

MISNEACH



C L Á R

RANG A CÚIG

Ábhar seomra ranga le tacú le hOideachas Sóisialta,
Pearsanta agus Sláinte (OSPS)



© PDST 2016

Cuirtear an saothar seo ar fáil trí théarmaí an Creative Commons Attribution Share Alike 3.0 Licence
<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/ie/>

Ceadaítear an t-ábhar seo (níl na híomhánna nó na lógónna san áireamh) a úsáid agus a athúsáid saor in aisce agus in aon fhormaid nó meán, faoi théarmaí an Creative Commons Attribution Share Alike Licence.

Luaigh mar: *PDST, Walk Tall, SPHE Curriculum, Dublin, 2016*

CLÁR ÁBHAIR

Réamhrá don Chlár Misneach	leathanach 4
Tagairtí	leathanach 14
Litir Shamplach chuig Tuismitheoirí 1	leathanach 17

NEARTÚ GRÚPA: Conradh Seomra Ranga **leathanach 19**

AONAD A hAON: Féinaitheantas **leathanach 25**

01	Is é seo mo shaol	leathanach 26
02	Is Daoine Aonair Sinn Go Léir	leathanach 30
03	Aidhmeanna agus Spriocanna Réalaíocha	leathanach 34
04	Is Maith Liom Mé Féin Díreach Mar Atáim	leathanach 39
05	Tuairimí Pearsanta a Chur in Iúl	leathanach 48
06	An Foghlaimeoir Éifeachtach	leathanach 51

AONAD A DÓ: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp **leathanach 57**

Mír A: Sláinte agus Folláine

01	Iompar Sláintiúil agus Míshláintiúil	leathanach 60
02	Ag Plé le hImní agus le Teannas: Suaimhneas	leathanach 63
03	Cad is Druga Ann?	leathanach 68
04	Tionchair agus Roghanna	leathanach 72
05	Tobac agus Na Torthaí	leathanach 76
06	Alcól agus Na Torthaí	leathanach 83
07	Substaintí Baolacha	leathanach 90
08	Cuidiú agus An Pobal	leathanach 98

Mír B: Bia agus Cothú; Eolas ar Mo Chorp

01	Roghanna Ciallmhara Bia	leathanach 104
02	Sláinteachas Bia	leathanach 110
03	Bia Éagsúil do Dhaoine Éagsúla	leathanach 114
04	Cúram Coirp agus Gníomhaíocht Choirp	leathanach 119
05	Míchumais Fhisiciúla	leathanach 122
06	Ár gCorp a Chosaint	leathanach 124

AONAD A TRÍ: Mothúcháin agus Braistintí **leathanach 129**

01	Labhairt faoi Mhothúcháin	leathanach 130
02	Mothúcháin a Bhainistiú	leathanach 134
03	Cáineadh a Láimhseáil	leathanach 138
04	Díomá a Sharú	leathanach 144
05	Cad a Tharlaíonn nuair a Mhothaím...?	leathanach 148
06	Riachtanais agus Mianta	leathanach 152
07	Dearfach Fúm Féin	leathanach 156

AONAD A CEATHAIR: Sábháilteacht agus Cosaint **leathanach 160**

01	Cógais	leathanach 161
02	Cúrsaí Baolacha a Bhainistiú	leathanach 165
03	Sábháilteacht le Substaintí	leathanach 169
04	Coinneáil Sábháilte	leathanach 175
05	Timpistí a Chosc	leathanach 178

CLÁR ÁBHAIR

AONAD A CÚIG: Cinntí a Dhéanamh **leathanach 187**

01	Cinntí a Dhéanamh	leathanach 188
02	Bíonn Torthaí ag Cinntí	leathanach 191
03	Daoine Eile agus Cinnteoireacht	leathanach 194
04	Freagrachtaí agus Roghanna	leathanach 198
05	Is Féidir Liom Rogha a Dhéanamh	leathanach 201
06	Bealaí le Cinntí a Dhéanamh	leathanach 204
07	Fíricí agus Barúlacha	leathanach 208

AONAD A SÉ: Mé Féin agus Daoine Eile **leathanach 217**

01	Mo Theaghlach	leathanach 218
02	Teaghlach i mbun Athraithe	leathanach 221
03	Cineálacha Éagsúla Teaghlach	leathanach 225

AONAD A SEACHT: Mo Chairde agus Daoine Eile **leathanach 230**

01	Mar Bhall den Ghrúpa	leathanach 231
02	Cairdis	leathanach 238
03	Machnamh ar Eispéiris	leathanach 241
04	Bulaíocht	leathanach 246

AONAD A HOCHT: Caidreamh le Daoine Eile **leathanach 251**

01	Cumarsáid	leathanach 254
02	Cumarsáid Neamhbhriathartha	leathanach 256
03	Éisteacht	leathanach 262
04	Glaoch Ainmneacha	leathanach 265
05	Tuairimí Pearsanta	leathanach 271
06	Tionchar agus Áitiú	leathanach 274
07	Foinsí agus Cineálacha Coimhlinte	leathanach 280
08	Bainistiú Coimhlinte	leathanach 283
09	Cumarsáid Theanntásach	leathanach 288

AONAD A NAOI: Saoránacht a Fhorbairt **leathanach 294**

01	Cónaimid inár bPobal	leathanach 295
02	Ag Obair le Chéile le Foghlaim faoinár bPobal	leathanach 300
03	Ár dTimpeallacht a Chaomhnú	leathanach 303
04	An bhfuil Gach Duine Cothrom?	leathanach 310
05	Dóthain Do gach Duine	leathanach 312
06	Ár bPobal: Ár nDomhan	leathanach 317

AONAD A DEICH: Oideachas na Meán **leathanach 322**

01	Na Meáin Chumarsáide	leathanach 326
02	Na Meáin Chlóite	leathanach 328
03	Fógraíocht	leathanach 331
04	Fógraíocht agus Alcól	leathanach 336
05	Caitheamh Aimsire	leathanach 340

AONAD A hAON DÉAG: Féachaint Siar, Féachaint Romhainn **leathanach 344**

01	Mo Chorp Iontach	leathanach 345
02	Táim ag Ceiliúradh a Bhfuil Foghlamtha Agam	leathanach 351

Aguisín

Forléargas ar Chuspóirí Ábhair do Rang a Cúig agus Rang a Sé	leathanach 356
--	-----------------------

RÉAMHRÁ

Cúlra

Rinneadh na bunábhair ranga le haghaidh Misneach a dhearadh i lár na 1990í ar bhonn Tuarascáil Tascfhórsa an Aire (1996) inar moladh gur cheart straitéisí coisctheacha um mhí-úsáid substaintí a chur ar bun chomh luath agus is féidir sa seomra ranga, sula mbeadh páistí ag tosú ar thriail a bhaint as drugaí. Cuireadh ábhar ranga ar fáil ar bhonn píolótach ag an am agus le haiseolas ó mhúinteoirí cuireadh timthriallacha athbhreithnithe ar bun, sular cuireadh bailchríoch orthu lena scaipeadh ar bhunscoileanna.

Úsáideadh an t-aiseolas a bailíodh ó mhúinteoirí ag sraith athbhreithnithe lae a eagraíodh ar fud na tíre le linn 2009/10 mar threoir don leagan reatha de Misneach. Cé go bhfuil múinteoirí sásta le hábhar, struchtúr agus gnéithe an Chláir, chuir siad in iúl go raibh nuashonrú de dhíth, ó thaobh ábhair an tseomra ranga a chuir in oiriúint do dhaonra daltaí níos ilghnéithí, roinnt ábhair a nuashonrú (scéalta mar shampla) agus nasc níos soiléire a dhéanamh idir Misneach agus cuspóirí comhábhair an churaclaim Oideachas Sóisialta Pearsanta agus Sláinte 1999 (OSPS) d'fhonn cabhrú le pleanáil don seomra ranga. Theastaigh clár cuimsitheach ó na múinteoirí chomh maith leis an gCuraclam OSPS a chur i bhfeidhm. Úsáideadh an t-aiseolas seo go léir leis an gClár Misneach a leasú.

Gnéithe Nua sa Chlár Misneach

Coinnítear an chuid is fearr d'eagrán 1999 sa leagan is déanaí den Chlár Misneach, ach tá gnéithe tábhachtacha nua ann. Tá leagan amach na bpleananna ceachta mar an gcéanna, le nótaí mionsonraithe do mhúinteoirí faoi ábhar agus seachadadh na gceachtanna. Rinneadh nuashonrú ar na scéalta le haird ar an daonra ilghnéitheach daltaí

atá in Éirinn anois. Cuirtear úsáid na teicneolaíochta sa seomra ranga san áireamh, agus tá na féidearthachtaí do ghníomhaíochtaí clár bán níos éasca mar gheall ar leagan amach agus formáid na gcomhábhar.

Is gné shuntasach den Chlár leasaithe é an nasc soiléir atá déanta le snáitheanna agus snáithaonaid Churaclam OSPS (1999), agus naisc i ngach ceacht le cuspóirí sonracha ábhair. Táthar ag súil go gcabhróidh sé seo le múinteoirí pleanáil a dhéanamh don OSPS le tuairim shoiléir faoi na nithe a dtugtar fúthu i Misneach sa churaclam. Beidh sé soiléir chomh maith go bhfuil ar chumas an Chláir Misneach cuid mhaith de Churaclam OSPS (1999) a sheachadadh, rud a dhéanann clár idéalach le haghaidh teagaisc sa réimse seo. Tá ceachtanna ann den chéad uair a chlúdaíonn snáithaonaid Fás agus Athrú sa churaclam. Beidh sé de lánrogha ag scoileanna na ceachtanna seo a úsáid mar a oireann do shainmheon agus beartais shainiúla na scoileanna féin, agus cathain a úsáidfear iad, maidir le hOideachas Caidrimh agus Gnéasachta (OCG) mar shampla.

Forléargas ar an Ábhar

Tá forléargas san Aguisín de na cuspóirí ábhair atá le tabhairt fúthu ag gach leibhéal den Chlár Misneach agus is féidir le múinteoirí é seo a úsáid leis an méid atá á chlúdach in aon cheacht nó rang a dheimhniú. Beidh sé seo an-úsáideach le haghaidh pleanála.

Ábharthacht na gComhábhar Misneach

D'fhéadfaí a fhiafraí an bhfuil clár OSPS ina bpléitear cosc mhí-úsáid substaintí chomh práinneach anois agus a measadh i lár na 1990í. Cé go léiríonn an taighde go bhfuil rath áirithe ann maidir le húsáid

drugaí i measc daoine óga a laghdú (ESPAD 2012; Suirbhé HBSC, 2010) ní ceart a bheith réchúiseach faoi.

Bíonn dúshláin nua ag gach glúin maidir le mí-úsáid substaintí (mar shampla, ordú alcóil ar líne agus ar an bhfón), agus is ábhar buartha i gcónaí é an ragús óil. Is cosúil nuair a thugtar faoi aon bhagairt ar leith ar shábháilteacht páistí agus drugaí, go dtagann bagairt eile ina áit. Tá oideachas le mí-úsáid substaintí a chosc ábhartha go fóill dá bhrí sin. Tá sé seo agus níos mó á sheachadadh sa chlár nua Misneach.

Aidhmeanna

Beifear ag cloí leis na bunaidhmeanna a bhí ag an gClár Misneach. Is iad sin an mhúinín, na scileanna, na dearcthaí agus an t-eolas a thabhairt do pháistí le roghanna sláintiúla a dhéanamh ina saol. Tá sé seo leathnaithe amach le gnéithe de shaol na bpáistí a áireamh, nach mbaineann le mí-úsáid substaintí amháin ach le sábháilteacht phearsanta agus le forbairt i dtreo caithreachais chomh maith. Dearadh an Clár Misneach le húsáid le gach páiste i rang, agus beidh sé ina fhorlíonadh ar aon idirghabháil le fócas ar scileanna sóisialta agus mothúcháin a bhíonn dírithe ar pháistí aonair.

Ról na Scoile in OSPS

Cuirtear béim ar thimpeallacht agus sainmheon na scoile i dTreoirínte OSPS do Mhúinteoirí (1999). Spreagtar na scoileanna le timpeallacht dhearfach a chruthú ina mbíonn 'luach, aire agus meas' ar fáil ag daoine aonair (Treoirínte OSPS do Mhúinteoirí, 1999, : 22). Tá sé ríthábhachtach caidrimh a thógáil go himmheánach agus go seachtrach le timpeallacht dhearfach a chothú, agus aithnítear an scoil mar mhol cumarsáideach agus mar acmhainn lasmuigh de bhallaí na scoile i mórán pobal.

Le blianta beaga anuas, tá scoileanna á spreagadh le bealaí éagsúla a phleanáil le OSPS a mhúineadh. Eisíodh treoirínte chuig scoileanna maidir le beartais a fhorbairt i dtaobh úsáid substaintí,

bulaíocht, gnéasacht agus oideachas sábháilteacht phearsanta, ábhair a bhaineann go dlúth leis an gcuraclam OSPS. Tá tuilleadh treorach ar fáil i gCiorcláin le déanaí ón ROE (Ciorcláin 0022/2010, 0065/2011, 0045/2013) sa réimse seo. Tá cur chuige iomlán nua á mholadh maidir le OSPS a fheidhmiú go háirithe, a éascófar le plan atá curtha le chéile le doiciméid do ranganna de gach leibhéal. Cuirtear béim ar chur chuige cothrom a thugann deis do dhaltá scileanna agus dearcthaí agus tuiscintí a fhorbairt i gcomhthéacs a chuireann an tsláinte chun cinn. Spreagtar scoileanna le hidirbheartaíochtaí atá oiriúnach ó thaobh aoise agus céime a phleanáil ar bhonn leanúnach (Ciorclán 0022/2010 ROE) seachas ar ghníomhaíochtaí aon uaire a mbíonn tionchar teoranta acu.

Tá comhpháirtíocht le tuismitheoirí riachtanach leis na príomhscileanna saoil atá i gcuraclam OSPS a chur chun cinn. Roimhe seo chuir a lán scoileanna ábhair ranga Misneach ar fáil do thuismitheoirí ar spéis leo é. D'fhéadfaí ó am go ham tuismitheoirí agus caomhnóirí a chur ar an eolas ar bhealach níos doimhne trí chruinnithe le tuismitheoirí. Bheadh sé seo áisiúil go háirithe ag tús na scoilbhliana sula gcuirtear an Clár i bhfeidhm. D'fhéadfaí ionchur ó oideachasóirí atá freagrach as sábháilteacht phearsanta nó oideachas gnéasachta, chomh maith le saineolaithe ar dhruagaí, nó soláthraithe áitiúla seirbhísí ar nós na Gardaí Síochána, Feidhmeannas na Seirbhísí Sláinte (FSS) nó baill de thascfhórsaí drugaí agus alcóil a chur ar fáil ag na cruinnithe seo. Beidh spéis ag tuismitheoirí agus caomhnóirí (nach mbeadh an Curaclam OSPS déanta acu féin) san ábhar atá ann agus d'fhéadfaí an deis a thapú le plé a dhéanamh leo faoin gcaoi is féidir leo obair le scoileanna le heolas, scileanna agus tuiscint na bpáistí a chur chun cinn. Nuair a chuir scoileanna an tseirbhís seo ar fáil, bhí meas ag tuismitheoirí agus caomhnóirí uirthi, mar gur minic a bhíonn siad neamhchinnte faoin gcaoi is féidir páistí a chosc ó shubstaintí a mhí-úsáid.

Tá litir shamplach chuig tuismitheoirí agus caomhnóirí ar fáil i ngach leibhéal

den Chlár Misneach. Tugann siad seo forléargas ar aidhmeanna agus téamaí an Chláir agus bheadh siad úsáideach do scoileanna atá ag cur an Chláir i bhfeidhm.

Ról an Bhaile in OSPS

Cuireann tuismitheoirí a n-ímní maidir le mí-úsáid substaintí in iúl go minic nuair a chloiseann siad den chéad uair faoi fheidhmiú an Chláir Misneach sa scoil. Bheadh roinnt tuismitheoirí den bharúil gurb ionann mí-úsáid substaintí agus drugaí mídhleathacha a úsáid. Tá sé tábhachtach béim a chur air gurb iad alcól agus nicitín na drugaí is túisce a mbaineann páistí úsáid astu go hiondúil. Léirítear i suirbhéanna ar thuismitheoirí go bhfuil dearcadh an-tromchúiseach ag tuismitheoirí ar ólachán faoi aois, agus ar na torthaí a bhíonn aige ar dhaoine óga. Tá sé tábhachtach béim a chur ar an seasamh láidir a bhíonn ag tuismitheoirí agus caomhnóirí, mar phríomh-oideachasóirí ar dhearthaí paistí ar dhruaí. Léiríonn staidéir le déanaí an tionchar cosantach a bhíonn ag dea-thuismitheoireacht. Áirítear ann an faireachán ar ghníomhaíocht shóisialta (go háirithe gníomhaíocht oíche) agus socrú rialacha, sa bhaile agus lasmuigh de (Brand, 2009). Má mhothaíonn daoine óga go bhfuil a dtuismitheoirí nó a gcaomhnóirí eolach faoina bhfuil á dhéanamh acu go sóisialta, coisceann sé seo iad go minic ó mhí-úsáid a bhaint as substaintí.

Tugann ceachtanna atá curtha le haonad an tsrutha Fás agus Athrú sa Churaclam OSPS deiseanna breise idirghabhála do thuismitheoirí agus do chaomhnóirí, agus d'fhéadfadh siad plé a spreagadh i mbailte na bpáistí faoi na hathruithe fisiceacha agus mothúcháin a thagann le teacht an chaitheamh agus conas dul i ngleic leo seo ar bhealach dearfach.

Is ceart tuismitheoirí/caomhnóirí a spreagadh le caint lena bpáistí faoin obair atá á déanamh sa Chlár Misneach - go deimhin cuirfidh go leor tuismitheoirí agus caomhnóirí fáilte roimh an deis a thugann an Clár dóibh leis na ceisteanna seo a phlé. Tá litir shamplach a thugann

forléargas ar na téamaí a chlúdaítear sa Chlár ar fáil ag tús gach leibhéil den Chlár. Is bealach luachmhar iad na litreacha seo le rannpháirtíocht na dtuismitheoirí agus na gcaomhnóirí san obair atá á déanamh ar scoil a spreagadh. Chomh maith leis sin, tá litreacha samplacha ann maidir le téamaí ar leith i leibhéil áirithe, agus is féidir leis na múinteoirí úsáid a bhaint astu seo mar is rgha leo.

Tá litir shamplach chineálach do thuismitheoirí ag deireadh an réamhrá seo agus is féidir le múinteoirí í a úsáid má theastaíonn uathu insint do thuismitheoirí agus do chaomhnóirí faoi ábhar nó gníomhaíocht ar leith. Is féidir í a leasú nó a oiriúnú mar is gá.

Déantar tagairt i roinnt de na ceachtanna do na páistí a bheith ag caint le 'duine sábháilte' nó 'duine fásta muiníneach'. De ghnáth is daoine iad seo a bhfuil siad ina gcónaí leo ina mbaile féin. Tá an cineál seo plé le spreagadh.

Ról an Mhúinteora san OSPS

Tá oideachas réamh-sheirbhíse nó le linn a ngairme déanta ag formhór na múinteoirí faoi na prionsabail agus faoin bhfealsúnacht atá mar bhuntaca don Churaclam OSPS, a bhfuil Misneach ina Chlár Oifigiúil den ROE. I dTreorlínthe an Mhúinteora don OSPS (1999: 55) cuirtear béim ar ról an mhúinteora mar 'threoraí, éascaitheoir agus acmhainn, a chuireann deiseanna éagsúla cuí ar fáil do pháistí atá i mbun a gcuid foghlama féin'. Tá cuspóirí ábhair an Churaclaim OSPS scríofa i bhformáid a chuireann béim ar ról éascaithe an mhúinteora. Is léir go bhfuil glacadh ag múinteoirí leis an ról seo sna léirmheasanna a rinneadh ag an Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnaithe (CNM) (2008) agus an Chigireacht (2009) ar an gCuraclam OSPS. Cuireann an dá léirmheas in iúl go bhfuil príomhscileanna na múinteoirí, go háirithe maidir le plé a éascú, ríthábhachtach dá ról.

Déanann Prendiville (2004) cur síos ar an éascú mar chumasú. Déantar tascanna le linn an phróisis 'a chuireann ar chumas

an duine aonair/ an ghrúpa a gcinneadh/ a sprioc a bhaint amach nó scil a fhoghlaim'. (Prendiville, 2004:13). D'fhéadfadh na pointí seo a leanas a bheith mar chabhair le timpeallacht éascaitheach foghlama a chothabháil do pháistí:

- **Sábháilteacht**

Le linn a bheith ag obair le grúpa ranga tá sé tábhachtach go mothaíonn na páistí go bhfuil siad sábháilte má tá siad leis an rannpháirtíocht agus an fhoghlaim is mó is féidir a bhaint amach. Leagann a lán múinteoirí bunrialacha síos le seo a bhaint amach. Samplaí coitianta: 'gan achasán', 'gan ainmneacha a lua go diúltach', 'éisteacht nuair a bhíonn duine ag caint', 'cead againn caint nó gan caint'. Moltar do mhúinteoirí gan ach rialacha ar féidir a fhaire sa seomra ranga a chur i bhfeidhm. Ní mheastar go bhfuil rialacha níos casta (ar nós rúndacht) oiriúnach i dtimpeallacht an tseomra ranga, ar chúiseanna éagsúla, mar nach féidir iad a chinntiú i ndáiríre. Tá príobháideacht an pháiste (agus an teaghligh) luaite go sonrath mar cheart i dTreoirínte na Múinteoirí don OSPS (1999: 14). Ach ní mór cuimhneamh freisin ar pháistí a spreagadh le páirt a ghlacadh i ngníomhaíochtaí foghlama ar nós am ciorcail agus drámaíocht, agus cead a bheith acu ag an am céanna a bheith páirteach nó gan a bheith de réir a rogha féin.

- **Cur Chuige Éagsúil a Úsáid**

Cé go bhfuil amhras léirithe faoin nasc atá idir stíleanna éifeachtúla teagaisc agus foghlama (Scott, 2010, mar shampla), tá sé le ciall go spreagfaidh cur chuige de chineálacha éagsúla níos mó taitnimh agus rannpháirtíochta. Á chur seo san áireamh, tugtar forléargas sna rannóga a leanas ar na modhanna difriúla a úsáidtear sa Chlár Misneach le spéis na bpáistí a mhúscailt ionas go mbainfidh siad taitneamh as an fhoghlaim.

- **Tógáil Caidrimh**

Tá an mhúinín riachtanach sa chomhthéacs foghlama, an mhúinín a bhíonn ag na rannpháirtithe i gcomhsheasmhacht an mhúinteora, mar shampla, ach muinín an mhúinteora sna

paistí ionas go gcabhróidh siad le chéile i ndáiríre má chruthaítear na tosca cearta. Is gá go mbeadh na páistí muiníneach freisin go mbeidh meas ag an chuid eile den rang ar an méid atá le rá acu. Ní mór dá bhrí sin dul i ngleic le fadhbanna le hiompar mí-oiriúnach, le sláinte agus le slándáil. D'fhéadfadh roinnt ama a bheith ag teastáil ó na paistí leis na scileanna agus na rialacha sonracha a bhaineann le héisteacht a fhoghlaim, agus cabhróidh an meas, agus sampla d'iompar cuí ón múinteoir, leo.

Foghlaim Gníomhach

Cuirtear béim sna Treoirínte OSPS do Mhúinteoirí (1999) ar thábhacht na foghlama gníomhaí agus muid ag obair le páistí. Moltar é seo leis an leas is fearr a bhaint as aistriú na foghlama ionas go mbeidh siad 'ábalta an méid a fhoghlaimíonn siad a úsáid i gcúinsí éagsúla' (Treoirínte OSPS do Mhúinteoirí 1999: 5). Táthar ag súil 'go nglacfaidh páistí seilbh níos mó, agus níos mó freagrachta as a gcuid foghlama féin' sa bhfoghlaim ghníomhach. Cuireann Vygotsky (1962), béim ar thábhacht idirghabháil na n-aosach sa bhfoghlaim, nuair a deir sé gur féidir le páistí feidhmiú ar leibhéal níos airde le cúnamh ná mar is féidir leo má fhágtar an fhoghlaim fúthu féin. Thug sé an zón neasfhorbartha air seo. Mar idirghabhálaithe i bhfoghlaim páistí, tógann múinteoirí creat na foghlama le dul chun cinn na bpáistí ó leibhéal foghlama amháin go leibhéal eile a éascú. Luathaíonn aiseolas éifeachtúil foghlaim páistí chomh maith (Scott, 2010), agus tugann sé rochtain do pháistí ar a bhfoghlaim féin sula dtéann siad ar aghaidh chuig an chéad leibhéal eile.

Mar atá imlínithe cheana, tá ról tábhachtach ag an múinteoir i straitéisí foghlama gníomhaí mar atá á moladh sa Chlár Misneach. Tugtar tuairisc ghearr sna rannóga a leanas de na príomh-mhodhanna a úsáidtear sa Chlár Misneach, le tagairt do cheachtanna áirithe sna hábhair seomra ranga.

Obair Chiorcail

Is córas foghlama grúpa í an obair chiorcail mar a shuíonn páistí nó daoine fásta i gciorcail le fadhbanna, mothúcháin agus tuairimí a phlé ar bhealach struchtúrtha daonlathach (tugtar am ciorcail air seo chomh maith). Tugtar le fios i Mosley (1996, 1998), go n-eascaíonn na nithe seo a leanas as obair chiorcail:

- féinmheas na bpáistí i suíomh an ranga a fheabhsú
- iompar dearfach a spreagadh sna seomraí ranga agus sna scoileanna
- taithí ar scileanna sóisialta a thabhairt do pháistí
- comhfhreagracht as timpeallacht an tseomra ranga a chothú
- deis a thabhairt do pháistí mothúcháin a fhiosrú I dtimpeallacht shábháilte

Go hiondúil, suíonn páistí nó daoine fásta ar chathaoireacha nó ar chuisíní i gciorcail, ar mhaithe le teagmháil súl a éascú. Is comhartha den chothromas agus den daonlathas bunúsach a bhaineann le hobair chiorcail é cruth an chiorcail chomh maith. Úsáidtear slat nó réad éisteachta go minic le béim a chur ar an ngá atá le scileanna maithe éisteachta. D'fhéadfaí a lán de na gníomhaíochtaí plé sa Chlár Misneach a fhiosrú trí obair chiorcail. Tá smaointe agus comhairle le fáil sna leabhair Quality Circle Time agus More Quality Circle Time (1998) le Jenny Mosley. Bheadh cuid de na gníomhaíochtaí seo, nó iad go léir, le fáil i seisiún coitianta obair chiorcail:

- cluichí/briseadh oighir
- babhtaí
- fóram oscailte/ plé
- ceiliúradh
- gníomhaíochtaí scoir/ léirshamhluithe

Déanfaidh múinteoirí a gcuid seisiúin obair chiorcail a phleanáil le haird ar aois, ar thaithí agus ar chumais na bpáistí. Tugtar smaointe le haghaidh obair chiorcail ar fud an Chlár Misneach ag gach leibhéal. Chomh maith leis sin, tá an DVD Circle Work, a thiomsaigh Seirbhís Tacaíochta Misneach, ar fáil ón tSeirbhís um Fhorbairt Ghairmiúil do Mhúinteoirí,

agus tugann sé treoir ghinearálta faoi úsáid an obair chiorcail i gcomhthéacs an tseomra ranga.

Cluichí Comhoibritheacha

Is féidir cluichí a úsáid le hiompar iomaíoch nó comhoibritheach a chothú. Sna hábhair seomra ranga, cuirtear an bhéim ar chluichí comhoibritheacha, gan aon bhuaiteoir ná caillteoir.

Is iomaí cúis atá ann le cluichí a úsáid, mar atá:

- luí isteach nó leibhéal fuinnimh an ghrúpa a ardú, suaimhneas a chothú agus seans a thabhairt do na páistí socrú síos.
- ábhair áirithe a thiomnú nó a fhiosrú
- meon comhoibrithe a chruthú sa rang
- taithí shamhaltach ar scil áirithe a sholáthar

Tá cluichí éagsúla ar fáil ar fud Ábhair Misneach ag leibhéal éagsúla ranga (Croí Isteach sna Naíonáin Shóisir Aonad 1 Ceacht 7, Deir Ó Grádaigh neamhiomaíoch i Rang 3, Aonad 1, Ceacht 3, Cluiche Líne Breithlae i Rang 5, Aonad 8 Ceacht 2). Tá roinnt cluichí oiriúnach le húsáid go minic ag an múinteoir, ach ní úsáidfe roinnt eile ach uair amháin le hábhar ar leith a chur i láthair. D'fhéadfadh sé a bheith deacair do na páistí dul i dtraithí ar chluichí neamhiomaíocha ar dtús, ach sa bhfadtearma, léiríonn an fhianaise go gcabhraíonn siad le muinín a mhéadú agus deachaidreamh a chothú sa seomra ranga.

Drámaíocht - Imirt Ról

Is samhlú den fhíorshaol í imirt ról i dtimpeallacht rialaithe shábháilte. Tá buntáistí éagsúla aige mar mhodh múinteoireachta:

- is féidir le páistí nó daoine fásta dúshlán agus eispéiris a bhíonn rompu a ionsamhlú, a réamhshamhlú conas iad a láimhseáil, agus bealaí éagsúla le dul i ngleic le fadhb a fhiosrú
- is féidir dearcthaí iomadúla a fhiosrú agus a mheas
- bíonn sé níos éasca do roinnt páistí

aisteoireacht a úsáid le fadhb a thuiscint seachas a mhíniú cad a dhéanfaidís i gcás áirithe

- is féidir leis a bheith gníomhach agus taitneamhach mar bhealach foghlama.

Nuair a bhíonn imirt ról á úsáid ón gClár Misneach, d'fhéadfadh an creat seo a leanas a bheith áisiúil:

1. Tabhair faisnéis do na rannpháirtithe

Bíonn gníomhaíocht shocrachta de chineál éagsúil úsáideach chun an meon ceart a leagan síos. Inis do na rannpháirtithe cad a tharlóidh, oibrigh amach cosaintí (bunrialacha), cinntigh cé a ghlacfaidh páirt agus conas, léirigh go soiléir nach bhfuil aon 'bhealach ceart' ann, agus tabhair cead fanacht amach.

2. Reáchtáil an imirt ról

Déantar ról a dháileadh, meabhraítear na bunrialacha, tugtar forléargas ar ról na mbreathnóirí nó an lucht éisteachta, tugtar amach feistis agus cártaí ról más gá. Mura bhfuil mórán taithí ag daltaí ar imirt ról bheadh sé úsáideach é a thabhairt isteach de réir a chéile, ag tosú mar shampla le mím de dhreacha cinn, ansin le gothaí, ag dul ar aghaidh go lánghluaiseacht colainne agus ansin ag glacadh le ról.

3. Cuir stop leis an imirt ról

B'fhéidir nach gá dul ar aghaidh go deireadh an imirt ról. Féadfaidh an múinteoir nó na rannpháirtithe stop a chur leis an imirt ról. Tá sé úsáideach aontú faoi chomhartha soiléir le stop a chur leis roimh ré.

4. Na himreoirí a bhaint as a ról

Is ceart dó seo tarlú sula dtosaítear an chéim phróiseála nó plé. D'fhéadfaí é a dhéanamh trí imreoirí a bhogadh timpeall, a cheadú dóibh a bheith 'i láthair' trína bhfíor-fhéin a chur i láthair an ghrúpa (..... is ainm dom agus tá cónaí orm i, nó Is mise..... agus níl mé cosúil le, mar.....) nó trí shuaitheantas nó comhartha fisiceach dá ról a bhaint anuas.

5. Próiseas

Is féidir plé a dhéanamh tar éis an imirt ról:

- Cad a tharla?
- Conas a mhothaigh tú?
- Cad a d'fhéadfadh tarlú?

Is cuid an-tábhachtach den imirt ról é an próiseas nó an plé. Is lena linn is féidir eispéiris, feasacht agus foghlaim na bpáistí a fháil amach agus a threisiú. D'fhéadfadh imirt ról malartach eascirt as an phróiseáil seo. D'fhéadfaí a iarraidh ar bhreathnóirí aiseolas a thabhairt ag úsáid bunrialacha atá socraithe roimh ré le himreoirí a chosaint, mar shampla, gan an duine a ionannú lena ról.

Ní mór a mheabharrú go bhféadfadh imní a bheith ar rannpháirtithe nach bhfuil taithí acu cheana féin ar imirt ról faoi a bheith rannpháirteach. Moltar tabhairt faoin imirt ról a chur i láthair na bpáistí de réir a chéile (féach 2 thuas), agus iad a spreagadh chun rannpháirtíochta seachas iachall a chur orthu.

Ní ceart cumhacht imirt ról a mheas faoina luach, agus chabhródh sé le múinteoirí an imirtí ról atá sna hábhair seomra ranga a leanúint sula dtosaíonn siad ar chur chuige trialach nó tubchumadóireachta a ghlacadh.

I measc modhanna drámata eile a úsáidtear sa Chlár Misneach tá 'múinteoir i ról' agus 'lána coinsiasa'

Drámaíocht - Múinteoir i Ról

Is féidir leis an múinteoir, mar cheannaire, mar shaineolaí nó mar bhall den ghrúpa, an imirt ról nó an dráma a threorú laistigh den dráma. Is féidir frapa simplí (hata áirithe mar shampla) a úsáid mar thaca do ról, agus tugann sé deis don mhúinteoir páirt dhearfach a ghlacadh san imirt ról nó sa dráma. Is féidir leis an múinteoir atá i ról ceisteanna soiléirithe a chur leis an dráma nó an imirt ról a threorú má bhíonn na páistí i sáinn. Tá sé tábhachtach a mheabharrú gurb iad na páistí a dhéanann an cinneadh deiridh faoin treo a rachaidh an imirt ról nó an dráma. Tá sampla d'úsáid 'múinteoir i ról' ar fáil i Rang 6, Aonad 6 Ceacht 5.

Drámaíocht

Lána Coinsiasa nó Tollán Smaointe

Is modh úsáideach é seo nuair a thagann aincheist mhorálta chun cinn, nó nuair a bhíonn tuairimí ag teacht salach ar a chéile maidir le cad is ceart do charachtar nó do pháiste áirithe a dhéanamh i ndráma nó i gcás fíorshaoil. Déantar dhá líne de pháistí a ghlacann tuairimí malartacha faoi aincheist áirithe nó faoi rogha atá le déanamh. Roghnaíonn páiste amháin páirt an charachtair leis an aincheist agus siúlann sé/sí síos an tollán atá déanta leis an dá líne, le páistí ar an dá thaobh ag iarraidh dul i gcion ar chinneadh an charachtair trí chúiseanna a thabhairt dóibh an rogha áirithe sin a dhéanamh. Féadfaidh an carachtar cinneadh a dhéanamh faoi rogha áirithe bunaithe ar a bhfuil cloiste acu sa tollán. Tá sampla den mhodh seo sna hábhair Misneach i Rang 6 (Aonad 9 Ceacht 4), agus féadfaidh múinteoirí é a léamh má theastaíonn uathu an modh seo a úsáid i gceachtanna eile.

Ionsamhluithe

Deirtear go bhfuil ionsamhluithe cosúil le 'turaí samhlaíochta' lenar féidir imeachtaí san aimsir chaite, san aimsir fháistineach nó sa tsamhlaíocht a mheabhú nó a chruthú. Tugtar ionsamhluithe teoraithe áirithe in Ábhair Misneach ina dtugann an múinteoir cuireadh do na páistí dul ar thuras samhlaíoch ag úsáid script ullmhaithe (féach mar shampla Rang 4, Aonad 7, Ceacht 3).

Is féidir ionsamhlú a úsáid mar straitéis múinteoireachta le:

- eagla nó imní a fhiosrú ar bhealach neamhbhagarthach
- fíis a chruthú de na nithe is mian linn a bhaint amach ionas gur féidir linn díriú níos mó ar spriocanna
- ullmhú do tharlúintí a chuirfeadh stró orainn nó a bheadh dúshlánach trí samhlú roimh ré go mbeadh rath orainn
- féinfheasacht a mhéadú agus féinmheas a choinneáil trí na rudaí a d'éirigh linn a dhéanamh cheana a

ionsamhlú

- seisiún a oscailt nó a dhúnadh trí mhothúchán suaimhnis agus scíth a chruthú

Ní mór ionsamhlú a dhéanamh i dtimpeallacht shuaimhneach gan chur isteach, rud nach féidir a bhaint amach go héasca i seomraí ranga. Ní mór don mhúinteoir a bheith i dtaithe ar an script agus í a chur i láthair de ghuth soiléir, socair nuair atá ionsamhlú teoraithe á dhéanamh. Nuair atá cleachtadh ionsamhlaithe á dhúnadh, tabhair am do na páistí 'filleadh' go dtí an aimsir láithreach go réidh. Is maith an rud uaireanta comhaireamh óna cúig go dtí a haon le cur in iúl go bhfuil an t-ionsamhlú ag teacht chun deiridh, agus le seans a thabhairt do na páistí teagmháil súl a dhéanamh roimh dhul ar aghaidh.

Obair Ghrúpa

Oibríonn páistí i bpéirí nó i ngrúpaí i mórán de cheachtanna an Chláir Misneach. Tugann sé sin deis dóibh a bheith lánpháirteach, agus scileanna áirithe ar nós comhoibriú, cathaoirleacht, glacadh nótaí, coinneáil ama agus tuairisceoireacht a chothú.

Is féidir obair ghrúpa a úsáid mar seo a leanas:

- comhroinnt chruthaitheach agus smaointe a ghiniúint
- scileanna áirithe ar nós comhoibriú, comhiarrachtaí agus scileanna cumarsáide a chothú
- gníomhaíochtaí ar leith atá oiriúnach don obair ghrúpa

Is féidir le hobair ghrúpa a bheith struchtúrtha nó gan struchtúr. Is féidir grúpaí a chruthú go fánach, a bheith féinroghnach nó roghnaithe ag an múinteoir. Le scileanna sóisialta (agus éagsúlacht) a fhorbairt moltar go ndéantar ballraíocht ghrúpaí a athrú ó am go ham. Bíonn sé úsáideach go minic obair i bpéirí, agus na péirí a chur le chéile le ceathair a dhéanamh, agus mar sin de. D'fhéadfadh sé a bheith riachtanach bunrialacha a oibriú amach roimh ré. Is ceart do thascanna a bheith

soiléir, sainmhínte go maith, agus teorainn ama a bheith leo nuair is cuí. D'fhéadfadh sé a bheith úsáideach ról ar leith a bheith ann do thasc grúpa, tuairisceoir mar shampla. Bíonn sé úsáideach uaireanta toradh an phlé a thairbhí. Tá bealaí iomadúla sna hábhair ranga le hobair ghrúpa a stiúradh le páistí. Tugtar samhlacha d'úsáid obair ghrúpa i rang sinsearach sa DVD *What is a Drug?* a thiomsaigh an tSeirbhís Tacaíochta Misneach, agus bheadh smaointe ann do mhúinteoirí ar mhian leo an cur chuige seo a úsáid ina gcuid teagaisc.

Naisc Tras-churaclaim

Mar atá le feiceáil sa liosta de mhodhanna gníomhacha foghlama, is féidir an Clár Misneach a chomhtháthú le réimsí eile den churaclaim. Léiríonn an imirt ról agus na gníomhaíochtaí míme na naisc le curaclaim ealaíne ar nós na drámaíochta. Bíonn plé, am ciorcail agus obair ghrúpa úsáideach i bhforbairt teanga, agus tá nasc idir úsáid chluichí agus an curaclaim corpoideachais. Tugtar sonraí faoi naisc tras-churaclaim i ngach ceacht. Tá naisc idir gach ceacht agus an Curaclam Gaeilge, le béim ar chion tairbhe an Chláir Misneach i leith scileanna cainte agus litearthachta.

Measúnú

Dar le Treoirínte OSPS don Mhúinteoir (1999:27) deirtear go bhfuil an measúnú 'chomh riachtanach don OSPS is atá sé d'ábhar ar bith eile'. Is féidir le measúnú a bheith foirmitheach nó suimitheach. Bíonn measúnú foirmitheach, le trialacha nó breathnóireacht, úsáideach nuair atáthar ag iarraidh cláir ar nós Misneach a oiriúint do riachtanais aonair agus ghrúpa.

Tugann measúnú suimitheach deis do mhúinteoirí measúnú a dhéanamh ar a bhfuil foghlamtha ag páiste nó paistí tar éis ceacht nó aonad áirithe, nó tar éis obair na bliana.

In athbhreithnithe a rinneadh le déanaí ar fheidhmiú Churaclaim OSPS ag an CNCM (2008) agus ag an gCigireacht (2009), léiríodh go raibh drogall ar mhúinteoirí

measúnú a dhéanamh sa réimse seo mar gheall ar nádúr íogair chuid den ábhar agus an tuairim gur gá dearcadh fadtéarmach a ghlacadh faoi na tairbhí atá le baint as. I dTuarascáil na Cigireachta (2009:65) aithníodh ceistiúchán agus breathnóireacht na múinteoirí mar phríomhstraitéisí measúnaithe, agus moladh go ndéanadh múinteoirí taifeadadh córasach ar a gcuid torthaí ag díriú ar 'ghnéithe den chlár OSPS ar féidir iad a mheas go réadúil le linn am an dalta ar scoil'.

Le haird air seo, moltar sa Chlár Misneach go ndíreodh na múinteoirí ar na scileanna, ar na dearcthaí agus ar an eolas atá ar fáil sna hábhair ag gach leibhéal ranga. Is féidir cur chuige measúnaithe de chineálacha áirithe a úsáid, lena n-áirítear iad seo a leanas:

- breathnóireacht an mhúinteora
- tascanna agus trialacha atá deartha ag an múinteoir
- tionscadail agus fillteáin
- aiseolas ó thuismitheoirí

Is dócha gurb í breathnóireacht an mhúinteora an bealach is éifeachtaí le dearcthaí agus forbairt scileanna a mheas. Bíonn breathnóireacht á déanamh i gcónaí ag múinteoirí ar dhaltaí sa seomra ranga agus lasmuigh de. Is féidir é seo a dhéanamh go neamhfhoirmiúil, mar shampla nuair atá na páistí i mbun tasc ghrúpa, le leibhéal comhoibrithe agus rannpháirtíochta a mheas. D'fhéadfadh sé cabhrú chomh maith le deacrachtaí a bheadh ag páiste nó ag grúpa páistí le roinnt modhanna atá sna hábhair seomra ranga a aithint. Is féidir le sceideal simplí breathnóireachta cabhrú leis an bhbreathnóireacht a dhírú agus taifead scríofa de na príomhléargais a éascú. D'fhéadfaí na pointí seo a leanas a chur san áireamh sa bhreathnóireacht ar pháiste aonair:

- idirghabháil le páistí eile
- idirghabháil leis an tasc
- cumas fócais.

Bíonn taisc agus trialacha atá deartha ag an múinteoir úsáideach go háirithe le

heolas agus scileanna atá faighte ag na páistí i rith an Chláir a mheas. Tugtar samplaí de thráth na gceist san ábhar seomra ranga le heolas a mheas. Is féidir tasc ar leith (imirt róil mar shampla) a dhéanamh ó am go ham le scil ar nós treallús nó bainistiú coimhlinte a mheas.

Is féidir obair thionscadail, fillteáin OSPS nó cóipleabhair, agus taispeántais ranga, a úsáid le cur le breathnóireacht an mhúinteora agus na teisteanna agus na tasc atá luaite thuas. Is féidir le fillteán nó cóipleabhar ar leith d'obair na bpáistí a bheith an-úsáideach le monatóireacht agus measúnú a dhéanamh ar a bhfuil foghlamtha ar bhonn leanúnach. Tugann sé seo freisin taifead den dul chun cinn, scríofa i lámh an pháiste féin, a bheadh úsáideach d'fhéinmheasúnú an pháiste féin agus don chaidreamh le tuismitheoirí agus caomhnóirí, nó le lucht gairme eile más gá.

Tagann aiseolas neamhfhoirmiúil ó tuismitheoirí agus caomhnóirí i mórán scoileanna, go háirithe le páistí níos óige a mbíonn a dtuismitheoirí nó a gcaomhnóirí sa scoil níos minice ná nuair a bhíonn na páistí níos sine. D'fhéadfadh cruinnithe tuismitheoirí le múinteoirí aiseolas níos struchtúrtha a éascú ó tuismitheoirí, agus d'fhéadfadh múinteoirí é seo a úsáid leis an Chlár a oiriúnú do riachtanais aonair. Is mór an chabhair í má thuigeann tuismitheoirí agus caomhnóirí aidhmeanna an Chláir ionas gur féidir leo a aithint cá bhfuil láidreachtaí a bpáiste, agus má bhíonn gá le heispéiris agus foghlaim bhreise.

Ar deireadh thiar, moltar i dTreoirlínte OSPS do Mhúinteoirí (1999) go spreagtar páistí le féinmheasúnú a dhéanamh. Ní tharlóidh sé seo ach má bhíonn na páistí eolach ar aidhmeanna agus spriocanna na gceachtanna agus na scéimeanna oibre. Is féidir le páistí sásamh a bhaint as féinmheasúnú, agus is féidir leis freagracht, inspreagadh agus neamhspleáchas a chothú.

Cur Chuige i Leith Mí-úsáid Substaintí a Chosc

Cé gur iomaí fadhb atá ann le drugaí,

agus gur féidir iad a nascadh le tosca éagsúla (lena n-áirítear díothacht agus caidrimh laistigh den teaghlach, i measc rudaí eile), cuirtear an bhéim i mbunscoileanna ar oideachas a chur ar dhaoine óga faoin mbaol a ghabhann le drugaí níos coitianta a mhí-úsáid, go háirithe alcól agus nicitín. De ghnáth is iad seo na chéad drugaí a mbaineann páistí triail astu.

Tá siad ar fáil go réidh agus á n-úsáid i mórán tithe agus pobal, agus bíonn úsáid luath uaireanta mar thuar ar úsáid fhadbach níos déanaí, cé nach bhfuil sé seo dosheachanta.

Úsáidtear cur chuige de chineálacha éagsúla san oideachas le mí-úsáid substaintí a chosc. Tá siad seo rangaithe mar a leanas ag Morgan (2001):

- eolas agus faisnéis
- teachtaireachtaí eaghlacha
- féinmheas ginearáta agus soiléiriú luachanna
- tionchair shóisialta.

In athbhreithniú leathan ar chineálacha cur chuige ar mhaithe le mí-úsáid substaintí a chosc, deir Morgan (2001: 65) gur ceart go mbeadh 'leanúnachas sna cineálacha cur chuige le béim ar fhorbairt phearsanta agus shóisialta, scileanna sóisialta agus cinnteoireacht', agus gur ceart na cineálacha cur chuige seo a sheachadadh i gcomhthéacs foghlama gníomhaí na rannpháirithe. Luaitear go sonrach nach bhfuil sé cuí teachtaireachtaí eaghlacha a úsáid. Treisítear é seo i gCiorclán ROE 0022/2010, mar a deirtear 'nach bhfuil faisnéis a spreagann eagla agus a dhéanann áibhéal faoi iarmhairtí diúltacha, cuí agus go bhfuil siad fritorthúil'.

Luann an Ciorclán 'idirghabhálacha gáifeacha', 'ráitis fhianaise' agus 'normalú ar iompar contúirteach daoine óga' mar chineálacha cur chuige nach gcabhraíonn. Cuirtear béim chomh maith ar idirghabhálacha aois-oiriúnacha, agus ar easpa éifeachta 'indirghabhálacha aon-uaire/gearrthéarmacha'. Is é an rud

is spéisiúla in Morgan (2001) agus Ciorclán ROE 0022/2010 ná an bhéim a chuirtear ar ról an mhúinteoir ranga i gcláir le mí-úsáid substaintí a chosc.

Conas mar sin, atá an Clár Misneach oiriúnach i gcomhthéacs na gcineálacha cur chuige seo? Cuirtear scileanna, eolas, luachanna agus dearcthaí le chéile sa Chlár i dtaca d'ábhair aois-oiriúnacha, fhorbarthacha atá idir phraiticiúil agus chuimsitheach. Mar a luadh níos luaithe, déantar an t-ábhar a sheachadadh trí straitéisí éagsúla gníomhacha foghlama, a éascaíonn rannpháirtíocht agus taitneamh na ndaltaí. Tugtar pleananna miondealaithe ceachtanna mar thacaíocht don mhúinteoir ranga an Clár a sheachadadh. Clúdaíonn an Clár gach gné den churaclam OSPS anois, rud a dhéanann gurb é an clár is cuimsithí atá ar fáil do scoileanna faoi láthair.

Ach cé go bhfuil an cur chuige atá imlínithe i Misneach ag teacht leis an gcleachtas is fearr, ní chinntíonn sé seo go mbeidh rath air i suíomh na scoile. Luaigh Morgan (2001) cúiseanna éagsúla a dteipeann ar chláir chosc mí-úsáid drugaí.

Ina measc ní mór do na scoileanna aird a thabhairt ar fheidhmiú gan éifeacht (ar nós neamhchomhleanúnas idir leibhéil), ionchais neamhréadúla, agus tosca timpeallachta agus cultúrtha. Ní dhéanfaidh clár aon mhaith do pháistí má fhágtar ar an seif é, nó mura gcuirtear i bhfeidhm ach ó am go ham é, ní dhéanfar forbairt ar scileanna, luachanna ná dearcthaí a chabhródh leis na paistí i gcoinne deacrachtaí aonair, diúltachas sa timpeallacht, nó cultúr páistí eile. Chomh maith leis sin, cé go bhfuil sé inmhiannaithe a bheith ag súil le timpeallacht atá saor ó dhruagaí, chabhródh sé níos mó moill a chur leis an aois a dtosaíonn páistí ag baint triail astu, go háirithe alcól agus nicitín. Is aidhm phríomha í seo den oideachas i leith mí-úsáid substaintí a chosc agus an chlár Misneach.

I gcomhar leis an Chlár, beidh foilsiúcháin éagsúla ón ROE agus Misneach ann le cabhrú le scoileanna agus múinteoirí an Clár a chur i bhfeidhm. Tá leabhair ann ar nós:

- **Understanding Substances and Substance Use: A Handbook for Teachers** ina bhfuil sonraí ar fáil faoi dhruagaí agus saincheisteanna a bhaineann leo
- **Best Practice Guidelines in Substance Misuse Prevention Education** mar a bhfuil faisnéis do Bhoird Bhainistíochta, príomhoidí scoile agus múinteoirí faoin gcleachtas is fearr maidir le hoideachas i dtaobh mí-úsáid substaintí a chosc a thabhairt i mbunscoileanna, agus i dtaobh saincheisteanna gaolmhara.

Tá fócas fós ar mhí-úsáid substaintí a chosc sa chlár Misneach, ach is acmhainn chuimsitheach OSPS í anois, agus táthar ag súil gurb é seo an clár a roghnófar i mórán de bhunscoileanna na hÉireann.

Conclúid

Aithnítear tábhacht na scoileanna ó thaobh scileanna, luachanna agus dearcthaí mar atá imlínithe sa churaclam OSPS a éascú do pháistí, agus cláir scoilbhunaithe ar nós Misneach á bhforbairt. Táthar ag súil go mbeidh glacadh dearfach leis an eagrán nua seo de Misneach agus go gcuirfear i bhfeidhm é i mbunscoileanna agus go gcuirfidh sé ar chumas daoine óga roghanna dearfacha stíl bheatha a dhéanamh le bheith ina saoránaigh sláintiúla gníomhacha san 21ú haois.



TAGAIRTÍ

Treoirínte deachleachtais le cosc a chur ar mhíúsáid substaintí -Oideachas'

Brand, K. (2009). *'Keeping a watchful eye': the role of perceived parental monitoring in adolescent substance use.* (Tráchtas neamhfhoilsithe MA) Ollscoil Chathair Bhaile Átha Cliath.

Child Abuse Prevention Programme. (1998). *Clár Bí Sábháilte. Baile Átha Cliath: C.A.P.P.*

Obair Chiorcail Seirbhís Tacaíochta Misneach (in SFGM anois)

An Coiste Curaclaim um Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte, An Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta, agus an Roinn Oideachais agus Eolaíochta, Éire. (1999). *Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte: Curaclam Baile Átha Cliath: Oifig an tSoláthair.*

An Coiste Curaclaim um Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte, An Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta, agus an Roinn Oideachais agus Eolaíochta, Éire. (1999). *Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte: Treoirínte do Mhúinteoirí Baile Átha Cliath: Oifig an tSoláthair.*

An Roinn Oideachais (1998). *Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta. Baile Átha Cliath: An Roinn Oideachais*

Ciorcláin, An Roinn Oideachais agus Scileanna www.education.ie/en/Circulars-and-Forms

Hibell, B., Guttormsson, U., Ahlström, S., Balakireva, O., Bjarnason, T., Kokkevi, A., Kraus, L. (2012). *Tuarascáil ESPAD 2011* www.espad.org/Uploads/

Staidéir Measúnachta na Cigireachta (2009). *Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte (OSPS) sa bhunscoil. Baile Átha Cliath: An Roinn Oideachais agus Eolaíochta* www.education.ie/en/Publications/

An Chéad Tuarascáil ó Thascfhórsa an Aire ar Bhearta le hÉileamh ar Dhrugaí a Laghdú (1996). Oifig an tSoláthair, Baile Átha Cliath www.drugsandalcohol.ie/5058/1/309-3090251.pdf

Morgan, M. (2001). *Drug use prevention: An overview of research. An Coiste Comhairleach Náisiúnta ar Dhrugaí.*

Mosley, J. (1996) *Quality circle time in the primary classroom: Your essential guide to enhancing self-esteem, self-discipline and positive relationships. Wisbech, Cambridgeshire: LDA*

Mosley, J. (1998). *More quality circle time. Wisbech, Cambridgeshire: LDA*

An Chomhairle Náisiúnta Churaclaim agus Measúnachta (2008). *Athbhreithniú ar Churaclam na Bunscoile: Céim a dó. Éire: NCCA*

<http://www.ncca.ie/en/Publications/>

Kelly, Gavin, Molcho and Nic Gabhainn, S. (2012). *The Irish Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Study 2010. NUIG and Department of Health* www.nuigalway.ie/hbsc/

Prendiville, P. (2008). *Developing facilitation skills: A handbook for group facilitators. Combat Poverty Agency.* www.combatpoverty.ie/publications/

TAGAIRTÍ

Reaper-Reynolds, S., Williams, J., Wolfe, E., Keane, R. (2005). Understanding substances and substance use: A handbook for teachers. Bord Sláinte an Iardheiscirt. Ar fáil ag: www.drugsandalcohol.ie/

Scott, C. (2010). The Enduring Appeal of Learning Styles. *In Australian Journal of Education, April 2010, Vol. 54, Issue 1.*

Vygotsky, L. (1962). *Thought and language* (E. Hanfmann & G. Vakar, Trans.). Massachusetts: The MIT Press. (Foilsíodh an bunsaothar 1934).

What is a Drug? (DVD). Seirbhís Tacaíochta Misneach (in SFGM anois).



LITIR SHAMPLACH TUISMITHEORA

Dáta _____

Táimid ag tosú ar chlár ar a dtugtar **Misneach** ar feadh roinnt seachtaine le teacht. Is cuid de churaclam Oideachais Shóisialta Phearsanta agus Sláinte (OSPS) an clár seo. Tabharfaidh sé tacaíocht do mhúinteoirí chun eolas agus scileanna pearsanta, móthúchánacha, sóisialta agus sláinte páistí a fhorbairt. Ceann de phríomhaidhmeanna an chláir áirithe seo is ea cosc a chur le mí-úsáid substainte (drugaí, dleathacha agus mídhleathacha). Tá sé mar aidhm aige freisin muinín iontu féin a thabhairt do páistí agus an t-eolas agus na scileanna chun roghanna sláintiúla a dhéanamh. Tá an bhéim ar chabhrú le páistí scileanna saoil a fhorbairt a fhreastalóidh go maith orthu thar am.

Is iad na téamaí a chlúdaítear ag an leibhéal seo ná:

- Féinaitheantas
- Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp
- Ag Fás agus Ag Athrú
- Mé féin agus Mo Theaghlach
- Ag Forbairt Saoránachta
- Sábháilteacht agus Cosaint
- Ag Déanamh Cinntí
- Mé féin agus Daoine Eile
- Ag Déanamh Caidrimh Le Daoine Eile
- Na Meáin

De bhrí nach féidir le tuismitheoirí agus múinteoirí a bheith le páistí an t-am go léir ní mór do páistí éirí níos neamhspleáí agus na dúshlán ina saolta sa tsochaí nua-aimseartha a bhainistiú go háirithe de réir mar a théann siad in aois. Ag deireadh an chláir tá dóchas againn go mbeidh páistí níos fearr ag plé le haon deachrachaí a mbeidh os a gcomhair amach anseo.

B'fhéidir go n-iarrfar ort páirt a ghlacadh i bhfoghlaím do linbh de réir mar a théimid trí na gníomhaíochtaí éagsúla sa chlár mar shampla fótagraif, eolas nó ábhair a chur ar fáil d'obair ealaíne. B'fhéidir gur mhian leat freisin ábhar ceachtanna ar leith sa chlár a phlé le do páiste ó am go ham. Cuirfidh suim, tacaíocht, comhoibriú agus rannpháirtíocht uait i bhfoghlaím agus forbairt do linbh le haidhmeanna an chláir a bhaint amach.

Tá cóip den ábhar atá á úsáid ar fáil le breathnú air más mian leat. Má tá aon cheisteanna agat tá fáilte romhat iad a phlé liom.

Go raibh maith agat as do chomhoibriú.

An Múinteoir Ranga

NEARTÚ GRÚPA

(Conradh Seomra Ranga)

MISNEACH



C L Á R

NEARTÚ GRÚPA

(Conradh Seomra Ranga)

COINCHEAP LÁRNACH

Is féidir timpeallacht seomra ranga atá sábháilte agus a chuireann féinmheas chun cinn a chruthú trí chonradh seomra ranga a chur le chéile gach scoilbhliain nua trí oibriú agus Idirghníomhú le chéile.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinmhuinín a Fhorbairt

Cuspóir Ábhair

An cumas barúlacha, smaointe agus tuairimí pearsanta a chur in iúl a fhorbairt níos mó agus éisteacht le, meas a bheith ar, smaoineamh ar agus tuairim dhearfach a thabhairt ar dhearcthaí daoine eile.

Snáithaonad: Sábháilteacht agus cosaint
Sábháilteacht phearsanta

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscóil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar na rialacha agus na rialacháin ar scoil, sa bhaile agus sa tsochaí agus an tábhacht a bhaineann le cloí leo.

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mo chairde agus daoine eile

Cuspóir Ábhair

An tábhacht a bhaineann le cúram agus tuiscint, cúirtéis agus béasa le daoine eile a chleachtadh agus a aithint.

Snáithaonad: Caidrimh le daoine eile
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Éisteacht go gníomhach le daoine eile agus meas a bheith ar a bhfuil le rá ag gach duine.

■ **Snáithe:** Mise agus an domhan mór

Snáithaonad: Saoránacht a Fhorbairt
Maireachtáil sa phobal áitiúil

Cuspóirí Ábhair

Coincheap an ranga nó na scoile mar phobal a iniúchadh.

Bealaí le hoibriú le chéile a chleachtadh agus muintearas a fhorbairt.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Má chomhaontaigh na páistí ar liosta rialacha an bhliain roimhe sin d'fhéadfaí iad sin a chur ar taispeáint agus a mheas mar ullmhúchán don cheacht seo.

ACMHAINNÍ

- Cóip de Chód Iompair na scoile
- Greamáin má tá an modh vótála le poncanna á úsáid chun rialacha a roghnú

NEARTÚ GRÚPA

(Conradh Seomra Ranga)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Taispeántas
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá

Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun oibriú ar chonradh ranga um fhoghlaim agus oibriú le chéile i mbliana. Iarr ar na páistí smaoineamh ar rialacha nó cód iompair a leanann siad sa bhaile:

- *An bhfuil rialacha ar leith ag do thuismitheoirí faoi obair bhaile?*
- *Féachaint ar an teilifís?*
- *Sneaic a dhéanamh?*

Ansin iarr orthu smaoineamh ar rialacha in aon cheann de na foirne nó clubanna ar a bhfreastalaíonn siad tar éis scoile:

- *An bhfuil rialacha ar leith faoi shábháilteacht ag d'fhoireann nó club?*
- *Nó maidir le freastal ar thraenáil?*

Sa deireadh iarr orthu smaoineamh ar rialacha don tsochaí níos leithne a chaithfidh gach duine cloí leo:

- *An féidir le haon duine smaoineamh ar rialacha a chaithfidh gach duine a leanúint - ar an mbóthar?*
- *In áiteanna poiblí (m.sh. an cosc ar thobac)?*
- *Sa CLG/Cumann Rugbaí na hÉireann/ Cumann Peile na hÉireann?*

Iarr ar roinnt páistí cuid de na rialacha a ghlaoh amach a leanann siad/a chomhlíonann siad go rialta agus iad a liostáil.

An bhfuil cuid de na rialacha seo nó iad go léir riachtanach le maireachtáil go síochánta le daoine eile nó le haghaidh sábháilteachta nó chun foghlaim a eagrú? (D'fhéadfaí toradh bhriseadh na rialacha seo a phlé anois nó níos déanaí.)

Anois iarr ar na páistí smaoineamh ar rialacha agus rialacháin a leantar i scoileanna agus iad seo a liostáil i gcolún ar leith ar chlár bán idirghníomhach, smeach-chairt nó ar chlár bán.

Plé

Pléigh na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann le rialacha ar scoil:

- *Cad a tharlódh mura mbeadh aon rialacha ar scoil?*
- *Nó murar lean ach roinnt daoine iad?*
- *Cad faoin ár seomra ranga?*
- *An féidir leat smaoineamh ar cad a tharlódh mura mbeadh aon rialacha ann?*
- *Nó murar lean ach roinnt daoine iad sa seomra ranga?*

Scríobh síos cuid de na hainmneacha coitianta don chineál comhaontais a shamhlaítear ag leibhéal ranga: conradh, cód, comhaontas. Fiafraigh de na páistí an féidir leo smaoineamh ar aon téarmaí eile a úsáidtear. Cuir ceist: Cad a thabharfaidh ár rang air?

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí agus iarr orthu tuairisceoir agus taifeadóir a cheapadh. Cumfaidh gach grúpa cúig riail a cheapann siad atá an-tábhachtach. Sula dtosaíonn siad is féidir leat a mhíniú go bhfuil roinnt rialacha riachtanach ar chúiseanna sábháilteachta fad is atá cinn eile tábhachtach chun timpeallacht foghlama dhearfach a chruthú. Spreag iad le dhá riail ar a laghad a bheith acu ar shábháilteacht.

Tóg aiseolas ó na tuairisceoirí i ngach grúpa agus déan na rialacha a thaifeadadh faoi cheannteidil mar: **Sábháilteacht** agus **Timpeallacht Foghlama Dhearfach**. Déan nóta d'aon trasnaíl agus déan idirbheartaíocht leis na tuairisceoirí rialacha a chur le chéile nó a fhágáil amach mar is gá. Nuair a bheidh na tuairiscí tugtha ag na grúpaí go léir tabhair cuireadh do na páistí féachaint go cúramach ar na rialacha a gineadh agus plé a dhéanamh ina ngrúpaí ar na trí riail sábháilteachta is tábhachtaí

NÓS IMEACHTA SONRACH

agus na trí riail faoi thimpeallacht foghlama dhearfach is tábhachtaí ó na liostaí sin. Ba chóir dóibh plé a dhéanamh ar cén fáth go gceapann siad go bhfuil na rialacha atá roghnaithe acu tábhachtach agus a bheith réidh a roghanna a mhíniú don chuid eile den rang.

Nuair atá a roghanna déanta acu, iarr ar gach grúpa a gcuid moltaí féin a chur i láthair do na páistí eile agus a mhíniú cén fáth a roghnaíodh iad sin. Spreag iad chun fíricí nó fianaise a úsáid chun tacú lena rogha gan ainm aon duine a lua nó gan tagairt a dhéanamh d'imeachtaí ar leith. Úsáid na nathanna: *tarlaíonn...uaireanta ... nó roinnt daoine...*

D'fhéadfadh na páistí vótáil ansin trí vóta rúnda, ag scríobh síos a rogha cúig cinn in ord tosaíochta ar pháisí páipéir a bhailítear agus a chomhraítear ag grúpa beag páistí a ceapadh don tasc. D'fhéadfaí an modh vótála le poncanna chun roghanna a dhéanamh a úsáid mar mhalairt ar an ngnáthmhodh vótála. D'fhéadfadh gach páiste greamáin bheaga a chur in aice lena dtrí rogha tosaíochta: trí ghreamán don mholadh is fearr leo, dhá cheann don chéad rogha eile agus ceann amháin don chéad rogha eile. Nó d'fhéadfaí na moltaí go léir a scríobh ar an gclár bán idirghníomhach nó ar smeach-chairt agus d'fhéadfadh na páistí ticeanna a chur chun a roghanna a léiriú agus sa chaoi sin ní bheadh greamáin ag teastáil.

Plé

Is féidir leat meabhrú do na páistí nach n-oibríonn rialacha ach amháin má aontaíonn gach duine iad a leanúint nó a chomhlíonadh. Is féidir leat a mhíniú go bhfuil Cód Iompair/Smachta scoile ann a leagann amach rialacha na scoile chomh maith leis na pionóis má sháraítear iad. D'fhéadfaí iad seo a mhíniú anseo ionas go mbeidh na páistí feasach ar bheartas

na scoile. Pléigh conas a d'fhéadfaí dul i ngleic le sárú rialacha ag leibhéal ranga:

- *An gcuirfeadh pionós i bhfeidhm ar shárú chód an tseomra ranga agus más ea, cé a dhéanfaidh é?*
- *An féidir linn liosta pionós a chomhaontú anois atá cothrom agus réasúnta?*
- *Conas a d'fhéadfadh/ba chóir do mhúinteoir a chur in iúl do dhuine go gcuirfeadh pionós orthu má leanann siad ar aghaidh leis an iompar sin?*
- *Ar chóir go mbeadh an pionós céanna ag na rialacha go léir nó an bhfuil cuid acu níos tábhachtaí (m.sh. maidir le sábháilteacht) gur chóir go mbeadh pionóis difriúla acu?*
- *Cad a tharlaíonn má bhíonn duine éigin de shíor ag sárú na rialacha?*

Ní mór duit a mhíniú gur orthusan atá an fhreagracht a chinntiú go bhfuil gach duine sábháilte sa seomra ranga agus go gcomhlíontar ceart an pháiste maidir le foghlaim. Is féidir leat meabhrú do na páistí gur féidir leo teacht chugatsa i gcónaí agus sárúithe rialacha a phlé leat. Nuair a bheidh an liosta pionós comhaontaithe ag an rang is féidir iad sin a chur leis na rialacha i gconradh nó cód comhaontaithe.

Taispeántas

Nuair a aontaítear an Conradh iarr ar pháiste nó dhó é a chlóbhuaileadh agus a phriontáil go soiléir. D'fhéadfadh na páistí go léir é a shíniú timpeall na n-imeall nó faoi na rialacha. D'fhéadfaí cóip bheag den chomhaontú a thabhairt do gach páiste le coimeád i bhfillteán nó áit éigin inar féidir leo rochtain a fháil uirthi ó am go ham. Ba chóir do mhúinteoirí agus oibríthe rialta an tseomra ranga é a shíniú freisin. D'fhéadfá tréimhse trialach a mholadh (b'fhéidir mí) agus tar éis sin is féidir le gach duine é a mheas agus na rialacha a leasú más gá.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Cuir an comhaontú ar taispeáint in áit fheiceálach agus tabhair deis do na páistí an rogha comhaontaithe a thaispeáint dá dtuismitheoirí nó caomhnóirí agus na hiarmhairtí comhaontaithe má sháraítear iad a phlé leo. Sa chaoi sin beidh a fhios ag daoine eile a oibríonn leis na páistí conas a oibríonn do rang le chéile agus is féidir leo aon sárú a chur i do threo.

Conclúid

D'fhéadfaí athbhreithniú a dhéanamh ar an gcomhaontú seo ó am go ham nó de réir mar a éiríonn fadhbanna agus é a leasú más gá. D'fhéadfaí Obair Chiorcail a úsáid freisin mar fhóram chun an comhaontú ranga a mheas agus a chuid torthaí dearfacha ar shábháilteacht agus foghlaim a threisiú.

Síneadh

Cuir na páistí i ngrúpaí agus iarr ar gach grúpa mana ranga a dhearadh agus a roghanna a chur i láthair don chuid eile den rang. Iarr ar gach duine lena n-áirítear na daoine fásta vótáil ar cheann amháin don seomra ranga. Le chéile socraíonn siad conas ba cheart vótáil a dhéanamh. D'fhéadfadh an grúpa a roghnófar a mana a ullmhú trí é a chur isteach i ndearadh a bheidh le taispeáint taobh le taobh leis an gcomhaontú ranga agus d'fhéadfaí an dearadh é féin a roghnú freisin trí ghnáthvótáil nó modh vótála le poncanna.

Mura bhfuil eolas ag páistí ar Choinbhinsiún na Náisiún Aontaithe um Chearta an Linbh (CNAACL) d'fhéadfaí é seo a iniúchadh leo mar chuid den obair ar rialacha an tseomra ranga. Cuireann Amnesty (Éire) acmhainní den scoth ar fáil do mhúinteoirí ar mhian leo an obair seo a dhéanamh i scoileanna. Is féidir rochtain a fháil air sin ag www.amnesty.ie

AONAD 1 FÉINAITHEANTAS

MISNEACH

CLÁR

AONAD 1

FÉINAITHEANTAS

SNÁITHE MISE

Snáithaonaid **Féinaitheantas**
Féinfheasacht
Féinmhuinín a fhorbairt

RÉAMHRÁ DON AONAD

Tá sé mar aidhm ag na ceachtanna san aonad seo cabhrú le páistí:

- eolas a bheith acu orthu féin agus glacadh leo féin mar dhaoine aonair uathúla a bhfuil cumas iontu agus aidhm acu.
- feasacht ar a láidreachtaí agus a laigí a fhorbairt
- fios a bheith acu conas a láidreachtaí a fhorbairt
- glacadh leo féin ar gach leibhéal - go fisiciúil, go hintleachtúil, go mothúchánach
- a bheith oscailte don éagsúlacht agus glacadh léi
- muinín a mhéadú agus a bheith in ann a gcuid tuairimí a chur in iúl
- a bheith fulaingeach agus oscailte do thuairimí difriúla.

Ba chóir go dtuigfeá go bhféadfadh leibhéal éagsúla féinaitheantais a bheith ag daltaí. D'fhéadfadh féinmhuinín íseal a bheith ag roinnt daltaí. D'fhéadfadh daltaí a bhfuil an chuma orthu go bhfuil siad an-mhuiníneach bunfhadhbanna féinmhuiníne a bheith acu freisin. Tá sé mar aidhm sna ceachtanna seo cabhrú le páistí iad féin agus a gcomhdhaltaí leirthuiscint a bheith acu maidir lena gcuid cosúlachtaí agus difríochtaí.

D'fhéadfadh na saincheisteanna a thagann aníos sna ceachtanna a bheith íogair do pháistí mar shampla, struchtúr a dteaghlach, léirthuiscint orthu féin, a gcuid laigí, a n-íomhá choirp, srl. Is

é an múinteoir ranga a bhfuil aithne mhaith aige nó aici ar an rang is fearr a bheidh in ann a mheas conas agus cathain na ceachtanna a éascú san aonad seo chun leasa na bpáistí uilig sa rang. Féadfaidh féinmhuinín agus féinaitheantas páistí a bheith nasctha le luachanna difriúla agus mar sin beidh sé tábhachtach caoinfhulaingt agus glacadh le héagsúlacht a spreagadh.

Cabhróidh athbhreithniú ar an gcomhaontú ranga roimh thús na gceachtanna seo le cinntiú go mbeidh meas ar pháistí le linn na gceachtanna.

CEACHTANNA SA AONAD SEO

Ceacht 1

Is é seo Mo Shaol

Ceacht 2

Is Daoine aonair sinn go léir

Ceacht 3

Aidhmeanna agus Spriocanna Réalaíocha

Ceacht 4

Is Maith Liom Mé Féin Díreach Mar Atáim

Ceacht 5

Tuairimí Pearsanta a Chur In Iúl

Ceacht 6

An Foghlaimeoir Éifeachtach

CEAHT 1

IS É SEO MO SHAOL

A hAON:1

COINCHEAP LÁRNACH

Tá féinaitheantas láidir tábhachtach do mhúinín agus idirghníomhaíocht shóisialta an duine.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaitheantas
Féinfheasacht

Cuspóir Ábhair

A aithint agus a léirtheascint gur duine uathúil gach duine agus go léirítear an uathúlacht sin ina lán bealaí éagsúla.

Snáithaonad: Ag Fás agus ag athrú
De réir mar a bhím ag fás bíim ag athrú

Cuspóir Ábhair:

Tá rochtain ar sheit iomlán acmhainní don chlár Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta a léiríonn riachtanais forbartha paistí ag an aois seo ag <http://www.pdst.ie/node/811>

Cuspóir Ábhair

Na hathruithe a bhíonn ann ón naíonán go dtí an duine fásta a aithint agus a phlé.

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mise agus mo theaghlach

Cuspóir Ábhair

Iníúchadh a dhéanamh ar chuid de na tosca a d'fhéadfadh tionchar a bheith acu ar shaol an teaghlach.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - na hAmharcealaíona

■ **Snáithe:** Líníocht

Snáithaonaid: Ag tarraingt

Ag féachaint agus ag freagairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

D'fhéadfaí an ceacht seo a thosú agus a chríochnú i seisiún amháin nó níos mó.

B'fhéidir gurbh fhearr le roinnt paistí gan eolas pearsanta nó teaghlach a thabhairt ar amlíne agus d'fhéadfaí an rogha a thabhairt dóibh taighde a dhéanamh ar an amlíne agus é a chur le chéile ar a rogha carachtar nó duine cáiliúil.

ACMHAINNÍ

- Amlíne samplach le taispeáint
- Ceamara digiteach nó indiúscartha
- Ábhair Ealaíne lena n-áirítear marcóirí, irisí, gliú, siosúr, Smeach-chairt/ páipéar A3

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá/Plé
- Amlíne Pearsanta
- Machnamh agus Plé
- Obair Chiorcail
- Taispeántas

Réamhrá/Plé

Ar an gclár bán nó ar smeach-chairt scríobh liosta de na blianta go léir a bhfuil na páistí beo ach ná habair aon rud faoi shuntas na mblianta ag an bpointe seo.

Roinn na daltaí i ngrúpaí beaga agus cuir ceist orthu:

- *An bhfuil tuairim ar bith ag éinne cén fáth go bhfuil na blianta seo tábhachtach?*
- *An dtugann tú aon rud suntasach faoi deara fúthu?*

Nuair a thuigeann siad gurb iad sin na blianta a bhfuil siad go léir beo, iarr orthu smaoineamh ina n-aonar faoi na himeachtaí suntasacha a tharla le linn a saol. Spreag iad smaoineamh ar mheascán d'imeachtaí pearsanta agus teaghlaigh, imeachtaí scoile agus áitiúla agus roinnt imeachtaí sa domhan mór:

- *An cuimhin le haon duine an chéad uair a shiúil siad/ a chaill siad a chéad fhiacail/rugadh deartháir nua?*
- *An cuimhin leat do chéad lá ar scoil?*
- *Cad faoi mhórimeachtaí náisiúnta nó idirnáisiúnta?*

Lig doibh má tá siad compordach, na mothúcháin a bhain le ceann amháin de na himeachtaí sin a roinnt lena ngrúpa.

Amlíne Pearsanta

Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun a n-amlíne pearsanta féin a chruthú d'imeachtaí suntasacha ina saol. Is féidir leis na páistí oibriú go neamhspleách chun a n-amlíne féin a chruthú (b'fhéidir ar bhileog nó smeach-chairt/páipéar A3). D'fhéadfaí é a dhéanamh chomh cruthaitheach agus is féidir, mar shampla i gcruth nó cuma fána sciála, sléibhe, abhann nó raon reatha. Mar mhalairt air sin d'fhéadfaí an **Amlíne Samplach** a thaispeáint do na daltaí le

húsáid nó d'fhéadfaí cuid de d'amlíne féin a roinnt leis na páistí má tá tú compordach é sin a dhéanamh. Iarr orthu cuid de na hamanna speisialta, cuimhní agus daoine tábhachtacha a chur san áireamh ina n-amlíne i bhfoirm líniochtaí, gearrscéalta nó grianghraf. D'fhéadfaí seanghrianghraif teaghlaigh nó scoile d'imeacht nó grianghraf a thóg dalta (ag úsáid ceamara digiteach) a thaispeáint chun imeacht atá thart a léiriú. D'fhéadfaí roinnt grianghraf de pháiste a thógáil mura dtugann siad nó murar féidir leo ceann a thabhairt isteach sa rang.

Machnamh agus Plé

De réir mar a chríochnaítear gach seisiún ar an amlíne, tabhair cúpla nóiméad do na páistí chun machnamh a dhéanamh ar a raibh ar siúl acu agus chun a gcuid oibre a phlé le páirtí. Spreag gach páiste smaoineamh ar na himeachtaí suntasacha sin ina raibh siad sona sásta nó ar lá nó am ar bhain siad taitneamh as agus iad sin a roinnt más rogha leo. D'fhéadfaí grinnphlé a spreagadh trí chuireadh a thabhairt do na páistí a gcuid smaointe a roinnt ar cén fáth go raibh cuid de na himeachtaí níos éasca nó níos deacra dóibh smaoineamh orthu.

Obair Chiorcail

Leis an rang ina suí i gciorcail tabhair cuireadh do gach páiste ceann amháin de na himeachtaí nó tarluithe suntasacha ina saol a roinnt. D'fhéadfaí na himeachtaí comónta agus na dátaí a scríobh ar pháipéir agus iad a chur ar bhileog mhór ar an urlár chun amlíne ranga chomhroinnte a dhéanamh. D'fhéadfadh na páistí an méid seo a leanas a phlé:

- *Cad iad na himeachtaí atá mar an gcéanna ag an chuid is mó againn?*
- *Cén cineál imeachtaí nó ócáidí atá uathúil do chuid de na daoine sa rang?*

NÓS IMEACHTA SONRACH A hAON:1

Críochnaigh trí chur in iúl gurb iad na himeachtaí saoil go léir seo a mhúnlaíonn muid agus a chabhraíonn linn ullmhú don mhéid atá le teacht fós inár saol.

Taispeántas

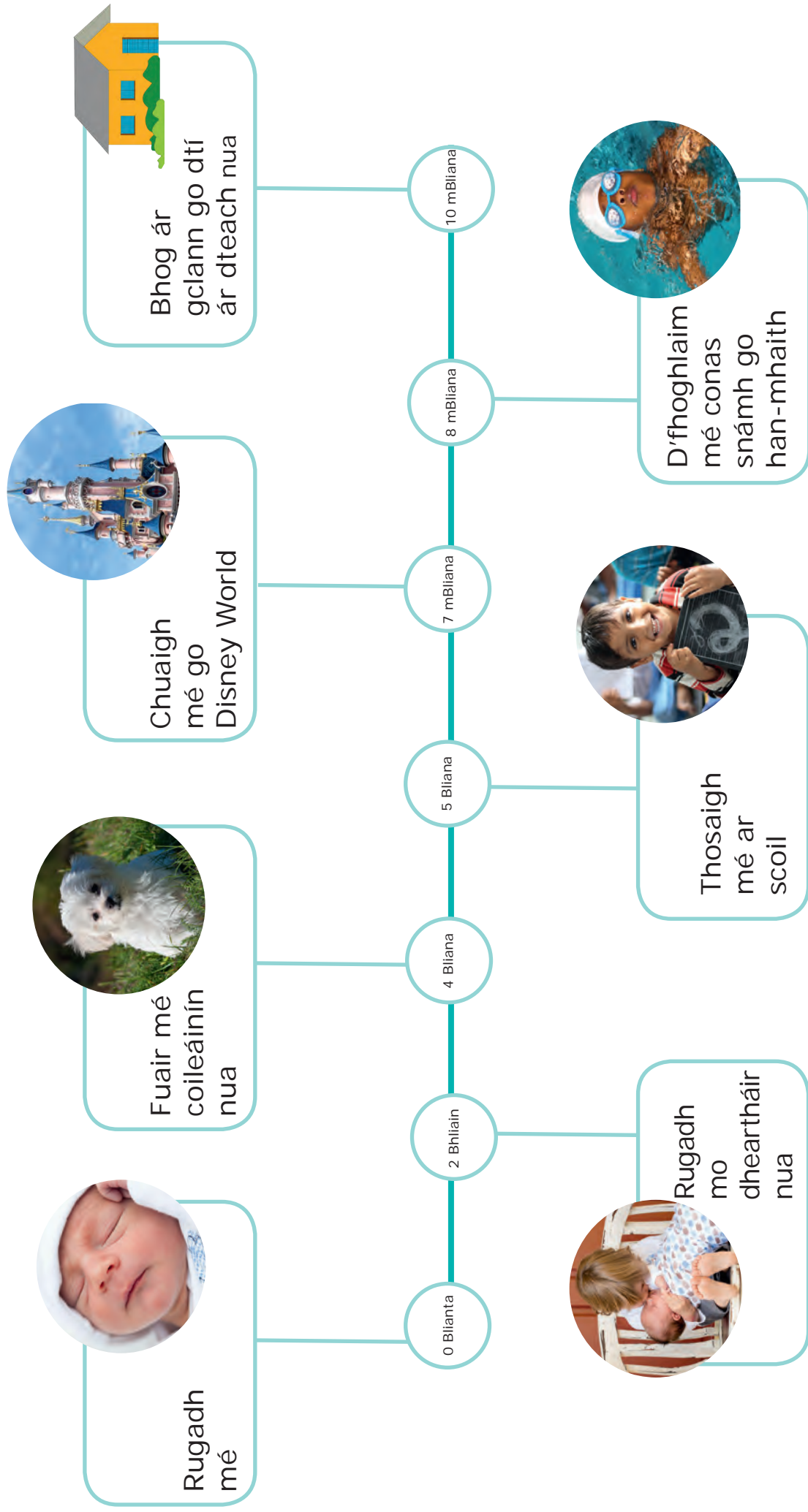
Tabhair cuireadh do na páistí a gcuid amlínte críochnaithe a chur ar taispeánt. B'fhéidir gur mhaith leis na páistí a gcuid amlínte a thógáil abhaile agus iad a phlé lena dtuismitheoirí nó caomhnóirí freisin.

Síneadh

D'fhéadfaí páistí a bhfuil suim ar leith acu sa scríbhneoireacht a spreagadh a scéalta féin a scríobh chun dul lena n-amlíne nó píosaí gearra a scríobh ar ríomhaire a d'fhéadfaí a phriontáil agus a ghreamú mar is cuí. D'fhéadfaí páistí le suim sna hamharcealaíona a spreagadh cuid dá gcuid imeachtaí suntasacha a léiriú i gcré nó iad a phéinteáil.

Beidh suim ag cuid de na páistí sonraí a bhailiú chun amlíne a dhéanamh ar dhuine cáiliúil. B'fhéidir gur údar, aisteoir, ceoltóir, ealaíontóir nó duine stairiúil nó polaitiúil an duine sin. Sa Mhata d'fhéadfadh na páistí eolas a aimsiú ar mhatamaiticeoir cáiliúil, nó san Eolaíocht d'fhéadfadh siad taighde a dhéanamh ar eolaí cáiliúil. Tá an-chuid deiseanna an sórt seo gníomhaíochta a chomhtháthú i ngach réimse den churaclam.

M'Amlíne



CEACHT 2

A hAON:2

IS DAOINE AONAIR SINN GO LÉIR

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a roinntear, éistear leat agus glactar leat, cabhraítear leat féinfheasacht, féinaitheantas agus féinmhuinín a chothú.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaitheantas
Féinfheasacht

Cuspóir Ábhair

A aithint agus a léirthuisicint gur daoine aonair uathúla an uile dhuine agus go gcuirtear an uathúlacht sin in iúl ina lán bealaí éagsúla.

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Caidreamh a dhéanamh le daoine eile
Cumarsáid a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Éisteacht go gníomhach le daoine eile agus meas a bheith agat ar a bhfuil le rá ag gach duine.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Snáithaonad: Labhairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Sna seachtainí roimh cheacht a thosú ina n-úsáidtear colláis, d'fhéadfá banc d'íomhánna irisí nó nuachtáin a chur le chéile a léireodh go dearfach féiniúlacht eitneach, tíortha dúchais, cumais agus míchumais daltaí agus a bheadh aoisoiriúnach.

D'fhéadfadh an Cluiche Cuimhne a bheith deacair do pháistí le fadhbanna teanga - iad sin a bhfuil an Ghaeilge mar theanga bhreise acu agus iad sin le riachtanais speisialta oideachais. D'fhéadfadh tacaíocht a bheith ag teastáil ó na páistí seo agus páistí eile agus d'fhéadfaí iad a shocrú ionas go mbeadh siad in ann a gcuid ainmneacha agus a rogha rudaí a chur in iúl ag tús an cheachta nuair atá níos lú ráitis le tabhairt chun cuimhne.

Nascann an ceacht seo le hAonad a hOcht: Ag déanamh Caidrimh le Daoine Eile, Ceacht 1.

ACMHAINNÍ

Micreafón bréagach nó seanmhicreafóin (más infhaighte)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Cluiche
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Agallamh
- Machnamh agus Plé

Cluiche Cuimhne

Le daltaí ina suí i gciorcal inis dóibh go bhfuil siad chun beagáinín níos mó a fháil amach faoina chéile. Bíodh plé gearr nó vóta ar rud éigin ar mhian leo foghlaim faoina chéile mar shampla a rogha bia, caitheamh aimsire, scannáin, mianta. Tosaíonn dalta amháin agus ainmníonn a rogha.... Deir an chéad dalta eile: *Is maith le Sarah ... agus is maith liomsa*, ag cur a rogha leis. Deir an tríú dalta: *Is maith le Sarah ... , Is maith le Faraz ... agus is maith liomsa* agus mar sin de. Leanann sé seo ar aghaidh go dtí go bhfuil a n-ainmneacha agus a rogha ráite ag gach duine.... Pléigh na deacrachtaí a d'fhéadfadh a bheith acu ag iarraidh dianmhachnamh a dhéanamh nó cuimhneamh ar an eolas go léir. Is féidir leat an ghníomhaíocht seo a chur in oiriúint mar shampla cuimhnigh ar rogha....beirt nó triúr daltaí ar dheis an chainteora nó roinn an rang i gciorcail níos lú má cheapann tú go mbeadh sé ró-dheacair do dhaltaí cuimhneamh ar rogha gach duine.

Plé

Bíodh plé ranga agat faoi bhealaí eile, b'fhéidir níos fearr, inar féidir leo eolas mionsonraithe cuí a fháil amach faoina chéile:

- *An bhfuil bealaí níos tapúla ann gur féidir linn a úsáid chun eolas a fháil faoi roghanna daoine?*
- *An bhfuil sé seo feicthe agat ar an teilifís nó rud éigin cloiste agat ar an raidió? Mura bhfuil sé luaite cheana, déan agallaimh a mholadh.*
- *An bhfaca tú nó ar chuala tú riamh agallamh á chur ar dhuine cáiliúil (nó neamhcháiliúil) ar an teilifís nó ar an raidió?*
- *Ar bhain tú taitneamh as féachaint orthu nó éisteacht leo?*

- *Cad iad na hagallaimh ab fhearr? Cén fáth?*
- *Cad iad na hagallaimh nach raibh chomh-maith sin? Cén fáth sin, i do thuairim?*

Iarr orthu liosta topaicí nó rudaí a mholadh a d'fhéadfaí labhairt faoi dá mbeadh siad ag iarraidh níos mó a fháil amach faoina chéile agus déan iad seo a thairneadh ar chlár bán, smeach-chairt nó clár bán idirghníomhach. Áirítear orthu sin:

- rudaí gur maith nó nach maith leat
- caitimh aimsire agus ábhair spéise
- daoine tábhachtacha ina saol
- an cineál duine iad
- dóchais atá acu don todhchaí
- daoine a bhfuil meas acu orthu
- rogha caitheamh aimsire nó ábhair spéise.

D'fhéadfadh plé gearr a bheith ann ina bhféadfadh páistí labhairt faoi bhuntáistí agus míbhuntáistí cuid de na topaicí a bhí ar an liosta. Iarr ar na páistí vótáil ar a rogha topaicí trí lámha a chur in airde (m.sh *Cad é do rogha topaice? Do dhara rogha?*) nó marc nó greamán a chur in aice le topaic de réir mar a chaitheann gach páiste vóta. D'fhéadfaí na trí nó na cúig thopaic is mó a roghnú don chéad ghníomhaíocht eile.

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i bpéirí nó grúpaí triúir. Iarr ar na páistí ina ngrúpaí cúig cheist a mholadh, dar leo, a thabharfadh eolas ar na topaicí a roghnaíodh. Cuir i gcuimhne dóibh nach ró-shuimiúil de ghnáth ceisteanna nach n-eilíonn ach freagraí tá/níl nó freagraí aon fhocail ag agallamh. Glac leis na moltaí go léir ó na grúpaí, scríobh síos iad ar chlár bán, smeach-

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:2

chairt nó clár bán idirghníomhach agus ansin déan banc ceisteanna idir cúig déag agus fiche a chomhaontú a d'fhéadfaí a bheith ar taispeáint le linn an cheachta seo agus gur féidir a choimeád, a chur leis agus a úsáid arís ag amanna eile nuair a bheidh páistí ag ceistiú a chéile.

D'fhéadfaí bealaí chun eolas a fháil a léiriú trí cheisteanna oscailte a úsáid (de réir an liosta) agus agallamh a chur ar pháiste nó dhó. Mar shampla:

Chuala mé go bhfuil tú an-mhaith ag canadh agus gur mhaith leat a bheith i do phopréalta. Nach suimiúil an rud é! An féidir leat níos mó a insint dom faoi sin?

Anois, ba bhreá liom cloisteáil faoi do mhianta don toadhchá? Ar smaoinigh tú air sin fós nó an bhfuil a lán rudaí gur mhaith leat a dhéanamh?

Agallamh

Nuair atá banc ceisteanna samplacha comhaontaithe, iarr ar na daltaí ról an agallóra nó agallaí a cheapadh dóibh féin. Má tá grúpaí triúir ann d'fhéadfadh duine amháin ról an bhreathnóra a thógáil. Cinntigh go dtuigeann gach duine an tábhacht a bhaineann le héisteacht go cúramach agus le meas agus cuimhneamh ar cad atá á rá.

Beidh deis ag gach dalta gach ról a imirt. Ní mór am a fhágáil ionas go mbeidh deis ag na daltaí go léir agallamh a chur agus dul faoi agallamh thar an gcéad cúpla lá nó seachtain eile. Nuair atá agallamh curtha ar na daltaí go léir d'fhéadfaí a iarraidh ar roinnt grúpaí deonú a n-agallamh a athdhéanamh don chuid eile den rang. Mar mhalairt air sin d'fhéadfadh na ceisteanna sa chéad mhír eile a chur tar éis na gníomhaíochta seo.

Machnamh agus Plé

Cuir roinnt ama ar fáil do na páistí smaoineamh ar a bhfuil foghlamtha acu. D'fhéadfadh na ceisteanna seo a leanas a bheith san áireamh chun plé a spreagadh:

- *Ar bhain tú taitneamh as éisteacht agus labhairt?*
- *Cé acu ab fhearr leat?*
- *Conas a thaispeáin tú go raibh tú ag éisteacht?*
- *An raibh muinín idir tú féin agus do pháirtithe?*
- *Cén fáth go raibh? Cén fáth nach raibh?*
- *Cad iad na rudaí atá foghlamtha agaibh faoina chéile nach raibh ar eolas agaibh cheana?*
- *An féidir leat cosúlachtaí atá agaibh lena chéile a mholadh anois agus rudaí atá uathúil do chuid agaibh?*
- *Cad é, más ann, a mhúineann an ceacht dúinn?*
- *Cad é, más ann, atá foghlamtha agat fút féin agus faoi dhaoine eile?*
- *Cén ról ab fhearr leat – agallóir, agallaí nó breathnóir?*
- *Ar thug tú aon rud faoi deara i ról an bhreathnóra nach bhfaca tú sna róil eile?*

NÓS IMEACHTA SONRACH A hAON:2

Síneadh

Colláis

Tar éis smaoineamh ar ábhair spéise, rudaí ar mhaith leo agus nár mhaith leo don agallamh d'fhéadfadh na páistí colláis aonair a dhéanamh anois díobh féin trí íomhánna cuí a roghnú ó irisí agus nuachtáin éagsúla. Iarr orthu íomhánna a lorg a léiríonn gnéithe éagsúla dá gcuma, pearsantacht agus ábhair spéise agus meabhrú dóibh gur féidir leo focail a úsáid (scríofa nó gearrtha as irisí nó nuachtáin) chun an cholláis a chríochnú nó a bhreisiú. Tabhair moladh go smaoineodh gach páiste ar theideal dá gcolláis agus meabhraigh dóibh tábhacht deartha, leagan amach, cló, litreoireacht mhór shoiléir nuair atá teidil srl. á scríobh acu. (Nuair atá rochtain ar ríomhaire tá sé níos éasca dearadh agus leagan amach a dhéanamh).

D'fhéadfadh gach páiste, má tá cead acu, abairt dhearfach a scríobh ar a gcolláis faoina bhfuil foghlamtha acu faoi pháiste amháin eile óna ngrúpa.

Póstaer

D'fhéadfadh na páistí póstaer AR IARRAIDH a dhearadh trí phortráid díobh féin a phéinteáil nó a tharraingt agus na cáilíochtaí fisiciúla agus sóisialta fúthu féin a liostáil faoina bhun m.sh. airde, scileanna agus buanna speisialta, rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn leo. D'fhéadfadh an ceacht seo deis bhreise a chur ar fáil chun feacht féinaitheantais páistí a bhreisiú ag ligean dóibh díriú arís ar ábhair spéise agus scileanna speisialta.

CEAHT 3

A hAON:3

AIDHMEANNA AGUS SPRIOCANNA RÉALAÍOCHA

COINCHEAP LÁRNACH

Cabhrófar le páistí tosaíochtaí a aithint agus aidhm níos soiléire a thabhairt dóibh trí spreagadh a thabhairt dóibh a gcuid láidreachtaí agus laigí a aithint.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaitheantas
Féinfheasacht

Cuspóir Ábhair

Aidhmeanna agus spriocanna pearsanta réalaiócha a aithint agus na straitéisí atá ag teastáil chun iad a bhaint amach.

Féinmhuinín a fhorbairt

Cuspóir Ábhair

Scileanna a fheabhsú chun feabhas a chur ar fhoghlaim.

Snáithaonad: Ag Fás agus ag athrú

Braistintí agus mothúcháin

Cuspóir Ábhair

An inniúlacht agus misneach a fhoghlaim chun réimse mothúchán a aithint, a phlé agus a chíoradh go háirithe iad siúd atá deacair a chur in iúl

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

ACMHAINNÍ

Scéal (roghnaigh ceann atá cuí don rang, cóip amháin do gach páiste má tá tú á ndáileadh amach)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Scéal
- Obair Ghrúpa
- Drámaíocht/Rólghlacadh
- Conclúid

Réamhrá

Mínigh do na páistí go mbaineann an ghníomhaíocht foghlama seo le rud éigin nach maith le páistí labhairt faoi go minic - an díomá agus mothúcháin eile a bhíonn againn nuair nach mbíonn rath orainn ag rud éigin nó nuair nach n-éiríonn chomh maith sin linn ag tasc nó aidhm ar leith. Mar rang pléigh cén fáth go bhfuil sé tábhachtach dúinn a bheith go maith ag rud éigin agus déan liosta de na freagraí a thaifeadh.

Úsáid na ceisteanna seo a leanas nó cinn cosúil leo chun plé a spreagadh:

- Cén fáth go mbeadh sé tábhachtach dúinn a bheith go maith ag rud éigin?
- Cad a deir sé fúinn nuair atáimid go maith ag rud éigin?
- Cad a cheapann tú nó a mhothaíonn tú faoi dhaoine eile a fheiceann tú nó a bhfuil aithne agat orthu atá go maith ag rud éigin?
- Conas a mhothaímid fúinn féin nuair a bhíonn siadsan go maith ag rud éigin?

Déan taifead de smaointe agus freagraí na bpáistí ar an gclár bán, smeach-chairt nó clár bán idirghníomhach agus ansin i bpéirí nó i ngrúpaí beaga iarr orthu plé a dhéanamh ar an gcaoi a mhothaíonn siad uaireanta nuair nach mbíonn rath orthu nó nuair nach ndéanann siad chomh maith agus a cheap siad.

Scéal

Léigh **Scéal Bisola** nó **Scéal Conor** os ard nó taispeáin an scéal a roghnaítear ar an gclár bán idirghníomhach nó tabhair cóip chrua do gach páiste.

Scéal Bisola

Ba mhian le Bisola a bheith ar fhoireann spóirt na scoile. Nuair a bhí sí níos óige chonaic sí na páistí níos sine ag

cleachtadh agus ag traenáil chun dul go dtí na Cluichí Pobail. Gach bliain bhíodh trialacha ar siúl sa scoil féachaint cérbh é an duine ba thapúla agus ní ligfí dul ar aghaidh ach an chéad bheirt i ngach rás. Smaoinigh sí go mbeadh sé go hiontach a bheith ar an bhfoireann agus rith don scoil. Chuimhnigh sí ar an uair a bhuaigh a comharsa Orla bonn ag na Cluichí Pobail. Lig gach duine sa scoil gáir mholta nuair a tháinig sí abhaile ó na spóirt. Chuir na daoine ar an mbóthar comhartha amach ag rá **Maith Thú, a Orla!** Ba chuimhin le Bisola go raibh a máthair ag caint le máthair Orla agus gur dhúirt sí 'Nach cailín iontach í! D'oibrigh sí go han-dian'. B'í mian a croí ag Bisola go ndéarfadh a máthair féin é sin fúithi. Ba chuimhin léi pictiúr Orla a fheiceáil ar an nuachtán an tseachtain sin. Mar sin bheartaigh Bisola go mbeadh uirthi traenáil go dian. Aon uair a iarradh uirthi dul go dtí an siopa nó aon uair a bhíodh sí ag dul go dtí teach carad rith sí chomh tapa agus ab fhéidir léi. Ba bhreá léi ag rith. Maidin Luain amháin d'inis an múinteoir do na páistí go mbeadh trialacha do na Cluichí Pobail ag deireadh na seachtaine. Rachadh an chéad bheirt ó gach rás ar aghaidh go dtí na Cluichí Pobail. Bhí Bisola ar bís. Bhí sí ag smaoineamh ar na trialacha agus ag súil go roghnófaí í. Anois bhí sí neirbhíseach. Tar éis scoile d'inis sí dá máthair go mbeadh na trialacha ar an Aoine. 'Bhuel, déan do dhícheall agus feicfidimid cad a tharlóidh' a dúirt a máthair.

Ar an Aoine thug Bisola a bróga reatha agus a bríste gearr ar scoil. An tráthnóna sin chuaigh na páistí amach go dtí na trialacha. An rás ochtó méadar ab ea an chéad rás. Ghabh Bisola isteach sa líne dá dreas. Nuair a shéid an múinteoir an fheadóg rith Bisola chomh tapa agus ab fhéidir léi. Ach cé go raibh sí ag déanamh a dícheall d'fhéadfadh sí triúr cailín eile a

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:3

fheiceáil ag rith níos tapúla ná í. Shroich sí an líne dheiridh sa cheathrú háit. D'fhéach sí ar an mbeirt chailín a tháinig sa chéad agus sa dara háit agus chonaic sí chomh háthasach is a bhí siad mar go mbeadh siad ag dul go dtí na Cluichí Pobail.

Scéal Conor

Ba bhreá le Conor péinteáil. Ó bhí sé an-óg bhíodh scuaba péinte agus páipéar aige agus bhíodh sé ag péinteáil sa bhaile agus ar scoil. D'fhéach sé ar chlár ar an teilifís agus d'fhoghlaim sé modhanna éagsúla péinteála. Ba mhaith lena mháthair é a fheiceáil ag baint taitnimh as péinteáil. Chroch sí a phictiúir timpeall an tí go minic agus bhí sí an-bhródúil as obair Conor. Lá amháin ar scoil chuir an múinteoir póstaer suas ag rá go raibh comórtas ealaíne ann don cheantar agus go bhféadfadh gach páiste pictiúr a chur isteach don chomórtas. Tar éis scoile d'fhiafraigh Conor den mhúinteoir an bhféadfadh sé pictiúr a dhéanamh don chomórtas seo sa bhaile mar go raibh a phéinteanna féin aige. Dúirt an múinteoir go mbeadh sé sin ceart go leor.

An tráthnóna sin tar éis scoile d'fhan Conor ina sheomra féin ar feadh i bhfad. Tháinig a mháthair aníos le seiceáil go raibh sé ceart go leor. Dúirt Conor go raibh sé ceart go leor agus go raibh pictiúr speisialta á dhéanamh aige. Bhain pictiúr Conor leis an trá a ndeachaigh sé chuici lá amháin le linn an tSamhraidh. D'oibrigh sé go mall agus go cúramach air. An lá ina dhiaidh sin thug sé isteach ar scoil é agus d'iarr ar an múinteoir an bhféadfadh sé é a chur isteach sa chomórtas. Dúirt an múinteoir gur phictiúr deas a bhí ann agus go gcuirfeadh sí é ar aghaidh don chomórtas.

Ní raibh an spriocdháta don chomórtas seo ann go ceann cúpla seachtain eile agus sa deireadh thiar thall chuir an

múinteoir beart pictiúr sa phost, ceann Conor san áireamh. Tar éis sin d'fhiafraigh Conor den mhúinteoir go minic ar tháinig torthaí an chomórtais. D'inis an múinteoir do Chonor nár tháinig siad agus nár chóir dó a bheith ró-bhuartha fúthu. Tar éis an tsaoil, a dúirt an múinteoir, bheadh na céadta páistí ag cur isteach ar an gcomórtas.

Mar sin féin bhí Conor dóchasach. Lá amháin ghlaoigh an múinteoir ar leataobh é. Tháinig litir an lá sin ag fógairt buaiteoirí an chomórtais. Thaispeáin an múinteoir an litir do Chonor. D'fhéach sé ar ainmneacha na bpáistí agus a scoileanna. Ní raibh a ainm ar an liosta. Don chuid eile den lá bhí fearg agus díomá ar Chonor.

Nuair a bheidh an scéal léite agus pléite ag na páistí lig dóibh roinnt ama machnaimh a bheith acu agus ansin mothúcháin agus freagairtí Conor agus Bisola a mheas agus a phlé.

- Cén fáth gur theastaigh ó Bhisola a bheith ar fhoireann na scoile? Cén fáth go raibh suim ag Conor dul isteach sa chomórtas?
- An raibh brú orthu a bheith rathúil?
- Más ea, cad as ar tháinig an brú seo?
- Cén fhreagairt a bheadh ag Conor agus ag Bisola dá ndíomá?
- An féidir leat níos mó a insint dúinn faoi sin?
- Cé a d'fhéadfadh cabhrú leo lena ndíomá?

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí. Iarr ar gach grúpa críochea éagsúla a mholadh don scéal, freagairtí féideartha a liostáil agus a phlé agus iad sin a scríobh ar an gclár bán nó ar smeach-chairt.

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:3

I measc na bhfreagairtí a d'fhéadfadh a bheith ag Bisola tar éis di an rás a chailliúint:

- éirí feargach lena múinteoir nó Máthair
- éad a bheith uirthi agus/nó fearg leis na cailíní a bhuaigh na trialacha
- cinneadh a thógáil nach rithfeadh sí go deo i rás arís
- náire a bheith uirthi go raibh sí ag súil chomh mór sin go mbuafadh sí
- ag mothú go dona gur theastaigh uaithi go molfadh a máthair í sa chaoi chéanna inar mhol sí Orla
- díomá a bheith uirthi agus a bheith trína chéile
- ag smaoineamh ar ar tharla agus ag aithint nach raibh sí chomh maith leis na daoine eile ach ag leanúint le taitneamh a bhaint as rith cé nach mbeadh sí ábalta nó fiú nach mbeadh an bua aici.

I measc na bhfreagairtí a d'fhéadfadh a bheith ag Conor nuair nár bhuaigh sé an comórtas ealaíne b'fhéidir go mbeadh na cinn seo:

- ag éirí feargach leis an múinteoir nó lena Máthair
- ag éirí feargach leis féin gur chaith sé an méid sin ama ar an bpictiúr nó gur chuir sé isteach ar an gcomórtas sa chéad áit
- ag mothú amaideach nó náireach gur iarr sé na torthaí ar an múinteoir chomh minic sin
- cinneadh a thógáil 'gan a chuid ama a chur amú' ar phéinteáil agus gan cur isteach ar chomórtais ealaíne a thuilleadh
- smaoineamh ar cad a tharla agus ag aithint gur maith le roinnt moltóirí cineálacha áirithe ealaíne níos mó ná cineálacha eile agus go bhféadfaí go ndéanfadh sé níos fearr i gcomórtas eile.

Dráma/Rólghlacadh

Roinn an rang i ngrúpaí beaga de cheathrar nó cúigear. Iarr ar gach grúpa smaoineamh ar chríoch don scéal, b'fhéidir ag críochnú ar roinnt de na freagairtí a pléadh níos luaithe. Nuair atá cúpla nóiméad ag gach grúpa chun a roghanna do chríoch an scéil a oibriú amach, iarr orthu a ndráma a léiriú don chuid eile den rang. Ag deireadh gach léirithe nó dráma d'fhéadfadh go mbeadh moltaí ag an 'lucht féachana' le haghaidh feabhsuithe ach ní mór iad sin a chur in iúl go cúramach chun na léiritheoirí a spreagadh agus an léiriú a bhreisiú. (B'fhéidir go mbeidh ort a mheabhrú do na páistí an chumhacht a bhaineann le tuairim dhearfach agus moladh sula n-iarrtar tuairimí ar léiriú na ngrúpaí).

Conclúid

Chun críoch a chur leis an ngníomhaíocht seo pléigh cé acu de na freagairtí a bhí ag Bisola nó Conor nach raibh cabhrach agus cén straitéisí a d'fhéadfadh siad triail a bhaint astu chun fanacht dearfach agus réalaíoch. Déan an plé a nascadh le suímh ina raibh na daltaí féin inar mhothaigh siad díomá, náire nó fearg. Iarr orthu smaoineamh ar an gcaoi a mhothaigh siad agus conas ba chóir dóibh déileáil lena mothúcháin. D'fhéadfadh na páistí a gcuid foghlama a thaifeadadh ina gcóipleabhair nó leabhar nótaí OSPS.

Síneadh

Dán

Cuir na páistí i bpéirí agus iarr orthu smaoineamh ar rudaí a mbíonn daoine eile ag súil go mbeadh siad in ann a dhéanamh, ar scoil nó sa bhaile. Tabhair am dóibh labhairt le chéile faoi aon taithí a bhí acu air sin: Léigh an dán seo a leanas:

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:3

Mise Mé Féin

Ba mhaith le mo mháthair dá mbeinn níos eagraithe agus níos lú trína chéile - gan an oiread sin traglaim 'inghlanta' i mo shaol - ionas go gceapfaí gur bean an tí mhaith í agus gur 'teach idéalach' baile seo againne.

Ba mhaith le m'athair go bhfaighinn marcanna maithe ar scoil ionas go mbeadh sé in ann labhairt fúm lena chairde ag a chuid oibre, agus go gceapfaí gur athair rathúil é.

Ba mhaith le mo sheantuismitheoirí go mbeinn níos óige ionas go mbeadh siad in ann caitheamh liom mar naíonán, nó níos sine, le níos mó bainte amach agam, ionas go bhféadfaidís a bheith ina seantuismitheoirí bródúla.

Ba mhaith le mo mhúinteoir go mbeinn ciúin agus gan ceisteanna ciotacha a chur ionas go mbeadh sí ina múinteoir maith gan móran stró.

Ba mhaith le mo chóitseálaí go mbeinn i m'imreoir maith ionas go mbeadh a fhoireann ina foireann bhuachana.

Ba mhaith liom go spreagfaidís mé chun rath a bhaint amach sna rudaí a bhfuil mé go maith acu. Ba mhaith liom go stopfaidís ag cur an mhilleáin orm as teip sna rudaí nach bhfuil ar mo chumas a dhéanamh agus ligean dom dul ar aghaidh, rudaí a thriail agus a fhiosrú.

Ba mhaith liom go mbeidís ansin nuair a bheidís de dhíth orm agus fós saoirse a thabhairt dom le fáil amach cé mise, cén fáth go bhfuilim anseo agus cá bhfuilim ag dul.

Ba mhaith liom a bheith cinnte go bhfuil grá acu dom, domsa féin, díreach mar atáim, anseo agus anois.

© Marion Stroud, www.marionstroud.com

Cuir ceist ar na páistí:

- *An féidir leat cuid de na hionchais a chuirtear ar an gcainteoir sa dán seo a thuiscint?*

- *Más ea, conas a mhothaíonn tú nuair atá súil ag daoine go ndéanfá rudaí nach féidir leat nó atá deacair duit?*

Leis na páistí ag obair i ngrúpaí nó mar rang iomlán, iarr orthu cuid de na samplaí seo a roinnt má tá siad toilteanach é sin a dhéanamh. Ansin le chéile ba chóir dóibh an dán a athchruthú trí chuid den taithí phearsanta atá acu a úsáid ag iarraidh ionchais daoine eile nó spriocanna neamhréalaíocha a chomhlionadh

Obair Chiorcail

B'fhéidir gur mhaith leat roinnt obair chiorcail a dhéanamh chun tuilleadh plé a dhéanamh faoi mhothúcháin íogair bainteach leis an bhfadhb seo.

Rólghlacadh/Drámaíocht

B'fhéidir go scríobhfadh na daltaí scéalta nua agus/nó go ndéanfaidís iad a léiriú trí dhráma le carachtair nua ar a bhfuil cineálacha éagsúla díomá. Tabhair cúig nó deich nóiméad do gach grúpa chun a dhéanamh amach conas is fearr an scéal a léiriú trí dhráma, agus críoche a chur leis ag cur in iúl freagairtí an charachtair don díomá. D'fhéadfaí iad sin a léiriú sa rang.

CEAIGHT 4

A hAON:4

IS MAITH LIOM MÉ FÉIN DÍREACH MAR ATÁIM

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé ríthábhachtach go nglacann páistí leo féin agus leis an gcorp atá acu, agus gan an iomarca imní a bheith orthu faoi tuairimí daoine eile.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

■ **Snáithaonad:** Féinaitheantas
Féinfheasacht

Cuspóirí Ábhair

Glacadh lena n-íomhá choirp féin agus cuid de na tosca a bhfuil tionchar acu ar fhéiniomhá agus tuairimí fúthu féin a fhiosrú.

■ **Snáithaonad:** Ag Fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóirí Ábhair

An inniúlacht agus misneach a fháil chun réimse mothúcháin a aithint, a phlé agus a chíoradh go háirithe iad siúd atá deacair a chur in iúl.

Bealaí sláintiúla a aithint agus foghlaim fúthu chun cabhrú leo a bheith dearfach fúthu féin.

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

■ **Snáithaonad:** Mo chairde agus daoine eile

Cuspóirí Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar conas is féidir le tuairimí, dearcadh nó ionchais daoine eile tionchar a bheith acu ar an gcaoi a ndéanann daoine caidreamh lena chéile, go dearfach nó go diúltach.

■ **Snáithe:** Mise agus an domhan mór

■ **Snáithaonad:** Oideachas na meán

Cuspóirí Ábhair

Éirí feasach ar na modhanna éagsúla fógraíochta, ar a cuspóir agus na teachtaireachtaí a chuireann sí chun cinn.

Éirí níos criticiúla agus níos géarchúisí de réir a chéile ina ndearcadh féin ar fhógraíocht agus ar na teicnící a úsáidtear chun táirgí, stíleanna maireachtála agus tuairimí a chur chun cinn.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

■ **Snáithaonaid:** Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

■ **Oideachas Ealaíona - Drámaíocht**

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus tuairimí a iniúchadh le teacht ar thuiscint

■ **Snáithaonaid:** Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

CEAHT 4

A hAON:4

IS MAITH LIOM MÉ FÉIN DÍREACH MAR ATÁIM

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá aonad oibre i gceist leis seo a d'fhéadfaí a mhúineadh thar thréimhse ama, trí nó ceithre cheacht.

ACMHAINNÍ

- Grianghraif 'Roimh' agus 'Tar éis' nó píosaí ó irisí nó nuachtáin roghnaithe agatsa
- Fógraí d'éadaí, bróga, nó gear nó trealamh spóirt agus táirgí scéimhe roghnaithe go cúramach
- Bileog pháipéir agus peannluaidhe do gach páiste
- Bileog Oibre: Fíorshaol nó Saol Scáileáin (ceann do gach páiste)
- Scéal Shariqa (d'fhéadfaí an scéal a athscríobh ag úsáid ainm bhuachalla má tá sé níos oiriúnaí don rang)
- Lámhscátháin bheaga agus/nó roinnt scátháin mhóra balla

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Plé
- Gníomhaíocht
- Plé
- Gníomhaíocht: Is Maith Liom Mé Féin
- Scéal
- Rólghlacadh
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:4

Réamhrá

Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun breathnú ar rud éigin sna chéad chúpla ceacht eile a bhfuil leisce ar dhaoine a phlé go hoscailte uaireanta - íomhá choirp - agus iarr moltaí ar cad a d'fhéadfadh a bheith i gceist agus cén fáth go mbeadh leisce ar dhaoine í a phlé. Mar rang, pléigh an smaoineamh, an bhfuil an chaoi a fheicimid sinn féin tábhachtach dúinn - b'fhéidir go bhféadfaí an nath *Ní féidir leabhar a mheas óna chlúdach* a scríobh ar an gclár bán mar leid chun tús a chur leis an bplé. *Más fíor nach féidir leabhar a mheas óna chlúdach tá sé fíor freisin nach ceart daoine a mheas de réir a gcuma.*

Plé

Mínigh go bhfuil an-chuid tosca ann a théann i bhfeidhm ar na mothúcháin a bhíonn againn faoin gcaoi a fheicimid agus gur féidir leis na tosca seo cur le híomhá choirp atá diúltach nó neamhshláintiúil.

Úsáid na ceisteanna seo a leanas nó cinn cosúil leo chun plé a thosú:

- *An gceapann tú go ndéantar daoine a mheas de réir a gcuma, ar dtús?*
- *Cén fáth go ndeir tú é sin?*
- *Cad a mhothaíonn daoine uaireanta má léiríonn daoine eile tuairim faoina gcuma?*
- *An mbíonn áthas ort i gcónaí nuair a tharlaíonn sé sin?*
- *An féidir leat rudaí a mholadh a d'fhéadfadh tionchar a bheith acu ar an gcaoi a smaoinimid fúinn féin?*

Spriag na páistí le smaoineamh ar íomhánna a fheiceann siad i bhfógraí d'éadaí nó do threalamh spóirt agus táirgí scéimhe: d'fhéadfaí samplaí díobh sin, roghnaithe go cúramach, a chur ar

taispeáint nó a thaispeáint do na páistí ar an gclár bán idirghníomhach nó ar chlár bán.

- *Cén fáth go ndéanfadh daoine áirithe iarracht a bheith cosúil le gach duine eile sa ghrúpa nó cosúil le daoine a fheicimid in irisí nó ar an teilifís?*
- *An féidir leat níos mó a insint dúinn faoi sin?*

Beidh na páistí in ann gan dabht an-chuid samplaí d'fhógraí teilifíse agus irisí a chuireann agus a spreagann dúil i ndaoine a bheith 'réchúiseach' nó aclaí nó tanaí srl. a mholadh. Abair leis na páistí smaoineamh ar feadh cúpla nóiméad ar lipéid éadaí, cumhráin, uaireadóirí nó glóthach ghruaige a chuirtear chun cinn agus/nó a dheartar ag réaltaí agus iarr orthu ar mhaith leo a gcuid mothúchán faoina leithéid d'fhógraíocht a roinnt leis an rang:

- *An maith leat an cineál céanna bróga reatha le peileadóir cáiliúil éigin a chaitheamh?*
- *An dteastaíonn uait go bhfeicfí tú le mála den dearadh céanna le réalta pop nó réalta scannáin éigin?*
- *An gcuireann na hearraí bainteach leis na daoine cáiliúla seo stíl mhaireachtála áirithe chun cinn? An bhfuil na lipéid snasta, slachtmhar nó costasach?*
- *An bhfuil tóir níos mó ar na lipéid nó réimsí táirgí seo nó an bhfuil siad níos mealltaí ná lipéid den chineál céanna a fheiceann nó a bholaíonn beagnach cosúil leo?*
- *An fiú an costas breise a íoc don táirge bainteach leis an mainicín nó peileadóir nó galtaire?*
- *Cén fáth gur fiú? Cén fáth nach fiú?*

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:4

Plé

Iarr orthu roinnt gallúntraihte, cláracha grinn, cláir nó fógraí a ainmniú agus na focail a bhreacadh síos ar leathanach (nó ina gcóipleabhair OSPS) a d'úsáidfeadh siad chun cur síos a dhéanamh ar roinnt de na haisteoirí, baineann agus fireann. Iarr ar na páistí na focail a ghlaoch amach agus iad sin a scríobh ar an gclár bán, smeach-chairt nó clár bán idirghníomhach. Cuir tús le plé ar na teachtaireachtaí a thugann na hiomhánna a fheicimid ar an scáileán dúinn:

- *An bhfuil na daoine a bhfuil aithne agat orthu sa saol mar atá cosúil leis na haisteoirí ar an teilifís?*
- *An bhfuil na haisteoirí cosúil leis an gcuid is mó de na daoine a bhfuil aithne agat orthu?*
- *Cad a dhéanann difriúil iad?*
- *An bhfuil coirp shláintiúla ag na haisteoirí sna cláir a ainmníodh?*
- *Cad a dhéanann corp sláintiúil (cothú sláintiúil, cleachtadh coirp, codladh, aer úr)?*
- *An gcaithfidh cuma áirithe a bheith ort le bheith sláintiúil?*
- *Cén fáth go gcaithfidh? Cén fáth nach gcaithfidh?*

Gníomhaíocht

Dáil amach **an Bhileog Oibre: Fíorshaol nó Saol Scáileáin** agus iarr ar na páistí an dá cholún a líonadh isteach ag obair ina n-aonar nó leis an duine in aice leo.

Sampla

Cur Síos ar Dhaoine sa Saol mar atá	Cur Síos ar Realtaí Scáileáin
gnáthchuma	galánta
bánghnúiseach	beagáinín donnchraicneach
aghaidh -cruinn nó mór	aghaidh bheag bhiorach

Plé

Mínigh do na páistí, cé go ndéanaimid éagsúlacht agus uathúlacht a cheiliúradh sa chuid is mó de ghnéithe ár saol, go mbíonn a lán daoine (fiú mainicíní agus réaltaí pop agus scannáin) míshásta le ceann amháin nó níos mó dá ngnéithe fisiciúla agus dúil acu i 'gcuma' aonghnéitheach nó idéalach. Luaigh cuid de na cláracha teilifíse 'nuamhaisithe' a bhfuil tóir orthu ina dtugtar éadaí nua, stíl ghruaige nua do dhaoine ('cuma' úr ghalánta) agus iarr ar na páistí smaoineamh ar shamplaí d'amhránaithe agus réaltaí scannáin a bhfuil a gcuma athraithe go drámatúil acu pé acu trí dhul ar aiste bia nó faoi scian nó tríd an iomarca cleachtadh coirp nó cleachtadh coirp dúghrafach a dhéanamh. D'fhéadfaí roinnt grianghraf 'Roimh' agus 'Tar éis' ó irisí a thaispeáint chun tuiscint a spreagadh go mbíonn roinnt daoine míshásta lena gcuma fhisiciúil. Iarr ar na páistí na grianghraif nó na hiomhánna a scrúdú agus a fheiceáil an féidir leo muineál fadaithe, malaí dea-chumtha, géaga an-fhada, beolaí toirtiúla srl. a thabhairt faoi deara.

- *An dóigh leat gur baineadh nó go ndearnadh aerscuabadh ar aon 'Iorg', baill do bhráin mar shampla?*
- *An bhféachaimid ar ghrianghraif dinn féin uaireanta agus dúil ionainn go mbeimis níos tanaí, níos griandathaite nó níos faiseanta?*
- *Má thógaimid grianghraf sa bhaile, conas is féidir linn é a athrú le bheith níos fearr (an fheidhm eagarthóireachta 'súil dhearg' a úsáid nó trí mhionsonraí a thógann ón ngrianghraf a ghearradh)?*

Mínigh go ligeann teicneolaíocht níos mó dúinn íomhánna dinn féin a athrú agus go bhfuil rochtain ag stiúideonna grianghrafadóireachta proifisiúnta

ar chláir shofaisticiúla a d'fhéadfadh íomhánna a bhreisiú, a athrú agus a mhionleasú go digiteach.

Gníomhaíocht: Is Maith Liom Mé Féin

Tabhair scáthán beag, bileog pháipéir agus peann luaidhe bog do gach páiste agus iarr orthu pictiúr a tharraingt dá bhfeiceann siad nuair a fhéachann siad sa scáthán. Cuir i gcuimhne dóibh a bheith cineálta leo féin agus gan a bheith rócháinteach. Iarr orthu gach rud a fheiceann siad a tharraingt - fáiscíní gruaige, bricíní, scaradh gruaige, éadaí. Tabhair roinnt ama dóibh é sin a dhéanamh agus ansin iarr orthu cúpla líne a scríobh ag déanamh cur síos orthu féin i bhfocail.

Fiafraigh de na páistí an mbeidís toilteanach a leathanach críochnaithe a thaispeáint don duine ina suí in aice leo ach cinntigh go bhfuil a fhios ag gach duine nár chóir d'aon duine a leathanach a thaispeáint mura bhfuil siad lánchompordach é a dhéanamh.

Ansin fiafraigh de na páistí cad í an ghné fhisiciúil fúthu féin is fearr leo agus í sin a roinnt lena bpáirtí nó leis an rang más mian leo. Dearbhaigh go mb'fhéidir go bhfuil baill den chorp ag gach duine nach bhfuil siad dearfach fúthu - níl aon duine foirfe - agus gur cóir dúinn gan díriú rómhór orthu sin.

Scéal

Scéal Shariqa (nó Jason)

Léigh an scéal os ard, taispeáin é ar an gclár bán idirghníomhach nó teilgeoir sonraí nó tabhair cóip do gach páiste.

Scéal Shariqa

Lá amháin d'fhógair an príomhoide go mbeadh Ranganna a Cúig agus a Sé ag tosú ceachtanna snámha an

mhí ina dhiaidh sin. Mhínigh sí gur chuid tábhachtach den churaclam Corpoideachais an snámh agus go raibh an-áthas ar thuismitheoirí agus múinteoirí nó caomhnóirí go mbeadh deich gceacht ag gach duine, ceann amháin gach Aoine go dtí deireadh an téarma. Agus iad ag dul amach as an halla dealraíodh go raibh gach duine i rang Shariqa ag caint ag an am céanna agus ar bís. 'Go hiontach - sin dhá uair as an scoil gach Aoine!' 'Táim chun suí sa suíochán tosaigh taobh thiar den tiománaí.' 'Tá snámh agamsa cheana, is cinnte go mbeidh cead agam dul sa cheann domhain.' Ní dúirt Shariqa aon rud. Níor thug aon duine faoi deara í.

An oíche roimh an gceacht snámha sheiceáil máthair Shariqa a cuid obair bhaile mar ba ghnáth léi agus chonaic an nóta sa dialann ag cur i gcuimhne do gach duine mála le tuailí, fearas snámha agus flip fleapanna a thabhairt isteach. 'Ó a Shariqa, níor chuir tú an snámh i gcuimhne dom! Is maith an rud go bhfaca mé an nóta. Anois cá bhfuil do chulaith snámha? Ar chuir tú í leis na cultacha snámha eile?' Ní dúirt Shariqa aon rud - bhí deora ina súile ach níor thug a máthair faoi deara mar bhí sí ró-ghnóthach agus deifir uirthi ag iarraidh teacht ar an mála le cultacha snámha an teaghlaigh ann.

Cad a dhéanfadh sí? Ní fhéadfadh sí dul ag snámh, ní fhéadfadh ar chor ar bith! An téarma seo caite thug cuid de na cailíní ainmneacha urchóideacha uirthi nuair a bhain sí a geansaí di agus d'imir sí sa chluiche cispheile. Ní dúirt siad na focail ard go leor go gcloisfeadh an muinteoir iad ach chuala Shariqa iad sa chaoi chéanna is a chuala sí na maslaí os íseal uair amháin nuair a d'oscail sí a bosca lóin. Tipiciuil, bhí orthu é a dhéanamh an lá a raibh Hannah as láthair le teanntáin a chur isteach. Is mór an trua nach raibh sí ansin! Dhéanfadh Hannah beag is fiú

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:4

de agus chuirfeadh sí í ag gáire, chuir Hannah ag gáire i gcónaí í. Ní thabharfadh Hannah éisteacht dóibh – déarfadh sí nárbh fhiú éisteacht leo. An lá sin níor ith sí a lón, ní fhéadfadh sí. Rinneadh cúrsaí níos measa dá bharr sin – d'iarr cailín amháin uirthi ar raibh sí ag dul ar aiste bia. Sméid cailíní eile a gceann amhail is go raibh siad ag aontú agus níor sheas aon duine an fód léi.

Cad a déarfaidís dá bhfeicfidís í ina culaith snámha? Thabharfaidís gach ainm urchóideach uirthi, déarfaidís rudaí gránna goilliúnacha léi, bhí sí cinnte de. Conas a thabharfadh sí agaidh ar an snámh?

Ar an láimh eile, bhí Hannah ag tnúth go mór leis, dúirt sí go raibh sí chun a bikini SpongeBob a chaitheamh - ní fhacthas do Shariqa conas a bheadh sé de mhisneach aici, ach deireadh Hannah i gcónaí gur chuma léi faoinar dhúirt daoine eile - 'Ní deireann daoine deasa rudaí gránna' a chreid Hannah.

D'inseodh Hannah an scéal don mhúinteoir, b'fhéidir go n-inseodh sí é do mháthair Shariqa fiú. Ach ní raibh Hannah anseo anois agus ar aon nós bhí sé ró-dhéanach é a insint dá máthair. An bhféadfadh sí a rá go raibh sí tinn? An gcreidfadh a máthair í? D'fhéach Shariqa uirthi féin sa scáthán - chonaic sí go raibh sí ard ach an raibh sí róthrom? An raibh sí ag féachaint ar na codanna creathacha amháin mar a dúirt a máthair léi go minic go ndéanadh sí? 'Bí cineálta leat féin, a Shariqa. Féach ar do chuid gruaige álainn. Cén fáth nach bhfeiceann tú do shúile áille? Tá tú folláin agus sláintiúil, cén fáth go mbeifeá buartha?

Ach dá mbeadh a máthair mícheart agus dá mbeadh an ceart ag na cailíní sin – bhí sí níos airde ná iadsan ach bhí a máthair agus a hathair araon ard, ard agus aclaí.

Agus nach raibh a múinteoir i gcónaí ag rá gur chabhraigh a hairde agus a cruth léi a bheith go maith ag cispheil. Bhí a deirfiúr níos óige go maith ag an spórt freisin agus níos airde ná an chuid ba mhó dá páirtithe ranga. An raibh ard mar an gcéanna le róthrom? An raibh aon rud cearr le bheith ard? Deireadh a máthair léi i gcónaí go mbeadh sí ceart go leor fad is a bheadh sí folláin agus sláintiúil agus aclaí. Ach ní raibh sí ceart go leor. Conas a bheadh agus na cailíní sin ag magadh fúithi! Rinne Shariqa suas a hintinn. Chuaigh sí suas staighre áit a raibh a máthair ag tógáil tuáille amach as cófra...

Nuair a bheidh an scéal léite agus pléite ag na páistí tabhair roinnt ama dóibh le machnamh air agus déan a gcuid mothúchán agus freagairtí a mheas agus a phlé.

- Cén fáth nár theastaigh uithi dul ag snámh?
- Cén fáth nár inis sí an scéal dá múinteoir nó do chara léi nuair a thug na páistí ainmneacha urchóideacha uirthi agus nuair a cuireadh as di?.
- Ar mhothaigh sí roinnt brú an chuma chéanna a bheith uirthi is a bhí ar na cailíní eile agus cén fhreagairt a bhí aici don bhrú?
- An gceapann tú go mothódh Shariqa chomh dona sin agus go mbeadh imní chomh mór sin uirthi dá mbeadh a cara Hannah ar scoil ar an lá a raibh na cailíní ag spochadh aisti?

Ansin, iarr ar ghrúpaí nó ar dhaoine aonair bealaí chun críoch a chur leis an scéal a mholadh trí iarraidh ar an rang freagairtí féideartha a liostáil agus iad sin a scríobh ar an gclár bán nó ar smeach-chairt.

I measc na bhfreagairtí a d'fhéadfadh a bheith ag Shariqa an trathnóna sin:

- a bheith feargach lena máthair, m.sh. Ba mhaith liom nach dtabharfá an méid sin lóin dom, bíonn lóin i bhfad níos lú ag na cailíní eile
- a bheith feargach léi féin as a lón a ithe agus gan é a chaitheamh amach
- a bheith chomh náireach sin as smaoineamh ar dhul ag snámh, bheadh uirthi ligean uirthi don mhúinteoir go raibh sí tinn sa leithreas ar maidin
- mothú go hamaideach as ligean do na cailíní sin cur isteach uirthi mar sin - bhí an ceart iomlán ag Hannah, rachadh sí chuig an múinteoir ag an gcéad sos agus d'inseodh sí an scéal.

Rólghlacadh

Nuair a bheidh an scéal agus na gníomhaíochtaí éagsúla a d'fhéadfadh Shariqa a dhéanamh pléite go hiomlán ag na páistí, roinn na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear agus iarr ar gach grúpa an scéal a athscríobh nó a leasú ionas go mbeidh siad sásta leis an gcríoch.

Nuair atá a dhóthain ama ag gach duine ullmhú d'fhéadfadh na grúpaí a rólghlacadh a dhéanamh agus na páistí eile ag éisteacht agus tuairimí dearfacha a thabhairt ar na críocha éagsúla.

Conclúid

D'fhéadfaí iarraidh ar na páistí a gcríoch féin a scríobh don scéal mar obair bhaile, rud a d'fhéadfadh bainteacht na dtuismitheoirí leis an gceacht a éascú.

Síneadh

Ionshamhlú: An Leagan is Fearr Díom Féin

Sula dtosaíonn tú ag léamh na scrípte cinntigh go bhfuil na páistí ina suí go compordach i gcathaoireacha. Má tá taithí acu as a scíth a ligean nó as ionshamhlú a dhéanamh b'fhéidir go ndéanfaidís é seo ina suí ar an urlár. Má tá na páistí ina suí ar an urlár ní mór duit an scrípt a chur in oiriúint dá réir.

Léigh an scrípt socrachta nó ionshamhlaithe i nguth bog agus go mall réidh.

Cinntigh go bhfuil tú i do shuí go compordach ar do chathaoir agus go bhfuil do chosa ar an urlár...

Is féidir leat do lámha a chur ar an mbord nó ar do ghlúine...

Cas siar do ghualine go mall agus tabhair faoi deara mothú chúl an tsuíocháin ar do dhroim...

Tóg anáil dhomhain, ag líonadh do chuid scámhóg le haer agus lig amach an t-aer go mall trí do shrón...

Dún do shúile...

Tabhair faoi deara conas a fheidhmíonn baill an choirp nuair a bhíonn siad i dteagmháil leis an urlár; mothaigh do chosa i dteagmháil leis an urlár...

Tabhair faoi deara baill do choirp atá i dteagmháil leis an gcathaoir; mothaigh do chosa agus do dhroim i dteagmháil leis an gcathaoir...

Tóg anáil dhomhain isteach trí do shrón agus de réir mar a scaoileann tú an t-aer ar ais trí do shrón tabhair faoi deara go bhfuil matáin do ghualine agus do dhroma níos mó ar a suimhneas, ag suaimhniú an bhealaigh ar fad síos do dhroim...

De réir mar a análaíonn tú isteach trí do shrón samhlaigh go bhfuil solas bog bán á anáilú isteach agat...de réir mar a análaíonn tú amach samhlaigh go bhfuil

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:4

tú ag ligean gach matán i do chorp chun suaimhnis.
Agus tú ag anáil isteach trí do shrón agus amach trí do shrón tabhair faoi deara aon fhuaimneanna is féidir leat a chloisteáil i bhfad uait.. fuaimeanna mar an trácht nó páistí ag súgradh.
Tabhair na fuaimeanna seo go léir gur féidir leat a chloisteáil faoi deara anois ós rud é go bhfuil tú chomh mór sin ar do shuaimhneas agus ag éisteacht fad is atá d'anáil ag teacht agus ag imeacht...
Tabhair aon fhuaimneanna is féidir leat a chloisteáil faoi deara san fhoirgneamh: fuaimeanna ón tseomra in aice leat, sa dhorchla, fuaimeanna arda agus ísle fuaimeanna gur féidir leat a thabhairt faoi deara anois os rud é go bhfuil tú ag díriú d'aird ar fad orthu...
Tabhair aon fhuaimneanna a chloiseann tú sa seomra ranga faoi deara...fuaim mo ghutha, b'fhéidir teilgeoir nó seinnteoir dlúthdhiosca ag dordán, b'fhéidir gur féidir leat uisce a chloisteáil ag sileadh áit éigin...? Faoi dheireadh, tabhair faoi deara fuaim d'anála féin ag teacht isteach agus ag dul amach...

(Stop ar feadh nóiméid nó dhó)

Samhlaigh go bhfuil tú san áit is rogha leat... is féidir í a bheith in aon áit, taobh istigh nó taobh amuigh, áit éigin ina mothaíonn tú síocháin agus ina bhfuil tú go sona...
Is breá leat teacht go dtí an áit seo agus tá áthas ort a bheith anseo arís i do shamhlaíocht...
Samhlaigh gur féidir leat scáthán a fheiceáil, aon chineál scátháin, nua-aimseartha nó seanfhaiseanta, is féidir é a bheith mór nó beag, lánfhada nó ina lámhscáthán.
Féach isteach sa scáthán agus sa scáthán is féidir leat íomhá díot féin a fheiceáil...
Is é seo an leagan is fearr díot féin gur

féidir a bheith ann ag an bpointe seo...
Féach ar an leagan is fearr díot féin seo...
Cad a fheiceann tú?

(Sos)

Cad leis a bhfuil an duine seo cosúil..?
An bhfuil tú sásta leat féin...? Cad a déarfadh an leagan is fearr díot féin leat anois...? Cén chomhairle a chuirfeadh an leagan is fearr díot féin ort anois chun cabhrú leat nó tú a threorú le bheith i do dhuine gur mhian leat...?
(Tabhair cúpla nóiméad d'am ciúin do na páistí chun machnamh a dhéanamh ar a bhfuil cloiste acu)

Tá sé in am anois do rogha áit i do shamhlaíocht a fhágáil...bíodh a fhios agat gur féidir leat dul ansin aon uair is mian leat agus gur d'áit uathúil í..duit féin amháin...

(Sos)

Anois tabhair na fuaimeanna i do chorp féin faoi deara arís fuaim d'anála ag teacht isteach agus ag dul amach... Tabhair faoi deara chomh suaimhneach is atá tú ionat féin... Tabhair aon fhuaimneanna faoi deara a chloiseann tú sa seomra, fuaimeanna gur féidir leat a chloisteáil níos soiléire de réir mar a dhíríonn tú d'aird orthu...
B'fhéidir gur mhaith leat do chosa agus do lámha a bhogadh go mall, do ghualne a chasadh...
Tóg anáil eile isteach trí do shrón agus lig an t-aer amach trí do shrón arís...
Agus nuair a bheidh tú réidh is féidir leat do shúile a oscailt..

CEAHT 5

A hAON:5

TUAIMÍ PEARSANTA A CHUR IN IÚL

COINCHEAP LÁRNACH

Trí thuairimí pearsanta a chur in iúl, ligtear do pháistí a gcumas smaoineamh go criticiúil a fhorbairt, seasamh morálta a fhorbairt agus freagairt go cuí do thuairimí daoine eile.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaitheantas

Féinmhuinín a fhorbairt

Cuspóirí Ábhair

An cumas barúlacha, smaointe agus tuairimí pearsanta a chur in iúl a fhorbairt níos mó agus éisteacht le, meas a bheith ar, smaoineamh ar agus barúil a thabhairt go dearfach agus go criticiúil ar dhearcthaí daoine eile.

Scileanna a fheabhsú chun feabhas a chur ar fhoghlaim.

Éirí níos neamhspleáiche agus níos féinrialaithe.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Chun ullmhú don cheacht seo iarr ar na páistí féachaint ar chláir nuachta agus cúrsaí reatha agus ailt shuimiúla chonspóideacha thráthúla a aimsiú i nuachtáin agus in irisí ar feadh seachtaine amháin roimh an gceacht seo. Iarr orthu nóta a choinneáil díobh nó píosa ón nuachtán nó iris ar an topaic a bhfuil suim acu ann a thabhairt isteach.

ACMHAINNÍ

- Nuachtáin, irisí
- Greamáin bheaga (i dtrí dhath éagsúla) don chluiche vótála le poncanna

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Obair Ghrúpa 1
- Plé
- Obair Ghrúpa 2
- Obair Ghrúpa 3

Obair Ghrúpa 1

Cuir i gcuimhne do na páistí an nóta nó an ghearrthóg nuachtáin nó irise a thabhairt amach faoin topaic atá roghnaithe acu mar ullmhúchán don cheacht seo. Eagraigh na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear. Beidh éascitheoir agus tuairisceoir ag gach grúpa. Spreag na páistí nach raibh na ról seo acu go dtí seo iad a ghlacadh.

Ainmníonn gach páiste an topaic gur suim leo agus deir siad cén fáth gur roghnaigh siad í. Tóg aiseolas ó na grúpaí go léir. D'fhéadfaí topaicí a thairseadh ar an gclár bán nó smeach-chairt agus topaicí den chineál céanna a ghrúpáil le chéile.

Plé

Cuir na nathanna seo a leanas ar smeach-chairt nó clár bán agus iarr ar na páistí a mhíniú cad is brí leo: **Cúinne na gCainteoirí, Ardán Cainte**. Mura mbíonn na páistí cinnte faoi cad a chiallaíonn siad, d'fhéadfaí na cuir síos seo a leanas a thabhairt:

Is áit í Cúinne na gCainteoirí ina gceadaítear óráidíocht phoiblí, díospóireacht agus plé amuigh faoin aer. Tá an ceann bunaidh agus an ceann is cáiliúla i gcúinne thoir thuaidh de Pháirc de hÍde i Londain, An Ríocht Aontaithe. Tá cead ag na cainteoirí ansin labhairt ar aon ábhar chomh fada is a cheapann na póilíní go bhfuil a gcuid óráidí dleathach. Tá Cúinne na gCainteoirí i gcathracha eile sa RA agus freisin i gcathracha eile ar fud an domhain.

'Séard atá in Ardán Cainte ná ardán ar a seasann duine chun óráid ar an toirt a thabhairt, go minic faoi ábhar polaitiúil. Tá bunús leis an téarma ó na

laethanta nuair a sheasfadh cainteoirí suas ar chráta adhmaid a úsáideadh ar dtús chun lastas gallúnaí a iompar nó earraí tirime eile ó stór an déantúsóra go dtí stór an mhiondíoltóra. Úsáidtear an téarma uaireanta freisin chun cur síos a dhéanamh ar dhuine a théann go minic i mbun óráidíochta poiblí gáifí, ar an toirt nó go neamhoifigiúil mar atá sna nathanna 'Tá sé ar a ardán cainte' nó go 'Tar anuas ó d'ardán cainte.' Tá cáil ar Pháirc de hÍde, Londain as a hóráidithe ardán cainte an Domhnaigh atá ag teacht le chéile ag Cúinne na gCainteoirí ó 1872 chun reiligiúin, polaitíocht agus topaicí eile a phlé. Foirm nua-aimseartha den ardán cainte is ea blag: suíomh gréasáin ina bhfoilsíonn úsáideoirí a gcuid smaointe d'éinne ar mhaith leo iad a léamh.

Cuir ceist ar na páistí:

- Cén fáth i do thuairim a cruthaíodh Cúinne na gCainteoirí agus An t-Ardán Cainte?
- Cén fáth ar mhair siad chomh fada sin?
- An bhfuil aon leas ann iad a úsáid?
- An bhfuil leasa ann do na héisteoirí? Cad iad?
- An bhfuil aon mhíbhuntáistí ag baint leo nó a bheith ag éisteacht leis na cainteoirí? Cad iad?
- Dá mbeifeá chun Ardán Cainte nó Cúinne na gCainteoirí a úsáid cad faoi a labhrófá agus cén fáth?

Obair Ghrúpa 2

Vótáil trí Phoncanna

Scríobh amach na topaicí a moladh in **Obair Ghrúpa 1** ar leathanach ar an smeach-chairt - ní mór iad sin a spásáil amach go maith chun ligean do na páistí a gcuid poncanna a chur in aice lena roghanna. Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun a fháil amach cad iad

na topaicí a bhfuil an tsuim is mó ag na páistí sa rang iontu. Faigheann gach páiste trí ghreamán, greamán dearg, glas agus gorm (mar shampla). Mínigh an cód datha: dearg=1ú rogha, glas=2ú rogha agus gorm=3ú rogha. Tabhair cúpla nóiméad do na páistí léamh tríd na topaicí go léir ar an liosta agus iarr orthu cinneadh a dhéanamh faoi cén trí acu a bhfuil an tsuim is mó acu iontu agus a 1ú, 2ú agus 3ú rogha a dhéanamh.

Téann páistí suas go dtí an chairt/na cairteanna i ngrúpaí agus greamaíonn na trí ghreamán. Ag deireadh na gníomhaíochta beidh na páistí in ann na topaicí a bhfuil an tsuim is mó ag na páistí iontu a fheiceáil. Iarr ar na páistí a dtuairimí a thabhairt ar na torthaí: *An gcuireann nó nach gcuireann na torthaí ionadh ort?*

Is féidir leis na daltaí nó leatsa liosta topaicí a scríobh de réir ord tosaíochta agus d'fhéadfaí é a choinneáil mar threoir do dhíospóireachtaí amach anseo.

Obair Ghrúpa 3

Tugtar topaic amháin as na sé cinn is mó ón gcairt nó na cairteanna do gach grúpa agus iarrtar orthu comhaontú eatarthu féin cén ball den ghrúpa a labhróidh ar feadh dhá nóiméad ar an topaic. Nuair a aontaítear an cainteoir pléann an grúpa cúig phointe a dhéanfaidh an cainteoir faoin topaic. Is féidir le páistí tagairt a dhéanamh dá nótaí féin nó do nótaí páistí eile ar thopaicí nó ar ailt ó nuachtáin nó irisí.

Conclúid

Roghnaíonn tú agus na páistí áit do Chúinne na gCainteoirí nó don Ardán Cainte sa rang. Is féidir comhartha a dhéanamh agus a mhaisiú chun an áit a mharcáil. Seasann an cainteoir ó gach grúpa san áit a roghnaíodh agus

labhraíonn siad faoi na cúig phointe nó na tuairimí a aontaíodh sna grúpaí.

Cuir deireadh leis an ngníomhaíocht seo trí cheist a chur ar na cainteoirí:

- *Cén chaoi a mhothaigh sé labhairt ar son do ghrúpa?*
- *An raibh tuairimí láidre agat faoin topaic?*

Ansin fiafraigh den rang:

- *Cathain agus cén fáth a rachadh duine go Cúinne na gCainteoirí chun labhairt faoi shaincheist?*
- *An gceapann tú go ndéanfá féin é sin choíche?*
- *Cén fáth go ndéanfá? Cén fáth nach ndéanfá?*
- *Cad ba chóir tarlú ag Cúinne na gCainteoirí - ar chóir go mbeadh an lucht féachana in ann ceisteanna a chur nó tuairimí a dhéanamh le linn na cainte nó ar chóir go mbeadh orthu fanacht go dtí go mbeadh an chaint críochnaithe?*
- *Cén fáth gur chóir? Cén fáth nár chóir?*

D'fhéadfaí bosca a chur anois i gCúinne na gCainteoirí. Is féidir cuireadh a thabhairt do na páistí topaicí a chur isteach ann (lena n-ainmneacha) gur mhaith leo cúpla focal a rá fúthu. Is féidir leat deiseanna a thabhairt do na páistí labhairt i gCúinne na gCainteoirí ó am go ham.

Síneadh

D'fhéadfaí a iarraidh ar na páistí taighde a dhéanamh ar stair Chúinne na gCainteoirí nó ar an Ardán Cainte agus aon fhíríci suimiúla a fuair siad a thabhairt isteach.

D'fhéadfaí iarraidh ar na páistí iniúchadh a dhéanamh lena dtuismitheoirí nó lena siblí níos sine sa bhaile ar cad is blaganna ann agus, de réir mar is cuí, iad a léamh nó cur leo.

CEACHT 6

A hAON:6

AN FOGHLAIMEOIR ÉIFEACHTACH

COINCHEAP LÁRNACH

Éiríonn páistí ina bhfoghlaimoirí rathúla nuair a aithníonn siad conas a fhoghlaimíonn siad agus na straitéisí is féidir leo a úsáid le bheith ina bhfoghlaimoirí éifeachtacha.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaitheantas

Féinmhuinín a fhorbairt

Cuspóirí Ábhair

Scileanna a fheabhsú chun feabhas a chur ar fhoghlaim.

Níos mó freagrachta pearsanta a ghlacadh dóibh féin

Éirí níos neamhspleáiche agus níos féinrialaithe.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

B'fhéidir go mbeidh dhá sheisiún nó dhá lá ag teastáil chun na gníomhaíochtaí seo a chríochnú mar baineann go leor eagrúcháin leis na Seisiúin Teagaisc a chur ar bun ag an tús.

Bí feasach ar ailléirgí bia agus eile ar eagla go molfadh duine scil a mhúineadh a bhaineann le piseanna talún, uibheacha srl.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Ag Pleanáil
- D'fhéadfadh daltaí rud éigin ón mbaile a thabhairt isteach chun an ghníomhaíocht Scil Nua a Mhúineadh agus a Fhoghlaim a chur i gcrích mar shampla, cíoranna chun gruaig a thrilsiú, feadóg stáin do cheachtanna ceoil, pinn chun callagrafaíocht a mhúineadh, comhábhair nó coimeádáin speisialta.

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Tobsmaointeoireacht nó Obair Bheirte
- Machnamh
- Taispeántas

Réamhrá

Mínigh go mbeidh roinnt ama ag an rang chun breathnú agus cinneadh a dhéanamh faoi na scileanna is tábhachtaí a bhaineann le foghlaim mar shampla:

- a thabhairt faoi deara gur féidir le botúin a dhéanamh agus botúin a aithint deiseanna foghlama a chur ar fáil.
- freagracht a ghlacadh as obair bhaile
- éisteacht go cúramach
- seasamh chun tosaigh, eagrú agus pleanáil
- cleachtadh

Níl aon fhreagraí ‘cearta’ ach amháin a gceapann tú féin agus na daltaí a chuireann le foghlaim mhaith éifeachtach. D’fhéadfaí léaráid de na scileanna comhaontaithe seo ‘Ag foghlaim conas foghlaim’ agus moltaí breise ar conas is féidir iad a fhorbairt agus a fheabhsú a chruthú le húsáid amach anseo.

Tobsmainteoireacht/Obair Bheirte

Mínigh go mbeidh deis ag na páistí ceann dá scileanna a mhúineadh do dhuine eile sa rang a bhfuil an scil sin deacair dóibh nó nach bhfuil an scil sin aige nó aici fós. Ní mór gur scil í gur féidir a dhéanamh le linn am scoile, ag úsáid acmhainní scoile nó rudaí gur féidir a thógáil isteach go héasca ón mbaile. D’fhéadfadh na samplaí seo a leanas a bheith san áireamh: gruaig a thrilsiú, cleas draíochta a dhéanamh, lámhchleasaíocht, uirlís ceoil a sheinm, scileanna liathróide, rud éigin a rá i dteanga iasachta, Sudoku a réiteach, éan origami a dhéanamh, cáis ghrutha spíosrach nó sailéad torthaí a dhéanamh, rabhlóg a rá, turgnamh simplí eolaíochta a dhéanamh, teicníc éigin san ealaíon a mhíniú, cárta a dhearadh nó a mhaisiú.

Nuair atá roinnt am smaoinimh acu agus an scil roghnaithe ar mhaith leo a mhúineadh is féidir ainm gach dalta agus a scil a scríobh ar an gclár bán nó ar smeach-chairt. Ba chóir do gach páiste a (h)ainm a scríobh in aice leis an scil gur mhaith leo a fhoghlaim. Ní cóir ach duine amháin a chur le gach scil. Cuir béim gur cóir dóibh páirtithe a roghnú bunaithe ar an scil nua gur féidir leo a fhoghlaim agus ní ar chairdeas. Eagraigh an liosta i Seisiún Teagaisc 1 agus Seisiún Teagaisc 2 ag cinntiú nach bhfuil éinne atá le múineadh i seisiún áirithe luaite le foghlaim sa seisiún céanna. I gcásanna áirithe d’fhéadfaí gurb é an duine céanna an páirtí ranga a bhfuil dalta le scil a mhúineadh dó nó di agus le scil a fhoghlaim uaidh nó uaithe.

Ina suí lena bpáirtí, ba chóir dóibh plé a dhéanamh faoi na bealaí is fearr ina bhfoghlaimíonn siad mar beidh ar gach dalta a chuid mhúinteoireachta a bhunú ar rogha stíl foghlama an duine eile. D’fhéadfaidís a phlé:

- Ar mhaith leo labhairt faoi conas an scil a chur i gcrích
- Ar mhaith leo go míneofaí ar dtús í agus triail a bhaint aisti ansin?
- Ar mhaith leo féachaint ar an scil ar dtús agus triail a bhaint aisti ansin?
- Ar mhaith leo triail a bhaint as anois díreach agus go míneofaí dóibh í de réir mar a bhíonn siad ag dul ar aghaidh?

Nuair atá na bealaí is fearr foghlama pléite acu lena bpáirtithe, tabhair cóip den **Bhileog Oibre: Pleanáil** dóibh chun a gcuid teagaisc a phleanáil. B’fhéidir go mbeadh cabhair ag teastáil uathu chun an bhileog a líonadh, cé gur chóir duit a dhearbhu go bhfuil an bhileog ann chun cabhrú le pleanáil agus ní le taispeáint nó do dhaoine eile le féachaint uirthi í.

NÓS IMEACHTA SONRACH

A hAON:6

Nuair a bheidh na bileoga pleanála comhlánaithe iarr ar na daltaí a scil a mhúineadh dá bpáirtithe agus a mhalairt sa seisiún a tugadh dóibh. Beidh go leor ama ag teastáil uathu siúd a bheidh ag foghlaim na scile chun an scil a chleachtadh m.sh. b'fhéidir go dtógfadh sé cúpla seisiún le píosa ceoil a fhoghlaim ar an bpianó nó ar fheadóg stáin nó go dtógfadh sé cúpla lá do cháis a bheith soladach agus mar sin b'fhéidir go leathnófaí an fhoghlaim thar cúpla lá.

Machnamh

Iarr ar na páistí measúnú a dhéanamh le chéile ar an méid atá foghlamtha acu ón bpróiseas teagaisc agus foghlama a raibh baint acu leis. Breathnaigh ar na ceisteanna seo a leanas nó cinn den chineál céanna chun plé a chur chun tosaigh:

- *Ar bhain tú taitneamh as an eispéireas teagaisc agus foghlama?*
- *Ar éirigh libh go léir scil nua a mhúineadh/a fhoghlaim?*
- *Cad iad na cúiseanna a d'fhéadfadh a bheith leis seo?*
- *Cad a chabhraigh?*
- *Ar chabhraigh sé an tasc a bhriseadh suas i gcéimeanna beaga?*
- *Ar lean tú do phlean nó an raibh ort é a athrú de réir mar a chuaigh tú ar aghaidh?*
- *Conas a d'fhoghlaim an chuid is mó de dhaoine sa rang an scil?*
- *An bhfuil sé riamh ceart go leor a rá 'Ní féidir liom é a dhéanamh'?*
- *Ar chóir dúinn géilleadh riamh?*
- *An raibh gach duine chomh maith ag foghlaim is a bhí siad ag múineadh?*

Taispeántas

Iarr ar na páistí sin atá toilteanach an scil nua atá foghlamtha acu a dhéanamh sa rang nó ag an tionól, ar féidir cuireadh a thabhairt do thuismitheoirí nó caomhnóirí agus páistí sóisearacha chuige. Tabhair moladh dóibh siúd a mhúin na scileanna nua agus dóibh siúd a d'fhoghlaim iad.

Pleanáil



M'ainm: _____

Ainm mo dhalta: _____

Scil á múineadh: _____

Bealach foghlama roghnaithe ag mo dhalta: _____

Cad a chaithfidh mé a dhéanamh, céim ar chéim, chun a chinntiú go bhfoghlaímíonn mo dhalta de réir an bhealaigh foghlama roghnaithe:

Measúnu ar na ceachtanna

Cad a chuaigh go maith: _____

Athruithe a bhí orm a dhéanamh: _____

Is í m'fhoghlaim faoi scil a mhúineadh do dhuine eile ná:

Cad a d'Fhoghlaim mé Fúm Féin (Aonad 1 Misneach)



Ainm _____ Dáta _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas ag úsáid focal, nathanna, abairtí, íomhánna nó líníochtaí.

D'fhoghlaim mé _____

Mhóthaigh mé _____

D'aithin mé _____

Ba mhaith liom _____

Níor mhaith liom _____

Ghlac mé páirt _____

Ar scála 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus go bhfuil 10 go hiontach, cén marc a thabharfá ar an chaoi a nglacann tú leat féin agus le daoine eile?

Rud éigin a bhfuil mé fós neamhchinnte faoi nó ceist atá agam fós ná

AONAD 2
AG TABHAIRT AIRE
DO MO CHORP



AONAD 2

AG TABHAIRT AIRE DO MO CHORP

SNÁITHE MISE

Snáithaonaid: Ag tabhairt aire do mo chorp

Sláinte agus Folláine

Bia agus cothú

Eolach faoi mo chorp

Cuspóir Ábhair:

Tá rochtain ar sheit iomlán acmhainní don chlár Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta a léiríonn riachtanais forbartha páistí ag an aois seo ag <http://www.pdst.ie/node/811>

RÉAMHRÁ DON AONAD

Sa tsraith seo ceachtanna fiosraíonn páistí na tosca a chabhraíonn chun sláinte a chothú agus iad siúd a chuireann le droch-shláinte. Spreagtar na páistí chun straitéisí a aithint agus a chleachtadh chun dul i ngleic le himní agus strus atá dosheachanta sa saol.

Tá príomhfhócas do Mhír A san aonad seo ar dhrugaí agus tógáil drugaí. Pléann páistí cineálacha éagsúla drugaí agus a dtionchair ar an gcorp. D'fhéadfadh eolas faoi dhrugaí atá aois oiriúnach agus an tionchar atá acu cabhrú le páistí déileáil leis an mbrú a bhíonn rompu maidir le tógáil drugaí. Ligtear do pháistí saincheisteanna a fhiosrú faoi dhrugaí gan eagla teagmhála a bheith orthu trí úsáid a bhaint as lionsa bréagach (scéal agus rólghlacadh). Déanann na páistí iniúchadh freisin ar ról oibríthe a chuireann cabhair agus tacaíocht ar fáil tar éis timpistí nó ar shaincheisteanna a bhaineann le sláinte.

Is é príomhthionchar ar pháistí ná an piarghrúpa lena mbaineann siad. Deirtear gurb é piarbhrú is cúis go minic le páistí tosú ag caitheamh toitíní. D'fhéadfaí cabhrú le páistí dinimic grúpaí a thuiscint agus déileáil leo trí fheasacht ar phiarbhrú a ardú.

Cé go mbaineann an-chuid den aonad seo le drochthionchair drugaí áirithe (mar alcól agus nicitín) ba chóir a mheabhrú go bhféadfadh drugaí dea-thionchair a bheith acu freisin ar bheatha. B'fhéidir go mbeadh tinnis ar pháistí nó ar bhaill dá dteaghlach a dteastaíonn uathu drugaí leighis a thógáil. B'fhéidir go mbeadh sé amhlaidh freisin go mbeadh páistí thíos de bharr ball teaghlach ag tógáil drugaí mídhleathacha agus ní mór tuiscint ar chásanna mar sin a bheith mar stiúr ar na ceachtanna seo.

I Mír B den aonad seo tá an fócas ar ithe go sláintiúil agus aire a thabhairt dár gcorp trí bhia, cothú agus cleachtadh coirp. Foghlaimíonn na páistí faoi thábhacht sláinteachas bia agus na cúiseanna a bhíonn aiste bia srianta ag daoine áirithe. Déantar iniúchadh ar chleachtadh coirp le haghaidh sláinte agus múintear nósanna maithe sláinteachais tar éis cleachtadh coirp. Pléitear cumais fhisiciúla éagsúla i gCeacht 5. Sa deireadh tá infhabhtuithe agus an chaoi a leathnaítear iad mar ábhar do Cheacht 6.

Bunphrionsabal ag dul tríd an dá mhír san aonad seo ná meas a bheith ort féin agus ar dhaoine eile.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

MÍR A: Sláinte agus Folláine

Ceacht 1

Iompar Sláintiúil agus Míshláintiúil

Ceacht 2

Ag Plé le hImní agus le Teannas: Suaimhneas

Ceacht 3

Cad is Druga ann?

Ceacht 4

Tionchair agus Roghanna

AONAD 2

AG TABHAIRT AIRE DO MO CHORP

Ceacht 5

Tobac agus na Torthaí

Ceacht 6

Alcól agus na Torthaí

Ceacht 7

Substaintí Baolacha

Ceacht 8

Cuidiú agus an Pobal

MÍR B: Bia agus Cothú agus Eolas ar mo chorp

Ceacht 1

Roghanna Ciallmhara Bia

Ceacht 2

Sláinteachas Bia

Ceacht 3

Bia Éagsúil do Dhaoine Éagsúla

Ceacht 4

Cúram Coirp agus Gníomhaíocht Choirp

Ceacht 5

Míchumais Fhisiciúla

Ceacht 6

Ár gCorp a Chosaint

AONAD 2
Mír A: SLÁINTE AGUS FOLLÁINE

MISNEACH

CLÁR

CEACHT 1: Mír A

A DÓ A:1

IOMPAR SLÁINTIÚIL AGUS MÍSHLÁINTIÚIL

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a chabhraítear le páistí a bheith feasach ar iompar sláintiúil agus míshláintiúil cabhraítear leo cinntí feasacha a dhéanamh faoina n-iompar agus a sláinte féin.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise
- **Snáithaonad:** Ag tabhairt aire do mo chorp
Sláinte agus folláine

Cuspóirí Ábhair

Iompar a aithint agus a scrúdú atá go maith don tsláinte agus é sin a dhéanann dochar don tsláinte.

Róil daoine éagsúla a bhfuil baint acu le sláinte daoine eile a aithint agus a phlé.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Beidh tuiscint ag teastáil mar d'fhéadfadh go mbeadh páistí sa rang a bhfuil fadhbanna sláinte acu nó b'fhéidir páistí a mbeadh imní orthu faoi shláinte garbhaill teaghlaigh.

ACMHAINNÍ

Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair Ghrúpa/Agallamh
- Plé
- Conclúid

Réamhrá

Iarr ar na páistí duine éigin an-sláintiúil a shamhlú - is féidir é/í a bheith réalaíoch nó samhailteach. *Smaoinigh ar chuma an duine sin. Cad a dhéanann siad chun fanacht sláintiúil?*

Tóg aiseolas gearr ar an duine réalaíoch nó samhailteach seo gan aon ainmneacha a lua.

Obair Ghrúpa/Agallamh

Roinn an rang i gcúig ghrúpa. Tugtar na treoreacha seo a leanas do na grúpaí:

Grúpa 1: samhlaigh gur páistí fíorshláintiúla 11 bhliain d'aois sibh - cad a dhéanann nó nach ndéanann sibh chun fanacht sláintiúil?

Grúpa 2: samhlaigh gur daoine fíorshláintiúla 16 bliana d'aois sibh - cad a dhéanann nó nach ndéanann sibh chun fanacht sláintiúil?

Grúpa 3: samhlaigh gur daoine fíorshláintiúla 20 bliain d'aois sibh - cad a dhéanann nó nach ndéanann sibh chun fanacht sláintiúil?

Grúpa 4: samhlaigh gur daoine fíorshláintiúla 40 bliain d'aois sibh - cad a dhéanann nó nach ndéanann sibh chun fanacht sláintiúil?

Grúpa 5: samhlaigh gur grúpa agallaithe sibh a chuirfidh agallamh ar dhuine amháin ó gach ceann de na grúpaí eile. Ní mór daoibh ceisteanna agallaimh a ullmhú le fáil amach cad a dhéanann nó nach ndéanann gach duine chun fanacht sláintiúil: cleachtadh coirp, cothú, codladh, gníomhaíochtaí sóisialta nó áineasa, patrúin smaointeoireachta?

Nuair atá an tasc críochnaithe ag gach grúpa cuirtear agalláí chuig gach ceann de na grúpaí eile chun agallamh gearr a dhéanamh. Déantar na hagallaimh go comhuaineach..

Plé

Tugann na hagallaithe achoimre ar a seal ar a dúradh faoi iompar sláintiúil agus míshláintiúil. Leis na páistí, déan liosta d'iompar atá go maith don tsláinte agus iompar a d'fhéadfadh dochar a dhéanamh don tsláinte (bí cinnte go bhfuil meabharshláinte agus sláinte fhisiciúil araon san áireamh). Tá sé tábhachtach a lua go bhfuil gnéithe den tsláinte nach bhfuil aon smacht againn orthu ach go bhféadfadh na rudaí a dhéanaimid iad sin a dhéanamh níos fearr nó níos measa.

Fiafraigh de na páistí:

- *Cé leis a labhrófá mura mbraithfeá go maith nó dá mbeadh imní ort faoi do shláinte?*
- *Cé hiad na daoine a mbaineann a bpostanna le cúram sláinte daoine eile?*

Déan iad seo a liostáil agus déan ról na ndaoine éagsúla a phlé.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi iompar atá sláintiúil agus é sin a dhéanann dochar. Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar **Bhileog Oibre A : Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Bailítear iad agus léitear iad mar chuid den mheasúnú leanúnach agus coimeádtar iad le húsáid tar éis na gceachtanna san aonad seo.

Síneadh

Tabhair cuireadh d'altra, dochtúir, diaitéiseach nó teagascóir corpacmhainne teacht chun cainte leis na páistí faoi iompar sláintiúil agus míshláintiúil.

Déan póstaer ag spreagadh nósanna sláintiúla agus ag cur in aghaidh nósanna míshláintiúla.

Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (Aonad 2)



M'ainm _____

Ar an leathanach seo coimeádfaidh mé taifead de na rudaí tábhachtacha a d'fhoghlaim mé sna ceachtanna faoi aire a thabhairt do mo chorp.

Ainm an cheachta	Cad a d'fhoghlaim mé
Iompar sláintiúil agus míshláintiúil	
Ag plé le himní agus le teannas: suaimhneas	
Cad is druga ann?	
Tionchair agus roghanna	
Tobac agus na torthaí	
Alcól agus na torthaí	
Substaintí baolacha	
Cuidiú sa phobal	

CEACHT 2: Mír A

A DÓ A:2

AG PLÉ LE HIMNÍ AGUS LE TEANNAS: SUAIMHNEAS

COINCHEAP LÁRNACH

Cabhraítear le teannas agus strus a laghdú trí labhairt faoi bhuarthaí agus iniúchadh a dhéanamh ar bhealaí éagsúla chun déileáil leo.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Sláinte agus folláine

Cuspóir Ábhair

Cúiseanna imní phearsanta a aithint agus straitéisí cuí le deileáil léi a aithint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Féach freisin ar cheachtanna ar mhothúcháin san Aonad: **Ag Fás agus Ag Athrú.**

ACMHAINNÍ

- Scripteanna ionshamhlaithe agus suaimhnis
- Dán: *Dá?*
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Dán
- Plé
- Ionsamhlú nó Suaimhneas
- Conclúid

Réamhrá

D'fhéadfá tagairt a dhéanamh d'aon rud a pléadh a bhaineann le meabharshláinte sa cheacht deireanach.

Iarr ar na páistí an chuma a bheadh ar dhuine fíorbhuartha a shamhlú (tabhair cúpla nóiméad), conas a sheasfadh an duine sin (tabhair cúpla nóiméad), agus conas a shiúlfadh an duine sin, nó cén sórt iompair a bheadh acu. Iarr ar na páistí cuma fhíorbhuartha a chur orthu féin; seasamh ar bhealach a léireodh go bhfuil inní orthu.

- *An bhfuil aon rud a thug tú faoi deara fad is a bhí an chuma bhuartha ort?*
- *Conas a mhothaigh do chorp?*
- *An raibh teannas aon áit?*

Sula suíonn siad síos spreag na páistí síneadh chun aon teannas a chur óna gcorp.

Dán

Léigh an **Dán: Dá** nó iarr ar roinnt páistí é a léamh os ard.

Dá

Aréir, agus mé i mo luí anseo,
shleamhnaigh roinnt 'dá'anna isteach i
mo chluas agus bhí rince agus féasta acu
go maidin ag canadh a seanamhráin 'Dá'
Dá mbeinn dúr ar scoil?
Dá ndúnfaí an linn snámha?
Dá mbuailfí go dona mé?
Dá mbeadh nimh i mo chupán?
Dá dtosóinn ag gol?
Dá mbeinn tinn agus dá bhfaighinn bás?
Dá ndéanfainn praiseach den scrúdú sin?
Dá bhfásfadh gruaig ghlas ar mo
chliabhrach?
Dá mbeadh gach duine i mo choinne?
Dá mbuailfeadh splanc tintrí mé?
Dá dteipfeadh orm fás?
Dá dtosódh mo cheann ag éirí níos lú?

Dá mba rud é nach raibh aiste ar na héisc?
Dá stróicfeadh an ghaoth m'eitleog?
Dá dtosófaí cogadh?
Dá bhfaigheadh mo thuismitheoirí colscaradh?
Dá mbeadh an bus déanach?
Dá dtarlódh sé nach raibh mo chuid fiacla díreach?
Dá stróicfinn mo bhríste?
Dá mba rud é nach raibh damhsa riamh agam?
Cuma na maitheasa ar an uile rud agus ansin filleann 'Dá'anna na hoíche arís!!!

le Shel Silverstein

(Tógadh an dan seo ó *A Light in the Attic* le Shel Silverstein. Foilsithe ag Harper and Row, 1981. Tá leagan físeáin beochana léirithe ag Myke Mansberger ar fáil ag <https://www.youtube.com/watch?v=plxOibb0L0s>)

Úsáid na ceisteanna seo a leanas chun machnamh agus plé a spreagadh ar an dán:

- *An bhfuil cuma réalaióch ar na hábhair buartha sa dán seo?*
- *Cén fáth go bhfuil? Cén fáth nach bhfuil?*
- *Cad a insíonn an dán seo dúinn faoi bheith buartha?*
- *Conas a bheadh sé an inní seo go léir a bheith ag rith trí do cheann?*
- *An gceapann tú go mbíonn inní níos mó ar dhaoine i rith an lae nó san oíche?*
- *Cén fáth go gceapann tú é sin?*
- *Conas a bheadh a fhios ag éinne go raibh duine buartha?*
- *Conas a bheadh a fhios agatsa go raibh inní ortsa?*

Plé

Iarr ar na páistí a shamhlú go raibh an duine sa dán sa rang:

- *Cad a d'fhéadfaimis a rá leo chun cabhrú leo?*
- *An bhfuil taithí ag páistí aon bhliain nó dhá bhliain déag d'aois ar aon imní a luaitear sa dán?*
- *An bhfuil imní eile a bhfuil taithí ag an aoisghrúpa seo uirthi nach bhfuil luaite sa dán? Cad is féidir linn a dhéanamh nuair a bhíonn imní orainn?*

D'fhéadfá liosta straitéisí a scríobh a mholann na páistí, agus cuireadh a thabhairt dóibh a rá an bhfuil siad cabhrach nó nach bhfuil. Mura dtagann suaimhneas aníos mar mholadh, d'fhéadfá é a chur leis an liosta.

Ionsamhlú

Spreag na páistí a bheith compordach ina suíocháin, a ndroim go díreach agus a gcosa ar an urlár. Mínigh gur uirlís mhaith í ár samhlaíocht chun déileáil le himní agus teannas. Tabhair cuireadh dóibh teacht ar thuras samhlaíochta ar feadh cúpla nóiméad. Léigh an script don turas ionshamhlaithe go mall, agus le sosanna mar a luaitear.

Script

Táim chun sibh a thógáil ar thuras ionshamhlaithe. Suigh go ciúin, cosa ar an urlár...más maith leat is féidir leat do shúile a dhúnadh...tabhair faoi deara mar a thacaíonn an chathaoir le do chorp.. tosaigh ag tabhairt d'anáil faoi deara... mothaigh an t-aer ag teacht isteach i do chorp...trí do shrón...síos agus isteach i do scamhóga... tabhair faoi deara mar a éiríonn agus mar a thiteann do chliabh agus do bholg go mall le gach anáil.

Anois samhlaigh go bhfuil tú amuigh faoin tuath..lá te is ea é, is féidir leat an teas a

bhrath ar do chraiceann..i bhfad uait is féidir leat na héin a chloisteáil ag canadh sna crainn agus cloiseann tú na beacha agus na cuileanna agus iad ag crónán i measc na mbláthanna agus san fhéar...agus samhlaigh go bhfuil ualach trom á iompar agat ar chosáin...tá an t-ualach seo á iompar agat ar feadh an lae agus tá tuirse ort...tá tú ag siúl i dtreo na habhann a chloiseann tú i bhfad uait.. braitheann tú níos fearr ag smaoineamh uirthi agus beidh áthas ort nuair a shroiceann tú í... Sroicheadh tú an abhainn agus fágann tú an t-ualach ar a bruach...tabhair faoi deara mar atá sé an t-ualach a ligean uait...tá tuirse ort tar éis ualach trom a iompar agus suíonn tú síos...éist le fuaim na habhann ar feadh nóiméid... bí ag faire ar an uisce ag sileadh thart...tugann tú an abhainn faoi deara ag iompar roinnt géaga le sruth... tá sé chomh suaimhneach sin breathnú orthu ar snámh go mall agus go ciúin agus ag dul le sruth....

Tá an lá fós geal agus te agus tá tú ar do shuaimhneas ag ligean do scíthe... braitheann tú teas na gréine...baineann tú taitneamh as fuaim an uisce ag sileadh go réidh...tóg cúpla nóiméad chun taitneamh a bhaint as an suaimhneas seo a bhraitheann tú...

Agus muid ag teacht go deireadh an turais seo tosaigh ag tabhairt d'anáil faoi deara arís...tabhair faoi deara na fuaimeanna timpeall ort sa seomra agus taobh amuigh den tseomra ...agus nuair atá tú réidh oscail do shúile...

Tar éis sin tabhair cúpla nóiméad do na páistí aithne a chur ar a dtimpeallacht arís. Ansin pléigh a dturas samhlaíoch leo:

- *Conas a bhraith tú ag tús an chleachtaidh?*
- *Conas a bhraith lena linn?*

- Cén chuma a bhí ar an áit a shamhlaigh tú?
- Conas a bhraith tú ag deireadh an chleachtaidh seo?
- An féidir leat smaoineamh ar am nuair a chabhródh sé a bheith in ann turas samhlaíoch a dhéanamh i do chloigeann?

Is féidir leat roinnt samplaí a thabhairt de dhaoine, ar éirigh leo déileáil leis an saol i gcúinsí deacra, trína samhlaíocht a úsáid ar an bhealach seo (m.sh. príosúnaigh mar ghialla)

Cleachtadh Eile: Suaimhneas

Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun cleachtadh a fhoghlaim (ar a dtugtar ligean forchéimnitheach na matán) gur féidir leo a chleachtadh sa bhaile nó aon áit, am ar bith chun cabhrú leo suaimhneas a dhéanamh nuair a bhíonn teannas orthu. Iarr orthu a bheith compordach ina suíocháin agus an script don chleachtadh suaimhneis a léamh go mall agus leis na sosanna mar a luaitear..

Script

Suigh go ciúin, cosa ar an urlár...féach an bhfuil sé ceart go leor do shúile a dhúnadh...tabhair aird ar do chorp.. tabhair faoi deara mar a thacaíonn an chathaoir le do chorp ...tosaigh ag tabhairt d'análú faoi deara...mothaigh an t-aer ag teacht isteach i do chorp...trí do shrón...síos agus isteach i do scámhóga... tabhair faoi deara mar a éiríonn agus mar a thiteann do chliabh agus do bholg araon go mall le gach anáil...

Anois tabhair d'aird ar do lámh chlé, croith do mhéara...déan dorn agus teann isteach é, coimeád é mar sin go dtí a trí, 1, 2, 3 agus ansin scaoil é ...Anois teann isteach do ghéag chlé, coimeád í ...agus scaoil í ...Anois díriú d'aird ar do

lámh dheas ...croith do mhéara... déan dorn....teann isteach é, coimeád é mar sin go dtí a trí, 1, 2, 3 agus ansin scaoil í ...do ghéag dheas ...teann isteach, coimeád, scaoil ... do chos chlé ...croith méara do choise, coimeád ...agus scaoil....do chos chlé ...teann isteach, coimeád ...agus scaoil ...Anois do chos dheas ...teann isteach, coimeád ... scaoil ...

Anois díriú d'aird ar do ghualne ...teann isteach iad, coimeád ...tabhair faoi deara an méid fuinnimh a thógann sé é sin a dhéanamh agus scaoil iad ...Díriú d'aird ar d'aghaidh, go háirithe do chlár éadain agus do ghiall ...teann isteach d'aghaidh, teann isteach do ghiall, coimeád é mar sin go dtí a trí, 1, 2, 3, ...agus scaoil é ...Anois an ceann deireanach, ag tosú le barr do chloiginn, tabhair do chorp iomlán faoi deara ... Teann isteach do chorp iomlán ... ní ró-dhian, coimeád mar sin é, 1, 2, 3, ...agus bí ar do shuaimhneas ...

Díriú d'aird ar d'análú arís ...ná déan ach é a thabhairt faoi deara ...do chliabh ag éirí agus ag titim ...ag análú isteach ...ag análú amach ...agus de réir mar a análaíonn tú amach lig d'aon teannas a d'fhéadfadh a bheith i do chorp dul amach le d'anáil ...déan an teannas a análú amach ...agus tú ag análú isteach samhlaigh do chorp á líonadh le teas agus suaimhneas ...análaigh suaimhneas isteach ...lean ar aghaidh leis sin ar feadh tamaillín ... (ar feadh 30 soicind nó mar sin).

Anois tabhair d'anáil faoi deara arís ...do chliabh ag éirí agus ag titim ...agus anois tabhair faoi deara aon fhuaim atá ag teacht isteach sa seomra ...agus nuair atá tú réidh, i d'am féin, oscail do shúile. Coimeád an t-atmaisféar ciúin suaimhneach go dtí go mbíonn a súile ar oscailt ag gach duine.

NÓS IMEACHTA SONRACH A DÓ A:2

Tar éis sin tabhair cúpla nóiméad do na páistí aithne a chur ar a dtimpeallacht arís. Ansin pléigh an taitní a bhí acu leis an gcleachtadh suaimhnis leo.

- *Conas a bhraith tú ag tús an chleachtaidh?*
- *Conas a bhraith lena linn?*
- *Conas a bhraith tú ag deireadh an chleachtaidh seo?*
- *An féidir leat smaoineamh ar am a d'fhéadfadh sé a bheith cabhrach an cleachtadh suaimhnis seo a úsáid?*

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi imní agus straitéisí chun déileáil léi. Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp.**

Síneadh

D'fhéadfaí cleachtaí suaimhnis gearra a úsáid le linn an lae leis an rang.

D'fhéadfadh na páistí roinnt taighde a dhéanamh ar dhaoine mór le rá a bhí gafa i bhfíordhrochshuímh agus an chaoi a ndeachaigh siad i ngleic leo. Mar shampla coimeádadh an scríbhneoir Brian Keenan i mBéiriút ar feadh ceithre bliana go leith mar ghiall agus tá scríofa aige faoina thaithí. Déantar cur síos san alt seo a leanas ar an gcaoi ar bhain sé úsáid as a intinn le dul i ngleic leis: www.independent.ie/national-news/how-brian-keenan-found-love-and-learned-to-live-again-400576.html

CEACHT 3: Mír A

CAD IS DRUGA ANN?

COINCHEAP LÁRNACH

Cabhraítear le páistí nuair a bhíonn eolas cruinn acu faoi dhruaí roghanna níos fearr a dhéanamh faoina n-úsáid.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Sláinte agus folláine

Cuspóir Ábhair

Idirdhealú a dhéanamh idir substaintí dleathacha agus mídhleathacha, ag aithint iad siúd is mó a úsáidtear agus na tionchair a d'fhéadfadh a bheith acu a iniúchadh agus a thuiscint.

COMHTHÁTHÚ**Gaeilge**

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

ACMHAINNÍ

- Cártaí Ráitis
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

Réamhrá

Léigh an cnámhscéal seo a leanas don rang:

Lá amháin nuair a bhí Maria agus Kelim ag siúl ar a mbealach abhaile ón scoil thug siad mála faoi deara sna toir ar thaobh an bhóthair. Bhí siad ag ceapadh gur chaill duine éigin é b'fhéidir agus cheap siad go bhféachfaidís ar céard a bhí istigh ann agus b'fhéidir go bhfeicfidís rud éigin a d'inseodh dóibh cé ar leis é. Thóg Maria é. 'Níl a fhios agam cad atá istigh ann mar tá sé níos troime ná mar a cheap mé' ar sí. D'fhéach sí isteach ann. 'Tá sé lán de dhruaí!' a dúirt sí.

Iarr ar na páistí mála a tharraingt ina gcóipleabhair OSPS agus na drugaí a cheapann siad atá sa mhála a tharraingt agus a ainmniú. Nuair atá sé sin críochnaithe acu cuir ceist orthu cad iad na drugaí a bhreac siad agus déan taifead díobh sin ar an glár bán.

Plé

Iarr ar na páistí féachaint ar na cineálacha drugaí atá breactha síos acu. (Tabhair faoi deara má tá leigheasanna, alcól, toitiní san áireamh.) Úsáid na ceisteanna seo a leanas chun plé a spreagadh:

- *An bhfuil drugaí áirithe dleathach agus cinn eile nach bhfuil? Cén fáth?*
- *An féidir leat roinnt drugaí dleathacha a ainmniú?*
- *An ndéantar drugaí dleathacha a mhí-úsáid riamh?*
- *An féidir leat roinnt drugaí mídhleathacha a ainmniú?*
- *An gceapann tú go raibh na páistí sa scéal i mbaol ar bith? Cén baol?*
- *Cén fáth go raibh an mála sna toir, dar libh?*
- *An féidir le druga a bheith go dona*

duit? Conas?

- *An féidir le druga a bheith go maith duit? Conas?*
- *Cathain is leigheas é druga? (Is leigheas é druga nuair a úsáidtear é chun tinneas nó galar a chosc agus/nó cóireáil a chur ar fáil.)*

Roinn na páistí i ngrúpaí ceathrair-cúigear agus fiafraigh díobh: *Cad is druga ann? Iarr orthu labhairt faoi seo agus iarracht a dhéanamh teacht aníos le sainmhíniú tríd an abairt a chríochnú: *Is éard is druga ann ná ...* Tabhair cúpla nóiméad dóibh comhaontú ar shainmhíniú. Ansin iarr ar na grúpaí a sainmhíniú a roinnt leis an rang. Pléigh ábhar atá mar an gcéanna agus easnaimh atá ina sainmhíniú. Déan gnéithe dá bhfreagairtí a chur le chéile chun teacht ar shainmhíniú druga. D'fhéadfaí comhaontú ar shainmhíniú deiridh mar seo: *Substaint is ea druga a athraíonn an bealach ina bhfeidhmíonn an corp agus a d'fhéadfadh an chaoi a bhraitheann, a smaoiníonn agus a iompraíonn duine é féin a athrú.**

Déan athbhreithniú ar na drugaí a breacadh síos. *An ndéanann an sainmhíniú cur síos orthu? An bhfuil drugaí ann a chuirfeá leis an liosta anois (m.sh.leigheasanna, alcól, tobac)?*

Obair Ghrúpa

Roinn an rang i ngrúpaí 4/5. Tabhair seit **Cártaí Ráitis** bun os cionn do gach grúpa. Casann duine amháin sa ghrúpa cárta ráitis agus críochnaítear an abairt. Pléann an grúpa an ráiteas ansin agus molann siad críochoa éagsúla. Casann an chéad duine eile an chéad chárta eile agus leanann siad leis an nós imeachta seo go dtí go mbíonn na ráitis go léir pléite acu.

NÓS IMEACHTA SONRACH A DÓ A:3

Plé

Tóg aiseolas ón ngrúpa agus pléigh na ráitis.

- *Cén ráitis ar aontaigh tú leo?*
- *Cén ráitis nár aontaigh tú leo?*
- *Cén ráitis b'éasca duit a chríochnú?*
Cén fáth?
- *Cén ráitis ba dheacra duit a chríochnú?*
Cén fáth?

Déan athbhreithniú ar na freagairtí do na ráitis.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi dhruaí. Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp.**

Cártaí Ráitis

Is iad na drugaí is mó a úsáidtear ná

Tá daoine a thógann cannabis.....

Ag ceannach drugaí ó mhangaire

Tá na piollaí a cheannaíonn tú in ollmhargadh

Ag tógail leigheasanna atá ordaithe do dhuine eile

B'fhuath liom dá mbeadh hearóin á tógáil ag mo dheirfiúr mar

Tá drugaí

D'fhéadfadh alcól

A bheith i seomra le duine a chaitheann

Is féidir le cannabis

Dá mbeadh caitheamh tobac mídhleathach

CEAIGHT 4: Mír A

A DÓ A:4

TIONCHAIR AGUS ROGHANNA

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhíonn tuiscint ag páistí ar an gcaoi a fheidhmíonn piarghrúpaí cabhraítear leo cinntí níos fearr a dhéanamh laistigh de na grúpaí sin.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Sláinte agus folláine

Cuspóirí Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar chuid de na cúiseanna a chaitheann daoine tobac, a ólann siad alcól agus mí-úsáid a bhaint as aon chineál substaintí nó a thógann siad drugaí nach bhfuil aon úsáid leighis acu.

Iniúchadh a dhéanamh ar ról rogha phearsanta, na tosca riosca agus tionchar daoine eile nuair a roghnaítear substaintí neamhordaithe a úsáid.

Iniúchadh agus scrúdú a dhéanamh ar dhearcthaí i leith mí-úsáid substaintí agus i leith iad siúd a bhaineann mí-úsáid as substaintí d'aon chineál.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint,

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tugtar faoi na cúiseanna go n-úsáideann daoine óga toitíní, substaint neamhordaithe sa cheacht seo. D'fhéadfaí substaint neamhordaithe eile a chur in ionad toitíní (m.sh. alcól, pianmhúcháin).

Féach freisin ar na ceachtanna ar thionchar sna haonaid ar Chinnteoireacht agus Caidrimh a Dhéanamh le Daoine Eile.

ACMHAINNÍ

- Pictiúr: Cad a Cheapann Daoine Faoi Chaitheamh Tobac
- Bileog: Suímh don Rólghlacadh
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Rólghlacadh
- Plé
- Obair Ghrúpa

Réamhrá

Taispeáin an **Pictiúr: Cad a Cheapann Daoine Faoi Chaitheamh Tobac** agus tabhair cuireadh do na páistí focail a mholadh chun cur síos a dhéanamh ar dhearcadh daoine i leith toitíní agus caitheamh. Má tá an claonadh sna páistí díriú ar ghnéithe diúltacha, déan iad a cheistiú trí cheist a chur faoi cén fáth go gcaitheann daoine. Má dhíríonn na páistí ar ghnéithe de chaitheamh tobac a leagann béim ar neamhspleáchas agus a bheith réchúiseach déan iad a cheistiú trí léiriú go bhfuil Rabhadh Sláinte Rialtais ar gach paca toitíní. Fiafraigh díobh cén fáth go gceapann siad go bhfuil sé seo amhlaidh.

Rólghlacadh

Roinn na páistí i ngrúpaí. Dáil amach **Na Suímh don Rólghlacadh**. Tabhair am do na páistí an suíomh a phlé agus machnamh a dhéanamh ar conas a rachaidís i ngleic léi. Iarr ar dhaltáí a bheadh toilteanach rólghlacadh a dhéanamh de na suímh do na grúpaí eile sa rang.

Plé

Nuair a bheidh an rólghlacadh thart, bain úsáid as na ceisteanna seo a leanas chun plé a dhéanamh:

- *Cad is féidir leis an duine atá á chur faoi bhrú a dhéanamh chun déileáil leis?*
- *An bhfuil tionchar ag ár gcairde ar ár ngníomhartha?*
- *Cén fáth gur mhaith le daoine tionchar a bheith acu ar ghníomhartha daoine eile?*

Obair Ghrúpa

Iarr ar na páistí, sna grúpaí céanna, bealaí cabhracha a phlé agus a thaifeadadh chun déileáil le piarbhrú. Téann gach grúpa ansin le grúpa eile agus pléann siad a gcuid freagairtí. Ansin déanann siad comhaontú ar liosta agus tugann siad aiseolas don rang iomlán maidir leis seo. D'fhéadfá na freagairtí a thaifeadadh ar an gclár bán nó ar an gclár bán idirghníomhach. Mura gcuirtear na pointí seo a leanas san áireamh, d'fhéadfaí iad a chur leis:

- *Tabhair do thuairim agus cloígh léi*
- *Téigh isteach le duine éigin atá den tuairim chéanna leatsa*
- *Déan iarracht do thuairim a chur ina luí ar dhaoine eile*
- *Ná géill toisc go bhfuil tú difriúil. Bí bródúil as a gceapann tú*
- *Ná bí ag crochadh thart leis an ngrúpa sin. Tar éis an tsaoil mura bhfuil meas acu ar do thuairim b'fhéidir nach iad na cairde is fearr duit.*

Roghnaigh grúpa páistí chun ceann amháin de na rólímirtí a athdhéanamh ag úsáid cuid de na straitéisí a aithníodh a bheith cabhrach.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi roghanna faoi chaitheamh ón gceacht. Ansin iarr orthu é sin a thaifeadadh ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**.

Tuairimí Daoine Faoi Chaitheamh Tobac



Suímh Don Rólghlacadh

Caitheann deartháir níos sine Sheáin toitíní. Uaireanta caitheann sé sa ghairdín nuair a bhíonn a thuismitheoirí as baile. Ceapann Seán gur mhaith an smaoineamh é dá gcaithfeadh sé féin agus a bheirt chara, Brian agus Mark, lena dheartháir an chéad uair eile a bheadh a thuismitheoirí as baile.

Ní chaitheann Thérèse. Is fuath léi boladh toitíní agus ceapann sí go ndéanfaidís tinn í. Caitheann a cairde níos sine, Máire agus Elaine, agus teastaíonn uathu go gcaithfeadh sise freisin. Tá eagla ar Thérèse nach mbeidh an bheirt chailín ina gcairde di, mura gcaitheann sí leo.

Tá Niall fiosrach faoi chaitheamh. Tá cuid de na gasúir sa mhéanscoil feicthe aige ag caitheamh agus tá cuma chomh réchúiseach sin orthu agus iad ag caitheamh. Tá eagla ar Niall mar ní theastaíonn uaidh é a thriail ina aonar. Teastaíonn uaidh a chara, Antaine, a fháil le caitheamh in éineacht leis.

Cairde maithe is ea Séamus agus Peadar. Ní maith leo caitheamh. Crochann siad thart le daoine eile freisin. Caitheann beirt eile dá gcairde, Fergus agus Joe, go minic. Teastaíonn uathu go gcaithfeadh Séamus agus Peadar freisin.

Caitheann Karen agus Linda uaireanta nuair a bhíonn a dtuismitheoirí as baile. Bhí a gcara Máire leo tráthnóna amháin ag teach Karen nuair a bhí tuismitheoirí Karen ag scannán. Déanann Karen agus Linda iarracht Máire a chur ag caitheamh freisin. Ní theastaíonn ó Mháire caitheamh ach ba mhaith léi fanacht ina cara ag na cailíní.

Ní chaitheann Aisling ach caitheann a colcheathar níos sine Ruth. Bíonn boladh bréan toitíní ó Ruth. Ba mhaith le hAisling a insint di go bhfuil boladh óna cuid éadaí mar a bheadh boladh coirp (BC) aici agus go bhfuil drochanáil aici freisin ach ceapann sí go mbeadh náire uirthi.

D'fhág beirt chara Paula an ceantar agus téann siad ar scoil eile anois. Braitheann sí go mór uaidh iad agus bíonn uaigneas uirthi. Ba mhaith léi dlúthchairde nua a dhéanamh. Tá sé deacair mar tá cairde ag na cailíní go léir ina rang cheana féin. Tá grúpa cailíní a chaitheann tar éis scoile taobh amuigh den siopa sceallóg. Tá sí ag ceapadh dá dtosódh sí ag caitheamh go mbeadh sí in ann dul isteach sa ghrúpa sin agus cairde a dhéanamh.

Fuair seanathair Johnny bás cúpla bliain ó shin ó ailse scámhóg. Chaith sé ar feadh a shaoil mar ní raibh a fhios aige go ndéanfadh sé dochar don tsláinte. Ní theastaíonn ó Johnny caitheamh ar chor ar bith agus drochshláinte a bheith aige cosúil lena sheanathair Joe. Caitheann a chomharsa atá dhá bhliain níos sine ná é agus teastaíonn uaidh go gcaithfeadh Johnny freisin. Is maith le Johnny é agus ní theastaíonn uaidh an cairdeas a chailliúint. B'fhéidir gur cóir dó ceann nó dhó a chaitheamh?

Tá Shauna ard agus téagartha cosúil lena Mam agus a deirfiúracha. Is peileadóir agus cispheileadóir an-mhaith í. Tá cuid dá cairde tógtha le héadaí agus ba mhaith léi a bheith níos tanaí chun an cineál céanna éadaí a chaitheamh. Dúirt duine de na cailíní gur toradh ar chaitheamh ná níos lú a ithe agus mar sin meáchan a chailleadh. Tá sí ag machnamh ar chóir di caitheamh? Cén dochar a d'fhéadfadh sé a dhéanamh?

Tá Eoin an-ard agus féachann sé i bhfad níos sine ná mar atá. Tá sé níos airde ná cuid de na buachaillí sa chéad bhliain. Tá cuid dá chairde sa chéadbhliain ag iarraidh air dul go dtí an siopa agus toitíní a cheannach dóibh. Deir siad nach gcuirfear ceist air faoina aois mar a tharlódh dóibhsean. Ní theastaíonn uaidh é a dhéanamh ach tá sé faoi bhrú óna chairde.

CEACHT 5: Mír A

A DÓ A:5

TOBAC AGUS NA TORTHAÍ

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhíonn eolas cruinn ag páistí faoi thionchair tobac a chaitheamh cabhraítear leo cinní níos fearr a dhéanamh faoina n-úsáid.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise
- **Snáithaonad:** **Ag tabhairt aire do mo chorp**
Sláinte agus folláine

Cuspóir Ábhair

Irdhealú a dhéanamh idir substaintí dleathacha agus mídhleathacha, ag aithint iad siúd is mó a úsáidtear, agus na tionchair a d'fhéadfadh a bheith acu a iniúchadh agus a thuiscint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

- **Snáithe:** Nithe Beo
- **Snáithaonad:** An Duine Daonna

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá sé tábhachtach costas reatha paca toitíní a bheith ar eolas agat.

D'fhéadfaí an ceacht a roinnt i ndhá sheisiún.

Is féidir eolas faoi thobac a chaitheamh agus a chuid tionchar a fháil i [Substaintí agus Úsáid Substaintí a Thuiscint: Lámhleabhar don Mhúinteoir](#).

ACMHAINNÍ

- Dhá 'Nóta greamach' do gach páiste
- Leathanach mór le dhá cheannteideal: Rudaí atá ar Eolas againn faoi Thoitíní agus Ceistanna atá againn faoi Thoitíní
- Bileoga páipéir
- Bileog Oibre: Cad Atá ar Eolas Agat?
- Bileog Eolais: Caitheamh
- Bileog Oibre: Ag Íoc an Phraghais
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Eolas
- Obair Ghrúpa agus Plé
- Obair Ealaíne
- Bileog Oibre

Réamhrá

Scríobh an focal toitíní ar an gclár bán. Tabhair dhá nóta greamach do gach páiste. Ar cheann amháin críochnaíonn siad an abairt: Rud éigin atá ar eolas agam faoi thoitíní ná ...; ar an gceann eile críochnaíonn siad an abairt: Ceist atá agam faoi thoitíní ná ...

Ceangail de chairt iad faoi na ceannteidil: Rudaí atá ar Eolas againn faoi Thoitíní agus Ceisteanna atá againn faoi Thoitíní. Téigh tríd na nótaí greamacha ag soiléiriú aon eolas míchruinn agus déan nóta d'aon eolas ar a gcaithfear níos mó taighde a dhéanamh. .

Eolas

Fiafraigh de na páistí cén baill den chorp a d'fhéadfadh tionchar a bheith orthu ó dheatach toitíní (scámhóga, croí, bolg, fuileadáin, duáin, néarchinn). Dáil cóipeanna den **Léaráid: Scámhóga** ar na páistí (nó taispeáin ar an gClár Bán Idirghníomhach í) agus inis dóibh chomh leochaileach is atá na scámhóga. Iarr orthu a shamhlú cad a d'fhéadfadh tarlú do néar-chinn leochaileacha na scámhóg (ar a dtugtar fabhráin) nuair a dhéantar deatach toitíní a anáil. Thar am déantar damáiste dóibh agus clúdaíonn na ceimiceáin i dtoitíní iad. A fhad a chaitheann duine is ea is mó damáiste a dhéantar. Cuir i gcuimhne dóibh gurb iad na scamhóga an áit a théann an t-aer nuair a dhéanaimid anáil - fiú mura gcaithimid ach ar feadh achar ama gearr d'fhéadfadh sé éifeacht ar scámhóg a laghdú agus d'fhéadfaimis mothú as anáil agus tuirseach níos tapúla ná daoine nach gcaitheann. Cuir ceist:

- Cé hé/hí do rogha réalta spóirt?
- An dóigh leat go gcaithfeadh daoine atá dáiríre faoina spóirt tobac?

Obair Ghrúpa agus Plé

Roinn na páistí i ngrúpaí beaga ceathair nó cúigear. Dáil **Bileog Oibre A: Cad Atá ar Eolas Agat?** ar gach páiste. Ina ngrúpaí iarr orthu labhairt faoi na ceisteanna agus na spásanna bána a líonadh lena gcuid eolais faoi thionchair toitíní a chaitheamh.

Ag úsáid na hoibre a rinneadh sna grúpaí, pléigh tionchair toitíní a chaitheamh leis na páistí go léir. Is féidir **Bileog Eolais na Múinteoirí** a úsáid chun na freagraí a thug na páistí a shoiléiriú agus a leathnú. Déan taifead ar an gclár bán nó ar an gclár bán idirghníomhach de na tionchair a sainaithníodh sna grúpaí. .

Leis na páistí, cruthaigh liosta de na cúiseanna a chaitheann daoine tobac agus déan iad a phlé. Luaigh gur mhaith lena lán caiteoirí éirí astu ach go bhfuil sé an-deacair ar fad dóibh. Andúileacht i nicitín is cúis le daoine leanúint ag caitheamh.

Obair Ealaíne

Pléigh conas a spreagfaí daoine óga gan tosú ag caitheamh. Tabhair cuireadh do na páistí póstaer a chruthú ag úsáid cuid den eolas atá foghlamtha acu cheana faoi chaitheamh. Spreag na páistí smaoineamh ar cheannteidil fheiceálacha a thaitneodh leo siúd ar a bhfuil siad dírithe. Iarr orthu díriu ar an ghné is mó den chaitheamh a chuirfeadh bac orthu caitheamh. Taispeáin na póstaer. Cuir ceist:

- *An gceapann tú go gcuirfeadh rabhaidh scríofa nó amhairc bac ar dhaoine caitheamh?*
- *Cén fáth go gcuirfeadh? Cén fáth nach gcuirfeadh?*

D'fhéadfá a mhíniú do na páistí nach gceadaítear do chomhlachtaí tobac a gcuid táirgí a fhógairt ar an teilifís ach go bhfuil cead acu in irisí, ar chláir fhógraí srl. *Cén fáth go gceapann tú gur mar sin atá?*

Bileog Oibre

Iarr ar na páistí an **Bhileog Oibre: Ag Íoc an Phraghais** a chomhlánú agus ansin déan plé ar a gcuid freagairtí.

Conclúid

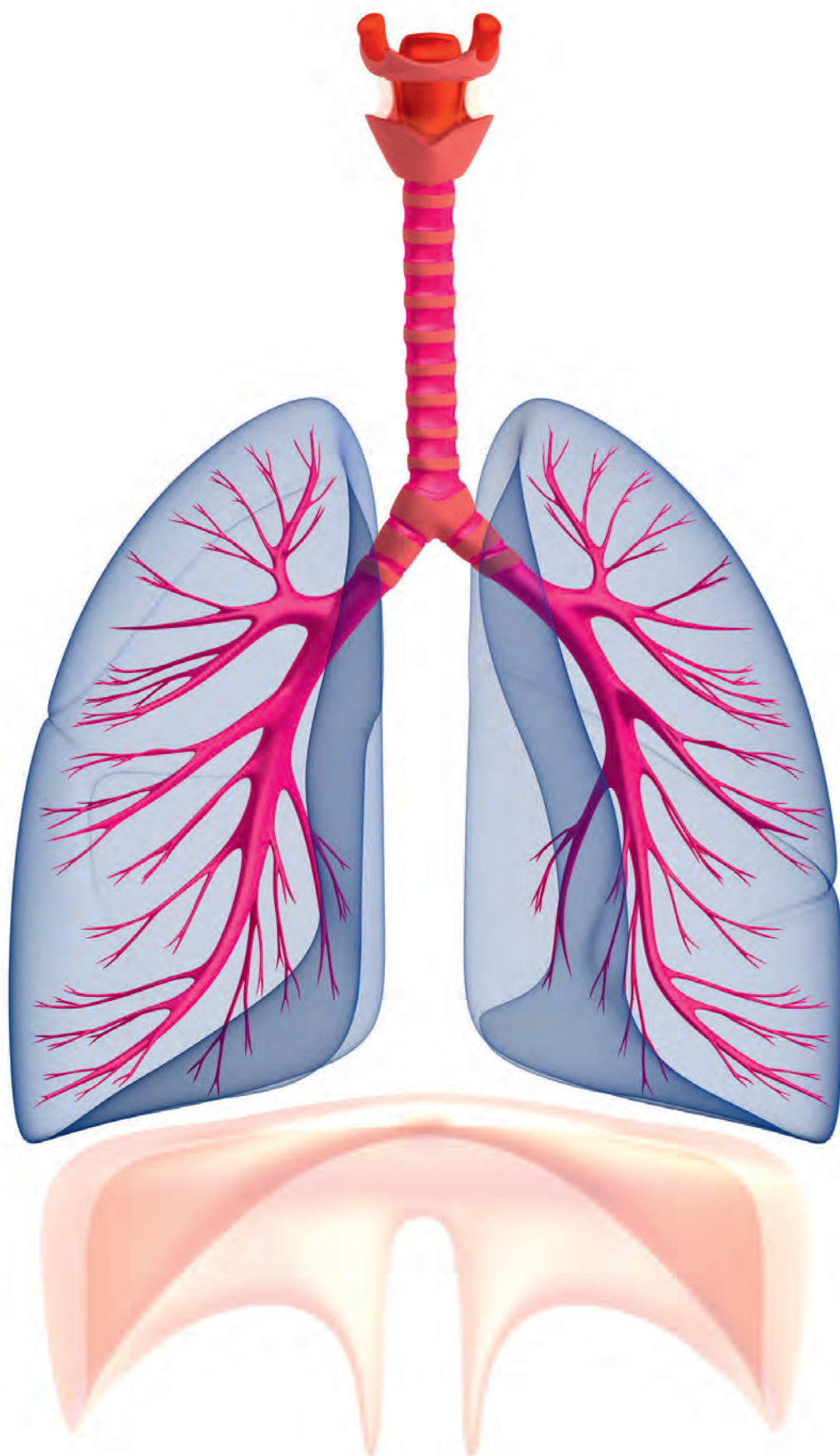
Déan athbhreithniú ar na ceisteanna a scríobh na páistí ag tús an cheachta agus seiceáil gur freagraíodh iad. Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi chaitheamh sa cheacht seo. Ansin iarr orthu é sin a thaifeadadh ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**.

Síneadh

Paca a Dhearadh

Roinn na páistí i ngrupaí beaga de thriúr nó ceathrar. Iarr orthu bosca a dhearadh do thoitíní ionas nach mbeadh cuma mhealltach air. D'fhéadfaí an branda toitíní, an mana fógraíochta agus móitíf a úsáid chun drochthionchair toitíní a léiriú. D'fhéadfadh na páistí na brandaí seo a thaispeáint do na páistí eile i mír ghearr fógraíochta.

Na Scámhóga



Caitheamh - Cad atá ar Eolas agat?



Caitheamh agus do chorp:

Cén tionchar atá ag caitheamh tobac ar bhaill éagsúla chorp caiteora?

Caitheamh agus do chuma:

Déan cur síos ar an gcaoi a d'fhéadfadh caitheamh tionchar a bheith aige ar chuma caiteora.

Caitheamh agus do phóca:

Cé mhéad atá ar phaca toitíní? Cad eile a d'fhéadfadh caiteoir a dhéanamh leis an airgead?

I gComhlúadar Caiteoirí:

An maith leat daoine timpeall ort ag caitheamh? Cén fáth gur maith leat? Cén fáth nach maith leat?
Cén tionchar a bhíonn ag caiteoirí ar dhaoine timpeall orthu?

Caitheamh agus an dlí:

Cad a deir an dlí faoi chaitheamh, faoin aois gur féidir le daoine toitíní a cheannach, faoi na daoine a dhíolfaidh toitíní le daoine óga, faoi na háiteanna ina gceadaítear do dhaoine caitheamh?
Cad a cheapann tú faoi na dlithe seo?

Bileog Eolais do Mhúinteoirí: Caitheamh

Caitheamh

Tá a lán cineálacha ceimiceán i ndeatach toitíní, an ceann is nimhiúla ná nicitín. Spreagann nicitín mothú suaimhnis, cé go bhféadfadh tinneas nó aiseag a bheith mar thoradh air an chéad uair a chaitear. Chun an mothú suaimhnis seo a fháil ní mór don chaiteoir líon na dtoitíní a chaitheann siad a mhéadú de réir a chéile. Tá an tobac ina chúis lena lán básanna gach bliain in Éirinn. Cruthaíonn sé trí mhórghalair - ailse scámhóg, galar croí agus broincíteas. Bíonn níos mó casachtaí, ionfhabhtuithe cliabhraigh, gearranáil agus othrais ghoile ag caiteoirí. Cosnaíonn caiteoirí a lán airgid don rialtas agus do cháiniocóirí nuair a éiríonn siad tinn mar gheall ar a n-andúil.

Caitheamh agus do Chuma

- Bíonn boladh ó do chuid gruaige agus éadaí mar thoradh ar chaitheamh.
- Cailleann do chuid fiacla, ingne agus méara a ngile nádúrtha agus éiríonn siad buí.
- Cuireann caitheamh tobac isteach ar fheidhmiú ceart na mblasóg, sa chaoi go bhféadfadh na gnáthbhlasanna a thaitníonn linn a bheith ait má chaithimid. Bíonn tionchar aige freisin ar an gcaoi a bholaímid rudaí.
- Bíonn an luaith ó thoitíní salach agus is féidir léi éadaí a mhilleadh.
- Nuair a úsáidtear toitíní go míchúramach d'fhéadfaí dónna nó tinte a bheith mar thoradh orthu.

Caitheamh agus do phóca

Tá toitíní costasach agus ciallaíonn sé sin nach féidir airgead, a chaitear ar thoitíní, a chaitheamh ar rudaí eile a thaitneodh linn.

I gcomhlúadar caiteoirí

- Tugtar caiteoirí tánaisteacha ar dhaoine, a bhíonn i gcomhlúadar caiteoirí, ach nach gcaitheann iad féin. Bíonn siad thíos freisin de bharr drochthionchar toitíní.
- Nuair a bhíonn deacrachtaí anáilaithe ag daoine, mar asma, bíonn sé an-deacair dóibh a bheith in atmaisféar deataigh.

Caitheamh agus an dlí (faoi réir athraithe)

- Druga dleathach is ea an tobac ach ní féidir táirgi tobac a dhíol do pháistí faoi 18 mbliana d'aois.
- Ní féidir táirgi tobac a fhógairt ach ar bhealaí áirithe. Ní féidir iad a fhógairt ar an teilifís.
- Tá dlíthe rite chun cosc a chur ar dhaoine caitheamh i bhfoirgnimh agus ar iompar poiblí.

An Praghas a Íoc



Costas toitíní	Mura gcaithim toitíní is féidir liom.....a cheannacht:
Cosnaíonn paca 20 toitíní _____	
Cosnaíonn paca 20 toitíní gach lá ar feadh seachtaine _____	
Cosnaíonn paca 20 toitíní gach lá ar feadh míosa _____	
Cosnaíonn paca 20 toitíní gach lá ar feadh bliana _____	

CEACHT 6: Mír A

A DÓ A:6

ALCÓL AGUS NA TORTHAÍ

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhíonn páistí feasach ar thionchair alcóil féadfar cabhrú leo cinntí freagracha a dhéanamh faoina úsáid.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Sláinte agus folláine

Cuspóirí Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar chuid de na cúiseanna a chaitheann daoine tobac, a ólann siad alcól agus mí-úsáid a bhaint as aon chineál substaintí nó a thógann siad drugaí nach bhfuil aon úsáid leighis acu.

Iniúchadh agus scrúdú a dhéanamh ar dhearccháí i leith mí-úsáid substaintí agus i leith iad siúd a bhaineann mí-úsáid as substaintí d'aon chineál.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

■ **Snáithe:** Nithe beo

Snáithaonad: An Duine Daonna

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá sé ríthábhachtach go bpléitear go tuisceanach leis an ábhar seo mar d'fhéadfadh páistí a bheith sa rang a bhfuil tionchar mhí-úsáid alcóil ar bhall teaghlaigh nó ar dhuine éigin a bhfuil dlúthbhaint acu leis.

ACMHAINNÍ

- Ráitis Alcóil
- Lipéid Fíor, Bréagach agus Ní Fios
- Dhá chóip de na Scéalta nó Suímh Alcóil, gearrtha suas
- Bileog Oibre: Cad a Cheapaim faoi Alcól
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Obair Ghrúpa
- Plé
- Díospóireacht siúil
- Obair Ghrúpa/Plé
- Bileog Oibre:
- Conclúid

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí ceathrair nó cúigear. Tabhair bileog mhór páipéir do gach duine. Iarr orthu **ALCÓL** a scríobh sa lár. Iarr ar na grúpaí gach a bhfuil ar eolas acu faoi alcól a scríobh ar thaobh na láimhe clé. Ar thaobh na láimhe deise den leathanach, iarr orthu aon saincheistanna gur mhaith leo níos mó eolais a bheith acu orthu nó rudaí a cheapann siad a bhfuil soiléiriú ag teastáil orthu a bhreacadh síos. Cuireann gach grúpa a liosta i láthair ar a seal agus uaidh sin is féidir leat liosta amháin saincheistanna a chruthú faoi alcól gur mhaith leo níos mó a bheith ar eolas acu fúthu. D'fhéadfaí na saincheistanna seo a scríobh ar pháipéir nó ar an gclár bán idirghníomhach agus tagairt a dhéanamh dóibh le linn an cheachta.

Plé

Scríobh na focail seo a leanas ar an gclár bán nó ar chlár bán idirghníomhach: Cé? Cad? Cathain? Cá háit? Cén fáth? Conas?

- Úsáid an leagan amach seo chun na ceistanna seo a leanas a phlé leis na páistí:
- Cé a úsáideann alcól?
 - Cén tionchair a bhíonn ag alcól ar an óltóir?
 - Cathain a ólann daoine alcól?
 - Cá háit a ólann daoine?
 - Cén fáth go n-ólann daoine?
 - Conas a rachadh alcól i bhfeidhm ar dhaoine timpeall orthu?

Tabharfaidh an dá cheacht seo léargas duit ar leibhéal tuisceana na bpáistí agus a ndearcthaí ar alcól agus a úsáid.

Díospóireacht Siúil

Ag dhá thaobh an tseomra cuir dhá lipéad leis an bhfocal **Fíor** ar cheann amháin agus an focal **Bréagach** ar an gceann eile. Cuir lipéad leis na focail **Ní Fios** i lár an tseomra. Tar éis sin léigh na **Ráitis Alcóil** amach ceann i ndiaidh a chéile agus iarr ar na páistí dul go dtí an lipéad a cheapann siad atá ceart. Má tá siad éiginnte, inis dóibh gur féidir leo dul chuig an chuid **Ní Fios**. Tar éis do na páistí iad féin a lonnú mar fhreagra ar ráiteas déan an éagsúlacht tuairimí a phlé agus soiléirigh eolas mar is gá.

Obair Ghrúpa/Plé

Roinn an rang i ngrúpaí. Tabhair ceann amháin de na Scéalta/Suímh Alcóil do gach grúpa (úsáid líon áirithe scéalta nó iad go léir) agus iarr orthu breathnú ar na saincheistanna a eascraíonn óna scéalta trí na ceistanna a leanann iad a fhreagairt. Iarr ar gach grúpa na príomhphointí ón bplé a chur i láthair don chuid eile den rang. D'fhéadfadh saincheistanna mar phiarbhrú, féiniomhá agus glacadh teacht aníos sa phlé a leanann agus d'fhéadfadh sé a bheith an-úsáideach mar bhunús chun dearcthaí ar alcól a phlé.

Bileog Oibre:

Dáil amach cóipeanna den **Bhileog Oibre: Cad iad na smaointe atá agam faoi Alcól** agus iarr ar na páistí a gcuid tuairimí ar alcól a thaifeadadh agus cad a cheapann siad faoi thionchair alcóil. Bain úsáid as seo mar bhunús chun dearcthaí na bpáistí sa rang ar alcól a phlé.

NÓS IMEACHTA SONRACH A DÓ A:6

Conclúid

Déan athbhreithniú ar aon saincheist a ardaíodh ag tús an cheachta nach bhfuil clúdaithe cheana. Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi alcól sa cheacht seo. Ansin iarr ar na páistí é sin a thaifeadadh ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp.**

Síneadh

D'fhéadfaí na freagairtí ar an **mBileog Oibre: Cad iad na smaointe atá agam faoi alcól** a chur le chéile chun leabhrán a chruthú dar teideal: Smaointe Ár Ranga faoi Alcól. Sula gcuirtear le chéile é cinntigh le chéile ar chóir do na freagairtí sa leabhrán a bheith gan ainm nó le hainm.

Ráitis Alcóil

Ráiteas	Fíor nó Bréagach	Cúis
Ní féidir le duine alcól a cheannach go dleathach ach amháin má tá siad 18 mbliana d'aois nó níos sine.	Fíor	D'fhéadfaí fíneáil a ghearradh ar dhuine faoi 18 mbliana d'aois a chiontaítear in alcól a cheannach.
Ceadaítear do dhuine faoi 18 mbliana d'aois alcól a ól nó a bheith aige/aici in áit phoiblí.	Bréagach	Tá sé i gcoinne an dlí.
Tá tionchar ag alcól ar an inchinn.	Fíor	Is í an inchinn an t-orgán is mó soghortaithe ag alcól.
Bíonn tú níos mó san airdeall agus corraitheach ag alcól.	Bréagach	Laghdaíonn alcól breithiúnas agus féinrialú.
Déanann alcól níos caintí thú.	Fíor	Le méid measartha alcóil bíonn claonadh i ndaoine caint níos mó.
Bíonn daoine i gcónaí in ann stop a chur leis an ólachán nuair a roghnaíonn siad.	Bréagach	Bíonn sé deacair ar a lán daoine stop a chur leis an ólachán. Ní stopann a lán alcólach de bheith ag ól choíche. Stopann cuid acu, áfach, tar éis a lán tacaíochta.
Má tá bean torrach, d'fhéadfadh alcól a ól tionchar a bheith aige ar naíonán.	Fíor	Nuair atá alcól i sruth fola na máthar sroicheann sé imshruthú an naíonáin agus d'fhéadfaí laghdú i bhfás agus i bhforbairt an naíonáin a bheith mar thoradh air.
Is cúis timpistí bóthair é alcól.	Fíor	Cuireann méid beag alcóil fiú, isteach ar thiomáint agus mar sin, go simplí, ní féidir leat alcól a ól agus a bheith ag tiomáint.
De ghnáth bíonn alcólaigh gan dídeán agus ar na sráideanna.	Bréagach	Is gnáthdhaoine iad alcólaigh a bhíonn ag fulaingt de bharr tinnis. Cónaíonn a lán díobh sa bhaile nó ina n-aonar. Ní bhíonn ach mionlach gan dídeán.
Is féidir le halcólach cinneadh a dhéanamh go héasca stop a chur leis an ólachán.	Bréagach	Tá sé an-deacair. Bíonn alcólach ag brath ar alcól.
Ní bhíonn fadhbanna ag daoine óga le halcól.	Bréagach	Tá líon na ndaoine óga a bhfuil cúram á cur orthu mar gheall ar fhadhbanna bainteach le halcól ag méadú.

Scéalta/Suímh Alcóil

Scéal 1

Fuair Katie cuireadh chuig bainis a col ceathair. Bhí gach duine ar bís agus ag ullmhú don bhainis. Sa tséipéal chonaic Katie a col ceathar i ngúna bán. Ag an bhféasta bainise bhí béile mór ann. Bhí rogha ag daoine fíon a ól ag an mbéile. Níos déanaí bhí ceol beo ann. Bhí an banna ag seinm agus gach duine ag damhsa. Bhí beár ag an mbainis agus bhí daoine ag ceannach deochanna. Bhí a lán daoine ag ceannach alcóil agus cuid acu ag ceannach deochanna boga. Bhí an chuma ar an scéal go raibh spion maith ar gach duine. Bhí daoine ag damhsa, ag gáire, ag canadh agus ag caint. Bhí an-chraic ann. D'fhan Katie agus a tuismitheoirí san óstán an oíche sin mar bheartaigh a tuismitheoirí nach mbeadh sé sábháilte tiomáint tar éis a bheith ag ól.

Pléigh:

Cén fáth go raibh daoine ag ól ag an mbainis?

Ar chruthaigh an t-ólachán seo deacrachtaí?

Ar bhain Katie taitneamh as an lá? Cén fáth?

An mbíonn aon cheiliúrtha eile ann ina n-ólann daoine alcóil?

Scéal 2

Cónaíonn Tom lena dheartháir, deirfiúr, Máthair agus Athair. Téann Tom ar scoil agus baineann sé taitneamh as a bheith ag súgradh lena chairde. Ólann a athair a lán. Uaireanta ní fheiceann Tom é um thráthnóna mar tagann sé abhaile déanach nuair a bhíonn Tom ina leaba. Bíonn imní ar mháthair Tom faoina fear céile go minic. Uaireanta feiceann Tom a mháthair ag féachaint ar an gclog agus imní uirthi um thráthnóna. Bíonn imní air fúithi. Uair amháin nuair a tháinig Tom abhaile chuala sé a tuismitheoirí ag bécíl sa chistin. Mhothaigh Tom an-trína chéile agus ina aonar

Pléigh:

Cén tionchar a bhí ag alcól sa scéal seo?

Cé hiad na daoine a gortaíodh ag a úsáid?

An raibh Daid Tom gortaithe de bharr é a bheith á úsáid?

Conas a mhothódh Tom faoin scéal?

Scéal 3

Tá deartháir níos sine ag Aodhán d'arbh ainm Seán. Tá Seán 18 mbliana d'aois agus fuair sé a cheadúnas tiomána le déanaí. Uaireanta faigheann Seán carr a Dhaid ar iasacht chun dul amach. Tráthnóna amháin fuair sé an carr ar iasacht chun dul go dtí cóisir. Sula ndeachaigh sé amach, chuala Aodhán a Dhaid ag insint do Sheán a bheith cúramach agus gan aon rud amaideach a dhéanamh.

Níos déanaí bhí glaoch teileafóin chuig an teach ó na gardaí. Chuala Aodhán a athair ag freagairt an fhóin agus é an-trína chéile. D'inis sé d'Aodhán agus dá mháthair cad a tharla. Bhí Seán ag ól ag an gcóisir agus bhí sé ag tiomáint daoine abhaile. Ar an mbealach abhaile bhuail sé faoi charr eile. Bhí Seán agus cuid dá chairde san ospidéal. Gortaíodh tiománaí an chairr eile freisin.

Pléigh:

Cén tionchar a bhí ag alcól sa scéal seo?

Cé hiad na daoine a gortaíodh mar gheall ar Sheán a bheith ag ól?

Cén fáth ar thiomáin Seán an carr?

Cén fhreagairt a bheidh ag a thuismitheoirí as iompar Sheáin?

Conas a mhothóidh Seán faoinar tharla?

Scéal 4

Chuaigh Maria go cóisir tí ar an mbóthar ar a gcónaíonn sí. Ag an gcóisir, bhí buidéil agus cannaí beorach ina luí timpeall. Bhí cuid de na daoine níos sine ag an gcóisir ag ól beorach. Bheartaigh Maria triail a bhaint as an ólachán freisin. Níor mhaith léi an blas dáiríre, ach thaitin sé léi go raibh a fhios aici go raibh sí ag ól beorach. Nuair a bhí an chéad channa críochnaithe aici, mhothaigh Maria go raibh mearbhall uirthi.

Bhí sí ag damhsa agus ag caint le daoine agus d'ól sí níos mó. Tar éis tamaill mhothaigh sí tinn go leor. Ba mhian léi nach raibh an oiread sin ólta aici. Rinne sí iarracht dul go dtí an seomra folctha, ach bhí duine éigin ann. D'éirigh sí tinn sa halla. Bhí ar a comharsana, ar leo an teach, glanadh suas ina diaidh. Bhí an-náire ar Mharia.

Pléigh:

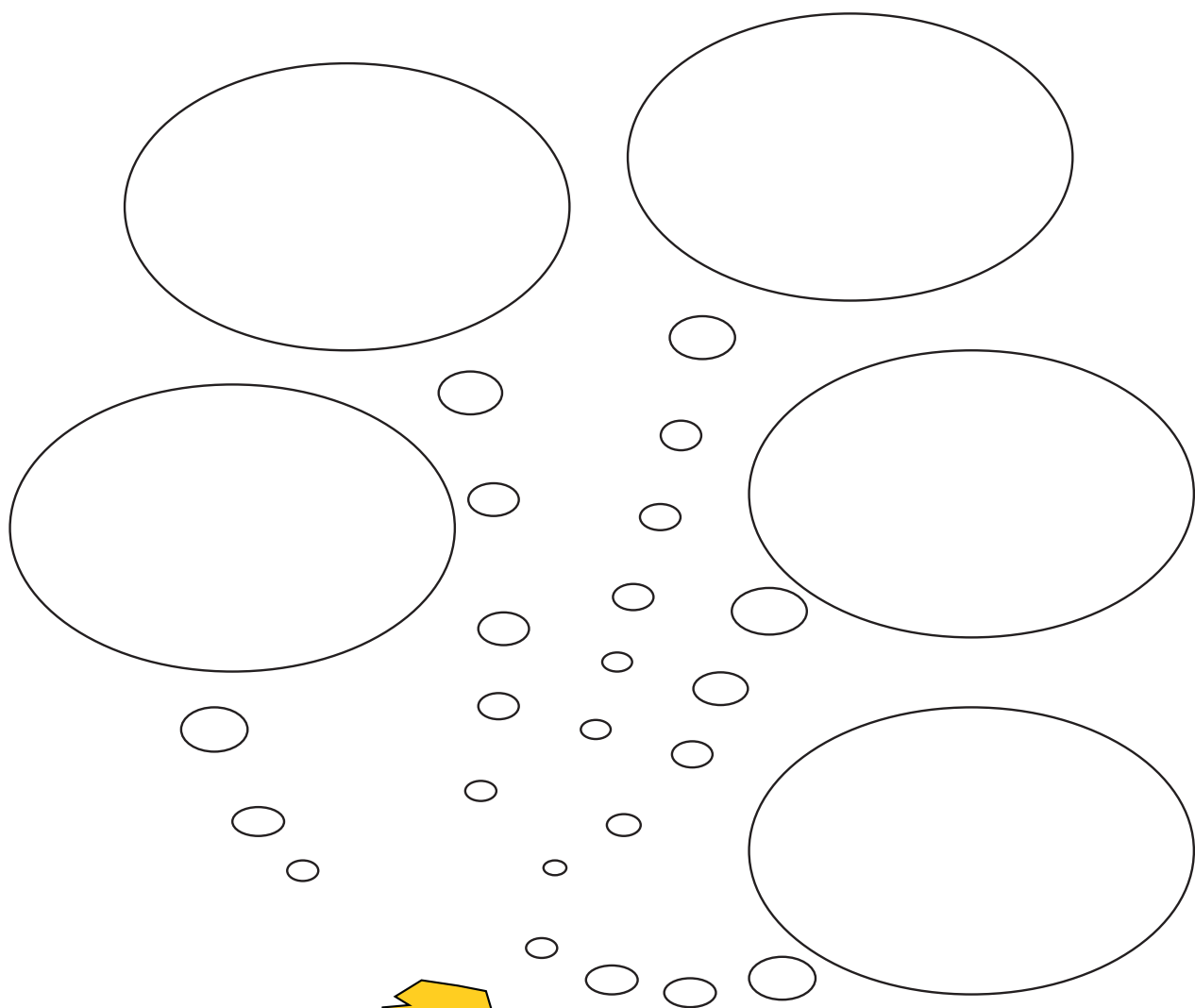
Cén fáth go raibh deoch ag Maria?

Cén fáth ar lean sí ag ól cé nár thaitin an blas léi?

Conas a cheapann tú a mhothóidh sí an chéad uair eile a bhuaileann sí lena comharsana?

Cad iad na smaointe atá agam faoi Alcól

Scríobh síos do smaointe agus do mhothúcháin faoi alcól. Cuir smaointeamh amháin i ngach bolgán cainte.



CEACHT 7: Mír A

SUBSTAINTÍ BAOLACHA

A DÓ A:7

COINCHEAP LÁRNACH

D'fhéadfadh torthaí diúltacha don tsláinte a bheith ann mar thoradh ar roinnt substaintí a úsáid.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Sláinte agus folláine

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar ról rogha pearsanta, tosca riosca agus tionchar daoine eile nuair a roghnaítear substaintí neamhordaithe a úsáid.

Snáithaonad: Sábháilteacht agus cosaint
Sábháilteacht phearsanta

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscoil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

Cuspóir Ábhair

A thuiscint go méadaítear freagracht do shábháilteacht phearsanta de réir mar a mhéadaíonn neamhspleáchas agus nach mór do gach duine straitéis chun coinneáil sábháilte a fhorbairt agus cloí léi.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is féidir an ceacht seo a úsáid do chaitheamh tobac, ólachán, nó aon substaintí eile a úsáidtear mar channabas nó tuaslagóirí. Cuir na scéalta in oiriúint mar is gá chun iad a dhéanamh níos ábhartha nó cuí do na daltaí agus a gcuid taithí.

D'fhéadfaí eolas ábhartha ar shubstaintí a fháil i: [Substaintí agus Úsáid Substainte a Thuiscint - Lámhleabhar do Mhúinteoirí.](#)

ACMHAINNÍ

- Scéalta (le léamh os ard nó mar bhileoga eolais do na páistí).
 - o Scéal Sheáin faoi channabas nó
 - o Scéal Petar faoi thoitíní nó
 - o Scéal Elena faoi alcól
 - o Scéal Gary faoi thuaslagóirí
- Ceisteanna ar gach ceann de na scéalta
- Bileog Oibre: Sábháilteacht agus rudaí gur cóir agus nach cóir a dhéanamh
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Bileog Oibre:
- Conclúid

Réamhrá

Iarr ar na páistí smaoineamh ar am nuair nach raibh siad chomh tapa nó chomh mór sin san airdeall is a bhíonn siad de ghnáth. *Cén fáth sin?* (m.sh. tinneas, saothar fisiciúil, tuirse). Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun scéalta a léamh ina bhfuil páiste ar chomhaois leo féin a thosaíonn ag úsáid substaintí, ag caitheamh/ag tógáil drugaí/ag ól (roghnaigh mar is cuí).

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí agus dáil amach an scéal céanna nó scéalta difriúla do gach grúpa. Comhaontaíonn gach grúpa léitheoir, éascaitheoir, ceistitheoir agus taifeadóir. Léann an ceistitheoir na ceisteanna i ndiaidh a chéile, cinntíonn an t-éascaitheoir go bhfuil gach ball den ghrúpa páirteach sa phlé agus déanann an taifeadóir taifead d'fhreagraí an ghrúpa. Iarr ar na páistí éisteacht go cúramach leis an scéal agus iarracht a dhéanamh na cúiseanna a d'úsáid an páiste an tsubstaint a oibriú amach agus na hiarmhairtí a bhí air sin.

Léann gach grúpa an scéal agus ansin tugtar na ceisteanna cuí dóibh.

Plé

Nuair atá an tasc críochnaithe ag gach grúpa iarr ar na tuairisceoirí a gcuid freagairtí a thabhairt ar na ceisteanna agus déan plé orthu sin. Ag úsáid na bhfreagairtí don cheist dheiridh faoi choinneáil sábháilte i ngach scéal, iarr ar gach grúpa comhaontú ar straitéis nó straitéisí le coinneáil sábháilte sna suímh sna scéalta. Ansin iarr ar gach grúpa a straitéis nó straitéisí a scríobh amach. Taispeáin moltaí na ngrúpaí le go mbeidh deis ag na daltaí uilig iad a léamh. Fiafraigh: *an bhfuil na straitéisí cosúil lena chéile nó difriúil?*

Bileog Oibre:

Ó na straitéisí a moladh agus atá ar taispeáint tabhair cuireadh do na daltaí **Bileog Oibre A: Cad ba cheart agus nár cheart a dhéanamh maidir le Sábháilteacht** a chomhlánú. Is féidir bileoga oibre comhlánaithe a choimeád i bhfillteáin OSPS na bpáistí.

Conclúid

Fiafraigh de na paistí cad atá foghlamtha acu ón gceacht. Ansin iarr ar na páistí é sin a thaifeadadh ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**.

Síneadh

D'fhéadfadh na páistí póstaer a dhearadh bunaithe ar an **mBileog Oibre: Cad ba cheart agus nár cheart a dhéanamh maidir le Sábháilteacht** a mbeadh suim ag daoine óga iontu. D'fhéadfaí iad sin a chur ar taispeáint sa seomra ranga nó in áit ainmnithe sa scoil.

Scéal Sheáin

Ba bhreá le Seán ceol de gach saghas. Ba bhreá leis ag éisteacht leis agus chaith sé a lán dá chuid airgead póca ar íoslódálacha dá iPod nó fón. Ba bhreá leis a giotár agus a chlairinéad a sheinm. Sheinn sé freisin sa bhanna máirseála áitiúil agus chuaigh sé go dtí an halla le cleachtadh. Bhí brionglóid aige go mbeadh sé ina réalta raic ag seinm do shluaite móra lucht leanúna dílse, ag díol neart albam agus ag déanamh an-chuid airgid.

Thug Seán faoi deara go ndeachaigh cuid de na gasúir sa bhanna timpeall go cúl an halla tar éis cleachtaidh. Bhí sé fiosrach faoi cad a bhí ar siúl acu. Bheartaigh sé a fháil amach. Lean sé iad tráthnóna amháin. Ní raibh sé ag súil go bhfaigheadh sé iad ag caitheamh agus de réir dealraimh an-chraic acu. Bhí sé ait go raibh triúr díobh ann agus gan ach toitín amháin agus de réir dealraimh de dhéantús baile é. Ar dtús thosaigh siad á chur i bhfolach. Nuair a chonaic siad cé a bhí ann bheannaigh siad dó agus thairg toitín dó. Rinne Seán iarracht toitín a chaitheamh cheana ach ní dhearna sé ach é a chur ag casachtach agus ag brath an-tinn go deo. Dúirt sé nár theastaigh uaidh dáiríre. Dúirt na daoine eile nár thoitín amháin a bhí ann. Rud eile a bhí ann. Bhraithfeadh sé go maith ina dhiaidh. Tar éis an-chuid comhrá, agus gan í go léir go deas, bheartaigh Seán triail a bhaint as. D'ionanálaigh sé an deatach agus thosaigh ag casachtach beagáinín. Tar éis cúpla babhta mhothaigh sé mearbhall agus meadhrán air agus thosaigh sé ag gáire gan chúis.

Tar éis sin, théadh Seán i gcónaí in éineacht leis na gasúir ar chúl an halla tar éis cleachtaidh banna. De ghnáth mhothaigh sé muiníneach agus fiú tábhachtach. Uaireanta mhothaigh sé neamhchinnte de féin nuair a bhí sé leo. D'fhoghlaim sé gurb é cannabas an toitín a chaith sé leis na gasúir cé gur thug na gasúir 'raithneach' air, agus go mbeadh air íoc as uaidh sin amach. Chaitheadh sé é go minic lena chompánaigh nua. Chaith sé níos mó agus níos mó chun an mearbhall sin a fháil. Chuaigh sé go cleachtadh banna ceart go leor ach níorbh é don cheol don chuid is mó anois - ach dar tharla ina dhiaidh. Níor chleachtaigh sé an giotár nó an clairinéad an oiread sin sa bhaile ach an oiread. D'éirigh sé leisciúil.

Seachas an cannabas a cheannach agus a roinnt thosaigh Seán á cheannach dó féin. Thosaigh sé ag ceannach haise le meascadh lena thoitín mar dúradh go raibh sé níos láidre. Thosaigh sé ag caitheamh a chuid airgead póca go léir chun íoc as an druga agus ansin bhí air a choigiltis a chaitheamh. Uaireanta thógadh sé airgead as sparán a mháthar nuair nach raibh sí ag féachaint. Tar éis tamaill níor bhain sé taitneamh as a bheith ag caitheamh a thuilleadh. Cúpla uair tar éis dó caitheamh mhothaigh sé go han-dona. Mhothaigh sé tinn agus míshona ann féin. D'éirigh sé níos mó trína chéile faoi rudaí. D'éirigh sé feargach, cantalach agus ionsaitheach. Thosaigh sé ag éirí dearmadach. Ní thagadh a chairde ón mbanna timpeall go dtí a theach an oiread sin. Sa deireadh stop sé ag seinm an chlairinéid agus d'fhág sé an banna go hiomlán. Faoin am sin ní raibh mórán ama ag na páistí eile dó ar aon chaoi. Bhíodh sé i dtrioblóid as airgead a thógáil ó pháistí eile ar scoil. Thugadh a mháthair íde béil dó go minic agus coinníodh istigh é.

Uaireanta, áfach, chuir siad ceist air an dtiocfadh sé ar ais chuig an mbanna. Smaoinigh Seán go mb'fhéidir gur chóir dó. Ní raibh cúrsaí go maith dó ar feadh i bhfad.

Scéal Petar

Peil ab ea rogha spóirt Petar. Ba mhaith leis gach rud fúithi. D'fhéachadh sé uirthi ar an teilifís agus leanadh sé a rogha foirme i gcónaí. D'imríodh sé peil freisin. Bhíodh sé i gcónaí ag pleidhcíocht leis an liathróid uaireanta ar chúl an tí agus uaireanta ar an tsráid. Ba bhreá leis a scileanna a chleachtadh, ag coinneáil na liathróide den talamh lena chosa agus lena cheann. Thosaigh sé ag imirt leis an bhfoireann faoi 12 bhliain d'aois agus de ghnáth d'imríodh sé sna tosaigh. Scoráil sé a lán cúl agus cheap na gasúir ag an traenáil go raibh sé ar fheabhas.

Chroch cuid de na páistí níos sine timpeall bhun na sráide ar a raibh Petar ina chónaí. Bhíodh na páistí seo ag pleidhcíocht, ag caitheamh agus ag ól. Bhí an chuma ar an scéal go mbíodh siad i gcónaí ag gáire agus go mbíodh an-chraic acu. Bhí cuid acu ina gcónaí ar shráid Petar agus d'imríodh sé peil ar an tsráid leo go minic. Lá amháin d'fhiafraigh duine de na gasúir de Phetar ar mhaith leis caitheamh. Bhí eagla ar Phetar a rá nár mhaith leis, ar eagla go gceapfadh na gasúir eile go raibh eagla air. Dúirt sé go gcaithfeadh. Bhailigh na buachaillí níos sine timpeall fad is a bhí an toitín á lasadh. Thóg Petar tarraingt. Dúirt na buachaillí níos sine leis é a anáil isteach, é a ionanálú. Rinne Petar iarracht. Thosaigh sé ag casachtach agus thosaigh a shúile ag sileadh. Bhí na buachaillí eile ag gáire, ach dúirt 'maith thú,' leis as a chéad chaitheamh a thógáil. Tar éis sin rinne Petar iarracht caitheamh nuair a d'fhéadfadh sé. Tar éis cúpla seachtaine níor bhraith sé chomh tinn a thuilleadh. Bhí ríméad air a bheith mar chuid den ghrúpa nua seo.

Tar éis cúpla mí bhí a fhios ag Petar nach raibh sé in ann rith chomh maith sin ag an traenáil. Uaireanta bhíodh a chliabh tinn agus bhíodh sé ag casachtach. Bhí cuid de na buachaillí nach mbíodh chomh maith leis ag rith ábalta anois coinneáil ag rith nuair nach mbíodh seisean in ann. Stop sé de bheith ag imirt peile. Bhí a mháthair ag éirí amhrasach go raibh rud éigin ar bun. Dúirt sí go raibh boladh bréan deataigh toitíní óna chuid éadaí ach dúirt Petar nárbh eisean a bhí ag caitheamh, ach a chairde.

Dúirt na gasúir a bhíodh ag caitheamh le Petar nach dtabharfadh siad toitíní dó a thuilleadh. Bheadh air a chuid féin a cheannach. Ag an tús bhíodh sé ag úsáid a chuid airgid póca féin ach lá amháin thóg sé roinnt airgid ón mbuachaill a bhí ina shuí in aice leis ar scoil. Bhí an buachaill go mór trína chéile, ach ní dhearna Petar ach fanacht ciúin. Lá amháin bhí Petar ag ceannach toitíní sa siopa nuair a dhiúltaigh an siopadóir toitíní a dhíol dó ag rá go raibh sé ró-óg. Dúirt Petar go raibh sé á gceannach dá athair. Dúirt sé le Petar an siopa a fhágáil. Bhí fearg agus an-náire ar Phetar. Ní raibh cúrsaí ag dul go maith dó le tamall anuas.

Scéal Elena

Bhí Elena agus Susie ina gcairde ó bhí siad sna Naíonáin Shóisearacha. Chomh maith le Natalia agus Aisling théadh siad timpeall le chéile. Bhíodh an-chuid argóintí acu thar na blianta. Uaireanta ní bhíodh siad ina gcairde fiú ach bheadh siad mór le chéile arís.. I Rang a Sé ba chairde maith iad fós agus an-chuid gáire acu le chéile. Ag na deiridh seachtaine bhíodh siad i dtrioblóid go minic as fanacht amuigh go déanach agus uaireanta choinníodh a dtuismitheoirí istigh iad. Ach níor mhiste leo mórán - ní raibh ann ach oíche amháin agus d'fhéadfaidís téacs a chur lena chéile nó cómhra a dhéanamh ar líne. Bhí a fhios acu go mbeadh deiseanna eile acu chun fanacht amuigh déanach.

Bhí a fhios ag Elena go dtugadh a deirfiúr níos sine cairde timpeall nuair a bhíodh a dtuismitheoirí amuigh. Bhí sí in ainm is a bheith ag tabhairt aire d' Elena ach ní dhéanadh sí ach a bheith ag pleidhcíocht lena cairde agus ag ól. Bhíodh an-chraic acu de réir dealraimh - i gcónaí ag scig-gháire nó baothracht gáire orthu. Uaireanta ba mhaith le hElena a bheith páirteach ach ní dúirt a deirfiúr léi ach imeacht léi.

D'inis Elena dá cairde faoina deirfiúr agus na hoícheanta ina dteach. Dúirt Elena gur bhreá léi ól leo agus a fheiceáil conas mar a bheadh sé. Cheap Aisling go raibh siad amaideach agus gur do leibidí ólachán mar sin. Dúirt Natalia, 'Ach cad a tharlódh dá mbearfaí orthu? Tá a bhfuil ar siúl acu beagáinín baolach'. Dúirt Susie gur aontaigh sí ach go n-ólfadh sí dá n-ólfadh na cailíní eile. Chuir Aisling i leith Elena go raibh sí ag lígean uirthi go raibh sí cosúil lena deirfiúr mhór. Dúirt sí nach n-ólfadh sí fiú dá gcuirfeadh duine éigin an deoch díreach isteach ina lámh. Bhí Elena beagáinín míshásta agus duirt, 'Ólfaidh mé más mian liom'. Bhí a fhios ag Elena go raibh an ceart ag Aisling ach níor mhaith léi a bheith cosúil lena deirfiúr níos sine. Níor mhaith léi go ndúirt Aisling os ard é.

Ar feadh tamaill ina dhiaidh sin, sciob Elena roinnt cannaí i ngan fhios ón gcófra faoin teilifís. Bhí súil aici go raibh an rud céanna ar siúl ag na cailíní eile freisin. Ansin fuair sí an téacs a raibh sí ag fanacht leis. Ó Susie é ag rá nach mbeadh a Mam nó a Daid sa bhaile an oíche sin. 'Go hiontach, saortheach', a smaoinigh sí di féin. Bhuail sí fiú le tuismitheoirí Susie agus iad ar a mbealach amach agus ghuigh sí oíche mhór orthu. Thaispeáin sí do na daoine eile cad a thug sí léi nuair a bhí sí istigh. Baineadh geit as Natalia agus Aisling. Dúirt Aisling go raibh sí bómánta ach bhí áthas ar Susie de réir dealraimh mar gur éirigh léi canna amháin a ghoid.

Go gairid ina dhiaidh sin d'oscail Elena canna agus thosaigh ag ól ceirtlise/beorach. Bhí braon ag Natalie freisin. Bhí blas uafásach uaidh ach lig sí uirthi gur thaitin sé léi. D'oscail Susie a canna agus thairg deoch d'Aisling ach dúirt Aisling nach rachadh sí i ngar dó. Thosaigh na cailíní ag magadh fúithi agus chuaigh Aisling abhaile, ag caoineadh. Lean na cailíní ag ól as na cannaí - roinn siad an ceann a bhí luaite le hAisling. Bhí siad ag gáire os íseal agus os ard agus bhí craic acu ach tar éis tamaill mhothaigh siad tinn agus mearbhall ag teacht orthu. Bheartaigh siad dul abhaile. D'éalaigh Elena isteach go slítheach ionas nach bhfeicfeadh a Mam í nó nach dtabharfadh sí boladh a hanála faoi deara.

Caitheann Elena níos mó ama le Susie agus Natalia i dtithe a chéile na laethanta seo. De ghnáth bíonn canna nó dhó acu. Uaireanta bíonn cúpla canna aici le daoine óga eile sa pháirc. Deir sí gur maith léi é agus go mbraitheann sí fásta suas leis. Ní cara le hAisling í níos mó. Deir sí nach bhfuil in Aisling ach cladhaire. Bíonn an-chraic aici le daoine eile ach uaireanta mothaíonn sí beagáinín faiteach. Déanann cuid de na daoine sa pháirc rudaí amaideacha. Uaireanta ba mhaith léi go mbeadh sé mar a bhíodh lena triúr cara.

Fuair a Mam amach sa deireadh go raibh sí ag ól agus bhí sí go mór trína chéile. Coinníodh istigh í gan fhón nó idirlíon ar feadh míosa. Bhí an-chuid argóintí sa bhaile. Deir a Mam go bhfuil an-díomá uirthi le hElena agus go mbeidh uirthi an t-airgead a aisíoc as na cannaí go léir a thóg sí.

Scéal Gary

Is é Mick dlúthchara Gary. Chuaigh siad ar scoil le chéile ar an gcéad lá sna Naíonáin Shóisearacha dóibh agus shuíodh siad le chéile i gcónaí sa rang. Bhí Gary i gcónaí níos ciúine ná Mick. Ní dheachaigh sé sa seans cosúil le Mick. Nuair a bhí siad níos óige bhíodh Mick i gcónaí ag triail rudaí nua agus ag tarraingt trioblóide air féin. Uair amháin, bhris Mick a chos nuair a thit sé de chrann. Bhí Gary ansin agus bhéic sé ar Mick a bheith cúramach. Ach níor éist Mick.

An tseachtain seo caite, d'inis Mick do Gary go raibh sé faighte amach aige gurbh fhéidir múch peitрил a análu agus go bhfaighfeá ar dphléisiúr as. Dúirt Mick go raibh sé chun é a dhéanamh ar an Satharn agus gur theastaigh uaidh go mbainfeadh Gary triail as chomh maith. Bhí Gary go mór trína chéile agus níor chodail sé néal an oíche sin. Bhí inní air go ndéanfadh Mick rud éigin amaideach agus é féin a ghortú. Bhí faitíos air féin chomh maith mar bhí cloiste aige go raibh sé an-dainséarach peitreal a análu. Níor theastaigh uaidh go bhfeicfí mar Shíle cheart é áfach.. Bhí eagla air go mbeadh Mick ag spochadh as. Níor theastaigh uaidh an scéal a insint dá mháthair nó dá athair mar bheadh siad an-chrosta. Ní raibh mórán muiníne ag Gary as féin.

Maidin Shathairn chuaigh Gary chuig traenáil sa chlub CLG mar ba ghnách. Ar an mbealach abhaile bhuail sé le Mick sa pháirc trasna ón scoil. Bhí mála ina lámh aige agus tharraing sé soitheach beag lán de pheitreal a fuair sé sa tseid sa bhaile amach as. Dúirt Mick go raibh sé chun triail a bhaint as é a bholú féachaint cad a tharlódh. Níor thaitin an boladh le Gary fiú ag an bhfad seo. D'inis sé do Mick go raibh sé dainséarach ábhar mar sin a bholú. Níor thug Mick aon aird air agus thosaigh sé an mhúch a ionanálu. Tar éis tamaill thosaigh sé ag gáire agus ag scig-gháire. Bhí a shúile ar leathadh agus thosaigh sé ag siúl go místuama timpeall na páirce. Bhí eagla ar Gary agus dúirt leis gan níos mó a bholú. Níos déanaí shuigh Mick síos agus dúirt sé go raibh tuirse air ach go raibh ar dphléisiúr faighte aige as. Bhí mearbhall air agus mar sin dúirt Gary go siúlfadh sé ar ais go dtí a theach in éineacht leis.

Ar an mbealach rinne Gary iarracht a chur ina luí ar Mick nach raibh sé go maith peitreal a bholú, ach dúirt Mick go raibh sé chun é a thriail arís an tseachtain ina dhiaidh sin.

Ceisteanna ar na Scéalta

Scéal Sheáin (a bhaineann le cannabas):

Cén fáth ar thosaigh Seán ag caitheamh cannabais?

Conas a d'athraigh Seán?

Ar ghnóthaigh Seán aon rud? Cad?

Ar chaill Seán aon rud as cannabas a úsáid? Cad ?

Cad iad na roghanna atá ag Seán anois?

Conas a leanfaí ar aghaidh lena scéal?

Cad a d'fhéadfadh Seán a dhéanamh chun é féin a choinneáil sábháilte?

Scéal Petar (toitíní)

Cén fáth ar thosaigh Petar ag caitheamh toitíní?

Cén brú a mhothaigh sé chun tosú ag caitheamh?Cén fáth ar lean sé ag caitheamh cé nár thaitin sé leis? Conas a d'athraigh Petar?

Cad atá Petar ag tosú ag fáil amach?

Cad iad na roghanna atá ag Petar anois?

Conas a leanfaí ar aghaidh lena scéal?

Conas a d'fhéadfadh Petar é féin a choinneáil sábháilte?

Scéal Elena (alcól):

Cén fáth ar thosaigh Elena ag ól?

Conas a d'athraigh Elena?

Ar ghnóthaigh Elena aon rud óna cinneadh alcól a ól. Cad?

Ar chaill Elena aon rud óna cinneadh alcól a ól? Cad?

An raibh sé éasca nó deacair d'Aisling a cinneadh a dhéanamh? Cén fáth?

Pléigh an grúpa cairdis agus cad a tharla dó.

Cad is féidir le hElena a dhéanamh anois?

Conas a leanfaí ar aghaidh lena scéal?

Conas a d'fhéadfadh Elena í féin a choinneáil sábháilte?

Scéal Gary (tuaslagóirí):

Cén fáth ar theastaigh ó Mick peitreal a bholú?

Conas a chuaigh sé sin i bhfeidhm ar Gary?

An dóigh leat go raibh aon tionchar aige ar Mick? Cad?

Cad, dar leat, a d'fhéadfadh tarlú do Mick dá leanfadh sé ag bolú peitрил?

Cad, dar leat, a d'fhéadfadh tarlú dá chairdeas le Gary?

Cad, dar leat, ba chóir do Gary a dhéanamh?Conas a

d'fhéadfadh Mick é féin a choinneáil sábháilte? Conas a

d'fhéadfadh Gary é féin a choinneáil sábháilte?

Sábháilteacht -cad ba chóir agus nár chóir a dhéanamh



Bunaithe ar an bplé i do ghrúpa agus sa rang, breac síos nó tarraing roinnt straitéisí chun fanacht slán agus sláintiúil.

Ba chóir:	Níor chóir:
Ba chóir:	Níor chóir:
Ba chóir:	Níor chóir:

CEACHT 8: Mír A

A DÓ A: 8

CUIDIÚ AGUS AN POBAL

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a fhoghlaimíonn siad faoi obair daoine éagsúla tugtar tuiscint do pháistí ar ról an phobail maidir le haire a thabhairt do dhaoine.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise
- **Snáithaonad:** **Ag tabhairt aire do mo chorp**
Sláinte agus folláine

Cuspóirí Ábhair

Iniúchadh agus plé a dhéanamh ar ról daoine éagsúla a bhfuil baint acu le sláinte daoine eile.

Aithint go bhfuil freagracht phearsanta agus phobail ann dá sláinte agus folláine féin agus do shláinte agus folláine daoine eile.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
- **Snáithaonaid:** **Labhairt**
Léitheoireacht
Scríbhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Beidh tuiscint ag teastáil má tá páistí sa rang a raibh timpiste bóthair acu féin nó ag duine gar dóibh.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Cé atá páirteach?
- Bileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó Cheacht 1)
- Bileog Oibre: Machnamh ar Aonad 2A

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

Réamhrá

Cuir ceisteanna ar na páistí faoi thimpistí nó saincheisteanna sláinte ar chuala siad fúthu ar an nuacht nó ar an teilifís. Abair leis na páistí go bhfuil siad chun tuairisc ghearr a chloisteáil faoi thimpiste bóthair. Úsáid an ceann seo a leanas nó tuairisc nuachtáin ar thimpiste a tharla le déanaí.

Bhí seisear daoine óga i gcarr nuair a d'fhág sé an bóthar agus bhuaill sé faoi chrann. Scríosadh an carr. Fuarthas buidéil agus cannaí alcóil sa charr chomh maith le piollaí agus toitíní de dhéantús baile. Fuarthas beirt marbh ar an láthair. Tugadh na daoine eile in otharcharr go dtí an t-ospidéal agus anois tá drochbhail orthu san ospidéal. Bhí an tiománaí seacht mbliana déag d'aois agus na daoine eile faoi sheacht déag.

Iarr tuairimí agus ceisteanna ó na páistí. Fiafraigh díobh cé hiad na daoine a ndeachaigh an timpiste i gcion orthu agus pléigh conas a bhraithfeadh na daoine seo.

Ansin fiafraigh: *Cé hiad na daoine a chabhraíonn leo siúd a bhíonn thíos leis nuair a tharlaíonn timpistí nó saincheisteanna sláinte eile?* (clann, teaghlach, cairde, comharsana, daoine a bhfuil aithne acu orthu ina gcuid oibre nó/agus ar scoil, sagart, dochtúir teaghlaigh, comhairleoir). Iarr ar na páistí na hoibrithe a bheidh nó a d'fhéadfadh a bheith páirteach ag am timpiste nó le saincheisteanna sláinte agus sna míonna ina dhiaidh sin a ainmniú. Déan iad a liostáil ar an gclár bán nó ar an gclár bán idirghníomhach (oibrithe otharchairr, gardaí, breithimh, altraí, dochtúirí, freastalaithe ospidéil, comhairleoirí).

Obair Ghrúpa/Bileog Oibre

Roinn an rang i ngrúpaí tríuir nó ceathrair. Tabhair an **Bhileog Oibre: Cé atá páirteach?** do gach grúpa. Tabhair ról do gach grúpa: tiománaí otharchairr, paramíochaineoir, garda, fear dóiteáin,

dochtúir ospidéil, comhairleoir nó daoine eile. Scríobhtar an ról a tugadh dóibh ar an mbileog oibre agus críochnaítear na ceisteanna a chuirtear.

Plé

Tabhair cuireadh do na grúpaí tuairisciú ar a bhfuil pléite acu. Iarr ar ghrúpa amháin labhairt faoi oibrí amháin agus ansin iarr ar ghrúpaí eile rud éigin a chur leis más mian leo. Spreag na páistí le ceisteanna a chur ar a chéile. Úsáid na ceisteanna seo a leanas chun leanúint leis an bplé.

- *An dóigh leat go mbeadh aon duine in ann an sórt oibre seo a dhéanamh is a dhéanann na hoibrithe seo?*
- *Cén fáth go mbeadh? Cén fáth nach mbeadh?*
- *Cé mhéad duine a d'fhéadfadh baint a bheith acu le cúram a thabhairt do dhaoine tar éis timpiste?*
- *An mbéadh sé mar an gcéanna le duine a d'éireodh tinn?*

Conclúid

D'fhéadfá fiafraí de na páistí cad atá foghlamtha acu ón gceacht seo faoi róil agus freagrachtaí maidir le sláinte agus folláine. Ansin iarr orthu é sin a thaifeadadh ar **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**.

Déan athbhreithniú leis na páistí ar an obair a rinneadh i gCuid A den aonad. Is féidir tagairt siar do **Bhileog Oibre A: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp** a comhlánaíodh tar éis gach ceachta. D'fhéadfaí An **Bhileog Oibre: Machnamh ar Aonad 2A** a úsáid chun tuairimí na bpáistí a fháil ar an aonad ina iomláine.

Síneadh

Tabhair cuireadh d'altra, dochtúir, diaitéiteach nó aon duine eile a pléadh sa cheacht teacht isteach sa seomra ranga le labhairt leis na páistí faoin obair a dhéanann siad.

Cé atá páirteach?

Oibrí	Scríobh an t-oibrí a tugadh anseo:
Cén sórt oibre a dhéanann an duine seo?	
Cén fáth go bhfuil an sórt seo oibre roghnaithe acu?	
Cad ba mhaith leo faoina gcuid oibre?	
Cad nár mhaith leo faoina gcuid oibre?	
Conas a bhraithfeadh siad faoi na daoine lena gcabhraíonn / ar a bhfreastalaíonn siad de ghnáth?	
Ar mhaith leat an sórt sin oibre a dhéanamh? Cén fáth gur mhaith? Cén fáth nár mhaith?	
Ceist gur mhaith leat a chur ar an oibrí seo	

Machnamh ar Shláinte agus Folláine

Aonad: 2A

Dáta: _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas ag úsáid focal, nathanna, abairtí, íomhánna nó líníochtaí.

D'fhoghlaim mé _____

Bhraith mé _____

Thuig mé _____

Ba mhaith liom _____

Níor mhaith liom _____

Ghlac mé páirt _____

Ar scála 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cé chomh cumasach nó eolach is a mhothaíonn tú faoi aire a thabhairt do do chorp?

Rud éigin a bhfuil amhras orm faoi nó ceist atá agam fós ná

Ainm: _____

AONAD 2: Mír B
BIA AGUS COTHÚ AGUS
EOLAS AR MO CHORP



AONAD 2: Mír B

BIA AGUS COTHÚ AGUS EOLAS AR MO CHORP

Ceacht 1

Roghanna Ciallmhara Bia

Ceacht 2

Sláinteachas Bia

Ceacht 3

Bia Éagsúil do Dhaoine Éagsúla

Ceacht 4

Cúram Coirp agus Gníomhaíocht Choirp

Ceacht 5

Míchumais Fhisiciúla

Ceacht 6

Ár gCorp a Chosaint

CEACHT 1: Mír B

A DÓ B:1

ROGHANNA CIALLMHARA BIA

COINCHEAP LÁRNACH

Is féidir le heolas ar chothú tacú le páistí chun roghanna ciallmhara a dhéanamh faoi bhia.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Bia agus cothú

Cuspóirí Ábhair

Tuiscint ar thábhacht deachothaithe don fhás agus don fhorbairt agus le fanacht sláintiúil.

Tuiscint agus glacadh le roinnt freagrachta pearsanta chun roghanna maithe bia a dhéanamh agus glacadh le haiste bia cothrom sláintiúil.

Cuid de na cothaitheigh thábhachtacha atá riachtanach in aiste bia cothrom agus na táirgí bia ina bhfaightear iad a aithint.

Na tosca a bhfuil tionchar acu ar roghanna bia a chíoradh.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

■ **Snáithe:** Nithe beo

Snáithaonad: Mise

Mata

■ **Snáithe:** Sonraí

Snáithaonad: Sonraí a aithint agus a léirmhíniú

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ní mór do mhúinteoirí a bheith tuisceanach ar mhéadaíocht choirp páistí. Beidh roinnt páistí níos tanaí agus páistí eile níos troime. Níor chóir d'aon pháiste iompar drochmheasúil a bhrath mar gheall ar chuma nó méid a gcoirp le linn an cheachta seo nó ag am ar bith ar scoil.

Ní mór do mhúinteoirí a bheith feasach go bhféadfadh nach gcabhródh cúinsí teaghlaigh roinnt páistí le tosaíocht a thabhairt do phatrúin shláintiúla itheacháin agus nach mbíonn smacht ag páistí ar shiopadóireacht teaghlaigh nó pleananna béilí.

ACMHAINNÍ

- Páipéar A3/carta éadrom
- Bileog Oibre: Pírimid an Bhia bán
- Bileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp
- Bileog den Dialann Bia

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht 1
- Tobsmaointeoireacht
- Gníomhaíocht 2
- Obair Ghrúpa/Plé

Gníomhaíocht 1

Scríobh na cúig ghrúpa bia ar an gclár bán nó ar smeach-chairt:

SAILL CARBAIHODRÁIT
PRÓITÉIN TORTHAÍ AGUS GLASRAÍ
DÉIRÍOCHT

Roinn na páistí i gcúig ghrúpa. Tabhair grúpa bia amháin do gach grúpa agus iarr orthu teacht aníos leis an oiread samplaí de bhia i ngach grúpa agus is féidir leo agus buntáistí agus míbhuntáistí an ghrúpa bia sin don chorp a bhreacadh síos. Tóg aiseolas ó na grúpaí agus tabhair cuireadh do ghrúpaí eile tuairim a thabhairt. Soiléirigh aon ní a bhíonn míchruinn agus freagair aon cheist a thagann aníos.

Tobsmainteoireacht

Iarr ar na páistí roghanna ciallmhara bia a aithint. Déan taifead dá gcuid freagairtí ar smeach-chairt nó ar chlár bán. Anois iarr orthu a mboscaí lóin a oscailt agus plé a dhéanamh le páirtí nó le grúpa beag faoi na bianna ina mboscaí lóin, breac síos na grúpaí bia lena mbaineann siad agus abair cén fáth go bhfuil nó nach bhfuil siad sláintiúil. Tóg aiseolas ón rang agus freagair aon cheist a thagann aníos.

Gníomhaíocht 2

Roinn na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear. Iarr ar gach grúpa comhaontú ar thuairisceoir. Tabhair amach an **Bhileog Oibre: Pírimid an bhia bhán** do gach grúpa agus iarr ar na páistí na cineálacha bia atá sna codanna éagsúla a bhreacadh nó a tharraingt agus cé mhéad de gach cineál a cheapann siad gur cóir do pháistí a ithe gach lá. Iarr ar gach grúpa a bPírimid an Bhia a chur ar taispeáint. Soiléirigh aon ní atá míchruinn agus freagair aon cheist a bhíonn ag na páistí. Cuir [gnáthPhirimid an Bhia](#) ar taispeáint agus pléigh aon difríochtaí idir na cinn a tharraing na páistí agus gnáthPhirimid an Bhia.

Gníomhaíocht 2

Rogha 1

Is féidir an ghníomhaíocht seo a dhéanamh mar obair bhaile. Iarr ar na páistí dialann bia a choinneáil do lá amháin agus úsáid a bhaint as **Bileog don Dialann Bia** chun taifead a dhéanamh de na bianna a itheann siad ag beilí agus idir béilí. Nuair a bheidh an fhianaise seo acu d'fhéadfaidís féachaint ar Phirimid an Bhia ansin chomh maith leis an méid a mholtar do na codanna éagsúla. D'fhéadfaidís scríobh ansin faoi na ceanteidil seo a leanas: *Athruithe sláintiúla a d'fhéadfaidís a dhéanamh sa bhia a ithim*. Spreag na páistí é sin a roinnt lena dtuismitheoirí agus plé a dhéanamh faoi conas is féidir na hathruithe sin a éascú sa bhaile.

Rogha 2

Mar mhalairt air sin mar obair bhaile d'fhéadfadh na páistí liosta a dhéanamh den bhia atá sna cófraí bia, sa chuisneoir agus sa reoiteoir sa bhaile agus iad sin a chur sna grúpaí éagsúla bia.

Ag leanúint uaidh sin, d'fhéadfaidís féachaint ar ghnáthPhirimid an Bhia agus athruithe go bhféadfaí a dhéanamh i siopadóireacht an teaghlaigh a aithint.

D'fhéadfaidís scríobh faoi na ceanteidil seo a leanas: *Athruithe sláintiúla gur féidir le mo theaghlach a dhéanamh ina gcuid siopadóireachta bia*. Spreag na páistí é sin a roinnt lena dtuismitheoirí agus dul chuig an ollmhargadh in éineacht leis an siopadóir bia ina dteach tar éis na gníomhaíochta seo.

NÓS IMEACHTA SONRACH A DÓ B:1

Obair Ghrúpa/Plé

Roinn na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear. Iarr ar gach grúpa comhaontú ar éascaitheoir, taifeadóir agus tuairisceoir. Iarr ar gach grúpa na nithe a imríonn tionchar ar an mbia a ithimid a aithint agus an oiread tosca agus is féidir a thaifeadadh. Tóg aiseolas ó gach grúpa, déan na torthaí a thaifeadadh agus déan comparáid agus codarsnacht eatarthu.

Ó thorthaí gach grúpa d'fhéadfaí cairt a dhéanamh de na tionchair éagsúla ar roghanna bia páistí. Nuair atá an chairt comhlánaithe agus ar taispeáint d'fhéadfaí na ceisteanna seo a leanas a chur:

- *Cad a imríonn na tionchair is mó ar rogha bia páistí sa rang seo?*
- *An bhfuil ionadh ort faoi aon cheann de na tionchair a tháinig aníos? Cén fáth?*
- *Cad iad na príomhthionchair gur chóir a bheith ar ár roghanna bia, dar leat?*
- *An gá dúinn aon athruithe a dhéanamh maidir leis na tionchair ar an mbia a ithimid?*
- *Conas a d'fhéadfaimis na hathruithe sin a dhéanamh agus a chothú?*

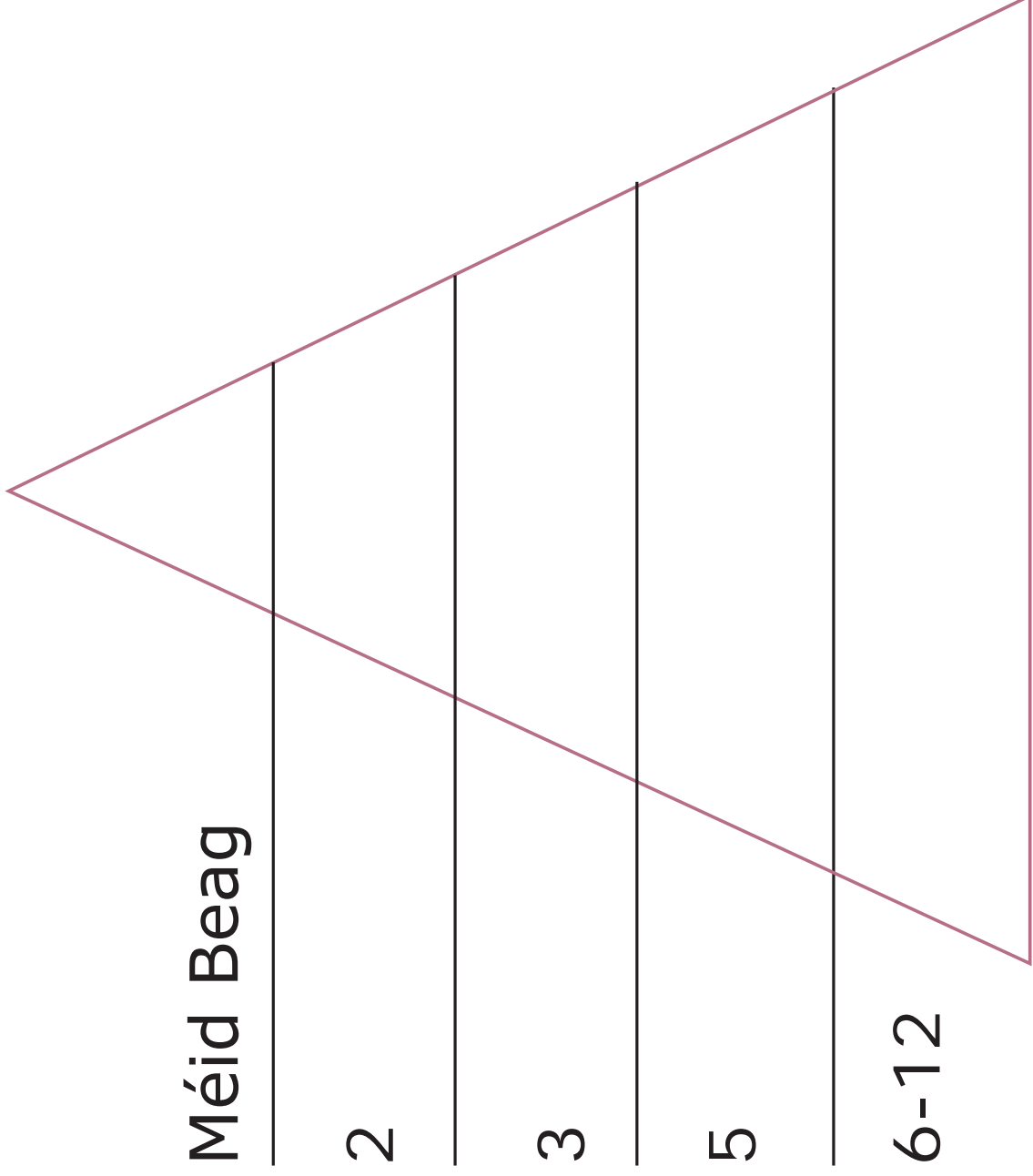
Conclúid

Iarr ar na páistí an t-eolas seo a roinnt le páirtí:

- Cad atá foghlamtha agam faoi bhia sláintiúil
- Cad atá foghlamtha agam faoina bhfuil tionchar aige ar an mbia a ithim
- Cad atá foghlamtha agam faoin ról a d'fhéadfadh a bheith agam sa bhia a ithim.

Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Bailítear agus léitear iad seo mar chuid den mheasúnú leanúnach agus coimeádtar iad le húsáid tar éis na gceachtanna eile san aonad seo.

Pirimid an Bhia

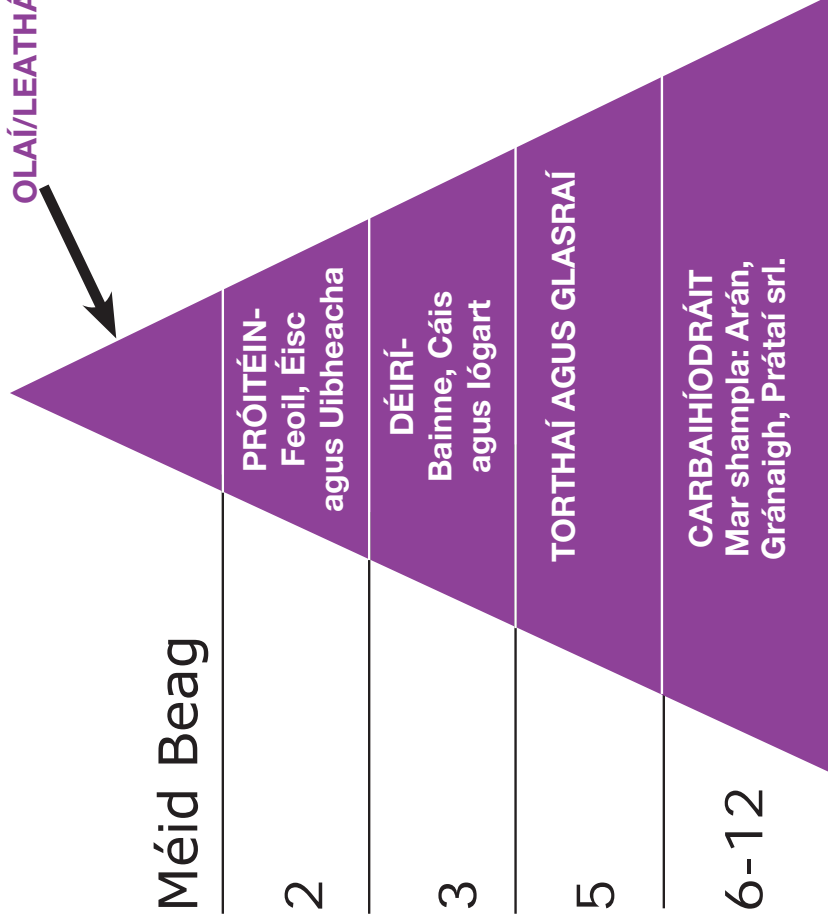


Dialann Chotheidhe

Dáta: _____

Bain úsáid as an dialann seo chun codanna na gcineálacha éagsúla bia a itheann tú ó gach seif ar phirimid an bhia i lá amháin a thairfeadh.

AOIBHNIS/
OLAÍ/LEATHÁIN



Bricfeasta	Lón	Dinnéar	Sneiceanna

Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp



M'ainm _____

Ar an leathanach seo coimeádfaidh mé taifead de na rudaí tábhachtacha atá foghlamtha agam sna ceachtanna ag tabhairt aire do mo chorp in Aonad 2B.

Ainm an cheachta	Cad a d'fhoghlaim mé
Roghanna Ciallmhara Bia	
Sláinteachas Bia	
Bia Éagsúil do Dhaoine Éagsúla	
Míchumais Fhisiúla	
Cúram Coirp agus Gníomhaíocht Choirp	
Ár gCorp a Chosaint	

CEACHT 2: Mír B SLÁINTEACHAS

A DÓ B:2

COINCHEAP LÁRNACH

Gné shuntasach do pháistí maidir le haire a thabhairt dá gcoirp is ea feasacht ar thábhacht sláinteachais in ullmhú agus stóráil bia.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Bia i agus cothú

Cuspóir Ábhair

Éirí feasach ar thábhacht sláinteachais agus cúraim in ullmhú agus úsáid bia.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

■ **Snáithe:** Nithe beo

Snáithaonad: Mise

NÓTA DON MHÚINTEOIR

D'fhéadfadh go mbeidh ar mhúinteoirí a bheith tuisceanach ar chleachtais dhifriúla maidir le stóráil agus ullmhú bia i dtithe na bpáistí.

ACMHAINNÍ

- Leathanaigh smeach-chairte (5)
- Blutak
- Dáileán: Cnámha scéil (gearrtha suas ina gcnámha scéil aonair)
- Bileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ón gceacht roimhe seo)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Obair Ghrúpa
- Gníomhaíocht
- Vótáil le Poncanna
- Conclúid

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear. Iarr ar gach grúpa comhaontú ar éascaitheoir, taifeadóir agus tuairisceoir. Cuir béim ar an ngá leis na róil seo a chur timpeall sna grúpaí. Tabhair leathanach de pháipéir smeach-chairte do gach grúpa.

Scríobh *Sláinteachas Bia* ar an gclár bán nó ar an smeach-chairt agus iarr ar na páistí a dtuiscint ar an nath a phlé agus ansin comhaontú ar chúig abairt ag tosú le *Séard atá i gceist le Sláinteachas Bia ná...*

Tabhair cuireadh do gach grúpa a leathanach a thaispeáint agus fiafraigh den tuairisceoir i ngach grúpa cad iad na habairtí a bhí éasca nó nach raibh éasca comhaontú orthu agus an chúis a bhí leis sin.

D'fhéadfá aon chosúlacht nó difríocht sna freagairtí a breacadh a léiriú agus aon cheist a éiríonn a fhreagairt. D'fhéadfá na freagairtí is mó cabhrach maidir le sláinteachas a chur le chéile agus a scríobh ar bhileog mhór le taispeáint anois nó níos déanaí.

Gníomhaíocht

Sna grúpaí céanna nó i gcinn nua tabhair roinnt cnámha scéil do gach grúpa ón **Dáileán: Cnámha Scéil** chun sláinteachas bia a phlé agus a mheas. Cinntigh go bhfuil na cnámha scéil céanna ag gach grúpa ionas gur féidir a gcuid freagairtí a chur i gcomparáid agus i gcodarsnacht lena chéile.

Tabhair cuireadh do pháiste amháin ó gach grúpa cnámh scéil a léamh agus achoimre a dhéanamh ar dhearcadh a ngrúpa ar ghné an tsláinteachais bia agus a chur in iúl cad a dhéanfaidís sa chás sin. Is féidir é sin a dhéanamh do na grúpaí go léir ag cinntiú go gclúdaítear gach cnámh scéil. Déan aon mhalairt tuairime a phlé agus tabhair soiléiriú más gá.

Nuair atá na cnámha scéil go léir pléite iarr ar an rang mar aonad, na treoirlínte tábhachtacha maidir le deashláinteachas bia a mholadh. Déan taifead ar mholtaí na bpáistí ar an smeach-chairt nó ar an gclár bán ag fáil réidh le haon phointí a bhíonn mar an gcéanna mar is gá. Nuair a bhíonn na treoirlínte go léir curtha le chéile, mínigh do na páistí go bhfuil siad chun na cúig threoirlíne is tábhachtaí a roghnú.

Vótáil le Poncanna

Tabhair amach sé phonc greamaitheacha do gach páiste (nó do gach grúpa). Mínigh go bhfuil orthu trí phonc a thabhairt don treoirlíne is tábhachtaí, dhá cheann don chéad cheann eile is tábhachtaí agus ceann amháin don chéad treoirlíne eile is tábhachtaí. Tabhair cuireadh do na páistí ina n-aonar (nó d'ionadaí ó gach bord) a bponcanna a ghreamú in aice leis na treoirlínte a mheasann siad is tábhachtaí ó 1-3.

Pléigh na torthaí trí na treoirlínte a fuair an scór is airde óna 1-5 a aithint. Déan taifead de na cúig threoirlíne is tábhachtaí mar a socraíodh ag na páistí agus cuir iad ar taispeáint sa seomra ranga.

Conclúid

Iarr ar na páistí, i bpéirí, a gcuid foghlama ar shláinteachas ó cheacht an lae inniu a roinnt:

Trí rud a d'fhoghlaim mé faoi shláinteachas bia...

Bealach amháin inar féidir liom cabhrú sa bhaile maidir le sláinteachas bia...

Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar an **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Bailítear agus léitear iad mar chuid den mheasunú leanúnach agus coimeádtar iad le húsáid tar éis na gceachtanna san aonad seo.

Cnámha scéil

Chuaigh Pól agus Ken abhaile go teach Ken tar éis scoile. Bhí siad stiúgha leis an ocras. Bhí ar Mham Ken dul chun a Mhamó, a bhí tinn, a fheiceáil agus d'fhág sí nóta dóibh ag rá go bhféadfaidís a mbia féin a réiteach. Rinne siad sracfhéachaint sna cófraí bia agus sa chuisneoir agus bheartaigh siad go mbeadh ispiní, pónairí agus vaiféilí acu. Chuir Pól na hispiní sa fhriochtán agus bhí sé ag friochadh leis. Bhí boladh deas uathu agus bhí siad beagnach réidh. Nuair a bhí Ken ag cur na bpacáistí agus na coimeádáin i dtaisce thug sé faoi deara go raibh an dáta ar na hispiní dhá lá as dáta. D'inis sé é do Phól a dúirt 'Féachann siad ceart go leor, tá boladh maith uathu, tá siad réidh díreach anois. Táimse chun iad a ithe ar aon nós'. Níl a fhios ag Ken cad ba cheart dó a dhéanamh.

Pléigh

D'fhiafraigh Oonagh dá Mam an mbeadh sé ceart go leor do cúpla cara teacht timpeall tar éis scoile le rud éigin a ithe. Bhí Mam ceart go leor faoi agus chabhraigh léi tuilleadh bia a fháil. Bhí Oonagh chun spaghetti bolognese a réiteach dá cairde, a rogha béile agus rud a réitigh sí go han-mhaith. Ba bhreá lena deartháireacha é nuair a rinne sí é dóibh. Cheannaigh sí an mhairteoil mhionaithe agus spaghetti agus na comhábhair eile. An mhaidin sin dhúisigh Oonagh le pian ina bolg agus níor mhothaigh sí go ró-mhaith. Bhí a cairde ag teacht ar a dó a chlog. Tharraing sí í féin ón tolg agus thosaigh ag ullmhú an lóin. Thairg Mam é a dhéanamh di ach dhiúltaigh Oonagh mar gheall sí dá cairde go ndéanfadh sí a rogha béile a réiteach dóibh.

Pléigh

Bhí Alex agus a chlann ag teacht go Mamó don tae tráthnóna Dhomhnaigh. Seanbhean ab ea Mamó agus mar sin bheadh saillead aici a bhí éasca a dhéanamh. Bhí madra álainn aici darbh ainm Buster a lean timpeall an tí í. Nuair a bhí an feoil fuar á chur amach ar na plátaí sailéid thit paicéad liamháis ar an urlár agus d'éirigh le Buster greim a bhaint as píosa nó dhó de na slisíní liamháis. Bhí fearg ar Mhamó leis agus bhéic sí air stopadh. Ansin ghearr sí píosa de gach slisín liamháis san áit ar bhain sé greim astu agus chuir iad ar na plátaí don teaghlach.

Pléigh

Ba bhreá le Zelda dul ag siopadóireacht lena Daid. Nuair a tháinig siad abhaile chabhraigh sí leis i gcónaí an siopadóireacht a chur i dtaisce agus tar éis sin léigh sí a greannán, léigh seisean a nuachtán agus d'ith an bheirt acu a gcuid sólaistí. Bhí a lán siopadóireachta ceannaithe acu an tseachtain seo mar bhí Uncail Jim, Aintín Sarah agus a gcol ceathracha ag teacht Dé Domhnaigh don lón. Bhí an cuisneoir ag éirí lán agus bhí sé deacair gach rud a chur isteach ann. Ní raibh a lán spáis fágtha ar aon seilf. Chuir Zelda na plátaí leis an bhfeoil fhuarbhruite, liamhás, sicín agus turcaí ar an tseilf láir, áit a raibh an spás is mó. Bhí pláta le brollaigh sicín air freisin a raibh Mam chun curaí sicín a dhéanamh leo an lá dár gcionn. Chuir Zelda iad ar an tseilf uachtair sa chuisneoir ar phláta beag. Bhí siad beagnach ag titim den phláta, agus ba ar éigin a d'éirigh léi an pláta a bhrú isteach ar an tseilf uachtair.

Pléigh

Cnámha scéil

Tá triúr deartháireacha níos óige agus deirfiúr níos óige ag Ramon. Tá sé an-mhaith ag cabhrú lena Mham agus lena Dhaid caoi a chur ar rudaí nuair a bhíonn siad ag iarraidh cabhair a fháil uaidh. Tá madra beag acu darbh ainm Toby freisin atá ina choileán agus a lán le foghlaim aige fós. Tá Daid agus Mam ag brostú timpeall sa chstín agus beartaíonn Ramon cabhrú leo. Glanann sé bord na cistine, na cathaoireacha agus an cuntar oibre le ceirt tais. Díreach agus é ag críochnú tugann sé faoi deara gur mhún Toby beagáinín ar an urlár. Is maith an rud go bhfaca sé é, dar leis, nó d'fhéadfadh na páistí óga sleamhnú air nó níos measa a lámha a chur ann. Ghlan sé an t-urlár leis an gceirt. Ansin nigh sé amach an cheirt in uisce te agus chuir sé í ar ais in aice leis an doirteal agus chuaigh sé isteach chun féachaint ar an teilifís.

Pléigh

Bíonn Daid i gcónaí ag iarraidh ar gach duine sa chlann glasraí a ithe. Tá tosaithe aige fiú ar ghlasraí a chur sa ghairdín, leitís, cairéid agus prátaí. Is breá leis é nuair a úsáidtear a chuid glasraí i mbéilí. Thug sé isteach a lán cairéad do Mham le húsáid nuair a bhí stobhach á dhéanamh aici. D'fhág sé iad i mbáisín beag di. Bhí Mam gnóthach ag réiteach an dinnéir ach bhí áthas uirthi na cairéid a úsáid. Bhain sí an craiceann le scian agus ansin ghearr suas iad i bpíosaí níos lú agus chaith iad sa phota. D'fhiafraigh sí de na páistí ar mhaith leo píosa torthaí agus bhain an craiceann de chúpla úll ón mbabhla torthaí agus ghearr iad i bpíosaí do na páistí níos óige le cogaint orthu fad is a bhí siad ag fanacht don dinnéir.

Pléigh

CEAHT 3: Mír B

A DÓ B:3

BIA ÉAGSÚIL DO DHAOINE ÉAGSÚLA

COINCHEAP LÁRNACH

Déanfar páistí níos tuisceanaí do riachtanais daoine eile trí chabhrú leo a bheith feasach ar roinnt breoiteachtaí.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Bia agus cothú

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh agus scrúdú a dhéanamh ar chuid de na tinnis a bhaineann go háirithe le hiontógáil bia nó breoiteachtaí speisialta.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

■ **Snáithe:** Nithe beo

Snaithaonad: Mise

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Toisc go bpléann an ceacht seo le diaibéiteas, tá sé tábhachtach plé go tuisceanach leis an tsaincheist agus a bheith feasach ar fhadhb sláinte aon cheann de na páistí.

ACMHAINNÍ

- Eolas don ghníomhaíocht Míreanna Mearaí
- Scéal Philip (fótachóipeáilte do gach páiste)
- Bileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó cheachtanna roimhe seo)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Smaoinigh - Peirí - Roinn
- Tobsmaointeoireacht
- Gníomhaíocht Míreanna Mearaí agus Plé
- Scéal agus Plé
- Conclúid

Réamhrá: Smaoinigh - Péirí - Roinn

Iarr ar na páistí smaoiniamh ar pháiste aon bhliain d'aois - *conas a bheadh cothú bia an naíonáin difriúil ó do chothú bia féin? Scríobh síos roinnt rudaí a d'íosfá féin nach n-íosfadh an naíonán. Roinn é seo le páirtí agus pléigh conas atá do chothú bia difriúil le cothú bia an naíonáin.*

Leis an rang go léir pléigh na difríochtaí i gcothú bia naíonáin aon bhliain d'aois agus páiste deich mbliana d'aois agus cén fáth go mbeadh sé seo amhlaidh.

Tobsmaointeoireacht

Fiafraigh:

An bhfuil páistí ar chomhaois leatsa a chaithfidh bianna áirithe a sheachaint? Cén fáth?

Faigh tuairimí na bpáistí agus déan iad a thaifeadadh (fadhbanna meáchain agus fadhbanna sláinte/ d'fhéadfaí tinnis ar nós diaibéiteas, céiliach a lua). Mura luaitear diaibéiteas cuir leis an liosta é.

Fiafraigh de na páistí cén t-eolas atá acu faoi dhiaibéiteas agus déan é a thaifead ar an chlár bán. Mínigh:

Galar ar feadh an tsaol is ea diaibéiteas. Galar is ea é de bharr nach n-úsáideann nó nach dtáirgeann do chorp inslin i gceart. Táirgítear inslin i do phaincréas agus tá sé riachtanach le gur féidir le do chorp glúcós (siúcra) a ghlacadh isteach le haghaidh fuinnimh. Gan an méid ceart inslin beidh ardleibhéal glúcóis i do chuid fola. Tá dhá chineál diaibéitis ann ceann amháin nach féidir a chosc agus ceann inar féidir linn a lán a dhéanamh chun é a chosc.

Gníomhaíocht Míreanna Mearaí agus Plé

Roinn an rang i ngrúpaí tríuir. Faigheann gach páiste sa ghrúpa eolas ar ghné

amháin de dhiaibéiteas - Diaibéiteas Cineál 1/ Diaibéiteas Cineál 2/ Diaibéiteas a Bhainistiú. Tabhair am do gach páiste an t-eolas a léamh. Ansin iarr ar gach páiste dul i bpéirí le páiste ó ghrúpa eile a bhfuil an t-eolas céanna acu agus an t-eolas ar an mbileog a phlé. Tá siad chun machnamh a dhéanamh ar an mbealach a mhúinfidh siad é seo do na daoine eile ina ngrúpaí. Tabhair am dóibh chun plé a dhéanamh ar conas a dhéanfaidh siad é agus é a chleachtadh lena chéile. Ansin filleann siad ar a ngrúpaí agus múineann an t-eolas do bhaill eile an ghrúpa.

Nuair atá sé seo críochnaithe acu fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi dhiaibéiteas.

- *Cad iad na difríochtaí idir an dá chineál diaibéitis?*
- *Cad is féidir le daoine a dhéanamh chun an baol Diaibéiteas Cineál 2 a fháil a laghdú?*
- *Má tá diaibéiteas ar dhuine éigin cad iad na rudaí a chabhraíonn leo a nglúcós fola a choinneáil ag na leibhéil chearta? (Cloígh le comhairle ó do dhochtúir, leigheas (do dhaoine áirithe), iteachán sláintiúil agus cleachtadh coirp.)*

Scéal agus Plé

Iarr ar na páistí scéal Philip a léamh. Ansin pléigh conas atá diaibéiteas ag cur isteach ar Philip:

- *Conas a mhothaíonn sé?*
- *An bhfuil an diaibéiteas ag cur isteach ar a shaol? Conas?*
- *Cad is féidir le Philip a dhéanamh faoin gcóisir i dteach Conor?*
- *Cad a dhéanfa sa chás seo?*
- *Dá mbeadh a fhios ag na páistí eile ina rang faoina dhiaibéiteas, conas a d'fhéadfadh siad cabhrú leis?*

NÓS IMEACHTA SONRACH A DÓ B:3

- *Dá mbeadh a fhios ag Conor faoi dhiaibéiteas Philip cad a d'fhéadfadh sé a dhéanamh chun cúrsaí a dhéanamh níos éasca do Philip?*

Conclúid

Iarr ar na páistí dul isteach i bpéirí agus cinneadh a dhéanamh faoi rud amháin a dhéanfaidís dá mbeadh diaibéiteas ar pháirtí ranga. D'fhéadfaí na tuairimí seo a roinnt leis an rang.

Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Bailítear agus léitear iad mar chuid den mheasunú leanúnach agus coimeádtar iad le húsáid tar éis na gceachtanna san aonad seo.

Eolas faoi Dhiaibéiteas don Ghníomhaíocht Mhíreanna Mearaí

Diaibéiteas Cineál 1

Is é diaibéiteas Cineál 1 an ceann is tromchúisí. Sa chineál seo ní tháirgítear aon inslin toisc go bhfuil na cealla loite. Tosaíonn sé de ghnáth nuair a bhíonn daoine óg. Ní féidir cosc a chur leis. Ní mór do dhaoine le diaibéiteas Cineál 1 inslin a fháil gach lá trí instealltaí.

Diaibéiteas Cineál 2

Tá diaibéiteas Cineál 2 i bhfad níos coitianta ná Cineál 1. Ní dhéanann an corp a dhóthain inslin nó ní fheidhmíonn an inslin a dhéanann an corp go ró-mhaith. D'fhéadfadh raimhre nó neamhghníomhacht a bheith mar chúis leis. D'fhéadfadh baill de theaghlaigh áirithe diaibéiteas Cineál 2 a bheith orthu seachas baill eile an teaghlaigh. Tarlaíonn sé de ghnáth do dhaoine fásta os cionn 45 bliana d'aois, ach toisc go bhfuil raimhre ag méadú i measc páistí agus daoine óga, tá diaibéiteas Cineál 2 ag méadú i measc daoine óga. Bíonn leigheasanna ag teastáil ó roinnt daoine dó, ach ní mór do gach duine réim bia sláintiúil a leanúint agus cleachtadh coirp a dhéanamh, mar a mholtar ag a ndochtúirí.

Diaibéiteas a bhainistiú

Bíonn diaibéiteas ann ar feadh an tsaoil. Nuair a thosaíonn sé beidh sé agat go deo. Beidh instealltaí laethúla insline ag teastáil ó dhaoine le diaibéiteas Cineál 1. Beidh leigheasanna ag teastáil ó roinnt daoine le diaibéiteas Cineál 2, beidh daoine eile in ann é a bhainistiú trí ithe sláintiúil agus cleachtadh coirp a dhéanamh. Tá ithe sláintiúil riachtanach d'aon duine le diaibéiteas. Ciallaíonn sé seo bianna ina bhfuil siúcra sa bhreis a sheachaint agus aiste chothrom bia a ithe. Tugtar comhairle do dhaoine le diaibéiteas roinnt béilí beaga a ithe agus ithe ag an am céanna gach lá. Tá cleachtadh coirp tábhachtach mar úsáideann matáin glúcós (siúcra) nuair a bhíonn cleachtadh coirp á dhéanamh agat. Tá sé tábhachtach uisce a ól nuair a bhíonn cleachtadh coirp á dhéanamh agat mar d'fhéadfadh tionchar a bheith ag díhiodráitiú ar leibhéil glúcóis (siúcra).

Scéal Philip

Tá Philip i Rang a Cúig. Is breá leis peil agus is imreoir cumasach é. Nuair a bhí sé i Rang a Trí d'éirigh sé an-tinn ar fad le hionfhabhtú víreasach tromchúiseach a rinne damáiste dá phaincréas. Tháinig diaibéiteas air. Bíonn instealltaí de dhíth air dhá uair in aghaidh an lae agus ní mór dó a bheith an-chúramach faoina n-itheann sé. Nuair a bhíonn sé ag imirt peile ní mór dó a chinntiú nach n-éiríonn sé díhiodráitithe. Tá a fhios ag a oiliúnaí faoina dhiaibéiteas agus bíonn sé ullamh sa chás go dtéann a leibhéal siúcra ró-ard nó ró-íseal. Ní bhíonn aon deacrachtaí riamh ag an bpeil toisc is dócha go mbíonn a mháthair an-chúramach go deo faoina n-itheann sé agus cinntíonn sí go mbíonn a instealltaí aige ag an am céanna gach lá.

Níl diaibéiteas ar aon duine eile sa scoil agus is fuath leis a bheith difriúil. Déanann a mháthair a leibhéil siúcra fola a sheiceáil gach maidin agus tráthnóna agus nuair a thagann sé ón scoil le cinntiú go bhfuil sé ceart go leor. Bíonn sí i gcónaí ag tabhairt rabhaidh dó gan barraí seacláide, bríoscaí, uachtar reoite nó bia siúcruil eile a ithe nuair a bhíonn sé i dtithe eile. Uaireanta bíonn náire air mar bíonn eagla air go gcloisfidh daoine eile í á rá leis. Ba bhreá leis nach ndéarfadh sí aon rud, ach ba bhreá leis thar aon ní eile nach raibh diaibéiteas air. Bíonn sé deacair dó nuair a thugann sé cuairt ar thithe daoine eile nó nuair a bhíonn sé ag cóisir bhreithlae. Bíonn an-chuid milseán, barraí agus cácaí ag cóisir breithlae i gcónaí. Ba bhreá leis a bheith in ann ithe cosúil leis na buachaillí eile. Níl a fhios ag an gcuid is mó de na buachaillí ina rang go bhfuil diaibéiteas air agus níl a fhios acu cén fáth nach n-itheann sé rudaí milse. Ag an bpointe seo ní dhéanann siad ach glacadh leis nach n-itheann sé iad. Thug beirt bhuachaill ina rang cuireadh dó fanacht thar oíche ach tá diúltaithe aige dá gcuirí ag rá go bhfuil rud éigin le déanamh aige lena theaghlach na laethanta sin. Ba bhreá leis dul ach ní theastódh uaidh go bhfeicfidís go mbíonn air instealladh a bheith aige gach oíche. Bheadh air an leigheas dá instealladh a chur sa chuisneoir.

Inné, thug Conor cuireadh dó fanacht thar oíche an deireadh seachtaine seo chugainn. Ba bhreá leis dul, mar is maith leis Conor agus is craic mhaith iad na buachaillí atá ag dul. Tá cluiche ríomhaireachta nua ag Conor atá an-mhaith. Dúirt máthair Philip go labhródh sí le Mam Conor agus go míneodh sí an scéal di ach ní theastaíonn sé sin ó Philip dáiríre. Níl a fhios aige cad ba cheart a dhéanamh.

CEACHT 4: Mír B

A DÓ B:4

CÚRAM COIRP AGUS GNÍOMHAÍOCHT CHOIRP

COINCHEAP LÁRNACH

Ní mór do pháistí a bheith feasach ar bhuntáistí gníomhaíocht choirp agus an gá freisin le cúram agus glaineacht chun tionchair gníomhaíocht choirp ar a gcorp agus a gcuid éadaí a bhainistiú.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: **Ag tabhairt aire do mo chorp**
Eolas faoi mo chorp

Cuspóir Ábhair

Aithint go bhféadfaí níos mó aire a bheith ag teastáil do chúram coirp mar gheall ar níos mó gníomhaíochtaí nó páirt a ghlacadh i ngníomhaíochtaí coirp.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

■ **Snáithe:** Nithe beo

Snáithaonad: Mise

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ní mór do mhúinteoirí a bheith tuisceanach faoi chúinsí na bpáistí sa bhaile. D'fhéadfadh rochtain níos mó ar chithfholccháí, athrú laethúil éadaí agus táirgí sláinteachais pearsanta a bheith ag páistí áirithe seachas ag páistí eile. Má bhíonn aon fhabh ann maidir le sláinteachas d'aon pháiste d'fhéadfá labhairt le tuismitheoirí nó caomhnóirí chun an scéal a réiteach ar mhaithe leis an bpáiste. Is féidir gearrthóga de thionchair gníomhaíocht choirp a úsáid agus a thaispeáint don rang - buille an chroí, fuinneamh, ag cur allais, tionchair ar éadaí srl.

ACMHAINNÍ

- Paipéar smeach-chairte, páipéar do ghraif, pinn luaidhe, marcóirí, páipéar daite
- Bileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó cheachtanna roimhe seo)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Tobsmaointeoireacht
- Obair Ghrúpa 1
- Plé
- Obair Ghrúpa 2

Tobsmainteoireacht

Iarr ar an rang na gníomhaíochtaí choirp a dhéanann siad le linn am scoile agus na gníomhaíochtaí choirp a dhéanann siad tar éis scoile a ainmniú. Déan taifead díobh seo ar smeach-chairt nó ar chlár bán. Déan graf a léiríonn na gníomhaíochtaí is fearr leis an rang ar fad.

Obair Ghrúpa 1

I ngrúpaí de chúigear nó seisear iarr ar na páistí labhairt faoi na ceithre ghníomhaíocht choirp is fearr leo agus cén fáth. Iarr ar gach grúpa tuairisciú don rang ar na ceithre ghníomhaíocht choirp is fearr leis an ngrúpa.

Plé

D'fhéadfaí leanúint le plé ranga uile agus d'fhéadfaí na ceisteanna seo a leanas a úsáid:

- *Cad í an ghníomhaíocht choirp is rogha lenár rang?*
- *Cén fáth an dóigh leat go bhfuil sé seo amhlaidh?*
- *Cad í an ghníomhaíocht choirp is lú rogha lenár rang?*
- *Cén fáth go mbeadh sé seo amhlaidh?*
- *An dóigh leat go dtaitníonn na gníomhaíochtaí choirp céanna le páistí sna Ranganna a Cúig eile?*
- *Cad faoi pháistí atá ina gcónaí sa chathair, faoin tuath, tír the, tír fhuar, tír shaibhir, tír i mbéal forbartha?*
- *Mura dtaitníonn, cén sórt gníomhaíocht choirp, an dóigh leat, a mbainfeadh siad taitneamh aisti?*
- *An bhfuil buntáistí ag gníomhaíocht choirp?*
- *Cad iad?*

Mura molann na páistí na cinn seo go léir is féidir leatsa iad a mholadh:

- corpacmhainn agus forbairt
- neart
- comhordú
- taitneamh
- rannpháirtíocht
- comhoibriú
- tairbhe chognaíoch
- féinbhainistíocht
- féinasmacht
- sprioc a bhaint amach
- tionchar fisiceolaíoch.

Aithníonn an Eagraíocht Dhomhanda Sláinte neamhghníomhaíocht choirp mar an ceathrú toisc riosca is mó don bhás.

Obair Ghrúpa 2

Iarr ar na páistí seasamh amach óna gcathaoireacha agus bogadh óna ndeascanna nó boird. I ngrúpaí beaga iarr orthu rith ar an mball ar feadh nóiméad amháin, scipeáil ar an mball ar feadh nóiméad amháin, léim ar an mball ar feadh nóiméad amháin, tadhall a dhéanamh le méara a gcos an oiread uair agus is féidir leo i nóiméad amháin, buaileadh bos a dhéanamh os cionn a gcloiginn an oiread uair agus is féidir leo i nóiméad amháin. Fiafraigh de na páistí cén tionchar a bhí ag na gníomhaíochtaí choirp seo ar a gcorp.

Mura molann na páistí iad seo a leanas is féidir leatsa iad a mholadh:

- ráta croí/análú méadaithe
- ag cur allais
- allas
- boladh
- éadaí/bróga tais

Fiafraigh de na páistí cad é an bealach is fearr le tionchair mar seo a bhainistiú

NÓS IMEACHTA SONRACH A DÓ B:4

agus cad a d'fhéadfadh a bheith i ndán do pháiste nár éirigh leis na tionchair seo a bhainistiú.

Iarr ar na páistí treoirínite a mholadh faoina bhfuil riachtanach dóibh a chur san áireamh nuair a bhíonn siad i mbun gníomhaíocht choirp. Déan taifead díobh seo ar smeach-chairt nó ar chlár bán.

Mura luann na páistí iad seo a leanas cuir faoina mbráid iad:

- cithfholcaidh nó folcadh a ghlacadh chomh minic agus is féidir
- díbholaíoch a úsáid (a bheith feasach ar pholasaí na scoile ar úsáid díbholaíocha)
- éadaí agus bróga a athrú go rialta
- éadaí agus bróga ar leith a bheith agat do ghníomhaíochtaí coirp ar leith mar pheil, rith
- na héadaí agus na bróga sin a ní nó a ghlanadh go rialta (más cuí) go háirithe tar éis gníomhaíochtaí.

Conclúid

Déan plé leis na páistí faoi cad a d'fhoghlaim siad faoi ghníomhaíocht choirp sa cheacht seo. Fiafraigh díobh an bhfuil aon cheist ag éirí as. Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi ghníomhaíocht choirp agus treoirínite a mholadh do shláinteachas pearsanta agus do ghníomhaíocht choirp.

Ansin iarr orthu é sin a scríobh síos ar **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Bailítear agus léitear iad mar chuid den mheasunú leanúnach agus coimeádtar iad le húsáid tar éis na gceachtanna san aonad seo.

CEACHT 5: Mír B

A DÓ B:5

MÍCHUMAIS FHISICIÚLA

COINCHEAP LÁRNACH

Ní mór do pháistí a bheith feasach ar mhíchumas fisiciúil i bpáistí eile agus i ndaoine fásta ionas go mbeidh siad in ann difríochtaí a thuiscint agus glacadh leo.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp
Eolas faoi mo chorp

Cuspóir Ábhair

Roinnt míchumas fisiciúil a aithint agus conas is féidir leo dul i bhfeidhm ar shaol an duine.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

■ **Snáithe:** Nithe beo

Snáithaonad: Mise

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ní mór do mhúinteoirí a bheith tuisceanach go bhféadfadh míchumas fisiciúil a bheith ina ábhar íogair corraitheach. Ba chóir duit aidhm a bheith ann, tuiscint agus glacadh a fhorbairt, agus tacú leo siúd le míchumais fhisiciúla chomh maith le meas a bheith ar agus creidiúint a bheith ina mbarr cumais agus ina gcumais.

ACMHAINNÍ

- Scéalta/Ailt faoi pháistí agus daoine a dhéanann bainistiú ar a míchumais
- Bileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó cheachtanna roimhe seo)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Tobsmaointeoireacht
- Obair Ghrúpa 1
- Obair Ghrúpa 2
- Obair ina n-Aonar/i bPéirí
- Conclúid

Tobsmainteoireacht

Fiafraigh den rang cad a chiallaíonn an focal ‘cumas’. Ansin fiafraigh díobh cad a chiallaíonn an focal ‘míchumas’? Tabhair deis dóibh an míniú a chuardach ina bhfoclóirí. Iarr ar na páistí samplaí a thabhairt de na míchumais go léir atá ar eolas acu. Déan taifead díobh seo ar smeach-chairt nó ar chlár bán.

Cuir béim ar an réimse míchumas is coitianta nó ar mhionmhíchumais m.sh. gortú spóirt, daitheacha, radharc nó éisteacht.

Obair Ghrúpa 1

Beidh roinnt míchumais aitheanta ag páistí sa tobsmainteoireacht. I ngrúpaí de chúigear nó seisear tabhair 4-5 mhíchumas a aithníodh do gach grúpa agus iarr ar gach grúpa cur síos a dhéanamh ar an gcaoi a gcuireann an míchumas sin isteach i mbealaí praiticiúla orthu siúd a bhfuil sé acu.

Tar éis na hoibre leis an ngrúpa beag d’fhéadfaí leanúint le plé agus na ceisteanna seo a leanas a úsáid.

- *An raibh gortú ag aon duine agaibh a chuir isteach ar bhur gcumas siúil?*
- *Conas a mhothaigh tú?*
- *Conas a chaith daoine leat?*
- *Cén sórt míchumais a thug tú faoi deara a bhí ag na rannpháirtithe sna Cluichí Parailimpeacha?*
- *Cad a cheapann tú faoina bhfeidhmíocht sna Cluichí Parailimpeacha?*
- *Conas a cheapann tú a mhothófa dá mbeadh míchumas ort?*
- *Conas ba mhaith leat go gcaithfeadh daoine leat?*
- *Conas ba chóir dúinn caitheamh le daoine le míchumas?*
- *An gcaitheann páistí agus daoine fásta i gcónaí go cuí leo siúd le míchumas?*

- *An bhfuil aithne agat ar aon duine i do theaghlach nó ceantar nó aon réalta a bhfuil míchumas air.*

Obair Ghrúpa 2

Iarr ar na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear díriú ar cheann nó dhó de na míchumais a phléigh siad ina gcuid obair ghrúpa roimhe seo agus iarr orthu smaoineamh ar dhaoine aonair le míchumais a bhfuil a saol á bhainistiú acu agus atá rannpháirteach sa sochaí. D’fhéadfaidís samplaí de dhaoine a bhfuil aithne acu orthu nó de dhaoine cáiliúla agus mór le rá a thabhairt. Is féidir leo plé a dhéanamh freisin ar an gcaoi ar éirigh leis na daoine aonair seo an méid sin a bhaint amach.

Tóg aiseolas ó gach grúpa.

Obair ina n-Aonar/i bPéirí

Iarr ar na páistí taighde a dhéanamh ar shaol duine cáiliúil nó mór le rá, páiste, déagóir, duine óg nó duine aosta faoi mhíchumas a bhfuil rath bainte amach acu in aon réimse saoil. Is féidir le páistí a chónaíonn in aice lena chéile an obair seo a dhéanamh i bpéirí. Is féidir baint a bheith ag tuismitheoirí cabhrú lena bpáistí taighde a dhéanamh ar an bpíosa oibre seo. Is féidir le páistí a gcuid taighde a thabhairt isteach agus é a roinnt i bpéirí nó i ngrúpaí. Is féidir scéalta saoil a chur ar taispeáint sa seomra ranga agus iad a bhogadh thar am.

Conclúid

Déan plé leis na páistí faoin méid atá foghlamtha acu faoi chumas/mhíchumas sa cheacht seo. Fiafraigh díobh an bhfuil aon cheist ag éirí as. Ansin iarr orthu a gcuid foghlama a bhreacadh ar **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Bailítear agus léitear iad mar chuid den mheasunú leanúnach agus coimeádtar iad le húsáid tar éis na gceachtanna san aonad seo.

CEACHT 6: Mír B

A DÓ B:6

ÁR gCORP A CHOSAINT

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach páistí a chur ar an eolas faoi roinnt bealaí inar féidir le daoine cabhrú chun a gcorp a chosaint ó ionfhabhtuithe.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise
- **Snáithaonad:** **Ag tabhairt aire do mo chorp**
Eolas faoi mo chorp

Cuspóirí Ábhair

Éirí feasach ar roinnt galar teagmhálach agus iniúchadh a dhéanamh ar conas a leathnaítear galair agus ionfhabhtuithe.

Aithint agus a bheith feasach ar na bealaí éagsúla inar féidir an corp a chosaint ó ghalair agus ionfhabhtú.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga
- Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: **Labhairt Léitheoireacht**

OSCE - Eolaíocht

- **Snáithe:** Nithe beo
- **Snáithaonad:** **Mise**

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá spás chun bogadh a dhéanamh ag teastáil sa cheacht seo agus d'fhéadfaí é a dhéanamh thar dhá thréimhse ranga.

ACMHAINNÍ

- Poncghreamáin dhaite
- Bileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp (ó cheachtanna roimhe seo)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Cluiche
- Plé
- Tobsmaointeoireacht
- Drámaíocht
- Obair Ghrúpa agus Plé

Réamhrá

Fiafraigh de na páistí ar thug siad faoi deara riamh nuair a thagann slaghdán ar dhuine sa rang go dtagann sé ar dhaoine eile sa rang freisin? Cén fáth, an dóigh leat, go dtarlaíonn sé sin? Mura luaitear víreas fiafraigh díobh ar chuala siad an focal víreas riamh?

- *Cad is víreas ann?*

- *Conas a leathnaítear iad?*

Déan taifead dá gcuid freagairtí agus soiléirigh mar is gá.

Orgánaigh bheaga bhídeacha is ea víris atá mar chúis ar an-chuid infhabhtuithe coitianta mar shampla, slaghdán, fliú, deilgneach, bruitíneach chomh maith le infhabhtuithe neamhchoitianta tromchúiseacha. Leathnaítear víris ina lán bealaí éagsúla - san aer nuair a ligimid sraoth nó má dhéanaimid casacht, i mbia nach bhfuil cócaráilte i gceart, in uisce nár scagadh, ó dhuine go duine (m.sh. varúcaí).

Cluiche

Tabhair amach cárta le poncghreamáin bhuí, ghorm nó ghlas air do gach páiste. Bíodh dathanna éagsúla ag seasamh do víris éagsúla m.sh. buí don slaghdán, gorm don fhlíú, glas don bhruitíneach. Iarr ar na páistí seasamh agus siúl timpeall go ciúin agus iarracht a dhéanamh greamán a chur ar dhroim páistí eile i ngan fhios dóibh. Má thugann an páiste faoi deara iad ní féidir leo an greamán a chur ar a dhroim. Lig cúpla nóiméad dó sin. Ina dhiaidh sin déanann na páistí comhaireamh ar cé mhéad páiste a tháinig i dteagmháil le víreas an tslaghdán, víreas an fhlíú, víreas an bhruitínigh. Fiafraigh díobh conas a leathnaítear na víris seo (m.sh. ag casachtach, ag ligean sraotha, ag tadhall le lámha nó earraí ar a bhfuil an víreas).

Cuir béim ar an bpointe go dtagaimid i dteagmháil le víris i ngan fhios dúinn féin, díreach mar a chuir duine greamán ar do dhroim i ngan fhios duit. Uaireanta troideann ár gcoirp i gconne víreas agus ní chuireann siad isteach orainn.

Plé

Fiafraigh díobh ar chuala siad an focal Baictéir riamh?

- *Cad is baictéir ann?*

- *Conas a leathnaítear iad?*

Déan taifead dá bhfreagairtí agus soiléirigh agus pléigh mar is gá.

Orgánaigh bheaga bhídeacha is ea baictéir ach is dócha go bhfuil siad deich n-uaire níos mó ná víris. Ní féidir iad a fheiceáil ach trí mhicreascóp. Cónaíonn baictéir san aer, san ithir, in uisce, ar ár gcráiceann, inár srón, béal, bolg. Is féidir le baictéir áirithe a bheith mar chúis tinnis mar shampla fríd bhoilg, scornach tinn, níúmóine, toinníteas. Cabhraíonn baictéir linn freisin - cabhraíonn siad lenár ngoile, úsáidtear iad chun iógart, cáis agus peinicillin a dhéanamh.

D'fhéadfaí an t-eolas seo a thaispeáint ar an gclár bán idirghníomhach.

Tobsmainteoireacht

Fiafraigh de na páistí: Conas is féidir linn muid féin a chosaint ó ionfhabhtuithe de bharr víris nó baictéir Déan taifead d'fhreagairtí na bpáistí agus soiléirigh iad agus cuir leo mar is cuí:

(a) cleachtais sláinteachais - lámha a ní, seomraí a ghlanadh, ár mbéal a chlúdach nuair a bhímid ag casachtach, ag úsáid ciarsúir, bia a choimeád clúdaithe, bia a chócaráil i gceart

b) vacsaíniú in aghaidh víreas mar bhruitíneach, plucamas, triuch - instealltar

méid beag den víreas i do chorp agus ansin déanann do chorp antashubstaintí chun troid in aghaidh an ghalair

c) ithe go sláintiúil ionas go mbeidh ár gcorp in ann troid níos fearr i gcoinne víreas agus baictéir.

(Is féidir na pointí seo a thaispeáint ar an gclár bán idirghníomhach).

Drámaíocht

Iarr ar na páistí grúpaí de sheisear a dhéanamh. Iarr orthu sráidbhaile a shamhlú nach ndearnadh vacsainiú ar na páistí inti i gcoinne na bruitíní agus tá an víreas ag leathnú. Seasann gach grúpa do theaghlach. Ina ngrúpa ní mór dóibh cinneadh a dhéanamh faoi cé hiad baill an teaghlach, má tá bruitíneach ar na páistí agus conas a mhothaíonn na daoine sa teaghlach. Ní mór dóibh íomhá reoite ag bomaite amháin sa teaghlach a chruthú. Ní mór dóibh a léiriú, gan labhairt, cad atá ag tarlú ag an nóiméad sin agus conas atá baill an teaghlach ag mothú. Lig do na grúpaí a n-íomhá reoite a ullmhú. Iarr ar gach grúpa a íomhá reoite a léiriú. Tar éis do gach grúpa a íomhá reoite a léiriú, pléigh cad a léiríodh agus na smaointe agus na mothúcháin a bhí ag na teaghlach.

Obair Ghrúpa agus Plé

Roinn an rang i ngrúpaí de thriúr. Iarr ar leath na ngrúpaí a shamhlú gur cigirí sláinte iad atá ag teacht chuig an scoil le seiceáil go bhfuil gach duine ag leanúint rialacha maithe sláinteachais. Tá siad chun liosta a dhéanamh dá bhfuil le seiceáil acu.

Déanann na grúpaí eile an ghníomhaíocht chéanna ach díríonn siad ar theaghlach seachas ar scoileanna.

Tóg aiseolas ó na grúpaí a bhí ag díriú ar an scoil agus leis an rang cuir seicliosta le chéile de rialacha maithe sláinteachais don scoil.

Tóg aiseolas ó na grúpaí a bhí ag díriú ar an teaghlach agus leis an rang cuir seicliosta le chéile de rialacha maithe sláinteachais don teaghlach. Iarr ar na páistí iad sin a phlé lena dteaghlach.

Conclúid

Déan plé leis an rang faoi conas is féidir gach duine a spreagadh le rialacha maithe sláinteachais a leanúint ar scoil.

Ansin iarr orthu é sin a bhreacadh síos ar **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp**. Déan athbhreithniú leis na páistí ar an obair a rinneadh i Mír B den aonad seo. Is féidir tagairt do **Bhileog Oibre B: Ag Tabhairt Aire do Mo Chorp** a comhlánaíodh tar éis gach ceachta. D'fhéadfaí **An Bhileog Oibre: Machnamh ar an Aonad** a úsáid chun tuairimí na bpáistí a fháil ar Mhír B ina iomláine.

Machnaimh ar Bhia agus Cothú/ Eolas ar mo chorp

Aonad: 2B

Dáta

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas ag úsáid focal, nathanna, abairtí, íomhánna nó líníochtaí.

D'fhoghlaim mé _____

Mhothaigh mé _____

D'aithin mé _____

Ba mhaith liom _____

Níor mhaith liom _____

Ghlac mé páirt _____

Ar scála 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cé chomh cumasach agus eolach is a mhothaíonn tú faoi aire a thabhairt do do chorp? _____

Rud éigin a bhfuil mé fós neamhchinnte faoi nó ceist atá fós agam ná

Ainm: _____

AONAD 3
MOTHÚCHAIN AGUS BRAISTINTÍ

MISNEACH

CLÁR

AONAD 3

MOTHÚCHÁIN AGUS BRAISTINTÍ

SNÁITHE MISE

Snáithaonad AG FÁS AGUS AG ATHRÚ
Braistintí agus mothúcháin

RÉAMHRÁ DON AONAD

Is iad aidhmeanna na gceachtanna san aonad seo ná:

- cabhrú le páistí mothúcháin éagsúla a bhíonn acu a ainmniú
- feasacht a fhorbairt ar leibhéal déine mothúcháin
- cur in iúl do pháistí gur gnáthmhothúcháin iad aon mhothúcháin a bhíonn acu agus gur féidir leo, agus tacaíocht acu uaireanta, déileáil leo agus iad a láimhseáil
- cur in iúl do pháistí nach mór do cibé iompar a ndéanann siad cinneadh faoi agus a dtéann siad ina bhun de thoradh mothúcháin, a bheith measúil agus cuí dóibh féin agus do dhaoine eile.
- cabhrú le páistí idirdhealú a dhéanamh idir riachtanais agus mianta chun moill a chur ar shásamh
- cabhrú le páistí a bheith dearfach fúthu féin

Ba chóir go dtuigfeá go bhféadfadh leibhéal éagsúla compoird agus muiníne a bheith ag daltaí agus mothúcháin á bplé acu. Ba chabhair í dul siar ar chomhaontú an ranga, toisc go bhfuil sé ríthábhachtach go mothódh páistí sábháilte agus iad ag labhairt (nó gan a bheith ag labhairt) faoi mhothúcháin. Ní mór go mbeadh an rogha ‘pasáil’ nó ‘gan a bheith páirteach’ ar fáil i gcónaí.

Maidir le páistí a bhfuil Neamhoird de chuid Speictream an Uathachais orthu nó a bhfuil riachtanais oideachais speisialta eile acu d’fhéadfadh sé a bheith níos deacra dóibh mothúcháin a aithint agus a léirthuisicint.

Áit a bhfuil páistí ann ó chúlraí mionlaigh eitnigh, d’fhéadfadh tuiscint a bheith ag teastáil agus mothúcháin á bplé, toisc go bhféadfadh taithí ar chur chuige difriúil a bheith acu maidir le mothúcháin a láimhseáil agus a chur in iúl ina gcultúr féin.

Tá sé tábhachtach go mbeadh a fhios ag tuismitheoirí, caomhnóirí nó cúramóirí nuair a bheidh an t-aonad seo á dhéanamh le páistí chun go mbeidís in ann cabhrú leis an obair.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1

Ag Labhairt faoi Mhothúcháin

Ceacht 2

Mothúcháin a Láimhseáil

Ceacht 3

Cáineadh a Láimhseáil

Ceacht 4

Déileáil le Díomá

Ceacht 5

Cad a Tharlaíonn nuair a Mhothaím ...?

Ceacht 6

Riachtanais agus Mianta

Ceacht 7

Meon Dearfach a Bheith Agam Fúm Féin

CEAHT 1

A TRÍ:1

LABHAIRT FAOI MHOOTHÚCHÁIN

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhímid in ann na mothúcháin a bhíonn againn a phlé agus a scrúdú cabhraítear linn muid féin a thuiscint agus a bhainistiú.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóirí Ábhair

An cumas agus an mhuinín a bheith agat chun raon mothúchán, go háirithe iad siúd ar deacair iad a nochtadh, a aithint, a phlé agus a iniúchadh.

Tuiscint ar an tslí ina gcuidíonn mothúcháin le féintuiscint .

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ba chóir na daltaí a spreagadh le héisteacht go cúramach lena chéile agus intinn oscailte a bheith acu. Cuir i gcuimhne do na páistí gur féidir leo labhairt leatsa má theastaíonn.

ACMHAINNÍ

- Bileoga Páipéir (den mhéid céanna le smeach-chairt)
- Marcóirí
- Bileog Oibre: Leibhéal Mothúchán

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair Ghrúpa 1: Ag Labhairt faoi Mhothúcháin
- Obair Ghrúpa 2: Mothúcháin a Ghrádú
- Conclúid

Réamhrá

Mínigh do na páistí go mbeifear ag díriú ar mhothúcháin sa cheacht inniu agus, chun é sin a dhéanamh, go gcaithfidh gach duine a bhrath go bhfuil meas á léiriú ar a gcuid mothúchán. Iarr ar na páistí cuimhneamh ar chomhaontú an ranga agus fiafraigh díobh an gá aontú ar aon treoirínite eile ó thaobh sábháilteachta agus measa de agus mothúcháin á bplé. Cinntigh go mbeidh aon ní a mholtar a chur le comhaontú an ranga a bheith chomh sonrath agus is féidir. D'fhéadfaí an réamhrá seo a dhéanamh mar phlé ranga uile..

Obair Ghrúpa 1: Ag Labhairt faoi Mhothúcháin

Iarr ar na páistí na frásaí go léir a lua a chuala siad i gcomhráite, in amhráin, i scéalta a dhéanann cur síos ar an gcaoi a d'fhéadfadh duine a mhothú m.sh. *rímeád an domhain, in ísle brí, áthas an domhain, chomh sásta le rí, chomh postúil le cat, máistriúil, faoi bhrú millteanach, bheith ag siúl ar uibheacha, thar a bheith sásta.* Déan brí gach frása a phlé.

Iarr ar na páistí na mothúcháin go léir a mholadh a mheasann siad a d'fhéadfadh a bheith ag páistí ar chomhaois leo le linn a saoil scoile, a saoil sa bhaile, le cairde, nó nuair a bhíonn siad ina n-aonar. Breac síos ar an gclár bán nó ar an CBI iad.

Roinn an rang i sé ghrúpa agus cláraitheoir agus tuairisceoir ag gach grúpa. Tabhair bileog páipéir agus líon áirithe (abair 3 cinn) de na mothúcháin a luadh do gach grúpa. Iarr ar na páistí i ngach grúpa na ceisteanna seo a leanas a phlé a d'fhéadfaí a thaispeáint ar an CBI:

1. An mbíonn na mothúcháin seo deacair nó éasca? Cén fáth?

2. Cad iad na cinn is deacra? Cén fáth?

3. Cad a chabhraíonn linn labhairt faoi mhothúcháin deacra?

4. Cén chaoi a mbeadh a fhios agat cén mothúcháin a d'fhéadfadh a bheith ag do chairde nó do chlann? Cad a thabharfá faoi deara meas tú?

Tóg aiseolas ó gach grúpa agus déan na smaointe coitianta a aithint.

Obair Ghrúpa 2: Mothúcháin a Ghrádú

Mínigh do na páistí go bhfuil mothúcháin fíorthábhachtach toisc go n-insíonn siad dúinn cad atá ag tarlú dúinn. Tá siad mar shlat tomhais ar a bhfuil ar siúl laistigh dinn. In áit mothúcháin a thomhas le rialóir nó teirmiméadar, úsáidimid focail atá ar eolas againn chun iad a thomhas. Mínigh díobh go gcabhraímid linn féin agus le daoine eile fios a bheith acu conas a mhothaímid nuair a úsáidimid na focail is cruinne agus is féidir linn chun ár gcuid mothúchán a mhíniú nó a léiriú. Tabhair amach cóipeanna den **Bhileog Oibre: Leibhéal Mothúcháin** do na páistí. Iarr orthu a gcuid tuairimí a thabhairt faoi na focail a úsáidtear chun cur síos a dhéanamh ar leibhéal déine na feirge.

- *An bhfuil focail eile ann a d'fhéadfadh cur síos a dhéanamh ar leibhéal déine éagsúla na feirge ar an dóigh chéanna?*

- *Cad iad?*

Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun an bhileog oibre a chomhlánú ina ngrúpaí. Is féidir leo a gcuid foclóirí a úsáid má theastaíonn chun cabhrú leo.

Tabhair timpeall 15-20 nóiméad do na grúpaí chun a mbileog oibre a chomhlánú. Nuair a bheidh siad críochnaithe, is féidir comparáid a dhéanamh idir bileoga oibre agus na ceisteanna seo a leanas á n-úsáid:

- *An dtuigeann gach duine na focail a úsáideadh?*
- *An aontaíonn gach duine leis na focail a úsáideadh?*
- *An bhfuil aon athrú á mholadh? Cén fáth?*

Comhaontaigh na focail i ngach mír do gach mothúchán, ansin déan an bailiúchán sin d'fhocail bainteach le mothúchán a chur ar taispeáint sa seomra ranga agus déan tagairt dóibh go rialta chun feabhas a chur ar chumas na bpáistí na mothúcháin atá acu féin agus ag daoine eile a chur in iúl ar bhealach níos beaichte i gcónaí.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad a d'fhoghlaim siad faoi mhothúcháin ón gceacht.

Síneadh

Roth na Mothúchán

Chun tuiscint na bpáistí ar a gcuid mothúchán féin a fheabhsú, d'fhéadfaidís Roth na Mothúchán a chruthú. Cruthaítear é sin as ciorcal cairtchláir agus roinntear ina ocht gcuid é. Tarraingíonn nó scríobhann na páistí mothúchán coitianta, ilchineálach i ngach cuid. Cuir poll sa lár agus cuir diall isteach agus biorán cuí á úsáid. Is féidir leo é sin a choimeád agus a gcuid mothúchán athraitheach a aithint de réir mar a thugann siad faoi deara iad, tríd an diall a bhogadh.

Dialann Mothúchán

Is féidir le páistí dialann nó loga mothúchán a choimeád agus é/í a líonadh isteach go rialta chun cabhrú leo súil a choimeád ar na mothúcháin éagsúla a bhíonn acu thar thréimhse ama agus a bheith feasach orthu. D'fhéadfaí focail agus pictiúir a bheith sna dialanna agus sna logaí.

Aithin na Mothúcháin!

Iarr ar na daltaí agus iad ag féachaint ar an gclár teilifíse is fearr leo na mothúcháin a bhíonn ag an gcarachtar is fearr leo nó an ceann is lú is fearr leo le linn cláir áirithe a thabhairt faoi deara agus taifead a dhéanamh díobh. Is féidir leo na tuairimí seo a roinnt lena gcuid páirtithe ranga. D'fhéadfaidís stiallghreannán a tharraingt a léiríonn na mothúcháin éagsúla a bhí ag a gcarachtar.

Éisteacht le Ceol

Mol do na daltaí éisteacht le píosaí ceoil sa bhaile agus na mothúcháin a spreagtar iontu féin a thabhairt faoi deara. D'fhéadfaí é sin a dhéanamh freisin sa rang le linn ceacht ceoil.

Íomhánna a léamh

D'fhéadfaidís na páistí pictiúir a ghearradh amach ó irisí, nuachtáin, nó pictiúir a íoslódáil agus scríobh faoi na mothúcháin a léiríonn na pictiúir sin.

Leibhéal Mothúchán

Fearg		
Ard	Measartha	Íseal
Ar Buile	Feargach	Míshásta

Eagla		
Ard	Measartha	Íseal

Áthas		
Ard	Measartha	Íseal

Brón		
Ard	Measartha	Íseal

Sceitimíní		
Ard	Measartha	Íseal

CEAHT 2

A TRÍ:2

MOTHÚCHÁIN A BHAINISTIÚ

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach straitéisí praiticiúla a mheas chun mothúcháin a bhainistiú.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú *Braistintí agus mothúcháin*

Cuspóirí Ábhair

Plé agus cleachtadh a dhéanamh ar an tslí chun mothúcháin éagsúla a chur in iúl agus déileáil leo ar bhealach cuí.

Tuiscint ar an tslí ina gcuidíonn mothúcháin le féintuiscint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

ACMHAINNÍ

- Dhá Cheann Déag de Bhileoga Páipéir (leathanaigh smeach-chairte)
- Marcóirí
- D'fhéadfaí an ghníomhaíocht seo a dhéanamh leis an rang go léir, agus a gcuid cóipleabhar féin á n-úsáid.
- Bileog Oibre: Cabhrach nó Gan a bheith cabhrach? (ceann amháin in aghaidh an ghrúpa)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Mím
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Cur i Láthair
- Plé
- Drámaíocht
- Conclúid

Mím

Cuir na páistí ina bpéirí. Is é an **duine a bhogann** páiste amháin i ngach grúpa, is é an **scáthán** an páiste eile. Nuair a dhéanann an **duine a bhogann** gníomh, ní mór don **scáthán** aithris a dhéanamh ar an mbogadh. Inis do na páistí go gcaithfidh siad a bheith ina dtost agus an ghníomhaíocht seo á déanamh. Iarr ar na **daoine a bhogann** mím a dhéanamh de mhothúchán lena gcorp uile, ní hamháin lena n-aghaidh. Déanann na **scátháin** aithris orthu siúd.

Mol do na **daoine a bhogann** a bheith fíorairdeallach faoin rud a bhfuil siad ag déanamh mím air. Mol do na **scátháin** a bheith fíoraireach faoi cad a mhothaíonn siad ina gcorp agus é seo á dhéanamh acu. Tabhair timpeall leathnóiméad dóibh chun mím a dhéanamh. Ansin iarr orthu malartú a dhéanamh. Anois is iad na **scátháin** na **daoine a bhogann** agus déanann siad mím de mhothúchán nua. Ansin déanann siad malartú arís agus déanann na **daoine a bhogann** mím de mhothúchán nua. Ceadaigh dhá nó trí bhabhta eile. Tabhair cúpla nóiméad dóibh chun seiceáil lena chéile cén mothúchán a raibh siad ag déanamh mím air.

Plé

D'fhéadfadh go spreagfadh na ceisteanna seo a leanas plé gairid:

- *Conas a bhí sé sin?*
- *An raibh sé níos éasca **bogadh** nó **aithris a dhéanamh**? Cén fáth?*
- *Nuair a bhí tú **ag déanamh aithrise**, an raibh a fhios agat cén mothúchán a bhí ann?*
- *Cad a chabhraigh leat a fháil amach?*
- *Cad iad na difríochtaí a thug tú faoi deara idir na mothúcháin a **ndearnadh mím orthu** agus a **ndearnadh aithris orthu**?*

Obair Ghrúpa

Agus iad i bpéirí, iarr ar na páistí smaoineamh agus labhairt lena chéile faoi na nithe a rinne siad nuair a bhí siad sé bliana d'aois agus nuair nach raibh siad in ann a raibh uathu a fháil, nuair a bhí fearg orthu, nuair a mhothaigh siad go raibh siad ina n-aonar, nó nuair a bhí náire orthu.

Ansin téann gach péire le péire eile agus nuair atá ceathrar le chéile roinneann siad a gcuid cuimhní agus freisin na bealaí a bhfuil athrú tagtha ar a n-iompar ó bhí siad sé bliana d'aois.

Mínigh do na páistí go bhfoghlaimimid conas déileáil lenár gcuid mothúchán ar bhealaí difriúla agus muid ag dul in aois. Foghlaimimid bealaí atá folláin (dúinn féin agus do dhaoine eile) chun déileáil lenár gcuid mothúchán. Iarr ar na páistí bealaí folláine agus mífholláine a mholadh le mothúcháin a láimhseáil de réir a gcuid taithí nó eolais féin.

Cuir na páistí i sé ghrúpa agus tabhair ceann amháin de na mothúcháin seo a leanas do gach grúpa: brón, fearg, eagla, náire, éad agus díomá.

Tabhair an **Bhileog Oibre: Cabhrach nó Gan a Bheith Cabhrach?** do gach grúpa agus iarr ar na páistí sampla a thabhairt de bhealach amháin ina dtéann daoine i ngleic le gach ceann de na mothúcháin. Ansin iarr orthu liosta a dhéanamh de chúig chineál eile iompair a dhéanfaidís féin nó daoine eile nuair a bheadh an mothúchán sin acu.

Tar éis taifead a dhéanamh de chúig chineál iompair éagsúil den mhothúchán, iarr orthu gach cineál iompair a phlé agus ansin a mheas ó thaobh a bheith cabhrach nó gan a bheith cabhrach agus torthaí an iompair a aithint. Iarr orthu fáthanna a thabhairt lena gcuid freagraí.

Cur i Láthair

D'fhéadfadh gach grúpa an méid a d'fhoghlaim siad a chur i láthair don rang uilig. Úsáid na ceisteanna seo a leanas chun an plé a spreagadh:

- *Conas a chabhraíonn nó nach gcabhraíonn na straitéisí atá liostaithe?*
- *Cé acu a chabhraigh leat féin nó le daoine eile?*
- *Cad a tharla nuair a d'úsáid tú féin nó daoine eile na straitéisí nach raibh ina gcabhair?*
- *Ar fhoghlaim tú aon straitéis nua ar mhaith leat triail a bhaint aisti agus cuid de na mothúcháin sin agat féin?*
- *Cad iad na difríochtaí idir straitéisí a chabhraíonn agus nach gcabhraíonn?*

Murar luadh na pointí seo a leanas sa phlé roimhe seo, is féidir leat iad a chur faoina mbráid:

- Nuair a bhíonn mothúcháin láidre againn d'fhéadfaí go spreagfaí muid chun gníomhú gan smaoineamh go soiléir
- Má shéanaimid na mothúcháin atá againn cuirfear as dúinn agus, le himeacht ama cuirfear olc orainn agus beimid míshásta
- Bíonn torthaí ag ár gcuid gníomhartha orainn féin agus ar dhaoine eile agus is féidir leis na torthaí sin a bheith dearfach nó diúltach
- Is féidir linn bealaí folláine a fhoghlaim le gach cineál mothúcháin a chur in iúl ar bhealach atá folláin dúinne agus do dhaoine eile.

Drámaíocht

Féach siar ar an mothúchán a tugadh don ghníomhaíocht bhileog oibre. Iarr ar gach grúpa smaoineamh ar chás ina bhféadfadh an mothúchán sin a bheith ag duine éigin. Uaidh seo, iarr ar na grúpaí scéal a chruthú a d'fhéadfadh dhá chríoch éagsúla a bheith aige: ceann amháin a léiríonn bealach le dul i ngleic leis an mothúchán nach bhfuil cabhrach agus an ceann eile a léiríonn bealach atá cabhrach.

Tabhair cuireadh do na grúpaí a gcuid scéalta a léiriú os comhair an ranga. Tar éis gach rólghlactha, spreag an lucht féachana ceisteanna a chur ar an ngrúpa agus spreag na haisteoirí sa ghrúpa freagra a thabhairt agus iad fós ina ról, mar shampla:

- *Cén fáth go ndearna/go ndúirt tú...?*
- *Conas a mhothaigh tú nuair a bhí tú ag déanamh/ag rá....?*
- *An raibh tú cothrom sa mhéid a dúirt/a rinne tú?*
- *Conas a mhothaigh tú nuair a chuala tú....?*
- *Conas a bhí sé nuair a rinneadh..... duitse?*

Conclúid

D'fhéadfadh na ceisteanna seo a leanas cabhrú leis na páistí an méid a d'fhoghlaim siad sa cheacht seo a aithint:

- *Cad iad na gníomhartha nó cineálacha iompair ba mhó/ba lú cuí sna scéalta a cuireadh i láthair?*
- *An raibh gníomhartha nó cineálacha iompair eile a d'fhéadfaí a dhéanamh?*
- *Conas a d'fhéadfaí an méid a chonaic tú inniu a úsáid?*
- *Cad a úsáidfídh tú?*

Cabhrach nó Gan a Bheith Cabhrach?

Mothúchán: _____

Cineálacha Iompair	Cabhrach?	Gan a Bheith Cabhrach?
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

CEAHT 3

CÁINEADH A LÁIMHSEÁIL

A TRÍ: 3

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a mhothaíonn páistí go bhfuil meas ag daoine eile orthu agus nuair a bhíonn muinín acu astu féin bíonn sé níos éasca dóibh glacadh le cáineadh agus é a láimhseáil.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóirí Ábhair

Plé agus cleachtadh a dhéanamh ar an tslí chun mothúcháin éagsúla a chur in iúl agus déileáil leo ar bhealach cuí.

Tuiscint ar an tslí ina gcuidíonn mothúcháin le féintuiscint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint.

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Le haghaidh tuilleadh eolais faoi scileanna cumarsáide a mhúineadh, féach ar an Réamhrá d'Aonad a hOcht: Caidreamh le Daoine Eile (Rang a 5).

ACMHAINNÍ

Bileog Ráiteas

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Plé
- Straitéisí
- Scéalta/Miondrámaí
- Plé
- Conclúid

Gníomhaíocht Tosaigh

Roinn an rang i ngrúpaí de chúigear agus tabhair dhá ráiteas ón **mBileog Ráiteas** do gach páiste i ngach grúpa. Iarr ar gach páiste a gcuid ráiteas a léamh leis an ngrúpa. Ansin iarr ar gach grúpa plé a dhéanamh faoi na mothúcháin a bheadh ag aon pháiste 10-11 bhliain d'aois dá ndéarfaí na ráitis seo leo.

Tóg aiseolas ó bhéal ó gach grúpa agus tabhair faoi deara na cosúlachtaí agus na difríochtaí idir na grúpaí. Fiafraigh de gach grúpa an raibh siad in ann focal, frása nó abairt a aimsiú a chuirfeadh síos nó a dhéanfadh sainmhíniú ar na ráitis go léir a bhí ag a ngrúpa.

Plé

Ar an gclár bán nó ar an CBI scríobh an focal *Cáineadh* agus fiafraigh de na páistí cén tuiscint atá acu air. Breac síos a gcuid freagraí ar an gclár bán nó CBI (breithiúnas, ag tabhairt amach, etc.).

Ansin cuir ceist orthu:

- *An mbíonn gach cáineadh go dona?*
- *An féidir leat smaoineamh ar aon uair a bheadh cáineadh go maith? Cén fáth?*
- *Cathain nach mbeadh sé ina rud maith? Cén fáth?*

Mínigh do na páistí go bhfuil breithiúnais a thabhairt agus breithiúnais á dtabhairt ag daoine eile orainne mar chuid den saol sa tír seo (agus sa chuid is mó de thíortha eile freisin is dócha). *Déanaimid breithiúnais ar dhaoine eile agus déanann daoine eile breithiúnais orainne. Don chuid is mó coimeádaimid ár gcuid smaointe faoi rún, cé go bhféadfaí gníomhú orthu uaireanta.*

Fiafraigh de na páistí an bhfuil samplaí de sin acu, b'fhéidir ó shaol an spóirt nó ó shaol na polaitíochta. *Meas tú conas a mhothódh an duine atá á cháineadh?* Mínigh dóibh

gur cineál amháin breithiúnais é cáineadh a tharlaíonn dúinn go léir uaireanta. *Ní bhíonn cáineadh cóir i gcónaí, ach ní bhíonn cáineadh éagothrom i gcónaí ach an oiread. Ní thaitníonn sé leis an gcuid is mó de dhaoine ach is féidir leis a bheith úsáideach.*

Fiafraigh de na páistí cad iad na mothúcháin a bhíonn ag daoine nuair a cháintear go cothrom agus go héagothrom iad. Mínigh dóibh go bhfuil siad chun scrúdú a dhéanamh ar cad is cáineadh cothrom agus éagothrom ann agus féachaint ar bhealach leis an dá rud a láimhseáil.

Straitéisí

Spread na páistí lena gcuid samplaí féin de cháineadh cothrom agus éagothrom a thabhairt agus úsáid á baint as frásaí mar: *Dá ndéarfadh duine éigin ...* in áit daoine áirithe a ainmniú. D'fhéadfaidís samplaí a thabhairt d'uaireanta nuair a rinne siadsan cáineadh ar dhuine agus nuair a cáineadh iad féin. Iarr orthu a mhíniú conas a mhothaigh siad agus cén toradh a bhí air. D'fhéadfaidís samplaí a bheith ag na páistí ó fhógraí nó ó chlár theilifíse d'uaireanta nuair a bhíonn cáineadh cothrom nó éagothrom, agus d'fhéadfaí iad siúd a phlé dá mbeadh dóthain ama ann.

Úsáid na moltaí seo a leanas chun páistí a threorú maidir le roinnt straitéisí úsáideacha chun déileáil le cáineadh.

- Nuair a chloiseann tú cáineadh ní mór duit cinneadh a dhéanamh an bhfuil sé cothrom nó éagothrom.
- Ní mór duit smaoineamh faoi agus iarracht a dhéanamh dearcadh an duine eile a choimeád i gcuimhne chomh maith le do dhearcadh féin. Má tá sé cothrom, d'fhéadfaí smaoineamh ar rud éigin a dhéanamh faoi ar nós do chuid iompair a athrú.

- Má tá sé éagothrom, d'fhéadfá a insint don duine a dúirt é go gceapann tú amhlaidh agus nach n-aontaíonn tú leis. Cuimhnigh 'ráitis sa chéad phearsa' a úsáid (*Ceapaimse go bhfuil sé sin éagothrom: Ní dhearna mé é*) i nguth ciúin agus ná bíodh do chuid gothaí bagrach.
- D'fhéadfadh sé a bheith níos deacra a mhíniú do dhuine fásta cén fáth go bhfuil sé éagothrom, ach tá sé de cheart agat é sin a dhéanamh, má mheasann tú go bhfuil sé éagothrom. Bí béasach i gcónaí.

Scéalta/Miondrámaí

Tabhair ceann de na scéalta seo a leanas do gach grúpa agus iarr orthu miondráma a dhéanamh agus an t-eolas á úsáid. D'fhéadfaí gur mhaith le roinnt grúpaí a gcuid miondrámaí a léiriú don chuid eile den rang (roghnach). Iarr ar gach grúpa cinneadh a dhéanamh an bhfuil an cáineadh cothrom nó éagothrom.

Scéalta

a) Tá Pól aon bhliain déag d'aois. Tá deartháir níos óige aige darb ainm Daithí atá ceithre bliana d'aois. Bíonn easaontas eatarthu go minic agus uaireanta bíonn siad ag troid lena chéile. Lá amháin, tháinig Pól abhaile ón scoil agus chonaic sé go raibh Daithí ag súgradh ar an Nintendo DS a fuair sé mar bhronntanas Nollag. Bhí Pól ar buile.

Bhéic sé ar Dhaithí: 'Scríosann tú gach rud'. Ansin bhuail sé Daithí agus sciob sé an cluiche as a lámh. Thosaigh Daithí ag gol láithreach agus rith sé chuig Mamaí. Thug sí íde béil do Phól agus thug sí bulaí air. Ansin dúirt sí leis a leithscéal a ghabháil le Daithí.

b) Tá cara darb ainm Chloe ag Shayma. Bíonn siad ag spraoi le chéile go

minic. Lá amháin, tháinig Chloe chuig teach Shayma. Bhí Chloe ag iarraidh go rachaidís amach ar a rothair. Dúirt Shayma nach raibh sí ag iarraidh dul mar go raibh tuirse uirthi. Chas Chloe ar a sála agus abhaile léi. Ar scoil an lá dár gcionn, tháinig Chloe chuig Shayma agus dúirt sí go raibh sí ardnósach agus postúil. Dúirt sí freisin go raibh sí an-suarach.

Plé

Spreg plé trí chuid de na ceistanna seo a leanas a chur:

(a)

- *Cad iad do smaointe féin faoin chás seo?*
 - *Meas tú ar chaith Mamaí Phól go cothrom leis? Cén fáth gur/nár chaith?*
 - *Conas a mhothaigh Daithí, an dóigh leat?*
 - *Conas a mhothaigh Pól, an dóigh leat?*
 - *Meas tú, cén fhreagairt a bhí aige nuair a dúirt a Mhamaí leis a leithscéal a ghabháil?*
 - *Cé, dar leat, ar cheart leithscéal a ghabháil? Cén fáth?*
 - *Cad ba cheart dóibh a rá?*
 - *An bhfuil sé maith go leor: 'Tá brón orm' a rá? Cén fáth go bhfuil/nach bhfuil?*
 - *Cad eile a d'fhéadfadh Pól a dhéanamh ar bhealach difriúil sa chás seo?*
 - *An mbraitheann an chaoi a mhothaíonn tú faoi cháineadh ar chomh cairdiúil/míchairdiúil is a bhíonn tú leis an duine de ghnáth?*
 - *Cén fáth? Cén fáth nach mbraitheann?*
 - *Má bhraitheann, cén dóigh?*
- (b)
- *Cad iad do smaointe féin faoin chás seo?*

- *Ar cheap tú go raibh an chaoi a cháin Chloe Shayma cothrom?*
- *Conas a mhothaigh Shayma, an dóigh leat?*
- *Conas a mhothaigh Chloe, an dóigh leat?*
- *Cén fáth, dar leat, go ndúirt sí an méid a dúirt sí?*
- *Cé, dar leat, ar cheart leithscéal a ghabháil? Cén fáth?*
- *Cad ba cheart dóibh a rá?*
- *Cad ba cheart don duine a ndéantar leithscéal leis/léi a rá?*
- *An bhfuil sé maith go leor : ‘Tá brón orm’ a rá? Cén fáth go bhfuil / nach bhfuil?*
- *Cad eile a d’fhéadfadh Chloe a dhéanamh ar bhealach difriúil sa chás seo?*

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad é an ceacht is tábhachtaí, dar leo, a d’fhoghlaim siad faoi cháineadh ón gceacht seo agus é a scríobh ina gcóipleabhar OSPS.

Síneadh

Tar éis an cheachta, cuir an rang i ngrúpaí agus iarr ar gach grúpa póstaer nó bileog a dhéanamh dar teideal: **Ag Plé le Cáineadh**. Nuair atá siad críochnaithe iarr ar gach grúpa a saothar a thaispeáint. Pléigh conas a d’oibrigh an grúpa le chéile chun é a dhéanamh (mar shampla, an raibh aon fhadhbanna acu agus, má bhí, conas a sháraigh siad iad). Iarr ar na grúpaí eile ceisteanna a chur agus tuairimí dearfacha a thabhairt. Taispeáin na póstaer agus na bileoga a críochnaíodh, tar éis leasuithe a cheadú (más gá) chun moltaí ó ghrúpaí eile a léiriú.

Bileog Ráiteas

Tá sé á dhéanamh go hiomlán mícheart agat.	Cad is fiú a bheith ag caint leatsa.
Bhí a fhios agam go ndéanfá praiseach de.	Ní bheidh tú in ann é sin a dhéanamh.
Bheadh sé chomh maith dom a bheith ag caint leis an mballa is a bheith ag caint leatsa.	Níl sé sin maith go leor.
Ná bí i do chladhaire.	Tá do sheomra ina phraiseach ceart.
Is leibide tú.	Tá sé chomh maith dom é a dhéanamh mé féin.

Nóta don Mhúinteoir

D'fhéadfadh ráitis eile a bheith ann a chuala tú á n-úsáid ag nó faoi na páistí a bheadh cuí a chur anseo. Seachain ráitis phearsanta shonracha (barúlacha faoi mheáchan, airde, craiceann, dath, éadaí, sláinteachas pearsanta, bia etc.) ag an bpointe seo.

Scéalta

(A) (A) Tá Pól aon bhliain déag d'aois. Tá deartháir níos óige aige darb ainm Daithí atá ceithre bliana d'aois. Bíonn easaontas eatarthu go minic agus uaireanta bíonn siad ag troid lena chéile. Lá amháin, tháinig Pól abhaile ón scoil agus chonaic sé go raibh Daithí ag súgradh ar an Nintendo DS a fuair sé mar bhronntanas Nollag. Bhí Pól ar buile.

Bhéic sé ar Dhaithí: 'Scríosann tú gach rud'. Ansin bhuail sé Daithí agus sciob sé an cluiche as a lámh. Thosaigh Daithí ag gol láithreach agus rith sé chuig Mamaí. Thug sí íde béil do Phól agus thug sí bulaí air. Ansin dúirt sí leis a leithscéal a ghabháil le Daithí.

(B) (B) Tá cara darb ainm Chloe ag Shayma. Bíonn siad ag spraoi le chéile go minic. Lá amháin, tháinig Chloe chuig teach Shayma. Bhí Chloe ag iarraidh go rachaidís amach ar a rothair. Dúirt Shayma nach raibh sí ag iarraidh dul mar go raibh tuirse uirthi. Chas Chloe ar a sála agus abhaile léi. Ar scoil an lá dar gcionn, tháinig Chloe chuig Shayma agus dúirt sí go raibh sí ardnósach agus postúil. Dúirt sí freisin go raibh sí an-suarach.

CEAHT 4

DÍOMÁ A SHARÚ

A TRÍ:4

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach a fhoghlaim conas déileáil i gceart le díomá.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóirí Ábhair

Plé agus cleachtadh a dhéanamh ar an tslí chun mothúcháin éagsúla a chur in iúl agus déileáil leo ar bhealach cuí.

Tuiscint ar an tslí ina gcuidíonn mothúcháin le féintuiscint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

ACMHAINNÍ

Cóipeanna de scéal Gary agus/nó Anna

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá/Tobsmainteoireacht
- Scéal agus Plé
- Scribhneoireacht
- Roinnt
- Conclúid

Réamhrá/ Tobsmaointeoireacht

Mínigh do na páistí go mbaineann an ceacht inniu le rud éigin nach mbímid ag caint faoi go minic - díomá. Iarr ar na páistí focail eile a mholadh do dhíomá (tobsmaointeoireacht) agus breac síos ar an gclár bán nó ar an CBI iad. Iarr ar na páistí plé a dhéanamh i bpéirí nó i ngrúpaí beaga faoi na rudaí a d'fhéadfadh díomá a chur ar pháistí 10-11 bhliain d'aois, agus faoi na rudaí a dhéanfaidís nuair a bheadh díomá orthu. Ansin tóg roinnt aiseolais ón rang.

Scéal agus Plé

Úsáid ceann amháin nó (dhá cheann) de na scéalta a cuireadh ar fáil. Cuir cóipeanna den scéal/de na scéalta timpeall agus léigh os ard iad. Pléigh an scéal/na scéalta agus úsáid na ceisteanna chun plé a spreagadh.

Scríbhneoireacht

Ag baint úsáide as na smaointe a tháinig ón bplé, d'fhéadfadh na páistí críocha féideartha a scríobh don scéal. D'fhéadfaidís é sin a dhéanamh ina n-aonar nó i ngrúpaí.

(D'fhéadfadh sé a bheith áisiúil iarraidh ar na páistí níos mó ná críoch amháin a scríobh, chun freagairtí difriúla ar an imeacht a léiriú.) Iarr orthu iad a chur i láthair na bpáistí eile agus iad a phlé.

Roinnt

Tabhair cuireadh do na páistí samplaí a roinnt ó scéalta, ón teilifís, ó scannáin, ón saol i gcoitinne, faoi conas a chuaigh daoine (páistí san áireamh) i ngleic le díomá.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad é an rud ba thábhachtaí a d'fhoghlaim siad ón gceacht faoi dhul i ngleic le díomá.

Síneadh

Scríbhneoireacht Aonair

Iarr ar na páistí scríobh faoi uair nuair a bhí díomá orthu agus faoi conas a chuaigh siad i ngleic léi ag an am. Anois agus an ceacht seo déanta acu, iarr orthu féachaint siar ar a n-iompar ag an am sin agus a mheas ar bhealach maith é le déileáil le díomá, nó nárbh é, agus cén fáth. Murar bealach maith a bhí ann, d'fhéadfaidís scríobh faoi bhealach eile níos fearr le dul i ngleic léi.

Scéal Anna

Bhí Anna ag iarraidh bheith ina réalta popcheoil. B'é sin an bhrionglóid a bhí aici ó bhí sí ceithre bliana d'aois nuair a chan sí amhrán ag a ceolchoirm réamhscoile do thuismitheoirí. Bhí an lucht féachana ag bualadh bos agus ag ligean gártha molta astu nuair a chríochnaigh sí. Thaitin an mothúchán a bhí aici go mór léi. Ina dhiaidh sin, chláraigh a thuismitheoirí i ranganna drámaíochta agus amhránaíochta í. Nuair a bhí sí i Rang a Dó, rinne an múinteoir ceoldráma leo a bhí bunaithe ar leagan Roald Dahl de Phlúirín Sneachta agus na seacht n-Abhac. Roghnaíodh í do ról Phlúirín Sneachta. Ag an am bhí ionadh uirthi beagáinín, ach bhí áthas an domhain uirthi chomh maith.

Le roinnt laethanta anuas bhí trialacha ar siúl do na ról éagsúla sa cheoldráma a bhí an scoil le cur ar siúl le hairgead a bhailiú do threalamh nua. Bhíothas chun páistí a roghnú ó Rang a Cúig agus a Sé le haghaidh ról ann. Bhí a fhios ag Anna go mbeadh an-iomaíocht do na príomhról sa cheoldráma.

Bhí súil aici go roghnófaí don phríomhról í. Bhí go leor cleachtaidh déanta aici agus bhí feabhas mór tagtha uirthi freisin - dúirt a múinteoir amhránaíochta agus a Mam agus a Daid an méid sin léi. Bhí a fhios ag Anna go raibh guth níos fearr aici ná mar a bhí ag an gcuid is mó de na páistí eile. Dúirt Iníon Nic an Rí léi go raibh feabhas ag teacht uirthi freisin, ach d'iarr sí uirthi gan aon rud a rá faoi bhuanna na bpáistí eile.

Tháinig Iníon Nic an Rí isteach sa rang chun na daoine a roghnaíodh a fhógairt. Níor chreid Anna a cluasa. Roghnaíodh do mhionról í – mionról! Ní bheadh fiú amhrán amháin á chanadh aici ina haonar. Mhothaigh sí go raibh luisne ag éirí ina grua. Ansin mhothaigh sí go raibh deora ag teacht ina súile. Rith sí isteach sa leithreas agus phlab sí an doras. Thabharfaí íde béil di mar gheall air sin, ach ní raibh neart aici air ...

Scéal Anna – ceisteanna don phlé:

- Cad a tharla sa scéal?
- Cén fáth gur mhaith le hAnna go roghnófaí don phríomhról í?
- Conas a mhothaigh Anna faoin gcaoi ar roghnaíodh daoine do na páirteanna?
- Cén fhreagairt a bhí ag Anna nuair a fógraíodh na foirne?
- Cad iad na mothúcháin a bhí ag Anna?
- Cad a d'fhéadfadh Anna a dhéanamh chun déileáil leis an díomá a bhí uirthi?

Scéal Gary

Bhí aithne ag gach duine ar bhóthar Gary ar Shéamas Ó Céin. Bhí sí cúpla bliain níos sine ná Gary, ach bhí aithne ag Gary air mar gheall ar an scoil. Bhí Séamas Ó Céin an-mhaith ag an bpeil. Tharla sé fiú gur tháinig roinnt daoine ó chlub sacair chun féachaint ar Shéamas ag imirt. Cheap daoine a raibh cónaí orthu ar an mbóthar go mbeadh sé ag imirt do chlub sacair cáiliúil lá éigin. Dúirt Daid Gary freisin go mbeadh clú agus cáil ar Shéamas lá éigin agus go n-íocfadh daoine as féachaint air ag imirt. Ba mhinic a chloiseadh Gary a Dhaid ag labhairt le haithreacha eile ar an mbóthar faoi Shéamas agus chomh maith is a bhí sé.

Ba bhreá le Gary a Dhaid a chloisteáil ag caint mar sin faoi. Ba bhreá leis muintir an bhóthair a chloisteáil ag caint faoi. Mheas Gary go raibh seisean in ann peil a imirt chomh maith. Bhíodh sé ag imirt beagáinín ar an mbóthar agus bhí sé ceart go leor. Shocraigh sé níos mó cleachtaidh a dhéanamh. Gach tráthnóna rinne sé cleachtadh an liathróid a choimeád ón talamh. Rinne sé iarracht a chos chlé, a chos lag, a úsáid chun an liathróid a scaoileadh agus a phasáil. D'fhéach sé ar shacar ar an teilifís agus ar a raibh á dhéanamh ag na himreoirí. Bhíodh sé ag iarraidh aithris a dhéanamh ar a gcuid scileanna.

Tráthnóna amháin bhí Gary ar an mbóthar. Bhí cluiche ar siúl agus roghnaíodh é le himirt. Bhí Séamas Ó Céin ar an bhfoireann eile. Rinne Gary a dhícheall chun é a thaicléáil agus scór a fháil i gcoinne a fhoirne, ach bhí Séamas ró-mhaith. Gach uair a mbíodh an liathróid ag Gary, thógadh Séamas uaidh go héasca í. Sa deireadh d'éirigh Gary as an iarracht. Bhuaigh foireann Shéamais an cluiche go héasca. Bhí an-díomá ar Gary. Bhí a fhios aige nach mbeadh sé chomh maith le Séamas Ó Céin choíche. Ag deireadh an chluiche, nuair a shéid an réiteoir an fheadóg, bhí an liathróid ag Gary. Chiceáil sé í chomh crua agus a b' fhéidir. Níor fhéach sé fiú ar cá háit a raibh sí á ciceáil aige.

Scéal Gary – ceisteanna don phlé:

- Cad a tharla sa scéal?
- Cén fáth gur mhaith le Gary a bheith chomh maith le Séamas Ó Céin?
- Cad iad na mothúcháin a bhí ag Gary sa scéal?
- Cá háit as ar tháinig an brú a bhí ar Gary le bheith rathúil?
- Arbh fhiú an traenáil bhreise go léir a rinne sé?
- Cén fáth gurbh/nár bh fhiú í?
- Cad a d'fhéadfadh Gary a dhéanamh chun déileáil leis an díomá a bhí air?

CEACHT 5

A TRÍ:5

CAD A THARLAÍONN NUAIR A MHOETHAÍM...?

COINCHEAP LÁRNACH

Tugann mothúcháin eolas dúinn fúinn féin. Nuair a éistimid leo bíonn níos mó eolais againn ar féidir linn rogha a bhunú orthu.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóir Ábhair

Tuiscint ar an tslí ina gcuidíonn mothúcháin le féintuiscint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

ACMHAINNÍ

Bileog Oibre: Roghanna a Iniúchadh (roghnach)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Scéal/Bileog Oibre:
- Plé
- Conclúid

Gníomhaíocht Tosaigh: Cinntí ‘Tobanna’

Sa ghníomhaíocht seo a leanas déantar rogha go tapa idir dhá rogha iomaíoch ‘tarraingteach’ a mbeadh taithí ag formhór na bpáistí orthu nó a mbeadh aithne acu orthu.

Iarr ar na páistí seasamh i lár an tseomra. Mínigh dóibh go bhfuil tú chun dhá rogha a ghlaoch amach agus go gcaithfidh siad dul chuig an taobh den tseomra a shonraíonn tú do gach ceann dá gcuid roghanna. Cuir roghanna eile leis atá ábhartha do na páistí i do rang nó iarr smaointe ó na páistí. Mínigh dóibh gurb é an rud atá tábhachtach ná gan smaoinemh faoin rogha – ach dul ar aghaidh láithreach!

Glaigh amach císte seacláide nó císte torthaí, agus tú ag díriú do mhéire ar thaobh amháin den tseomra do chiste seacláide agus ar an taobh eile do chiste torthaí. Déan an rud céanna do na péirí seo a leanas:

Pasta nó pizza

Bándearg nó gorm

Glas nó dearg

Sliabh nó gleann

Loch nó abhainn

Leabhar a léamh nó éisteacht le ceol

Féachaint ar an teilifís nó dul ag siúl

Féachaint ar scannán nó físchluiche a imirt

Cuir na ceisteanna seo a leanas ar na páistí:

- *An raibh sé éasca nó deacair an rogha a dhéanamh?*

- *Cén fáth?*

Mínigh do na páistí: *Déanaimid an chuid is mó dár roghanna i ngan fhios dúinn féin i.e. déanaimid rudaí gan smaoinemh orthu. Murach sin, chaithfimis an-chuid den lá ag smaoinemh ar cad a dhéanfaimis. Is amhlaidh an scéal freisin faoin ár bhfreagairtí do rudaí a tharlaíonn dúinn. Is gnách go mbíonn freagairt uathoibríoch ag daoine. Má deireann duine éigin rud éigin fúinn, motháimid go maith nó go dona, agus tagann áthas, suaimhneas orainn, cuirtear*

isteach orainn, tagann díomá, imní, fearg orainn etc. Is féidir linn roghnú conas a mhothaímid, áfach. Bíonn achar an-ghairid ama idir rud éigin a chloisteáil nó a fheiceáil agus roghnú cad a dhéanfaimid, laistigh agus lasmuigh.

Scéal/Bileog Oibre:

D’fhéadfá an **Bhileog Oibre: Roghanna a Iníúchadh** a thabhairt do na páistí nó d’fhéadfá an scéal a léamh chomh maith leis an liosta de *rudaí a d’fhéadfadh tarlú...* anseo thíos, agus ansin fiafraí de na páistí cén freagra a bheadh ag Zoltan nó cad a dhéanfadh sé?

Plé

Úsáid cuid de na ceisteanna seo a leanas chun plé a threorú:

- *Cén freagraí a d’fhéadfadh sé a thabhairt d’iarratas a Mháthar?*

- *Cad a d’fhéadfadh sé a dhéanamh?*

- *An bhfuil a chuid freagraí cuí nó míchuí? Cén fáth?*

- *Cad iad na smaointe a d’fhéadfadh a bheith ag Zoltan i ngach ceann de na féidearthachtaí seo?*

- *Meas tú cén mothúchán a bhí aige?*

- *An raibh a chuid freagraí ag brath ar a chuid smaointe agus mothúchán?*

- *Cén fáth go ndeir tú sin?*

- *An raibh an ceart ag a mháthair iarraidh air dul chuig na siopaí? Cén fáth go raibh/nach raibh?*

- *Cé atá freagrach as freagairtí Zoltan? Cén fáth go bhfuil/nach bhfuil?*

- *Cad a d’fhéadfadh Zoltan a dhéanamh chun freagairt chuí a dhéanamh i ngach cás?*

- *Cad iad na rudaí ar ghá do Zoltan a chur san áireamh sula ndearnadh freagairt dá mháthair?*

Mínigh do na páistí, gur gnách go mbeadh freagra nó gníomh Zoltan ag brath ar conas a bhí sé, conas a mhothaigh sé, cad a tharla roimhe sin agus conas a chuaigh nó nach ndeachaigh sé i ngleic leis, etc. Mínigh freisin gur minic a dhéanaimid (tuismitheoirí, múinteoirí nó daoine fásta agus páistí eile) cinntí tobanna nó go ndéanaimid freagairtí atá bunaithe ar na mothúcháin a bhíonn againn ag an am nó an spion a bhíonn orainn. D'fhéadfadh tionchar a bheith ag imeachtaí nó rudaí a tharlaíonn lasmuigh dinn ar na mothúcháin nó an spion sin. Fiafraigh de na páistí an bhfuil aon rud ar eolas acu a d'fhéadfadh tionchar a bheith aige ar fhreagairt daoine i gcás faoi leith. D'fhéadfaí iad siúd a scríobh ar an gclár bán nó ar an CBI. D'fhéadfaí na moltaí seo a leanas a chur le moltaí na bpáistí murar luadh cheana féin iad:

- conas atáimid go fisiciúil agus go meabhrach
- an dearcadh atá againn ar chúrsaí
- an t-am den lá atá ann
- an aimsir (ró-the, ró-fhuar, ró-fhliuch etc.)
- na mothúcháin atá againn cheana féin ó rud éigin a tharla roimhe etc.

Is féidir freagairtí difriúla a bheith againn ag amanna difriúla mar gheall ar nithe difriúla - ach freisin is féidir linn freagairtí difriúla a bheith againn do na nithe céanna! Is é an rud is tábhachtaí ná go mbeadh a fhios againn cad atá ar siúl laistigh dinn, go n-éistimid lenár gcuid mothúchán mar 'fhaisnéis'. Tabhair faoi deara ach go háirithe an méid nithe éagsúla a tharlaíonn uaireanta le linn lae nó seachtaine agus go mbíonn 'leathnú amach' nó 'pointe claochlaithe' mar thoradh orthu. Fiafraigh díobh cad a d'fhéadfaidís a dhéanamh, dar leo, le cinntiú nach mbeadh tionchar ag na nithe sin ar an gcaoi a dtéann muid i ngleic le rudaí a tharlaíonn dúinn (m.sh. análacha doimhne a tharraingt lenár scíth a ligean, labhairt le duine eile, ár n-intinn a dhíriú ar rudaí eile trí rud éigin taitneamhach a

dhéanamh ar nós cluiche a imirt, meangadh a dhéanamh srl.) Mínigh díobh dá mhéad is a thuigeann siad a bhfuil ar siúl laistigh díobh, gur fearr a bheidh siad in ann a gcuid mothúchán agus spion a láimhseáil agus fosta go mbíonn roghanna acu i gcónaí ag an bpointe sin le:

- stopadh
- éisteacht lena gcuid mothúchán agus iad a aithint
- a gcuid mothúchán a aithint
- na smaointe atá acu a thabhairt faoi deara
- freagracht a ghlacadh as a gcuid smaointe agus mothúchán
- cinneadh a dhéanamh faoi conas freagra a thabhairt nó freagairt a dhéanamh sa chás ina mbíonn siad.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad a d'fhoghlaim siad ón gceacht.

Síneadh

Iarr ar na páistí a gcuid dánta féin a scríobh faoi mhothúcháin. Seo a leanas sampla:

Mothúcháin

*Is bolcáin mé, atá ar tí brúchta,
Is páiste trí bliana d'aois mé ag dráma de chuid Shakespeare,
Is éan i ngéibheann mé, scartha ón domhan,
Is iora rua mé i ngort cnónna,
Is páiste mé, ar a chéad lá ar scoil,
Is madra mé, atá ag iarraidh ailgéabar a fhoghlaim,
Is iad na mothúcháin seo go léir mé brúite ina chéile,
ach is é an rud is tábhachtaí
Gur duine mé atá ag iarraidh an dán seo a chríochnú sula maróidh an múinteoir mé.*

Rory Gleeson
Ó 'Voices and Poetry of Ireland' arna fhoilsiú ag Harper Collins, Samhain 2003 chun cabhrú le Focus Ireland

ROGHANNA A INIÚCHADH

Léigh an scéal seo a leanas.

Tar éis gach 'Cad a tharlódh dá...' breac síos cén freagra, dar leat, a bheadh ag Zoltan, nó cad a dhéanfadh sé dar leat.

Tá Zoltan aon bhliain déag d'aois. Tá sé ag freastal ar bhunscoil sa bhaile mór. Tá cónaí air i dteach in eastát ar imeall an bhaile lena mham agus a dhaid agus a bheirt deirfiúracha óga. Réitíonn sé go réasúnta maith lena dheirfiúracha – ní chuireann siadsan isteach airsean agus ní chuireann seisean isteach orthusan.

Nuair nach mbíonn sé ar scoil, nó nuair nach mbíonn sé sa bhaile ag imirt ar a chonsól cluichí, gach seans go bhfuil sé amuigh ar an bhfaiche ag imirt peile lena chairde, is cuma faoin aimsir.

Lá amháin tagann sé abhaile ón scoil. Iarrann a mháthair air dul chuig na siopaí le haghaidh cartán bainne...

Cén freagra a d'fhéadfadh Zoltan a thabhairt ar a mháthair nó cad a d'fhéadfadh sé a dhéanamh, dá mba rud é an lá sin ...

- Gur thug an múinteoir íde béil dó toisc gur thug sé isteach obair bhaile a bhí déanta go dona agus go raibh air í a dhéanamh arís an oíche sin
- Go raibh sé ag cur báistí agus go raibh sé fliuch báite ar an mbealach abhaile
- Go bhfuil nóta smachta faoi ón múinteoir aige le haghaidh a thuismitheoirí
- Gur thosaigh sé ag troid le duine eile ar an mbealach abhaile
- Go raibh sé ag imirt cluiche agus gur bhuaigh (nó gur chaill) a fhoireann
- Go raibh sé ag mothú an-bhrónach ach go háirithe na laethanta seo ó fuair Mamó bás.
- Go ndúirt an múinteoir leis go raibh sé go hiontach sa rang inniu
- Go raibh páistí eile ag magadh faoi sa chlós
- Go raibh sé le bualadh le cairde tar éis dó a mhála scoile a fhágáil sa bhaile.
- Gur thug cailín sa rang a thaitníonn leis cuireadh dó dá cóisir lá breithe

CEACHT 6

A TRÍ:6

RIACHTANAIS AGUS MIANTA

COINCHEAP LÁRNACH

Is gá a bheith in ann idirdhealú a dhéanamh idir riachtanais agus mianta chun a bheith in ann moill a chur ar shásamh.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóir Ábhair

Idirdhealú a dhéanamh idir riachtanais agus mianta agus coincheap an mhallshásaimh a aithint agus a iniúchadh.

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaithe
Féinfheasacht

Cuspóir Ábhair

Machnamh a dhéanamh ar a gcuid eispéireas agus ar na cúiseanna le cineálacha éagsúla gnímh a dhéanamh.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Sainmhínte: D'fhéadfaí iarraidh ar na páistí na focail seo a chuardach iad féin i bhfoclóir nó ar an idirlíon.

Is é atá i **riachtanas** ná rud éigin gur gá a bheith ag duine le coimeád beo. Is rud é atá riachtanach chun maireachtáil agus don tsláinte (sláinte fhisiciúil agus meabhairshláinte); rud éigin nach féidir a bheith in easnamh ag an duine le bheith beo, e.g. bia, aer, foscadh, aclaíocht, grá, féinmhuinín.

Is í atá i **mian** ná rud éigin gur mhaith le duine a bheith aige/aici. Níl géarghá leis, ach rud maith a bheadh ann nó a d'fhéadfadh a bheith ann, e.g. milseáin, earraí leictreonacha, ealaíon, ceol.

Is é atá i **mallshásamh** ná an cumas pléisiúr nó luach saothair láithreach a ligean uait le go mbeidh ceann níos mó agat ar ball. Is é atá i gceist leis ná luachanna saothair fadtéarmacha a roghnú in áit tairbhí gearrthéarmacha. Nuair atá an scil seo ag duine fanann siad anois, le go mbeidh an rud atá uathu acu ar ball.

ACMHAINNÍ

- Cóipleabhair / Pinn Luaidhe
- Bileog Oibre: Riachtanais agus Mianta

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Críochnú Abairtí
- Plé
- Bileog Oibre
- Plé
- Conclúid

Críochnú Abairtí

Iarr ar na páistí na focail **Tá gá agam le...** a scríobh ina gcuid cóipleabhar agus (suas le) cúig rud a scríobh chun an abairt sin a chríochnú. Ansin iarr orthu na focail **Ba mhaith liom...** a scríobh agus (suas le) cúig rud a scríobh chun an abairt sin a chríochnú.

Plé

Úsáid cuid de na ceisteanna seo a leanas chun plé a spreagadh faoi riachtanais agus mianta:

- *An bhfuil an dá liosta mar an gcéanna nó difriúil lena chéile? Cén chaoi?*
- *Cad í an difríocht idir riachtanas agus mian?*
- *Nuair a bhíonn gá againn le rud – cad a dhéanaimid faoi?*
- *Cad a tharlódh mura mbeadh sé seo againn?*
- *Nuair a bhíonn rud éigin uainn cad a dhéanaimid?*
- *An bhfuil roghanna againn?*
- *Anois go bhfuil brí an dá fhocail pléite againn, an athrófa na nithe ar cheachtar de do chuid liostaí nó ar an dá cheann.*
- *Cad a d'fhoghlaim tú uaidh seo?*

Scríobh an liosta de na riachtanais agus de na mianta ar bhileog mhór mar thagairt amach anseo.

Bileog Oibre

Cuir timpeall an **Bhileog Oibre: Riachtanais agus Mianta**. Mínigh do na páistí conas í a chomhlánú trína dtuairim a lorg faoin gcéad ní: An riachtanas nó mian é? Ansin lig do na páistí an bhileog oibre a chríochnú iad féin.

Plé

Úsáid cuid de na ceisteanna seo a leanas chun plé a spreagadh:

- *Cad iad na cinn gur mianta iad? Riachtanais?*
- *Cén fáth go ndeir tú é sin?*
- *An riachtanais nó mianta iad seo? Cén fáth go ndeir tú é sin?*
- *Ag féachaint ar na mianta ach go háirithe, muna mbeifeá in ann iad a shásamh ar feadh bliana (míosa/seachtaine), conas a mhothófa?*
- *Cé chomh fada is a bheifeá sásta sásamh na mianta sin a chur ar athló?*
- *An bhfuil sé de cheart ag tuismitheoirí, múinteoirí, agus daoine eile cinneadh a dhéanamh faoi mhian páiste a shásamh nó caithain a shásófaí í?*
- *Cén fáth go bhfuil/nach bhfuil?*
- *Más smacht duine fásta é sin, cad is féinsmacht ann?*

Iarr ar na páistí samplaí a thabhairt de ghníomhaíochtaí a dteastaíonn foighne agus féinsmacht dóibh ar scoil. D'fhéadfaí na samplaí seo a leanas a chur ar fáil má theastaíonn:

- Bleibíní a chur
- Airgead a choigilt don turas scoile
- Roinnt céimeanna a thógáil le páipéar maché nó saothar ealaíne a dhéanamh
- BÁCÁIL
- An rang ag léamh leabhair.

Iarr ar na páistí samplaí a thabhairt de ghníomhaíochtaí a dteastaíonn foighne agus féinsmacht dóibh sa bhaile. D'fhéadfaí na samplaí seo a leanas a chur ar fáil má theastaíonn:

- Obair bhaile a chríochnú gan sos a thógáil

- Bheith go hiomlán ciúin agus Mamaí nó Dadaí ar an bhfón
- Fiacla a ghlanadh roimh dhul a luí
- Na soithí dinnéir a ghlanadh den bhord sula dtéann tú ag súgradh ar an ríomhaire nó ag féachaint ar an teilifís
- An dinnéar a chríochnú sula n-itheann tú milseog
- Bricfeasta a ithe sula dtéann tú ar scoil
- Gan bróga reatha a cheannach go dtí go mbeidh sladmhargáí orthu nó go mbeidh géarghá agat le péire nua

Fiafraigh de na páistí:

- Cad iad na tairbhí a bhaineann le *féinsmacht sa bhaile?*
- *Ar scoil?*

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad a d'fhoghlaim siad ón gceacht.

Síneadh

Tugann an ceacht seo bunús chun féachaint ar riachtanais, mianta agus slí mhaireachtála páistí i dtíortha difriúla. Ar an mbealach sin d'fhéadfaidís tús a chur le roinnt riachtanas uilíoch a aithint agus féachaint cén tionchar a bhíonn ag ár gcultúr (e.g. teilifís agus scannáin, fógraíocht, píaráí) ar ár mianta.

Tá ábhair a dearadh go sonracha do bhunscoileanna le haghaidh an chuspóra seo ag eagraíochtaí ar nós Amnesty, Trócaire agus Concern.

Riachtanais agus Mianta

Tosaíonn na habairtí seo go léir le 'Tá gá agam le...' ach is abairtí 'Ba mhaith liom...' iad cuid acu i ndáiríre.

Cuir 'R' do riachtanas agus 'M' do mhian tar éis gach abairte.

1. Tá poll sa mhála seo, tá gá agam le ceann nua.
2. Tá gá agam rud éigin a ithe, tá ocras orm.
3. Níl aon rud le léamh agam, tá gá agam le leabhar.
4. Tá an-bhrón orm – tá gá agam le barróg.
5. Tá mé ag pléascadh, tá gá agam dul chuig an leithreas.
6. Tar éis na hoibre crua sin go léir tá gá agam mo scíth a ligean.
7. Táim tinn, tá gá agam le leigheas.
8. Tá gá agam le péire bróg reatha nua – fuair mé na cinn seo anuraidh.
9. Tá uaigneas orm, tá gá agam labhairt le duine éigin.
10. Tá gá agam féachaint ar an gclár deireanach sa tsraith ar an teilifís anocht.
11. Táim dubh dóite, tá gá agam le rud éigin a dhéanamh.
12. Tá fearg orm, tá gá agam éisteacht a fháil uait.
13. Tá gá agam le fón, ní féidir liom cluichí a imirt ar an gceann seo.
14. Tá gá agam an t-airgead a thógáil isteach don turas scoile.
15. Tá gá agam staidéar a dhéanamh le haghaidh mo chuid scrúduithe.
16. Tá mé trí chéile, tá gá agam a bheith i m'aonar.

Anois cum do chuid abairtí féin a thosaíonn le 'Tá gá agam le...' Scríobh faoi rud éigin a bhfuil géarghá agat leis.

'Tá gá agam le _____

mar _____'

CEAHT 7

DEARFACH FÚM FÉIN

A TRÍ: 7

COINCHEAP LÁRNACH

Bealach amháin atá úsáideach chun mothú níos dearfaí a chruthú ná smaointe dearfacha fúinn féin a chur in ionad smaointe diúltacha.

AN CURACLAM OSPS

■ Snáithe: Mise

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóir Ábhair

Bealaí sláintiúla a aithint chun cuidiú leo a bheith dearfach fúthu féin agus foghlaim fúthu.

■ Snáithe: Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar na tosca agus an leibhéal smaointeoireachta a théann i gcion ar chinntí is ar roghanna agus foghlaim conas grinnstaidéar a dhéanamh orthu.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

Snáithí: Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

ACMHAINNÍ

Bileog Oibre: Cad atá foghlamtha agam faoi Mhothúcháin

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhghníomhaíocht
- Plé
- Conclúid/Athbhreithniú

Réamhghníomhaíocht

Iarr ar na páistí liosta a mholadh de ráitis nó moltaí ar mhaith le cailíní agus buachaillí 10-11 bhliain d'aois a chloisteáil fúthu féin.

Déan liosta ar an gclár bán nó ar an CBI. Iarr ar na páistí an liosta a scríobh síos ina gcuid cóipleabhar agus dhá nó trí mholadh a aithint a d'fhéadfaidís a thabhairt do chara/chaire agus dhá cheann nó trí cinn ar mhaith leo féin a fháil.

Pilé

Iarr ar na páistí smaoineamh ar cad a tharlaíonn dóibh, laistigh, nuair a bhíonn rud éigin strusmhar nó deacair le déanamh, nó nuair nach dtarlaíonn rudaí mar a bhí beartaithe acu. Fiafraigh díobh cad a tharlaíonn ina gcuid smaoineach go háirithe, uaireanta sula ndéanann siad rud ar bith. Mínigh dóibh go bhfuil cuid áirithe i ngach duine a fhaigheann locht ar an gcaoi a bhfuil siad nó ar an gcaoi a rinne siad rud éigin. Bíonn an chuid seo mar 'ghuth' cáinte. Fiafraigh de na páistí ar chuala siad an guth cáinte sin riamh.

- *Cathain a chloisfeá é?*
- *Conas a mhothaíonn tú nuair a chloiseann tú é?*
- *Cad leis a gcuirfeadh sé stop? (Sampla: gan labhairt ná léiriú os comhair an ranga.)*

Téigh tríd an liosta de na moltaí a rinneadh roimhe seo, agus seiceáil an bhfuil aon cheann nach bhfuil siad cinnte faoi. Iarr ar na páistí an ceann is mó a thaitníonn leo a phiocadh (nó d'fhéadfaidís ceann a cheap siad féin a úsáid). Mínigh dóibh gur féidir leo cuimhneamh ar an abairt nó ar an bhfrása seo an chéad uair eile a mhothaíonn siad go dona tar éis rud éigin a dhéanamh, nó sula ndéanann siad rud éigin, agus gur féidir leo é a athrá go minic. Tá

sé cosúil le rud éigin gur mhaith leat éisteacht leis a chur in ionad rud éigin nach maith leat éisteacht leis. Iarr orthu labhairt le páiste eile faoin rogha atá déanta acu. Go hidéalach, ba chóir dóibh é seo a bhreacadh síos áit éigin (ar nós a gcóipleabhar OSPS) chun úsáid na habairte nó an fhrása a threisiú.

Conclúid/Athbhreithniú

Fiafraigh de na páistí cad a d'fhoghlaim siad ón gceacht. Is féidir leo taifead a dhéanamh den mhéid a d'fhoghlaim siad ón aonad ar an **mBileog Oibre: Cad atá foghlamtha agam faoi Mhothúcháin**. D'fhéadfadh sé seo treoir a thabhairt duit maidir le tuilleadh oibre ar an topaic seo.

Síneadh

Colláis

Maisigh an liosta moltaí a cuireadh le chéile. Cuir in áit fheiceálach sa seomra ranga é.

Nithe Dearfacha a Chur chun Cinn

Coimeád leabhar gearrthóg ranga chun na nithe a rinne an rang le chéile a liostáil chomh maith leis an gcaoi ar oibrigh siad chun caidrimh dhearfacha a chothú i bpobal na scoile. Chomh maith le leathanaigh d'éachtaí agus de ghaiscí aonair, grúpa agus ranga uile, luaigh bealaí inar éirigh thar cionn le daoine aonair i ngach réimse agus inar chabhraigh siad le daoine agus grúpaí eile ar scoil.

Cad atá foghlamtha agam faoi Mhothúcháin

Ábhar: _____ Dáta: _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas:

D'fhoghlaim mé ...

Mhothaigh mé ...

Thuig mé

Thaitin ... liom

Níor thaitin ... liom

Ghlac mé páirt

Ar scála ó 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cén marc a thabharfá ar do chumas do chuid mothúchán a aithint agus a láimhseáil: _____

Rud éigin a bhfuilim fós míchinnte faoi nó a bhfuil ceist agam faoi ná ...

Ainm: _____

AONAD 4
SÁBHÁILTEACHT AGUS COSAINT

MISNEACH

CLÁR

AONAD 4

SÁBHÁILTEACHT AGUS COSAINT

SNÁITHE

MISE

Snáithaonad	Sábháilteacht agus Cosaint
	<i>Sábháilteacht phearsanta</i>
	<i>Saincheisteanna sábháilteachta</i>

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscóil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

RÉAMHRÁ DON AONAD

Cúram atá ar mhúinteoirí agus ar thuismitheoirí nó ar chaomhnóirí araon ná tacaíocht a thabhairt do pháistí coimeád sábháilte. Tá ról tábhachtach ag múinteoirí forbairt eolais agus scileanna a chothaíonn an tsláinte a éascú ar scoil lena gcuid daltaí. Tá sé tábhachtach aird na bpáistí a dhíriú ar an ngá iad féin a choimeád sábháilte.

Is í aidhm na gceachtanna san aonad seo ná cabhrú le páistí níos mó airde a thabhairt ar a gcuid sábháilteachta féin. Scrúdófar an gá le rialacha in a lán comhthéacsanna agus an ról atá acu sa tsábháilteacht. Leagfar béim ar thábhacht na gcógas chun dea-shláinte a chothú, chomh maith leis an ngá le cloí le treoirlínte agus cleachtais sábháilte maidir le cógais. Foghlaimíonn páistí gur féidir torthaí dearfacha agus diúltacha araon a bheith ag cógais, ag brath ar conas a úsáidtear iad. I roinnt ceachtanna beidh deis ag páistí cásanna a phlé a d'fhéadfadh ábhair imní a bheith ag baint leo ó thaobh sábháilteachta pearsanta de agus tar éis plé a dhéanamh ceapfaidh siad bealaí leis na cásanna seo a mheas agus a bhainistiú go sábháilte. I gceachtanna eile, breathnóidh páistí ar straitéisí le coimeád sábháilte in áiteanna poiblí, ar na bóithre, le

huisce, leictreachas agus substaintí contúirteacha nó nimhneacha.

I gCiorclán 0065/2011 Nósanna Imeachta maidir le Caomhnú Leanáí i mBunscoileanna agus in Iarbhunscoileanna mínítear 'nach mór an clár Bí Sábháilte a chur i bhfeidhm go hiomlán i ngach scoil'.

Is é atá sa chlár Bí Sábháilte ná clár um scileanna sábháilteachta pearsanta atá ceaptha le húsáid le paistí bunscóile ó na Naíonáin Shóisearacha suas go Rang a Sé. Le haghaidh tuilleadh eolais féach "<http://www.staysafe.ie/>"

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1

Cógais

Ceacht 2

Cúrsaí Baolacha a Bhainistiú

Ceacht 3

Sábháilteacht le Substaintí

Ceacht 4

Coinneáil Sábháilte

Ceacht 5

Timpistí a Chosc

CEAHT 1

CÓGAIS

A CEATHAIR: 1

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach go dtuigfidh páistí na tairbhí chomh maith leis na baoil a bhaineann le cógais.

AN CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise
- **Snáithaonad:** **Sábháilteacht agus Cosaint**
Saincheisteanna
sábháilteachta

Cuspóir Ábhair

Úsáid cógas a iniúchadh agus a scrúdú.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Na hAmharcealaíona

- **Snáithe:** Líníocht
- **Snáithaonad:** **Líníochtaí a Dhéanamh**
Féachaint agus freagairt

OSCE - Eolaíocht

- **Snáithe:** Nithe beo
- **Snáithaonad:** **Beatha an Duine**

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Roimh an gceacht seo iarr ar na páistí pictiúir de chógais a bhailiú agus iad a thógáil isteach sa rang. D'fhéadfá féin pictiúir de chógais a bhailiú freisin.

Más féidir, socraigh cuairt ó chógaiseoir áitiúil timpeall an ama a bhíonn an ceacht seo ar siúl, chun aon cheisteanna a fhreagairt agus eolas agus comhairle atá aoisoiriúnach a thabhairt do dhaltaí faoi úsáid chúí cógas.

ACMHAINNÍ

- Pictiúir de chógais
- Leathanaigh smeach-chairte, bileoga A4, bileoga A3, glíú
- Bileog Eolais do Dhaltaí
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Cluiche Comhoibritheach
- Obair Ghrúpa 1
- Obair Ghrúpa 2
- Agallamh Roghnach
- Conclúid

A CEATHAIR: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

Cluiche Comhoibritheach

Ullmhaigh ceithre nó cúig leathanach smeach-chairte a bhfuil litreacha uilig na haibítire (nó roinnt acu) ar gach ceann díobh. Roinn na daltaí i gceithre ghrúpa. Ní mór do gach grúpa an ceacht a dhéanamh trí hainm gach cógais (d'fhéadfadh **P** seasamh do pharaicéiteamól) nó ní a bhaineann le cógas (d'fhéadfaí **C** a scríobh do chógaiseoir) agus (d'fhéadfadh **S** seasamh do spúnóg siúcra chun cabhrú leis an gcógas a shlogadh) in aice le gach litir. Ní mór go dtosódh an focal nó an frása leis an litir chéanna a mbeadh sé scríofa in aice léi. Níl cead focal nó frása a úsáid ach uair amháin. Tabhair amach leathanaigh agus marcóirí agus lig do na grúpaí an obair a dhéanamh.

Cuir leathanach críochnaithe gach grúpa ar taispeáint timpeall an tseomra ranga áit a mbeidh sé éasca do gach duine iad a fheiceáil. Iarr ar dhuine toilteanach ó gach grúpa focail nó frásaí a ngrúpa a léamh os ard.

Ansin tabhair cuireadh do dhaltaí cosúlachtaí agus difríochtaí idir leathanach críochnaithe gach grúpa a aimsiú. Pléigh na cosúlachtaí agus na difríochtaí:

- An bhfuil cógas, ní nó frása ann nár chuala tú roimhe seo?
- Cé acu siúd a thugtar le hoideas nó thar an gcuntar?
- Ar chuir aon rud ionadh ort?
- Ar smaoinigh tú ar chinn eile ó shin?
- An bhfuil aon cheisteanna ar mhaith leat a chur?

Fiafraigh de gach grúpa conas a bhí an ghníomhaíocht dóibh agus ar tháinig aon cheisteanna agus/nó easaontas chun cinn le linn na gníomhaíochta. Más cuí, d'fhéadfa eolas atá aoisoiriunach a chur

ar fáil le haghaidh roinnt de na cógais nó na nithe.

Obair Ghrúpa 1

Iarr ar na daltaí na pictiúir go léir de na cógais atá bailithe acu a chur in áit shonraithe ar an urlár agus tabhair deis do na páistí siúl timpeall agus féachaint orthu. Fiafraigh díobh an bhfuil aon cheisteanna acu nó ar mhaith leo aon tuairim a nochtadh faoi phictiúir na gcógas.

Cuir na páistí i ngrúpaí agus iarr orthu na ceisteanna seo a leanas a phlé a d'fhéadfaí a thaispeáint ar an CBI:

- Cé a úsáideann cógais?
- Cén fáth go n-úsáidimid cógais?
- Cad iad na torthaí a bhíonn ag cógais?
- Cá bhfaighimid cógais?
- Cá háit as a dtagann cógais?
- An féidir leat cineálacha éagsúla cógais a ainmniú?
- Cad iad na cineálacha cógais is coitianta a úsáidtear?
- An úsáideann gach duine cógais?
- Cá háit a gcoimeádtar cógais?
- An bhfuil gach cógas go maith?
- An féidir le cógais dochar a dhéanamh?
- Conas is féidir linn a chinntiú go gcabhraíonn cógais linn?

Tabhair cuireadh do gach grúpa tuairisc a thabhairt don rang faoin bplé a bhí acu. Déan comparáid idir aon eolas atá difriúil. Tabhair cuireadh do na daltaí ceisteanna atá acu a chur faoin méid a pléadh.

Fiafraigh díobh: Meas tú cén treoirilínte a bheadh go maith maidir le húsáid shábháilte cógais? Breac síos a gcuid

A CEATHAIR: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

freagraí agus cuir leo más gá leis na treoirlínte seo a leanas faoi chógais a d'fhéadfaí a scríobh ar an gclár bán nó ar an CBI agus a phlé:

- Léigh an lipéad go cúramach i gcónaí
- Ná tóg ach an méid a moladh nó a ordaíodh (ní chabhróidh sé leat mura dtógann tú do dhóthain, ach d'fhéadfaí an iomarca dochar a dhéanamh duit)
- Ná roinn an cógas a tugadh duit ar oideas
- Ná tóg cógas duine eile a tugadh ar oideas
- Ná húsáid an cógas ach don chuspóir a ceapadh é
- Ná tóg aon chógais ná substaintí a bhfuil cuma cógais orthu mura bhfuil a fhios agat cad iad nó cá háit as ar tháinig siad
- Má tá amhras ort, cuir ceist ar chógaiseoir nó ar dhochtúir faoi cén cógas atá ceart duit?

Obair Ghrúpa 2

Póstaer a Dhearadh: Úsáid Shábháilte Cógas

Tabhair cuireadh do gach grúpa póstaer a dhearadh chun béim a leagan ar conas cógais a úsáid go sábháilte. Caithfidh siad na cúig threoirlíne is tábhachtaí dar leo féin, a roghnú. Tugtar bileog páipéir A3 nó cárta éadrom do gach grúpa agus scríobhtar a gcúig threoirlíne ar an bpóstaer. Ansin roghnaíonn siad íomhánna ón ríomhaire agus aontaíonn siad íomhánna gur mhian leo a tharraingt a chabhródh leis na treoirlínte a roghnaigh siad a léiriú. D'fhéadfaí na póstaer a rinneadh sa rang a bheachtú níos mó le linn an rang Ealaíne nó d'fhéadfaí iad a dhearadh arís ar an ríomhaire. Ansin d'fhéadfaí iad a thaispeáint sa rang, nó in áit taispeána comhroinnte sa scoil. D'fhéadfadh daltaí póstaer A4 a

dhearadh dá gcuid tithe féin agus na treoirlínte céanna á n-úsáid, agus iad a phlé lena dtuismitheoirí nó caomhnóirí mar obair bhaile. D'fhéadfaí cóipeanna de na póstaer A4 a choimeád i bhfillteáin nó i gcóipleabhair OSPS na ndaltaí.

Agallamh Roghnach

Sula dtugann an cógaiseoir áitiúil cuairt ar an scoil, d'fhéadfadh na páistí ceisteanna a mholadh gur mhaith leo a chur ar an gcógaiseoir. Is féidir aontú ar cheisteanna agus iad a scríobh síos.

D'fhéadfadh páistí tairiscint a dhéanamh na ceisteanna a chur nó b'fhéidir go gcuirfeadh roinnt páistí ceist nó dhó in aghaidh an pháiste. D'fhéadfaí an t-agallamh a thairiscint agus freisin d'fhéadfaí é a chur i nuachtlitir ranga nó scoile.

D'fhéadfadh an cógaiseoir ceisteanna na bpáistí a fhreagairt agus freisin aon eolas eile a thabhairt a mheasann siad a bheith oiriúnach do Rang a 5. D'fhéadfadh an cógaiseoir féachaint ar na póstaer atá deartha ag na páistí, na treoirlínte cuí a mholadh agus, más gá, treoirlínte eile a mholadh.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad a d'fhoghlaim siad ón gceacht faoi chógais, faoina n-úsáid agus faoina n-úsáid cheart, faoi na baoil, agus na treoirlínte sábháilteachta. D'fhéadfadh daltaí an méid a d'fhoghlaim siad a scríobh ina gcóipleabhar OSPS. Mar rogha eile d'fhéadfadh na daltaí an chuid ábhartha den **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú agus í a choimeád ina bhfillteán OSPS le húsáid i gceachtanna ina dhiaidh seo.

Sábháilteacht agus Cosaint

_____ is ainm dom

Ar an leathanach seo coinneoidh mé cuntas ar na rudaí tábhachtacha a d'fhoghlaim mé sna ceachtanna faoi shábháilteacht agus cosaint.

Ainm an cheachta	Cad a d'fhoghlaim mé
Ceacht 1 Cógais	
Ceacht 2 Cúrsaí Baolacha a Bhainistiú	
Ceacht 3 Sábháilteacht le Substaintí	
Ceacht 4 Coinneáil Sábháilte	
Ceacht 5 Timpistí a Chosc	

CEAHT 2 A CEATHAIR: 2

CÚRSAÍ BAOLACHA A BHAINISTIÚ

COINCHEAP LÁRNACH

Is gá do pháistí scileanna a fhorbairt chun cúrsaí baolacha a mheas agus straitéisí éagsúla a cheapadh chun déileáil leis na cúinsí sin.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

■ **Snáithaonad:** Sábháilteacht agus cosaint
Sábháilteacht phearsanta

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscóil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

Cuspóirí Ábhair

Cúrsaí agus áiteanna a d'fhéadfadh sábháilteacht phearsanta a chur i mbaol a aithint.

Raon cúrsaí agus cineálacha iompair baolaigh a phlé agus bealaí chun na baol seo a sheachaint nó a laghdú a mheas agus a luacháil chomh maith le himpleachtaí na mbaol sin a thógáil.

Saincheisteanna sábháilteachta

Feasacht ar shláinte agus ar shábháilteacht sa scoil, sa bhaile agus sa láthair oibre a fhorbairt.

Cuid de na baol a d'fhéadfadh a bheith ann do shláinte agus do shábháilteacht sa chomhshaol a aithint agus a iniúchadh.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cogaíoch a fhorbairt le teanga

■ **Snáithaonaid:** Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Cúrsaí Baolacha
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Tobsmaointeoireacht
- Obair Ghrúpa 1 agus Plé
- Obair Ghrúpa 2
- Conclúid

A CEATHAIR: 2

NÓS IMEACHTA SONRACH

Tobsmainteoireacht

Scríobh an focal *Baol* ar an gclár bán. Iarr ar na páistí smaoineamh faoi fhocail a bhaineann leis an bhfocal baol. Más focail dhiúltacha iad go léir, fiafraigh díobh:

- *An bhfuil gné dhearfach ag baint le baol?*
- *Cathain a d'fhéadfadh sé a bheith go maith riosca a thógáil?*
- *Cathain a d'fhéadfadh sé gan a bheith go maith riosca a thógáil?*

Mínigh dóibh go mbaineann an plé inniu le cúrsaí ina bhféadfadh baol a bheith díobhálach nó contúirteach.

Obair Ghrúpa 1 agus Plé

Cuir na páistí i ngrúpaí. Tabhair na ceisteanna seo a leanas dóibh (ar an gclár bán nó ar an CBI) chun plé a spreagadh faoi iompar agus cúrsaí baolacha.

- *Déan cur síos ar chúrsaí baolacha a d'fhéadfadh tarlú do dhaoine óga ar chomhaois libhse? Cad iad na smaointe agus na mothúcháin a d'fhéadfadh a bheith ag daoine óga i gcásanna contúirteacha?*
- *Má tá rud éigin contúirteach conas a dhéanadh duine óg cinneadh é a dhéanamh nó gan é a dhéanamh?*

Iarr ar gach grúpa aontú ar éascaitheoir, cláraitheoir agus tuairisceoir. Tabhair am dóibh chun na ceisteanna a phlé. Tóg aiseolas ó gach grúpa, agus déan nóta de na cosúlachtaí agus na difríochtaí idir na tuairiscí ó na grúpaí. Mura n-úsáideann na páistí an téarma measúnú riosca d'fhéadfá é a mhíniú dóibh. Mínigh:

Ciallaíonn sé go ndéanaimid an méid riosca a bhaineann le hiompar nó cás a mheas trí smaoineamh ar na torthaí a d'fhéadfadh a bheith ann mar gheall ar

pháirt a ghlacadh san iompar nó sa chás sin ó thaobh an dochair a d'fhéadfadh a bheith ann dúinn féin nó do dhaoine eile.

Inis do na páistí go ndéantar 'measúnuithe riosca' in go leor ionad oibre chun daoine a choimeád sábháilte.

- *An féidir leat smaoineamh ar aon ionad oibre ina bhféadfadh sé seo a bheith tábhachtach?*

- *Cad faoi scoil?*
- *Cad faoin gclós súgartha?*
- *Ionad Óige/Pobail?*

Mínigh dóibh gur bealach amháin le measúnú riosca a dhéanamh ná uimhir ar scála óna haon go dtí a deich a thabhairt do na torthaí a d'fhéadfadh a bheith ann, áit a chiallaíonn a haon go bhfuil baol an-íseal ann go dtarlódh aon rud díobhálach agus ciallaíonn a deich go bhfuil an baol go dtarlódh rud éigin díobhálach an-ard nó go bhfuiltear beagnach cinnte go dtarlódh sé.

Obair Ghrúpa 2

Tabhair roinnt cásanna ó na **Cúrsaí Baolacha?** do gach grúpa. Ní mór don ghrúpa measúnú a dhéanamh ar an riosca i ngach cás ó thaobh na dtorthaí a d'fhéadfadh a bheith ann do na daoine óga atá i gceist. Ní mór dóibh aontú ar an gcinneadh is fearr don duine óg i ngach cás agus na straitéisí a theastaíonn chun an rud is fearr a dhéanamh.

Tóg aiseolas ó na grúpaí, agus déan nóta de na cosúlachtaí agus na difríochtaí idir na grúpaí.

A CEATHAIR: 2

NÓS IMEACHTA SONRACH

Conclúid

Iarr ar na páistí na cúig rud is tábhachtaí a d'fhoghlaim siad faoi chúrsaí baolacha sa cheacht seo a bhreacadh síos. Ansin d'fhéadfaidís an méid a d'fhoghlaim siad a scríobh ina gcóipleabhar OSPS. Is féidir leo an méid a d'fhoghlaim siad a roinnt le páirtí. Mar rogha eile iarr ar na páistí an **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú.

Síneadh

Stiallghreannán

D'fhéadfá iarraidh ar na grúpaí stiallghreannán a dhéanamh faoi cheann amháin nó níos mó de na cásanna a phléigh siad. Iarr orthu sraith pictiúr a tharraingt i mboscaí, a léiríonn an suíomh, na gníomhartha féideartha, agus cad a rinneadh sa deireadh. Ansin cuir uimhir 1 ar an gcéad bhosca chun tús an stiallghreannáin a chur in iúl. Gearrtar na pictiúir isteach ina gcuid boscaí ar leith. Ansin tógann na grúpaí sealanna chun pictiúir a chéile a chur le chéile.

Cúrsaí Baolacha?

Tá tú sa bhaile i d'aonar agus iarradh ort fanacht istigh. Buailtear cloigín an dorais. Níl tú ag súil le haon duine.

Tá tú ag siúl abhaile i d'aonar tráthnóna. Tá tuirse ort. Stopann gluaisteán agus iarrann an tiománaí treoracha. Ansin tugann sé cuireadh duit taisteal sa ghluaisteán chomh fada le do theach féin.

Tá roinnt cairde ag déanamh pleananna chun fanacht amach ón scoil gan chead. Tá a fhios agat cad atá ar siúl acu agus beidh siad ag súil go rachaidh tusa in éineacht leo.

Tá do chairde ag spraoi i seanfhoirgneamh. Tá siad ag imirt 'dúshláin' agus seanstaighre á úsáid, chun féachaint cé a dhreapfaidh is airde. Tá an staighre an-ghuagach agus tá codanna de briste.

Tá tú ag spraoi i ngoirt ag cúl do thí/d'éastáit tithíochta le do chairde. Tá go leor spáis ann agus is mór an spraoi é a bheith ag rith, ag dul i bhfolach agus sa tóir ar a chéile ó ghort go gort. Tugann tú faoi deara go bhfuil piolóin leictreachais agus sreanga os bhur gcionn i ngort amháin.

Tairgeann do dheartháir nó do dheirfiúr níos sine agus a gcairde toitín duit. Tosaíonn siad ag spochadh asat agus iad ag rá gur leanbh tú agus go bhfuil eagla ort tobac a chaitheamh.

Tá cairde leat ag spraoi in aice le líne/crosaire iarnróid. Molann duine acu cluiche ina bhfeiceann sibh cé chomh fada is a thógann sé dul trasna agus teacht ar ais fad is nach bhfuil aon traein ag teacht.

Socraíonn cairde leat dul ag snámh in abhainn in aice libh. Tá a fhios agat go bhfuil an abhainn seo domhain agus go mbíonn na sruthanna an-láidir. Tá gach duine eile ag tnúth le dul.

Iarrann seanchomharsa leat a bhfuil cónaí air ina aonar ort an tsiopadóireacht a dhéanamh dó agus nuair a thógann tú chuige í, éilíonn sé go suífeá in aice leis ag féachaint ar an teilifís. Níl tú compordach le cúrsaí. Deir do thuismitheoirí gur ceart cabhrú le seandaoine i gcónaí.

Tá tú ar cuairt ar fheirm agus tá tarracóir ann atá gan faire. Ba mhaith leat triail a bhaint as suí sa tharracóir mar nach raibh an deis sin agat riamh. Tá na heochracha ann.



CEAHT 3 A CEATHAIR: 3

SÁBHÁILTEAHT LE SUBSTAINTÍ

COINCHEAP LÁRNACH

Is gá do pháistí straitéisí sábháilteachta a aithint agus a bheith acu le dul i ngleic le substaintí contúirteacha agus substaintí anaithnide.

AN CURACLAM OSPS

Snáithe: Mise

Snáithaonad: Sábháilteacht agus cosaint
Saincheisteanna sábháilteachta

Cuspóir Ábhair

Na substaintí sa bhaile, sa scoil nó ar an bhfeirm a d'fhéadfadh a bheith dainséarach mura n-úsáidtear i gceart iad a aithint, agus a chinntiú go bhfuil straitéis sábháilteachta foghlamtha acu chun déileáil le substaintí anaithnide agus substaintí dainséaracha.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

Snáitheanna: Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

OSCE - Eolaíocht

Snáithe: Ábhair

Snáithaonad: Airíonna agus tréithe ábhar

NÓTA DON MHÚINTEOIR

D'fhéadfadh nach mbeidh cur amach ag na páistí ar chuid de na focail a úsáidtear

sa cheacht seo agus go mbeidh ort iad a mhíniú (e.g. greannaitheoir, cnaiteach, nimhiúil).

D'fhéadfá pictiúir nó soithigh fholmha de na substaintí seo a leanas agus na comharthaí rabhaidh orthu a bhailiú agus a thabhairt isteach: gliú, péint, tuarthóir, leacht ceartaithe, snas ingne, peitreal, agus aerasól. Féach freisin https://www.osha.gov/Publications/HazComm_QuickCard_Pictogram.html le haghaidh siombailí idirnáisiúnta do chomharthaí rabhaidh.

Teagmhálaí úsáideach le haghaidh eolais, bileog agus póstaer is ea The National Poisons Information Centre: <http://www.poisons.ie>

ACMHAINNÍ

- Bileoga: Scéalta faoi Shubstaintí agus Bí Sábháilte!, gearrtha suas, – dóthain le haghaidh ocht ngrúpa.
- Rochtain ar an idirlíon
- Píosaí móra páipéir
- Irisí
- Pictiúir nó soithigh fholmha de shubstaintí contúirteacha agus comharthaí rabhaidh orthu
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Plé
- Obair Ghrúpa 1
- Obair Ghrúpa 2
- Obair Ghrúpa 3
- Conclúid

A CEATHAIR: 3

NÓS IMEACHTA SONRACH

Obair Ghrúpa 1

Cuir na páistí i ngrúpaí. Cuir an **Bhileog Oibre: Substaintí** timpeall chuig gach grúpa. Iarr orthu na cártaí a ghearradh agus ansin a chur ina ngrúpaí agus dhá chritéar á n-úsáid acu: substaintí atá contúirteach, agus substaintí atá sábháilte. Iarr ar na páistí na fáthanna lena gcuid roghanna a phlé. Tóg aiseolas ó na grúpaí agus déan comparáid idir na torthaí.

Ansin, iarr ar na grúpaí táirgí eile a ainmniú a aithníonn siad agus a bhfuil a fhios acu go bhfuil siad contúirteach. Tóg aiseolas ó na grúpaí.

Fiafraigh de na páistí cad a chiallaíonn na focail guaiseach nó nimhiúil. Iarr orthu na sainmhínte a sheiceáil ina gcuid foclóirí. Cuir an bailiúchán táirgí nó na pictiúir de na táirgí leis na siombailí rabhaidh orthu ar taispeáint. Taispeáin na siombailí rabhaidh ar na táirgí. Cuir ar an eolas iad faoi na siombailí guaise oifigiúla do shubstaintí agus mínigh iad.

Obair Ghrúpa 2

Cuir na páistí in ocht ngrúpa. Cuir ceann de na **Cártaí: Bí Sábháilte!** timpeall chuig gach grúpa. Iarr ar gach grúpa a gcárta a léamh go cúramach agus an tasc a bhfuil cur síos air a dhéanamh. Iarr orthu:

- Scéal gairid a léamh agus a phlé
- Na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann bainteach leis an scéal a bhreacadh síos.
- Bealaí le dochar a chosc a liostáil.

Tabhair neart ama do na páistí chun an obair a chríochnú agus ansin iarr ar na grúpaí a bhfuil an scéal céanna acu suí le chéile agus plé a dhéanamh faoin ar shocraigh siad maidir leis na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann agus bealaí le dochar a chosc. Tóg aiseolas faoi gach scéal, agus déan comparáid idir na freagraí ón dá ghrúpa a bhfuil an scéal céanna acu.

Obair Ghrúpa 3

Cuir na páistí i gcúig ghrúpa don ghníomhaíocht seo. Cuir bileog mhór páipéir timpeall chuig gach grúpa. Tabhair seomra sa teach do gach grúpa e.g. cistin, seomra codlata, seomra folctha, seomra fónais agus garáiste. Iarr ar gach grúpa pictiúir a tharraingt d'earraí a fhaightear sa chuid sin den teach agus iad a ainmniú.

Ansin, iarr orthu cinneadh a dhéanamh faoin chatagóir lena mbaineann gach earra:

- gan a bheith díobhálach
- d'fhéadfadh sé a bheith díobhálach
- díobhálach
- ní fios.

(D'fhéadfaí na catagóirí seo a scríobh ar an gclár bán nó ar an CBI). Tabhair cuireadh do na grúpaí tuairisc faoina gcuid torthaí a thabhairt don rang uilig.

Tabhair aon soiléiriú a theastaíonn agus freagair aon cheisteanna a thagann chun cinn.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad a d'fhoghlaim siad faoi bheith sábháilte timpeall substaintí ó na gníomhaíochtaí a rinne siad nó iarr ar na páistí an chuid ábhartha den **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú.

Síneadh

D'fhéadfadh na páistí an **Bhileog Fhiosraithe** a chomhlánú sa bhaile le cabhair ó thuismitheoirí nó ó chaomhnóirí agus a gcuid torthaí a thógáil isteach sa rang, áit ar féidir iad a roinnt agus a thaispeáint.

Substaintí

Caifé	Leacht Ceartaithe	Púdar / Leacht Níocháin
Vearnais Ingne / Díobhach Vearnais Ingne	Seacláid	Cógas Casachta
Sú Oráiste	Péint	Cipíní/Lastóirí
Tuarthóir	Gliú	Uisce
Glantóir Oighinn	Tae	Marcóirí
Peitreal	Fíon	Bainne
Caifé	Gás	Úraitheoir Aeir
Snasán Urláir	Frithreo	Glantóir Draenach

Scéalta Bí Sábháilte!

Scéal 1

Pléigh:

Tá coimeádán peann luaidhe á dhéanamh ag Kyra. Úsáideann sí greamú meandrach, gliú láidir. Iarrann sí ar a deartháir óg cabhrú léi.

Cad iad na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann? Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil.

Scéal 2

Pléigh:

Tá mionsamhail de ghluaisteán á spraeophéinteáil ag Máirtín. Lá te atá ann. Tá sé sa gharáiste.

Cad iad na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann? Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil.

Scéal 3

Pléigh:

Tá Mamaí/Dadaí ag glanadh an oighinn le sprae glantóir oighinn. Tá deifir orthu agus níl lámhainní rubair á gcaitheamh acu. Is lá fuar é agus tá na fuinneoga agus na doirse uilig dúnta.

Cad iad na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann? Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil.

Scéal 4

Pléigh:

Tá Léan sa gharáiste agus feiceann sí soitheach ina bhfuil peitreal in aice le dóire don teas lárnach atá ar siúl.

Cad iad na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann? Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil.

Bileog Fhiosraithe

Roghnaigh trí nó ceithre cinn ón méid seo a leanas agus déan roinnt taighde le tuismitheoir nó le caomhnóir...

Vearnais Ingne

Déan taighde ar an dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le vearnais ingne a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil vearnaisí ingne ann nach bhfuil aon torthaí dochracha féideartha acu?

Leachtanna Ceartaithe

Déan taighde ar an dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le leachtanna/bataí ceartaithe a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil leachtanna/bataí ceartaithe ann nach bhfuil aon torthaí dochracha féideartha acu?

Aerasóil

Déan taighde ar an dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le haerasóil a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil aerasóil ann nach bhfuil aon torthaí dochracha féideartha acu?

Gliú

Déan taighde ar aon dainséar a d'fhéadfadh a bheith ann le gliú a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. Faigh amach aon bhfuil aon ghliúnna ann nach bhfuil torthaí dochracha féideartha acu.

Péint

Déan taighde ar aon dainséar a d'fhéadfadh a bheith ann le péint a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil aon péinteanna ann nach bhfuil torthaí dochracha féideartha acu.

Glantóir oighinn

Déan taighde ar aon dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le glantóir oighinn a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil glantóirí oighinn ann nach bhfuil torthaí dochracha féideartha acu.

Peitreal

Déan taighde ar aon dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le peitreal a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil aon chineál peitрил ann nach bhfuil aon torthaí dochracha féideartha aige?

Glantaigh

Déan taighde ar aon dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le glantaigh a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil aon ghlantaigh ann nach bhfuil aon torthaí dochracha féideartha acu?

Lastóirí/Breoslaí lastóra

Déan taighde ar aon dochar a d'fhéadfadh a bheith ann le lastóirí/breoslaí lastóra a úsáid. Déan na bealaí le dochar a chosc a liostáil. An bhfuil aon lastóirí/breoslaí lastóra ann nach bhfuil aon torthaí dochracha féideartha acu?

Bileog Fhiosraithe

Torthaí taighde:

Substaint: _____
(Gliú, Péint, Peitreal etc.)

Substaint: _____

Substaint: _____

Substaint: _____

CEAHT 4 A CEATHAIR: 4

COINNEÁIL SLÁN

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a fhorbraítear feasacht páistí ar shábháilteacht in éagsúlacht cásanna, cabhraítear leo a bheith réamhghníomhach faoina gcuid sábháilteachta féin.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

■ **Snáithaonad:** Sábháilteacht agus Cosaint
Sábháilteacht phearsanta

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscóil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

Cuspóirí Ábhair

Tuiscint go bhfásann freagracht as sábháilteacht phearsanta de réir mar a fhásann neamhspleáchas, agus go gcaithfear straitéis le coinneáil slán a fhorbairt agus cloí léi.

An ról atá ag gach duine maidir le daoine eile a choimeád slán a phlé agus a léirtheiscint agus ócáidí a aithint ina bhféadfadh a gcuid gníomhartha sábháilteacht daoine eile a chur i mbaol.

Saincheisteanna sábháilteachta

Áiteanna a aithint ina bhfuil sé níos sábháilte a bheith ag spraoi agus conas tú féin a iompar ar bhealach freagrach agus spraoi ar siúl.

Bheith ar an eolas faoi conas a bheith sábháilte le linn taistil agus a thuiscint conas is féidir le daoine aonair daoine eile a choimeád sábháilte.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

D'fhéadfaí go mbeidh gá le ráitis shamplacha a athrú chun taithí nó cásanna áirithe páistí sa rang a chur san áireamh.

ACMHAINNÍ

- Ráitis
- Comharthaí (Sábháilte, Éiginnte, Baolach, agus Contúirteach)
- Scéalta
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Díospóireacht Siúil agus Plé
- Obair Ghrúpa
- Conclúid

A CEATHAIR: 4

NÓS IMEACHTA SONRACH

Díospóireacht Siúil agus Plé

Fiafraigh de na páistí ar chuala siad faoi Dhíospóireachtaí Siúil nó ar ghlac siad páirt iontu roimhe seo. Má chuala nó má ghlac siad páirt iontu, is féidir leo a mhíniú cad atá i gceist leo – murar chuala nó murar ghlac siad páirt iontu is féidir leat an próiseas atá i gceist a mhíniú. Marcáil líne trasna an tseomra ranga. Cuir na comharthaí: **Sábháilte, Éiginnte, Baolach, Contúirteach** ar an líne chun cantanam a dhéanamh. Mínigh do na páistí go bhfuil tú chun roinnt ráiteas a léamh amach agus go gcaithfidh siad siúl chuig áit ar an líne de réir a mbreithiúnais ar an iompar a bhfuil cur síos air sa ráiteas. Mol dóibh a n-intinn féin a dhéanamh suas faoin iompar seachas dul leis an slua.

Roghnaigh ráitis ó na cinn seo a leanas nó cuir ráitis chúil eile ina n-ionad:

- Troid bhréagach a dhéanamh le cairde agus sibh ag siúl ar chosán cúng
- Siúl nó scátáil ar linn / chanáil / abhainn a bhfuil oighear uirthi
- Siúl timpeall láithreán tógála tar éis do na hoibrithe imeacht
- Siúl timpeall láithreán tógála agus obair ar siúl ann
- Lóis ghréine a úsáid ar lá atá te ach scamallach sa Samhradh
- Crann a dhreapadh agus tú i d'aonar.
- Léim de bhalla
- An trasrian coisithe a úsáid i gcónaí
- Dul amach ar do rothar gan clogad sábháilteachta a chaitheamh
- Dul chuig an gclós súgartha tar éis don pháirc dúnadh
- Síoba a dhiúltú ó dhaoine nach bhfuil aithne agat orthu
- Tinte ealaíne a úsáid

- Dul ag clárscátáil nó ag scátáil ar rothaí agus éide cosanta ort
- Piolla le haghaidh tinnis cinn a thógáil ó chara
- Fanacht amuigh le linn stoirme toirní
- Alcól a ól sula mbíonn tú ocht mbliana déag d'aois
- Bóthar gnóthach a thrasnú gar don trasrian coisithe
- Dul amach i d'aonar ar feadh tamaillín gan insint do dhuine ar bith.
- Coinnle a bheith ar lasadh agat i do theach
- Snámh sa linn snámha áitiúil
- Dul ag rothaíocht timpeall d'eastáit/do bhloc árasáin/do cheantair áitiúil
- Do sheoladh ríomhphoist a thabhairt do dhuine éigin.

Tar éis do na páistí áit a roghnú le seasamh uirthi, fiafraigh díobh: Cén fáth gur roghnaigh tú an áit sin? Spreag iad siúd a bhfuil seasaimh éagsúla acu a rogha a mhíniú. Fiafraigh díobh ar mhaith le haon pháiste iarracht a dhéanamh cur ina luí ar pháistí eile bogadh chun a áite. Má bhogann aon duine, fiafraigh díobh cén fáth gur athraigh siad a ndearcadh. Cuir ceist ar na páistí faoin tionchar a bhíonn ag daoine orthu.

- *An bhfuil sé éasca teacht faoi thionchar daoine eile, nó cloí le do chinneadh féin?*

- *Samhlaigh go mbeadh do chara ar tí rud éigin a dhéanamh a mheas tú féin a bheith contúirteach – an ndéanfá iarracht iad a stopadh?*

- *Conas a d'fhéadfá é sin a dhéanamh?*

A CEATHAIR: 4

NÓS IMEACHTA SONRACH

Obair Ghrúpa

Cuir an rang i ngrúpaí de sheisear Ní mór do gach grúpa éascaitheoir agus cláraitheoir a roghnú. Tabhair cás faoi leith ó na cinn seo a leanas do gach grúpa:

- Ag taisteal ar an mbus nó ar an traein
- Bheith i gclós súgartha
- Bheith sa bhaile mór
- Bheith in aice le loch, le habhainn nó cois farraige
- Bheith i láthair ag timpiste bóthair

Iarr ar gach grúpa na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann a phlé, chomh maith lena bhfreagracht dóibh féin agus do dhaoine eile sa chás. Ansin iarr orthu ceithre straitéis sábháilteachta nó níos mó le coimeád sábháilte ina gcás áirithe a phlé agus a scríobh. Iarr ar gach grúpa an cás, na contúirtí a d'fhéadfadh a bheith ann, a gcuid freagrachtaí agus na straitéisí sábháilteachta a chur i láthair don rang uilig. Mol don chuid eile den rang contúirtí, freagrachtaí agus straitéisí breise a chur leo, más cuí.

Conclúid

Iarr ar na páistí an méid seo a leanas a phlé:

- An méid a d'fhoghlaim siad ón gceacht faoi bheith sábháilte
- Cé chomh éasca nó chomh deacair is atá sé a shocrú an bhfuil cúrsaí sábháilte nó nach bhfuil.
- Tionchar cairde ar chinntí faoi chúrsaí a bheith sábháilte agus gan a bheith sábháilte
- Na straitéisí a chabhraigh leo san am atá thart agus aon straitéisí nua ar mhaith leo triail a bhaint astu.

Tar éis an phlé, is féidir leis na páistí trí nó ceithre abairt a scríobh ina gcóipleabhar OSPS faoin méid a d'fhoghlaim siad faoi chúrsaí sábháilteachta sa cheacht seo. Mar rogha eile iarr ar na páistí an **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú.

Síneadh

Agus iad ina ngrúpaí, d'fhéadfadh na páistí póstaer a dhéanamh agus íomhánna á n-úsáid acu chun cuid de na cásanna a pléadh sa cheacht a léiriú agus a gcuid straitéisí sábháilteachta a scríobh ar an bpóstaer. Cuir na póstaer timpeall an ranga nó na scoile chun tacú le plé agus chun plé faoi shaincheisteanna sábháilteachta a spreagadh.

CEAHT 5 A CEATHAIR: 5

TIMPISTÍ A CHOSC

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a phléitear timpistí agus na cúiseanna leo méadaítear feasacht páistí faoinar cheart dóibh a dhéanamh chun timpistí a chosc agus faoinar cheart dóibh a dhéanamh i gcás timpiste.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

■ **Snáithaonad:** **Sábháilteacht agus cosaint**
Sábháilteacht phearsanta

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscoil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

Cuspóirí Ábhair

Tuiscint go bhfásann freagracht as sábháilteacht phearsanta de réir mar a fhásann neamhspleáchas, agus go gcaithfear straitéis le coinneáil slán a fhorbairt agus cloí léi.

Saincheisteanna sábháilteachta

Dearcadh freagrach a fhorbairt maidir le timpistí a chosc agus fios a bheith acu cad is cóir a dhéanamh i gcás timpiste.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

■ **Snáithaonaid:** **Labhairt**

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

ACMHAINNÍ

- Bileog: Cásanna/ Timpistí/Eachtraí
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)
- Bileog Oibre: Machnamh ar Shábháilteacht agus ar Chosaint

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Plé
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

A CEATHAIR: 5

NÓS IMEACHTA SONRACH

Plé

Fiafraigh díobh: *Cad a d'fhoghlaim muid faoi straitéisí sábháilteachta maidir le baoil sa cheacht roimhe seo? Lean ort leis na ceisteanna seo a leanas:*

- *Cá dtarlaíonn timpistí?*
- *Cathain a tharlaíonn timpistí?*
- *Conas a tharlaíonn timpistí?*
- *Cé a bhíonn mar chúis do thimpistí?*
- *An féidir timpistí a chosc?*
- *Cé atá in ann timpistí a chosc? Cén chaoi?*
- *An féidir le páistí cabhrú le timpistí a chosc? Cén chaoi?*
- *Cé atá freagrach as do chuid sábháilteachta?*

Obair Ghrúpa

Cuir na páistí i ngrúpaí agus tabhair dhá nó trí chás ón **mBileog: Cásanna/Timpistí/Eachtraí** nó ó na cásanna a pléadh roimhe seo do gach grúpa. Iarr orthu trí straitéis chun timpistí a chosc a phlé, a aontú agus cuntas a scríobh, chomh maith le trí rud le déanamh dá dtarlódh timpiste nó eachtra maidir leis an gcás.

Iarr ar gach grúpa a gcuid straitéisí a roinnt chomh maith leis na nithe ar chóir a dhéanamh i gcás timpiste. Spreag iad le ceisteanna a chur ar a chéile ar mhaithe le soiléiriú agus moltaí a dhéanamh faoi aon fheabhsúchán maidir leis na straitéisí coiscthe. Déan na rialacha sábháilteachta a phlé.

Conclúid

Cuir ceist ar na páistí faoin méid a d'fhoghlaim siad ón gceacht faoi thimpistí a chosc. Is féidir taifead a dhéanamh ar an **mBileog Oibre: Machnamh ar**

Cheachtanna. Chun dul siar ar an méid a d'fhoghlaim siad san aonad, is féidir leis na páistí an **Bhileog Oibre: Machnamh ar Shábháilteacht agus ar Chosaint** a chomhlánú, agus an bhileog oibre a bhí acu roimhe sin a úsáid mar thagairt.

Síneadh

D'fhéadfaí socrú a dhéanamh cuireadh a thabhairt do chuairoteoirí a bhfuil ról acu bainteach le sábháilteacht nó le cosc sa phobal teacht chuig an rang agus féachaint ar rialacha agus ar ghníomhartha na bpáistí i gcás timpistí (e.g. Garda, fear dóiteáin, teagascóir snámha, nó oifigeach sláinte agus sábháilteachta). Is féidir leis an gcuairteoir na páistí a mholadh nó tuilleadh comhairle a chur orthu faoi dhea-chleachtas i gcás timpiste agus freisin faoi conas timpistí a chosc. D'fhéadfadh na páistí agallamh a chur ar an gcuairteoir faoina ról sa sábháilteacht agus sa chosaint. D'fhéadfaí ceisteanna agallaimh a chur le chéile roimh an gcuairt. D'fhéadfaí na h-agallaimh a scannánú. D'fhéadfaí tuairiscí den agallamh a chur i nuachtlitir ranga nó scoile.

Bileog: Cásanna Timpistí/Eachtraí

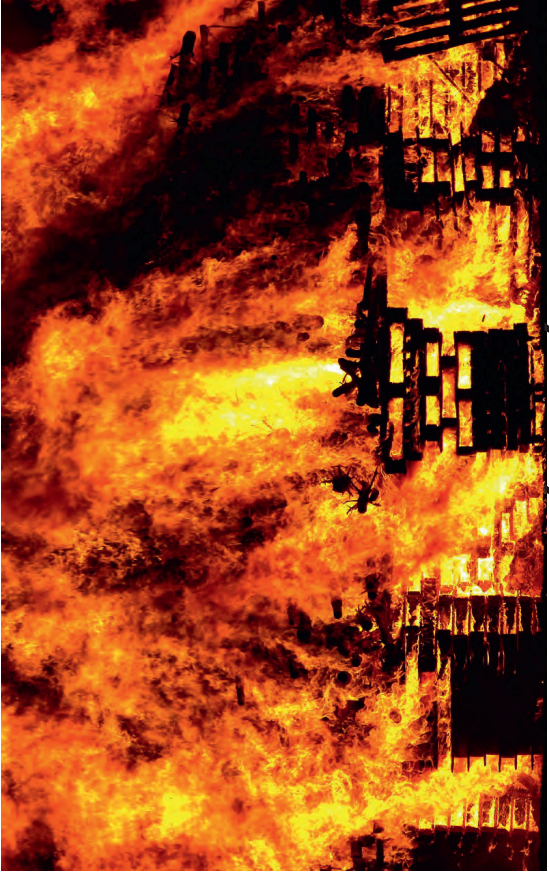
Garr amach na cártaí seo a leanas agus tabhair 3 chás do gach grúpa. Is é atá le déanamh acu ná: trí straitéis chun timpistí a chosc sna cásanna áirithe sin a bhreacadh síos. Trí rud a scríobh atá le déanamh má tharlaíonn timpiste nó eachtra maidir leis an gcás.



TIMPEALL STRAINSÉIRÍ



TINTE EALAÍNE



DÓITEÁN



ROTHAÍOCHT



AMUIGH FAOIN nGRÍAN



AG TROID



CLÁIR SCÁTÁLA / LANNA ROLLÁLA



SA BHAILE (SA CHISTIN)



SEID/ GARÁISTE



TIMPEALL AINMHITHE



INNEALRA FEIRME



TAISTEAL SA GHLUAISTEÁN



PLANDAÍ / CAORA



TOIRNEACH & TINTREACH



FEITHIDÍ



LE LINN STOIRME



LÁITHREÁN TÓGÁLA



I/GAR DO FHOIRGNIMH THRÉIGTHE

Machnamh ar Shábháilteacht agus ar Chosaint



Dáta: _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas agus focail, frásaí, abairtí, íomhánna nó tarraingtí á n-úsáid.

D'fhoghlaim mé

Mhothaigh mé ...

Thuig mé

Thaitin ... liom

Níor thaitin ... liom

Ghlac mé páirt

Ar scála ó 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cén marc a thabharfá ar do chumas a bheith sábháilte?

Rud éigin nach bhfuilim cinnte faoi fós nó a bhfuil ceist agam faoi ná ...

Ainm: _____

AONAD 5
CINNÍ A DHÉANAMH

MISNEACH

CLÁR

AONAD 5

CINNÍ A DHÉANAMH

SNÁITHE MISE

Snáithaonad **Cinntí a Dhéanamh**

RÉAMHRÁ DON AONAD

Déanaimid cinntí gach lá dár saol. Tá roinnt cinntí ann nach gá smaoineamh orthu mórán toisc nach mbíonn torthaí suntasacha acu sa ghearrthearma nó san fhadthearma nó ní bhíonn na torthaí ar eolas againn. Chun a bheith i do chinnteoir maith maidir le cinntí suntasacha teastaíonn scileanna áirithe a ndéantar iniúchadh orthu sna ceachtanna seo. Eochairscil í torthaí gearrthéarmacha agus fadtéarmacha ár gcuid cinntí a aithint. Bíonn toradh ag tionchair a aithint, agus an luach a leagaimid ar thionchair éagsúla freisin, ar ár gcumas le cinntí maithe a dhéanamh. De réir mar a mhéadaítear freagracht páistí, beidh siad ag déanamh cinntí agus roghanna a d'fhéadfadh tionchar a bheith acu ní hamháin orthu féin ach ar dhaoine eile freisin. Is gá dóibh scileanna a fhorbairt chun idirdhealú a dhéanamh idir fíricí agus tuairimí, agus straitéisí éifeachtacha a fhorbairt chun cinntí a dhéanamh gur féidir a úsáid i gcásanna éagsúla. Cé go n-admhaítear go mbeidh páistí Rang a 5 ag feidhmiú ag léibhéil éagsúla freagrachta, beidh siad go léir ag bogadh i dtreo seasaimh níos neamhspleáiche agus níos freagraí sa bhaile, ar scoil agus sa phobal ina bhfuil siad ag feidhmiú. Ardaíonn na ceachtanna seo a bhfeasacht ar a gcuid ról agus ar a bhfreagrachtaí agus iad ag bogadh ar aghaidh ina gcuid forbartha.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1

Cinntí a Dhéanamh

Ceacht 2

Bíonn Torthaí ag Cinntí

Ceacht 3

Daoine Eile agus Cinnteoireacht

Ceacht 4

Freagrachtaí agus Roghanna

Ceacht 5

Is Féidir Liom Rogha a Dhéanamh

Ceacht 6

Bealaí le Cinntí a Dhéanamh

Ceacht 7

Fíricí agus Barúlacha

CEACHT 1

CINNÍ A DHÉANAMH

A CÚIG:1

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a aithnítear tionchair ar iompar cabhraítear le páistí a gcuid gníomhartha a thuiscint agus cinntí níos fearr a dhéanamh.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Tuiscint níos mó a fháil ar an tábhacht a bhaineann le cinntí stuama a dhéanamh ar go leor leibhéal agus cuid de na cinntí a chaithfidh siad a dhéanamh a aithint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:**
- Cumas agus muintín in úsáid teanga
 - Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
 - Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Cinntí (gearrtha suas)
- Liathróid Bhog

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Cluiche
- Plé
- Bileog Oibre/Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH A CÚIG: 1

Cluiche Liathróide

Tá liathróid bhog ag teastáil don chluiche seo agus ní mór do na páistí a bheith ina suí nó ina seasamh i gcirocal. Tabhair an liathróid do pháiste amháin agus iarr air/uirthe labhairt faoi chinneadh a rinne siad le déanaí. Ansin caitheann an páiste seo an liathróid chuig duine eile a labhraíonn faoina gcinneadh. Lean ar aghaidh go mbeidh deis ag gach duine.

Fiafraigh de na páistí cad iad na cinntí a rinne siad inniu. D'fhéadfadh roinnt leideanna a bheith ag teastáil uathu chun cabhrú leo smaoineamh ar chinntí laethúla, e.g. éirí nuair a ghlaotar orthu, bricfeasta a ithe, obair a dhéanamh ar scoil, éisteacht sa rang. Déan liosta díobh siúd ar an gclár bán nó ar an CBI. Mínigh díobh go mbíonn torthaí ag cinntí díreach anois agus sa todhchaí, agus gur féidir lenár gcuid cinntí dul i bhfeidhm ar dhaoine eile chomh maith linn féin.

Plé

Iarr ar na páistí roinnt cinntí a lua a bheadh ábhartha do pháistí 10/11 bhliain d'aois. Déan liosta díobh siúd agus scrúdaigh a gcuid torthaí gearrthéarmacha agus factéarmacha, mar shampla: *Cad a tharlódh mura ndéanfaimis obair bhaile?* Déan liosta de na torthaí láithreacha (gearrthéarmacha) a d'fhéadfadh a bheith ag cinneadh den sórt sin chomh maith leis na torthaí a d'fhéadfadh a bheith aige sa todhchaí.

Lean ar aghaidh leis na cinntí eile atá liostaithe. Fiafraigh de na páistí:

- *An mbeadh toradh ag an gcinneadh seo ar aon duine eile?*
- *Cé?*
- *Cén toradh a d'fhéadfadh a bheith aige orthu?*

Obair Ghrúpa

Cuir na páistí i ngrúpa de thriúr. Tabhair dhá nó trí chás ón **mBileog Oibre: Cinntí**

do gach grúpa. (Cuir cásanna níos oiriúnaí nó ábhartha sa bhosca bán más gá). Iarr ar na páistí an méid seo a leanas a phlé:

- Na torthaí a d'fhéadfadh a bheith ag an gcinneadh, orthu féin agus ar dhaoine eile
- an mbeadh sé éasca nó deacair na cinntí a athrú, nuair a bheidís déanta

Plé

Iarr ar na páistí tuairisc a thabhairt don rang faoin bplé. Úsáid na ceisteanna seo a leanas mar bhunús do phlé ranga uile:

- *Cé acu de na cinntí a bhí éasca nó deacair?*
- *Cén fáth go raibh siad éasca nó deacair?*
- *Cad iad na torthaí a d'fhéadfadh a bheith ag na cinntí seo orthu féin?*
- *Ar dhaoine eile?*
- *Cén fáth go ndéanfadh duine éigin na roghanna a dhéanann siad?*
- *Cé nó cad iad na rudaí a d'fhéadfadh tionchar a bheith acu ar na cinntí seo?* (e.g. cairde, tuismitheoirí, fógra teilifíse, an aimsir, rialacha, taithí, mothúcháin, riachtanais, luachanna. D'fhéadfadh roghanna a bheith níos éasca nó níos deacra a dhéanamh nuair a bhíonn tionchar ag daoine nó rudaí eile orthu).
- *Conas a bhíonn a fhios againn go bhfuil dea-chinntí nó drochchinntí déanta againn?*

Cuir i gcuimhne do na páistí gur rud maith é i gcónaí, sos a thógáil, chun smaoineamh, sula ndéantar cinneadh.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad é an rud is tábhachtaí a d'fhoghlaim siad faoi chinntí a dhéanamh. Iarr ar na páistí an méid seo a leanas a tharraingt nó a scríobh ar chárta: *Cinneadh maith a rinne mé ná...mar... Is féidir iad sin a choimeád i gcóipleabhair/i bhfillteáin OSPS na bpáistí.*

Cinntí

Cad a tharlódh sa ghearrthearma/san fhadtearma má shocraíonn tú:

Cairdeas a dhéanamh le duine a bhíonn i dtríoblóid go minic ar scoil	Ligean ort do dhuine éigin sa bhaile nach bhfuil aon obair bhaile le déanamh agat
Do stíl ghruaige a athrú, ionas go mbeidh do chuid gruaise an-ghearr	Tacú le foireann peile dhifriúil le do dhlúthchara
Gníomhaíocht choirp a dhéanamh gach lá	Airgead a thógáil ó sparán do thuismitheora
Féachaint ar an teilifís in áit obair bhaile a dhéanamh	Do sheomra a fhágáil ina phraiseach
Nóta €20 a fuair tú ar chosán lasmuigh de shiopa a thabhairt isteach	Cabhair a lorg nuair a bheadh imní ort
Airgead a chur i leataobh gach seachtain le haghaidh rothair	Ról a ghlacadh i ndrochainmneacha a thabhairt ar pháiste, ar pháiste nua sa scoil é/í
Barra seacláide a ithe gach lá	Freastal ar sheisiúin traenála d'fhoireann
Ligean ort go bhfuil tú tinn agus gan dul ar scoil ar feadh seachtaine	Sos a thógáil le smaoineamh a dhéanamh roimh fhreagairt fheargach a thabhairt nuair a ghlaotar drochainm ort
Éadaí nua a cheannach	

CEACHT 2

A CÚIG: 2

BÍONN TORTHAÍ AG CINNTÍ

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a thuigeann páistí na torthaí a bhíonn ag cinntí cabhraítear leo roghanna eolacha freagracha a dhéanamh.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Aithint go mbíonn torthaí ar chinntí agus nach ndéanann gach duine na cinntí céanna i gcónaí.

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Caidreamh le daoine eile
Cumarsáid a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Tús a chur leis an tuiscint ar an tábhacht a bhaineann le seasamh pearsanta a thógáil ach fós meas a bheith ar chreideamh, ar luachanna agus ar thuairimí daoine eile.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ní mór tosú ar an gceacht seo ar maidin, ach ní mór an chuid is mó den cheacht seo a dhéanamh i dtreo dheireadh an lae, mar tabharfar mílseán do na páistí ar maidin agus déarfai leo go bhfaighidh siad dhá cheann eile níos deireanaí sa lá, mura n-itheann siad an ceann a tugadh dóibh ar maidin.

Cinntigh nach bhfuil ailléirge i leith mílseán ag aon pháiste.

ACMHAINNÍ

- Scéal: Ní Linne an Fhadhb
- Bileog Oibre: Mo Chuid Cinntí

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Plé
- Bileog Oibre
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH A CÚIG: 2

Réamhrá: Cathú Milis, Duais Mhilis

Inis do na páistí go bhfuil tú chun milseán a thabhairt do gach duine mar fhéirín speisialta. Tá sé de rogha acu é a ithe cibé uair is mian leo. Mura n-itheann siad an milseán le linn an lae, áfach, tabharfaidh tú dhá cheann eile dóibh sula rachaidh siad abhaile. Níos déanaí sa lá, téigh timpeall agus tabhair milseáin bhreise do na páistí sin nach bhfuil a gcuidse ite acu.

Le linn an ranga dheireanaigh den lá, pléigh taithí na milseán, agus na ceisteanna seo a leanas á n-úsáid chun plé a spreagadh:

- *Cén rogha a rinne tú faoi do mhilseán?*
- *Conas a mhothaigh tú le linn an lae?*
- *Cé chomh deacair is a bhí an cinneadh sin?*
- *Cén toradh a bhí ag do rogha féin?*
- *Conas a mhothaigh tú nuair a fuair nó nuair nach bhfuair tú na milseáin bhreise?*
- *An raibh aon duine ag iarraidh a chur ina luí ort do mhilseán a ithe?*
- *Cad a tharla?*
- *Meas tú cad a chabhraigh leat é a choimeád?*
- *An féidir leat smaoineamh ar chásanna eile ina mbíonn roghanna den saghas seo le déanamh ag páistí nó daoine fásta?*
- *Cad iad na rudaí a d'fhéadfadh dul i gcion ar a gcinneadh?*
- *Cad a d'fhoghlaim tú uaidh seo?*

Plé

Meabhraigh do na páistí an obair a rinne siad sa cheacht roimhe seo faoi chinntí agus a gcuid torthaí. Déan tuilleadh plé air seo trí cheist a chur orthu faoi na torthaí gearrthéarmacha agus fadtéarmacha roinnt cinntí nár pléadh an lá cheana, mar shampla.

- Cad a tharlódh dá socróimis tosú ag caitheamh tobac?
- Cad a tharlódh dá socróimis dul isteach i bhfoireann spóirt?

Déan tobsmaointeoireacht faoi na torthaí láithreacha a bheadh ag na cinntí seo chomh maith leis na torthaí a bheadh acu sa todhchaí. Pléigh na torthaí a bhíonn ag cinneadh den sórt seo ar dhaoine eile, mar shampla an toradh a bheadh aige ar a gclann agus ar a gcairde anois agus sa todhchaí.

Bileog Oibre: Mo Chuid Cinntí

Iarr ar na páistí smaoineamh ar cheithre chinneadh a rinne siad:

- cinneadh a rinne siad inniu
- cinneadh a rinne siad an tseachtain seo caite
- cinneadh a rinne siad anuraidh
- ceann de na cinntí ba thábhachtaí atá déanta acu go dtí seo.

Cuir an **Bhileog Oibre: Mo Chuid Cinntí** timpeall agus iarr orthu taifead a dhéanamh dá gcuid cinntí, chomh maith le toradh láithreach a gcuid cinntí agus toradh fadtéarmach a d'fhéadfadh a bheith ag gach ceann. Cuir i gcuimhne dóibh go mbíonn toradh ag ár gcuid cinntí orainn féin agus ar dhaoine eile agus gur gá dúinn smaoineamh air sin chun cinntí maithe a dhéanamh. Tabhair am do na daltaí an bhileog oibre a chomhlánú, agus ansin cuir ina bpéirí iad chun a gcuid cinntí a phlé.

Plé

Mar rang, pléigh cuid de na torthaí dá gcuid cinntí orthu féin agus ar dhaoine eile.

Conclúid

D'fhéadfaí iarraidh ar na páistí rud nó dhó a d'fhoghlaim siad sa cheacht a scríobh ina gcóipleabhar OSPS.

Mo Chuid Cinntí

Cinneadh a rinne mé inniu: _____

Torthaí Anois	Torthaí nuair a bheidh mé 15 bliana d'aois

Cinneadh a rinne mé an tseachtain seo caite: _____

Torthaí Anois	Torthaí nuair a bheidh mé 15 bliana d'aois

Cinneadh a rinne mé i mbliana _____

Torthaí Anois	Torthaí nuair a bheidh mé 15 bliana d'aois

Ceann de na cinntí ba thábhachtaí a rinne mé go dtí seo: _____

Torthaí Anois	Torthaí nuair a bheidh mé 15 bliana d'aois

CEAHT 3

A CÚIG: 3

DAOINE EILE AGUS CINNTEOIREAHT

COINCHEAP LÁRNACH

De réir mar a fhásann páistí aníos tagann forbairt ar a gcumas le cinntí a dhéanamh dóibh féin. Ar an mbealach, is cosúil go mbeidh cabhair ag teastáil ó pháistí le cuid de na cinntí a bheidh le déanamh acu.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

An ról tábhachtach dlisteanach atá ag daoine fásta i ndéanamh cinntí agus i socrú teorainneacha do dhaoine óga a aithint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá trí cheacht atá bainteach le chéile sa cheacht seo. D'fhéadfaí gach ceacht a dhéanamh ina aonar mar cheacht gairid. Tacaíonn agus cuireann na trí mhír lena chéile.

Teastaíonn feacht agus tuiscint ar na leibhéil éagsúla neamhspleáchais atá ag páistí.

ACMHAINNÍ

- Bileoga Móra Páipéir agus Marcóirí
- Bileog Oibre: Cinntí Fúm Féin

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH A CÚIG: 3

Réamhrá

Iarr ar na páistí smaoiniamh ar dhaoine a ndéanann daoine eile cinntí ar a son: *An féidir leo smaoiniamh ar roinnt samplaí agus a rá cén fáth go ndéanfadh duine éigin cinneadh ar son duine eile?*

Dírigh ar leanaí agus ar pháistí óga.

Fiafraigh de na páistí:

- *Cén saghas cinntí a dhéantar ar son leanaí agus páistí óga?* (rogha ainm, rogha bia, rogha am luí, rogha cairde, rogha éadaí)
- *Cé a dhéanann na cinntí sin? Cén fáth?*
- *Cad iad na cinntí a d'fhéadfaí a cheadú do pháiste óg déanamh dó/dí féin agus iad ag tosú ag siúl?* (e.g. cén bréagán le súgradh leis).

Scríobh gach ceann de na ceannteidil seo a leanas ar an gclár bán nó ar an CBI:

- leanbh, aon bhliain d'aois
- páiste, cúig bliana d'aois
- páiste, aon bhliain déag d'aois
- déagóir
- duine fásta.

Aithin agus pléigh roinnt cinntí a dhéanfadh gach duine.

Obair Ghrúpa

Cuir na páistí i gcúig ghrúpa. Cuir bileog mhór páipéir agus marcóirí timpeall chuig gach grúpa. Iarr orthu pictiúr a tharraingt de pháiste 11 bhliain d'aois i lár na bileoige agus pictiúir nó siombailí de dhá chinneadh mór (tábhachtach) agus dhá chinneadh beag (mion) a dhéantar ar son páiste 11 bhliain d'aois agus dhá chinneadh a d'fhéadfadh an páiste seo a dhéanamh dóibh féin. Nuair a bheidh siad críochnaithe, cuirfidh gach grúpa a gcuid smaointe i láthair do na páistí eile.

Déan comparáid idir na smaointe. Pléigh na cineálacha cinntí a cheadaítear do pháistí 11 bhliain d'aois a dhéanamh agus cinntí a d'fhéadfaí a dhéanamh ar a son agus cén fáth gurb amhlaidh. Ba cheart béim a chur ar na pointí seo a leanas mura n-ardaíonn na páistí iad: *Déanann daoine fásta, tuismitheoirí go minic, roinnt cinntí móra ar son páistí, mar nach bhfuil an taithí saoil ag páistí agus daoine óga agus nach féidir leo torthaí a gcuid cinntí a thuiscint go hiomlán agus mar sin go bhféadfaidís a bheith faoi mhíbhuntáiste nó fiú i mbaol mar gheall ar a gcinntí.*

De réir mar a fhásann páistí agus de réir mar a éiríonn siad níos freagraí, bíonn muinín ag daoine fásta astu níos mó roghanna dá gcuid féin a dhéanamh.

Bileog Oibre/Plé

Cuir timpeall agus mínigh **an Bhileog Oibre: Cinntí Fúm Féin**. Iarr ar na páistí í a chomhlánú ina n-aonar. Iarrtar orthu smaoineamh ar agus cur síos a dhéanamh ar na nithe seo a leanas:

- gníomhaíochtaí nó cúrsaí a bhfuil cead acu cinneadh a dhéanamh fúthu
- gníomhaíochtaí nó cúrsaí nach bhfuil cead acu fós cinneadh a dhéanamh fúthu
- gníomhaíochtaí nó cásanna ar mhaith leo a bheith in ann an cinneadh a dhéanamh dóibh féin.

Pléigh an ghníomhaíocht agus na ceisteanna seo a leanas á n-úsáid:

- *Cén fáth go bhfuil cead agat roinnt cinntí a dhéanamh faoi cad a dhéanann tú?* (muinteoirí astu, freagracht, ag fás aníos).
- *Cén fáth nach bhfuil cead agat roinnt cinntí a dhéanamh?* (níl na torthaí ar eolas agat, eagla roimh dhrochchinntí a dhéanamh).
- *I gcásanna ina n-aithníonn na páistí gníomhaíochtaí agus cásanna ar mhaith leo a bheith in ann an cinneadh a dhéanamh dóibh féin* (m.sh. obair scoile, am luí), *pléigh go hiomlán na himpleachtaí a bhaineann le bheith in ann na cinntí sin a dhéanamh agus na torthaí a bheadh orthu.*

Conclúid

Iarr ar na páistí smaoineamh ar chinntí gur féidir leo a dhéanamh anois nach raibh cead acu a dhéanamh dhá bhliain ó shin. Iarr orthu taifead a dhéanamh de cheann de na cinntí sin ina leabhar nótaí nó ina gcóipleabhar OSPS.

Cinntí Fúm Féin

Na cinntí gur féidir liom a dhéanamh ...

Na cinntí nach bhfuil cead agam nó
nach féidir liom a dhéanamh ...

Na cinntí ar mhaith liom a dhéanamh ...

CEAHT 4

A CÚIG:4

FREAGRACHTAÍ AGUS ROGHANNA

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a chruthaíonn páistí gur féidir leo gníomhartha a dhéanamh agus iad féin a iompar ar bhealach iontaofa tabharfar níos mó freagrachtaí dóibh agus mar sin beidh níos mó roghanna acu ina saol féin.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Aithint gur féidir méadú teacht ar na deiseanna chun roghanna a dhéanamh de réir mar a ghlactar le freagrachtaí agus de réir mar a thuilltear muinín daoine eile

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is gá na póstaer a chur ar taispeánt in áiteanna timpeall an tseomra chun spás a thabhairt do ghrúpaí páistí féachaint orthu.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Aimsigh Duine A ...
- Bileoga móra páipéir agus marcóirí (chun an póstaer a dhéanamh)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH A CÚIG: 4

Gníomhaíocht Tosaigh

Cuir cóipeanna den **Bhileog Oibre: Aimsigh Duine A...** timpeall chuig na páistí. Iarr orthu dul timpeall an tseomra agus páistí a aimsiú a dhéanann na gníomhartha ar an leathanach agus a n-ainmneacha a scríobh síos sna spáis chuí. Níor cheart d'aon pháiste a n-ainm a scríobh níos mó ná uair amháin ar bhileog aon duine.

Plé

Fiafraigh de na páistí an raibh roinnt rudaí a raibh sé éasca ainmneacha a fháil dóibh, agus gníomhartha eile a raibh sé níos deacra duine a dhéanann é a aimsiú. *An raibh aon rud ann nach ndearna aon duine sa rang?*

Scrúdaigh brí na bhfocal freagrach/freagracht leis na páistí.

- *Cad a chiallaíonn an focal?*
- *An féidir leat samplaí a thabhairt de chásanna inar iompair duine éigin iad féin ar bhealach freagrach?*

Fiafraigh de na páistí an nglacann siad freagracht as cuid de na rudaí atá ar an mbileog oibre a dhéanamh nó an gá do dhuine éigin iarraidh orthu nó cur ina luí orthu iad a dhéanamh.

Déan tobsmaointeoireacht ar na réimsí freagrachta uilig sa seomra ranga, ar scoil, sa bhaile, agus in eagraíochtaí a bhfuil na páistí rannpháirteach iontu.

- *Cad iad na rudaí go léir nach mór do dhuine éigin freagracht a ghlacadh astu sa seomra ranga, sa bhaile, le linn peile, sna gasóga etc.?*

Cuir na freagraí i ngrúpaí faoi cheannteidil ar nós acmhainní, sábháilteacht, coigilt fuinnimh, sláinteachas, slacht, béilí.

- *Cad a tharlaíonn mura nglacann aon duine freagracht as na réimsí seo?*

- *An bhféadfá féin freagracht a ghlacadh as cuid de na réimsí seo?*

- *Cad iad?*

- *An bhfuil roinnt réimsí ann ar cheart go mbeadh daoine fásta freagrach go hiomlán astu?*

- *Cad iad? Cén fáth?*

- *An bhfuil roinnt réimsí ann ar cheart do dhaoine fásta agus do pháistí a bheith freagrach astu le chéile?*

- *Cad iad? (e.g. slacht ar an seomra)*

- *An athróidh sé sin agus tú ag dul in aois?*

- *Conas?*

Déan plé leis na páistí faoina tharlaíonn má chruthaíonn siad go bhfuil siad freagrach agus má chruthaíonn siad nach bhfuil siad freagrach.

Obair Ghrúpa

Cuir na páistí i ngrúpaí de cheathrar nó cúigear. Iarr orthu smaoineamh agus labhairt faoi chuid de na rudaí a dhéanfadh páistí freagracha. Ansin déanann siad taifead dá gcuid smaointe faoi dhá cheannteideal: *Seo a leanas a dhéanfadh páistí atá freagrach...* *Seo a leanas a dhéanfadh páistí nach bhfuil freagrach*

agus cuireann siad ar phóstaer iad. Cuir ar taispeáint sa seomra ranga é.

Conclúid

Iarr ar na páistí féachaint ar na póstaer a taispeánadh agus na cosúlachtaí agus na difríochtaí a thabhairt faoi deara. Nuair a bheidh na póstaer feicthe ag na páistí, iarr orthu dhá phointe tábhachtach a aithint a léiríonn cad a dhéanfadh duine atá freagrach.

Aimsigh Duine A ...



Treoracha: Siúil go tapa timpeall an tseomra agus aimsigh an duine a oireann don chur síos sa bhosca.

Iarr ar an duine sin a (h)ainm a scríobh sa bhosca.

A níonn & a thriomaíonn gréithe nó a líonann & a fholmhaíonn an miasniteoir	A thugann aire dá bpeata	A dhéanann an tsiopadóireacht do dhuine eile	A choinníonn slacht ar a s(h)eomra codlata
A ullmhaíonn béile	A mhúchann na soilse, agus trealamh leictreach i gcónaí nuair a bhíonn siad críochnaithe	A thugann aire dá ndeartháir nó deirfiúr óg	A thógann éadaí salacha chuig an gciseán/áit níocháin
A choinníonn a rothar glan, bealaithe etc.	A níonn an gluasteán	A bhaineann lustain & a chuireann slacht ar an ngairdín	A dhéanann obair bhaile bhreise
A bhíonn i láthair beagnach i gcónaí do chleachtadh spóirt/ drámaíochta/ damhsa	A fhillteann a gcuid leabhar leabharlainne, DVDanna, cluichí etc.	A chleachtaíonn a n-uirlis cheoil go rialta	A chabhraíonn le tuismitheoirí nó caomhnóirí leis an tsiopadóireacht
A ghlacann freagracht as a gcuid botún (& nach n-insíonn bréaga nó nach gcuireann an milleán ar dhaoine eile)	A thugann isteach aon airgead a aimsíonn siad	A fhágann an bealach do dhaoine eile ar an gcosán agus iad i ngrúpa	

CEAHT 5

A CÚIG:5

IS FÉIDIR LIOM ROGHA A DHÉANAMH

COINCHEAP LÁRNACH

Bíonn roghanna ag daoine agus don chuid is mó bíonn siad ábalta an rogha is fearr dóibh féin a dhéanamh.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar na tosca agus na leibhéil smaointeoireachta a théann i gcion ar chinntí is ar roghanna agus foghlaim conas iad a scrúdú go criticiúil.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Rólghlacadh agus Plé
- Conclúid agus Obair Bhaile

NÓS IMEACHTA SONRACH A CÚIG: 5

Réamhrá

Iarr ar na páistí smaoiniamh ar chásanna ina n-iarrtar orthu rudaí difriúla a dhéanamh ag daoine éagsúla, mar shampla:

- Obair bhaile a dhéanamh díreach tar éis na scoile: cad a deir mo thuismitheoirí, cad a deir mo chairde, agus cad a deir mo mhúinteoir
- Caitheamh tobac: cad a deir mo thuismitheoirí, cad a deir mo chairde, agus a bhfuil léite agam
- Cluiche peile: cad a deir an cóitseálaí, cad a deir comhimreoir, cad a deir an lucht leanúna ar an taobhlíne.

Déan liosta de na cásanna seo.

Roghnaigh cás amháin agus léirigh na teachtaireachtaí ar an gclár bán mar seo a leanas:

Labhair faoin gcaoi a bhfuil sé nuair a iarrann daoine difriúla orthu rudaí difriúla a dhéanamh:

- *Conas a mhothaíonn sé?*
- *Cé chomh deacair is atá sé cinneadh a dhéanamh ansin?*
- *Conas a shocraíonn tú cé acu an dearcadh is tábhachtaí?*

Iarr ar na páistí cás a roghnú agus léaráid a tharraingt de na teachtaireachtaí difriúla a d'fhéadfaidís a fháil. Nuair a bheidh sé sin comhlánaithe acu, iarr orthu dul le páirtí agus labhairt faoi na teachtaireachtaí difriúla.

Rólghlacadh agus Plé

Roghnaigh cás amháin a raibh na páistí ag obair air. Fiafraigh de na páistí cad iad na smaointe a d'fhéadfadh a bheith ag an duine a mbeadh an cinneadh á dhéanamh acu faoin gcás, agus teachtaireachtaí difriúla á bhfáil acu ó dhaoine difriúla. Uaireanta bímid á dtarraingt i dtreonna difriúla ag na

smaointe sin. Iarr ar ghrúpa páistí rólímirt a dhéanamh den choimhlint a bheadh ar siúl laistigh den duine agus iad ag iarraidh a n-aighe a dhéanamh suas, agus páiste amháin i mbun ról an duine a bhfuil rogha le déanamh acu agus na rólímreoirí eile ag tabhairt teachtaireachtaí difriúla. Fiafraigh díobh:

- *Conas a mhothaigh sé a bheith ag iarraidh roghanna a dhéanamh sa chás sin?*
- *Conas a mhothaigh sé teachtaireachtaí eile a chloisteáil á dtabhairt a bhí difriúil ón teachtaireacht a tugadh duit nó a tháinig salach uirthi?*
- *Cad a chabhródh le duine éigin a aighe a dhéanamh suas sa chás sin?*

Labhair faoi chásanna nuair a mhothaigh na páistí go raibh brú orthu – déan liosta díobh siúd ar an gclár bán nó ar an CBI. Pléigh bealaí le déileáil leo agus déan liosta díobh siúd freisin. Iarr ar na páistí bealaí le déileáil le teachtaireachtaí difriúla a rangú agus moladh a thabhairt faoi cé acu a bheadh cuí sna cásanna éagsúla atá ar an liosta ar an gclár bán nó ar an CBI.

Conclúid agus Obair Bhaile

D'fhéadfadh na páistí an méid a d'fhoghlaim siad faoi thionchair agus roghanna a dhéanamh a scríobh ina gcóipleabhar nó ina leabhar nótaí OSPS. Mol do na páistí an méid a scríobh siad a thaispeáint dá dtuismitheoir(i) nó caomhnóir(i) agus a fháil amach an raibh siadsan riamh sa riocht sin. D'fhéadfadh na páistí fiafraí díobh conas a mhothaigh siad, agus conas a rinne siad a gcuid roghanna.

D'fhéadfadh na páistí iarraidh ar thuismitheoir(i) agus caomhnóir(i) roinnt comhairle a scríobh i gcóipleabhar OSPS an pháiste.

Cad a deir
mo chairde

Cad a deir
mo Mham/
Dhaid

Cad a deir mo
mhúinteoirí

Cad a deir
mo dheartháir/
dheirfiúr

Cad a deir mo
dhlúthchara



CEAHT 6

A CÚIG:6

BEALÁÍ LE CINNTÍ A DHÉANAMH

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a úsáidtear samhail shimplí cinnteoireachta is féidir cabhrú le páistí cinntí deacra a dhéanamh.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóirí Ábhair

Straitéis shimplí cinnteoireachta a phlé agus a chleachtadh.

Foinsí a aithint chun cabhrú le fadhbanna a réiteach.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Scribhneoireacht

ACMHAINNÍ

- Bileog Eolais: Na Bealaí ina nDéanann Daoine Cinntí
- Bileog A4 do gach bealach cinnteoireachta

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá/Plé
- Bileog Eolais
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

Réamhrá/Plé

Iarr ar na páistí a shamhlú conas a mhothóidís agus cad a dhéanfaidís dá mbuafaidís an Crannchur:

- *Cad iad na cinntí a dhéanfa?*
- *Cad a dhéanfa ar dtús?*
- *Conas a dhéanfa cinneadh?*

Ón bplé sin tiocfaidh sé chun cinn go mbíonn bealaí difriúla ag daoine difriúla le cinntí den sórt sin a dhéanamh. (Beidh roinnt daoine ann a dhéanfaidh plé faoi lena gcairde nó lena gclann, beidh roinnt daoine ag iarraidh a dhéanamh pé rud a theastaíonn uathu, déanfaidh roinnt daoine smaoineamh agus pleánáil sula ndéanann siad cinneadh, agus beidh daoine eile ann nach mbeidh cinnte cad ba cheart dóibh a dhéanamh). Pléigh go tapa na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann leis na bealaí a luann siad. Mínigh freisin go mbíonn an bealach ina ndéanaimid cinneadh bunaithe ar a thábhachtaí is atá an cinneadh. *D'fhéadfaí go labhróimis le duine éigin sula ndéanfaimis cinneadh áirithe, ach i gcás eile d'fhéadfaí go ndéanfaimis a bhfuil ag teastáil uainn.*

Cuir i gcuimhne do na páistí gur rud maith é beagnach i gcónaí, sos a thógáil, chun smaoineamh a dhéanamh, sula ndéantar cinneadh.

Bileog Eolais: Bealaí le Cinntí a Dhéanamh

Cuir timpeall an **Bhileog Eolais:Bealaí le Cinntí a Dhéanamh** nó taispeáin ar an CBI í. Iarr ar na páistí na ráitis a léamh.

Pléigh na bealaí difriúla le cinntí a dhéanamh agus iarr ar na páistí samplaí a thabhairt de chinntí a dhéantar agus gach bealach ar leith á úsáid. Déan an plé a nascadh le ceachtanna roimhe sin faoi chinntí a dhéanamh.

Obair Ghrúpa

Cuir na bealaí difriúla cinnteoireachta ar taispeáint in áiteanna difriúla sa seomra. Cuir na páistí i ngrúpaí de cheathrar. Iarr orthu labhairt faoi chinneadh a rinne siad le linn na seachtaine seo caite agus a rá conas a rinne siad é. Nuair a bheidh páirt glactha ag gach duine sa ghrúpa, iarr ar na páistí seasamh in aice leis an mbealach (stíl) a d'úsáid siad chun an cinneadh a dhéanamh.

Plé

D'fhéadfaí na ceisteanna seo a leanas a úsáid chun plé a spreagadh:

- *An bhfuil roinnt stíleanna ann atá níos coitianta ná a chéile?*
- *Cén fáth go bhféadfadh sé a bheith amhlaidh?*
- *An bhfuil roinnt bealaí ann atá níos oiriúnaí do chinntí áirithe?*

Déan tobsmaointeoireacht leis na páistí faoi na cinntí a dhéanann daoine gach lá.

- *An cinntí móra iad aon cheann díobh seo?*
- *Cad is cinneadh mór ann?*

Déan iarracht an méid seo a leanas a mhealladh ón bplé leis na páistí: *Beidh torthaí fadtéarmacha ag cinneadh mór agus d'fhéadfadh go mbeidh athrú mór ar do shaol dá bharr* (mar shampla, dul chuig scoil nua). Luaigh freisin gur féidir le cinntí beaga fiú (mar shampla barra seacláide a cheannacht) dul i bhfeidhm go mór orainn (mar shampla, lobhadh fiacla agus murtall má itear seacláid go rialta).

D'fhéadfaí na cásanna seo a leanas a chur faoi bhráid na bpáistí, nó d'fhéadfadh na páistí scríobh nó insint faoina gcuid cásanna féin:

NÓS IMEACHTA SONRACH A CÚIG:6

- Iarrann cara ort dul chuig a t(h)each. Aontaíonn tú dul. Níos déanaí an lá sin cuireann cara eile leat glaoch ort agus iarrann siad ort teacht chuig a dteach chun scátáil ar lanna a dhéanamh.
- Tá do chairde ag dul chuig an bpictiúrlann/cluiche/cóisir. Ba mhaith leat dul, ach tá tú ag tabhairt aire do do dheartháir/dheirfiúr óg.
- Tairgeann do dhlúthchara toitín/cannabas/beoir duit.

Iarrtar ar na páistí labhairt ina gcuid grúpaí faoi na bealaí difriúla le gach ceann de na cásanna sin a láimhseáil agus ansin cinneadh a dhéanamh faoin mbealach is fearr dar leo. Iarr ar na grúpaí tuairisc a thabhairt faoina gcuid plé.

Conclúid

Iarr ar na páistí cad a d'fhoghlaim siad faoi bhealaí le cinneadh a dhéanamh agus déan plé leo conas a d'fhéadfaidís cabhrú leo.

Síneadh

Stiallghreannán

Téann na páistí i ngrúpaí de cheathrar. Cumann siad scéal faoi chás ina ndéantar cinneadh. Ansin tarraingíonn siad sraith de phictiúir i mboscaí, a léiríonn an scéal seo. Ní chuireann siad uimhreacha ach ar an gcéad bhosca agus ar an mbosca deireanach. Ansin gearrtar na pictiúir isteach ina gcuid boscaí ar leith agus measctar suas iad. Ansin tógann na grúpaí sealanna chun pictiúir a chéile a chur san ord ceart agus na scéalta a insint.

Bealaí le Cinntí a Dhéanamh

Sea
Ní hEa
B'fhéidir

1. Níorbh ann ach gur theastaigh uaim é a dhéanamh. (fonn)
2. Smaoinigh mé faoi na féidearthachtaí go léir sula ndearna mé cinneadh.
3. Bhí sé á dhéanamh ag gach duine eile agus mar sin rinne mise é freisin.
4. Ní raibh mé ag iarraidh cinneadh a dhéanamh, mar sin lig mé don mhéid a bhí le tarlú, tarlú.
5. Mhothaigh mé gurbh é an rud ceart a dhéanamh.
6. Labhair mé le duine éigin a raibh muinín agam astu.
An bhfuil aon bhealaí eile ar eolas agat nó a úsáideann tú le cinneadh a dhéanamh?

CEACHT 7

FÍRICÍ AGUS BARÚLACHA

A CÚIG: 7

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach a bheith in ann idirdhealú a dhéanamh idir fíricí, tuairimí, tátail, agus barúlacha.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Cinntí a dhéanamh

Cuspóir Ábhair

Idirdhealú a dhéanamh idir fíricí, barúlacha, tátail, ráfla agus tuairim le teacht ar chinneadh.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is féidir an cluiche cláir a imirt le beirt nó triúr imreoir má tá sé sin níos áisiúla do struchtúr an ranga.

ACMHAINNÍ

- Ráitis Fíricí agus Tuairimí
- Cóip d'alt nuachtáin a foilsíodh le gairid, ina bhfuil fíricí agus tuairimí
- Cluiche Cláir, díisle, cnaipí
- Cártaí Fíricí agus Tuairimí (péire in aghaidh an pháiste)
- Bileog Oibre: Cad a d'Fhoghlaim mé faoi Chinntí a Dhéanamh

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Cluiche Cártaí (Rogha 1) nó Cluiche Cláir (Rogha 2)
- Péirí agus Plé
- Cás-staidéar
- Conclúid

Is féidir ceann amháin de na roghanna seo a leanas a roghnú:

Rogha 1: Cluiche Cártáí

D'fhéadfaí an ghníomhaíocht seo a dhéanamh i ngrúpaí nó mar rang iomlán. Tá sé scríofa mar ghníomhaíocht ranga. Tabhair 2 chárta do gach páiste, a bhfuil FÍRIC scríofa ar cheann amháin acu agus TUAIRIM scríofa ar an gceann eile. Léigh amach gach ráiteas agus iarr orthu freagra a thabhairt trí chárta a ardú. Pléigh ráitis nár thug na páistí freagra ceart orthu. Fiafraigh díobh: *Cad í an difríocht idir fíric agus tuairim?* Is féidir leis na páistí a gcuid samplaí féin a thabhairt i ngach catagóir.

Rogha 2: Cluiche Cláir

Is féidir é sin a úsáid mar bhealach eile le ráitis fíricí agus tuairimí a phlé.

Cuir an rang i ngrúpaí de cheathrar. Tabhair clár, díisle, neart cártaí ar a bhfuil ráitis fíricí agus tuairimí agus cnaipí do gach grúpa. Míne na rialacha dóibh. Caitheann an t-imreoir an díisle agus bogann siad ar aghaidh líon na spásanna atá le feiceáil ar an díisle.

Má thuirlingíonn an t-imreoir ar shiombail **?**, piocann imreoir eile cárta agus cuireann siad ceist ar an imreoir a thuirling ar an tsiombail **?**. Má thugann an t-imreoir freagra ceart, bogann siad ar aghaidh spás amháin. Má thugann siad freagra mícheart, bogann siad siar dhá spás. Nuair atá an cluiche críochnaithe acu, fiafraigh díobh an raibh aon cheisteanna nár thug siad freagra ceart orthu. Pléigh na ceisteanna sin.

Péirí agus Plé

Iarr ar na páistí obair a dhéanamh ina bpéirí. Cuir timpeall cóipeanna d'ailt nuachtáin a foilsíodh le gairid agus pinn

luaidhe daite. Iarr ar na páistí an t-alt a léamh agus fíricí a mharcáil le dath gorm, tuairimí a mharcáil le dath glas, agus ráflaí (más ann dóibh) a mharcáil le dath dearg. Pléigh na torthaí. Fiafraigh de na páistí cé mhéad fíricí, tuairimí agus ráflaí a bhí san alt.

- *An raibh na tuairimí bunaithe ar fhíricí a bhí san alt?*
- *An aontaíonn tú leis na tuairimí? Cén fáth? Cén fáth nach n-aontaíonn tú leo?*
- *An mbeadh tionchar ag na tuairimí ar dhaoine eile a bheith den tuairim chéanna?*
- *Cén toradh a bheadh ag na tuairimí seo ar dhaoine?*
- *An mbeadh tionchar ag na tuairimí seo ar na cinntí a dhéanadh daoine?*
- *Conas a bheadh tionchar acu ar chinntí daoine? (Féach siar ar Cheacht 4 Is Féidir Liom Rogha a Dhéanamh)*

Cás-staidéar

Léigh scéal Kathy leis na páistí nó iarr orthu é a léamh. Pléigh na rudaí a raibh tionchar acu ar Kathy.

Scéal Kathy

Tá Kathy 13 bliana d'aois agus tá sí díreach ag críochnú na Chéad Bhliana sa mheánscoil. Níl mórán muiníne aici aisti féin, ach níl sé sin ráite aici le haon duine. Ceapann sí go bhfuil daoine eile níos cliste agus níos tarraingtí ná í.

Níor mhothaigh sí mar sin nuair a bhí sí níos óige. Ba chosúil go raibh gach rud níos simplí ansin. Sna blianta deireanacha den bhunscoil, chaith a cairde go léir na héadaí a b' fhaiseanta. Ní raibh go leor airgid ag a tuismitheoirí, mar sin ba ghnách léi éadaí athláimhe óna deirfiúr a chaitheamh. Uaireanta deireadh na cailíní eile gurbh iad a gcuid éadaí féin amháin

a bhí faiseanta. Ba chosúil go raibh siad an-mhuiníneach go deo. Thosaigh sí ag mothú nach raibh sí chomh maith leo.

Bhog an grúpa cailíní chuig an mheánscoil chéanna. Bhuailidís le chéile go rialta fós ar an Satharn san ionad siopadóireachta áitiúil.

Shiúlaidís timpeall na siopaí, ag féachaint ar éadaí agus ag éisteacht le ceol. Uaireanta bhíodh na cailíní eile ag labhairt faoi bheirt chailín ina rang. Cheap siad 'nach raibh siad san fhaisean'. Bhíodh Kathy ag smaoineamh an mbíonn siad riamh ag caint fúithise ar an mbealach sin, ach ba mhaith léi a bheith in éineacht leo agus a bheith ina ball den ghrúpa. Ní raibh a fhios aici ar cheap na cailíní eile nach raibh sí san fhaisean. Mhóthaigh sé gur ghá di éadaí nua a fháil agus éisteacht leis an gceol a mbíodh na cailíní eile ag éisteacht leis, ionas go mothódh sí go raibh sí chomh maith leo. Bhíodh sí i gcónaí ag smaoineamh air sin agus conas a d'fhéadfadh sí an t-airgead a fháil do na h-éadaí.

Ceisteanna go bhféadfaí a chur:

- Conas a mhothaíonn tú faoi scéal Kathy?
- Cén tionchar a bhí ag tuairimí a cairde uirthi?
- Cad iad na cinntí a dhéanfa féin dá mbeifeá sa chás céanna?

Conclúid

Féach siar leis na páistí ar an méid a pléadh sa snáithaonad seo (Ag Déanamh Cinntí) agus iarr orthu taifead a dhéanamh den mhéid a d'fhoghlaim siad ina leabhar nótaí nó ina gcópleabhar OSPS. Is féidir an **Bhileog Oibre: Cad a d'Fhoghlaim mé faoi Chinntí a Dhéanamh** a úsáid freisin chun na rudaí a d'fhoghlaim siad a thaifeadadh. Ba cheart duit iad siúd a bhailiú agus dul siar orthu mar chuid den mheasúnú leanúnach agus mar threoir a thabhairt maidir le tuilleadh oibre ar an topaic seo.

Ráitis Fíricí agus Tuairimí -Bileog 1

<p>Níor cheart duit cógais atá as dáta a thógáil (Fíric)</p>	<p>Is fearr aclaíocht a dhéanamh chun do scíth a ligean seachas féachaint ar an teilifís (Tuairim)</p>
<p>Tá rialacha áiféiseach (Tuairim)</p>	<p>Bíonn torthaí ar gach rogha (Fíric)</p>
<p>Níor cheart ceadú do pháistí faoi 4 bliana féachaint ar an teilifís (Tuairim)</p>	<p>Cothaíonn nicitín andúil. (Fíric)</p>
<p>Ba cheart cógais a choimeád in áit nach féidir le páistí teacht orthu (Fíric)</p>	<p>Is é an Samhradh an séasúr is fearr (Tuairim)</p>

Ráitis Fíricí agus Tuairimí -Bileog 2

Is iad Learpholl an fhoireann peile is fearr (Tuairim)	Is é Barack Obama céad Uachtarán gorm Mheiriceá (Fíric)
Is cúis le hailse é caitheamh tobac (Fíric)	Is druga é alcól (Fíric)
Tá daoine a ólann an iomarca ina n-amadán (Tuairim)	Tá gach nós go dona (Tuairim)
Tá an-chraic ag baint le rioscaí a thógáil (Tuairim)	Níl dochar ar bith ag baint le toitíní mura n-análaíonn tú (Tuairim)

Ráitis Fíricí agus Tuairimí -Bileog 3

<p>Tá an céatadán de thiománaithe óga a mbíonn timpistí acu níos airde ná tiománaithe níos sine. (Fíric)</p>	<p>Is é Corcaigh an contae is mó in Éirinn (Fíric)</p>
<p>In Éirinn, is í ocht mbliana déag d'aois an aois vótála (Fíric)</p>	<p>Is fearr d'obair bhaile a dhéanamh díreach tar éis scoile (Tuairim)</p>
<p>Bíonn toradh ag dó breoslaí iontaise ar an timpeallacht (Fíric)</p>	<p>Is é siúl ar scoil an bealach is fearr le dul ann (Tuairim)</p>
<p>Níor cheart dúinn earraí a cheannach a raibh dúshaothrú páistí ag baint leo (Tuairim)</p>	<p>Tá sé ráite sa Choinbhinsiún um Chearta an Linbh go bhfuil sé de cheart ag páistí a bheith ag spraoi (Fíric)</p>

Cluiche Cláir faoi Fhíricí agus Tuairimí

Líon imreoirí 4-5

Rialacha: Caitheann gach imreoir ar a sheal an díse agus bogann siad ar aghaidh líon na spásanna atá le feiceáil ar an díse. Má thuiringíonn imreoir ar shiombail ?, piocann imreoir eile an cárta ó bharr an chairn agus cuireann siad ceist ar an imreoir a thuirling ar an tsiombail ?. Má thugann siad freagra ceart, bogann siad ar aghaidh 1 spás. Má thugann siad freagra mícheart bogann siad siar 2 spás.

50	49	48	47	46	45	44?	43?	42	41
40	39?	38	37	36?	35	34	33	32	31
30	29	28	27	26	25	24?	23	22	21?
20	19?	18	17?	16	15	14	13	12?	11
1 Tús	2	3	4?	5	6	7	8	9?	10

AONAD 5: Cad a d'Fhoghlaim mé faoi Chinntí a Dhéanamh



Ainm _____ Dáta _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas agus focail, frásaí, abairtí, íomhánna nó tarraingtí á n-úsáid.

D'fhoghlaim mé ...

Mhothaigh mé ...

Thuig mé ...

Thaitin ... liom

Níor thaitin ... liom

Ghlac mé páirt ...

Ar scála ó 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cén marc a thabharfá ar do chumas cinntí maithe a dhéanamh?

Rud éigin nach bhfuilim cinnte faoi fós nó a bhfuil ceist agam faoi ná ...

AONAD 6
MÉ FÉIN AGUS DAOINE EILE

MISNEACH

CLÁR

AONAD 6

MÉ FÉIN AGUS DAOINE EILE

SNÁITHE MISE AGUS DAOINE EILE

Snáithaonad Mise agus Mo Theaghlach

RÉAMHRÁ DON AONAD

Is é an teaghlach an chéad ghrúpa agus an grúpa is tábhachtaí i saol páiste. Is ansin a thugtar aire dóibh, a chosnaítear agus a chothaítear iad. Is ansin a thosaíonn a bhféinmhuinín agus a dtuiscint ar a nádúr féin agus a gcumas ag forbairt. Cruthaíonn taithí páiste ina dteaghlach an t-atmaisféar dá dtaithí saoil. Is í aidhm an aonaid seo ná feasacht páistí ar chás an teaghlaigh agus a dtuiscint air a fhorbairt, lena n-áirítear ról agus freagrachtaí daoine eile. Foghlaimíonn páistí conas meas a bheith acu ar a dteaghlach agus freisin foghlaimíonn siad conas is féidir leo ról dearfach a ghlacadh ina dteaghlach. Aidhm eile atá ag an aonad freisin ná léargas leathan a thabhairt do pháistí ar na cineálacha difriúla teaghlaigh atá ann inniu in Éirinn agus ar fud an domhain, ar na hathruithe a d'fhéadfadh tarlú le himeacht ama agus an tionchar a bhíonn acu siúd ar theaghlaigh. Pléitear an chaoi a léirítear teaghlaigh sna meáin chumarsáide agus déantar measúnú criticiúil orthu chun go n-aithneodh na páistí an tionchar a bhíonn ag na meáin chumarsáide ar a gcuid tuairimí agus luachanna.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1
Mo Theaghlach

Ceacht 2
Teaghlaigh i mbun Athraithe

Ceacht 3
Cineálacha Éagsúla Teaghlach

CEAHT 1

MO THEAGHLACH

A SÉ:1

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a dhírítear ar na bealaí inar féidir le teaghlaigh cabhrú lena chéile cabhraítear le feasacht a mhéadú faoi róil agus freagrachtaí gach ball teaghlaigh.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Mise agus mo theaghlach

Cuspóirí Ábhair

An bhrí a bhaineann le ballraíocht i dteaghlach a iniúchadh.

Iompar atá tábhachtach le haghaidh síochána i saol an teaghlaigh a phlé agus a aithint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Toisc go mbeidh cúrsaí teaghlaigh á bplé ag páistí, cuir i gcuimhne do na páistí nach gá dóibh ach labhairt faoin méid a bhfuil siad compordach a insint do dhaoine eile. Inis dóibh go mbeidh tú ar fáil i gcónaí le labhairt leo ar bhonn aonair más maith leo, agus meabhraigh dóibh gur féidir leo labhairt lena dteaghlaigh freisin faoi na ceistanna a phléifear sa cheacht seo.

ACMHAINNÍ

- Smeach-chairt, marcóirí, bileoga A4, criáin, pinn luaidhe, marcóirí
- Lipéid bhána ghreamaitheacha

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Tobsmaointeoireacht
- Obair Chiorcail
- Plé agus Liostáil
- Conclúid

Tobsmainteoireacht

Iarr ar na páistí na teaghlaigh cháiliúla ar fad a thagann chun cuimhne a ainmniú. Is féidir leo fíortheachlaigh agus teaghlaigh bhréagacha araon a lua. Déan taifead díobh ar an gclár bán nó ar an smeach-chairt.

Gníomhaíocht Roghnach

Ullmhaigh grúpaí greamán ar a bhfuil ainmneacha bhail na dteaghlach cáiliúil (cúig nó sé fhíortheachlach agus teaghlaigh bhréagacha) le greamú ar dhromanna páistí agus inis dóibh go gcaithfidh siad dul isteach ina ngrúpa teaghlaigh ceart go ciúin. Míniú dóibh go bhfaighidh siad leideanna ó na hainmneacha ar dhromanna páistí eile agus gur féidir le páistí cabhrú lena chéile gan aon rud a rá.

D'fhéadfá teaghlaigh mar an Teaghlach Ríoga (An Bhanríon, an Prionsa Pilib, Kate, William, Harry), Muintir Osborne (Ozzie, Sharon, Jack, Kelly), na Simpsons (Homer, Bart, Lisa, Marge, Maggie) a ullmhú.

Tar éis na gníomhaíochta fiafraigh de na páistí:

- *Cén teaghlach, ó na teaghlaigh a luadh, ar mhaith leat a bheith i do bhall de, dar leat?*
- *Cén fáth? Cén teaghlach a mbeadh sé deacair b'fhéidir a bheith i do bhall de? Cén fáth?*

Obair Chiorcail

Cuir na páistí i gchiorcail. Iarr ar na páistí dul trasna an chiorcail (bogadh chuig suíochán eile) má aontaíonn siad leis na ráitis seo a leanas:

- Tugann teaghlaigh aire dá chéile.
- Is féidir le teaghlaigh spraoi a bheith acu lena chéile.
- Tarlaíonn rudaí brónacha i dteaghlaigh uaireanta.
- Bíonn daoine i dteaghlaigh ag troid lena chéile uaireanta.
- Bíonn grá ag teaghlaigh dá chéile.
- Uaireanta is féidir le daoine i dteaghlaigh a bheith crosta lena chéile.
- D'fhéadfadh teaghlaigh athrú.
- Bíonn sé deacair a bheith i dteaghlach uaireanta.

Is féidir leis na páistí abairtí cuí eile a mholadh chun suíocháin a athrú/dul trasna an chiorcail. Iarr ar na páistí ceann amháin nó dhá cheann de na fréamhacha abairte seo a leanas a chríochnú:

- An rud is mó a thaitníonn liom faoi mo theaghlach ná ...
- An rud is deacra faoi mo theaghlach ná...
- Mian atá agam do mo theaghlach ná ...

Nuair atá na babhtaí críochnaithe, is féidir leat cuireadh a thabhairt do na páistí páirt a ghlacadh i bplé sa chiorcail áit gur féidir le páistí roghnú, trí chomhartha aontaithe a úsáid, a gcuid tuairimí a thabhairt faoina gciallaíonn sé a bheith i do bhall de theaghlach. D'fhéadfá a chinntiú go dtugtar deis do gach páiste gur mian leo páirt a ghlacadh. Tar éis do na páistí an bhrí a bhaineann le bheith i do bhall de theaghlach a roinnt agus a phlé, d'fhéadfá achoimre a dhéanamh ar an bplé agus murar tháinig na pointí seo a leanas aníos is féidir iad a lua leis na páistí:

- Cion a bheith ort
- Muintearas a bheith agat
- Áit inar féidir liom a bheith ar mo nós féin

- Idirspheáchas folláin
- Róil agus freagrachtaí áirithe a bheith agam
- Bheith tuisceanach ar riachtanais daoine eile sa teaghlach
- Rialacha agus teorainneacha a bheith agam
- Aire agus tacaíocht a thabhairt dá chéile
- Bheith freagrach
- Cloí le rialacha teaghlaigh
- Coimhlínt a réiteach
- Rudaí a mhaitheamh do dhaoine eile
- Gáire
- Grá
- Comhbhá
- Muinín
- Éisteacht
- Macántacht
- Freagracht
- Meas ar a chéile.

Plé agus Liostáil

Iarr ar na páistí smaoineamh ar na bealaí go léir ina gcabhraíonn siad ina dteaghlach anois. Spreag iad le smaoineamh faoi conas a chabhraíonn siad ar leibhéal praiticiúil agus mothúchánach/síceolaíoch. *Cad iad na bealaí eile ina bhféadfá cabhrú le do theaghlach?*

Tabhair bileog pháipéir A4 do na páistí. Iarr orthu ceanteideal: **Bealaí le cabhrú le mo theaghlach** a scríobh agus liosta a dhéanamh de chúig bhealach a gcabhraíonn siad lena dteaghlach faoi láthair.

Ansin iarr orthu smaoineamh ar bhealaí eile ina bhféadfá cabhrú lena dteaghlach ach nach bhfuil déanta acu fós. Iarr orthu na cúig bhealach breise sin a liostáil.

Nuair atá a liosta de dheich mbealach le cabhrú críochnaithe acu, d'fhéadfá iad a roinnt le páirtí agus cosúlachtaí agus difríochtaí a phlé.

D'fhéadfá teideal a chur ar chúl an leathanaigh: **Bealaí ina gcabhraíonn mo theaghlach liom** agus an liosta de dheich mbealach a dhéanamh. Meabhraigh do na páistí gur féidir leo tagairt a dhéanamh do bhaill teaghlaigh aonair agus an liosta á dhéanamh acu, mar shampla:

- Tugann mo thuismitheoirí aire dom
- Cabhraíonn mo dheartháir liom cleachtadh a dhéanamh ar chúil a scóráil
- Cuireann mo sheanathair ag gáire mé
- Tógann m'aintín timpeall mé
- Is féidir liom labhairt le mo dheirfiúr faoi rudaí a chuireann imní orm.

Is féidir le páistí cuid de na bealaí ina gcabhraíonn siad nó a dtugtar cabhair dóibh a roinnt más mian leo.

Conclúid

Iarr ar dhaoine deonacha aon bhealaí go bhféadfaí cabhrú lena dteaghlach amach anseo a roinnt chomh maith le conas a d'fhéadfadh baill dá dteaghlach cabhrú leosan amach anseo. Déan plé a eascú faoi na bealaí éagsúla le cabhrú.

Sínéadh

D'fhéadfadh na páistí a liosta a mhaisiú, imeall nó móitífeanna maisiúla nó dathanna a chur air. D'fhéadfá an liosta a thógáil abhaile agus é a thaispeáint do thuismitheoirí nó do chaomhnóirí.

CEAHT 2

A SÉ: 2

TEAGHLAIGH I MBUN ATHRAITHE

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhíonn páistí ar an eolas faoi na hathruithe a d'fhéadfadh tarlú i dteaghlach cabhrófar leo tuiscint a fháil ar na himeachtaí sin agus cabhrófar leo déileáil leo.

AN CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus daoine eile
- **Snáithaonad:** Mise agus mo theaghlach

Cuspóirí Ábhair

Teaghlach agus bailte a iniúchadh agus a phlé agus conas is féidir leo a bheith éagsúil ar go leor slite.

Plé a dhéanamh ar na hathruithe a d'fhéadfadh teacht ar chaidrimh agus ar dhóchas teaghlach de réir mar a fhásann agus a aibíonn siad agus conas is féidir leo déileáil leo.

Roinnt tosca a d'fhéadfadh tionchar a bheith acu ar shaol an teaghlach a scrúdú.

- **Snáithe:** Mise
- **Snáithaonad:** Ag fás agus ag athrú
Athraím agus mé ag fás

Cuspóir Ábhair:

Tá rochtain ar sheit iomlán acmhainní don chlár Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta a léiríonn riachtanais forbartha paistí ag an aois seo ag <http://www.pdst.ie/node/811>

Cuspóir Ábhair

Patrúin fhorbartha agus fáis a iniúchadh, agus forbairt san am i láthair a chur i gcomparáid leis an bhforbairt ag céimeanna níos luaithe: fisiciúil, sóisialta, mothúcháinach, intleachtúil agus spioradálta.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
- Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
- Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht
Scríbhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Na hAmharcealaíona

- **Snáithe:** Líníocht
- **Snáithaonad:** Líníochtaí a Dhéanamh
Féachaint agus freagairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR:

D'fhéadfadh ceist na dteaghlach a bheith an-íogair agus ní mór glacadh leis na páistí go léir agus a gcuid cúinsí agus meas a bheith orthu.

ACMHAINNÍ

- Páipéar A4, pinn luaidhe
- Greille Eachtraí Teaghlach

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair i bPéirí
- Liostáil agus Marcáil
- Plé
- Líníocht

Réamhrá

Mínigh do na páistí go bhfuil siad chun gníomhaíocht a dhéanamh faoina raibh ag teastáil uathu óna dteaghlaigh nuair a bhí siad cúig bliana d'aois agus faoina bhfuil ag teastáil uathu óna dteaghlaigh anois. Iarr ar na páistí moltaí a thabhairt faoina raibh ag teastáil uathu nuair a bhí siad cúig bliana d'aois agus faoina bhfuil ag teastáil uathu anois.

Tabhair bileog A4 do gach páiste agus iarr orthu é a roinnt ina dhá leath nó a gcóipleabhar OSPS a úsáid (leathadh leathanaigh dúbailte). Ar an dá thaobh ní mór dóibh imlíne shimplí de dhuine a tharraingt. Os cionn na himlíne ar chlé scríobhtar **Na rudaí a theastaigh uaim ó mo theaghlach nuair a bhí mé cúig bliana d'aois** agus os cionn na himlíne ar dheis scríobhtar **Na Rudaí a theastaíonn uaim ó mo theaghlach anois**. Iarr ar na páistí gach imlíne a líonadh isteach lena gcuid riachtanas ag gach céim.

Obair i bPéirí

Nuair atá na himlínte comhlánaithe acu is féidir leo an méid a scríobh siad a roinnt lena bpáirtí. Iarr ar na páistí riachtanas amháin ó gach taobh dá leathanach a roinnt leis an rang má tá siad compordach é sin a dhéanamh. Má tá leathanaigh á n-úsáid ag páistí, cinntigh go gcoimeádann siad go sábháilte ina gcuid fillteán OSPS iad.

Pléigh na cosúlachtaí agus na difríochtaí idir riachtanais páistí leis an rang agus treisigh an smaoineamh, cé go bhfuil go leor cosúlachtaí eadrainn, tá a lán difríochtaí idir daoine agus idir teaghlaigh freisin agus tá sé seo ceart go leor.

Liostáil agus Marcáil

Inis do na páistí go bhfuil siad, mar rang iomlán, chun machnamh a dhéanamh ar liosta d'eachtraí sona agus deacra a d'fhéadfadh tarlú i dteaghlaigh agus marcáil chomh deacair nó chomh sona a d'fhéadfadh an taithí ar na heachtraí sin a bheith. Cuir ceist ar na páistí faoi eachtraí sona agus deacra a fheiceann siad a bhaineann le teaghlaigh i sobalchláir. Déan taifead de na moltaí cuí go léir ar an gclár bán. Mura luaitear aon cheann díobh seo a leanas is féidir iad a mholadh:

- Breith linbh
- Andúile
- Rath ábhartha
- Bochtaineacht
- Breoiteacht
- Bás
- Foréigean
- Athrú ar stíl mhaireachtála
- Steiréitíopáil ghnéis.

Tabhair cóip den **Bhileog Oibre: Eachtraí Teaghlaigh** agus labhair leis na páistí faoi conas a úsáidfear í. Tá páistí chun tic a chur le deacair nó sona le haghaidh gach eachtra. (B'fhéidir go gcuirfidís tic leis an dá cheann le haghaidh eachtraí áirithe). Tá roinnt spás bán ann, áit ar féidir leo eachtraí breise a mheasann siad a bheith cuí a bhreacadh isteach. Ansin tugtar uimhir ó 1-10 do gach eachtra chun míniú a thabhairt ar chomh deacair nó chomh sona a bhí nó a d'fhéadfadh an eachtra áirithe sin a bheith, dar le gach páiste, áit a gciallaíonn 1 gan a bheith deacair agus 10 an-deacair, agus díreach mar an gcéanna le haghaidh sona.

Tabhair neart ama do gach páiste chun a mbileog oibre a chomhlánú ina (h) aonar. Nuair a bheidh a mbileog oibre

comhlánaithe ag na páistí, is féidir le gach páiste labhairt faoi eachtra shona amháin agus eachtra dheacair amháin le páirtí. Meabhraigh do na páistí eachtraí a roghnú a bhfuil siad sásta labhairt fúthu.

Plé

Déan plé leis an rang a éascú tríd na ceisteanna seo a leanas a úsáid.

- *Conas a bhíonn sé nuair a tharlaíonn rudaí sona i dteaghlaigh?*
- *Cad a dhéanann teaghlaigh?*
- *Conas a mhothaíonn páistí?*
- *Conas a bhíonn sé nuair a tharlaíonn rudaí deacra i dteaghlaigh?*
- *Cad a dhéanann teaghlaigh?*
- *Conas a mhothaíonn páistí?*
- *An féidir le roinnt eachtraí a bheith sona ach deacair ag an am céanna? Cad iad?*
- *Cad a d'fhéadfadh cabhrú le páistí nuair a tharlódh rudaí deacra ina dteaghlaigh?*
- *An mbíonn taithí dhifriúil ag baill dhifriúla teaghlaigh ar an eachtra chéanna?*
- *An féidir leat smaoineamh ar roinnt samplaí?*

Líníocht: Mo Theaghlach Ansin agus Anois

Tabhair bileog A4 do na páistí agus iarr orthu í a roinnt ina dhá leath nó úsáid cóipleabhair OSPS na bpáistí (leathadh leathanaigh dúbailte). Ar thaobh amháin tarraingeoidh siad pictiúr agus ainmneoidh siad na baill dá dteaghlach nuair a rugadh iad: **Mo Theaghlach Nuair a Rugadh Mé** agus ar an taobh eile tarraingeoidh siad agus ainmneoidh siad baill a dteaghlach anois: **Mo Theaghlach Anois**.

Nuair a bheidh a gcuid pictiúr críochnaithe acu roinnfidh siad agus pléifidh siad le páirtí iad.

Gníomhaíocht Roghnach

Grianghraif Teaghlaigh

D'fhéadfadh na páistí roinnt grianghraf a thógáil isteach a thaispeánann **Mo Theaghlach Nuair a Rugadh Mé** agus **Mo Theaghlach Anois** agus is féidir leo na grianghraif a ghreamú ina gcóipleabhar OSPS nó má ghreamaíonn siad de bhileog iad d'fhéadfaí iad a chur ar taispeáint sa seomra ranga.

D'fhéadfadh na ceisteanna seo a leanas a bheith úsáideach chun plé a spreagadh tar éis ceachtar den dá ghníomhaíocht:

- *An bhfuil do theaghlach díreach mar a bhí nuair a rugadh tú?*
- *An bhfuil athrú tagtha ar mhórán teaghlach?*
- *Cad iad na hathruithe a tharla?*
- *An bhfuil gach teaghlach mar an gcéanna?*
- *Cad iad na difríochtaí idir teaghlaigh?*
- *Conas a mhothaíonn páistí nuair a thagann athrú ar theaghlaigh?*
- *Cad a d'fhéadfadh cabhrú le páistí nuair a thagann athrú ar theaghlaigh?*
- *Cad a d'fhoghlaimíomar faoi theaghlaigh sa cheacht seo?*

Bileog Oibre: Eachtraí Teaghlaigh

Eachtra	Sona	1-10	Deacair	1-10
Leanbh nua				
Buachaint crannchuir				
Bás peata				
Ceiliúradh: baisteadh leanaí, laethanta breithe, comóradh pósta				
Tá duine éigin an-tinn				
Bogadh tí				
Fágann duine an baile / téann siad ar imirce				
Cailleann duine éigin a phost				
Tá airgead gann				
Ólann duine éigin an iomarca				
Ní chaitear mar an gcéanna le buachaillí agus le cailíní				
Tuismitheoirí ag argóint				
Tá céile nua ag tuismitheoir				
Laethanta saoire				

CEAHT 3

CINEÁLACHA ÉAGSÚLA TEAGHLAIGH

A SÉ: 3

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhíonn páistí feasach ar na cineálacha éagsúla teaghlaigh cabhraítear leo glacadh lena gcuid cúinsí éagsúla.

AN CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mise agus mo theaghlach

Cuspóirí Ábhair

Teaghlaigh agus bailte a iniúchadh agus a phlé agus conas mar is féidir leo a bheith éagsúil ar go leor slite.

Comparáid agus codarsnacht a dhéanamh idir stíleanna maireachtála teaghlach i gcultúir dhifriúla, in Éirinn agus thar lear araon.

Grinnstaidéar a dhéanamh ar an dóigh a léiríonn na meán chumarsáide teaghlaigh agus saol an teaghlaigh.

- **Snáithe:** Mise agus an domhan mór

Snáithaonad: Saoránacht a fhorbairt
*Pobail Náisiúnta,
Eorpach agus pobail eile*

Cuspóir Ábhair

Na grúpaí éagsúla cultúrtha, reiligiúnacha, eitneacha nó eile atá i bpobal nó i sochaí a aithint agus glacadh leo agus bealaí inar féidir meas a bheith ar na héagsúlachtaí seo a iniúchadh.

Snáithaonad: Oideachas na Meán

Cuspóir Ábhair

Bheith criticiúil agus géarchúiseach de réir a chéile maidir lena ndearcadh féin i leith na fógraíochta agus i leith na dteicnicí a úsáidtear chun táirgí, stíleanna maireachtála agus tuairimí a chur chun cinn.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ba cheart do mhúinteoirí smaoineamh ar pháistí a d'fhéadfaí nach mbeidh fáil acu ar a dtuismitheoirí breithe ar chúiseanna éagsúla.

Sula ndéantar an ceacht seo iarr ar na páistí grianghraif a bhailiú de theaghlaigh ó chultúir dhifriúla agus áiteanna difriúla ar an domhan agus freisin rogha grianghraf de theaghlaigh ó irisí a bhfuil an-tóir orthu.

ACMHAINNÍ

- Irisí (ina bhfuil pictiúir de theaghlaigh ó chultúir/náisiúntachtaí difriúla)
- Bileog Oibre: Cad a d'Fhoghlaim mé faoi Theaghlaigh

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Plé
- Liosta Focal
- Dán Acrastaice

Réamhrá

Teaghlach ó gach cearn den Domhan

Cuir eagar ar na pictiúir de theaghlach ó chultúir/áiteanna difriúla ar an domhan. Cuir na páistí i ngrúpaí de 5-6 agus tabhair pictiúr amháin do gach grúpa. Cinntigh go bhfuil teaghlach éagsúla ó chultúir nó náisiúntachtaí éagsúla sa rogha pictiúr. Iarr orthu plé a dhéanamh ar a bhfeiceann siad sa phictiúr, an cultúr nó tír as a dtugann an teaghlach, agus plé a dhéanamh ar an stíl mhaireachtála a d'fhéadfadh a bheith ag an teaghlach seo chomh maith leis na cosúlachtaí agus na difríochtaí idir é sin agus a saol teaghlach féin. Tabhair cúig-deich nóiméad do gach grúpa chun a bplé a dhéanamh.

Tóg aiseolas ó gach grúpa agus pléigh an réimse i gcúrsaí teaghlach a thagann aníos. Fiafraigh de na páistí ar mhaith leo a bheith ina gcónaí i gcás teaghlach (cultúir/tíortha) eile?

- *Cén fáth ar mhaith? Cén fáth nár mhaith?*

- *Dá mba rud é go saolófaí i gcultúr nó tír eile tú, meas tú an mbeifeá sona sásta?*

Plé

Teaghlach ar an Teilifís agus i Scannáin

Iarr ar na páistí na teaghlach cháiliúla go léir a aithníonn siad ó chlár teilifíse agus scannáin a ainmniú. Breac síos ainmneacha na dteaghlach. Fiafraigh de na páistí:

- *Cad a fhoghlaimímid faoi theaghlach ón teilifís agus ó scannáin?*

- *Cad iad na rudaí dearfacha a fhoghlaimímid faoi na teaghlach seo? Cad iad na rudaí diúltacha a fhoghlaimímid faoi na teaghlach seo?*

- *Meas tú an bhfuil teaghlach cosúil leis na teaghlach seo ann lasmuigh den teilifís agus de scannáin?*

- *Cén fáth? Cén fáth nach bhfuil?*

- *An mbíonn na teaghlach a fheicimid ar an teilifís/i scannáin cosúil lenár dteaghlach féin? Conas?*

- *An dtugann an teilifís agus na scannáin pictiúr réaltaíoch de shaol teaghlach?*

Iarr ar gach páiste teaghlach a roghnú ón teilifís nó ó scannáin. Más féidir, aimsigh pictiúr beag le cur lena gcuid oibre scríofa. Ina gcóipleabhar OSPS nó ar bhileog A4 scríobhfaidh siad faoin teaghlach seo tríd na habairtí seo a leanas a chríochnú gur féidir a thaispeáint ar an gclár bán nó ar an CBI:

1. Roghnaigh mé an teaghlach seo mar...
2. Is é an rud is maith liom faoin teaghlach seo ná ...
3. Is é an rud nach maith liom faoin teaghlach seo ná ...
4. Is iad na rudaí dearfacha a dhéanann an teaghlach seo ná ...
5. Is iad na rudaí diúltacha a dhéanann an teaghlach seo ná ...
6. Tá an teaghlach seo cosúil le mo theaghlach féin mar
7. Níl an teaghlach seo cosúil le mo theaghlach féin mar
8. Ceapaim go bhfuil an teaghlach seo cosúil le gnáththeaghlach mar ...
9. Ceapaim nach bhfuil an teaghlach seo cosúil le gnáththeaghlach mar
10. Uaireanta léiríonn an teilifís agus scannáin teaghlach mar ...

Nuair a bheidh an ghníomhaíocht seo déanta ag na páistí d'fhéadfaidís abairt nó dhó a roinnt le páirtí.

Liosta Focal

Cuir na páistí i ngrúpaí de 5-6. Inis do gach grúpa go bhfuil tú ag iarraidh go dtiocfaidís aníos leis an oiread focal agus is féidir a bhfuil an focal tuismitheoir iontu, e.g. seantuismitheoir, sin-seantuismitheoir. Nuair a bheidh na liostaí déanta ag na páistí tóg aiseolas ó gach grúpa agus breac síos na focail go léir a mhol an rang.

Mura luaitear aon cheann díobh seo a leanas is féidir iad a chur leis an liosta: *tuismitheoir aonair, beirt tuismitheoir, leastuismitheoirí, tuismitheoirí uchtála, tuismitheoirí altrama, tuismitheoirí tí, tuismitheoirí comhghnéis.*

Iarr ar gach grúpa cineál amháin tuismitheora agus a ról a mhíniú. Tabhair soiléiriú ar aon mhíniúchán má theastaíonn. Mínigh do na páistí go bhfuil go leor cineálacha éagsúla *tuismitheora* ann agus go bhféadfadh páistí a bheith ina gcónaí faoi chúinsí difriúla agus nach mór meas a bheith ar chúinsí teaghlach gach páiste.

Dán Acrastaice

Fiafraigh de na páistí ar chuala siad riamh faoi dhán acrastaice. Mínigh dóibh go bhfuil siad chun leabharmharc (nó rud eile atá cuí) a dhéanamh a bhfuil litreacha an fhocail tuismitheoir ag tús gach líne - seo mar a scríobhtar dán acrastaice. Mínigh dóibh go bhféadfadh an dán tagairt a dhéanamh d'aon chineál tuismitheora a raibh taithí dhearfach ag an bpáiste air.

Iarr ar na páistí focail dhearfacha a mholadh do gach litir san fhocal tuismitheoir. Seo sampla:

T Tuigeann sé mé

U Ullmhaíonn sé don saol mé

I Insíonn sé an fhírinne dom

S Spreagann sé mé chun mo dhícheall a dhéanamh

M Maitheann sé dom nuair a bhíonn gá leis

I Imríonn sé cluichí liom sa ghairdín cúil

T Tugann sé aire dom i gcónaí

H Hurla burla a bhaineann le gnáthlá in ár dteaghlach

E Éascaíonn sé an saol dom

O Ord agus eagar a chuirtear orm

I Imeachtaí suimiúla a dhéanann muid le chéile

R Réalta é mo thuismitheoir mar gheall ar a ndéanann sé dom.

Breac síos na focail a moladh. Inis do na páistí go bhfuil cead acu aon fhocail dearfacha gur mhaith leo a scríobh taobh le gach litir. Mínigh dóibh go bhféadfadh sé seo a bheith mar bhronntanas do 'tuismitheoir' speisialta ina saol nuair a bheadh sé críochnaithe agus maisithe acu, ar nós Mam, Daid, Mam agus Daid, leastuismitheoir, seantuismitheoir, tuismitheoir altrama, tuismitheoir uchtála. Má cailleadh tuismitheoir, d'fhéadfaidís é a choimeád mar chuimhne ar a gcaidreamh leo.

Cad a d'Fhoghlaim mé faoi Theaghlaigh



Ainm _____ Dáta _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas agus focail, frásaí, abairtí, íomhánna nó tarraingtí á n-úsáid.

D'fhoghlaim mé ...

Mhothaigh mé ...

Thuig mé ...

Thaitin ... liom

Níor thaitin ... liom

Ghlac mé páirt ...

Ar scála ó 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach,

cén marc a thabharfá ar do chumas ról dearfach a ghlacadh i do theaghlach?

Rud éigin nach bhfuilim cinnte fós faoi nó a bhfuil ceist agam faoi ná ...

AONAD 7
MO CHAIRDE AGUS DAOINE EILE

MISNEACH

CLÁR

AONAD 7

MO CHAIRDE AGUS DAOINE EILE

SNÁITHE

MISE AGUS DAOINE EILE

Snáithaonad Mo Chairde agus
Daoine eile

RÉAMHRÁ DON AONAD

Tá an taitneamh a bhaintear as cairdis agus an tacaíocht a fhaightear uathu i measc na bpléisiúr is mó sa saol. Is scileanna lárnacha saoil iad cairdis a dhéanamh agus a choimeád ar chóir cabhrú le páistí iad a fhorbairt. Sna ceachtanna seo, spreagtar páistí buntáistí agus míbhuntáistí grúpaí (cibé acu gur grúpaí cairdis nó grúpaí eile iad) a aithint, agus roinnt scileanna cairdis a chleachtadh. Tugtar faoi deara na cáilíochtaí a leagtar luach orthu i gcairdis, agus pléann páistí cineálacha difriúla cairdis. Ó am go chéile d'fhéadfadh páiste teacht ar iompar bulaíochta agus tá sé tábhachtach go dtuigfidh siad go bhfuil bulaíocht mícheart, agus go bhfuil ról acu lena cosc. Is é polasaí na scoile i leith bulaíochta a bheidh mar bhonn don obair san aonad seo, agus ba cheart go gcuirfí páistí ar an eolas faoi cá háit ar féidir leo tacaíocht a fháil má thagann gníomhaíocht bhulaíochta rompu.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1

Mar Bhall de Ghrúpa

Ceacht 2

Cairdis

Ceacht 3

Machnamh ar Eispéiris

Ceacht 4

Bulaíocht

CEACHT 1

A SEACHT: 1

MAR BHALL DEN GHRÚPA

COINCHEAP LÁRNACH

Tá buntáistí agus míbhuntáistí ag baint le bheith i do bhall de ghrúpa. Má dhéantar iniúchadh air seo d'fhéadfadh sé cabhrú linn cinntí/roghanna eolacha a dhéanamh faoi bheith i do bhall de ghrúpa anois agus sa todhcháí.

AN CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mo chairde agus daoine eile

Cuspóirí Ábhair

Tábhacht cairdis agus idirghníomhú le daoine eile a iniúchadh agus a thuiscint gur cuid den phróiseas nádúrtha fáis é cairde a dhéanamh agus a athrú.

Na grúpaí difriúla ar féidir le cairde a bheith ina mbaill díobh a aithint agus a bheith eolach ar cad is grúpa stuama ann.

Iniúchadh a dhéanamh ar an tslí inar féidir le tuairimí, dearcadh nó dóchas daoine eile dul i gcion ar an gcaidreamh idir dhaoine, ar bhealach dearfach nó diúltach.

- **Snáithe:** Mise agus an domhan mór

Snáithaonad: Saoránacht a Fhorbairt
Maireachtáil sa phobal áitiúil

Cuspóirí Ábhair

Coincheap an ranga nó na scoile mar phobal a iniúchadh.

Slite chun oibriú le chéile a chleachtadh agus fonn muintearais a fhorbairt.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Na hAmharcealaíona

- **Snáithe:** Péint agus dath

Snáithaonaid: Péinteáil

Féachaint agus freagairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Toisc nach mór do pháistí bogadh timpeall agus grúpaí a dhéanamh agus a bheith ag obair le chéile i ngrúpaí móra agus beaga don cheacht seo, bheadh spás mór ina chabhair.

D'fhéadfadh an réamhghníomhaíocht bainteach le grúpaí a bheith ina cúis easpa muintín agus/nó éiginnteachta do na páistí sin a bhíonn i ngrúpaí beirte. Moltar nach dtabharfaí uimhir a dó do pháistí a bhfuil Riachtanais Speisialta Oideachais acu agus/nó do pháistí atá ina mbaill de ghrúpa mionlaigh.

Is fearr an ceacht seo a shocrú ag an am céanna le hAmharcealaíona ar an amchlár ionas go mbeidh an dá cheacht ar siúl i ndiaidh a chéile.

ACMHAINNÍ

- Bileog Uimhreacha (fótachóipeáilte agus gearrtha suas)
- Bileog Oibre: Grúpaí a bhFuilim i mo Bhall Díobh
- Ábhair phéinteála, bileoga móra páipéir **nó** píosaí beaga éadaigh, gliú, páipéar taca **nó** cré agus cláir ar féidir a bheith ag obair orthu le cré, le huisce.

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá: Gníomhaíocht Ghrúpa
- Obair Ealaíne
- Machnamh agus Féachaint Siar
- Bileog Oibre
- Conclúid

A SEACHT: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá: Gníomhaíocht Ghrúpa

Inis do na páistí go bhfaighidh gach duine píosa páipéir ar a bhfuil uimhir, ach nár cheart dóibh féachaint air go mbeidh uimhir ag gach duine. Cinntigh go bhfuil na huimhreacha béal faoi agus iad á dtabhairt amach. Gheobhaidh tuairim is leath den rang an uimhir chéanna (uimhir a cúig). Beidh grúpa amháin nach mbeidh ach beirt pháistí ann (iad siúd a fuair uimhir a dó), agus cruthóidh uimhir a haon, a trí agus a ceathair grúpaí de cheathrar (ag brath ar mhéid an ranga).

Nuair a bheidh píosa páipéir ag na páistí go léir, iarr orthu féachaint ar a n-uimhir. Iarr orthu siúl go mall agus go cúramach timpeall an tseomra nó an halla chun na páistí sin a bhfuil an uimhir chéanna acu a aimsiú agus grúpa a dhéanamh leo.

Tabhair faoi deara na cineálacha iompair a bhíonn ar siúl le linn an phróisis seo. D'fhéadfadh go mbeidh roinnt páistí ag iarraidh uimhreacha a mhalartú le go mbeidh siad ina mbaill de ghrúpa le cairde speisialta. D'fhéadfadh áthas a bheith ar chuid acu go bhfuil siad ina mbaill den ghrúpa is mó/ is lú. D'fhéadfadh roinnt páistí a bheith míshocair agus leisce orthu dul isteach i ngrúpa beag/mór.

Nuair a bheidh na grúpaí déanta, cuir roinnt ceisteanna ar na páistí:

- *Conas a mhothaíonn tú faoi bheith i do ghrúpa?*
- *An féidir leat labhairt linn faoi sin?*
- *An mbeifeá níos sona i ngrúpa difriúil?*
- *An féidir leat a rá cén fáth?*

Obair Ealaíne

Tugtar bileog mhór páipéir, roinnt péinteanna agus scuaba péinte do gach

ceann de na cúig ghrúpa (d'fhéadfaí é seo a dhéanamh le hábhair ealaíne eile chomh maith ar nós cré nó éadaigh agus snáithín). Iarr ar gach grúpa, lena gcuid ábhar ealaíne roghnaithe, an bláth nó an gairdín bláthanna is áille gur féidir leo a shamhlú a léiriú nó an foirgneamh, an scríobaire spéire nó an seanchrann is iontaí. (D'fhéadfadh sé a bheith níos éasca do na páistí a bheith ag obair le chéile dá n-iarrfaí orthu aon íomhá amháin a léiriú)

Breathnaigh ar conas a oibríonn na grúpaí le linn na gníomhaíochta ealaíne. An oibríonn gach ball ina aonar chun cuid den íomhá a chríochnú, nó an socraíonn an grúpa cur chuige eile? Sa ghrúpa mór an nglacann roinnt páistí ról cheannaireachta, agus an bhfuil an chuma ar pháistí eile nach bhfuil siad ag iarraidh páirt a ghlacadh sa chinnteoireacht? An gceapann tú go bhféadfadh díomá a bheith ar roinnt páistí le hobair an ghrúpa?

Machnamh agus Féachaint Siar

Taispeáin na cúig shaothar ealaíne taobh lena chéile ar an gclár bán nó ar an urlár. D'fhéadfaí na páistí a spreagadh lena saothar críochnaithe a phlé. Cuir tús le plé leis an rang go léir faoin méid a d'fhoghlaim siad:

- *Ar bhain tú taitneamh as an ngníomhaíocht? Cén fáth gur bhain/nár bhain?*
- *An dóigh leat an mbainfeá níos mó taitnimh as i ngrúpa(i) níos mó nó níos lú?*
- *An dóigh leat go n-éireodh níos fearr le do shaothar ealaíne dá mbeadh níos mó/níos lú páistí i do ghrúpa? Cén fáth go ndeir tú é sin?*
- *An raibh duine amháin/níos mó ná duine amháin i gceannas ar do ghrúpa?*
- *Ar tharla sé sin ón tús?*

A SEACHT: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

- *An cuimhin leat conas a tharla go ndeachaigh an duine/na daoine sin i gceannas?*
- *An féidir leat labhairt linn faoi?*
- *Conas a d'aontaigh do ghrúpa ar rudaí?*
- *An raibh tionchar ag an ngrúpa ar bhur gcinntí mar dhaoine aonair, agus más ea, conas?*
- *Cad iad na cinntí ar ghá a dhéanamh le linn na gníomhaíochta?*
- *An raibh ról agatsa sa chinnteoireacht? Conas?*
- *Ar mhaith leat níos mó a rá linn faoi sin?*
- *An dóigh leat gur fheidhmigh na grúpaí go léir ar an mbealach céanna?*
- *Ar thug tú faoi deara difríochtaí idir an bealach inar fheidhmigh an grúpa ba mhó agus an grúpa ba lú?*
- *An féidir leat fáthanna a mholadh leis sin?*
- *Cé acu is fearr leat, a bheith ag obair i ngrúpaí nó i d'aonar?*
- *An féidir leat smaoineamh ar aon bhuntáistí nó mhíbhuntáistí a bhaineann le bheith i do bhall de ghrúpa?*
- *An féidir liosta a dhéanamh de chuid acu siúd ar an gclár bán? (Tapaigh an deis le míniú go mbíonn stíleanna oibre agus foghlama difriúla ag daoine agus gur fearr le roinnt daoine a bheith ag obair leo féin seachas i ngrúpa, agus go bhfuil an dá stíl sin inghlactha).*

D'fhéadfaí na cúig shaothar ealaíne a chur ar taispeáint in áit fheiceálach sa scoil ina dhiaidh sin le gur féidir le daoine eile taitneamh a bhaint astu.

Bileog Oibre: Grúpaí a bhFuilim i mo Bhall Díobh

Iarr ar na páistí smaoineamh ar na grúpaí

go léir a bhfuil siad ina mbaill díobh, mar shampla, teaghlach, teaghlach sínte, grúpaí cairdis, grúpaí ranga, scoil, grúpaí spóirt agus grúpaí pobail. Iarr orthu smaoineamh ar conas a bhaineann siad tairbhe as bheith i ngrúpa áirithe, cad a fhoghlaimíonn siad ó na grúpaí seo, conas a thugann grúpaí cabhair agus tacaíocht dóibh siúd atá ina mbaill díobh, agus an taitneamh a bhaineann daoine as bheith ina mbaill de ghrúpaí.

Ansin, iarr orthu smaoineamh ar amanna nuair nach raibh siad ar a gcompond le grúpaí áirithe. *An mbíonn tú riamh ag cur ceiste ort féin faoina bhfuil ceart nó mícheart mar gheall ar aon ghrúpa?* Mínigh gur féidir linn go léir a bheith míchompordach i ngrúpa uaireanta, ach má tharlaíonn sé sin go leor uaireanta, go gcaithfidimid smaoineamh ar an am a chaithimid leis an ngrúpa sin.

Sa deireadh, cuir timpeall an **Bhileog Oibre: Grúpaí a bhFuilim i mo**

Bhall Díobh agus iarr ar na páistí í a chomhlánú, agus taifead á dhéanamh de na buntáistí agus na míbhuntáistí, dar leo, a bhaineann le bheith ina mbaill de ghrúpaí cairdis, de ghrúpaí teaghlach shínte etc.

Conclúid

Déan plé leis na páistí faoin méid a d'fhoghlaim siad ón ngníomhaíocht seo. Tabhair cuireadh dóibh a gcuid smaointe a roinnt faoinar scríobh siad sna codanna Buntáistí agus Míbhuntáistí ar a mbileog. Má tá cead agat uathu, déan taifead de na míbhuntáistí agus na buntáistí a luadh ar an CBI nó ar an smeach-chairt.

Nó

Iarr orthu gan ach an méid a scríobh siad sa dá bhosca deireanach (*Grúpaí ar mhaith liom dul iontu an bhliain seo chugainn agus Grúpaí a bhfuilim ag iarraidh fanacht iontu an bhliain seo*

NÓS IMEACHTA SONRACH

chugainn) agus ansin d'fhéadfaí iarraidh ar gach páiste an fhréamh abairte seo a leanas a chríochnú:

D'fhéadfadh sé a bheith níos fearr a bheith i mo bhall de ghrúpa dá...

Síneadh

Foghlaim Chomhoibritheach

Ag deireadh an cheachta seo, d'fhéadfaí iarraidh ar na páistí oibriú i ngrúpaí ar fhadhb éigin a éileoidh orthu a thuiscint gur minice a éireoidh leo trí chomhoibriú, obair chrua, foghlaim ó dhaoine eile agus éisteacht leo.

Iarr ar na páistí struchtúr a chruthú atá **ard, leathan, láidir** agus **tarraingteach** agus gan ach páipéar, tuí ealaíne agus téip ghreamaitheach a úsáid. Ag deireadh an tasc, ní mór go mbeadh a struchtúr in ann rud éigin éadrom a iompar, ar nós úrscéil faoi chlúdach bog. Tabhair teorainn ama sonracha dóibh chun a struchtúr a chruthú. Treoraigh iad le hoibriú le chéile chun a struchtúr a dhearadh agus a chruthú.

D'fhéadfaí an tasc seo nó tasc cosúil leis a leasú chun go n-oirfeadh sé do pháistí a d'fhéadfadh sé a bheith deacair dóibh ach go háirithe, agus, mar sin d'fhéadfadh gan seans chothrom a bheith acu le bheith rathúil. Nuair a mheasann tú go raibh na páistí go léir ag obair go cruá, agus gur sháraigh siad na dúshláin le chéile mar ghrúpa, d'fhéadfaidís ceiliúradh a dhéanamh.

Bileog Uimhreacha

Fótachóipeáil uair amháin agus gearr suas i bpíosaí aonair a bhfuil uimhir amháin ar gach ceann

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

5

2

2

1

1

1

1

1

3

3

3

3

3

3

4

4

4

4

4

Grúpaí a bhFuilim i mo Bhall Díobh

Smaoinigh ar na grúpaí go léir a bhfuil tú i do bhall díobh, cad a fhoghlaimíonn tú uathu, conas a thugann siad cabhair agus tacaíocht duit. Ansin smaoinigh ar na huaireanta nár mhothaigh tú compordach leis na grúpaí sin.

Teaghlach

Buntáistí:

Míbhuntáistí:

Teaghlach Sínte

Buntáistí:

Míbhuntáistí:

Grúpaí Cairdis

Buntáistí:

Míbhuntáistí:

Grúpa Ranga

Buntáistí:

Míbhuntáistí:

Grúpaí Scoile

Buntáistí:

Míbhuntáistí:

Grúpaí Pobail agus Spóirt

Buntáistí:

Míbhuntáistí:

Grúpaí ar mhaith liom fanacht leo an bhliain seo chugainn

Grúpaí ar mhaith liom dul isteach iontu an bhliain seo chugainn.

CEAHT 2

CAIRDIS

A SEACHT: 2

COINCHEAP LÁRNACH

Tá cairdis tábhachtach. Tríd na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann le cairdis a iniúchadh d'fhéadfaí cabhrú linn smacht a bheith againn ar ár n-iompar.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mo chairde agus daoine eile

Cuspóirí Ábhair

Na gnéithe éagsúla den chairdeas a phlé agus a thuiscint chomh maith leis an difríocht idir dlúthchairde agus lucht aitheantais.

Machnamh a dhéanamh ar fhadhbanna a d'fhéadfadh teacht aníos i gcairdis agus i gcaidrimh eile agus conas iad seo a láimhseáil.

Iniúchadh a dhéanamh ar na difríochtaí a bhaineann le cairdeas idir buachaill agus cailín agus cairdeas comhghnéis.

An tábhacht a bhaineann le bá agus tuiscint, cúirtéis agus dea-bhéasa i dtaca le daoine eile a chleachtadh agus a aithint.

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cogaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Cuimhnigh ar na páistí a mbíonn sé deacair dóibh cairde a dhéanamh. D'fhéadfadh imní a bheith orthu le linn an cheachta seo.

ACMHAINNÍ

- Ainm gach páiste agus é scríofa ar pháipéir faoi leith, fillte agus curtha i mála nó bosca
- Leabhar nótaí OSPS, nó leathanaigh agus pinn luaidhe

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Obair Chiorcail
- Obair i bPéirí agus Plé
- Plé Ranga
- Tasc
- Conclúid

A SEACHT: 2

NÓS IMEACHTA SONRACH

Obair Chiorcail

Socraigh na páistí i gciorcail agus féach siar ar cad is cuimhin leo faoi na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann le bheith ina mbaill de ghrúpaí a pléadh sa cheacht roimhe seo. Mínigh dóibh go mbeidh cairdis á bplé acu sa cheacht seo.

Iarr ar na páistí seasamh agus áiteanna a mhalartú más amhlaidh:

- Go bhfuil aithne agat ar dhuine atá an-chairdiúil
- Go bhfuil aithne agat ar dhuine atá an-chúthaileach
- Gurb eol duit gur maith le roinnt daoine a lán daoine a bheith in éineacht leo go minic
- Gurb eol duit gur maith le roinnt daoine a bheith i ngrúpaí beaga
- Gurb eol duit go mbíonn daoine uaigneach uaireanta
- Go gceapann tú go gcaithfidh cairde aontú le chéile
- Go gceapann tú gur rud maith é an cineál céanna éadaí a chaitheamh agus a chaitheann do chairde

Iarr ar na páistí na ceisteanna seo a leanas a phlé:

- *An dóigh leat gur ceart do chara aontú le gach rud a deir tú? Cén fáth?*
- *An ndéanfadh cara an rud céanna is a bheadh tusa ag iarraidh a dhéanamh i gcónaí?*
- *An ndéanfadh cairde aithris ar a chéile?*
- *Cén fáth? Cén fáth nach ndéanfadh?*

Obair i bPéirí agus Plé

Iarr ar na páistí an méid seo a leanas a phlé agus iad ina bpéirí. Cuir na ceisteanna ceann ar cheann, agus tabhair am do na péirí an cheist sin a phlé. Ansin tóg aiseolas agus déan plé sula mbogann tú ar aghaidh go dtí an chéad cheist eile.

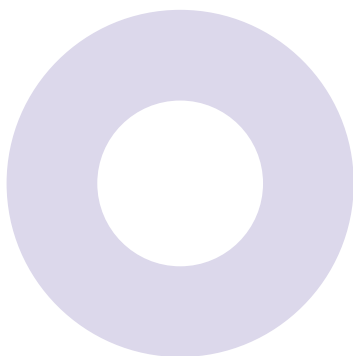
- *Ainmnigh roinnt fáthanna go mbíonn cairde againn? Tóg aiseolas agus pléigh.*
- *Cad iad na rudaí gur féidir le daoine a dhéanamh chun cabhrú leo fanacht ina gcairde? Tóg aiseolas agus pléigh.*
- *An bhfuil roinnt rudaí a d'fhéadfadh dochar a dhéanamh do chairdeas? Tóg aiseolas agus pléigh.*
- *An gcaithfidh daoine a bheith ina gcairde go deo? Tóg aiseolas agus pléigh.*
- *An bhfuil difríochtaí idir cairdis idir buachaillí agus cailíní agus cairdis comhghnéis? Tóg aiseolas agus pléigh.*

Iarr ar an rang smaoineamh ar ar phléigh siad agus faoin tréith is mó a leagann siad luach uirthi i gcara. Scríobh **Na Tréithe atá ag Cara Maith** mar cheannteideal ar an gclár bán nó ar an CBI agus tabhair cuireadh do na páistí liosta de thréithe a dhéanamh agus déantar taifead díobh (tobsmainteoireacht).

NÓS IMEACHTA SONRACH

Plé Ranga

Tarraing an cruth seo a leanas agus scríobh **cairde maithe/dlúthchairde** sa lár agus **daoine aitheantais** sa chiorcal lasmuigh.



Pléigh na difríochtaí idir cairde agus daoine aitheantais.

Tasc: Cara Rúnda

Mínigh do na páistí go bhfuil a gcuid ainmneacha go léir agat i mála nó i mbosca, go gcaithfidh gach páiste ainm a thógáil amach, agus le haghaidh na seachtaine dar gcionn go gcaithfidh siad a bheith ina gcara rúnda leis an duine a bhfuair siad a n-ainm. Caithfidh siad cabhrú le agus a bheith dearfach leis an duine sin gan iad a chur ar an eolas go bhfuil siad ina gcara rúnda leo. Is féidir leis na páistí a bheith ag faire amach do ghníomhartha cineálta ó pháistí eile chun féachaint an féidir leo a gcara rúnda a aimsiú.

Conclúid

Iarr ar na páistí machnamh ciúin a dhéanamh orthu féin mar chara. *Conas a bhíonn tú i do chara maith do dhuine éigin?* Cuir leabhair nótaí OSPS nó leathanaigh agus pinn luaidhe timpeall an ghrúpa agus iarr orthu tréith nó dhó atá acu a chiallaíonn gur cara maith iad a bhreacadh síos.

MACHNAMH AR EISPÉIRIS

COINCHEAP LÁRNACH

Is bealach sábháilte iad scéalta do pháistí chun mothúcháin, eispéiris, braistintí, iompar agus roghanna a iniúchadh.

AN CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mo chairde agus daoine eile

Cuspóir Ábhair

Tábhacht cairdis agus idirghníomhú le daoine eile a iniúchadh agus a thuiscint gur cuid den phróiseas nádúrtha fáis é cairdeas a dhéanamh agus a athrú.

- **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaithe
Féinfheasacht

Cuspóir Ábhair

Machnamh a dhéanamh ar a gcuid eispéireas féin agus ar na cúiseanna le cineálacha éagsúla gnímh a dhéanamh.

Ag forbairt féinmhuiníne

Cuspóir Ábhair

Forbairt bhreise a dhéanamh ar an gcumas le tuairimí pearsanta, smaointe agus barúlacha a chur in iúl, agus éisteacht le, meas a bheith ar, machnamh a dhéanamh ar agus labhairt go criticiúil agus go dearfach faoi tuairimí daoine eile.

Snáithaonad: Ag fás agus ag athrú
Braistintí agus mothúcháin

Cuspóirí Ábhair

An cumas agus an mhuinín a bheith agat chun raon mothúchán, go háirithe iad siúd atá deacair a nochtadh, a aithint, a phlé agus a iniúchadh.

An tslí ina gcuidíonn mothúcháin le féintuiscint.

COMHTHÁTHÚ**Gaeilge**

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

- **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint.

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

NÓTA DON MHÚINTEOIR

D'fhéadfá cur i gcumhne dóibh e.g. gur féidir leo i gcónaí rudaí a rá sa tríú pearsa, 'deir páistí/daoine' agus 'déanann páistí/daoine' ionas nach nochtfaí eolas pearsanta íogair.

ACMHAINNÍ

Cóip amháin in aghaidh an pháiste den sliocht scéil, nó de théacs ón sliocht agus é le feiceáil ar an CBI nó ar theilgeoir sonraí (nó aon sliocht scéil as úrscéal).

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Athbhreithniú ar an Tasc
- Léitheoireacht/Éisteacht Mhachnamhach
- Plé
- Rólimirt
- Machnamh

A SEACHT: 3

NÓS IMEACHTA SONRACH

Athbhreithniú ar an Tasc

Cuir an tasc ón gceacht roimhe seo i gcuimhne do na páistí. Fiafraigh díobh:

- Conas a mhothaigh tú agus tú i do chara rúnda?
- Cad iad na rudaí a rinne tú mar chara?
- Ar oibrigh tú amach cérbh é do chara rúnda?
- Cén saghas rudaí a rinne siad duit?
- Conas a mhothaigh sé nuair a bhí duine éigin ag déanamh na rudaí seo duit?
- An ndéanann sé difríocht nuair a dhéanann duine éigin na rudaí seo? Cén chaoi?

Léitheoireacht/Éisteacht Mhachnamhach

Mínigh do na páistí go mbainfidh an ceacht inniu le cairde bréagacha agus na fadhbanna a bhaineann le cairdis ó am go chéile. Tabhair cóip den sliocht do gach páistí nó teilg an téacs ionas go mbeidh na páistí in ann é a fheiceáil go soiléir, nó iarr orthu éisteacht go han-chúramach leis an sliocht agus é á léamh amach. Mínigh dóibh go gcuirfear ceisteanna agus go ndéanfar plé faoin téacs i gceann cúpla nóiméid. Sula dtugtar cúlra an scéil agus nuair a bheidh an sliocht léite nó cloiste, b'fhéidir go roghnófa lígean do na páistí a moltaí féin a dhéanamh maidir lenar tharla, dar leo féin, sna caibidlí roimh an sliocht a léigh siad.

Sliocht

Tá Alice agus Megan ina ndlúthchairde le blianta fada, agus ní féidir le Megan fanacht go mbeidh sí ag dul chuig Campa Samhraidh le hAlice. Beidh sé thar cionn – ní bheidh aon leite orgánach ann, ní bheidh aon scoil acu, ní bheidh aon rud ar siúl ach spraoi! Ach nuair a éiríonn Alice cairdiúil le Hazel, agus nuair a thugann sí neamhaird ar Mhegan, mothaíonn

Megan go bhfuil sí á cur ar leataobh. Tá Alice faoi dhraíocht ag Hazel atá dathúil, sofaisticiúil agus a bhfuil an-ghean uirthi agus is cosúil go seasann sí siar agus ní deir sí tada, fiú nuair a fheiceann sí go bhfuil Hazel gránna le Megan. Ba mhaith le Megan go seasfadh Alice an fód di, ach b'fhéidir gur cheart di an fód a sheasamh di féin, nó a bheith níos ceannasaí. De réir mar a imíonn na laethanta thart, is cosúil go bhfuil athrú ag teacht ar Alice agus go bhfuil níos mó ama á chaitheamh aici le Hazel, agus bíonn ar Mhegan dul isteach i ngrúpaí eile.

Oíche amháin, socraíonn Megan dul a luí go luath agus téann sí suas go dtí an seomra codlata a roinneann sí le hAlice agus Hazel. Feiceann sí an bheirt acu, cuachta i gceann a chéile ar leaba Alice, ag gáire agus ag cogarnach. Nuair a shiúlann Megan isteach, tá scéin agus ciontach i súile Hazel, ach ní dhéanann Alice ach gáire agus insíonn sí di gur féidir leo muinín a bheith acu as Megan. Tá áthas ar Mhegan go bhfuil Alice ag iarraidh go mbeidh sí páirteach, ach tá inní uirthi - cad atá ann ar gá dóibh muinín a bheith acu aisti? Táimid chun éalú ón gcampa!

(Seo a leanas an scéal ó thaobh Megan de): Bhí mo bhéal ar leathadh. Bhí a fhios agam gur dhócha go raibh cuma sheafóideach orm, ach ní raibh neart agam air. 'Ag éalú'? Bhí mo ghuth bíogach agus scanraithe. Fiú nuair a smaoinigh mé faoi éalú tháinig eagla orm. An mbeinn cróga go leor riamh chun é a dhéanamh i ndáiríre? Rinne Hazel gáire ghránna eile. 'Sea, ag éalú. An dtuigeann tú anois, a Alice? Bhí a fhios agam nár cheart duit aon rud a rá leis an bhfaiteachán beag Megan'. Sheas Alice suas. 'Níl sé sin cóir, a Hazel. Ná habair é sin. Is féidir linn muinín a bheith againn as Megan, nach féidir,

A SEACHT: 3

NÓS IMEACHTA SONRACH

Meg'? Sméid mé mo cheann beagáinín. Tharraing mé anáil dhomhain, agus labhair mé chomh cróga agus ab fhéidir. 'Inis dom gach rud. Tá an t-eolas go léir uaim'.

ó *Alice in the Middle* le Judi Curtin, The O'Brien Press, 2013. Athchruthaithe le caoinchead ó The O'Brien Press.

Plé

Seo roinnt ceistanna gur féidir a úsáid chun plé a spreagadh:

- Cén t-eolas a fhoghlaimimid faoin triúr cailín ón sliocht? Mol dhá aidiacht ar a laghad chun cur síos a dhéanamh ar gach cailín.
- Cén cailín atá i gceannas nó a bhfuil smacht aici ar chúrsaí thuas?
- Cén fáth go ndeir tú é sin?
- Cad iad na mothúcháin a spreagtar nuair a ghlaonn Hazel ainmneacha ar Mhegan.
- An raibh mothúcháin den chineál céanna agatsa riamh?
- Nó an bhfuil aithne agat ar dhuine eile a raibh na mothúcháin sin acu?
- An féidir leat labhairt linn faoi sin?
- Cad a thugtar le fios faoi chairdeas Alice agus Megan nuair a sheasann Alice an fód do Mhegan?
- Nuair a éiríonn guth Mhegan bíogach agus scanraithe, an dtugann sé le fios chomh buartha is atá sí, agus b'fhéidir gur cheart di aird a thabhairt ar cad a bhí a guth ag cur in iúl di?
- An dóigh leat go bhféadfadh cuid de na cásanna agus na mothúcháin a bhí ag Megan (magadh, fágtha i leataobh, uaigheach, amhras uirthi fúithi féin etc.) a bheith ábhartha do bhuachaillí agus do chailíní araon?

- An féidir leat níos mó a rá faoi sin?
- Ar tharla sé riamh duit go raibh duine éigin míchineálta leat nó ag tabhairt neamhairde ort agus gan chúis ar bith acu i ndáiríre?
- Inis dúinn faoi sin – cad a rinne tú nó cad a dhéanfa i gcás Mhegan?
- An dóigh leat go mbeadh an spéis chéanna ag buachaillí agus ag cailíní sa leabhar seo?

Rólimirt

Nuair a bheidh an sliocht (nó sliocht as scéal ar bith) pléite go hiomlán ag na páistí, cuir na páistí i ngrúpaí de chúigear nó seisear, agus iarr ar gach grúpa an scéal a athrú, a scríobh arís nó a leasú ionas go mbeidh críoch dhifriúil leis, agus carachtar amháin nó níos mó ag glacadh cur chuige atá difriúil ón gcur chuige a bhí sa sliocht. Mínigh do na páistí gur mhaith leat go ndéanfaidís ról imirt den triúr carachtar nó níos mó – má tá an rang mór, b'fhéidir go mbeidh ar na páistí carachtair bhreise a cheapadh, nó a bheith i ngrúpaí níos lú. Inis dóibh go gcaithfidh siad a chur in iúl go soiléir ina scéal cad a d'fhéadfadh a bheith difriúil dá n-athrófaí fiú aon chúinse amháin e.g. murar chuala Megan na cailíní ag déanamh plean chun éalú, dá socródh sí ansin gan éisteacht le haon phlean a raibh Hazel páirteach ann agus dá siúlfaidh sí amach etc.

Tabhair neart ama do na páistí le hullmhú, cúig nó deich nóiméad b'fhéidir. Cuir i gcuimhne dóibh smaoineamh ar na grúpaí go léir atá ag ullmhú agus ag cleachtadh ag an am céanna.

Nuair a bheidh neart ama ag gach duine le hullmhú, d'fhéadfadh na grúpaí léiriú a dhéanamh, agus na páistí eile ag éisteacht leis na críocha éagsúla agus

A SEACHT: 3

NÓS IMEACHTA SONRACH

tuairim dhearfach á tabhairt acu fúthu. Déan an cleachtadh a mheas leis na grúpaí, agus iniúchadh á dhéanamh ar cad a d'fhoghlaim siad ó bheith i bpáirt daoine eile.

Machnamh

Tar éis iniúchadh a dhéanamh ar na fáthanna go ndearna roinnt carachtar ficseanúil gníomh áirithe, tabhair deis do na páistí smaoineamh ar a gcuid eispéireas féin agus iad a iniúchadh. *An bhfuil do chuid eispéireas féin cosúil leo siúd a pléadh sa sliocht?*

Tabhair cuireadh dóibh labhairt faoi roinnt eispéireas dá gcuid féin leis an rang más mian leo, ach más fearr leo, is féidir leo scríobh gan a n-ainm a chur leis nó ar bhealach éigin eile, faoi roinnt amanna a roghnaigh siad gníomh áirithe a dhéanamh. D'fhéadfaí na scéalta sin (ó bhéal nó scríofa) a phlé agus cuir chuige dhifriúla a iniúchadh.

Síneadh

Sa leabhar *Alice in the Middle*, as a dtógtar an sliocht thuas, tá go leor deiseanna le hobair a dhéanamh maidir le comhbhá agus féachaint ar na fáthanna le cuir chuige dhifriúla a ghlacadh, ach d'fhéadfaí sliocht a roghnú ó aon úrscéal cuí agus ceisteanna a chur chun machnamh a spreagadh faoi na fáthanna go ndearna na carachtair na rudaí a rinne siad agus faoi cad a tharlódh dá mbeadh fiú rud amháin difriúil e.g. Cad a tharlódh dá mbeadh múinteoir nó feighlí ina seasamh lasmuigh den tseomra codlata agus dá gcloisfidís Alice agus Hazel ag cogarnach? Cad a tharlódh murar dhúirt Alice an méid a dúirt sí faoi mhuintín a bheith aici as Megan?

Nuair a úsáidtear úrscéalta nó sleachta as úrscéalta cuirtear ar chumas na

bpáistí a thuiscint go soiléir conas is féidir le gníomh treo an scéil a athrú agus machnamh a dhéanamh ar bhealach neamhbhagrach ar na fáthanna le cuir chuige áirithe a ghlacadh ina saol féin, agus na scileanna a theastaíonn i gcás faoi leith a aithint. Mar shampla ar lch.73-75 bíonn Hazel gránna le Megan agus tarraingíonn sí amhras ar chairdeas Alice léi tríd an bhfírinne a chur as a riocht – b'fhéidir go gceapfadh na páistí anseo gur ceart do Megan an fód a sheasamh di féin agus a bheith níos ceannasaí faoina gcreideann sí agus faoina smaoineantais féin. Cad a d'fhéadfadh Megan a rá? Dá mbeifeá i d'oide saoil di cad a déarfá léi a dhéanamh? Nó nuair a mhothaíonn Megan scoite toisc go bhfuil an bheirt eile ag seoladh téacstheachtaireachtaí dá chéile lch137-139 iarr ar na páistí an dá leide is fearr le déileáil le scoiteacht a mholadh, agus/nó fiafraigh díobh an molfaidís gur cheart do Mhegan a chur in iúl do na páistí eile nach bhfuil an t-iompar ag cur as di. Is bealach iontach freisin iad finscéalta a bhfuil cur amach ag na páistí orthu a insint, geamaireacht a dhéanamh, léiriú le comhrá, léamh, maisiú, scríobh agus athscríobh agus cor nua iontu, e.g. cad a d'fhéadfadh tarlú dá mbeadh an Lacha Bheag Ghránna níos ceannasaí agus/nó dá mbeadh duine éigin ann chun an fód a sheasamh dó? Cad a tharlódh dá mbeadh Plúirín Sneachta cúramach faoi ghlacadh le bronntanais ó mhná nach raibh aithne aici orthu? Cad a tharlódh dá socródh na trí mhucín oibriú as lámh a chéile agus teach brící a thógáil ag an tús?

CEAHT 4

BULAÍOCHT

A SEACHT: 4

COINCHEAP LÁRNACH

D'fhéadfadh drochthorthaí a bheith ag bulaíocht ar pháistí. Tá sé tábhachtach go dtuigfidh páistí torthaí na bulaíochta agus scileanna a fhorbairt chun déileáil léi.

AN CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus daoine eile

Snáithaonad: Mo chairde agus daoine eile

Cuspóirí Ábhair

Bulaíocht agus a torthaí a aithint, a phlé agus a thuiscint.

Iniúchadh agus plé a dhéanamh ar an tslí inar féidir le daoine aonair déileáil le bulaíocht atá á déanamh orthu, fios a bheith acu go bhfuil bulaíocht á déanamh ar dhaoine eile agus a bheith i do bhulaí.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá ceachtanna sonracha faoi bhulaíocht i Misneach Rang a 3. Is féidir ábhair ó na ceachtanna sin a chur in oiriúint le húsáid le ranganna sinsearacha murar clúdaíodh cheana féin iad. Tá nasc idir an ceacht seo freisin agus Rang a 5, Aonad a hOcht: Caidreamh le Daoine Eile, Ceacht 4 Glaoch Ainmneacha.

ACMHAINNÍ

- Píosa páipéir le haghaidh gach páiste
- Leabhar nótaí OSPS, nó leathanaigh agus pinn luaidhe
- Scéalta (curtha ar fáil)
- Bileog Oibre: Cad a D'fhoghlaim Mé Faoi Chairdeas agus Réiteach go maith le Daoine

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Plé Ranga
- Plé Grúpa
- Rólimirt
- Conclúid/Bileog Oibre

A SEACHT: 4

NÓS IMEACHTA SONRACH

Plé Ranga

Scríobh an focal Bulaíocht ar an gclár bán. Iarr ar na páistí a mhíniú cad atá i gceist le bulaíocht agus breac síos a gcuid freagraí. Ansin léigh na scéalta seo a leanas ceann i ndiaidh a chéile. Tar éis gach scéil fiafraigh de na páistí an bhfuil bulaíocht i gceist agus spreag na páistí cúiseanna a thabhairt lena gcuid freagraí.

Scéalta

Fuair Peadar teanntáin fiacla mí ó shin. Bíonn roinnt buachaillí ina rang ag magadh faoi agus ag glaoch ainmneacha air. Níl sé ag iarraidh na teanntáin a chaitheamh a thuilleadh agus ceileann sé ina mhála scoile iad.

D'iarr Marcus ar a dheartháir mór cuntas Facebook a shocrú dó agus tá sé ina chara le go leor cairde de chuid a dheartháir ar Facebook. Ar Facebook, fuair sé amach go raibh cuid de na buachaillí ag pleanáil dul chuig club, ach go raibh siad ag ligean orthu go raibh siad ag dul chuig teach duine éigin. D'inis Marcus dá mháthair faoinar léigh sé. Ó shin i leith seolann duine de na buachaillí sin teachtaireachtaí chuige ina nglonn sé ainmneacha air ar nós 'amadán' agus 'meatachán', agus dúirt sé leis go n-imreodh sé díoltas air as insint dá mháthair cad a bhí beartaithe ag na buachaillí níos sine.

Tá Denise agus Carol ina gcairde ó bhí siad sna Naíonáin Shóisearacha. Tá cailín nua, Pádraigín, tar éis teacht isteach sa rang. Anois tá Carol cairdiúil le Pádraigín agus níl sí ag iarraidh bualadh le Denise tar éis scoile. Tá sé seo ag cur as do Denise.

Tháinig Pilib chun na scoile trí mhí ó sin. Ní ligeann na páistí eile sa rang dó páirt a ghlacadh ina gcuid cluichí. Tugann siad neamhaird air má dhéanann sé

iarracht a bheith ag spraoi leo. Tugann buachaill amháin ardnósach agus aerach air. Bíonn na páistí eile ag gáire. Mothaíonn sé go dona.

Tógann grúpa páistí an bus scoile chuig an scoil agus ar ais gach lá. Tá fadhb urlabhra ag cailín amháin agus uaireanta bíonn sí ag stadaireacht. Bíonn buachaill agus cailín ag magadh fúithi agus ag rá rudaí gránna léi. Fanann na páistí eile ar an mbus ciúin nuair a tharlaíonn sé sin.

Fiafraigh de na páistí:

- Conas gur bulaíocht í gníomhartha duine éigin?
 - Conas a dhéanann daoine bulaíocht?
 - Cad a bhíonn siad ag iarraidh a dhéanamh? (Séard atá i mbulaíocht ná iompar a dhéantar arís is arís eile a bhfuil goineadh mar aidhm aige).
- Iarr ar na páistí na cineálacha éagsúla bulaíochta a ainmniú: bulaíocht fhisiciúil, bulaíocht bhriathartha, cibearbhulaíocht, bulaíocht shíceolaíoch.
- An féidir leat samplaí de na cineálacha difriúla bulaíochta a thabhairt?
 - Cén cineál bulaíochta ar cuireadh síos air sna scéalta?
 - Meas tú, conas a mhothódh (ainm an pháiste)?
 - Cad iad torthaí na bulaíochta?

Tabhair leathanach do gach páiste agus iarr orthu burla a dhéanamh de gan é a stróiceadh. Ansin iarr orthu é a oscailt agus iarracht a dhéanamh é a dhéanamh mín. An bhfuil sé mín mar a bhí tamall ó sin? Mínigh dóibh: ní féidir linn an leathanach a chur ar ais mar a bhí sula ndearnamar burla de. Is amhlaidh an scéal nuair a dhéantar bulaíocht – cuimhnítear uirthi agus goilleann sí ar dhaoine. Más gá, d'fhéadfaí an difríocht idir bulaíocht agus drochiompar a phlé

NÓS IMEACHTA SONRACH

anseo, agus an sainmhíniú ar bhulaíocht a tugadh tamall ó sin á úsáid.

Plé Grúpa

Cuir an rang i ngrúpaí de 4-5. Tabhair ceann amháin de na scéalta a léadh tamall ó sin do gach grúpa. Is féidir leo go léir obair a dhéanamh ar an scéal céanna nó is féidir cinn dhifriúla a thabhairt dóibh, ach cinntigh go bhfuil grúpa amháin ar a laghad ann a bhfuil cás acu ina bhfuil daoine ar an láthair nach bhfuil baint acu leis an scéal. Iarr orthu cinneadh a dhéanamh:

- conas a d'fhéadfaí cás cosúil leis seo a chosc
- agus cad a d'fhéadfaí a dhéanamh chun an duine a chosaint agus an bhulaíocht a stopadh.

Nuair atá sé seo críochnaithe acu, iarr orthu a gcuid freagraí a thabhairt agus déan plé.

Rólimirt

Roghnaigh ceann amháin de na scéalta ina bhfuil daoine ar an láthair nach bhfuil baint acu leis an scéal agus léigh do na páistí é. Iarr ar na páistí, agus iad ina gcuid grúpaí, rólimirt a ullmhú a léiríonn an scéal agus conas a d'fhéadfadh daoine atá ar an láthair nach bhfuil baint acu leis an scéal ról a ghlacadh chun cabhrú leis an duine a bhfuil bulaíocht á déanamh orthu. Nuair atá sé sin déanta acu, iarr ar ghrúpa nó dhó an rólimirt sin a dhéanamh don rang. Tar éis gach babhta rólimeartha fiafraigh díobh siúd a bhí páirteach sa rólimirt conas a mhothaigh siad nuair a bhí an bhulaíocht ar siúl agus conas a mhothaigh siad ina diaidh.

Conclúid/Bileog Oibre

Iarr ar na páistí rud amháin a ainmniú ar féidir leo a dhéanamh chun cabhrú le bulaíocht a chosc ar scoil agus a chinntiú gur áit shábháilte é an rang. D'fhéadfaidís é sin a bhreacadh síos ina leabhar nótaí OSPS agus a roinnt leis an rang.

Déan athbhreithniú leis na páistí ar ar pléadh san aonad seo (Mo Chairde agus Daoine Eile).

Iarr orthu an méid a d'fhoghlaim siad a bhreacadh síos ar an **mBileog Oibre: Cad a D'fhoghlaim Mé Faoi Chairdeas agus Réiteach go maith le Daoine.**

Ba cheart duit iad siúd a bhailiú agus dul siar orthu mar chuid den mheasúnú leanúnach agus d'fhéadfaidís treoir a thabhairt duit maidir le tuilleadh oibre ar an topaic.

Bileog Oibre: Cad a d'Fhoghlaim Mé Faoi Chairdeas agus Réiteach go maith le Daoine



Ainm _____ Dáta _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas agus focail,
frásaí, abairtí, íomhánna nó líníochtaí á n-úsáid.

D'fhoghlaim mé

Mhottaigh mé ...

Thuig mé

Thaitin ... liom

Níor thaitin ... liom

Ghlac mé páirt

Ar scála ó 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cén
marc a thabharfá ort féin mar chara? _____

Rud éigin nach bhfuilim cinnte fós faoi nó a bhfuil ceist agam faoi ná ...

AONAD 8
CAIDREAMH LE DAOINE EILE

MISNEACH

CLÁR

AONAD 8

CAIDREAMH LE DAOINE EILE

SNÁITHE

MISE AGUS DAOINE EILE

Snáithaonaid: **Mo Chairde agus
Daoine Eile**

Caidreamh le Daoine Eile
Cumarsáid
Coimhlint a Réiteach

RÉAMHRÁ DON AONAD

Tugann an t-aonad seo deis do pháistí scileanna áirithe a fhoghlaim maidir le déileáil le daoine eile. Cuirtear béim ar an mbealach a dhéanaimid cumarsáid mar dhaoine (ó bhéal agus go neamhbhriathartha) agus tábhacht na héisteachta i bhforbairt caidrimh.

Sna ceachtanna seo méadaíonn na páistí a dtuiscint ar chomh cumhachtach is atá an chumarsáid ó thaobh ár gcaidrimh le daoine eile a fheabhsú, agus an gá atá le meas a bheith againn ar ár gceart chun tuairimí a bheith againn agus iad a chur in iúl.

Ní féidir éalú ón choimhlint sa saol, agus san obair seo déanfaidh na páistí forbairt agus cleachtadh ar scileanna na cumarsáide teanntásaí.

Is uirlis thábhachtach san aonad an tsainnithint a dhéanann na páistí ar a bhfoghlaim féin, agus an taifeadadh agus an faireachán a dhéanann tusa air.

Tabhair faoi deara go bhféadfadh sé a bheith deacair do roinnt páistí a bhfuil Neamhord Speictream an uathachais orthu éisteacht agus cumarsáid a dhéanamh. D'fhéadfadh sé a bheith deacair dóibh go háirithe a bheith páirteach i ngníomhaíochtaí ina mbeadh gnéithe ar nós teagmháil súl mar chuid den chumarsáid. Ní mór a bheith íogair le páistí as cultúir eile, má bhíonn siad míchompordach faoi chuid de na ngníomhaíochtaí atá molta a dhéanamh.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1
Cumarsáid

Ceacht 2
Cumarsáid Neamhbhriathartha

Ceacht 3
Éisteacht

Ceacht 4
Glaoch Ainmneacha

Ceacht 5
Tuairimí Pearsanta

Ceacht 6
Tionchar agus Áitiú

Ceacht 7
Foinsí agus Cineálacha Coimhlinte

Ceacht 8
Bainistiú Coimhlinte

Ceacht 9
Cumarsáid Theanntásach

CEACHT 1

CUMARSÁID

A hOCHT: 1

COINCHEAP LÁRNACH

Tá bunscileanna cumarsáide tábhachtach le féinmhuinín a fhorbairt.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: **Mise agus Daoine eile Cumarsáid**

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh agus cleachtadh ar na bealaí iomadúla ina ndéanann daoine cumarsáid le chéile ó bhéal agus go neamhbhiathartha.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: **Labhairt**

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint

Snáithaonaid: **Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh**

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

ACMHAINNÍ

Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (le húsáid i ngach ceacht san aonad)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíochtaí Tionscnaimh/Obair Chiorcail
- Faisnéis agus Plé
- Babhta
- Drámaíocht / Ról imirt
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíochtaí Tionscnaimh/Obair Chiorcail

Cogarnach Shíneach

Cuir na páistí ina suí i gciorcail, mar ar féidir leo cogar a dhéanamh leis an té atá taobh leo, gan éinne eile a chloisint. Déan na rialacha do Chogarnach Shíneach a mhíniú. Smaoiníonn an chéad duine ar fhrása nó abairt agus deir siad i gcogar é leis an duine taobh leo. Ní deirtear an nath nó an abairt ach aon uair amháin. Cuireann an duine seo an teachtaireacht ar aghaidh go dtí an chéad duine eile ar an mbealach is fearr atá ar a gcumas agus leantar ar aghaidh go dtí an duine deireanach a deir an teachtaireacht os ard. Ainmnigh an té atá le tosú agus leis an bpáiste sin píoc frása nó abairt agus cuir tús leis an ghníomhaíocht.

- *Pléigh cad a tharlaíonn le linn na gníomhaíochta sin.*
- *Cén cineál cumarsáide a úsáideadh?*
- *An bealach úsáideach cumarsáide é? Tuige?*
- *Cathain a bhainfeá úsáid as?*

Cláir chailce dhaonna

Seasann na páistí i gciorcail, a ngualainn dheis i dtreo lár an chiorcail. Cuireann an múinteoir nó páiste siombail (nó íomhá shimplí) timpeall trí é a tharraingt lena méar ar dhroim an té atá os a gcomhair - téann sé seo timpeall an chiorcail. Nuair a bhíonn an siombail faighte agus curtha ar aghaidh ag gach duine faigh amach cén siombail a bhí ann.

Pléigh cad a tharla le linn na gníomhaíochta seo.

- *Cad é an cineál cumarsáide a úsáideadh?*
- *An bealach úsáideach cumarsáide é? Tuige?*
- *Cathain a bhainfeá úsáid as?*

Fiafraigh de na páistí an raibh cumarsáid mhaith á déanamh acu le linn an dá chleachtadh seo agus fáthanna a chur lena bhfreagraí.

Faisnéis agus Plé

Mínigh do na páistí go bhfuil seoladh agus glacadh teachtaireachta i gceist sa chumarsáid.

SEOLTÓIR  GLACADÓIR

Caint agus éisteacht a bhíonn i gceist de ghnáth leis seo ach is féidir le cruthanna eile a bheith air.

Iarr ar na páistí samplaí a thabhairt de bhealaí eile cumarsáide (comharthaí agus siombail, fuaimneanna, gothaí agus cumarsáid neamhbhriathartha eile, teachtaireachtaí scríofa). Scríobh ar an gclár bán nó ar an CBI iad. Fiafraigh díobh conas is féidir teachtaireacht a thabhairt (caint, litir, fón, ríomhaire, teilifís, comharthaí raidió, comharthaíocht láimhe srl).

Uaireanta deirimid rud éigin agus síleann an duine eile gur rud éigin eile a bhí i gceist againn. Má oireann sé, tabhair sampla de do chuid féin. *Ar tharla sé seo do dhuine ar bith agaibh riamh?* Fiafraigh de na páistí cén fáth go mbíonn míthuiscintí ann uaireanta. Cén fáth go mbíonn míthuiscint ar dhaoine uaireanta faoin rud a dúirt duine eile? Déan liosta cúiseanna.

Babhta

Cuir an réad cainte timpeall agus iarr ar na páistí labhairt faoi: *Uair amháin nuair nár tuigeadh mé*

Spreag iad le labhairt faoin eispéireas, conas a mhothaigh siad, agus na fáthanna go raibh míthuiscint ann.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Drámaíocht / Ról Imirt

Roinn an rang i ngrúpaí de 4-5. Iarr ar na grúpaí ról imirt ghearr a chumadh le heachtra ina raibh míthuiscint idir bheirt a léiriú. Bíodh siad soiléir faoin rud a theastaigh ón chéad duine a rá leis an duine eile, ach táispeánadh siad conas ar theip ar an gcumarsáid. Beartaíonn siad cén bheirt a bheidh sna róil. Tabhair cúig nóiméad dóibh leis an ról imirt a ullmhú agus ansin iarr ar gach grúpa (nó ar roinnt de na grúpaí) ról imirt a dhéanamh ar an eachtra. Tabhair cuireadh do gach grúpa cúis na míthuisceana ina ról imirt a roinnt leis an rang.

Nuair a bhíonn a ról imirt críochnaithe ag na grúpaí déan plé ar chúis na míthuiscintí sna róil imirt atá feicthe acu.
- *An bhféadfaí iad a sheachaint? Conas? Bunriail thábhachtach sa chumarsáid:*

Nuair a bhíonn amhras ann, fiosraigh é

Iarr ar na páistí (grúpaí nó rang) na cúiseanna míthuisceana idir páistí, idir daoine fásta nó idir páistí agus daoine fásta a phlé.

Roghnaigh ceann de na róil imirt atá déanta agus déan ról imirt a phleanáil leis an rang le cumarsáid idir beirt, gan míthuiscint, a léiriú. Iarr ar an bheirt pháiste é seo a léiriú.

Conclúid

Iarr ar na páistí smaoineamh ar rud tábhachtach amháin atá foghlamtha acu sa cheacht seo. Iarr orthu ansin é seo a scríobh síos ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**. Bailítear iad seo agus léitear iad mar chuid den mheasúnú leanúnach agus coinnítear iad le húsáid tar éis na gceachtanna san aonad seo.

Scileanna Cumarsáide

Is mise: _____

Ar an leathanach seo beidh mé ag coinneáil nótaí faoi na rudaí tábhachtacha a d'fhoghlaim mé.



Ainm an cheachta	Cad a d'fhoghlaim mé
Cumarsáid	
Cumarsáid Neamhbhriathartha	
Éisteacht	
Glaoch Ainmneacha	
Tuairimí Pearsanta	
Tionchar agus Áitiú	
Foinsí agus Stíleanna Coimhlinte	
Bainistiú Coimhlinte	
Cumarsáid Theanntásach	

CEAHT 2

A hOCHT:2

CUMARSÁID NEAMHBHRIATHARTHA

COINCHEAP LÁRNACH

Dá mhéid a bhíonn aird againn ar an gcumarsáid neamhbhriathartha a dhéanaimid féin agus daoine eile is ea is fearr is féidir linn idirghníomhú dearfach a dhéanamh le daoine eile.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Mise agus Daoine eile
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Na príomhbhealaí a dhéanann daoine cumarsáid le chéile ó bhéal agus go neamhbhriathartha a iniúchadh agus a chleachtadh

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Beidh grianghraif nó pictiúir éagsúla de dhaoine ag teastáil don cheacht seo. Is féidir leis na pictiúir a bheith de dhaoine leo féin agus de dhaoine a bhfuil an chuma orthu go bhfuil siad ag caint le daoine eile. Is féidir iad a bhailiú ó irisí, nuachtáin nó ón idirlíon. D'fhéadfadh grianghraif ó phacáiste tráchtála a bheith ar fáil sa scoil.

ACMHAINNÍ

- Bailiúchán grianghraf nó pictiúr de dhaoine
- Cártaí Míme
- Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (le húsáid i ngach ceacht)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Cluiche 1 agus 2
- Faisnéis agus Plé
- Grianghraif/Pictiúir
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Cluiche 1: Líne Laethanta Breithe

Tabhair na treoracha seo a leanas do na páistí:

Táimid le cluiche a imirt ar a dtugtar an líne laethanta breithe. Sa chluiche seo déanaimid líne in ord ár laethanta breithe. Mar shampla, beidh na daoine le breithlá i mí Eanáir nó Feabhra ag tús na líne, agus daoine le breithlá i mí na Nollag ag an deireadh. Beidh oraibh dul in ord i ngach mí chomh maith -beidh na daoine le breithlá ar an 7ú nó an 21ú den mhí roimh na daoine a rugadh ar an 25ú nó an 28ú den mhí. Agus lena dhéanamh níos spéisiúla, níl cead agaibh caint! Ní féidir ach cumarsáid neamhbhriathartha a dhéanamh.

Fiosraigh leis na páistí cad a chiallaíonn sé seo, agus cad atá ceadaithe - ní cheadaítear fón póca ná pinn/marcóirí! De réir na rialach, tá gach cineál cumarsáide neamhbhriathartha ceadaithe, a fhad is nach n-úsáidtear teanga. Féadfaidh na páistí gluaiseacht, gothaí, gluaiseacht súl, chomh maith le hathruithe i dtuin, i gcáilíocht, ráta, agus airde a gcuid fuaimeanna gutha a úsáid le cumarsáid a dhéanamh. Ní úsáideann na páistí focail le linn an tasc seo. Taispeáin cá mbeidh Eanáir agus Nollaig sa spás don chluiche - tús agus deireadh na líne.

Cluiche 2: Féach, Focal ar bith!

Déan dhá ghrúpa den rang, A agus B. tabhair mála nó bosca de chártaí míme do gach grúpa. Déan dhá fhoireann de gach grúpa, 1 agus 2. Tógfaidh páiste as Foireann 1 cárta fánach agus déanfaidh iarracht é a chur in iúl dá bhfoireann féin gan focail a úsáid (tabhair teorainn ama socraithe dóibh m.sh. gan níos mó ná dhá nóiméad). Nuair a bhíonn an t-am caite tomhaiseann an fhoireann sin cad a bhí sa mhím. Má bhíonn an ceart acu, gheobhaidh siad 1 pointe amháin. Mura

dtomhaiseann siad (Foireann 1) é, tig leis an fhoireann eile (Foireann 2) iarracht a dhéanamh agus an pointe a fháil. Beidh a seal féin ag Foireann 2 ansin, agus mar sin de. Déan cinnte de go mbeidh seans ag gach duine ar an dá fhoireann a chur in iúl cad atá ar an gcárta.

Faisnéis agus Plé

Úsáid na ceistanna seo a leanas le machnamh agus plé a dhéanamh tar éis gach gníomhaíochta:

- Cad a tharla le linn na gníomhaíochta? Conas a rinne sibh cumarsáid?
- An raibh sé éasca nó deacair an frása a chur in iúl gan focail?
- Conas a mhothaigh sibh?
- An bhfuil iompar áirithe neamhbhriathartha níos éifeachtaí ná cinn eile? Tuige?
- Cad is féidir linn a fhoghlaim faoi chumarsáid as seo?
- Cad iad na bealaí go léir a ndéanaimid cumarsáid le chéile gan focail a úsáid? Déan liosta.

Léiríonn taighde gur cumarsáid neamhbhriathartha is mó a dhéanaimid. Níl lucht taighde ar aon intinn faoin bhfigiúr cruinn ach bíonn sé idir 70% agus 90% den chumarsáid go léir a dhéanaimid.

Teachtaireacht thábhachtach:

Ní hé an rud a deirimid amháin atá tábhachtach ach conas a deirimid é.

Grianghraif/Pictiúir

(Cé go moltar an ghníomhaíocht seo a dhéanamh i mbeirteanna, is féidir é a dhéanamh chomh maith mar ghníomhaíocht ranga, agus na grianghraif a thaispeáint ar an CBI).

NÓS IMEACHTA SONRACH

Roinn na páistí i bpéirí. Taispeáin na grianghraif agus na pictiúir ar an urlár. Iarr ar gach beirt grianghraf a roghnú. Iarr ar gach beirt labhairt agus a dtuairimí agus a smaointe faoin ghrianghraf a scríobh síos faoin duine nó na daoine sa ghrianghraf nó sa phictiúr.

- *Cad a deir an grianghraf faoin duine nó na daoine?*
- *Conas a mhothaíonn an duine nó na daoine dar leat?*
- *Má tá níos mó ná duine amháin ann cad a bheadh á rá acu le chéile?*
- *Iarr ar na beirteanna grianghraif a mhalartú agus tosú arís. Féadfaidh an dá ghrúpa a dtuairimí faoi na grianghraif a roinnt.*
- *An bhfuil siad mar an gcéanna nó éagsúil?*
- *Cén difríocht a bhí ann, má bhí?*

Mar ghrúpa de cheathrar, agus ansin mar rang, pléigh a bhfuil foghlamtha acu faoin chumarsáid neamhbhriathartha.

Is féidir bríonna éagsúla a bhaint as cumarsáid neamhbhriathartha i gcultúir éagsúla, nó fiú sa chultúr céanna, mar sin tá sé tábhachtach an bhunriail seo a úsáid sa chumarsáid:

Nuair a bhíonn amhras ann, fiosraigh é

Conclúid

Iarr ar na páistí a súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoiniamh ar a bhfuil foghlamtha acu, agus é a thairfeadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide** (féach an ceacht roimhe seo). Bailigh na bileoga oibre agus déan léirmheas ar na freagraí mar chuid den mheasúnú leanúnach.

Síneadh

Roghnaigh gníomhaíocht neamhbhriathartha astu seo a leanas:

Dúnmharú le Caochadh

Iarr ar pháiste amháin a bheith ina bhleachtaire don chluiche. Beidh orthu seasamh amach ar feadh nóiméid. Mínígh go bhfuil dúnmharfóir sa rang! ‘Maraíonn’ an dúnmharfóir daoine le teagmháil súil agus caochadh ar an duine. Nuair a dhéantar caochadh leo, ní mór don íospartach comhaireamh go dtí a deich agus suí síos ar chathaoir (féadfaidh siad é seo a dhéanamh go drámatúil ach go sábháilte más mian leo). Is féidir dúnmharfóir a roghnú trí shiúl laistiar díobh agus buille beag a bhualadh ar a ngualainn, nó cártaí imeartha (le ‘Cleasaí amháin’) a dháileadh ar gach páiste. Is é an páiste leis an Chleasaí an dúnmharfóir. Tugtar cuireadh isteach don bhleachtaire leis na dúnmharaithe a réiteach más féidir leo. Tig leo trí bhuille faoi thuairim a thabhairt. Tá sé tábhachtach go mbeadh na páistí ag breathnú timpeall an chiorcail i gcónaí gan a bheith ag stánadh ar an té atá ina dhúnmharfóir dar leo.

Scatháin

Roinn na páistí ina mbeirteanna os comhair a chéile. Socróidh siad féin cé a thosóidh. Bogann páiste amháin a gcorp - déanann páiste eile ‘scathánú’ ar an ghluaiseacht. Tabhair nóiméad nó dhó dóibh. Athraigh róil ansin.

Nóta: D’fhéadfadh cuid de na páistí gluaiseachtaí casta a dhéanamh, ag súil go mbeidh sé deacair don pháiste eile iad a leanúint, b’fhéidir. Is féidir treoir a thabhairt go mbeidh sé éasca na gluaiseachtaí a leanúint.

Cártaí Míme: Féach, Focal ar bith!

Déan deifir!

Tá mé déanach

Níos airde le do thoil

Níos Moille!

Tabhair dom é sin

Seas suas

Tá an ceart agat

Tá tú mícheart

Téigh an bealach sin

Ní hea, ní hé
sin an bealach

Tá sé sin ceart
go leor

Tá brón orm

An bhféadfainn a
thuilleadh a fháil,
le do thoil?

Tá mé ag
éisteacht

Beir barróg orm

Géillim

Fan

Ní dhéanfaidh
mé é sin

Féileacán atá ann

Ba mhaith liom
an ceann sin

Bhí sé sin
an-bhlasta

Tá sé sin
go maith

Cuir ceann ar bharr
an chinn eile

Cuir faoina bhun é

Tá mé ag dul a luí

Fan go bhfeice mé

Pioc
mise

Amharc air sin

Táim ag
éirí as

Sin thall é

Ní chloisim tú!

Níl mé ag
éisteacht

Tá sé thall ansin

Lean mise

Suigh síos

Teastaíonn uaim rud éigin
a rá leat ach ní
theastaíonn uaim go
gcloisfidh aon duine eile é

CEAHT 3

ÉISTEAHT

A hOCHT:3

COINCHEAP LÁRNACH

Is féidir scileanna éisteachta a fheabhsú trí fheasacht a mhéadú agus deiseanna cleachtaidh a thabhairt.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: **Mise agus Daoine eile**
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Éisteacht go gníomhach le daoine eile agus meas a bheith againn ar an rud atá le rá ag gach duine.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

Snáithí: Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is féidir an ceacht seo a dhéanamh i ndhá rang nó i sraith de sheisiúin ghearra. Ní mór scileanna an cheachta seo a chleachtadh ag amanna éagsúla.

ACMHAINNÍ

Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEAHTA

- Gníomhaíocht Éisteachta agus Plé
- Cleachtaí Éisteachta i mBeirteanna
- Babhta
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíocht Éisteachta agus Plé

Eagraigh na páistí i gciorcail agus iarr ar gach páiste an abairt a chríochnú: *Chuaigh mé go dtí an siopa agus cheannaigh mé* Déanann an chéad pháiste eile athrá ar an rud a dúirt an chéad pháiste agus cuireann siad earra leis. Nuair atá roinnt páistí (cúigear nó seisear) tar éis cur leis an abairt seo tosaigh abairt nua, m.sh. *Shiúil mé síos an tsráid agus chonaic mé....* Cabhróidh sé seo le cinntiú go n-éireoidh leis na páistí go léir sa ghníomhaíocht seo. Nuair atá deis faighte ag gach páiste a bheith páirteach, labhair leis na páistí faoin méid a raibh siad ag éisteacht leis le linn na gníomhaíochta.

An raibh sé éasca nó deacair?

- *Cad a chabhraigh leat?*
- *Cad a thug aon duine faoi deara faoi na rudaí a bhí á ndéanamh ag daoine nuair a bhí an abairt á rá?*

Iarr orthu beirt a shamhlú ag éisteacht agus ag caint le chéile:

- *Cad iad na rudaí a dhéanann siad le taispeáint go bhfuil siad ag éisteacht? Déan liosta.*

Cleachtaí Éisteachta i mBeirteanna

Mínigh do na páistí go mbeidh siad ag fiosrú agus ag cleachtadh na scileanna don éisteacht ghníomhach. Beidh trí bhabhta éisteachta ann i mbeirteanna. Is féidir é a eagrú ar dhá bhealach:

1. Iarr ar na páistí dul i mbeirteanna. Beidh siad i mbeirt le páiste éagsúil do gach babhta. Iarr orthu a shocrú cé a bheidh mar **A** agus cé a bheidh mar **B**

Nó

2. Cuir cathaoireacha i ndhá chiorcail, ciorcail laistigh agus ciorcail lasmuigh. Sa chiorcail laistigh beidh gach **A** agus sa chiorcail lasmuigh beidh gach **B**. Tar éis gach babhta bogann na páistí sa chiorcail lasmuigh dhá spás ar chlé.

Obair Bheirte 1 Aird agus Leanúint

Mínigh agus taispeáin an chéad scil. Labhraíonn **A** agus éistean **B** go ciúin. Léireoidh **B** do **A** go bhfuil spéis acu sa mhéid atá á rá ag **A** trí sméideadh, teagmháil súl agus le dreach aghaidhe. Labhraíonn **A** faoi na rudaí ba mhaith leo a dhéanamh ag an deireadh seachtaine. Tar éis nóiméid iarr orthu ról a mhalartú: **B** ag caint agus **A** ag éisteacht. Nuair a bhíonn sé sin déanta, fiafraigh díobh a rá go gonta cad a cheap siad agus conas a mhothaigh siad le linn na gníomhaíochta. Fiafraigh de na páistí ar mhothaigh siad go rabhthas ag éisteacht leo, conas a léirigh an té a bhí ag éisteacht go raibh siad ag éisteacht, agus conas a mhothaigh sé sin.

Obair Bheirte 2 An rud a chloistear a athrá:

Abair leo sa dara babhta éisteachta seo go bhfuil siad le leanúint ar aghaidh mar a rinne siad sa chéad bhabhta, ag éisteacht leis an té atá ag caint agus á leanúint. Anois cuirfidh siad leis, ag athrá an méid atá cloiste acu. Taispeáin agus mínigh gurb é atá i gceist ná an méid atá cloiste ag an éisteoir a rá ar ais leis an gcainteoir.

Roinn an rang i bpéirí mar atá léirithe thuas agus úsáid ceann de na hábhair cainte seo nó ceann a oireann don ghrúpa páistí seo:

- Saoire a thaitin liom
- Turas ranga a raibh spraoi ann
- Turas chuig nó ó ghaolta
- Eachtra a bhí agam

Nuair atá seal caite ag gach páiste sa dá ról, fiafraigh díobh cad a shíl siad agus conas a mhothaigh siad le linn na gníomhaíochta agus cad a thaispeáin dóibh go rabhthas ag éisteacht leo.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Obair Bheirte 3 Ceisteanna a chur:

(soiléiriú: Nuair a bhíonn amhras ort, fiosraigh é). Abair leo go bhfuil siad le leanúint ag úsáid na scileanna atá foghlamtha acu go dtí seo sa bhabhta seo: éisteacht neamhbhriathartha agus athrá ar na rudaí atá cloiste acu. An uair seo féadfaidh siad ceisteanna a chur chomh maith. Léirigh agus mínigh an difríocht idir ceisteanna dúnta (nach bhfaigheann ach dearbhú nó diúltú mar fhreagra) agus ceisteanna oscailte (ceisteanna a spreagann an duine eile le níos mó a rá) agus spreag iad le ceisteanna oscailte a chur. Tabhair ábhar dóibh nó lig dóbh ceann a roghnú. Úsáid ceann de na hábhair seo nó ceann a oireann don ghrúpa páistí seo:

- Uair nár éisteacht leat
- An clár teilifíse is fearr leat
- Rud a bhfuil mothúchán láidir agat faoi
- Traenáil le haghaidh spóirt
- Caitheamh aimsire a thaitníonn go mór liom
- Cluiche a d'imir mé

Tabhair trí nóiméad dóibh agus iarr orthu ról a mhalartú ansin. Nuair atá sé seo déanta acu, iarr samplaí orthu de rudaí a thaispeáin go raibh siad ag éisteacht.

Babhta

Suíonn na páistí i gciorcal. Tabhair cuireadh do na páistí ceann de na habairtí seo a leanas a chríochnú: *Nuair a éistítear liom motháim... nó Bíonn a fhios agam go bhfuiltear ag éisteacht liom nuair a...*

Conclúid

Ceisteanna do na páistí:

- *Cad iad na rudaí go léir is féidir le daoine a dhéanamh le taispeáint go bhfuil siad ag éisteacht?*
- *Déan tagairt don liosta a rinneadh roimhe seo agus cuir leis nó bain de mar is gá.*

- *Cad iad na rudaí a thaispeánann duit nach bhfuil daoine ag éisteacht? Déan liosta.*

- *An mbíonn sé níos deacra do roinnt daoine agus páistí éisteacht ná mar a bhíonn do dhaoine eile? Tuige?*

Iarr ar na páistí a súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoiniamh ar a bhfuil foghlamtha acu faoi éisteacht. Iarr orthu é seo a thaifeadadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**. Bailigh iad seo agus déan léirmheas ar na freagraí mar chuid den mheasúnú leanúnach.

Síneadh

Tabhair na hathfhriotal thíos do na páistí. Iarr orthu póstaear a chruthú dóibh agus iad a chur ar fud an tseomra nó na scoile.

Shuigh seanulchabhán críonna ar dhair, A mhéid is a chonaic sé, is ea is lú a labhair sé, A laghad is a labhair sé, is ea is mó a chuala sé.

Cad chuige nach féidir linn go léir a bheith cosúil leis an seanéan críonna sin?

Tá béal amháin agus dhá chluas againn, le gur féidir linn éisteacht dhá oiread is a labhraíonn muid.

Epictetus, fealsúnaí Gréagach, 55-135 CE

I bhfocail eile; Béal amháin, dhá chluas, labhair níos lú; éist níos mó!

Bí i d'éisteoir maith. Ní tharraingeoidh do chluasa trioblóid ort.

Frank Tyger, 1929 – 2011

Misneach atá de dhíth le seasamh suas agus labhairt amach; Misneach atá de dhíth fosta le suí síos agus éisteacht.

Winston Churchill 1874 -1965

CEAHT 4

A hOCHT: 4

GLAOCH AINMNEACHA

COINCHEAP LÁRNACH

Bíonn glaoch ainmneacha maslach agus is féidir leis an-dochar a dhéanamh.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Mise agus Daoine eile
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Féach ar na bealaí éagsúla inar féidir teanga a úsáid le daoine a scaradh amach agus leithcheal a dhéanamh orthu.

Snáithaonad: Mo chairde agus daoine eile

Cuspóir Ábhair

Iníúchadh agus pléigh conas is féidir le daoine cur suas le bulaíocht, le fios a bheith acu go bhfuil bulaíocht á déanamh ar dhaoine eile, agus a bheith i do bhulaí.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:**
- Cumas agus muintín in úsáid teanga
 - Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
 - Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

- **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh, le teacht ar thuiscint

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Machnamh ar dhrámaíocht Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Déantar an-chuid plé ar bhulaíocht i gclár Rang 3 agus tá athdhéanamh ar na straitéisí a múineadh i Rang 3 in ábhar Rang 4. Déantar an-chuid plé ar bhulaíocht i gclár Rang 3 agus tá athdhéanamh ar na straitéisí a múineadh i Rang 3 in ábhar Rang 4.

Tá ceangal idir an ceacht seo agus Aonad a Seacht: [Ceacht 4, Bulaíocht](#).

Sula ndéantar an obair seo, fiosraigh beartas/sainmheon agus nósanna imeachta na scoile maidir le bulaíocht.

D'fhéadfaí an ceacht seo a dhéanamh thar dhá sheisiún nó níos mó.

ACMHAINNÍ

- Scéal Jeaic nó Scéal Alison (le léamh don rang nó le léamh ag na páistí féin)
- Leathanach na bhfadhbanna, gearrtha suas
- Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Scéal/ta
- Obair Ghrúpa
- Ról imirt
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Scéal: Rogha 1

Léigh **Scéal Jeaic** don rang (nó tabhair cóipeanna do na páistí)

Úsáid na ceisteanna seo le plé a spreagadh:

- *Cad a tharla sa scéal?*
- *Conas a bhí sé do Jeaic nuair a chuala sé caint na ndaltaí eile?*
- *Cad iad na mothúcháin a bhí aige i rith an scéil?*
- *Cad a mhothaigh a chairde, meas tú?*
- *Cad a d'fhéadfadh daoine eile sa rang a dhéanamh?*
- *Cad a rinne Jeaic ansin, meas tú?*
- *Cad iad na roghanna a bhí aige?*
- *Cén rogha a bheadh go maith dó, dar leat?*

Léigh **Scéal Alison** don rang (nó tabhair cóipeanna do na páistí).

Úsáid na ceisteanna seo le plé a spreagadh:

Cad a tharla sa scéal?

- *Conas a mhothaigh Alison nuair a chuala sí daoine ag caint fúithi?*
- *Cad iad na mothúcháin a bhí aici i rith an scéil?*
- *Cad é an chéad rud eile a rinne Alison, dar leat?*
- *Cad iad na roghanna a bhí aici?*
- *Cén rogha a bheadh go maith di, dar leat?*
- *Is féidir na ceisteanna a leanas a úsáid tar éis ceann nó dhó de na scéalta a phlé. Má úsáideadh an dá scéal, fiafraigh:*
- *Cad a bhí i bpáirt ag an dá scéal, dar leat?*
- *An bhfuil cuma na fírinne orthu?*

- *An iad seo na rudaí a d'fhéadfadh tarlú do pháistí a bhfuil aithne agat orthu nó ar chuala tú fúthu?*

- *Cad is féidir linn a fhoghlaim ó na scéalta seo - faoin phríomhcharachtar; faoi na páistí eile sa rang?*

Scéal: Rogha 2

Roinn an rang i ngrúpaí beaga. Tabhair cóipeanna de cheann de na scéalta do gach grúpa (ionas go mbeidh roinnt grúpaí in ann obair ar an scéal céanna). Iarr orthu na scéalta a léamh go ciúin dóibh féin. Iarr ar dhuine amháin i ngach grúpa a scéal a léamh os ard don ghrúpa. Iarr orthu tuairisceoir a roghnú agus scéal a ngrúpa a phlé, leis na ceisteanna thuas mar noda. Iarr ar na tuairisceoirí nótaí a dhéanamh de na príomhphointí ó phlé na ngrúpaí agus aon cheisteanna atá ag an ghrúpa a thabhairt chuig an phríomhghrúpa. Iarr ar na grúpaí tuairisc a thabhairt. Déan plé agus comparáid idir na freagraí.

Obair Ghrúpa

Roinn an rang i ngrúpaí de thriúr nó ceathrar. Tabhair cás ó **Leathanach na bhFadhbanna** do gach grúpa. Tabhair cúpla nóiméad do gach grúpa le caint faoin gcaoi a mhothódh an páiste atá i gceist agus teacht ar an oiread smaointe agus is féidir faoin gcaoi a bhféadfadh na páistí atá páirteach go díreach agus na páistí eile sa rang an fhadhb a réiteach.

Tabhair na grúpaí go léir le chéile agus iarr orthu a gcuid smaointe a roinnt leis an rang. Ag an bpointe seo níl siad ach ag cur a gcuid tuairimí i láthair agus tá gach duine ag éisteacht leo. Pléigh cuid de na smaointe agus na moltaí coitianta agus cuir béim ar an ról tábhachtach a d'fhéadfadh a bheith ag na páistí eile sa rang leis an fhadhb a réiteach.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Ról imirt

Iarr ar na grúpaí ról imirt a chruthú faoin gcaoi a bhféadfaí coimhlint nó fadhb a réiteach ag úsáid smaointe agus moltaí ó na páistí féin. Nuair a bhíonn a gcás déanta acu, fiafraigh de na haisteoirí ról ar dtús, agus ansin ar an chuid eile den ghrúpa, cé chomh héifeachtach is a bhí a gcuid moltaí agus conas is féidir iad a fheabhsú, más gá sin. Tabhair faoi deara aon mholtaí ina mbeadh ionsaitheacht i gceist agus déan iad a mheas ó thaobh éifeachta de agus leasaigh leis an rang.

Conclúid

Iarr ar na páistí, ina ngrúpaí, riail ranga amháin nó níos mó a cheapadh a chabhródh lena chinntiú nach ngortófaí daoine sa scoil le glaoch ainmneacha. Tabhair ar na grúpaí an riail nó na rialacha a chomhroinnt agus déan na cosúlachtaí agus na difríochtaí idir na rialacha a phlé: *An féidir iad a imeascadh?* Déan athbhreithniú ar rialacha reatha an tseomra ranga agus oiriúnaigh iad mar is gá.

Críochnaíonn na páistí roinn eile den **Bhileog Oibre: Scileanna Cumarsáide.**

Scéal Jeaic

Tháinig Jeaic isteach sa seomra ranga. Bheannaigh sé le sméideadh cinn do ghrúpa dá chomhdhaltaí agus dúirt sé Heileo lena mhúinteoir ag a deasc. Bhí a ghlúin tinn fós ón chic a fuair sé an lá roimhe sin le linn cleachtadh peile. Dúirt a mháthair leis go dtabharfadh sí go dtí an t-ospidéal é mura mbeadh a ghlúin níos fearr, le x-gathú a fháil. Shiúil sé go mall go dtí an áit a raibh na cathaoireacha carntha lena chathaoir a phiocadh suas agus a thabhairt go dtí a bhord. Agus é á dhéanamh sin chas buachaill eile timpeall go tobann agus cathaoir ina lámha. Bhuail an chathaoir in aghaidh ghlúin Jeaic díreach sa spota ar ciceáladh é. Lig Jeaic béic as agus thit sé ar an urlár ag breith ar a ghlúin. Mhottaigh sé na deora ag éirí ina shúile leis an phian. Choinnigh sé siar iad agus a aghaidh ag deargadh. Thosaigh sé ag éirí go mear. Chuaigh pian ghéar trína ghlúin arís.

Tháinig a chairde, Pavel agus Réamonn, chuige le cabhrú leis seasamh. Níor theastaigh ó Jeaic a admháil go raibh cabhair ag teastáil uaidh, ach thuig sé go raibh an chabhair de dhíth air an uair seo. Chuir sé a ghéaga amach sa dóigh go mbeadh siad ábalta é a ardú suas. Nuair a bhí sé ina sheasamh, ní fhéadfadh sé meáchan a chur ar a chos ghortaithe. Chuir sé a ghéaga timpeall ar ghuailí a chairde agus thug siad go cathaoir é.

Díreach ansin chuala sé an grúpa ar bheannaigh sé dóibh níos luaithe ag gáire. Bhí Liam ag díriú méire ar an triúir acu agus é ag rá 'Féach na buachaillí aeracha!' Mhottaigh Jeaic an fhuil ag éirí ina cheann. Bhrúigh sé a bheirt chara uaidh agus chas sé le hamharc ar Liam agus ar an chuid eile...

Scéal Alison

Bhí Alison ag caint lena cara Cáit faoi scannán a chonaic siad ag an deireadh seachtaine. Thug sí faoi deara go raibh Cáit ag amharc ar rud éigin laistiar di.

D'amharc sí féin an treo céanna. Chonaic sí Emma, cara eile léi, ag tabhairt clúdaigh do Sophie. D'oscail Sophie an clúdach agus rinne sí damhsa beag. Chuala Alison Sophie ag rá go mbeadh sí ann. 'Cá mbeidh sí?' arsa Alison léi féin. Chas sí ar ais go Cáit. Rinne sí iarracht leanúint leis an chomhrá, ach bhí cuma ar Cáit go raibh sí trína chéile agus ní amharcfadh sí sna súile uirthi.

Bhí míshuaimhneas ar Alison ach níor thuig sí go baileach cén fáth.

Ag am sosa bhí Alison ag caint le Mariam agus Anoushka nuair a rith Amy chucu ag fiafraí an raibh siad ag dul. 'Ag dul cén áit?' a scairt an triúr cailín, beagnach d'aon ghuth. 'Chuig cóisir Emma ar an Satharn', arsa Amy. Baineadh preab as Alison, ach d'fhiafraigh sí d'Amy cé eile a bhí ag dul. 'Gach duine,' arsa Amy.

Ní fhéadfadh Alison smaoineamh ar aon rud eile ar feadh an lae ar scoil. Chuir an múinteoir ceist uirthi fiú cad a bhí cearr mar nach raibh sí ag tabhairt mórán aire.

Lean sí ar aghaidh a rá léi féin gur cara léi a bhí in Emma; go mbeadh gach rud ceart go leor; go mbeadh cuireadh á fháil aici, b'fhéidir ar an mbealach abhaile nó an chéad rud an mhaidin dar gcionn.

Faoi am sosa bhí Alison tinn le teannas agus le doicheall. Ní raibh aon chuireadh aici, agus níos measa fós ba chosúil go raibh Emma agus fiú Cáit á seachtaint. Bhí na ceisteanna ag dul timpeall ina ceann, 'Cad atá cearr liom?' agus 'Cad a rinne mise uirthi?' cosúil le foichí cantalacha. Ní raibh de fhreagra aici ach amháin go mb'fhéidir gur shíl siad go raibh rud éigin cearr léi. Mhothaigh sí go hainnis. Bheartaigh sí go labhródh sí le Cáit - an cara is fearr a bhí aici, dar léi. Stop sí Cáit ar an mbealach ar ais ón chlós agus chuir sí ceist uirthi cad a bhí ag tarlú. Faoi dheireadh, dúirt Cáit nach dtabharfadh Emma cuireadh d' Alison, mar go raibh sí ardnósach. Ghoill sé seo go mór ar Alison. Níor thuig sí cad ba chiall leis sin fiú, ach thuig sí gur rud éigin uafásach é. Tháinig laige uirthi agus rith sí go dtí an leithreas. Bhí sí ag gol agus ag caoineadh ansin. Nuair a tháinig sí amach, dúirt sí leis an múinteoir go raibh pian ina goile aici.

Rinne gach duine sa bhaile, fiú an madra, iarracht a croí a thógáil, agus nuair nár oibrigh sé sin rinne siad iarracht í a chur ar a suaimhneas. Níor inis sí dóibh fiú cén fáth go raibh sí mar sin.

Leathanach na bhFadhbanna

Buaileann buachaill amháin buachaill eile chomh láidir sin go mbíonn sé ag cur fola. Insíonn buachaill eile don mhúinteoir cad a tharla agus cé a bhí páirteach. Tugann na buachaillí eile 'fealltóir' air.

Nuair a labhraíonn an cailín seo bíonn blas láidir cathrach/tuaithe ar a cuid cainte. Déanann páistí eile aithris uirthi go minic agus deir siad go bhfuil sí 'garbh'.

Tá grúpa buachaillí ag imirt cispheile. Iarrann cailín cead imeartha. 'Níl cead agat', a dúirt siad. 'Ní féidir le cailíní caitheamh i gceart!'

Caitheann beirt cailín, dlúthchairde, a lán ama le chéile sa chlós. Deir cailíní eile leo, 'Is leispiagh sibhse.'

Is maith le buachaill a bheith ag léamh ag am lóin. Bíonn páistí eile ag magadh faoi, ag tabhairt ciotacháin air.

Caitheann buachaill níos mó ama ag caint agus ag súgradh leis na cailíní ná leis na buachaillí sa rang. Tugann cuid de na buachaillí 'aerach' air.

Tugann cailín, a tháinig as tír eile, lón ar scoil léi atá an-éagsúil ón lón atá ag gach duine eile. Deir cuid de na páistí, 'Och! Tá sé sin samhnasach!' agus deir siad rudaí go minic faoina lón.

Tugann a thuismitheoirí buachaill ar scoil ina gcarr nua faoi thiomaint ceithre roth. Deir cuid de na páistí, 'Tá tusa ardnósach'.

Tá gruaig fhada ar bhuachaill. Deir páistí eile leis, 'Tá tú cosúil le bean.'

Diúltaíonn buachaill beag troid leis na buachaillí eile. Tugann páistí eile meatachán air.

Nóta don mhúinteoir

Bíonn teanga dá gcuid féin ag páistí ó áit go háit. Baineann sé seo go háirithe le téarmaí maslacha. B'fhéidir nach mbeadh an teanga i gcuid de na cásanna seo in úsáid ag na páistí i do cheantarsa. Cuir na cásanna in oiriúint don timpeallacht ina bhfuil do chuid daltaí..

CEAHT 5

TUAIMÍ PEARSANTA

A hOCHT:5

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach go mbeadh páistí eolach faoina luachanna agus a dtuairimí féin agus go mbeadh meas acu orthu agus go mbeadh tuiscint agus meas acu ar na tuairimí atá ag daoine eile agus ar na rudaí a chreideann siad.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus Daoine eile
- **Snáithaonad:** **Mise agus Daoine eile**
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Tosú ar thuisint a fháil ar chomh tábhachtach is atá sé seasamh pearsanta a choinneáil agus meas a choinneáil freisin ar chreidimh, luachanna agus tuairimí daoine eile.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
- Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
- Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

ACMHAINNÍ

- Téip chumhdaigh le leanúntas tuairimí a chruthú ar an urlár, ó ‘Aontaím go láidir’ go ‘Easaontaím go láidir’, le trí phointe ar a laghad marcáilte eatarthu (aontaím, neamhchinnte, easaontaím)
- Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Díospóireacht Siúil
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíocht Tosaigh

Cuirtear na páistí ina suí i gciorcal. Cuir an réad cainte timpeall, agus ar dtús fiafraigh de na páistí cad é an bia is lú a thaitníonn leo agus cén fáth. Iarr orthu a dtuairim a thabhairt ansin faoi sheilmidí, sioráf, crogall srl a ithe (nó roghnaigh ábhar eile a bhféadfadh tuairimí nó freagairt láidir a bheith acu faoi).

Díospóireacht Siúil

Mínigh do na páistí go bhfuil siad le tabhairt faoi chleachtadh ina mbeidh a dtuairimí á dtabhairt acu faoi ábhair éagsúla. Abair leo go mbeidh ráiteas á ghlaoch amach agat agus go mbeidh orthu smaoineamh an bhfuil siad chun aontú nó easaontú leis an ráiteas, agus an bhfuil tuairim láidir acu faoi. Taispeánann siad a dtuairim trí sheasamh áit éigin ar líne atá marcáilte ar an urlár le téip chumhdaigh - aontú láidir ar cheann amháin den líne agus easaontú láidir ag an gceann eile.

Léigh cuid de na ráitis seo a leanas amach (nó iad go léir) nó cum ráitis a bheadh níor ábhartha agus/nó níor oiriúnaí don ghrúpa áirithe seo.

Tá obair bhaile riachtanach ionas go n-éireodh go maith le páistí ar scoil.

Ba cheart go mbeadh cead ag páistí fanacht ina suí chomh déanach agus is maith leo.

Ba cheart do pháistí cibé rud a theastaíonn uathu a ithe.

Is í Éire an tír is fearr ar domhan.

Ba cheart go mbeadh cead ag páistí fóin phóca a úsáid ar scoil.

Tá sé ceart nach bhfuil cead ag páistí faoi 18 vótáil i dtoghcháin.

Is fearr a lán cairde a bheith agat ná duine nó beirt dlúthchara.

Ba cheart go mbeadh cead ag páistí a shocrú conas a chaithfidh siad a gcuid ama saor.

Bíonn an ceart ag tuismitheoirí i gcónaí.

Bíonn an ceart ag múinteoirí i gcónaí.

Uaireanta is fearr bréag a insint ná an fhírinne.

Ba cheart do pháistí a shocrú cé mhéad airgead póca a bheadh acu.

Tar éis gach ráitis, nuair a bhíonn a n-ionad roghnaithe ag na páistí, iarr ar chuid de na páistí a mhíniú cén fáth gur roghnaigh siad a n-ionad. Fiafraigh de pháistí eile an aontaíonn siad nó an easaontaíonn siad lena bhfuil ráite agus cén fáth. Fiosraigh na tuairimí éagsúla agus sula dtéann tú ar aghaidh chuig an chéad ráiteas eile, cuir ceist an dteastaíonn ó aon duine a ionad a athrú. Má bhogann duine éigin, is féidir a fhiafraí díobh cén fáth gur athraigh siad a n-intinn.

Plé

Tar éis na gníomhaíochta fiafraigh de na páistí:

- *Conas a mhothaigh tú le linn na gníomhaíochta seo, nuair a bhí tú san ionad céanna leis an chuid is mó de na daltaí eile, nó nuair a bhí tú le dream beag nó leat féin?*
- *An raibh sé éasca nó deacair 'seasamh a ghlacadh'.*
- *An raibh imní ort faoin dearcadh a bheadh ag daoine eile faoi do sheasamh?*
- *An ndearna aon duine iarracht do sheasamh a athrú?*

NÓS IMEACHTA SONRACH

- *Cad a tharla?*
- *An raibh sé éasca áitiú ort nó nach raibh?*
- *An raibh dearcadh seasta agat faoi roinnt ceisteanna?*
- *Cad iad?*
- *An raibh ceisteanna ann a d'fhéadfá a phlé – an bhféadfá seasamh eile a ghlacadh orthu?*
- *Cad iad?*
- *An gceapann tú go bhféadfadh páistí seasamh a ghlacadh nach n-aontaíonn siad leo uaireanta?*
- *Cén fáth, dar leat?*

Conclúid

Iarr ar na páistí na súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoineamh ar na nithe atá foghlamtha acu faoina dtuairimí. Iarr orthu iad seo a thaifeadadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**. Bailigh iad seo agus déan léirmheas ar na freagraí mar chuid den mheasúnú leanúnach.

TIONCHAR AGUS ÁITIÚ

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach go mbeadh páistí eolach faoi na daoine agus na nithe a mbíonn tionchar acu orthu.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

■ **Snáithaonad:** **Mise agus Daoine eile**
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Cumhacht an áitithe a iniúchadh, conas is féidir é a úsáid go go dearfach agus go diúltach, agus mol bealaí praiticiúla agus déan moltaí praiticiúla a fhorbairt le deileáil le brú agus tionchar.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

■ **Snáithaonad:** **Labhairt**

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh le teacht ar thuiscint.

■ **Snáithaonaid:** **Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh**

Machnamh ar dhrámaíocht

Comhoibriú agus cumarsáid i ndrámaíocht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

D'fhéadfadh drogall a bheith ar roinnt de na páistí a admháil go mbíonn tionchar ag fórsaí seachtracha orthu. Is ceart an tuairim gur féidir a bheith neamhspleách go hiomlán ó fhórsaí seachtracha a cheistiú, agus samplaí sonracha a thabhairt.

D'fhéadfadh dhá sheisiún a bheith ag teastáil don cheacht seo.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Cé a Imríonn Tionchar Orm?
- Bileog Faisnéise: Cleasa Piarbhrú
- Cásanna Piarbrú (do mhúinteoirí)
- Bileog Oibre: Cumarsáid (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Bileog Oibre/Cleachtadh Rangaithe
- Plé
- Drámaíocht
- Plé agus Ról imirt
- Babhta

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíocht Tosaigh

Imir an Cluiche: Deir Ó Grádaigh (nó aon chluiche cosúil leis ina dtugtar orduithe). Lig don chluiche dul ar aghaidh ar feadh tamaill, agus cuir stop leis ansin agus fiafraigh:

- *Cén fáth go ndearna tú rud ar bhealach áirithe? (Mar is é sin an cluiche....)*
- *Cé a shocraigh cad a dhéanfa? (An duine gur Ó Grádaigh é....)*
- *Cén fáth nach ndearna tú d'intinn féin suas? (Mar gur mar sin a imrítear an cluiche...)*

Tabhair le fios do na páistí go mbíonn muid páirteach i mórán cásanna, cosúil leis an chluiche, ina mbíonn tionchar nó smacht ag daoine eile orainn. Abair leo go mbeidh siad ag amharc ar na daoine agus na rudaí a mbíonn tionchar acu ar na rudaí a dhéanann siad.

Plé

Úsáid na ceisteanna seo a leanas le plé a spreagadh faoi thionchar agus áitiú:

- *Cad a chiallaíonn an focal 'tionchar'?*
- *Cén fáth ar mhaith leat go mbeadh tionchar agat ar dhuine éigin?*
- *An ndearna tú iarracht riamh tionchar a imirt ar dhuine eile? (m.sh. ar iarr tú ar do thuismitheoirí nó do chaomhnóirí rud éigin a cheannach nó a thabhairt duit?)*
- *Conas?*
- *Cad a tharla?*
- *Cad iad na réimsí dár saol ina mbíonn daoine ag iarraidh tionchar a imirt orainn nó rudaí a áitiú orainn? Déan liosta ar an gclár bán.*
- *Cén fáth go dteastaíonn ó dhaoine tionchar a imirt orainn nó áitiú orainn?*
- *Cén éifeacht a bhíonn ag na tionchair seo orainn?*

- *An mbíonn siad go maith nó go dona de ghnáth?*
- *Cathain a dhéanaimid nó nach ndéanaimid na rudaí a mholann daoine eile dúinn?*
- *Conas a d'athraigh na tionchair atá ort féin ó bhí tú seacht mbliana d'aois?*

Bileog Oibre/Cleachtadh Rangaithe

Tabhair amach cóip den **Bhileog Oibre: Cé a Imríonn Tionchar Orm?** do gach páiste agus mínigh í.

Iarr ar gach duine í a chomhlánú dóibh féin agus a gcuid freagraí a phlé ansin le comhpháirtí.

Úsáid na ceisteanna seo a leanas le plé ranga a spreagadh:

- *Cad iad na tionchair is láidre?*
- *An bhfuil sé sin ceart go leor?*
- *Tuige? Tuige nach bhfuil?*
- *An raibh na tionchair éagsúil ag brath ar an gcás?*
- *Cathain a dhéantar 'brú' as tionchar? (cuir piarbhrú san áireamh)*

Fiafraigh de na páistí conas is féidir le piarbhrú a bheith diúltach. Fiafraigh conas is féidir le piarbhrú a bheith dearfach.

- *Cad a dhéanfa le cur in aghaidh tionchar nach dteastaíonn uait? Déan liosta dá moltaí ar an gclár bán nó ar an CBI.*

NÓS IMEACHTA SONRACH

Drámaíocht**Gníomhaíocht 1: Tá/Níl**

Roinn na páistí i bpéirí. Iarr orthu a roghnú cé a bheadh mar **A** agus cé a bheadh mar **B**. Mínigh dóibh nuair a thugann tú comhartha dóibh go bhfuil siad le haghaidh a thabhairt ar a chéile agus go bhfuil **A** le 'Tá' a rá agus **B** le 'Níl' a rá ag an am céanna. Athraigh na focail tar éis nóiméid nó mar sin.

Úsáid na ceisteanna seo a leanas le plé faoin ngníomhaíocht a spreagadh:

- *Conas a bhí sé 'tá' agus 'níl' a rá ag an am céanna?*
- *Cad é an smaoineamh a bhí agat agus tú ag rá 'tá' nó 'níl'?*
- *Conas a mhothaigh tú agus tú ag rá 'tá' nó 'níl'?*
- *Cé chomh láidir is a bhí an 'tá' nó 'níl' agat?*
- *An raibh tionchar ag an 'tá' nó 'níl' ón duine eile ar an 'tá' nó 'níl' a bhí agat féin?*
- *An raibh cumas níos láidre ar an 'tá' nó ar an 'níl'?*
- *Cén fáth go raibh sé sin amhlaidh dar leat?*

Plé agus Ról imirt

Iarr ar na páistí roinnt samplaí a thabhairt de bhealaí a n-imríonn páistí agus daoine óga tionchar ar dhaoine eile nó a gcuireann siad brú orthu rudaí nach dteastaíonn uathu a dhéanamh. Scríobh síos iad seo. Déan comparáid leis an **Dáileán: Cleasa Piarbhú** Fiafraigh de na páistí an bhfaca siad a leithéid ag tarlú. (Meabhraigh dóibh labhairt go ginearálta gan ainmneacha daoine a usáid.)

Roghnaigh cás as **Cásanna Piarbhú** nó cum cás níos oiriúnaí. Iarr ar ghrúpaí de 4-5 ról imirt a ullmhú a thaispeánann conas a rinne daoine iarracht brú a chur ar dhuine rud a dhéanamh nár theastaigh uathu a dhéanamh agus conas a rinne an duine sin iarracht cur i gcoinne an bhrú.

Tar éis na rólímirtí, iarr ar na páistí na cineálacha éagsúla brú a úsáideadh sna rólímirtí a ainmniú.

- *Cad iad na straitéisí brú a úsáideadh?*

Pléigh ansin bealaí a d'úsáid daoine le cur i gcoinne brú sna rólímirtí.

- *An raibh na bealaí nó na straitéisí seo éifeachtach nó neamhéifeachtach? Conas?*

Ainmnigh bealaí éifeachtacha eile le plé le brú.

Babhta

Cuir an réad cainte timpeall agus iarr ar na páistí labhairt faoi uair nuair a roghnaigh siad rud éigin difriúil a dhéanamh ón chuid is mó dá gcomhpháirtithe. Pléigh cad a bhí tábhachtach dóibh ag an am, conas a d'éirigh leo a bheith éagsúil, freagairt na bpáistí eile, agus conas a mhothaigh siad faoin eispéireas go léir.

Iarr ar na páistí a súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoineamh ar a bhfuil foghlamtha acu faoi dhul i ngleic le brú. Iarr orthu iad seo a thaifeadadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**. Bailigh iad seo agus déan léirmheas ar na freagraí mar chuid den mheasúnú leanúnach.



Cé a chuireann anáil fúm?

Cad iad na tionchair de na cinn seo a leanas is mó a théann i gcionn ar na trí ghnéithe seo den saol? Cuir '1' sa bhosca in aice leis an tionchar is láidre, '2' leis an mbosca leis an dara tionchar is láidre, agus mar sin de. Ní gá uimhir a chur i ngach bosca.

	Na héadaí a chaithim	An caitheamh aimsire nó fóillíocht a bhíonn agam	An nglacaim páirt in iompar baolach nó nach nglacaim
Tuismitheoirí nó caomhnóirí			
Cairde, daoine óga eile			
Deartháireacha agus deirfiúracha níos sine			
Scannáin agus/nó teilifís			
Irisí agus/nó an t-Idirlíon			
Creideamh nó reiligiún			
Réaltaí ceoil nó spóirt			
Leabhair			
Múinteoirí			
Polaiteoirí, an rialtas			
Mo thaithí féin			
Eile			

'Cleasa' Piarbhrú

Brú cainte:

Brú díreach a thugtar air fosta. Nuair a deir duine rud leat le tú a bhrú i dtreo rogha áirithe.

Eiteach:

D'fhéadfadh siad bagairt a dhéanamh go gcuirfead deireadh le cairdeas nó caidreamh. D'fhéadfadh sé a bheith deacair cur in aghaidh an bhrú seo mar nach dteastaíonn ó aon duine cairde a chailliúint. Cén ghá atá ag aon duine leat mar chara ar aon nós? Cén fáth nach n-imíonn tú leat mura dteastaíonn uait ól nó caitheamh linne?

Achasáin:

D'fhéadfadh siad tú a mhaslú nó ainmneacha a ghlaoch ort ionas go mothóidh tú go dona. Níl aon spraoi ionatsa. Níl ionat ach báibín/meatachán ...

Réasúnaíocht:

D'fhéadfadh siad iarracht a dhéanamh áitiú ort le fáthanna gur cheart duit triail a bhaint as rud éigin, nó cén fáth go mbeadh sé ceart go leor é a dhéanamh. Ní ghortóidh sé tú. Ní bhfaighidh do mhuintir amach go deo. Beidh níos mó spraoi agat.

Brú neamhbhriathartha:

Rud é seo a mhothaíonn tú gan aon duine á rá leat. Cleasa piarbhrú neamhbhriathartha ná:

An Baicle:

Grúpa páistí ina seasamh le chéile, gach duine ag caint agus b'fhéidir ag gáire agus ag magadh.

An Fhéachaint:

Tugann páistí a mheasann gurb iadsan atá faiseanta féachaint duit a chiallaíonn muidne atá faiseanta agus ní tusa.

An Sampla:

Beartaíonn cuid de na páistí a bhfuil an-ghnaoi orthu an fón, an mála droma, nó na bróga traenála céanna a cheannach agus ba mhaith leatsa ceann chomh maith.

Cásanna Piarbhrú

Iris spóirt a cheannach

Tá beirt chara, Dáithí agus Marc, i siopa. Teastaíonn ó Dháithí an iris peile is déanaí a cheannach, ach níl go leor airgid aige. Deir sé le Marc go bhféadfadh siad é a cheannach eatarthu agus é a roinnt. Ní mian le Marc a chuid airgid a chaitheamh ar an iris. Déanann Dáithí iarracht a intinn a athrú trína rá leis go ndéanfadh buachaill eile sa rang é sin agus go mbeadh éad ar an chuid eile dá mbeadh sé acu.

Múitseáil ón scoil

Tá triúr cara ag siúl abhaile ón scoil. Deir duine de na cailíní go bhfuil sé beartaithe aici féin agus cailín eile bualadh le cairde as scoil eile ar maidin agus imeacht leo ar feadh an lae in áit dul ar scoil. Déanann an bheirt chailíní iarracht brú a chur ar an gcailín eile an lá a chaitheamh faoin tor chomh maith agus an lá a chaitheamh leo. Deir siad léi go mbeidh an-chuid spraoi acu agus nach bhfaighidh aon duine amach.

Caitheamh toitíní

Tagann ceathrar cairde le chéile de ghnáth sa pháirc sa tráthnóna i rith an tSamhraidh. Imríonn siad peil, bíonn siad ag caint, agus ag éisteacht le ceol ar a gcuid iPod. Bíonn beirt den ghrúpa ag caitheamh uaireanta. Tráthnóna amháin agus iad ag caitheamh, deir siad gur cheart don bheirt eile caitheamh chomh maith. Tairgeann siad toitíní dóibh. Bheartaigh buachaill amháin triail a bhaint as ach dhiúltaigh an buachaill eile. Bhí an triúr acu ansin ag áitiú air triail a bhaint as.

CEAHT 7

A hOCHT:7

FOINSÍ AGUS CINEÁLACHA COIMHLINTE

COINCHEAP LÁRNACH

Bíonn sé níos éasca do pháistí plé go héifeachtúil le coimhlint nuair a thuigean siad conas a thagann sí chun cinn agus má fhoghlaimíonn siad agus má chleachtaíonn siad bealaí le bainistiú a dhéanamh uirthi.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: **Mise agus Daoine eile**
Coimhlint a Réiteach

Cuspóir Ábhair

Plé a dhéanamh ar conas is féidir teacht salach ar dhaoine éagsúla agus i gcásanna éagsúla.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

Mata

■ **Snáithe:** Sonraí

Snáithaonad: **Sonraí a léiriú agus a léirthuisicint**

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Meabhraigh do na páistí, roimh an cheacht agus lena linn, gan ainmneacha daoine a úsáid ar bhealach diúltach.

Ní mór an ceacht seo a dhéanamh thar dhá lá le ham a thabhairt duit faisnéis ón suirbhé a chur in ord.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Suirbhé ar Choimhlint
- Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Tobsmaointeoireacht agus Plé
- Suirbhé
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Tobsmainteoireacht agus Plé

Scríobh an focal ‘coimhlint’ ar an gclár bán nó ar smeach-chairt. Iarr ar na páistí na focail go léir a shamhlaíonn siad le coimhlint a thabhairt duit. Féadfaidh siad iad a ghlaoch amach duit le cur ar an gclár bán nó is féidir leo iad a scríobh ar nótaí greamacha agus iad a ghreamú ar leathanach den smeach-chairt. Déan soiléiriú agus plé ar na focail seo agus cad a deir siad faoin gcaoi a mbreathnaímid ar choimhlint.

Mínigh dóibh go mbeidh siad ag caint faoi choimhlintí a d’fhéadfadh tarlú dóibh agus conas plé leo. Ní bheidh siad ag plé le coimhlintí domhanda.

Úsáid na ceisteanna seo a leanas le roinnt eolais a bhailiú faoi na coimhlintí a tharlaíonn do pháistí i gcoitinne agus déan liosta de na cineálacha ginearálta ar an gclár bán nó ar smeach-chairt.

- *Cathain is féidir le coimhlintí tarlú?* (Idir daoine fásta agus páistí agus idir páistí)
- *Cad faoi a mbíonn siad de ghnáth?*
- *Conas a chaitear leo de ghnáth?*
- *Conas a chríochnaíonn siad de ghnáth?*

Suirbhé

Dáil amach an **Bhileog Oibre: Suirbhé ar Choimhlint** ar na páistí agus iarr orthu í a chomhlánú. Iarr ar na páistí forainmneacha neodracha den chuid is mó a úsáid le cur síos ar dhaoine sa choimhlint m.sh. sé/sí, siad, duine éigin srl. Deimhnigh do na páistí go mbeidh gach rud faoi rún. Iarr orthu go léir peann luaidhe a úsáid leis an suirbhé a chomhlánú. Bailigh na suirbhéanna comhlánaithe.

Déan na suirbhéanna a chuimsiú. Sula dtugann tú na torthaí do na páistí, iarr

orthu na torthaí a mheasann siad a bheidh ann a thuar. Cuir na torthaí i láthair do na páistí.

Féadfaidh siad barrachairteanna nó graif a dhéanamh leis na torthaí a léiriú. Pléigh na torthaí.

Tabhair faoi deara na ‘splanphointí’ atá ann d’fhormhór na bpáistí. Fiafraigh díobh cad a dhéanann ‘splanphointí’ astu, cad is féidir a dhéanamh fúthu agus cé a dhéanfadh é.

Roghnaigh ceann de na cásanna atá pléite. Roinn an rang i ngrúpaí beaga agus iarr orthu an cás a phlé agus roinnt bealaí réitigh a mholadh. Iarr ar na grúpaí tuairisciú a dhéanamh don rang agus na bealaí réitigh atá molta a phlé.

Conclúid

Iarr ar na páistí na súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoineamh ar a bhfuil foghlamtha acu faoi chásanna coimhlinte. Iarr orthu iad seo a thaifeadadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**. Bailigh iad seo agus déan léirmheas ar na freagraí mar chuid den mheasúnú leanúnach.

Síneadh

D’fhéadfadh na páistí torthaí an tsuirbhé ranga a chur i láthair ranganna eile nó an fhoireann teagaisc, le cur síos ar an phróiseas, na torthaí agus an fhoghlaim a bhí i gceist.

Suirbhé ar Choimhlint

Cuir na ceisteanna seo a leanas:

Ná labhair faoi aon duine lena ainm: úsáid sé/sí, siad, duine éigin srl. An mhí seo a chuaigh thart...

1. An raibh tú i gcoimhlint de chineál ar bith? Bhí Ní raibh

2. Cé mhéad coimhlint?

Ceann amháin Dhá cheann Trí Cinn Ceithre cinn Cúig cinn

Níos mó (cé mhéad?) _____

3. Cár tharla sé/siad?

Ionat féin Ar an mbealach chun na scoile Sa rang Sa chlós

Ar an mbealach abhaile ón scoil Ar do shráid Sa bhaile

In áit eile: _____

4. Má bhí, cé a bhí páirteach sa choimhlint?

Mé féin Páiste eile Páistí eile Tuismitheoir nó caomhnóir

Deartháir/deirfiúr Múinteoir

Duine eile: _____

5. Cad faoi an choimhlint?

Obair Iompar Tuairimí

Eile: _____

6. Conas a réitíodh an choimhlint? Cad a tharla?

7. Cé chomh sásta is a bhí tú tú leis an toradh?

An-sásta Cineál sásta Gan a bheith sásta dáiríre Míshásta

CEAHT 8

BAINISTIÚ COIMHLINTE

A hOCHT: 8

COINCHEAP LÁRNACH

Ní mór do pháistí a thuiscint gur féidir bainistiú tairbheach a dhéanamh ar choimhlint.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Mise agus Daoine eile

Cuspóirí Ábhair

Freagairtí éagsúla ar chásanna coimhlinte a aithint agus a phlé.

Iniúchadh agus cleachtadh a dhéanamh ar conas coimhlint a láimhseáil gan a bheith ionsaitheach

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snaithaonaid: Labhairt

Scribhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh, le teacht ar thuiscint

Snaithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Coimhlint a bhí agam
- Póstaer: Déileáil le Coimhlint
- Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Obair Ealaíne/Scribhneoireacht
- Ról imirt agus Plé
- Bileog Oibre
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Obair Ealaíne/Scríbhneoireacht

Meabhraigh torthaí an tsuirbhé do na páistí agus na cásanna coimhlinte a pléadh sa cheacht deireanach. Roinn an rang ina mbeirteanna. Iarr ar gach beirt labhairt faoi ghnáthchás coimhlinte i saol páistí 10/11 bhliain agus ceann acu a roghnú ansin. Iarr orthu pictiúr a tharraingt den chás nó scríobh faoi. Iarr ar gach beirt a gcás a chur i láthair don chuid eile den rang.

Ról imirt agus Plé

As na cásanna coimhlinte a chuirtear i láthair, roghnaigh ceann le cur i ról imirt. Cuir na céimeanna sa **Phóstaer: Déileáil le Coimhlint** i láthair agus pléigh iad agus taispeáin na céimeanna sin i gcleachtadh in imirt ról a dhéanann na páistí leis na céimeanna a chur i láthair.

Iarr ar líon ábhartha daltaí teacht os comhair an ranga don chás atá roghnaithe (mar shampla, beirt pháiste atá i gcoimhlint faoin teilifís) agus iarr ar na páistí dul isteach ina ról agus an choimhlint a chur i láthair. Tar éis cúpla nóiméad iarr ar na páistí stopadh agus fiafraigh díobh an éistfidh siad gan cur isteach ar a chéile.

Nuair atá siad sásta leis seo, fiafraigh de gach duine conas a mhothaíonn siad agus a rá cad atá uathu, ag úsáid ráiteas sa chéad phearsa. Mar shampla, *Mothaím goilliúnach agus feargach mar nach bhfaca mé an clár is fearr liom le 4 lá. Teastaíonn uaim nach mbeidh tú ag béicíl orm nuair a thagaim isteach le hamharc air agus teastaíonn uaim amharc ar xx ar an teilifís.*

Iarr ar an bpáiste eile an rud a chuala siad a rá. Leantar den nós imeachta céanna leis an bpáiste eile. Iarr orthu ansin teacht ar roghanna eile a mheasann siad a

réiteodh an cás. Tig le páistí eile sa rang a smaointe a chur chun cinn dó seo. Iarr ar an mbeirt atá in imirt ról iarracht a dhéanamh teacht ar réiteach a mbeadh siad beirt sásta leis.

Nuair atá sé seo déanta acu, iarr orthu aontú faoi cén uair a thosófar air seo agus cathain a dhéanfaidh siad athbhreithniú air má tá ag éirí leis.

Tar éis an imirt ról, úsáid na ceisteanna a leanas mar spreagadh don phlé: *Cad a tharla?* Fiafraigh díobh siúd a rinne an ról imirt:

- *Conas a mhothaigh sibh?*
- *An raibh sibh ábalta bhur dtuairimí a chur in iúl gan lochtú?*
- *Conas a mhothaigh sibh agus sibh ag éisteach leis an duine nó leis na daoine eile?*
- *Fiafraigh den rang an raibh rudaí ann a dhéanfaidh siad féin ar bhealach eile.*

Roghnaigh cásanna coimhlinte eile de chuid na bpáistí agus pléigh iad go hachomair. Roinn an rang i ngrúpaí. Iarr orthu an cás a phlé, socraigh cé a dhéanfaidh an ról imirt do na daoine éagsúla atá i gceist agus socraigh go n-éistfidh siad le chéile. Nuair atá sé seo déanta, déan athbhreithniú ar chéimeanna 2, 3 agus 4 den **Phóstaer: Déileáil le Coimhlint** agus iarr orthu é seo a chleachtadh sa ról imirt le cabhrú leo iarracht a dhéanamh ar an gcás a réiteach. Nuair atá an ról imirt déanta ag na páistí ar an gcás, pléigh an ról imirt le cabhair na gceisteanna thuas.

Bileog Oibre

Iarr ar na páistí obair ina n-aonar (nó i ngrúpaí) agus an **Bhileog Oibre: Coimhlint a Bhí Agam** a chomhlánú. Is féidir na ceisteanna seo a leanas a úsáid

NÓS IMEACHTA SONRACH

le plé a spreagadh faoin obair seo:

- *An raibh sé éasca coimhlint a aithint?*
- *Tuige? Tuige nach raibh?*
- *Cad atá foghlamtha agat faoi choimhlint a láimhseáil a bheadh ina chabhair duit amach anseo?*
- *Cad a chabhródh leat cuimhneamh ar an méid atá foghlamtha?*

D'fhéadfadh na páistí an plé seo a dhéanamh ina mbeirteanna chomh maith.

Conclúid

Tabhair cuireadh do na páistí na súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoineamh ar a bhfuil foghlamtha acu faoi choimhlint a bhainistiú. Iarr orthu iad seo a thaifeadadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**. Bailigh iad seo agus déan léirmheas ar na freagraí mar chuid den mheasúnú leanúnach.

Deileáil le Coimhlint

Stopaigí. Aontaigí go n-éistfidh sibh gan cur isteach ar a chéile.

Tógann gach duine a sheal, ag úsáid ráitis sa chéad phearsa, lena dtaobh den scéal, agus cad atá uathu, a insint. Tar éis gach babhta, seiceálann an duine eile go dtuigeann siad.

Le chéile, smaoinigí ar na roghanna go léir is féidir libh a úsáid leis an chás a réiteach.

Pioc ceann ar féidir leis an mbeirt agaibh glacadh leis agus aontaigí faoin gcaoi a gcuirfear i gcrích é agus cathain.

Cuir an plan i gcrích agus déan athbhreithniú air níos déanaí.

Coimhlint a Bhí Agam



Roghnaigh cás coimhlinte a tharla le déanaí do dhuine a bhfuil aithne agat orthu.

Scríobh an t-eolas faoin gcás i bhfoirm ceannlínte nuachtáin, ionas go mbeidh an fhadhb agus do réiteach níos soiléire don léitheoir:

1. An cás nó an fhadhb
2. Mo dhearcadh ag an am
3. Dearcadh an duine eile mar a thuig mé é
4. Cúpla bealach a bhféadfaí réiteach a fháil
5. An rud a rinne mé dáiríre
6. Cad a cheapaim/conas a mhothaím anois, ag breathnú siar
7. Cad atá foghlamtha agam

CEAHT 9

A hOCHT:9

CUMARSÁID THEANNTÁSACH

COINCHEAP LÁRNACH

Ní mór do pháistí a bheith eolach ar straitéisí teanntásacha cumarsáide agus a bheith in ann iad a úsáid ar bhealach a léiríonn meas orthu féin agus ar dhaoine eile.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Mise agus Daoine eile
Cumarsáid

Cuspóir Ábhair

Tosú ar thuisint a fháil ar chomh tábhachtach is atá sé seasamh pearsanta a choinneáil agus meas a choinneáil freisin ar chreidimh, luachanna agus tuairimí daoine eile.

Coimhlint a Réiteach

Cuspóir Ábhair

Iniúchadh agus cleachtadh a dhéanamh ar conas coimhlint a láimhseáil gan a bheith ionsaitheach.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonad: Labhairt

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

■ **Snáithe:** Drámaíocht le mothúchán, eolas agus smaointe a iniúchadh, le teacht ar thuisint

Snáithaonaid: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

Comhoibriú agus cumarsáid i ndéanamh drámaíochta

ACMHAINNÍ

- Bailiúchán irisí agus nuachtán
- Cásanna Imirt Ról
- Bileog Oibre: Scileanna Cumarsáide (ó Cheacht 1)
- Bileog Oibre: Machnamh ar Chaidreamh le Daoine Eile (má táthar á húsáid)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Colláis
- Plé
- Ról imirt
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Colláis

Mínigh do na páistí go mbeimid ag leanúint ar aghaidh inniu leis an obair ar chumarsáid, agus meabhraigh an méid atá foghlamtha cheana féin faoi dhéileáil le coimhlint.

Roinn an rang i ngrúpaí. Tabhair bailiúchán irisí agus nuachtán do gach grúpa. Iarr orthu pictiúir a fháil a thaispeánann daoine ag déanamh cumarsáide le chéile. Iarr orthu iad a roinnt ina bpictiúir chairdiúla (dearfach) agus mhíchairdiúla (diúltach) den chumarsáid. Iarr orthu dhá cholláis a dhéanamh: pictiúir chairdiúla (dearfach) agus pictiúir mhíchairdiúla (diúltach). Abair leo bolgáin chainte a chur leis na pictiúir.

Plé

Tabhair cuireadh do na páistí a gcuid colláis a thaispeáint agus labhairt fúthu. Pléigh cén fáth go ndearna siad rangú ar roinnt pictiúir mar phictiúir de chumarsáid chairdiúil agus roinnt eile mar chumarsáid mhíchairdiúil, le haird ar dhreach agus ar staidiúir na ndaoine sa dá cholláis éagsúla. (Déan nasc idir seo agus an obair atá déanta ar chomharthaíocht choirp i gCeacht 2).

Iarr ar na páistí smaoineamh ar na focail go léir is féidir leo a dhéanfadh cur síos ar chumarsáid chairdiúil agus déan liosta díobh, agus na focail a dhéanfadh cur síos ar chumarsáid mhíchairdiúil (déan liosta).

Mura luann siad tionchar na cumarsáide cairdiúla nó míchairdiúla ar dhaoine eile, fiosraigh an ghné seo den chumarsáid.

Ról imirt

Mínigh do na páistí go mbeidh siad ag caint faoi bhealaí leis an rud atá ina n-intinn nó an rud a mhothaíonn siad a rá agus a chleachtadh gan cur isteach ar chearta daoine eile (tugtar ‘a bheith teanntásach’ air seo).

Abair cad atá uait (nó tabhair do thuairim) ar bhealach soiléir, cinnte ach cairdiúil. Féach ar an duine, gan stánadh. Seas ar bhealach muiníneach. Bíodh a fhios agat go bhfuil sé de cheart agat tuairim a bheith agat, an rud a mhothaíonn tú nó a theastaíonn uait a rá. Bíodh a fhios agat chomh maith go bhfuil na cearta céanna ag daoine eile.

Tabhair cuireadh do na páistí na scileanna seo a thaispeáint, m.sh. a bhfuil uathu a chur in iúl go soiléir (*Go raibh maith agat, ach ní maith liom toítíní*); *dáiríre, teastaíonn uaim dul abhaile anois; Tá sé de cheart agam mo thuairim a thabhairt...*

Roinn an rang i ngrúpa de thriúr nó ceathrar agus iarr orthu cás ina mhothaíonn siad gur gá dóibh a bheith níos teanntásaí a roghnú agus ról imirt a ullmhú a léireodh é seo. Nó mar mhalairt air sin, is féidir leat **na Cásanna Imirt Ról** atá tugtha a thabhairt amach. Tabhair seal gearr do na páistí sna grúpaí beaga le ról a thabhairt amach agus an ról imirt a chleachtadh. Cuireann siad a ról imirt i láthair an ranga ar a seal. Féachann an chuid eile den rang ar na himirtí ról agus déanann siad nótaí d’iompar ó bhéal agus iompar neamhbhriathartha. Scríobh iad seo ar an gclár bán nó ar smeach-chairt.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Conclúid

Déan athbhreithniú ar ghnéithe den iompar teanntásach. Leag béim ar go dtugtar meas do gach duine nuair a bhímid teanntásach. Iarr ar na páistí na súile a dhúnadh ar feadh nóiméid agus smaoineamh ar na nithe atá foghlamtha acu faoin iompar teanntásach. Iarr orthu é seo a thaifeadadh ar an **mBileog Oibre: Scileanna Cumarsáide**.

Leis na páistí, déan léirmheas ar an obair atá déanta san aonad seo. Cabhróidh an **Bhileog Oibre: Scileanna Cumarsáide** leis na páistí an méid atá déanta agus foghlamtha a mheabhúrú. Nuair a bhíonn sé seo déanta, iarr orthu an méid atá foghlamtha acu faoi chumarsáid le daoine eile a scríobh ina leabhar nótaí OSPS. Nó is féidir an **Bhileog Oibre: Machnamh ar Chaidreamh le Daoine Eile** a chomhlánú agus d'fhéadfadh sé seo obair eile a d'fhéadfaí a dhéanamh leis na páistí sa réimse seo a chur in iúl.

Cásanna Imirt Ról

Bualann triúr cara, Dónal, Dylan agus Caoimhín le chéile go minic ar an Satharn. De ghnáth is é Caoimhín a shocraíonn cá rachaidh siad. Nuair a deir an bheirt eile rud éigin tugann sé freagra cosúil le: "Ní dóigh liom é, ní bheadh aon mhaitheas ann", agus mar sin níor bhac siad le moltaí a dhéanamh níos mó. Bíonn spraoi acu le chéile i gcónaí ar aon nós. Ar an Aoine, dúirt Caoimhín gur cheart dóibh bualadh le chéile agus dul chuig an ionad siopadóireachta ar an Satharn. Tá cara eile tar éis a iarraidh ar Dhónal dul leis go scannán nua a theastaíonn uaidh a fheiceáil. Cad is ceart dó a rá nó a dhéanamh?

Cuireann cara atá ar cuairt i do theach ceist ort an bhféadfadh sé do shean-iPod a fháil ar iasacht don deireadh seachtaine. Deir sé go dtabharfaidh sé ar ais duit é ar an Luan. Ní theastaíonn uait é a thabhairt ar iasacht mar go n-úsáideann tú é uaireanta go fóill. Cad is ceart duit a rá?

Teastaíonn ó chara do chuid obair bhaile a chóipeáil mar go bhfuil dearmad déanta aici í a dhéanamh agus go mbeidh sí i dtrioblóid ar scoil. Cad is ceart duit a rá?

Níor éirigh leat do chuid obair bhaile a dhéanamh inné mar go raibh ar do Mham Mamó a thabhairt chuig an ospidéal agus go raibh ortsa aire a thabhairt do do dheirfiúr óg. Deir do Mham go scríobhfaidh sí nóta leis an scéal a mhíniú don mhúinteoir, ach rinne sé dearmad é a dhéanamh roimh dhul ag obair go hanluath. Cuireann an múinteoir ceist ort cá bhfuil d'obair bhaile. Cad a deir tú?

Machnamh ar Chaidreamh le Daoine Eile



Topaic: _____ Dáta: _____

Críochnaigh na habairtí a leanas le focail, frásaí, abairtí, íomhánna nó líníochtaí.

D'fhoghlaim mé....

Mhothaigh mé....

Thuig mé....

Thaitin sé liom....

Níor thaitin sé liom...

Ghlac mé páirt

Ar scála 1 go 10, áit nach bhfuil 1 ' go rómhaith' agus 10 ` go hiontach' tabhair marc ar cé chomh cumasach is a mhothaíonn tú faoi chumarsáid agus caidreamh le daoine eile

Ceann de na rudaí a bhfuil amhras orm faoi go fóill nó a bhfuil ceist agam faoi

Ainm: _____

AONAD 9
SAORÁNACHT A FHORBAIRT

MISNEACH



CLÁR

AONAD 9

SAORÁNACHT A FHORBAIRT

SNÁITHE MISE AGUS AN DOMHAN MÓR

Snáithaonad: **Saoránacht a Fhorbairt**

RÉAMHRÁ DON AONAD

Spreagtar páistí sa Churaclam OSPS le hamharc lasmuigh dá ndomhan pearsanta féin ar na pobail ina maireann siad. Sna ceachtanna seo, tosaíonn na páistí trí amharc ar thimpeallacht na scoile agus an phobail le gnéithe a bhfuil siad bródúil astu a aithint, chomh maith le gnéithe a d'fhéadfaí a fheabhsú. Trí fhreagracht a ghlacadh as réimse beag feabhais ar scoil nó sa phobal spreagtar na páistí le bheith ina saoránaigh ghníomhacha, agus mothúchán freagrachta a fhorbairt i leith a dtimpeallachta. Cabhraíonn naisc le daoine agus grúpaí sa phobal leo freisin le mothú muintearais a chothú, agus mothú freagrachta sóisialta a fhorbairt sna páistí. Is féidir leis na naisc seo na páistí agus na daoine nó na grúpaí atá i gceist a shaibhriú.

Bíonn an-aird ag páistí go minic ar shaincheistanna domhanda, agus is féidir tairbhe a bhaint as a bhfiosracht agus a ndíograis i leith na gceistanna seo le scileanna maithe saoránachta a fhorbairt. Sna ceachtanna seo, cabhraítear le páistí an éagothroime atá sa domhan a thuiscint, agus luachanna a fhorbairt faoi chothroime agus idirdhealú a threoróidh a ngníomhartha anois agus amach anseo.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1

Cónaímid inár bPobal

Ceacht 2

Ag Obair le Chéile le Foghlaim faoinár bPobal

Ceacht 3

Ár dTimpeallacht a chaomhnú

Ceacht 4

An bhfuil gach duine cothrom?

Ceacht 5

Dóthain do gach duine?

Ceacht 6

Ár bPobal: Ár nDomhan

CEAHT 1

CÓNAÍMID INÁR bPOBAL

A NAOI:1

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a bhíonn páistí ag obair le chéile ar leas an phobail agus na ndaoine a mhaireann ann cabhraítear leo féiniúlacht phobail a thógáil.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

Snáithaonad: Forbairt na Saoránachta
Maireachtáil sa phobal áitiúil

Cuspóirí Ábhair

Coincheap an ranga nó na scoile mar phobal a iniúchadh.

Cleachtadh a dheanamh ar bhealaí le hobair le chéile agus mothú muintearais a fhorbairt.

Féachaint ar thraidisiúin agus ar bhéaloideas áitiúil agus mothú bróid faoin phobal áitiúil a fhorbairt.

Roinnt fadhbanna áitiúla a aithint agus gníomhartha a d'fhéadfaí a dhéanamh le dul i ngleic leis na fadhbanna sin a iniúchadh.

Tuiscint ar an gcomhshaol agus ar mhothú freagrachta aonair agus pobail a fhorbairt maidir le haire a thabhairt don chomhshaol agus a bheith inár gcaomhnóirí don Domhan do na glúnta atá le teacht.

Cúram comhshaoil

Meas a léiriú ar an gcomhshaol agus freagracht aonair agus freagracht phobail a fhorbairt le haire a thabhairt don chomhshaol agus a bheith mar chaomhnóirí an Domhain do na glúnta atá le teacht.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSPS - Tíreolaíocht

■ **Snáithe:** Feasacht agus cúram comhshaoil

Snáithaonaid: Feasacht chomhshaoil

Cúram comhshaoil

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Beidh na páistí ag obair ar thionscadal don cheacht seo thar thréimhse roinnt seachtainí. Díritear ar thimpeallacht na scoile i Rogha 1. Díritear ar an timpeallacht áitiúil i Rogha 2.

Má thugtar cuireadh do staraí áitiúil labhairt leis na páistí cuirfear go mór lena gcuid eolais agus lena gcuid smaointeoireachta.

D'fhéadfadh sé a bheith riachtanach a chur in iúl do na páistí nach féidir i gcónaí gach moladh a dhéanann siad a chur i bhfeidhm, mar go mbíonn ar dhaoine eile cinntí agus athruithe áirithe a dhéanamh.

CEAHT 1

A NAOI:1

CÓNAÍMID INÁR bPOBAL

ACMHAINNÍ

- Páipéar, peann luaidhe do gach grúpa
- Ríomhairí, ríomhairí glúine, printéir
- Rogha 2: staraí áitiúil, leabhair/paimfléid/bileoga faoin cheantar

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Rogha 1
 - Plé i nGrúpa
 - Aiseolas agus Plé
- Rogha 2:
 - Cuairt ó leabharlannaí/stará
 - Plé i nGrúpa
 - Aiseolas agus Plé
- Pleanáil don Athrú
- Athbhreithniú

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá

Roinn na páistí i ngrúpaí, agus tabhair pinn luaidhe agus páipéar do gach grúpa. Mínigh go mbeidh siad ag smaoineamh ar feadh cúpla nóiméad ar an cheantar ina gcónaíonn siad, agus faoi cheantar na scoile. Mínigh go mbeidh orthu nótaí a ghlacadh agus mol go ndéanfaí taifeadóir agus tuairisceoir a cheapadh.

Rogha 1

Plé i nGrúpa

Athbhreithniú ar an Timpeallacht Scoile

Iarr ar na grúpaí a shamhlú go bhfuil grúpa cuairteoirí ag teacht chun na scoile:

- *Cad a gheobhaidh na cuairteoirí amach faoi dhaltaí na scoile nuair a shiúlfaidh siad isteach geata na scoile?*
- *Cá dtabharfá ar dtús iad?*
- *Agus ansin?*
- *Cén fáth na háiteanna seo?*
- *Cén fáth go bhfuil siad speisialta?*

Iarr orthu na láidreachtaí is féidir leo a aithint a phlé agus liosta a dhéanamh díobh seo.

Limistéir le Feabhsú

Tar éis láidreachtaí na scoile a aithint agus liosta a dhéanamh de na háiteanna is mó a bhfuil siad bródúil astu nó sásta leo, iarr orthu liosta eile a dhéanamh de limistéir ina bhféadfaí feabhas a dhéanamh.

- *Cad iad na limistéir den scoil ar gá iad a fheabhsú, dar libh?*
- *An bhfuil cuma fháilteach ar gheata na scoile do chuireoirí?*
- *Tuige? Tuige nach bhfuil?*
- *An bhfuil rochtain ar an scoil ag gach duine?*
- *Tuige? Tuige nach bhfuil?*

- *Cad a gheobhaidh na cuairteoirí amach faoi dhaltaí na scoile nuair a shiúlfaidh siad isteach geata na scoile?*
- *An é sin an rud ba mhaith linn a thaispeáint dóibh?*
- *Tuige? Tuige nach ea?*

Iarr ar na páistí plé a dhéanamh ar dheiseanna feabhsúcháin agus liosta a dhéanamh díobh.

Aiseolas agus Plé

Nuair atá a gcuid smaointe go léir pléite agus liostáilte ag gach grúpa, iarr ar na tuairisceoirí ar a seal na gnéithe is mó a bhfuil a ngrúpa sásta leo a ainmniú, chomh maith leis na gnéithe a bhfuil obair le déanamh orthu. Cuirtear na liostaí ar dhá cholún ar an gclár bán nó ar an CBI, i dtábla cosúil leis an cheann thíos mar shampla:

	Láidreacht	Limistéir le feabhsú
Foirgneamh na Scoile	1	1
	2	2
	3	3
Tailte na Scoile	1	1
	2	2
	3	3
	4	

Cé go mbeidh béim agat ar ghnéithe dearfacha na scoile, is féidir leat smaointe a lorg faoin gcaoi a bhféadfadh na páistí cuid de na limistéir lochtacha atá aitheanta acu a fheabhsú (m.sh. an bhféadfaí a iarraidh ar theaghlaigh a théann thar lear ar saoire leabhar i dteanga na tíre a thabhairt ar ais leo; an bhféadfaí bréagáin nó leabhair a chur san ionad feithimh nó in aice leis nó in aice

NÓS IMEACHTA SONRACH

le príomhdhoras na scoile; an bhféadfaí plandaí a fhás ar thailte na scoile?

Pleanáil don Athrú

Is féidir a iarraidh ar na páistí limistéar nó dhó a roghnú le hobair fheabhsúcháin a dhéanamh iontu. Is féidir é seo a dhéanamh le vóta nó le ponclathas, mar a dtugtar sé phonc daite do na páistí agus léiríonn siad a bpríomhrogha le trí phonc a thabhairt, dhá phonc don chéad rogha eile agus mar sin de. . Léirigh aon tosca ar gá iad a chur san áireamh sa chinnteoireacht agus sa phleanáil:

- *An mbeidh cead ag teastáil le dul ar aghaidh, agus má bhíonn cé uaidh?*
- *Cé hiad na daoine ar gá a insint dóibh faoi athruithe atá beartaithe m.sh. daltaí eile, tuismitheoirí, lucht foirne, an bhainistíocht agus daoine eile?*
- *Conas agus cathain a inseoimid dóibh?*
- *An féidir linn smaoineamh ar dhaoine nó grúpaí ón phobal a bheadh sásta cabhrú linn ár moltaí a chur i bhfeidhm agus conas a dhéanfaimid teagmháil leo?*
- *Cad é an bealach is fearr le pleananna a chur i láthair?*
- *Cé mhéad a chosnódh sé agus conas a bhaileoimis an t-airgead?*
- *Cén fhad a thógfadh sé orainn na hathruithe atá aontaithe againn a chur i gcrích?*
- *Rogha*

Beidh sé riachtanach plean gníomhaíochta a chumadh, bunaithe ar na saincheistanna a bhí aitheanta sa phlé agus le forléargas ar ghníomhartha ar leith, tréimhsí ama, na hacmhainní a bheidh ag teastáil agus na freagrachtaí a bheidh ar dhaoine. Nuair a bhíonn na moltaí aontaithe, is féidir leis na páistí

bealaí a aithint le cinntiú go mbeidh pobal na scoile go léir eolach faoi iarrachtaí na bpáistí agus ag tacú leo le timpeallacht na scoile a fheabhsú ar mhaithe le cách. D'fhéadfaí an páipéar nuachta áitiúil a chur ar an eolas, mar go mbeidh feabhsúchán ar thimpeallacht na scoile, más beag féin é, ar leas an phobail go léir.

De réir mar a chuirtear athruithe i bhfeidhm d'fhéadfadh na páistí uasdátú a dhéanamh ar shuíomh gréasáin na scoile, i mblag nó i nuachtlitir leis an scoil agus an pobal áitiúil a choinneáil ar an eolas faoin dul chun cinn.

Plé i nGrúpa

Athbreithniú ar an Timpeallacht Áitiúil

D'fhéadfá staraí áitiúil a aimsiú agus cuireadh a thabhairt dóibh labhairt leis na páistí faoi áiteanna, scéalta, agus traidisiúin stairiúla, agus béaloideas an cheantair.

Nuair a bhíonn sé sin déanta, d'fhéadfaí an nós imeachta céanna, nó a leithéid mar atá leagtha amach do Rogha 1, a úsáid, ag iarraidh ar na páistí a shamhlú cad a d'fhéadfaidís a thaispeáint agus a insint do chuirteoir go dtí an ceantar. Beidh orthu liosta a dhéanamh d'fhoirgnimh, d'áiteanna áille, d'ionaid adhartha, de ghnéithe spéisiúla nádúrtha, agus de thraidisiúin áitiúla a bheadh spéisiúil do chuirteoir nach raibh ina gceantar riamh cheana. Oibríonn na páistí i ngrúpaí le sceideal a phleanáil don chuirteoir, ceann a chuirfeadh 'na cúig ghné nó áit is spéisiúla' ina gceantar i láthair an chuirteora. D'fhéadfadh siad Teicneolaíocht Faisnéise agus Cumarsáide a úsáid le taighde a dhéanamh agus bileog a dhearadh agus a chur i láthair a thaispeánfadh don chuirteoir cad atá le feiceáil agus le cloisteáil agus le déanamh, le píosáil

NÓS IMEACHTA SONRACH

gearra faisnéise faoi gach ceann acu.

Limistéir le Feabhsú

Agus iad roinnte i ngrúpaí iarr ar na páistí trí rud ba mhaith leo a athrú faoina gceantar a ainmniú, mar shampla, níos mó áiteanna súgartha, níos mó páirceanna poiblí, soilsiú níos fearr, níos lú bruscair.

Aiseolas agus Plé

Nuair atá na smaointe go léir pléite agus liostáilte ag gach grúpa, iarr ar na tuairisceoirí na cúig áit, nó gné ' is gá a fheiceáil nó cloisteáil fúthu' a ainmniú, agus na trí rud is mó ba mhaith leo a athrú. Cuir na moltaí go léir i liosta i ndhá cholún ar an gclár bán, i dtábla mar seo thíos:

	Gnéithe nó áiteanna is spéisiúla	Limistéir le feabhsú nó le hathrú
An ceantar áitiúil	1	1
	2	2
	3	3
	4	4
	5	5
	7	6
	8	
	9	

Pléigh na cosúlachtaí agus na difríochtaí atá sna liostaí ó na grúpaí agus iarr ar na páistí na cinn is tábhachtaí dar leo a aithint - d'fhéadfaí é seo a dhéanamh le vóta nó le ponclathas (mar a léirítear i gCeacht an Chonradh Ranga). Spreag na páistí le bealaí a aithint le dul chun cinn a dhéanamh maidir leis na feabhsúcháin atá roghnaithe - d'fhéadfaí Grúpa Gníomhaíochta don Scoil Ghlas a chur le chéile, litir a scríobh chuig ionadaí

áitiúil agus/nó chuig nuachtán áitiúil le cur síos ar an údar imní atá acu agus le moltaí faoi fheabhsúcháin, nó cabhair a fháil ó dhaoine eile sa phobal áitiúil. Nuair a bhíonn dul chun cinn déanta, má bhíonn, is féidir suíomh gréasáin, blag nó nuachtlitir na scoile a úsáid le pobal na scoile a chur ar an eolas faoi seo agus faoi fhorbairtí eile.

Athbhreithniú

Tá sé tábhachtach go ndéanfaí athbhreithniú rialta ar aon togra nó obair atá á dhéanamh ag na páistí. Féadfaidh na páistí an dul chun cinn a phlé agus aon ábhar imní nó fadhbanna a aithint. D'fhéadfadh an plé seo deis a thabhairt le ceiliúradh a dhéanamh ar a bhfuil bainte amach agus foinsí tacaíochta eile a mheas.

CEACHT 2

A NAOI:2

AG OBAIR LE CHÉILE LE FOGHLAIM FAOINÁR BPOBAL

COINCHEAP LÁRNACH

Trí obair i gcomhar leis an phobal i gcoitinne déantar comhtháthú a fheabhsú agus tagann forbairt ar thuiscint na bpáistí faoin phobal.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

Snáithaonad: Forbairt na Saoránachta Pobail Náisiúnta, Eorpacha agus pobail níos leithne

Cuspóirí Ábhair

A bheith eolach ar ghnéithe dá n-oidhreacht agus dá dtraidisiúin chultúrtha féin.

Na grúpaí éagsúla cultúrtha, reiligiúnda, eitneacha nó eile atá ann mar phobail nó mar shochaí a aithint agus bealaí a iniúchadh le meas a léiriú ar na difríochtaí atá eatarthu.

Maireachtáil sa phobal áitiúil

Traidisiúin agus béaloideas áitiúil a iniúchadh agus mothú bróid as an phobal áitiúil a fhorbairt.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

OSPS - Tíreolaíocht

■ **Snáithe:** Timpeallachtaí daonna

Snáithaonad: Daoine ag maireachtáil agus ag obair sa cheantar áitiúil

Ag brath ar na roghanna a phioctar, is féidir an ceacht a nascadh le hOideachas Ealaíona (Fís, Drámaíocht, Ceol).

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is forbairt ar Cheacht 1 san aonad seo an tionscadal atá molta sa cheacht seo. Toisc go mbaineann Rogha 1 le daoine níos sine, ar nós Cumann Gníomhaíochta Lucht Scoir, le bheith ar cuairt ar na páistí agus ag obair leo, bheadh sé riachtanach é a chur in iúl don phríomhoide, cloí le beartas chosaint leanaí na scoile agus bualadh leo siúd a bheadh rannpháirteach leis an seisiún a phleanáil.

Tá sé tábhachtach an tionscadal a chur in iúl do na tuismitheoirí chomh maith.

Beidh na páistí ag obair ar an tionscadal seo ar feadh roinnt seachtainí.

ACMHAINNÍ

Ábhair ealaíne

Ríomhairí (ag brath ar an rogha a dhéantar)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Rogha 1: Baill de ghrúpa ar nós Cumann Gníomhaíochta Lucht Scoir ar cuairt le deis a thabhairt do na páistí caint agus obair leo
- Rogha 2: Agallamh a chur ar thuismitheoirí, ar chomharsana nó ar ghaolta scothaosta
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá

Mínigh do na páistí go mbeidh siad ag caint le daoine fásta a chónaíonn sa cheantar agus ag roinnt scéalta agus taithí leo. Fiafraigh:

- *Cé hiad na daoine fásta áitiúla a bhfuil aithne agaibh orthu cheana féin?*
- *An bhfuil grúpaí daoine fásta ann nach bhfuil aon aithne agaibh orthu?*

Rogha 1

Ullmhúchán don Ghrúpa Cuairteoirí

Roinn na páistí i ngrúpaí. Mínigh go mbeidh baill den Chumann Gníomhaíochta Lucht Scoir áitiúil (nó a leithéid) ag teacht ar cuairt chuig an rang agus go mbeidh siad ag caint agus ag obair leo.

Tabhair ábhar do gach grúpa ó na réimsí seo a leanas, nó roghnaigh cinn a bheadh níos oiriúnaí don rang: ealaín/ceardaíocht, TFC, ceol/damhsa, scéalaíocht, spórt, drámaíocht. Tá cur i láthair gearr le déanamh ag gach grúpa le cuid dá scileanna agus dá spéiseanna a léiriú do na cuairteoirí. Tabhair am do na páistí a gcur i láthair a ullmhú. Is féidir obair orthu seo agus iad a leasú i rith na seachtaine.

Ina ngrúpaí, iarr ar na páistí smaoinemh agus plé a dhéanamh ar an gcaoi a gcuirfeadh siad fáilte roimh na cuairteoirí agus na ceisteanna a d'fhéadfadh siad a chur le deis a thabhairt do na cuairteoirí caint faoi na spéiseanna atá acu, an obair a rinne siad, eachtraí a bhí acu, fás aníos sa cheantar, an ceol a thaitníonn leo, daoine a chónaigh sa cheantar. Déanann gach grúpa taifead de na ceisteanna. Glac le haiseolas ó na grúpaí, agus, leis an rang, cuir bailchríoch orthu agus aontaigh an fháilte agus na ceisteanna.

Róil don Chuairt

Socraigh leis an rang cé a chuirfidh na ceisteanna (agallóir/í), cé a dhéanfaidh

taifead ar na freagraí (taifeadóir), cé a scríobhfaidh alt d'iris na scoile nó don pháipéar áitiúil (tuairisceoir), cé a ghlacfaidh na pictiúir (grianghrafadóir), cé a bhuaifidh leis na daoine agus a chuirfidh fáilte rompu (óstach), cé a ghabhfaidh buíochas leo sula n-imeoidh siad (óstach) agus cé a scríobhfaidh litir bhuíochais (scríbhneoir litreach). Cuir béim ar thábhacht na héisteachta mar go léiríonn sé seo spéis agus meas. Déan ról imirt ar bhualadh leis na cuairteoirí, agallamh a chur orthu agus buíochas a ghabháil leo.

Bualadh leis na Cuairteoirí

Tar éis an phlé idir na cuairteoirí agus na páistí agus cur i láthair ó na páistí, roinn na páistí i ngrúpaí le duine nó daoine fásta i ngach grúpa. (Féadfaidh an ghníomhaíocht seo tarlú i seisiún ina dhiaidh sin nó thar roinnt seisiún.) Is féidir le gach grúpa filíocht/amhrán/scéal/pictiúir (de réir mar a oireann) a chruthú le chéile faoin áit ina bhfuil cónaí orthu. Déanann gach grúpa an méid atá déanta acu a roinnt.

Léirmheas ar an gCuairt

Tar éis na cuairte, déan plé ar an eispéireas:

- *Cad atá foghlamtha agaibh faoi fhás aníos sa cheantar seo?*
- *Faoi thaithí na ndaoine a tháinig ar cuairt?*
- *Cad iad na cosúlachtaí agus na difríochtaí atá idir iad agus do thaithí féin?*
- *Ar chuir aon rud iontas ort? Cad é?*
- *Cad é an rud is mó a thaitin leat faoin chuairt? Tuige?*
- *Conas a bhí sé a bheith ag obair leis na cuairteoirí?*
- *Conas a mhothaigh na cuairteoirí, meas sibh?*

Pléigh litir bhuíochais a dhréachtú agus iarr ar na páistí atá ceaptha an litir seo a ullmhú.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Rogha 2

Ullmhúchán d'Agallamh

Roinn na páistí suas i ngrúpaí. Mínigh go mbeidh agallaimh le déanamh le tuismitheoir(i) nó gaolta scothaosta faoin saol a bhí sa cheantar nuair a bhí siad 10/11 bliana d'aois. Tabhair cuireadh do na páistí gnéithe den saol ar mhaith leo ceisteanna a chur fúthu a mholadh (m.sh. scoileanna, caitheamh aimsire, scileanna, daoine as tíortha éagsúla, scéalta) agus ansin iarr ar na grúpaí liostaí de réimsí eile a dhéanamh. Glac le haiseolas ó na grúpaí agus déan cinneadh le chéile faoi na réimsí agus faoi na ceisteanna a chuirfear. Mínigh go mbeidh orthu taifead a dhéanamh den mhéid a bheidh le rá ag daoine ionas go mbeidh siad ábalta tuairisc a thabhairt an tseachtain dar gcionn. Tabhair seachtain dóibh chun é seo a dhéanamh.

Aiseolas agus Plé

Roinn na páistí i ngrúpaí agus iarr orthu tuairisc a thabhairt dá chéile faoinar chuala siad sna hagallaimh. Iarr orthu na ceisteanna agallaimh a úsáid le struchtúr a chur ar a bplé. D'fhéadfaí na ceisteanna seo a leanas a úsáid chun é na torthaí a phlé leis an rang:

- *Cad atá foghlamtha agaibh faoi fhás aníos sa cheantar seo?*
- *Faoi thaithí na ndaoine a chuir sibh faoi agallamh?*
- *Cad iad na cosúlachtaí agus na difríochtaí atá idir iad agus do thaithí féin?*
- *Ar chuir aon rud iontas ort? Cad é?*

Conclúid

Déan léirmheas leis na páistí ar a bhfuil foghlamtha acu as an tionscadal.

CEAHT 3

A NAOI:3

ÁR DTIMPEALLAHT A CHAOMHNÚ

COINCHEAP LÁRNACH

Cabhraítear le páistí a smaointe a dhíriú ar dhaoine eile trí obair le chéile ar leas an phobail agus na ndaoine a chónaíonn ann.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

Snáithaonad: Forbairt na Saoránachta
Maireachtáil sa phobal áitiúil

Cuspóirí Ábhair

Ról an duine aonair, agus ról grúpaí éagsúla sa pobal a aithint agus a thuiscint.

An obair dhearfach a dhéanann eagraíochtaí, grúpaí eitneacha, sóisialta pobail agus daoine aonair ar son an phobail áitiúil a aithint agus a iniúchadh.

Saincheisteanna tábhachtacha áitiúla áirithe a aithint agus gníomh dearfach a d'fhéadfaí a dhéanamh le réiteach a fháil orthu a iniúchadh.

Cúram comhshaoil

Tuiscint ar an gcomhshaoil agus ar mhothú freagrachta aonair agus pobail a fhorbairt maidir le haire a thabhairt don chomhshaoil agus a bheith inár gcaomhnóirí don Domhan do na glúnta atá le teacht.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muintín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSPS - Tíreolaíocht

- **Snáithe:** Feasacht agus cúram comhshaoil

Snáithaonad: Feasacht comhshaoil

Cúram comhshaoil

Oideachas Ealaíona - Ealaín Fhísiúil

- **Snáithe:** Líníocht

Snáithaonad: Líníochtaí a dhéanamh

Oideachas Ealaíona - Drámaíocht

- **Snáithe:** Drámaíocht le mothúcháin, eolas agus smaointe a iniúchadh, le teacht ar thuiscint

Snáithaonad: Drámaíocht a iniúchadh agus a dhéanamh

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is féidir obair an cheachta seo a dhéanamh thar dhá nó trí thréimhse OSPS, Gaeilge agus OSIE, agus b'fhéidir gur fearr an t-ábhar a úsáid nuair a bhíonn saincheist áitiúil timpeallachta á plé.

ACMHAINNÍ

- Cóp den sliocht as *An tÚllord Caillte* (lgh 74-76) do gach páiste nó le taispeáint ar an CBI
- Nótaí cúlra faoi *An tÚllord Caillte* - tá breis eolais faoin úrscéal ar fáil do mhúinteoirí ar <https://www.obrien.ie/assets/3112/native.RBFSOrchard.pdf>
- Páipéar agus pinn luaidhe
- Bileoga móra páipéir, péinteanna, scuaba

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEAHTA

- Réamhrá
- Plé
- Drámaíocht
- Obair Ealaíne
- Díospóireacht
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá

Is féidir roinnt eolas cúlra a thabhairt faoin úrscéal: **An tÚllord Cailte**. Tabhair cóip den sliocht do gach páiste nó taispeáin é ar an CBI. Léitear an sliocht os ard.

Tugtar an sliocht (lgh 74-76) le cead O'Brien Press, agus is féidir fótachóipeáil a dhéanamh air leis an cheacht seo, agus/nó é a thaispeáint ar CBI nó teilgeoir sonraí.

Plé

Cuir ceisteanna ar na páistí le cabhrú leo tuar a dhéanamh faoi cad a bheadh tarlaíthe san úrscéal go dtí seo, agus cad é an chéad rud eile a tharlódh, agus le cabhrú leo smaoineamh ar na carachtair:

- *An féidir leat Snag Breac a shamhlú? Dún na súille ar feadh nóiméid agus déan cur síos air ansin?*
- *Cén sórt fir é Snag Breac, agus cén fáth go gceapann tú é sin?*
- *Cén fáth go bhfuil gach duine 'ag tabhairt amach' faoin rud a dúirt An Snag Breac ar an teilifís?*
- *Cad a dúirt sé a thug ar Phól a cheapadh go raibh sé amaideach?*
- *Nuair a deir Snag Breac go gcaithfidh sé muintir na háite 'a spreagadh' cad a insíonn sé seo faoi?*
- *Cad eile atá ar eolas agat faoi ón sliocht?*
- *An mbíonn tionchar ag tuairimí daoine eile ar an gcaoi a mhothaímid fúinn féin, dar libh?*
- *An mbíonn tionchar ag an tuairim atá againn fúinn féin ar thuairimí daoine eile fúinn?*
- *An féidir leat smaoineamh ar feadh cúpla nóiméad ar úrscéal a léigh tú le déanaí a insíonn níos lú/nó mó dúinn faoin chomhshaol?*

- *An féidir leat níos mó a insint dúinn faoi seo?*
- *Conas a thugann an t-údar orainn spéis a chur i bhfeachtas Snag Breac, má dhéanann?*
- *Ar mhaith leat a fháil amach ar éirigh leis an bhfeachtas póstaer nó nár éirigh?*

Drámaíocht

Iarr ar na páistí smaoineamh ar an eolas a bheadh ag teastáil ó Phól nó riachtanach dó mar gheall ar an Snag Breac. *Cad iad na ceisteanna a d'fhéadfadh sé a chur*. Déan taifead díobh seo. D'fhéadfá aird na bpáistí a dhíriú, más cuí, ar cheisteanna oscailte nó dúnta. Iarr ar na páistí smaoineamh ar an eolas a d'fhéadfadh a bheith ag teastáil ó Snag Breac nó riachtanach dó mar gheall ar Phól. *Cad iad na ceisteanna a d'fhéadfadh sé a chur? Déan taifead díobh seo*.

Agus na páistí ag obair ina mbeirteanna, iarr orthu páirt Snag Breac nó Phóil a ghlacadh i ról imirt agus na ceisteanna seo nó ceisteanna eile a chur ar a chéile.

Nó d'fhéadfadh na páistí ceisteanna a chumadh a bheadh ag úinéir an mhianaigh, múinteoir, Garda, nó fear óg dífhostaithe le cur ar Snag Breac agus na ceisteanna seo a úsáid ansin ina mbeirteanna agus na freagraí a chur i gcomparáid le chéile leis na cosúlachtaí agus na difríochtaí atá eatarthu a fheiceáil.

Obair Ealaíne

Póstaeir a Dhearadh agus a Chruthú
Ceisteanna atá ag cur isteach ar an phobal áitiúil nó domhanda faoi láthair, go dearfach nó go diúltach, a aithint, (m.sh: dearfach: ionad súgartha áitiúil a oscailt, comhaontú idirnáisiúnta maidir le hastaíochtaí CO2, nó diúltach: mótarbhealach á thógáil trí cheantar atá tábhachtach ó thaobh na heolaíochta nó na staire de). Meabhraigh do na páistí go bhfuil Pól

NÓS IMEACHTA SONRACH

agus Snag Breac ag iarraidh a gceantar a shábháil ó chontúirt na mianadóireachta dromchla, agus go bhfuil iarracht á déanamh ag Snag Breac lena phóstaeir a thaispeáint do na comharsana go gcaillfear fiadhúlra go deo má cheadaítear an mianach.

Lena rogha féin d'ábhair ealaíne an tseomra ranga, iarr ar na páistí póstaer a chumadh a thaispeánfaidh na tionchar a bheadh ag ceist thráthúil ar a bpobal áitiúil nó domhanda. Is féidir na póstaer chríochnaithe a chur ar taispeáint sa halla cruinnithe nó i bhforhalla na scoile.

Díospóireacht

Iarr ar na páistí smaoineamh ar roinnt daoine ina bpobal a bhíonn ag obair go crua ina ngairdíní féin nó i limistéir phoiblí le háilleacht na timpeallachta a fheabhsú. Iarr ar na páistí smaoineamh ar an tionchar a bhíonn ag obair na ndaoine seo, agus na feabhsúcháin a dhéanann siad ar mheon na ndaoine sa phobal agus na ndaoine a théann tríd an gceantar.

Tar éis caint faoin toise áitiúil i bhfeabhsú na timpeallachta, meabhraigh toise domhanda na saincheisteanna tráthúla do na páistí, agus an tionchar a bheadh acu orthu féin m.sh. téamh domhanda, imirce, agus praghsanna earraí sna siopaí.

Roghnaigh dhá fhoireann nó iarr ar na daltaí dhá fhoireann a chur le chéile (triúr nó ceathrar i ngach foireann) le díospóireacht ranga a dhéanamh faoi théama na saoránachta domhanda. D'fhéadfaí an sliocht seo a úsáid mar rún: *Mura dtugaimid aire dár gcúinne beag féin den domhan, ní fiú caint faoi na foraoiseacha báistí agus a leithéidí a chosaint. (An tÚllord Caillte, lgh 87–88), agus cúpla lá a thabhairt do na páistí le smaointe agus argóintí a ullmhú sula mbíonn an díospóireacht acu. Meabhraigh dóibh an oiread agus is féidir a fháil amach faoin rún, a gcuid pointí a*

dhéanamh go gonta, agus samplaí taighde a úsáid mar thaca dá n-argóintí. Mol do gach foireann cainteoir a roghnú le tosú agus duine eile leis an argóint a fhorbairt agus an tríú duine leis an díospóireacht a shuimiú nó a dhúnadh.

Meabhraigh dóibh go mbeidh teorainn an-chinnt ama ann agus go mbeidh ar gach rannpháirtí cloí go dian leis an am ceadaithe, agus nach féidir le duine ar bith cur isteach ar chainteoir le linn dóibh a n-argóintí tosaigh a chur i láthair. Nuair atá a n-argóint curtha i láthair ag gach foireann agus suimiú déanta, iarr ar na héisteoirí vótáil don fhoireann a rinne na hargóintí is láidre agus is éifeachtaí.

Conclúid

Iarr ar na páistí machnamh a dhéanamh ar a gcuid foghlama trí cheann amháin de habairtí, nó níos mó, a chríochnú:

Rud nua a d'fhoghlaim mé faoi chosaint na timpeallachta ná...

Rud a dhéanfaidh mé le cabhrú le cosaint na timpeallachta ná....

Rud a bheidh mé in ann labhairt le mo mhuintir faoi a dhéanamh ná...

Síneadh

Thosaigh athair Phóil 'ag scríobh litreacha in aghaidh na mianadóireachta dromchla' agus chuir sé iad chuig na nuachtáin áitiúla agus náisiúnta. Iarr ar na páistí litir a scríobh i gcomhpháirt nó litreacha aonair a scríobh le gearán faoi shaincheist a chuireann isteach ar an scoil nó ar an phobal áitiúil. Meabhraigh dóibh a gcuid pointí a dhéanamh go soiléir, agus aird a thabhairt ar an lucht léite a bheadh acu. Roghnaigh iris nó nuachtán oiriúnach agus cuir na litreacha ar aghaidh le súil go bhfoilseofar iad.

Má tá Coiste Bailte Slachtmhara sa cheantar, d'fhéadfaí cuireadh a thabhairt d'ionadaí labhairt leis na páistí faoin obair a dhéanann siad, agus na tionscadail atá ar bun acu sa cheantar.

Nótaí Cúlra faoi An tÚllord Cailte

Is úrscéal íogair a bhfuil ábhar machnaimh ann é An tÚllord Cailte le Patrick Deeley, (múinteoir, údar agus file), a phléann leis an dóchas agus an eagla i bpobal beag tuaithe in Éirinn i lár na 1960í, agus leis an fhéinmhuinín agus an misneach a bhí ag teastáil ó na daoine a ghlac seasamh agus a raibh sé de mhisneach acu a bheith difriúil. Tá cónaí ag Pól Ó Dugáin lena thuismitheoirí i sráidbhaile ar imeall daingin álainn rúndiamhair darb ainm Na Calaí. Tá an saol suaimhneach sámh, ach tá imní ar Phól mar gheall ar dhalta atá i rang a Sé leis, maistín an bhaile, Réamaí.

Ach ní fada go mbíonn cúiseanna imní níos tábhachtaí aige, agus nuair a thosaíonn na heitleáin ag eitilt os cionn an tsráidbhaile, faigheann na daoine amach gur fíor iad na ráflaí faoi mhianach dromchla agus cothaítear achrainn sa phobal. Tá fosuithe saibhre luaidhe, since agus airgid sa Ghort Dubh. Cuirtear agallaimh ar mhuintir na háite agus ar pholaiteoirí agus labhraíonn siad faoin saibhreas agus faoi na poist a bheidh ann do na daoine óga. Níl ach duine corr amháin, Snag Breac, ann a labhraíonn amach faoi chontúirt na mianadóireachta dromchla.

Is iontach an tionchar a bhíonn ag an chairdeas a fhásann idir Pól, atá corr ar a bhealach féin, agus Snag Breac. Agus deannach miotalach ag tiitm ar mhóinéir, ar phortaigh agus ar riasca, cuireann Snag Breac tús le feachtas leis na comharsana a chur ar a n-airdeall faoin scrios a d'fhéadfaí a dhéanamh ar Na Callaí. Caithfidh Pól roghanna a dhéanamh a mbeidh tionchar acu ar a shaol ar scoil agus sa bhaile agus bíonn air féin agus ar Snag Breac aghaidh a thabhairt ar a naimhde agus athrú buan a dhéanamh ar thuiscintí an phobail.

Sliocht as An tÚllord Cailte

'Tá mé le seasamh a ghlacadh.' ar seisean, ag deargadh. 'Ar ndóigh, beidh tú den bharúil gur amadán mé.'

'Seasamh a ghlacadh?' Arsa mise.

'Tá mé ag cur in aghaidh lucht na mianach. Ní féidir liom ligean don arracht sin muid a chloí. Caithfidh mé muintir na háite a ghríosú.'

'Beidh sé sin deacair,' arsa mise leis. 'Tá siad uilig ag clamhsán faoin méid a dúirt tú ar an teilifís.'

'Fiú má éiríonn liom cúpla duine a thabhairt liom', a d'fhreagair sé, 'Is tús é. Caithfidh mé manaí a chumadh anois, in aghaidh an mhianaigh.'

'Ar a laghad ní mianach óir é,' arsa mise leis. 'Deir Mac Gráinne gurb iad na mianaigh óir is measa.'

'Níl aon mhianach maith ann,' arsa Snag Breac go sollúnta. 'Is é an mianach dromchla is measa den iomlán. Bheadh sé chomh maith duit an craiceann a scamhadh de d'aghaidh féin agus a bheith ag súil go n-aithneodh daoine tú fós. Sin é an rud a dhéanann mianach dromchla leis an talamh, a Phóil, scamhann sé an aghaidh de.'

Is ar éigean a bhí mé tagtha chugam féin ó na focail seo nuair a bhain sé preab eile asam.

'Comharthaí,' arsa Snag Breac, ag tabhairt dronuilleog páipéir dom.

'Comharthaí beatha.' Chas mé timpeall é agus bhí iontas orm pictiúr mór de lapaire a fheiceáil, líníocht a bhí déanta go hálainn. D'aithin mé a ghob fíorfhada.

'Crotach,' arsa mise.

'Crotach', ar seisean.

'Tusa a rinne é seo? Tá cuma chomh fíor air,' arsa mise leis.

'Lagaithris ar na héin a mhaireann sna Calaí', ar seisean le croitheadh dá ghuaillí. 'Tá roinnt comharthaí eile agam anseo.'

Thug sé beart páipéir dom. 'Póstaeir atá iontu', arsa mise, ag smaoineamh ar an mbileog ollmhór lándaite de laochra spóirt i mo sheomra leapa..

'Póstaeir?' a d'fhiafraigh sé.. 'An é sin a thugtar anois orthu'.

Scrúdaigh mé iad ceann ar cheann. Gé fhiáin, traonach, frog ag léim isteach i gCreag an Chaomhánaigh, bláth annamh as na Callaí darbh ainm 'Plúirín Samhraidh', úllord - d'aithin mé gur le Snag Breac é - naoscach, cosdeargán, agus tuilleadh lena chois. Líníocht dhraíochta déanta ag Snag Breac díobh go léir.

'As mo chuid breathnóireachta féin', ar seisean. 'Agus d'fhág mé spás os cionn agus faoi gach ceann, ar thug tú faoi deara?'

'Thug,' arsa mise leis.

'Spás do na manaí', ar seisean. 'Le cur i gcoinne na mianadóireachta.'

'An bhféadfainn cabhrú leat leis na manaí?' arsa mise.

'Cinnte! An bhfuil tú go maith ag scríobh le bloclitreacha? Caithfidh na daoine a bheith in ann iad a fheiceáil agus iad fiche slat ar shiúl.'

'Tá mé measartha maith ag priontáil', a dúirt mé agus faitíos orm go bhféadfainn a shaothar ealaíne iontach a scríos.

Bhí measartha maith sásúil go leor dó siúd. Fuair sé dhá pheann dubh marcála agus thosaigh muid ag scríobh, duine ag gach ceann den tábla.

LINN TORBÁN NÓ LINN FUÍLL?

Cuireadh an mana sin le líníocht de fhrog. Mhínigh Snag Breac go mbeadh a chuid nimhe á ní isteach i linn fuíll ag an mianach.

SÁBHÁIL AN TALAMH, SÁBHÁIL ÁR MBEATHA

Chuir muid é seo faoi líníocht ghinearálta de na Calaí.

TORTHAÍ GLANA? NÓ NIMHNEACHA?

D'oir sé seo don líníocht den úllord.

Ag amharc ar phictiúr de na bláthanna fiáine smaoinigh muid ar: AER ÚR NÓ DEANNACH LUOIDHE?

Chaith muid an tráthnóna ag obair. Bhí tinneas cinn orainn ón smaointeoireacht go léir.

Nuair a bhí na manaí críochnaithe againn, dúirt Snag Breac go mbeadh orainn na póstaer a chosaint ó mbáisteach agus ón aimsir. Fuair muid leatháin phlaisteacha, agus d'úsáid muid iad mar chlúdaigh. Bhí cuma angharbh air go léir, seachas na líníochtaí áille, ach bhí sé ina thús.

'Caithfidh mé dul timpeall anois', arsa Snag Breac, 'agus iad a scaipeadh ar fud an cheantair.'

'Iad a thabhairt do dhaoine?'

'Ní hea, caithfidh mé dul go dtí na háiteanna a mbailíonn na daoine le chéile. Rachaidh mé ar mo rothar anois.'

'Rachaidh mise,' a dúirt mé. 'Beidh mé níos tapúla. Abair liom cá gcuirfidh mé iad.'

Bhí ríméad air. Thug sé liosta d'áiteanna oiriúnacha dom. Thug sé corda dom leis na póstaer a cheangal le crainn agus cuailí.

'Dá mbeadh an t-airgead agam, d'ordóinn cóipeanna gairmiúla díobh seo sa bhaile mór', ar seisean. 'Ach déanfaidh siad cúis, fiú má tá cuma gharbh orthu. Ach, sula ndéanann tú aon rud, abair le do mhuintir cad atá ar bun agat.'

Fuair sé seanmhála seilge leis na póstaer a chur ann, chuir sé ar mo dhroim é, agus chuir sé chun siúil mé go buíoch beannachtach.

An tÚllord Caillte le Patrick Deeley

©The O'Brien Press, Baile Átha Cliath, 2000.

CEAHT 4

A NAOI:4

AN BHFUI GACH DUINE COTHROM?

COINCHEAP LÁRNACH

Tá sé tábhachtach go mbíonn páistí eolach faoin éagothroime sa tsochaí, ar mhaithe le forbairt shóisialta agus mhorálta.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

Snáithaonad: **Forbairt na Saoránachta**
Pobail Náisiúnta, Eorpacha agus pobail níos leithne

Cuspóirí Ábhair

Na grúpaí éagsúla cultúrtha, reiligiúnda, eitneacha nó eile atá ann mar phobail nó mar shochoaí a aithint agus bealaí a iniúchadh le meas a léiriú ar na difríochtaí atá eatarthu.

Maireachtáil sa phobal áitiúil

Iniúchadh a dhéanamh ar an éagothroime a d'fhéadfadh a bheith sa phobal áitiúil agus bealaí a mholadh a bhféadfaí dul i ngleic léi.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSPS - Tíreolaíocht

■ **Snáithe:** Timpeallachtaí daonna

Snáithaonad: **Daoine ag maireachtáil agus ag obair sa cheantar áitiúil**

Daoine agus pobail

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ní mór cnuasach mór irisí daite le pictiúir de dhaoine atá éagsúil ó thaobh aoise, eitneachais, inscne, míchumais agus araile a chur le chéile roimh ré.

Ní mór do mhúinteoirí a bheith ag faire amach do ráitis nó comharthaí leithcheala ó pháistí, a ndéantar aithris orthu uaireanta gan mórán tuisceana faoi na ceisteanna. D'fhéadfaí iad seo a cheistiú ar bhealach measúil.

ACMHAINNÍ

- Irisí daite le pictiúir de réimse daoine.
- Siosúir, bileoga móra páipéir, gliú, marcóirí/criáin

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Obair Ghrúpa

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá

Scríobh an focal ‘comhionannas’ ar an gclár bán agus fiafraigh de na páistí an dtuigeann siad cad is brí leis. Fiafraigh díobh: *Má chaithimid le daoine ar bhealach nach bhfuil cothrom, an bhfuil focal againn air sin?* Mura dtagann an focal ó na páistí, is féidir leat an focal leithcheal a thabhairt dóibh. Is féidir é seo a scríobh ar an gclár bán agus a iarraidh ar na páistí smaoineamh ar bhealaí leis an abairt seo a chríochnú: *Is ionann leithcheal agus Déan plé agus soiléiriú mar is cuí le teacht ar thuiscint ar leithcheal.*

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpa de cheathrar nó cúigear agus tabhair amach sé nó seacht n-iris, siosúir, bileog mhór páipéir agus gliú do gach grúpa. Iarr ar na páistí go léir cúpla pictiúr de dhaoine éagsúla a ghearradh amach as na hirisí. Iarr ar an ghrúpa ansin ceithre phictiúr díobh sin a phiocadh a léireodh meascán daoine agus ceann a ghreamú ar gach cúinne den leathanach. Iarr ar na páistí plé agus taifeadadh a dhéanamh ar an leithcheal a d’fhéadfadh gach duine díobh seo a fhulaingt.

Plé

Faigh aiseolas ó gach grúpa agus déan plé faoi. D’fhéadfaí na ceisteanna seo a leanas a úsáid sa phlé:

- *Cén tionchar a bheadh ag leithcheal ar na daoine atá roghnaithe agaibh?*
- *Conas a mhothódh siad?*
- *Cad a d’fhéadfadh na daoine atá pléite againn a dhéanamh?*
- *Cad is féidir le daoine eile a dhéanamh le leithcheal a stopadh?*
- *An ndearnadh leithcheal oraibh féin nó ar dhaoine a bhfuil aithne agaibh orthu riamh?*

- *An ndéantar leithcheal ar ghrúpaí inár bpobal nó inár dtír féin?*
- *Nó nach bhfuil comhdhiseanna acu?*
- *Cén tionchar a bhíonn aige seo orthu, meas tú?*
- *An bhfuil sé cothrom?*
- *An gceapann tú go bhfuil seans ann go bhfuil grúpa ann ar lú an seans go ndéanfaí leithcheal air? Tuige?*

Obair Ghrúpa

Iarr ar na páistí filleadh ar a ngrúpaí agus ráiteas comhaontaithe a ullmhú a thaispeánfadh cad a chreideann siad faoi chomhionannas. Tabhair marcóirí nó criáin thart do na páistí leis an méid a chreideann siad a chur ar bhratach a d’fhéadfaí a chur ar taispeáint. Tosaíonn a ráiteas le: *Creidimid gurb ionann comhionannas agus ...* Iarr ar na grúpaí a gcuid ráiteas a thaispeáint dá chéile agus na bratacha a thaispeáint sa seomra ranga nó in ionad lárnach.

Conclúid

Is féidir cuireadh a thabhairt do na páistí an méid atá foghlamtha acu faoi leithcheal a léiriú chomh maith le céim phraiticiúil amháin a d’fhéadfadh siad féin a ghlacadh le cur in aghaidh leithcheala sa scoil nó sa phobal.

Síneadh

Is féidir a iarraidh ar na páistí a bheith ag faire amach don leithcheal sna meáin chlóite nó físe, agus aon samplaí a fhaigheann siad a thabhairt isteach sa rang le plé.

CEACHT 5

A NAOÍ:5

DÓTHAIN DO GACH DUINE

COINCHEAP LÁRNACH

Feasacht faoi mhíchothroime a mhúscailt sna páistí agus gníomhartha chun é a laghdú a éascú.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

■ **Snáithaonad:** **Forbairt na Saoránachta**
Pobail Náisiúnta, Eorpacha agus pobail níos leithne

Cuspóirí Ábhair

Féachaint ar an gcaoi is féidir ceartas agus síocháin a chur chun cinn idir daoine agus grúpaí, ar bhonn náisiúnta agus idirnáisiúnta.

Dáileadh míchothrom acmhainní an domhain a thabhairt faoi deara agus a thuiscint.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

■ **Snáithaonaid:** **Labhairt**

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

OSPS - Tíreolaíocht

■ **Snáithe:** Timpeallachtaí daonna

Daoine agus pobail

Daoine agus tíortha eile

Ceisteanna trádála agus forbartha

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá spás mór oscailte, ar nós an halla, ag teastáil don cheacht seo

ACMHAINNÍ

- Mataí Corpoiliúna
- Spás mór gluaiseachta
- Lipéid le haghaidh réigiúin éagsúla an domhain - An Afraic, An Áise, An Eoraip, Meiriceá Láir agus Theas agus An Chairib, Meiriceá Thuaidh, An Aigéine
- Cairteacha: Dáileadh Daonra, Dáileadh Saibhris
- 100 milseán, le cumhdach aonair ar gach ceann más féidir, ar son sláinteachais.

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Plé
- Gníomhaíocht
- Plé

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíocht Tosaigh: Mataí Ceoil

Scaip na mataí amach ar fud an halla. Mínigh do na páistí go bhfuil siad le siúl timpeall an tseomra agus nuair a stopann an ceol go bhfuil siad le seasamh nó suí ar mhata.

Gach uair a stopann an ceol baintear amach mata go dtí nach mbíonn ach mata amháin fágtha. Mínigh nach bhfuil cead a bheith ag brú, ach go gcaithfidh siad iarracht a dhéanamh seasamh nó suí ar mhata.

Plé

Is féidir na ceisteanna a leanas a úsáid leis an rud a tharla le linn na gníomhaíochta a phlé:

- *An raibh sibh ag iarraidh cabhrú le chéile nó iomaíocht le chéile?*
- *Conas a chabhraigh sibh le chéile?*
- *Conas a mhothaigh sé nuair a bhí go leor mataí ann agus ansin nuair a baineadh amach iad de réir a chéile go dtí nach raibh go leor ann do chách?*
- *Conas a bheadh sé dá mbainfeadh sé seo leis an méid bia atá ar fáil seachas líon na mataí atá ann le seasamh nó suí orthu?*
- *Cén tionchar a bheadh aige ar do shaol?*
- *An bhfuil rudaí ann gur féidir linn a dhéanamh le cinntiú nach mbeidh ocras ar dhaoine in Éirinn?*
- *In áiteanna eile ar domhan?*

Gníomhaíocht

Mínigh don rang go mbeidh siad ag amharc ar an gcaoi a bhfuil an saibhreas dailte ar fud an domhain sa ghníomhaíocht seo. Cuir ainmneacha na réigiún ar fud an domhain ar taispeáint ar an mballa ar fud an tseomra. Abair leis na páistí go mbeidh siad mar ionadaithe do dhaonra an domhain.

Iarr orthu seasamh faoi na réigiúin de réir mar a cheapann siad go bhfuil daonra an domhain dailte, .i. cad iad na háiteanna is mó nó is lú a bhfuil daoine ag conaí iontu.

Nuair atá sé seo déanta acu taispeáin **an Chairt: Dáileadh Daonra an Domhain**. Fiafraigh de na páistí: *An gcuireann sé iontas oraibh a fheiceáil cá bhfuil formhór na ndaoine ag cónaí nó an raibh tuairim chruinn agaibh faoi?* Oibrigh amach cé mhéad páiste a bheadh i ngach réigiún de réir dháileadh daonra an domhain, agus iarr ar na páistí a n-ionad a athrú mar is gá.

Mínigh go bhfuil 100 milseán agat a léiríonn saibhreas an domhain. Iarr ar na páistí ansin an líon milseán is ceart a bheith ag a ngrúpa, dar leo féin, a phiocadh.

Taispeáin **an Chairt: Dáileadh Saibhreas an Domhain**. Leis na páistí déan comparáid idir an méid a shíl siad agus na fíricí de réir na cairte. Déan athdháileadh ar na milseáin de réir na cairte.

Plé

Cuir na ceisteanna seo a leanas:

- *Cad é bhur mbarúil faoin dáileadh saibhris?*
- *An bhfuil sé cothrom nó cóir?*
- *Cén tionchar a bheadh aige ar na daoine sna réigiúin éagsúla? (Luaigh go mbíonn difríochtaí idir saibhreas na ndaoine laistigh de na réigiúin chomh maith.)*
- *Cad ba chúis leis an míchothroime saibhris sa domhan, meas sibh?*

Conclúid

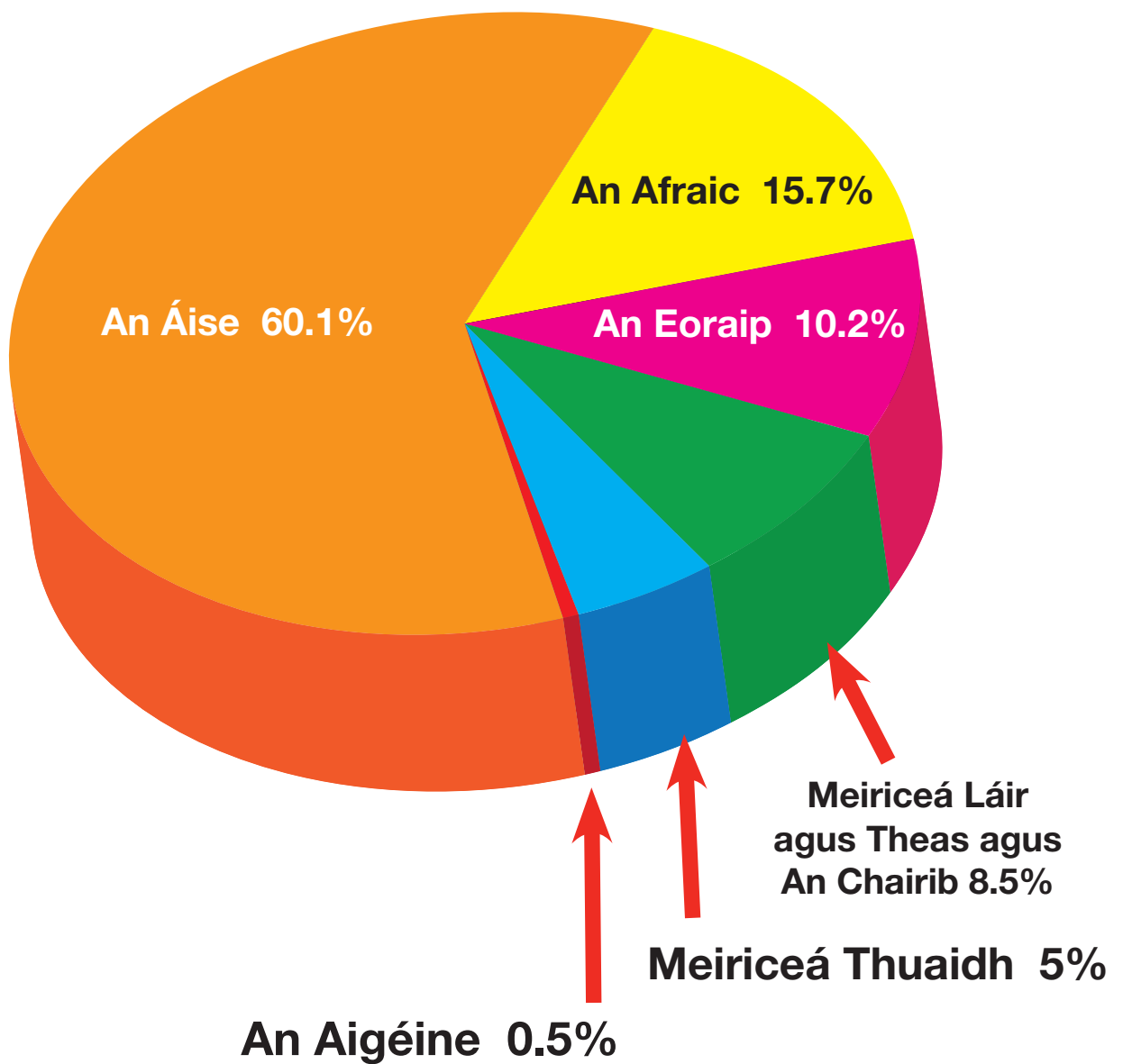
Iarr ar na páistí píosa gearr a scríobh faoin teideal: An bhfuil Gach Duine Cothrom? Tá sé seo bunaithe ar a bhfuil foghlamtha acu sa cheacht seo. Féadfaidh siad é seo a roinnt leis an rang agus lena dtuismitheoirí nó a gcaomhnóirí.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Síneadh

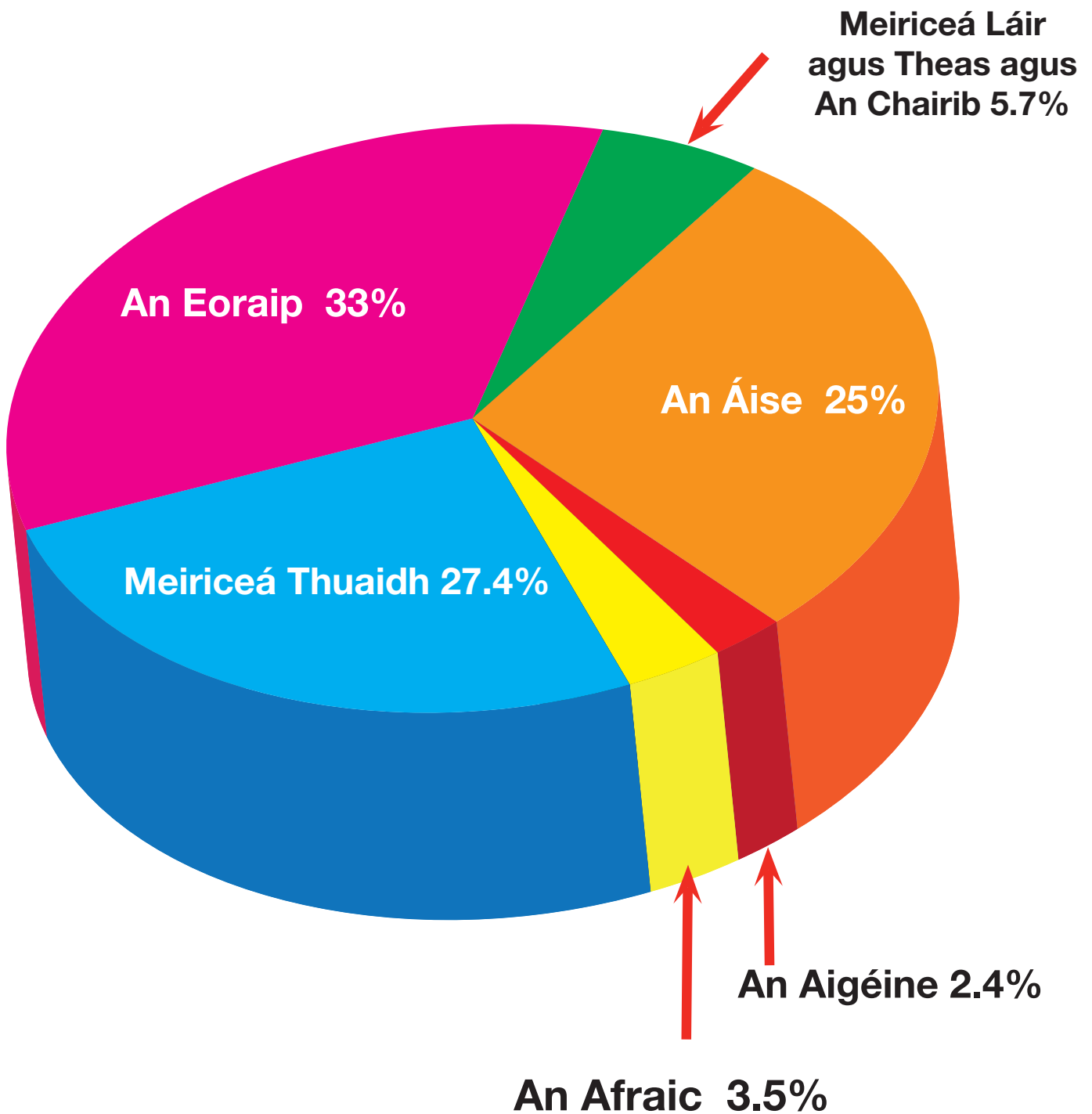
Is féidir suímh ghréasáin ar nós Amnesty (www.amnesty.ie) nó Trócaire (www.trocaire.ie) a chur i láthair do na páistí, mar go mbíonn béim iontu seo ar cheisteanna tráthúla i gcónaí. Féadfaidh na páistí ceann de na ceisteanna a fhiosrú agus tuairisciú ar ais don rang.

Dáileadh Daonra an Domhain



Dáileadh Saibhreas an Domhain

Bunaithe ar staidreamh ón gCiste Airgeadaíochta Domhanda 2013



CEACHT 6

A NAOI:6

ÁR bPOBAL: ÁR nDOMHAN

COINCHEAP LÁRNACH

D'fhéadfaí dáimh a fhorbairt trí fheasacht ar an idirnascadh atá idir daoine.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

Snáithaonad: Forbairt na Saoránachta
Pobail Náisiúnta, Eorpacha agus pobail níos leithne

Cuspóirí Ábhair

Tosú ar choincheap an daonlathais a iniúchadh.

Tosú ar aithne a chur ar chuid de na cultúir, stíleanna maireachtála agus na teangacha i gcuid de na tíortha San Aontas Eorpach agus sa domhan mór.

Iniúchadh a dhéanamh ar an gcaoi is féidir ceartas agus síocháin a chur chun cinn idir daoine agus grúpaí, ar bhonn náisiúnta agus idirnáisiúnta.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

OSPS - Tíreolaíocht

- **Snáithe:** Timpeallachtaí daonna
- **Fo-aonaid:** Daoine agus pobail;
Daoine agus tíortha eile;
Ceisteanna trádála agus forbartha

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Smaoinigh ar...
- Bileog Oibre: Machnamh ar Fhorbairt na Saoránachta

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Bileog Oibre
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Bileog Oibre

Dáil amach **An Bhileog Oibre:**
Smaoinigh ar... ar na páistí agus iarr orthu í a chomhlánú duine ar dhuine. Nuair a bhíonn sé seo déanta acu iarr orthu dul i mbeirteanna agus a gcuid freagraí a roinnt agus a phlé. Iarr ar na páistí ansin a gcuid freagraí a roinnt leis an rang. Roghnaigh cuid de na ceisteanna le plé. Ceistigh steiréitíopanna más gá. mar shampla, cá mbíonn rís á hithe, agus cad iad na teangacha a labhraítear i dtír.

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí de cheathrar. Iarr orthu na súile a dhúnadh ar feadh cúpla nóiméad agus pobal foirfe a shamhlú:

- *Conas a bheadh sé cónaí ansin?*
- *Conas a réiteodh na daoine le chéile?*
Conas a chaithfí leis na daoine?

Iarr ar gach páiste trí cheist a chríochnú a thosaíonn le: *Sa phobal seo...* Ansin iarr orthu iad seo a roinnt agus aontú faoi na trí cheist is tábhachtaí, dar leo

- B'fhéidir go mbeadh orthu críoch na n-abairtí a athscríobh le glacadh le dhá smaoinemh nó níos mó.

Plé

Fiafraigh de na grúpaí cad iad na cinn is tábhachtaí dar leo, agus déan taifead díobh seo. Leis na páistí, déan na luachanna a léirítear sna ráitis sin a spíonadh. Déan liosta.

Pléigh:

Más iad sin na luachanna a mbeimis féin agus gach duine ar domhan ag maireachtáil dá réir, cén difríocht a dhéanfaidh sé?

Conclúid

Iarr ar gach páiste rud amháin a dhéanfaidh siad an tseachtain seo chugainn le cabhrú lena bpobal a scríobh síos.

Tig leis na páistí **an Bhileog Oibre: Machnamh ar Shaoránacht a Fhorbairt** a chomhlánú mar athbhreithniú ar an aonad oibre seo.

Síneadh

Is féidir na páistí a roinnt i ngrúpa le taighde a dhéanamh ar ábhar mionsonraithe faoi chuid de na ceisteanna as **an mBileog Oibre: Smaoinigh ar ...** D'fhéadfadh na grúpaí a bhfuil foghlamtha acu a chur i láthair an ranga thar thréimhse cúpla seachtain.

Smaoinigh ...



ar thoradh a fhástar in Éirinn....

ar thoradh a d'ith tú le déanaí agus nár fásadh in Éirinn....

ar bhall éadaigh atá ort nach bhfuil déanta in Éirinn...

ar theanga atá á labhairt sa Pholainn....

ar dhuine cáiliúil as tír san Afraic.

ar thír ina raibh éirí amach le bliain anuas...

ar thír ina mbíonn rís á hithe....

ar thír ina bhfuil an rialtas tofa ag na daoine....

ar rud éigin a thagann as na foraoiseacha báistí sa Bhrasaíl...

ar rud éigin atá ar eolas agat faoi thír san Áise...

ar thír ina bhfástar bananaí....

ar theanga a labhraítear in Éirinn...

ar thír a bhfuil a lán léite agat fúithi....

ar thír nach dtugann cead vótála do na mná....

ar thír nach labhraítear Béarla inti ...

ar thír atá saibhir...

ar thír ina mbíonn ar na páistí obair....

ar thír inar féidir le páistí dul isteach san arm...

ar dhaoine nó eagraíochtaí atá ag iarraidh síocháin a chruthú idir pobail nó tíortha ...

Machnamh ar Fhorbairt na Saoránachta

Aonad: _____ Dáta: _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas le focail, frásaí, abairtí, íomhánna nó líníochtaí.

D'fhoghlaim mé....

Mhothaigh mé....

Thuig mé....

Thaitin sé liom....

Níor thaitin sé liom...

Ghlac mé páirt

Ar scála 1 go 10, áit nach bhfuil 1 go ró-mhaith agus 10 go hiontach, cén marc a thabharfá ar an bhfeasacht atá agat ar cheisteanna áitiúla agus domhanda _____

Rud a bhfuil mé éiginnte go fóill faoi, nó ceist atá agam go fóill...

Ainm: _____

AONAD 10 OIDEACHAS NA MEÁN

MISNEACH

CLÁR

AONAD 10

OIDEACHAS NA MEÁN

**SNÁITHE: MISE AGUS AN
DOMHAN MÓR**

Snáithaonad **Oideachas na Meán**

RÉAMHRÁ DON AONAD

Bhí an-tábhacht agus an-tionchar ag na meáin i saol na ndaoine i gcónaí, saol páistí bunscoile ina measc. Agus páistí ag éirí níos sine, tagann siad i dteagmháil le gach cineál straitéis margaíochta agus bíonn lucht fógraíochta ag díriú orthu mar thomhaltóirí luachmhara ar réimse de sheirbhísí agus táirgí tráchtála. Tá sé ríthábhachtach go mbeadh feasacht ag páistí ar láithreach agus tionchar na meán ina saol ionas go mbeidh siad ábalta a fhoghlaim conas a bheith eolach faoin tionchar ionchasach agus a bheith géarchúiseach faoi na roghanna a dhéanann siad maidir leis na táirgí agus na seirbhísí a úsáideann siad. Tá litearthacht sna meáin tábhachtach go háirithe maidir le hoideachas a bhaineann le mí-úsáid substaintí a chosc.

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1
Na Mórmheáin

Ceacht 2
Na Meáin Chlóite: Irisí

Ceacht 3
Fógraíocht

Ceacht 4
Fógraíocht agus Alcól

Ceacht 5
Caitheamh Aimsire

CEAHT 1

NA MEÁIN CHUMARSÁIDE

A DEICH:1

COINCHEAP LÁRNACH

Méadófar feacht na bpáistí agus cabhróidh sé leo a bheith géarchúiseach mar thomhaltóirí meán má chuirtear réimse de na meáin agus den úsáid a bhaintear astu faoina mbráid.

CURACLAM OSPS

- **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór
- **Snáithaonad:** Oideachas sna meáin

Cuspóirí Ábhair

Mar a chuirtear faisnéis in iúl a iniúchadh agus a thuiscint agus cleachtadh a dhéanamh ar theachtaireachtaí a sheoladh ar mhodhanna éagsúla.

An lucht spéise a bhfuil gnéithe éagsúla de na meáin dírithe orthu a aithint.

Modhanna simplí craoltóireachta, léiritheoireachta agus cumarsáide a iniúchadh agus a úsáid.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
- Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Toisc go mbeidh obair thionscadail á déanamh ag na páistí, is féidir an ceacht seo a shíneadh thar thréimhse ama seachas in aon rang amháin. Tar éis na gníomhaíochta tosaigh, bainfidh an chuid is mó den cheacht leis an obair thionscadail a eagrú agus ullmhú di. Nuair a bhíonn an obair críochnaithe, beidh ar na páistí a dtionscadail a chur i láthair agus a phlé.

ACMHAINNÍ

- Bileog Eolais le Treoirínte an Tionscadail
- Rochtain ar fhoinsí faisnéise: idirlíon, leabharlann, ciclipéid, srl.
- Taifeadadh amhráin: Message in a Bottle (le The Police)
- Bileog Oibre: Machnamh ar na Ceachtanna

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Tobsmaointeoireacht
- Obair Ghrúpa / Tionscadal
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíocht Tosaigh

Abair leis na páistí go mbeidh amhrán á sheinm agat agus go gcaithfidh siad éisteacht go cúramach leis na focail. Seinn an **tAmhrán: Message in a Bottle**. Nuair atá sé seinnte, fiafraigh de na páistí cad a cheapann siad faoi theachtaireacht a chur i mbuidéal:

- *An bealach maith é le teachtaireacht a chur?*
- *Tuige? Tuige nach bhfuil?*
- *Cé a chuirfeadh teachtaireacht mar seo?*
- *Ar chuala sibh aon scéalta spéisiúla riamh faoi theachtaireachtaí i mbuidéil?*
- *Dá mbeifeá le teachtaireacht a chur i mbuidéal, cad í an teachtaireacht a chuirfeá agus cé a mbeifeá ag súil leis a léifeadh í?*

Tobsmainteoireacht

Fiosraigh na bealaí atá ann faoi láthair le teachtaireachtaí a thabhairt do ghrúpaí móra (ollphobail éisteachta). Mínigh do na páistí bealaí a mholadh lena bhféadfaí teachtaireachtaí a thabhairt d'an-chuid daoine ag an am céanna. Cruthaigh liosta de na moltaí ar an gclár bán nó ar an CBI. Is féidir iad seo a leanas a chur leis mura luaitear iad:

- teilifís
- raidió
- scannáin
- nuachtáin
- irisí
- fógraí
- Idirlíon
- Cluichí DVE
- fóin phóca
- ceol

Obair Ghrúpa

Mínigh do na páistí go mbeidh siad ag fáil níos mó amach faoi na bealaí éagsúla go léir inar féidir teachtaireachtaí a thabhairt d'an-chuid daoine ag an am céanna. Roinn an rang i ngrúpaí (ag brath ar líon na meán a bheidh á fhiosrú). Tabhair ollmheán amháin do gach grúpa le fiosrú. Léigh tríd an **Bhileog Faisnéise do Threoirínte Tionscadail** leis na páistí. Cuir aon toisc phraiticiúil san áireamh. Tabhair seachtain nó dhó dóibh leis an tionscadal a chríochnú.

Tig leis na páistí taighde a dhéanamh ar a meán sa bhaile agus is ceart am a thabhairt dóibh ar scoil leis na torthaí a bhíonn acu a phlé agus a thaifeadh agus a dtionscadal a chur i láthair.

Plé

Iarr ar na grúpaí a gcuid tionscadal a chur i láthair (ceann nó dhó sa lá b'fhéidir, thar roinnt laethanta). Spreag na grúpaí eile le ceisteanna a chur. Nuair a bheidh a gcur i láthair thart, fiafraigh de gach grúpa:

- *Cad atá ar eolas agaibh anois faoi bhur meán nach raibh ar eolas agaibh cheana?*
- *Ainmnigí rud éigin spéisiúil a fuair sibh amach.*
- *Conas a mhothaigh sé an taighde, agus an cur i láthair, a dhéanamh?*
- *An bhfuil aon cheisteanna agaibh go fóill?*
- *An gceapann sibh go bhfuil meáin áirithe níos cumhachtaí ná meáin eile?*
- *An bhfuil tóir níos mó ar chuid acu in aoisghrúpaí áirithe, nó i measc inscní?*

NÓS IMEACHTA SONRACH

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi na mórmheáin ón obair thionscadail agus ón gcur i láthair, agus iarr orthu an chéad chuid den **Bhileog Oibre: Machnamh ar na Ceachtanna** a chomhlánú. Is féidir é seo a choinneáil le húsáid i gceachtanna eile san aonad seo.

Síneadh

D'fhéadfadh na páistí a gcuid tionscadal a chur i láthair ranganna eile sa scoil. D'fhéadfadh siad a gcuid tionscadal a chur ar taispeáint lasmuigh den seomra ranga nó i limistéar coiteann taispeána sa scoil.

Bileog Eolais le Treoiríníte an Tionscadail



An Tionscadal

Cuirfidh gach grúpa a gcuid oibre i láthair faoi na ceannteidil seo:

Comhábhar an tionscadail:

1. Teideal
2. Liosta d'ábhar an tionscadail
3. Réamhrá
4. Cúlra gearr/gonta stairiúil don mheán
5. Cad é is cuspóir don mheán? Cad dó é?
6. Cé air is mó a bhfuil sé dírithe (spriocphobal)?
7. Cad iad na rudaí is spéisiúla atá foghlamtha agaibh?
8. An bhfuil aon rud eile ar mhaith libh a insint dúinn?
9. Conclúid nó achoimre
10. Liosta foinsí don tionscadal: - leabhair, ailt nó cáipéisí eile, daoine agus / nó eagraíochtaí a raibh sibh i dteagmháil leo, bealaí eile ar bailíodh faisnéis.

Ullmhú an tionscadail:

- Tá an-chuid foinsí eolais ann m.sh ciclipéid, an leabharlann, an t-Idirlíon, agallaimh le daoine atá ag obair i réimse an tionscadail, eagraíochtaí na meán.
- Socraigh cad is gá a dhéanamh, cathain, cé a dhéanfaidh é, agus cén t-ord ina ndéanfar é. Oibrigh amach sceideal oibre. Déan planáil le chéile agus fan i dteagmháil le chéile. Eagraigh cruinnithe le dul chun cinn na hoibre atá le déanamh a phlé agus cad atá á dhéanamh ag gach ball den ghrúpa.
- *Cuirfeam am ar fáil don tionscadal sa seomra ranga. Beidh am le caitheamh air lasmuigh den scoil chomh maith. Bíodh dáta críochnaithe an tionscadail soiléir. Má bhíonn tú ag obair ar thionscadal sa bhaile bí cinnte go dtabharfaidh tú aon rud atá ag teastáil uait abhaile leat - agus ná dearmad é a thabhairt ar ais chun na scoile arís! Roinn an obair amach go cothrom.*

Faisnéis: níl i mbailiú na faisnéise ach cuid den tionscadal. Cuid thábhachtach eile den obair is ea an fhaisnéis a chur in ord agus an tionscadal a scríobh. Nuair a fhaigheann tú an fhaisnéis, cuir i do chuid focal féin í. Ná caith an t-am go léir ag bailiú faisnéise - fág go leor ama leis an scríbhneoireacht a dhéanamh. Mura dtuigeann tú cuid de na focail faigh amach cad is brí leo. Tá sé ceart go leor taifeadadh físe nó fuaimne, athfhriotail nó íomhánna/grianghraif a úsáid.

Má tá cabhair ag teastáil, iarr cabhair. Ach is í do chuid oibre féin í, ná hiarr ar dhuine eile an obair a dhéanamh ar do shon.

Má thugann tú cuairt, má chuireann tú glooch nó má scríobhann tú chuig duine le haghaidh faisnéise/cabhrach, ná dearmad buíochas a ghabháil leo.

Conas an tionscadal a chur i láthair

Socraigh conas a chuirfidh tú do chuid oibre i láthair, m.sh. lámhscríofa, ar ríomhaire (PowerPoint nó suíomh gréasáin), clóite, i leabhar, mar ghearrthóg shoghluaiste, CD nó gearrthóg fuaimne, póstaer/cairteacha, fillteán/leabhar gearrthóg/leabhrán, dráma/sceitse srl. *Bí cruthaitheach!*

Oideachas na Meán

Is mise _____

Ar an leathanach seo coinneoidh mé cuntas ar na nithe tábhachtacha atá foghlamtha agam sna ceachtanna ar oideachas na meán.

Ainm an cheachta	Cad atá foghlamtha agam
Na Mórmheáin	
Na Meáin Chlóite: Irisí	
Fógraíocht	
Fógraíocht agus Alcól	
Caitheamh Aimsire	

CEACHT 2

NA MEÁIN CHLÓITE

A DEICH: 2

COINCHEAP LÁRNACH

Nuair a mhúsclaítear feasacht páistí faoi thionchar na meán clóite cabhraítear leo a bheith ina dtomhaltóirí géarchúiseacha den mheán seo, agus d'fhéadfadh sé cabhrú leo freisin cur i gcoinne tionchar diúltach chuid de na meáin den chineál seo.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus an Domhan Mór

Snáithaonad: Oideachas sna meáin

Cuspóirí Ábhair

Iniúchadh a dhéanamh ar ról na nuachtán agus cineálacha eile meán clóite i dtarchur teachtaireachtaí, na modhanna a úsáidtear agus na cineálacha faisnéise san áireamh.

An láimhseáil mhíchothrom a dhéantar ar ról ghnéis agus ar cheisteanna eile sa litríocht, i bhfógraíocht, i ndrámáíocht, in irisí agus i meáin eile a aithint.

An lucht spéise a bhfuil gnéithe éagsúla de na meáin dírithe orthu a aithint.

Éirí níos criticiúla agus níos géarchúisí ina ndearcadh féin faoin bhfógraíocht agus faoi na modhanna a úsáidtear le táirgí, slite maireachtála agus smaointe a chur chun cinn.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

- **Snáithí:**
- Cumas agus muinín in úsáid teanga
 - Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga
 - Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Bailigh réimse leathan irisí tamall maith roimh an cheacht seo. (Is féidir leis na páistí agus a dtuismitheoirí agus/nó lucht foirne cabhrú leis seo). Beidh idir trí agus cúig eagrán den iris chéanna ag teastáil, as cuid de na ranna seo: Páistí, Déagóirí, Nuacht/Cúrsaí Reatha, Ceol, Teilifís, Spórt, Cócaireacht, Gnó, Creideamh, Taisteal, Litríocht, Faisean, Ceiliúráin, Stair nó Tíreolaíocht nó Eolaíocht, Teach agus Teaghlach, Caitheamh Aimsire, srl.

Ní mór a bheith cúramach go bhfuil ábhar na hirise oiriúnach ó thaobh aoise/céime, agus ag cloí le sainmheon agus polasaithe na scoile.

ACMHAINNÍ

- Bailiúchán irisí (Féach an Nóta don Mhúinteoir thuas) - is féidir iad a úsáid don chéad cheacht eile san aonad seo chomh maith
- Bileog Oibre: Iniúchadh Irisí
- Bileog Oibre: Machnamh ar na Ceachtanna (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Plé
- Obair Ghrúpa
- Cur i Láthair
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Díospóireacht

Fiafraigh de na páistí cad iad na hirisí a léann siad, má léann. Fiafraigh díobh cá mbeadh siad seo le feiceáil acu. Déan nótaí d'oiriúnacht aoise agus ná déan tagairt ach dóibh sin atá oiriúnach dá n-aois, dar leat. Fiafraigh díobh an mothaíonn siad go bhfuil tionchar ar bith ag na hirisí seo orthu, ar na héadaí a chaitheann siad; ar na rudaí a itheann siad; ar an gcaoi a chaitheann siad a gcuid ama saor nó a n-airgead póca; ar an gcaoi a smaoiníonn siad orthu féin, ar dhaoine eile agus ar an domhan; ar an gcaoi a mhothaíonn siad fúthu féin, faoi dhaoine eile agus faoin domhan.

Obair Ghrúpa

Roinn na páistí i ngrúpaí de thriúr-cúigear. Tabhair beart de na hirisí céanna do gach grúpa sa dóigh go mbíonn iris ag gach páiste. Dáil amach **an Bhileog Oibre: Iniúchadh ar Irisí**. Téigh tríd an bhileog leis na páistí le cinntiú go dtuigeann siad na ceisteanna go léir go soiléir.

Cur i Láthair

Nuair a bhíonn na páistí réidh iarr ar gach grúpa an méid atá faighte amach acu a chur i láthair ar roinn/ranna áirithe den bhileog oibre. Spreag na grúpaí le ceisteanna a chur ar a chéile.

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi irisí ó na gníomhaíochtaí atá déanta acu. Is féidir leis na páistí an roinn chuí den **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú.

Síneadh

Is féidir na páistí a spreagadh le hiniúchadh a dhéanamh ar an iris is fearr leo ina n-aonar, ag úsáid a rogha féin de na ceisteanna ar an bhileog oibre.

Féadfaidh siad chomh maith suirbhé a dhéanamh ar na hirisí a bhíonn á léamh ag a dtuismitheoirí, a múinteoirí, agus ag ranganna eile sa scoil.

D'fhéadfadh siad iris ranga a phleanáil freisin, agus plé a dhéanamh ar an ábhar a bheadh inti, cé a léifeadh í nó a cheannódh í, agus cad iad na ranna a bheadh spéisiúil don spriocphobal.

Irisí



Léigh na ceisteanna i ngach roinn agus féach trí do chuid irisí le freagraí a fháil.

Pléigh a bhfuil faighte amach agus déan freagra aontaithe an ghrúpa a thaifeadh ar leathanach nó ar chóipleabhar OSPS.

1. An iris:

Teideal:

Praghas:

An maith leat ainm na hirise, nó nach maith?

Cé a bhainfeadh taitneamh as an iris seo dar leat?

Tuige? (beidh leideanna le fáil san ábhar agus sna fógraí)

2. Clúdach na hirise:

Cad atá ar an gclúdach?

An gceapann tú gur clúdach mealltach é?

3. Ábhar an nuachtáin/ na hirise:

Cad atá san iris? (Déan liosta. I measc an ábhair bheadh: ailt, scéalta, grianghraif, fógraíocht, agallaimh, léirmheasanna, faisnéis, liostaí srl).

Cad iad na topaicí a chlúdaítear?

4. Fógraíocht san iris:

Cad iad na táirgí atá sna fógraí?

Cén fáth a bhfuil na táirgí seo á bhfógairt san iris seo?

Go garbh, cén codán nó céatadán den nuachtán nó den iris atá i bhfógraíocht?

5. Daoine san iris:

Conas a chuirtear fir, mná agus páistí i láthair san iris? (Féach ar na pictiúir agus ar a gcló).

An léirítear daoine as grúpaí mionlaigh san iris? (Is ionann grúpa mionlaigh anseo agus grúpaí eitneacha, ó thaobh teanga, náisiúntachta, creidimh nó cultúir; daoine le míchumais de)

Conas a chuirtear i láthair iad?

An bhfuil réaltaí/ceiliúráin/ daoine cáiliúla san iris? Má tá, cén cineál? Cén fáth go bhfuil siad ann, dar libh?

6 Ar an Iomlán:

An molfá an iris seo? Dá molfá, cé dó a bheadh sé? Dá molfá, cén fáth? Mura molfá, cén fáth?

CEAHT 3

FÓGRAÍOCHT

A DEICH: 3

COINCHEAP LÁRNACH

Ní mór do pháistí a bheith ar an airdeall faoi thionchar na fógraíochta ina saol.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Oideachas sna meáin

Cuspóirí Ábhair

A bheith eolach faoi chineálacha éagsúla fógraíochta, a cuspóir agus an teachtaireacht atá á cur chun cinn aici.

Éirí níos criticiúla agus níos géarchúisí ina ndearcadh féin faoin bhfógraíocht agus faoi na modhanna a úsáidtear le táirgí, slite maireachtála agus smaointe a chur chun cinn.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Forbairt mothúchán agus samhlaíochta trí theanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

Oideachas Ealaíona - Ealaín Fhísiúil

■ **Snáithe:** Líníocht

Snáithaonaid: Líníochtaí a dhéanamh

Féachaint agus Freagairt

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Is fearr trí sheisiún a thabhairt don cheacht seo. Seisiún gearr is ea an chéad cheann ina dtugtar an tasc, agus cuirtear an dara seisiún, príomhchorp an cheachta, i gcrích an lá dár gcionn. Is seisiún bailiú fíricí lasmuigh den scoil é an tríú seisiún.

ACMHAINNÍ

- Irisí ón gceacht roimhe seo.
- Bileog Faisnéise 1: Conas Fógraíocht a Dhéanamh
- Bileog Faisnéise 2: Fógraíocht - Cé Mhéad a Chosnaíonn Sí
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Gníomhaíocht Tosaigh
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Gníomhaíocht Tosaigh: Tomhaisigí m'Fhógra

Iarr ar na páistí smaoineamh ar an bhfógra is fearr leo. Tabhair cuireadh do roinnt páistí teacht amach agus mím a dhéanamh den fhógra is fearr leo (is féidir le duine amháin nó grúpa é seo a dhéanamh). Faigh amach an féidir leis an rang an fógra a thomhas.

Fiafraigh de na páistí cá mbeadh fógraí ar fáil. Déan liosta dá bhfreagraí ar an gclár bán, ar smeach-chairt nó ar an CBI agus déan iad a rangú: teilifís, raidió, leathanaigh idirlín, nuachtáin, irisí, lógónna ar éadaí agus ainmneacha branda ar éadaí spóirt, póstaear agus cláir fógraí, suíomh táirgí (m.sh. táirgí branda i scannán) srl.

Mar obair bhaile, iarr ar na páistí nóta a dhéanamh ina gcóipleabhair de na fógraí a fheiceann siad ar a mbealach abhaile ón scoil. Déanadh siad nóta den áit ina raibh an fógra agus cad a bhí á fhógairt. Is féidir leo stopadh nuair a shroicheann siad an baile. Fiafraigh de na páistí cá bhféadfadh siad a bheith ag amharc: ballaí, málaí, cláir fógraí, busanna agus tacsaithe, scáthláin busanna, fuinneoga siopaí, caranna agus feithiclí eile, ar an raidió sa charr nó ar an mbus, éadaí daoine srl. Iarr orthu torthaí a gcuid fiosraithe a thabhairt isteach an chéad lá eile.

Plé

Beidh sé seo ar siúl an lá tar éis an tasc obair bhaile. Fiafraigh de na páistí cad atá faighte amach acu:

- Cé mhéad cineálacha fógraíochta atá faighte agaibh?
- Cén cineál is coitianta?
- Cad a deir sé seo libh?

Fiafraigh de na páistí cad is cuspóir don

fhógraíocht dar leo. Mura dtagann na pointí seo a leanas chun cinn i bhfreagraí na bpáistí d'fhéadfá a n-aird a dhíriú orthu:

- *Is teachtaireacht nó cumarsáid é fógra le faisnéis faoi tháirge nó seirbhís a thabhairt don tomhaltóir. Nuair a thugann sé faisnéis faoi tháirge, tá an fógróir ag súil go gceannóidh an tomhaltóir é. (B'fhéidir go mbeidh ort tomhaltóir agus fógróir a mhíniú).*
- *Caitheann fógróirí a lán airgid le fógraí costasacha a dhéanamh mar go ndíoltar an táirge le fógraíocht.*
- *Spreagann léiritheoirí raidió, teilifíse, nuachtán, irisí srl an fhógraíocht ina meán mar go gcabhraíonn sí leo costais léiriúcháin a íoc.*
- *Le fógraíocht bíonn déantóirí táirgí ag díriú ar a bpobail spéise. Mar shampla, taispeántar fógraíocht do bhréagáin i rith an lae ar an teilifís nuair a bhíonn an líon is mó páistí ag amharc.*

Meabhraigh do na páistí an obair a rinne siad cheana faoi fhógraíocht in irisí agus faoi spriocphobail spéise.

Tabhair amach **Bileog Faisnéise 1: Conas Fógraíocht a dhéanamh** (nó taispeáin ar an CBI í). Labhair faoi gach sampla. Iarr ar na páistí fógraí ar leith a oireann do gach modh a ainmniú. Fiafraigh díobh:

- *Cén modh is éifeachtaí, dar libh? Tuige?*
- *An athraíonn sé seo ag brath ar an spriocphobal spéise?*

NÓS IMEACHTA SONRACH

Obair Ghrúpa**1 Rangú Fógraíochta**

I ngrúpaí, iarr ar na páistí trí nó ceithre fhógra a roghnú as an mbailiúchán irisí ón gceacht roimhe seo. Iarr ar na páistí na fógraí a rangú sna modhanna éagsúla atá tugtha i **mBileog Faisnéise 1: Conas Fógraíocht a Dhéanamh**. D'fhéadfadh níos mó ná modh amháin a bheith in úsáid i roinnt fógraí. Ansin déan plé ar na nithe seo a leanas:

- *Cén ceann is áitithí? Tuige?*
- *Cé is mó a ndéanfaí áitiú orthu, dar libh?*
- *Cén gealltanais a dhéantar ann?*
- *An dóigh libh gur féidir na gealltanais a shásamh nó a sheachadadh?*

2 Cruthaigh Fógra

Roinn na páistí i ngrúpaí de cheathrar. Abair leo go mbeidh táirge nó seirbhís le fógairt acu - rud éigin a bheadh siad in ann a dhíol, dar leo féin. Cabhróidh na ceanteidil seo leo fócas a chur lena gcuid oibre:

- Déan an táirge nó an tseirbhís a phlé, a aontú agus déan líníocht de (is féidir é seo a dhéanamh go leictreonach).
- Déan plé agus aontú ar an phobal spéise a bhfuiltear ag díriú air. (Beidh tionchar aige seo ar an modh fógraíochta a roghnaíonn siad, ar a bhfuil leagtha amach i mBileog Faisnéise 1).
- Pléigh agus aontaigh an modh fógraíochta.

Cuireann gach grúpa a bhfógra i láthair na bpáistí eile, agus pléitear na cinntí a bhí le déanamh (an modh). Ceisteanna do na páistí:

- *An raibh na fógraí áititheach, dar libh?*
- *Tuige? Tuige nach raibh?*

- *Cén fógra is mó / is lú a mheallfadh sibh le ceannach?*

- *Tuige? Tuige nach meallfadh?*

3 Costas Fógra

Léigh trí **Bhileog Faisnéise 2:**

Fógraíocht: Cé mhéad a Chosnaíonn

sí, leis na páistí. Iarr orthu iarracht a dhéanamh a fháil amach cad a chosnaíonn na cineálacha éagsúla fógraíochta atá leagtha amach. Nuair a bhíonn a dtorthaí tugtha isteach acu is féidir leo dul ar ais chuig a ngrúpaí agus plé a dhéanamh ar an meán a phiocfaidís le fógraíocht a dhéanamh dá dtáirge nó dá seirbhís, agus cén fáth.

- *Cad é an bealach is fearr ó thaobh airgid de?*

Fiafraigh ansin:

- *Cé atá ag íoc as an fhógraíocht seo go léir dáiríre? (An tomhaltóir)*
- *Cad iad buntáistí agus míbhuntáistí na fógraíochta?*
- *Don tomhaltóir?*
- *Don déantúsóir?*
- *Don fhógróir?*

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi na mórmheáin ó ghníomhaíochtaí na dtrí cheacht atá déanta, agus/nó iarr ar na páistí an roinn chuí den **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú. Coinnítear í seo le húsáid i ranganna eile níos déanaí.

Bileog Faisnéise 1: Conas Fógraíocht a Dhéanamh

Conas Fógraíocht a Dhéanamh

Meall na céadfaí

Úsáidtear pictiúir nó fuaimeanna leis na céadfaí a mhealladh. Mar gheall ar an fhógra, tá duine in ann an táirge a 'bhlaiseadh' nó a 'bholú' nó a 'bhrath' agus mar sin ceannaítear é.

Úsáid choitianta

Tugann an fógra le fios go bhfuil gach duine eile ag úsáid an táirge seo. Níor mhaith leis an cheannaitheoir a bheith fágtha ar leataobh.

Áibhéil

Úsáidter focail ar nós 'is fearr' 'iontach' sa bhfógra. Tugtar íomhá dhearfach den táirge don cheannaitheoir, bíodh sé fíor nó bréagach.

An gnáthcheannaitheoir

Úsáidtear grúpa a sheasann don ghnáthcheannaitheoir le comhairle a thabhairt.

Tuairim saineolaithe

Úsáidtear saineolaithe, eolaithe mar shampla, le tábhacht an táirge a léiriú.

Mainicín

Úsáideann duine álainn nó dathúil an táirge, nó uaireanta labhraíonn réalta spóirt nó duine cáiliúil ar son an táirge. Síleann an ceannaitheoir go mbeidh siad cosúil leis an duine cáiliúil sin má úsáideann siad an táirge.

Fantaisíocht agus rómánsaíocht

Bíonn an táirge ar taispeáint i suímh fhantaisíochta neamhréadúla, nó tugtar cumhachtaí fantaisíochta nó neamhréadúla don duine leis an táirge. Déanann an ceannaitheoir nasc idir na cumhachtaí seo agus an táirge.

An taobh dhearfach amháin

Ní thaispeánann fógraí ach an taobh dhearfach den táirge.

Luach ar airgead

Tugann an fógra le fios gur margadh maith é an táirge, níos saoire ná táirgí in iomaíocht leis, ar fáil ar phraghas tosaigh, gur féidir é a cheannach i dtráthchodanna, íoc níos déanaí, 2 ar 1 srl.

Bileog Faisnéise 2: Fógraíocht - cé mhéad a chosnaíonn sí



Is féidir leis an múinteoir agus/ nó na daltaí costas chineálacha éagsúla fógraíochta atá liostaithe thíos a fháil amach go garbh agus luach ar airgead a phlé.

- 5 nóiméad le linn clár ardéilimh teilifíse (clár réilifíse, seó tallainne, sobalchlár nó clár nuachta).
- 5 nóiméid le linn teilifís páistí sa tráthnóna
- 5 nóiméad ar raidió áitiúil neamhspleách
- 5 nóiméad le linn mórchlár cainte teilifíse
- 5 nóiméad le linn mórchlár cainte ar raidió
- Seachtain fógraíochta i bpictiúrlann áitiúil
- Seachtain fógraíochta i bpictiúrlann mhór
- Leath-leathanach daite in eolaí teilifíse
- Leathanach iomlán daite in iris cháiliúil
- Trí cholún 28 cm i nuachtán náisiúnta
- Trí cholún 28 cm i nuachtán áitiúil
- Ocht seachtain ar shuíomh mór fograí/póstaer faoin aer.

CEAHT 4

A DEICH: 4

FÓGRAÍOCHT AGUS ALCÓL

COINCHEAP LÁRNACH

Ní mór do pháistí scileanna smaointeoireachta criticiúla a fhorbairt le bheith géarchúiseach faoi thionchar fhograíocht an alcóil agus na straitéisí a úsáidtear.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Oideachas sna meáin

Cuspóir Ábhair

A bheith níos criticiúla agus níos géarchúisí ina ndearcadh féin faoi fhógraíocht agus faoi na modhanna a úsáidtear le táirgí, slí maireachtála agus smaointe a chur chun cinn.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scribhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Bheadh sé úsáideach a insint do thuismitheoirí nó do chaomhnóirí go mbeidh na páistí ag díriú ar fhógraíocht alcóil sa cheacht seo. D'fhéadfadh sé a bheith ina deis oiriúnach le caint faoin ábhar faoi mhí-úsáid substaintí atá i gCuraclam OSPS Rang 5 a eagrú do thuismitheoirí, mura bhfuil sé seo déanta cheana féin. Tá nasc idir obair an aonaid seo agus Aonad a Dó: Aire do mo chorp

Meabhraigh do na páistí nuair a bhíonn alcól á phlé nach ceart dóibh ainmneacha a úsáid ar bhealach diúltach sa cheacht seo - labhair faoi 'dhuine éigin'.

Cinntoidh sé seo nach mbeidh eolas á nochtadh ag páistí faoi úsáideoirí alcóil a mbeadh aithne acu orthu. Meabhraigh do na páistí gur féidir leo labhairt leat go príobháideach más mian leo.

ACMHAINNÍ

- Bailiúchán d'fhógraí alcóil - is féidir iad seo a fháil ag www.youtube.com - déan cuardach le haghaidh roinnt fógraí alcóil de réir branda le teacht ar fhógraí ar leith. Is féidir iad seo a thaispeáint don rang ar an gclár bán nó ar an CBI, nó is féidir leis na páistí obair i ngrúpaí beaga ag ríomhaire.
- Mar mhalairt, iarr ar na páistí fógraí alcóil a ghearradh amach as irisí, agus nóta a dhéanamh d'ainm na hirise agus den phobal a bhfuil sí dírithe air.
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Tobsmaointeoireacht
- Plé
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Tobsmainteoireacht

Scríobh an focal **alcól** ar an gclár bán, ar an smeach-chairt nó ar an CBI agus iarr ar na páistí focail a thagann chucu nuair a chloiseann siad an focal alcól a ghlaoch amach.

Plé

Spreag plé faoi alcól agus fógraíocht:

- Cé mhéad cineál éagsúil alcóil is féidir libh a ainmniú (m.sh. uisce beatha, fíon)?
- Cad iad na hainmneacha branda de dheochanna alcólacha atá ar eolas agaibh?
- Conas atá a fhios agaibh fúthu seo?
- Cad a deir sé seo linn faoi fhógraíocht alcóil?
- An bhfuil bealaí eile ann le fáil amach faoi alcól?
- Cá bhfaighimid eolas, tuairimí agus dearcthaí faoi alcól?

Obair Ghrúpa**Iníúchadh ar Fhógraí Alcóil**

Roinn na páistí i ngrúpaí agus tabhair dlúthdhiosca dóibh le fógraí alcóil air, agus cuir ríomhaire ar fáil. Iarr ar na páistí amharc ar na fógraí agus freagraí ar na ceisteanna seo a leanas a chur ar leathanach bán nó ina gcóipleabhar OSPS (is féidir na ceisteanna a thaispeáint ar an CBI):

- Cén táirge atá á dhíol ar an fhógra?
- Cén suíomh ina bhfuil sé á fhógairt? (cóisir, faoi dhíon/ faoin aer)
- Cad iad na modhanna a úsáidtear sa bhfógra le halcól a dhíol? (féach ar **Bhileog Faisnéise 1** ón cheacht roimhe seo)

- Cé air a bhfuil an fógra dírithe?
- Cad iad na teachtaireachtaí a thugtar faoi alcól sa bhfógra? (m.sh. spraoi, greann, saol sóisialta, dearmad ar imní, srl)
- (Cad iad na fíricí faoi alcól nach luaitear sa bhfógra? (m.sh. rioscaí, baol, fadhbanna srl.)

Nó d'fhéadfadh na páistí cleachtadh cosúil leis a dhéanamh le fógraí alcóil as na hirisí.

Plé

Iarr ar na páistí tuairisciú a dhéanamh ar a gcuid torthaí. Spreag iad le ceisteanna a chur ar a chéile faoina dtorthaí, agus nóta a dhéanamh de chosúlachtaí agus difríochtaí idir na tuairiscí.

Meabhraigh do na páistí an plé a bhí acu faoi theachtairachtaí i bhfógraí. Taispeáin na teachtaireachtaí dearfacha 'folaithe' atá le feiceáil i bhfógraí alcóil agus fiafraigh de na páistí an bhfuil siad fíor nó bréagach (is féidir iad a thaispeáint ar an gclár bán nó ar an CBI):

- Is gníomhaíocht gan riosca é an t-ólachán
- Ní féidir a bheith beo gan ól
- Bíonn gach duine ag ól
- Bíonn tú tarraingteach agus tú ag ól
- Cabhraíonn ól leat spraoi a bheith agat
- Is gnáthrud é a lán/an iomarca a ól
- Is deoch dhraíochta é an t-alcól a athraíonn duine
- Téann spóirt agus alcóil le chéile
- Bíonn an mheasarthacht san ól á moladh ag comhlachtaí a dhéanann deochanna alcólacha.

NÓS IMEACHTA SONRACH

Ceisteanna do na páistí:

- *An gceapann sibh gur cheart do na comhlachtaí alcóil eolas a thabhairt sna fógraí faoi na contúirtí a bhaineann le hólachán (cosúil leis na fógraí sláinte ar bhoscaí toitíní)?*
- *Conas is féidir le daoine an pictiúr iomlán, (an fhírinne) a fháil faoi alcól, mura bhfuil ach taobh amháin den scéal á tabhairt ag na táirgeoirí agus lucht fógraíochta?*
- *Cén dream ar cheart dóibh an fhírinne a insint dúinn, dar libh?*
- *Cá rachfá leis na fíricí faoi alcól a fháil?*

Conclúid

Fiafraigh de na páistí cad atá foghlamtha acu faoi fhógraí don alcól as na gníomhaíochtaí sa cheacht seo agus i gceachtanna eile, nó iarr ar na páistí an roinn chúí den **Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna** a chomhlánú.

Síneadh

Is ceacht oiriúnach é seo le haghaidh comhoibriú leis na tuismitheoirí. Féadfaidh na páistí na naoi ráiteas 'teachtairreachtaí ceilte' a phlé lena dtuismitheoirí nó lena gcaomhnóirí agus a insint dóibh cad a bhí á phlé faoi alcól sa rang.

CEAHT 5

A DEICH:5

CAITHEAMH AIMSIRE

COINCHEAP LÁRNACH

Feasacht na bpáistí faoi roghanna caitheamh aimsire agus fóillíochta a spreagadh le cabhrú leo cothromaíocht a bhaint amach ina saol.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise agus Daoine eile

Snáithaonad: Oideachas sna meáin

Cuspóir Ábhair

Gníomhaíochtaí éagsúla caitheamh aimsire agus fóillíochta a iniúchadh mar mhalairt ar amharc ar an teilifís.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga

Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

Mata

■ **Snáithe:** Sonraí

Snáithaonad: Sonraí a léiriú agus a léirthuiscint

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Ba mhaith an rud é a mheabhú do na páistí gan ainmneacha a lua ar bhealach diúltach sa cheacht seo - úsáid ‘duine éigin’.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Gníomhaíochtaí Fóillíochta
- Bileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna (ó Cheacht 1)
- Bileog Oibre: Cad atá Foghlamtha Agam faoi na Meáin

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Plé
- Tobsmaointeoireacht
- Obair Ghrúpa
- Plé
- Conclúid

NÓS IMEACHTA SONRACH

Plé

Déan an nath seo a aithris do na páistí: *Is mairg nach saothraíonn an gáire*. Fiafraigh díobh an dtuigeann siad cad is brí leis seo. Cuir coincheap na cothromaíochta i láthair do na páistí mura luann siad é. Iarr orthu brí na bhfocal fóillíocht agus caitheamh aimsire a lorg sa bhfoclóir. Iarr orthu tábhacht na fóillíochta agus an chaitheamh aimsire a phlé.

Tobsmainteoireacht

Iarr ar na páistí cabhrú le liosta a dhéanamh de ghníomhaíochtaí ar féidir leo féin agus páistí eile a dhéanamh ina n-am saor - gníomhaíochtaí caitheamh aimsire nó fóillíochta. Déan taifead dá moltaí ar smeach-chairt, clár bán nó CBI.

Obair Ghrúpa

Roinn an rang i gceithre nó cúig ghrúpa. Iarr ar na páistí trí nó ceithre ghníomhaíocht caitheamh aimsire/ fóillíochta a d'fhéadfaidís a dhéanamh ar bhonn seachtainiúil a phiocadh agus a mheas cé mhéad ama a chaitheann siad orthu thar thréimhse seachtaine. Déanann siad é seo ina n-aonar ar dtús, agus ansin is féidir le gach páiste sa ghrúpa a gcuid torthaí a roinnt le chéile. Tig le gach grúpa graf a chur le chéile de na cineálacha seo gníomhaíochta a dhéanann siad agus den am a chaitheann siad leo, agus comparáid a dhéanamh le grúpaí eile. D'fhéadfaí graf ranga a chur le chéile a thabharfaidh léargas don rang go léir.

Is féidir tabhairt faoi na ceistanna seo a leanas:

- *Cad í an ghníomhaíocht fóillíochta is tábhachtaí sa rang? Tuige?*
- *Cad iad na gníomhaíochtaí atá go maith dár sláinte? Tuige?*

- *An bhfuil aon cheann de na gníomhaíochtaí seo go dona dúinn? Tuige?*
- *Cad í an ghníomhaíocht fóillíochta is fearr le cailíní/buachaillí sa rang?*
- *An bhfuil gníomhaíochtaí éagsúla fóillíochta ag na páistí sa rang seo?*
- *Ar cheart don rang iarracht a dhéanamh a réimse gníomhaíochtaí fóillíochta a leathnú amach? Tuige?*

Conclúid

D'fhéadfaí achoimre gearr a dhéanamh ar na ceachtanna a críochnaíodh san aonad seo, ag úsáid **An Bhileog Oibre: Machnamh ar Cheachtanna**, agus ina dhiaidh sin d'fhéadfaí **an Bhileog Oibre: Cad atá Foghlamtha agam faoi na Meáin** a chomhlánú.

Síneadh

Féadfaidh gach páiste **an Bhileog Oibre: Mo chuid Caitheamh Aimsire** a chomhlánú mar chleachtadh machnamhach. Is féidir é seo a thabhairt mar obair bhaile, agus na páistí a spreagadh le labhairt le tuismitheoirí nó caomhnóirí faoina bhfuil ar an mbileog.

Féadfaidh na páistí liostaí a dhéanamh de ghníomhaíochtaí caitheamh aimsire sláintiúla, iad a chur ar phóstaeir agus a thaispeáint ar fud na scoile.

D'fhéadfaidh na páistí suirbhé a dhéanamh ar ghníomhaíochtaí fóillíochta i measc na ranganna nó an lucht foirne leis an éagsúlacht caitheamh aimsire sa scoil a léiriú.

Mo Chuid Caitheamh Aimsire

An ghníomhaíocht is fearr liom: _____

Is maith liom an ghníomhaíocht seo a dhéanamh mar _____

Is iad seo na cineálacha tairbhe a fhaighim as _____

Rioscaí a d'fhéadfadh a bheith sa ghníomhaíocht: _____

Caithim an méid seo ama gach seachtain leis an ghníomhaíocht: _____

Is é seo an dara gníomhaíocht is fearr liom: _____

Is maith liom an ghníomhaíocht seo a dhéanamh mar _____

Is iad seo na cineálacha tairbhe a fhaighim as _____

Rioscaí a d'fhéadfadh a bheith sa ghníomhaíocht: _____

Caithim an méid seo ama sa tseachtain ar an ghníomhaíocht _____

An bhfuil cothromaíocht mhaith agam idir obair (cabhrú sa bhaile/obair bhaile) agus caitheamh aimsire/fóillíocht? _____

An gá dom an méid ama atá á chaitheamh agam ar mo ghníomhaíochtaí a athrú? Tuige? _____

An bhfuil réimse gníomhaíochtaí caitheamh aimsire/fóillíochta agam? _____

Mura bhfuil, cad is féidir liom a dhéanamh? _____

Ainm: _____ Dáta: _____

Pléigh an bhileog oibre atá comhlánaithe agat leis an duine le do thaobh

Cad atá Foghlamtha agam faoi na Meáin



Topaic: _____ Dáta: _____

Críochnaigh trí cinn ar a laghad de na habairtí seo a leanas le focail, frásaí, abairtí, íomhánna nó líníochtaí.

D'fhoghlaim mé...

Mhottaigh mé

Thuig mé...

Thaitin sé liom...

Níor thaitin sé liom ...

Rud a bhfuil amhras orm faoi nó ceist atá agam go fóill

Ar scála 1 go 10, áit a bhfuil 1 gan a bheith ró-mhaith agus 10 go hiontach, tabhair marc duit féin as an úsáid a bhaineann tú as na meáin. _____

Ainm: _____

AONAD 11
FÉACHAINT SIAR,
FÉACHAINT ROMHAINN

MISNEACH



CLÁR

AONAD 11

FÉACHAINT SIAR, FÉACHAINT ROMHAINN

RÉAMHRÁ DON AONAD

Fiosraítear smaointe faoi athrú, fás agus foghlaim san aonad seo agus is fearr é a mhúineadh ag deireadh na scoilbhliana nuair atá caidreamh maith neartaithe ag na páistí leis an múinteoir ranga agus lena chéile.

I gCeacht 1 fiosraítear na hathruithe fisiciúla, mothúchán agus sóisialta atá tagtha cheana féin ar na páistí ar a n-aistear go Rang 5, agus conas a leanfaidh an fhorbairt seo ar aghaidh amach anseo. Déantar an caithreachas a phlé d'fhonn iad a ullmhú do na hathruithe atá le teacht (nó tagtha cheana féin). Cuirtear an bhéim ar normáltacht na n-athruithe seo, agus ar an tábhacht a bhaineann le haire a thabhairt dár gcorp le dínit agus le meas. Beidh na coincheapa seo á bplé arís i Rang a Sé.

I gCeacht 1, déanann na páistí athbhreithniú ar an obair atá déanta sa chlár Misneach agus déanann siad a bhfuil foghlamtha acu a cheiliúradh. Trí amharc siar ar an méid a d'éirigh leo a bhaint amach agus a d'fhoghlaim siad is féidir leis na páistí a fheiceáil go bhfuil dul chun cinn á dhéanamh acu agus leanfaidh siad ar aghaidh leis.

FORBAIRT TEANGA/LITEARTHACHTA (Teanga Íogair)

Tá treoir maidir leis an teanga agus an téarmaíocht atá le húsáid maidir le Caithreachas ar fáil san ábhar OCG do Rang 5 lgh 82-84, leis na téarmaí thíos san áireamh.

ATHRUITHE FISICIÚLA DO BHUACHAILLÍ

- Ráig fáis, uiríocha, cadairne, méadú péinis
- Caithir agus gruaig ar an aghaidh agus ar an chorp
- Doimhniú gutha
- Eisleadh oíche - 'brionglóidí fliucha'
- Allas, craiceann olúil, goiríní.

ATHRUITHE FISICIÚLA DO CHAILÍNÍ

- Forbairt cíche
- Míostrú - tosaíonn 'an fhuil mhíosúil'
- Ráig fáis
- Gruaig faoin ascaill agus caithir
- Leathnú na gcromán
- Allas, craiceann olúil, goiríní.

Orgáin atáirgthe fhireanna: péineas, cadairne, lamhnán, uiríocha.

Orgáin atáirgthe bhaineanna: faighin, ceirbheacs, útaras, líneáil, feadáin fhallópacha, ubhagán/ubhagáin, ubhán/ubháin.

Téarmaí eile: Ubhsceitheadh / míostrú; athruithe síceolaíocha, mothúchánacha agus sóisialta.

(Tag: ábhair fhoinse OSG Rang 5 agus 6 <http://www.pdst.ie/node/811>)

CEACHTANNA SAN AONAD SEO

Ceacht 1
Mo Chorp Iontach

Ceacht 2
Ag Ceiliúradh a bhFuil Foghlamtha Agam

CEACHT 1 A HAON DÉAG: 1

MO CHORP IONTACH

COINCHEAP LÁRNACH

Is é ceiliúradh chumhacht agus uathúlacht ár gcorp an bunús le dínit agus meas air a chur chun cinn.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Aire do mo chorp
Eolas faoi mo chorp

Cuspóir Ábhair:

Tá rochtain ar sheit iomlán acmhainní don chlár Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta a léiríonn riachtanais forbartha páistí ag an aois seo ag <http://www.pdst.ie/node/811>

Cuspóirí Ábhair

A aithint chomh tábhachtach is atá sé meas agus ómós a thabhairt don chorp.

Na hathruithe fisiciúla agus eile a thagann ar bhuachaillí agus ar chailíní le teacht an chaithreachais a aithint agus a phlé agus a thuiscint go dtarlaíonn sé ag rátaí éagsúla do chách.

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

Snáithí: Glacacht teanga
Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonad: Labhairt

OSCE - Eolaíocht

Snáithe: Nithe Beo

Snáithaonad: Beatha an duine.

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Tá ábhar breise faoin chlár OCG ar fáil ag <http://www.pdst.ie/node/811> Ábhar do Rang 5 lgh 81-92

Tá nasc idir an ceacht seo agus Aonad a Seacht i Rang 4. Mura bhfuil an DVD Busybodies feicthe fós ag na páistí, is féidir é a thaispeáint sa cheacht seo, nó is féidir é a úsáid mar chleachtadh athbhreithnithe.

Tá nasc idir an ceacht seo agus aonaid i Rang 6 freisin (Aonad a Dó: Aire do mo Chorp) agus ba mhaith an rud é a dhéanamh go déanach sa scoilbhliain nuair atá caidreamh maith neartaithe idir na daltaí agus an múinteoir.

Is ceart do na múinteoirí Beartas OCG na scoile a cheadú le cinntiú go bhfuil an ceacht seo ag cloí leis na treoirlínte atá ann, agus go bhfuil na hacmhainní sa liosta ag teacht le beartas na scoile. D'fhéadfadh cleachtais éagsúla a bheith i scoileanna ag brath ar an rang measctha nó aonghnéis atá ann.

Is ceart do mhúinteoirí a bheith réidh le haghaidh ceisteanna faoin gcaoi a ngintear báibíní agus conas a shaolaítear iad. Cé go bhfuil sé inghlactha na páistí a atreorú go dtí a dtuismitheoirí faoi na hábhair seo, chabhródh sé roinnt smaoinimh a dhéanamh agus freagraí a ullmhú atá oiriúnach d'aois na ndaltaí agus do bheartas na scoile. Mar shampla: d'fhéadfadh múinteoir a rá: 'Díreach mar a fhásaimid plandaí, thosaigh gach duine againn mar shíol bídeach i mbroinn ár máthar. Beimid ag foghlaim níos mó faoi seo i rith na gceachtanna seo,' nó 'Nuair a rugadh muid, rinne muid ár mbealach trí bhroinn ár máthair le cabhair uathí siúd agus ó dhochtúirí agus altraí'.

CEACHT 1 A HAON DÉAG: 1

MO CHORP IONTACH

D'fhéadfadh páistí uchtaithe nó ar altramas a bheith sa rang, agus gan aithne a bheith acu ar a dtuismitheoirí breithe. Ní mór é seo a chur san áireamh i rith an cheachta seo, agus plé leis go hógair.

ACMHAINNÍ

- Bileog Oibre: Anois agus Níos Déanaí
- DVD: Busybodies (saor in aisce ó healthpromotion.ie)
- Leabharáin Busybodies do Dhalta agus DVD (cóip an duine do na daltaí, saor in aisce ó healthpromotion.ie)
- Dán (má táthar lena úsáid - féach Conclúid)

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Plé/Obair Bheirte
- Plé
- Tobsmaointeoireacht
- Bileog Oibre
- DVD
- Conclúid

A HAON DÉAG: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

Plé/Obair Bheirte

Mínigh do na páistí go mbeimid ag caint inniu faoinár gcorp agus conas a thagann forbairt air le himeacht ama. Fiafraigh: *An bhfuil aon nath ar eolas agaibh faoin chorp?* (m.sh. Is teampall é an corp... Corp folláin, intinn fholláin... Is fearr an tslánte ná an táinte...). Taispeáin na hathfhriotal a leanas do na páistí ar an gclár bán (nó is féidir leat do chuid féin a roghnú):

Tá dualgas orainn ár gcorp a choinneáil i ndea-shláinte... nó ní bheimid in ann ár n-intinn a choinneáil láidir agus soiléir.

Buddha

Tabhair aire do do chorp. Is é seo an t-aon áit chónaithe atá agat.

Jim Rohn

Lagaíonn corp fann an intinn.

Jean-Jacques Rousseau

Tá gach rud is gá duit a fhoghlaim istigh ionat, tá rúin na cruinne clóite ar chealla do choirp.

Dan Millman

Tá na hathfhriotal seo agus cinn eile cosúil leo ar fáil ar líne, féach http://www.brainyquote.com/quotes/keywords/body_13.html

Iarr ar na páistí brí na n-athfhriotal a phlé ina mbeirteanna, agus an t-athfhriotal is fearr leo a roghnú.

- *Cad a deir na hathfhriotal seo linn faoinár gcorp?*
- *An aontaíonn tú lena bhfuil ráite iontu?*
- *Tuige? Tuige nach n-aontaíonn?*
- *Cad í an teachtaireacht atá le fáil agat as na hathfhriotal?*
- *Cén fáth go bhfuil sé seo tábhachtach?*

Mínigh: *Bíonn ár gcorp ag síorathrú agus muid ag forbairt i dtreo na haosachta agus muid ag dul in aois. Is maith an rud*

é a bheith eolach faoi na hathruithe, agus aire a thabhairt dár gcorp agus muid ag dul ar aghaidh tríd an saol. Cé gur iomaí rud atá againn a chaithimid uainn i rith ár saol, níl ach aon chorp amháin againn. Tá sé tábhachtach mar sin foghlaim faoi, agus caitheamh leis le dínit agus le meas.

Plé

Scríobh an focal CAITHREACHAS ar an gclár bán agus fiafraigh: *An bhfuil a fhios ag aon duine cad is brí leis?* Glac le haon tuairim agus scríobh iad timpeall ar an fhocal. Ag baint úsáide as focail na bpáistí nuair is féidir, déan aon tuairimí a shoiléiriú más gá agus tabhair míniú mar seo a leanas:

Is am speisialta é an caithreachas inár saol agus muid ag druidim ó bheith inár bpáistí le bheith inár ndaoine fásta. Tógann sé a lán ama a bheith i d'aosach, agus d'fhéadfaimis a bheith sna fichidí sula mbeadh gach athrú fisiciúil agus mothú curtha dinn le bheith inár n-aosaigh. Tosaíonn na hathruithe le linn an chaithreachais, agus tosaíonn sé ag amanna éagsúla do dhaoine éagsúla, ach tarlóidh sé do gach duine faoi dheireadh! Chabhródh sé linn a bheith eolach faoi na cineálacha athruithe a tharlóidh dúinn, ionas go mbeidh a fhios againn nuair a tharlaíonn siad go bhfuilimid ag druidim le bheith inár n-aosaigh.

A HAON DÉAG: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

Tobsmainteoireacht

Mínigh do na páistí go bhfuilimid ar tí na hathruithe atá tarlaithe cheana féin ina gcorp ó rugadh iad a aithint, chomh maith leis na hathruithe atá ar tí tarlú. Leis na páistí, déan liosta de na bealaí ar athraigh ár gcorp go dtí seo, agus cuir béim air go bhfuil a ráta athraithe féin ag gach corp. Cé go bhfuil a lán athruithe tagtha ar na páistí ó rugadh iad, cuirtear béim ar na hathruithe sa chorp a aithint sa cheacht seo. Bheadh an liosta cosúil leis seo:

- airde
- meáchan
- ábaltacht/scileanna (is féidir liosta a dhéanamh díobh seo)
- gruaig choirp
- leathnú cromán
- athruithe craicinn
- ráigeanna fáis
- allas

Bileog Oibre

Dáil amach an **Bhileog Oibre: Anois agus Níos Déanaí** ar na páistí agus iarr orthu í a chomhlánú ina n-aonar ar dtús. Glac le roinnt aiseolais faoin dá ghné den bhileog oibre, agus go háirithe faoi na hathruithe atá aitheanta ag na páistí mar athruithe a tharlóidh amach anseo (nó atá ag tarlú cheana féin do chuid de na páistí). Mínigh do na páistí go mbeidh siad ag foghlaim níos mó faoi na hathruithe a tharlaíonn sa chorp i Rang 6 agus san iarbhunscoil, athruithe a chuirfidh in iúl dóibh go bhfuil siad ag druidim le caithreachas agus le haosacht óg.

Is féidir an méid a leanas a úsáid leis an DVD a chur i láthair sa chéad roinn eile:

Cé go mbeidh cuid de na hathruithe céanna ag tarlú do bhuachaillí agus cailíní, beidh cuid eile éagsúil, mar a bheifí ag súil leis - féachaigí ar na daoine fásta timpeall oraibh agus beidh sé seo le feiceáil!

- *Cad iad na hathruithe ar an liosta a tharlóidh do gach duine, dar libh?* (m.sh. airde, meáchan, gruaig choirp, athruithe craicinn, athruithe giúmair).
- *Cad faoi na buachaillí - cad iad na hathruithe a tharlóidh dóibh?* (m.sh. guth, gruaig aghaidhe).
- *Cad faoi na cailíní?* (forbairt na gcíoch).

Mínigh: *Ní bhíonn cuid de na hathruithe a tharlaíonn do bhuachaillí agus do chailíní le feiceáil, ach bíonn tionchar acu ar an mbealach a fhásaimid agus mar a thagann forbairt orainn le linn caithreachais. Scaoiltear ceimicí speisialta, nó hormóin, inár gcorp a spreagann na hathruithe seo. Bíonn na hormóin éagsúil do bhuachaillí agus do chailíní, mar go bhfuil siad ag athrú ar bhealaí éagsúla. Athruithe nádúrtha normálta is ea iad go léir, agus ciallaíonn siad go bhfuil tú ag fás i dtreo na haosachta. Féachfaimid anois ar DVD a thugann míniú mion ar na hathruithe a tharlaíonn do bhuachaillí agus do chailíní. Beidh cuid den eolas agaibh cheana féin, ach beidh cuid de nua. Má tá aon cheist agaibh faoin méid a chloiseann sibh, is féidir libh labhairt liomsa nó na ceisteanna a scríobh ar pháipéir agus a chur sa bhosca (nó áit ainmnithe).*

DVD

Cuir an DVD *Busybodies* roinn 1, 2, agus 3 i láthair de réir mar is cuí (de réir Bheartas OSG na Scoile). Mír ghinearálta atá sa sa chéad mhír, pléann mír a dó lena dtarlaíonn do chailíní le linn caithreachais agus pléann mír a trí lena dtarlaíonn do bhuachaillí.

A HAON DÉAG: 1

NÓS IMEACHTA SONRACH

Spreag na páistí le haon cheist atá acu a scríobh síos agus iad a chur sa spás nó sa bhosca ainmnithe thar thréimhse cúpla lá. Abair leo go bhfreagróidh tú an oiread agus is féidir sna seachtainí atá le teacht, agus spreag iad chomh maith le labhairt lena dtuismitheoirí nó a gcaomhnóirí faoina bhfuil cloiste acu. Féadfaidh siad a mbileog oibre a thabhairt abhaile freisin le plé.

D'fhéadfadh gníomhaíocht ghearr clabhsúir a bheith úsáideach ag an bpointe seo. D'fhéadfá dán a léamh, cosúil leis an dán Cuir Fáilte Romham, Aosacht le Christina Cooper.

Nó, d'fhéadfaí cuireadh a thabhairt do na páistí seasamh suas agus siúl timpeall an tseomra. Nuair a bhuaileann tú do bhosa, labhraíonn siad leis an té is gaire dóibh faoi rud amháin atá foghlamtha acu sa cheacht. Bogann siad arís agus labhraíonn siad faoi rud a chuir iontas orthu; bogann siad arís agus labhraíonn siad faoi rud a bhfuil siad ag súil leis nuair a bheidh siad ina n-aosaigh.

Is féidir fógra a thabhairt do na páistí faoi ábhar an chéad cheachta eile, ina ndéantar an fhoghlaim nua a aithint agus a bhfuil foghlamtha ag na páistí i Rang 5 a cheiliúradh.

Anois agus Níos Déanaí

Aithin an oiread agus is féidir de na hathruithe a tharla do do chorp ó rugadh tú agus scríobh síos anseo iad:

Féach anois an féidir leat athruithe atá ag tarlú anois díreach a aithint nó athruithe a tharlóidh amach anseo (d'fhéadfadh do thuismitheoirí nó do chaomhnóirí cabhrú leat leis seo!):

CEAHT 2 A HAON DÉAG: 2

TÁIM AG CEILIÚRADH A BHFUIL FOGHLAMTHA AGAM

COINCHEAP LÁRNACH

Bímid ag foghlaim agus ag athrú i gcónaí agus is ceart é seo a cheiliúradh ó am go ham.

CURACLAM OSPS

■ **Snáithe:** Mise

Snáithaonad: Féinaithe
Féinfheasacht

Cuspóir Ábhair

Spríocanna agus aidhmeanna réadúla pearsanta a aithint agus na straitéisí atá ag teastáil le hiad a bhaint amach.

Féinmhuinín a fhorbairt

Cuspóir Ábhair
Éirí neamhspleách

COMHTHÁTHÚ

Gaeilge

■ **Snáithí:** Cumas agus muinín in úsáid teanga
Cumas cognaíoch a fhorbairt le teanga

Snáithaonaid: Labhairt

Léitheoireacht

Scríbhneoireacht

NÓTA DON MHÚINTEOIR

Beidh a gcuid fillteán/cóipleabhar de dhíth ar na páistí le hathbhreithniú a dhéanamh ar a gcuid oibre.

ACMHAINNÍ

- Fillteáin na bpáistí
- Bileog Oibre: Ag fás agus ag athrú
- Teastais

SRACFHÉACHAINT AR AN NÓS IMEACHTA

- Réamhrá agus Athbhreithniú
- Bileog Oibre
- Plé
- Bronnadh na dTeastas

A HAON DÉAG: 2

NÓS IMEACHTA SONRACH

Réamhrá agus Athbhreithniú

Meabhraigh do na páistí go ndearna siad machnamh sa rang roimhe seo ar na hathruithe coirp a tharla ó rugadh iad. Mínigh do na páistí go mbeidh siad ag breathnú siar sa cheacht seo ar a bhfuil déanta acu sa chlár OSPS i rith na bliana, go mbeidh siad ag smaoineamh agus ag caint faoi na hathruithe a tharla dóibh, faoina bhfuil foghlamtha acu, agus faoi na rudaí a bhfuil siad ag súil leo.

Tabhair am do na páistí amharc tríd an obair ina gcuid fillteán nó ina gcóipleabhar OSPS. Déan athbhreithniú ar an obair trí iarraidh ar na páistí rudaí éagsúla a rinne siad sa rang a ainmniú. D'fhéadfadh siad topaicí (mise, mothúcháin, a bheith sábháilte) nó gníomhaíochtaí a lua (ról imirt, caint i ngrúpaí). Déan taifead de na freagraí ar an gclár bán.

Cuir míreanna a rinneadh sa rang ach nár luaigh na páistí leis. Fiafraigh díobh cad é is mó a thaitin leo, cad atá foghlamtha acu, cad ba mhaith leo a athrú. Spreag iad lena dtuairimí agus a mothúcháin faoin obair a nochtadh.

Bileog Oibre

Iarr ar na páistí smaoineamh ar an uair a tháinig siad isteach i Rang 5, ar a bhfuil foghlamtha acu agus conas a d'athraigh siad i rith na bliana. Dáil amach **an Bhileog Oibre: Tá mé ag Fás agus ag Athrú** agus iarr orthu í a chomhlánú. Nuair atá an bhileog oibre críochnaithe acu iarr orthu dul i mbeirteanna nó i ngrúpaí beaga agus labhairt faoina bhfuil scríofa acu. Nuair atá sé seo déanta, iarr ar na páistí rud amháin a d'fhoghlaim siad leis an rang nó sa rang a roinnt. Is féidir leo tosú le habairt mar seo: *Rud amháin a d'fhoghlaim mé le bliain anuas...*

Plé

Iarr ar na páistí smaoineamh ar rud amháin indéanta ar mhaith leo a dhéanamh go luath, mar shampla, leabhar áirithe a léamh, dul isteach i gclub áirithe, an fhliúit Shasanach a fhoghlaim, ceapach bláthanna a ghortghlanadh sa bhaile, cuairt a thabhairt ar sheantuismitheoir. Iarr samplaí ar na páistí. Tabhair ar gach páiste cinneadh a dhéanamh faoi rud amháin atá indéanta. Iarr orthu líníocht a dhéanamh nó alt a scríobh faoi seo. Iarr orthu dul i mbeirteanna nó i ngrúpaí beaga le labhairt faoi na rudaí cur mhaith leo a dhéanamh agus conas a bhainfidís é seo amach. Iarr aiseolas ar na grúpaí agus cuir tús le plé.

Bronnadh na dTeastas

Eagraigh searmanas leis na teastais a bhronnadh, agus tabhair cuireadh do thuismitheoirí nó caomhnóirí más féidir. Féadfaidh na páistí a bhfillteáin agus a saothar ealaíne a chur ar taispeáint do na thuismitheoirí nó na caomhnóirí agus spreagtar iad leis an obair a phlé leo.

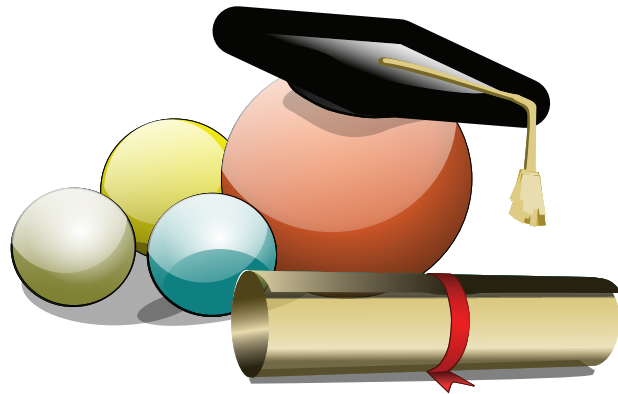
Ag Fás agus ag athrú



Déan líníocht nó scríobh cuntas ar an gcaoi ar athraigh tú le bliain anuas.

Déan líníocht nó scríobh cuntas faoi rud amháin atá foghlamtha agat sa Chlár.

Déan líníocht nó scríobh cuntas faoi rud amháin a thaitin go mór leat sa Chlár.



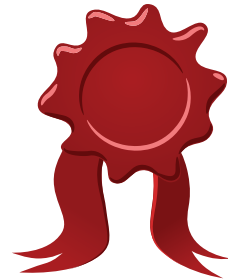
Comhghairdeas!

Bronntar an Teastas seo ar

As **Rang a Cúig**
a chríochnú

Sínithe: _____

Dáta: _____



AGUISÍN FORLÉARGAS AR CHUSPÓIRÍ ÁBHAIR DO RANG A CÚIG AGUS RANG A SÉ

*Nóta 1

Nóta don mhúinteoir:

Chomh maith leis na ceachtanna seo a dhéanamh, ní mór do gach bunscoil an Clár 'Bí Sábháilte' a chur i bhfeidhm ina iomláine. (ROS Ciorclán 0065/2011)

**Nóta 2

Cuspóir Ábhair:

Tá rochtain ar sheit iomlán acmhainní don chlár Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta a léiríonn riachtanais forbartha paistí ag an aois seo ag <http://www.pdst.ie/node/811>



AGUISÍN

FORLÉARGAS AR CHUSPÓIRÍ ÁBHAIR DO RANG A CÚIG AGUS RANG A SÉ

Snáithe: **Mise**

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Féinaithne (Féinfheasacht)			
A aithint agus a thuiscint go bhfuil gach duine uathúil agus go ndéantar an uathúlacht seo a chur in iúl ar a lán bealaí éagsúla	✓	5	Aonad 1 Ceacht 1, 2
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 2
Machnamh ar a dtaithe agus na cúiseanna a ndéantar gníomhaíochtaí éagsúla	✓	5	Aonad 3 C6 Aonad 7/C3
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 3
Spriocanna agus aidhmeanna réadúla pearsanta agus na straitéisí atá riachtanach chun iad a bhaint amach a aithint	✓	5	Aonad 1 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 1, 4
Glac le híomhá a c(h)oirp féin agus fiosraigh cuid de na tosca a imríonn tionchar ar fhéin-íomhá agus ar chreidimh faoi/fúithi féin	✓	5	Aonad 1 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 1/C6
Féinmhuinín a fhorbairt			
Déan tuilleadh forbartha ar an gcumas le tuairimí, barúlacha agus smaointe pearsanta a chur in iúl, agus éisteacht le tuairimí daoine le meas, smaoiniamh orthu agus tuairimí criticiúla tógálacha a dhéanamh fúthu.	✓	5	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga Aonad 1 Ceacht 5 Aonad 7 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 4, 5
Cuir le scileanna le foghlaim a fheabhsú	✓	5	Aonad 1 Ceacht 3, 5, 6
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 1, 7
Glac freagracht phearsanta as / aisti féin	✓	5	Aonad 1 Ceacht 6
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 1, 7

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Féinmhuinín a fhorbairt			
Éirí neamhspleách	✓	5	Aonad 1 Ceacht 5 Aonad 11 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 5, 7
Aire do mo chorp (<i>Sláinte agus folláine</i>)			
Iompar a chothaíonn an tsláinte a aithint agus a scrúdú chomh maith le hiompar a dhéanann dochar.	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 1
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 1
Cúiseanna imní phearsanta a aithint agus straitéis déileála chuí a aithint.	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 2
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 2
Idirdhealú a dhéanamh idir substaintí dleathacha agus mídhleathacha, iad sin a úsáidtear go coitianta a aithint, agus na tionchair is féidir a bheith acu a thuiscint	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 3, 5
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 1
Fiosraigh cuid de na fáthanna a mbíonn daoine ag caitheamh tobac, ag ól alcóil, ag mí-úsáid substaintí de chineál ar bith nó ag tógáil drugaí nach bhfuil aon fheidhm leighis leo	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 4, 6
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 3
Fiosraigh ról an rogha phearsanta, na tosca riosca agus tionchar ó dhaoine eile nuair a roghnaítear substaintí a úsáid gan oideas	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 4, 7
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 4, 5
Fiosraigh agus scrúdaigh dearcthaí i leith mí-úsáid substaintí agus i leith daoine a dhéanann mí-úsáid ar shubstaintí d'aon chineál	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 4, 6
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 4
Déan ról na ndaoine a dhéanann cúram de shláinte daoine eile a aithint agus a phlé	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 1, 8
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 6
Tuig go bhfuil dualgas pearsanta agus pobail ar gach duine maidir lena sláinte agus lena bhfolláine féin agus daoine eile	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 8
	✓	6	Aonad 2 (A) Ceacht 6

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Aire do Mo Chorp			
A aithint chomh tábhachtach is atá sé aire a thabhairt dá gcorp agus do chorp daoine eile le dínit agus le meas.	✓	5	Aonad 11 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 3 Ceacht 1, 2
Na hathruithe fisiciúla agus eile a tharlaíonn do bhuachaillí agus do chailíní le caithreachas a aithint agus a phlé agus a thuiscint go dtarlaíonn siad ag rátaí éagsúla do chách	✓	5	Aonad 11 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 3 Ceacht 1
A thuiscint go mbíonn breis aire ag teastáil ón chorp nuair a mhéadaítear gníomhaíocht nó rannpháirtíocht i ngníomhaíochtaí fisiciúla	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 4
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 4
Roinnt míchumais fhisiciúla a aithint, agus an tionchar a bhíonn acu ar shaol daoine	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 5
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 5
A bheith eolach faoi roinnt galar tógálacha agus an chaoi a scaiptear galair agus ionfhabhtaithe a fhiosrú	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 6
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 6
Bealaí éagsúla inar féidir an corp a chosaint in aghaidh galair agus ionfhabhtú a aithint agus a bheith eolach orthu	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 6
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 6
Aire do mo Chorp (Bia agus Cothú)			
Tábhacht dea-chothaithe a thuiscint le haghaidh fáis agus forbartha agus fanacht sláintiúil	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 4
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 4
Freagracht phearsanta áirithe i leith roghanna stuama bia a thuiscint agus a ghlacadh agus réim bia sláintiúil cothrom a chleachtadh	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 5
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 5
Cuid de na cothaitheigh thábhachtacha atá riachtanach i réim bia cothrom, agus na táirgí bia ina bhfuil siad ar fáil, a aithint	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 6
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 6
Fiosraigh na tosca a imríonn tionchar ar roghanna bia	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 6
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 6

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Aire do mo chorp (<i>bia agus cothú</i>)			
Fiosraigh agus scrúdaigh cuid de na tinnis, go háirithe tinnis a bhfuil baint acu le hiontógáil bia nó le dála speisialta sláinte	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 3
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 3
Feasacht ar thábhacht an tsláinteachais agus an chúraim in úsáid agus in ullmhú bia	✓	5	Aonad 2(B) Ceacht 2
	✓	6	Aonad 2(B) Ceacht 2
Ag fás agus ag athrú (<i>Agus mé ag fás bím mé ag athrú</i>)			
Na hathruithe a tharlaíonn agus an páiste ag fás ina aosach a aithint agus a phlé	✓	5	Aonad 1 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 2 Ceacht 2 Aonad 7 Ceacht 2 Aonad 12 Ceacht 1
Patrúin Fhorbartha agus fáis a fhiosrú, le comparáid idir an fhorbairt faoi láthair agus níos déanaí: fisiciúil, sóisialta, mothúchánach, intleachtúil agus spioradálta	✓	5	Aonad 6 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 4 Aonad 7 Ceacht 2
An gá atá le spás pearsanta agus príobháideach a thuiscint agus é/í ag fás agus ag forbairt	✓	6	Aonad 7 Ceacht 2
Breith agus beatha nua			
Caidreamh collaí, giniúint agus breith a thuiscint i gcomhthéacs caidrimh atá tiomanta agus grámhar	✓	6	Aonad 3 Ceacht 2
Pléigh agus fiosraigh na freagrachtaí a bhíonn ar thuismitheoir agus an aibíocht mhothúchánach agus fisiciúil atá ag teastáil le bheith i do thuismitheoir	✓	6	Aonad 3 Ceacht 2
Mothú agus mothúcháin			
An cumas agus an mhuinín a fháil le réimse mothúchán a aithint, a phlé agus a fhiosrú, go háirithe iad siúd atá deacair a chur in iúl	✓	5	Aonad 1 Ceacht 3, 4 Aonad 3, Ceacht 1 Aonad 7 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 1 Aonad 4 Ceacht 1

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Mothú agus mothúcháin			
Déan plé agus cleachtadh ar bhealaí le mothúcháin éagsúla a chur in iúl ar bhealach oiriúnach		5	Aonad 3 Ceacht 2, 3, 4
		6	Aonad 1 Ceacht 1 Aonad Ceacht 2, 3 4, 5
Tuig conas is féidir le mothúcháin cabhrú linn sinn féin a thuiscint		5	Aonad 3 Ceacht 1,2, 3 4, 5 Aonad 7 Ceacht 3
		6	Aonad 1 Ceacht 1 Aonad 4 Ceacht 6 Aonad 12 Ceacht 2
Déan idirdhealú idir riachtanais agus éilimh agus aithin agus fiosraigh coincheap an tsásaimh mhoillithe		5	Aonad 3 Ceacht 6
		6	Aonad 4 Ceacht 7
Pléigh na cineálacha éagsúla grá atá ann agus fiosraigh mar a chuirtear grá in iúl agus a shainmhínítear é i gceol, scannáin, leabhair, irisí agus meáin eile		6	Aonad 11 Ceacht 1
Aithin agus foghlaim faoi bhealaí sláintiúla le cabhrú leis/léi mothú dearfach fúthu féin		5	Aonad 1 Ceacht 4 Aonad 3 Ceacht 7
		6	Aonad 1 Ceacht 2 Aonad 4 Ceacht 8
Sábháilteacht agus cosaint (<i>sábháilteacht phearsanta</i>)			
Fiosraigh rialacha agus rialacháin sa bhaile, ar scoil agus sa tsochaí agus an tábhacht a bhaineann le cloí leo		5	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga
		6	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Sábháilteacht agus cosaint (<i>sábháilteacht phearsanta</i>)			
Cásanna agus suímh ina mbeadh sábháilteacht phearsanta faoi bhagairt a aithint	✓	5	Aonad 4 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 2
Déan plé ar chásanna agus iompar baolach, déan meas ar conas is féidir an baol a sheachaint nó a íoslaghdú agus ar impleachtaí dhul sa bhfiontar	✓	5	Aonad 4 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 2, 3 Aonad 6 Ceacht 2
Tuig, de réir a mhéadaíonn an neamhspleáchas, go méadaíonn an fhreagracht i leith sábháilteacht phearsanta, agus gur gá do gach duine straitéis a fhorbairt dóibh féin agus cloí léi	✓	5	Aonad 2 (A) Ceacht 7 Aonad 4 Ceacht 4, 5
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 2
Plé agus tuiscint ar ról gach duine ó thaobh daoine eile a choinneáil sábháilte agus cásanna ina bhféadfadh a g(h)níomhartha sábháilteacht daoine eile a chur i mbaol	✓	5	Aonad 4 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 3
Ceisteanna sábháilteachta			
Áiteanna ina bhfuil sé níos sábháilte imirt a aithint agus conas iad féin a iompar go freagrach agus iad ag imirt	✓	5	Aonad 4 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 3
A bheith eolach faoin gcaoi le bheith sábháilte agus tú ag taisteal agus a thuiscint conas aire a thabhairt do shábháilteacht daoine eile	✓	5	Aonad 4 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 4
Feasacht ar shláinte agus sábháilteacht a fhorbairt ar scoil, sa bhaile agus san áit oibre	✓	5	Aonad 4 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 5
Dearcadh freagrach a fhorbairt i leith timpistí a chosc agus a bheith eolach faoin a bhfuil le déanamh má tharlaíonn timpiste	✓	5	Aonad 4 Ceacht 5
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 4
Substaintí sa bhaile nó ar scoil nó ar an fheirm a d'fhéadfadh a bheith contúirteach mura n-úsáidtear i gceart iad a aithint agus a chinntiú go bhfoghlaímítear straitéis sábháilteachta le déileáil le substaintí anaithnide agus contúirteacha	✓	5	Aonad 4 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 5

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Ceisteanna sábháilteachta			
Déan fiosrú agus iniúchadh ar úsáid cógas	✓	5	Aonad 4 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 1
Déan roinnt rioscaí a d'fhéadfadh a bheith sa timpeallacht do shláinte agus sábháilteacht a aithint agus a fhiosrú	✓	5	Aonad 4 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 5 Ceacht 5
Cinntí a dhéanamh			
An tuiscint faoi thábhacht cinnteoireachta atá eolach a dhéanamh ag mórán leibhéal a mhéadú agus cuid de na cinntí atá le déanamh aige/aici a aithint	✓	5	Aonad 5 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 1
Fiosraigh agus foghlaim conas iniúchadh criticiúil a dhéanamh ar na tosca agus na leibhéil smaointe a mbíonn tionchar acu ar chinntí agus roghanna	✓	5	Aonad 3 Ceacht 7 Aonad 5 Ceacht 5
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 1
A thuiscint go mbíonn iarmhairtí ar chinntí agus nach ndéanfaidh gach duine na cinntí céanna i gcónaí	✓	5	Aonad 5 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 2
Tábhacht agus ról dlisteanach daoine fásta i gcinnteoireacht agus i socrú teorainnacha do dhaoine óga a aithint	✓	5	Aonad 5 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 3
A aithint go méadaíonn deiseanna le roghanna a dhéanamh de réir mar a ghlactar le freagrachtaí agus mar a thuilltear muinín ó dhaoine eile	✓	5	Aonad 5 Ceacht 4
Déan straitéis simplí cinnteoireachta a phlé agus a chleachtadh	✓	5	Aonad 5 Ceacht 6
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 4
Idirdhealú a dhéanamh idir barúlacha, tátail, fíricí, ráflaí agus tuairimí agus cinneadh á dhéanamh.	✓	5	Aonad 5 Ceacht 7
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 5
Foinsí cabhracha le fadhbanna a réiteach a aithint	✓	5	Aonad 5 Ceacht 6
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 3

Snáithe: Mise agus Daoine eile

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Mise agus mo Mhuintir			
Teaghlaigh agus bailte agus na difríochtaí móra a bhíonn eatarthu a fhiosrú agus a phlé.	✓	5	Aonad 6 Ceacht 2, 3
	✓	6	Aonad 7 Ceacht 1
An chiall atá le bheith i dteaghlach a fhiosrú	✓	5	Aonad 6 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 7 Ceacht 2
Na hathruithe a d'fhéadfadh tarlú i gcaidreamh teaghlaigh agus na hionchais a bhíonn acu agus iad ag fás agus ag dul in aibíocht a phlé, agus conas a rachaidh siad i ngleic leo.	✓	5	Aonad 6 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 7 Ceacht 2
Iompar atá tábhachtach don tsíocháin i saol an teaghlaigh a phlé agus a aithint.	✓	5	Aonad 6 Ceacht 1
Iniúchadh criticiúil a dhéanamh ar an gcaoi a chuireann na meáin teaghlaigh agus saol an teaghlaigh i láthair	✓	5	Aonad 6 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 7 Ceacht 3
Scrúdaigh cuid de na tosca a théann i gcion ar shaol an teaghlaigh	✓	5	Aonad 1 Ceacht 1, 2 Aonad 6 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 7 Ceacht 1
Comparáidí agus codarsnacht idir slí mhaireachtála teaghlach i gcultúir éagsúla, in Éirinn agus thar lear	✓	5	Aonad 6/C3
	✓	6	Aonad 7 Ceacht 3
Mo chairde agus daoine eile			
Fiosraigh tábhacht an chairdis agus idirghníomhú le daoine eile agus tuig gur gráthrud é agus tú ag fás aníos a bheith ag déanamh agus ag athrú cairde.	✓	5	Aonad 7 Ceacht 1, 3
	✓	6	Aonad 8 Ceacht 2
Pléigh agus tuig gnéithe éagsúla den chairdeas agus na difríochtaí idir dlúthchairde agus lucht aitheantais	✓	5	Aonad 7 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 8 Ceacht 1
Fiosraigh na difríochtaí idir cairdeas idir buachaill agus cailín agus cairdeas den ghnéas céanna	✓	5	Aonad 7 Ceacht 2
Féach ar na fadhbanna ar féidir leo teacht chun cinn i gcairdeas agus i gcaidrimh eile agus conas is féidir iad a láimhseáil	✓	5	Aonad 7 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 8 Ceacht 2

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Mo chairde agus daoine eile			
Aithin na grúpaí difriúla ar féidir le cairde a bheith iontu agus aithin cad is grúpa sláintiúil ann	✓	5	Aonad 7 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 8 Ceacht 3
Fiosraigh an tionchar a bhíonn ag tuairimí, dearcthaí nó ionchais daoine eile ar an gcaidreamh a bhíonn ag daoine le chéile, idir dhearfach agus dhiúltach	✓	5	Aonad 1 Ceacht 4 Aonad 7 Ceacht 1
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 6 Aonad 8 Ceacht 3
Cleachtaigh agus aithin tábhacht an chúraim agus na tuisceana, na cuirtéise agus na ndea-bhéasa agus daoine i mbun caidrimh le chéile	✓	5	Ceacht i dTógáil Ghrúpa/ Conradh Seomra Ranga Aonad 7 Ceacht 2
	✓	6	Ceacht i dTógáil Ghrúpa/ Conradh Seomra Ranga Aonad 8 Ceacht 1, 3 Aonad 10 Ceacht 2
Bulaíocht agus a tionchair a aithint, a phlé agus a thuiscint	✓	5	Aonad 7 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 8 Ceacht 4 Aonad 9 Ceacht 5
Fiosraigh agus pléigh conas is féidir le daoine aonair déileáil le bulaíocht ina gcoinne, a fhios a bheith acu go bhfuil bulaíocht á déanamh ar dhaoine eile, agus go bhfuil bulaíocht ar bun acu féin	✓	5	Aonad 7 Ceacht 4 Aonad 8 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 8 Ceacht 4

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Cumarsáid			
Fiosraigh agus cleachtaigh na bealaí éagsúla cainte agus neamhbhriathartha ina ndéanann daoine cumarsáid le chéile	✓	5	Aonad 8 Ceacht 1, 2
	✓	6	Aonad 9 Ceacht 1
Éist go gníomhach le daoine eile agus bíodh meas againn ar a bhfuil le rá ag gach duine	✓	5	Ceacht i dTógáil Ghrúpa/ Conradh Seomra Ranga Aonad 1 Ceacht 2 Aonad 8 Ceacht 3
	✓	6	Ceacht i dTógáil Ghrúpa/ Conradh Seomra Ranga Aonad 1 Ceacht 3 Aonad 9 Ceacht 2
Fiosraigh na bealaí éagsúla ar féidir teanga a úsáid le daoine a aonrú agus le leithcheal a dhéanamh ar dhaoine	✓	5	Aonad 8 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 9 Ceacht 5
Tosaigh ag fáil tuisceana ar an tábhacht a bhaineann le seasamh pearsanta a choinneáil agus meas a léiriú chomh maith ar chreidimh, luachanna agus tuairimí daoine eile	✓	5	Aonad 5 Ceacht 2 Aonad 8 Ceacht 5, 9
	✓	6	Aonad 9 Ceacht 3
Féach ar chumhacht an áitithe, conas is féidir é a úsáid go dearfach agus go diúltach, agus mol bealaí praiticiúla agus déan forbairt ar mholtaí pearsanta le déileáil le brú agus tionchar	✓	5	Aonad 8 Ceacht 6
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 6 Aonad 9 Ceacht 4

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Coimhlint a Réiteach			
Pléigh conas is féidir le coimhlint teacht chun cinn le daoine éagsúla i gcásanna éagsúla	✓	5	Aonad 8 Ceacht 7
	✓	6	Aonad 9 Ceacht 6
Aithin agus pléigh freagairtí éagsúla ar chásanna coimhlinte	✓	5	Aonad 8 Ceacht 8
	✓	6	Aonad 9 Ceacht 6, 7
Fiosraigh agus cleachtaigh conas coimhlint a láimhseáil gan a bheith ionsaitheach	✓	5	Aonad 8 Ceacht 8, 9
	✓	6	Aonad 9 Ceacht 3

Snáithe: Mise agus an Domhan Mór
Saoránacht a fhorbairt

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Maireachtáil sa phobal áitiúil			
Fiosraigh coincheap an ranga nó na scoile mar phobal.	✓	5	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga Aonad 7 Ceacht 1 Aonad 9 Ceacht 1
	✓	6	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga Aonad 10 Ceacht 1
Déan cleachtadh ar bhealaí le hobair le chéile agus mothú muintearais a fhorbairt	✓	5	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga Aonad 7 Ceacht 1 Aonad 9 Ceacht 1
	✓	6	Ceacht i dTógáil Ghrúpa / Conradh Ranga Aonad 9 Ceacht 1 Aonad 10 Ceacht 1
Fiosraigh traidisiúin éagsúla agus béaloideas agus déan forbairt ar mhothúcháin bróid as an phobal áitiúil	✓	5	Aonad 9 Ceacht 1, 2
	✓	6	Aonad 10 Ceacht 1

Snáithe: Mise agus an Domhan Mór
Saoránacht a fhorbairt

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Maireachtáil sa phobal áitiúil			
Ról an duine aonair agus grúpaí éagsúla sa phobal a aithint agus a thuiscint	✓	5	Aonad 9 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 6 Ceacht 5 Aonad 10 Ceacht 5
Aithin agus fiosraigh an cion tairbhe dearfach a dhéanann eagraíochtaí agus grúpaí éagsúla eitneacha, sóisialta agus pobail sa phobal áitiúil.	✓	5	Aonad 9 Ceacht 3
	✓	6	Aonad 10 Ceacht 4
Féach conas a d'fhéadfadh éagothroime a bheith sa phobal áitiúil agus mol bealaí éagsúla le dul i ngleic leis	✓	5	Aonad 9 Ceacht 4
	✓	6	Aonad 10 Ceacht 3
Féach ar cheisteanna áirithe ar cúis imní áitiúla iad agus fiosraigh gníomh a d'fhéadfaí a dhéanamh le dul i ngleic leis na ceisteanna sin	✓	5	Aonad 5 Ceacht 5 Aonad 9 Ceacht 1, 3
	✓	6	Aonad 10 Ceacht 1
Pobail Náisiúnta, Eorpacha agus pobail níos leithne			
Tabhair aird ar ghnéithe den oidhreacht agus de na traidisiúin chultúrtha	✓	5	Aonad 9 Ceacht 2
	✓	6	Aonad 1 Ceacht 6 Aonad 10 Ceacht 1
Tosaigh ag fiosrú coincheap an daonlathais	✓	5	Aonad 9 Ceacht 6
	✓	6	Aonad 10 Ceacht 4
Aithin agus glac leis na grúpaí éagsúla cultúrtha, reiligiúnda, eitneacha nó eile atá sa phobal nó sa tsochaí agus fiosraigh bealaí inar féidir meas a léiriú ar na difríochtaí seo	✓	5	Aonad 6 Ceacht 3 Aonad 9 Ceacht 2, 3
	✓	6	Aonad 10 Ceacht 2

Snáithe: Mise agus an Domhan Mór
Saoránacht a fhorbairt

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Pobail Náisiúnta, Eorpacha agus pobail níos leithne			
Aird a thabhairt ar chuid de na teangacha, na slíte maireachtála agus na teangacha i roinnt de thíortha na hEorpa agus an domhain mhóir.		5	Aonad 9 Ceacht 6
		6	Aonad 10 Ceacht 1, 2
Fiosrú a dhéanamh ar conas is féidir ceartas agus síocháin a chur chun cinn idir daoine agus grúpaí, idir náisiúnta agus idirnáisiúnta		5	Aonad 9 Ceacht 5, 6
		6	Aonad 10 Ceacht 4
Dáileadh éagothrom acmhainní an domhain a aithint agus tosú ar é a thuiscint		5	Aonad 9 Ceacht 5
		6	Aonad 10 Ceacht 3, 4
Cúram comhshaoil			
Aird a thabhairt ar an timpeallacht agus tuiscint a fhorbairt ar fhreagracht an duine aonair agus an phobail i leith aire a thabhairt don timpeallacht agus de bheith inár gcaomhnóirí ar an Domhan do na glúnta atá le teacht		5	Aonad 9 Ceacht 1, 3
		6	Aonad 10 Ceacht 5
Oideachas na Meán			
An bealach a ndéantar faisnéis a dháileadh a fhiosrú agus a thuiscint agus cleachtadh a dhéanamh ar theachtaireachtaí a sheoladh ar mhodhanna éagsúla		5	Aonad 10 Ceacht 1
		6	Aonad 11 Ceacht 1
Fiosraigh ról na nuachtán agus na gcineálacha eile meán clóite le teachtaireacht, a sheoladh, na teicnící a úsáidtear agus na cineálacha faisnéise a bhíonn san áireamh		5	Aonad 10 Ceacht 2
		6	Aonad 11 Ceacht 3
Clúdach éagothrom ar ról ghnéis agus ar cheisteanna eile sa litríocht, i bhfógraíocht, i ndrámáí, in irisí agus i meáin eile a aithint		5	Aonad 10 Ceacht 2
		6	Aonad 11 Ceacht 3, 4
An lucht féachana a bhfuil gnéithe éagsúla de na meáin dírithe orthu a aithint		5	Aonad 10 Ceacht 1, 2
		6	Aonad 11 Ceacht 3
A thabhairt faoi deara go bhfuil cineálacha éagsúla fógraíochta ann, na cuspóirí atá aici agus na teachtaireachtaí a chuireann sí chun cinn		5	Aonad 1 Ceacht 4 Aonad 10 Ceacht 3
		6	Aonad 11 Ceacht 4

	Déanta	Leibhéal Ranga	Aonad/Ceacht
Maireachtáil sa phobal áitiúil			
Éirí níos criticiúla agus níos géarchúisí ina ndearcadh faoi fhógraíocht agus na modhanna a úsáidtear le táirgí, stíl mhaireachtála agus smaointe a chur chun cinn	✓	5	Aonad 1 Ceacht 4 Aonad 6 Ceacht 3 Aonad 10 Ceacht 2, 3, 4
	✓	6	Aonad 11 Ceacht 4
Fiosraigh bealaí éagsúla caitheamh aimsire agus fóillíochta mar mhalairt ar amharc ar an teilifís	✓	5	Aonad 10 Ceacht 5
	✓	6	Aonad 11 Ceacht 6
Fiosraigh agus úsáid teicnící simplí craoltóireachta, léiriúcháin agus cumarsáide	✓	5	Aonad 10 Ceacht 1
		6	Aonad 11 Ceacht 2

MISNEACH



C L Á R

Is féidir an leabhar seo a íoslódáil mar pdf agus a phriontáil de réir mar is gá chun críocha neamhthráchtála ó pdst.ie/walktall

Tá cóipeanna crua ar fáil ar bhunphraghas móide P&P ó laoisedcentre.ie/pdstpublications