An tSraith Shóisearach do Mhúinteoirí

Junior CYCLE for teachers

CFL2nna

Aonaid Tosaíochta Foghlama (ATFanna)

Ionad Oideachais Mhuineacháin

An Roinn Oideachais agus Scileanna | Department of Education and Skills

www.jct.ie

Aonaid Tosaíochta Foghlama

Tá cúig cinn d'Aonaid Tosaíochta Foghlama ag croí gach Clár Foghlama Leibhéal 2. Ullmhaíonn siad scoláirí do na deiseanna, na freagrachtaí agus na heispéiris a bhaineann le saol an duine fhásta agus na hoibre agus le foghlaim ar feadh an tsaoil. Is iad na cúig ATFanna atá i gceist ná Cumarsáid agus Litearthacht, Uimhearthacht, Cúram Pearsanta, Ag Maireachtáil i bPobal agus Ag Ullmhú don Obair. Cuirtear i láthair iad mar aonaid astu féin ach nuair a úsáidtear iad i gcláir foghlama déanfar iad a chomhtháthú agus a fhorbairt i réimse leathan comhthéacsanna foghlama.

Tá cur síos déanta ar gach ATF i dtéarmaí ginearálta, a leanann liosta achoimreach de na príomh-mhíreanna de gach ATF agus iad leagtha amach i dtábla. Ina dhiaidh sin faightear torthaí foghlama níos míne a bhaineann le gach ceann de na Míreanna. Cuireann na Torthaí Foghlama síos ar na rudaí a bheidh scoláirí ábalta a dhéanamh chun fianaise ar fhoghlaim a thaispeáint.

Tá na Torthaí Foghlama do gach ATF ag teacht le Táscairí Leibhéil do Leibhéal 2 den CNC (Aguisín 1).

Is léir go bhfuil na hATFanna idircheangailte; tá go leor i gcomhar acu agus idirnascann siad ar a lán bealaí. Is cuid lárnach den fhás pearsanta é go gcothaítear feasacht sa scoláire ar idirspleáchas na réimsí seo agus cuireann sé sin go mór le sprioc dheiridh na foghlama ar feadh an tsaoil.

…Tá cúig cinn d'Aonaid Tosaíochta Foghlama (ATFanna) ag croí gach Clár Foghlama Leibhéal 2. Ullmhaíonn siad sin scoláirí do na deiseanna, na freagrachtaí agus na heispéiris a bhaineann le saol an duine fhásta agus na hoibre agus le foghlaim ar feadh an tsaoil. Is iad na cúig ATFanna atá i gceist ná Cumarsáid agus Litearthacht, Uimhearthacht, Cúram Pearsanta, Ag Maireachtáil i bPobal agus Ag Ullmhú don Obair.

ATF

Cumarsáid agus litearthacht

Tá an chumarsáid mar bhonn agus mar thaca de gach saghas foghlama agus is bunriachtanas í don chumas chun foghlaim a aistriú. San aonad seo cuimsíonn an téarma ‘foghlaim’ idir modhanna briathartha agus neamhbhriathartha chun eolas a fháil agus a thabhairt. B’fhéidir gurb é a bheadh sa chumarsáid éisteacht agus freagairt ag úsáid córais chumarsáide bhreisitheacha agus malartacha.

Is í an litearthacht dlúth agus inneach na foghlama, mar go n-osclaíonn sí rochtain ar an gcuraclam leathan agus go bhfuil sí bunaithe ar an smaoineamh go bhforbraíonn scoláirí inniúlacht sa léitheoireacht agus sa scríbhneoireacht mar sprioc inti féin agus mar mheán trína sealbhaítear agus a gcuirtear in iúl foghlaim nua.
Breathnaítear san aonad ar scileanna léitheoireachta agus 1scríbhneoireachta a fhorbairt agus tá tagairt ann ar an gcaoi a n-úsáidtear TFC sa chumarsáid. Úsáidtear an téarma cumarsáid ar bhealach leathan san aonad seo, agus cuireann sé sin san áireamh conas gur féidir le scoláirí cumarsáid a dhéanamh trí na healaíona léiritheacha ar nós ceol agus damhsa.

Míreanna den ATF Cumarsáid agus litearthacht

Labhairt mar is cuí ar chuspóirí éagsúla agus aireachas an éisteora a thaispeáint
Iompraíocht neamhbhriathartha a úsáid chun teachtaireacht a chur in iúl
Léitheoireacht a dhéanamh chun buneolas a fháil
Réimse leaganacha scríbhneoireachta a úsáid chun tuairimí a chur in iúl
Ealaíona léiritheacha a úsáid chun cumarsáid a dhéanamh
Úsáid a bhaint as teicneolaíochtaí atá oiriúnach do réimse cuspóirí

Cumarsáid agus litearthacht		
Míreanna	**Cód**	**Torthaí foghlama** ***Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:***
Labhairt mar is cuí ar chuspóirí éagsúla agus aireachas mar éisteoir a thaispeáint	A1	Éisteacht chun eolas a fháil a bhaineann le níos mó ná rogha amháin, m.sh. éisteacht le fógraí a bhaineann le scoil, amchlár labhartha a úsáid chun am teachta agus imeachta traenach a fháil
	A2	Ceisteanna a chur chun eolas a fháil, m.sh. dátaí/praghsanna a sheiceáil (aghaidh le haghaidh agus ar an teileafón), béile a chur in áirithe ar an teileafón
	A3	Sraith de threoracha labhartha a leanúint faoi mhaoirseacht, m.sh. gabh chuig seomra an mhúinteora, siopa áitiúil, nó oifig an phoist, creidmheas a chur san fhón póca
	A4	Tuairimí pearsanta, fíricí agus mothúcháin a chur in iúl, mar is cuí, m.sh. tuairim a chur in iúl faoi chlár teilifíse, nuacht ón deireadh seachtaine a bhí acu a chur in iúl
	A5	Páirt a ghlacadh i gcumarsáid phraiticiúil, fhoirmiúil agus neamhfhoirmiúil, m.sh. páirt a ghlacadh in agallamh nó i gcruinniú tuismitheoirí agus múinteoirí, agallamh le piaraí ar thopaicí is spéis leo, ag comhrá agus iad amuigh le cairde, ag fógairt rudaí ar idirchum na scoile
	A6	Éisteacht le réimse scéalta agus freagairt a thabhairt orthu
Iompraíocht neamhbhriathartha a úsáid chun teachtaireacht a chur in iúl	B1	Réimse de chineálacha cumarsáide neamhbhriathartha a aithint, m.sh. gotha gnúise, tuineacha gutha, siombailí, éide, dathanna chun giúmar/gníomh cuí a chur in iúl
	B2	Iompraíocht neamhbhriathartha a úsáid chun smaoineamh simplí a chur in iúl, m.sh. díomá nó lúcháir, tuin ghutha chun cúnamh a lorg/gearán a dhéanamh
	B3	Freagra nó iarratas a chur in iúl go neamhbhriathartha, m.sh. glaoch gutháin a chomharthú
	B4	Freagairt do chomharthaí agus d’fhógraí neamhbhriathartha a chastar ar dhuine sa saol laethúil, m.sh. comharthaí bóthair, tráchta, ábhair ghuaise
	B5	Seicheamh orduithe nó treoracha neamhbhriathartha a leanúint le haghaidh gníomhaíocht rialta, m.sh. trealamh tí a úsáid ina bhfuil trí oibríocht nó níos mó, cadhnra a chur i mbréagán, slite éalaithe a aimsiú/druil dóiteáin a leanúint
Léitheoireacht a dhéanamh chun buneolas a fháil	C1	Focail choiteanna a léamh a úsáidtear go minic agus a bhaineann leo go pearsanta, m.sh. liosta rudaí a léamh a bhaineann le spéis an dalta/spórt/caitheamh aimsire pearsanta, ainmneacha bhaill teaghlaigh
	C2	Rialacha simplí agus gnásanna téacs a úsáid a thacaíonn le brí, m.sh. stad ag lánstad
	C3	Cineálacha difriúla scríbhneoireachta agus téacs a léirmhíniú, lena n-áirítear comharthaí agus siombailí sóisialta, m.sh. gnáthfhormáidí billí, biachláir, foirmeacha, cláir ama, comharthaí bóthair agus eile, treoracha simplí ullmhúchán bia (bruith ubh, déan ceapaire, déan cupán tae), píosa gairid scríbhneoireachta a bhaineann leo go pearsanta
	C4	Eochair eolais a aimsiú ó chineálacha difriúla scríbhneoireachta, m.sh. eolas fíriciúil a aimsiú i bhfoirmeacha/billí, amanna agus dátaí coinní, biachláir, cláir ama, nuachtáin
	C5	Réimse straitéisí léitheoireachta a úsáid, m.sh. leideanna, comhthéacs, fuaim, tuar agus díchódú

Cumarsáid agus litearthacht

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Réimse leaganacha scríbhneoireachta a úsáid chun tuairimí a chur in iúl	D1	Nótaí agus teachtaireachtaí a scríobh/chlóscríobh atá de dhíth chun tascanna simplí a dhéanamh, m.sh. seoladh a chur ar chlúdach
	D2	Ar a laghad cúig abairt a scríobh/chlóscríobh ionas go ndéanann siad ciall nó go gcuireann siad eolas in iúl, m.sh. cruinniú a shocrú le cara, treoracha a thabhairt
	D3	Úsáid a bhaint as príomhrialacha na scríbhneoireachta mar is cuí, m.sh. ceannlitreacha agus lánstadanna a úsáid
	D4	Réimse de phatrúin litrithe a úsáid, m.sh. cuir 'a, (e)acha, (e)anna' le focal chun iolra a dhéanamh
	D5	Réimse de chineálacha difriúla scríbhneoireachta a úsáid le teacht leis an gcuspóir agus leis an lucht léitheoireachta, m.sh. seic a scríobh, foirm shimplí a chomhlánú, iontráil dialainne a chur isteach
Ealaíona léiritheacha a úsáid chun cumarsáid a dhéanamh	E1	Páirt a ghlacadh i léiriú nó i gcur i láthair, m.sh. mír bheag drámaíochta a léiriú don rang, damhsa nó ceol a léiriú do thuismitheoirí
	E2	Réimse íomhánna a chruthú ag úsáid ábhair éagsúla
	E3	Píosa oibre a dhéanamh le haghaidh taispeántais
	E4	Éisteacht le réimse ceoil agus freagairt dó, trí smaointe agus mothúcháin a phlé, m.sh. an ceoltóir is fearr leo, á rá cén fáth ar mhaith leo a gcuid ceoil
	E5	Drámaíocht nó damhsa a úsáid chun suíomhanna fíora nó samhailteacha a fhiosrú
Úsáid a bhaint as teicneolaíochtaí atá oiriúnach do réimse cuspóirí	F1	Trí úsáid teicneolaíochta sa ghnáthshaol a aithint, m.sh. ar son foghlama, oibre, agus spraoi
	F2	Úsáid a bhaint as teicneolaíocht nach gá níos mó ná trí fheidhm a bheith léi, ar son úsáid phearsanta, sa bhaile agus san oideachas/ionad oibre, m.sh. teicneolaíochtaí cúntacha, guthán póca (uimhreacha réamhchláraithe), fótachóipire, ríomhaire, ceamara, seinnteoir DVD/físe, fearais tí
	F3	Úsáid a bhaint as an teicneolaíocht chun cumarsáid a dhéanamh le daoine eile i ngníomhaíocht
	F4	Úsáid a bhaint as píosa nua trealaimh TFC
	F5	Ríomhaire pearsanta a chur air agus as go sábháilte, m.sh. na céimeanna a leanúint chun ríomhaire a mhúchadh
	F6	Na siombailí eolais ar bharr deisce a aithint, m.sh. siombail taiscéalaí idirlín
	F7	Úsáid mar is cuí a bhaint as eochracha a úsáidtear go minic
	F8	Úsáid a bhaint as pacáiste bogearraí, ina ndéantar an pacáiste a oscailt, dul isteach ann agus téacs/íomhá/ sonraí a ionramháil, comhad a shábháil, a phriontáil agus dul amach as go sábháilte, m.sh. clipart, doiciméad Word, cur i láthair leictreonach
	F9	Teacht ar réimse suíomhanna gréasáin ar an idirlíon, m.sh. scoilnet, suíomhanna gréasáin a bhfuil spéis phearsanta ag an scoláire iontu
	F10	Faisnéis le haghaidh tionscnaimh a aimsiú ar an nGréasán
	F11	Ríomhphost a chur agus a oscailt

ATF

Uimhearthacht

Ní hamhlaidh gur fo-thacar de chuid na matamaitice í go díreach an uimhearthacht. Is scil saoil í freisin a dhíríonn ar an réasúnaíocht agus ar chiall a dhéanamh. Sníonn sí ar fud na foghlama agus tacaíonn léi trasna an churaclaim.

Breathnaítear san aonad seo ar an gcaoi ar féidir le scoláirí feasacht a fhorbairt ar phatrúin agus ar chaidrimh sa chruth agus san uimhreas, chomh maith le scileanna sa mheastóireacht agus sa tomhas. Rud eile a mheastar a bheith lárnach san aonad seo is ea cumas an scoláire chun fadhbanna a réiteach.

Is scil laethúil de chuid an tsaoil í an uimhearthacht, a bhfuil lear mór feidhmeanna aici sa bhaile agus i saol an phobail agus i réimse an dul chun cinn agus na gnóthachtála acadúla chomh maith.

Tarraingíonn an t-aonad seo ar raon leathan eispéireas ón bhfíorshaol, a chabhraíonn le scoláirí eolas agus tuiscint a fhorbairt i réimse topaicí ar nós uimhreas, cruthanna, spás, airgead, am agus tomhas.

Míreanna den ATF Uimhearthacht

Airgead a bhainistiú
Feasacht a fhorbairt ar uimhreas
Feasacht a fhorbairt ar theocht
Feasacht a fhorbairt ar mheáchan agus ar thoilleadh
Feasacht a fhorbairt ar fhad agus ar achar (distance)
Áireamhán a úsáid
Feasacht spásúil a fhorbairt
Sonraí a úsáid le haghaidh réimse cuspóirí difriúla
Cruthanna a úsáid
Feasacht a fhorbairt ar am

Uimhearthacht

Míreanna	**Cód**	**Torthaí foghlama** Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Airgead a bhainistiú	A1	Nótaí agus boinn a úsáidtear go minic a aithint
	A2	Íoc as rud mar is ceart agus an tsóinseáil a chomhaireamh in idirbheartaíocht siopadóireachta bréige nó fíor
	A3	Admháil siopadóireachta a mhíniú, i dtaca leis an rud a ceannaíodh, airgead tugtha agus sóinseáil cheart faighte
	A4	Bille comónta tí a thuiscint i dtaca leis an tseirbhís a sholáthraítear, a oiread a táthar a ghearradh agus an chaoi ar féidir íoc as
	A5	An difríocht a aithint idir airgead a úsáid chun nithe riachtanacha agus nithe só a cheannach
	A6	Buiséad pearsanta ar feadh seachtaine a phleanáil
	A7	Beagán airgid a choigilt gach seachtain chun rud a cheannach
Feasachta fhorbairt ar uimhreas	B1	Uimhreacha suas go 100 in U a aithint, m.sh. fios a bheith acu cá mhéad náid le haghaidh deicheanna, céadta
	B2	Ionad luach a aithint i dtaca le haonaid, deicheanna agus céadta, m.sh. fios a bheith acu cé mhéad náid le haghaidh deicheanna, céadta
	B3	Dhá shlánuimhir dhá dhigit a shuimiú ar lú ná 100 a n-iomlán i gcomhthéacs suíomh laethúil
	B4	Slánuimhreacha dhá dhigit a dhealú i gcomhthéacs suíomh laethúil
	B5	Cainníochtaí a mheas go dtí an luach is gaire i dtéarmaí ginearálta, m.sh. go dtí an méid is gaire i 70nna nó i 700ta mar is cuí
Feasachta fhorbairt ar theocht	C1	Focail oiriúnacha a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar theocht, m.sh. te agus fuar
	C2	Ionstraimí a aithint a úsáidtear chun teocht a thaispeáint agus a choigeartú, m.sh. teirmiméadar, diaileanna marcáilte oighinn
	C3	Teochtaí a nascadh le suíomhanna laethúla, m.sh. teocht i seomra ranga
	C4	Teochtaí cuí a aimsiú ar dhiail chócaireáin, m.sh. gásmharc 4, 200 céim Celsius
	C5	Comparáid idir teochtaí d’amanna difriúla sa bhliain, m.sh. te sa samhradh agus fuar sa gheimhreadh, loga simplí aimsire a choimeád

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Feasacht a fhorbairt ar mheáchan agus ar thoilleadh	D1	Foclóir oiriúnach a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar aonaid an mheáchain agus an toillte, m.sh. lítear, 500ml, cileagraim, graim (pictiúrtha nó coincréiteach)
	D2	Na marcanna le haghaidh aonaid an mheáchain agus an toillte a aithint, m.sh. crúiscín tomhais a úsáid, meá a úsáid
	D3	Roinnt samplaí meáchain agus toillte ón ngnáthshaol a liostú, m.sh. a meáchan féin a bheith ar eolas acu, lítear bainne
	D4	Soitheach grádaithe a úsáid chun toilleadh leachtanna a oibriú amach, m.sh. crúiscín a úsáid chun lítear bainne a thomhas
	D5	Scálaí a úsáid chun meáchan púdar agus solad a oibriú amach, m.sh. na comhábhair do chíste a mheá
Feasacht a fhorbairt ar fhad agus ar achar (distance)	E1	Foclóir cuí a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar na haonaid a bhaineann le fad agus le hachar, m.sh. ciliméadair, méadair, ceintiméadair
	E2	Aonaid faid agus achair a aithint ar rialóir, slat méadair agus miosúr (ribín tomhais)
	E3	Rialóir a úsáid chun faid dhifriúla línte a tharraingt agus a thomhas
	E4	Fad rudaí coiteanna a thomhas go garbh, m.sh. fad leabhair
	E5	Fad áiteanna coiteanna a thomhas, m.sh. seomra leapa, cistin, seomra ranga ag úsáid miosúir
Áireamhán a úsáid	F1	Na digití 0-9 agus an pointe deachúlach agus na cnaipí riachtanacha oibríochta (+,-,% ,=) a aimsiú ar áireamhán
	F2	Áireamhán a úsáid chun fadhbanna simplí a réiteach, m.sh. dhá rud a shuimiú
	F3	Áireamhán a úsáid chun obair a cheartú a rinneadh gan áireamhán a úsáid
	F4	Áireamhán a aimsiú ar ghuthán póca agus a úsáid chun an costas a bheidh ar roinnt rudaí ar thuras siopadóireachta a oibriú amach
Feasacht spásúil a fhorbairt	G1	Foclóir cuí a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar threo, m.sh. deiseal, tuathal, cothrománach, ingearach
	G2	Mapa simplí a úsáid chun suíomh tugtha a aimsiú
	G3	Mapa simplí a tharraingt chun treoracha a thabhairt
	G4	An t-achar idir dhá áit ar mhapa a ríomh
	G5	An corp nó baill coirp a úsáid chun gluaiseacht i dtreo áirithe
	G6	Rudaí éagsúla a bhogadh i dtreonna áirithe

Uimhearthacht

Míreanna	**Cód**	**Torthaí foghlama** Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Sonraí a úsáid le haghaidh réimse cuspóirí difriúla	H1	Úsáidí sonraí sa saol laethúil a aithint, m.sh. suirbhé ranga ar an scannán is mó éilimh i measc déagóirí
	H2	Cuir chuige bhunúsacha chun bailiúcháin sonraí a aithint, m.sh. leatháin (bileoga) taifid, córas scóir
	H3	Réimse sonraí a bhailiú ag úsáid ceann éigin de na modhanna a leanas: suirbhé, leathán taifid, córas scóir nó taifid chlos-amhairc
	H4	Sonraí bunúsacha dhá chritéar a léirmhíniú, m.sh. níos mó/níos lú d'aicme amháin ná ceann eile, níos mó/níos lú
	H5	Léaráidí bunúsacha a thógáil chun sonraí le dhá chritéar a chur in iúl, m.sh. picteagram/barrachairt a tharraingt
	H6	Labhairt faoi /plé a dhéanamh ar eolas ó bhunsonraí, m.sh. picteagram, barrachairt nó treoghraf
Cruthanna a úsáid	I1	Cruthanna coiteanna 2T agus 3T sa ghnáthshaol a ainmniú, m.sh. ciorcal, dronuilleoga, ciúbanna, sorcóirí agus sféir
	I2	Líne a roinnt ina dhá chuid chothroma gan tomhas a dhéanamh, m.sh. trí fhilleadh
	I3	Aiseanna siméadrachta cruthanna agus fíoracha coiteanna 2T a aimsiú trí fhilleadh, agus iad a mharcáil
	I4	Áirí cruthanna coiteanna 2T agus foirmeacha 3T a aithint, m.sh. líon aghaidheanna, faobhar
	I5	Cruthanna agus foirmeacha 2T agus 3T a shórtáil de réir a méide
Feasacht a fhorbairt ar am	J1	An t-am ar chlog analógach a léamh don uair, leathuair agus ceathrú uaire
	J2	An t-am a léamh ó chlog digiteach don uair, leathuair agus ceathrú uaire
	J3	Príomhamanna i rith an lae a aithint ar an uair, leathuair agus ceathrú uaire, m.sh. amanna lóin, sceideal amhairc a úsáid
	J4	Fadhbanna a réiteach chun imeacht ama a oibriú amach, m.sh. an t-am tosaigh agus críochnaithe a úsáid chun fad turais nó cláir a ríomh, fad chlár ar leith a ríomh
	J5	Lá nó dáta áirithe ar fhéilire nó ar chlár ama a aimsiú, m.sh. mo lá breithe
	J6	Míonna nó gníomhaíochtaí a mheaitseáil lena gcuid séasúr, m.sh. pictiúir de na séasúir a mheaitseáil lena míonna cuí

ATF

Cúram Pearsanta

Baineann an t-aonad seo le forbairt phearsanta na scoláirí. Pléann sé a sláinte agus a bhfolláine agus clúdaíonn sé réimsí ar nós gnásanna sláintiúla itheacháin agus stíleanna sláintiúla maireachtála. Baineann sé le scoláirí a chumasú chun a bheith chomh neamhspleách agus is féidir agus iad ag freastal ar a gcuid riachtanais phearsanta. Áirítear leis sin, iad ag éirí feasach ar a ngnéasacht, strus a bhainistiú agus fios a bheith acu conas fanacht sábháilte i réimse comhthéacsanna.

Míreanna den ATF Cúram Pearsanta

Cúram maith laethúil pearsanta a fhorbairt
Nósanna sláintiúla itheacháin a fhorbairt
Stíl shláintiúil mhaireachtála a fhorbairt
Bheith ábalta strus a ionramháil
Fios a bheith ag duine conas fanacht sábháilte
Éirí feasach ar ghnéasacht an duine
Mothúcháin a aithint
Cinntí pearsanta a dhéanamh

Cúram Pearsanta

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Cúram maith laethúil pearsanta a fhorbairt	A1	Cleachtais riachtanacha laethúla sa chúram pearsanta a aithint, m.sh. m'fhiacla a scuabadh
	A2	Cur síos a dhéanamh ar na bealaí is tábhachtaí leis an gcorp a choimeád glan, m.sh. cithfholcadh nó folcadh a ghlacadh
	A3	Tairbhí áirithe a thagann le cúram maith pearsanta a aithint, m.sh.is faide a mhairfidh m'fhiacla má scuabaim iad
	A4	Tairbhí raon táirgí cúram pearsanta laethúil a aithint, m.sh. earraí cúram fiacla, frithallasáin, cúram gruaige, cúram cos
	A5	Cloígh le plean cúram pearsanta comhaontaithe, m.sh. gach lá scuabfaidh mé mo chuid fiacla faoi dhó (maidin agus tráthnóna)
	A6	Dhá nó trí chúis a thabhairt, chun aire a thabhairt do nithe pearsanta, m.sh. má ním mo chuid éadaí, mairfidh siad níos faide
	A7	Éide oiriúnach a aithint le haghaidh réimse gnáthghníomhaíochtaí sa bhaile, ag an obair agus sa phobal, m.sh. amanna a lua le linn na seachtaine scoile nuair a bhíonn éide ar leith ag teastáil, pictiúir de chultacha a mheaitseáil le liosta gníomhaíochtaí
Nósanna sláintiúla itheacháin a fhorbairt	B1	Bianna coitianta a shórtáil de réir biaghrúpaí, m.sh. torthaí/glasraí, feoil/iasc, déiríocht
	B2	Cur síos a dhéanamh ar ghnáthbhianna agus ar dheochanna a bhaineann le réimse cothrom bia, m.sh. torthaí agus glasraí a ithe
	B3	Cur síos a dhéanamh ar na tairbhí a thagann le réimse maith bia, m.sh. croí folláin, cnámha láidre, craiceann glan, fiacla folláine
	B4	Páirt a ghlacadh in ullmhúchán béilí sláintiúla m.sh. bricfeasta agus lón/dinnéar
	B5	Cleachtais choiteanna sábháilteachta a bhaineann le hullmhúchán agus stóráil bia a aithint, m.sh. do lámha a ní, feoil amh/cócaráilte a scaradh i gcuisneoir tí
	B6	Cleachtais chuí sláinteachas bia agus sábháilteachta a thaispeáint, m.sh. eangach ghruaige a úsáid, cuntar oibre a ní sula n-úsáidtear in athuair é

Cúram Pearsanta

Míreanna	**Cód**	**Torthaí foghlama** Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Stíl shláintiúil mhaireachtála a fhorbairt	C1	Trí thairbhe phearsanta a thagann le haclaíocht rialta a aithint, m.sh. meáchan sláintiúil, mothú go maith agus spraoi a bheith agat
	C2	Plean aclaíocht phearsanta sheachtainiúil a leagan amach, m.sh. ag siúl chun na scoile gach lá, spórt a imirt, loga seachtainiúil aclaíochta de na gníomhaíochtaí a choimeád
	C3	Prionsabail chleachtas aclaíocht shábháilte a thaispeáint, m.sh. téamh (ullmhú), fuarú, coisbheart agus éide oiriúnach a chaitheamh
	C4	Cloí le gnáthamh aclaíochta i dtimpeallacht struchtúrtha, m.sh. cleachtadh a chríochnú le linn rang CO
	C5	Conas a chuireann an bia a ithimid le staid ár sláinte a mhíniú
	C6	Dhá shampla a thabhairt ar roghanna stíl mhaireachtála a théann i gcion ar ár sláinte, m.sh. má itheann tú an iomarca saille cuirfidh tú le do mheáchan
	C7	Réimse staideanna mothúchánacha agus fisiceacha a aithint, m.sh. réimse íomhánna a úsáid chun réimse de staideanna mothúchánacha agus fisiceacha a aithint
Bheith ábalta strus a ionramháil	D1	Cur síos a dhéanamh ar shuíomhanna scoile /pearsanta /pobail a gcuireann strus orthu
	D2	Roinnt de chomharthaí an struis a aithint
	D3	Roinnt bealaí a aithint chun suaimhneas a ghlacadh, m.sh. dul ar shiúlóid, amharc ar scannán
	D4	Teicníc chun do scíth a ligean a thaispeáint, m.sh. anáil dhomhain a tharraingt
	D5	Réimse de theicnící a chleachtadh chun do scíth a ligean sa saol mar atá, m.sh. am a ghlacadh chun taitneamh a bhaint as do gharthimpeallacht, cleachtaí análaithe le linn duit a bheith i scuaine
	D6	Réimse cásanna a aithint ina raibh an cumas chun do shuaimhneas a ghlacadh ina chuidiú, m.sh. gan fios a bheith agat cad é an chéad rud eile atá le titim amach sa seomra ranga
Fios a bheith ag duine conas fanacht sábháilte	E1	Príomhrioscaí sábháilteachta a aithint san ionad oibre/sa bhaile/sa phobal, m.sh. seoláin sraoilleacha (cáblaí ar liobarna), plocóidí, teilifíseán agus trealamh leictreach
	E2	Nuair a bhíonn an tsábháilteacht phearsanta faoi bhagairt a aithint, m.sh. tromaíocht/ciapadh
	E3	Cleachtaí laethúla a ainmniú a chuireann sábháilteacht phearsanta chun cinn, m.sh. trasrian coisithe a úsáid, trealamh leictreach a dhícheangal san oíche, leachtanna teo a dhoirteadh isteach tar éis cinn fhuara, éadaí/lámhainní cosanta a chaitheamh, comhairle a lorg
	E4	Cur síos a dhéanamh ar fhreagairt chuí nuair a aithnítear riosca, m.sh. slí shábháilte éalaithe a aimsiú, labhairt le duine/eagraíocht teagmhála, freagairt do dhruil dóiteáin, labhairt faoi na céimeanna ba chóir a leanúint ar fheiceáil tine duit nó iad a liostú

Cúram Pearsanta

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Éirí feasach ar ghnéasacht an duine	F1	Ainmneacha caighdeánacha na ngnéasorgán a aithint, m.sh. an clár coirp nó áiseanna oiriúnacha amhairc eile a úsáid
	F2	Cur síos a dhéanamh ar fheidhmeanna bhaill ghiniúna na colainne, m.sh. an clár coirp nó áiseanna oiriúnacha amhairc eile a úsáid
	F3	Na hathruithe fisiceacha agus mothúchánacha a tharlaíonn i gcailíní agus i mbuachaillí le linn ógántacht a aithint
	F4	An difríocht a aithint idir bealaí oiriúnacha agus mí-oiriúnacha chun do chuid mothúchán a chur in iúl
	F5	An difríocht a aithint idir cairdeas agus caidreamh níos dlúithe
Mothúcháin a aithint	G1	Mothúcháin choiteanna a aithint mar aon le focail bainteach leo a úsáidtear chun iad a chur in iúl
	G2	A gcuid freagairtí mothúchánacha féin i gcásanna éagsúla a aithint, m.sh. sona, brónach, mífhoighneach, feargach, corraithe
	G3	Cur síos a dhéanamh ar bhealaí oiriúnacha chun a gcuid mothúchán a chur in iúl
	G4	Mothúcháin daoine eile a aithint, m.sh. fios a bheith agat cad a chuireann isteach air/uirthi, tuiscint a bheith agat má éiríonn sé/sí trína chéile, go mb'fhéidir go n-éireoidh daoine eile sa seomra tógtha/suaite/trína chéile
	G5	Freagairt ar chaoi mhothúchánach oiriúnach d'ócáid nó teagmhas áirithe, m.sh. faigheann cara drochscéal
Cinntí pearsanta a dhéanamh	H1	Na príomhluachanna i saol an scoláire a liostú
	H2	Cur síos a dhéanamh ar an gcaoi a bhfuil luachanna nasctha le cinntí a dhéanamh i réimse d'ócáidí difriúla, m.sh. meabhrú ar phiarbhrú, iarmhairtí féideartha, eolas iontaofa a bheith ar fáil, staid fhisiceach/ mhothúchánach duine, ionchais shóisialta
	H3	Liosta a dhéanamh de na rudaí/na daoine ar féidir leo tionchar a imirt ar chinnteoireacht
	H4	Na roghanna agus na hiarmhairtí a bhaineann le cinneadh gearrthéarmach atá ar tí a bheith tógtha a aithint
	H5	Iarmhairtí cinntí a rinneadh a fhiosrú, le linn iad a chur i bhfeidhm agus iad a thabhairt chun críche, m.sh.éirí as caitheamh tobac, meáchan a chailleadh, airgead a choigilt

Ag Maireachtáil i bPobal

Cabhraíonn an t-aonad seo le scoláirí straitéisí a fhorbairt chun caidreamh dearfach a bhunú agus a choimeád le daoine thart timpeall orthu. Áirítear i measc na míreanna, fios a bheith ag duine conas cabhair agus comhairle a lorg. Tógann sé san áireamh freisin pobal áitiúil an dalta agus na háiseanna áitiúla atá ar fáil dóibh.

Míreanna den ATF Ag Maireachtáil i bPobal

Dea-chaidreamh a fhorbairt
Coimhlintí a réiteach
Áiseanna áitiúla a úsáid
Cabhair agus comhairle a lorg
Roghanna tomhaltóra a dhéanamh

Ag Maireachtáil i bPobal

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Dea-chaidreamh a fhorbairt	A1	Cineálacha difriúla caidrimh a aithint, m.sh. tuismitheoir/páiste, scoláire/ Múinteoir, scoláire/scoláire
	A2	Cásanna a aithint nuair a labhraíonn daoine go difriúil ag brath ar an lucht éisteachta, m.sh. piaraí, múinteoirí, tuismitheoirí, daoine fásta eile
	A3	Bealaí a liostáil inar féidir le leasainmneacha agus spochadh a bheith goilliúnach duit féin agus do dhaoine eile
	A4	Bealaí a aithint/a liostáil inar mhaith leo go gcaithfí leo
	A5	Cur síos a dhéanamh ar bhealaí chun cairde a dhéanamh agus a choimeád, m.sh. tréithe a aithint atá/nach bhfuil inmhianaithe i gcaidreamh
	A6	Páirt chomhoibríoch a ghlacadh i suíomh grúpa
	A7	An tábhacht atá le meas i gcaidreamh a aithint
Coimhlintí a réiteach	B1	Cur síos a dhéanamh ar cad is piarbhrú ann agus bealaí a mholadh lena láimhseáil
	B2	Cur síos a dhéanamh ar bhealaí chun piarbhrú a láimhseáil, m.sh. rólimirt a dhéanamh ar chásanna coimhlinte idir cairde agus conas iad a réiteach
	B3	Cumas a léiriú chun teacht ar réiteach le piaraí, m.sh. trealaimh a roinnt leo
	B4	Cur síos a dhéanamh ar chomharthaí sóirt iompar bulaíochta
	B5	Cur chuige na scoile chun déileáil le tromaíocht a aithint, m.sh. a bheith curtha chuig oifig an phríomhoide, cairt iompraíochta a úsáid
	B6	Na céimeanna chun déileáil le coimhlint a aithint, m.sh. stad agus gan freagairt láithreach, éisteacht le comhairle ó dhuine fásta
Áiseanna áitiúla a úsáid	C1	Bealaí a liostáil chun am fóillíochta a chaitheamh
	C2	Áiteanna agus eagraíochtaí coitianta sa phobal áitiúil a aithint
	C3	Idirdhealú a dhéanamh idir rudaí atá saor in aisce agus a gcaithfear íoc astu sa phobal áitiúil
	C4	Bheith rannpháirteach i dtionscadal pobail atá scoilbhunaithe agus a bpáirtíocht a thaifead, m.sh. feachtas bailiú bruscair

Ag Maireachtáil i bPobal

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Cabhair agus comhairle a lorg	D1	Na háisíneachtaí bainteacha a thairgeann tacaíocht agus comhairle don phobal a ainmniú, m.sh. Ionad Comhairle Saoránach, Ionad eolais áitiúil
	D2	Cur síos a dhéanamh ar nós imeachta na scoile chun eachtra a thuairisciú, m.sh. má tá duine ag tromaíocht ort
	D3	Liosta gearr a thiomsú de dhaoine nó de ghrúpaí gur féidir leo tacaíocht a sholáthar, ina measc teagmhálacha pearsanta agus grúpaí/eagraíochtaí
	D4	Cur síos a dhéanamh ar an gcaoi chun teagmháil a dhéanamh le daoine nó le heagraíochtaí ina gceantar áitiúil ar féidir leo cabhair agus comhairle a thabhairt, m.sh. Stáisiún na nGardaí áitiúil
	D5	Cuairt a thabhairt ar eagraíocht áitiúil phobail agus comhairle a lorg
Roghanna tomhaltóra a dhéanamh	E1	Dhá eagraíocht a liostáil a bhíonn ag obair ar son tomhaltóirí
	E2	Cur síos a dhéanamh ar chásanna nuair is gá rud a thabhairt ar ais chuig siopa
	E3	Cur síos a dhéanamh ar an rud atá i gceist le barántas
	E4	Lipéid ar phacáistí, éadaí a aithint
	E5	Na comharthaí agus na siombailí is tábhachtaí ar lipéid a aithint
	E6	Gearán a scríobh nó gearán ó bhéal a dhéanamh i suíomh bréige

ATF

Ag Ullmhú don Obair

Cabhraíonn an t-aonad Ag Ullmhú don Obair le scoláirí an t-aistriú a dhéanamh ó scoil chuig breis oideachais, traenáil nó fostaíocht.

Díríonn sé ar scoláirí a ullmhú le haghaidh saol oibre trí réimse gníomhaíochtaí ó curriculum vitae a fhorbairt agus na seirbhísí difriúla ina bpobal áitiúil a aithint go scileanna nua neamhspleácha a ghabháil chucu féin, mar shampla a bheith ábalta iompar poiblí a úsáid. Breathnaítear freisin ar an gcaoi ar féidir le scoláirí scileanna sláinte agus sábháilteachta a fhorbairt agus spriocanna a shocrú dá gcuid foghlama.

Míreanna den ATF Ag Ullmhú don Obair

Bheith ábalta spriocanna foghlama a shocrú
An obair a fhiosrú
Ag ullmhú do ghníomhaíocht atá bainteach leis an obair
Feasacht a fhorbairt ar shláinte agus ar shábháilteacht agus trealamh á úsáid
Páirt a ghlacadh i ngníomhaíocht atá bainteach leis an obair

Ag Ullmhú don Obair

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
A bheith ábalta spriocanna foghlama a shocrú	A1	Spriocanna foghlama a shocrú, m.sh. faoi dheireadh na seachtaine seo críochnóidh mé mo leabhar
	A2	Plean foghlama a chruthú ina bhfuil na céimeanna riachtanacha agus an fráma ama lena chur i gcrích. An plean a nascadh le PODA, m.sh. gach oíche léifidh mé leathanach de mo leabhar
	A3	An plean a chur i bhfeidhm, m.sh. ar feadh seachtaine
	A4	Tuairimí a chur in iúl faoin gcaoi a bhféadfaí an obair a fheabhsú, m.sh. an chéad uair eile tabharfaidh mé níos mó ama dom féin chun an sprioc a bhaint amach
An obair a fhiosrú	B1	Poist dhifriúla a dhéanann daoine ina scoil a aithint, m.sh. ról an mhúinteora, an t-airíoch agus rúnaí na scoile
	B2	Trí dheis áitiúla fostaíochta a liostú
	B3	Cur síos a dhéanamh ar bhealach amháin a bhfaigheann daoine a rogha jab nó cúrsa, m.sh. ó nuachtán, eolas ó choláiste
	B4	Jabanna féideartha a bhfuil suim acu iontu a liostáil agus eolas a fháil ar riachtanais na bpost sin
	B5	Cuairt a thabhairt ar fhostóir áitiúil agus an chuairt a athbhreithniú, m.sh. dhá rud nua a foghlaimíodh a lua
	B6	Bealaí éagsúla a úsáid chun fógraíocht poist a sheiceáil, m.sh. nuachtáin áitiúla, suíomhanna gréasáin, fógraí TF
Ag ullmhú do ghníomhaíocht atá bainteach leis an obair	C1	A gcuid tallann a aithint agus a liostáil
	C2	Curriculum vitae a chruthú ina bhfuil próifíl phearsanta, sonraí oideachais agus taithí oibre
	C3	Páirt a ghlacadh in agallamh gairid, m.sh. agallamh poist bhréige le múinteoir
	C4	Taifead poncúlachta agus tinrimh a choimeád ar feadh míosa, m.sh. scála 1-10 a úsáid, is féidir le scoláirí a chlárú má bhíonn siad in am don scoil, don rang agus má fhreastalaíonn siad ar scoil go rialta
	C5	Tascanna ar leith a dhéanamh i róil éagsúla ar scoil, m.sh. cláir tinrimh a thabhairt chuig an oifig, ábhair sa seomra ranga a eagrú mar is cuí
	C6	Taifead a choimeád i ndialann de thascanna a rinneadh, m.sh. amanna tosaithe agus críochnaithe tascanna, cur síos a dhéanamh ar na céimeanna sa tasc

Ag Ullmhú don Obair

Míreanna	**Cód**	**Torthaí foghlama** Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Feasacht a fhorbairt ar shláinte agus ar shábháilteacht agus trealamh á úsáid	D1	Samplaí a thabhairt de chleachtais shábháilte i dtrí ionad oibre ar leith, m.sh. gloiní cosanta a chaitheamh le linn rang miotalóireachta
	D2	Gach uirlis agus píosa trealaimh a úsáid mar is ceart agus go sábháilte i ranganna praiticiúla éagsúla, m.sh. an claibín a chur ar ais ar leachtanna
	D3	Cur síos a dhéanamh ar phíosa trealaimh leictreach agus é a úsáid mar is ceart agus go sábháilte i ranganna praiticiúla éagsúla, m.sh. meascthóir a úsáid in eacnamaíocht bhaile
	D4	Gach uirlis, ábhar agus trealamh a stóráil go sábháilte
	D5	Na nósanna imeachta difriúla le haghaidh féinchosanta ag an obair a liostáil, m.sh. éadaí cosanta agus eangach ghruaige a chaitheamh
	D6	Na bealaí éalaithe i scoil a aithint, m.sh. léarscáil a tharraingt den scoil, ina dtaispeántar na bealaí éalaithe
	D7	Treoracha druil dóiteáin a leanúint, m.sh. páirt a ghlacadh i ndruil dóiteáin
Páirt a ghlacadh i ngníomhaíocht atá bainteach leis an obair	E1	Eolas cúlra a bhailiú chun cabhrú leis an ngníomhaíocht a phleanáil agus chun páirt a ghlacadh inti
	E2	Roinnt céimeanna a chur in ord atá le glacadh chun an ghníomhaíocht a chríochnú go sásúil
	E3	Ról a ghlacadh sa ghníomhaíocht agus tascanna a bhaineann leis an ról a aithint
	E4	Eochairfhocail a bhaineann leis an ngníomhaíocht a úsáid mar is ceart
	E5	Réamhchúraimí sábháilteachta agus/nó ceadanna atá riachtanach don ghníomhaíocht a aithint
	E6	Foghlaim conas uirlisí nó trealamh a bhaineann leis an ngníomhaíocht a úsáid go sábháilte agus mar is ceart
	E7	Páirt a ghlacadh sa ghníomhaíocht
	E8	An ghníomhaíocht a athbhreithniú chun a rathúlacht a mheas
	E9	Éifeachtúlacht do róil féin sa ghníomhaíocht a mheas

	Sampla de ghníomhaíocht atá bainteach leis an obair. Is féidir réimsí gairme eile a roghnú	
	An Ghairneoireacht • Roinnt crainn agus toim choiteanna a aithint • Réimse uirlisí agus trealamh garraíodóireachta a úsáid • Dialann garraíodóireachta a choimeád, ag logáil na dtascanna • Na coinníollacha a chuidíonn le plandaí fás agus bláthú a ainmniú • Cur síos a dhéanamh ar na ceithre phríomhchéim i saolré planda • Cur síos a dhéanamh ar roinnt d’fheidhmeanna duilleog phlanda • Cleachtas sábháilte oibre sa gharraí a thaispeáint **Páirt a ghlacadh i mionfhiontar** • Cinneadh ar tháirge nó ar sheirbhís • Na tascanna a aithint agus na róil a shannadh • Maoin d’ábhair fhíora a bhailiú trí scaireanna a dhíol • Idirbheartaíochtaí airgeadais a thaifead • Earra a thairgeadh nó seirbhís a thabhairt • Fógra a chruthú don earra nó don tseirbhís • An t-earra nó an tseirbhís a dhíol • Athbhreithniú a dhéanamh ar an bhfiontar	**Imeacht scoile a phleanáil** • Na tascanna éagsúla a aithint a bhaineann le pleanáil na hócáide • Cuirí agus póstaeir ag fógairt an imeachta a dhearadh • Buiséad a bhunú agus oibriú laistigh de • Na sólaistí a phleanáil agus a ullmhú **Turas lae a eagrú** • Ceann scríbe a ainmniú • Cead a lorg ón bPríomhoide • Cead a fháil ó thuismitheoirí/chaomhnóirí • Cúrsa taistil don lá a shocrú • Nós imeachta éigeandála a shainiú má théann duine amú • Glaoch ar an ionad agus socruithe a dhéanamh don chuairt • Modh iompair an lae a eagrú • Teagmhais an lae a thaifead le ceamara nó le fístaifeadán • Léirmheas a scríobh ar an turas lae