



Oide

Tacú leis an bhFoghlaim
Ghairmiúil i measc Ceannairí
Scoile agus Múinteoirí

Supporting the Professional
Learning of School Leaders
and Teachers

CFL2nna

Aonaid Tosaíochta Foghlama (ATFanna)

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 ó thaobh obair agus foghlaim de ar feadh a saol. 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 mine 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 bhreistheacha agus malartacha.

Is í an litearthacht dlúth agus inneach na foghlama, mar go n-oscloíonn 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 scríbhneoireachta 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 <i>Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:</i>
Labhairt mar is cuí ar chuspóirí éagsúla agus aireachas mar éisteoir a thaispeáint	1.1	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
	1.2	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
	1.3	Sraith de threoracha labhartha a leanúint faoi mhaoirseacht, m.sh. gabh chuig seomra an mhúinteora, siopa áitiúil, nó oifig an phoist, creidmheas a chur sa fón póca
	1.4	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
	1.5	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
	1.6	Éisteacht le réimse scéalta agus freagairt a thabhairt orthu
Iompraíocht neamhbhriathartha a úsáid chun teachtaireacht a chur in iúl	1.7	Réimse de chineálacha cumarsáide neamhbhriathartha a aithint, m.sh. gotha gnúise, tuineacha gutha, siombailí, éide, dathanna chun giúmar/gníomh cuí a chur in iúl
	1.8	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
	1.9	Freagra nó iarratas a chur in iúl go neamhbhriathartha, m.sh. glaoch gutháin a chomharthú
	1.10	Freagairt do chomharthaí agus d'fhógraí neamhbhriathartha a chostar ar dhuine sa saol laethúil, m.sh. comharthaí bóthair, tráchta, ábhair ghuaise
	1.11	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	1.12	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
	1.13	Rialacha simplí agus gnásanna téacs a úsáid a thacaíonn le brí, m.sh. stad ag lánstad
	1.14	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
	1.15	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
	1.16	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	1.17	Nótaí agus teachtaireachtaí a scríobh/chlóscríobh atá de dhíth chun tascanna simplí a dhéanamh, m.sh. seoladh a chur ar chlúdach
	1.18	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
	1.19	Úsáid a bhaint as príomhrialacha na scríbhneoireachta mar is cúí, m.sh. ceannlitreacha agus lánstadanna a úsáid
	1.20	Réimse de phatrúin litrithe a úsáid, m.sh. cuir ‘a, (e)acha, (e)anna’ le focal chun iolra a dhéanamh
	1.21	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	1.22	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
	1.23	Réimse íomhánna a chruthú ag úsáid ábhair éagsúla
	1.24	Píosa oibre a dhéanamh le haghaidh taispeántais
	1.25	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
	1.26	Drámaíocht nó damhsa a úsáid chun suíomhanna fíora nó samhailteacha a fhiosrú
Úsáid a bhaint as teicneolaíochtaí atá oiriúnach do réimse cuspóirí	1.27	Trí úsáid teicneolaíochta sa ghnáthshaol a aithint, m.sh. ar son foghlama, oibre, agus spraoi
	1.28	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
	1.29	Úsáid a bhaint as an teicneolaíocht chun cumarsáid a dhéanamh le daoine eile i ngníomhaíocht
	1.30	Úsáid a bhaint as píosa nua trealaimh TFC
	1.31	Ríomhaire pearsanta a chur air agus as go sábháilte, m.sh. na céimeanna a leanúint chun ríomhaire a mhúchadh
	1.32	Na siombailí eolais ar bharr deisce a aithint, m.sh. siombail taiscéalaí idirlín
	1.33	Úsáid mar is cúí a bhaint as eochracha a úsáidtear go minic
	1.34	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
	1.35	Teacht ar réimse suíomhanna gréasáin ar an idirlíon, m.sh. scoilnet, suíomhanna gréasáin a bhfuil spéis phearsanta ag an scoláire iontu
	1.36	Faisnéis le haghaidh tionscnaimh a aimsiú ar an nGréasán
	1.37	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 dhifriúla

Cruthanna a úsáid

Feasacht a fhorbairt ar am

Uimhearthacht

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama
		Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
Airgead a bhainistiú	2.1	Nótaí agus boinn a úsáidtear go minic a aithint
	2.2	Íoc as rud mar is ceart agus an tsóinseáil a chomhaireamh in idirbheartaíocht siopadóireachta bréige nó fhíor
	2.3	Admháil siopadóireachta a mhíniú, i dtaca leis an rud a ceannaíodh, airgead tugtha agus sóinseáil cheart faighte
	2.4	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
	2.5	An difríocht a aithint idir airgead a úsáid chun nithe riachtanacha agus nithe só a cheannach
	2.6	Buiséad pearsanta ar feadh seachtaine a phleanáil
	2.7	Beagán airgid a choigilt gach seachtain chun rud a cheannach
Feasachta fhorbairt ar uimhreas	2.8	Uimhreacha suas go 100 in U a aithint, m.sh. fios a bheith acu cá mhéad náid le haghaidh deiceanna, céadta
	2.9	Ionad luach a aithint i dtaca le haonaid, deiceanna agus céadta, m.sh. fios a bheith acu cá mhéad náid le haghaidh deiceanna, céadta
	2.10	Dhá shlánuimhir dhá dhigit a shuimiú ar lú ná 100 a n-iomlán i gcomhthéacs suíomh laethúil
	2.11	Slánuimhreacha dhá dhigit a dhealú i gcomhthéacs suíomh laethúil
	2.12	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	2.13	Focail oiriúnacha a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar theocht, m.sh. te agus fuar
	2.14	Ionstraimí a aithint a úsáidtear chun teocht a thaispeáint agus a choigeartú, m.sh. teirmiméadar, diaileanna marcáilte oighinn
	2.15	Teochtaí a nascadh le suíomhanna laethúla, m.sh. teocht i seomra ranga
	2.16	Teochtaí cuí a aimsiú ar dhiail chócaireáin, m.sh. gásmharc 4, 200 céim Celsius
	2.17	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	2.18	Foclóir oiriúnach a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar aonaid an mheáchain agus an toillte, m.sh. lítear, 500ml, cileagram, graim (pictiúrtha nó coinchréiteach)
	2.19	Na marcanna le haghaidh aonaid an mheáchain agus an toillte a aithint, m.sh. crúiscín tomhais a úsáid, meá a úsáid
	2.20	Roinnt samplaí meáchain agus toillte ón ngnáthshaol a liostú, m.sh. a meáchan féin a bheith ar eolas acu, lítear bainne
	2.21	Soitheach grádaithe a úsáid chun toilleadh leachtanna a oibriú amach, m.sh. crúiscín a úsáid chun lítear bainne a thomhas
	2.22	Scálaí a úsáid chun meáchan púdar agus solad a oibriú amach, m.sh. na comhábhair do chiste a mheá
Feasacht a fhorbairt ar fhad agus ar achar (distance)	2.23	Foclóir cuí a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar na haonaid a bhaineann le fad agus le hachar, m.sh. ciliméadair, méadair, ceintiméadair
	2.24	Aonaid faid agus achair a aithint ar rialóir, slat méadair agus miosúr (ribín tomhais)
	2.25	Rialóir a úsáid chun faid dhifriúla línte a tharraingt agus a thomhas
	2.26	Fad rudaí coiteanna a thomhas go garbh, m.sh. fad leabhair
	2.27	Fad áiteanna coiteanna a thomhas, m.sh. seomra leapa, cistin, seomra ranga ag úsáid miosúir
Áireamhán a úsáid	2.28	Na digití 0-9 agus an pointe deachúlach agus na cnaipí riachtanacha oibríochta (+, -, %, =) a aimsiú ar áireamhán
	2.29	Áireamhán a úsáid chun fadhbanna simplí a réiteach, m.sh. dhá rud a shuimiú
	2.30	Áireamhán a úsáid chun obair a cheartú a rinneadh gan áireamhán a úsáid
	2.31	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	2.32	Foclóir cuí a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar threo, m.sh. deiseal, tuathal, cothrománach, ingearach
	2.33	Mapa simplí a úsáid chun suíomh tugtha a aimsiú
	2.34	Mapa simplí a tharraingt chun treoracha a thabhairt
	2.35	An t-achar idir dhá áit ar mhapa a ríomh
	2.36	An corp nó baill coirp a úsáid chun gluaiseacht i dtreo áirithe
	2.37	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	2.38	Úsáidí sonraí sa saol laethúil a aithint, m.sh. suirbhé ranga ar an scannán is mó éilimh i measc déagóirí
	2.39	Cuir chuige bhunúsacha chun bailiúcháin sonraí a aithint, m.sh. leatháin (bileoga) taifid, córas scóir
	2.40	Réimse sonraí a bhailiú ag úsáid ceann éigin de na modhanna a leanas: suirbhé, leathán taifid, córas scóir nó taifid chlos-amhairc
	2.41	Sonraí bunúsacha dhá chritéar a léirmhíniú, m.sh. níos mó/níos lú d'aicme amháin ná ceann eile, níos mó/níos lú
	2.42	Léaráidí bhunúsacha a thógáil chun sonraí le dhá chritéar a chur in iúl, m.sh. picteagram/barrachairt a tharraingt
	2.43	Labhairt faoi /plé a dhéanamh ar eolas ó bhunsonraí, m.sh. picteagram, barrachairt nó treoghráf
Cruthanna a úsáid	2.44	Cruthanna coiteanna 2T agus 3T sa ghnáthshaol a ainmniú, m.sh. ciorcal, dronuilleoga, ciúbanna, sorcóirí agus sféir
	2.45	Líne a roinnt ina dhá cuid chothroma gan tomhas a dhéanamh, m.sh. trí fhilleadh
	2.46	Aiseanna siméadrachta cruthanna agus fíoracha coiteanna 2T a aimsiú trí fhilleadh, agus iad a mharcáil
	2.47	Áirí cruthanna coiteanna 2T agus foirmeacha 3T a aithint, m.sh. líon aghaidheanna, faobhar
	2.48	Cruthanna agus foirmeacha 2T agus 3T a shórtáil de réir a méide
Feasacht a fhorbairt ar am	2.49	An t-am ar chlog analógach a léamh don uair, leathuair agus ceathrú uaire
	2.50	An t-am a léamh ó chlog digiteach don uair, leathuair agus ceathrú uaire
	2.51	Príomhamanna i rith an lae a aithint ar an uair, leathuair agus ceathrú uaire, m.sh. amanna lóin, sceideal amhairc a úsáid
	2.52	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 clár ar leith a ríomh
	2.53	Lá nó dáta áirithe ar fhéilire nó ar chlár ama a aimsiú, m.sh. mo lá breithe
	2.54	Míonna nó gníomhaíochtaí a mheaitseáil lena gcuid séasúr, m.sh. pictiúir de na séasúir a mheaitseáil lena míonna cuí



Cúram Pearsanta

Baineann an t-aonad seo le forbairt phearsanta na scoláirí. Pléann sé lena sláinte agus lena 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 maireachtála 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	3.1	Cleachtais riachtanacha laethúla cúram pearsanta a aithint, m.sh. m'fhiacra a scuabadh
	3.2	Cur síos a dhéanamh ar na bealaí is tábhachtaí leis an gcorp a choimeád glan, m.sh. cithfholcadh nó folcadh a ghlacadh
	3.3	Tairbhí áirithe a thagann le cúram maith pearsanta a aithint, m.sh. is faide a mhairfidh m'fhiacra má scuabaim iad
	3.4	Tairbhí raon táirgí cúram pearsanta laethúil a aithint, m.sh. earraí cúram fiacra, frithallasáin, cúram gruaige, cúram cos
	3.5	Cloígh le plean cúram pearsanta comhaontaithe, m.sh. gach lá scuabfaidh mé mo chuid fiacra faoi dhó (maidin agus tráthnóna)
	3.6	Dhá nó trí chúis a thabhairt, chun aire a thabhairt do nithe pearsanta, m.sh. má ním mo chuid éadaí, mairfidh siad níos faide
	3.7	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	3.8	Bianna coitianta a shórtáil de réir biaghrúpaí, m.sh. torthaí/glasraí, feoil/iasc, déiríocht
	3.9	Cur síos a dhéanamh ar ghnáthbhianna agus ar dheochanna a bhaineann le réimse cothrom bia, m.sh. torthaí agus glasraí a ithe
	3.10	Cur síos a dhéanamh ar na tairbhí a thagann le réimse maith bia, m.sh. croí folláin, cnámha láidre, craiceann glan, fiacra folláine
	3.11	Páirt a ghlacadh in ullmhúchán béilí sláintiúla m.sh. bricfeasta agus lón/dinnéar
	3.12	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
	3.13	Cleachtais chúil 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	3.14	Trí thairbhe phearsanta a thagann le haclaíocht rialta a aithint, m.sh. meáchan sláintiúil, mothú go maith agus spraoi a bheith agat	
	3.15	Plean acclaíocht phearsanta sheachtainiúil a leagan amach, m.sh. ag siúl chun na scoile gach lá, spórt a imirt, loga seachtainiúil acclaíochta de na gníomhaíochtaí a choimeád	
	3.16	Prionsabail chleachtas acclaíocht shábháilte a thaispeáint, m.sh. téamh (ullmhú), fuarú, coisbheart agus éide oiriúnach a chaitheamh	
	3.17	Cloí le gnáthamh acclaíochta i dtimpeallacht struchtúrtha, m.sh. cleachtadh a chríochnú le linn rang CO	
	3.18	Conas a chuireann an bia a ithimid le staid ár sláinte a mhíniú	
	3.19	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	
	3.20	Réimse staideanna mothúchána agus fisiceacha a aithint, m.sh. réimse íomhána a úsáid chun réimse de staideanna mothúchána agus fisiceacha a aithint	
Bheith ábalta strus a ionramháil	3.21	Cur síos a dhéanamh ar shuíomhanna scoile /pearsanta /pobail a gcuireann strus orthu	
	3.22	Roinnt de chomharthaí an struis a aithint	
	3.23	Roinnt bealaí a aithint chun suaimhneas a ghlacadh, m.sh. dul ar shiúlóid, amharc ar scannán	
	3.24	Teicníc chun do scíth a ligean a thaispeáint, m.sh. anáil dhomhain a tharraingt	
	3.25	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 anáilaithe le linn duit a bheith i scuaine	
	3.26	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	3.27	Príomhrioscaí sábháilteachta a aithint san ionad oibre/sa bhaile/sa phobal, m.sh. seoláin sraoilleacha (cáblaí ar liobarna), plocóidí, teilifíseán agus trealamh leictreach	
	3.28	Nuair a bhíonn an tsábháilteacht phearsanta faoi bhagairt a aithint, m.sh. tromaíocht/ciapadh	
	3.29	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	
	3.30	Cur síos a dhéanamh ar fhreagairt chúí 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	3.31	Ainmneacha caighdeánacha na ngnéasorgán a aithint, m.sh. an clár coirp nó áiseanna oiriúnacha amhairc eile a úsáid
	3.32	Cur síos a dhéanamh ar fheidhmeanna bhaill ghiniúna na colainne, m.sh. an clár coirp nó áiseanna oiriúnacha amhairc eile a úsáid
	3.33	Na hathruithe fisiceacha agus mothúchána a tharlaíonn i gcailíní agus i mbuachaillí le linn ógántacht a aithint
	3.34	An difríocht a aithint idir bealaí oiriúnacha agus mí-oiriúnacha chun do chuid mothúchán a chur in iúl
	3.35	An difríocht a aithint idir cairdeas agus caidreamh níos dlúithe
Mothúcháin a aithint	3.36	Mothúcháin choiteanna a aithint mar aon le focail bainteach leo a úsáidtear chun iad a chur in iúl
	3.37	A gcuid freagairtí mothúchána féin i gcásanna éagsúla a aithint, m.sh. sona, brónach, mífhoighneach, feargach, corraithe
	3.38	Cur síos a dhéanamh ar bhealaí oiriúnacha chun a gcuid mothúchán a chur in iúl
	3.39	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
	3.40	Freagairt ar chaoi mhothúchána oiriúnach d'ócáid nó teagmhas áirithe, m.sh. faigheann cara drochscéal
Cinntí pearsanta a dhéanamh	3.41	Na príomhluachanna i saol an scoláire a liostú
	3.42	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/ mhothúchána duine, ionchais shóisialta
	3.43	Liosta a dhéanamh de na rudaí/na daoine ar féidir leo tionchar a imirt ar chinnteoireacht
	3.44	Na roghanna agus na hiarmhairtí a bhaineann le cinneadh gearrthéarmach atá ar tí a bheith tógtha a aithint
	3.45	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	4.1	Cineálacha difriúla caidrimh a aithint, m.sh. tuismitheoir/páiste, scoláire/ Múinteoir, scoláire/scoláire
	4.2	Cásanna a aithint nuair a labhraíonn daoine go difriúil ag brath ar an lucht éisteachta, m.sh. piaraí, múinteoirí, tuismitheoirí, daoine fásta eile
	4.3	Bealaí a liostú inar féidir le leasainmneacha agus spochadh a bheith goilliúnach duit féin agus do dhaoine eile
	4.4	Bealaí a aithint/a liostú inar mhaith leo go gcaithfí leo
	4.5	Cur síos a dhéanamh ar bhealaí chun cairde a dhéanamh agus a choimeád, m.sh. tréithe a aithint atá/nach bhfuil inmhianaithe i gcaidreamh
	4.6	Páirt chomhoibríoch a ghlacadh i suíomh grúpa
	4.7	An tábhacht atá le meas i gcaidreamh a aithint
Coimhlintí a réiteach	4.8	Cur síos a dhéanamh ar cad is piarbhrú ann agus bealaí a mholadh lena láimhseáil
	4.9	Cur síos a dhéanamh ar bhealaí chun piarbhrú a láimhseáil, m.sh. rólímirt a dhéanamh ar chásanna coimhlinte idir cairde agus conas iad a réiteach
	4.10	Cumas a léiriú chun teacht ar réiteach le piaraí, m.sh. trealaimh a roinnt leo
	4.11	Cur síos a dhéanamh ar chomharthaí sóirt iompar bulaíochta
	4.12	Cur chuige na scoile chun déileáil le tromaíocht a aithint, m.sh. a bheith curtha chuig oifig an phríomhoide, cairt iompraíochta a úsáid
	4.13	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	4.14	Bealaí a liostú chun am fóillíochta a chaitheamh
	4.15	Áiteanna agus eagraíochtaí coitianta sa phobal áitiúil a aithint
	4.16	Idirdhealú a dhéanamh idir rudaí atá saor in aisce agus a gcaithfear íoc astu sa phobal áitiúil
	4.17	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	4.18	Na háisíneachtaí bainteacha a thairgeann tacaíocht agus comhairle don phobal a ainmniú, m.sh. Ionad Comhairle Saoránach, Ionad eolais áitiúil
	4.19	Cur síos a dhéanamh ar nós imeachta na scoile chun eachtra a thuirisciú, m.sh. má tá duine ag tromáocht ort
	4.20	Liosta gearr a thiomsú de dhaoine nó de ghrúpaí gur féidir leo tacaíocht a sholáthar, ina measc teagmhálacha pearsanta agus grúpaí/eagraíochtaí
	4.21	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
	4.22	Cuairt a thabhairt ar eagraíocht áitiúil phobail agus comhairle a lorg
Roghanna tomhaltóra a dhéanamh	4.23	Dhá eagraíocht a liostú a bhíonn ag obair ar son tomhaltóirí
	4.24	Cur síos a dhéanamh ar chásanna nuair is gá rud a thabhairt ar ais chuig siopa
	4.25	Cur síos a dhéanamh ar an rud atá i gceist le barántas
	4.26	Lipéid ar phacáistí, éadaí a aithint
	4.27	Na comharthaí agus na siombailí is tábhachtaí ar lipéid a aithint
	4.28	Gearán a scríobh nó gearán ó bhéal a dhéanamh i suíomh bréige



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

Ullmhú don Obair

Míreanna	Cód	Torthaí foghlama
		Ba chóir do scoláirí a bheith ábalta:
A bheith ábalta spriocanna foghlama a shocrú	5.1	Spriocanna foghlama a shocrú, m.sh. faoi dheireadh na seachtaine seo críochnóidh mé mo leabhar
	5.2	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
	5.3	An plean a chur i bhfeidhm, m.sh. ar feadh seachtaine
	5.4	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	5.5	Poist dhifriúla a dhéanann daoine ina scoil a aithint, m.sh. ról an mhúinteora, an t-airíoch agus rúnaí na scoile
	5.6	Trí dheis áitiúla fostaíochta a liostú
	5.7	Cur síos a dhéanamh ar bhealach amháin a bhfaigheann daoine a rogha jab nó cúrsa, m.sh. ó nuachtán, eolas ó choláiste
	5.8	Jabanna féideartha a bhfuil suim acu iontu a liostú agus eolas a fháil ar riachtanais na bpost sin
	5.9	Cuairt a thabhairt ar fhostóir áitiúil agus an chuairt a athbhreithniú, m.sh. dhá rud nua a foghlaimíodh a lua
	5.10	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	5.11	A gcuid tallann a aithint agus a liostú
	5.12	Curriculum vitae a chruthú ina bhfuil próifíl phearsanta, sonraí oideachais agus taithí oibre
	5.13	Páirt a ghlacadh in agallamh gairid, m.sh. agallamh poist bréige le múinteoir
	5.14	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
	5.15	Tascanna ar leith a dhéanamh i ról éagsúla ar scoil, m.sh. cláir tinrimh a thabhairt chuig an oifig, ábhair sa seomra ranga a eagrú mar is cuí
	5.16	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	5.17	Samplaí a thabhairt de chleachtais shábháilte i dtrí ionad oibre ar leith, m.sh. gloiní cosanta a chaitheamh le linn rang miotalóireachta
	5.18	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
	5.19	Cur síos a dhéanamh ar pháosa trealaimh leictreach agus é a úsáid mar is ceart agus go sábháilte i ranganna praiticiúla éagsúla, m.sh. meascthóir a úsáid in eacnamaíocht bhaile
	5.20	Gach uirlis, ábhar agus trealamh a stóráil go sábháilte
	5.21	Na nósanna imeachta difriúla le haghaidh féinchosanta ag an obair a liostú, m.sh. éadaí cosanta agus eangach ghruaige a chaitheamh
	5.22	Na bealaí éalaithe i scoil a aithint, m.sh. léarscáil a tharraingt den scoil, ina dtaispeántar na bealaí éalaithe
	5.23	Treoracha druil dóiteáin a leanúint, m.sh. páirt a ghlacadh i ndruid dóiteáin
	Páirt a ghlacadh i ngníomhaíocht atá bainteach leis an obair	5.24
5.25		Roinnt céimeanna a chur in ord atá le glacadh chun an ghníomhaíocht a chríochnú go sásúil
5.26		Ról a ghlacadh sa ghníomhaíocht agus tascanna a bhaineann leis an ról a aithint
5.27		Eochairfhocail a bhaineann leis an ngníomhaíocht a úsáid mar is ceart
5.28		Réamhchúraimí sábháilteachta agus/nó ceadanna atá riachtanach don ghníomhaíocht a aithint
5.29		Foghlaim conas uirlisí nó trealamh a bhaineann leis an ngníomhaíocht a úsáid go sábháilte agus mar is ceart
5.30		Páirt a ghlacadh sa ghníomhaíocht
5.31		An ghníomhaíocht a athbhreithniú chun a rathúlacht a mheas
5.32		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 ról 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 planáil 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

Nótaí

Nótaí

Nótaí