An Roinn Oideachais
agus Óige
Department of Education
and Youth

Clár Foghlama Leibhéal 2 den tSraith Shinsearach: Cócaireacht

Modúl Roghnach

Le tabhairt isteach i scoileanna ó Mheán Fómhair 2025.

Ullmhaithe ag an gComhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta (CNCM)

An Clár Ábhar

Réamhrá 2
Réasúnaíocht 2
Leanúnachas agus dul chun cinn 3
Teagasc agus foghlaim 4
Modúl: Cócaireacht 5

Réamhrá

Is éard atá i gClár Foghlama Leibhéal 2 den tSraith Shinsearach (CFL2SS) raon de réimsí curaclaim, agus gach ceann acu deartha ar bhonn modúlach. Tá ceithre réimse curaclaim ag croílár CFL2SS: Uimhearthacht; Cumarsáid agus Litearthacht; Cúram Pearsanta; agus Sruthanna Roghnacha. Modúl roghnach is ea an Chócaireacht.

Ceapadh an Chócaireacht le haghaidh 60 uair an chloig ar a laghad den am teagaisc/ranga ar feadh dhá bhliain.

Teideal modúil	Am molta in uaireanta an chloig
Cócaireacht	60

Réasúnaíocht

Déantar forbairt ar scileanna praiticiúla bia na scoláirí sa mhodúl roghnach Cócaireachta. Is scileanna riachtanacha iad seo a théann chun leasa do gach duine agus a thacaíonn leis na scoláirí ina saol laethúil. Cuireann an modúl bia sláintiúil, folláine phearsanta agus scileanna maireachtála neamhspleácha chun cinn agus ar chumas na scoláirí. Cothófar féinmhuinín na scoláirí, trí ghníomhaíochtaí foghlama, agus iad ag tabhairt faoin bhfadhbréiteach i ngan fhios dóibh, chomh maith le pleanáil, ullmhúchán agus smaointeoireacht chriticiúil agus chruthaitheach; ní ó thaobh bia amháin, ach ó thaobh bainistíocht ama agus acmhainní de. Cothaíonn an nádúr comhoibríoch a bhaineann le han-chuid gníomhaíochtaí cócaireachta cumarsáid shóisialta éifeachtach, idirghníomhú sóisialta, scileanna sóisialta, scileanna idirphearsanta agus inphearsanta.

Leanúnachas agus dul chun cinn

Tá an modúl seo deartha chun foghlaim agus eispéiris na scoláirí ón tsraith shóisearach a chomhdhlúthú agus a chur chun cinn. Tá an modúl struchtúrtha chun leanúnachas a sholáthar ó Leibhéal 2 Cúram Pearsanta (AFT) ag an tsraith shóisearach agus ó shonraíocht Eacnamaíocht Bhaile na Sraithe Sóisearaí agus chun foghlaim na scoláirí a chur chun cinn, a fheabhsú agus a dhoimhniú sa tsraith shinsearach.

Sa mhodúl seo tacaítear le forbairt agus cur chun cinn phríomhscileanna na scoláirí ón tsraith shóisearach, amhail scileanna a bhaineann le féinbhainistiú, le bheith ag fanacht folláin, agus le cumarsáid a dhéanamh, agus cuirtear chun cinn forbairt agus foghlaim i réimsí amhail cumarsáid, teanga, uimhearthacht, comhordú luaile agus feasacht ar spásúlacht. Tugtar deiseanna do na scoláirí a léiriú conas is féidir foghlaim a fhaightear anseo a bheith nasctha leis an bhfoghlaim roimhe seo, le réimsí curaclaim eile, le gníomhaíochtaí na scoile i gcoitinne agus leis an saol lasmuigh den scoil, agus a gcuid foghlama á cur i bhfeidhm i réimsí amhail Cumarsáid agus Litearthacht, Uimhearthacht, Cúram Pearsanta, Aire a Thabhairt do mo Thimpeallacht, A bheith Rannpháirteach sa Phobal nó a réimse sainspéise. Tá an méid sin ina chuidiú chun foghlaim a neartú agus inniúlacht na scoláirí a chur chun cinn chun bheith gníomhach, chun cumarsáid a dhéanamh agus páirt a ghlacadh in idirghníomhú sóisialta dearfach, ina scoil féin agus sa phobal níos leithne.

Cuireann sé sin eispéireas foghlama leanúnach ar fáil do na scoláirí ar feadh na sraithe sinsearaí. Tá an méid sin ina chuidiú le foghlaim na scoláirí a neartú agus a chur chun cinn, rud a chumasaíonn dóibh, dá réir sin, braistint gaisce agus muiníne ina gcuid foghlama a fhorbairt. Tríd sin tacaítear leis na scoláirí lasmuigh den scoil de réir mar a aistríonn siad chuig saol na ngairmeacha, an staidéir nó seirbhísí breise.

Teagasc agus foghlaim

Féadfaidh na páirt a ghlacadh i réimse gníomhaíochtaí a chuireann ar a gcumas muinín a fhorbairt agus a chuireann neamhspleáchas chun cinn maidir le hullmhúchán bia agus a bheith ag obair le daoine eile. Cuireann an Chócaireacht eispéiris foghlama thadhlacha agus idirghníomhacha ar fáil a d'fhéadfadh iliomad céadfaí a mhealladh agus a n-eispéiris foghlama a fheabhsú. Féadfaidh na scoláirí uigeacht na gcomhábhar a bhrath, boladh luibheanna agus spíosraí a fháil, athruithe ar bhia a aithint le linn cócarála, agus éisteacht leis na fuaimeanna a bhaineanna le hullmhúchán bia. Tá gníomhaíochtaí ar an meán trínar féidir na torthaí foghlama a bhaint amach. Cé go liostaítear roinnt samplaí, níl iontu ach moltaí. Tá solúbthacht ag scoileanna gníomhaíochtaí a chur in oiriúint dá gcomhthéacs scoile ar leith, do chomhthéacs a bpobail agus do spéiseanna na scoláirí.

Féadfar na nithe seo a leanas a áireamh ar ghníomhaíochtaí, ach gan bheith teoranta dóibh:

- Seisiúin phraiticiúla chócaireachta, ina réitíonn na scoláirí béilí simplí cothroma
- Cleachtadh ar scileanna scine agus sábháilteachta sa chistin, ag cinntiú gur féidir leis na scoláirí úsáid a bhaint as uirlisí go muiníneach agus go sábháilte.
- Oidis céim ar chéim a leanúint, ag tacú le scileanna seicheamhaithe agus treoracha a thuiscint
- Gníomhaíochtaí blaiste agus céadfaí, ag tabhairt deiseanna do na scoláirí fiosrú a dhéanamh ar uigeachtaí, blasanna, agus meascáin bhia éagsúla
- Dúshláin chócaireachta, ina n-oibríonn na scoláirí ina n-aonar nó i ngrúpaí le béile a réiteach laistigh d'achar áirithe ama
- Páirt a ghlacadh in ullmhú bia d'imeachtaí, amhail bricfeastaí scoile, díolacháin cístí, béilí teaghlaigh, nó tograí cócaireachta pobail
- Taithí oibre a dhéanamh laistigh dá scoil agus den phobal níos leithne.
- An pobal níos leithne a thabhairt isteach, amhail aoichócairí, táirgeoirí bia áitiúla nó cistineacha pobail, cuairteanna ar chistineacha proifisiúnta, caiféanna, nó margaí bia.

Trí dheiseanna rannpháirteachais fíorshaoil a chur ar fáil, tairgtear léargas ar chócaireacht agus ullmhúchán bia i suíomhanna san fhíorshaol. Cabhraíonn sé seo leis na scoláirí a gcuid foghlama a chur i bhfeidhm lasmuigh den seomra ranga agus blaiseadh a fháil de thimpeallachtaí bia éagsúla. I gcás inar cuí, is féidir teicneolaíocht dhigiteach agus oiriúnaitheach a úsáid chun tacú le foghlaim agus rannpháirtíocht. Is féidir le háiseanna amhairc, uirlisí cistine oiriúnaitheacha, físeáin teagaisc céim ar chéim, tascanailís agus uirlisí cumarsáide inrochtaineacht a fheabhsú agus tacú le gach scoláire páirt ghníomhach a ghlacadh sna gníomhaíochtaí foghlama agus taitneamh a bhaint astu.

Modúl: Cócaireacht

Tuairisceoir modúil

Cuireann an modúl Cócaireachta ar a chumas do na scoláirí scileanna bia praiticiúla riachtanacha a fhorbairt, chomh maith le feasacht ar shábháilteacht sa chistin agus scileanna san ullmhúchán bia chun muinín agus neamhspleáchas a chothú in ullmhúchán béilí don saol ó lá go lá.

Foghlaimíonn na scoláirí faoin méid seo a leanas	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas na scoláirí
Scileanna praiticiúla bia Déanann na scoláirí fiosrú agus bíonn siad ag plé le bunscileanna atá ag teastáil sa ghnáthchistin, lena n-áirítear an tábhacht a bhaineann le sláinteachas bia. Chomh maith leis sin, bíonn na scoláirí ag plé le modhanna agus teicnící cócaireachta coiteanna agus leanann siad céimeanna cuí chun béile a phleanáil agus a ullmhú.	**a.** trealamh cistine riachtanach a shainaithint agus a úsáid go sábháilte, amhail sceana, cláir mhionghearrtha, cumascóirí, uirlisí tomhais **b.** gnáthfhearais chistine (sa bhaile) a shainaithint agus a úsáid go sábháilte **c.** gnásanna sábháilteachta a aithint agus a leanúint laistigh de thimpeallacht chistine **d.** úsáid a bhaint as teicnící tomhais agus meáite do chomhábhair thirime agus leachtacha araon **e.** cleachtais sláinteachais chuí a chur i bhfeidhm laistigh de thimpeallacht chistine **f.** 'dátaí éagtha' agus 'dátaí ar fearr roimhe' a shainaithint **g.** siombailí tábhachtacha ar lipéid bhia a shainaithint **h.** faisnéis thábhachtach ar lipéid bhia a shainaithint agus a léirmhíniú, cuir i gcás méid riar, comhábhair, ailléirgí agus luachanna cothaitheacha **i.** teicnící stórála bia sábháilte a aithint agus a chur i bhfeidhm laistigh de thimpeallacht chistine **j.** treoirlínte a shainaithint agus a leanúint le traséilliú a sheachaint le linn ullmhú bia **k.** modhanna cócaireachta éagsúla a léiriú **l.** bunscileanna ullmhúcháin bia a léiriú, amhail mionghearradh, grátáil nó meascadh **m.** conas amanna cócaireachta agus teochtaí a athrú le dul in oiriúint d'oidis éagsúla a léiriú **n.** bealaí a shainaithint le hoidis a chur in oiriúint, cuir i gcás smaoineamh ar bhianna gan ghlútan, bianna veigeatóracha, uigeachtaí, béilí ar bheagán saille

Foghlaimíonn na scoláirí faoin méid seo a leanas	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas na scoláirí
Ullmhúchán bia Leanann na scoláirí treoracha agus oidis chun tacú le bainistíocht éifeachtach ama agus acmhainní agus béilí simplí á n-ullmhú acu	**o.** buiséad a chruthú bunaithe ar chomhábhair arna sainaithint le haghaidh oideas ar leith **p.** treoracha briathartha, scríofa agus/nó amhairc a leanúint i suíomh ullmhúcháin bia **q.** oidis céim ar chéim a leanúint le réimse béilí a ullmhú **r.** téarmaí cócaireachta comónta a aithint agus a chur i bhfeidhm (m.sh suanbhruith, sótáil, measc) **s.** comhábhair a thomhas agus a mheascadh go cruinn **t.** béile a chur i láthair, a chur ar an mbord agus a chomhroinnt **u.** amlíne nó sceideal cócaireachta a leanúint, ag cinntiú go bhfuil gach cuid den bhéile réidh ag an am cuí **v.** conas glanadh suas i ndiaidh na cócaireachta a léiriú **w.** dramhaíl a shórtáil de réir múirín, athchúrsála nó dramhaíl ghinearálta **x.** róil agus freagrachtaí a aithint laistigh de spás cistine comhroinnte **y.** béile i dtimpeallacht ghrúpa a phleanáil, freastal air agus athbhreithniú a dhéanamh air **z.** béasaíocht bhoird chuí a léiriú i dtimpeallacht ghrúpa.

An Roinn Oideachais
agus Óige
Department of Education
and Youth

Foilsithe mí Lúnasa 2025.