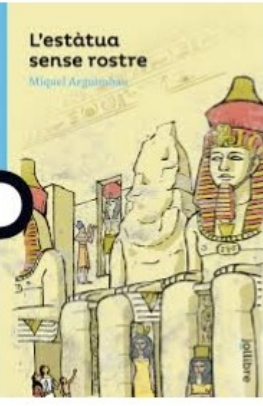
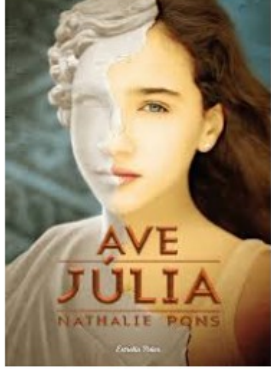
- **El clan de l'ós de les cavernes**, de Jean M. Auel (1r i 2n d'ESO)
- **El clan de Atapuerca. La maldición del Hombre Jaguar**, de Álvaro Bermejo (1r i 2n d'ESO)
- **En busca del fuego**, de J.-H. Rosny (4t o Batxillerat)
- **Al otro lado de la niebla**, de Juan Luis Arsuaga (3r i 4t d'ESO)
- **Sàpiens. El naixement de la humanitat. Una història gràfica**, de Yuval Noah Harari (3r i 4t d'ESO)
- **L'últim home de Neandertal**, de Claire Cameron (3r i 4t d'ESO)



Edat antiga

- **Àunia**, d'Ivan Vera (a partir de 2n d'ESO)
- **L'estàtua sense rostre**, de Miquel Arguimbau (1r i 2n d'ESO)
- **El fill de l'amfiteatre**, de Francesc Puigpelat
- **El gladiador**, de Jordi Sierra i Fabra (a partir de 3r d'ESO)
- **Per l'amor de dos déus**, de Núria Pradas

- **El lladre de llamps**, de Rick Riordan (a partir de 1r d'ESO)
- **Els déus del nord**, de J.R.R. Tolkien
- **Ave, Júlia**, de Nathalie Pons

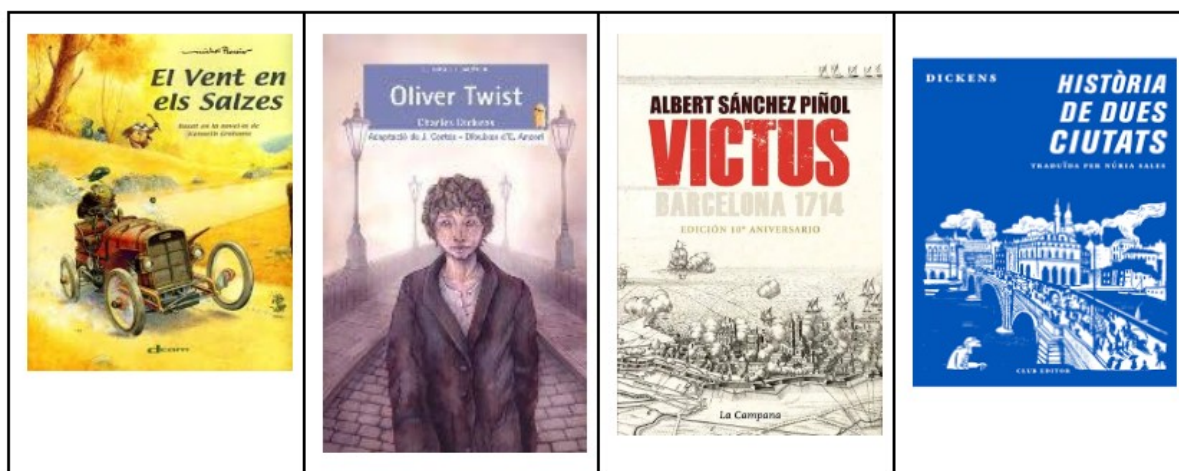
Edat mitjana

- **El llautista i la captaire**, de Ramon Gasch i Andreu González
- **Els hereus de la terra**, d'Ildefonso Falcones (a partir de 3r d'ESO)
- **El càtar proscrit**, de Jaume Clotet (a partir de 3r d'ESO)
- **La dama del vent**, de Francesca Aliern
- **L'alquímia de la vida**, de Coia Valls (a partir de 3r d'ESO)
- **El caçador de bruixes**, de David Martí Martínez (a partir de 3r d'ESO)
- **Còmic — Príncep Valent**, de Hal Foster: les aventures d'un cavaller a l'època medieval (a partir de 1r d'ESO)



Edat moderna

- **Còmic** — **El vent entre els salzes**, de Michel Plessix (adaptació gràfica) (a partir de 1r d'ESO)
- **Novel·la** — **Oliver Twist**, de Charles Dickens: la història d'un nen orfe a l'Anglaterra victoriana (a partir de 1r d'ESO)
- **Victus 1 i 2**, d'Albert Sánchez Piñol (a partir de 4t d'ESO)
- **Una història de dues ciutats**, de Charles Dickens (a partir de 4t d'ESO)



Edat contemporània

- **Còmic** — **La guerra dels botonets**, de Louis Pergaud: les rivalitats infantils durant la Primera Guerra Mundial (a partir de 2n d'ESO)
- **Novel·la** — **El noi del pijama de ratlles**, de John Boyne: una història sobre l'amistat i l'holocaust (a partir de 1r d'ESO)
- **Còmic** — **Maus**, d'Art Spiegelman: una representació gràfica de l'Holocaust (a partir de 3r d'ESO)
- **Novel·la** — **La noia que llegia al metro**, de Christine Féret-Fleury: com els llibres poden canviar vides (a partir de 1r d'ESO)
- **¡Putà guerra! 1914–1918**, de Jacques Tardi (a partir de 2n d'ESO)
- **Còmic** — **Sally Heathcote, sufragista**, de Mary Talbot i Kate Charlesworth

- **Còmic — V de Vendetta**, d'Alan Moore i David Lloyd: la resistència contra l'opressió i la lluita per la llibertat (a partir de 4t d'ESO)
- **Novel·la — 1984**, de George Orwell: una crítica a les dictadures i una reflexió sobre la llibertat individual (a partir de 2n d'ESO)



Activitat de Ciències Socials · El viatge

Has fet alguna sortida o viatge aquest estiu? Reviu-lo amb ulls d'historiador i completa aquestes fitxes.

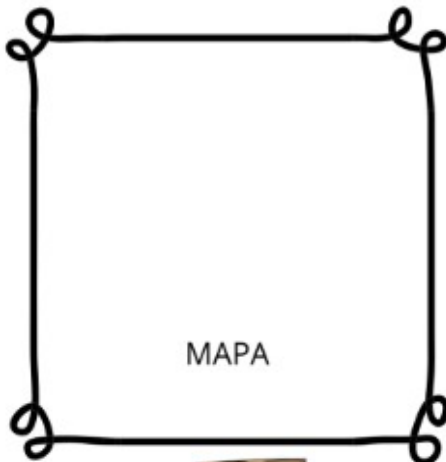
Nom: _____ Data: _____

ON HAS ANAT?



RIMP

QUINA VALORACIÓ LI DONES? DE L'1 AL 10



MAPA

QUÈ HAS VISITAT:

Nom:
Localització (ciutat,
comarca i país):
Quan es va construir:

QUIN CONTEXT HISTÒRIC LI DONES



QUÈ HAS APRÈS O QUÈ ÈS EL QUE MÉS T'HA AGRADAT?



**FES EL DIBUIX DEL QUE MÉS T'HAGI CRIDAT
L'ATENCIÓ**

Activitat de Ciències Socials · La lectura

Has llegit algun llibre aquest estiu? Comparteix-lo i analitza'l amb aquestes fitxes.

Nom: _____ Data: _____

QUIN LLIBRE HAS LLEGIT?

QUINA VALORACIÓ LI DONES? DE L'1 AL 10



FITXA TÈCNICA

Títol: _____
Autor: _____
Editorial: _____
Any de publicació: _____

EN QUIN CONTEXT HISTÒRIC ES TROBA?

QUINES REFERÈNCIES HISTÒRIQUES HAS IDENTIFICAT?

ON SUCCEEIX LA HISTÒRIA?

QUÈ T'EXPLICA?

QUÈ DESTACARIES?

Foto del llibre



**RECREA EL MATEIX ARGUMENT EN UN ALTRE PERÍODE
DE LA HISTÒRIA. COM SERIA? QUÈ CANVIARIA? QUÈ
PODRIA SER IGUAL?**