Oide

Tacú leis an bhFoghlaim Ghairmiúil i measc Ceannairí Scoile agus Múinteoirí

Supporting the Professional Learning of School Leaders and Teachers

An tSraith Shóisearach: Oideachas Sóisialta, Pearsanat & Sláinte (OSPS)

Logleabhar an Fhoghlaimeora

2026-2027

Lá 1

Scéim Chuidithe Fhostaithe Spectrum

https://wellbeingtogether.spectrum.life/login?org=ylVIIU17

tinyurl.com/OSPSJCPadlet

Cúrsa Ghearr

Oideachas Sóisialta Pearsanta agus Sláinte (OSPS)

Sonraíocht Churaclaim na Sraithe Sóisearaí

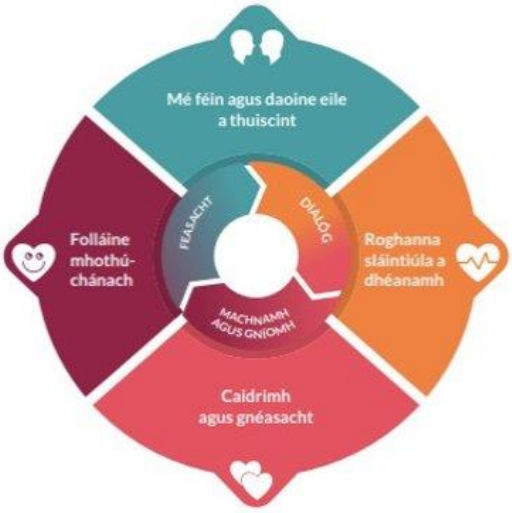
Réasúnaíocht lth 4

Cuireann Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte (OSPS) spás ar leith ar fáil inar féidir leis an scoláire an t-eolas, an tuiscint, na scileanna, na meonta agus na luachanna a fhorbairt chun tacaíocht a thabhairt dá fholláine fhisiciúil, mhothúchánach, shóisialta agus spioradálta, anois agus amach anseo. Tá OSPS bunaithe ar mheas, comhionannas, ionchuimsitheacht, freagracht, dínit, atrua agus comhbhá. Is tréimhse í an ógántacht ina n-athraíonn daoine óga agus ina mbíonn dúshláin rompu. Faigheann siad tuiscint níos fearr ar bhféiniúlacht agus bíonn siad níos cinnte faoin gcineál daoine atá iontu. Is próiseas feadh an tsaoil é ‘d’intinn féin a bheith agat’ agus braistint shábháilte féiniúlachta a fháil. Is príomhchúram forbartha é le linn na hógántachta. Tá eolas agus scileanna de dhíth ar dhaoine óga le cúnamh a thabhairt dóibh tuiscint láidir a bheith acu ar a nádúr féin a fhorbairt, cinntí eolacha agus sláintiúla a dhéanamh, aire mhaith a thabhairt dóibh féin agus do dhaoine eile agus dul i ngleic le dúshláin an tsaoil. Cuireann an cúrsa seo béim láidir ar fhorbairt scileanna saoil tábhachtacha atá ag teastáil ó dhaoine óga atá ag fás aníos agus an domhan ag éirí níos gasta agus níos casta. Go sonrach, dírítear ar fhorbairt na bpríomhscileanna sóisialta agus mothúchánacha seo a leanas: féinfheasacht, féinbhainistíocht, cinnteoireacht fhreagrach, feasacht shóisialta agus scileanna caidrimh. Léiríodh go socraíonn na scileanna seo cé chomh maith agus a théann daoine i ngleic le timpeallachtaí dúshlánacha atá ag athrú, agus go bhféadann siad tionchar a imirt ar thorthaí tábhachtacha an tsaoil. Tá Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta (OCG) ina chuid lárnach den OSPS, agus nascann sé le gnéithe de. Tá sé ríthábhachtach do dhaoine óga ag an tráth seo dá saol, agus iad ag déanamh machnamh ar cheisteanna ar nós ‘cén cineál duine atá ionam?’ agus ‘céard a theastaíonn uaim ó thaobh caidrimh de?’ Agus iad ag leanúint ar aghaidh lena bhféiniúlacht a fhorbairt, tá siad ag baint ciall as eispéiris saoil, eolas, íomhánna agus teachtaireachtaí faoi chaidrimh agus faoi ghnéasacht ó réimse foinsí neamhfhoirmiúla amhail comhscoláirí, a dteaghlaigh, na meáin, agus an t-idirlíon. Tá sé thar a bheith

tábhachtach go mbeadh an deis acu machnamh a dhéanamh ar chaidrimh, gnéasacht agus léiriú sláintiúil gnéis, agus plé a dhéanamh ar na nithe seo laistigh de shuíomh sábháilte an tseomra ranga le múinteoirí oilte. Trí úsáid a bhaint as oideolaíochtaí criticiúla agus rannpháirtíochta, cuireann OSPS spás sábháilte, tacúil, neamhbhreithiúnach ar fáil inar féidir leis an scoláire féinfheasacht agus feasacht ar dhaoine eile a fhorbairt, machnamh agus díospóireacht a dhéanamh, agus gníomhartha a aithint ionas go bhféadfadh sé a fholláine féin agus folláine daoine eile a chosaint agus a chothú. Trí bhuanna agus inniúlachtaí daoine óga a dhaingniú agus a fhorbairt agus dlús seasmhach a chur lena bhfoghlaim, déanann OSPS obair thábhachtach chun go mbeidh daoine óga in ann a nguth a aimsiú agus féin-éifeachtúlacht a fhorbairt. Sa tsraith shóisearach, sainaithníodh sé thascaire mar ghné lárnach d'fholláine an scoláire. Cuireann teagasc agus foghlaim laistigh den seomra ranga OSPS deiseanna foghlama fiúntacha ar fáil chun na sé thascaire d'fholláine a chothú, rud a chuidíonn leis an scoláire a bheith Gníomhach, Freagrach, Ceangailte, Athléimneach, Meas a bheith Air agus Feasach. Mar sin de, tá OSPS ina ghné lárnach de chlár Folláine scoile sa tsraith shóisearach. Tugann an tsonraíocht seo tacaíocht do mhúinteoirí glacadh le cur chuige atá ionchuimsitheach i gcomhréir leis na prionsabail a ghabhann le comhionannas, cearta daonna agus freagrachtaí. Cinntíonn sé sin go bhfeicfeadh an scoláire é féin, a theaghlach agus a phobal léirithe ar fud na foghlama agus d'fhoghlaimeodh siad luach na héagsúlachta mar fhoinse shaibhriúcháin. Cuireann OSPS, mar sin, le sochaí a thógáil atá aontaithe, atruach agus cothrom; ceann a chuimsíonn gach inscne, gnéasacht, eitneacht, creideamh/dearcadh, aicme shóisialta agus cumas/míchumas.

1 Is éard atá i gceist le gné spioradálta na folláine a bheith in ann uamhan agus iontas a mhothú agus fios a bheith agat go bhfuil brí agus cuspóir leis an saol.

Gnéithe Trasghearrtha



Feasacht

Is inniúlacht í an fheasacht a chuireann lenár gcumas ár smaointe, mothúcháin, luachanna agus iompar a thuiscint. Cuimsíonn sé an tuiscint conas a imríonn tosca difriúla tionchar ar thuiscint ár nádúir féin agus conas a chaitheann muid ár saol, ina n-áirítear tionchar an teaghlaigh, comhscoláirí, an t-idirlíon, inscne, cultúr agus noirm shóisialta. Cuimsíonn an ghné seo tuiscint gurb é is duine ann ná a bheith i mbun caidrimh le daoine eile agus go bhfuil daonnacht, dínit, cearta agus freagrachtaí i bpáirt againn.

Dialóg

Trí theagasc agus trí fhoghlaim dhialógach, cuidítear leis an scoláire a bheith páirteach le dearcthaí éagsúla; comhrá agus machnamh a dhéanamh ar a dhearcthaí, a luachanna agus a iompraíochtaí agus dearcthaí, luachanna agus iompraíochtaí daoine eile; a thuiscintí ar thopaicí ábhartha dá shaol a mhéadú; agus teacht ar chinntí eolasacha, smaointeacha bunaithe ar a luachanna pearsanta, agus aird chuí ar a chearta agus ar a fhreagrachtaí féin agus ar chearta agus ar fhreagrachtaí daoine eile. Nuair a ghlactar leis go mbeidh ilchineálacht na gcúlraí, na bhféiniúlachtaí, na gcultúr

agus na taithí i ngach seomra ranga agus feictear mar acmhainn le haghaidh foghlama é sin, cuidítear le dialóg mheasúil

Machnamh agus gníomh

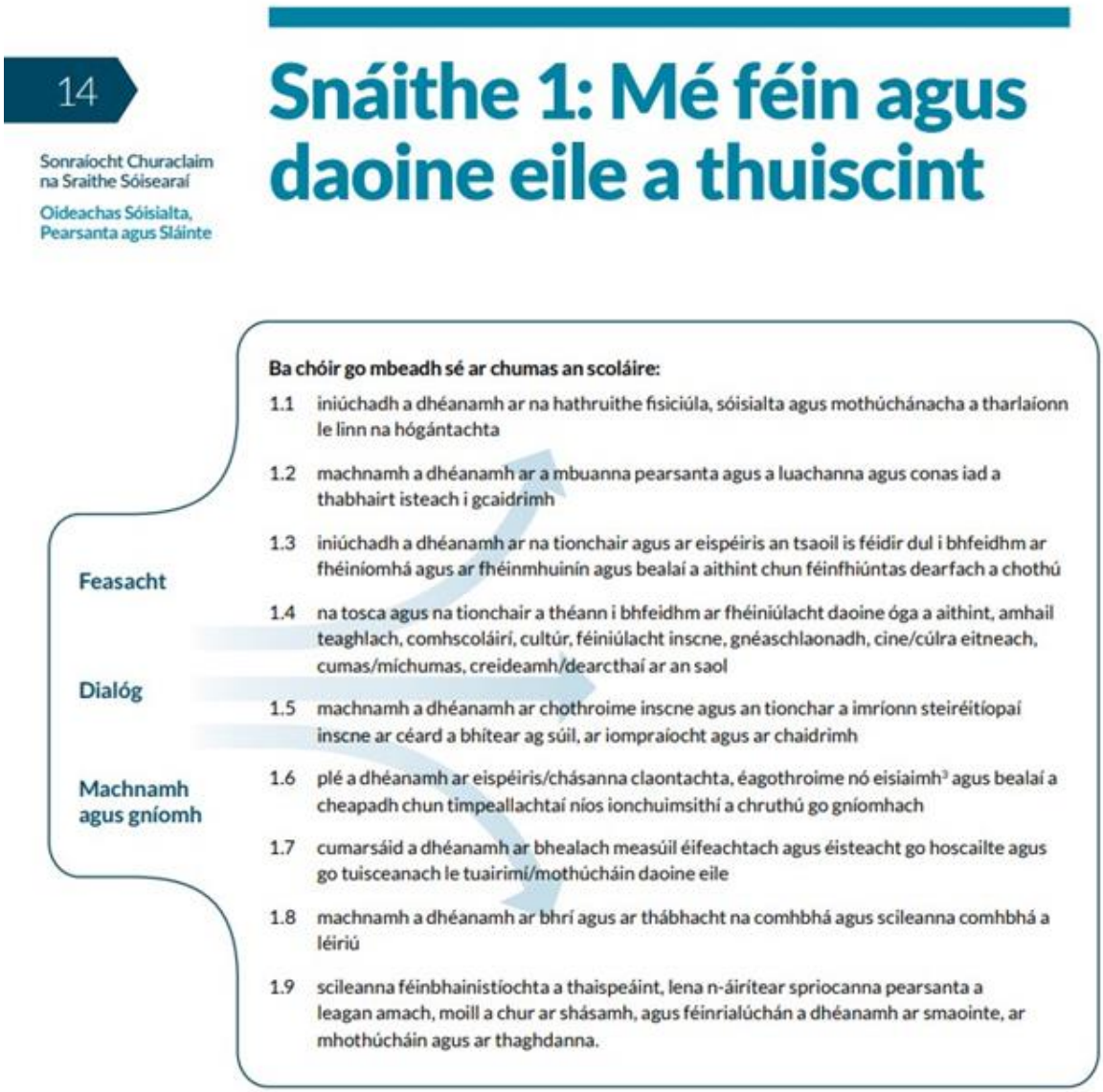
Díríonn an ghné thrasghearrtha seo ar an scoláire ag déanamh machnamh ar a bhfuil foghlamtha aige agus ag teacht ar a léargas agus a chonclúidí pearsanta féin mar fhreagairt ar a fhoghlaim. Cuireann sí ar chumas an scoláire cuimhneamh ar an gcaoi ar féidir leis an bhfoghlaim eolas a chur ar fáil dá chuid roghanna, iompair agus caidreamh, agus ag déanamh amach cén bhaint atá ag an bhfoghlaim lena shaol anois agus amach anseo. Is 'praitic' í an fhoghlaim in OSPS; próiseas leanúnach de mhachnamh criticiúil agus gníomh, á chothú ag dialóg le daoine eile.

Príomh-Scileanna agus Tascairí na Folláine





Gníomhaíocht Siúlóide an Leabhair': Faoi stiúir na Sonraíochta; na Snáitheanna & na dTorthaí Foghlama



Cad atá nua?

Cén chuid den snáithe ina bhfuil spéis agat ann?

15

Sonraíocht Churaclaim na Sraithe Sóisearaí

Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte

Snáithe 2: Roghanna sláintiúla a dhéanamh

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Feasacht

2.1 machnamh a dhéanamh ar ilghnéitheacht na sláinte agus na folláine, agus a mheas céard is sláinte ann d'ógánaigh dhifriúla, agus conas a chuireann bia, gníomhaíocht choirp, codladh/scíth agus sláinteachas le sláinte agus folláine san áireamh

2.2 iniúchadh a dhéanamh ar conas a mhargaítear agus a fhógraítear táirgí míshláintiúla (nicitín, galtoitíní, alcól, agus bia agus deochanna míshláintiúla)

2.3 plé a dhéanamh ar na tionchair shochaíocha, chultúrtha agus eacnamaíocha a théann i bhfeidhm ar dhaoine óga tráth roghanna sláintiúla a dhéanamh i dtaobh caitheamh tobac, alcóil agus substaintí agus iompraíochtaí andúile eile, agus plé a dhéanamh ar conas is féidir na dúshláin sin a shárú i gcásanna fíorshaoil

Dialóg

2.4 scileanna agus straitéisí a thaispeáint a chuidíonn le roghanna eolacha a dhéanamh a thacaíonn le sláinte agus folláine agus iad a chur i bhfeidhm i gcásanna san fhíorshaol a d'fhéadfadh a bheith strusmhar agus/nó ina bhfuil piarbhrú i gceist

2.5 plé a dhéanamh ar na hiarmhairtí fisiciúla, sóisialta, mothúchánacha agus dlíthiúla a ghabhann le húsáid substaintí andúile (láithreach agus fadtéarmach)

Machnamh agus gníomh

2.6 machnamh a dhéanamh ar na cásanna inar féidir go mbainfí úsáid as alcól, nicitín, drugaí, bia agus scáileáin chun déileáil le mothúcháin mhíthaitneamhacha nó le strus agus plé a dhéanamh ar bhealaí sláintiúla a bhféadfaí déileáil leo

2.7 measúnú a dhéanamh ar na buntáistí agus na deacrachtaí a bhaineann lena shaol ar líne agus straitéisí a phlé chun déileáil le raon cásanna a d'fhéadfadh teacht chun cinn

2.8 plé a dhéanamh ar conas eolas pearsanta, íomhánna, tuairimí agus mothúcháin a chomhroinnt ar bhealach sábháilte, freagrach, agus measúil ar líne agus aghaidh ar aghaidh

2.9 iniúchadh a dhéanamh ar na fáthanna a roinneann daoine óga íomhánna gnéis ar líne, agus na rioscaí agus na hiarmhairtí a bhaineann lena leithéid a fhiosrú

2.10 a léiriú conas seirbhísí, tacaíochtaí agus faisnéis atá cuí agus iontaofa maidir le sláinte agus folláine, a fháil agus a mheas.

Cad atá nua?

Cén chuid den snáithe ina bhfuil spéis agat ann?

16

Sonraíocht Churaclaim na Sraithe Sóisearaí

Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte

Snáithe 3: Caidrimh agus gnéasacht

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Feasacht

3.1 machnamh a dhéanamh ar na luachanna, iompraíochtaí agus scileanna a cabhraíonn le caidrimh a chothú, a choinneáil agus a chríochnú go measúil (cairde, teaghlach agus caidrimh rómánsúla/dhlúthphearsanta)

3.2 scrúdú a dhéanamh ar na buntáistí agus na deacrachtaí a bhfuil taithí ag daoine óga orthu i gcaidrimh éagsúla — cairdeas, caidrimh theaghlaigh, agus caidrimh rómánsúla/dhlúthphearsanta

3.3 comharthaí de chaidrimh shláintiúla, mhíshláintiúla agus mhí-úsáide a aithint

3.4 tuiscint a fháil ar a thábhachtaí atá sé teorainneacha sláintiúla a leagan síos i gcaidrimh idirphearsanta agus machnamh a dhéanamh ar conas meas a léiriú ar theorainneacha daoine eile

Dialóg

3.5 machnamh a dhéanamh ar a thábhachtaí atá sé aire a thabhairt dá shláinte atáirgthe

3.6 tuiscint a fháil ar gach a bhfuil i gceist le gnéasacht an duine, agus ar an gcaoi a mbraitear agus a léirítear gnéaschlaonadh agus féiniúlacht inscne ar bhealaí éagsúla

Machnamh agus gníomh

3.7 iniúchadh a dhéanamh ar na brúnna atá ann páirt a ghlacadh i gcaidreamh gnéis agus plé leis na bealaí chun meas a léiriú ar roghanna daoine

3.8 léirthuiscint a thaispeáint ar a thábhachtaí agus atá sé toiliú a lorg, a thabhairt agus a fháil i gcaidrimh ghnéasacha, ó chaidrimh chomhbhácha idirphearsanta a thógáil agus ón dearcadh dlíthiúil

3.9 míniú a dhéanamh ar an tábhacht a bhaineann le gníomhaíocht ghnéasach níos sláintiúla le tagairtí do mhodhanna frithghiniúnacha agus do chosaint ar ionfhabhtuithe gnéas-tarchurtha (STInna)

3.10 plé a dhéanamh ar thionchar an chultúir choitinn agus an tsaoil ar líne (tionchar na pornagrafaíochta go háirithe) ar thuiscint, ar ionchais agus ar noirm shóisialta daoine óga ó thaobh léiriú gnéasachta de

3.11 a léiriú conas comhairle chuí agus iontaofa, tacaíocht agus seirbhísí a bhaineann le caidrimh agus sláinte ghnéis a fháil agus a mheas.

Cad atá nua?

Cén chuid den snáithe ina bhfuil spéis agat ann?

17

Sonraíocht Churaclaim na Sraithe Sóisearaí

Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte

Snáithe 4: Folláine mhothúchánach

Ba chóir go mbeadh sé ar chumas an scoláire:

Feasacht	4.1	plé a dhéanamh ar nádúr solúbtha na folláine mothúchánaí agus ar bhealaí chun í a chothú agus a chosaint
	4.2	a chuid mothúchán a aithint agus a admháil agus na naisc idir smaointe, mothúcháin agus iompraíocht a aithint
	4.3	machnamh a dhéanamh ar thionchar an struis agus a bheith in ann leas a bhaint as teicnící éagsúla chun mothúcháin a fhéinrialú agus déileáil le struis an tsaoil ó lá go lá
Dialóg	4.4	plé a dhéanamh ar bhealaí chun tacaíocht a thabhairt dó féin agus do dhaoine eile i dtréimhsí dúshlánacha agus cén áit/cén chaoi/cén t-am le tacaíocht a lorg, más gá
	4.5	iniúchadh a dhéanamh ar an dóigh ar féidir le tosca a bhfuil smacht againn orthu (amhail codladh, aiste bia, aclaíocht, úsáid substaintí agus gníomhaíocht ar líne), agus tosca nach bhfuil smacht againn orthu, dul i bhfeidhm ar fholláine mhothúchánach
Machnamh agus gníomh	4.6	iompraíochtaí éagsúla mí-úsáideacha agus bulaíochta a d'fhéadfadh tarlú le linn idirghníomhaíochtaí ar líne agus aghaidh ar aghaidh a aithint
	4.7	míniú a thabhairt ar a thábhachtaí atá sé iompraíochtaí éagsúla mí-úsáideacha nó bulaíochta — a d'fhéadfadh tarlú ar bhonn aghaidh ar aghaidh nó ar líne — a thabhairt faoi deara agus freagairt dóibh, agus freagairtí oiriúnacha a phlé (cén fáth, cén chaoi, cén áit agus cén uair is cóir iad a thuairisciú)
	4.8	na fáthanna nach seastar an fód a fhiosrú agus gníomhaíochtaí is féidir le daoine óga a dhéanamh, gan iad féin a chur i mbaol a aithint, i gcásanna ina bhfuil siad ar an eolas faoi eachtraí mí-úsáideacha nó bulaíochta
	4.9	a léiriú conas eolas agus seirbhísí cuí agus iontaofa a fháil agus a mheas, cinn atá dírithe ar thacú le` folláine mhothúchánach agus meabhairshláinte daoine óga.

Cad atá nua?

Cén chuid den snáithe ina bhfuil spéis agat ann?

Aguisín 1: Gluais phríomhthéarmaí OSPS

Lth 21

Caidrimh rómánsúla nó dhlúthphearsanta: chun crích na sonraíochta seo tagraíonn sé do chaidrimh a bhfuil cairdeas agus níos mó san áireamh iontu lena n-áirítear mealladh gnéasach agus d'fhéadfadh gean, saobhghrá, dúil, agus collaíocht a bheith ina measc.

Duine Gníomhach: duine a fheiceann agus a aithníonn eachtra dhochrach nó eachtra a d'fhéadadh a bheith dochrach agus ní thugann siad droim láimhe uirthi.

Duine Neamhghníomhach: duine atá ar an láthair nuair a tharlaíonn rud éigin agus feiceann siad an eachtra ach ní ghlacann siad aon pháirt inti.

Féiniúlacht inscne: eispéireas inmheánach aonair a mhothaíonn daoine ag baint lena n-inscne, a thagann, nó nach dtagann, leis an ngnéas a cláraíodh tráth na breithe.

Folláine mhothúchánach: a bheith feasach faoina mothúcháin féin, a bheith in ann na mothúcháin sin a bhainistiú agus a léiriú go cuí agus a bheith in ann déileáil le deacrachtaí agus cásanna strusmhara. Tagann athruithe ar fholláine mhothúchánach agus baineann sé le cumas duine thuas seal agus thíos seal an tsaoil a bhainistiú. Ní hionann í agus an sonas, atá neamhbhuan. Cuireann an cúrsa seo folláine mhothúchánach chun cinn do gach scoláire agus cé nach ndíríonn sé ar fhadhbanna meabhairshláinte ar leith (amhail dúlagar, imní), a dteastaíonn tacaíocht phroifisiúnta uathu thar an seomra ranga, cuidíonn sé leis an scoláire féinfheasacht agus na scileanna a fhorbairt chun a bhfolláine mhothúchánach a thacú agus a chosaint i rith a shaoil.

Gnéas: na tréithe bitheolaíocha agus fiseolaíocha atá fireann nó baineann. Nuair a thagann páistí ar an saol, déantar a ngnéas a chinneadh nó a 'shannadh' ar bhonn a gcuid ball giniúna seachtrach den chuid is mó; is iondúil, ach ní i gcónaí, go mbíonn sé seo ina léiriú ar a gcomhdhéanamh hormónach agus crómasómach inmheánach.

Gnéasacht: gnéithe an duine lena n-áirítear gnéas bitheolaíoch, gnéaschlaonadh, féiniúlacht inscne, léiriú gnéasach, fantaisíochtaí gnéasacha, dearcthaí agus luachanna a bhaineann le gnéas. Is féidir le gnéithe gnéasachta athrú agus muid ag dul in aois agus nuair a bhíonn caidrimh dhifriúla againn. (Féach an roth gnéasachta).

Gnéaschlaonadh: cumas an duine do mhealladh mothúchánach agus gnéasach do, agus caidrimh dhlúthphearsanta agus ghnéasacha le, duine d'inscne dhifriúil, nó an inscne chéanna nó níos mó ná inscne amháin. Ní mhothaíonn roinnt daoine mealladh gnéasach nó bíonn leibhéil ísle de mhealladh gnéasach acu, agus tugtar éighnéasacht air seo.

Gníomhaíocht ghnéasach/dlúthchaidreamh gnéis: réimse gníomhaíochtaí lena n-áirítear pógadh, teagmháil, cuimilt agus caidreamh collaí (ina gcineálacha éagsúla) a bhaineann le pléisiúr gnéasach a thabhairt agus a fháil. Féadann na gníomhaíochtaí seo a bheith aonarach nó le daoine eile.

Gníomhaire: duine atá ar an láthair nuair a tharlaíonn rud éigin agus labhraíonn siad amach nó déanann siad rud ar son duine aonair nó ar son cúise, idirghabháil a dhéanamh ar son duine éigin atá i mbaol dochair nó ionsaithe go háirithe. Is geall le Duine Gníomhach é. Inniúlacht sa tsláinte: na hacmhainní agus na hinniúlachtaí pearsanta atá de dhíth le go bhféadfaidh daoine rochtain a fháil ar fhaisnéis agus ar sheirbhísí agus í/iad a thuiscint, a mheas agus a úsáid, ar mhaithe le cinntí a dhéanamh faoi chúrsaí sláinte. Áirítear leis freisin an cumas chun na cinntí sin a chur in iúl, a dhearbhú agus gníomhú ina leith.

Inscne: Na tosca sóisialta agus cultúrtha a théann i bhfeidhm ar a bhfuil i gceist le bheith fireann agus baineann, .i. na róil, iompraíochtaí, gníomhaíochtaí agus tréithe sóisialta a mheasann sochaí ar leith a bheith oiriúnach d'fhir agus do mhná. Is tábhachtach inscne a idirdhealú ó 'gnéas', ní a thagraíonn do na tréithe bitheolaíocha agus fiseolaíocha atá fireann nó baineann (féach an sainmhíniú ar ghnéas thíos).

Iompraíocht bhulaíochta: iompraíocht d'aon ghnó a dhéantar arís agus arís le himeacht aimsire ag grúpa nó duine aonair a bhfuil rún acu gortú nó pian a dhéanamh trí theagmháil fhisiciúil, ionsaithe ó bhéal nó ionramháil shíceolaíoch.

Iompraíocht mhí-úsáideach: téarma ginearálta a áiríonn iompraíochtaí éagsúla a d'fhéadfadh a bheith ionsaitheach go follasach nó faoi cheilt, comhéigneach, smachtaithe, ciapach, imeaglaithe, leithlisithe, nó bagrach. D'fhéadfadh an iompraíocht mhí-úsáideach tarlú ar bhonn aonuaire e nó arís agus arís eile, d'aon turas nó neamhbheartaithe.

Iompraíocht: tagraíonn sé don bhealach ina n-iompraíonn daoine nó a gcaitheann siad leo féin nó le daoine eile. Is cabhair é breathnú ar iompraíocht mar chontanam. Is féidir le hiompraíocht a bheith oiriúnach, cuidiúil, tacúil, measúil, neodrach, mí-oiriúnach, mí-chuidiúil, mí-thacúil, dímheasúil, nó dochrach (go fisiciúil nó go síceolaíoch) fiú. D'fhéadfaí a áireamh le hiompraíocht dhochrach iompraíochtaí mí-úsáideacha agus iompraíochtaí bulaíochta. Tá féinfheasacht agus tuiscint maidir le tionchar iompraíochta dé dhíth chun ár n-iompraíocht a aithint agus a thuiscint, agus is í an chéad chéim í chun dul i ngleic le hiompraíochtaí is mian linn a athrú.

Iompraíochtaí andúile: i gcomhthéacs na sonraíochta seo, tagraíonn sé seo d'iompraíochtaí andúile a bhféadfadh daoine óga a bheith ina mbun, ar nós úsáid alcóil/substaintí, cluichíochta, cearrbhachais agus andúil sna meáin shóisialta. Léiriú gnéasach: na bealaí éagsúla a léirímid ár ngnéasacht. Cuimsíonn sé cumarsáid agus

glacadh le grá, mothúchán a léiriú, pléisiúr a thabhairt agus a fháil, a bheith ar ár gcumas smacht a choimeád ar iompraíocht ghnéasach agus atáirgthe.

Noirm shóisialta: na rialacha neamhscríofa a bhaineann le creidimh, dearcthaí, agus iompraíochtaí a mheastar gurb inghlactha iad i ngrúpa sóisialta nó cultúr áirithe. I gcomhthéacs na hoibre le daoine óga tá sé tábhachtach noirm shóisialta a cheistiú agus critíc a dhéanamh orthu, go háirithe iad siúd atá dochrach, mí-chuidiúil nó nach léiríonn céard is tábhachtach do dhaoine.

Scileanna sóisialta agus mothúchánacha: i gcomhthéacs na sonraíochta seo tagraíonn scileanna sóisialta agus mothúchánacha d'fhéinfheasacht, d'fhéinbhainistíocht, do chinnteacht fhreagrach, do scileanna caidrimh agus d'fheasacht shóisialta mar a leagtar amach sa Chreat Scileanna Sóisialta agus Mothúchánacha CASEL.

Sláinte atáirgthe: i gcomhthéacs OSPS na Sraithe Sóisearaí, is éard atá i gceist foghlaim faoi thorthúlacht agus conas í a chosaint, agus foghlaim faoi mhíostrú. Sláinte: staid d'fholláine iomlán fhisiciúil, mheabhrach agus shóisialta agus ní easpa galair nó éiglíochta amháin. Steiréitíopaí: cur síos a dhéanamh ar dhuine, ar ghrúpa nó ar chultúr atá bunaithe ar réimse gnéithe, iompraíochtaí nó gníomhaíochtaí a ndéantar talamh slán díobh.

Toiliú: croíphrionsabal a bhaineann le gach caidreamh idirphearsanta measúil; is éard atá i gceist leis ná aitheantas agus meas ó thaobh teorainneacha an duine féin agus teorainneacha daoine eile agus deimhniú a dhéanamh i gcónaí mura bhfuiltear cinnte faoi. Déantar toiliú i dtimpeallacht ghnéis a shainmhíniú i ndlí na hÉireann mar seo a leanas: "toilíonn duine le gníomh gnéasach má aontaíonn sé nó sí dá d(h)eoin féin agus dá s(h)aorthoil féin gabháil don ghníomh sin." Is é is aois toilithe ann in Éirinn chun páirt a ghlacadh i gcaidreamh collaí ná 17 mbliana d'aois.

Úsáid substaintí: i gcomhthéacs na sonraíochta seo, tagraíonn úsáid substaintí d'alcól, do nicitín, do vápáil agus do dhrugaí.

(NCCA, 2023, pp. 21- 22)

Tar éis na Snáithe, Torthaí Foghlama agus Gluais phríomhthéarmaí OSPS uasdáthaithe a léamh;

An bhfuil aon téamaí ag teacht chun cinn ó na torthaí foghlama?

Seisiún 2

CNCM Curaclaim ar line

OSPS/OCG Uirlisí Úsáide

https://www.curriculumonline.ie/Junior-Cycle/Short-Courses/SPHE/

Tréithe do Mhúinteoir

Cén tréithe a bhí ag an múinteoir an dóigh leat?

Cén scileanna a bhí sealbhaithe acu?

Conas mar a chuaigh an tréith/scil seo i bhfeidhm ort?

Ag Ullmhú don Teagasc Acmhainní Úsáide

https://www.curriculumonline.ie/Junior-Cycle/Short-Courses/SPHE/SPHE-RSE-toolkit/Myself-as-an-SPHE-teacher/?lang=ga-ie

Gníomhaíocht Mhachnaimh - Ag Ullmhú don Teagasc Acmhainní Úsáide CNCM

Cén **Ceangailt** a rinne tú leis an doiciméid ó do chuid taithí ranga féin?

Ar fhoghlaim tú aon rud **Nua?**

An bhfuil aon **Cheist** eile agat?

Ag féachaint orm féin agus ar an méid a bhím ag brig leis an seomra ranga


Ag Ullmhú don Teagasc

1

Féachaint Orm Féin agus an Méid a Thugaim Liom chuig an Seomra Ranga

Bíonn meascán casta d'fhorbairt eolais, scileanna, dearcthaí, luachanna agus iompraíochta i gceist leis an teagasc. Is tábhachtach ach go háirithe bheith féin-eolach faoin méid a thugaimid chuig an seomra ranga agus faoi na bealaí ina 'múinimid cé muid' i gcomhthéacs OSPS/OCG a theagasc.

Ciallaíonn féinfheasacht machnamh a dhéanamh ar an gcaoi ar mhúnlaigh do chuid eispéireas, luachanna agus creideamh (agus claontaí féidearthacha) féin do thuiscint ar chaidrimh agus ghnéasacht agus smaoineamh faoin éifeacht a d'fhéadfadh a bheith acu ar do chur chuige i dtreo OSPS/OCG a theagasc agus do chuid freagraí ar dhearcthaí, eispéiris agus thuairimí difriúla scoláirí.

Ós rud é go ndéantar gach duine a shóisialú sa tsochaí, sa teaghlach agus sa phobal ina bhfásann siad aníos, ní hann ionadh go bhfréadfadh go dtiocfadh scoláirí agus múinteoirí leo luachanna agus dearcthaí difriúla agus tionchar orthu ag an tógáil a fuair siad, a n-oideachas, a gcuid creideamh reiligiúnach agus eispéireas. Is í féinfheasacht faoi bhunús do chuid creideamh agus dearcthaí féin an chéad chéim thábhachtach i dtreo bheith in ann idirphlé oscailte agus neamhbhreithiúnach a éascú sa seomra ranga. Teastaíonn sin ionas gur féidir le scoláirí bheith oscailte agus macánta agus ionas go gcruthaítear timpeallacht seomra ranga ina mhothaíonn gach duine muinteartas agus ina mhothaíonn siad go léirítear meas ar a gcuid féiniúlachtaí.

Má táthar féinfheasach agus compordach leis an ábhar is mó an difríocht a dhéanfaidh sé agus tú ag plé leis na scoláirí. Trí thaighde a dhéanamh ar ábhair roimh ré, plé leis na hacmhainní san fhearas acmhainní seo, freastal ar oiliúint nuair is féidir, agus pleanáil go comhoibríthreach le múinteoirí eile cabhrófar leat le mothú níos compordaí agus níos muiníní

Topaicí ábhartha eile

An inúsáideoir mar éascaitheoir foghlama

Cad iad na tréithe a bhaineann le seomra ranga OSPS/OCG sáraithe?

Cén sórt seomra ranga OSPS/OCG a bhíonn ionchuimsitheach?

Plé le nochtadh faoi dhrochúsáid ghnéasach

Ag plé le comhráite logaithe/díshlánacha

Ábhar Machnaimh:

- An raibh míshuaimhneas féin ar fhoghlaim san OCG (sa bhaile agus ar scoil) mar ullmhúchán dearfach agus úsáideach, mar shampla
  - Cérbh iad na gnéithe cuiditiú de na nithe a d'fhoghlaim mé nuair a rinneadh OCG a theagasc dom?
  - Cérbh iad na gnéithe nár chuidigh liom agus cén áit?
  - Cén teachtaireachtaí a d'fhoghlaim mé agus cén difríochtaí atá eatarthu siúd agus an fhís don OCG atá mar bhonn don churaclam anois?
- Machnamh ar m'fhéiniúlacht féin – gnéasach, inscne agus aon ghnéithe eile a d'fhéadfadh a bheith ábhartha mar, creideamh, féiniúlacht eitneach, cumas – cén tionchar a d'fhéadfadh a bheith acu ar an gcaoi a bhfreagraím do cheisteanna agus do phlé sa seomra ranga?
- Cad iad mo chuid creideamh agus tuairimí féin faoi ról inscne, gnéasacht, iompraíocht ghnéasach?
- Cad a d'fhéadfadh cabhrú liom chun mo chuid eispéireas/tuairimí/bonn tuisceana féin a láimhseáil agus ligean dul i ngleic le hábhair ar bhíobach oscailte agus cuimsitheach?
- Conas is féidir liom fiosmheas agus fiorthuiscint a léiriú ar na dearcthaí agus na luachanna éagsúla a d'fhéadfadh a theacht chun cinn agus na cioslluachanna a dhearbhú mar atá comhionannas, meas agus cearta agus freagrachtaí daonna?
- Cad iad na hábhair is mó a mothaím compordach á dteagasc agus cad iad na hábhair is lú a mothaím compordach á dteagasc? Conas is féidir liom dénéall leis sin? Mar shampla, ar chabhair é labhairt le comhghleacaí nó na fuomhainní san fhearas acmhainní seo a léamh go cúramach?
- An bhfuil mé in ann aon ábhair inmí a chur in iúl maidir le múineadh faoin ábhar gnéasach logair a bhaineann le OCG? Conas is fearr mé féin a ullmhú agus tacú liom féin?
- Cén cáilíochtaí atá agam a chabhróidh liom le plé ar an mbealach is éifeachtaí leis na scoláirí?


Ag Ullmhú don Teagasc

1

Cén sórt seomra ranga OSPS/OCG a bhíonn ionchuimsitheach?

Níl aon tréith ann arb ionann agus gnáth-thréith do pháiste nó duine óg í. Tagann páistí agus daoine óga chuig an bhfoghlaim in OSPS/OCG ó réimse leathan cúlraí agus eispéireas, agus le féiniúlachtaí éagsúla. Ní tóstar glacadh lena chéile agus ceiliúradh a dhéanamh ar a chéile lenár n-uathúlachtaí uile.

Smaoinigh ar na héagsúlachtaí go léir i do sheomra ranga OSPS/OCG - éagsúlacht cúlraí teaghlaigh, cumas, féiniúlachtaí inscne, gnéaschlaontaí, imthosca socheacnamaíocha, cultúr, creideamh agus a thuilleadh nach iad.

Is ionann seomra ranga OSPS/OCG ionchuimsitheach agus ceann inar féidir leis an scoláire dul i ngleic leis an éagsúlacht ar bhealach measúil. Bunaltear é ar dhearcadh ar an duine aonair agus ar athruithe idir daoine mar acmhainn lenar féidir beatha agus foghlaim a chéile a shaibhriú.

Is féidir leis na **straitéisí** sin cuidiú chun seomra ranga a chruthú ina mbraitheann gach duine muinteartas dá chéile.

- Forbairt caidrimh chomhbhácha – téigh i dtaithí ar ainmneacha agus sloinnte scoláirí chomh luath agus is féidir, agus léirigh spéis agus bá dóibh taobh istigh den seomra ranga agus lasmuigh de.
- Bunaigh conradh agus atmaisféar sa seomra ranga ina gceadaítear do scoláirí pléiti ionraic a dhéanamh, éisteacht le meas leo agus a bheith oscailte le tuairimí agus eispéiris éagsúla óna gcinn féin a chloisteáil.
- Bain leas as urlabhra measúil agus comhbhách nuair a bhítear ag labhairt faoi dhaoine, agus labhair le scoláirí má bhaineann siad leas as urlabhra dímheasúil nó má léiríonn siad iompraíocht idirdhealaitheach, fiú mura mbíonn siad ach "ag magadh" nó "ag spochadh". Is tástáil mhaith le seiceáil an urlabhra measúil/dímheasúil atá ann is ea an cheist a chur ar na scoláirí iad féin dá mba mhaith leo go mbainfí leas as an bhríostal sin mar chur síos ar dhuine cearnúil leo.
- Má dhealraítear go bhfuil rang éigin cuibheasach aonchineálach (mar shampla, i dtéarmaí eitneachais, cúlra socheacnamaíoch, srl.), déan do cheacht a theagasc agus timpeallacht níos éagsúla á samhlú. Mar shampla, samhlaigh an chaoi a n-áireofá dá mbeadh duine éigin ó chultúr éigin eile ag éisteacht agus ag faire ar an teagasc agus foghlaim? Tabhartaidh sé sin cumhdach i gcoinne sleamhnú isteach i dtreanga choimhthíthe.
- Tabhair tacaíocht do scoláirí dearcthaí, eolas agus scileanna a fhorbairt d'aithint agus aghaidh a thabhairt ar steiréitíopaí, claontachtaí, éagsúlacht leithcheal.
- Agus cinneadh á dhéanamh maidir le modhanna inneachair agus teagaisc, déan cinnte de go n-áireofar samplaí, cásanna, cás-staidéir, srl. leo ina léirítear spectream bheatha, eispéiris agus fhéiniúlachtaí páistí agus daoine óga.
- Glac leis go bhfaighfear éagsúlacht i measc do scoláirí, fiú mura bhfeiceann tú féin í — is féidir nach bhfeicfidh tú nó nach feaiach duit ar go leor gnéithe de bheatha, féiniúlachtaí agus cúlraí na scoláirí. Mar shampla, meabhraigh agus tú i mbun teagaisc go mbeidh scoláirí LADTAI+ i ngach aon rang, nó go mbeidh scoláirí agat a bhfuil cairde, baill teaghlaigh nó daoine muinteartha LADTAI+ acu.
- Cruthaigh spás fisiceach ionchuimsitheach trí íomhánna a thaispeáint ina léirítear éagsúlacht d'eispéiris daoine óga, m.sh. íomhánna d'aonaid teaghlaigh éagsúla, cineálacha éagsúla caidreamh, eolas faoi sheirbhísí óige, eolas faoin tsláinte agus faoin bhfóláine, lena n-áirítear faisnéis ábhartha do scoláirí LADTAI+.
- Tabhair cead cainte do chách. Cinntigh go mbíonn deiseanna comhionanna ag gach scoláire tuairimí a nochtadh go measúil agus go leochaileach, ag tabhairt san áireamh leibhéil chompoird, aibíochta agus oscailteachta éagsúla na scoláirí. Ceadaigh leo go rialta go mbíonn sé sin ag tarlú.
- Bain úsáid as teanga ionchuimsitheach, dhearfach agus neodrach ó thaobh inscne de.

Cad a bhí cabhrach sna doiciméid a d'fhéadfaí tacú le do chleachtais ranga? Scríobh roinnt nótaí le do thoil.

Ag plé le comhráite íogaire/dúshlánacha


Ag Ullmhú don Teagasc

Ag plé le comhráite íogaire/dúshlánacha

Cad a bhí cabhrach sna doiciméid a d’fhéadfaí tacú le do chleachtais ranga? Scríobh roinnt nótaí le do thoil.

Cás Staidéir

Diana:



Tá cás-staidéir á léamh ag Diana le rang OSPS sa dara bliain faoi íomhá coirp. Nuair a lorgaíonn sí aiseolas ón rang bunaithe ar na ceisteanna, tosaíonn ball ranga amháin dá, Sophie, ag insint don rang faoi neamhord itheacháin a deirféar.

Conas a d'fhéadfadh le Diana freagra a thabhairt air seo le linn an ranga?

An bhfuil aon rud a d'fhéadfadh le Diana a phlé le Sophie ag deireadh an ranga?

An bhfuil aon rud a d'fhéadfadh le Diana díriú isteach air ina seomra ranga OSPS tar éis an ráitis áirithe seo?

Jack



Chruthaigh Jack roinnt pleananna ceachta bunaithe ar an bhfíseán 'Tea and Consent' lena rang sa tríú bliain. Agus iad i mbun plé ag a mboird éagsula, cloiseann sé duine dá dhaltaí, Lauren, ag insint do na daltaí eile ag an mbord go mbraitheann sí nach féidir léi diúltiú riamh, ar fhaitíos go mbeadh drogall ar dhaoine eile caidreamh a bheith acu léi.

Conas a d’fhéadfadh le Jack freagra a thabhairt air seo le linn an ranga?

Cad a d’fhéadfadh le Jack a mheabhrú do na daltaí?

Cad ba cheart do Jack a dhéanamh tar éis an ranga?

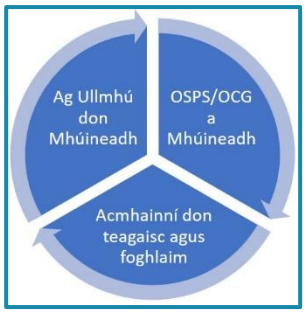
An bhfuil aon rud a d’fhéadfadh le Jack díriú isteach air ina seomra ranga OSPS tar éis an ráitis áirithe seo?

Emma



Tá sé beartaithe ag Emma dul i ngleic leis an topaic tabac a chaitheamh agus vápáil i Mí Éanair lena rang sa chéad bhliain. Tá sé ar intinn aici tacaíochtaí agus dushláin do dhaoine óga a lua i dtaobh roghanna faoi chaitheamh tabac, vápáil agus iompair andúile eile. Tá sí feasach ar go bhféadfadh leis na ceachtanna seo cur isteach ar *Mikey,* scoláire dá cuid sa chéad bhliain. Bhí andúil ar dhearthair *Mikey* agus d’éag sé le déanaí.

Cad a d’fhéadfadh le hEmma a dhéanamh chun spás sábháilte a chruthú do *Mikey* agus do na daltaí eile roimh ré, i rith agus tar éis an cheachta?

Acmhainní OSPS HSE	Uirlisí Úsáide an CNCM
Junior Cycle SPHE Resources • Understanding Myself and Others • Making Healthy Choices 1 • Emotional Wellbeing 1 • Relationships and Sexuality Education 1	

Cuir chuige Oideolaíochta Éifeachtúil: Díospóireacht Siúil/Plé Ranga


Ag Ullmhú don Teagasc

1

Cuir chuige oideolaíochta éifeachtacha in OSPS

Cuireann an rang OSPS spás ar fáil inar féidir le scoláirí a bheith freastach orthu féin agus foghlaim fúthu féin agus faoina gcairdeamh le daoine eile. Cabhróidh na hoideolaíochtaí a mholtar sa tacar uirlisí seo chun timpeallacht foghlama tarraingteach agus dialógach a chruthú inar féidir le daoine óga plé, díospóireacht, machnamh agus réiteach fadhbanna a dhéanamh ar cheisteanna a bhaineann go mór lena saol anois agus amach anseo.

Cé go bhfuil corpas tábhachtach eolais ann a gcaithfidh scoláirí foghlaim in OSPS, tá forbairt scileanna agus inniúlachtaí luachanna agus dearcthaí chomh tábhachtach céanna. Tá modheolaíochtaí teagaisc rampháirteacha agus dialógacha mar chuid lárnach de theagasc agus d'fhoghlaim éifeachtach in OSPS/OCG toisc go gcumasaíonn na modheolaíochtaí seo d'fhoghlaimeoirí dul i ngleic le réimse de léargais; plé agus machnamh a dhéanamh ar a luachanna, a ndearcthaí agus a n-iompraíochtaí féin agus ar luachanna, dearcthaí agus iompraíochtaí daoine eile; ciall a bhaint as a gcuid foghlama agus an chuid atá leis dá saol agus teacht ar chinntí tuisceanacha.

Agus modheolaíochtaí á moladh againn, nílimid ag moladh gur cheart gach rang a mhúineadh ar bhealach forordaithe nó aonfhoirmeach. Feidhmeoidh máinseoirí breithiúnas agus solúbthacht ghairmiúil maidir leis na straitéisí teagaisc agus foghlama is fearr a oireann do thacaíocht a thabhairt dá gcuid scoláirí chun na torthaí foghlama a bhaint amach, agus iad freastach ar chéim forbartha ar leith, cumas, spéiseanna, riachtanais agus cúlra a scoláirí.

Cuireann **Tinthriail na Foghlama Ó Thaithí** de chuid David Kolb creat tábhachtach ar fáil chun foghlaim a phleanáil in OSPS. Faigh amach faoi anseo sula dtéann tú níos faide. Is féidir na modheolaíochtaí thíos a úsáid agus cóimeanna difriúla á bpleanáil sa timthriall seo.

Bristeoirí Oighir agus cleachtais fuinnmhithe

Is gníomhaíochtaí tapa iad seo is féidir a úsáid chun gnípa a fhaitíonnú nó chun atmaisféar suaimhneach comhoibríoch a chruthú d'fhonn an comhoibriú a chothú. Is féidir roinnt samplaí a fháil anseo

Teicnící scithe agus fócasaithe

Trí theicnící scithe a chleachtadh go rialta in OSPS, is féidir cabhrú chun spás socair a chruthú le haghaidh plé agus machnamh pearsanta. D'fhéadfadh sé a bheith dúshlánach i gcomhthéacs ranga, mar sin coinnigh bunúsach é. D'fhéadfá é seo a úsáid ag tús nó ag deireadh an ranga - d'fhéadfadh sé a bheith ina chleachtadh análaithe, machnamh gairid aireachais, plosa ceoil, dán, athfhíorúil inspioráideach, srl.

Is féidir teacht ar phodchraoladh le teicnící scithe ón tSeirbhís Náisiúnta Tacaíochta Sócaialachta (NEPS) anseo

Tamaing Amáil – Teicnící Féinrialúcháin agus Suaimhnis do Leanaí, a d'fhorbair PDST, le fáil anseo

Bain úsáid as gearrthóga físe, ceol agus meáin chaitlanta

Níl aon teorainn leis an raon de ghearrthóga físe, íricí amhrán, srl a d'fhéadfaí a ionchorprú go húsáideach i bpleanáil ceachta OSPS/OCG. Tá roghnú tomhaiste tábhachtach mar aon le tuiscint shoiléir ar chuspóir na foghlama is mian leat a bhaint amach. Mar shampla, d'fhéadfá gearrthóg físe a roghnú toisc go dtugann sé scéal inspioráideach, toisc go dtugann sé faisnéis nó toisc go dtugann sé treoir maidir le conas cás ar leith a bhaineistiú. Is féidir, trí ghearrthóga de chlár

www.curriculumonline.ie

NCCA



Sílim....

Creidim...

Mothaím...

Aontaím/easaontaím agus is é seo an fáth...

Is smaoineamh suimiúil é sin!

Tuigim go gceapann daoine eile é seo ach tá malairt tuairime agamsa mar...

Tá a fhios agam go bhféadfadh roinnt daoine a rá... cé go bhfeicim rudaí ar bhealach atá beagán difriúil...

An dtuigim i gceart thú, an bhfuil tú ag rá....?

Nílim cinnte cad atá i gceist agat. An bhféadfá rud beag níos mó a rá faoi sin?

Is féidir cuireadh a thabhairt do scoláirí freisin chun teacht aníos le frásaí úsáideacha breise le húsáid agus iad i mbun plé i ngrúpaí beaga nó plé ranga.

Gníomhaíocht: Cá seasann tú? Díospóireacht ranga

Cuir ceist ar na daltaí seasamh san áit sa seomra ina bhfuil na ráitis seo: Creidim…Mothaím …Tuigim… b'fhéidir go ndéarfadh roinnt daoine… cé go bhfeicim rudaí i mbealach difriúl … An bhféadfá níos mó a rá faoi sin?

Nó

Cuir na huimhreacha 1-10 ar an mballa. Cuir 'Aontaím go láidir' nó 'aontaím go hiomlán' os cionn uimhir a 10 agus 'Ní aontaím go láidir' nó 'easaontaím go hiomlán' os cionn uimhir 1. Glaonn an t-eascaitheoir amach ráiteas agus tugtar cuireadh do na rannpháirtithe seasamh ag an spota is mó lena n-ailíníonn a mothúcháin agus a smaointe.

Bain úsáid astu seo a leanas chun plé a spreagadh bunaithe ar na ráitis ón acmhainn *Taisceadáin*:

'Dá mba rud é gur thaitin tú leis an duine i ndáirire, ní chuirfidís brú ort íomhá nocht a sheoladh'
nó
'Tá daoine óga faoi bhrú chun dlúth íomhánna a sheoladh'
nó
'Tá níos mó brú ar chailíní ná ar bhuachaillí chun téacs gnéasach a sheoladh'

Nascann na ráitis leis na Torthaí Foghlama…1.7, 1.8, 2.7,2.8 ,2.9, 3.3, 3.4, 3.5, 4.6 7rl.
Nó
'Tá páistí agus daoine óga leochailleach maidir leis an dochar agus na baoil a bhaineann le halcól, toisc go bhfuil a gcoirp agus a n-inchinní fós ag forbairt.' (Alcohol Action Ireland)

Nascann an ráiteas leis na Torthaí Foghlama 1.1, 1.8,2.2, 2.3, 2.4,2.5,2.6, 2.10, 4.2, 4.5 7rl.

Cairdeas Alex agus Sam

HSE Oideachas Caidrimh agus Gnéasachta Aonad 1 ar lth 29 & 30

Bileog Oibre – Cairdeas Alex agus Sam

Tá Alex agus Sam ina gcairde ó bhí siad sa bhunscoil. Is minic leo a bheith ag comhrá agus ag gáire faoi rudaí a tharla nuair a bhí siad beag. Tá Sam an-mhuiníneach go sóisialta agus i measc na rudaí ar fad a choinníonn an cairdeas ag imeacht tá an meas atá ag Alex ar an gcaoi ar áirigh Sam é i measc a chairde féin i gcónaí, agus tá meas ag Sam ar an gcaoi a bhfuil siad in ann rudaí a inseacht dá chéile nach n-inseoidís don duine eile.

Cé go bhfuil suimeanna den chineál céanna ag Alex agus Sam, tá suimeanna acu araon freisin atá neamhspleách ar a chéile. Is iondúil go gcaitheann Alex a amanna lóin ag iomaíocht sa Chumann Fichille, agus tugann Sam a chuid ama do shiopa na scoile cúpla uair sa tseachtain.

Imreoirí cispheile paiseanta atá iontu beirt. Cúpla seachtain ó shin, fuair Alex áit ar fhoireann na scoile ach ní bhfuair Sam. Rinne Alex iarracht labhairt le Sam faoi ach níor thug Sam aon aird ar a iarrachtaí, ag rá nach aon scéal mór a bhí ann. Ina dhiaidh sin, ní cosúil go mbíodh Sam thart rómhinic agus shocraigh Alex nach eisean a dhéanfadh iarracht an chéad teagmháil a dhéanamh mar go raibh amhras air go raibh Sam éadmhar.

Aréir, bhí Sam sa bhaile agus é ag aireachtáil cráite. Bhí rudaí deacair sa bhaile le tamall anuas agus a post caillte ag mam. Bhí a fhios ag Sam gur rud suarach a bhí ina fhrithghníomhú d'fhógairt na foirne cispheile. Chuir Sam téacs chuig Alex, "tá brón orm go raibh mé i mo phleidhce" agus bhí áthas an domhain air nuair a fuair sé nóta ar ais ar an toirt, "mise freisin; an bhfuil tú ag dul chuig an halla spóirt?"

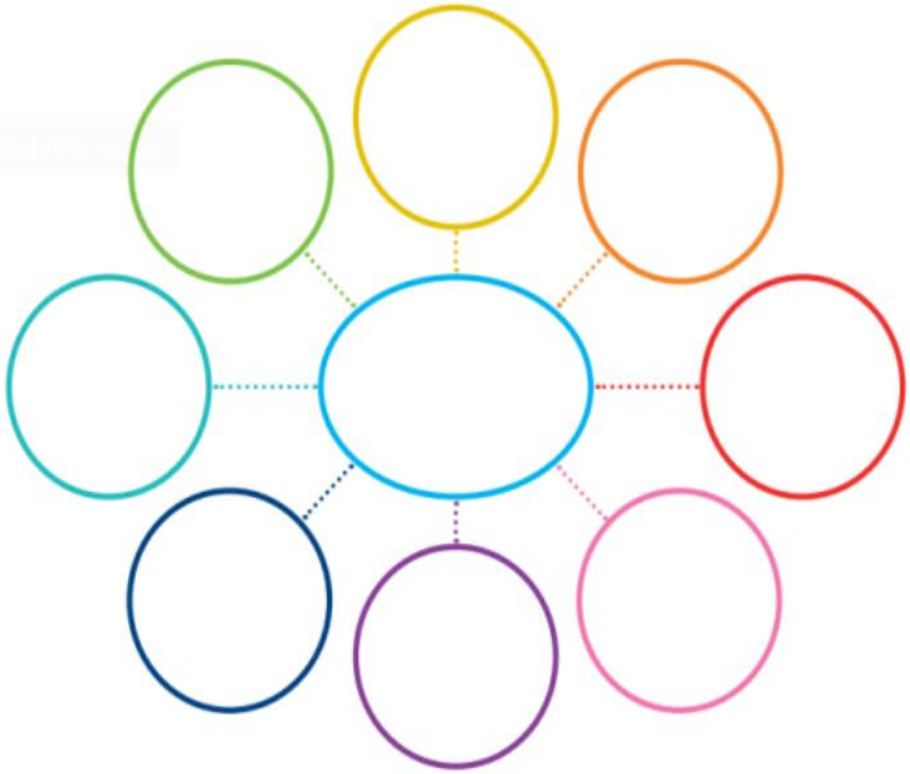
Scríobh síos na Torthaí Foghlama a d'fhéadfaí a cheangailt leis an gcás-staidéir ….

Pointí plé atá molta

- Cad a d'fhéadfadh a bheith déanta go difriúil ag na cairde chun stop a chur leis an gcás fáil níos measa? *(Is í an chumarsáid an chloch cúinne a bhíonn i ngach caidreamh sláintiúil. Chun cosc a chur leis an gcás seo tarlú sa chéad áit, d'fhéadfadh Sam inseacht do chara leis faoin mbealach a raibh siad ag aireachtáil. Mar dhlúthchara, d'fhéadfadh tacaíocht a bheith tugtha ag Alex do Sam nuair ba ghá.)*
- An mbíonn sé sláintiúil riamh deireadh a chur le caidreamh? *(Tá roinnt cúinsí ann ina bhféadfadh sé a bheith níos fearr deireadh a chur le caidreamh. Mar shampla, má bhíonn athrú tagtha ar do chuid mothuithe don duine eile, mura n-airíonn tú go maith fút féin a thuilleadh de bharr an chaidrimh, mura n-airíonn tú go maith a thuilleadh faoin duine eile, mura bhfuil iontaoibh agat as an duine eile nó mura bhfuil iontaoibh ag an té sin asatsa, nó má airíonn tú srianta nó i mbaol, ansin b'fhéidir gur bhfearr deireadh a chur leis an gcaidreamh.*
- Cad a d'fhéadfadh cuidiú le caidreamh míshláintiúil a fheabhsú? *(Cumarsáid idir beirt daoine an eochair chun a fháil amach céard tá ag dul contráilte i gcaidreamh. Sin í an chéad chéim chun feabhas a chur chaidreamh míshláintiúil.)*
- Rud an-normálta do chaidrimh a bheith corrach ag amanna difriúla. Cén fáth a d'fhéadfadh a bheith leis sin? *(B'fhéidir go bhfuil duine amháin sa chaidreamh ag dul trí thrioblóid a bhfuil breis tacaíochta ag teastáil ina leith. D'fhéadfadh sé sin maireachtáil ar feadh uaireanta, laethanta nó seachtainí, ach nuair a bhíonn caidreamh as cor ar feadh tréimhse fada is féidir leis sin luí ar an gcaidreamh. Ní rud maith é do cheachtar duine i gcaidreamh más duine amháin acu a bhíonn ag tabhairt i gcónaí agus an duine eile ag glacadh.*
- Cé na cáilíochtaí agus na saintréithe atá léirithe anseo atá in ann caidreamh láidir, sláintiúil a chothú?
- Cad a d'fhoghlaim tú ón ngníomhaíocht seo?

Cuir chuige Oideolaíochta Éifeachtacha: Ceol mar Ábhar Spreagtha

Nuair atá an t-amhrán á sheinm, scríobh síos na téamaí /príomhfhocail a ritheann leat ón amhrán ar an meabhairmhapa thíos



Cén torthaí foghlama a d'fhéadfá nascadh leis an amhrán seo dá roghnófá é?

An bhfuil an fhéidearthacht ann ceol a úsáid sna ranganna OSPS? Cén fáth?

An bhfuil amhrán nó ábhar spreagtha eile a úsáideann tú nó a d'fhéadfá a úsáid chun plé (comhrá) a spreagadh sa seomra ranga OSPS?

Cuir chuige Oideolaíochta Éifeachtacha: Gearrthóg Fhíse agus Edpuzzle

Ar bhain tú úsáid as Edpuzzle roimhe seo?

Liostaigh **2 dheis** agus **2 dhushlán/shrian** a bhaineann leis an gcuir chuige oideolaíochta seo?

Deiseanna	**Dushláin**
1. ..	1. ..
2. ..	2. ..

An ndéanfá machnamh ar ghearrthóg fhíse a neadú ar Edpuzzle mar cheacht i seomra ranga malartach OSPS?

3-2-1

3 rud nua a d’fhoghlaim tú

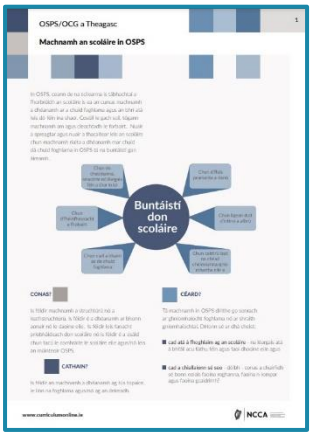
2 rud a chuirfidh tú i bhfeidhm i do rang OSPS

1 rud amháin a dhéanfaidh tú níos mó léitheoireachta air

Lá 2

Úirlisí Úsáide don Machnamh







Machnamh sa Seomra ranga OSPS - SMAOINEAMH/PÉIREÁIL/ROINNT

Conas a thugtar faoi mhachnamh i do ranganna OSPS?

Cén tábhacht a bhaineann le machnamh i do ranganna OSPS?

Cén fhoirmáid a úsáideann tú le do dhaltaí chun machnamh a dhéanamh? … Ó bhéal, i scríbhinn nó an dá rud?

Conas a chabhraíonn machnamh le daltaí lena bhfoghlaim?

An ndéanann tú machnamh mar mhúinteoir agus má dhéanann, cén fáth?

Measúnú Leanúnach san OSPS

Cuir Chuige Cruthaítheacha i leith Measúnú in OSPS/OCG

Cuir Chuige Cruthaítheacha i leith Measúnú in OSPS/OCG



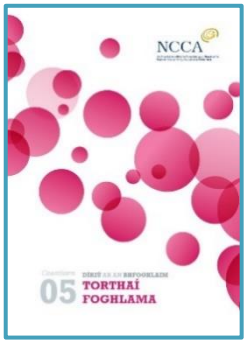
CNCM Fócas ar an bhFoghlaim

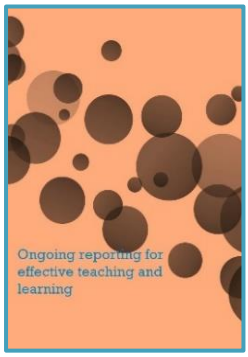












Módanna Measúnaithe-Cuir Chuige Cruthaítheacha i leith Measúnú in OSPS/OCG

Machnamh Aonair

Léigh na cuir chuige chun measúnaithe ar A-Z an mheasúnaithe

Pioc 2/3 cur chuige nua duitse

Conas a d'fhéadfá iad a úsáid sa rang OSPS?

Cleachtas Measúnaithe sa seomra ranga OSPS - Gearrthóg Físe

Tar éis duit an ghearthóg fhíse a fheicéail an bhfuil aon smaointe nua a dhéanfá machnacmh orthu a Úsáid chun tacú le measúnú leanúnach I do sheomra ranga OSPS?

Rannpháirtíocht an Dalta

Rannpháirtíocht an Dalta-Déan nótaí fútha seo a leanas;

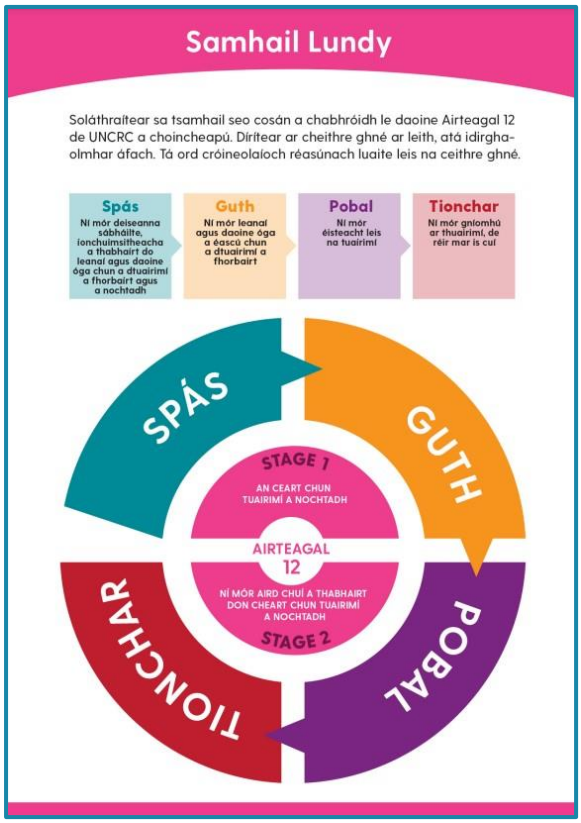
Agus tú ag éisteacht leis an bhfíseán smaoinigh ar:

Conas a chuir na deiseanna do rannpháirtíocht an dalta, barr feabhais ar thaithí ranga an dalta i seomra an mhúinteora (Emma Manning). Tabhair cur síos gairid

Tar éis éisteacht leis an bhfíseán smaoinigh ar:

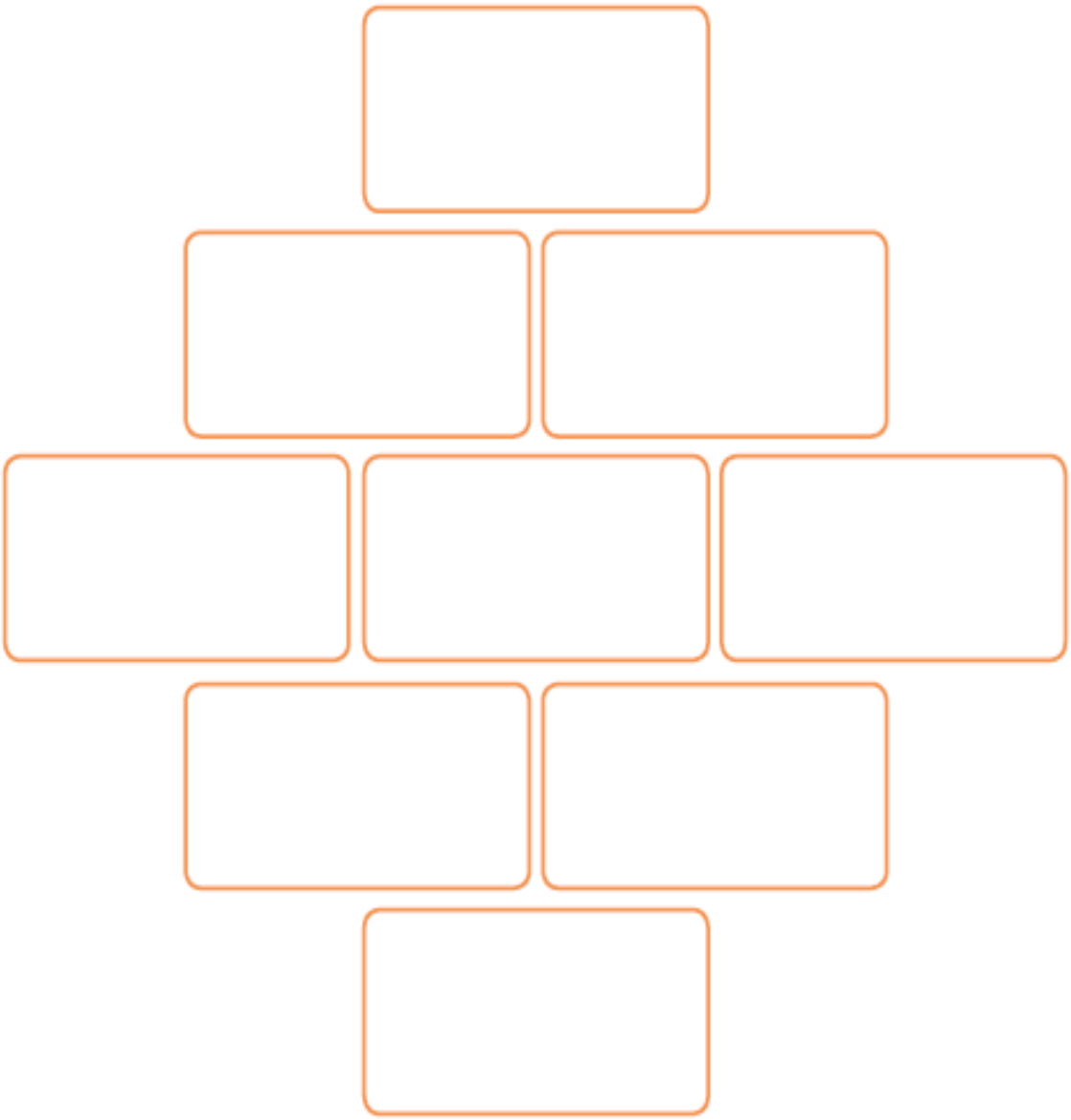
Cad a chiallaíonn guth an dalta i gcomhthéacs do scoilse, tar éis duit éisteacht le múinteoir OSPS eile ag roinnt taithí?

Samhail Lundy



https://hubnanog.ie/participation-framework/

Gníomhaíocht Mural



Cás-Staidéir

Tá Pobalscoil Rushbrooke suite i gceantar urbach mór i ndeisceart na tíre. Tá 900 dalta cláraithe faoi láthair. Is scoil DEIS mheasctha í. Tá an t-oifigeach Teagmhála Baile, Scoile agus an Phobail tar éis comhairle a chur ar bhfoireann faoi mhórcheisteanna sa scoilcheantar áitiúil agus na n-impleachtaí ar an tsochaí le dushláin ar nós iompar andúile agus foiréigean. Tá na mórcheisteanna seo ag cur isteach ar rannpháirtíocht na ndaltaí i leith an teagaisc, na foghlama agus an mheasúnaithe sa scoil.

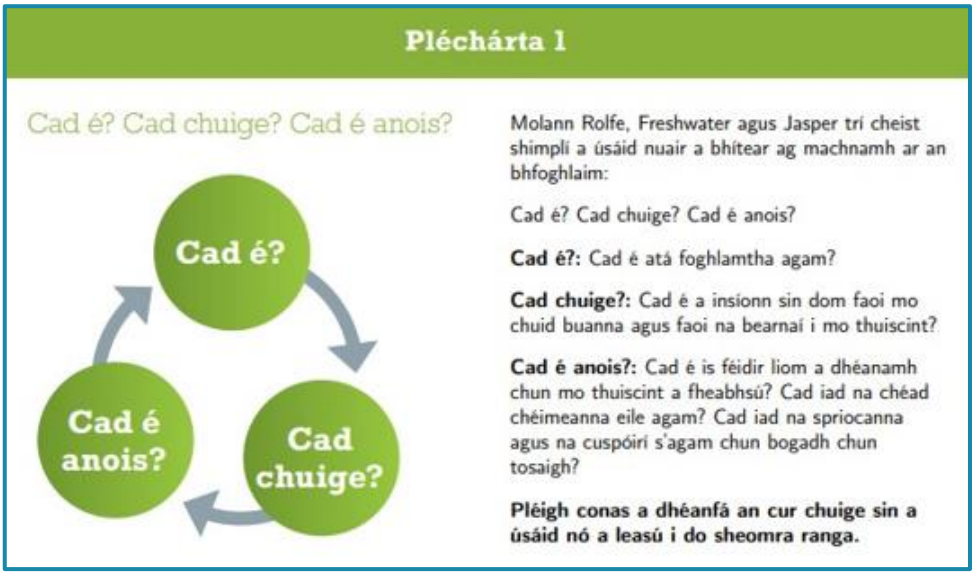
Tá cúig rang OSPS sa chéad bhliain agus beidh an phleanáil bunaithe ar Shonraíocht Uasdátaithe CNCM, toisc gur cúrsa gearr é an OSPS sa scoil. Tá uair a chloig in aghaidh na seachtaine don OSPS ag na daltaí sa 1ú, 2ú agus 3ú bliain. Tá súil ag na múinteoirí plean fadtéarmach a chruthú do 3 bliana na sraithe sóisearaí, atá solúbtha ina dhearadh agus dalta lárnach. Tá croí ghrúpa de mhúinteoirí sa roinn OSPS agus déanann siad pleanáil chomhoibríoch mar fhoireann. Tá athbhreithniú á dhéanamh acu ar a gclár OSPS i gcomhpháirt leis na daltaí, na múinteoirí agus na tuismitheoirí agus tá siad ag obair ar dhréacht phlean 3 bliana ag tosú i Meán Fómhair 2023. Tá na múinteoirí seo feasach ar aois agus gaois na daltaí, imeachtaí agus ócáidí Folláine sa scoil agus comhthéacs a scoilse. Chuaigh siad i gcomhairle leis na daltaí, na múinteoirí agus na tuismitheoirí agus tá siad ag iarraidh go mbeadh a riachtanais go léir á léiriú sna pleananna nuair is cuí.

Machnamh Rannpháirtithe

Cad a d'fhoghlaim mé?

Cad chuige? Cad a insíonn sin dom faoi mo chuid buanna agus faoi na bearnaí i mo thuiscint?

Cad anois? Cad iad na chéad chéimeanna eile domsa? Cad iad na spriocanna agus na cuspóirí atá agam chun bogadh ar aghaidh?



Nótaí ar Rolfe et al machnamh

Ceacht a Phleanáil mar cuid d’Aonad Foghlama

Dear ceacht a d’fhéadfá a úsáid le grúpa 1ú bhliain. Roghnaigh ón réimse acmhainní atá pléite go dtí seo

Ag baint úsáide as na hacmhainní atá pleite, i bhúr ngrúpaí, dear ceacht a d’fhéadfá a úsáid le grúpa 1ú bhliain.

Pléigh agus déan taiféad ar na hábhair spreagtha (acmhainní, gearrthóg fhíse, suíomh idirlín 7rl) agus/nó na cuir chuige oideolaíochta a d’fhéadfá a úsáid.

Cén chuir chuige measúnaithe a d’fhéadfá a úsáid chun tuiscint na ndaltaí a sheicéail?

Conas a spreagfaidh tú machnamh an dalta tríd an gceacht?

An bhfuil gá domsa difreáil a léiriú don cheacht seo ag freastal ar éágsúlacht na bhfoghlaimeoirí i mo sheomra ranga? Cén chuma a bheidh ar seo?

Nótaí

Na Chéad Chéimeanna eile

Déan machnamh ar na chéad chéimeanna eile duitse tar éis an tseimineáir ….