Oide

Tacú leis an bhFoghlaim Ghairmiúil i measc Ceannairí Scoile agus Múinteoirí

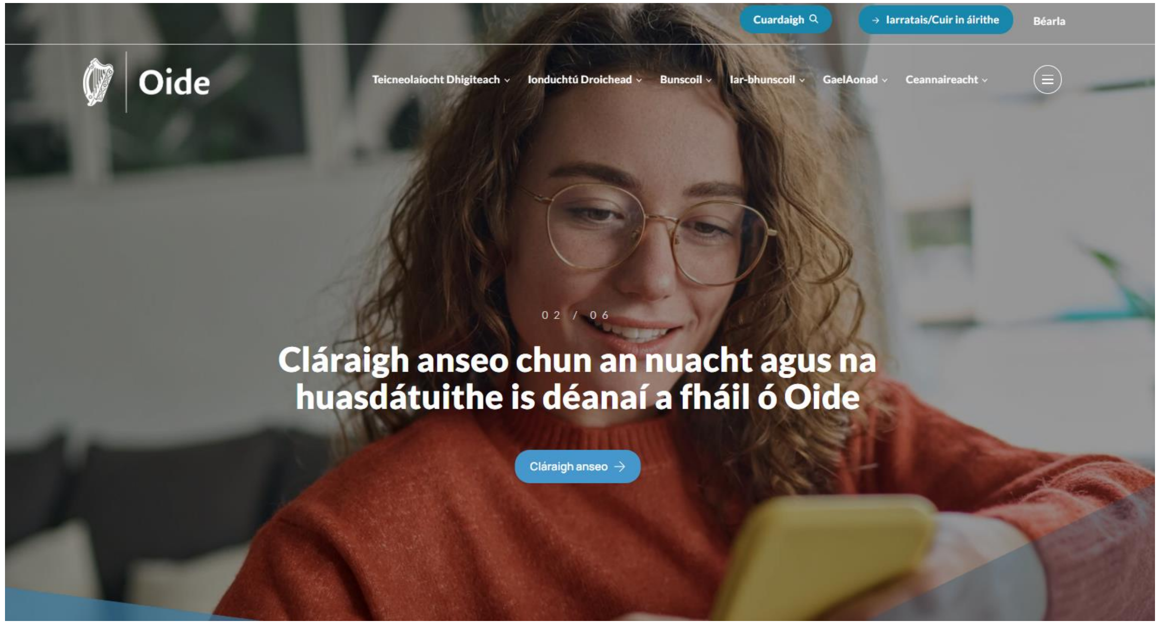
Supporting the Professional Learning of School Leaders and Teachers

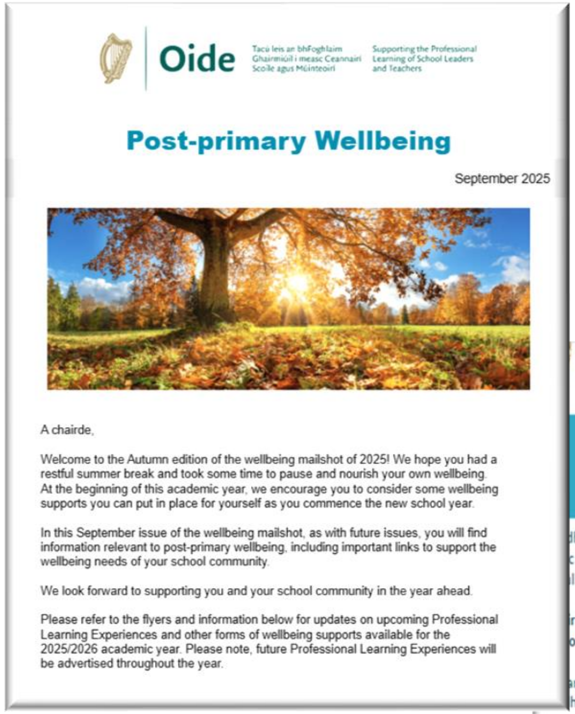
Pleanáil agus Ullmhú do Cheisteanna Íogaire in OSPS na Sraithe Sóisearaí agus Sinsearaí

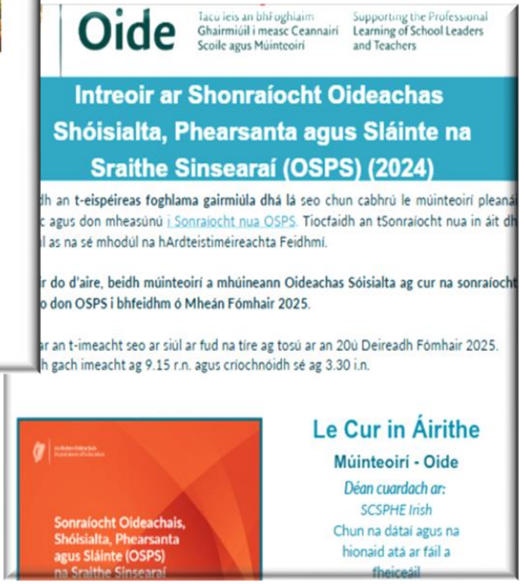
Éascaitheoir:

CC BY NC

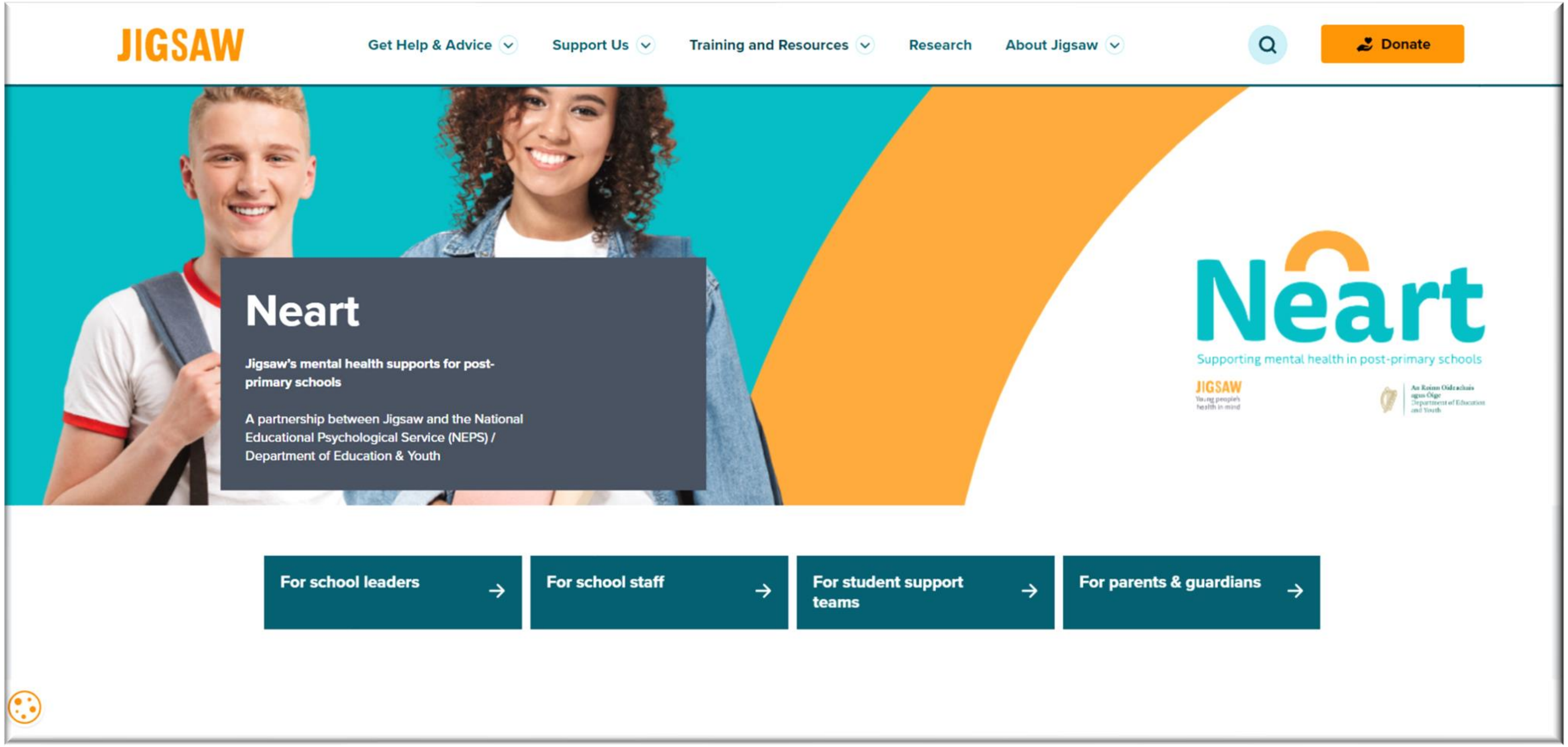
Cláraigh lenár Liostaí Seoltaí: Oide.ie







Neart - eolas do scoileanna



Balla Padlet

Acmhainní & Tacaíochtaí

padlet

tinyurl.com/2dbb5hxf

Ionchas

Tae/Caife	11:00 – 11:15
Lón	13:00 – 14:00

Tús Eolais

LFG 1

- D'ainm
- An scoil ina múineann tú
- Cad leis a bhfuil tú ag súil inniu?

Forléargas ar Lá

Seisiún 1 **9:15 - 11:00**	**Pleanáil** • Glac páirt i gcur chuige comhoibríoch ó thaobh pleanála de. • Glac le torthaí foghlama mar bhunchloch den phleanáil agus oibrigh ar an mbonn sin. • Dear Aonad Foghlama a bhfuil torthaí foghlama nasctha mar bhonn faoi.
11:00 – 11:15 Sos	
Seisiún 2 **11:15 – 13:00**	**Éascaigh** • Déan plé ar éascú mar chur chuige chun comhráite íogaire a chothú. • Tabhair aitheantas do straitéisí oideolaíochta a chuireann éascú chun cinn • Forbair scileanna trí comhráite a éascú.
13:00 – 14:00 Lón	
Seisiún 3 **14:00 – 15:45**	**Ullmhaigh** • Déan anailísiú ar acmhainn teagaisc a aithníonn saincheisteanna íogaire féideartha. • Ullmhaigh straitéisí cuí chun ábhar íogair a sholáthar ar bhealach sábháilte ionchuimsitheach. • Déan machnamh ar réimsí tionchair chun a aithint cad atá de chumhacht acu agus cad nach bhfuil neart acu air nuair a mhúintear ceisteanna íogaire.

Le linn an lae seo

Tuigfidh rannpháirtithe an príomhról a ghlacann pleanáil éifeachtach i gcomhráite íogaire a éascú.

Cuirfidh siad lena scileanna éascaithe a theastaíonn chun comhráite íogaire sa seomra ranga OSPS.

Déanfaidh siad anailísiú ar acmhainn teagaisc agus ullmhóidh le haghaidh ceisteanna íogaire a d'fhéadfadh teacht chun cinn.

Oide

Tacú leis an bhFoghlaim Ghairmiúil i measc Ceannairí Scoile agus Múinteoirí

Supporting the Professiona Learning of School Leaders and Teachers

Seisiún 1

Plean

cc BY NC

Faoi Dheireadh an tSeisiúin seo:

Tuigfidh rannpháirtithe an príomhról a ghlacann pleanáil éifeachtach i gcomhráite íogaire a éascú.

Spás Sábháilte le Comhaontú

LFG 1

Níl aon bhaint ag spás sábháilte le topaicí deacra a sheachaint -- cruthaítear spás sábháilte lena chinntiú gur féidir na topaicí sin a phlé go cúramach ar bhealach stuama, measúil.

Cad iad na treoracha a theastaíonn uaibh le haghaidh Spás Sábháilte le Comhaontú dár ngrúpa inniu?

Bristeoir Oighir

Tugann sé sin chun cuimhne dom ...

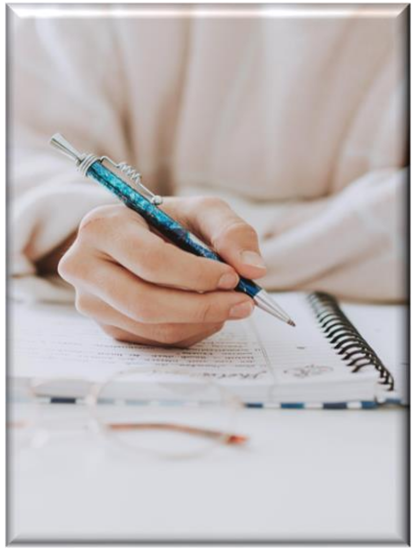
Plé grúpa

Cad iad na cleachtais phleanála reatha atá i d’fhoireann OSPS?

Doiciméad Eolas OSPS

“San am céanna, tá sé tábhachtach go bhfuil deis ag gach scoláire plé leis an bhpríomhfhoghlaim agus nach roghnaíonn múinteoirí chun cloí le topaicí neamhurchóideacha nó leo siúd a cheapann siad a bhfuil tábhacht leo agus chun topaicí eile a fhágáil ar lár” (NCCA, 2021, lch.18)

Cleachtais Phleanála Éifeachtacha



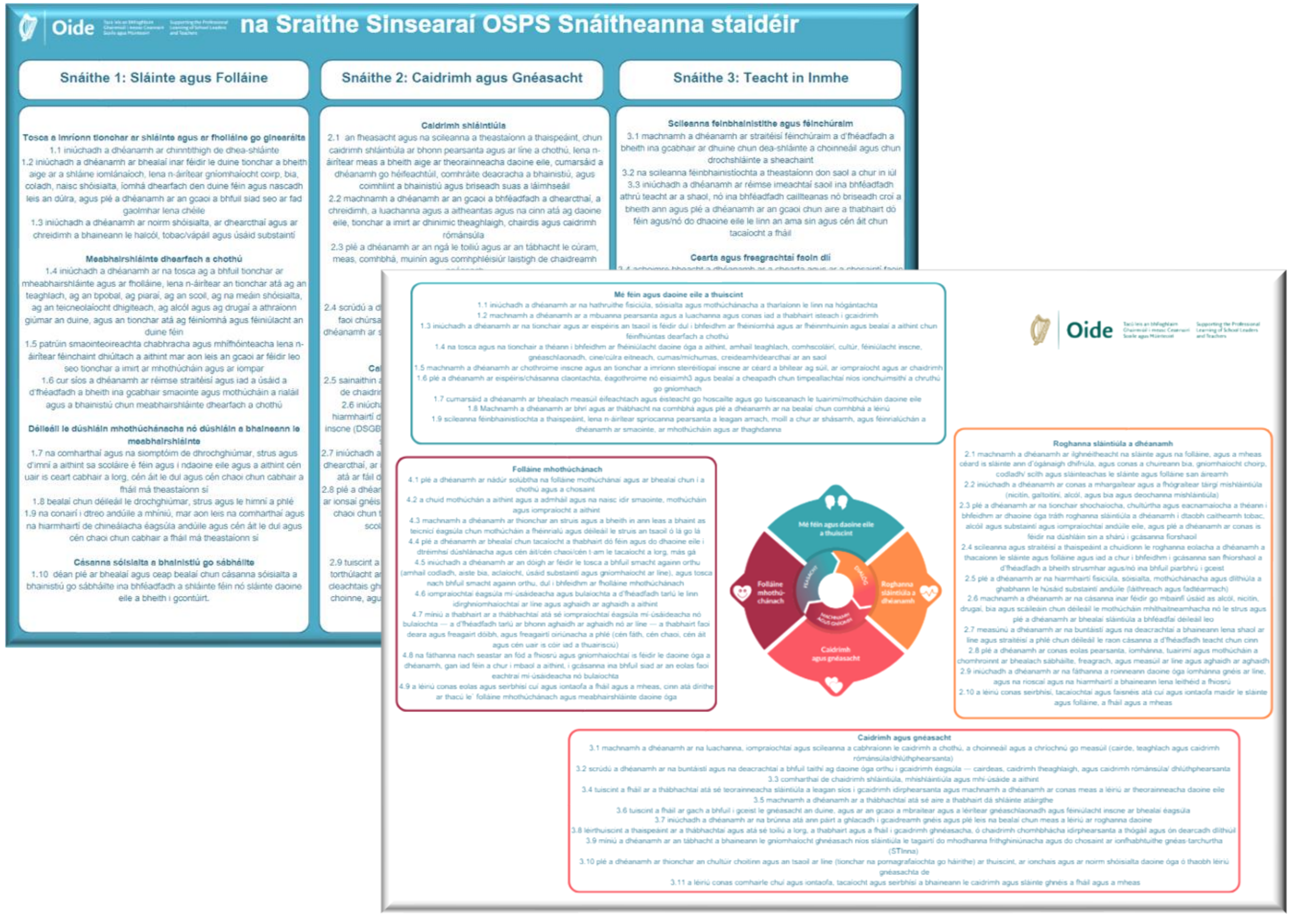
- Aithin príomhthéamaí OSPS.
- Leanúnachas sa phleanáil.
- Tar ar ais go torthaí foghlama go leor amanna
- Léirigh dul chun cinn de réir aoise agus de réir chéime na scoláirí.
- Torthaí foghlama aonair / Torthaí foghlama nasctha.

Oide

Torthaí Foghlama ar Ábhair Íogaire

Caith súil siar ar na torthaí foghlama ó Shonraíochtaí na Sraithe Sóisearaí agus na Sraithe Sinsearaí.

Mar ghrúpa, roghnaigh ceann nó dhó de na torthaí foghlama is íogaire leat a mhúineadh.



Oide

Tacú le Torthaí Foghlama ar Ábhair Íogaire

Léigh go cúramach an toradh foghlama agus déan fócas na foghlama a aithint

Féach ar na doiciméid tuilleadh eolais agus ar na hUirlisí Úsáide OSPS

Déan machnamh ar an réamhfhoghlaim a theastóidh ó scoláirí chun tabhairt faoin toradh foghlama seo

Fiafraigh de na scoláirí (an bhfuil aon rud ann a bheadh ina chabhair acu díriú air?)

Fiafraigh díot féin (an dteastaíonn cabhair uaim maidir le haon rud?)

Fiafraigh de mo roinn (an bhfuil an t-ábhar seo múinte ag aon duine cheana agus an féidir leo comhairle a thabhairt dom?)

Ag Plé le Torthaí Foghlama

Oide

Toradh foghlama

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

- ☑ Sraith Shóisearach
- ○ Sraith Shinsearach

Briathar Gnímh

Fiosrú: féachaint go críochnúil ar mhaithe le nithe a thabhairt chun eolais; iniúchadh nó mionscrúdú

(CNCM, 2023, lch.20)

Príomhthéarmaí

Íomhánna gnéis

An baol

Na hiarmhairtí

Foghlaim atá beartaithe

- An fáth a roinneann daoine íomhánna
- Aithin tionchair shóisialta agus brú ón bpiarghrúpa
- Aithin an fhuinneamh dhinimic i gcaidrimh
- Bíodh tuiscint agat ar na rioscaí dleathacha
-
-

Torthaí foghlama nasctha

3.10
3.11

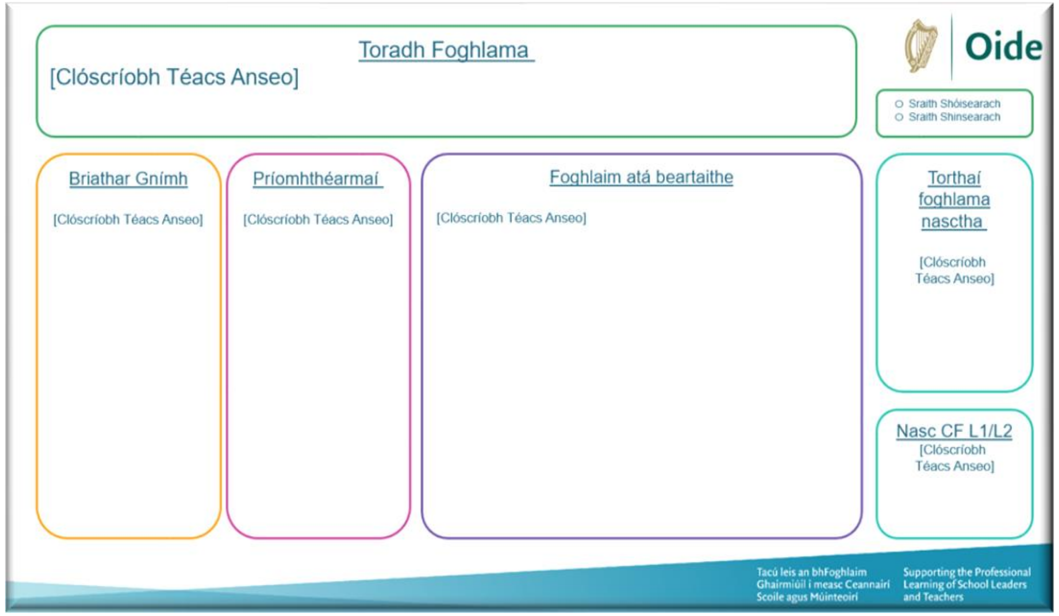
Nasc CF L1/L2

Cúram Pearsanta
3.34, 3.44, 3.45

Gníomhaíocht – Ag Plé le Torthaí Foghlama

Roghnaigh gach grúpa ceann nó dhó de thorthaí foghlama is íogair leo a mhúineadh.

Bain úsáid as an bhformáid atá curtha ar fáil chun na príomh chodanna a aithint agus a bhaint as an toradh foghlama / torthaí foghlama atá roghnaithe agaibh.



Bíodh na gluaiseanna agus na doiciméid tuilleadh eolais ina gcabhair agaibh.

Uirlisí úsáide OSPS

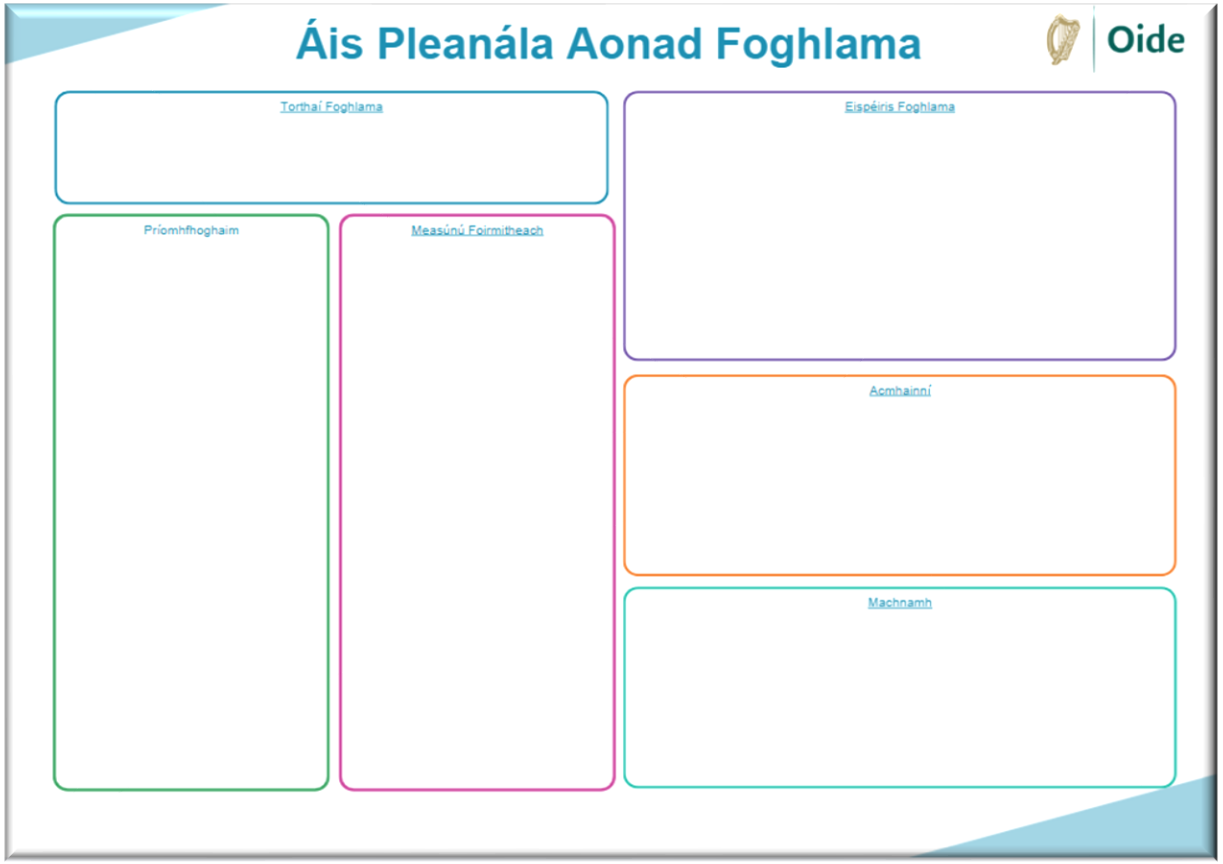
Sula gcuirfidh tú tús le haonad foghlama, glac roinnt ama chun dul trí na huirlisí úsáide agus acmhainní ábhartha a bhaineann leis na torthaí foghlama atá roghnaithe agaibh.

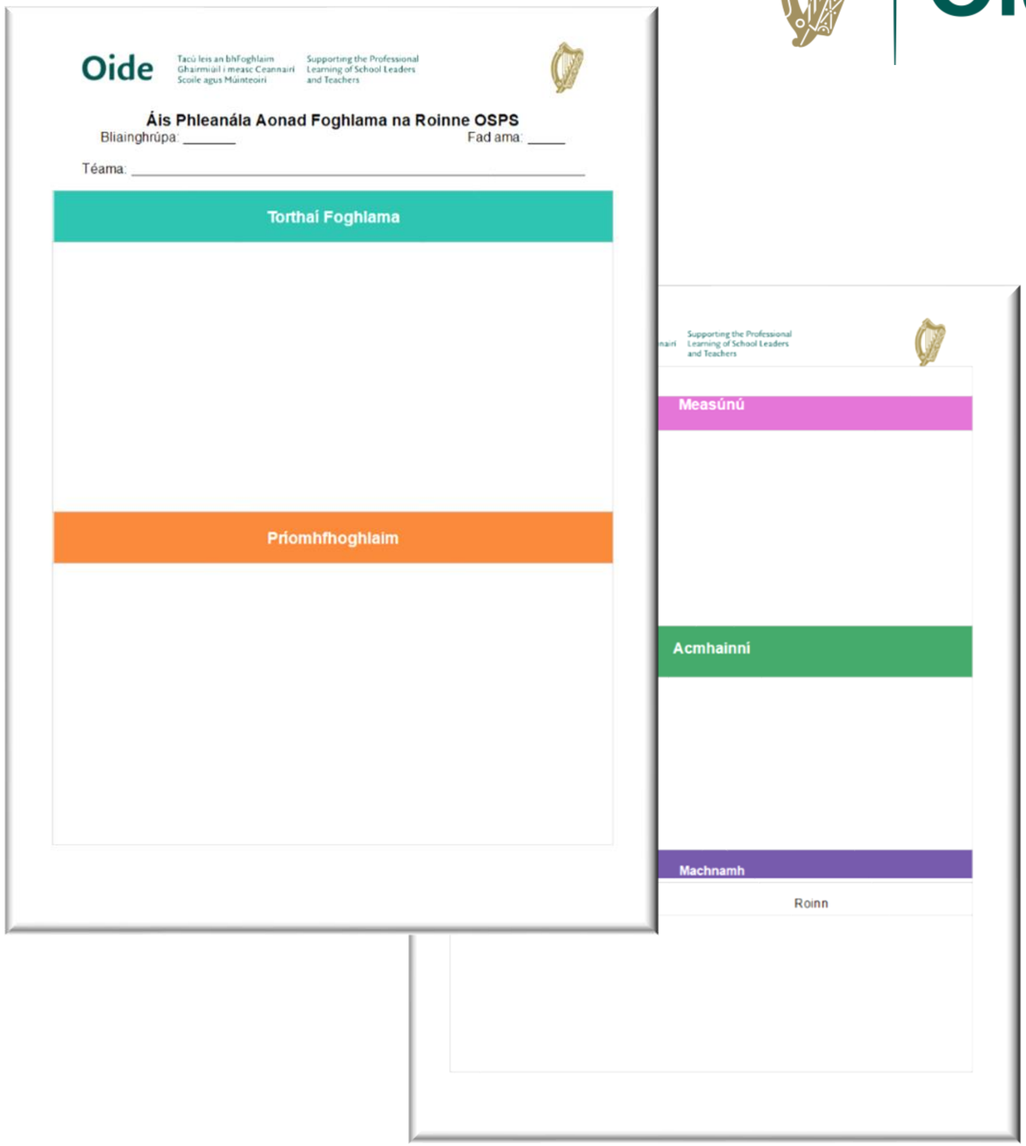
Ag Ullmhú don Teagasc

OSPS a Theagasc

Acmhainní lena n-úsáid i dTeagasc OSPS/OCG

Aonad Foghlama

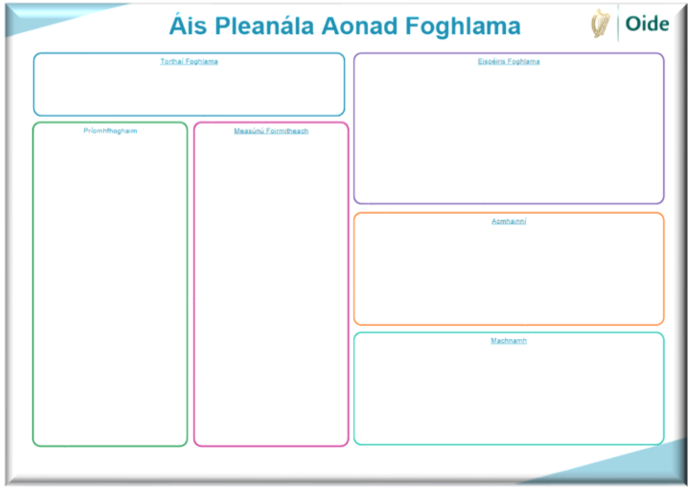


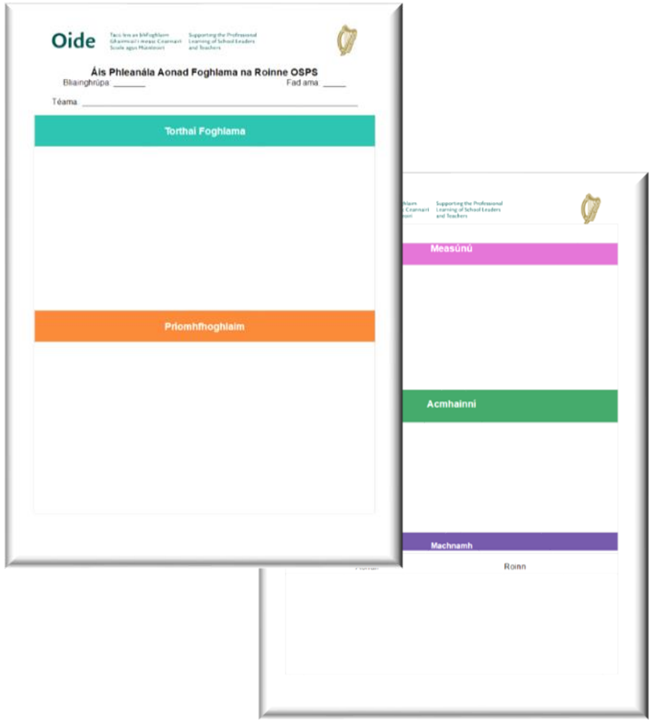


Gníomhaíocht – Aonad Foghlama a Chruthú

Bainigí úsáid as an acmhainn toraidh foghlama atá forbartha agaibh agus cruthaígí Aonad Foghlama.

15 Nóiméid



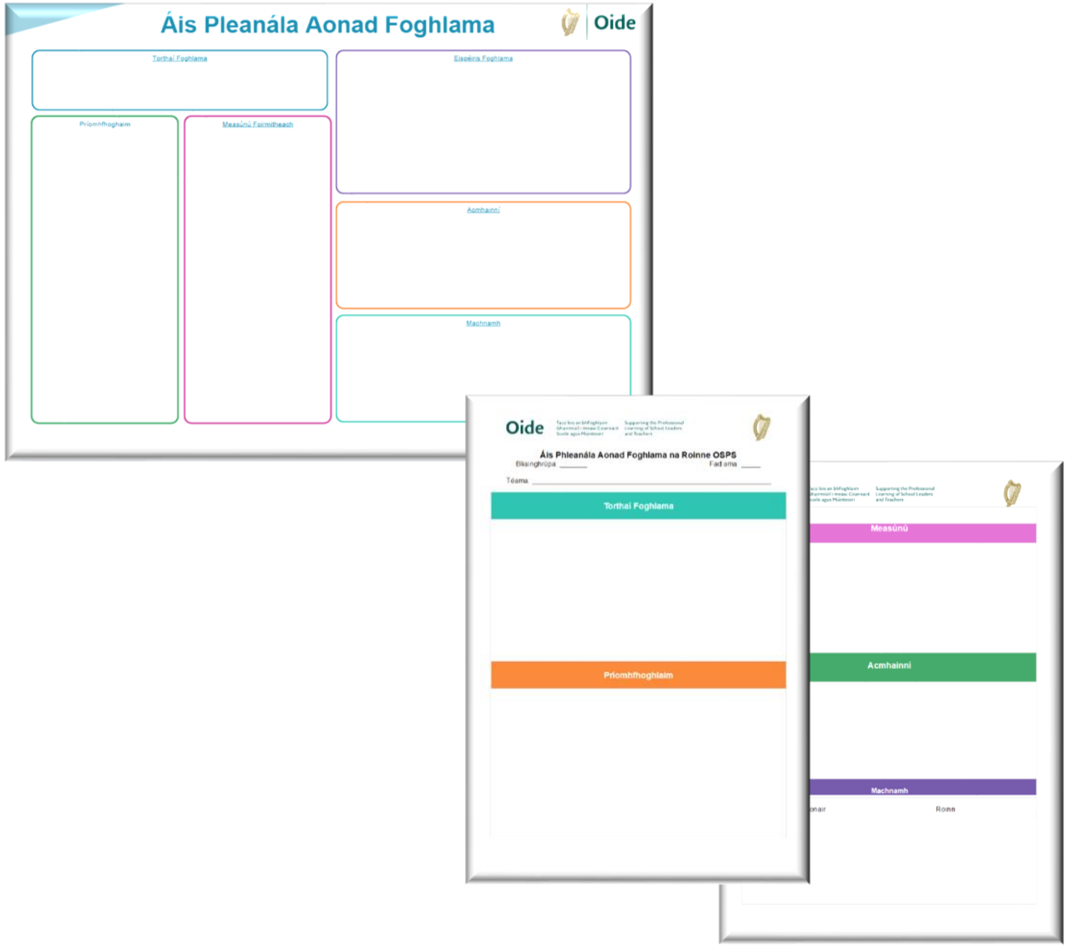


Aonad Foghlama

Caithígí súil siar ar an Aonad Foghlama agaibh agus dírígí ar na deiseanna atá ann le haghaidh comhrá.

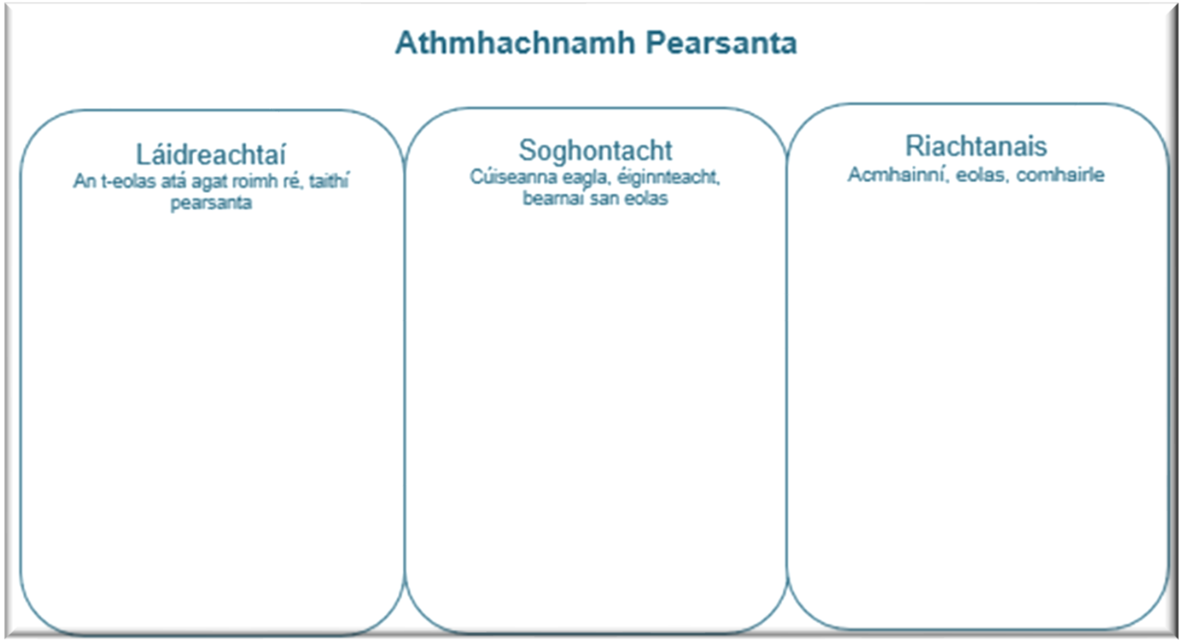
1. Aithnígí áiteanna a bhfuil deiseanna le haghaidh comhráite íogaire.

1. Cuimnígí ar cad é an réamhfhoghlaim a bhí ann.



Athmhachnamh Pearsanta

Déan athmhachnamh ar do láidreachtaí pearsanta, soghontacht phearsanta, agus riachtanais phearsanta atá ann nuair a éascaíonn tú comhráite íogaire.



Athmhachnamh Pearsanta

Láidreachtaí	Soghontacht	Riachtanais
An t-eolas atá agat roimh ré, taithí pearsanta	Cúiseanna eagla, éiginnteacht, bearnaí san eolas	Acmhainní, eolas, comhairle

Oide

Sos

15 Nóiméid

Eolas ar conas EFG san Fholláine agus OSPS a bheidh ar siúl amach anseo a chur in áirithint

tinyurl.com/kcyfzdwf

Spreagthóir

Roghnaigh cárta a bhfuil dúil agat ann.

Léigh an cheist ar chúl an chárta agus tá fáilte roimh chách a bhfreagra a roinnt.

Seisiún 2

Éascaigh

cc BY NC

Faoi Dheireadh an tSeisiúin seo:

Cuirfidh siad lena scileanna éascaithe a theastaíonn chun comhráite íogaire sa seomra ranga OSPS.

An Múinteoir mar Éascaitheoir Foghlama

Cad iad na comharthaí sóirt d'éascú éifeachtach?

Oide

LFG 3

CNC

Cad iad na ceangail a dhéanann tú idir an doiciméad agus do chleachtas féin?

Cad is rud nua agat?

Cad iad na Ceisteanna atá agat?

tinyurl.com/bd522wk8

Comhráite Íogaire a Éascú

Oide

LFG 3

Cad iad na straitéisí rathúla i do seomra ranga OSPS chun comhrá íogair a éascú?

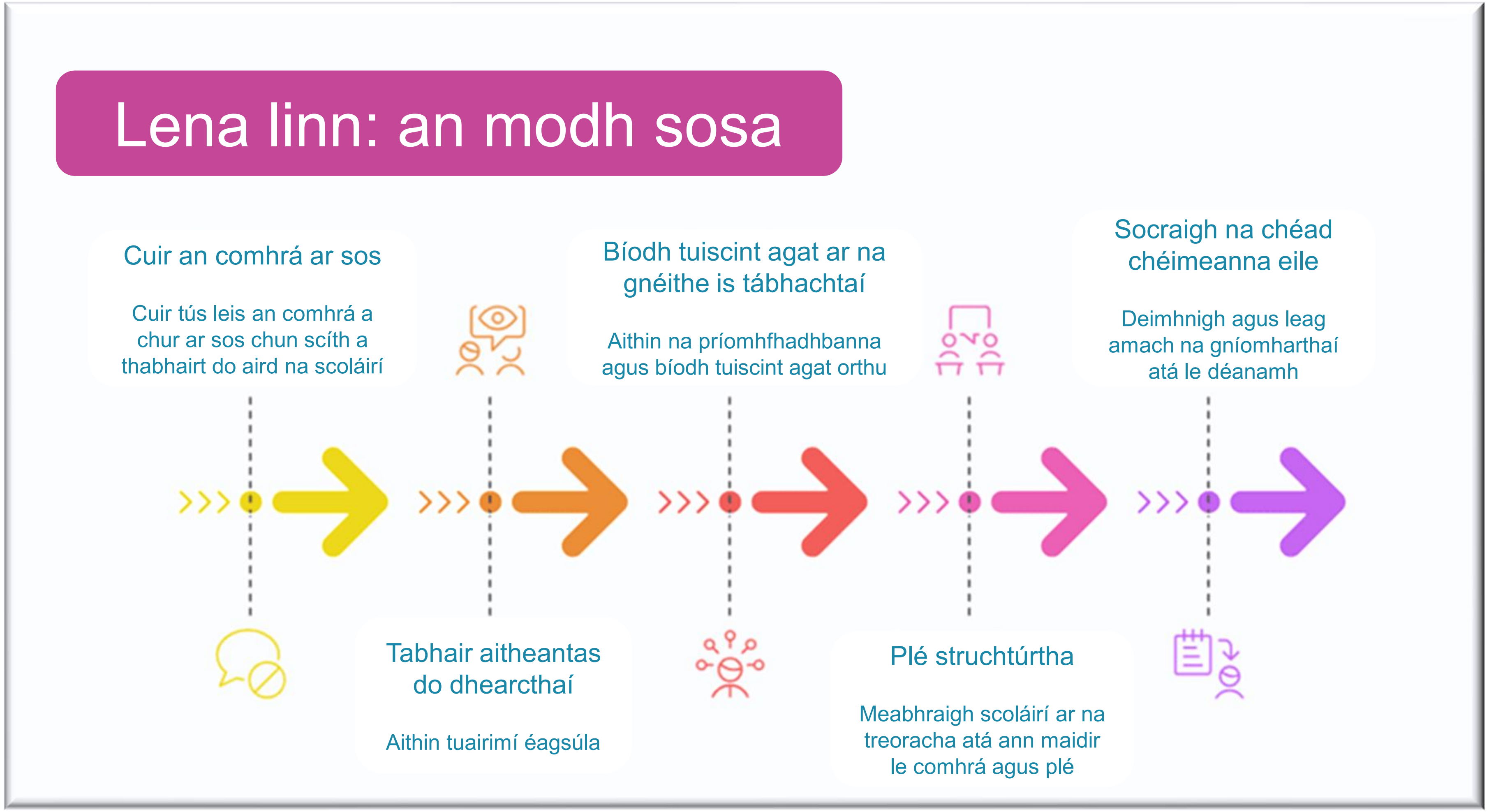
Fianaise Múinteora

Le linn ceacht OSPS ar mheabhairshláinte, rinne scoláire trácht a thug le fios go raibh fadhbanna meabhairshláinte ag daoine trasinscne.

Ar éisteacht leis an múinteoir sin duit, cad iad na straitéisí a úsáidtear chun an comhrá a stiúradh i dtreo eile agus aird na scoláirí a dhíriú arís?

Vicky Uí Chatháin
Coláiste Dhún Másc

Cúrsaí a Chur ar Sos



Learning and Teaching Hub (2025)

Frásaí is Féidir a Úsáid le Cúrsaí a Chur ar Sos.

Ar nóta Post-It, breac síos aon fhrása amháin a bheidh ina chabhair agat agus tú i mbun comhrá a chur ar sos.

Gníomhaíocht – Imirt Ról

1. Roghnaigh cás agus léigh tríd an ngníomhaíocht.

2. Socraigh an fhoghlaim bheartaithe le haghaidh an chomhrá sin.

3. Cuimhnigh ar na ceisteanna íogaire a d'fhéadfadh teacht chun cinn agus ar na ceisteanna a spreagfadh comhrá fóntach.

Spás Sábháilte le Comhaontú

I dtosach an imirt ról seo, glacaimis nóiméad chun an spás sábháilte le haontú a chruthaíomar le chéile a thabhairt chun cinn.

Cad nár cheart dúinn a dhearmad fad a thabharfaimid faoin ngníomhaíocht sin?

Gníomhaíocht – Imirt Ról

Bainigí úsáid as bhur gcás:

- ✓ Léigh an cárta maidir le comhthéacs an ranga.
- ✓ Dáil na cártaí carachtair oraibh féin.
- ✓ Beidh duine agaibh ina mhúinteoir agus ag éascú an chomhrá.
- ✓ Bain úsáid as straitéisí chun an comhrá a éascú.

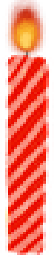
Oide

FLG 4

Athmhachnamh Aonair

nithe a d’fhoghlaim mé.

nithe is féidir liom a chur i bhfeidhm nuair a phleanálaim chun plé.



scil éascaithe a n-oibríodh mé uirthi.

Duillín Scoir

Cad é an tacaíocht a fuair sibh ón Spás Sábháilte le Comhaontú le linn na gníomhaíochta?

Oide

Lón

Scéim Chuiditheach d’Fhostaithe

Imeacht Spreagtha

Lorg duine éigin a ……

le seachtain anuas

10 Nóiméid

Biongó Folláine

Ag baint taitneamh as siúlóid tráthnóna	Ag cur tús le caitheamh aimsire nua	Ag déanamh machnaimh	Ag caitheamh tráthnóna saor ó scáileáin
Ag beartú ar gan tascanna breise a ghlacadh	Ag glacadh páirt in imeacht spóirt	Ag caitheamh seala le cara	Ag eagrú spás aige bhaile
Ag tosnú ar fhéachaint ar chlár nua	Ag glaoch ar chara	Ag caitheamh ama ag siúl an madra	Ag baint triail as oideas nua
Ag baint taitneamh as am léite ciúin	Ag codail go trom ar feadh na hoíche	Ag díriú ar chaitheamh go maith leo féin	Ag baint taitneamh as roinnt ceoil a thaitníonn liom

Oide

Tacú leis an bhFoghlaim Ghairmiúil i measc Ceannairí Scoile agus Múinteoirí

Supporting the Professiona Learning of School Leaders and Teachers

Seisiún 3

Ullmhaigh

BY NC

Faoi Dheireadh an tSeisiúin seo:

Déanfaidh siad anailísiú ar acmhainn teagaisc agus ullmhóidh le haghaidh ceisteanna íogaire a d'fhéadfadh teacht chun cinn.

I mBun Ullmhú: Gníomhaíocht 3 - Ábhar machnaimh

Leigh an nóta múinteora ar lch 14 agus ar lch 15.

"Ba mhaith leat go dtuigfeadh scoláirí an méid seo a leanas: Is foinse chothaithe é bia, ní bagairt."
(FFS, 2024)

tinyurl.com/3mtphewv

Teanga Ionchuimsitheach ar Bhia

In áit	Bain triail as
"Bianna a bhfuil maitheas iontu"	"Bianna is ceart a ithe gach lá"
"Bianna a bhfuil olc iontu"	"Bia a itear ó am go chéile"
"Ní dhéanann an bia sin maitheas duit mar is bia lán siúcra é."	"Is bia lán siúcra é sin, más ea b'fhearr é a ithe ó am go chéile"
Milseog	Bia a mbainimid taitneamh as
Caint ar mheáchan	Caint ar conas nósanna sláintiúla a chur ar bun
Calraí	Bia a chothaíonn sinn
Cad atáimid chun éirí as ithe?	"Cad iad na bianna a mbainfimid triail as?"
Dialanna bia	Vignettes (scéalta carachtair)
Ag tabhairt sampla de bhia ar leith	Tabhair réimse samplaí
Bia beagmhaitheasa	Bia ultraphróiseáilte atá lán saille, siúcra, salann agus calraí
"Ith an méid sin chun meáchan a choimeád"	Réim chothrom bia atá éagsúil chun dea-shláinte a chur cinn a ithe.

Oide

FLG 5

Céim 1: Cén fáth, cén áit agus cén uair a ithimid?

Mar ghrúpa, léigí céim 1 agus cuimhnígí ar na saincheisteanna íogaire a d’fhéadfadh teacht chun cinn.

Céim 1: Cén fáth, cén áit agus cén uair a ithimid?

Is foinse thábhachtach chothaithe é bia, ach soláthraíonn sé níos mó ná cothú. Tá sé tábhachtach féachaint ar an réimse iomlán ócáidí, áiteanna agus cúiseanna a n-ithimid an bia a ithimid. Do dhaoine óga, tá tábhacht ar leith ag baint le comhthéacs sóisialta an bhia. Mar shampla, d’fhéadfadh ceangal, muintearas agus sásamh a bheith i gceist le píotsa nó mála sceallóg a roinnt le cairde.

Tabhair cuireadh do na scoláirí grúpaí beaga a dhéanamh agus iarr ar gach bord smaoineamh ar cheann amháin de na nithe seo a leanas:

1. Na **cúiseanna** a n-itheann siad.
2. Na **háiteanna** agus na cásanna éagsúla ina n-itheann siad.
3. Ócáidí agus **cén uair** a itheann siad.

Céim 2 – Roghanna sláintiúla bia a dhéanamh

FLG 5

Léigí trí aon chás amháin ar a laghad agus cuimhnígí air:

Conas a ullmhóidh sibh le haghaidh an imeachta sin? Tú féin agus an rang

Cad iad na ceisteanna íogaire a d'fheadfadh teacht chun cinn?

Conas a éascóidh tú na comhráite sin?

Roghanna Sláintiúla a Dhéanamh 2

Cás 2

Feoilséantóir is ea Dara agus itheann gach duine eile i dteaghlach Dara feoil. Uaireanta bíonn Dara ag smaoineamh ar conas is féidir aiste chothromaithe bia a ithe gan feoil.

Ceisteanna:

- Cad a mholfá do Dhara le haghaidh bricfeasta, lón agus dinnéar atá blasta, cothrom agus cothaitheach?
- Coinnigh i gcuimhne go bhfuil Dara gnóthach leis an scoil agus le nithe eile
- laistigh di agus nach mbíonn mórán ama acu don chócaireacht. Mar sin, beidh ort béilí a mholadh atá tapa agus éasca le hullmhú.

Leideanna an mhúinteora:

- Ar chinntigh tú go bhfuil na cothaithigh ar fad a theastaíonn ó dhéagóir atá ag fás cuimsithe sna moltaí atá á gcur ar fáil agat?
- Ar chinntigh tú go bhfuil foinsí próitéine plandabhunaithe (pónairí, lintilí, piseanna, cnónna agus síolta) san áireamh toisc nach bhfaighidh Dara aon phróitéin ó fheoil?
- An bhfuil do mholtaí réalaíoch do dhuine óg agus an bhfuil siad tarraingteach agus blasta freisin?

Nasc Gréasáin: Becoming Vegetarian: Just The Facts | Health For Teens

Cás 3

Is breá le Fiadh spórt agus imríonn sí ar chúpla foireann, leis an gclub áitiúil agus ar scoil. Is beag lá nach mbíonn traenáil nó cluiche ag Fiadh. Uaireanta bíonn Fiadh fiosrach an gnáthrud éinís mó bia a ithe ná na scoláirí eile sa rang.

Ceisteanna:

- An féidir leat a mholadh cén fáth a mbeadh béilí agus sneaiceanna níos minice de dhíth ar Fhiadh ná ar scoláirí nach bhfuil chomh gníomhach céanna?
- Cén chomhairle a thabharfá d'Fhiadh ó thaobh an bhia de ionas gur féidir léi fanacht gníomhach agus sláintiúil?

Leideanna an mhúinteora:

- Chomh maith le béilí cothaitheacha a ithe, cabhraíonn sneaiceanna le déagóirí agus iad gnóthach – cén chuma a d'fhéadfadh a bheith ar na sneaiceanna seo?
- Bíonn tuirse ar dhaoine nach bhfaigheann a ndóthain iarainn, conas is féidir linn a chinntiú go bhfaigheann Fiadh a dóthain iarainn ina cuid bia?

Nasc Gréasáin: A Guide to Eating for Sports (for Teens)

17

FSS (2023)

Ag Ullmhú le haghaidh Saincheisteanna Íogaire

- ✓ Bain úsáid as toradh foghlama a d’aithníodh gur toradh foghlama íogair é agus roghnaigh gníomhaíocht ó na huirlisí úsáide atá cheangailte de.

- ✓ Léigh tríd an ngníomhaíocht agus cuimhnigh ar cad iad na codanna inár féidir comhráite íogaire a bheith iontu.

- ✓ Cuimhnigh ar conas a éascóidh tú na comhráite sin ar bhealach ionchuimsitheach.

Ag Ullmhú don Teagasc

OSPS a Theagasc

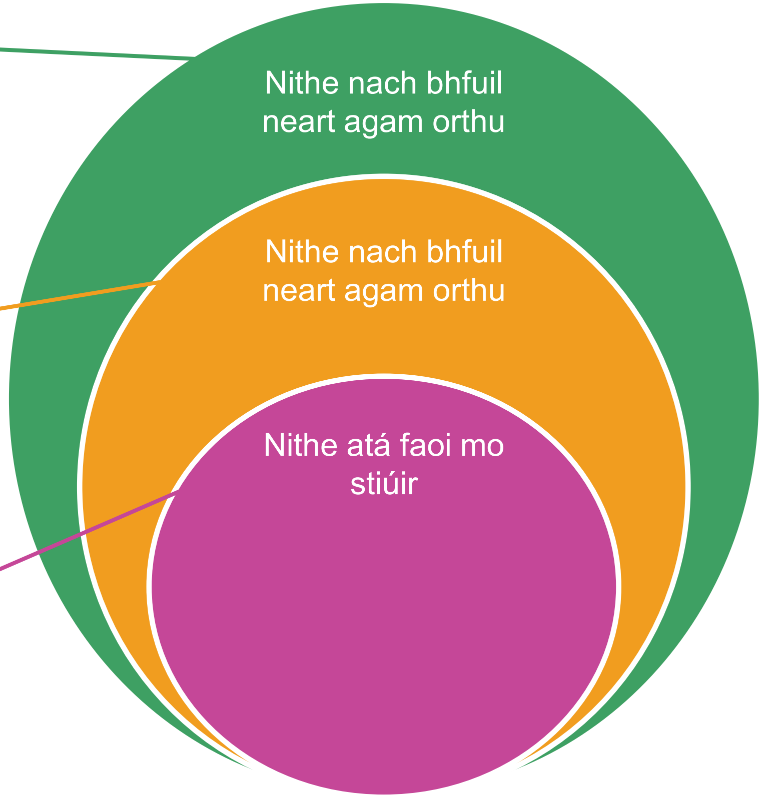
Acmhainní lena n-úsáid i dTeagasc OSPS/OCG

Athmhachnamh – Réimsí Tionchair

Sin iad na gnéithe nach bhfuil neart agat orthu (timpeallacht baile, creidimh chultúrtha)

Sin iad na gnéithe nach bhfuil neart agat orthu ach go bhféadann tú tionchar a imirt orthu (chultúr an tseomra ranga)

Rinne siad anailísiú ar acmhainn teagaisc agus d'ullmhaigh le haghaidh ceisteanna íogaire a d'fhéadfadh teacht chun cinn.



Le linn an lae seo

Tá sé tuigthe ag rannpháirtithe an príomhról a ghlacann pleanáil éifeachtach i gcomhráite íogaire a éascú.

Chuir siad lena scileanna éascaithe a theastaíonn chun comhráite íogaire sa seomra ranga OSPS.

Rinne siad anailísiú ar acmhainn teagaisc agus d'ullmhaigh le haghaidh ceisteanna íogaire a d'fhéadfadh teacht chun cinn.

Cad a raibh tú ag súil leis ón lá?

FLG 1

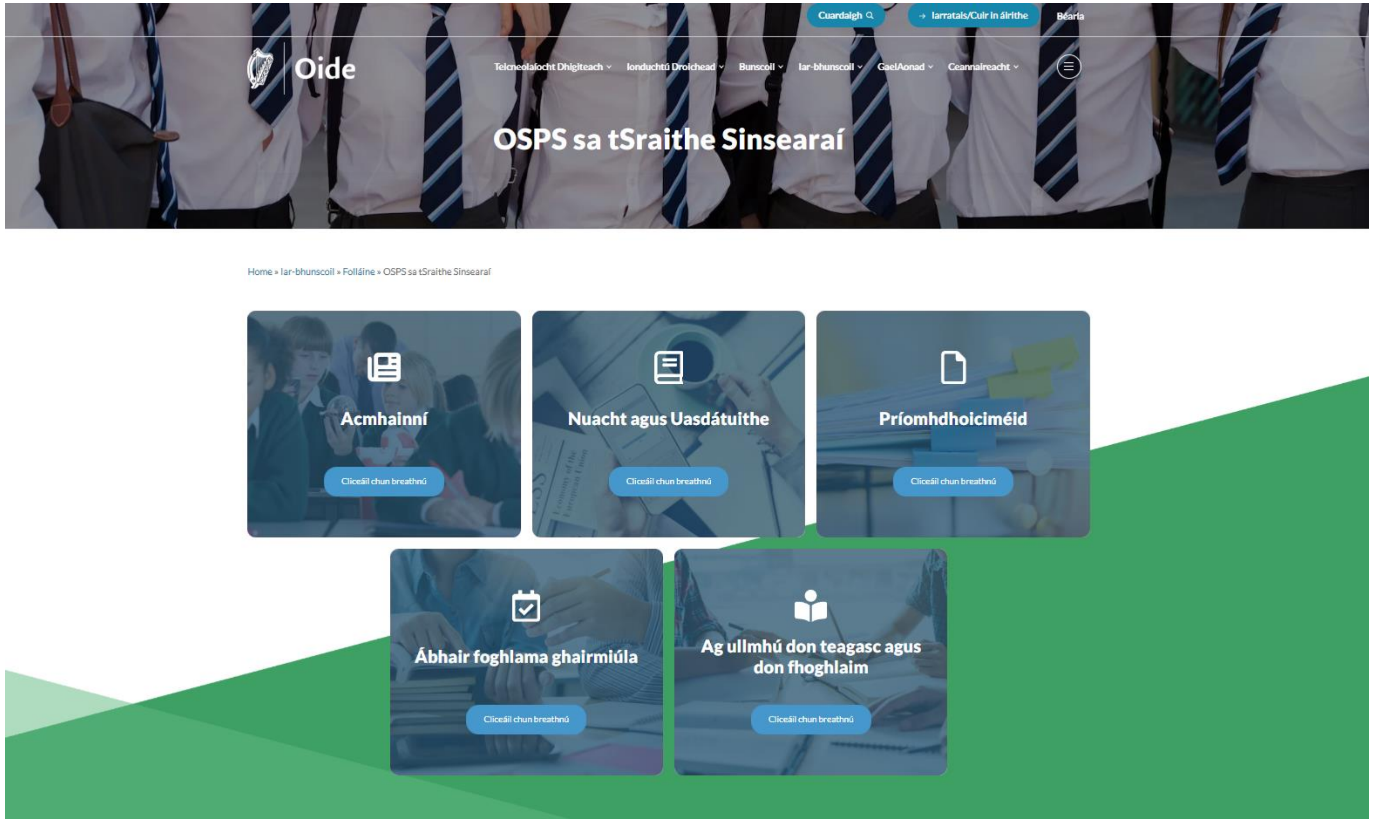
An raibh a dtarla le linn an lae ag teacht leis sin?

Na chéad chéimeanna eile

Conas a chuirfidh tú an fhoghlaim agus na heispéiris ón lá le do chleachtas?

Doiciméid Is Tábhachtaí agus Acmhainní atá ar fáil ar Shuíomh Oide

tinyurl.com/4u4smm3b



Go raibh maith agaibh