

INFORMACIÓ DELS PLANS D'ACCIÓ PER A LES FAMÍLIES 3r TRIMESTRE CURS 2025-2026



ÀMBIT COM

[PA02COM. SINS TV](#)

[PA06COM. PARAULES](#)

[PA09COM. ORTOGRAFIA CATALANA](#)

[PA10COM. ORTOGRAFIA CASTELLANA](#)

[PA12COM. TASTET DE LLENGUA](#)

[PA14COM. TEATRE](#)

[PA15COM. LABERINTS DE LLENGUA](#)

[PA16COM. ESCRIPTURA MÍNIMA. EMOCIÓ INFINITA](#)

[PA17COM. CLUB DE LECTURA](#)

[PA18COM. LA VEU QUE ENS CALMA](#)

[PA19COM. LLENGUA EN ACCIÓ](#)

[PA20COM. EXPLICA'NS LA VIDA](#)

ÀMBIT MAT

[PA06MAT. RESOLUCIÓ DE PROBLEMES MATEMÀTICS](#)

ÀMBIT STE

[PA03STE. FABLAB CLUB](#)

[PA08STE. PROGRAMACIÓ I ROBÒTICA](#)

[PA16STE. UNIVERS, ONES I FORCES](#)

[PA40STE: TALLER DEL SILENCI \(IOGA I MINDFULNESS\)](#)

[PA44STE. EXPERIMENTEM!](#)

[PA46STE. LA VIDA A LA TERRA: EL MÓN ANIMAL](#)

[PA48STE. VOLCANS I TERRATRÈMOLS. LA TERRA EN MOVIMENT!](#)

[PA49STE. AJUDEM DES DEL FABLAB](#)

[PA50STE. QUAN LES DADES PARLEN](#)

[PA52STE. DISSENY DE PRODUCTES](#)

[PA53STE. PROJECTE RIUS](#)

[PA56STE. FEM. INTEGREM. TREBALLEM i ACTUEM \(FITA\)](#)

[PA57STE. JARDINS DE PAPALLONES I OCELLS](#)

ÀMBIT EST

[PA05EST. Deutsch](#)

[PA09EST. ODS 2030. We are the world. let's make it better! \(in English\)](#)

[PA11EST Let's roleplay \(in English\)](#)

PA06EST. FRANCÈS 1

ÀMBIT SAM

PA01SAM. VEURE, MIRAR, IMAGINAR

PA03SAM. CREA EL TEU PERSONATGE

PA11SAM. ART I TERRITORI

PA13SAM. STRANGER SINS: IMATGE, SO I INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL

PA20SAM. SINS BAND

PA22 SAM. FEM ÒPERA I ALTRES COSES!

PA23SAM. MÚSICA & ARTS ESCÈNIQUES

PA31SAM. LA MÚSICA EN EL TEMPS

PA50SAM. MIX DE GEOGRAFIA

PA51SAM. PENSO, DONCS EXISTEIXO

PA52SAM. COSTURA BÀSICA

ÀMBIT EF

PA09EF: RAQUETES

ÀMBIT ORI

PA12ORI. SEX EDUCATION: CULTURA, RELACIONS I COMUNICACIÓ (3r ESO)

PA05ORI. SALUT MENTAL: TRENQUEM EL TABÚ

PA14ORI: CAL·LIGRAFIA, MECANOGRAFIA I ESCACS.

PA16ORI: CAMINS LAVANDA

PA19ORI: COMUNICACIÓ EN EL CONFLICTE

ÀMBIT COM

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA02COM. SINS TV
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
T'agrada el periodisme? Vols estar al dia del que succeeix al món? Vols fer de reporter o reportera al telenotícies de la SINS? Doncs veniu i formarem una redacció on vosaltres, els periodistes, elaborarem un telenotícies a partir de les diferents seccions i en diferents llengües: World, España, Catalunya, Deportes i Meteorologia. Paral·lelament, treballarem en la creació de contingut digital per difondre a la dins del Digital Signage a la pantalla de l'institut, a l'entrada del centre. Som-hi!	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA06COM. PARAULES
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció se centra principalment en els aspectes gramaticals i morfològics de les paraules. El PA inclou una aproximació a la classificació per categories gramaticals de les paraules. Per tant, aprendrem a identificar la categoria gramatical de les paraules, així com les seves particularitats gramaticals, morfològiques i lèxiques.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA09COM. ORTOGRAFIA CATALANA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció ofereix a l'alumnat l'oportunitat de reforçar les seves habilitats ortogràfiques en llengua catalana d'una manera pràctica, sistemàtica i adaptada al seu nivell. Al llarg de les sessions, es treballen les principals dificultats ortogràfiques (B/V, G/J, H, C/Z/S, accentuació, majúscules, signes de puntuació, etc.) mitjançant dossiers personalitzats, dictats, exercicis d'aplicació i correcció d'errors. L'objectiu principal és que cada alumne/a prengui consciència dels seus punts forts i àrees de millora, i sigui capaç de reconèixer i corregir els errors més habituals en els seus escrits. El treball	

és majoritàriament individualitzat i progressiu, i es complementa amb activitats en parelles i l'ús puntual de recursos digitals.

Al final del pla d'acció, cada alumne/a haurà elaborat un petit dossier personal de millora i realitzarà una activitat final d'avaluació que reculli els aprenentatges assolits.

A qui va dirigit?

A tot l'alumnat que vulgui millorar la seva ortografia, guanyar seguretat a l'hora d'escriure i reforçar la competència comunicativa en castellà.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA10COM. ORTOGRAFIA CASTELLANA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció ofereix a l'alumnat l'oportunitat de reforçar les seves habilitats ortogràfiques en llengua castellana d'una manera pràctica, sistemàtica i adaptada al seu nivell. Al llarg de les sessions, es treballen les principals dificultats ortogràfiques (B/V, G/J, H, C/Z/S, accentuació, majúscules, signes de puntuació, etc.) mitjançant dossiers personalitzats, dictats, exercicis d'aplicació i correcció d'errors. L'objectiu principal és que cada alumne/a prengui consciència dels seus punts forts i àrees de millora, i sigui capaç de reconèixer i corregir els errors més habituals en els seus escrits. El treball és majoritàriament individualitzat i progressiu, i es complementa amb activitats en parelles i l'ús puntual de recursos digitals. Al final del pla d'acció, cada alumne/a haurà elaborat un petit dossier personal de millora i realitzarà una activitat final d'avaluació que reculli els aprenentatges assolits. A qui va dirigit? A tot l'alumnat que vulgui millorar la seva ortografia, guanyar seguretat a l'hora d'escriure i reforçar la competència comunicativa en castellà.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA12COM. TASTET DE LLENGUA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	

Aquest Pla d'Acció està enfocat a reforçar l'expressió i la comprensió escrita. Es prioritzarà l'alumnat que tingui dificultats amb la llengua, tant a l'hora d'expressar-se per escrit com a l'hora de comprendre un text.

Enfocat per alumnes de 1r , 2n i 3r que hagin de de reforçar aspectes de la llengua. Cal consensuar-ho amb els tutors i el professorat de COM.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA14COM. TEATRE
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
El teatre és un mitjà per expressar sentiments, per explicar històries, per connectar amb altres persones. El teatre és una activitat que potencia les capacitats comunicatives. És important i necessari ensenyar a expressar-se, a comunicar-se, a vèncer les seves dificultats, a posar-se davant d'un públic per poder assolir tota la riquesa expressiva que aporta el teatre. Els dona eines per aprendre a expressar i comunicar els propis sentiments, autocríticar-se, enriquir els seus mitjans d'expressió i la seva espontaneïtat. D'altra banda, mitjançant la dramatització, l'expressió oral i corporal, el teatre pot ajudar els/les estudiants a progressar en el coneixement d'altres matèries curriculars. Fer teatre és treballar en equip, un valor molt important en la societat actual. S'aprèn la importància de treballar conjuntament i la valoren, reconeixen que en un equip tothom és important i que es treballa per tirar endavant un projecte comú.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA15COM. LABERINTS DE LLENGUA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Laberint de llengua està centrat en l'aprofundiment de la sintaxi. I per a què serveix la sintaxi? Per al mateix que poden servir els mots encreuats o un sudoku. Fonamentalment, per pensar. Analitzar la llengua és fer gimnàstica mental per utilitzar-la millor, per escriure millor, per expressar-se millor, per comprendre millor,... és a dir, per millorar. Aquest Pla d'Acció està dirigit a aquells alumnes que vulguin aprofundir en el coneixement de la llengua, ja que es treballarà l'estructura externa de les oracions. Es centra, bàsicament, en el treball sistemàtic de la sintaxi a partir del treball individual i grupal. És un Pla d'Acció d'ampliació dirigit, bàsicament, als alumnes de 3r. El pla d'acció s'estructura a partir de tres blocs de treball de nivell progressiu: 1. L'oració. 2. L'oració simple. 3. L'oració composta.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA16COM. ESCRIPTURA MÍNIMA, EMOCIÓ INFINITA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
“Escriptura mínima, emoció infinita” és un espai on l'alumnat descobreix la força de la paraula breu i la bellesa d'expressar molt amb ben poc. A través de formes poètiques i narratives com l'haikú, la tanka o els poemes col·lectius i per acumulació, aprenen a mirar el món amb ulls nous i a transformar instants efímers, emocions i records en creació literària. A través de l'escriptura i la lectura, aquest Pla d'Acció combina l'experimentació individual amb la construcció col·lectiva, en un viatge que va de la llibreta personal fins a la intervenció poètica en els espais de l'institut. Es tracta d'escriure per sentir i per fer sentir, d'explorar el valor de les paraules com a camí per créixer en expressió, creativitat i sentir que la llengua és cada cop més nostra.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA17COM. CLUB DE LECTURA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
El Club de lectura és un espai on, a partir d'una lectura comuna, l'alumnat comparteix experiències lectores, dialoga i reflexiona en grup, desenvolupant l'empatia i el respecte a la diversitat. Llegir és viatjar sense moure's del lloc, és posar-se a la pell d'altres persones i entendre el món des d'una altra mirada. Aquest Pla d'Acció combina la lectura individual amb dinàmiques col·lectives, debats i activitats creatives que ajuden a consolidar hàbits lectors i a gaudir-ne com a font d'aprenentatge i benestar emocional. A més, promou habilitats essencials per a la vida: escoltar, expressar-se, pensar críticament i treballar en equip. Es tracta de llegir per entendre i de compartir per créixer.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA18COM. LA VEU QUE ENS CALMA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
“La veu que ens calma” és un espai per aturar-nos, respirar i escoltar-nos. L'alumnat aprèn a connectar amb la calma a través de la paraula dita i de la creació de meditacions guiades, descobrint que la veu pròpia pot ser un recer per a un mateix i també un regal per als altres. Aquest Pla d'Acció combina la pràctica de tècniques senzilles de relaxació i atenció plena amb la creació personal i col·lectiva de textos que conviden a la serenitat. Alhora, es treballen aspectes clau	

com l'estructura textual, la veu, la dicció i les tècniques d'expressió oral, amb eines que potencien la confiança i la sensibilitat comunicativa.

També es fa servir la tecnologia per elaborar un mapa sonor de meditacions que l'alumnat comparteix amb la comunitat educativa, transformant la seva veu en una eina de benestar col·lectiu.

Es tracta de parar per escoltar, de parlar per calmar i de compartir paraules que converteixen l'aula en un espai de cura i confiança.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA19COM. LLENGUA EN ACCIÓ
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
En aquest Pla d'Acció es treballaran les competències bàsiques de l'àmbit comunicatiu amb l'objectiu de reforçar i consolidar les habilitats lingüístiques de l'alumnat. Es posarà especial èmfasi en la comprensió lectora, la comprensió oral i l'expressió escrita, tot promovent una millora progressiva en cadascun d'aquests àmbits. A més, es treballaran les diferents tipologies textuais, com ara el text argumentatiu, l'instructiu o l'explicatiu, per tal que els alumnes adquireixin recursos i estratègies que els permetin adaptar-se a cada situació comunicativa.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA20COM. EXPLICA'NS LA VIDA
ÀMBIT	COM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Atenció, futurs podcasters! Us presento l'assignatura més sonora de l'institut: 'Explica'ns la vida' Aquest curs no és una lliçó, és una aventura auditiva. Ens endinsarem a les biografies més fascinants i desconegudes de personatges històrics, aquells que mai surten als llibres de text. I ho farem creant el nostre propi podcast digital. Aprèn les claus del periodisme modern: investigar, guionitzar, entrevistar i editar àudio. Descobriràs com donar veu a un emperador excèntric, una científica oblidada o un pirata llegendari. Treballarem en equip amb micròfons i ordinadors per fer créixer un programa que tothom pugui escoltar.	

Si t'agrada descobrir històries increïbles i tens ganes de explicar-les al món, aquesta és la teva oportunitat.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA06MAT. RESOLUCIÓ DE PROBLEMES MATEMÀTICS
ÀMBIT	MAT
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció té com a objectiu treballar la resolució de problemes matemàtics. Es posarà èmfasi en la lectura i comprensió dels enunciats per identificar la informació important. També es practicaran tècniques per esquematitzar el problema i visualitzar-ne millor les dades. A partir d'aquí, s'aplicaran les eines matemàtiques adequades per resoldre cada situació. Tot plegat ha de servir per millorar la seguretat i l'autonomia en aquest procés.	

ÀMBIT STE

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA03STE. FABLAB CLUB
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
És una pla d'acció per alumnes de 3r i 4t d'ESO que ja han fet el pla d'acció de "Ajudem des del FabLab" aquest curs. Ampliem 5 places per a alumnes de 2n als 10 que ja en formem part. Han de ser alumnes amb experiència en fabricació digital i responsabilitat per utilitzar les eines i màquines que hi hauran a l'aula FabLab Club. Consolidarem els coneixements ja adquirits en la utilització del maquinari del Fablab amb l'objectiu de fer mentoratge als companys de l'institut que sol·licitin construir algun producte amb aquest maquinari, especialment en la creació de productes per als projectes. Serà imprescindible assumir el compromís que requereix fer de mentors tot seguint els protocols que acordarem i revisarem durant el desenvolupament de les sessions. Els alumnes interessats parreu amb el professor Marc Rodríguez.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA08STE. PROGRAMACIÓ I ROBÒTICA
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit científicotecnològic. El pensament computacional és considerat com una habilitat fonamental per a la vida en el segle XXI, i aquesta importància es reflecteix en aquest PA que oferirà la formació i els materials per tal	

de desenvolupar la competència digital i de llenguatge computacional, així com la creativitat i la capacitat de donar resposta a necessitats quotidianes.

La metodologia de treball serà de caràcter teòric i pràctic amb el disseny i l'execució de programes utilitzant la plataforma d'Arduinoblocks.

És requereix nivell avançat de programació i compromís anual.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA16STE. UNIVERS, ONES I FORCES
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
L'observació del cel en una nit sense núvols ni llums propers generalment ens provoca fascinació, un sentiment que va creixent quan aprofundim en el seu coneixement. Aquest pla d'acció emmarcat en l'àmbit científic, el que busca és que l'alumne doni resposta a les preguntes que li sorgeixen en observar el cel. Treballarem des de la teoria però també d'una manera manipulativa totes aquelles coses relacionades amb el nostre sistema solar: els seus planetes, el Sol, els eclipsis, el moviment dels astres, etc. Per a fer-ho haurem de veure aspectes teòrics importants de la física com la força de la gravetat i les magnituds i moviments que descriuen l'Univers. A més d'introduir el concepte de llum per entendre la natura de les ones i el model de raig de llum. Es busca que l'alumne sigui capaç d'identificar i explicar allò que ens envolta i predir-ne el comportament.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA40STE: TALLER DEL SILENCI (IOGA I MINDFULNESS)
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest és un pla d'acció d'ecologia psicocorporal, un pla d'acció vivencial sobre la homeòstasi (equilibri dels sistemes orgànics). En aquest pla d'acció cerquem la transmissió a l'alumnat d'eines per l'autogestió de l'equilibri psicoemocional des de l'activitat corporal conscient (<i>Sensory Awareness</i>). Fem servir el ioga, la meditació, el Qi-gong (Txi-Kung) i eines de mindfulness per tal crear un espai de seguretat externa i interna que permet a l'alumn@ percebre's bé amb ella mateix@. Portem a les sessions moviment, escolta del cos i integració de conceptes anatòmics i fisiològics per donar eines a l'alumnat per conèixer com pot autorregular-se mitjançant exercicis corporals i respiratoris que ajuden a equilibrar el balanç entre sistema nerviós simpàtic i parasimpàtic. Cerquem acompanyar l'alumn@ cap a una presència lliure d'excessos (ansietat, hiperactivitat, hipoactivitat,...), a favor de la resiliència i autoacceptació.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA44STE. EXPERIMENTEM!
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit científicotecnològic. Ens endinsarem en la ciència des de la seva dimensió més pràctica i experimental. El laboratori esdevindrà el nostre espai principal de treball, on podrem manipular material científic, observar fenòmens i comprovar hipòtesis, tot i que també explorarem i observarem la natura com ho fan els científics/ques. El procés serà tan important com el resultat: aprendrem a seguir protocols, a registrar de manera ordenada els procediments i a elaborar informes de pràctiques que reflecteixin allò que hem descobert. La curiositat i el rigor aniran de la mà per entendre millor els processos de la natura, tant en l'àmbit de la física i la química com en el de la biologia i la geologia.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA46STE. LA VIDA A LA TERRA: EL MÓN ANIMAL
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit científicotecnològic, i més concretament en la <u>biologia</u>. Té la finalitat d'entendre com són i com s'organitzen els éssers vius del planeta, i com es classifiquen en els 5 regnes i quines són les característiques més importants de cadascun. Concretament ens centrarem en l'estudi del regne animal. Es combinaran activitats de tipus més teòric amb altres de tipus pràctic i experimental, tot procurant fomentar l'esperit d'investigació, per tal de donar resposta a situacions quotidianes de caire científic relacionades amb els continguts treballats.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA48STE. VOLCANS I TERRATRÈMOLS. LA TERRA EN MOVIMENT!
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	

Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit científicotecnològic, i més concretament en la **geologia**. En concret, ens centrarem en l'estudi de la dinàmica interna de la Terra, per comprendre com es formen els volcans i els terratrèmols, quines causes els provoquen i quins efectes tenen sobre el paisatge i les persones, tot combinant activitats teòriques i pràctiques.

Aquest treball és especialment rellevant per a l'alumnat que en un futur vulgui aprofundir en la geologia, ja que permet entendre millor els processos interns del nostre planeta i la seva influència en la vida quotidiana. Caldrà haver-lo realitzat si es vol fer l'optativa de Biologia i Geologia a 4t ESO.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA49STE. AJUEM DES DEL FABLAB
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit científicotecnològic. Tenim l'objectiu de facilitar la vida de persones amb discapacitat a través del disseny, les noves tecnologies i el maquinari del FabLab. L'objectiu serà millorar l'autoeficàcia de l'alumnat, com a persones capaces de generar objectes i/o accions que tinguin un impacte positiu en la vida de les persones que els envolten.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA50STE. QUAN LES DADES PARLEN
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit científicotecnològic. En aquest pla d'acció treballarem amb diferents tipus de gràfics i dades per aprendre a extreure'n informació rellevant i interpretar-la correctament. Analitzarem taules, diagrames de barres, gràfics lineals i circulars, i aprendrem a crear els nostres propis gràfics a partir de dades recollides o proporcionades. A més, posarem èmfasi en la comprensió crítica de la informació: ens preguntarem què ens volen dir les dades, si hi ha relacions, tendències o canvis significatius, i com podem comunicar aquestes conclusions de manera clara i entenedora.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA52STE. DISSENY DE PRODUCTES
ÀMBIT	STE

PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ

Disseny de Productes és un PA amb un conjunt d'activitats teòrico-pràctiques destinades a donar solucions a idees o necessitats pròpies o del centre.

El disseny és el projecte d'un objecte que s'ha de fabricar, en què es combina la utilitat i l'estètica.

Com ara el disseny d'un moble, d'un objecte auxiliar de decoració com un llum, un canelobre, un revister, o el disseny d'un vestit. En aquest sentit o tanquem el PA a res.

Per a fer-ho possible la participació en aquest PA implica la tria de dos dies. Això és així donat que dedicarem temps per aprendre tècniques de representació (dibuix), coneixement de materials, coneixement i ús d'eines manuals i màquines... i finalment farem l'objecte en qüestió.

Si sempre has tingut ganes de ser el creador de les teves pròpies creacions i després fer-les servir o donar-li utilitat, aquest és el teu PA.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA53STE. PROJECTE RIUS
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Vols sortir de l'aula i convertir-te en científic/a per un dia? Amb el Projecte Rius aprendrem com són els rius de Catalunya i, en especial, coneixerem de prop el riu Cardener. Observarem el seu curs, la forma del seu llit i les seves aigües (part hidromorfològica i fisicoquímica), descobrirem quins éssers viuen al seu voltant (part biològica) i pensarem com podem millorar i protegir aquest ecosistema tan valuós. Una activitat per aprendre, investigar i actuar per un medi natural més saludable! Durant aquest pla d'acció es realitzaran dues sortides d'entorn al riu Cardener.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA56STE. FEM, INTEGREM, TREBALLEM i ACTUEM (FITA)
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
El Pla d'Acció que presentem està centrat en el desenvolupament d'accions de treball o feines dins de l'àmbit de l'aprenentatge. Així ens dedicarem tant a resoldre tasques de petit manteniment del centre, com ara desenvolupar petits projectes per fer elements o coses noves pel centre. Es treballarà de manera manual tenint en compte els següents aspectes:	

- Aprendre i aplicar tècniques d'oficis concrets: fusteria, electricitat, construcció, pintura o enjardinament, entre altres.
- Seguir processos normalitzats de treball.
- Desenvolupar projectes reals i útils.
- Fomentar un treball autogestionat i autoregulat.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA57STE. JARDINS DE PAPALLONES I OCELLS
ÀMBIT	STE
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció s'emmarca dins dels projectes <i>Jardins de Papallones</i> i <i>Ocells dels Jardins</i>, impulsats per la Xarxa d'Escoles Verdes conjuntament amb el Museu de Ciències Naturals de Granollers i l'Institut Català d'Ornitologia. El repte principal és millorar la biodiversitat del pati de l'escola, fent-lo més acollidor per a papallones i ocells. Al llarg del pla d'acció, l'alumnat participarà en un seguiment científic real utilitzant eines de ciència ciutadana. Aprenderà a observar, identificar i registrar diferents espècies de papallones i ocells, i a incorporar les dades recollides a plataformes científiques. A partir d'aquest treball, es dissenyarà i es naturalitzarà el pati amb plantes i elements adequats per afavorir la presència i l'observació d'aquests animals. El pla d'acció permetrà treballar continguts relacionats amb la biodiversitat, la biologia, l'alimentació, la reproducció, els cicles vitals i les migracions, així com el registre i la interpretació de dades. Alhora, es fomentaran valors com el respecte pel medi ambient, la responsabilitat, el treball cooperatiu i la participació activa en la cura de l'entorn.	

ÀMBIT EST

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA05EST. Deutsch
ÀMBIT	EST
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	

Aquest Pla d'Acció està centrat en l'aprenentatge de la llengua alemanya, i volem dedicar un espai i un clima de confiança per tal de que l'alumnat pugui assolir o ampliar els coneixements en llengua alemanya.

Els continguts van enfocats perquè a final de curs l'alumnat assoleixi un nivell A1 dins del marc de la normativa europea. Aquest PA és de caràcter **ANUAL** i té una durada de tot el curs.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA09EST. ODS 2030. We are the world, let's make it better! (in English)
ÀMBIT	EST/ Ciutadana/ Digital
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest és un pla d'acció en anglès basat en reforçar la llengua anglesa i realitzar possibles projectes d'intercanvi sobre els Objectius de Desenvolupament Sostenible 2030 dins de les plataformes E_twinning i ERASMUS+. Cerquem crear consciència a nivell local i global dels 17 objectius que les Nacions Unides i els països que la conformen han establert per tal que la societat faci canvis per millorar l'educació i així afavorir la situació personal, social, ecològica, sostenible... del nostre planeta. També es prendran accions per tal de fer canvis en la vida quotidiana que afavoreixin aquestes millores i també influenciar a que la resta de la comunitat prengui consciència tant dels objectius com de les accions que es poden realitzar ja mateix. L'alumnat haurà de realitzar reptes per tal d'assolir el Pla d'Acció on la llengua anglesa serà la llengua vehicular tot i que en ocasions hi haurà plurilingüisme.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA11EST Let's roleplay (in English)
ÀMBIT	EST
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
En aquest Pla d'Acció treballarem l'ús oral de l'anglès utilitzant els jocs de rol per a plantejar escenaris verosímils on utilitzar la llengua. L'objectiu és millorar la fluïdesa de l'alumnat en l'ús de la llengua anglesa en el seu dia a dia potenciant la seva proactivitat. Al llarg del pla d'acció es duran a terme diferents dinàmiques teatrals a més a més de reforçar el vocabulari i la gramàtica adient per a desenvolupar-se en els escenaris plantejats.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA06EST: FRANCÈS 1
--------------------------	---------------------------

ÀMBIT	EST
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
En aquest Pla d'Acció es proporciona les habilitats necessàries per assolir un nivell inicial de la llengua francesa. S'utilitzaran diverses metodologies per tal que l'alumne treballi totes les habilitats facilitant d'aquesta manera el seu aprenentatge. Es desenvolupen les destreses de comunicació oral, comprensió lectora i expressió escrita, i també la pràctica de vocabulari i la gramàtica. A la vegada s'amplien el seus coneixements sobre temes interculturals i de diferents àrees curriculars. Aquest PA és de caràcter ANUAL i té una durada de tot el curs. OBJECTIUS. • Participació en converses pautades de l'entorn escolar i en simulacions relacionades amb experiències i interessos personals, en parelles i en grup, fent ús d'estratègies per superar les interrupcions i per iniciar i cloure intercanvis comunicatius, amb pronunciació i entonació adequades i amb diverses finalitats comunicatives. • Comprensió i interpretació de missatges orals produïts en interaccions quotidianes senzilles, tot utilitzant estratègies bàsiques com ara identificació de paraules clau, ús del context verbal i no verbal, i ús dels coneixements previs sobre la situació. • Comprensió i interpretació de missatges senzills, tot utilitzant estratègies bàsiques com ara, identificació de paraules clau, ús del context verbal i no verbal i ús dels coneixements previs sobre la situació. • Formulació de preguntes sobre accions i fets habituals a l'aula. • Utilització de respostes adequades a les informacions requerides en les activitats d'aula. • Reconeixement i acceptació de l'error com a part del procés d'aprenentatge i actitud positiva de superació. • Conèixer i respectar trets culturals i tradicions d'altres països. ORIENTACIONS. Aquest pla d'acció està enfocat al desenvolupament de les destreses necessàries per tal de poder-nos comunicar en llengua francesa. S'entén que l'alumne, a partir d'uns coneixements previs de la llengua, serà capaç d'anar adquirint noves estratègies de comunicació a partir d'uns esquemes i vocabulari nous. Es faran tot tipus d'activitats per tal d'assolir els objectius proposats (algunes més lúdiques i d'altres més formals).	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA01SAM. VEURE, MIRAR, IMAGINAR
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'Acció està centrat en l'àmbit artístic. Amb ell ens introduïrem en les maneres com mirem el nostre entorn, ens preguntarem què podem aprendre de les obres d'art i explorarem la cultura visual que ens envolta. També mobilitzarem la nostra creativitat i habilitats tècniques per a realitzar imatges pròpies. Realitzant aquest pla d'acció ens farem una idea més clara de les competències artístiques que podem arribar a desenvolupar per viure d'una manera activa i crítica en un món sobrecarregat d'imatges que ens reclamen atenció. OBJECTIUS. 1. Apreciar, gaudir i analitzar maneres diverses de pensar, representar i interpretar visualment el món. 2. Valorar els productes visuals com a produccions humanes vinculades a un context social. 3. Elaborar i construir pensament crític per mitjà d'estratègies visuals, orals i escrites. 4. Utilitzar raonadament recursos bàsics d'organització de l'espai, de representació i simbolització per elaborar productes visuals senzills. 5. Emprar la imaginació per a crear, experimentar i produir creacions visuals pròpies. ORIENTACIONS. Partirem doncs del més bàsic: mirar no és una activitat neutra, quan mirem ens impliquem amb allò que observem, totes els productes visuals estan vinculats a un context i crear imatges és una manera de comunicar idees, expressar-se i relacionar-nos amb el món. Al llarg del temps totes les cultures i societats han utilitzat els mitjans visuals. Ens apropiem a aquesta diversitat i explorarem què podem aprendre per a realitzar les nostres creacions. Realitzarem activitats variades que afavoreixen l'observació visual, el pensament crític i la creativitat. Posarem en pràctica diferents estratègies per crear imatges pròpies, analitzar i interpretar obres artístiques i artefactes de la cultura visual diversos. Explorarem i aprendrem tècniques de dibuix, pictòriques, collage i l'edició digital entre altres.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA03SAM. CREA EL TEU PERSONATGE
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Ben segur que t'has entretingut i passat bones estones veient serials de dibuixos animats o pel·lícules de stop motion o fins i tot llegint còmics. En aquest pla d'acció aprendrem a desenvolupar un projecte imaginatiu, mostrar i posar en moviment un personatge de creació pròpia utilitzant recursos específics de les produccions audiovisuals i gràfiques amb tècniques del stop motion. Crear i portar a terme els teus propis productes audiovisuals i gràfics està ara a les teves mans. Tindràs a disposició eines i posarem en pràctica tècniques per a imaginar i presentar allò que imagines. OBJECTIUS. 1. Posar en acció la imaginació pròpia aplicant tècniques de creació literàries i visuals. 2. Aprendre recursos de dibuix, color, modelatge, fotografia, il·luminació i so per mostrar idees pròpies. 3. Portar a terme un producte audiovisual des de les idees inicials fins a la realització i presentació. 4. Apreciar, reflexionar i justificar de manera crítica sobre el valor de les produccions imaginatives pròpies i dels altres. ORIENTACIONS. Cal venir a aquest pla d'acció amb ganes de crear i imaginar. Mobilitzem la nostra capacitat d'escriure i dibuixar aprenent de recursos que fan servir els experts del món del cinema i el còmic. Aprendre a planificar un projecte creatiu complex com és una narració visual. Inventarem situacions que caldrà planificar escrivint i dibuixant. El dibuix i el modelatge de materials diversos serà una part important del nostre treball. Aplicarem tècniques fotogràfiques i sonores per crear la il·lusió de moviment d'objectes estàtics amb la tècnica del stop motion. Presentarem i jutificarem els nostres treballs de manera raonada i crítica.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA11SAM. ART I TERRITORI
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
El paisatge ha estat una temàtica habitual per a la pintura artística sobretot a partir de la revolució industrial quan fàbriques i trens van començar a aparèixer entre pobles i ciutats. Avui en dia molts artistes que segueixen preocupats per la temàtica del territori on vivim però ho fan amb plantejaments força diferents als artistes que cercaven una imatge bonica o pintoresca a pintar. En aquest Pla d'Acció ens apropiem i experimentarem amb formes d'art contemporànies que des del moviment del Land Art fins avui han explorat com ens relacionem amb el nostre entorn, han plantejat preguntes i proposat alternatives a través de medis visuals i artístics.	

L'art contemporani ens brinda l'oportunitat d'apreciar els nostres entorns, de fer-nos preguntes sobre com ens afecta i com l'afectem i aprendre a imaginar canvis de relació cada vegada més necessaris.

Avui en dia les qüestions sobre la crisi climàtica no és un assumpte menor i aquest Pla d'Acció vol contribuir a un canvi de mirada i d'actitud crític i creatiu. Ho farem a partir d'experiències que ens permetin gaudir, jugar i explorar el nostre entorn sense deixar d'aprendre i reflexionar críticament sobre com nosaltres l'afectem i en formem part.

OBJECTIUS.

- Gaudir, analitzar i valorar l'entorn com a font per a la reflexió crítica i l'exploració de potencialitats creatives.
- Conèixer obres d'art contemporani que investiguen maneres diverses de pensar, representar i relacionar-se amb els entorns.
- Valorar l'art contemporani de manera contextualitzada, com a manifestacions culturals relacionades a antecedents artístics, a contextos socials i a les problemàtiques del seu temps.
- Utilitzar estratègies d'indagació i creació visuals diverses amb metodologies híbrides pròpies dels llenguatges artístics contemporanis.
- Elaborar opinions pròpies raonades i crítiques sobre les problemàtiques que afecten l'entorn.
- Resoldre creacions visuals pròpies experimentant i elaborant diferents fases o nivells del procés.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA13SAM. STRANGER SINS: IMATGE, SO I INTEL·LIGÈNCIA ARTIFICIAL
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Partint dels elements bàsics del Llenguatge Audiovisual (enquadraments, guió, edició-muntatge...) i la Intel·ligència artificial gravarem un petit capítol d'una sèrie de ficció inspirada en la sèrie "Stranger things" però en la que la localització és el nostre institut: la SINS Cardener. De la fusió d'ambdós conceptes neix: Stranger SINS. Treballant des de la narrativa de les històries que inventarem, la música que hi posarem, els efectes especials, l'edició... Intentarem posar en pràctica diferents tècniques de gravació i edició, i alhora aprendre gran part del vocabulari del Llenguatge Audiovisual. IMPORTANT: Els alumnes que s'apunten a la franja de dilluns (a les 13:05h) no s'han d'apuntar el divendres (a les 13:05h). Qui vulgui participar només cal apuntar-se a una de les 2 franges.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA20SAM. SINS BAND
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
La SINS Band és l'agrupació musical del nostre centre. El 20 de desembre de 2013 es feia a l'antic porxo de la SINS el primer concert d'alumnes del centre. Aquell concert fou el germen del que poc a poc es va anar gestant com la SINS Band. La SINS Band forma part de la "SINS-essència" i és una de les millors representacions del treball global i personalitzat que es proposa al nostre centre. A aquesta agrupació hi té cabuda tothom, ja que es treballen perfils tècnic - artístics molts diferents: instrumentista, cantant, tècnic de so, ballarí, presentador- speaker... Amb la SINS Band hem realitzat concerts en altres escoles (Ampans, Ametllers, Collbaix), en actes solidaris (Marató de Tv3), en actes col·laboratius (Concert SINS Band + Manresa SIS), en mitjans de comunicació (Catalunya Ràdio) i en actes directament vinculats al nostre centre (Portes Obertes, Sant Jordi, Jornada de final de curs...). Per formar part de la SINS Band NO és imprescindible haver cursat classes d'instrument, cant o ball prèviament, però és molt recomanable. En el cas de no haver cursat o estar cursant música l'alumne haurà de practicar molt a casa i esforçar-se molt per poder seguir el ritme de l'agrupació. Ara bé, el més important i el que més valorem a la SINS Band són l'actitud, el compromís i les ganes de formar-ne part, de fer música junts i de disfrutar amb qualsevol de les seves disciplines artístiques. ● Material necessari: ○ Instrumentistes: instrument (excepte piano i petita percussió), partitures (proporcionades pel professorat) i carpeta amb fundes per organitzar-les, llapis i goma. ○ Cantants: partitures (proporcionades pel professorat) i carpeta amb fundes per organitzar-les, llapis i goma. ○ Ballarins: roba i calçat esportiu i samarreta de recanvi (si s'escau).	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA22 SAM. FEM ÒPERA I ALTRES COSES!
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'acció està dissenyat per l'alumnat de 1r i 2n d'ESO i comparteix objectius amb el Programa Fem òpera! del Servei Educatiu del Kursaal. Fem Òpera! és un projecte que té com a objectiu principal la participació en un espectacle musical, formant part del gran cor d'escena, al costat de cantants solistes i de músics en directe. L'espectacle del que formarem part es titularà De l'òpera al musical i serà un passeig musical per l'òpera i el teatre musical. En aquest projecte els alumnes coneixeran diferents estils (<i>òpera, opereta, òpera folk, musical...</i>) i veuran com molts musicals s'han inspirat i basat en òperes. Tot i que els assajos començaran al 2n trimestre, la representació final al Kursaal tindrà lloc al mes de maig i és per això que el grup es mantindrà fins a final de curs. Alguna dels objectius del Pla d'acció seran: - Conèixer i valorar el funcionament de la respiració i de la veu. Discriminar els diferents tipus de veus existents. - Apropar i donar a conèixer l'òpera. - Comparar diferents estils musicals: òpera, operetes, òpera rock, teatre musical, i conèixer les similituds i influències d'un gènere en l'altre. - Participar de manera directa i activa en el procés de creació i posada en escena d'una òpera: cantant, fent moviments escènics, alternant la participació amb altres participants... - Interactuar amb joves d'altres centres, i amb músics i cantants professionals, i valorar l'esforç i implicació de cada grup. - Conèixer des de dins les característiques d'un equipament escènic com el Kursaal. - Contribuir a millorar les aptituds musicals de l'alumnat i a un enriquiment personal i cultural. El Pla d'acció no es limitarà a l'assaig de les peces musicals de l'espectacle sinó que combinarà els aspectes pràctics amb altres de caràcter més teòric.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA23SAM. MÚSICA & ARTS ESCÈNIQUES
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest Pla d'acció conicideix amb l'optativa de 4t ESO i està adreçat a l'alumnat de 3r ESO. A la matèria optativa de Música i Arts escèniques es treballaran aspectes relacionats amb l'escolta, la percepció, la interpretació, la improvisació, la creació i el coneixement de diferents contextos culturals.	

Aquesta matèria es desenvoluparà en **dues sessions setmanals** i cadascuna d'elles estarà destinada al treball d'aspectes diferents:

- la sessió dels **dimarts** (que és la que podran gaudir els alumnes de 3r d'ESO que escullin aquets Pla d'acció) anirà enfocada al treball de **continguts més vinculats a l'escena i al cos**: importància del cos i aspectes a tenir cura, consciència corporal, respiració, autoestima i valoració del propi cos, expressió corporal i desbloquejos, obertura de moviments, improvisacions...
- la sessió dels **dijous** està més enfocada al treball d'aspectes més purament musicals: escolta activa, contextualització i periodització històric-musical, anàlisi musical, la veu i les agrupacions vocals, aspectes de debat, creacions artístiques...

La matèria també preveu el desenvolupament del Projecte [Fem dansa](#) al llarg del segon i tercer trimestres. Aquest projecte ja conté els seus propis objectius que es sumaran als de la pròpia matèria.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA31SAM. LA MÚSICA EN EL TEMPS
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Des de l'origen de la humanitat la música ha estat una de les manifestacions més vitals i transcendents. Explorar els diferents períodes de la història de la música d'una forma amena és l'objectiu principal d'aquest Pla d'Acció. Elaborarem una línia del temps, un timeline, que l'omplirem de música i històries. Investigar, escoltar, gaudir i respectar els diferents gustos conformaran el dia a dia de l'activitat en "La música en el temps".	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA50SAM. MIX DE GEOGRAFIA
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Sabies que la geografia és molt més que països i capitals? La geografia ens ajuda a comprendre el món i a conèixer quins recursos tenim i com gestionar-los. En aquesta Pla d'Acció explorarem la geografia física, política i econòmica. Aprendrem a llegir mapes i gràfics i entendre el món que ens envolta. Coneixerem els diferents climes, què fa que un país sigui ric, què és la democràcia, les lleis, els partits polítics,... També estudiarem els països i capitals, els rius i les muntanyes,... fins i tot farem un Kahoot de banderes :)	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA51SAM. PENSO, DONCS EXISTEIXO
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Ens passem el dia realitzant aquesta acció, Pensar. I això a vegades ens permet entendre el món, entendre'ns a nosaltres mateixos... Però, en quin moment apareix aquesta idea que pensar ens permet adonar-nos que existim? És que ningú abans s'havia adonat de l'existència? o potser és que l'existir era algo que no depenia de les mateixes persones? Al voltant d'aquest concepte treballarem les idees que envolten aquest fet: les persones que han parlat sobre el tema, quins moments històrics van ser el marc per a fer-ho possible i treballarem el posar-nos en aquest pensament reflexionant, argumentant i debatent sobre totes aquestes idees que ens parlen de la nostra existència.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA52SAM. COSTURA BÀSICA
ÀMBIT	SAM
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
En aquest Pla d'Acció aprendrem i practicarem els principals punts de costura (sobrefilar, embastar, repunt,...) Començarem des de zero i aprendrem a fer petites reparacions tèxtils (reparar un descosit, fer una vora o cosir un botó) tot cosint a mà.	

ÀMBIT EF

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA09EF: RAQUETES
ÀMBIT	EF
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	

Aquest PA (pla d'acció) va dirigit a la millora de les habilitats oculo-manuals mitjançant l'ús d'un implement, concretament una raqueta, així com en potenciar la coordinació motriu en relació amb els aspectes d'espai i temps. A més, pretén fomentar la creativitat entre l'alumnat i potenciar habilitats personals com el compromís, el respecte i l'empatia, valors essencials per al treball en equip i per al desenvolupament integral de la persona.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA12ORI. SEX EDUCATION: CULTURA, RELACIONS I COMUNICACIÓ (3r ESO)
ÀMBIT	Orientació
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
En aquest pla d'acció es treballarà a partir de la sèrie Sex Education. Les històries que s'hi despleguen ens permeten analitzar amb rigorositat aspectes culturals i relacionals de gran interès. Analitzar i fer un treball de reflexió sobre els capítols de la primera temporada, ens permetran observar com els nostres prejudicis queden desbordats a mesura que coneixem la història de cadascun dels personatges. Amb aquesta sèrie, també tindrem l'oportunitat de reflexionar sobre la importància de la comunicació entre les persones que mantenen relacions afectives. Cada classe comença amb el visionat d'un capítol. A continuació comença un diàleg o un treball específic amb la finalitat que l'alumnat pugui expressar les seves reflexions de en tota la seva complexitat.. *Aquest pla d'acció serà d'aprofundiment per a l'alumnat de 3r d'ESO.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA05ORI. SALUT MENTAL: TRENQUEM EL TABÚ
ÀMBIT	Orientació
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció s'inspira en el projecte "What's Up: com vas de salut mental" i pretén conèixer i aprofundir en diferents temàtiques relacionades amb la <u>salut mental</u>. A més, busca obrir un procés de normalització i apoderament del propi l'alumnat com a agent clau en la <u>lluita contra l'estigma</u> ja que el desconeixement o la por són barreres molt presents en els centres educatius. L'impacte dels problemes de salut mental, especialment, entre les persones adolescents i joves és molt important i cal treballar-hi com abans millor. Alhora, cal prevenir actituds negatives basades en prejudicis i promoure valors de comprensió, pensament crític, propi i lliure d'estereotips.	

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA14ORI: CAL·LIGRAFIA, MECANOGRAFIA I ESCACS.
ÀMBIT	Orientació
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
Aquest pla d'acció vol respondre a la necessitat de l'alumnat per tal de millorar aspectes concrets que els poden ajudar a obtenir millors resultats en el treball acadèmic. Les sessions s'organitzen en 3 parts:	

1. Cal·ligrafia i grafisme: El treball de cal·ligrafia comença amb una activitat d'avaluació inicial. Al llarg de les sessions es treballen elements com la claredat, la regularitat de la mida, l'espaiat, la formació de les lletres i la inclinació, amb activitats específiques i recursos visuals. Finalment, es fa una avaluació comparativa entre l'inici i el final que permet a cada alumne prendre consciència dels seus progressos i establir objectius personals de millora.
2. Mecanografia: El treball de mecanografia es basa en la pràctica progressiva amb Typing Club, dedicant una part de cada sessió a exercicis guiats i recomanant la pràctica diària breu a casa. Cada 2-3 sessions s'analitzen els informes de progrés i, a la penúltima, es fa una prova d'observació per valorar la precisió, la velocitat i la postura..
3. Joc: El treball d'escacs ofereix un espai lúdic on l'alumnat dedica mitja hora per sessió a jugar i a desenvolupar la concentració, la memòria i l'estratègia. Segons el grup, es poden aprofundir conceptes bàsics, fer petits torneigs o utilitzar plataformes digitals com Lichess

S'organitza el pla d'acció en aquests tres blocs de 30 minuts per facilitar la concentració i el compromís de l'alumnat en la realització de les tasques. Puntualment també es treballaran aspectes sobre l'organització escolar i es farà recolzament en l'ús de materials d'autoformació.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA16ORI: CAMINS LAVANDA Un viatge per la igualtat i el respecte
ÀMBIT	Orientació
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
T'agradaria canviar les coses? Et planteges perquè encara hi ha desigualtats entre nois i noies? Vols ser part d'un grup que proposa idees i accions reals per transformar el teu entorn? Som els qui vam crear la Comissió Lavanda cursos anteriors !! A Camins Lavanda parlarem, debatrem i crearem junts. Un espai on la teva veu compta i on aprendrem que la igualtat no és només per a les dones: és un guany per a tota la societat. Recomanem que l'alumnat hi participi durant tot el curs per tal de poder donar visibilitat a totes les accions creatives (sempre que sigui possible). Durant el curs farem activitats creatives, representacions teatrals, murals, vídeos, dinàmiques i projectes que arribaran al centre, al poble i més enllà. També participarem en actes importants com el 25N (contra les violències masclistes) i el 8M (Dia de la Dona). Els nostres propòsits són clars: - Donar veu a la igualtat. - Aprendre a mirar amb ulleres noves. - Posar en valor la diversitat i el respecte.	

- Ser protagonistes del canvi.

Col·laborem amb la Regidoria de l'Ajuntament de Sant Joan per tal de crear i/o compartir activitats municipals per a què arribin a més públic.

Apunta't a Camins Lavanda i sigues part del camí cap a una escola i un món més just.

TÍTOL PLA D'ACCIÓ	PA19ORI: COMUNICACIÓ EN EL CONFLICTE
ÀMBIT	Orientació
PETITA DESCRIPCIÓ / OBSERVACIONS DEL PLA D'ACCIÓ	
En aquest Pla d'acció, l'alumnat treballarà com afrontar els conflictes de manera respectuosa i constructiva, aprenent a expressar el que sent i necessita de manera assertiva. A través de dinàmiques i situacions reals del seu dia a dia, aprendran estratègies de comunicació no violenta i de l'enfocament restauratiu relacional, que posen l'èmfasi en l'escolta activa, l'empatia i la responsabilitat personal. L'objectiu és que nois i noies descobreixin que els conflictes formen part de la convivència, però que la manera com els gestionem pot ajudar-nos a créixer, comprendre millor els altres i reforçar els vincles dins del grup. - Crear espais segurs i de confiança per compartir. - Donar veu a tothom, escoltar i reconèixer. - Aprendre a expressar sentiments i necessitats amb respecte. - Practicar eines per resoldre conflictes des del diàleg i la responsabilitat compartida. El Pla d'acció està pensat per l'alumnat que vol aprendre a expressar-se amb respecte, escoltar els altres amb empatia i trobar solucions que beneficiïn tothom. També és ideal per a aquells nois i noies que, de vegades, es troben amb malentesos, discussions o situacions de tensió i volen descobrir eines per gestionar-les d'una manera més tranquil·la i positiva. En definitiva, per a totes les persones que volen construir relacions més saludables, respectuoses i cooperatives dins i fora de l'aula.	