Coimisiún na Scrúduithe Stáit

An Ardteistiméireacht 2014

Aistriúchán
Ar Scéim Mharcála

Eacnamaíocht Bhaile - Eolaíocht agus Sóisialta

Ardleibhéal

Nóta do mhúinteoirí agus do scoláirí faoi úsáid na scéimeanna marcála foilsithe

Níl na scéimeanna marcála a fhoilsíonn Coimisiún na Scrúduithe Stáit ceaptha lena n-úsáid mar cháipéisí astu féin. Is áis riachtanach iad ag scrúdaitheoirí a théann faoi oiliúint i léirléamh agus i gcur i bhfeidhm ceart na scéime. Mar chuid den oiliúint sin, as measc rudaí eile, déantar samplaí d'obair na scoláirí a mharcáil agus déantar plé ar na marcanna a bhronntar, mar mhaithe le cur i bhfeidhm ceart na scéime a shoiléiriú. Déanann Scrúdaitheoirí Comhairleacha monatóireacht ar obair na scrúdaitheoirí ina dhiaidh sin le cinntiú go gcuirtear an scéim mharcála i bhfeidhm go comhleanúnach agus go beacht. Bíonn an Príomhscrúdaitheoir i bhfeighil an phróisis agus is gnách go mbíonn Príomhscrúdaitheoir Comhairleach ag cuidiú leis. Is é an Príomhscrúdaitheoir an t-údarás deiridh i dtaca le cé acu a cuireadh an scéim mharcála i bhfeidhm i gceart ar aon phíosa d'obair iarrthóra nó nár cuireadh.

Is cáipéisí oibre na scéimeanna marcála. Cé go n-ullmhaítear dréachtscéim mharcála roimh an scrúdú, ní chuirtear bailchríoch uirthi go dtí go gcuireann scrúdaitheoirí i bhfeidhm ar obair iarrthóirí í agus go dtí go mbailítear agus go meastar an t-aiseolas ó na scrúdaitheoirí uile, i bhfianaise raon iomlán na bhfreagraí a thug na hiarrthóirí, leibhéal foriomlán deacrachta an scrúdaithe agus an ghá le comhleanúnachas caighdeán a choimeád ó bhliain go bliain. Aistriúchán ar an scéim chríochnaithe atá sa cháipéis fhoilsithe seo, mar a cuireadh i bhfeidhm ar obair na n-iarrthóirí uile í.

Is cóir a nótáil i gcás scéimeanna ina bhfuil freagraí nó réitigh eiseamláireacha nach bhfuil sé i gceist a chur in iúl go bhfuil na freagraí ná na réitigh sin uileghabhálach. D'fhéadfadh sé go bhfuil leaganacha éagsúla nó malartacha ann a bheadh inghlactha freisin. Ní mór do na scrúdaitheoirí tuillteanas gach freagra a mheas agus téann siad i gcomhairle lena Scrúdaitheoirí Comhairleacha nuair a bhíonn amhras orthu.

Scéimeanna Marcála san am atá le teacht

Ní cóir talamh slán a dhéanamh d'aon rud a bhaineann le scéimeanna marcála san am atá le teacht bunaithe ar scéimeanna a bhí ann cheana. Cé go mbíonn na bunphrionsabail mheasúnachta mar an gcéanna, is féidir go mbeadh athrú ar shonraí marcála cineál áirithe ceiste i gcomhthéacs na páirte a bheadh ag an gceist sin sa scrúdú foriomlán bliain áirithe ar bith. Bíonn sé de fhreagracht ar an bPríomhscrúdaitheoir bliain áirithe ar bith a dhéanamh amach cén tslí is fearr a chinnteoidh go measfar obair na n-iarrthóirí go cothrom agus go cruinn, agus go gcoimeádfar caighdeán comhleanúnach measúnachta ó bhliain go bliain. Dá réir sin, d'fhéadfadh gnéithe de struchtúr, de mhionsonraí agus de chur i bhfeidhm na scéime marcála in ábhar áirithe athrú ó bhliain go bliain gan rabhadh.

Coimisiún na Scrúduithe Stáit

Scrúdú na hArdteistiméireachta, 2014

EACNAMAÍOCHT BHAILE – EOLAÍOCH AGUS SÓISIALTA

ARDLEIBHÉAL

280/320 MARC

SCÉIM MHARCÁLA

Treoracha d'Iarrthóirí

Roinn A Tá **dhá cheist déag** sa roinn seo.
Ní mór d'iarrthóirí **deich** gceist ar bith a fhreagairt.
Tá **6** mharc ag gabháil le gach ceist.

Roinn B Tá **cúig** cheist sa roinn seo.
Ní mór d'iarrthóirí **Ceist 1 agus dhá cheist ar bith eile a fhreagairt**.
Tá **80** marc ag gabháil le **Ceist 1**.
Tá **50** marc an ceann ag gabháil leis na **Ceisteanna 2, 3, 4 agus 5**.

Roinn C Tá **trí** cheist sa roinn seo.
Ní mór d'iarrthóirí **ceist amháin** ar ábhar roghnach a fhreagairt, ar a n-áirítear **cuid (a)** den cheist sin mar aon le **cuid (b) nó cuid (c)**.
Tá **80** marc an ceann ag gabháil leis na hábhair roghnacha **1** agus **3.**
Tá **40** marc ag gabháil le hábhar roghnach **2.**

Agus na scéimeanna marcála á bhforbairt, ba chóir an méid seo a leanas a thabhairt faoi deara:

- *In go leor cásanna ní thugtar ach príomhfhrásaí ina bhfuil faisnéis agus smaointe a chaithfidh a bheith i bhfreagra an iarrthóra chun na marcanna sannta a thuilleamh.*

- *Níl na tuairiscí, modhanna ná sainmhínithe a thugtar sa scéim uileghabhálach agus is féidir glacadh le freagraí bailí eile.*

- *Maidir leis an méid mionsonraí is gá i bhfreagra ar bith, is é an comhthéacs agus an chaoi a n-iarrtar an cheist a chinneann sin, chomh maith leis an líon marcanna a shanntar ar an bhfreagra ar an scrúdpháipéar. D'fhéadfadh go mbeadh éagsúlacht sna riachtanais agus sna marcanna ó bhliain go bliain, mar sin.*

- *Caithfear focail, nathanna cainte nó frásaí a úsáid i gceart i gcomhthéacs agus níor cheart iad a bhréagnú, agus más léir go n-úsáidtear go mícheart iad nó go mbréagnaítear iad, ní féidir na marcanna a thabhairt.*

Roinn A

Freagair deich gceist ar bith as an roinn seo.
Tá 6 mharc ag gabháil le gach ceist.
Scríobh do chuid freagraí sna spásanna atá ann dóibh.

1. Maidir le carbaihiodráítí, mínigh **gach** ceann de na hairíonna seo a leanas: **(6)**

Caramalú
Déantar siúcra nó síoróip shiúcra a théamh; leánn an siúcra agus caramalaíonn sé; rud a chruthaíonn dath caramail níos dorcha; boladh deas agus iarbhlas atá beagáinín searbh; etc.

Criostalú
Tarlaíonn criostalú má chuirtear níos mó siúcra i leacht ná mar is féidir leis an leacht é a ionsú; cruthaítear cáithníní criostail nuair a éiríonn an meascán níos fuaire; úsáidtear an próiseas i dtionscal an mhilseogra agus na milseán; d'fhéadfadh sé tarlú agus subh á déanamh más siúcra atá in os cionn 65% den tsubh; etc.

2. Comhlánaigh an tábla seo a leanas maidir le díleá lipidí. **(6)**

Orgán Díleách	Tál	Einsím	Táirge
Stéig Bheag	**Súlach stéigeach**	**liopáis**	**Aigéid shailleacha agus gliocról**

3. Déan idirdhealú idir iad seo a leanas agus tabhair foinse bia **amháin** de gach ceann díobh. **(6)**

Iarann haeim
Iarann feiriúil; intuaslagtha; furasta é a ionsú; etc.
Foinse
Scairteach; feoil; táirgí feola; sicín; etc.

Iarann neamh-haeim
Iarann feireach; ní féidir leis an gcorp é a ionsú; ní mór é a athrú ina iarann feiriúil lena ionsú; etc.
Foinse
Uibheacha; plúr lánghráin; glasraí dúghlasa; éisc; etc.

4. Cad é Bunráta Meitibileach (BRM)? **(6)**

Íosmhéid an fhuinnimh atá riachtanach chun an corp a choinneáil ar fhos iomlán; déantar é a thomhas agus an corp ar fhos iomlán, teocht an choirp a chothú agus na horgáin inmheánacha a choinneáil ag imeacht; etc.

Tabhair **dhá** thoisc a shocraíonn bunráta meitibileach an duine.

(i) **Meáchan an choirp;**

(ii) **Aois; inscne; gníomhaíocht; toircheas; hormóin; aeráid; etc.**

5. Ainmnigh agus mínigh an phríomhfheidhm atá ag gníomhaireacht náisiúnta **amháin** a bhaineann le Tionscal Bia na hÉireann. **(6)**

Ainm **Teagasc, BIM, An Bord Bia, Údarás Sábháilteachta Bia na hÉireann (FSAI), etc.**

Feidhm
***Teagasc* – taighde ar fhorbairt agus ar tháirgeadh agraibhia; comhairle agus oiliúint maidir le saincheisteanna feirmeoireachta e.g. an Scéim um Chaomhnú an Chomhshaoil Faoin Tuath (REPS); etc.**
***BIM* – cultúr mara na hÉireann a fhorbairt; bia mara a chur chun cinn go náisiúnta agus go hidirnáisiúnta; ithe éisc a chur chun cinn; etc.**
***An Bord Bia* – bia na hÉireann a chur chun cinn go náisiúnta agus go hidirnáisiúnta; seirbhís tacaíochta do chuideachtaí bia móra agus beaga in Éirinn maidir le margaíocht a dtáirgí; etc.**
Cinntíonn *Údarás Sábháilteachta Bia na hÉireann (FSAI)* go gcomhlíonann an bia a tháirgtear agus a dhíoltar in Éirinn caighdeáin arda; etc.

6. Aicmigh cáis agus tabhair sampla **amháin** i ngach aicme. **(6)**

Aicmiú	Sampla
Crua	**Cáis chéadair, Parmasán, Cheshire, Cáis Emmenthal, etc.**
Leathchrua / leathbhog	**Stilton, Gouda, Halloumi, Edam, etc.**
Bog	**Cáis tí, Brie, Mozzarella, Feta, Camembert, etc.**
Próiseáilte	**Leathán cáise, Cáis dheataithe, Leatháin, etc.**
Múscán (inmheánach / seachtrach)	**Cáis ghorm Chaisil, Roquefort, Gorgonzola, etc.**

7. Mínigh an téarma *bia feidhmiúil*. **(6)**

Bianna ag a bhfuil buntáistí sláinte anuas ar an luach cothaitheach atá acu; ní mór dóibh a bheith déanta de chomhábhair nádúrtha; ba cheart feidhm speisialta a bheith aige tar éis an díleá; etc.

Tabhair breac-chuntas ar **dhá** bhuntáiste sláinte a bhaineann le bianna feidhmiúla a bheith mar chuid den réim bia.

(i) **colaistéaról a laghdú (fíteastaróil**); **baol GCC a laghdú;**

(ii) **córas díleáite feabhsaithe (próibhitheach); baol ailse; galar croí a laghdú (óimige 3); baol máchailí sa néarfheadán a laghdú (aigéad fólach); etc.**

8. Comhlánaigh an tábla thíos maidir le húsáid miocrorgánach i dtáirgeacht bhia. **(6)**

Miocrorgánaigh	**Úsáid**
Baictéir aigéid lachtaigh	**cáis, iógart**
Lactobacillus bulgaricus	**iógart**
Giosta	**arán, déanamh fíona, déanamh beorach**

9. Cad é Árachas Sóisialach Pá-Choibhneasa (ÁSPC)? **(6)**

Déaduchtú éigeantach ón ioncam; téann sé chun an Rialtais chun leas sóisialach a sholáthar; scéimeanna fostaíochta agus oiliúna a reáchtáil; baineann sé le pá; roinntear an costas ar fhostaithe agus ar fhostóirí; aicmí éagsúla ÁSPC; etc.

Ainmnigh **dhá** bhuntáiste de chuid ÁSPC.

(i) **sochar cuardaitheora poist, sochar máithreachais, sochar cúramóirí,**

(ii) **sochar míchumais; pinsin stáit, buntáistí maidir leis na súile agus na fiacla; etc.**

10. Ainmnigh **dhá** ghné den Bheartas Náisiúnta Tithíochta reatha in Éirinn. **(6)**

Pobail inbhuanaithe le tacaíocht conláistí agus an bhonneagair chirt; foirgnimh liostaithe a choinneáil; an timpeallacht nádúrtha a chosaint; tithíocht shóisialta inacmhainne a sholáthar trí scéimeanna tithíochta sóisialta; tithe atá tíosach ar fhuinneamh a chur chun cinn – deontais ar insliú; rátálacha BER i gcás tithe ar díol; deontais ar ghrianphainéil; tacú le húinéireacht tí trí fhaoiseamh i leith ús morgáiste; scéim deontas um fheabhsúcháin tí; an scéim liúntas cíosa; clárú cóiríochta ar cíos PRTB; etc.

11. Ainmnigh bailchríoch lasairmhoillitheach a úsáidtear ar bhogfheistis tí. **(6)**

Proban; Pyrovatex; etc.

Tabhair breac-chuntas ar **dhá** éifeacht de chuid na bailchríche seo.

(i) **laghdaítear baol adhainte na fabraice; féinmhúchtach;**

(ii) **d'fhéadfadh sé a bheith ina chúis le frithghníomhú ailléirgeach; d'fhéadfaí go mbeadh gá le cúram speisialta le linn glanadh; etc.**

12. Mínigh conas is féidir le tomhaltóirí / sealbhóirí tí ionchur a bheith acu i mbainistíocht inbhuanaithe ar dhramhaíl. Luaigh **dhá** phointe. **(6)**

(i) **Laghdaigh; athúsáid; athchúrsáil;**

(ii) **Múirínigh; ceannaigh ar an mórchóir; ceannaigh táirgí in-athchúrsáilte; ceannaigh glantaigh chomhdhlúite; etc.**

Roinn B

Freagair Ceist 1 agus dhá cheist ar bith eile as an roinn seo.
Tá 80 marc ag gabháil le Ceist 1. Tá 50 marc an ceann ag gabháil leis na Ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.

1. Sa tábla thíos taispeántar an costas (€) agus an céatadán (%) den liúntas leasa shóisialaigh seachtainiúil atá ag teastáil chun bia a cheannach i dtrí shiopa grósaeireachta éagsúla, bia atá riachtanach don itheachán sláintiúil i gcás ceithre theaghlach éagsúla.

	Il-ollmhargadh	**Siopa ísealchostais**	**Siopa áitiúil**
Teaghlach 1 Fear agus bean, buachaill 5 bliana d'aois agus buachaill 14 bliana d'aois *(8200 calra in aghaidh an lae ag teastáil ón teaghlach ina iomlán)*	**€132.40** **29%**	**€114.80** **25%**	**€255.40** **56%**
Teaghlach 2 Fear agus bean gan pháistí *(4400 calra in aghaidh an lae ag teastáil ón teaghlach ina iomlán)*	**€82.20** **25%**	**€65.80** **20%**	**€154.70** **47%**
Teaghlach 3 Bean 65+ bliana d'aois *(1800 calra in aghaidh an lae ag teastáil ón teaghlach ina iomlán)*	**€32.40** **14%**	**€27.00** **12%**	**€54.00** **23%**
Teaghlach 4 Bean shingil agus buachaill 5 bliana d'aois aici *(3400 calra in aghaidh an lae ag teastáil ón teaghlach ina iomlán)*	**€54.80** **21%**	**€45.40** **17%**	**€109.00** **42%**

(a) Déan meas ar shiopadóireacht sna **<u>trí</u>** shiopa grósaeireachta luaite sa chairt thuas. **(12)**

3 phointe @ 4 mharc an ceann

D'fhéadfadh roinnt de na nithe seo a leanas a bheith san áireamh sna pointí: costas; áisiúlacht; am; dílseacht bhranda; dílseacht na gcustaiméirí i.e. siopadóireacht go háitiúil; etc.
ba shaoire na *hil-ollmhargaí* **ná na siopaí áitiúla ach ba dhaoire iad ná na siopaí ísealchostais – bíonn rogha leathan táirgí agus brandaí éagsúla ar phraghsanna iomaíocha le fáil iontu go hiondúil; etc.**
ba iad na *siopaí ísealchostais* **na siopaí ba shaoire – b'fhéidir nach mbeadh an méid céanna asraonta ag na siopaí sin agus, mar sin, níor mhór an costas taistil chucu a chur san áireamh, i gcásanna áirithe bíonn siad lonnaithe lasmuigh de lár an bhaile mar sin ní féidir dul chomh fada leo gan modh iompair, b'fhéidir nach mbeadh rogha leathan táirgí bia arna dtáirgeadh go háitiúil le fáil iontu; etc.**
ba é an *siopa áitiúil* **an siopa ba dhaoire – mar sin féin, seans go bhfuil an siopa seo ar an siopa arb éasca dul chuige i dtéarmaí iompair i gcás go leor teaghlach (teaghlach 3 agus 4 go háirithe); etc.**

(b) Lasmuigh de mhéid an teaghlaigh, tabhair **trí** chúis leis na héagsúlachtaí i gcéatadán an ioncaim a chaith ar bhia gach seachtain. **(12)**

3 chúis @ 4 mharc an ceann

Aois – **bíonn go leor fuinnimh de dhíth ar pháistí óga; laghdaíonn riachtanais fuinnimh daoine scothaosta de réir a ngníomhaíochta laghdaithe agus a BRM íslithe; etc.** *Inscne* – **bíonn méid níos ísle calraí de dhíth ar mhná ná mar a bhíonn de dhíth ar fhir go hiondúil; etc.** *Gníomhaíocht* – **bíonn fuinneamh breise de dhíth ar dhaoine atá gníomhach go fisiciúil; etc.** *Goile* – **bíonn goile níos mó ag fir go hiondúil; etc.** *Eolas ar chothaithigh* – **is féidir le bianna saoráideacha a bheith níos costasaí; etc.** *Scil sa chócaireacht / am ar fáil don chócaireacht* – **bíonn béilí ullmhaithe níos costasaí ná comhábhair amha a cheannach; etc.** *Aistí sainiúla bia* – **bíonn táirgí céiliacha, táirgí do dhiaibéitigh agus táirgí beagmhéathrais costasach go minic, ach bíonn siad riachtanach; etc. bíonn** *bianna feidhmiúla* **costasach ach bíonn siad á gceannach go minic ag daoine atá feasach ar chúrsaí sláinte; etc. bíonn** *bianna lóin* **á gceannach le haghaidh leanaí a théann ar scoil; etc.**

(c) Baineann costas suntasach do chuid mhór teaghlach le bianna ar mhórán próitéine. Mol bianna éagsúla le neart próitéine iontu a bhíonn saor go maith **agus** luaigh conas is féidir iad a chur isteach i bplean itheacháin shláintiúil. **(9)**

3 phointe @ 3 mharc an ceann

Gearrthacha feola ar luach maith (tíosacha) le haghaidh béilí teaghlaigh; feoil/iasc a bhfuil tairiscint speisialta ar an bpraghas; glasraí piseánacha, humas; míceaphróitéiní amhail quorn, tófú, próitéin uigeach ghlasraí (TVP); táirgí déiríochta i.e. bainne, cáis, iógart; uibheacha; cnónna; cuineo, cúscús a úsáid; etc.
Plean itheacháin shláintiúil – **úsáid na bianna thuas mar na príomhbhéilí don teaghlach; sailéid le haghaidh boscaí lóin (glasraí piseánacha, cuineo); ionadaigh feola nó síneach feola (tófú, TVP); sneaiceanna (cáis); miasa ar chostas íseal e.g. spaigití Bolognese; etc.**

(d) Tabhair mionchuntas ar phróitéin agus déan tagairt:

- don aicmiú (simplí agus comhchuingeach) **(24)**
- don luach breise / ról comhlántach
- don struchtúr (príomhúil, tánaisteach agus treasach).

3 ghrúpa @ 4 mharc an ceann

6 phointe @ 2 mharc an ceann

Aicmiú	Grúpa	Foghrúpa	Samplaí	Foinse Bia
Simplí	**Ainmhí**	**Snáithíneach**	**Collaigin Laistin Mióisin**	**Fíochán tacaíochta (feoil)**
		Cruinneogach	**Mióglóibin Lachtalbaimin Ubh-albaimin**	**Feoil Bainne Uibheacha**
	Planda	**Glútailiní**	**Glútailin Oirísinin**	**Cruithneacht Rís**
		Prólaimíní	**Séin Gliaidin**	**Arbhar Indiach / Grán buí Cruithneacht**
Comhchuingeach	**Lipeapróitéiní Fosfapróitéiní Núicléapróitéiní Crómapróitéiní**		**Leicitin Cáiséin Crómasóim Clóraifill**	**Buíochán Bainne Núicléas ceall Plandaí glasa**

- luach breise / ról comhlántach

2 phointe @ 4 mharc an ceann **(8)**

Is é seo an acmhainneacht atá ag bianna ar mhórán próitéine uireasa próitéine eile a chúiteamh; má dhéantar bianna a bhfuil ceann amháin nó níos mó de na haimínaigéid bhunriachtanacha in easnamh iontu a ithe lena chéile, is féidir réimse iomlán na n-aimínaigéad bunriachtanach a fháil má tá aimínaigéad ar leith in easnamh i mbia amháin agus ar fáil i mbia eile; e.g. próitéin chomhlán atá i bpónairí ar thósta, ach bheadh pónairí leo féin uireasach; i measc samplaí eile, áirítear humas agus arán piota, dhal agus chapatti, etc.

Arán	**Meitiainín ↑**	**Lísín ↓**
Pónairí	**Meitiainín ↓**	**Lísín ↑**

- struchtúr (príomhúil, tánaisteach agus treasach)

3 phointe @ 5 mharc an ceann **(15)**

Struchtúr Príomhúil
Is é seo <u>seicheamh nó ord</u> na n-aimínaigéad sa slabhra polaipeiptíde; tá aimínaigéid nasctha le chéile le naisc pheiptídeacha; etc.

Struchtúr Tánaisteach
<u>Nascadh</u> breise na n-aimínaigéad sa slabhra polaipeiptíde is ea é seo lena dtugtar cruth cinnte don phróitéin ar cruth bíseach é go minic; etc.
I measc samplaí de na naisc, áirítear:
Naisc dhéshuilfíde – **i gcás 2 chineál sulfair ag nascadh le chéile e.g. dhá aimínaigéad cistéine (tá grúpa SH i gcistéin) ag nascadh le chéile; bíonn na naisc sin le fáil ar shlabhra polaipeiptíde amháin nó is féidir leo dhá shlabhra polaipeiptíde a nascadh le chéile; etc.**
Naisc hidrigine – **is féidir le slabhraí polaipeiptíde a bheith nasctha le naisc hidrigine má nascann an hidrigin i slabhra amháin leis an ocsaigin i slabhra eile e.g. collaigin; etc.**

Struchtúr Treasach
Tagraíonn sé seo do riaradh tríthoiseach an tslabhra polaipeiptíde ina aonad comhbhrúite de bharr phatrún <u>fillte</u> na slabhraí polaipeiptíde; bíonn trasnaisc idir na slabhraí próitéiní chun cruth *snáithíneach*, **díreach, corntha nó fiarláin, nó struchtúr** *cruinneogach* **a chruthú; etc.**

2. **'Is gá tuiscint ghrinn a chur ar na tosca a imríonn tionchar ar chaighdeán itheacháin na feola chun táirge a chur ar fáil a thagann go seasta leis an rud a mbíonn an tomhaltóir ag súil leis**.' *(Teagasc)*

(a) Pléigh an tábhacht chothaithe a bhaineann le feoil a bheith sa réim bia. **(20)**

5 phointe @ 4 mharc an ceann

***Próitéin* – HBV de dhíth ar fhás chealla an choirp, hormóin a dhéanamh; mióisin, aictin agus glóbailin i snáithíní feola; tá collaigin agus laistin le fáil i bhfíochán tacaíochta; etc.**
***Saillte* – saill sháithithe le haghaidh fuinnimh; braitheann an méid ar an gcineál, ar an ngearradh agus ar an modh cócaireachta; is mó an cion saille i muiceoil agus in uaineoil ná mar atá i mbrollach sicín; etc.**
***Carbaihiodráit* – níl aon charbaihiodráit le fáil i bhfeoil, dá bhrí sin ba cheart feoil a riaradh le bia stáirsiúil; d'fhéadfadh glicigin a bheith ar fáil in ae; etc.**
***Mianraí* – tá iarann haeim le fáil i bhfeoil dhearg agus i scairteach chun ainéime a chosc; méideanna beaga potaisiam le haghaidh na matán; sinc le haghaidh gníomhaíocht einsímeach; fosfar le haghaidh crapadh matáin agus sulfar; etc.**
***Vitimíní* – foinse vitimíní ghrúpa B: niaicin, tiaimín B1, ribeaflaivin B2, pireadocsaín B6 le haghaidh scaoileadh fuinnimh; cóbalaimín B12; méideanna beaga vitimíní A agus D san ae; etc.**

(b) Déan cur síos ar **<u>gach</u>** ceann díobh seo a leanas:

- na tosca is cúis le righneas i bhfeoil
- **<u>dhá</u>** mhodh le feoil a dhéanamh bog. **(15)**

3 thoisc @ 3 mharc an ceann

Tosca – aois an ainmhí, **is righne feoil ó ainmhithe níos sine; etc.** *gníomhaíocht* **– is righne feoil ó na baill níos gníomhaí den chorp e.g. cosa;** etc. *conas mar a caitheadh leis an ainmhí roimh mharú* **– scíth; etc.** *tréimhse cheart ar crochadh; modh cócaireachta mícheart;* ***etc.***

2 mhodh @ 3 mharc an ceann

Modhanna – *roimh mharú* **– ba cheart ligean don ainmhí a scíth a ligean chun an méid glicigine san ainmhí a mhéadú; etc.** *tar éis a mharaithe* **– tríd an bhfeoil a chur ar crochadh, ligtear don ghlicigin aistriú ina aigéad lachtach agus cabhraíonn sin leis an bhfeoil a mhaothú; etc.**
briseadh síos meicniúil **e.g. bualadh; mionú; maranáidiú; etc.** *modh cócaireachta atá fada**, mall agus tais*** **e.g. stobhaigh agus casaróil;** ***instealladh einsímí;*** **etc.**

(c) Breac síos na sonraí a bhaineann le próiseas **<u>amháin</u>** a úsáidtear chun seilfré feola a dhéanamh níos faide. I do fhreagra déan tagairt:

- d'ainm an phróisis ***2 mharc***
- don chaoi ina dtugtar faoin bpróiseas chun a bhunphrionsabal a chur san áireamh
  3 phointe @ 3 mharc
- don éifeacht atá ag an bpróiseas ar fheoil. **(15)**
  1 phointe @ 4 mharc

Próiseas – **Reo, Cuisniú.**
Reo: **díochnámhaithe, cóirithe; roisreoite –30°C; mear-reoite; séalaithe i bpacáiste uiscedhíonach; níl ann don leacht níos mó; etc.**
Éifeacht – **caillteanas úscach agus cothaitheach intuaslagtha sa sileadh; baol ann go n-éireoidh an tsaill bréan mura ndéantar an fheoil a stóráil i gceart; dó reoiteora má bhíonn an fheoil nochta don aer; coinnítear cothaithigh, dath agus uigeacht; caillteanas méid beag vitimín B agus mianraí; etc.**

Cuisniú – **clúdaítear an fheoil go hiondúil; cuirtear moill ar fhás miocrorgánach de bharr theocht fhionnuar an chuisneora (idir 2°agus 5°C); etc.**
Éifeacht – **caillteanas úscach agus cothaitheach intuaslagtha sa sileadh; baol ann go n-éireoidh an tsaill bréan mura ndéantar an fheoil a stóráil i gceart; dó reoiteora má bhíonn an fheoil nochta don aer; coinnítear cothaithigh go maith; caillteanas méid beag vitimín B agus mianraí; etc.**

Bunphrionsabal an chuisnithe / an reo: **an teocht a ísliú – cuireann teochtaí ísle (5°C nó níos ísle do chuisniú, -25°C go -18°C do reo) bac ar an ngníomhaíocht einsímeach agus ar fhás miocróbach; déantar miocróib a dhíghníomhachtú; tiontaítear an t-uisce ina leac oighear, rud a fhágann nach bhfuil sé ar fáil chun cabhrú le fás miocróbach; cruthaítear criostail bheaga oighir sa mhear-reo, rud a chabhraíonn leis an dath, an blas, an uigeacht agus na cothaithigh a choinneáil; nuair a chlúdaítear an fheoil, cuirtear cosc ar athiontráil na miocrób; etc.**

Próiseas – **Folúsphacáil / Pacáistiú in Atmaisféar Mionathraithe: díochnámhaithe, clúdaithe le polaitéin láidir; baintear an t-aer ar fad; cuisniú de dhíth; dáta faoinar cheart é a úsáid i bhfeidhm; etc.**
Éifeacht: **ní mór caitheamh leis an bhfeoil mar fheoil úr tar éis an pacáistiú a oscailt; ní athraítear an luach cothaitheach, an blas ná an uigeacht; etc.**
Bunphrionsabal: **an t-aer a bhaint – bíonn aer de dhíth ar mhiocróib aeróbacha le maireachtáil; cuireann an séalú cosc ar athiontráil na miocrób; etc. is féidir gáis dé-ocsaíde carbóin, ocsaigine agus N2 (gás támh) a úsáid; etc.**

Próiseas – **Leasú/Sailleadh: fuaraithe go 4°C, insteallta le sáile, fágtar ar maos in uisce sáile é ar feadh 4 lá; cuirtear ar crochadh é i seomra fuar ar feadh 4/5 lá; deataithe nó glas; etc.**
Éifeacht: **caillteanas beag an luacha chothaithigh; méadú sa sóidiam; athrú ar an dath agus ar an mblas; etc.**
Bunphrionsabal: **déantar cealla miocróbacha a dhíhiodráitiú trí osmóis agus cuirtear isteach ar ghníomhaíocht einsímeach trí cheimiceáin agus trí shalann a chur leis an bhfeoil; etc.**

Próiseas: **Cannú: déantar an bia a chócaráil; cuirtear síoróip, sáile nó anlann leis; baintear an t-aer, déantar na cannaí a shéalú agus a steiriliú; etc.**
Éifeacht: **seilfré fada; caillteanas vitimíní B, tiaimín go háirithe; déantar an fheoil a mhaothú, a chócaráil, a shéalú; etc.**
Bunphrionsabal: **úsáidtear teochtaí arda (140°C) chun miocróib a mharú agus chun einsímí a dhíghníomhachtú; etc.**

Próiseas – **Díhiodráitiú: Tá feoil reothriomaithe le fáil i mbéilí pacáistithe, anraith pacáistithe etc; déantar an fheoil a ullmhú agus a reothriomú; ní mór an bia a úsáid go tapa tar éis é a ath-hiodráitiú; etc.**
Éifeacht: **caillteanas vitimín B; athrú ar an uigeacht, is féidir leis an bhfeoil éirí righin; seilfré fada; etc.**
Bunphrionsabal: **baintear an t-uisce – bíonn uisce de dhíth ar mhiocróib le meitibiliú agus le fás; etc.**

3. Is bealach breá é an t-ithe lasmuigh le taitneamh a bhaint as bia folláin, as cuideachta agus as a bheith amuigh faoin aer.

(a) Tabhair breac-chuntas ar chóras AGPRC (Anailís Ghuaise agus Phointí Rialúcháin Criticiúla) ba chóir a leanúint agus bia á ullmhú agus á chur ar an mbeárbaiciú agat.
Déan tagairt do na guaiseacha a d'fhéadfadh a bheith ann **agus** do na bearta rialaithe comhfhreagracha ba chóir a chur i gcrích. **(24)**

6 phointe @ 4 mharc an ceann
(1 tagairt amháin d'ullmhú, 1 tagairt amháin don chócaráil + 4 thagairt eile)

	Guaiseacha a d'fhéadfadh a bheith ann	**Bearta rialaithe**
Ullmhú	**Éilliú – baictéarach, ceimiceach;** **Iomadú baictéar;** **Traséilliú;**	• **Bianna roimh an dáta dulta ó mhaith a bhfuil marcanna dearbhaithe cáilíochta acu;** • **Nigh lámha le gallúnach frithbhaictéarach roimh bhia a láimhseáil agus ina dhiaidh; láimhseáil bia a laghad is féidir;** • **úsáid cláir dhathchódaithe chun traséilliú a chosc; coinnigh gach bia clúdaithe; seachain traséilliú trína chinntiú nach dteagmhaíonn bia amh bia cócaráilte; cinntigh go mbíonn bianna reoite leáite go hiomlán (ar an tseilf ag bun an chuisneora is fearr);** • **úsáid uirlisí ar leith chun feoil amh agus feoil chócaráilte a láimhseáil; coimeád bianna meatacha amhail sailéid, cálslá agus quiche sa chuisneoir go dtí go mbeidh gá leo; coimeád feoil amh amach ó fheoil chócaráilte agus ó bhianna atá réidh le hithe amhail sailéid;** • **coinnigh teocht an chuisneora faoi bhun 5°C – cuirfidh an teocht sin moill ar fhás miocrorgánach;** • **cinntigh go bhfuil coimeádáin a n-úsáidfear iad chun bia a stóráil glan go hiomlán;** • **Seachain nach mbeidh bianna rófhada sa chrios contúirteach idir 6°C agus 63°C; etc.**
Beárbaiciú/ Cócaráil	**Iomadú baictéar;** **Traséilliú;** **Marthanas baictéar;** **Nimhiú bia;**	• **agus circeoil á cócaráil, cinntigh go mbaintear amach teochtaí atá sách ard (72°C nó níos airde) i gcónaí chun an baol a bhaineann le nimhiú bia a sheachaint;** • **cinntigh go bhfuil an bia cócaráilte go hiomlán; tá sé an-tábhachtach é sin a dhéanamh go háirithe agus circeoil, muiceoil, feoil mhionaithe agus feoil ar bhriogúin amhail burgair, ispíní agus ceibeabanna a cócaráil ar an mbeárbaiciú – d'fhéadfadh sé tarlú go mbeadh cuma chócaráilte (agus cuma dhóite i gcásanna áirithe) ar dhromchla an bhia, ach go mbeadh an bia amh i gcónaí sa lár; bí cinnte an bia a chasadh go rialta;** • **cuir bia atá cócaráilte ar phláta glan; i gcás feolta ar gá iad a chócaráil ina n-iomláine, bí cinnte gearradh isteach i lár na feola chun é sin a sheiceáil; is féidir stéigeacha agus spólaí iomlána mairteola nó uaineola a riaradh tearcbhruite ar an gcoinníoll go mbeidís cócaráilte ar an dromchla mar is ar an dromchla amháin a bheidh baictéir dhíobhálach ar bith seachas sa lár;** • **má tá maranáid in úsáid don bheárbaiciú, cinntigh nach n-úsáidtear aon chuid den mharanáid a úsáideadh ar fheoil amh mar anlann ina dhiaidh sin ar ghlasraí nó ar fheoil chócaráilte mar beidh baictéir ón bhfeoil amh samharanáid; déan an mharanáid a bhruith roimh í a riaradh/ithe;** • **déan bia cócaráilte a riaradh díreach tar éis é a chócaráil; seachain an bia a atéamh; má dhéantar bia a atéamh, bí cinnte go mbainfear amach teochtaí os cionn 100°C, *ní mór bianna a coimeád ag teocht arb airde í ná 63°C;*** etc.

(b) Déan measúnú ar bhia a ghríoscadh / a chur ar an mbeárbaiciú mar mhodh cócarála.
Déan tagairt:

- don chócaráil / don bhunphrionsabal
- do na treoirlínte atá le leanúint lena chinntiú go mbeidh an bia blasta
- don tionchar ar luach cothaitheach an bhia. **(20)**

3 phointe @ 3 mharc an ceann

Cócaráil / bunphrionsabal – **modh tapa cócarála le teas radanta ó eilimint leictreach nó ó ghríoscán gáis / is éard atá i gceist le beárbaiciú ná bia a chócaráil os cionn teas radanta e.g. gualach atá ag dó, déantar an bia a chócaráil trí bhíthin radaíochta; déanann teas ón ngríoscán dromchla an bhia a shéalú; déantar bia a chócaráil ar phláta soladach, rud a dhéanann an bia a chócaráil trí sheoladh teasa; coinnítear cothaithigh, uisce agus blas leis an dá mhodh; ní mór an bia a chasadh i rith an phróisis ionas go ndéantar é a chócaráil go cothrom; etc.**

3 phointe @ 3 mharc an ceann

Treoirlínte – **déan an gríoscán a réamhthéamh; séalaigh dromchla an bhia le teas ard chun caillteanas cothaitheach agus uisce a sheachaint; úsáid tlú chun an bia a chasadh; níor cheart go mbeadh bianna níos tibhe ná 25mm le cinntiú go mbeidh an bia cócaráilte sa lár; ná cuir salann ar bhia roimh é a ghríoscadh mar cuireann salann cosc ar dhonnú an dromchla; cuir ola ar ghreille an ghríoscáin ionas nach ngreamóidh an bia; ní mór an bia a chasadh i rith an phróisis lena chócaráil go cothrom; seachnaítear tirimeacht trí beagán ola chócaireachta a chur ar dhromchla an bhia; cuirfear leis an mblastacht agus coinneofar an t-uisce tríd an mbia a mharanáidiú roimh ré; ní mór cloí go cruinn leis an am cócarála mar is féidir an bia a ró-chócaráil go héasca; etc.**

1 phointe @ 2 mharc

Éifeacht – **déantar próitéin a dhínádúrú, rud a chuireann feabhas ar an uigeacht; laghdaítear an cion saille de réir mar a leáitear na saillte; caillteanas vitimíní B agus C; tarlaíonn donnú mar thoradh ar imoibriú Maillard trí phróitéiní agus trí charbaihiodráití a théamh; crapann an bia mar go n-athraíonn collaigin ina geilitín agus cailltear súnna feola agus cothaithigh dá bharr sin; etc.**

(c) Déan idirdhealú idir nimhiú bia tocsaineach **agus** nimhiú bia ionfhabhtaíoch. **(6)**

2 phointe @ 3 mharc an ceann

Nimhiú bia tocsaineach – **bia a ithe atá éillithe ag tocsain atá táirgthe ag ceall baictéarach; táirgeann roinnt baictéar eiseatocsain agus iad ag fás i mbia, sula n-itear an bia agus ina dhiaidh araon; is deacair eiseatocsain a mhilleadh; is gá iad a bhruith ar feadh 30 nóiméad; tagann na comharthaí sóirt chun cinn go tapa – laistigh de 2 uair an chloig go minic; samplaí: Staphylococcus aureus, agus clostridium botulinum, clostridium preferingens; etc.**

Nimhiú bia ionfhabhtaíoch – **mar thoradh ar bhia a ithe ina bhfuil líon mór baictéar pataigineach; táirgeann na baictéir sin iontocsain a scaoiltear nuair a fhaigheann na baictéir bás; is éasca iontocsain a mhilleadh; milltear idir na tocsainí agus na baictéir tríd an mbia a chócaráil agus a atéamh i gceart; mura milltear na tocsainí, tiocfaidh na comharthaí sóirt chun cinn tuairim is 12 uair tar éis an bia a ithe; e.g. bíonn salmonella, E. coli, campalabaictéar agus listéire ina gcúis le nimhiú bia ionfhabhtaíoch; etc.**

4. Tá ról lárnach ag fearais chistine i bhfeidhmiú cistineacha nua-aimseartha a fheabhsú.

(a) Pléigh na tosca seo a leanas ba chóir a chur san áireamh agus fearais chistine á roghnú do theach teaghlaigh:

- eolas do thomhaltóirí á aimsiú
- dearadh
- luach ar airgead. **(12)**

3 phointe @ 4 mharc an ceann (1 tagairt amháin do gach gné)

Eolas do thomhaltóirí á aimsiú – **díoltóirí; irisí do thomhaltóirí e.g. Consumer Choice; láithreáin gréasáin; fógraí; ailt i nuachtáin agus in irisí; bileoga faisnéise agus bróisiúir ó na déantóirí; cláir theilifíse; scéal scéil; etc.**

Dearadh – **furasta le húsáid; storrúil, marthanach; dath agus cruth; sábháilteacht; a éasca atá sé an fearas a ghlanadh; an spás atá ar fáil; etc.**

Luach ar airgead – **costas i.e. costas tosaigh, costas reatha agus costas ar sheirbhísiú; iontaofacht/ainm an bhranda; ráthaíocht/seirbhís iardhíola; etc.**

(b) Leag amach sonraí an staidéir atá déanta agat ar oighinn mhicreathonnacha.
Déan tagairt do **<u>gach</u>** ceann díobh seo a leanas:

- an tógáil **agus** an prionsabal oibriúcháin **(20)**

4 phointe @ 2 mharc an ceann

Tógáil – **bosca cruain le líneáil mhiotail; doras gloine ina bhfuil leathán miotail bréifneach; glas sábháilteachta agus séala sábháilteachta; solas istigh; caschlár; rialtáin; méadaíonn <u>claochladán</u> an voltas baile; athraíonn <u>maighnéatrón</u> an fuinneamh leictreach ina fhuinneamh leictreamaighnéadach; treoraíonn tonntreoraí na tonnta isteach sa chaibinéad; etc.**

3 phointe @ 4 mharc an ceann

Prionsabal oibriúcháin – **méadaíonn claochladán an voltas baile; athraíonn maighnéatrón an fuinneamh leictreach ina fhuinneamh leictreamaighnéadach; treoraíonn tonntreoraí na tonnta isteach sa chaibinéad; is féidir micreathonnta a fhrithchaitheamh, a tharchur agus a ionsú; treánn micreathonnta an bia go dtí doimhneacht 2-4cm; cuireann micreathonnta na <u>móilíní i mbia ag crith go tapa</u>, rud a chruthaíonn frithchuimilt agus teas ard; leathnaíonn an teas go lár an bhia trí sheoladh; téann an t-uisce ar fad sa bhia go dtí dromchla an bhia agus cuireann sé cosc ar dhonnú an bhia; etc.**

- na treoirlínte chun é a úsáid.

3 phointe @ 2 mharc an ceann **(6)**

Na treoirlínte chun é a úsáid – **cloígh go cruinn leis an am cócarála; clúdaigh an bia chun spreachaill a sheachaint; cas/suaith an bia lena chócaráil go cothrom; cuir poill i gcraiceann ispíní, prátaí; socraigh an bia go mbeidh an chuid is tibhe lasmuigh; ná húsáid ach coimeádáin atá molta chuige; fág an bia ar feadh aga socraithe; próisis oiriúnacha chócaireachta – dí-reo, atéamh, cócaireacht, leá, téamh; etc.**

(c) Mínigh conas is féidir leis an tomhaltóir an timpeallacht a chosaint nuair a bhíonn fearais leictreacha á roghnú, á n-úsáid **agus** á ndiúscairt aige / aici. **(12)**

3 phointe @ 4 mharc an ceann (1 tagairt amháin do gach gné)

Roghnú – **rátáil ard ar an lipéad éifeachtúlachta fuinnimh; roghnaigh an méid ceart atá in oiriúint do na riachtanais; etc.**

Úsáid – **cúrsa tíosacha ar fhuinneamh / cúrsaí gearra i meaisíní níocháin/miasniteoirí; úsáid lóid iomlána; úsáid teocht íseal don níochán; an mód fuireachais casta as; etc.**

Diúscairt – **Treoir DTLL – tá dualgais ar dhíoltóirí trealaimh leictrigh agus leictreonaigh maidir le dramhaíl ó fhearas leictreach agus leictreonach trí sheirbhís a chur ar fáil in aisce trínar féidir le custaiméirí atá ag ceannach fearas leictreach nua a seanfhearas a thabhairt chuig an siopa; tabhair chuig ionad diúscartha dramhaíola / ionad athchúrsála; a bheith cúramach agus cuisneoirí caite á ndiúscairt (gás cuisneáin); etc.**

5. Ceann de na gnéithe is suntasaí den teaghlach in Éirinn le linn na fiche nó tríocha bliain deireanach den fhichiú haois is ea cé chomh tapa is a d'athraigh sé.

(a) Tabhair breac-chuntas ar fhorbairt an teaghlaigh in Éirinn ó thús an fhichiú haois go dtí an lá atá inniu ann. **(16)**

4 phointe @ 4 mharc an ceann

Aimsir réamhthionsclaíochta (1900-1960) – **ba choitianta an teaghlach sínte; teaghlaigh mhóra; ormhór na ndaoine fostaithe i gcúrsaí talmhaíochta; rud coitianta a bhí i gcleamhnais; ráta ard básmhaireachta i measc leanaí; róil inscne scartha; araíonacht údarásach; smacht patrarcach; bhíodh tionchar láidir ag cúrsaí creidimh; laghdaíodh an t-ualach oibre a bhíodh ar mháithreacha le leictriú na tuaithe sna 1940idí; ní raibh cúrsaí feirmeoireachta chomh dlúthshaothair céanna tar éis na 1940idí; tháinig feabhas ar an gcaighdeán ginearálta maireachtála sna 1950idí; etc.**

Aimsir iarthionsclaíochta (1960-1990) – **tháinig meath ar an teaghlach sínte faoin tuath, chuathas i dtreo teaghlaigh núicléacha; daoine ag taisteal níos nó; daoine ag pósadh níos óige; bhí an bheirt tuismitheoirí in ann dul ag obair lasmuigh den bhaile; phós leannáin mar gheall ar an ngrá seachas mar gheall ar chúiseanna geilleagracha; tháinig méadú ar thuarastal agus tháinig feabhas ar an gcaighdeán maireachtála; cothaíodh leanaí agus cuireadh oideachas orthu; cuireadh oideachas dara leibhéal ar fáil do chách le linn na 1960idí; tháinig laghdú ar mhéid an teaghlaigh; etc.**

An teaghlach nua-aimseartha (1990 - an lá atá inniu ann) – **daoine den teaghlach ag dul thar lear ar thóir oibre; cumarsáid ar Facebook agus ar Skype; laghdú eile ar mhéid an teaghlaigh; méadú ar an líon teaghlach a bhfuil dhá thuarastal acu; cineálacha teaghlaigh níos cothromaíche, daonlathas níos mó laistigh de theaghlaigh; caighdeán maireachtála níos fearr; éileamh méadaithe ar shaoráidí cúram leanaí; ró-ualú róil; coimhlint róil de réir mar a dhéanann tuismitheoirí iarracht aire a thabhairt dá dtuismitheoirí scothaosta mar aon lena dteaghlach féin; athrú ar struchtúr na dteaghlach mar gheall ar cholscaradh a thabhairt isteach, rud a fhágann gur mó líon na dteaghlach aontuismitheora atá ann; teaghlaigh mheasctha; tacaíochtaí ón stát le haghaidh teaghlach; cúlú eacnamaíochta – aithreacha ag fanacht sa bhaile; an bheirt tuismitheoirí dífhostaithe, daoine a bhfuil ardscileanna/cáilíochtaí acu san áireamh; páirtnéireacht shibhialta; páirtnéireacht idir fhir nó idir mhná; etc.**

(b) (i) Tabhair cuntas ar **<u>gach</u>** ceann d'fheidhmeanna seo an teaghlaigh:

- feidhm eacnamaíoch
- feidhm shóisialaithe
- feidhm oideachasúil. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann *(1 tagairt amháin do gach feidhm)*

Feidhm eacnamaíoch – **i roinnt sochaithe, bíonn teaghlaigh mhóra ag saothrú as lámha a chéile mar aonad eacnamaíoch; sa tsochaí nua-aimseartha, d'fhéadfadh tuismitheoir amháin nó an bheirt tuismitheoirí dul ag obair agus tacaítear le leanaí go heacnamaíoch; bíonn daoine den teaghlach atá fostaithe ag íoc cánacha agus ag caitheamh airgid, rud a chuireann le geilleagar na tíre; etc.**

Feidhm shóisialaithe – **foghlaimíonn leanaí conas iad féin a iompar ar bhealach inghlactha trí bhreathnú ar dhaoine eile agus aithris a dhéanamh orthu; bíonn araíonacht chomhsheasmhach de dhíth ar leanaí chun cabhrú leo tacar luachanna a fhorbairt; etc.**

Feidhm oideachasúil – **bíonn an teaghlach ag gníomhú mar an t-oideachasóir príomhúil; na creidimh agus na nósmhaireachtaí a chur ar aghaidh trí fhoghlaim neamhfhoirmiúil; moladh, spreagadh agus timpeallacht spreagúil a sholáthar; tacú le hobair na scoile, cabhrú le leanaí a n-acmhainneacht iomlán a bhaint amach; etc.**

(ii) Mínigh conas a chabhraíonn idirghabhálacha stáit leis an teaghlach chun na feidhmeanna seo a chur i gcrích **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann *(tagairt do 2 idirghabháil stáit éagsúla)*

Idirghabháil stáit:
Eacnamaíocht – **e.g. liúntas cuardaitheora poist, liúntas cúramóirí, sochar linbh, pinsean seanaoise; seirbhísí arna dtacú ag an stát – e.g. cártaí liachta, tithe/cóiríocht do sheandaoine, saorthaisteal agus sochair do dhaoine scothaosta; etc.**
Sóisialú – **leantar le próiseas an tsóisialaithe le réamhscoileanna, bunscoileanna agus iar-bhunscoileanna tríd an gcuraclam folaithe; má theipeann ar an teaghlach, déileálann an stát le daoine aonair neamhchomhréireacha tríd an gcóras breithiúnach, etc.**
Oideachas – **an Scéim um Chúram agus Oideachas na Luath-Óige (ECCE); cuirtear tús leis an scolaíocht fhoirmiúil ag thart ar chúig bliana d'aois; cabhair dóibh siúd a bhfuil deacrachtaí foghlama acu, e.g. uaireanta le múinteoir acmhainne, ranganna speisialta, Cúntóirí Riachtanas Speisialta; etc.**

(c) Déan measúnú ar ról seantuismitheoirí i saol an teaghlaigh nua-aimseartha.

3 phointe @ 3 mharc an ceann **(9)**

d'fhéadfadh seantuismitheoirí tacaíocht a chur ar fáil do dhaoine eile sa teaghlach trí aire a thabhairt do leanaí; múineann seantuismitheoirí meas do dhaoine óga go minic ar bhealach indíreach, agus is féidir leo tacaíocht mhaith mhothúchánach a chur ar fáil don chlann nó don chlann clainne; cúnamh airgeadais a chur ar fáil; ar a suaimhneas níos mó le garchlann agus is féidir leo a bheith ina n-eiseamláirí dearfacha dá ngarchlann; etc.

Roinn C

Freagair ceist roghnach amháin as an roinn seo.
Iarrthóirí a chuir isteach obair chúrsa i dTeicstílí, Faisean agus Dearadh le haghaidh a scrúdaithe, is í Ceist 2 amháin as an roinn seo a gceadaítear dóibh tabhairt fúithi.

Ábhar Roghnach 1 – Dearadh agus Bainistíocht Tí (80 marc)

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an t-ábhar roghnach seo 1(a) agus 1(b) nó 1(c) a fhreagairt.

1.(a) Tá dearadh agus tógáil tithe nua-aimseartha á n-athrú ó bhonn, agus tá béim ar leith ar an bhfuinneamh inbhuanaithe.

(i) Ainmnigh **trí** áit sa teach ba chóir a insliú leis an gcaillteanas teasa a laghdú. Mol modh inslithe do gach áit díobh **agus** mínigh an bunphrionsabal atá i gceist le gach ceann acu. **(24)**

3 phointe @ 8 marc an ceann
(Áit: 2 mharc, Modh: 2 mharc, Bunphrionsabal: 4 mharc) x 3

Áiléar/díon: **insliú pluide snáithíní; insliú líonta scaoilte; cúrinsliú; insligh an t-umar uisce agus píobáin chun reo a chosc; etc.**
Insliú balla: ***cuasbhallaí* – aer, leatháin pholaistiréine, cúr polaistiréine; *ballaí soladacha* – insliú pluide (snáithínghloine nó olann charraige) curtha isteach san fhráma ar bhalla istigh agus clúdaithe le leatháin inslithe; phlástarchláir feistithe do bhallaí agus clúdaithe le plástarchlár; etc.**
Insliú urláir: **líon bearnaí sna cláir urláir agus timpeall orthu; cairpéid fheistithe le fo-chairpéid thiubha; etc.**
Insliú seachtrach: **polaistiréin le mogalra treisithe, cumhdach i bpéint aicrileach; etc.**
Insliú ar fhuinneoga agus ar dhoirse: **fuinneoga agus doirse dea-fheistithe; gloiniú dúbailte/triarach; fuinneoga/doirse a dhéanamh díonmhar ar shéideáin; cuirtíní troma a bhfuil líneáil orthu; etc.**
Sorcóir/píobáin uisce the: **sorcóir atá inslithe go buan; seaicéad fálaithe; muinchillí cúrphlaistigh scoilte ar phíobáin; etc.**

Bunphrionsabal
Tá airíonna inslithe maithe ag ábhair áirithe agus cuireann siad cosc ar an teas éalú; níl aon airíonna inslithe ag ábhair áirithe agus is seoltóirí maithe iad, ligeann siad don teas éalú; úsáidtear inslitheoirí maithe/drochsheoltóirí (aer, polaistiréin, snáithínghloine) chun an caillteanas teasa a chosc/a laghdú; etc.

(ii) Ainmnigh **agus** leag amach sonraí foinse fuinnimh **amháin** a ndearna tú staidéar uirthi. Bíodh tagairt agat:

Ainm = 2 mharc

- don fhoinse ***(3 mharc)***
- do na buntáistí / na míbhuntáistí ***(2 phointe @ 3 mharc an ceann)***
- don inbhuanaitheacht. ***(1 phointe @ 3 mharc)*** **(14)**

Foinse – **Grianchumhacht – *an ghrian.***
Buntáistí/Míbhuntáistí – **is féidir 50-60% de na riachtanais uisce the sa bhaile a sholáthar, costais Teasa laghdaithe; etc.**
Inbhuanaitheacht – **d'fhéadfaí cion mór de riachtanais fuinnimh an domhain a sholáthar ar feadh tréimhse gan teorainn; etc.**

Foinse – **Hidreachumhacht – uisce; cumhacht na taoide; mearaibhneacha**.
Buntáistí/Míbhuntáistí – **an-inmharthana scéimeanna den chineál seo a oibriú in Éirinn ach bíonn costais tionscnaimh mhóra i gceist leo; níl an teicneolaíocht ar fáil go fóill ar phraghas lena mbeadh sé inmharthana ar bhonn tráchtála; tá na costais reatha réasúnta íseal nuair atá an tsaoráid curtha ar bun; etc.**
Inbhuanaitheacht – **soláthar maith; uisce timpeall ar Éirinn ar fad; etc.**

Foinse – **Cumhacht gaoithe – fuinneamh ón ngaoth.**
Buntáistí/Míbhuntáistí – **go leor torainn leis; milleann sé an tírdhreach nádúrtha; go leor daoine a bhfuil cónaí orthu sa cheantar ina haghaidh; costasach an córas a shuiteáil; costais reatha ísle; etc.**
Inbhuanaitheacht – **tá Éire suite go maith chun leas mór a bhaint as cumhacht gaoithe, tá na gaotha ón Atlantach an-láidir; etc.**

Foinse – **Bithfhuinneamh – bithmhais – ábhar orgánach e.g. duilleoga, lorgaí, adhmad, aoileach, séarachas, etc; bithbhreoslaí – soladach (adhmad), leachtach (ola).**
Buntáistí/Míbhuntáistí **– oiriúnach chun tithe agus uisce a théamh; is féidir bithbhreosla leachtach a úsáid mar bhreosla i bhfeithiclí; táirgtear astaíochtaí díobhálacha, rud a dhéanann díobháil don chomhshaol; etc.**
Inbhuanaitheacht – **cineál fuinnimh a fhásann go mall is ea adhmad; tá pleanáil mhaith de dhíth lena úsáid mar fhoinse fuinnimh; etc.**

Foinse – **Geoiteirmeach – screamh an Domhain.**
Buntáistí/Míbhuntáistí – ***éifeachtúil ó thaobh costas de, iontaofa, an t-uisce alathe ar theacht isteach sa teach, costasach le suiteáil; etc.***
Inbhuanaitheacht – **an-inbhuanaitheach; etc.**

Glacadh le foinsí fuinnimh neamh-inathnuaite freisin.

(iii) Scríobh nóta eolasach ar an gcóras Rátála Fuinnimh Foirgnimh (RFF). **(12)**

3 phointe @ 4 mharc an ceann

Tá Rátáil Fuinnimh Foirgnimh (RFF) cosúil leis an lipéad fuinnimh ar fhearais tí, agus tá scála idir A1 agus G i bhfeidhm; is iad na tithe a bhfuil rátáil A acu na tithe is tíosaí ar fhuinneamh, agus is í rátáil G an rátáil is lú atá tíosach; ón 1 Eanáir 2009, tá deimhniú RFF de dhíth i gcás gach tí atá á dhíol nó á ligean ar cíos; le teach a dhíol nó a ligean ar cíos, ní mór do mheasúnóir cláraithe RFF measúnú a dhéanamh air chun deimhniú a fháil; tabharfaidh an measúnóir comhairle freisin ar conas an rátáil fuinnimh a fheabhsú; etc.

agus

1.(b) Idir athchóiriú iomlán ar thithe agus athchóiriú ar sheomraí, is féidir codanna inmheánacha den teach atá sean agus as dáta a bhunathrú chun feabhais ar chostas sách íseal.

(i) Pléigh **<u>ceithre</u>** thoisc ba chóir a chur san áireamh nuair atá dearadh inmheánach an tí á phleanáil. **(16)**

4 thoisc @ 4 mharc an ceann

Aeistéitic; compord; eirgeanamaíocht; costas; feasacht chomhshaoil; méid agus cúinsí an teaghlaigh; etc.

(ii) Ainmnigh **<u>dhá</u>** bhailchríoch balla éagsúla a bheadh oiriúnach le húsáid i seomra suí **agus** déan cur síos orthu. Luaigh **<u>dhá</u>** airí de chuid gach bailchríoch acu. **(14)**

(Ainm – 1 mharc amháin, Cur síos: 2 mharc, Airíonna: 2 phointe @ 2 mharc an ceann) x 2

Péint
Péint uiscebhunach – **éasca le húsáid; mearthriomaitheach; gan boladh láidir; neamhchostasach; réimse dathanna; marthanach; éasca le glanadh; etc.**
Sainphéint – **uigeach – bailchríoch uigeach mar gheall ar shnáithíní plaistigh; réimse dathanna; marthanach; etc.**

Ballapháipéar
Ballapháipéar ilfheidhmeach – **dearadh clóite ar an bpáipéar; tiúis éagsúla; go maith chun lochtanna a cheilt; éagsúlacht dathanna; etc.**

Ballapháipéar in-nite – **lann phlaisteach mar chumhdach air; in ann comhdhlúthú a sheasamh; marthanach agus láidir; oiriúnach do gach cineál seomra; éagsúlacht ollmhór; ceileann sé lochtanna; bíonn seomraí níos teolaí dá bharr; etc.**
Ballapháipéar cabhartha – **tá an dearadh stampáilte ar an bpáipéar; is féidir an páipéar a phéinteáil tar éis é a chrochadh; etc.**
Slis adhmaid – **déantar adhmad a bhrú idir dhá leathán páipéir; éifeacht uigeach leis; is féidir é a phéinteáil; etc.**
Eile – **painéil adhmaid, tíleanna ceirmeacha, etc.**

nó

1.(c) Measadh an réadmhaoin mar infheistíocht mhaith fhadtéarmach i gcónaí agus, má cheannaítear réadmhaoin, ceaptar go sábhálfar airgead san fhadtéarma i gcomparáid le bheith ag íoc cíosa ar feadh do shaoil.

(i) Pléigh na costais chomparáideacha i dtaobh teach do theaghlach a cheannach nó a fháil ar cíos. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann

Ceannach – costais tionscnaimh – **éarlais – 10% den luach ceannaigh go hiondúil, 5% den luach ceannaigh i gcás morgáistí údaráis áitiúil; táillí na gníomhaireachta iasachta; táille iarratais; costas ar shuirbhé iasachtóra; cuardaigh; banna slánaíochta; táillí dlí – is féidir táille seasta abheith ann nó táille bunaithe ar chéatadán den luach ceannaigh, anuas orthu seo: cuardaigh dlí; táillí Chlárlann na Talún ar cuid den phróiseas dlíthiúil iad; táille shuirbhé an cheannaitheora; agus tithíocht athláimhe á ceannach – dleacht stampála; cánacha rialtais iníoctha ar ráta éagsúil ag brath ar mhéid an tí, ar luach an tí; etc.**

Costais leanúnacha a bhaineann le ceannach – **aisíocaíochtaí morgáiste: caiteachas míosúil bunaithe ar an méid a fuarthas ar iasacht; cosaint morgáiste/polasaí árachais saoil: préimh mhíosúil nó préimh amháin sa bhliain; árachas tí: ar an bhfoirgneamh agus ar a bhfuil sa teach; costais ar throscán a chur sa teach; costais ar chothabháil/ar dheisiúcháin; táillí seirbhíse: e.g. bailiú bruscair; muirir uisce; athmhaisiú/deisiúcháin; troscán/fearastú a athsholáthar; cothabháil ar an ngairdín; etc.**

Teach a fháil ar cíos – costais tionscnaimh – **éarlais, cíos míosa roimh ré de ghnáth; táille ghníomhaireachta – bíonn feidhm leis más gníomhaireacht a fuair an chóiríocht ar cíos; in ainneoin go bhfuil an chuma ar an scéal go bhfuil na costais a bhaineann le teach a fháil ar cíos i bhfad níos ísle ná teach a cheannach, is minic a bhíonn an cíos le híoc níos mó ná na haisíocaíochtaí ar mhorgáiste do ghnáth-theach; infheistíocht atá i dteach a cheannach i limistéir áirithe mar tagann méadú ar luachanna réadmhaoine ach ní bhíonn toradh fadtéarmach ar chíos a íoc; mar sin féin, d'fhéadfaí roghnú cíos a íoc i limistéir ina bhfuil laghdú mór tagtha ar luach na dtithe mar gheall ar an gcúlú eacnamaíochta;**
Costais leanúnacha a bhaineann le cíos – **cíos; árachas ar a bhfuil sa teach; muirir uisce agus dramhaíola; etc.**

(ii) Scríobh nóta eolais ar earnáil na cóiríochta príobháidí ar cíos. Luaigh **trí** phointe. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann

Áirítear tithe agus árasáin leis an earnáil; le fáil go príomha i gceantair uirbeacha, go háirithe i gcathracha móra; coitianta i measc mic léinn, daoine óga atá ag tosú amach ag obair agus rogha atá ann freisin dóibh siúd nach bhfuil ar a gcumas teach a cheannach; cáilíocht éagsúil chóiríochta ar fáil; soláthraítear solúbthacht leis dóibh siúd atá fostaithe go sealadach; ligeann sé do dhaoine bogadh ó limistéir éagsúla; d'fhéadfaí liúntas cíosa sa bhreis a sholáthar; ceanglaítear ar thiarnaí talún a bheith cláraithe leis an PRTB; etc.

Ábhar Roghnach 2 – Teicstílí, Faisean agus Dearadh (40 marc)

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an t-ábhar roghnach seo 2(a) agus 2(b) <u>nó</u> 2(c) a fhreagairt.

2.(a) Is stíl thar a bheith íocónach agus ceanndána ina léiriú í stíl shainiúil rockabilly Imelda May – na 1950idí amach is amach.

(i) Déan meas ar dhearadh an ghúna a thaispeántar sa léaráid thuas.
Déan tagairt:

- do chompord
- do mhealltacht aeistéitiúil
- do nósanna faisin reatha. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann (1 tagairt amháin do gach gné)

Compord – **gúna teannta ar an gcorp atá compordach le caitheamh; ligeann sé don chorp gluaiseacht ach coinnítear an cruth; fabraic shínteach; cuibhiúil, faoi na glúine; etc.**

Mealltacht aeistéitiúil – **cuma fhoriomlán an ghúna; éifeacht shonrach mar gheall ar na stríocaí dubha agus bána; etc.**

Nósanna faisin reatha – **tá athbheochan á déanamh ar fhaisean ar an tseanré sna siopaí mórshráide, in irisí faisin agus ar na hardáin taispeána; cuirtear leis an gcuma fhoriomlán le seodra, scaifeanna, sála arda; crios leathan chun aird a dhíriú ar an gcoim, chun cruth orláiste a chruthú; etc.**

(ii) Pléigh an tábhacht a bhaineann le gnéithe an deartha nuair a bhíonn éadaí á roghnú chun méid agus cruth an choirp a léiriú go breá.

2 ghné @ 5 mharc an ceann **(10)**

Dath – **is féidir leis an dath cuma an duine a bhfuil an ball éadaigh á chaitheamh aige a athrú, e.g. cuma níos airde, níos tanaí, níos cruinne;etc. is féidir le dathanna dorcha méid duine a laghdú agus is féidir le dathanna éadroma an duine a mhéadú; is féidir dath a úsáid chun gnéithe de bhall éadaigh a aibhsiú, e.g. pléataí, cufaí, etc.; is láidre dathanna teolaí ná dathanna meathbhána; tá dathanna neodracha amhail dubh, bán agus bánbhuí éasca agus compordach le caitheamh; réitíonn siad go héasca le dathanna eile freisin; cuirfear béim ar threo agus ar línte trí dhath a athúsáid; tá dathanna comhchuibhithe éasca le caitheamh agus éasca ar an tsúil; etc.**

Cruth – **ba cheart béim a leagan ar ghnéithe dearfacha an choirp agus aird a thógáil ó ghnéithe diúltacha le cruth ball éadaigh; is féidir na héifeachtaí seo a leanas a bheith ag an gcruth – éifeacht tanaithe ag cruthanna caola dronuilleogacha; cuirfidh cruthanna boscaí dronuilleogacha leis an leithead agus méadóidh siad an airde; cruth triantánach (i.e. ball éadaigh atá níos leithne ag an mbarr ná mar atá ag an mbun) – is féidir éifeacht tanaithe ar chuma fhoriomlán an duine a bheith ann de bharr an leithid ar uachtar an choirp; etc.**

Líne – **déantar spás a imfhálú agus a roinnt, cruthaítear cruthanna agus foirmeacha; roinntear agus imfhálaítear spás ar bhall éadaigh le línte séama; is ann do cheithre phríomhchineál líne struchtúraí – cuartha, rómánsúil, baineann, cuanna; fiarlán – gníomhach, gluaiseacht, drámatúil; cothrománach – leathnaíonn, suaimhneach, neamhfhoirmeálta; ingearach – fadaíonn; is féidir línte coimeádacha struchtúracha a úsáid chun an chothromaíocht a fheabhsú agus chun an tsúil a dhíriú, is féidir seachmaill radhairc a chruthú leo; etc.**

Uigeacht – **úsáidtear uigeacht chun cruth dromchla a chruthú; tagraíonn sé don ábhar as a bhfuil an t-earra déanta; gné amhairc agus thadhaill is ea uigeacht; tagraíonn uigeacht do théagar na fabraice – is féidir léi a bheith garbh, mín, síodúil, lonrach, fíneálta, tiubh etc.; déanfaidh uigeacht gharbh an solas a shú isteach agus déanfaidh uigeacht mhín lonrach an solas a fhrithchaitheamh; is féidir leis an uigeacht dul i bhfeidhm ar dhath agus ar éifeacht an bhaill éadaigh ó thaobh amhairc de; le fabraicí lonracha míne, d'fhéadfadh cuma níos troime a bheith ar dhuine, beidh a mhalairt d'éifeacht ag fabraicí murtallacha; etc.**

Patrún – **an úsáid a bhaintear as línte agus as cruthanna; cnámh an scadáin, fiarlán, polcaphoncach; etc.**

agus

2.(b) (i) Ainmnigh teicníc tógála fabraice atá oiriúnach d'fhabraic chadáis **agus** déan cur síos uirthi. **(9)**

Ainm = 3 mharc, 2 phointe @ 3 mharc an ceann

Fíodóireacht – **déantar fíodóireacht ar sheol; déantar línte snátha ar a dtugtar dlúthchiumhais nó snáitheanna dlúith a shíneadh ar an seol; déantar snáitheanna eile ar a dtugtar snáitheanna innigh a chur os cionn na snáitheanna dlúith agus faoina mbun ó thaobh go taobh; is é an fhí phléineáilte an fhí is simplí; etc.**
Cniotáil – **de lámh nó ar mheaisín; is éard is cniotáil ann lúba snátha a cheangail nó a chomhghlasáil lena chéile; fabraicí iad fabraicí cniotáilte ar féidir iad a shíneadh, atá compordach agus atá roc-obach; úsáidtear 2 ghreim bhunúsacha: sleamhain agus iompaithe; etc.**

(ii) Tabhair sonraí faoi bhailchríoch fabraice fheidhmiúil **<u>amháin</u>** a chuirtear ar fhabraic chun a feidhmíocht a fheabhsú. **(6)**

2 phointe @ 3 mharc an ceann

Scuabadh: **bíonn an fhabraic níos teolaí dá bharr mar bíonn bailchríoch chlúmhach uirthi lena ngabhtar aer a ghníomhaíonn mar inslitheoir; etc.**
Friotaíocht ar fhithíní: **furasta le cothabháil; faightear réidh le fithíní go héasca; etc.**
Friotaíocht ar chrapadh: **ní chrapann fabraicí agus bíonn siad furasta le cothabháil; etc.**
Éarthach ar smáil: **Scotchguard, bíonn an fhabraic friotaíoch ar smáil dá bharr; etc.**
Uiscedhíonadh: **Scotchguard, cuireann sé cosc ar uisce dul isteach san fhabraic; etc.**
Lasairdhíonadh: **bíonn sé níos deacra an fhabraic a dhó; etc.**
Eile: **Leamhandíonadh agus Snasú; etc.**

nó

2.(c) Tá aitheantas domhanda bainte amach ag dearthóirí faisin agus teicstílí na hÉireann.

(i) Pléigh na dúshláin a mbíonn an tionscal éadaigh agus teicstílí i ngleic leo in Éirinn. **(9)**

3 phointe @ 3 mharc an ceann

Cúlú eacnamaíochta domhanda; níos lú ioncam indiúscartha; méadú ar an méid earraí níos saoire atá á iompórtáil; costais arda saothair le haghaidh oibrithe oilte; dul i dtaithí ar threochtaí nua siopadóireachta e.g. teicneolaíocht ar líne agus ar fhóin phóca; an tSín mar mhonarcha an domhain – saothar níos saoire agus níos tapa; teacht chun cinn na siopaí lascaine (praghas íseal, líon ard); tragóidí sa Bhanglaidéis – iarrachtaí á ndéanamh chun feabhas a chur ar na caighdeáin sábháilteachta i monarchana éadaí; etc.

(ii) Tabhair breac-chuntas ar shaothar dearthóra Éireannaigh **amháin** agus faisean na hÉireann á chur chun cinn aige / aici. **(6)**

Ainm = 2 mharc, 1 phointe amháin @ 4 mharc

John Rocha, Philip Treacy, Lainey Keogh, Paul Costelloe, Louise Kennedy, Sybill Connolly, etc.
Dearadh don lucht ríoga, ceannairí domhanda, daoine cáiliúla; dearadh d'imeachtaí móra – éadaí do Riverdance; etc.

Ábhar Roghnach 3 – Staidéar Sóisialta (80 marc)

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an t-ábhar roghnach seo 3(a) agus 3(b) nó 3(c) a fhreagairt.

3.(a) Mar chuid lárnach d'fhorbairtí beartas oideachais san Aontas Eorpach, tá an feachtas chun an fhoghlaim ar feadh an tsaoil a chur chun cinn agus sochaí foghlama a chruthú.

(i) Déan cur síos ar sholáthar an oideachais in Éirinn sa lá atá inniu ann maidir le hoideachas aosach agus athdheise. **(20)**

4 phointe @ 5 mharc an ceann

Go leor deiseanna le haghaidh daoine de gach aois agus de gach leibhéal oideachais mar is é beartas an rialtais cultúr d'fhoghlaim ar feadh an tsaoil a fhorbairt; déanann Aontas (Gníomhaireacht Náisiúnta na hÉireann don Oideachas Aosach) forbairt na foghlama a chur chun cinn agus tacaíonn sé leis an oideachas aosach agus déanann sé comhordú air; tá oideachas aosach ar fáil ar chúrsaí lánaimseartha, páirtaimseartha, modúlacha, lae, tráthnóna nó deireadh seachtaine; bíonn scéimeanna bunlitearthachta do dhaoine fásta á reáchtáil ag coláistí/ollscoileanna tríú leibhéal; Cianfhoghlaim; bíonn cúrsaí tráthnóna á reáchtáil ag Boird Oideachais agus Oiliúna/Coistí Gairmoideachais; reáchtáiltear cúrsaí iar-Ardteistiméireachta in go leor scoileanna dara leibhéal; cuireann SOLAS réimse cláir oiliúna agus fostaíochta ar fáil; cuireann SDOG réimse cúrsaí ar fáil atá deartha le freastal ar riachtanais oideachais daoine atá dífhostaithe; Teagasc; Coillte; etc.

(ii) Déan anailís ar na gnéithe a chuireann daoine fásta san áireamh, b'fhéidir, nuair a shocraíonn siad filleadh ar an oideachas. **(20)**

4 phointe @ 5 mharc an ceann

Infhaighteacht na gcúrsaí; cúrsa a aimsiú atá oiriúnach dá riachtanais; scileanna faighte, cáilíochtaí bainte amach; méadaítear na deiseanna fostaíocht nó ardú céime a fháil trí fhorbairt phearsanta/ghairmiúil; costas, inacmhainneacht; faitíos roimh theip; cothromaíocht a aimsiú idir freagrachtaí; tacaíochtaí ar fáil (teagascóirí, deontais), fad comaitéireachta; céimeanna an teaghlaigh; etc.

(iii) Ainmnigh **agus** tabhair sonraí de thionscnamh comhaimseartha **amháin** a bhfuil mar aidhm aige feabhas a chur ar chomhionannas deiseanna i gcúrsaí oideachais. **(10)**

Ainm: 4 mharc, 2 phointe @ 3 mharc an ceann

An Chomhairle Náisiúnta um Fhoghlaim Aosach (NALC) – **bunaíodh an Chomhairle chun freastal ar riachtanais an Phlean Gníomhaíochta Náisiúnta um Chuimsiú Sóisialta 2007-2016; etc.**

Aontas – **cabhraíonn Aontas le forbairt na foghlama i measc daoine fásta a chur chun cinn; cuireann sé comhairle agus tacaíocht ar fáil i ngach réimse den oideachas aosach; etc.**

SDOG – **oscailte do dhaoine dífhostaithe go fadtéarmach atá níos sine ná 21 bhliain d'aois; cuirtear cláir bhunaithe ar scileanna ar fáil chun cabhrú le daoine filleadh ar an bhfostaíocht; deonaítear liúntais oiliúna atá cosúil le teidlíochtaí leasa shóisialaigh; etc.**

Bluebrick – **acmhainn ar líne ar féidir í a úsáid chun cúrsaí creidiúnaithe a chuireann na hinstitiúidí teicneolaíochta ar fáil a chuardach; cuirtear an acmhainn ar fáil freisin chun comparáid a dhéanamh idir na cúrsaí éagsúla chun cabhrú leis an úsáideoir an cúrsa is oiriúnaí dó a roghnú; etc.**

Springboard – **tionscnamh atá ann ina dtugtar deis do chuardaitheoirí poist dul i mbun staidéir ar chúrsaí páirtaimseartha san ardoideachas, saor in aisce, gan a sochair leasa shóisialaigh a chailleadh; etc.**

Ógtheagmháil – **do dhaoine idir 15 bliana agus 20 bliain d'aois a d'fhág an scoil gan cáilíochtaí ar bith acu; clár comhtháite oiliúna agus oideachais; faigheann rannpháirtithe liúntas oiliúna; go leor ionad lonnaithe timpeall na tíre lena n-áirítear ionaid oiliúna don lucht siúil agus ceardlanna oiliúna pobail bunaithe i bpobail áitiúla; etc.**

Solas – **cuirtear ceardlanna oiliúna pobail ar fáil do dhaoine fásta; etc.**

Cúrsaí iar-Ardteistiméireachta – **cuirtear oiliúint agus taithí oibre ar fáil; bealach isteach sa bhreisoideachas atá iontu; cúrsaí éagsúla; gan táille ar bith; deimhniú FETAC; etc.**

An Scéim Liúntais chun Filleadh ar an Oideachas (LFO) – **maoinithe ag an Roinn Leasa Shóisialaigh; daoine atá dífhostaithe le 15 mhí agus atá níos sine ná 21 bhliain d'aois; lánaimseartha agus páirtaimseartha; faigheann siad íocaíochtaí leasa shóisialaigh agus deontas beag; etc.**
Scéimeanna Oideachas Pobail – **tionscnamh litearthachta do dhaoine fásta; etc.**
Bealach Rochtana ar Ardoideachas (HEAR) – **bealach rochtana ar an ardoideachas le cur ar chumas mic léinn ó chúlra faoi mhíbhuntáiste (a chomhlánaíonn réimse táscairí réamhshainithe) freastal ar choláistí tríú leibhéal ar bhonn líon laghdaithe pointí; cuirtear tacaíochtaí ar fáil dóibh sa choláiste; etc.**
DARE – **bealach rochtana ar an oideachas do dhaoine faoi mhíchumas e.g. disléicse, neamhord comhordaithe forbartha, daille, bodhaire, uathachas, etc. ar líon laghdaithe pointí; cuirtear tacaíocht leanúnach ar fáil dóibh sa choláiste; etc.**

agus

3.(b) Tá tionchar ollmhór ag na hathruithe sóisialta ar shaol an teaghlaigh in Éirinn sa lá atá inniu ann.

Pléigh an ráiteas seo maidir leis:

- na hathruithe ar an dearcadh i leith an phósta **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann

Athruithe ar an dearcadh i leith an phósta – **daoine ag comhchónaí le chéile i dtosach, agus ag pósadh ina dhiaidh sin; páirtnéireacht shibhialta do leannáin den inscne chéanna; tionchar na heaglaise caitlicí ag dul i léig – méadú ar an líon searmanas sibhialta; méadú ar na rátaí scartha agus colscartha; glacadh go sóisialta le cliseadh pósta; etc.**

- na hathruithe ar na róil thraidisiúnta laistigh den teaghlach **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann

Na róil thraidisiúnta laistigh den teaghlach – **mná ag obair lasmuigh den bhaile; leibhéil arda dífhostaíochta i measc fear; níos coitianta go bhfanann aithreacha sa bhaile; róil chothromaíocha; oideachas níos fearr ar mhná agus iad neamhspleách ó thaobh airgid de; aoire mháithreachais agus saoire atharthachta ar fáil do thuismitheoirí; ní ghlactar sa tsochaí ná faoin dlí leis an bpionós corpartha; coimhlint róil; ró-ualú róil agus iarracht á déanamh ag aithreacha agus ag máithreacha riachtanais tuismitheoirí scothaosta a láimhseáil i dteannta riachtanais a bpáistí féin; etc.**

- an tionchar ag an teicneolaíocht chumarsáide nua-aimseartha. **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann

An tionchar ag an teicneolaíocht cumarsáide nua-aimseartha – **scileanna TF ag leanaí óga; déagóirí ar na meáin shóisialta facebook, twitter, snapchat, instagram – éifeachtaí dearfacha agus diúltacha; etc. méadú ar an líon fóin phóca; an-tóir ar aipeanna ríomhaire, roinnt aipeanna andúile agus roinnt aipeanna an-oideachasúil; cumarsáid ar Skype; a éasca atá sé teacht ar fhaisnéis; etc.**

nó

3.(c) Is é atá i gceist leis an obair dheonach ná am agus fuinneamh a ghealladh chun tairbhe na sochaí agus na bpobal áitiúil.

(i) Pléigh an ról atá ag an obair dheonach sa phobal, agus tabhair samplaí. **(18)**

3 phointe @ 6 mharc an ceann

Soláthraíonn oibrithe deonacha réimse leathan seirbhísí do ghrúpaí faoi mhíbhuntáiste agus beagdheise e.g. daoine scothaosta: cuireann eagraíochtaí deonacha leis an obair atá á déanamh ag comhlachtaí reachtúla, ach soláthraíonn siad seirbhís atá níos áitiúla agus níos pearsanta nuair nach leor an maoiniú ón stát nó nuair nach ann don mhaoiniú sin; eagraíonn agus reáchtálann eagraíochtaí deonacha seirbhísí ar cheart don Stát iad a sholáthar; obair de chineál coisctheach atá in obair dheonach go minic i.e. is féidir déileáil le fadhbanna beaga go tapa sula mbeidh siad ina bhfadhbanna móra sóisialta; is féidir le heagraíochtaí deonacha tionchar a léiriú trí bhéim a leagan ar fhadhbanna sóisialta agus trí aird na meán a dhíriú orthu, agus dá bhrí sin is féidir leo tús a chur leis an athrú agus leis an leasú sóisialta; soláthraíonn oibrithe deonacha comhairle maidir le forbairt bheartais agus reachtaíocht an rialtais; etc.

(ii) Déan meas ar na tairbhí a bhaineann an t-oibrí deonach amach trí obair dheonach a dhéanamh. **(12)**

3 thairbhe @ 4 mharc an ceann

An t-oibrí deonach – obair an-sásúil atá ann; cuirtear leis an bhforbairt phearsanta i dtéarmaí scileanna eagraithe agus cumarsáide; tugtar deis d'oibrithe féachaint ar an saol ó dhearcadh eile, rud a chothaíonn tréithe altrúíocha; cruthaíonn oibrithe deonacha caidrimh le comhoibrithe agus leo siúd atá ag lorg cúnaimh; etc.

Leathanach Bán

Coimisiún na Scrúduithe Stáit
State Examinations Commission

An ARDTEISTIMÉIREACHT 2014

AN SCÉIM MHARCÁLA

EACNAMAÍOCHT BHAILE – EOLAÍOCH AGUS SÓISIALTA OBAIR CHÚRSA i STAIDÉAR BIA

Agus na scéimeanna marcála á bhforbairt ba chóir seo a leanas a thabhairt ar aird:

- *I gcuid mhaith cásanna ní thugtar ach eochairfhrásaí ina bhfuil eolas agus smaointe a chaithfidh a bheith i bhfreagra an iarrthóra leis na marcanna sannta a ghnóthú*
- *Níl an cur síos, na modhanna agus na sainmhínithe uileghabhálach agus glacfar le freagraí bailí malartacha*
- *Cinntítear an mionsonrú a theastaíonn i bhfreagra ar bith tríd an gcomhthéacs agus tríd an mbealach ina gcuirtear an cheist, agus trí líon na marcanna a shanntar don fhreagra ar an bpáipéar scrúdaithe. Is féidir, mar sin, go n-athróidh riachtanais agus leithdháileadh marcanna ó bhliain go bliain*
- *Ní mór focail, leaganacha cainte nó frásaí a úsáid i gceart sa chomhthéacs agus ní mór nach mbréagnaítear iad, agus i gcás go bhfuil fianaise d'úsáid mhícheart nó bréagnú, d'fhéadfadh nach mbronnfaí na marcanna. Ní mór eolas a chur i láthair faoi na ceannteidil chuí.*

Tábla Grádaithe

Grád	*Marc*
A1	**360**
A2	**340**
B1	**320**
B2	**300**
B3	**280**
C1	**260**
C2	**240**
C3	**220**
D1	**200**
D2	**180**
D3	**160**
E	**100**
F	**40**
N.G.	**Níos lú ná 40**

Chun an marc ualaithe a ríomh – roinn an bunmharc ar 5.
(Slánaigh síos aon chuid d'uimhir e.g. 324 = 64)

Critéir Mharcála Ghinearálta d'Obair Chúrsa Phraiticiúil i Staidéar Bia

Fiosrúchán: Anailís/Taighde - 30 marc

Taighde agus anailís **= 20**

Banda A 16-20 marc (an-mhaith – ar fheabhas)
Fiosrúchán
- *tá léiriú ann gur dearnadh* ***taiscéalaíocht chríochnúil*** *agus* ***anailís chuimsitheach*** *ar na saincheisteanna agus na cúinsí a bhaineann le príomhriachtanais an taisc*
- *tá sé cruinn, tagann sé ó raon foinsí agus tá sé curtha i láthair go soiléir*
- *baineann sé úsáid as fianaise ó thaighde mar bhunús chun na roghanna cuí a dhéanamh maidir le roghnú biachlár/mias/táirgí*

Banda B 11-15 marc (an-ábalta – go maith)
Fiosrúchán
- *tá léiriú ann gur dearnadh* ***taiscéalaíocht*** *agus roinnt* ***anailíse*** *ar na saincheisteanna agus na cúinsí a bhaineann le príomhriachtanais an taisc*
- *tá sé cruinn, tagann sé ó raon foinsí agus tá sé curtha i láthair go soiléir*
- *baineann sé úsáid as fianaise ó thaighde mar bhunús chun na roghanna cuí a dhéanamh maidir le roghnú biachlár/mias/táirgí*

Banda C 6-10 marc (bunúsach go ábalta)
Fiosrúchán
- *tá léiriú ann gur dearnadh* ***taiscéalaíocht*** *ar na saincheisteanna agus na cúinsí a bhaineann go ginearálta le príomhriachtanais an taisc*
- *tá sé réasúnta cruinn, tagann sé ó raon foinsí agus tá sé curtha i láthair go soiléir*
- *baineann sé úsáid as fianaise ó thaighde mar bhunús chun na roghanna a dhéanamh maidir le roghnú biachlár/mias/táirgí*

Banda D 0-5 marc (an-bhunúsach – teoranta)
Fiosrúchán
- *léiríonn sé fianaise ar* ***thuiscint an-bhunúsach agus theoranta*** *ar phríomhriachtanais an taisc*
- *tá cuid nó iomlán an eolais éiginnte agus gan ach cuid de cruinn,tá easpa soiléire sa chur i láthair*
- *baineann sé úsáid as fianaise ó thaighde mar bhunús chun na roghanna a dhéanamh maidir le roghnú biachlár/mias/táirgí*

Gach Tasc. - 2 bhéile dhá chúrsa /2 mhias / 2 tháirge /biachlár don lá **= 4**

Mura ndéantar fiosrúchán ar an mias a ullmháitear -1 / -2 mharc sa bhFiosrúchán.
(biachlár – cúrsa tosaigh/ milseog = 1 marc, príomhchúrsa = 1 marc.)

béilí oiriúnacha /miasa / táirgí agus aird á thabhairt ar chúinsí a aithníodh agus a ndearnadh anailís orthu sa bhFiosrúchán

Ní mór biachláir/príomhchúrsa/miasa a bheith cothromaithe – glac le 3 cinn as 4 ghrúpa bia

Fáthanna / critéir roghnaithe - (2 x 2 mharc) **= 4**
léirigh go soiléir na critéir a chinntigh rogha na méise nó an táirge a roghnaíodh chun é a ullmhú.

Foinsí *lena n-áirítear foinse an oidis* **- 2 x 1 mharc (2 mharc)** **= 2**

Ullmhúchán agus Pleanáil - 6 mharc

- Acmhainní (comhábhair lena n-áirítear costáil, trealamh) **= 3**
  - *na príomh-chomhábhair, costas aonaid, an príomhthrealamh a úsáideadh ag brath ar an mias*
    (bíodh coinne le costas ar gach rud seachas AOP E)
- Dáileadh ama / Ord na hoibre **= 3**
  - Ullmhúchán, ord na dtascanna, measúnú

  Banda A 3 mharc – gach príomhchéim aitheanta, an t-ord ceart
  Banda B 2 mharc - roinnt príomhchéimeanna aitheanta nó an t-ord mícheart
  Banda C 1 mharc - gan ach corr phríomhchéim aitheanta agus an t-ord mícheart

Feidhmiú - 28 marc

- Cur síos gearr ar an modh oibre a bhí i gceist lena n-áirítear ullmhúchán, próisis leis an mbia a ullmhú, am cócaireachta /teocht, freastal /cur i láthair, níochán, blaiseadh/measúnú . **= 16**
  (Ba chóir go mbeadh an t-eolas / an cuntas i bhfocail an iarrthóra féin)

  Banda A 13 - 16 marc (an-mhaith – ar fheabhas)
  Aithnítear gach céim riachtanach in ullmhúchán na méise, déantar achoimre orthu agus cuirtear i láthair iad i bhfocail an iarrthóra féin, san ord ceart agus tagairt cheart don phróiseas/ do na próisis ullmhúcháin bia chuí ar baineadh úsáid astu

  Banda B 9 - 12 marc (an-ábalta – go maith)
  Aithnítear formhór na gcéimeanna riachtanacha in ullmhúchán na méise, déantar achoimre orthu agus cuirtear i láthair iad san ord ceart le tagairt cheart don phróiseas/ do na próisis ullmhúcháin bia chuí ar baineadh úsáid astu

  Banda C 5 - 8 marc (bunúsach go ábalta)
  Aithnítear roinnt céimeanna riachtanacha in ullmhúchán na méise, déantar achoimre orthu agus cuirtear i láthair iad san ord ceart le tagairt cheart don phróiseas/ do na próisis ullmhúcháin bia chuí ar baineadh úsáid astu

  Banda D 1-4 mharc (an-bhunúsach – teoranta)
  Ní aithnítear aon cheann nó ní aithnítear ach cúpla ceann de na céimeanna riachtanacha in ullmhúchán na méise, ní dhéantar achoimre orthu ná ní chuirtear i láthair iad san ord ceart le tagairt cheart don phróiseas/ do na próisis ullmhúcháin bia chuí ar baineadh úsáid astu

- **Na príomhchúinsí a cuireadh san áireamh** (caithfidh baint a bheith acu leis an mias/tástáil shainiúil)
  2 x 4 mharc an ceann **= 8**
  Aithint (2) agus míniú soiléir ar thábhacht (2) dhá chúinse a cuireadh san áireamh a raibh baint chriticiúil acu leis an gcaoi ar éirigh leis an mias

- **Sábháilteacht /sláinteachas** **2 x 2 mharc** **= 4**
  (caithfidh baint a bheith acu le comhábhair shainiúla atá in úsáid/ leis an mias atá á cócaráil)
  Aithint (1) agus míniú (1) ar shaincheist sábháilteachta ***amháin*** ***<u>agus</u>*** *ar phríomh-shaincheist sláinteachtais* ***amháin*** *a cuireadh san áireamh agus an mhias á hullmhú agus á cócaráil/ an tástáil á dhéanamh*

Measúnú - 16 marc

Déan measúnú ar an tasc maidir le:

- **Feidhmiú** **2 x 4 mharc an ceann** **= 8**

  Banda A -4 mharc *–aithníodh agus rinneadh anailís ar laigí/ láidreachtaí sainiúla agus an tasc á dhéanamh, cuireadh bonn soiléir faoi mhionathruithe nuair a moladh iad, rinneadh anailís chriticiúil ar úsáid acmhainní/pleanáil*
  Banda B- 3 mharc *- aithníodh laigí/ láidreachtaí agus an tasc á dhéanamh, cuireadh bonn éigin faoi mhionathruithe a moladh, rinneadh anailís theoranta ar úsáid acmhainní/pleanáil*
  Banda C- 2 mharc *–rinneadh iarracht éigin laigí* ***nó*** *láidreachtaí a aithint agus an tasc á thabhairt chun críche, níor cuireadh bonn faoi mhionathruithe, tagairt déanta d'úsáid acmhainní/do phleanáil*

- **Sainriachtanais** an taisc **2 x 4 mharc an ceann** **= 8**
  Banda A 4 mharc *–tagann ar thátail eolasacha maidir le dhá phríomhriachtanas an taisc*
  Banda B 3 mharc *– tagann ar thátail theoranta maidir le dhá phríomriachtanas an taisc*
  Banda C 2 mhac *– déanann achoimre ar dhá thoradh maidir leis an tasc*

<u>Réimse Cleachtais A –Prionsabail Chothaithe a Chur i bhFeidhm</u>

Tasc 1

> ***Ní gá go mbeadh pleananna do bhéilí sláintiúla casta ná costasach agus ba chóir go mbeidis oiriúnach le go mbainfeadh an teaghlach iomlán taitneamh astu.***
> Ag tagairt don ráiteas seo, déan taighde agus forbairt ar na riachtanais chothaitheacha agus ar na treoirlínte pleanála béilí ar chóir a bhreithniú agus béilí á bpleanáil do theaghlach a bhfuil raon riachtanas cothaithe difriúla agus buiséad bia teoranta acu.
> Agus aird á thabhairt ar na cúinsí seo, fiosraigh raon de mhiasa príomhchúrsa a bheadh oiriúnach do phríomhbhéile an lae don teaghlach seo.
> Déan **<u>ceann amháin</u>** de na príomhchúrsaí atá fiosraithe agat a ullmhú, a chócaráil agus a riaradh.
> Déan an tasc a mheasúnú i dtéarmaí **(a)** feidhmithe agus **(b)** riachtanas sainnithe an taisc.

Príomhriachtanais an taisc

- *riachtanais chothaithe/chothaitheacha ar chóir a chur san áireamh agus béilí á bpleanáil do* ***theaghlach le raon riachtanas cothaithe difriúla agus buiséad bia teoranta****.*
- *treoirlínte pleanála ábhartha do bhéilí le tagairt ar leith* ***do theaghlach a bhfuil raon riachtanas cothaithe difriúla agus buiséad bia teoranta aige***
- *raon mias príomhchúrsa oiriúnach don phríomhbhéile*
- *mias phríomhcúrsa agus fáthanna leis an rogha.*

Fiosrúchán

Riachtanais chothaithe / chothaitheacha – *cothromaíocht chothaitheach, riachtanais laethúla mhicrea/mhacrachothaithigh lena n-áirítear riachtanais phróitéine / carbaihiodráite / saille / iarainn / calciam de réir mar is cuí do riachtanais teaghlaigh a bhfuil raon riachtanas cothaitheach difriúla acu (aois, leibhéil ghníomhaíochta, stádas sláinte) agus buiséad bia teoranta le cúiseanna d'éagsúlachtaí a d'fhéadfadh a bheith ann, snáithín ard, Vitimín C/ionsú iarainn, Vitimín D / ionsú calciam, an gá le grúpa Vitimín B a mhéadú do scaoileadh fuinnimh agus meitibileachta, éagsúlachtaí a d'fhéadfadh a bheith ann i riachtanais fuinnimh, cothromaíocht fuinnimh vis a vis leibhéil ghníomhaíochta, treoirlínte cothaitheacha reatha maidir le hiontógáil bia agus cothaithigh; etc.*

Treoirlínte pleanála do bhéilí – *úsáid phirimide bia le cothromaíocht a chinntiú, trí bhéile chothromaithe, éagsúlacht bhianna, col agus bá phearsanta, iontógáil cheart leachta le díhiodráitiú a chosc - 8 ngloine leachta in aghaidh an lae; déanfar bianna a chinneadh de réir riachtanas cothaithe e.g. bianna le neart snáithíní – iatacht agus neamhord putóige; calciam méadaithe – oistéaporóis; seachain bia a bhfuil neart salainn ann – brú fola ard; seachain saill agus siúcra i.e. bianna áise – murtall, galar corónach croí, etc.; seachain gach bia a bhfuil cruithneacht ann – céiliach; diaibéiteach – seachain siúcra, ith béilí go rialta; veigeatóir; – seachain feoil/táirgí feola ag brath ar an gcineál réimse bia veigeatórach; má roghnaítear bianna áise roghnaigh bianna treisithe; roghnaigh snaiceanna sláintiúla; bianna ina séasúr féin a úsáid – saincheisteanna acmhainne agus tagairt ar leith do bhianna atá réasúnta saor ach atá cothromaithe go cothaitheach – bianna féinbhranda, tairiscintí speisialta, bulc-cheannach; bianna próitéine níos saoire a roghnú e.g. ionadaigh feola agus sínigh feola a úsáid; modhanna éifeachtúla cócaireachta a úsáid e.g. micreathonn, galchorcán, lán-úsáid a bhaint as an oigheann; seachain bianna áise toisc go bhfuil siad níos costasaí – déan do chácaí féin, d'arán etc.; úsáid fuílleach le diomailt a sheachaint; déan codanna breise a chócaráil le reo; bíodh am ar fáil d'ullmhúchán; etc..*

Miasa a roghnaíodh - raon mias príomhchúrsa
- caithfidh siad a bheith oiriúnach do raon riachtanas cothaitheacha difriúla agus buiséad bia teoranta
- caithfidh príomhchúrsa a bheith ann.

Measúnú (riachtanais shainiúla an taisc)
Anailís ar thátail maidir le riachtanais chothaitheacha teaghlaigh a bhfuil raon riachtanas cothaithe difriúla acu agus buiséad bia teoranta.
Treoirlínte pleanála béilí – raon mias príomhchúrsa oiriúnach do theaghlach a bhfuil raon riachtanas cothaithe difriúla acu agus buiséad bia teoranta, an chaoi a fhreastalaíonn an mhias roghnaithe ar na riachtanais de réir mar a aithnítear sa bhfiosrúchán iad.

Tasc 2

Chinn taighde ón Eagraíocht Dhomhanda Sláinte go bhfuil an ráta báis is airde ó ghalar croí san AE ag Éirinn i ndaoine faoi bhun 65.
Agus tagairt á dhéanamh don ráiteas thuas, aithin na cúinsí riosca bainteach le drochshláinte chardashoithíoch.
Déan taighde agus forbairt ar na riachtanais chothaitheacha agus ar na treoirlínte pleanála do bhéilí ar chóir a chur san áireamh agus béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú do dhaoine leis an riocht seo.
Agus aird á thabhairt ar na cúinsí a aithníodh i do chuid taighde, scríobh biachlár (trí bhéile) **d'aon** lá amháin do dhuine ar mian leis/léi feabhas a chur ar an tsláinte chardashoithíoch.
Ullmhaigh, cócaráil agus riar an príomhchúrsa de phríomhbhéile an lae.
Déan measúnú ar an tasc maidir le **(a)** feidhmiú agus **(b)** riachtanais shainiúla an taisc.

Príomhriachtanais an taisc

- *na cúinsí riosca bainteach le **drochshláinte chardashoithíoch***
- *riachtanais chothaithe/chothaitheacha agus béilí á bpleanáil do **dhaoine a bhfuil drochshláinte chardashoithíoch** acu*
- *treoirlínte pleanála ábhartha do bhéilí*
- *biachlár (trí bhéile) **d'aon lá amháin***
- *an mhias príomhchúrsa roghnaithe agus na cúiseanna leis an roghnú sin.*

Fiosrúchán

Cúinsí riosca bainteach le drochshláinte chardashoithíoch: *e.g. stair an teaghlaigh, eitneacht, aois, caitheamh tobac, brú fola ard, colaistéaról ard, murtall, diaibéiteas, easpa gníomhaíochta fisiciúla, aiste bia míshláintiúil e.g. iontógáil ard saille sáithithe, úsáid dhíobhálach alcóil, cógais áirithe, leibhéil struis mhéadaithe; etc. artairiscléaróis, aingíne, taom croí/ trombóis chorónach, galar croí, stróc, ainéarais, bás tobann, etc.*

Cleachtais chothaithe / riachtanais chothaitheacha agus béilí a bpleanáil do dhaoine le drochshláinte chardashoithíoch: *cothromaíocht chothaitheach, riachtanais laethúla mhacra/ mhicreachothaitheach lena n-áirítear riachtanais phróiteine, cho, saille, iarainn de réir mar is cuí, breis saille il-neamhsháithithe, breis snáithíní, vitimín C/ionsú iarainn, vitimín D/ ionscú calcium, vitimín B, lean treoirlínte cothaitheacha reatha maidir le cothaithe agus iontógáil bia; etc.*

Treoirlínte pleanála do bhéilí *– úsáid phirimide bia le béilí cothromaithe a chinntiú, déan béilí cothromaithe a phleanáil; laghdaigh iontógáil salainn, seachain bianna áise, léigh lipéid bhia agus seachain bianna próiseáilte a bhfuil saillte agus salann ceilte iontu; laghdaigh iontógáil saillte sáithithe mar gur féidir leis an gcorp saillte sáithithe a aistriú ina cholaistéaról, roghnaigh táirgí beagmhéathrais, cuir teorainn le húsáid bianna hidriginithe nó hidriginithe i bpáirt – roghnaigh margairín i dtobán seachas bloc, méadaigh saillte il-neamhsháithithe toisc go gcuireann siad in aghaidh tionchair an cholaistéaróil ar líneáil artairí, ísligh iontógáil tríghlicríde, méadaigh iontógáil bianna atá saibhir in óimoige 3; laghdaigh iontógáil bianna carbahiodráite mar arán agus gránaigh, méadaigh iontógáil snáithíní e.g.torthaí agus glasraí – cuidíonn sé le LDL a ísliú; seachain bia atá saibhir i gcolaistéaról e.g. ae, duán agus roinnt sliogéisc, roghnaigh bianna ar bheagcholaistéaról; col agus bá daoine a bhreithniú; roghnaigh modhanna cócaireachta saor ó shaill e.g. galbhruith, scalladh, gríoscadh, etc.; roghanna olaí plandúla fíorghlana e.g. ola olóige, ola ráibe nó ola canola; déan mionathruithe ar oidis thraidisiúnta e.g. cuir luibheanna in ionad salainn don bhlas; bíodh bianna feidhmiúla san áireamh i bpleanáil béilí; úsáid táirgí próitéine soighe; etc.*

Miasa a roghnaíodh
- **biachlár (trí bhéile) <u>d'aon lá amháin</u>**
- **caithfidh siad freastal ar riachtanais chothaitheacha a aithnítear do dhaoine le drochshláinte chardashoithíoch**
- **caithfidh príomhchúrsa a bheith ann**

Measúnú (riachtanais shainiúla an taisc)
Anailís na dtátal ar an méid a d'fhoghlaim tú ón bhfiosrúchán maidir le bainistiú aiste bia do dhaoine a bhfuil drochshláinte chardashoithíoch acu, cúinsí ar chóir a bhreithniú agus béilí á bpleanáil do dhaoine a bhfuil drochshláinte chardashoithíoch acu chun leordhóthanacht chothaitheach a chinntiú, na bianna atá oiriúnach/neamhoiriúnach, na gnéithe ar leith de phleanail béilí ar chóir a bhreithniú etc., an chaoi a fhreastalaíonn an mhias roghnaithe ar na riachtanais a aithníodh sa bhfiosrúchán.

Réimse Cleachtais B – Ullmhúchán Bia agus Próisis Chócaireachta

Tasc 3

Tá raon leathan úsáide ag geilitín i ndéanamh bia agus i gcócaireacht araon.   Déan taighde ar *gheilitín* maidir le gach ceann díobh seo a leanas: • céard is geilitín ann agus céard iad na cineálacha atá ar fáil   • cén chaoi a n-úsáidtear geilitín in ullmhúchán bia   • miasa a léiríonn úsáid gheilitín   • na príomhphointí ar chóir a thabhairt ar aird le cinntiú go mbeidh rath ar úsáid gheilitín.   Ullmhaigh agus déan ceann amháin de na miasa ó do chuid taighde.   Déan measúnú ar an tasc maidir le **(a)** feidhmiú agus **(b)** buntáistí agus míbhuntáistí geilitín a úsáid.

Príomhriachtanais an taisc

- *céard é geilitín* - *na cineálacha geilitín atá ar fáil*
- *an chaoi a n-úsáidtear geilitín in ullmhúchán bia* - *miasa a léiríonn úsáid gheilitín*
- *na príomhphointí ar chóir a thabhairt ar aird le cinntiú go mbeidh rath ar úsáid gheilitín*
- *an mhias roghnaithe agus na cúiseanna leis an rogha*

Fiosrúchán

Céard é geilitín: *substaint neamhdhathach, gan bhlas, gan bholadh a dhéantar as próitéin ó chnámha mairteola agus laofheola, teannáin agus fíochán tacaíochta; is fo-tháirge de chraiceann muice é geilitín tráchtála; úsáidtear é mar oibreán téachta nó glóthúcháin i gcócaireacht mhilis agus neamh-mhilis; is cineál hidrealaithe do-aismiopmaithe collaigine é; etc.*

Na cineálacha geilitín atá ar fáil: *geilitín púdaraithe, duilleog (bileog) geilitín, agar- agar a bhfuil airíonna comhchosúla le geilitín aige ach a thagann ó fheamainn, iascghlae a bhaintear as bolgáin aeir éisc, etc.*

An chaoi a n-úsáidtear geilitín in ullmhúchan bia: ***duilleog geilitín:*** *maothaigh in uisce fuar, má tá maothú á dhéanamh ar níos mó ná duilleog amháin scar óna chéile iad san uisce, clúdaigh an geilitín go hiomlán, maothaigh go dtagann blás air (go leathnaíonn sé) agus go n-éiríonn sé rocach 5 - 10 nóiméad, má bhíonn roinnt duilleoga i gceist tógann sé níos faide, bain an geilitín amach as an uisce, fáisc idir na méara é leis an farasbarr uisce a bhaint amach; leáigh go mall os cionn teas réidh - 35C; cuir le comhábhair fhuara; etc.*
geilitín púdaraithe: *croith púdar i mbabhla ina bhfuil 2-3 spúnóg boird leachta – uisce/leacht an oidis, measc agus fág go mbeidh an leacht suaite ag an ngeilitín 5 – 10 nóiméad; cuir an babhla i sáspan uisce atá ag suanbhruith ar éigin, lig don gheilitin a leá go hiomlán agus iompú trédhearcach; scag le haon phíosa craicinn a d'fhoirmigh, b'fhéidir, a bhaint amach más gá; cuir leis an meascán fuar, á mheasadh go maith; an modh tapa agus úsáid á baint as micrathonna; etc, féádtar geilitín a úsáid do thiúchan, do théachtadh, do ghlónrú, do ghléghlanadh; etc.*

Miasa a léiríonn úsáid an gheilitín: *cúróga fuaraithe, mousse/ múnla (milis agus neamh-mhilis), bavarois, uachtair reoite, leamhacháin, bánghlóthach, cogaint ghlóthaí, paté, pióga neamh-mhilse, sicín brúite, múnlaí feola, glóthacha; etc.*

Príomhphointí ar chóir aird a thabhairt orthu leis an rath a chinntiú agus geilitín á úsáid:
Scriosann beiriú cumas geilitín téachta, úsáid an teocht is ísle agus is féidir chun é a leá agus téigh don achar is giorra é; ná húsáid le torthaí a bhfuil einsímí scoilteadh próitéine iontu e.g. anann, kiwi mar go gcoscann siad téachtadh an gheilitín – déan é a chócaráil ar dtús leis na heinsímí a dhíghníomhachtú; féadfaidh an iomarca siúcra bacainn a chur ar ghlóthúcháin; treisíonn táirgí déiríochta an próiseas glóthúcháin; íslíonn súnna torthaí agus fíon (ph faoi 4) neart an gheilitín – méadaigh an méid geilitín a úsáidtear; tógann sé dhá uair chomh fada ar gheilitín leá má úsáidtear le huachtar nó le bainne é; mura maothaítear duilleog geilitín i gceart beidh lagú ar an úsáid; ná maothaigh duilleog geilitín ró-fhada – tosóidh sé ag briseadh anuas agus titfidh sé as a chéile; fuaraigh an meascán go raimhre ghealacáin uibhe fhuair sula gcuirtear an geilitín leis chun cuidiú le fuaidriú torthaí, feola, glasraí; taosc an leacht go léir ó sholaid sula gcuirtear geilitín leo; cuir an geilitín isteach ó airde mhór agus measc agus é á chur isteach le déanamh stríoca geilitín a sheachaint; chun é a bhaint as an múnla go héasca – spréigh an múnla le hola, sruthlaigh le huisce fuar nó tum in uisce te ar feadh 5 – 10 soicind; déan milseoga geilitín a stóráil i ngabhdán clúdaithe le foirmiú craicinn saghas rubair ar an dromchla a sheachaint; etc.

Miasa a roghnaíodh – caithfidh siad úsáid an gheilitín a léiriú

Measúnú (mar atá sainnithe sa tasc) – *buntáistí agus míbhuntáistí a bhaineann le húsáid an gheilitín.*

Réimse Cleachtais C: Teicneolaíocht an Bhia

Tasc 4

Cuireann an t-ardú ar líon margaí feirmeoirí ar fud na tíre béim ar éileamh an tomhaltóra ar bhia ceardaí/shainbhia. Is roghanna iad a bhfuil an-éileamh orthu bianna leasaithe, go háirithe picilí de dhéantús baile.

Déan taighde ar phicilí a dhéanamh maidir le gach ceann díobh seo a leanas:

- na glasraí difriúla agus na teaglamaí glasraí ar féidir a úsáid
- an chaoi a gcuirtear an modh leasaithe seo i bhfeidhm agus na bunphrionsabail atá bainteach leis
- na fadhbanna ionchasacha a d'fhéadfadh a eascairt.

Ullmhaigh agus déan do rogha picile. Bíodh mionsonraí an ghabhdáin agus an lipéadaithe a d'úsáid tú san áireamh ann.

Déan measúnú ar an tasc maidir le **(a)** feidhmiú **(b)** agus infheidhmitheacht picilí a dhéanamh sa bhaile.

Príomhriachtanais an taisc

Fiosraigh:

- *na glasraí difriúla agus na teaglamaí gasraí ar féidir a úsáid agus* ***picilí*** *á ndéanamh*
- *an chaoi a gcuirtear an modh leasaithe i bhfeidhm*
- *na bunphrionsabail atá i gceist* - *an gabhdán oiriúnach agus an lipéadú a úsáideadh*
- *na fadhbanna ionchasacha a d'fhéadfadh a eascairt*
- *an táirge roghnaithe agus na cúiseanna a bhí leis an rogha*

Fiosrúchán

Taighde ar ghlasraí difriúla agus ar theaglamaí glasraí ar féidir a úsáid.

Cóilis, cúcamar, oiniúin, cabáiste dearg, gircíní, muisiriúin, trátaí, gairleog, bliosáin, cúirséad, pónairí glasa, aspagargas, piobair, raidis fhiáin, etc. teaglamaí e.g. cúcamar agus oiniún; cóilis, cúcamar, raidis fhiáin & gairleog; etc.

An chaoi a chuirtear an modh leasaithe i bhfeidhm: *e.g. is féidir picilí a leasú i bhfínéagar nó i sáile salainn/salann tirim; glasraí a ullmhaítear de réir chineáil; déan cócaireacht más gá; cuir i mbabhla agus croith le salann idir sraitheanna/tum i dtuaslagan sáile; fág ar leataobh don am riachtanach; leáigh siúcra i bhfínéagar te/fuar;cuir comhábhair eile leis; sruthlaigh glasraí le salann a bhaint amach más gá; taosc, beirigh (braitheann sé ar na glasraí a úsáidtear); cuir i bprócaí steirilithe, pacáil go maith, doirt fínéagar fuar/te os a gcionn, scaoil bolgáin aeir; clúdaigh, cuir lipéad orthu, dáta; is féidir picilí a stóráil ar feadh roinnt seachtaine i gcuisneoir nó ar feadh bliana ag brath ar an modh a úsáideadh; etc.*

An bunphrionsabal atá i gceist: *e.g.cuireann ph íseal an aigéid bacainn ar fhás miocrorgánach; leasaíonn salann na glasraí trí mhéid na móilíní uisce 'saora' atá ar fáil a ísliú, tarraingíonn salann uisce agus carbahiodráit ó fhiocháin na nglasraí agus righníonn iad beagán, an uigeacht á hathrú de réir mar a dhéantar einsímí bogtha a dhíghníomhú, salann/sáile is cúis le coipeadh – fágann fás baictéar maithe nach mbíonn bia chomh leochailleach don mhilleadh is cúis le baictéir; teastaíonn tuaslagán salainn 10% má tá an bia le seasamh ar feadh na mblianta; coipeadh anaeróbach i sáile le haigéad lachtach a chur ar fáil, - tugann a mblas agus an t-athrú datha sainiúil do phicilí (éiríonn na dathanna níos láidre), íslíonn táirgí coipthe an ph, cuireann bacainn ar fhás microrgánach; etc. Próiseas Paca úir – ní dhéantar na picilí a tháirgtear a choipeadh toisc go gcuirtear i dtuaslagán sáile ar feadh cupla uair an chloig amháin iad agus ansin cuirtear le fínéagar beirithe agus spíosraí picleála iad – maraíonn teas na microrgánaigh; téann spíosraí isteach tríd an mbia agus cuireann leis an mblas; séalaítear iad i bprócaí steirilithe leis an ocsaigin a bhaint amach; etc.*

Fadhbanna a d'fhéadfadh a eascairt

Picilí dorcha nó dídhathacha: *e.g. féadfaidh fínéagar agus salann imoibriú le miotal galbhánaithe agus substaint thocsaineach a chur ar fáil, féadfaidh fínéagar ceirtlise, braiche nó fíona an phicil a dhorchú; etc.* ***picilí boga****: an fínéagar ró-lag – níos lú ná 5% nó méid neamhleor den sáile úsáidte; etc.* ***dríodar bán sa bpróca:*** *salann e.g. gníomhaí frithstolptha sa salann iadaithe nó salann boird a úsáideadh – caithfear salann íon a úsáid; etc.* ***cáilíocht na nglasraí lena mbaineann a choinneáil:*** *má bheirítear ró-fhada iad bionn caillteanas aigéid aicéitigh ann; etc.* ***fás baictéar:*** *má úsáidtear fínéagar le híosleibhéal aigéid; etc.* ***cóta crua lasmuigh:*** *bíonn cúcamair sailéid céirbhrataithe a gcaithfear a scríobadh; etc.*

Gabhdáin oiriúnacha agus lipéadú: *e.g. prócaí kilner/gloine, scriúchlaibín laicearaithe/ barranna plaisteach-bhrataithe, páipéar fínéagardhíonaithe, polaitéin ar ghrád reoiteora, lipéid; etc.*

Mura ndéantar aon fhiosrú faoi phacáistiú – 3 mharc

Miasa a roghnaíodh – picil.

Measúnú (mar atá sainnithe sa tasc) *Infheidhmitheacht picilí a dhéanamh sa bhaile – saincheisteanna acmhainní –costas, am, scileanna, trealamh, pacáistiú, stóráil; etc.*

Réimse Cleachtais D – Miasa a léiríonn Airíonna Bia

Tasc 5

Tarlaíonn dínádúrúchán próitéine le linn ullmhúcháin agus cócaireachta bia.
Déan taighde ar na cúiseanna a bhíonn le dinádúrúchán próitéine agus mínigh an bunphrionsabal i ngach cás.
Sainaithin raon mias a léiríonn dínádúrúchán próitéine. Ba chóir go léireodh miasa a fiosraíodh modhanna difriúla dínádúrúcháin.
Déan do rogha méise, a bhfuil fiosrúchán déanta agat uirthi agus a léiríonn dénádúrúchán próitéine, a ullmhú, a chócaráil agus a riaradh.
Déan measúnú ar an tasc maidir le **(a)** feidhmiú agus **(b)** tionchair dínádúrúcháin phróitéine ar an mias a ullmhaíodh.

Príomhriachtanais an taisc

- *na cúiseanna a bhíonn le dínádúrúchán próitéine*
- *an bunphrionsabal i **ngach** cás*
- *raon mias le modhanna difriúla dínádúrúcháin phróitéine a léiriú*
- *an mhias atá roghnaithe agus na cúiseanna a bhí leis an rogha.*

Na cúiseanna a bhíonn le dínádúrúchán próitéine
Modhanna ceimiceacha agus fisiciúla is cúis leis e.g. teas, aigéid, einsímí, salann, gníomh meicniúil/suaitheadh.

An bunphrionsabal i ngach cás
Tarlaíonn dínádúrúchán i rith ullmhúcháin bia, bíonn sé do-aisiompaithe de ghnáth; de thoradh dínádúrúcháin nascann na slabhraí próitéine neamhfhillte lena chéile agus foirmítear toim, bionn athrú sa struchtúr tánaisteach/treasach, agus is é an toradh a bhíonn air ná téachtadh nó cruachan an bhia próitéine ar a dtugtar téachtadh: is iad seo is cúis le téachtadh:
Teas: *e.g. téachtann próitéin nuair a théitear í – téachtann gealacán uibhe ag 60°C, buíocán uibhe ag 68°C; athraíonn dath ó thrédhearcach go teimhneach; etc.* **teas tais:** *athraíonn an collaigin go geilitín rud a mhaothlaíonn feoil; is í an mhíoglóibín a thugann ar fheoil a dath a athrú ó dhearg go donn; fágann ró-chócaireacht go mbíonn bia do-dhíleáite; crapann cáiséin phróitéine bainne agus foirmíonn craiceann ar an dromchla; etc.* **teas tirim:** *is é is cúis le crapadh agus righniú fíochán matáin agus caillteanas taise dá bharr in uigeacht thirim; etc.*
Aigéid: *coipeann bachtéir atá i mbainne an lachtós nuair a ghéaraíonn bainne, táirgtear aigéad lachtach, íslitear ph bainne; téachtann caiséinigin próitéine; tugann sú liomoide/fínéagar ar bhainne gruthú; agus déanann an fínéagar aigéadach a úsáidtear i maranáidí dínádúrúchán ar an bpróitéin i bhfeoil; agus teas á chur leis an aigéad sa chócaireacht fágann sé go ndéantar maothú mall ar an matán i bhfeoil; etc.*
Einsímí: *téachtann an einsím reinine próitéin bhainne sa ghoile, úsáidtear reinin leis an ngruth i ndéanamh cáise a fhoirmiú, is iad na heinsímí phróitéalaíocha e.g. paipin, brómailin agus ficin, is cúis le maothú mall ar mhatán na feola nuair a chroitear ar dhromhchla na feola iad, etc.*
Salann: *téachtann cláiríd sóidiam próitéiní áirithe e.g. i ndéanamh cáise cuirtear salann leis an ngruth le daingneacht a mhéadú, etc.*
Gníomh meicniúil/suaitheadh *fágann greadadh gealacáin uibhe téachtadh páirteach na próitéine; osclaíonn na slabhraí proitéine amach agus déanann líne thart ar na bolgáin aeir, aer á sháinniú a mbíonn foirmiú cúir de thoradh air; táirgeann greadadh teas a théachtann an gealacán uibhe beagán; etc.*

Raon miasa/táirgí a léiríonn modhanna difriúla dínádúrúcháin
Teas: *custard uibhe, císte spúinse, quiche, stobhach mairteola, bágún beirithe, sicín rósta, feoltaí griollta, etc.*
Aigéid: *feolta, iasc, glasraí maranáidithe, etc.*
Einsímí: *cáis, feolta maranáidithe, etc.*
Salann: *cáis, etc*
Gníomh meicniúil/suaitheadh: *meireangaí, cúróga, mousse, etc.*

Miasa a roghnaíodh – caithfidh siad dínádúrúchán próitéine a léiriú
Measúnú (mar atá sainnithe sa tasc)

Tionchair dínádúrúcháin phróitéine ar an mias a ullmhaíodh, i.e. tionchar an téachta, an ghnímh mheicniúil/suaite, teasa, aigéad, einsímí nó salainn ar an mias a ullmhaíodh, etc.

Réimse Cleachtais E: Anailís Chomparáideach lena n-áirítear Anailis Chéadfach

Tasc 6

Tá an caitheamh seacláide is airde per capita ag Éirinn ar domhan agus 11.2kg de mhilseogra seacláide ar an meán á chaitheamh ag tomhaltóirí Éireannacha gach bliain. Déan taighde agus measúnú ar raon na mbarraí seacláide (bainne/dorcha/bán) atá ar fáil in Éirinn. Bíodh tagairt do bhrandaí, do mhéid an chócó, do phraghas etc. san áireamh ann. Agus **trí** bhranda difriúla seacláide bainne in úsáid, déan **tástáil rangaithe tosaíochta** le fáil amach céard é an branda seacláide is rogha roghnaithe laistigh de do ghrúpa. Déan measúnú ar an tasc maidir le **(a)** feidhmiú agus **(b)** na tátail tástála a fuarthas. (i.e. anailís ar na cúinsí a d'fhéadfadh cur leis na torthaí tástála a fuarthas).

Príomhriachtanais an taisc

- *taighde ar **raon na mbarraí seacláide (bainne/dorcha/bán)** atá ar fáil in Éirinn*
- ***an táirge roghnaithe** is rogha leat agus na cúiseanna le do rogha*
- ***tástáil rangaithe tosaíochta***
- *na coinníollacha le rialú i rith na tástála.*

Fiosrúchán **= 20**

- Taighde/Fiosrúchán táirgí a bheadh oiriúnach don tástáil
  i.e. fiosraigh raon na mbarraí seacláide (bainne/dorcha/bán) atá ar fáil in Éirinn - brandaí, méid an chócó, praghas, etc.

- **Tástáil rangaithe tosaíochta**

Cur síos: *cuirtear roinnt samplaí códaithe i láthair an tástálaí, rangaíonn an tástálaí samplaí in ord tosaíochta, etc.*
Aidhm na tástála: *cinneadh a dhéanamh cé acu de na trí bhranda seacláide is fearr le tástálaithe, etc.*
Torthaí a d'fhéadfadh a bheith ann: *ord a shannadh do na samplaí de réir tosaíochta daoine.*

- **Sainaithint na gcúinsí le rialú i rith na tástála**

Cúinsí a bhaineann go sonrach leis an tasc e.g. méid, cruth agus dath na ngabhdán a úsáideadh don tástáil, teocht samplaí, cainníochtaí comhchosúla i ngach sampla, códú samplaí, sláinteachas, uainiú, áit a ndéantar an tástáil, breithniúcháin chothaithe, etc.

- **An mhias/táirge roghnaithe agus na critéir roghnaithe**

***Táirgí roghnaithe** –barraí seacláide bainne* **(3 tháirge)** **= 4**
Tabhair cúiseanna leis an rogha. **(2 chúis @ 2 mharc an ceann)** **= 4**

Foinsí – *2 x 1 mharc (2 mharc)* **= 2**

Ullmhúchán agus Pleanáil

- **Acmhainní** **= 3**
- **An príomhthrealamh a theastaíonn leis an tasc a dhéanamh**

Tástáil Rangaithe Tosaíochta – *6 thrádaire, 6 ghloine uisce, 18 gabhdán códaithe, 6 sampla de bhia A, 6 sampla de bhia B, 6 sampla de bhia C, 6 scórchárta, bileog taifid, peann, etc.*

Seicheamh oibre **= 3**

Tástáil Rangaithe Tosaíochta: *códaigh na gabhdáin, socraigh amach na trádairí, cuir samplaí seacláide sna gabhdáin, cuir lipéid ar na scórchártaí agus ar na bileoga taifid, lean na treoracha ar na scórchártaí, déan an tástáil rangaithe tosaíochta, bailigh na scórchártaí, aistrigh na torthaí go dtí bileog taifid, déan na torthaí a ríomh, nochtaigh na cóid, cuir na torthaí i láthair agus déan measúnú orthu, cuir slacht ar an áit, nigh na gréithre, etc.*

Feidhmiú **= 16**

An nós imeachta a leanadh agus an ghné seo den tasc á déanamh
Ba chóir seicheamh iomlán an fheidhmithe a thabhairt agus ba chóir na tátail don tástáil a chur i láthair i.e.

Tástáil Rangaithe Tosaíochta (trí tháirge)

Códaigh 18 gabhdán, 6 ghabhdán leis an siombail □, 6 ghabhdán leis an siombail ◊, 6 ghabhdán leis an siombail ○, cuir samplaí seacláide i ngach gabhdán, socraigh 6 thrádaire leis na huimhreacha 1-6, tá gabhdán amháin ar gach trádaire leis an siombail □, gabhdán amháin leis an siombail ◊, gabhdán amháin leis an siombail ○, leanann tástálaithe treoracha ar an scórchárta, blaiseann gach sampla agus léirionn a rogha trí rogha 1 a chuir lámh leis an sampla is fearr leo, rogha 2 in aice leis an gcéad tosaíocht eile, rogha 3 in aice leis an gceann is lú a thaithn leo, bailíonn an cláraitheoir na scórchártái agus aistríonn na torthaí go dtí an bhileog taifid ullmhaithe, sannaíonn scórluach do gach rogha, e.g. 1 rogha – 3 phointe, 2ú rogha – 2 phointe, 3ú rogha – 1 phointe, agus na torthaí á dtaifeadadh déan an scór a ríomh do gach táirge – méadaigh líon na dticeanna i ngach bosca faoin scórluach a sannadh don rogha sin, nochtar na cóid agus cuirtear na torthaí i láthair, is féidir na torthaí a chur i láthair ar bharrachairt/píochairt/tábla, cuir slacht ar an áit, nigh na gréithre etc.

- **Na Príomhchúinsí a breithníodh (aon 2 cheann @ 4 mharc an ceann)** **= 8**

*Ar na príomhchúinsí a d'fhéadfaí a bhreithniú lena chinntiú go n-eireodh leis an tasc seo áirítear – cúinsí **rialaithe** le linn tástála … códú, rogha an táirge a úsáideadh, teocht samplaí, aonfhoirmeacht samplaí don tástáil, méideanna leordhóthanacha, gloine uisce/ nó craicear tirim san áireamh leis angcarball a ghlanadh, tábhacht chiúnais le linn tástála, na cóid ar gach trádaire mar a chéile i gcónaí,athraíonn an táirge sa ghabhdán, níor chóir do na cóid a úsáideadh aon chlaonadh a spreagadh i measctástálaithe, níor chóir go mbeadh daoine a bheadh páirteach sa tástáil bainteach leis an gcódú agus le socrú na samplaí nó le comhordú na dtorthaí, etc.*

(ní mór do phríomhchúinsí tagairt don tástáil iarbhír a rinneadh)

- **Sábháilteacht agus sláinteachas**
  (sábháilteacht amháin @ 2 mharc + sláinteachas amháin @ 2 mharc) **= 4**

***Sábháilteacht**: tástálaithe le hailleirgí – táirge le cnóite etc., aistí bia speisialta e.g. diaibéiteach, etc., táirgí le breiseáin/ uimhreacha E etc.*
*Dea-chleachtas **sláinteachais** maidir le: ceantar ullmhúcháin agus an ceantar tástála, láimhseáil samplaí – úsáid lámhainní plaisteacha/ gloiní aon uaire etc.*

Measúnú

- **Feidhmiú (2 phointe x 4 mharc an ceann)** **= 8**

Nosanna imeachta tástála a úsáideadh
Príomhchúinsí agus an tástáil á reáchtáil
Saincheisteanna sábháilteachta agus sláinteachais a breithníodh
Fadhbanna a d'eascair agus réitigh a moladh
Éifeachtacht an tseichimh oibre a mheasúnú

- **Riachtanais shonracha an taisc (2 phointe x 4 mharc)** **= 8**

Ba chóir do dhaltaí na torthaí a fuarthas don tástáil Rangaithe Tosaíochta a mheasúnú agus tátail a bhaint astu.
Ba chóir anailís a dhéanamh ar na cúinsí a d'fhéadfadh cur leis na torthaí tástála a fuarthas.

Banda A = 4 mharc
Banda B = 3mharc
Banda C = 2 mharc

Aguisín 1
Treoracha Ginearálta do scrúdaitheoirí maidir le bronnadh marcanna

1. Riachtanais scrúdaithe:
   Ní mór d'iarrthóirí taifead de **chúig** thasc a chríochnú agus a chur i láthair le haghaidh scrúdaithe.
   Maidir le **Réimsí Cleachtais,** ní mór d'iarrthóirí na nithe seo a leanas a chríochnú
   Réimse A – Tasc **amháin**
   Réimse B – Tasc **amháin**
   Réimse C - Tasc **amháin**
   Réimse D - Tasc **amháin**
   Tasc **amháin** eile ó Réimse A nó ó Réimse E
   I gcás go **gcríochnaíonn iarrthóir cúig thasc agus nach dtagann leis na riachtanais scrúdaithe** mar atá leagtha amach thuas, marcálfaidh an scrúdaitheoir na cúig thasc mar a chuirtear i láthair iad agus dícheadóidh na marcanna a bronnadh ar an tasc leis an marc is ísle ó AOP A **nó** E.

2. Caithfidh gach tasc Staidéar Bia gníomhaíochtaí praiticiúla éagsúla a chur san áireamh.
   I gcás go **ndéanann iarrthóir gníomhaíocht phraiticiúil in athuair don dara tasc,** marcálfaidh an scrúdaitheoir an ghníomhaíocht phraiticiúil athdhéanta mar a chuirtear i láthair í agus dícheadóidh na marcanna a bronnadh ar an ngníomhaíocht phraiticiúil athdhéanta leis an marc is ísle.

3. I gcás go **gcríochnaíonn iarrthóir an fiosrúchán agus / nó an t-ullmhú agus an phleanáil agus/nó gnéithe measúnaithe an taisc agus nach gcríochnaíonn an feidhmiú,** marcálfaidh an scrúdaitheoir gnéithe críochnaithe an taisc mar a chuirtear i láthair iad. Ach dícheadófar marcanna do **mheasúnú an fheidhmithe** má thugtar faoi.
   Maidir le Tascanna 3, 4, 5 agus 6 dícheadófar **measúnú sainriachtanas** freisin.

4. I gcás go **gcríochnaíonn iarrthóir gnéithe d'ullmhú agus pleanáil agus/nó feidhmiú agus/ nó measúnú taisc, agus nach dtugann an fiosrúchán chun críche,** marcálfaidh an scrúdaitheoir gnéithe críochnaithe an taisc mar a chuirtear i láthair iad. Ach dícheadófar marcanna do **mheasúnú sainriachtanais an taisc,** áit a dtugtar fúthu.

5. I gcás **nach n-aithnítear an mhias/táirge a ullmhaíodh sa bhfiosrúchán,** ach go gcomhlíonann sé riachtanais an taisc, bain na marcanna cuí a bronnadh (-1/-2) faoi bhéilí/miasa/ táirgí sa bhfiosrúchán agus na cúiseanna leis an rogha (4 mharc).

6. **Níl** obair **thaispeána an Mhúinteora inghlactha,** mar sin ní bhronnfar aon mharcanna ar fheidhmiú agus ar mheasúnú an fheidhmithe.

7. 7. **Níl an mhias** a roghnaíodh **ag teacht go hiomlán** leis na riachtanais e.g.
   - *Mias amh* roghnaithe áit a shonraítear mias atá cócaráilte
   - An mhias *gan a bheith oiriúnach do dhaoine le drochshláinte chardashoithíoch* - Tasc 2
   - **Níor úsáideadh geilitín** – Tasc 3, **ní léiríonn an mhias a roghnaíodh dínádúrúchán**. Tasc 5
   - Ní léiríonn an mhias a roghnaíodh ach ***corr scil próiseála***
   - Áirítear ***ró-úsáid bianna áise*** sa mhias a roghnaíodh

   Bain – 8 marc ón marc iomlán a bronnadh ar an tasc agus cuir míniú isteach mar a léirítear thuas.

8. I gcás **nach dtagann mias le riachtanais an taisc** e.g. mias milseoige ullmhaithe in áit Phríomhchúrsa; níl aon mharc le bronnadh.

9. I gcás go ndícheadaíonn múinteoir feidhmiú praiticiúil, ní cheadaítear aon mharc do **Fheidhmiú** agus do **Mheasúnú an Fheidhmithe.** Féadfar gach réimse eile a mharcáil.

NB Ní mór gach cás a sheiceáil leis an scrúdaitheoir comhairlithe sula gcuirtear i bhfeidhm iad.
Agus cás á chur i bhfeidhm léirigh é seo trí S. 7 - 8 marc a chur leis an nóta tráchta ábhartha ag tús an taisc.

Leathanach Bán

Leathanach Bán