

## Snáithe: Mise

Snáithaonad: Ag tabhairt aire do mo chorp (Sláinte agus folláine, Bia agus cothú)

### Spreag na páistí chun:

- Tuiscint a bheith acu ar an tábhacht a bhaineann le cothú maith chun fanacht aclaí folláin.
- Tuiscint a bheith acu ar chomh tábhachtach is atá sé bheith sláintiúil sa saol agus i spórt.
- Tuiscint a bheith acu ar an tábhacht le freagracht phearsanta agus iad ag ithe réim shláintiúil chothrom bia.

#### BILEOG OIBRE 7A

- Na cothaitheigh (nutrients) atá riachtanach i réim chothrom bia a aithint agus bheith in ann a rá cén bia ina bhfaightear iad. Beidh ar na páistí na téarmaí ar 7A bheith ar eolas acu agus bheith in ann a dtábhacht a aithint.
- Imscrúdú a dhéanamh ar an téarma 'bheith aclaí' agus an tábhacht a bhaineann le haclaíocht rialta chun fanacht aclaí sláintiúil a aithint. Mínigh na téarmaí 'aclaíocht aeróbach' agus 'aclaíocht anaeróbach' do na páistí. **BILEOG OIBRE 7B**
- an tábhacht a bhaineann le hidráitiú i spórt a aithint.
- na tosca a théann i bhfeidhm ar réim shláintiúil bia a aithint. D'fhéadfadh na páistí réim sheachtainiúil bia a dhearadh do stíl shláintiúil mhaireachtála.
- scrúdú a dhéanamh ar an tionchar a bhíonn ag réaltaí CLG. Iarr ar na páistí smaoinemh ar cén cineál saoil a d'fhéadfadh bheith ag na daoine seo. **BILEOG OIBRE 7C**

Is bagairt shláinte é murtall na hóige (youth obesity) atá ag dul i méid mar gheall ar an ardú sa mhéid bia a itear agus a laghad gníomhaíochta fisiciúla a dhéantar. Tá níos mó páistí ag imirt cluichí ríomhaireachta agus ag féachaint ar an teilifís, rud a chiallaíonn go gcaitheann siad níos lú ama ar pháirceanna spóirt. Is féidir le himreoirí CLG bheith ina n-eiseamláirí oiriúnacha chun saol sláintiúil a léiriú toisc go bhfuil teacht ag scoileanna agus clubanna orthu.

Snáithaonad: Sábháilteacht agus cosaint

- Scrúdaigh rialacha an CLG agus a dtábhacht do chluiche taitneamhach. Comhtháthaigh seo leis an stair agus lig do na páistí staidéar a dhéanamh ar na hathruithe i rialacha an CLG ó bunaíodh é. Ba cheart don mhúinteoir ról a cheapadh do gach ball den ghrúpa fad is atá an bhileog oibre á déanamh. Ba cheart don cheannaire cinntiú go dtabharfaidh gach duine tuairim, ba cheart don mhaor ama cinntiú go bhfreagraíonn an grúpa na ceisteanna ar fad laistigh den am a cheadaítear, scríobhfaidh an maor scórála na freagraí ar an leathanach agus léifidh an tuairisceoir na freagraí. **BILEOG OIBRE 7D, 7E**
- Déan léaráid a thaispeánfaidh an leagan amach atá ar an bhfoireann
- Imscrúdaigh téarmaí cosúil le "Cothrom na Féinne", "Buaiteoir maith".
- Tríd an snáithe 'Braistintí' agus Mothúcháin' d'fhéadfadh na daltaí an raon mothúchán a bhraitear i rith cluichí agus ina ndiaidh a phlé. Na 'buaicphointí agus na híospointí' a bhaineann le spórt. D'fhéadfadh an t-eagrú de chluichí "Go-Games", a chuireann béim ar rannpháirtíocht, feabhas a chur ar mheon an dalta maidir le 'rannpháirtíocht' seachas bheith ag imirt chun an bua a fháil. Féach ar rannóg na n-acmhainní le haghaidh tuilleadh eolais maidir le "Go-Games" agus gníomhaíochtaí eile CLG.
- Déan scrúdú ar thábhacht an réiteora.





B'fhéidir go bhféadfaí sraithchomórtas "Go-Games" a eagrú sa scoil (nó sraithchomórtas beag "Go-Games" idir scoileanna) agus daltaí sinsearach a bheith ag glacadh páirte mar réiteoir, mar mhaoir líne agus mar mhaoir cúil do na cluichí. Déan cinnte go ndéanfaidh na daltaí staidéar ar na rialacha agus go mbeidh maoirseacht chuí ann. Ba chóir go gcuirí an bhéim ar rannpháirtíocht agus spraoi do gach duine. Iarr ar na réiteoirí agus na daltaí labhairt agus scríobh faoina dtaithe tar éis na gcluichí.

*Trí chomhtháthú a dhéanamh leis an drámaíocht d'fhéadfadh daltaí iad féin a shamhlú i ról an réiteora.*

- Aithin áiteanna a bhfuil sé sábháilte scileanna a chleachtadh le cairde agus bealaí oiriúnacha chun tú féin a iompar fad is atá tú ag imirt.
- Forbair meon freagrach i leith cosc a chur le timpistí agus fios a bheith agat cad atá le déanamh má tharlaíonn timpiste.



## Snáithe: Mise agus an Domhan Mór

### Snáithaonad: Ag Forbairt na Saoránachta

- Scrúdaigh an coincheap a bhaineann le pobal na scoile agus foireann na scoile.
- Aithin an tábhacht a bhaineann le clubanna áitiúla don phobal agus tabhair aitheantas don ról a bhíonn ag cóitseálaithe srl.
- Forbair bealaí chun oibriú le chéile agus obair foirne freisin. Fiafraigh de na páistí smaoiniamh ar conas is fearr oibriú mar fhoireann agus ar conas comhghleacaithe foirne a spreagadh.
- Forbair scileanna ceannaireachta na bpáistí trí phlé a dhéanamh ar an tábhacht a bhaineann le dea-shampla a thaispeáint ar an bpáirc. Gan bheith ag géilleadh saorchiceanna/poic shaora, meas a bheith acu ar réiteoirí srl. I ngrúpaí, iarr ar na daltaí staidéar a dhéanamh ar chód an CLG don chleachtas is fearr don óige.



**BILEOG OIBRE 7G.** D'fhéadfadh gach grúpa an cód a phlé faoi cheannteidil dhifriúla:

1. Mol ceannteidil eile le cur leis an gcód.
2. Pléigh an gcleachtar an cód sa scoil/club.
3. Dear cód do chóitseálaithe.
4. Dear cód do thuismitheoirí.

- Cothaigh bród i leith phobal na scoile agus an phobail níos leithne.

### Snáithaonad: Oideachas na meán cumarsáide

- Scrúdaigh an ról atá ag na meáin chumarsáide sa CLG. Ainmnigh na bealaí éagsúla a chlúdaíonn na meáin chumarsáide imeachtaí spóirt agus an leibhéal tuairiscithe a dhéantar ar na cluichí éagsúla.
- Scrúdaigh na buntáistí a bhaineann le fógraíocht agus le hurraíocht sa CLG. Aithin cé acu na tairbhí. Lig do na páistí clúdach na meán cumarsáide a chur i gcomparáid leis an gclúdach a dhéantar ar chineálacha eile spóirt.
- Aithin na pobail éagsúla a mbíonn na fógraí dírithe orthu.

