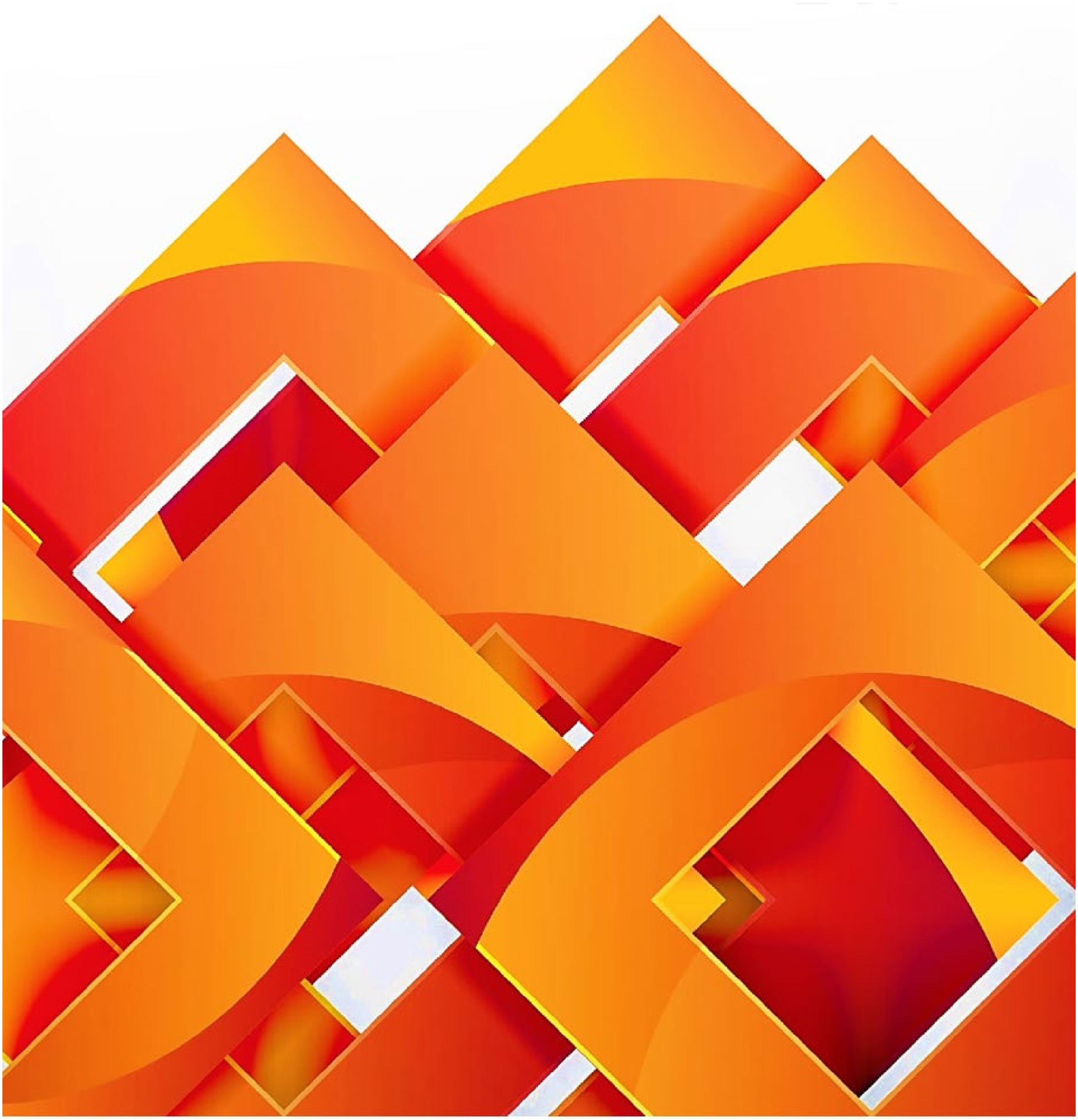
NCCA
An Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta
National Council for Curriculum and Assessment

Sonraíocht Churaclaim le haghaidh Chorpoideachas na hArdteistiméireachta



An Clár Ábhar

An tsraith shinsearach 1

Réasúnaíocht 2

Aidhm 4

Leanúnachas agus Dul Chun Cinn 4

Foghlaim an scoláire sa tsraith shinsearach 5

Príomhinniúlachtaí 6

Snáitheanna staidéir agus torthaí foghlama 10

  Gníomhaíocht Choirp 11

  Snáithe 1: Foghlaim scileanna, rannpháirtíocht agus feidhmíocht 14

  Snáithe 2: Éilimh fhisiceacha agus shíceolaíocha na feidhmíochta 17

  Snáithe 3: Tosca a mbíonn tionchar acu ar rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp 21

Teagasc le haghaidh fhoghlaim an scoláire 25

Measúnú 26

Measúnú don teistiúchán 27

Comhpháirt mheasúnaithe sa bhreis: Tionscadal Corpoideachais 27

  Tuairisceoirí cáilíochta don chomhpháirt mheasúnaithe sa bhreis 28

Tábla 2: Tuairisceoirí cáilíochta: Tionscadal corpoideachais 29

Scrúdú scríofa 30

  Socruithe réasúnta 30

  Grádú na hArdteistiméireachta 31

Aguisín 1 32

Aguisín 2 35

An tsraith shinsearach

Tá sé mar aidhm ag an tsraith shinsearach leanúint le hoideachas iomlánaíoch a chur ar an duine agus cur le rath an duine. Cuireann eispéiris na scoláirí le linn na sraithe sinsearaí lena bhforbairt intleachtach, shóisialta agus phearsanta mar aon lena sláinte agus a bhfolláine ar bhonn ginearálta. Baineann ocht dtreoirphrionsabal leis an tsraith shinsearach.

Treoirphrionsabail na Sraithe Sinsearaí	
Folláine agus caidreamh	Rogha agus solúbthacht
Oideachas ionchuimsitheach agus éagsúlacht	Leanúnachas agus aistrithe
Dúshlán, rannpháirtíocht agus cruthaitheacht	Rannpháirtíocht agus saoránacht
Foghlaim le foghlaim, foghlaim don saol	Timpeallachtaí foghlama agus comhpháirtíochtaí

Is slat tomhais iad na prionsabail seo do scoileanna agus do shuíomhanna oideachais eile agus a sraith shinsearach á dearadh acu. Cuimsítear leis an tsraith shinsearach, Idirbhliain roghnach agus cúrsa dhá bhliain ina diaidh, a bhfuil ábhair agus modúil mar chuid de. Tarlaíonn an fhoghlaim i scoileanna, pobail, suíomhanna oideachasúla agus suíomhanna eile lena n-aithnítear neamhspleáchas méadaitheach na scoláirí, ag tógáil ar an tsraith shóisearach. Bunaítear caidrimh le múinteoirí ar bhonn níos aibí agus glacann scoláirí níos mó freagrachta orthu féin as a gcuid foghlama féin.

Sa tsraith shinsearach, cuirtear curaclam ar fáil ina mbíonn dúshlán do na scoláirí an leibhéal is airde de ghnóthachtáil oideachasúil a bheith mar sprioc acu, i gcomhréir lena gcuid inniúlachtaí agus cumas féin. I gcaitheamh na sraithe sinsearaí, bíonn deiseanna ag na scoláirí dul i ngleic le dúshláin shóisialta, chomhshaoil, eacnamaíocha agus teicneolaíochta, agus chun feabhas a chur ar a dtuiscint ar chearta an duine, ar cheartas sóisialta, ar chothroime, ar éagsúlacht agus ar inbhuanaitheacht. Tugtar tacaíocht do na scoláirí chun roghanna bunaithe ar eolas a dhéanamh agus conairí éagsúla tríd an tsraith shinsearach á roghnú acu agus bíonn deiseanna ag gach scoláire lúcháir agus sásamh a bhaint as clocha míle móra a bhaint amach ina gcuid oideachais. Ba cheart go gcuirfeadh an tsraith shinsearach bonn láidir faoin aistriú go dtí an breisoideachas, an t-oideachas aosach agus an t-ardoideachas, printíseachtaí, tréimhsí oiliúna agus fostaíocht, agus rannpháirtíocht bhríoch sa tsochaí, sa gheilleagar agus sa saol aosach.

Ba cheart go bhfreastalódh an t-eispéireas oideachasúil sa tsraith shinsearach ar gach aon scoláire, go bhfreagródh sé dá gcuid láidreachtaí agus riachtanas foghlama, agus go mbeadh meas agus urraim ann don éagsúlacht agus go ndéanfaí sin a cheiliúradh. Bíonn éagsúlachtaí ann i measc scoláirí ó thaobh cúlra teaghlaigh agus cultúir de agus i dtaca le teangacha, aois, stádas eitneach, creideamh, inscne, agus féiniúlacht ghnéis agus maidir lena gcuid láidreachtaí, riachtanas, spéiseanna, inniúlachtaí agus réamheolais, scileanna, luachanna agus meonta. Ba cheart go ndéanfaí féiniúlacht gach aon scoláire a cheiliúradh, go léireofaí meas uirthi agus go bhfreagrófaí di le linn don scoláire a bheith ag dul tríd an tsraith shinsearach.

Ar leibhéal praiticiúil, tacaítear leis an tsraith shinsearach le forbairt ghairmiúil bhreisithe; le rannpháirtíocht múinteoirí, scoláirí, tuismitheoirí, ceannairí scoile agus páirtithe leasmhara eile; acmhainní; taighde; cumarsáid shoiléir; comhsheasmhacht polasaí; agus le fís chomhroinnte i dtaca lena mbítear ag iarraidh a bhaint amach dár gcuid daoine óga tríd an tsraith shinsearach, agus iad ag réiteach chun tús a chur leis an saol aosach. Cuirtear beocht inti i scoileanna agus i suíomhanna eile oideachasúla trí:

- pleanáil, forbairt, eagrú, machnamh agus measúnú éifeachtach curaclaim
- cuir chuige teagaisc agus foghlama a spreagann na scoláirí agus a ligeann dóibh feabhsú
- cultúr scoile ina léirítear meas ar na scoláirí agus ina gcuirtear grá don fhoghlaim chun cinn.

Réasúnaíocht

Déanann Corpoideachas na hArdteistiméireachta forbairt ar chumas na scoláirí páirt a ghlacadh i gcorpoideachas agus i ngníomhaíocht choirp go muiníneach agus go heolach. I gCorpoideachas na hArdteistiméireachta, gheobhaidh na scoláirí deis chun staidéar a dhéanamh ar chorpoideachas i gcomhair teastasú. Ceapadh an tsonraíocht chun dul i gcion ar na scoláirí a bhfuil spéis acu agus atá tiomanta do rannpháirtíocht agus feidhmíocht i ngníomhaíocht choirp. Déanann Corpoideachas na hArdteistiméireachta forbairt ar chumas na scoláirí corpoideachas agus gníomhaíocht choirp a dhéanamh sa tsraith shinsearach agus ina saol amach anseo ar bhealach eolasach oilte féintreoraithe machnamhach.

Tacaíonn teagasc agus foghlaim i gcorpoideachas leis na scoláirí a bheith ina ndaoine óga a bhfuil oideachas orthu maidir lena gcorp féin. Féachann na scoláirí lena gcuid feidhmíochta i rogha gníomhaíochtaí coirp a fheabhsú. Foghlaimíonn siad conas eolas agus tuiscint a chur i bhfeidhm maidir le gníomhaíocht choirp chun bonn eolais a chur faoin gcaoi a n-ullmhaíonn

siad, a mbíonn siad rannpháirteach agus mar a éiríonn leo i ngníomhaíocht choirp. Trí rannpháirtíocht agus taispeántas i ngníomhaíocht choirp, foghlaimíonn na scoláirí faoi bheith éifeachtach go pearsanta mar lúthchleasaithe aonair ach freisin mar chuid d'fhoireann nó de ghrúpa. Forbraíonn siad scileanna agus inniúlachtaí sóisialta difriúla de réir mar a oibríonn siad i gcomhar le daoine eile i dtreo comhsprice.

Cuirtear an bhéim ar eispéiris foghlama chomhtháite a thabhairt do na scoláirí áit a bhfuil cothroime idir dícheall pearsanta a fhorbairt i rogha gníomhaíochtaí coirp agus a dtuiscint ar na peirspictíochtaí teoiriciúla a mbíonn tionchar acu ar fheidhmíocht agus ar rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp a neartú. I measc na bpeirspictíochtaí sin tá foghlaim sna daonnachtaí, eolaíochtaí sóisialta agus eolaíochtaí saoil.

Foghlaimíonn na scoláirí faoin tábhacht atá le gníomhaíocht choirp mar chuid de stíl mhaireachtála shásúil agus shláintiúil. Déanann siad scrúdú ar na cúinsí a mbíonn tionchar acu ar a rannpháirtíocht féin agus ar rannpháirtíocht daoine eile i ngníomhaíocht choirp. Pléann siad eispéiris dhifriúla maidir le gníomhaíocht choirp, idir rannpháirtíocht ar bhonn caitheamh aimsire go dtí iarracht barr feabhais a bhaint amach agus luach gach eispéiris le haghaidh na sláinte agus na folláine. Is iomaí deis a fhaigheann na scoláirí sa chorpoideachas oibriú mar dhuine aonair, i ngrúpaí agus i bhfoirne áit ar féidir leo tuiscint níos géire a fhorbairt ar na coincheapa a bhaineann le cothroime agus le freagracht phearsanta agus shóisialta. Cé gur cuid lárnach d'fhoghlaim na scoláirí i gcorpoideachas é an fheidhmíocht i ngníomhaíocht choirp, spreagtar na scoláirí
le tabhairt faoi róil eile seachas ról an lúthchleasaí. Spreagtar na scoláirí, go háirithe, le róil cheannaireachta agus chóitseála a ghlacadh mar chuid dá gcuid foghlama i gcorpoideachas.

Sa chorpoideachas, tuigtear go gcuimsítear leis an téarma gníomhaíocht choirp gach cineál gníomhaíochta coirp le chéile ar chontanam, mar a bhfuil rannpháirtíocht sa ghníomhaíocht choirp mar chuid de stíl mhaireachtála shláintiúil ar thaobh amháin agus a bheith in iomaíocht le rud a bhuachan ar an taobh eile. Faigheann na scoláirí taithí ar chorpoideachas mar phróiseas comhreathach foghlama i ngníomhaíocht choirp, trí ghníomhaíocht choirp agus maidir le gníomhaíocht choirp.

Aidhm

Déanann Corpoideachas na hArdteistiméireachta forbairt ar chumas an scoláire a bheith rannpháirteach i ngníomhaíocht choirp ar bhealach eolasach oilte féintreoraithe machnamhach ach eolas agus scileanna a chur i bhfeidhm go praiticiúil.

Déanann Corpoideachas na hArdteistiméireachta forbairt:

- ar léiriú na scoláirí sa ghníomhaíocht choirp
- ar chumas na scoláirí machnamh a dhéanamh ar a dtaispeántas i ngníomhaíocht choirp
- ar eolas agus tuiscint na scoláirí faoi na cúinsí a mbíonn tionchar acu ar rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp
- ar an léirthuiscint atá ag na scoláirí do na buntáistí atá le gníomhaíocht choirp le haghaidh sláinte agus folláine ar feadh an tsaoil
- ar chumas na scoláirí tabhairt faoi róil éagsúla i ngníomhaíochtaí coirp
- ar an tuiscint atá ag na scoláirí ar na prionsabail atá mar bhonn ag rannpháirtíocht eiticiúil i ngníomhaíocht choirp
- ar fheasacht na scoláirí ar shuntas cultúrtha na gníomhaíochta coirp agus an spóirt in Éirinn

Leanúnachas agus Dul Chun Cinn

An tSraith Shóisearach

Dírítear Corpoideachas na Sraithe Sóisearaí ar dhuine óg atá liteartha go fisiciúil a fhorbairt i dtaca le heolas, tuiscint, scileanna agus luachanna chun rannpháirtíocht fheasach, mhuiníneach agus inniúil sa ghníomhaíocht choirp agus tiomantas don rannpháirtíocht ar feadh an tsaoil a chumasú. Is réimse foghlama í an Fholláine sa tsraith shóisearach agus tá Corpoideachas ar cheann de na trí cholún san Fholláine. I gCorpoideachas na Sraithe Sóisearaí foghlaimíonn na scoláirí le bheith ina rannpháirtithe muiníneacha agus cumasacha sa ghníomhaíocht choirp agus tá inspreagadh ann le bheith níos gníomhaí go fisiciúil. Cuirtear deiseanna ar fáil dó freisin chun a bhfolláine féin agus folláine daoine eile a chosaint agus a chothú, agus an tráth céanna tuiscint á fáil ar an tábhacht atá le cothrom na Féinne, obair le daoine eile, ionchuimsiú agus sábháilteacht.

I ndiaidh na Sraithe Sinsearaí

Tugann an staidéar ar Chorpoideachas na hArdteistiméireachta tuiscint do na scoláirí ar na tairbhí a bhaineann le bheith gníomhach go fisiciúil ar feadh a saoil. Cothaíonn sé rannpháirtíocht leanúnach agus taitneamh as an ngníomhaíocht choirp mar rannpháirtí, duine den lucht leanúna nó cóitseálaí.

D'fhéadfadh go leor slite beatha iontacha agus tairbheacha eascairt as agus cruthaíonn sé bunús fíormhaith do na scoláirí a bhfuil spéis acu sa spórt agus sa ghníomhaíocht choirp, ag cur ar a gcumas a bheith rannpháirteach i saol na hoibre, i mbreisoideachas agus i mbreisoiliúint. Cuireann Corpoideachas na hArdteistiméireachta buneolas ar fáil do na scoláirí le haghaidh réimse leathan slite beatha sa spórt agus san fhóillíocht.

Foghlaim an scoláire sa tsraith shinsearach

Cuimsítear le foghlaim an scoláire sa tsraith shinsearach, gach rud a fhoghlaimíonn na scoláirí **laistigh** de na hábhair agus na modúil a nglacann siad páirt iontu agus gach rud a fhoghlaimíonn na scoláirí ag a bhfuil baint lena n-eispéiris sraithe sinsearaí **ar fad**. Is é an phríomhaidhm anseo ná go mbeidh gach scoláire níos saibhre, níos rannpháirtí agus níos inniúla mar dhaoine ag deireadh na sraithe sinsearaí ná mar a bhí siad sular thosaigh siad an tsraith shinsearach.

Ar mhaithe le soiléireacht, tugtar breac-chuntas faoin teideal 'príomhinniúlachtaí' ar an bhfoghlaim a bhaineann lena n-eispéiris **ar fad** sa tsraith shinsearach. Tugtar breac-chuntas ar an bhfoghlaim a tharlaíonn **laistigh** d'ábhar nó modúl sonrach faoin gceannteideal 'snáitheanna staidéir agus torthaí foghlama'. Ach tá sé ríthábhachtach a aithint go bhforbraítear príomhinniúlachtaí agus foghlaim ábhair nó mhodúil go comhtháite. Tá na príomhinniúlachtaí comhtháite ar fud na réasúnaíochta, na n-aidhmeanna, na dtorthaí foghlama agus ar fud ranna measúnaithe na sonraíochtaí. Go praiticiúil, is iad na scoláirí a fhorbraíonn príomhinniúlachtaí ar scoil trí na hoideolaíochtaí a úsáideann múinteoirí, agus an timpeallacht a fhorbraíonn siad ina seomraí ranga agus laistigh dá scoil. D'fhéadfadh na hábhair a bheith cabhrach do scoláirí a bpríomhinniúlachtaí a fhorbairt; agus is féidir leis na príomhinniúlachtaí foghlaim ábhair níos doimhne a fheabhsú agus a éascú. Nuair a tharlaíonn an comhtháthú seo, bainfidh na scoláirí tairbhe as:

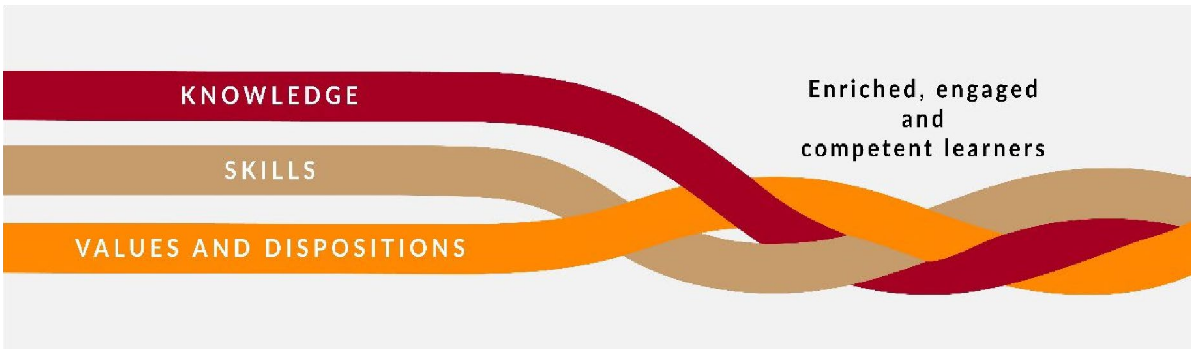
- le linn agus i gcaitheamh na sraithe sinsearaí

- le linn dóibh aistriú chuig gnéithe éagsúla i mbreisoideachas, oideachas aosach agus an t-ardoideachas, printíseachtaí, tréimhsí oiliúna agus fostaíocht, agus
- ina saol mar dhaoine fásta le linn dóibh caidrimh a bhunú agus a chothú le réimse leathan daoine ina saol agus páirt iomlán a ghlacadh sa tsochaí.

Nuair a dhéanann múinteoirí agus scoláirí ceangail idir modhanna teagaisc a bhíonn in úsáid don scoláire, na hinniúlachtaí atá á bhforbairt acu agus na bealaí ar féidir leis na hinniúlachtaí sin foghlaim shainiúil ábhair na scoláirí a dhoimhniú, éiríonn na scoláirí níos feasaí ar na bealaí ar fad a gcuireann a n-eispéiris ar fud na sraithe sinsearaí lena bhforbairt iomlánaíoch mar dhaoine.

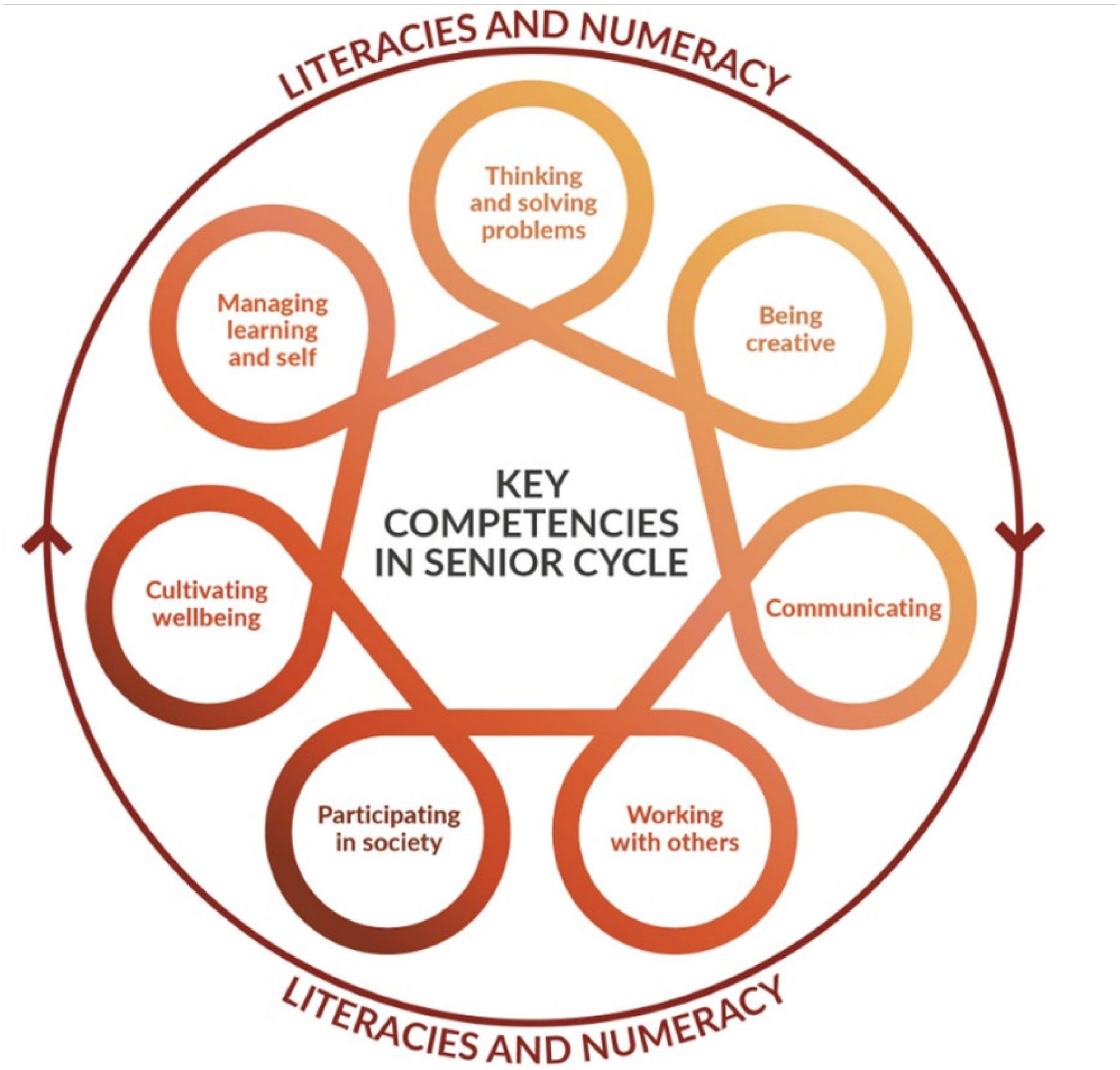
Príomhinniúlachtaí

Is scáth-théarma é príomhinniúlachtaí ina ndéantar tagairt don eolas, na scileanna, na luachanna agus na meonta a fhorbraíonn na scoláirí ar bhealach imeasctha le linn na sraithe sinsearaí.



Fíor 1 Comhpháirteanna na bpríomhinniúlachtaí agus an tionchar a mhianaítear leo

Leagtar amach an t-eolas a bhaineann go sonrach leis an ábhar seo thíos faoin teideal ‘snáitheanna staidéir agus torthaí foghlama’. Comhtháthaítear an t-eolas eipistéimeach ar fud na n-ábhar agus na modúl sna príomhinniúlachtaí.



Fíor 2 Príomhinniúlachtaí sa tSraith Shinsearach, lena dtacaíonn litearthachtaí agus uimhearthacht.

Tá na scileanna seo nasctha le chéile agus is féidir iad a chónascadh; is féidir leo feabhas a chur ar fhoghlaim fhoriomlán na scoláirí; is féidir leo cabhrú leis na scoláirí agus leis na múinteoirí naisc bhríocha a dhéanamh idir agus thar réimsí éagsúla foghlama; agus tá tábhacht ag baint leo tríd an gcuraclam go léir.

Cuireann forbairt litearthachtaí agus uimhearthacht na scoláirí le forbairt na n-inniúlachtaí agus an bealach eile thart. Tacaítear leis na príomhinniúlachtaí nuair a dhéantar litearthacht agus uimhearthacht na scoláirí a fhorbairt go maith agus nuair is féidir leis dea-úsáid a bhaint as uirlisí éagsúla, teicneolaíochtaí ina measc, chun tacú lena gcuid foghlama.

Cuirtear beocht sna príomhinniúlachtaí trí na heispéiris foghlama agus na hoideolaíochtaí a roghnaíonn múinteoirí agus trí fhreagairtí na scoláirí orthu. Is féidir agus ba cheart go

gcabhrófaí leis na scoláirí a gcuid príomhinniúlachtaí a fhorbairt, beag beann ar a gcúlra, ar a gcuid cúinsí nó ar a gcuid eispéireas, faoi láthair nó roimhe seo, agus ba cheart go mbeadh neart deiseanna acu a bpríomhinniúlachtaí a léiriú. Tá tuilleadh sonraí maidir leis na príomhinniúlachtaí ar fáil ar https://ncca.ie/ga/an-tsraith-shinsearach/athfhorbairt-na-sraithe-sinsearai/priomhinniulachtai-an-scolaire/

Is féidir na príomhinniúlachtaí a fhorbairt i gCorpoideachas na hArdteistiméireachta ar réimse bealaí.

Trí Chorpoideachas na hArdteistiméireachta forbraíonn na scoláirí inniúlachtaí a bhaineann le **Smaointeoireacht agus réiteach fadhbanna** agus iad ag dul i mbun gníomhaíochtaí a éilíonn orthu a gcuid straitéisí a mheas agus a chur in oiriúint. Foghlaimíonn siad lena mheas cé na teicnící atá éifeachtach agus a gcuir chuige a choigeartú dá réir sin. Cuimsíonn sé sin roghanna a dhéanamh maidir le gluaiseacht, teaictící, agus obair foirne, ar mhaithe le tuiscint agus feidhmíocht a fheabhsú. Déantar an inniúlacht sin a fhorbairt a thuilleadh ach gníomhaíochtaí, rialacha agus trealamh a chur in oiriúint ag brath ar a gcuid riachtanas agus cumas féin agus na cinn siúd atá ag daoine eile. Trí dhul i mbun plé le comhscoláirí, cleachtas machnamhach, aiseolas, agus iarrachtaí a dhéanamh arís agus arís eile, déanann na scoláirí a gcuid próiseas smaointeoireachta a bheachtú agus cuireann siad a gcuid scileanna fadhbréitigh chun feabhais i suíomh fuinniúil gníomhach.

Cothaíonn na scoláirí cruthaitheacht trí bhealaí a fhiosrú le dul i mbun gluaiseachta agus rannpháirtíochta i ngníomhaíocht choirp agus iad a chur chun feabhais. Agus iad ag samhlú teaictící nuálacha agus ag fiosrú le stíleanna éagsúla chun aghaidh a thabhairt ar dhúshláin, is amhlaidh atá na scoláirí i mbun **a bheith cruthaitheach**. Ach glacadh leis an gcruthaitheacht cuirtear ar chumas na scoláirí a mbealach a dhéanamh trí ghnéithe den fheidhmíocht agus cuir chuige uathúla a cheapadh a théann chun sochair dóibh, de réir mar a dhéanann siad iarracht chun feidhmíocht bharrmhaith a bhaint amach i ngníomhaíocht choirp.

Tá an cumas chun bheith ag obair i gcomhar le daoine eile ach dul i mbun gníomhaíochtaí a éilíonn obair foirne, cumarsáid agus comhoibriú i dtreo spriocanna comhroinnte ina bunchloch faoin gcorpoideachas. Neartaíonn na heispéiris sin tuiscint na scoláirí ar an gcaoi le dul i ngleic le grúpdhinimic, mothúcháin a bhainistiú, agus léirthuiscint a léiriú do dhearcthaí agus cumais éagsúla laistigh d'fhoirne. Déantar forbairt ar na príomhinniúlachtaí **obair le daoine eile** agus **cumarsáid** de réir mar a ghabhann na scoláirí don ionchuimsitheacht, a réitíonn siad

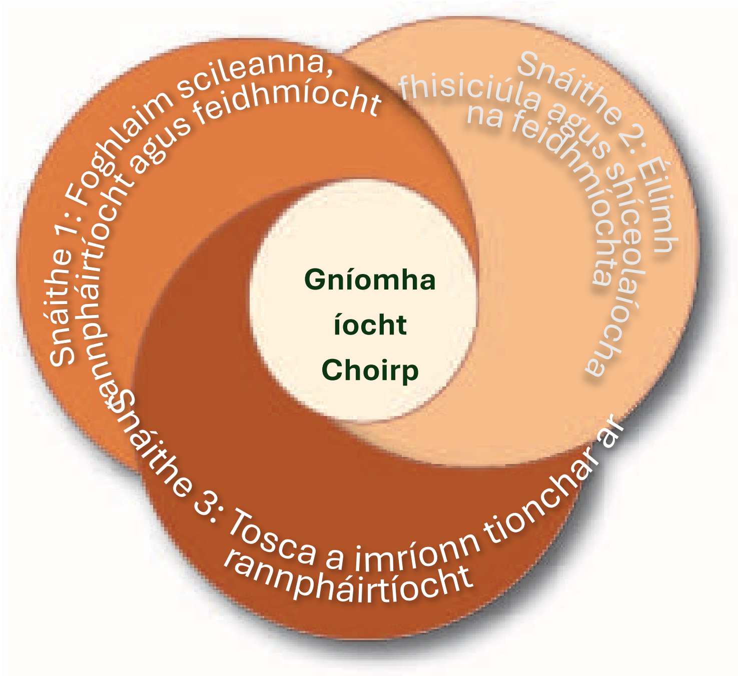
coinbhleachtaí, agus a théann siad i mbun comhréitigh a aimsiú, ag cothú meas ar an méid is féidir le gach duine a chur leis an obair sin. Trí bhíthin dúshláin chomhoibríocha agus fadhbréiteach i ngrúpaí, cuireann na scoláirí feabhas ar a gcuid scileanna sóisialta-mothúchánacha agus ar a gcumas le rathúlacht a bhaint amach i dtimpeallachtaí foirne éagsúla. Bíonn léirthuiscint ag na scoláirí don tábhacht atá le rialacha agus téann siad i ngleic le ceisteanna eiticiúla mar chuid dá rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp.

Forbraítear **Folláine a chothú** tríd an gcorpoideachas, de réir mar a ghabhann na scoláirí do ghníomhaíochtaí a chuireann feabhas ar a sláinte fhisiciúil, a chothaíonn teacht aniar, agus a chothaíonn braistint cuspóra agus muintearais. Cuireann an Corpoideachas deiseanna ar fáil do na scoláirí lena gcuid cumas a thuiscint, spriocanna pearsanta agus foirne a shocrú agus a bhaint amach, agus dúshláin an tsaoil a bhainistiú trí obair foirne, fadhbréiteach agus buanseasmhacht. Ach foghlaim le haire a thabhairt dá sláinte fhisiciúil agus mhothúchánach, sealbhaíonn na scoláirí na scileanna is gá chun ceart a bhaint de bhuillí agus tacaíocht a lorg nuair is gá. Nuair a dhéanann siad scrúdú ar ról na gníomhaíochta coirp faoin gcreat a bhaineann le hionchuimsitheacht agus inrochtaineacht i gcéimeanna saoil éagsúla, cuireann na scoláirí feabhas ar a gcuid tuisceana ar chearta agus freagrachtaí an duine, éagsúlacht, cothromas, ionchuimsitheacht agus ceartas sóisialta. Cuireann sé sin ar a gcumas an príomhinniúlacht **rannpháirteachas sa tsochaí** a fhorbairt.

Agus na scoláirí rannpháirteach i gCorpoideachas na hArdteistiméireachta, forbraíonn siad scileanna féinbhainistíochta ach spriocanna pearsanta a shocrú, machnamh a dhéanamh ar a ndul chun cinn, agus a gcuid láidreachtaí agus réimsí le haghaidh fáis a thuiscint. Trí chleachtas struchtúrtha agus aiseolas, foghlaimíonn siad straitéisí chun feabhas a chur ar a gcuid feidhmíochta, cinntí eolasacha a dhéanamh, agus seiftiú dóibh féin ina gcuid foghlama. Ach a chuid acmhainní agus ama a bhainistiú go héifeachtach, éiríonn na scoláirí muiníneach as **foghlaim a bhainistiú agus féinbhainistiú** ar mhaithe le forbairt fhisiciúil agus phearsanta a bhaint amach araon, agus socraíonn siad spriocanna le pleanáil a dhéanamh le haghaidh feabhsúcháin. Ní hamháin go gcuireann an neamhspleáchas seo a gcuid cumas chun feabhais ach tacaíonn sé lena bhfás mar scoláirí réamhghníomhacha acmhainneacha freisin ar féidir leo na scileanna sin a chur i bhfeidhm lasmuigh den chorpoideachas.

Snáitheanna staidéir agus torthaí foghlama

Ceapadh an tsonraíocht do Chorpoideachas na hArdteistiméireachta le haghaidh 180 uair an chloig ar a laghad d'am ranga. Leagtar an fhoghlaim amach inti ina trí shnáithe a bhfuiltear le tabhairt fúthu trí na réimsí gníomhaíochta coirp a shainaithnítear i bhFíor 3.



Fíor 3: snáitheanna na sonraíochta

Tugtar léargas ginearálta ar gach snáithe roimh na torthaí foghlama gaolmhara. Sa cholún ar dheis, tá torthaí foghlama a dhéanann cur síos ar an eolas, na scileanna, na luachanna agus na meonta ba cheart a bheith ar chumas na scoláirí i ndiaidh tréimhse foghlama. Sa cholún ar chlé, déantar cur síos ar réimsí ar leith faoina bhfoghlaimíonn na scoláirí. I dteannta a chéile, cuirfidh siad seo soiléireacht agus comhleanúnachas leis na codanna eile den tsonraíocht ar fáil. Chun tacú leis na scoláirí agus leis na múinteoirí le tuiscint a fháil ar na torthaí foghlama, leagtar amach gluais de Bhriathra Gnímh in Aguisín 1.

Ba cheart go bhféadfadh gach scoláire na torthaí foghlama a bhaint amach, ar a leibhéal mianach agus cumas féin. Cuireann torthaí foghlama próisis teagaisc agus foghlama chun cinn a fhorbraíonn eolas, scileanna, luachanna agus meonta na scoláirí de réir a chéile, rud a chuireann ar a gcumas a bpríomhinniúlachtaí a chur i bhfeidhm ar chásanna difriúla de réir mar

a théann siad chun cinn. Rachaidh scoláirí atá ag déanamh staidéar ar an nGnáthleibhéal agus ar an Ardleibhéal araon go criticiúil i mbun na dtorthaí foghlama uile i sonraíocht an Chorpoideachais, ach beidh an comhthéacs, an fhaisnéis agus na torthaí a eascróidh as an rannpháirtíocht sin éagsúil lena chéile.

Gnáthleibhéal	Ardleibhéal
Téann na scoláirí i ngleic le raon leathan eolais, atá nithiúil den chuid is mó, agus táthar páirteach i gcur i bhfeidhm príomhchoincheap.	Téann na scoláirí i ngleic le raon leathan eolais, lena n-áirítear tuilleadh rannpháirtíochta maidir le príomhchoincheapa agus smaointeoireacht theibí, le doimhneacht shuntasach i roinnt réimsí.
Taispeánann na scoláirí tuiscint agus feidhmiú príomhsmaointe ar fud na réimsí staidéir uile.	Taispeánann na scoláirí tuiscint níos doimhne agus feidhmiú níos éifeachtaí príomhsmaointe ar fud na réimsí staidéir uile.
Forbraíonn agus úsáideann na scoláirí réimse measartha scileanna chun bheith ag fiosrú, ag feidhmiú, ag anailísiú agus chun machnamh a dhéanamh ar an bhfoghlaim.	Forbraíonn agus úsáideann na scoláirí réimse leathan scileanna, lena n-áirítear scileanna smaointeoireachta ardoird, chun bheith ag fiosrú, ag feidhmiú, ag anailísiú agus chun machnamh criticiúil a dhéanamh ar an bhfoghlaim.
Bailíonn agus úsáideann na scoláirí faisnéis chun tacú lena gcuid tuisceana agus torthaí a chur in iúl go soiléir.	Bailíonn, léirmhíníonn agus comhtháthaíonn na scoláirí faisnéis chun tacú lena gcuid tuisceana agus torthaí a chur in iúl go héifeachtach agus léargas a thabhairt.

Tábla 1 Dearadh torthaí foghlama don ghnáthleibhéal agus don ardleibhéal.

Gníomhaíocht Choirp

Tá rannpháirtíocht ghníomhach i ngníomhaíocht choirp lárnach don fhoghlaim i gCorpoideachas na hArdteistiméireachta. Táthar ag súil go nglacfaidh na scoláirí páirt i réimse leathan gníomhaíochtaí coirp a úsáidtear ní hamháin mar fhócas don fhoghlaim, ach a úsáidtear freisin mar chomhthéacs chun príomhchoincheapa teoiriciúla a fhiosrú. Tá an fhoghlaim daingnithe sa ghluaiseacht, agus faigheann na scoláirí eolas agus tuiscint nuair a chuireann siad an teoiric i bhfeidhm ar bhealaí praiticiúla fiúntacha. Is iad seo a leanas na croíchoincheapa a bhaineann le gníomhaíocht choirp:

- scil agus teicníc
- comhpháirteanna beartacha/comhdhéanaimh
- éilimh fhiseolaíocha lena n-áirítear comhpháirteanna corpacmhainne

- ullmhacht shíceolaíoch
- cothú.

Foghlaimíonn na scoláirí na croíchoincheapa sin trí réimse leathan gníomhaíochtaí coirp a oireann do spéiseanna, cumais agus taithí na scoláirí, chomh maith le comhthéacs na scoile, na saoráidí, na hacmhainní atá ar fáil agus na sé réimse gníomhaíochta coirp ainmnithe a leagtar síos thíos i bhFíor 4.

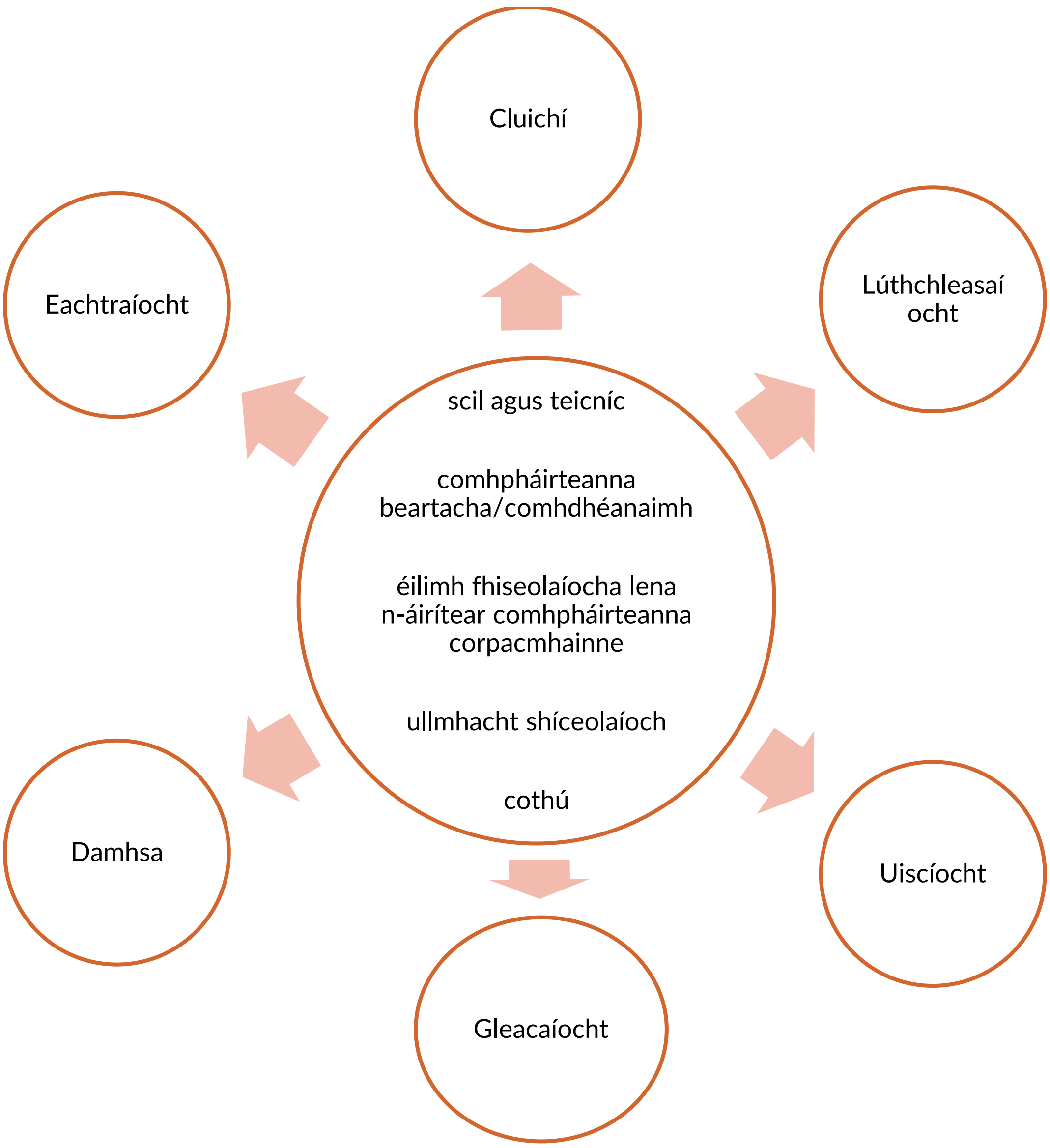
I gcás na Comhpháirte Measúnaithe sa Bhreis (CMB), caithfidh na scoláirí rogha a dhéanamh ó liosta gníomhaíochtaí incháilithe a thugtar in Aguisín 2.

Níltear ag súil go bhforbróidh na scoláirí leibhéal ard ardinniúlachta sna gníomhaíochtaí coirp ar fad. Cé gur cheart dóibh díriú ar réimse nó dhó, beidh siad fós páirteach i réimse leathan gníomhaíochtaí chun a chinntiú go mbainfidh siad amach na torthaí foghlama a leagtar síos ar fud na dtrí shnáithe.

Maidir leis an réimse eispéireas i gCorpoideachas na hArdteistiméireachta, ba cheart a chinntiú:

- go mbíonn na scoláirí páirteach go rialta agus go gníomhach i ranganna corpoideachais
- go bhforbraíonn na scoláirí raon leathan scileanna gluaiseachta, straitéisí agus coincheap
- go gcuireann na scoláirí an fhoghlaim theoiriciúil i bhfeidhm trí réimse eispéiris phraiticiúla
- go dtugann na scoláirí faoi ghníomhaíochtaí coirp atá dúshlánach agus a spreagann iad
- go ndéanann na scoláirí naisc idir an tsláinte, corpacmhainn agus feidhmíocht ar fud cineálacha gníomhaíochta éagsúla.

Tá gníomhaíocht choirp comhtháite i gceachtanna Chorpoideachas na hArdteistiméireachta, agus tá an fhoghlaim ceaptha chun gluaiseacht agus teoiric, a thacaíonn leis na naisc ábhartha, a chur le chéile. Pleanáiltear ceachtanna chun dul chun cinn i bhforbairt scileanna agus sealbhú eolais a chumasú, chun na scoláirí a spreagadh le machnamh a dhéanamh ar an bhfeidhmíocht, spriocanna a leagan síos, agus feabhas a chur ar a gcuid tuisceana ar an gcorpoideachas, ó thaobh na praiticiúlachta agus na teoirice araon de.



Fíor 4: na réimsí gníomhaíochta coirp agus croíchoincheapa

Snáithe 1: Foghlaim scileanna, rannpháirtíocht agus feidhmíocht

Díríonn an snáithe foghlama seo ar na próisis agus na prionsabail atá mar bhonn taca faoi fhoghlaim scileanna, feidhmíocht agus rannpháirteachas i ngníomhaíocht choirp. Déantar scrúdú ann ar na céimeanna foghlama, na tosca a mbíonn tionchar acu ar fhorbairt inniúlachta gluaiseachta, agus straitéisí le haghaidh cleachtas éifeachtach, rud a chothaíonn tuiscint agus cur i bhfeidhm araon. Leagtar an bhéim ar fheidhmíocht a fhorbairt, a anailísiú agus a fheabhsú, saintréithe d'fheidhmíocht a bhfuil scil ag baint léi a aithint, agus na difríochtaí idir cumas agus scil fhoghlamtha a fhiosrú. Comhtháthaíonn sé gnéithe aeistéitiúla agus ealaíonta den ghluaiseacht, ag spreagadh léiriú cruthaitheach trí ghníomhaíocht choirp. Déantar machnamh sa snáithe ar ról na gníomhaíochta coirp ar fud céimeanna den saol agus tugtar aghaidh ann ar ionchuimsitheacht agus rochtain, ag cinntiú cur chuige iomlánaíoch i leith gluaiseacht agus feidhmíocht fhisiciúil a thuiscint agus dul ina mbun.

Foghlaimíonn na scoláirí faoin méid seo a leanas:	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas na scoláirí:
• céimeanna foghlama scileanna lena n-áirítear bunleibhéal, meánleibhéal, ardleibhéal	1. cur síos a dhéanamh ar na céimeanna a bhaineann le foghlaim scileanna
• tosca lena n-áirítear; aiseolas, cleachtas agus cineálacha cleachtais lena n-áirítear; cleachtas iomlán, páirteach, athraitheach, seasta, líonmhar, scaipthe, randamach	2. tosca a imríonn tionchar ar fhoghlaim scileanna a iniúchadh
• prionsabail lena n-áirítear: éagsúlacht, forásach, sonrach, intomhaiste, inbhainte amach, réadúil, am, spreagúil, dúshlánach, taifeadta	3. sceidil agus seisiúin chleachtaidh éifeachtacha a dhearadh, cinn a bhfuil prionsabail le haghaidh feidhmíocht tóraíochta i réimsí faoi leith mar bhonn fúthu 4. prionsabail an chleachtais éifeachtaigh a mheas

• scil agus teicnící a bheachtú • teaictící/cinnteoireacht a chur i bhfeidhm • aicmiú scileanna lena n-áirítear; scileanna oll-luaile, mínluaile, oscailte, dúnta, scoite, srathacha, leanúnacha, scileanna luais inmheánaigh agus luais sheachtraigh	5. scileanna spóirt, feasacht/cinnteoireacht bheartach i ngníomhaíochtaí coirp éagsúla a thaispeáint
• saintréithe lena n-áirítear; feasacht chinéistéiseach, réamhghabháil, comhsheasmhacht, cruinneas i bpatrún/teicníc ghluaiseachta	6. saintréithe taispeántais oilte a shainaithint
	7. an difríocht idir scil agus cumas a phlé
• dlíthe gluaisne Newton a chur i bhfeidhm: 1ú dlí na táimhe, 2ú dlí an luasghéaraithe, 3ú dlí an ghníomhaithe/fhrithghníomhaithe • seicliostaí anailíse scileanna, príomhphointí cóitseála, bogearraí anailíse físeán agus lúthchleasaithe eiseamláireacha • barainneacht gluaiseachta • cur i bhfeidhm cruthaitheach scileanna	8. feidhmíocht scileanna a anailísiú lena n-áirítear anailís chriticiúil le haghaidh feabhsúcháin
• cruthú agus rannpháirtíocht i dtaispeántas grúpa • critéir aeistéitiúla agus ealaíonta a bhaineann le gníomhaíochtaí coirp éagsúla • modhanna chun anailís a dhéanamh ar chóiréagrafaíocht	9. breithmheas a thabhairt ar chritéir aeistéitiúla agus ealaíonta i ngluaiseacht agus comparáid a dhéanamh eatarthu
• feidhm agus ról na gcóras cardashoithíoch agus riospráide	10. freagairt an choirp do rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp a iniúchadh

• freagairtí a thomhas agus monatóireacht a dhéanamh orthu, lena n-áirítear: ráta croí, análú agus teocht choirp	
• céimeanna lena n-áirítear naíonacht, óige, ógántacht, aosacht agus daoine scothaosta a ghlacann páirt i ngníomhaíocht choirp • tairbhí a bhaineann leis an ngníomhaíocht choirp ag céimeanna éagsúla, ina measc; sláinte choirp, meabhairshláinte, gnéithe sóisialta agus eacnamaíocha	11. measúnú a dhéanamh ar bheith gníomhach go fisiciúil ar fud na gcéimeanna den saol

Snáithe 2: Éilimh fhisiceacha agus shíceolaíocha na feidhmíochta

Sa snáithe seo déantar fiosrú ar na héilimh fhisiciúla agus shíceolaíocha a bhaineann leis an bhfeidhmíocht is fearr a bhaint amach ó taobh gníomhaíocht choirp de. Déantar fiosrú ann ar chomhpháirteanna na corpacmhainne, prionsabail na traenála, agus straitéisí téarnaimh, agus béim á leagan ar an ngá atá le cuir chuige struchtúrtha eolasacha i leith dearadh agus tréimhsiú traenála. Toisc go dtugann sé aghaidh ar chothú, hiodráitiú, agus córais fuinnimh, fiosraítear sa snáithe seo bunchlocha fiseolaíocha na feidhmíochta, agus an tráth céanna déantar scrúdú ar róil na gcóras matánach agus cnámharlaigh sa ghluaiseacht. Díríonn an t-éileamh síceolaíoch ar thosca a mbíonn tionchar acu ar chleachtas agus feidhmíocht, modhanna anailíse, agus straitéisí chun ullmhacht agus teacht aniar meabhrach a chothú. Déantar fiosrú ann ar an tábhacht atá le haiseolas, pleanáil, agus tacaíocht ar mhaithe le feidhmíocht bharrmhaith a bhaint amach. Déantar grinnfhiosrú sa snáithe ar na struchtúir agus na soláthairtí le haghaidh spórt ardfheidhmíochta.

Foghlaimíonn na scoláirí faoin méid seo a leanas:	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas na scoláirí:
• comhpháirteanna den chorpacmhainn a bhaineann le sláinte agus feidhmíocht • ábharthacht na gcomhpháirteanna corpacmhainne maidir le raon gníomhaíochtaí coirp éagsúla • tástáil chuí ar an tsláinte agus corpacmhainn a bhaineann leis an bhfeidhmíocht • bailíocht agus iontaofacht maidir le tástálacha corpacmhainne arna ndéanamh • modhanna traenála, ina measc; traenáil leanúnach, eatramhach, fartlek, ciorcaid, friotaíochta, pléiméadracht agus modhanna searrtha	1. comhpháirteanna na corpacmhainne a chur i bhfeidhm a mhéid a bhaineann le feidhmíocht i ngníomhaíocht choirp

• prionsabail na traenála, ina measc; ullmhacht, sainiúlacht, ró-ualú céimnitheach, scíth, téarnamh, inchúlaitheacht, leadrán • Foirmle FITT (Minicíocht, Déine, Am, Cineál gníomhaíochta)	2. prionsabail na traenála a chur i bhfeidhm chun feidhmíocht bharrmhaith a bhaint amach
• straitéisí téarnaimh agus róthraenáil • ról agus cur i bhfeidhm an tréimhsithe • téarnamh agus tréimhsiú a chur san áireamh i ndearadh clár traenála	3. straitéisí téarnaimh a phlé agus prionsabail an tréimhsithe a chur i bhfeidhm le linn cláir oiliúna a dhearadh
• tosca lena n-áirítear muinín, imní, inspreagadh agus comhdhíriú • modhanna lena n-áirítear; uirlisí féinmheasúnaithe, modhanna breathnóireachta, teicnící agallaimh, ceistneoirí	4. anailís a dhéanamh ar ullmhacht shíceolaíoch i ndáil le tosca a mbíonn tionchar acu ar chleachtas agus feidhmíocht
• na buntáistí agus na míbhuntáistí a bhaineann le raon straitéisí chun tosca síceolaíocha a fheabhsú, ina measc; féinchaint; socraithe spriocanna; scor de smaointe; léirshamhlú; scíth; gnáthaimh thaispeántais • cineálacha éagsúla aiseolais agus an tábhacht atá leo, ina measc; aiseolas intreach, eistreach, eolas ar thorthaí, eolas ar fheidhmíocht, aiseolas comhreathach, ceann cúrsa, dearfach agus diúltach	5. straitéisí a mheasúnú chun tosca síceolaíocha a fheabhsú roimh an rannpháirtíocht, lena linn agus ina dhiaidh, lena n-áirítear cineálacha aiseolais
• sonraí ó thástáil ar thosca síceolaíocha a úsáid agus a chur i bhfeidhm, ina measc; muinín, comhdhíriú, inspreagadh, imní, agus straitéisí oiriúnacha do na tosca síceolaíocha arna sainaithint.	6. úsáid pleananna gníomhaíochta pearsanta a iniúchadh, pleananna a bhfuil prionsabail shíceolaíocha mar bhonn fúthu chun tacú le meon dearfach

	síceolaíoch roimh ghníomhaíocht choirp, lena linn agus ina diaidh
• riachtanais chothaithe a bhaineann le feidhmíocht – macrachothaithigh, micreachothaithigh agus hiodráitiú • uainiú an chothaithe chun feidhmíocht agus téarnamh a bharrfheabhsú • pleananna cothaitheacha le haghaidh feidhmíochta • forlíontaí spóirt – an ról, na buntáistí, agus na dúshláin a bhaineann le forlíontaí spóirt lena n-áirítear; caiféin, créitín, níotráit, béite-alainín, décharbónáit sóidiam chun feidhmíocht a fheabhsú	7. scrúdú a dhéanamh ar ról an chothaithe chun tacú le feidhmíocht choirp
• Córas ATP-PC (neamhlachtach); córas lachtach anaeróbach; córas aeróbach (córas ocsaídiúcháin) • fad, déine, foinse breosla, de réir táirgí agus chineál na gníomhaíochta coirp	8. ról agus rannchuidiú coibhneasta na gcóras fuinnimh i gcorp an duine le linn feidhmíochta a anailísiú
• grúpaí matán agus cnámha ábhartha, gluaiseachtaí na n-alt sa chorp • feidhmeanna na gcóras matánach agus cnámharlaigh le tagairt shonrach do ghluaiseacht • comhthéacs bithmheicniúil, lena n-áirítear úsáid plánaí agus aiseanna i ngluaiseacht anatamaíoch	9. ról na gcóras matánach agus cnámharlaigh i ngluaiseacht an duine a aithint

• tosca a mbíonn tionchar acu ar fheidhmíocht • anailís ar an bhfeidhmíocht • spriocanna taispeántais a shocrú • plean feabhsúcháin bunaithe ar shonraí a bhailítear • éifeachtacht an chláir • cumarsáid	10. tosca maidir le pleanáil i gcomhair feidhmíocht bharrmhaith i ngníomhaíocht choirp a anailísiú
• bealaí chuig gníomhaíocht choirp ardfheidhmíochta • cláir forbartha imreora i spórt faoi aois • an ról atá ag comhlachtaí lena n-áirítear: Spórt Éireann, Comhlachtaí Rialaithe Náisiúnta le haghaidh spóirt aonair ar an leibhéal áitiúil, náisiúnta agus idirnáisiúnta	11. soláthar agus tacaíocht do spórt ardfheidhmíochta in Éirinn a anailísiú

Snáithe 3: Tosca a mbíonn tionchar acu ar rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp

Díríonn an snáithe seo ar chomhthéacs níos leithne na gníomhaíochta coirp agus na feidhmíochta, agus béim á leagan ar chleachtais shábháilte agus ar eagrú éifeachtach gníomhaíochtaí. Déantar scrúdú ann ar chur i bhfeidhm straitéisí, teaictící, agus gnéithe comhdhéanaimh ar fud gníomhaíochtaí coirp éagsúla, agus an tráth céanna tugtar aghaidh ar riachtanais ilghnéitheacha oifigeach, cóitseálaithe agus cóiréagrafaithe. Is téamaí lárnacha iad ceisteanna eiticiúla i ngníomhaíocht choirp, lena n-áirítear cothrom na Féinne agus rialú ar dhrugaí a chuireann leis an bhfeidhmiú agus gortú a chosc, agus cuireann na ceisteanna sin ionracas agus cuntasacht chun cinn. Sa snáithe seo déantar fiosrú ar na gnéithe tráchtála agus sochaíocha den ghníomhaíocht choirp, agus déantar iniúchadh ar róil na hurraíochta, na n-imeachtaí oll-rannpháirtíochta, agus tionchar na meán cumarsáide. Déantar scrúdú ann ar an tionchar atá ag dul chun cinn na teicneolaíochta ar ghníomhaíocht choirp agus leagtar béim ar na deiseanna a chuireann sé sin ar fáil don nuálaíocht agus don tionscnaíocht, ag cothú tuiscint chuimsitheach ar thírdhreach síorathraitheach an spóirt agus na gníomhaíochta coirp.

Foghlaimíonn na scoláirí faoin méid seo a leanas:	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas na scoláirí:
• rialacha agus rialúcháin • rialúcháin maidir le sábháilteacht • an ról atá ag téamh suas agus fuarú i ngach cás cleachtais agus feidhmíochta, lena n-áirítear gortú a chosc • úsáid shábháilte agus cothabháil feistis, áiseanna agus trealaimh spóirt	1. scrúdú a dhéanamh ar chuir chuige cleachtais shábháilte i leith taispeántas agus gníomhaíocht choirp a eagrú
• struchtúir, teaictící agus gnéithe comhdhéanaimh, lena n-áirítear; chun feidhmiú níos fearr ná céilí comhraic, cásanna rialaithe nó bheith cruthaitheach	2. struchtúir, teaictící agus gnéithe comhdhéanaimh a chur i bhfeidhm i raon gníomhaíochtaí coirp

• riachtanais lena n-áirítear; eolas, corpacmhainn fhisiciúil, ullmhacht shíceolaíoch, éadaí pearsanta agus trealamh • saintréithe oifigigh éifeachtaigh • stíleanna cumarsáide • straitéisí bainistithe coinbhleachtaí	3. cur síos a dhéanamh ar na riachtanais maidir le bheith i mbun réiteoireachta
• eolas fisiciúil, pearsanta agus teicniúil ar ghníomhaíocht choirp • na ceisteanna is gá a chur an áireamh chun an té atá i mbun an spóirt a threorú agus iad ag iarraidh feidhmíocht bharrmhaith a bhaint amach • straitéisí chun an úsáid éifeachtach a bhaineann an té atá i mbun an spóirt as machnamh leanúnach maidir lena gcleachtadh agus a bhfeidhmíocht a threorú	4. ról na gcóitseálaithe/na gcóiréagrafaithe a iniúchadh
• na prionsabail a bhaineann le cleachtas eiticiúil sa spórt; an tábhacht atá le hionracas, ómós, cothromaíocht agus comhionannas, cód eitice • an nasc idir cothrom na Féinne sa spórt, cleasaíocht agus rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp agus spórt	5. scrúdú a dhéanamh ar phrionsabail an chleachtais eiticiúil sa spórt agus na príomhthosca a mbíonn tionchar acu ar chleachtas eiticiúil sa spórt
• catagóirí difriúla drugaí a chuireann leis an bhfeidhmiú • na himpleachtaí don té atá i mbun an spóirt, agus an spórt féin, a bhaineann le húsáid drugaí a chuireann leis an bhfeidhmiú • rialacha frithdhópála na hÉireann agus forfheidhmiú	6. drugaí a chuireann leis an bhfeidhmiú sa spórt agus rialacháin maidir le dópáil a phlé

• eisceacht i gcomhair úsáid theiripeach i dtaca le húsáid cógas sa spórt	
• an tionchar ar – lúthchleasaithe, cóitseálaithe/cóiréagrafaithe, oifigigh agus an lucht féachana • feidhmíocht a bharrfheabhsú • úsáid phearsanta as teicneolaíocht chun feidhmíocht a bharrfheabhsú	7. plé a dhéanamh ar thionchar na bhforbairtí teicneolaíochta i ngníomhaíocht choirp
• an éifeacht a bhaineann le cumhdach na meán ar leibhéil rannpháirtíochta i ngníomhaíocht choirp; lena n-áirítear grúpaí inscne difriúla • an tionchar a bhaineann le léirithe sna meáin ar íomhá coirp ar leibhéil rannpháirtíochta • teachtaireachtaí ó urraíocht a bhaineann le spórt agus na himpleachtaí a bhaineann leo i dtaobh na rannpháirtíochta • straitéisí chun clúdach na meán a fheabhsú	8. ról na meán agus na hurraíochta ar ghníomhaíocht choirp agus spórt a léirthuiscint
• baic ar rannpháirtíocht agus tacaíochtaí di • rannpháirtíocht sa ghníomhaíocht choirp a thomhas/a rianú • cur chun cinn na gníomhaíochta coirp • gníomhaíochtaí coirp a bhaineann le stíl mhaireachtála • tosca cultúrtha; dearcthaí, luachanna agus traidisiúin	9. scrúdú a dhéanamh ar thosca a mbíonn tionchar acu ar rochtain ar ghníomhaíocht choirp agus ionchuimsiú, rannpháirtíocht agus feidhmíocht inti, agus an chaoi a n-imríonn siad tionchar ar rannpháirtíocht ar feadh an tsaoil.

• steiréitíopáil ar bhonn inscne • gníomhaíocht choirp oiriúnaithe • straitéisí chun aghaidh a thabhairt ar éagothroime i leibhéil rannpháirtíochta i measc grúpaí éagsúla bunaithe ar rianú rannpháirtíochta • bacainní agus tacaíochtaí • straitéisí chun conairí idir gníomhaíocht choirp agus spórt scoilbhunaithe agus pobalbhunaithe a fheabhsú • tionchar imeachtaí oll-rannpháirtíochta	10. straitéisí maidir le cur chun cinn gníomhaíochta coirp a mheas

Teagasc le haghaidh fhoghlaim an scoláire

Tá rannpháirtíocht ghníomhach i ngníomhaíocht choirp lárnach do theagasc agus d'fhoghlaim i gcorpoideachas. Iarrann na torthaí foghlama i gcorpoideachas ar na scoláirí spriocanna feidhmíochta pearsanta a leagan síos sna gníomhaíochtaí coirp roghnaithe agus plean a chur i bhfeidhm d'fhonn na spriocanna sin a bhaint amach agus é mar aidhm acu a bhfeidhmíocht bharrmhaith a bhaint amach. Spreagtar na scoláirí a bheith ina bhfoghlaimeoirí féinstiúrtha, a gcuid foghlama féin a bhainistiú, oibriú ar bhonn aonair agus le daoine eile agus machnamh a dhéanamh ar a gcuid foghlama i ngníomhaíocht choirp, trí ghníomhaíocht choirp agus maidir léi.

Tá raon leathan gníomhaíochtaí teagaisc agus foghlama praiticiúla agus ar bhonn fiosraithe cuí sa chorpoideachas. Áirítear orthu sin na scoláirí a bheith rannpháirteach i ngníomhaíochtaí coirp difriúla, eolas agus tuiscint theoiriciúil á gcur i bhfeidhm acu sa taispeántas praiticiúil, iad a bheith ag gabháil do róil anuas ar ról an imreora/rannpháirtí, rannpháirteach i gcomhphlé agus i ndíospóireacht ranga, ag úsáid cuir chuige ilmheán, ag úsáid rólghlacadh, ag scrúdú cás-staidéar, ag réiteach fadhbanna a bhaineann le ghníomhaíocht choirp agus iad a bheith ag machnamh ar a bhfeidhmíocht féin agus ar fheidhmíocht agus ar rannpháirtíocht daoine eile i ngníomhaíocht choirp. Is cuir chuige solúbtha i leith na foghlama iad sin. Cuireann siad ar chumas na scoláirí teacht ar réitigh dhifriúla ar dhúshláin chomhchosúla a bhíonn os a gcomhair agus iad ag iarraidh feidhmíocht bharrmhaith a bhaint amach agus a gcuid tuisceana san ábhar a fhorbairt.

Cinntíonn an úsáid a bhaintear as measúnú le haghaidh cuir chuige foghlama i gcorpoideachas go mbeidh na scoláirí cinnte faoi na cuspóirí foghlama agus faoi na critéir i gcomhair rathúlachta. Ach aiseolas stuama, dírithe a úsáid is féidir leis tacú freisin le toilteanas na scoláirí dul i ngleic go hiomlán le cásanna nua foghlama, agus teacht aniar, smaointeoireacht chriticiúil agus cumas fadhbréitigh na scoláirí a chothú nuair a bhíonn an dul chun cinn mall agus crua. Is meicníocht thábhachtach é aiseolas chun brí a chur arís i rannpháirtíocht na scoláirí le cleachtais leanúnacha, rud a chabhróidh dá réir sin leis na scoláirí a spriocanna feidhmíochta a bhaint amach.

Spreagtar na scoláirí chun an t-eolas, na scileanna, na luachanna agus na meonta a fhorbairt a chuirfidh ar a gcumas a bheith níos neamhspleáiche ina gcuid foghlama agus a bheith tiomanta don ghníomhaíocht choirp ar feadh an tsaoil.

Faigheann na scoláirí taithí ar chorpoideachas mar phróiseas comhreathach foghlama i ngníomhaíocht choirp, trí ghníomhaíocht choirp agus maidir le gníomhaíocht choirp.

Tagairt is ea Foghlaim sa ghníomhaíocht choirp do thorthaí a bhaineann le taithí nuair a bhíonn na scoláirí ag gabháil go gníomhach don ghníomhaíocht choirp. Cuireann na scoláirí a gcuid eolais agus tuisceana ar pheirspictíochtaí teoiriciúla i bhfeidhm ar a n-iarracht chun spriocanna feidhmíochta foghlama i ngníomhaíocht choirp a bhaint amach. Bíonn na scoláirí ag gabháil do mhachnamh leanúnach maidir lena gcuid foghlama agus dul chun cinn sa ghníomhaíocht choirp.

Tagraíonn Foghlaim trí ghníomhaíocht choirp do thorthaí ríthábhachtacha nuair is í an ghníomhaíocht choirp an meán trína bhfoghlaimíonn na scoláirí. Níltear dírithe go príomha ar an toradh ná ar fheidhmíocht ach ina ionad sin dírítear ar thuras foghlama pearsanta, fisiciúil, sóisialta agus intleachtúil na scoláirí trína rannpháirtíocht sa ghníomhaíocht choirp.

Tagraíonn Foghlaim faoi ghníomhaíocht choirp don fhiosrú a dhéantar faoin gcaoi a mbíonn tionchar ag peirspictíochtaí teoiriciúla difriúla ar fheidhmíocht i ngníomhaíocht choirp agus cumas chorp an duine le bheith gníomhach go fisiciúil. Déanann na scoláirí cinntí eolacha maidir le pleanáil agus foghlaim faoin méid a theastaíonn uathu chun a gcuid spriocanna feidhmíochta a bhaint amach. Foghlaimíonn siad freisin le ceisteanna a chur i leith cleachtais gníomhaíochta coirp ar an leibhéal áitiúil, náisiúnta agus idirnáisiúnta.

Measúnú

Baineann measúnú sa tsraith shinsearach le faisnéis faoi phróisis agus faoi thorthaí foghlama a bhailiú, a léirmhíniú, a úsáid agus a thuairisciú. Tá foirmeacha éagsúla measúnaithe ann agus úsáidtear é ar chúiseanna difriúla. Baintear úsáid as measúnú chun an tslí chuí a fháil amach na scoláirí trí churaclam éagsúil, chun sainréimsí láidreachta nó deacrachta scoláire áirithe a shainaithint agus chun gnóthachtáil a thástáil agus a theistiú. Is tacaíocht don fhoghlaim é an measúnú agus cuireann sé chun feabhais í trí chabhrú leis na scoláirí agus leis na múinteoirí na chéad chéimeanna eile sa phróiseas teagaisc agus foghlama a shainaithint.

Chomh maith le straitéisí éagsúla teagaisc, tacóidh straitéisí éagsúla measúnaithe le foghlaim na scoláirí agus soláthróidh siad faisnéis do na múinteoirí agus do na scoláirí atá inúsáidte mar aiseolas, sa chaoi is gur féidir gníomhaíochtaí teagaisc agus foghlama a chur in oiriúint do riachtanais an scoláire aonair. De thoradh tascanna atá cuí agus mealltach a leagan síos, ceisteanna a chur agus aiseolas a thabhairt a chuireann neamhspleáchas na scoláirí chun cinn, tacóidh an measúnú leis an bhfoghlaim agus leis an dul chun cinn, chomh maith le tacaíocht a thabhairt d'fhorbairt phríomhinniúlachtaí an scoláire agus achoimre a thabhairt ar an ngnóthachtáil.

Measúnú don teistiúchán

Tá an measúnú don teistiúcháin bunaithe ar an réasúnaíocht, ar chuspóirí agus ar thorthaí foghlama na sonraíochta seo. Tá dhá chomhpháirt mheasúnaithe ann: scrúdú scríofa agus comhpháirt mheasúnaithe sa bhreis. Beidh an scrúdú scríofa ar ardleibhéal agus gnáthleibhéal. Beidh an chomhpháirt mheasúnaithe sa bhreis bunaithe ar threoir. Is é Coimisiún na Scrúduithe Stáit (CSS) a dhéanfaidh gach comhpháirt a leagan amach agus a scrúdú.

I ndáil leis an scrúdú scríofa, déanfar Corpoideachas na hArdteistiméireachta a mheasúnú ar dhá leibhéal – Ardleibhéal agus Gnáthleibhéal (Tábla 1). Éileoidh na ceisteanna scrúdaithe go léireoidh na scoláirí foghlaim atá cuí don leibhéal. Beidh idirdhealú le sonrú sa mheasúnú freisin tríd an ábhar spreagthach a úsáidtear, agus trí mhéid na tacaíochta struchtúrtha a thugtar do na scoláirí atá i mbun scrúduithe ag leibhéil dhifriúla.

Comhpháirt mheasúnaithe	Ualú	Leibhéal
Tionscadal Corpoideachais	50%	Treoir Chomónta
Scrúdú scríofa	50%	Ardleibhéal agus Gnáthleibhéal

Tábla 2 Achoimre ar an measúnú don teistiúchán

Comhpháirt mheasúnaithe sa bhreis: Tionscadal Corpoideachais

Leis an gComhpháirt Mheasúnaithe sa Bhreis le haghaidh Chorpoideachas na hArdteistiméireachta tugtar deis do na scoláirí a dtuiscint agus a gcur i bhfeidhm ar eolas agus scileanna an chorpoideachais, a bhfuil cur síos orthu sna torthaí foghlama ar fud na sonraíochta, a léiriú. Tá sé d'aidhm ag an measúnú seo comhtháthú le foghlaim leanúnach agus tacú léi, ag spreagadh na scoláirí le dul i ngleic go domhain leis na próisis a bhaineann le pleanáil, feidhmíocht agus feabhsú i ngníomhaíochtaí coirp de réir mar a théann siad i ngleic le saincheisteanna a mbíonn tionchar acu ar ghníomhaíocht choirp.

Leis an gComhpháirt Mheasúnaithe sa Bhreis seo cuirtear ar chumas na scoláirí dul i ngleic le gníomhaíocht choirp agus próiseas struchtúrtha a leanúint a chuimsíonn pleanáil, rannpháirteachas, taibhiú, meastóireacht agus cumarsáid ar an ngníomhaíocht choirp agus laistigh di. Ceapadh an CMB chun an deis a thabhairt do na scoláirí an fhoghlaim atá forbartha acu sa tsonraíocht a chur i bhfeidhm agus a thaispeáint i bpróiseas struchtúrtha. Taispeánann na scoláirí tuiscint ar a rannpháirtíocht agus a bhfeidhmíocht i ngníomhaíocht choirp; cinntí eolasacha a dhéanamh agus na torthaí agus na hiarmhairtí gearrthéarmacha agus fadtéarmacha a mheasúnú; bheith oscailte d'aiseolas agus bheith in ann é a úsáid chun feabhas a chur ar a gcuid foghlama; bheith feasach ar a bhfolláine choirp agus aire a thabhairt di; roghanna a dhéanamh agus spriocanna foghlama pearsanta a fhorbairt; obair le daoine eile; agus a gcuid foghlama a chur i bhfeidhm chun feabhas a chur ar a rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp.

Rachaidh na scoláirí i mbun gníomhaíocht choirp bunaithe ar an bhfoghlaim agus na gníomhaíochtaí coirp mar a leagtar amach sa tsonraíocht seo agus faoi stiúir gníomhaíochtaí coirp agus téamaí mar a leagtar amach sa treoir arna cur ar fáil ag CSS, ar treoir í sin a eiseoidh CSS ar bhonn bliantúil agus ina leagfar amach na riachtanais ar na scoláirí. Nuair a bheidh an CMB curtha i gcrích, cuirfidh na scoláirí a dtuarascálacha faoi bhráid CSS lena marcáil, i bhformáid a shonróidh CSS.[1]

Tuairisceoirí cáilíochta don chomhpháirt mheasúnaithe sa bhreis

Tá sé i gceist ag na Tuairisceoirí Cáilíochta i dTábla 2 léargas a thabhairt ar na hionchais ghinearálta maidir le scoláirí a chríochnaíonn an Chomhpháirt Mheasúnaithe sa Bhreis.
Go sonrach, leis an tionscadal corpoideachais, trí chur i bhfeidhm praiticiúil le gníomhaíocht choirp, éilítear ar na scoláirí na nithe seo a leanas a thaispeáint:

- pleanáil
- rannpháirtíocht
- inniúlacht scile agus anailís
- meastóireacht
- cumarsáid

[1] Samhlaítear go dtógfaidh an CMB suas le 25 uair an chloig chun é a chur i gcrích. Tugann cáipéis ar leith, Treoirlínte chun tacú leis an gComhpháirt Mheasúnaithe sa Bhreis le haghaidh Chorpoideachas na hArdteistiméireachta, treoir maidir le raon ábhar a bhaineann le heagrú, cur i bhfeidhm agus maoirseacht an tionscadail

Comhpháirt	Scoláirí a léiríonn leibhéal ard gnóthachtála	Scoláirí a léiríonn leibhéal measartha gnóthachtála	Scoláirí a léiríonn leibhéal íseal gnóthachtála
Pleanáil	Pleanáil chuimsitheach atá leagtha amach go maith agus atá bunaithe ar an treoir tionscadail shannta a thaispeáint. Spriocanna a chosaint go soiléir le hanailís chuí ar na riachtanais. Léiriú go bhfuil an phleanáil agus gach céim den tionscadal ag teacht le chéile.	Rannpháirtíocht i bpleanáil lena ngabhann spriocanna atá cuí ar an iomlán agus anailís bhunúsach ar na riachtanais. Léiriú go bhfuil an phleanáil agus céimeanna déanacha an tionscadail ag teacht le chéile go pointe áirithe.	Pleanáil theoranta nó dhoiléir a thaispeáint. Ní ghabhann aon chosaint leis na spriocanna nó ní thagann siad le héilimh an tionscadail. Fíorbheagán fianaise ar anailís ar na riachtanais.
Rannpháirtíocht	Léiriú rannpháirtíochta seasmhaí diongbháilte i réimse na gníomhaíochta coirp. Aiseolas a chur i bhfeidhm go héifeachtach agus pleananna a chur in oiriúint chun feidhmíocht a fheabhsú ar fud na treorach sannta. Léiriú fianaise ar rannpháirtíocht shábháilte eiticiúil.	Léiriú rannpháirtíochta rialta i réimse na gníomhaíochta coirp agus iarracht a dhéanamh aiseolas a chur i bhfeidhm. Roinnt dul chun cinn ar fud na treorach a thaispeáint. Leanúint cleachtas bunúsach sábháilteachta agus eitice.	Rannpháirtíocht neamhsheasmhach sa ghníomhaíocht choirp a thaispeáint. Úsáid bheag a bhaint as aiseolas nó oiriúnú, nó gan iad a úsáid. Ní théitear i ngleic i gceart le cúrsaí sábháilteachta agus eitice.
Inniúlacht Scile agus Anailís	Roghnú agus déanamh scileanna cuí go cruinn agus go staidéarach. Anailís ghéarchúiseach a chur ar fáil agus critéir agus uirlisí ábhartha á n-úsáid. Tuiscint dhomhain ar éilimh feidhmíochta a thaispeáint.	Déanamh scileanna áirithe lena mbaineann smacht agus cruinneas ginearálta. Anailís bhunúsach a thabhairt agus roinnt critéir feidhmíochta á n-úsáid. Léiriú go bhfuil an tuiscint ar an bhfeidhmíocht ag forbairt.	Déanamh scileanna gan mórán smachta ná cruinnis. Tá an anailís lag, doiléir nó in easnamh. Léiriú ar bheagán tuisceana ar fheidhmíocht lena mbaineann scil.
Meastóireacht	Machnamh criticiúil ar phleanáil agus rannpháirtíocht. Eispéireas a nascadh go soiléir le coincheapa corpoideachais agus spriocanna feidhmíochta. Úsáid fianaise chun tacú le conclúidí agus feabhsuithe a mholadh.	Machnamh fiúntach a dhéanamh ar ghnéithe den tionscadal. Roinnt nasc a dhéanamh le coincheapa corpoideachais. Réimsí ginearálta a d'fhéadfaí a fheabhsú a shainaithint.	Machnamh teoranta nó baoth a chur ar fáil. Beagán nasc nó naisc ar bith le coincheapa corpoideachais. Deacracht bealaí le feabhsú a mheasúnú nó a shainaithint.
Cumarsáid	Cumarsáid a dhéanamh go soiléir agus go héifeachtach agus úsáid á baint as téarmaíocht chorpoideachais chuí. Sonraí agus anailís a chur i láthair le huirlisí ábhartha. Comhleanúnachas ar fud na gcodanna a thaispeáint.	Cumarsáid sách soiléir a dhéanamh. Níl an úsáid as téarmaíocht chorpoideachais seasmhach. Sonraí agus anailís bhunúsach a chur i láthair, agus struchtúr éigin ag gabháil leo.	Cumarsáid a dhéanamh ar bhealach scaipthe nó doiléir. Úsáid theoranta as téarmaíocht chorpoideachais. Ní chuirtear na sonraí i láthair mórán nó tá sé mearbhlach.

Tábla 2: Tuairisceoirí cáilíochta: Tionscadal corpoideachais

Scrúdú scríofa

Beidh raon cineálacha ceisteanna sa scrúdú scríofa. Tá príomhinniúlachtaí na sraithe sinsearaí (Fíor 2) fite fuaite sna torthaí foghlama agus déanfar iad a mheasúnú i gcomhthéacs na dtorthaí foghlama. Cuimseofar rogha ceisteanna leis an scrúdpháipéar ina ndéanfar an méid seo a leanas a mheasúnú ag an leibhéal cuí:

- an fhoghlaim a ndéantar cur síos uirthi sa tsonraíocht
- cur i bhfeidhm na foghlama trí rannpháirtíocht i ngníomhaíocht choirp.

Socruithe réasúnta

Éilíonn an tsonraíocht seo do Chorpoideachas na hArdteistiméireachta go rachaidh na scoláirí i ngleic le nádúr an ábhair ar bhonn leanúnach i rith an chúrsa. Tá dhá chuid ag baint leis an measúnú don teistiúchán i gCorpoideachas na hArdteistiméireachta: scrúdú scríofa ar fiú 50% de na marcanna ar fad é agus comhpháirt bhreise ar fiú 50% í. Sa chomhthéacs sin, tá scéim na Socruithe Réasúnta/Ionchuimsithe i bhfeidhm ag Coimisiún na Scrúduithe Stáit (CSS), scéim a ceapadh chun cuidiú le scoláirí a mbeadh deacracht acu an scrúdú a rochtain nó an méid atá ar eolas acu a chur in iúl do scrúdaitheoir mar gheall ar dheacracht fhisiceach, amhairc, chéadfach, éisteachta nó foghlama. Cuidíonn an scéim seo leis na scoláirí sin an méid atá ar eolas acu agus an méid atá siad in ann a dhéanamh a léiriú gan cur isteach ar chaighdeán an mheasúnaithe. Dírítear sa scéim ar bhacainní ar rochtain a bhaint, agus an gá atá leis an eolas, na scileanna, na luachanna agus na meonta bunúsacha céanna a mheas a dhéantar a mheasúnú do gach scoláire eile, agus na caighdeáin chéanna gnóthachtála a chur i bhfeidhm is atá i bhfeidhm maidir le gach scoláire eile. Déanann an Coimisiún gach iarracht le linn dó an scéim seo a chur i bhfeidhm chun freastal ar riachtanais mheasúnaithe aonair trí na hoiriúntais seo.

Bíonn cúinsí ann inar féidir an riachtanas chun réimsí foghlama ar leith a thaispeáint, agus measúnú á dhéanamh ar na scoláirí le haghaidh teastasú, a tharscaoileadh nó a dhíolmhú, a fhad nach gcuirfidh sé isteach ar shláine iomlán an mheasúnaithe. Mar sin féin, ní féidir cuid de na réimsí foghlama i sonraíocht ábhair a tharscaoileadh toisc go bhfuil siad lárnach don tsonraíocht ábhair. I gCorpoideachas na hArdteistiméireachta, áirítear leis na réimsí sin rannpháirtíocht agus feidhmíocht i ngníomhaíocht choirp. Is é an chúis leis sin ná go bhfuil na scileanna a fhorbraítear sna comhpháirteanna seo chomh bunúsach agus chomh lárnach sin do dhisciplín an chorpoideachais.

Tá faisnéis níos mionsonraithe faoi scéim na Socruithe Réasúnta/Ionchuimsithe sna Scrúduithe Teastais, lena n-áirítear na socruithe atá ar fáil agus na cúinsí ina bhféadfaidís a bheith i bhfeidhm, ar fáil ó Roinn na Socruithe Réasúnta/Ionchuimsithe de chuid Choimisiún na Scrúduithe Stáit.

Sula gcinneann scoláirí staidéar a dhéanamh ar Chorpoideachas hArdteistiméireachta, i gcomhairle lena scoil agus lena dtuismitheoirí/gcaomhnóirí, ba cheart dóibh athbhreithniú a dhéanamh ar thorthaí foghlama na sonraíochta seo agus ar mhionsonraí na socruithe measúnaithe. Ba cheart dóibh machnamh a dhéanamh go cúramach, lena fháil amach an mbeidh siad in ann na torthaí foghlama a bhaint amach, nó an bhfuil riachtanas speisialta oideachais acu a fhágann nach mbeidís in ann a léiriú go bhfuil na torthaí bainte amach acu, fiú tar éis na socruithe réasúnta a chur i bhfeidhm. Más rud é go gcreideann an scoil go mb'fhéidir nach mbeadh scoláire in ann páirt iomlán a ghlacadh sna socruithe measúnaithe don teistiúchán, tá sé riachtanach go ndéanann siad teagmháil le Coimisiún na Scrúduithe Stáit.

Grádú na hArdteistiméireachta

Déanfar Corpoideachas na hArdteistiméireachta a ghrádú le scála grádúcháin 8 bpointe. Is é Grád 1 an grád is airde; is é Grád 8 an grád is ísle. Tá marcanna céatadáin idir 100% agus 30% i gceist leis na seacht ngrád is airde (1-7). Tá na gráid roinnte ina raonta cothroma atá 10% ar leithead. Bronntar Grád 8 as marcanna céatadáin níos lú ná 30%. Déantar idirdhealú idir gráid an Ardleibhéil agus gráid an Ghnáthleibhéil trí A nó G a chur roimh an ngrád faoi seach. Dá bhrí sin, tá A1–A8 i gceist ag an Ardleibhéal agus tá G1–G8 i gceist leis an nGnáthleibhéal.

Grád	Marcanna %
A1/G1	90 - 100
A2/G2	80 < 90
A3/G3	70 < 80
A4/G4	60 < 70
A5/G5	50 < 60
A6/G6	40 < 50
A7/G7	30 < 40
A8/G8	< 30

Tábla 3: Grádú na hArdteistiméireachta

Aguisín 1

Cuireadh an ghluais seo i dtoll a chéile chun na torthaí foghlama a úsáidtear sa tsonraíocht a shoiléiriú. Déantar cur síos ar gach briathar gnímh i dtéarmaí na rudaí ba cheart a bheith ar chumas an scoláire agus an toradh foghlama bainte amach acu

Briathar gnímh	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas na scoláirí:
Aithin (foinsí)	foinsí eolais a aithint go sainiúil
Aithin (sonraí/faisnéis)	fíricí, saintréithe nó coincheapa atá riachtanach (ábhartha/oiriúnach) chun cás, imeacht, próiseas nó feiniméan a thuiscint a shainaithint
Anailísigh	staidéar nó scrúdú a dhéanamh ar rud go mion, rud a mhiondealú chun na bunghnéithe nó an bunstruchtúr a nochtadh; codanna agus coibhneasa a shainaithint, agus fianaise a léirmhíniú chun teacht ar chonclúidí
Bain de thátal as	teacht ar chonclúid bunaithe ar an eolas a thugtar
Bain tátal as	torthaí iniúchta a úsáid bunaithe ar bhuntuiscint; tuig níos mó ná mar a cuireadh in iúl go litriúil
Ceap	rud éigin a phleanáil, a fhorbairt nó a chruthú le smaointeoireacht ghrinn
Comhoibrigh	bheith ag obair lena chéile nó in éineacht le daoine eile ar ghníomhaíocht nó ar thionscadal
Cosain	cúiseanna bailí nó fianaise bhailí a thabhairt chun tacú le freagra nó le conclúid
Cruthaigh	rud a thabhairt chun bheith; tabhairt ar rud éigin tarlú de bharr gníomhaíochtaí duine
Cruthaigh	sraith céimeanna loighciúla a úsáid chun an toradh inmhianta a bhaint amach
Cuir i bhfeidhm	faisnéis agus/nó eolas agus tuiscint a roghnú agus a úsáid chun cás tugtha nó fíorchúinsí a mhíniú
Cuir síos	cuntas mionsonraithe a thabhairt ar phríomhphointí na topaice, ag baint úsáid as focail, léaráidí agus/nó íomhánna
Déan achoimre	achoimre ghairid a dhéanamh ar na príomhphointí eolais
Déan comparáid	cuntas a thabhairt ar na cosúlachtaí agus (nó) difríochtaí idir dhá rud nó cás (nó níos mó), ag tagairt don dá cheann acu (dóibh uile) síos tríd

Déan critíc ar	anailís agus measúnú eolasach a thabhairt ar rud
Déan taighde	fiosrú sonrach a dhéanamh, ach fianaise a bhailiú, a eagrú agus a anailísiú d'fhonn teacht ar chonclúidí
Dear	ceap, cruthaigh agus/nó bain amach de réir roinnt beart nó plean
Deimhnigh	fianaise a thabhairt chun tacú le fírinne ráitis
Díorthaigh	teacht ar ráiteas nó foirmle trí phróiseas smaointeoireachta loighciúla; ionramháil a dhéanamh ar ghaol matamaiticiúil chun cothromóid nó gaol nua a thabhairt
Éascaigh	plé a stiúradh ionas go bhfanann sé dírithe agus go mbaintear na spriocanna comhaontaithe amach
Iniúch	breathnú, staidéar nó scrúdú a dhéanamh go mion chun fíricí a chinntiú, agus teacht ar léargais agus/nó conclúidí nua
Léirigh	samplaí a úsáid chun cur síos ar rud éigin
Léirmhínigh (bainteach le sonraí)	eolas agus tuiscint a úsáid chun treochtaí a aithint agus teacht ar chonclúidí ó fhaisnéis a thugtar
Léirmhínigh (nach bhfuil bainteach le sonraí)	smaointe a chur in iúl maidir leis an mbrí atá i gceist le rud
Léirthuiscint a bheith ag... do...	an bhrí, an luach nó an tábhacht atá le rud a aithint
Liostaigh	roinnt pointí nó fíoras a thabhairt, gan aon mhíniú breise
Machnaigh	machnamh meabhraitheach a dhéanamh ar ghníomhartha, taithí, luachanna agus léann d'fhonn léargais nua a fháil agus brí a bhaint astu
Meas	nádúr, cumas, cáilíocht nó luach ruda a mheas, a mheasúnú nó breithiúnas a thabhairt ina thaobh
Measúnaigh (breithiúnas eiticiúil)	fianaise a bhailiú agus a scrúdú chun breithiúnais agus breithmheas a dhéanamh; cur síos a dhéanamh ar an gcaoi a dtacaíonn nó nach dtacaíonn fianaise le breithiúnas; srianta fianaise i gconclúidí a shainaithint; breithiúnais a dhéanamh faoi na smaointe, faoi réitigh nó faoi mhodhanna
Measúnaigh (sonraí/faisnéis)	sonraí a bhailiú agus a scrúdú chun breithiúnais agus breithmheas a dhéanamh; cur síos a dhéanamh ar an gcaoi a dtacaíonn nó nach dtacaíonn fianaise le conclúid i bhfiosrúchán nó in iniúchadh; srianta sonraí i gconclúidí a shainaithint; breithiúnais a dhéanamh faoi smaointe, faoi réitigh nó faoi mhodhanna

Mínigh	mionchuntas a thabhairt arna thacú le fáthanna nó cúiseanna
Pléigh	athbhreithniú tomhaiste cothrom a thabhairt a chuimsíonn réimse argóintí, peirspictíochtaí, tosca nó hipitéisí, atá bunaithe ar fhianaise chuí
Rangaigh	rudaí a chur i ngrúpaí bunaithe ar thréithe comónta
Réitigh	freagra a aimsiú trí réasúnaíocht
Ríomh	teacht ar fhreagra uimhriúil, ag taispeáint na gcéimeanna cuí san oibriú amach
Sainaithin	patrúin, fíricí nó sonraí a aithint; freagra a sholáthar ó roinnt féidearthachtaí; fíoras nó gné shainiúil a aithint agus a lua go hachomair
Samhaltaigh	smaoineamh, struchtúr, próiseas nó córas a léiriú trí mhodhanna éagsúla amhail focail, léaráidí, cothromóidí, samhlacha fisiciúla nó ionsamhlúcháin; samhlacha a úsáid le cur síos, míniú, tuartha a dhéanamh agus fadhbanna a réiteach, agus é á aithint go mbaineann teorainneacha le gach samhail
Scrúdaigh	breathnú go grinn ar argóintí, sonraí, faisnéis agus/nó scéalta d'fhonn bunús, barúlacha, peirspictíochtaí, treochtaí agus/nó caidrimh a nochtadh
Sintéisigh	smaointe éagsúla a chur le chéile chun tuiscint nua nó tuiscint fheabhsaithe a chruthú
Tabhair breac-chuntas	na príomhphointí a thabhairt, gan ach na píosaí faisnéise riachtanacha a thabhairt
Tabhair breithmheas	píosa saothair nó téacs a mheasúnú, a bhreith nó a mheas
Taispeáin	rud a chruthú nó a dhéanamh soiléir trí réasúnaíocht nó le fianaise, rud a léiriú le samplaí nó le cur i bhfeidhm praiticiúil
Tuar	toradh ionchasach teagmhais a thabhairt; teagmhas nua a mhíniú bunaithe ar bhreathnuithe nó ar fhaisnéis ag úsáid naisc loighciúla idir míreanna eolais
Tuig	corpas dea-eagraithe eolais a bheith ag duine agus é sin a chur i bhfeidhm

Aguisín 2

Tugtar breac-chuntas thíos ar an liosta gníomhaíochtaí coirp atá incháilithe lena roghnú chun foghlaim scoláirí a thaispeáint don Chomhpháirt Mheasúnaithe sa Bhreis (CMB). Tá na scileanna a fhorbraítear mar gheall ar rannpháirtíocht agus feidhmíocht i ngníomhaíocht choirp bunúsach agus lárnach do dhisciplín an chorpoideachais. Is féidir gníomhaíochtaí ar an liosta faofa a chur in oiriúint chun tacú le rannpháirtíocht fhiúntach gach scoláire. Le hoiriúnuithe cuí, cinntítear gur féidir le gach scoláire a gcuid foghlama agus gnóthachtála a thaispeáint go cothrom laistigh de pharaiméadair na sonraíochta.

	Gníomhaíochtaí
Lúthchleasaíocht	Imeachtaí reatha, imeachtaí caithimh, imeachtaí léimní
Gníomhaíochtaí Ealaíonta agus Aeistéitiúla	Gleacaíocht, damhsa
Uiscíocht	Buillí snámha, póló uisce, snámh comhuaineach
Gníomhaíochtaí Eachtraíochta	Treodóireacht, cadhcáil, dreapadóireacht laistigh le rópa, rámhaíocht uisce, rothaíocht (bóthar, sliabh)
Cluichí – Ionradh	Peil ghaelach (fir/mná), iománaíocht/camógaíocht, sacar, rugbaí, cispheil, haca, líonpheil, liathróid láimhe Oilimpeach
Cluichí – Eangach/Balla	Badmantan, leadóg, eitpheil, leadóg bhoird, liathróid láimhe CLG, scuais
Cluichí – Bualadh/Gabháil	Cruicéad, bogliathróid, cluiche corr
Cluichí – Sprioc/Bualadh	Galf