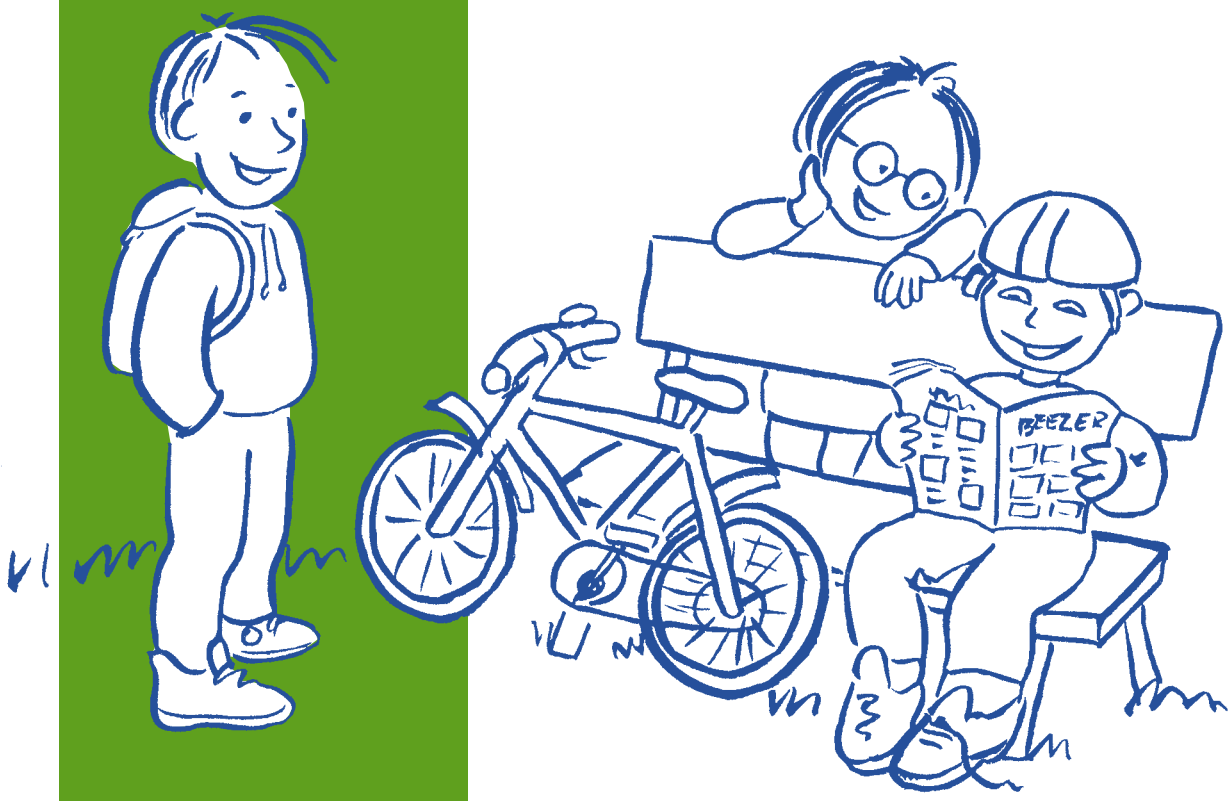
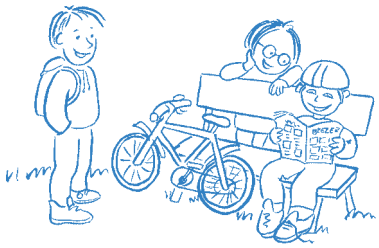
Scileanna Sábháilteachta Pearsanta do Rang a Cúig agus Rang a Sé



An Clár Bí Sábháilte

Scileanna Sábháilteachta Pearsanta do

Rang a Cúig agus Rang a Sé



AN CLÁR BÍ SÁBHÁILTE

Cúrsa Ceachtanna do Rang a Cúig agus Rang a Sé

An Clár Bí Sábháilte

Scileanna Sábháilteachta Pearsanta do Leanaí i Rang a cúig agus Rang a sé

le Rose Cullen, Maria Lawlor agus Deirdre MacIntyre

Europus a d'aistrigh

Glactar buíochas le gach múinteoir, tuismitheoir agus
leanbh a ghlac páirt i ndréachtú na gceachtanna seo

© Clár Coiscthe Drochíde ar Pháistí (1998)

Clár

Brollach	Leathanach	1
Réamhobair	Leathanach	2
Múineadh An Chláir Bí Sábháilte	Leathanach	4
Mothú na Sábháilteachta agus na Contúirte	Leathanach	6
Bulaíocht	Leathanach	9
Teagmháil Coirp	Leathanach	15
Scéalta Rúin / Ag Déanamh Scéala	Leathanach	19
Strainséirí	Leathanach	22
Seiceáil na Foghlama	Leathanach	26
Amhráin	Leathanach	27
Bileoga Oibre	Leathanach	28

Brollach

Tá an clár Bí Sábhailte do Leanaí i Rang a Cúig agus Rang a Sé leagtha amach chun scileanna sábháilteachta pearsanta a mhúineadh do leanaí i gcomhthéacs an neamhspleáchais a bheith á fhorbairt acu. Is ar chur chuige a bhaineann le fadhbanna a réiteach atá an bhéim ag an leibhéal seo. Spreagtar leanaí chun machnamh a dhéanamh ar réimse ócáidí 'neamhsháibháilte', cabhraítear leo na saincheisteanna iontu a aithint agus a theacht ar na réitigh is oiriúnaí.

Sa chlár cuirtear i gcuimhne do leanaí, cé go bhfuil siad níos sine agus níos neamhspleáí, gur féidir leo fós cabhair dhaoine fásta a lorg faoi aon rud a bheadh ag cur isteach orthu. Treisítear leis an teachtaireacht go dtugann formhór na ndaoine fásta aird ar mhothúcháin leanaí.

Is féidir le leanaí atá níos sine tuiscint a bheith acu ar na torthaí goilliúnacha a bhainfeadh le hinsint. Is beag seans go n-inseoidh siad mura gceapfaidh siad go bhfaighidh siad freagra a bheadh dearfach.

Pléitear constaicí a bhaineann le hinsint m.sh. ciontacht, eagla agus dílseacht agus cuirtear roghanna i láthair i gcomhthéacs roghanna sábháilte. Tá insint agus bulaíocht idir leanaí ar chomhaois an-choitianta agus pléitear iad ag an leibhéal seo. Cuirtear béim ar an bhfreagracht atá ar leanaí maidir le meas a bheith acu ar mhothúcháin dhaoine eile.

Ba cheart go múinfí an Clár Bí Sábháilte i gcomhthéacs Oideachais sláinte, phearsanta agus shóisialta. Tá an clár bunaithe ar na buneilimintí seo a leanas (a bhfuil gach ceann acu ina chuid lárnach de churaclam OSPS).

1. Féin-mheas leanaí a chothú.
2. Féin-mhuinín leanaí a chruthú.
3. Cabhrú le leanaí a bheith teanntásach.
4. Cabhrú le leanaí a gcuid mothúchán a aithint agus a chur in iúl.

RÉAMHOBAIR / OBAIR CHOMHTHREOMHAR

I gcomhthéacs leathan an Oideachais sláinte, phearsanta agus shóisialta, moltar an réamhobair / obair chomhthreomhar seo a leanas. Tá roinnt den obair seo mar chuid de churaclam an OSPS agus ní bhaineann sé leis an gClár Bí Sábháilte amháin.

Mothúcháin

Is modúl tábhachtach i gcuracalam an SPHE cabhrú le leanaí réimse mothúchán a aithint, a phlé agus a iniúchadh. Beidh leanaí a bhfuil an cumas sin acu réidh go maith don chlár Bí Sábháilte. Is gá deis a thabhairt do leanaí i rang a cúig agus i rang a sé machnamh a dhéanamh ar conas a chuirfidís mothúcháin ar nós áthas, fearg, brón, srl. in iúl. Tá gá leis go mbeadh cleachtadh acu ar a gcuid mothúchán a chur in iúl ar shlí atá inghlactha go sóisialta.

Féin-mheas

Tá sé tábhachtach, chun a chinntiú go gcuirtear an clár i láthair i gceart, go dtapaíonn múinteoirí, tuismitheoirí agus daoine fásta eile a mbíonn tábhacht leo i saol an linbh gach deis chun féin-mheas agus féin-mhuinín an linbh a fhorbairt. Ba chóir, ó cheart, go ndéanfaí na gníomhaíochtaí a shníomh isteach síos tríd an gcuraclam. Tá sé tábhachtach gurb iad na straitéisí céanna a d'úsáidfí sa scoil agus sa bhaile.

Is é an teaghlach an timpeallacht fhoghlama is tábhachtaí fós ó thaobh an linbh. De réir taighde a rinne Coopersmith (I.N.T.O., 1995) leagadh béim ar thrí bhunchoinníoll atá lárnach d'ardmhothú féin-mheasa a fhorbairt i dtimpeallacht an bhaile:

- Grá agus cion neamhchoinníollach.
- Teorainneacha soiléire a bheith i bhfeidhm go seasta.
- Go leor measa ar na leanaí a bheith le tabhairt faoi deara.

Bíonn an bhunchloch ar a dtógann leanaí a gcuid féin-mheasa leagtha amach sula dtagann siad ar scoil. D'fhéadfadh, áfach, go mbeadh tionchar an-mhór ag taithí an linbh ar scoil ar a c(h)uid féin-mheasa. "Baineann trí choinníoll le cruthú ethos agus atmaisféir a chuidíonn leis an gcineál foghlama tarlú ar foghlaim í a mhéadaíonn an fhéinmheas. Is iad na coinníollacha sin bá, glacadh agus fírinneacht" (INTO 1995)

Tá ardmhothú féin-mheasa riachtanach do shástacht agus do shonas pearsanta an linbh. Tá sé tábhachtach mar sin go dtugann an scoil agus an baile ceann ar aghaidh faoi chur chun cinn fhorbairt chomhleanúnach mhothú ceart féin-mheasa sna leanaí. Tá aire, sábháilteacht agus grá de dhíth ar gach leanbh. Teastaíonn uathu a thuiscint chomh maith go bhfuil meas orthu sa bhaile, sa scoil agus sa seomra ranga.

Roinnt moltaí chun féin-mheas leanaí a fhorbairt.

Níl sna gníomhaíochtaí seo a leanas ach moltaí. Tharlódh gur ghá don mhúinteoir athruithe a dhéanamh ag brath ar aois agus ar chumas na leanaí.

- Lig do na leanaí ról a ghlacadh i socruithe a dhéanamh nuair a bhíonn sin oiriúnach. Caithfidh na leanaí a fheiceáil go ndéantar de réir mar a mholann siadsan.
- Déan iad a mholadh agus múin do na leanaí conas glacadh le moladh go grástúil.
- Bíodh 'Am Éisteachta' ann. Glacann an múinteoir le ról an 'éisteora'.
- Tabhair freagracht éigin do gach leanbh sa rang más féidir. Athraigh thart na freagrachtaí go rialta. Is féidir le tuismitheoirí na leanaí a spreagadh chun tascanna a dhéanamh dóibh féin agus dá ndeartháracha agus dá ndeirfiúracha óga.
- Cuir béim ar bhuanna na leanaí: abair go díreach cé na cinn iad féin.
- Is féidir le tuismitheoirí agus múinteoirí cabhrú le leanaí labhairt faoi conas a chuireann siad a bhféiniúlacht in iúl - caithimh aimsire, spéiseanna agus tuairimí
- Déan tascanna a leagadh amach ag leibhéal atá inshroichte ag na leanaí.
- Coimeád féilire den mhéid atá bainte amach m.sh., chríochnaigh na leanaí tasc grúpa, rinne siad tionscnamh leo féin, d'eagraigh siad gníomhaíocht ranga.

Ar deireadh agus sinn ag iarraidh féin-mheas leanaí a fhorbairt, nochtann an tslí a labhraimid leo mórán i dtaobh an mheasa atá againn orthu.

- Maith an buachaill/cailín, bhí do dhán an-mhaith. Is breá liom an cur síos atá agat ar conas a mhothaigh an duine a d'fhulaing gorta. Cad a thaitníonn leat féin faoi?
- Is fearr liom é nuair nach mbíonn tú ag béicíl mar sin.
- B'fhéidir go gcuimhneofá ar an scríbhneoireacht a dhéanamh níos mó an chéad uair eile.
- Má bhíonn cabhair uait abair liom é.

- Bhí a fhios agam go mbeifeá ábalta é a dhéanamh.

Rinneadh cúram ar leith an bhéim a chur ar an taobh dearfach sna samplaí seo go léir. Is beag cabhair d'fhéin-mheas an linbh é a rá leis go mbíonn a c(h)uid scríbhneoireachta i gcónaí ró-bheag agus is lú leasa fós é a rá leis go gcuireann sé fearg ort nuair a bhíonn sé ag béicíl. Tá "Má bhíonn cabhair uait abair liom é," níos inghlactha ná "Cabhróidh mé leat murar féidir leat é a dhéanamh," mar fágann sé roinnt smachta ag an leanbh. Is léir go n-oibríonn "Bhí a fhios agam go mbeifeá ábalta é a dhéanamh," níos fearr ná "Bhuel, tá sé déanta agat ar deireadh thiar thall."

Teanntás

Is é is brí le teanntás ná a bheith in ann seasamh ar son do chearta gan a bheith bagrach. "Tá féinmheas agus teanntás fite fuaite ina chéile, is éard ar bhealach atá i dteanntás ná léiriú ar fhéinmheas ard" (INTO 1995).

Tugann na ceachtanna Bí Sábháilte cead do leanaí 'níl' a rá ag amanna áirithe. Sa tslí sin is féidir leo cabhrú le teanntás leanaí a fhorbairt. Tá comhoibriú agus comhcheangal idir tuismitheoirí agus múinteoirí riachtanach.

Roinnt moltaí chun teanntás leanaí a fhorbairt.

- Déan na leanaí a spreagadh chun díriú isteach ar na rudaí is féidir leo a dhéanamh. Mar shampla, cad iad na socruithe is féidir leo a dhéanamh dóibh féin.
- Cabhraigh le leanaí staidiúir mhaith agus iompar coirp teanntásach a fhorbairt trí chorpoideachas agus ranganna drámaíochta.
- Cuir i gcuimhne do na leanaí gur féidir leo diúltú do theagmháil coirp nach dtaitníonn leo. Baint úsáid as "Abair go" chun cleachtadh a thabhairt do leanaí ar a bheith teanntásach le daoine fásta nó le leanaí eile ar chomhaois leo féin a leagann lámh orthu ar shlí nach dtaitníonn leo.
- Tabhair seans do leanaí diúltú do bhulaíocht.
- Múin do na leanaí cad is ceart a dhéanamh i gcásanna éigeandála éagsúla. Cad a dhéanfá dá mbuailfí breoite do Mhameo/Dhaideo agus gan aon duine eile a bheith sa teach? Cad a dhéanfá dá mbeadh do chara i gcruachás sa linn snámha? Cad a dhéanfá dá dtitfeadh do dheirfiúr dá rothar agus go mbeadh glúin léi ag cur fola go dona?
- Múin do na leanaí conas treoracha a lorg agus a thabhairt.
- Múin do na leanaí an tábhacht a bhaineann leis na hamanna ar chóir cabhair a lorg a aithint agus conas é a dhéanamh.

De réir mar a fhásann leanaí tuigeann siad an gá a bhíonn le spás agus príobháideachas an duine. Déan plé leis na leanaí ar an ngá a bhíonn acu le ham agus spás chun a gcuid caitheamh aimsire a chleachtadh agus ar an ngá a bhíonn acu le háit go mbeidís leo féin agus nach mbeadh aon duine ag cur isteach orthu ann. Cuir ina luí orthu go mba chóir meas a bheith againn ar chearta dhaoine eile chun príobháideachais agus spás coirp.

Scileanna Sábháilteachta Eile

Roimh thosú ar scileanna sábháilteachta pearsanta a chur ós comhair leanaí tá sé rí-thábhachtach go mbeadh scileanna sábháilteachta foghlamtha acu i gcúrsaí eile ar nós shábháilteacht bóthair, sábháilteacht uisce, rialacha i dtaobh charrthaistil, bhusthaistil nó rothaíochta. Tá an tábhacht chéanna ag baint le sábháilteacht leighis a bheith foghlamtha acu.

Forbairt Ghluaise agus Teanga

Chun cur le héifeacht an chláir Bí Sábháilte is fearr go mbeadh cur amach ag leanaí ar ghluais na gceachtanna roimh thosú orthu.

Múineadh an Chláir Bí Sábháilte

Soláthraíonn an clár Bí Sábháilte cur chuige cuimsitheach lánpháirtiúil atá céimnithe de réir forbartha chun scileanna sábháilteachta pearsanta a mhúineadh do leanaí. Clúdaíonn an tasc seo traenáil agus comhoibriú tuismitheoirí, múinteoirí agus an pobal i gcoitinne i dtaobh chosaint leanaí agus ansmacht orthu a chosc.

Tá cúrsaí na gceachtanna curtha in oiriúint de réir forbartha. Úsáidtear cur chuige ilmheán chun cur le sealbhú foghlama agus coincheapanna. Tugtar na coincheapanna isteach de réir a chéile. Tógann gach ceacht nua go nádúrtha ar an gceacht a chuaigh roimpi. Tá cuid mhór de chlár Bí Sábháilte bunaithe ar phróiseas agus ar bhunú phatrúin iompair mar atá i réimsí eile de churaclam an OSPS. Dá bhrí sin, cuireann an próiseas múinteoireachta béim ar fhoghlaim ghníomhach agus ar rólghlacadh. Ní leor go gcuimhneodh na leanaí ar na scileanna sábháilteachta pearsanta a fhoghlaimeoidh siad, beidh orthu na scileanna a fheidhmiú ó lá go lá chomh maith.

Tá an bhéim síos trí chlár na ceachta ar an taobh dearfach. Tugann sé seo bunús slán chun déileáil le suíomhanna a chuirfeadh isteach ar shábháilteacht leanaí. Bíonn mórán múinteoirí ag súil le leibhéal áirithe náire nó 'baois' nuair a thosaíonn siad ar phlé a dhéanamh ar theagmháil neamhoiriúnach. Is féidir déileáil leis seo trína bheith réidh don náire a thagann ag an tús ar an bpáiste agus míniú gur rud nádúrtha í an náire sin.

Toisc gurb é bunteachtaireacht an chláir Bí Sábháilte gur féidir agus gur chóir do leanaí aon fhadhb a bhíonn acu a insint do dhuine fásta, is féidir leanbh a spreagadh chun a rún a ligint leis an múinteoir. Ba chóir go mbeadh cur amach ag múinteoirí ar threoracha na Roinne Oideachais i dtaobh conas is ceart déileáil le drochamhras faoi mhí-úsáid leanaí nó a leithéid a nochtadh.

Bunrialacha a leagadh amach

Roimh thosú ar cheachtanna Bí Sábháilte a mhúineadh, ba chabhair do mhúinteoirí am a chaitheamh ar roinnt bunrialacha a leagadh amach do chur i bhfeidhm an chláir. I measc na rialacha d'fhéadfadh a leithéid seo a bheith ann: seans a thabhairt do gach duine labhairt; gan cead cur isteach agus daoine eile ag caint; meas a bheith ag leanaí ar a chéile agus ar na daoine fásta i gceannas; rúndacht; tacaíocht a thabhairt dá chéile; cothrom na féinne.

Rólghlacadh

Is cuid bhunúsach den chlár ceachtanna rólglacaidh. Ba cheart seans a bheith ag leanaí na coincheapanna a chur i bhfeidhm. Tá sé tábhachtach, dá bhrí sin, oiread is féidir leanaí a bheith páirteach sna ceachtanna seo. Is féidir le Dráma /Corpoideachas deiseanna a chruthú do thuilleadh cleachtadh ar na scileanna seo.

Tabhair seans do na leanaí ról a ghlacadh. Ag deireadh an cheachta déan deimhin de go mbeidh seans acu an ról a fhágáil ina ndiaidh agus teacht ar ais chucu féin arís. Chun cabhrú le leanaí an ról a fhágáil, b'fhéidir gur mhaith le múinteoirí ligint do na leanaí scairf, crios muinchille nó banda láimhe a chaitheamh mar chomhartha go bhfuil siad ag glacadh rólanna. Nuair a bheidh an rólghlacadh thart bainfear an comhartha áirithe sin agus beidh siad ar ais chucu féin arís. Ag deireadh ceachtanna rólghlacaidh tabhair seans do leanaí machnamh a dhéanamh ar an bpróiseas agus ciall a bhaint as.

Tabhair faoi deara: Ba chabhair iad na ceachtanna rólghlacaidh ar an bhfístéip Bí Sábháilte chun tosú ar rólghlacadh a dhéanamh.

Ciorcal Cainte

B'fhéidir gur mhaith le múinteoirí Ciorcal Cainte a dhéanamh leis na leanaí, ó am go ham i rith chur i bhfeidhm an chláir. Is féidir le Ciorcal Cainte féin-mheas na leanaí a fheabhsú agus comhoibriú níos fearr a chruthú sa scoil má dhéantar go rialta é.

Modh: Suíonn na leanaí i gciorcal. Déanann gach leanbh a ainm a rá mar aon le pointe amháin dearfach mar gheall air féin. Críochnófar an cluiche nuair a bheidh seans faighte ag gach leanbh. D'fhéadfaí téama difriúil a úsáid gach uair, m.sh. Is/Ní maith liom…; Táim go maith ag…; Cabhraím le…

Tharlódh go mbraithfeadh múinteoirí áirithe míchompordach i dtaobh Chiorcal Cainte a dhéanamh. Is chun tairbhe é, áfach, a bheith suite i gciorcal, fiú agus ábhair Bí Sábháilte á bplé. Cruthaíonn ciorcal mothuchán na haontachta agus an chomhionannais. Dhéanfadh sé rólghlacadh níos éasca agus chuirfeadh sé fonn ar leanaí páirt a ghlacadh ann.

Úsáid Scéalta agus Dánta

Úsáidtear scéalta agus dánta trí cheachtanna Bí Sábháilte chun na leanaí a thabhairt isteach ar na hábhair éagsúla. Is féidir leis na leanaí dlúthbhaint a fheiceáil idir iad féin, na carachtair agus an méid a tharlaíonn dóibh gan a bheith ró-sháite sa scéal.

Tabhair faoi deara: Tharlódh go mba ghá don

mhúinteoir na chéad ainmneacha a úsáidtear sna scéalta agus sna dánta a athrú d'fhonn náire nó mí-chomport a sheachaint ar leanaí sa rang a bhfuil na hainmneacha sin orthu.

Obair Ealaíne

Líníocht, collage agus péinteáil na príomh-ghníomhaíochtaí a úsáidtear sa chlár. Bíonn Obair Ealaíne an-bhainteach le hábhar nuair is ag obair le leanaí a mbíonn deacrachtaí litearthachta acu a bhíonn an múinteoir.

Plé Ranga

Is modheolaíocht thábhachtach í seo a úsáidtear sa chlár. Is cóir go ndéanfadh an múinteoir deimhin de go mbeadh gach gné bainteach leis an ábhar a bheidh á phlé ag leibhéal a bheidh oiriúnach d'aois agus céim fhorbartha na ndaltaí.

Cluichí agus Obair Ghrúpa

Baintear úsáid as na gníomhaíochtaí seo chun comhoibriú agus meas ar a chéile a fhorbairt sna leanaí, agus chun cabhrú leo oibriú mar chuid d'fhoireann chun comhsprioc a bhaint amach.

Aiseolas na Múinteoirí faoin gClár

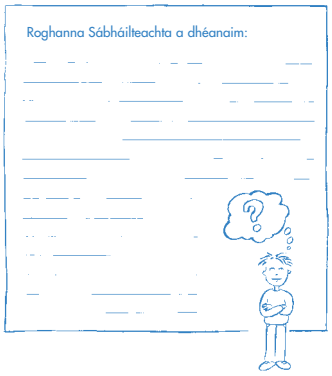
Thuairisc múinteoirí gur chuir an clár go mór leis an gcaidreamh eatarthu féin agus a gcuid daltaí. Thosaigh leanaí ag féachaint ar mhúinteoirí mar dhaoine a bhféadfaidís rún a ligint leo agus bhraith na múinteoirí, san am céanna, go raibh siad níos eolasaí ar chomharthaí guaise leanaí. Nochtaigh na ceachtanna ábhair nach mbeadh pléite sa rang roimhe seo agus thug siad seans do leanaí a gcuid neamhchinnteachtaí, dabht agus eagla a chur in iúl. Dúirt mórán *tuismitheoirí an rud céanna.*

Measúnú

"Seiceáil na Foghlama " a thugtar ar an gcuid dheireanach de cheachtanna Bí Sábháilte. Tá sé rí-thábhachtach go roghnófaí gníomhaíochtaí cuí ón gcuid seo den chlár chun dul siar agus measúnú a dhéanamh go córasúil. Tugann rólghlacadh ar na scileanna sábháilteachta léargas maith ar a bhfuil foghlamtha ag na leanaí. Treisíonn cleachtadh an fhoghlaim seo. Trí shúil a choimeád ar na leanaí sa seomra ranga, ag am sosa, i rith cluichí agus i rith turasanna scoile bainfidh an múinteoir eolas tábhachtach amach i dtaobh na foghlama a bhíonn déanta ag na páistí ar na scileanna sábháilte. Tabharfaidh sé seo deis don mhúinteoir gníomhaíochtaí a leagadh amach ag dul siar ar na hábhair a bhfuil fadhb ag na leanaí leo. Is féidir téamaí ón gclár Bí Sábháilte a shníomh isteach i ngníomhaíochtaí eile ar nós ealaín, drámaíocht, oideachas creidimh nó codanna eile de churaclam an OSPS a bheadh bainteach le hábhar. Tá athdhéanamh seasmhach agus pleanáilte ar na hábhair riachtanach i gcomhair teagaisc.

Ceacht 1

Mothú na Sábháilteachta agus na Neamhsháibháilteachta



Fad Múinteoireachta (meastachán) - Aon cheacht amháin 40 nóiméad

Spreagtar leanaí chun a gcuid mothúchán a aithint agus a chur in iúl i gceart. Múintear dóibh go gcabhraíonn ár gcuid mothúchán linn chun tuiscint níos fearr a fháil orainn féin agus gur féidir leo a gcuid mothúchán a roinnt le daoine eile.

Déanann na leanaí plé ansin ar na hócáidí sábháilte agus neamhsháibhailte éagsúla. Cuireann na samplaí san áireamh go bhfuil siad ag éirí níos neamhspleáí. Tá sé tábhachtach go bhfoghlaimíonn siad conas roghanna sábháilte a dhéanamh sna hócáidí éagsúla ina mbeidh siad.

CUSPÓIRÍ

Deis a thabhairt do na leanaí na hamanna a bhraith siad sábháilte agus neamhsháibháilte a phlé.

Deis a thabhairt do na leanaí roghanna réadúla sábháilte a phlé agus cinn a fhoghlaim a bhainfeadh le hócáidí nach bhfuil sábháilte.

Iarr ar na leanaí aontú ar roinnt bunrialacha roimh thosú ar an gclár (féach lch. 4).

Mothú na sábháilteachta

Má tá an clár Bí Sábháilte múinte do na leanaí cheana féin faigh amach cé mhéid eolais atá fós acu. Mínigh go gcaithfidh siad déanamh dóibh féin anois toisc go bhfuil siad níos sine agus go mbeidh orthu níos mó a fhoghlaim faoi shábháilteacht phearsanta. Mura bhfuil an clár Bí Sábháilte déanta ag an rang roimhe seo lean ar aghaidh; seasann gach ceacht aisti féin.

Téigh siar ar obair atá déanta roimhe seo ar mhothúcháin in áiteanna eile ar an gcuraclam. Spreag na leanaí chun labhairt faoin réimse mothúchán a d'fhéadfadh a bheith againn, mothúcháin láidre san áireamh m.sh., scleondar, cumha, fearg agus éad. Slí mhaith chun an t-ábhar seo a chíoradh is ea plé a dhéanamh ar na cláracha teilifíse, na scannáin, na scéalta agus na dánta is fearr leo.

Cuir béim ar an tábhacht a bhaineann lenár mothúcháin a chur in iúl i gceart agus cuir i gcuimhne do na leanaí nach féidir le cairde nó le tuismitheoirí nó le múinteoirí a fhios a bheith acu cad atá ina n-intinn ag na leanaí.

Abair gur tháinig tú isteach sa teach de ruathar, chaith tú do mhála ar an urlár, rith tú suas an staighre agus phlab tú doras do sheomra. An mbeadh fios fátha d'fhaidhbe ag do Mham nó ag do Dhaid? An mbeadh a fhios acu conas a d'fhéadfaidís cabhrú leat?

Iarr ar na leanaí slite níos fearr chun a gcuid mothúchán a chur in iúl a mholadh a chinnteodh go réiteofaí an fhadhb a bheadh i gceist.

Sa chlár Bí Sábháilte foghlaimeoimid faoi straitéisí sábháilteachta agus pléimid conas "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá agus conas cabhair a lorg ar ócáidí achrannacha . Tá na rialacha a bhaineann le sábháilteacht uisce agus bóithre ann chun treoir a chur ar fáil dúinn agus chun sinn féin a choinneáil sábháilte. Sa chlár seo foghlaimeoidh tú conas roghanna sábháilte a dhéanamh faoi do shábháilteacht phearsanta féin.

An féidir leat cuimhneamh ar áiteanna a dtaitníonn leat a bheith iontu toisc go mothaíonn tú sábháilte iontu? An féidir leat roinnt áiteanna ina bhfuil sé sábháilte súgradh a ainmniú? Déan cur síos ar roinnt roghanna sábháilte a rinne tú agus tú ag spraoi. An féidir leat roinnt daoine a ainmniú a mothaíonn tú sábháilte leo?

Mothú na Neamhsháibháilteachta

Fiafraigh de na leanaí an raibh ócáidí ann nár bhraith siad sábháilte. I measc na samplaí bheadh: ag teacht abhaile ó theach cara nuair a bhí an dorchadas ag titim, strainséir ag lorg treoracha ort agus tú i d'aonar, a bheith sa bhaile leat féin i d'aonar, ag súgradh taobh le bóthar gnóthach. Éist go cúramach le samplaí na leanaí féin agus cuir ar a suaimhneas iad i dtaobh aon ábhar imní a bhíonn orthu.

Má mhothaímid neamhsháibháilte, is féidir linn rud éigin a dhéanamh faoi. Is féidir leat rud éigin a dhéanamh chun go mothóimis slán sábháilte arís. Pléimis anois cad ab fhéidir linn a dhéanamh ar na hócáidí seo a leanas:

(a) Chaill tú an bus abhaile ón scoil.

(b) Teastaíonn ó do chairde dul ag súgradh in aice na habhann/an bhóthair iarainn ach tá a fhios agatsa go bhfuil sé ró-chontúirteach.

(c) Tá tú scartha ó do chairde in ionad siopadóireachta mór.

(d) Tá tú ag siúl abhaile ó chluiche le do dheirfiúr óg nuair a stopann gluaisteán in aice libh agus lorgaíonn bean treoracha ort.

(e) Cailleann tú radharc ar do mhúinteoir agus ar do chairde agus tú ar thuras scoile.

Ceacht 1

Mothú na Sábháilteachta agus na Neamhsháibháilteachta

(f) Tá tú ag siúl abhaile ón siopa áitiúil nuair a thosaíonn strainséir do do leanúint.

(g) Buaileann an guthán agus tú sa bhaile i d'aonar agus cuireann guth nach n-aithníonn tú ceist ort an bhféadfadh sé/sí labhairt le d'athair nó le do mháthair.

(h) Téann tú amú agus tú ar saoire i dtír iasachta.

(i) Téann do mháthair ar an mbus/traein agus imíonn an bus de d'uireasa.

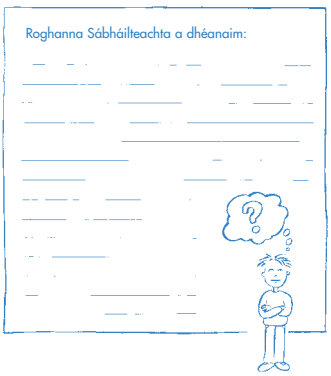
(j) Tá tú sa bhaile leat féin agus buailtear cloigín an dorais. Tá bean lasmuigh. Deir sí leat go bhfuil teipthe ar a gluaisteán agus go dteastaíonn uaithi an teileafón a úsáid.

Bain amach oiread is féidir freagraí agus cabhraigh leis na leanaí teacht ar réitigh atá sábháilte agus agus a bhfuil ciall leo. Is é aidhm an cheachta a mhúineadh do leanaí a bheith san airdeall seachas cur lena gcuid imní. Pléigh agus cuir san áireamh aon rialacha a bheadh acu ó bhaile. Ba cheart leanaí a spreagadh chun labhairt le duine fásta aon uair a mhothaíonn siad neamhsháibháilte.

Gníomhaíochtaí Leanúna - Ceacht 1

- Pléann na leanaí na réitigh shábháilte a bhaineann le (a) go (j) thuas agus ansin cruthaíonn siad gearrdhrámaí bunaithe orthu.
- Scríobh scéal nó dán faoi uair a raibh fíor - eagla ort.

Obair Bhaile: Féach ar na bileoga oibre cuí i gcomhair an cheachta seo.



Ceacht 2

Bulaíocht

Scríobh scéal/dán gairid faoi bhulaíocht agus tarraing pictiúr chun é a léiriú.

Ceacht 2

Bulaíocht

Fad Múinteoireachta (meastachán) - aon cheacht amháin 40 nóiméad

Is féidir le leanaí i rang a cúig agus i rang a sé a bheith ag fulaingt agus ina mbulaithe freisin. Is féidir leis na patrúin iompair seo leanúint ar aghaidh go dtí an iarbhunscoil. Tá sé tábhachtach ag an aois seo go dtugtar deis do leanaí na castachtaí a bhaineann le bulaíocht a phlé. San aonad seo déantar an fhadhb a chíoradh go mion. Tugtar an deis do na leanaí na scileanna sábháilteachta éagsúla a fhorbairt chun go mbeidh siad in ann déileáil le bulaíocht.

Moltaí chun iompar bulaíochta a laghdú.

- Déan polasaí úrnua scoile a leagan amach agus a chur i bhfeidhm chun dul i ngleic leis an bhfadhb.
- Faigh comhoibriú na dtuismitheoirí.
- Bunaigh struchtúr tacaíochta d'aon leanbh atá faoi leatrom.
- Bíodh Ciorcal Cainte agaibh chun comhoibriú níos fearr a chothú.
- Má bhíonn leanbh ag déanamh bulaíochta iarr air/uirthi nó ar a t(h)uismitheoirí a admháil go bhfuil a leithéid ar siúl. Cabhróidh sé seo leis/léi dul i ngleic leis an bhfadhb.

CUSPÓIRÍ

A mhúineadh do leanaí meas a bheith acu ar chairdeas.

Straitéisí sábháilteachta a thabhairt do na leanaí chun déileáil le bulaíocht.

A mhúineadh do na leanaí nach nglactar le bheith ag déanamh bulaíochta ar dhaoine eile.

Cairdeas

Cén chaoi a ndéanfá cur síos ar chara? An bhfuil cairde riachtanach? Cén fáth? Cad iad na tréithe a lorgaímid i gcairde? An ndéanaimid cairde i ngan fhios dúinn féin? An bhfuil sé éasca cara a dhéanamh? Cad a chabhródh le cairdeas a neartú? Cad a loitfeadh cairdeas? Cad iad na rudaí a thaispeánann gur cara maith tú? Conas a mbíonn a fhios agat gur cara leat duine éigin? An bhfuil sé ceart go leor cairde a athrú?

Cuir na leanaí ar a suaimhneas faoi chairde a dhéanamh agus a athrú - is gnáthchuid den saol é. Cuir béim ar an tábhacht a bhaineann le cabhair a thabhairt do dhaoine eile agus meas a bheith againn orthu.

Cad is brí le Bulaíocht?

Uaireanta éiríonn idir cairde agus tosaíonn daoine ag bulaíocht nó imrítear bulaíocht orthu. Is féidir leis seo an-eagla a chur orainn agus caithfimid go léir a chinntiú nach dtarlóidh a leithéid sin.

Bain úsáid as ceann de na scéalta seo a leanas chun tosú ar ábhar na bulaíochta.

Scéal 1

Bhí loicéad nua faighte ag mo dheirfiúr Robyn le haghaidh a breithlae. "A Robyn, a Robyn, éirigh, tá sé in am scoile," a bhéic mé. (Is mise a deirfiúr Renée, táim 9 mbliana d'aois.) Bhí sí déanach. Nuair a bhí sí imithe fuair mé a leabhar matamaitice ina seomra agus rith mé amach ina diaidh chun é a thabhairt di. Agus mé ag druidin suas le huimhir a seacht ar an tsráid s'againne chonaic mé suite ar an mballa í.

Tháinig Debbie, Jane, Jodie agus Chloe an bóthar aníos. Stop mé agus chuaigh mé i bhfolach ar chúl an bhalla. "An bhfuil sé agat?" a dúirt siad. "Tá," a d'fhreagair Robyn. "Cá bhfuil sé?" a dúirt siad agus iad á croitheadh. "Seo dhaoibh, seo dhaoibh, tógaigí é agus imigí uaim!" a dúirt sí. Ba dheacair liom é a chreidiúint. Bhí sí ag tabhairt a loicéid nua dóibh. D'imigh siad agus shuigh Robyn ansin ag gol.

Bulaíocht á himirt ar mo dheirfiúr mór! "A Robyn," a dúirt-sa. "Ná hinis do Mham ná do Dhaid faoi", a dúirt sí. "N-n-n-í inseoidh mé, ach cén fáth a bhfuil siad ag déanamh bulaíochta ort?" a d'fhiafraigh mé di. "Níl a fhios agam. Caithfidh mé dul ar scoil nó beidh mé déanach," a d'fhreagair sí. Cad a dhéanfaidh mé anois, a d'fhiafraigh mé díom féin. Táim tar éis a rá léi nach n-inseoidh mé, ach…. Lá arna mhárach tháinig Robyn abhaile agus bhí marc gorm ar a haghaidh. Dúirt sí le Mam gur leagadh í i gclós na scoile. Chuaigh mé suas chun a seomra agus bhuail mé ar an doras. "Tar isteach!" a ghlaoigh sí. "A Robyn, inis dom cad a tharla duit i ndáiríre?" a d'fhiafraigh mé di. "Bhuail siad mé, mar ní thabharfainn mo chuid airgid lóin dóibh," a dúirt sí. "Táim ag ceapadh gurbh fhearr dom an scéal a insint do Mham agus

do Dhaid," a dúirt mé. "Má dhéanann tú é sin maróidh mé tú!" a bhéic sí. "Maith go leor, Maith go leor," a d'fhreagair mé.

Bhí mé ar mo shlí chun na scoile an lá dar gcionn agus shocraigh mé súil a choinneáil uirthi. D'iarr Robyn breis airgid ar Mham ar maidin á rá go raibh breis ábhar scoile de dhíth uirthi. Bhí olc orm. "A bhulaithe móra!" a bhéic mé agus rith mé amach. Rith Robyn i mo dhiaidh ag béicíl. D'inis mé an scéal do mo mhúinteoir, Bn. Mhic Ruairí. D'inis sise an scéal do Bhn. Uí Dhubháin, an Príomhoide. Ghlaoigh Bn. Uí Dhubháin ar Debbie, Jane, Jodie agus Chloe chun a hoifige agus chuir sí fios ar a dtuismitheoirí chomh maith. Bhí siad i dtrioblóid mhór agus thug siad a bhain le Robyn ar ais di. Bhí an-áthas uirthi mar fuair sí a loicéad ar ais.

Nuair a shroicheamar baile, bhí an scéal go léir ag Mam agus bhí idir áthas agus fearg uirthi le Robyn. Bhí Robyn an-sásta gur inis mé an scéal agus ní raibh sí cantalach liom. Bhí áthas orm chomh maith mar b'fhéidir nuair a bheadh críochnaithe acu ag bulaíocht Robyn go dtosóidís ar dhuine éigin eile, mise b'fhéidir.

(Claire Lumsden, 11 bhliain d'aois)

Scéal 2

Dhúisigh P.J. agus bhí a fhios aige láithreach gur lá speisialta a bhí ann. "Ar fheabhas! Dé Sathairn! Táim chun mo sheaicéad nua a fháil sa deireadh," a dúirt sé leis féin. Léim sé as an leaba go gealchroích agus chuaigh sé síos an staighre chuig bricfeasta.

"Cé t-am a mbeidh tú sa bhaile inniu, a P.J.?" arsa a Mham leis agus í ag doirteadh amach an tae. "Beidh mé ag obair i stainnín na nglasraí go dtí a leathuair tar éis a cúig agus beidh mé ag bualadh le Seán ansin lasmuigh den phictiúrlann. Beidh sé timpeall a naoi a'chlog nuair a bheidh mé sa bhaile, déarfainn," a d'fhreagair sé. "A Dhaid, an ndéanfá mé a thiomáint sall go teach Uí Bhroin, táim ábhairín déanach," a d'fhiafraigh sé. "Ceart go leor, ceart go leor, déanfaidh mé, déanfaidh mé," a d'fhreagair sé. "Bhuel, a mhic, a chonách sin ort, tá an seaicéad seo tuillte go maith agat. Cé mhéad a chosnóidh sé arís?" a d'fhiafraigh sé. ""£98," arsa P.J. go huascánta. "Cad a dúirt tú!" a dúirt sé go hard, "£98 ar sheaicéad denim. Tá áthas orm nach mise atá ag íoc as. Cad tá mícheart le do chasóig scoile?" Chuir P.J. srian lena theanga agus d'fhreagair sé go mall, "Féach, is é atá uaim, shábháil mé airgead chuige, agus táim chun é a fháil, ceart go leor?" "Tá súil agam gur fiú é agus go dtabharfaidh tú aire mhaith dó agus an praghas atá air," arsa a mháthair go fuarchúiseach agus í ag glanadh na ngréithre den bhord.

D'imigh an t-am go tiubh agus é ag obair i stainnín na nglasraí agus tháinig uair an aoibhnis nuair a d'íoc an tUasal Ó Broin é. Shiúil sé an t-achar gairid chun an bhaile go dtí An Stuara agus é ar mhuin na muice. Sheas sé os comhair na fuinneoige agus stáin sé ar an seaicéad. "Is mór an spórt é" a dúirt sé leis féin. Isteach leis go beo agus níorbh fhada go raibh sé ag tabhairt a aghaidh síos an tsráid go postúil ina sheaicéad nua.

D'fhéach sé ar a scáil i ngach fuinneog a ndeacaigh sé tharstu. Ní raibh aon neart aige air. "Tá an saol nótálta," a dúirt sé leis féin agus é ag déanamh i dtreo na pictiúrlainne.

Nuair a chonaic P.J. grúpa mór leanaí lasmuigh den Regent tháinig beagáinín imní air agus chuir sé súil ghéar air féin féachaint an bhfeicfeadh sé Seán in aon áit mar bhí geallta ag Seán go mbuailfeadh sé leis. Thit an t-anam as nuair a chonaic sé Seán Ó Máirtín agus Tomás Breathnach, a ndroim le balla acu, agus iad ag stánadh air. "Heileo, a Ph-í-í J-é-é," a scread Tomás go magúil, "nach bhfuil do Mhamaí leat chun greim láimhe a bheith agat uirthi?" Rinne P.J. iarracht neamhaird a dhéanamh de raibh le rá aige agus chuaigh sé i dtreo dhoras na pictiúrlainne chun teacht ar Sheán. "Cá bhfuair tú an seaicéad, a Ph-í-í J-é-é? Ar ghoid tú ó do dheartháir mór é?" a bhéic Seán. "Tá sé i bhfad ró-mhór duit, níl aon oidhre ort ach abhac," arsa Tomás go magúil.

Dhearg aghaidh P.J. ar fad mar cheap sé go raibh gach duine sa scuaine ag stánadh air. Ba bhreá leis a bheith ag caitheamh a sheanchasóige neamhfheiceálaí sa tslí is go bhféadfadh sé dul i bhfolach sa tslua. D'imigh sé i dtreo oifig na dticéad ag iarraidh éalú óna chiapairí agus cheannaigh sé ticéad. "Ní leor go gcaithim cur suas leo gach lá ar scoil ach tá siad anseo chomh maith. Agus cá bhfuil Seán?"

D'fhan sé san fhorhalla go dtí go raibh gach duine imithe. Nuair a chuala sé an scannán ag tosú ghlac sé misneach agus isteach leis ina aonar. Sa leathdhorchadas chonaic sé go raibh go leor suíochán folamh ann. Rinne sé seiceáil cá raibh

siad siúd suite. Gan amhras ba thiar sa chúl a bhí siad lena gcosa ar na suíocháin os a gcomhair amach. Roghnaigh P.J. suíochán i gceartlár na pictiúrlainne áit ar mhothaigh sé sábháilte. Choinnigh sé suíochán do Sheán.

De réir mar a bhí sé ag éirí sáite sa scannán lig sé a scíth beagán agus bhí píosa gum coganta aige. Níorbh fhada go raibh dearmad glan déanta aige ar na heachtraí a tharla dó. Níorbh fhada gur bhuail an fhírinne arís é trí chic ar a shuíochán ón taobh thiar de. Nuair a chas sé bhí údar a chuid imní agus míshuaimhnis os comhair a dhá shúil. Bhí an Máirtíneach agus an Breathnach tar éis sleamhnú anuas óna n-áit féin agus bhí siad suite taobh thiar de. Tharraing sé cába a sheaicéid nua suas timpeall a mhuinéil ag iarraidh neamhaird a dhéanamh ar a raibh le rá acu. Níor stop na buillí a bhí a dtarraingt acu ar chúl a shuíocháin. Bhí sé chomh bréan sin de gur chas sé timpeall agus bhéic sé in ard a chinn agus a ghutha ar an mbeirt, "Stop é sin, nó…!" "Nó cad é?" ar Tomás go magúil siar ina chluais. Go tobann bhí solas tóirse á scalladh orthu. "Bígí ciúin," arsa an banghiolla agus tháinig deireadh leis an torann a bhí ar siúl taobh thiar de láithreach.

D'fhág P.J. an phictiúrlann go tapa an nóiméad ar chríochnaigh an scannán chun a bhus a fháil. Shuigh sé thuas an staighre sa bhus. Bhain sé a sheaicéad de mar bhí sé ró-the. Ansin chonaic sé rud éigin bán. Agus é ag féachaint ar chúl a chasóige chonaic sé go raibh sé clúdaithe le péint. Ghaibh sé chun scaoill. Bhí sé á chuimilt ar nós an diabhail ach b'obair in aisce é. "B'iad an Máirtíneach agus Breathnach a rinne é sin, bíonn siad i gcónaí ag útamáil le Tipp-ex," a dúirt sé leis féin. "Ní haon ionadh go raibh siad chomh ciúin sin nuair a d'fhág an banghiolla." Rinne sé cnapán dá sheaicéad, níorbh fhéidir leis féachaint air anois. Bhí foláireamh a mháthar ina cheann. Chuimhnigh sé go brónach ar na huaireanta crua a d'oibrigh sé chun an seaicéad seo a fháil agus a bhí curtha amú anois. Smaoinigh sé ar conas a bhainfeadh sé díoltas amach ar an Máirtíneach agus ar an mBreathnach, ach bí an iomad náire air le hinsint do dhuine éigin faoinar tharla dó. "Cad a dhéanfaidh mé?" a chnead sé leis féin, "tá gach rud loite."

(Orna Dunlevy)

Sa dá scéal rinne an té a bhí ag fulaingt a c(h)uid mothúchán a cheilt. Iarr tuairimí na leanaí orthu faoin éifeacht a bhaineann leis an gcinneadh seo. Cad iad na roghanna eile a bhí acu?

Ag Déileáil le Bulaíocht

Tá sé tábhachtach béim a chur ar an difear idir an bhulaíocht agus an gnáthchaidreamh laethúil. Cuir ina luí orthu gur féidir le hidir chailíní agus bhuachaillí a bheith bainteach le gach saghas bulaíochta.

Conas a dhéanfá cur síos ar bhulaíocht? Ba chóir cur síos a dhéanamh ar bhulaíocht mar ionsaí leanúnach (corpartha, focal nó mothúchán); mar leithcheal; mar eachtra thromchúiseach aon uaire.

Déan na rialacha sábháilteachta a thabhairt isteach agus a phlé: abair "Stop/Ní dhéanfaidh mé", imigh leat, inis do dhuine fásta iontaofa faoi, coinnigh ag insint go dtí go dtiocfaidh duine éigin i gcabhair ort. Pléigh conas a d'úsáidfí na rialacha seo ag ócáidí éagsúla bulaíochta.

Ceann de na straitéisí is féidir a úsáid in aghaidh bulaíochta is ea "Stop" a rá. De ghnáth piocann bulaithe ar dhuine níos laige ná iad féin, ar dhuine leochailleach, nó ar dhuine nach gcuirfidh ina gcoinne. Mar sin, tá sé tábhachtach go mbeifeá teanntásach agus muiníneach agus go ndéarfá "Stop" más gá. Fiú má bhíonn eagla ort i ndáiríre, is fearr a ligint ort go bhfuil tú muiníneach. Tá an-tábhacht ag baint leis an tslí ina seasaimid agus ina labhraímid. Caithfimid iompar agus gothaí na colainne a úsáid chun "Stop" a rá go héifeachtach.

Cuir comhairle ar na leanaí gur fearr uaireanta gan "Stop" a rá chun cur i gcoinne bulaithe, m.sh., más grúpa acu atá i gceist. Abair leat féin nach bhfuil an bhulaíocht tuillte agat agus ansin déan rud éigin faoi - imigh leat chomh tapa agus is féidir agus inis faoi i gcónaí. Tharlódh go mbeadh freagraí eile ag na leanaí féin. Ina measc bheadh neamhaird a thabhairt ar an mbulaí nó cabhair a lorg ar do chairde. Mínigh do na leanaí gur fadhb choitianta í an bhulaíocht agus nach gá d'aon duine náire a bheith air ina taobh.

Cuir béim ar na buntáistí a bhaineann le déileáil leis an bhfadhb seachas a bheith ag fulaingt gan aon rud a rá. Cuir i gcuimhne do na leanaí nach

gá dóibh insint do gach duine faoi má bhíonn duine éigin ag déanamh bulaíochta ort. Roghnaigh duine fásta amháin ar féidir leat muinín a bheith agat as/aisti agus inis don duine sin go príobháideach cad a tharla duit.

Rólghlacadh

Cuireann na leanaí drámaí gairide le chéile faoin mbulaíocht, ag baint úsáide as na straitéisí sábháilteachta atá acu. Tabhair deis do gach leanbh ról an 'bhulaí' agus ról an 'an té atá ag fulaingt' a ghlacadh.

Déan plé ar cé chomh maith is a d'oibrigh na rialacha sábháilteachta. Is féidir leis an 'fhulaingeoir' agus an 'bulaí' labhairt le chéile faoi conas a mhothaigh siad. Deir na leanaí eile conas a mhothaigh siadsan. An raibh luí acu leis an 'mbulaí' nó leis an 'bhfulaingeoir'?

Pléigh na cruachásanna ina mbeadh leanaí maidir le bulaíocht. Ina measc bheadh:

- An eagla a bhaineann le 'Stop' a rá le bulaí.
  - An eagla roimh dhíoltas
- Mothaíonn an fulaingeoir gur air/uirthi féin atá an locht.
  - Eagla ar an bhfulaingeoir méid na faidhbe a admháil
- Mothaíonn an bulaí gearrtha amach agus leis féin.
- Mothaíonn leanaí eile nach bhfuil aon neart acu ar an scéal.
- An deacracht a bhaineann le hinsint faoi bhulaíocht mar gur ag sceitheadh a bheidís, dar leo, nó go dtaispeánfadh sé nach féidir leis an bhfulaingeoir a t(h)alamh féin a sheasamh.
- Daoine fásta nach n-éisteann le leanaí.
  - ag insint agus duine ag tabhairt neamhaird ort.
  - ag insint agus gan aon toradh air.

Toipic eile atá tábhachtach a phlé is ea daoine fásta ag imirt bulaíochta ar leanaí. Le leanaí go raibh ansmacht imeartha orthu ag daoine fásta, caithfear an toipic seo a láimhseáil go cúramach agus í a chíoradh go mion.

Is í an riail atá againn ná - má mhothaíonn tú neamhsháibháilte de bharr duine fásta éigin is féidir leat cabhair a lorg ar dhuine fásta éigin eile; ná coimeád an fhadhb chugat féin, inis fúithi. Má bhuaileann duine éigin tú chomh láidir sin go bhfágann sé marc gorm ort is féidir leat cabhair a fháil. Tá daoine fásta timpeall ort a bhfuil cion acu ort agus a chabhróidh leat.

B'fhéidir gur mhaith le múinteoirí úsáid a bhaint as dánta ceaptha ar an ábhar chun fadhb na bulaíochta a phlé ó thaobh féachaint uirthi trí shúile an linbh ar a bhfuiltear ag déanamh bulaíochta.

Ar tharla sé duit riamh - déanann duine éigin bulaíocht ort agus ansin deir sé/sí nach bhfuil ann ach cluiche?

Cén fáth, an dóigh leat, a ndéanann leanaí áirithe bulaíocht?

Admhaigh go bhfuil an baol ann go n-imreodh aon duine againn bulaíocht ar dhuine éigin eile agus gur gnáthleanaí iad na bulaithe, ach ní bhíonn an bhulaíocht ceart riamh. Níl aon smacht againn ar conas a mhothaímid ach tá rogha againn faoi cad is féidir linn a dhéanamh faoinár gcuid mothúchán. B'fhéidir go mbeimis in éad le duine éigin agus go mbeadh fonn orainn iad a bhualadh nó a bheith olc leo. Tá roghanna againn, áfach, faoi conas a chuirimid ár gcuid mothúchán in iúl.

Déan cuid de na roghanna seo a phlé.

Sa phlé deireanach, treisigh le leanaí meas a bheith acu orthu féin agus ar dhaoine eile, agus spreag na leanaí chun a gcuid geallúintí féin a dhéanamh faoi bhulaíocht a sheachaint. Labhair faoin rang mar ghrúpa agus cabhraigh leo aitheantas grúpa a chruthú bunaithe ar chomhoibriú agus ar chairdeas.

Gníomhaíochtaí Leanúna - Ceacht 2

- Déantar póstaer faoin teideal 'Slite chun a bheith i do chara maith'.
- Déanann na leanaí plé i ngrúpaí faoin gcaoi a ndéileálfaidís le saghasanna éagsúla bulaíochta. Ansin cuireann siad drámaí le chéile agus cuireann siad ar siúl eatarthu féin iad ag léiriú conas a rinne siad déileáil

Ceacht 2

Bulaíocht

éifeachtach leis an mbulaíocht. Bíodh ar a laghad cúigear leanaí agat i ngach ngrúpa - an ‘bulaí’, an ‘fulaingeoir’, an ‘lucht féachana’ agus an ‘duine fásta iontaofa’.

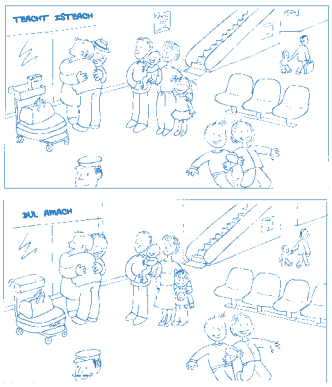
Obair Bhaile: Féach ar na bileoga oibre cuí i gcomhair an cheachta seo.

Scríobh scéal/dán gairid faoi bhulaíocht agus tarraing pictiúr chun é a léiriú.

Ceacht 3

Teaghmháil Coirp

Taispeánann daoine cion uaireanta agus iad ag beannú dá chéile.
Féachann na pictiúir cosúil le chéile ach an féidir leat dhá rud déag atá difriúil eatarthu a aimsiú.



Ceacht 3

Teaghmháil Coirp

Fad Múinteoireachta (meastachán) - Dhá cheacht 30 nóiméad

Sa chuid seo pléann na leanaí an gá atá againn go léir le teagmhálacha coirp atá oiriúnach agus sábháilte. Cleachtaíonn siad a gcearta a bhaint amach ó thaobh a gcuid teorainneacha pearsanta agus a gcuid spás coirp. Tá sé tábhachtach a mhúineadh do leanaí ag an aois seo go mba chóir dóibh meas a bheith acu ar lánpháirtíocht coirp dhaoine eile. Déantar an teachtaireacht gur féidir le leanaí insint i gcónaí faoi theagmháil coirp a chuireann isteach orthu nó a chuireann imní orthu a threisiú.

CUSPÓIRÍ

Leanaí a spreagadh chun taitneamh a bhaint as gnáthchion agus meas a bheith acu air.

A mhúineadh do na leanaí nár cheart d'aon duine iachall a chur orthu teaghmháil coirp a choimeád faoi cheilt riamh.

A mhúineadh do leanaí conas déileáil le teaghmháil coirp nach bhfuil cuí.

Teagmháil coirp a thaitníonn linn/nach dtaitníonn linn

Taispeáin pictiúr nó postaer de bháibín do na leanaí. Déan riachtanais leainín a phlé leis na leanaí. Déan tagairt don ghá atá ag an leainín le cion.

Mura mbeirtear barróg ar an leainín riamh nó mura mbíonn sé/sí riamh i mbaclainn duine éigin, cén tionchar a bheadh aige seo ar an mbáibín? Cuimhnigh ar na slite éagsúla ina dtaispeánaimid cion atá againn ar ár dteaghlaigh agus ár gcairde, mar shampla, póigín a thabhairt do Mham nó do Dhaid roimh dhul a chodladh, barróg a bhreith ar d'uncail, do lámh a chur ar dhroim do chara nuair a fhaigheann sí scór i gcluiche.

Léiríonn teaghmháil coirp an cion atá againn ar a chéile ach tá tadhaill choirp eile ann nach dtaitníonn linn. Iarr samplaí orthu de theagmháil coirp nach dtaitníonn leo. Cabhraigh leis na leanaí a gcearta a bhaint amach maidir le teorainnacha pearsanta agus spás coirp. Is féidir puipéid a úsáid. Mura bhfuil puipéid sa rang is féidir leis na leanaí iad a dhéanamh dóibh féin. Beidh mála páipéir agus rudaí chun é a mhaisiú ag teastáil ó gach leanbh. Bain úsáid as na puipéid chun na hócáidí seo a leanas a dhrámú. Treisigh go bhfuil sé de cheart acu "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá le teaghmháil coirp nach dtaitníonn leo.

- Abair go mbíonn bulaí de shíor do do bhrú anonn is anall.
- Abair go gcuireann d'aintín nó d'uncail cigilt ró-chrua ionat.
- Abair go dteastaíonn ó do Mham nó ó do Dhaid greim láimhe a bheith aici/aige ort fós agus tú ag gabháil síos an tsráid agus nach dtaitníonn sé seo leat a thuilleadh.
- Abair go mbíonn do dheartháir nó do dheirfiúir i gcónaí ag baint sceapóg asat.

Tá sé tábhachtach idirdhealú a dhéanamh idir teaghmháil coirp nach dtaitníonn leo agus scrúdú banaltra nó dochtúra orthu. Mínigh dóibh go mbíonn ar na daoine fásta seo teagmháil a dhéanamh linn uaireanta i slí nach maith linn chun sinn a choimeád slán agus glan.

Ba cheart don mhúinteoir a chur i gcuimhne do na leanaí nár cheart dóibh cur isteach ar spás coirp dhaoine eile trí theagmháil a dhéanamh leo i slí nach maith leo nó i slí a chuireann eagla orthu.

Teaghmháil coirp neamhsháibháilte

Iarr samplaí ar na leanaí de thadhaill choirp a chruthódh mothú na neamhsháibháilteachta iontu

- Abair gur tharraing duine éigin cic ort d'aon ghnó agus tú ag súgradh i gclós na scoile.
- Abair go mbíonn deartháir Phóil, atá níos sine ná é, ag tabhairt buille dó nuair nach mbíonn a Mhamaí nó a Dhaidí ann.
- Abair go mbíonn an buachaill atá suite in aice leat sa rang de shíor ag baint sceapóige as do ghéag nuair nach mbíonn an múinteoir ag féachaint, cad ab fhéidir leat a dhéanamh?
- Abair go mbuaileann duine fásta tú chomh láidir sin go bhfágann sé marc gorm ort.

Rólghlacadh

Déanann na leanaí rólghlacadh ag baint úsáide as na rialacha Bí Sábháilte, abair "Stop/Ní dhéanfaidh mé", imigh leat agus inis do dhuine éigin faoi, chun déileáil go héifeachtach lena leithéid d'ócáidí.

Abair gur duine fásta a n-airíonn tú contúirt uaidh. Cad is féidir leat a dhéanamh faoi? Is féidir cabhair a lorg ar dhuine fásta eile. Treisigh nach bhfuil sé de cheart ag aon duine mothú neamhsháibháilte a chothú iontu.

Teaghmhálacha Mí-oiriúnacha

Tabhair faoi deara: Má tá na hainmneacha cearta foghlamtha ag na leanaí do na codanna príobháideacha den chorp sna ceachtanna OCG, bí cinnte go n-úsáidfear an téarmaíocht chéanna sa cheacht seo.

Mínigh do na leanaí go bhfuil tadhaill choirp ann a d'fhéadfadh mearbhall a chur orthu. Bain úsáid as an scéal seo a leanas chun plé ar thadhaill mhí-oiriúnacha a thosú.

Scéal

Tá Cáit dhá bhliain déag d'aois. Tá cónaí uirthi faoin tuath lena máthair agus a hathair agus lena deartháir óg, Micheál. Tá leath-mhíle idir iad féin agus na comharsana is cóngaraí dóibh, ach is annamh a bhíonn uaigneas ar Cháit. Bíonn rud éigin ag tarlú ar an bhfeirm i gcónaí agus is é Micheál an cara is fearr atá aici. Is breá leo beirt na capaill agus is fada leo go mbeidh siad fásta suas agus go mbeidh post ceart acu ag obair leis na capaill. Dé Máirt an lá is fearr leo mar téann siad chuig ranganna marcaíochta capall díreach i ndiaidh na scoile.

Thosaigh fadhb Cháit nuair a tháinig teagascóir nua chun na scoile. Keith ab ainm dó. Bhí sé níos cairdiúla le Cáit ná le daoine eile agus gheall sé di go dtabharfadh sé cabhair bhreise di ag cur an chapaill ag léim. Bhí ríméad ar Cháit toisc gur tháinig feabhas uirthi ó tháinig Keith chun na stáblaí. Thosaigh sé ag rá léi cé chomh maith is a bhí sí le capaill agus cé chomh speisialta is a bhí sí dósan. Tháinig sé an-chóngarach di agus phóg sé ar a beola í. Ansin rinne sé iarracht a lámh a leagadh ar a codanna príobháideacha. Ní raibh a fhios ag Cáit cad ba cheart di a dhéanamh. Bhí idir eagla agus náire uirthi. Dúirt Keith gur rún eatarthu a bheadh ann. Ní dhearna Cáit ach scaoileadh leis an scuab agus rith sí.

Ar feadh roinnt Máirteanna ina dhiaidh sin lig Cáit uirthi nár bhraith sí ró-mhaith agus chuaigh Micheál go dtí na ceachtanna leis féin. Bhraith Cáit na ceachtanna uaithi go mór agus cheap sí gur bhraith a capall, Sandy, Cáit uaithi chomh maith. Bhí sí brónach agus níorbh fhéidir léi mórán a ithe. Ar deireadh d'fhiafraigh Micheál di cad a bhí mícheart léi. Ar dtús, níor theastaigh ó Cháit a insint dó ach faoi dheireadh d'éirigh le Micheál an scéal a fháil uaithi. Chomh luath is a chuala Micheál scéal Cháit rug sé barróg uirthi agus dúirt sé "Inseoimid do Mham agus do Dhaid faoi láithreach agus réiteoidh siad an scéal." Sin díreach a tharla. D'inis Micheál agus Cáit faoi do Mham agus do Dhaid agus chuir siad iachall ar úinéir an stábla an scéal a réiteach. Tá Cáit agus Micheál ar ais arís ag baint taitnimh as na ceachtanna. Cuimhníonn siad ar an riail - ná coimeád teaghmháil coirp riamh faoi cheilt.

Cé air a bhí an locht? Cáit?

An raibh an ceart ag Cáit an scéal a insint do Mhicheál? Cén fáth dar leat an raibh sé deacair ar Cháit insint faoi?

Cuir i gcuimhne do na leanaí nach dtagann daoine eile i dteagmháil lena gcodanna príobháideacha de ghnáth, mura mbíonn siad tinn. Má dhéanann aon duine teagmháil lena gcodanna príobháideacha agus má iarrann siad orthu é a choimeád faoi cheilt, is féidir leo insint faoi.

Níor cheart d'aon duine a iarraidh ort teaghmháil coirp a choimeád faoi rún. Cuimhnigh go bhfuil sé de cheart agat mothú slán. Is é an riail atá againn ná nach gcoimeádaimid teaghmháil coirp faoi cheilt riamh. Oibríonn an riail seo i ngach áit - sa bhaile, ar scoil, sa linn snámha, ar an mbus.

- Abair go leagann duine éigin lámh ar do chodanna príobháideacha agus go dtagann mearbhall cinn ort, cad is féidir leat a dhéanamh faoi?
- Abair go dteastaíonn ó bhuachaill atá níos sine ná tú féin teagmháil a dhéanamh le do chodanna príobháideacha agus go ndéanann sé bagairt ort gan aon rud a rá le haon duine.
- Abair go ndéanann strainséir milseáin a thairiscint duit má dhéanann tú teagmháil lena chodanna príobháideacha.
- Abair go dteastaíonn ó bhean a bhfuil aithne agus cion agat uirthi teagmháil a dhéanamh le do chodanna príobháideacha agus go ndéanann sí bagairt ort é a choimeád faoi rún.

Seo iad na rialacha is féidir leat a leanúint.

- **Abair "Stop"/"Ní dhéanfaidh mé"**
- **Imigh leat**
- **Inis do duine fásta éigin faoi.**
- **Lean ort ag insint go dtí go dtiocfaidh duine éigin i gcabhair ort.**

Fiafraigh de na leanaí cad a cheapann siad de na rialacha sin. Tá sé tábhachtach nach mbraitheann na leanaí go bhfuil teipthe orthu murar féidir leo a bheith teanntásach agus "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá, mar i ndáiríre, tá leanaí beag agus bíonn lucht na mí-úsáide mór agus cumhachtach. Is féidir leis an múinteoir na leanaí a spreagadh chun "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá leo féin ina gceann, áfach. Treiseoidh sé seo an teachtaireacht nach orthu féin atá an locht.

Ceacht 3

Teaghmháil Coirp

Cuimhnigh gur leat féin do chorp; níl sé de cheart ag aon duine teagmháil a dhéanamh leat i slí go mbraitheann tú neamhshábhailte dá bharr nó a chuireann imní ort. Tharlódh go mbeadh sé deacair "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá toisc breabanna nó bagairtí a bheith i gceist, agus uaireanta tharlódh go mbeadh sé contúirteach fiú a leithéid a dhéanamh. Tharlódh nach nbeifeá in ann imeacht, ach is féidir leat insint do Mham nó do Dhaid nó do dhuine fásta iontaofa faoi, fiú má bhíonn geallúint déanta agat go gcoimeádfaidh tú faoi rún é.

Sa scéal faoi Cháit, ba dhuine nach raibh aithne ró-mhaith aici air a chuir mearbhall agus mothú na neamhshábháilteachta uirthi. Abair gur dhuine go raibh aithne mhaith aici air/uirthi a bhí ann, an bhféadfadh sí na rialacha sábháilteachta céanna a úsáid? Cinnte d'fhéadfadh. Má iarrann duine éigin ort teaghmháil coirp a choimeád faoi rún ba cheart duit na rialacha sábháilteachta a úsáid fiú más duine é/í a bhfuil aithne mhaith agat air/uirthi, fiú más ball de do theaghlach é/í. Cé mhéad agaibh a cheapann go bhféadfá trioblóid a tharraingt ort féin trí "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá le duine fásta? Uaireanta is ceart agus is cóir "Stop"/"Ní dhéanfaidh mé" a rá le duine fásta

Iarr ar na leanaí liosta ócáidí a thabhairt duit nuair is cuí "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá le duine fásta. I measc na samplaí bíodh duine fásta ag iarraidh ar leanbh rud éigin atá dáinséarach nó mícheart a dhéanamh nó rud éigin nach bhfuil ceadaithe ag Mamaí nó ag Daidí.

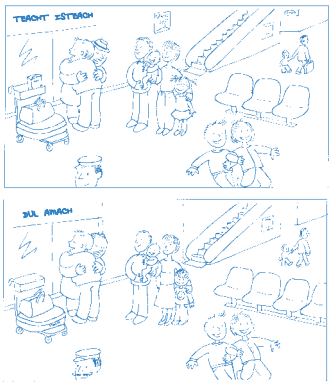
Tabhair orthu a aithint idir "Ní dhéanfaidh mé" a rá le rud atá contúirteach, mícheart nó mí-oiriúnach agus "Ní dhéanfaidh mé" a rá le dul a chodladh, le hobair bhaile a dhéanamh nó le cabhrú le Mamaí nó le Daidí sa teach. Cuir béim ar an tábhacht a bhaineann le "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá chun iad féin a choinneáil slán.

Gníomhaíochtaí Leanúna - Ceacht 3

- Baineann na leanaí úsáid as puipéid chun cleachtadh a dhéanamh ar "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá le teaghmháil mí-oiriúnach.
- Déan tionscnamh ranga faoin gcaoi a mbeannaíonn daoine dá chéile.

Obair Bhaile: Féach ar na bileoga oibre cuí i gcomhair an cheachta seo.

Taispeánann daoine cion uaireanta agus iad ag beannú dá chéile.
Féachann na pictiúir cosúil le chéile ach an féidir leat dhá rud déag atá difriúil eatarthu a aimsiú.



Ceacht 4

Rúin agus Ag Déanamh Scéala

Déan liosta de roinnt de na daoine fásta a bhféadfá é a insint dóibh dá mbeadh fadhb agat agus léirigh nó scríobh faoi ócáid a mbeadh ort cabhair a lorg.

Ceacht 4

Rúin agus Ag Déanamh Scéala

Fad Múinteoireachta (meastachán) - Ceacht amháin 40 nóiméad

Braitheann lucht na mí-úsáide ar rúndacht, ar bhagairtí agus ar bhreabanna. Tá sé rí-thábhachtach i gcomhair chur i bhfeidhm an chláir a mhúineadh do leanaí conas, cathain agus cé dó is ceart insint. Cuirtear i gcuimhne do leanaí ag an aois seo cé go bhfuil siad ag éirí níos sine agus níos neamhspleáí, go bhfuil sé fós ceart go leor cabhair a lorg.

CUSPÓIRÍ

Cabhrú leis na leanaí a thuiscint nár cheart aon náire a bheith orthu má bhíonn aon fhadhb acu agus gur féidir leo cabhair a lorg.

Deis a thabhairt do na leanaí cuimhneamh cé dó/di a d'inseoidís agus a mhúineadh dóibh conas an insint a dhéanamh go héifeachtach.

Rúin atá go maith/nach bhfuil go maith

Fiafraigh de na leanaí cad é an difríocht idir rúin atá go maith agus rúin nach bhfuil. I measc samplaí de rúin atá go maith bheadh: ábhar iontais deas, cóisir gan choinne, turas gan choinne go dtí áit éigin atá speisialta. I measc samplaí de rúin nach bhfuil go maith bheadh: bulaíocht, gadaíocht, iachall a bheith ort rud éigin atá mícheart a dhéanamh, caitheamh tobac, drugaí a thriail, duine éigin ag iarraidh ort teaghmháil coirp a choimeád faoi rún.

Inniu táimid chun labhairt faoi insint. Táimid ag éirí níos neamhspleáí agus níos muiníní ach ní féidir linn i gcónaí ár gcuid fadhbanna a réiteach linn féin. Tá sé ceart go leor cabhair a lorg má bhíonn fadhb agat. Cé acu de na hócáidí seo a leanas an mbeadh sé tábhachtach insint? Sa chás go socraíonn tú insint, roghnaigh an duine ab fhearr chun insint dó. Mura n-éisteoidh an duine a bheadh roghnaithe agat, cad is féidir leat a dhéanamh?

- Tá tú buartha faoi do chuid scrúduithe.
- Tá daltaí eile sa rang ag piocadh ort an t-am go léir ó thosaigh tú i rang a cúig.
- Rinne strainséir marcaíocht abhaile a thairiscint duit agus tháinig fearg air/uirthi nuair a dhiúltaigh tú dó/di.
- Rinne fear a bhfuil aithne agat air teagmháil le do chodanna príobháideacha. "Ní gá duit insint do Mham agus do Dhaid faoi seo mar tá sé insithe agam faoi cheana féin," a dúirt sé. Dúirt tusa "Stop/Ní dhéanfaidh mé" agus rinne sé bagairt ort.
- Bíonn do chara ag gol an iomad ach ní inseoidh sí duit cad atá mícheart léi.
- Bhuail dalta isteach ionat trí thimpist agus tú ag dul isteach sa seomra ranga.
- Bhí tú istigh i leithreas poiblí agus rinne fear a bhí in aice leat iarracht teagmháil a dhéanamh le do chodanna príobháideacha.
- Tá imní ort faoi dhul go dtí an iarbhunscoil. Chuala tú go n-imrítear bulaíocht ar dhaltaí na céad bliana go minic.
- D'iarr cara do mháthar ort rud a bhí mícheart a dhéanamh agus rinne tú é mar bhí eagla ort "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá.
- Bíonn duine éigin i gcónaí ag labhairt leat ar bhealach go mothaíonn tú go hainnis mar gheall ort féin ina dhiaidh.

Rólghlacadh

Déanann na leanaí rólghlacadh ag insint faoi roinnt de na hócáidí thuasluaite.

Ag insint

Fiafraigh de na leanaí cad iad na cúiseanna nach mbeadh sé éasca orthu insint. I measc na bhfreagraí bheadh: náire, ciontacht, bagairtí, breabanna, eagla ar leanaí go gcuirfí an milleán orthu, eagla ar leanaí nach gcreidfí iad, eagla ar leanaí a insint toisc riail a bheith briste acu féin. Tá sé tábhachtach go dtuigeann leanaí nach bhfuil sé riamh ró-dhéanach insint má bhíonn aon fhadhb acu. Cuir ina luí orthu nach orthu féin atá an locht mura bhfuil inste acu fós; is féidir leo insint nuair atá siad réidh chuige. Mínigh dóibh gur cuma cén saghas faidhbe atá acu go mbeadh duine fásta ann i gcónaí a bheadh in ann cabhrú leo.

Is féidir le leanaí a bhfuil fadhb acu insint do chara leo ar dtús. Tá sé tábhachtach a mhúineadh do leanaí comhairle a chur ar chairde, a insíonn dóibh, cabhair a lorg ar dhuine fásta. Is féidir le cairde cabhrú lena chéile chun insint a dhéanamh.

Scéal

Bhí Máire déanach don chleachtadh le haghaidh an chluiche corr. Ní raibh sí in ann a héadaí aclaíochta a fháil agus chaith sí an-chuid ama á lorg. Bhí cóngar chun na páirce trí thalamh fásta. Tugadh rabhadh di na céadta uair gan dul in aon ghar don fhásach sin. Ach inniu bheadh Iníon Uí

Dhonnchú ag roghnú na foirne don léig agus bhí sí meáite bheith ar an bhfoireann. Chuaigh sí sa seans agus d'imigh sí léi tríd an bhfásach. Bhí sí nach mór ar an taobh eile nuair a stop fear éigin í. Dúirt sé léi go raibh sí istigh ar thalamh dhuine éigin eile agus bhagair sé na gardaí uirthi mura rachadh sí leis. Bhí scanradh an domhain uirthi. "Níl le déanamh anois agam ach rith" ar sise léi féin. Agus í ag rith thairis rug sé greim ar a casóg. Stróic an chasóg agus d'éirigh léi éalú.

Dá mba tusa Máire conas a mhothófá faoin scéal a insint? Cé dó a n-inseofá é? Cathain a d'inseofá é? Cad a dhéanfá mura n-éisteodh an chéad duine leat?

Déan an rang a roinnt i ngrúpaí de sheisear. Scríobhann gach grúpa scéal faoi mhuinín. Ansin léann dalta amháin as gach grúpa an scéal don rang ar fad.

Lean é seo le plé a dhéanamh ar cad is muinín ann. Conas a thuill siad muinín a dtuismitheoirí, a múinteoirí agus a gcairde? Cén fáth an mbíonn muinín againn as daoine áirithe agus nach mbíonn as daoine eile? Cabhraigh leis na leanaí daoine iontaofa ina saol a ainmniú.

Pléigh an chúis gur chóir dóibh insint faoi fhadhbanna éagsúla, m.sh. fadhb ar scoil, fadhb shláinte, fadhb bhulaíochta nó fadhb a bhaineann le teagmháil coirp mí-oiriúnach.

Ó aois an-óg iarrtar orainn gan sceitheadh ar dhaoine agus de réir mar a théimid in aois bímid níos dílse dár gcairde agus ní bhíonn fonn orainn sceitheadh orthu. Treisigh gur thréith inmholta i nduine í an dílseacht ach mínigh an difríocht idir "Sceitheadh", "Loiceadh", "Insint Scéalta" agus insint chun iad féin a choimeád sábháilte. Iarr ar na leanaí smaoineamh ar go leor focal a chuireann síos ar na saincheisteanna agus na mothúcháin atá i gceist.

Tá sé tábhachtach chomh maith cead a thabhairt do na leanaí a n-intinn a athrú.

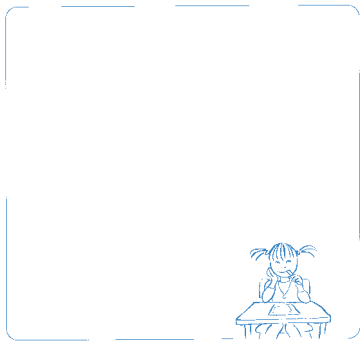
- Abair gur iarr do chara ort páirt a ghlacadh i gcluiche. D'aontaigh tú ach ansin thuig tú nach cluiche a bhí ann ach iad ag déanamh bulaíochta ar leanbh eile.
- Abair gur thosaigh tú ag caitheamh tobac in éineacht le do chairde. Cheap siad go leanfá ort ag caitheamh ach ní raibh tusa ag iarraidh sin a dhéanamh.
- Abair gur aontaigh tú ar chluiche a imirt le duine fásta ach ansin bhí teagmháil choirp mar chuid den chluiche agus níor theastaigh uait an cluiche a imirt a thuilleadh.

Gníomhaíochtaí Leanúna - Ceacht 4

- Lig ort gur tusa Máire sa scéal. Déan rólghlacadh ag insint do dhuine fásta faoinar tharla duit.
- Scríobh scéal faoi bhuachaill nó cailín a raibh orthu fadhb a shárú. Déan cur síos ar conas ar éirigh leis/léi é sin a dhéanamh.
- Déan liosta de dhaoine ar féidir leat brath orthu. Abair cén fáth go bhfuil muinín agat astu i dtaobh gach ainme. Déan liosta de dhaoine ar féidir leo brath ort.

Obair Bhaile: Féach ar na bileoga oibre cuí i gcomhair an cheachta seo.

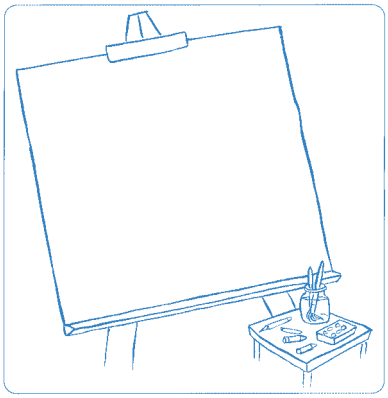
Déan liosta de roinnt de na daoine fásta a bhféadfá é a insint dóibh dá mbeadh fadhb agat agus léirigh nó scríobh faoi ócáid a mbeadh ort cabhair a lorg.



Ceacht 5

Strainséirí

Déan póstaer a dhearadh chun cur i gcuimhne duit féin agus do do cháirde conas a bheith sábháilte.



Fad Múinteoireachta (meastachán) - Ceacht amháin 40 nóiméad

Sa cheacht seo spreagtar na leanaí chun plé a dhéanamh ar na rialacha a úsáideann siad maidir le strainséirí. Déanann siad machnamh féachaint an bhfuil orthu na rialacha seo a athrú nó a leasú anois toisc iad a bheith níos sine agus go bhfuil gach cosúlacht ann go mbeidh siad amuigh leo féin níos minicí. Múintear dóibh conas déileáil go teanntásach le strainséirí.

CUSPÓIRÍ

Na rialacha sábháilteachta a bhaineann le strainséirí a threisiú.

A chur ar chumas na leanaí déileáil go héifeachtach le strainséirí.

Téigh siar ar obair atá déanta go dtí seo faoi strainséirí.

Seo anois scéal faoi leanaí ar tháinig strainséirí chucu.

Scéal

Bhí Pól agus Stiofán faoin mbaile Satharn áirithe. Bhí caifé acu i mBurger King agus agus ansin chuaigh siad chun féachaint ar dhlúthdhioscanna. Bhí an CD ba dhéanaí tagtha isteach. Ansin tháinig fear éigin chucu. Bhí sé timpeall cúig bliana fichead agus bhí sé an-ard agus leathan go leor. Bhí sé ag caitheamh jeans agus bhí seaicéad nótálta air, chomh maith le crios leathair a raibh scríbhinn air agus búcla airgid uirthi. Bhí cuma bhreá air. Chonaic sé Pól agus Stiofán ag stánadh go cíocrach ar an CD. "CD maith é sin, nach ea?" ar seisean. D'aontaigh Pól agus Stiofán leis. "Cén fáth nach bhfuil sibh á cheannach?" a d'fhiafraigh an fear. "Ba bhreá linn, ach…." arsa Pól, "Níl aon airgead againn ach praghas an bhus abhaile" arsa Stiofán. "Ná bac sin," arsa an fear, "gheobhaidh mise daoibh é."

Bhí a fhios go maith ag Pól agus Stiofán nár cheart dóibh bronntanais a ghlacadh ó strainséirí, ach ba chás ar leith é seo; ba é seo an CD ab fearr ar domhan. "Ó ní fhéadfaimis…," arsa Pól agus cuma ar a ghuth gur bhreá leis an CD a fháil. "Á tóg é," arsa an fear, "ní faic domsa é. "Bhuel, más cuma leat" arsa na buachaillí, ag féachaint ar a chéile go háthasach

Cheannaigh an fear CD an duine dóibh. Bhí ríméad orthu agus ghabh siad buíochas leis arís agus arís eile. "Ní faic é," arsa an fear, agus bhí píosa eile comhrá acu mar gheall ar an mbanna ceoil. Ansin dúirt an fear, "Ó, táim díreach tar éis cuimhneamh go gcaithfidh mé dul go dtí cóisir anois, ar mhaith libh teacht liom?"

Tháinig eagla ar Phól agus ar Stiofán ag an bpointe seo. Bhí cuma an-dáiríre ar an bhfear nuair a dúirt sé an méid sin faoi mar ba dhóigh leat gur mhór aige dá rachaidís leis. "Níor mhaith ," ar siad go cinnte. Tháinig fearg air. "Féach, táim tar éis CD a cheannach daoibh, caithfidh sibh teacht chun na cóisire in éineacht liom."

Bhí an-eagla ar Phól agus ar Stiofán anois ach dúirt siad arís "Ní rachaimid leat." Ansin dúirt an fear, "Bhuel, mar sin, is féidir libh na CDanna a thabhairt ar ais dom. Nílim chun CDanna a cheannach do dhaoine atá chomh míbhuíoch sin nach rachadh siad chuig cóisir liom."

D'fhéach na buachaillí ar a chéile, agus thuigeadar gurbh fhearr dóibh na CDanna a thabhairt ar ais. Chaith siad an mála leis an bhfear agus rith siad amach as an siopa agus rith siad i measc na sluaite a bhí ar an tsráid. Bhí siad in aiféala gur chaill siad na CDanna ach bhíodar sásta gur éirigh leo éalú ón bhfear.

Cad a dhéanfadh sibh dá mba sibhse Pól agus Stiofán?

Rialacha Sábháilteachta

Pléigh na rialacha a tugadh do na páistí maidir le dul go dtí áiteanna, m.sh. go dtí na siopaí, go dtí an leabharlann, go dtí an linn snámha.

Cad ab fhéidir leat a dhéanamh dá gcothódh stráinséir mothú neámhsháibháilte ionat agus tú amuigh leat féin? D'fhéadfá "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá, imeacht leat agus insint faoi.

Tharlódh go gceapfadh leanaí áirithe go bhfuil sé drochbhéasach "Stop/Ní dhéanfaidh mé" a rá le strainséir nó neamhaird a thabhairt air/uirthi. Mínigh dóibh go bhfuil sé ceart go leor a bheith mar seo chun iad féin a choimeád slán sábháilte.

Iarr ar gach leanbh a rialacha sábháilteachta féin a bhaineann le strainséirí a scríobh amach, le cabhair an mhúinteora. Cuireann na leanaí drámaí gairide le chéile ansin ag baint úsáide as na rialacha seo. Iarr orthu samplaí de shaghasanna éagsúla strainséirí a úsáid sna samplaí, m.sh. leanbh níos

sine, lánúin, bean, fear, déagóir, fir/mná.

Iarr ar na leanaí samplaí a thabhairt duit d'ócáidí nuair a rinne siad roghanna sábháilte. Cuimhnigí anois ar a ndéanfadh sibh sna hócáidí seo a leanas.

1. Rinne duine éigin nach raibh aithne agat uirthi marcaíocht abhaile a thairiscint duit. Dhiúltaigh tú di agus dúirt sí go raibh tú drochbhéasach agus míbhuíoch.
2. Tá tú ar an mbus nó ar an traein mhí-cheart.
3. Tugann d'uncail go dtí cluiche tú agus téann sibh amú ar a chéile.
4. Deir buachaill atá níos sine ná tú féin agus a bhfuil aithne agat air go dtabharfaidh sé cluiche físe duit má théann tú abhaile leis.

Gutháin: Ba cheart go mbeadh na leanaí in ann gutháin phoiblí a úsáid idir ghutháin airgid agus ghutháin cárta mar réamh-aire sábháilteachta eile.

Treisigh:

1. **Ná téigh in aon áit le strainséir.**
2. **Ná glac go deo le haon rud ó strainséir.**

An gciallaíonn sé sin gur drochdhaoine iad strainséirí? Ní chiallaíonn, ciallaíonn sé nach bhfuil aithne agat orthu. Mar sin ná téigh go deo in aon áit le duine nach bhfuil aithne agat air/uirthi agus ná glac go deo le haon rud uaidh/uaithi nuair a bhíonn tú leat féin nó le do chairde.

- Abair go bhfuil aithne agat ar an duine a dhéanann tairiscint de rud éigin duit nó a iarrann ort dul leis/léi. Cad a dhéanfá ar na hócáidí seo a leanas
- Abair gur thug do chomharsa béal dorais cuireadh duit dul isteach sa teach i gcomhair deoch cóic.
- Abair go gcuireann cailín atá níos sine ná tú ceist ort ar mhaith leat a coileán nua a fheiceáil.
- Abair go n-iarrann athair do chara ort dul ag snámh leis.
- Abair go bhfiafraíonn an bhean ó na stáblaí síos an bóthar díot ar mhaith leat dul ag féachaint ar na capaillíní.
- Abair go n-iarrann fear ar do shráid ort dul isteach ina theach chun féachaint ar fhístéip peile.

Mínigh dóibh gurb é an rogha sábháilteachta sna hócáidí seo ar fad é a chinntiú ar dtús le Mam nó le Daid nó le cibé duine fásta atá i bhfeighil orthu.

Rólghlacadh

Déanann na leanaí rólghlacadh ag déileáil leis na hócáidí thuasluaite.

Le cúpla seachtain anuas bhíomar ag caint ar shábháilteacht. Agus tú ag cuimhneamh ar an méid atá foghlamtha agat sa chlár Bí Sábháilte, cad a dhéanfá ar na hócáidí seo a leanas?

- Tá roinnt de do chairde ranga ag déanamh bulaíochta ar bhuachaill nua agus teastaíonn uathu go mbeadh páirt agat sa scéal.
- Tá tú ag geataí na scoile nuair a bheireann beirt leanbh greim ar do mhála agus caitheann siad a bhfuil istigh ann amach i lochán uisce.
- Déanann duine éigin go bhfuil cion agus aithne agat air/uirthi teaghmháil le do chodanna príobháideacha agus déanann siad bagairt ort é a choinneáil faoi rún.
- Tá tú sa bhaile leat féin nuair a thagann duine chun an dorais le pacáiste. Níl súil agat le haon duine.
- Teastaíonn ó chara do dhearthár mhóir go ngoidfeá milseáin ón siopa.
- Tá an cara is fearr atá agat tar éis a rá leat go bhfuil comharsa léi ag déanamh teagmháil léi i slí a chuireann an-eagla uirthi. Dúirt sí leat é a choimeád faoi rún ach tá a fhios agat go bhfuil an-imní uirthi.
- Tá grúpa leanaí i do rang de shíor ag tabhairt ainmneacha ar chailín eile agus uaireanta bíonn siad á brú anonn is anall. Bhí tusa i bpáirt leo uaireanta.
- Agus tú ag an siopa áitiúil iarrann tiománaí veain ort cabhair a thabhairt dó chun earraí a thógaint ón veain. Tá sé páirceáilte os comhair an tsiopa nuachta agus tá go leor daoine thart.
- Tá duine ag scaipeadh ráflaí fút nach bhfuil fíor.
- Tá do cholcheathrar ag caitheamh do T-léine nua agus níor iarr sé cead ort.
- Tá a fhios agat go bhfuil do dheirfiúr óg ag caitheamh tobac ach níl a fhios agat cad ba cheart duit a dhéanamh faoi.
- Bíonn do chara de shíor ag gol. Bhí súil léi dubh an tseachtain seo caite.

Pléigh na freagraí cuí ar na hócáidí thuasluaite. Fiafraigh den rang cén choimhlint nó cén cruachás a bhaineann le gach cás.

Gníomhaíochtaí Leanúna - Ceacht 5

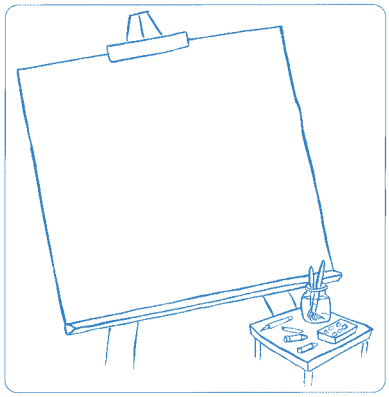
- Pléigh na rialacha a bhaineann le strainséirí le duine éigin sa bhaile agus scríobh amach ansin iad.
- Déan liosta de na hamanna a ndearna tú roghanna sábháilteachta.
- Cuireann an rang cairt ar chearta leanaí le chéile.

Obair Bhaile: Féach ar na bileoga oibre cuí i gcomhair an cheachta seo.

Teastas

Déan Teastas Bí Sábháilte a bhronnadh ar gach leanbh ag deireadh na gceachtanna Bí Sábháilte.

Déan póstaer a dhearadh chun cur i gcuimhne duit féin agus do do chairde conas a bheith sábháilte.



Seiceáil Foghlama

Ag Réiteach Fadhbanna.

1. Tá roinnt leanaí ó rang a sé ag déanamh bulaíochta ar Jason. Tá eagla air insint faoi mar ceapann sé nach gcreidfear é. Bíonn Jason i dtrioblóid leis na múinteoirí go minic mar ní dhéanann sé a chuid oibre agus briseann sé na rialacha. Iarr ar an rang teacht ar réiteach ar chás Jason.
2. Bhí athair chara Mháire an-deas léi i gcónaí agus thaitin sé go mór le Máire. Ach anois toisc go bhfuil sí ag fás suas rinne sé iarracht teagmháil a dhéanamh léi i slí a chuireann míchompord uirthi. Tá geallta aici dó nach n-inseoidh sí d'aon duine faoi. Cad is féidir le Máire a dhéanamh?
3. Bhí Seán sa bhaile leis féin. Bhí a Mham agus a Dhaid imithe ag siopadóireacht ach níor theastaigh ó Sheán dul leo. Ní raibh siad ach imithe cúpla nóiméad nuair a bualadh cloigín an dorais. Bhí fear nach raibh aithne ag Seán air ag an doras tosaigh. Pléigh cad ba cheart do Sheán a dhéanamh.

Déanann na leanaí rólghlacadh ag iarraidh na fadhbanna thuasluaite a réiteach i gceart.

Bí Sábhailte
Amhráin

Bí Sábhailte

Tá fhios agam nuair atá mé maith nó nach bhfuil
Tá fhios agam nuair atá mé sásta nó nach bhfuil
Tá fhios agam nuair ba chóir dom 'Is ea ' nó 'Ní hea' a rá
Tá mé ábalta aire mhaith a thabhairt dom féin

Tig liom rún do mo chuid a choinnéail ach
Más drochrún é ní bhíonn sé i bhfad
Go n-insím do mo mhunteoir nó do mo mhamaí é.
Ní bhéinn sásta go dtí go mbeadh a fhios acu faoi.
Ní bhéinn sásta go dtí go mbeadh a fhios acu faoi.

Tuigtear dom nuair atá an saol slán
Ag amharc ar an teiifís nó ag imirt cluiche
Tuigtear dom nuair atá an saol slán
Tá mé féin ag gabháil a bheith slán
Fanfaidh mé slán, fanfaidh mé slán.

Amanta tig eagla orm roimh an tsaoil mhóir
Faoi bhulaíocht na buachaillí, faoi scigmhagadh na gcailiní
Ag fail barróig, nach maith liom an mhothú.
Ní mise is ciontach, inseoidh mé do dhuine éigin é.
Ní mise is cointach, inseoidh mé do dhuine éigin é.

Is maith liom bheith……..

Is maith liom a bheith i gcuideachta na cuideachta, is maith
Is maith liom mo chlann a bheith ar an láthair
Is léir dom na bealaí le fanacht slán.
Le bheith slán le bheith slán, le bheith slán.

Níl mé ag iarraidh bheith diúltach, ná bain dom
Tá a fhios agat cad é atá mé ag maíomh
Ná bí ag tromaíocht orm, ná bí, ná bí, ná bí.
Ná bí ag iarraidh mé a scanradh, ná bí, ná bí, ná bí.

Agus eagla ag teacht ort cad é ba choir duit a dhéanamh
Fan ar shiúl agus inis do dhuine éigin
A bhfuil aithne agat air 's a bhfuil muinín agat ann
Le bheith slán, le bheith slán, bí slán, bí slán.

Amhrán na Strainséirí

Tá mé slán i measc na strainséirí
Slán i measc na strainséirí
Ach muna bhfuil d'ainm agam
Muna bhfuil a fhios agam cá as tú
Is cinnte gur strainséir tú

Tá mé slán i measc na strainséirí
Slán i measc na stainséirí
Bíodh go mbeifeá olc nó go mbeifeá deas
Beidh mé slán, beidh mé slán.

Má thig eagla orm nó
Má bhíonn imní orm faoi
Muna bhfuil mé cinnte duit
Déarfaidh mé, ní hea 's inseoidh mé ort é.

Tá mé slán i measc na strainséirí
Slán i measc na strainséirí
Fiú más eol duit m'ainm
's go ndeir tú go bhfuil aithne agat orainn
Leanfaidh mé an cód le bheith slán.