



# OPTATIVES

# 2024-2025

**PRIMER D'ESO**

# ARTS ESCÈNIQUES

Vols tindre una assignatura que t'ajude a conèixer-te millor, superar vergonyes i on pugues expressar tot allò valuós que tens dins teu? On l'objectiu principal siga divertir-se aprenent?



*Tu seràs l'absolut protagonista, i crearem i interpretarem jugant, coneixent totes les possibilitats de la nostra veu i el nostre cos.*



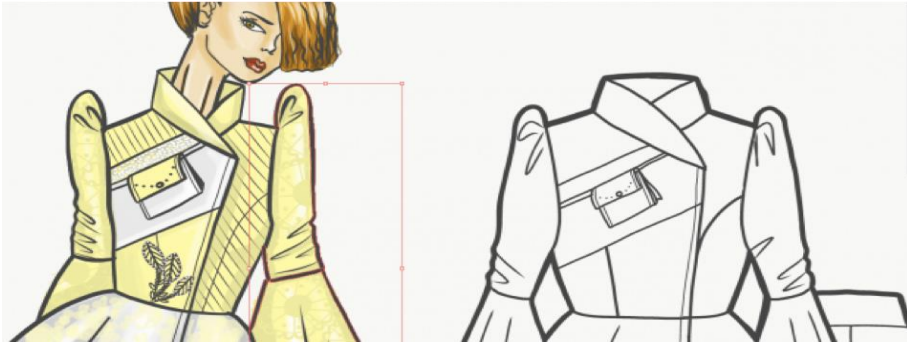
# LABORATORI DE CREACIÓ VISUAL



Desenrotlla destreses expressives i comunicatives amb ...

interessants projectes artístics:

- Publicitat o Moda,
- Disseny gràfic,
- Fotografia, Còmic, etc.



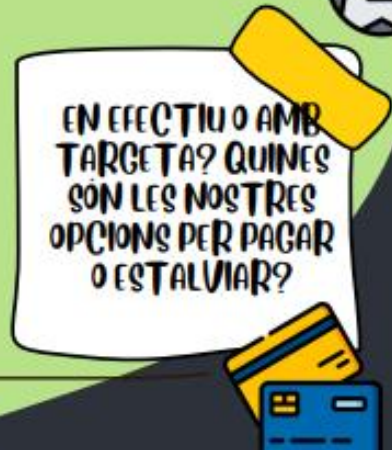
# FINANCES I CONSUM RESPONSABLE

## REPTES

ORGANITZAR UN VIATGE O UN EVENT AMB UN PRESSUPOST ESTABLERT

AJUDA A MARIO I LUIGI A NO CAURE EN EL PERILL DEL JO I LES APOSTES

EN EFECTIU O AMB TARGETA? QUINES SÓN LES NOSTRES OPCIONS PER PAGAR O ESTALVIAR?



# INFORMÀTICA

Taller de relacions digitals  
saludables



- Tens curiositat pel món d'Internet?
- Vols aprendre a dominar l'editor de text?
- Saps fer presentacions digitals originals i actuals?
- T'agraden els videojocs i la programació?

Apunta't a informàtica





## Per què triar Francés???

- ***Aprendràs a parlar i escriure una llengua nova, de manera activa i divertida.***
- ***Aprendràs coses de França, i una vegada al trimestre farem crêpes a classe!!***
- ***Perquè és una assignatura que pots triar tots els anys de l'ESO i també al Batxillerat. A 4º es pot fer la prova A2, que et dona el títol de l'Escola Oficial D'Idiomes.***





# DEFENSA PERSONAL

(1 ESO)

## DESCRIPCIÓ

Es treballarà la Condició Física (CF) enfocada a la lluita i la defensa personal i coneixerem i practicarem diferents arts marcial com Judo, Jiu-Jitsu i grapling.

## OBJECTIUS

Conèixer diferents arts marcial de defensa personal: Judo, Jiu-Jitsu, Grapling...

1. Aprendre tècniques de defensa personal: Projeccions, immobilitzacions, luxacions i estrangulacions.
2. Practicar i millorar habilitats motrius com les caigudes i l'equilibri.
3. Treballar la força i la resistència per a la lluita.

## AVALUACIÓ

- Conceptes tècnics de defensa i atac de l'esport
- Tàctica de defença i atac
- El treball i participació en les classes
- El respecte i control contra l'adversari.