Coimisiún na Scrúduithe Stáit

An Ardteistiméireacht 2015

Aistriúchán
Ar Scéim Mharcála

Eacnamaíocht Bhaile –Eolaíocht agus Sóisialta

L2

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, 2015

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. Mínigh dí-aimíniú próitéine. **(6)**

*Is é seo an próiseas trína n-úsáidtear próitéin **bhreise** i gcomhair fuinnimh; tarlaíonn sé nuair a bhriseann an t-ae síos aimínaigéid; tiontaítear an t-aimínghrúpa (NH2) ina amóinia, agus ansin go húiré agus eisfhearann na duáin é mar tháirge dramhaíola san fhual, déantar ocsaídiú ar an gcarbocsailghrúpa (COOH) agus úsáidtear é chun teas agus fuinneamh a tháirgeadh; etc.*

2. Comhlánaigh an tábla thíos maidir le carbaihiodráití. **(6)**

Aicme	Sampla	Foinse bia
Monaisiúicrídí	*Glúcós* *Fruchtós* *Galachtós*	*Torthaí* *Mil* *Bainne díleáite*
Déshiúicrídí	*Lachtós* *Maltós* *Siúcrós*	*Bainne* *Eorna* *Siúcra boird*
Polaisiúicrídí	*Stáirse* *Ceallalós* *Peictin* *Glicigin*	*Arán; gránaigh; pasta; prátaí;* *Gránaigh iomlána; torthaí agus glasraí;* *Torthaí* *Feoil*

3. Áirigh **trí** fheidhm bhitheolaíochta atá ag an uisce. **(6)**

(i) *cothaithigh, ocsaigin, einsímí agus hormóin a iompar timpeall an choirp; etc.*

(ii) *táirgí dramhaíola a bhaint ón gcorp, e.g. ó na duáin; etc.*

(iii) *tá cailciam agus fluairín ann; rialaíonn sé teocht an choirp trí allas; tá sé suntasach i hidrealú cothaitheach i rith díleá; eilimint ríthábhachtach de gach leacht agus fíochán sa chorp; etc.*

4. Maidir le lipidí de, mínigh **gach** ceann díobh seo a leanas: **(6)**

Toitphointe
Tosaíonn lipidí ag dianscaoileadh ina ngliocaról agus 3 aigéad shailleacha; má théitear thar an toitphointe í tosóidh an tsaill ag briseadh síos; tagann smúit ghorm amach as; bíonn comhdhúile le boladh searbhánta ar a dtugtar acroiléin i láthair; toitphointe saille 200˚C; olaí 250˚C; etc.

Splancphointe
Téann lipidí trí thine astu féin; saill ag 310̊C; olaí ag 325˚C; leanann dianscaoileadh na lipidí ar aghaidh; etc.

5. Luaigh tábhacht chothaitheach **gach** ceann de na páirteanna seo a leanas de ghrán cruithneachta. **(6)**

Glac le cothaitheach ábhartha agus a fheidhm

	Tábhacht chothaitheach
Bran	*Déanta de shraitheanna ceallalóis atá ina bhfoinse iontach gairbhseach; cuidíonn sé le díleá trí imfháscadh a spreagadh; iarann neamh-haeim chun haemaglóibin a dhéanamh i gcomhair fuil shláintiúil; cailciam do chnámha; Vitimín B chun fuinneamh a scaoileadh; fosfar i gcomhair cnámha agus fiacla sláintiúla; etc.*
Inspeirm	*Stáirse i gcomhair fuinnimh; próitéin (glútan) i gcomhair fáis; Vitimín B le haghaidh meitibileachta, córas néarógach sláintiúil; etc.*
Ginidín	*Saill le haghaidh fuinnimh; Vitimín B le haghaidh gníomhaíocht néarógach shláintiúil; frithocsaídeoir Vitimín E chun ailse a chosc; iarann chun ainéime a chosc; próitéin i gcomhair fáis nó deisiú; etc.*

6. Tabhair breac-chuntas ar **<u>thrí</u>** thoisc atá riachtanach le torthaí cruinne a chinntiú nuair a dhéantar trialacha anailíse céadfaí. **(6)**

(i) *uainiú – lár na maidine, lár an iarnóin, íogaireacht blais is fearr;*

(ii) *ná hith aon bhia le blas láidir ar a laghad 30 nóiméad roimh thástálacha;*

(iii) *ba cheart go mbeadh teocht na samplaí ar fad mar a chéile; méid chéanna de gach sampla; uisce rinseála/craicear tirim ag teastáil; ba cheart go mbeadh na gabhdáin do na samplaí mar a chéile ó thaobh méide, crutha, datha; códú samplaí* ná *cruthaíodh sé claontacht; ní mór go ndéanfaí pleanáil mhaith ar sheicheamhú; níor cheart go socródh na tástálaithe an tástáil; an tábhacht a bhaineann le ciúnas; etc.*

7. Déan anlainn a aicmiú agus tabhair sampla **<u>amháin</u>** i ngach aicme. **(6)**

Aicme	**Sampla / Anlann**
Roux	*bán, peirsil, béchamel*
Milis	*seacláid, caramal; etc.*
Ubh-bhunaithe	*custard, hollandaise; etc.*
Torthaí	*úll, oráiste; etc.*
Fuar / Blastáin	*miontas, blastáin Francach; maonáis; etc.*
Ilchineálach / Eile	*arán; etc.*

8. Mínigh conas a chuidíonn **dhá** cheann díobh seo a leanas nuair a bhíonn milleadh bia einsímeach le smachtú/rialú. **(6)**

Bánú	*Cuirtear glasraí isteach in uisce fiuchta chun einsímí a dhíghníomhachtú; ansin cuirtear an bia in uisce oighearfhuar don mhéid céanna ama chun tuilleadh cócaireachta a chosc; etc.*
Teochtaí fuara	*Moillítear gníomh einsímí; trína chur sa chuisneoir (4˚C); etc.*
Aigéid	*Díghníomhachtaíonn aigéid e.g. sú líomóide einsímí i mbia; athraíonn sé an ph i mbianna cosúil le bananaí ionas nach dtiocfaidh dath donn orthu; etc.*

9. Luaigh an cuspóir atá le bainistíocht acmhainní teaghlaigh. **(6)**

Chun na hacmhainní atá ar fáil a úsáid go héifeachtúil d'fhonn spriocanna a bhaint amach; chun caighdeán shaol an teaghlaigh a fheabhsú; chun baill an teaghlaigh a chumasú lena gcumas iomlán a bhaint amach; etc.

Liostaigh na **<u>trí</u>** ghné den bhainistíocht.

(i) *Ionchuir,* (ii) *Tréchuir,* (iii) *Aschuir.*

10. Luaigh buntáiste **<u>amháin</u>** agus míbhuntáiste **<u>amháin</u>** a bhaineann le creidmheas a úsáid chun billí fóntais tí a íoc. **(6)**

Buntáiste

Rochtain ar fhóntais/sheirbhísí cé go bhfuil airgead teoranta ag an am; ní bhíonn gá na seirbhísí a ghearradh amach e.g. gás; ní bhíonn gá táille athcheangail a íoc (leictreachas); etc.

Míbhuntáiste

Gearrtar ús ard mura n-íoctar bille cárta creidmheasa in am; d'fhéadfaí fiacha bheith ort má ardaíonn an t-ús agus mura bhfuil tú in ann íoc as; bíonn sé deacair uaireanta a thuar cé mhéad a bheidh sna bilí agus tig leis an méid dlite carnadh go héasca; etc.

11. Luaigh an fheidhm atá ag **gach** ceann de na páirteanna seo a leanas den chuisneoir: **(6)**

Teirmeastat

Rialaíonn sé agus cothaíonn sé an teocht sa chófra ag 5°C nó faoina bhun; dícheanglaíonn sé an mótar nuair a ardaíonn an teocht; etc.

Cuisneán

Leacht sa chuisneoir a ghalaíonn trí theas a bhaint laistigh den chófra, dá bhrí sin ag fuarú an chófra; etc.

12. Tabhair breac-chuntas ar **<u>dhá</u>** fheidhm atá ag an mBord um Fhaisnéis do Shaoránaigh **(6)**

(i) *tugann sé faisnéis don phobal maidir le cearta agus teidlíochtaí cosúil le Sochar Cuardaitheora Poist, Forlíonadh Ioncam Teaghlaigh; etc.*

(ii) *tugann sé faisnéis don phobal maidir le saincheisteanna tithíochta sna seirbhísí sóisialta; tugann sé comhairle maidir le saincheisteanna tomhaltóra; cuireann sé seirbhís bhuiséadta agus chomhairle airgid (MABS) ar fáil; 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.

> ***Rinneadh suirbhé chun an leibhéal agus an cineál margaíochta a dhéantar ar tháirgí bia in iarbhunscoileanna i bPoblacht na hÉireann a aithint.***
>
> *Léiríodh i sliocht as achoimre ar na príomhthorthaí go bhfuil ionaid éagsúla bia e.g. siopaí milseán (53.2%), ceaintíní (53.2%) agus meaisíní díolta deochanna (44.7%) in iarbhunscoileanna na hÉireann, agus thuairiscigh céatadán mór de na scoileanna chomh maith go bhfuil siopa gar do thailte na scoile acu féin (64.4%).*
>
> *Tá réimse leathan de bhianna sláintiúla ar fáil i gceann amháin nó níos mó de na hionaid seo, uisce (92.1%), súnna (78.4%), ceapairí (73.9%) agus torthaí (62%) san áireamh. Ach, tá milseogra (74.1%), sneaiceanna/criospaí a bhfuil salann iontu (57.2%), deochanna súilíneacha/lán de shiúcra (51.8%), deochanna súilíneacha gan siúcra (50.2%) agus brioscaí, cístí agus taosráin (32.6%) ar fáil go forleathan freisin.*

(a) Agus tú ag baint úsáide as an eolas atá curtha ar fáil thuas, déan trácht agus tabhair mionchuntas (i) ar an soláthar bia agus deochanna atá ar fail sna hiarbhunscoileanna **agus** (ii) ar an tábhacht chothaitheach a bhaineann leo. **(24)**

6 phointe @ 4 mharc an ceann

(2 thagairt do sholáthar, 2 tagairt do thábhacht chothaitheach + 2 thagairt eile)

Soláthar:

(Glac le pointí mionsonraithe maidir le % infhaighteachta na mbianna éagsúla – ard / íseal, cúis tugtha de seo).

Siopa milseán (53.2%): *níos mó éagsúlachta ar fáil ná mar atá i meaisíní díolta; go ginearálta ní bhíonn an oiread céanna roghanna sláintiúla ann i.e. sneaiceanna/criospaí a bhfuil salann iontu agus deochanna súilíneacha/lán de shiúcra; ardsoláthar uisce; bia áise réamhphacáistithe é formhór an bhia a chuirtear ar fáil; etc.*
Ceaintín (53.2%): *bíonn réimse leathan bianna sláintiúla ar fáil lena n-áirítear ceapairí, torthaí, bainne; bíonn roghanna nach bhfuil chomh sláintiúil céanna agus nach bhfuil mórán cothaitheach iontu ar fáil freisin e.g. milseogra, sneaiceanna/criospaí a bhfuil salann iontu agus deochanna súilíneacha/lán de shiúcra; uaireanta oscailte teoranta; cuireann a bhformhór roghanna teo agus fuara ar fáil; is féidir bia a réiteach go húr ar an áitreabh; etc.*
Meaisíní díolta deochanna (44.7%): *bíonn níos lú rogha ar fáil toisc go bhfuil an spás teoranta; is iondúil go mbíonn roghanna nach bhfuil chomh sláintiúil céanna iontu – deochanna súilíneacha agus sneaiceanna/criospaí a bhfuil salann iontu; is iondúil nach mbíonn uisce ar fáil; tá soláthar roghanna sláintiúla e.g. ceapairí, bainne agus torthaí an-bheag mar ghearr ar shaol seilfe gearr agus níl meaisíní cuisnithe; laghdaíonn siad scuainí ag am lóin agus sosa agus baineann sé an brú ó fhoireann lónadóireachta na scoile chun bia a réiteach; baineann sé an gá le pointí scipéid agus ní bhíonn an oiread céanna daoine ag limistéir freastail; bíonn rogha ag scoileanna cibé táirgí is mian leo a cur ina meaisíní; tá siad áisiúil mar go mbíonn bia ar fáil go héasca; etc.*
Siopa gar don scoil (64.4%) *cuirtear réimse leathan bianna ar fáil e.g. te agus fuar; roinnt bianna cothaitheacha e.g. cuntar sailéid, anraith, paniní, agus roinnt bianna eile a bhfuil go leor saille nó siúcra iontu; margaí am lóin; etc.*

Tábhacht Chothaitheach:

Uisce (92.1%): *rogha mhalartach mhaith in ionad deochanna súilíneacha, baineann sé tart díot, coisceann sé díhiodráitiú agus tá sé go maith i gcomhair craiceann glan; níl aon siúcra curtha leis, ní fhaightear an oiread cáiréas fiacla ná riosca diaibéitis; etc.*
Sú (78.4%)*: cineál atá ar fáil – sú úr nádúrtha; sú tiubhaithe ina bhfuil go leor siúcra; etc.*
Ceapairí (73.9%): *rogha mhalartach áisiúil le do lón féin a dhéanamh; d'fhéadfadh an rogha bheith teoranta; arán bán a bhíonn i gceist go minic agus dá bhrí sin ní bhíonn snáithín ann; etc.*

Torthaí (62%): *is iondúil nach mbíonn siad ar fáil ó mheaisíní díolta; foinse iontach snáithín le cuidiú le díleá agus vitimín C le cuidiú le himdhíonacht; etc.*
Milseogra (74.1%): *(e.g. milseáin, seacláid) bianna ardfhuinnimh, tig leo bheith ina gcúis le lobhadh fiacla; ina gcúis le murtall i ndéagóirí nach bhfuil gníomhach; d'fhéadfadh siad bheith ina gcúis le diaibéiteas luath; etc.*
Sneaiceanna/criospaí a bhfuil salann iontu (57.2%): *fíorbheagán luach cothaitheach; d'fhéadfadh siad bheith ina gcúis le murtall, go leor saillte sáithithe; tig leo bheith ina gcúis le haicne i ndéagóirí; tá go leor salainn iontu agus d'fhéadfadh tionchar fadtéarmach bheith aige seo agus ardbhrú fola ag eascairt as; etc.*
Deochanna súilíneacha/lán de shiúcra (51.8%): *go ginearálta bíonn go leor siúcra iontu, calraí folmha; féadfaidh siad bheith ina gcúis le lobhadh fiacla agus murtall; etc.*
Deochanna súilíneacha gan siúcra (50.2%): *gan siúcra, gan calraí/íseal i gcalraí; etc.*
Brioscaí, cácaí agus taosráin (32.6%): *go leor saill sháithithe; etc.*

(b) Níl dóthain cailciam á fháil ina réim bia ag 42% de na cailíní atá ina ndéagóirí, agus ag 23% de na buachaillí atá ina ndéagóirí de thoradh ar dhrochroghanna i gcúrsaí bia.

Tabhair cuntas ar an gcailciam agus bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- foinsí ***3 fhoinse @ 2 mharc an ceann***
- feidhmeanna bitheolaíocha ***3 fheidhm @ 2 mharc an ceann***
- tosca a chuidíonn le hionsú/a choisceann ionsú ***3 thoisc ar bith @ 2 mharc an ceann*** **(18)**

Foinsí: *táirgí déiríochta e.g. bainne, cáis, iógart; uibheacha; glasraí glasa dorcha e.g. spionáiste, cabáiste; iasc, e.g. bradán; plúr; uisce crua; uisce i mbuidéal; súnna treisithe; forbhianna; etc.*

Feidhmeanna bitheolaíochta: *tá ról mór ag cailciam i bhfoirmiú agus i bhforbairt cnámh agus fiacla; tá sé tábhachtach i bhfuiltéachtadh; riachtanach le haghaidh crapadh matáin; gnáthfheidhmiú néaróg agus tréscaoilteacht scannáin; rialaíonn sé meitibileacht sna cealla; coisceann sé galar cnámh e.g. oistéapóróis, oistéamalaice, etc.*

Tosca a chuidíonn le hionsú: Vitimín D *a spreagann cailciam ag nascadh próitéine agus a mhéadaíonn ionsú; hormón is ea* ***paratórmón*** *a rialaíonn an leibhéal cailciam san fhuil; nascann* ***aimínaigéid*** *le salainn chailciam, a ionsúitear go héasca; nascann* ***fosfar*** *le cailciam chun fosfáit chailciam a fhoirmiú; cuidíonn* ***timpeallacht aigéadach*** *le hionsú cailciam (má itear vitimín C le bianna ina bhfuil cailciam); etc.*

Tosca a chuireann bac le hionsú: *tá* ***aigéad fíteach*** *i láthair i ngránaigh agus nascann gránaigh le cailciam, a choisceann a ionsú; tá* ***aigéad ocsalach*** *i mbiabhóg agus spionáiste, nascann sé le cailciam, a choisceann a ionsú; nascann* ***an iomarca snáithín*** *le cailciam, a choisceann a ionsú; déanann* ***saill sháithithe bhreise*** *gallúnacha dothuaslagtha le cailciam, a choisceann a ionsú;* ***an iomarca deochanna boga a ól****; cóimheas* ***mícheart cailciam/fosfair****; tá ról mór ag leibhéil ísle éastraigine i mná iar-mheanapásacha in ionsú cailciam;* ***tainnin*** *i dtae agus i gcaife;* ***úsáid fhadtéarmach cógas*** *cosúil le stéaróidigh; etc.*

(c) Mínigh (i) cad is oistéapóróis ann agus

2 phointe @ 3 mharc an ceann

Galar is ea oistéapóróis a dhéanann cnámha tanaí agus póiriúil; dá bharr sin bíonn na cnámha lag agus briosc agus briseann siad go héasca; etc.

(ii) na príomhthosca a chuireann leis an mbaol atá ann go dtiocfadh an oistéapóróis ar dhuine. **(18)**

3 thoisc @ 4 mharc an ceann

Inscne: *níos coitianta i measc na mban (go háirithe mná iar-mheanapásacha);* ***aiste bia:*** *easpa cailciam agus vitimín D san aiste bia;* ***oidhreachtúil:*** *d'fhéadfadh stair mhuintire an baol a mhéadú;* ***aois:*** *méadaíonn an baol le haois;* ***meáchan:*** *má chailltear go leor meáchain, d'fhéadfaí mais chnámh a chailleadh; cuireann easpa aclaíocht glactha meáchain le lagú cnámh chomh maith;* ***míchumas:*** *tá daoine i gcathaoireacha rothaí agus atá sáinnithe sa leaba i mbaol de bharr easpa gníomhaíochta; etc.*

(d) Pléigh an ról atá ag tuismitheoirí i bhforbairt roghanna bia a gcuid leanaí. **(20)**

5 phointe @ 4 mharc an pointe

Eiseamláir: *bí i d'eiseamláir mhaith bia, tabhair réimse leathan bianna cothaitheacha, má fheiceann leanaí tuismitheoirí ag ithe bia sláintiúil foghlaimeoidh siad le taitneamh a bhaint astu agus beidh seans níos mó go mbainfidh siad triail as bianna nua; etc.*
Béilí réitithe sa bhaile: *taitníonn sé le leanaí cúnamh a thabhairt do dhaoine fásta leis an tsiopadóireacht agus ag réiteach béilí, deis atá ann chomh maith múineadh dóibh faoi luachanna cothaitheacha bianna éagsúla, cén chaoi le lipéid bhia a léamh, má bhíonn leanaí páirteach is mó seans go n-íosfaidh siad an béile; etc.*
Am béile rialta don teaghlach: *má itear béilí le chéile beidh struchtúr ag am béile, rud dearfach atá ann má bhíonn a fhios agat go mbeidh béile ag timpeall an ama chéanna gach oíche agus go mbeidh an teaghlach ar fad le chéile; etc.*
Sneaiceanna sláintiúla: *cuir réimse bianna agus deochanna sláintiúla ar fáil – coinnigh neart torthaí, glasraí, sneaiceanna gránaigh agus deochanna (uisce, bainne agus súnna torthaí gan siúcra) timpeall agus ar fáil go héasca; etc.*
Pátrúin Itheacháin: *ná hith os comhair na teilifíse – bíodh béilí teaghlaigh timpeall an bhoird, má itear os comhair na teilifíse beidh d'aird tarraingthe agus d'fhéadfaí an iomarca a ithe mar nach bhfuil aird ar an mbia ná ar na rudaí atá na leanaí ag ithe; etc.*
Meon dearfach i leith blas nua: *spreag leanaí chun triail a bhaint as bianna nua – riar réimse torthaí agus glasraí gach lá, cuir glasraí le suaithfhriochtaí nó casaróil etc.; áirigh rudaí milse in aiste bia leanaí ó am go ham, coinnigh bianna milse ar sheilf níos airde áit nach féidir teacht orthu chomh héasca céanna; etc.*
Béile amháin do gach duine: *cineál amháin béile cócaráilte don teaghlach ar fad; etc.*
Cultúr: *itheann leanaí bianna a roghnaíonn a dtuismitheoirí mar gheall ar chultúr; etc.*
Creideamh: *roghnaítear bianna mar gheall ar chreideamh bhaill an teaghlaigh; etc.*
Feasacht chothaitheach tuismitheoirí: *nuair a bhunaíonn tuismitheoirí roghanna bia ar bhonn maith cothaitheach bíonn tionchar aige seo ar roghanna leanaí agus is féidir lena mhalairt a bheith fíor chomh maith; etc.*
Stádas sláinte: *má tá tuismitheoirí ag leanúint réimeas bia ar leith, d'fhéadfaí é seo a chur i bhfeidhm ar roghanna bia leanaí chomh maith i.e. roghanna bia sláintiúla; etc.*
Airgeadas: *tógtar isteach níos lú bia nó níos lú éagsúlacht bhia mura bhfuil mórán airgead agat; etc.*

2. Is maith le níos mó ná 85% de na daoine fásta in Éirinn uibheacha a bheith acu uair sa tseachtain ar a laghad, agus itheann 56% de na fir agus 47% de na mná uibheacha idir dhá uair agus trí huaire in aghaidh na seachtaine. *(Bord Bia, 2014)*

(a) Leag amach torthaí staidéir a rinne tú ar uibheacha.
Bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- an tábhacht chothaitheach
- an méid a chuireann siad leis an réim bia
- airíonna agus na slite éagsúla a n-úsáidtear iad sa chócaireacht.

6 phointe @ 4 mharc an ceann **(24)**

An Tábhacht Chothaitheach – Próitéin: *13%, HBV, albaimin agus glóbailin i ngealacán na huibhe, livitin agus vitilin sa bhuíocán; (fás agus deisiú); etc.* ***Saill:*** *12%, sáithithe sa bhuíocán, in eibleacht mhín mar gheall ar leicitin, éasca le díleá, tá colaistéaról i láthair chomh maith; (teas agus fuinneamh); etc.* ***Carbaihiodráit:*** *0%, riar le carbaihiodráití casta, níl aon snáithín ann; etc.* ***Vitimíní:*** *A (scannáin líneála); D (cnámha agus fiacla); E (frithocsaídeoir); K (fuiltéachtadh); B1, B2 (scaoileadh fuinnimh); Niaicin agus B_{12} (cuidíonn sé le meitibileacht) (níos mó i saor-raon); níl aon vitimín C iontu;* ***Mianraí:*** *1%, cailciam, fosfar i méideanna úsáideacha, (cnámha agus fiacla láidre); iarann sa bhuíocán (foirmiú haemaglóibine); etc.*

An méid a chuireann siad leis an réim bia – saor agus cothaitheach, oiriúnach do bhuiséad íseal; ilúsáideach; rogha mhalartach próitéine le feoil/iasc; foinse próitéine HBV do *lachtveigeatóirí; éasca le díleá agus dá bhrí sin tá siad go maith d'easláin, do leanaí, do dhaoine scothaosta; ba cheart iad a riaradh le bia ina bhfuil go leor carbaihiodráití casta, snáithín agus vitimín C; etc.*

Airíonna agus na slite éagsúla a n-úsáidtear iad sa chócaireacht

2 phointe @ 8 mharc an ceann
(Ainm = 2 mharc, Míniúchán = 4 mharc, Úsáid sa chócaireacht = 2 mharc) x 2 **(16)**

Téachtadh: *téachtann próitéin uibhe agus socraíonn sí nuair a théitear í; an gealacán ag 60-65ºC, an buíocán ag 65-70ºC; mar gheall ar théachtadh, díchasann na próitéiní agus díríonn siad (dínádúrú) agus nascann siad le chéile timpeall ar phócaí beaga uisce; nuair a théitear an iomarca iad tagann an phróitéin le chéile agus brúitear amach an t-uisce agus tarlaíonn gruthú; etc.*
Úsáid sa chócaireacht: *cócaireacht e.g. bruite, scallta, scrofa, friochta; táthú e.g. custard, quiche; nascadh e.g. burgair; glónrú e.g. sconnaí/taosráin; cumhdach e.g. iasc, goujons sicín; gléghlanadh e.g. anraith; etc.*

Aerú: *má ghreadtar ubh tiocfaidh boilgíní aeir isteach sa mheascán; mar gheall air seo téitear próitéin na huibhe agus scaoiltear iad agus líneálann siad suas in aice leis na boilgíní aeir agus socraítear na slabhraí próitéin de bheagán; dá bharr seo tagann cúr air ar feadh tamaillín; chun an cúr a choinneáil ní mór an meascán a théamh tuilleadh nó gníomhaire socrúcháin a chur leis cosúil le geilitín; etc.*
Úsáid sa chócaireacht: *úsáidtear uibheacha chun cácaí a aerú e.g. spúinse; gealacáin na huibhe chun meireangaí, soufflé a dhéanamh; etc.*

Eibliú: *eiblitheoir í leicitin i mbuíocán uibhe; substaint é eiblitheoir a ligeann do dhá leacht dhomheasctha (e.g. fínéagar agus ola olóige) meascadh le chéile; etc.*
Úsáid sa chócaireacht: *maonáis; anlann Hollandaise; saill agus siúcra a chumasc i gcácaí; etc.*

(b) Mínigh conas a dhéantar an cháilíocht/an caighdeán i dtáirgeadh uibheacha a dhearbhú chun na rioscaí ó thaobh sábháilteacht bia de a laghdú a oiread agus is féidir. **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann

Tá plean salmonella atá faofa ag an AE ag Éire chun sláinte stoc ubh-bhreithe na tíre a chothabháil; ní mór do chearca atá ag teacht isteach deimhniú a fháil go bhfuil siad saor ó salmonella; seiceáiltear cearca atá ag breith ar bhonn míosúil le haghaidh salmonella; déantar cóireáil teasa ar an mbeatha ar fad a thugtar do chearca; cinntíonn córais bhainistíochta inrianaitheacht iomlán uibheacha; bíonn dáta 'b'fhearr roimh' ar uibheacha mar aon le cód tí agus lógó; déantar iniúchadh agus faomhadh ar gach táirgeoir agus soláthróir; déantar iniúchadh neamhspleách ar gach córas sula mbronntar marc cáilíochta Bhord Bia; etc.

3. **Úsáidtear miocrorgánaigh go forleathan le bianna éagsúla a tháirgeadh.**

(a) Pléigh **<u>ceithre</u>** thoisc atá riachtanach le múscáin a fhás. **(16)**

4 thoisc @ 4 mharc an ceann

Bia: *sapraifítí iad formhór múscáin, beathaíonn siad ó ábhar orgánach e.g. arán agus cáis;* ***Teas:*** *méisifileacha a bhformhór, díghníomhachtaíonn reo (-18°C), fás múscáin;* ***Taise:*** *teastaíonn sé i gcomhair fáis, dá bhrí sin níl bianna reoite oiriúnach; etc.* ***Ocsaigin:*** *tá múscáin aeróbach, teastaíonn ocsaigin uathu, ionas go bhfásfaidh siad ar dhromchla bia e.g. subh nó trí bhianna le struchtúr oscailte e.g. arán; etc.* ***Leibhéal PH:*** *is maith le múscáin coinníollacha beagán aigéadach, coisceann aigéid tréana fás; etc.* ***Am:*** *teastaíonn am ó mhúscáin le méadú; etc.*

(b) Scríobh mionchuntas faoi chineál **<u>amháin</u>** múscáin agus bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- ainm
- cur síos/saintréithe
- atáirgeadh. **(22)**

Ainm: 4 mharc, Cur síos/Saintréithe: 2 phointe @ 3 mharc an ceann,
Atáirgeadh: 4 phointe @ 3 mharc an ceann

Ainm	Saintréith	Atáirgeadh
Múscán	*Múscán sapraifíteach; hífí bána; spóragáin liatha; atáirgeann go gnéasach agus go héighnéasach; etc.*	*Atáirgeann go gnéasach agus go héighnéasach; etc.*
Riseapas	*Múscán sapraifíteach; mícéiliam bán clúmhach; spóragáin dhubha ceann bioráin; atáirgeann go gnéasach agus go héighnéasach; etc.*	*Atáirgeann go héighnéasach; etc.*
Penicillium	*Múscán sapraifíteach; Gormghlas le huigeacht phúdrach; b'fhearr leis teocht idir 20°C - 25°C; atáirgeann go héighnéasach; etc.*	*Atáirgeann go héighnéasach; forbraíonn hífí coinidiamaí; etc.*
Aspergillus	*Múscán sapraifíteach; Múscán dubh nó glas; b'fhearr leis teocht idir 20°C - 25°C; atáirgeann go héighnéasach; etc.*	*Atáirgeann go héighnéasach amháin; forbraíonn hífí coinidiamaí; etc.*

Atáirgeadh éighnéasach: *nuair a bhíonn mícéiliam dea-bhunaithe tarlaíonn atáirgeadh; fásann hífe suas; is féidir le ceann an hífe bheith ina spóragán (ciorclach) nó ina coinidiam (slabhraí spór); nuair atá sé aibí, pléascann an spóragán nó an conidia, scaoiltear spóir a thaistealaíonn san aer; má aimsíonn an spór coinníollacha oiriúnacha, tosaíonn fás múscáin nua; etc.*

Atáirgeadh gnéasach: *fásann dhá hífe in aice lena chéile; leánn dhá hífe le chéile; briseann an balla deighilte eatarthu agus forbraíonn sigeaspór; táirgeann agus stórálann an sigeaspór spóir; tá balla tiubh ag an sigeaspór agus cosnaíonn sé na spóir go dtí go mbíonn coinníollacha oiriúnacha; nuair atá na coinníollacha oiriúnach, péactar na spóir, fásann hífe agus síneann siad amach; scaoiltear spóir san aer agus tosaíonn an timthriall arís; etc.*

(c) Tabhair breac-chuntas ar na feidhmeanna atá ag miocrorgánaigh i dtáirgeadh bia. **(12)**

3 fheidhm @ 4 mharc an ceann

Is féidir roinnt a ithe cosúil le muisiriún agus strufail; úsáidtear giosta le haghaidh aráin agus taos géar; úsáidtear cultúir baictéir chun salami, pepperoni agus chorizo a dhéanamh; cuireann múscán blas ar cháis; úsáidtear é i gcomhair bianna nua próitéin e.g. míceapróitéin cosúil le Quorn; etc. baictéir – úsáidtear iad chun forbhianna a dhéanamh; úsáidtear iad i dtáirgeadh bia e.g. iógart agus cáis; úsáidtear iad i mbianna feidhmeacha cosúil le iógairt phróibhitheacha; úsáidtear iad i ndéanamh fínéagair, fíona agus beorach; úsáidtear aspergillus i ndéanamh anlann soighe; etc.

4. Tá scileanna bainistithe airgid riachtanach chun an teach a rith mar aonad airgeadais.

(a) Déan anailís ar **thrí** thoisc shóisialta a mbíonn tionchar acu ar ioncam teaghlaigh. **(18)**

3 thoisc @ 6 mharc an ceann

Aois: *is iondúil go méadaíonn ioncam de réir mar a éiríonn daoine níos sine, faigheann siad níos mó taithí agus ardaíonn siad ar an scála pá; laghdaítear ioncam nuair a théann daoine ar scor mura mbíonn pinsin acu; féadfaidh déagóirí airgead a thuilleamh i bpost páirtaimseartha, rud a laghdóidh an brú ar an teaghlach; etc.*
Inscne: *tá méadú tagtha ar an líon ban san fhórsa saothair; spreagann scéimeanna 'filleadh chun na hoibre' mná le dul ar ais ag obair; cinntíonn an tAcht um Chomhionannas Fostaíochta go mbíonn pá agus coinníollacha cothroma ag gach duine d'ainneoin inscne; fir is mó atá i bpoist bhainistíochta in Éirinn; etc.*
Grúpa socheacnamaíoch: *is iondúil go bhfágann daoine ó chúlra bocht an scoil go luath gan cháilíochtaí; dá bharr seo bíonn siad dífhostaithe nó i bpoist ar phá íseal gan mórán deiseanna chun a ngairm a chur ar aghaidh ná a leibhéal ioncaim a mhéadú; is iondúil go mbíonn deiseanna oideachais níos fearr ag daoine ó chúlraí meánaicme agus is mó seans go bhfaighidh siad cáilíocht tríú leibhéal a chuireann ar a gcumas obair ar phá maith a fháil; bhí tionchar ag an gcúlú eacnamaíochta ar gach grúpa socheacnamaíoch; etc.*
Cultúr: *d'fhéadfadh ionchais éagsúla a bheith ag cultúir éagsúla mar shampla i roinnt cultúr ní bhíonn ag obair ach na fir; etc.*
Míchumas: *méadaíonn baill den teaghlach a bhfuil míchumas ag dul dóibh costais an tí; d'fhéadfadh tionchar a bheith aige ar an gcumas le hairgead a thuilleamh; etc.*

(b) Déan buiséad teaghlaigh a leagan amach do theaghlach (beirt aosach agus beirt leanaí óga), a bhfuil €650 in aghaidh na seachtaine acu mar ioncam glan. Tabhair cúis leis an dáileadh ioncaim atá molta do gach réimse caiteachais. **(18)**

6 phointe @ 3 mharc an ceann
Bí ag súil le tagairt do <u>gach</u> ní a bhfuil líne faoi + 3 thagairt eile

Réimse caiteachais	%	Méid	Cúis
<u>Tithíocht</u>	25%	€162.50	Cíos, aisíocaíochtaí morgáiste; deisiúcháin tí, árachas; etc.
<u>Bia</u>	25%	€162.50	Béilí a itear sa bhaile agus taobh amuigh den teach; etc.
Costais Tí	15%	€97.50	Billí: leictreachas, gás, teileafón, teilifís; etc.
Oideachas	5%	€32.50	Leabhair; éide scoile; pleanáil le haghaidh coláiste; etc.
Cúram Leanaí	5%	€32.50	Naíolann, feighlí leanaí; etc
Taisteal	5%	€32.50	Le dul chuig an obair agus chuig an scoil; etc.
Éadaí	5%	€32.50	Ceannaigh éadaí le haghaidh oibre agus fóillíochta; etc.
Leigheas	5%	€32.50	Cuairteanna ar an dochtúir; costais oideas; etc.
<u>Coigilteas</u>	5%	€32.50	Pleanáil le haghaidh éigeandála; ócáidí speisialta; etc.
Siamsaíocht	5%	€32.50	Am a chaitheamh le teaghlach agus le cairde; etc.

(c) Mol cineál **amháin** de scéim choigiltis a bheadh oiriúnach do theaghlach. **(14)**
Bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- ainm na hinstitiúide ***2 mharc***
- cineál na scéime coigiltis ***1 chineál @ 3 mharc***
- an t-ús a íoctar ***1 phointe @ 3 mharc***
- a éasca atá sé teacht ar an airgead ***1 phointe @ 3 mharc***
- an cháin iníoctha. ***1 phointe @ 3 mharc***

Institiúid/ cineál na scéime coigiltis	**Ús íoctha**	**A éasca atá sé teacht air**	**Cáin iníoctha**
Oifig an Phoist ***Cuntas taisce:***	*Ús iníoctha (0.25%);*	*Is féidir airgead a aistarraingt go héasca ag aon Oifig Phoist le cruthúnas aitheantais leis an leabhar taisce; etc.*	*Ús faoi réir DIRT (41%);*
Oifig an Phoist ***Scéim Tráthchoigiltis:***	*Is é 7% an ráta úis (AER 1.24%); coigil ar feadh 1 bhliain agus fág le haghaidh 5 bliana; ríomhtar an t-ús go bliantúil; etc.*	*Teastaíonn fógra 7 lá chun aistarraingt a dhéanamh; teastaíonn fógra 30 lá chun aistarraingt a dhéanamh roimh dheireadh na tréimhse ranníocaíochta; pionóis má aistarraingítear an t-airgead luath; etc.*	*Tá an t-ús a thuilltear saor ó cháin;*
Oifig an Phoist ***Cairteacha coigiltis:***	*Ús 7% tar éis 5 bliana agus 6 mhí; (AER 1.24%); ríomhtar an t-ús gach mí; laghdaítear an t-ús má scoirtear é ar airgead go luath; tá an ráta úis níos airde ná cuntais taisce; etc.*	*Teastaíonn fógra 7 lá oibre chun cairteacha a bhriseadh; etc.*	*Tá an t-ús saor ó cháin;*
Oifig an Phoist ***Bannaí Coigiltis:***	*Tá an t-ús saor ó cháin; 2.50% (AER 0.83%) tar éis 3 bliana; ní íoctar aon ús má aistarraingítear airgead sa chéad bhliain; íoctar an t-ús go bliantúil; etc.*	*Teastaíonn fógra 7 lá oibre chun aistarraingt a dhéanamh; etc.*	*Tá an t-ús saor ó cháin;*
Comhar Creidmheasa ***Cuntas Coigiltis: Cuntas Coigiltis Sóisearach:***	*Ús 0.75%*	*Is féidir airgead a aistarraingt go héasca; cruthúnas aitheantais; uaireanta oscailte;*	*Ús faoi réir DIRT (41%);*
Banc na hÉireann ***Coigilteoir rialta:***	*Ús 1.25%*	*teastaíonn fógra 14 lá*	*Ús faoi réir DIRT (41%);*

5. Gach bliain pósann na mílte lánúin in Éirinn. Tosaíonn an chuid is mó de na póstaí seo le cineál éigin searmanais oifigiúil agus is iad na searmanais Eaglasta na cinn is coitianta.

(*Accord*)

(a) (i) Sainmhínigh an pósadh mar atá sé i ndlí na hÉireann. **(5)**

Sainmhíniú: ***5 mharc***

Is féidir pósadh a shainmhíniú mar "aontas inghlactha go sóisialta agus go dlíthiúil fear agus bean gan aon duine eile"; ionchorpraíonn sé cónaí lena chéile; fanacht dílis dá chéile, leanaí a thógáil san aontas; ceadaíonn Éire anois pósadh comhghnéis nó comhpháirtíochta dlíthiúla a thugann na cearta dlíthiúla céanna agus atá ag aontais heitrighnéasacha; etc.

(ii) Leag amach na riachtanais dhlíthiúla sa phósadh in Éirinn. **(16)**

4 riachtanas @ 4 mharc an ceann

Ní mór do phósadh tarlú i bhfoirgneamh cláraithe e.g. in oifig chláraithe, séipéal nó mosc nó in ionad a ndearna Cláraitheoir iniúchadh agus faomhadh air roimh ré; is féidir ceadúnais a fháil anois le ceadú do dhaoine ionad a chlárú go sealadach cosúil le hóstán, trá nó gairdín chun críocha pósta; ní mór fógra scríofa 'trí mhí' a thabhairt don chláraitheoir; ní mór pósadh a chlárú tar éis an tsearmanais; caithfidh beirt fhinnéithe an clár a shíniú; ní mór go mbeadh an bheirt pháirtithe toilteanach don phósadh; caithfidh siad bheith os cionn 18; ní ceadmhach do cheachtar díobh a bheith i bpósadh faoi láthair; ní féidir le gaolta fola pósadh; etc.

(b) Pléigh cearta **agus** freagrachtaí na bpáirtithe i gcumann pósta **(20)**

5 phointe @ 4 mharc an ceann

Tá gach céile i dteideal cónaí le chéile; táthar ag súil go mbeidh an bheirt chéile dílis dá chéile i gcaidreamh monagamach; tá lánúin i dteideal caidreamh collaí bheith acu lena chéile chun an pósadh a chur i gcrích, is féidir pósadh nach gcuirtear i gcrích a chur ar neamhní; tá sé de fhreagracht ar an mbeirt chéile tacaíocht airgid a thabhairt dá chéile agus dá leanaí faoin Acht um an Dlí Teaghlaigh (Cothabháil Céilí agus Leanaí), 1976; go dlíthiúil ní mór aire a thabhairt do leanbh ar bith a bheirtear go fisiciúil, go morálta agus go sóisialta; comhchaomhnú agus freagrachtaí as cúram agus tógáil leanaí a roinnt; foráiltear oidhreacht chéile san Acht Comharbais, 1965; mura bhfuil aon uacht tar éis bhás céile amháin, tá an céile eile i dteideal an eastáit ar fad, má tá leanaí ann tá an céile i dteideal dhá trian den eastát agus an trian eile do na leanaí; etc.

(c) Tabhair breac-chuntas ar na coinníollacha riachtanacha chun colscaradh a dheonú faoin Acht um an Dlí Teaghlaigh (Colscaradh), 1996 **(9)**

3 choinníoll @ 3 mharc an ceann

Ní mór go mbeadh céilí ina gcónaí astu féin ar feadh 4 de na 5 bliana roimhe ar a laghad; níl aon seans go dtiocfaidh siad ar ais le chéile; rinneadh dóthain soláthair don chéile, leanaí agus aon ghaol cleithiúnach eile; etc.

Roinn C

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) Sa lá atá inniu ann is í an chistin an seomra teaghlaigh nua, meascán nua-aimseartha de sheomra suí, de chistin agus d'ionad itheacháin.

(i) Pléigh na tosca a mbíonn tionchar acu ar dhearadh intí cistin/seomra teaghlaigh de stíl chomhaimseartha do theaghlach a bhfuil riachtanais speisialta ag ball amháin de.
Bíodh tagairt agat do **gach** ceann díobh seo a leanas:

- eirgeanamaíocht
- tosca aeistéitiúla agus compoird. **(18)**

3 phointe @ 6 mharc an ceann

Eirgeanamaíocht: *ba cheart go gceadódh dearadh/leagan amach seomra gluaiseacht éasca; ba cheart go mbeadh spás éasca le glanadh agus rochtain éasca a bheith ar gach áit; ba cheart go n-éascódh dearadh éifeachtúlacht; is é atá sa triantán oibre triantán dofheicthe a chur idir an doirteal, an cuisneoir agus an cócaireán agus cistin á leagan amach; nuair a bhíonn leanaí óg, roghnaigh dromchlaí friotaíoch do smáil, buanfasach agus éasca le glanadh; ba cheart riachtanais rochtana bhall an teaghlaigh le riachtanais speisialta a chur san áireamh; etc.*
Aeistéitic: *ní mór go mbeadh seomra go deas le breathnú air do na daoine atá ann; roghnaigh dearadh nach rachaidh as dáta róthapa; ba ceart gnéithe den dearadh a ionchorprú – dath, patrún, uigeacht; úsáid bunphrionsabail chun seomra tarraingteach a cruthú; ba cheart na rudaí is maith agus nach maith le daoine le riachtanais speisialta a chur san áireamh; etc.*
Compord: *cuir feidhm an tseomra san áireamh – ba cheart go mbeadh daoine compordach má bhíonn siad ag obair nó ar a sáimhín só; ní mór go mbeadh teas, soilsiú agus aerú ag leibhéal compordach; ba cheart go mbeadh gach dromchla suite agus oibre ag leibhéal compordach; ba cheart an dearadh a bheith inoiriúnaithe do riachtanais speisialta na ndaoine atá ann; aonaid níos ísle; tarraiceáin féindhúnta; troscáin inathraithe; cianrialaitheoirí do na fuinneoga, chun aláraim a shocrú; etc.*

(ii) Déan idirdhealú idir plaistigh theirmeaplaisteacha **agus** plaistigh theirmithéachtacha.
Bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- airíonna
- samplaí
- feidhmeanna.

(Airíonna: ***2 phointe @ 4 mharc an ceann, Samplaí agus Úsáidí: 2 phointe @ 1 mharc) x 2*** **(20)**

Cineál	Airíonna	Úsáidí
Teirmeaphlaisteach:	*bog agus solúbtha;bogann sé nuair a théitear é agus is féidir é a mhúnlú agus a athmhúnlú; cruann sé nuair a fhuaraítear é; déanann tuaslagóirí damáiste de; ní dhéanann alcailí agus aigéid damáiste de; etc.*	***Fluaracarbón**: bailchríoch neamhghreamaitheach; uirlisí cistine etc.* ***Polaiteitreafluaireitiléin (PTFE)/ Teflon:** sáspain, friochtáin; etc.* ***Poileitiléin**: buidéil; coimeádáin bia; bréagáin; etc.*
Teirmithéachtach:	*Crua/righin, ní féidir é a athmhúnlú; seasann sé ardteochtaí; tagann cloig ann agus scoilteann sé má théitear an iomarca é; déanann aigéid agus alcailí láidre damáiste de, ní dhéanann tuaslagóirí; etc.*	***Formaildéad mealaimín**: cupáin, plátaí, fochupáin; cuntair lannaithe etc.;* ***Formaildéad feanóil**: liáin inmheánacha in innill níocháin a gcuirtear éadaí iontu ón mbarr ;etc.* ***Bácailít**: lasca solais; teileafóin; cosa ar uirlisí; cnaipí rialaithe ar chócaireáin; etc.*

(iii) Tabhair breac-chuntas ar na hiarmhairtí a bhíonn ag an gcomhdhlúthú sa teach **agus** luaigh conas a d'fhéadfaí an comhdhlúthú a laghdú/a chosc.

3 phointe @ 4 mharc an ceann **(12)**

Éifeachtaí: *d'fhéadfadh múscán teacht ar bhallapháipéar agus péint dá bharr; d'fhéadfadh meirg teacht ar mhiotail; adhmad lobhadh; damáiste struchtúrtha; múscán ar shíleálacha, cairpéad, éadaí; cuirfidh sé boladh gránna sa seomra; géaróidh sé fadhbanna anála; caillfear níos mó teasa ón teach mar gheall ar ábhair inslithe taise; etc.*

Laghdaigh/cosc: *suiteáil córas aeraithe maith; cuir aerú breise i seomraí ina bhfuil bogthaise mór; cuir insliú maith ar fáil ar fud an tí mar go n-ardaíonn sé seo an teocht inmheánach agus coisceann sé comhdhlúthú; bíodh córas teasa éifeachtúil ann; úsáid ábhair tais-scópacha i mbogfheisteas tí agus urláir; etc.*

agus

1.(b) (i) Ainmnigh agus mínigh **<u>trí</u>** mhuirear a thaispeántar ar bhille leictreachais tí.

3 mhuirear @ 4 mharc an ceann **(12)**

Muirear seasta: *as cothabháil an ghréasáin leictrigh agus costais cosúil le léamh méadair agus eisiúint billí; bíonn an táille seasta níos airde i gceantair thuaithe ná mar a bhíonn i gceantair uirbeacha; etc.*
Táille aonaid: *taifeadtar an méid leictreachais a úsáidtear in aonaid; is ionann aonad amháin agus 1000 vata leictreachais arna úsáid ar feadh 1kw uair (kWh); etc.*
Tobhach Oibleagáide Seirbhíse Poiblí (PSO): *baineann sé le haisghabháil aon chostas breise a bhaineann leis an oibleagáid le leictreachas a ghintear ó fhoinsí inbhuanaithe, in-athnuaite agus dúchasacha etc a cheannach;*
Aonaid ar phraghas speisialta: *leictreachas um choigilt oíche i gcomhair taiscthéimh/faoin urlár; etc.*
CBL:*13.5%*

(ii) Mínigh conas a bhíonn tionchar ag **gach** ceann díobh seo a leanas ar shábháilteacht leictreachais:

- fiúsanna
- mionscoradáin chiorcaid (MCBs)
- sreang thalmhaithe.

3 phointe @ 6 mharc an ceann **(18)**

Fiúsanna*: nasc lag d'aon ghnó; tá píosa tanaí sreinge ann ar cuid den chiorcad é; má tharlaíonn fabht, leánn nó briseann sreang an fhiúis, stoptar an sreabhadh leictreachais agus bristear an ciorcad; coisceann sé gortú agus tine; etc.*
Mionscoradán ciorcaid (MCB): *gairis shábháilteachta a 'thuislíonn', rud a ghearrann amach an sruth, má tharlaíonn fabht a d'fhéadfadh gortú nó tine a chosc; is féidir é a athshocrú nuair a aithnítear agus a dheisítear an fabht; etc.*
Sreang thalmhaithe *– má tharlaíonn fabht i bhfearas, iompraíonn an sreang thalmhaithe sruth leictreach go dtí an talamh; coisctear leictreamharú; etc.*

nó

1.(c) Is acmhainn theoranta shoscriosta é an t-uisce atá riachtanach chun an bheatha, an fhorbairt agus an comhshaol a chothú. (*Comhpháirtíocht Uisce an Domhain*)

(i) Déan cur síos ar an gcóras uisce fhuair i dteach. **(15)**

5 phointe @ 3 mharc an ceann
(Bí ag súil le tagairt do na nithe a bhfuil líne fúthu + 3 thagairt eile)

*Tugann an príomhphíopa uisce chuig an gceantar; ceanglaíonn **píopa seirbhíse** an príomhphíopa leis an teach; sa teach is iondúil go gceanglaítear an píopa seirbhíse seo le doirteal na cistine; ansin, ceadaíonn **buacaire** an soláthar uisce a chasadh as; cuireann an príomhphíopa ardaitheach uisce fuar san umar stórála san áiléar; cuirtear an t-umar, a bhfuil cumas 230 lítear ann, san áiléar le go mbeidh sé sách ard le brú a chruthú chun an córas a sheirbhísiú; téann píopa ón umar stórála chun uisce fuar a thabhairt chuig sconnaí leithris sa chuid eile den teach; rialaíonn comhla liathróide san umar leibhéal an uisce agus stopann a shreabhadh nuair a théitear chuig leibhéal áirithe; ba cheart an t-umar stórála a insliú agus a chlúdach, níl an t-uisce san umar stórála feiliúnach le hól; etc.*

(ii) Scríobh nóta faisnéiseach faoin uisce agus bíodh tagairt agat do **gach** ceann díobh seo a leanas:

- foinsí uisce tí i gceantair tuaithe **nó** uirbeacha
- cáilíocht an uisce
- muirir uisce. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann

Ceantair thuaithe: soláthar poiblí; toibreacha/fuaráin phríobháideacha: *fuaráin nádúrtha – uisce níos glaine, níos lú neamhghlainí; déantar tástáil agus cóireáil ar uisce i gcomhair neamhghlainí a dhéanfadh dochar; línítear toibreacha le cruach nó coincréit chun truailliú ón ithir a chosc; leictreach chun an t-uisce a phumpáil isteach sa teach; úsáidtear caidéalcuirtear íontóirí uisce isteach chun neamhghlainí ar fuaidreamh a bhaint; etc.*

nó

Ceantair uirbeacha: soláthar poiblí (Uisce Éireann): *téann an soláthar ón taiscumar chuig ceantair uirbeacha trí phríomhphíopaí; téann píopa seirbhíse chuig gach foirgneamh; ceadaíonn comhla (buacaire, suite taobh amuigh) d'uisce a mhúchadh i rith deisiúcháin; téann píopa seirbhíse isteach sa teach faoi dhoirteal na cistine (buacaire eile) a sholáthraíonn an doirteal le huisce úr óil agus líonann craobh eile an t-umar stórála (sistéal) san áiléar; soláthraíonn an t-umar stórála seo gach sconna fuar eile, leithris, umar sa chófra te agus cúlchoire; etc.*

Caighdeán uisce: *faightear formhór uisce óil na hÉireann ó uisce dromchla (aibhneacha agus lochanna) a mbíonn caighdeán éagsúil ann; déantar tástáil ar shampla uisce ar pharaiméadair éagsúla lena chinntiú go bhfuil soláthair uisce sábháilte le hól; leagtar amach caighdeáin sa reachtaíocht chun sláinte an phobail a chosaint; déanann an EPA monatóireacht lena chinntiú go gcloítear le caighdeáin; tá uisce óil ardchaighdeáin ríthábhachtach do shláinte an phobail, thionscal an bhia agus thurasóireacht; d'eisigh soláthróirí uisce fógra srianta agus / nó fógra fiuchta i gceantair nár shásaigh na caighdeáin; cuirtear fluairíd agus clóirín leis; etc.*

Táillí uisce: *Is é Uisce Éireann an comhlacht náisiúnta nua atá freagrach as seirbhísí uisce a sholáthar agus a fhorbairt ar fud na hÉireann; tá uisce glan costasach le soláthar agus le bainistiú, mar sin tugadh isteach córas nua um tháillí uisce tí i gcomhair tithe atá ceangailte leis an tseirbhís uisce poiblí; beidh feidhm ag táillí uisce caighdeánacha ar sheirbhísí uisce poiblí in 2015; beidh méadar ar gach teach chun úsáid uisce a thomhas; tá deontas caomhnaithe uisce €100 ar fáil; tá caidhp á cur ar tháillí agus is é €3.70 an 1,000 lítear uisce an ráta; beidh feidhm ag táillí caidhpeáilte go dtí an 31 Nollaig 2018; 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) nó 2(c) a fhreagairt.

2.(a) Is as éadaí fear a d'eascair an chulaith shúgartha (*playsuit*) agus an chulaith léime (*jumpsuit*) agus is baill éadaigh *chic*, ilúsáideacha inniu iad. Is baill éadaigh iad atá tábhachtach ó thaobh cúrsaí faisin de i vardrús gach duine.

(i) Déan sceitse de chulaith shúgartha/léime a roghnófá le caitheamh ar ócáid de do rogha féin **agus** déan cur síos uirthi. **(9)**

Sceitse = 5 mharc, Cur síos = 4 mharc

(ii) Tá sé beartaithe agat an ball éadaigh a dhéanamh. Tabhair sonraí faoi **gach** ceann díobh seo a leanas:

- na toisí coirp is gá

2 phointe @ 2 mharc an ceann

Baic go coim: *tomhas ón gcnámh is mó ag íoctar an mhuiníl go dtí an básta;* ***busta****: tabhair an miosúr trasna ar an gcuid is mó den bhusta agus díreach trasna an chuid is leithne den droim faoi na lámha;* ***coim:*** *ceangal téad go scaoilte timpeall ar an gcoim chun an choim nádúrtha a aimsiú, tomhais os a chionn le miosúr, ná tarraing an miosúr rótheann;* ***cromáin:*** *go hiondúil 18-23 cm faoin gcoim, tomhais an chuid is mó;* ***fad treabhsair:*** *ar an taobh amuigh den chos, tomhais ón mbásta go dtí fad na fáithime, déan an rud céanna ar an taobh istigh den chos; etc.*

- an cineál fabraice a roghnófá agus an cúis le do rogha

Cineál fabraice: 2 mharc, Cúis: 2 mharc

Cadás, cadás poileistir; deinim; vioscós; etc.

- breac-chuntas ar an bplean oibre leis an mball éadaigh a dhéanamh. **(16)**

4 phointe @ 2 mharc an ceann
(bí ag súil le tagairt do na nithe a bhfuil líne fúthu)

Plean oibre: *<u>leagan amach / píosaí patrúin ar fhabraic;</u> gearradh; <u>píosaí a ghreamú le chéile le pionnaí agus tacóidí;</u> fuáil ar inneall fuála/cóimeáil/feidhmiú; preasáil/bailchríochnú; measún ar fheistiú agus ar bhailchríoch; etc.*

agus

2.(b) Scríobh próifíl fabraic **<u>amháin</u>** a dhéantar as snáithíní nádúrtha.
Bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- táirgeadh an tsnáithín ***3 phointe @ 2 mharc an ceann***
- airíonna na fabraice ***3 airí @ 1 mharc an ceann***
- feidhmeanna ***3 fheidhm @ 1 mharc an ceann*** **(15)**

Ainm na fabraice: 3 mharc

Cadás
Táirgeadh snáithín: tagann sé ó *cochall nó ceann síolta phlanda cadáis, tá gach snáithín idir 2-3 cm ar fhad; tá na snáithíní bán agus bog; pioctar na cochaill, de láimh nó le meaisín; scartar na snáithíní ó na síolta; brúitear ina mburlaí é; ansin grádáitear an cadás de réir fad na snáithíní; is féidir na snáithíní seo a chíoradh nó a chasadh ina snáth; etc.*
Airíonna: *láidir; ionsúiteach; fionnuar; éasca le níochán agus le triomú; éascú le ruaimniú; cnapann sé; tagann filltíní ann; cuireann coincleach isteach air; lagaíonn an ghrian é; etc.*
Úsáidí: *éadaí, tuáillí, braillíní agus cuirtíní; etc.*

Línéadach
Táirgeadh snáithín: *déanta as gas phlanda an lín; tarraingítear gais lín agus déantar iad a bhá, a chur ar maos go dtí go lobhann an gas seachtrach; brúitear na gais agus cíortar iad; castar na snáithíní ina snáth; cuirtear tuarthóir agus dath ar an snáth; sníomhtar ina fhabraic uigeach é; etc.*
Airíonna: *ionsúiteach; fionnuar; láidir; níonn sé go maith; tagann filltíní ann go héasca; cnapann sé go héasca; deacair le ruaimniú; déanann coincleach dochar dó; etc.*
Úsáidí: *gúnaí; cultacha; bogfheisteas tí; tuáillí; naipcíní; éadaí boird; ciarsúir; etc.*

Olann
Táirgeadh snáithín: *tagann sé ó ghruaig bhog caorach; glaoitear lomra ar an ngruaig bhog, baintear é den chaora; bailítear é agus déantar grádú air go dtí fad na snáithíní mar aon le dath agus míne na holla; ansin glantar agus cíortar é, rud ar a dtugtar cardáil uaireanta; ansin castar ina snáth é agus is féidir é a úsáid chun teicstílí a dhéanamh; etc.*
Airíonna: *te; ionsúiteach; ní dhónn sí go héasca; buanfasach; athléimneach; cnapann sí má nitear í ag teocht ró-ard nó má chuirtear sa triomadóir rothlaim í; garbh, féadfaidh sí cur isteach ar an gcraiceann; etc.*
Úsáidí: *geansaithe; pluideanna; cairpéid; bogfheisteas tí; etc.*

Síoda
Táirgeadh snáithín: *itheann an seiriceán duilleoga an chrainn mhaoildeirge; sníomhann seiriceáin cocúin timpeall air féin; báitear na cocúin in uisce; baintear na snáithe síoda ó na cocúin agus cuirtear ar spóil iad; castar roinnt de na snáithe tanaí síoda seo le chéile chun snáth níos tibhe a dhéanamh; déantar fabraic astu seo; etc.*
Airíonna: *ionsúiteach; roc-obach; láidir; mín; éadrom; fallaingíonn sé go maith; daor; déanann níochán míchúramach, leamhain, solas na gréine, ceimiceáin dochar dó; etc.*
Úsáidí: *blúsanna; léinte; gúnaí; cultacha; carbhait; péinteálacha; clúdaigh cúisín; cuirtíní; etc.*

nó

2.(c) Mar shlí chun tú féin a chur in iúl agus mar bhealach le do phearsantacht a chur i gcion, is léir go bhfuil dlúthnasc idir ceol agus faisean.

(i) Pléigh an chaoi a raibh tionchar ag an gceol agus/nó ag ceoltóirí ar stíleanna reatha i gcúrsaí faisin i rith na mblianta, agus tabhair samplaí. **(6)**

2 phointe @ 3 mharc an ceann

Punc, Ceol Indie, Nuathonn, Ceol Rince, Ceol Grúinse, Gotach, Miotal Trom, Hip Hap, Rac-cheol Críostaí; etc.
Réalta popcheoil agus rac-cheoil: *Rihanna, Lady Gaga; Madonna, Michael Jackson, Prince; etc.*
Madonna thug *sí isteach píosaí cosúil le héadaí cnis, fo-éadaí infheicthe, loirgneán, lámhainní gan méar, agus bráisléid ghlóthaí; etc.* ***Michael Jackson*** *d'éirigh lámhainn amháin agus seaicéid leathair coitianta lena linn; etc.* ***Prince*** *d'fhéach sé andraigíneach agus d'éirigh sé sin coitianta, chaith sé dathanna agus éadaí (corcra go háirithe) a bhíodh ar éadaí ban go traidisiúnta; bhí loirgneán fós á gcaitheamh sna 1990idí agus tháinig siad ar ais sna 2000idí ach iad níos fáiscthe ná mar a bhí sna 1980idí ó thús; etc. chaith daoine* ***Punc agus Grúinse*** *plaid;* ***Lady Gaga*** *caitheann sí leathar, treabhsair a fhéachann fliuch, cultacha colainne, brístí an-ghearr; tá cótaí leathair an-fhada ó na 80idí le fáil i siopaí arís anois mar aon le sciortaí pheann luaidhe, gúnaí cóisir agus míreanna clasaiceacha eile cosúil le lámhainní; etc.* ***Cheryl Cole*** *féachann sé chic, gúna struchtúrtha, teann agus sála fíorarda; etc*

(ii) Tabhair samplaí den chaoi ar féidir ball éadaigh a athstíleáil chun stíl reatha nua-aimseartha a léiriú. **(9)**

3 shampla @ 3 mharc an ceann

Cúngaigh; giorraigh/fadaigh; barrchaolaigh/bunchaolaigh; paistí; scoradh; líneálacha; zipeanna; cnaipí; ceangail; maisiú coirníneach; pócaí; pillíní gualainne; appliqué; 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) Cé go bhfuil níos mó deiseanna á gcruthú do dhaoine chun obair a fháil de thoradh feabhas a bheith tagtha ar gheilleagar na hÉireann, tá dúshláin mhóra ann go fóill maidir le dífhostaíocht na hóige agus maidir le daoine atá dífhostaithe go fadtéarmach.

(The Irish Times, Mí na Samhna 2014)

(i) Pléigh an chaoi a bhfuil na hathruithe ó thaobh obair a bheith ar fáil tar éis dul i bhfeidhm ar dhaoine aonair agus ar theaghlaigh in Éirinn. **(20)**

5 phointe @ 4 mharc an ceann

(1 tagairt do dhaoine aonair, 1 tagairt do theaghlaigh + 3 thagairt eile)

Infhaighteacht oibre: *méadú / laghdú ar infhaighteacht oibre; etc.* ***Forbairtí teicneolaíochta:*** *baincéireacht; dearadh tí; etc.* ***Cineál oibre:*** *ar iasacht, postroinnt, páirtaimseartha, ragobair, etc.* ***Earnáil:*** *earnáil phríomhúil, earnáil thánaisteach, earnáil threasach; etc.*

Éifeachtaí: *uaireanta oibre laghdaithe, am fóillíochta méadaithe; poist nach bhfuil suimiúil laghdaithe nó imithe; timpeallacht níos sábháilte, níos glaine; fórsa saothair níos oilte ag teastáil; titim sa tionscal fóillíochta agus siamsaíochta agus poist / ioncam caillte dá bharr; strus mar thoradh ar neamhchinnteacht airgeadais/faitíos roimh bhochtaineacht; caillteanas stádais, féinmheas agus féin mhuinín; caillteanas cuspóra/mothúcháin neamhleora, dúlagar; mí-úsáid substainte; mothú ciontachta; aonrú sóisialta; ní bhíonn an obair chomh dian; ioncam laghdaithe, a laghdaíonn caighdeán maireachtála; aisghabháil carranna; athrú tí; bochtaineacht; brú ar chaidreamh teaghlaigh; easpa slándála airgid a chuireann strus agus drochshláinte ar bhaill teaghlaigh; téann baill teaghlaigh ar imirce chun obair a fháil agus bíonn an teaghlach uaigneach agus aonraithe dá bharr agus níl aon tacaíocht teaghlaigh don duine a d'imigh; riachtanais ardoideachais chun poist a fháil; rannpháirtíocht níos mó na mban san fhórsa saothair; roghnaigh roinnt baill den teaghlach deiseanna comhroinnte poist a ghlacadh, cruthaíonn sé seo cothromaíocht níos fearr idir an obair agus an saol don duine; tugann sé deiseanna don duine eile a bhfuil an post á roinnt leo; tá méadú beag ach suntasach tagtha ar infhaighteacht poist le déanaí agus bíonn tionchar dearfach aige seo ar dhaoine agus ar theaghlaigh; tá méadú tagtha ar líon na bpost samhraidh séasúrach atá ar fáil do mhic léinn, tugann sé seo ioncam breise don teaghlach agus timpeallacht níos sona sa bhaile; etc.*

(ii) Pléigh an chaoi a bhfuil solúbthacht na n-uaireanta oibre tar éis tionchar a bheith aici ar an gcothromaíocht oibre is saoil i gcás líon mór daoine, agus tabhair samplaí. **(20)**

5 phointe @ 4 mharc an ceann

Saoire 14 seachtaine gan phá is ea ***saoire thuismitheoireachta****, a ghlactar le chéile nó i gcodanna thar thréimhse chomhaontaithe go dtí go mbíonn an leanbh 8 mbliana d'aois; cuireann sé seo ar chumas an tuismitheora níos mó ama a chaitheamh leis an leanbh agus brú oibre a laghdú e.g. 3 nó 4 lá a oibriú; is féidir saoire thuismitheoireachta a roinnt idir an dá thuismitheoir agus tabharfaidh sé seo deis do dhuine cothromaíocht níos fearr a fháil idir a saol agus an obair; is féidir* ***sos gairme*** *a ghlacadh i roinnt post, cuireann sé ar chumas tuismitheoir* ***saoire gan phá*** *a ghlacadh agus am a chaitheamh lena leanaí, tuismitheoir atá sean agus teacht ar ais chuig a bpost níos déanaí;* ***obair ón mbaile, fleisc-am, obair pháirtaimseartha****: ligeann sé seo do thuismitheoirí a sceidil a phleanáil agus bíonn saol an teaghlaigh níos éasca; is féidir socruithe cúram leanaí a shocrú i bhfad roimh ré;* ***am téarma****, tugtar bliain oibre níor giorra anois air agus is féidir le gach fostaí é a úsáid, cruthaíonn sé níos mó roghanna agus fórsa saothair níos sona dóibh siúd a úsáideann é;* ***comhroinnt poist****: ceadaíonn sé seo níos mó am fóillíochta; etc.*

(iii) Ainmnigh tionscnamh reachtúil **amháin** a bhfuil sé mar aidhm aige fostaíocht a chruthú **agus** tabhair sonraí faoi.

Ainmnigh: ***2 mharc*** **Sonraí:** ***2 phointe @ 4 mharc an ceann*** **(10)**

IDA: *is é an príomhaidhm atá acu infheistíocht a mhealladh ó thar lear i dtionscal na déantúsaíochta agus na seirbhísí, spreagann siad cuideachtaí reatha le leathnú; fórsa saothair oilte agus solúbtha, fórsa saothair óg a bhfuil oideachas orthu; ráta cánach corparáide íseal, cúnamh deontais; bonneagar teileachumarsáide den scoth; rochtain éasca ar mhargadh an AE; etc.*

Solas: *cuireann sé fostaíocht agus cláir oiliúna bunaithe sa phobal ar fáil atá dírithe orthu siúd atá dífhostaithe go fadtéarmach; tugann na cláir oiliúna taithí agus deis fostaíochta; tugann siad comhairle agus cúnamh praiticiúil do chuardaitheoirí poist; cuireann siad cláir oiliúna ar fáil do dhaoine faoi mhíchumas agus do ghrúpaí mionlaigh; spreagann siad oideachas san ionad oibre agus "uasoiliúint" e.g. cláir oiliúint phrintíseachta deartha go speisialta do dhaoine le cáiliú i gceird faoi leith; etc.*

Fiontraíocht Éireann: *freagrach as gnó na hÉireann a fhorbairt agus a chur chun cinn sa tír seo agus thar lear; cabhraíonn sé le cuideachtaí a bheith iomaíoch agus fás ar leibhéal idirnáisiúnta; cabhraíonn sé le margaí a fhorbairt, díolacháin agus onnmhairí a mhéadú agus tuilleadh daoine a fhostú; etc.*

Boird Fiontar Contae / Cathrach: *tacaíonn siad le gnóthaí beaga ag an leibhéal áitiúil; spreagann siad cruthú post agus cothú post inbhuanaithe; soláthraíonn siad comhairle, meantóireacht agus cúnamh airgeadais i bhfoirm deontas; etc.*

Údarás na Gaeltachta: *cuireann siad réimse dreasachtaí agus tacaíochtaí ar fáil do ghnóthaí agus cuideachtaí incháilithe chun gnó a bhunú, a fhorbairt, a leathnú nó a lonnú i réigiún na Gaeltachta; dreasachtaí airgeadais i bhfoirm deontas; etc.*

JobBridge: *intéirneacht náisiúnta, cuireann socrúchán taithí oibre ar fáil ar feadh tréimhse 6 nó 9 mí; de chuspóir aige deireadh a chur leis an timthriall ina dteipeann ar dhaoine post a fháil cheal taithí; faigheann na hintéirnigh liúntas €50 sa tseachtain chomh maith leis na liúntais leasa shóisialta atá siad i dteideal a fháil; etc.*

agus

3.(b) (i) Déan measúnú ar **thrí** thacaíocht atá ar fáil chun feabhas a chur ar an bhfáil atá ag gach scoláire ar oideachas dara leibhéal. **(15)**

3 thacaíocht @ 5 mharc an ceann

Airgeadas: *Íocaíochtaí nuair a bhítear ag filleadh ar scoil, amhail an Liúntas Éadaí agus Coisbhirt Chun Filleadh Ar Scoil agus Liúntas um Fhilleadh ar Oideachas, Liúntas um Chostas an Oideachais; táillí scrúdaithe saor in aisce d'iarrthóirí a bhfuil cárta leighis acu; etc.*

Curaclam: *Cúrsaí - Clár Scoile an Teastais Shóisearaigh (JCSP) – tá sé seo dírithe ar an Teastas Sóisearach a dhéanamh níos inrochtana do dhaoine óga a d'fhéadfadh titim amach as an scoil; nuair a chríochnaítear é faigheann an dalta próifíl éachtaí; etc. LCVP meastar modúil naisc trí scrúdú scríofa (40%) agus punann oibre chúrsa (60%); bronntar Pas, Fiúntas nó Gradam; is féidir an toradh a úsáid in ionad ceann de na hábhair san Ardteistiméireacht (i gcomhair pointí); etc. LCA – tá an cúrsa roinnte i gceithre mhodúl leathbhliana; measúnú leanúnach – scríofa, praiticiúil, ó bhéal, agallaimh agus measúnuithe taisc; deimhniú – Pas, Fiúntas nó Gradam; etc.*

Córas Scrúduithe: *difreáil leibhéil ag an Teastas Sóisearach agus an Ardteistiméireacht – scrúdaítear ábhair ag gnáthleibhéal agus ag ardleibhéal, cuirtear Gaeilge, Béarla agus Mata ar fáil ag Bonnleibhéal chomh maith; obair phraiticiúil agus obair thionscadail e.g. Eacnamaíocht Bhaile, Eolaíocht; infhaighteacht scríobhaithe, úsáid ríomhaire glúine agus ionaid speisialta le haghaidh na scrúduithe; páipéir mhionathraithe do dhaoine lagamhairc, úsáid Braille; ábhair leathnaithe le freastal ar riachtanais éagsúla; etc.*

Faoi Mhíbhuntáiste: *DEIS; Gomhordaitheoir Teagmhála Baile, Scoile agus an Phobail; clubanna bricfeasta; clubanna obair baile; Ógtheagmháil; etc.*

(ii) Mínigh an chaoi a n-ullmhaíonn an t-oideachas scoláirí le bheith rannpháirteach i gcúrsaí fostaíochta, agus tabhair samplaí. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann

Cáilíochtaí pearsanta: *freagrach, iontaofa, féinsmacht, obair bhuíne, luach ard ar phoncúlacht, freastal maith; etc.* ***Acadúil / Scileanna:*** *uimhearthacht, litearthacht, ealaíonta, cumarsáid, TFC; etc.* ***Sóisialú:*** *meas ar údarás agus ar rialacha; cód iompair; ionbhá do dhaoine eile; etc.* ***Cláir oideachais:*** *cuireann an Idirbhliain, an Ardteistiméireacht Fheidhmeach agus Gairmchlár na hArdteistiméireachta (GCAT) taithí oibre, gairmthreoir ar fáil; etc.*

nó

3.(c) Cé gur féidir tionchar a bheith ag líon mór tosca seachtracha – ar nós cúrsaí aoise, cine, ioncaim agus inscne – ar fhóillíocht (scíth) duine, níl gar a shéanadh ach go ndéanann líon beag imeachtaí fóillíochta tairbhe duine más cuid de ghnáthimeachtaí an lae aige/aici iad.

(i) Pléigh an ról atá ag imeachtaí fóillíochta san fhorbairt phearsanta, agus tabhair samplaí.

Bíodh tagairt agat dóibh seo a leanas:

- tosca fisiciúla
- tosca sóisialta
- tosca mothúchánacha. **(18)**

3 phointe @ 6 mharc an ceann

Forbairt fhisiciúil: *tá go leor díobh bunaithe ar spórt agus forbraíonn siad tónas matáin; feabhsaítear aclaíocht; rialaítear meáchan; agus méadaítear leibhéil fuinnimh; go maith don tsláinte agus folláine foriomlán; cuidíonn sé le comhordú; tig le gníomhaíochtaí fóillíochta glactha meáchain an dóchúlacht go bhfaighfí oistéapóróis a laghdú; etc.*

Forbairt shóisialta: *tá go leor díobh bunaithe ar fhoirne e.g. peil agus iománaíocht, cuireann siad seo comhoibriú agus dea-scileanna cumarsáide chun cinn agus forbraítear teacht aniar le glacadh le cailleadh; d'fhéadfaí forbairt shóisialta a bhreisiú trí idirghníomhaíochtaí le daoine eile agus cuidíonn sé seo chomh maith; d'fhéadfadh biongó, imirt chártaí etc. daoine a spreagadh le cairde nua a dhéanamh; tá forbairt scileanna éisteachta ríthábhachtach do ghníomhaíochtaí e.g. díospóireacht, drámaíocht; etc.*

Forbairt mhothúchánach: *is féidir féinmheas agus féinmhuinín a fheabhsú trí imeachtaí fóillíochta iomaíocha; cuidíonn an cumas le tuairimí a fhoirmiú agus a chur in iúl a bhfuil meas ag daoine eile orthu le forbairt; cuireann go leor díobh deis suaimhnis ar fáil e.g. ióga; muintearas trí bheith ar fhoirne i bpobal; déantar forbairt mhothúchánach dhearfach trí spraoi; etc.*

(ii) Ainmnigh **<u>dhá</u>** áis fóillíochta a mbíonn tóir orthu ag daoine atá ar scor **agus** déan measúnú orthu. **(12)**

Ainmnigh = *2 mharc*, Déan measúnú: (*2 phointe @ 2 mharc an ceann)* x 2

Ainmnigh: *Galf; biongó; giomnáisiam/ionad fóillíochta – ranganna aeróbaice, ranganna aclaíochta; leabharlann / clubanna leabhar; linn snámha; pictiúrlann; cumann ceoil/cór; grúpaí drámaíochta; cluichí cártaí; ranganna do dhaoine fásta – potaireacht, ealaín, grianghrafadóireacht; etc.*
Déan measúnú: *costas/luach ar airgead; áisiúlacht; inrochtaineacht; tairbhí sóisialta; tairbhí fisiciúla; tairbhí mothúchánacha; áiseanna; etc.*

Leathanach Bán

Coimisiún na Scrúduithe Stáit
State Examinations Commission

AN ARDTEISTIMÉIREACHT, 2015

AISTRIÚCHÁN AR SCÉIM MHARCÁLA

EACNAMAÍOCHT BHAILE –
EOLAÍOCH AGUS SÓISIALTA
OBAIR CHÚRSA SA STAIDÉAR BIA

Ba chóir na pointí seo a leanas a thabhairt do d'aire agus na scéimeanna marcála á bhforbairt:

- *Ní thugtar ina lán cásanna ach eochairfhrásaí ina bhfuil faisnéis agus smaointe nach mór a bheith i bhfreagra an iarrthóra chun na marcanna sannta a ghnóthú.*
- *Ní liosta uileghabhálach atá sna tuairiscí, modhanna agus sainmhínithe sa scéim agus glacfar le freagraí bailí eile chomh maith.*
- *Is é an comhthéacs, an bealach a gcuirtear an cheist agus líon na marcanna atá ag gabháil leis an gceist ar an scrúdpháipéar a chinneann an méid sonraí a theastaíonn i bhfreagra ar bith. Da bhrí sin, is féidir go n-athróidh na riachtanais agus leithdháileadh na marcanna ó bhliain go bliain.*
- *Caithfear focail, nathanna nó frásaí a úsáid i gceart ina gcomhthéacs agus iad gan a bheith ag teacht salach ar a chéile, agus má bhíonn fianaise ann ar úsáid mhícheart nó ar fhocail a bheith ag teacht salach ar a chéile, ní féidir na marcanna a bhronnadh. Caithfear an t-eolas a chur i láthair faoi na ceannteidil chuí.*

Tábla Grádúcháin

Grád	***Bandaí Marcanna***
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 marc amh a bronnadh ar 5. (Slánaigh síos na marcanna páirteacha, e.g. 324 = 64)

Critéir Ghinearálta Mharcála don Obair Chúrsa Phraiticiúil sa Staidéar Bia

Fiosrúchán: Anailís/Taighde - 30 marc

Taighde agus anailís **= 20**

Banda A 16-20 marc (an-mhaith – ar fheabhas)
Fiosrúchán

- *ina bhfuil fianaise go ndearnadh* **taiscéalaíocht chríochnúil** *agus* **anailís chuimsitheach** *ar na saincheisteanna agus ar na cúinsí a bhaineann go díreach le príomhriachtanais an taisc*
- *atá cruinn, bunaithe ar raon foinsí agus curtha i láthair go comhleanúnach*
- *ina mbaintear úsáid as fianaise ón taighde mar bhonn leis na roghanna cuí nuair a bhíonn biachláir/miasa/táirgí á roghnú*

Banda B 11-15 mharc (an-ábalta – go maith)
Fiosrúchán

- *ina bhfuil fianaise go ndearnadh* **taiscéalaíocht** *agus roinnt* **anailíse** *ar na saincheisteanna agus ar na cúinsí a bhaineann go ginearálta le príomhriachtanais an taisc*
- *atá cruinn, bunaithe ar raon foinsí agus curtha i láthair go comhleanúnach*
- *ina mbaintear úsáid as fianaise ón taighde mar bhonn leis na roghanna cuí nuair a bhíonn biachláir/miasa/táirgí á roghnú*

Banda C 6-10 marc (bunúsach – ábalta)
Fiosrúchán

- *ina bhfuil fianaise go ndearnadh* **taiscéalaíocht** *ar na saincheisteanna agus ar na cúinsí a bhaineann go ginearálta le príomhriachtanais an taisc*
- *atá réasúnta cruinn, bunaithe ar raon foinsí agus curtha i láthair go comhleanúnach*
- *ina baintear úsáid as fianaise ón taighde mar bhonn leis na roghanna nuair a bhíonn biachláir/miasa/táirgí á roghnú*

Banda D 0-5 mharc (an-bhunúsach – teoranta)
Fiosrúchán

- *ina bhfuil fianaise ar* **thuiscint an-bhunúsach theoranta** *ar phríomhriachtanais an taisc*
- *ina bhfuil cuid den eolas nó an t-iomlán de éiginnte agus gan ach cuid de cruinn; easpa comhleanúnachais sa chur i láthair*
- *ina mbaintear úsáid as fianaise ón taighde mar bhonn leis na roghanna nuair a bhíonn biachláir/miasa/táirgí á roghnú*

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

Mura ndéantar fiosrúchán ar an mias a ullmhaítear -1 / -2 mharc san Fhiosrúchán.
(biachlár – cúrsa tosaigh/milseog = 1 mharc, príomhchúrsa = 1 mharc)

Béilí /miasa/táirgí oiriúnacha agus aird á tabhairt ar chúinsí a aithníodh agus a ndearnadh anailís orthu san fhiosrúchán

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

Fáthanna/critéir leis an rogha – (2 × 2 mharc) **= 4**
Léiríonn go soiléir na critéir a chinntigh rogha na méise nó an táirge a roghnaíodh chun é a ullmhú.

Foinsí *ar a n-áirítear foinse an oidis* **- 2 × 1 mharc (2 mharc)** **= 2**

Ullmhúchán agus Pleanáil - 6 mharc

- Acmhainní (comhábhair ar a 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 Réimse Cleachtais E)
- Roinnt an 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 roinnt príomhchéimeanna aitheanta agus an t-ord mícheart

Cur i bhFeidhm - 28 marc

- Breac-chuntas ar an modh oibre a leanadh ar a n-áirítear próisis ullmhaithe bia, am cócarála/teocht, riar/cur i láthair, blaiseadh/measúnú. **= 16**

(Ba chóir go mbeadh an t-eolas / an cuntas i bhfocail an iarrthóra féin)

Banda A 13 - 16 marc (an-maith – 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 do phróiseas/ phróisis ullmhaithe bia c(h)uí ar baineadh úsáid as/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 do phróiseas/ phróisis ullmhaithe bia c(h)uí ar baineadh úsáid as/astu

Banda C 5 - 8 marc (bunúsach – ábalta)
Aithnítear roinnt céimeanna riachtanacha in ullmhúchán na méise, déantar achoimre orthu agus cuirtear i láthair iad san ord ceart le tagairt cheart do phróiseas/ phróisis ullmhaithe bia c(h)uí ar baineadh úsáid as/astu

Banda D 1- 4 mharc (an-bhunúsach – teoranta)
Ní aithnítear aon cheann de na céimeanna riachtanacha in ullmhúchán na méise, nó ní aithnítear ach beagán díobh, ní dhéantar achoimre orthu ná ní chuirtear i láthair iad san ord ceart le tagairt cheart do phróiseas/ phróisis ullmhaithe bia c(h)uí ar baineadh úsáid as/astu

- **Na príomhchúinsí a cuireadh san áireamh** (caithfidh baint a bheith acu leis an mias/tástáil áirithe) **2 × 4 mharc** **= 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 × 2 mharc** **= 4**

(caithfidh baint a bheith acu le comhábhair áirithe atá in úsáid/ leis an mias atá á cócaráil)
*Aithint (1) agus míniú (1) ar phríomh-shaincheist sábháilteachta **amháin** **agus** ar phríomh-shaincheist sláinteachais **amháin** a cuireadh san áireamh nuair a bhí an mhias á hullmhú agus á cócaráil/an tástáil á dhéanamh*

Measúnú - 16 marc

Déan measúnú ar an tasc sna téarmaí seo:

- **Cur i bhFeidhm** **2 × 4 mharc an ceann** **= 8**

  Banda A - 4 mharc *- aithníodh agus rinneadh anailís ar laigí/ láidreachtaí sainiúla nuair a bhí an tasc á dhéanamh, cosnaíodh mionathruithe go soiléir nuair a moladh iad, rinneadh anailís chriticiúil ar úsáid acmhainní/ar phleanáil*
  Banda B - 3 mharc *- aithníodh laigí/ láidreachtaí sainiúla nuair a bhí an tasc á dhéanamh, cosnaíodh méid áirithe na mionathruithe a moladh, rinneadh anailís theoranta ar úsáid acmhainní/ar phleanáil*
  Banda C- 2 mharc *- rinneadh iarracht éigin laigí **nó** láidreachtaí a aithint nuair a bhí an tasc á dhéanamh, níor cosnaíodh mionathruithe nuair a moladh iad, rinneadh tagairt d'úsáid acmhainní/do phleanáil*

- **Sainriachtanais** an taisc **2 × 4 mharc an ceann** **= 8**

  Banda A - 4 mharc *- baineann tátal eolach as an obair i gcás dhá phríomhriachtanas de chuid an taisc*
  Banda B - 3 mharc *- baineann tátal teoranta as an obair i gcás dhá phríomhriachtanas de chuid an taisc*
  Banda C - 2 mharc *- déanann achoimre ar dhá thoradh ar an tasc*

Réimse Cleachtais A – Prionsabail Chothaithe a Chur i bhFeidhm

Tasc 1

Tá líon mór mac léinn tríú leibhéal ann nach bhfuil ina gcónaí sa bhaile a cheapann gur taithí nua dhúshlánach é siopadóireacht agus cócaráil a dhéanamh dóibh féin.
Déan plé ar riachtanais chothaithe mic léinn tríú leibhéil. Déan taighde agus mionléiriú ar na treoirlínte i gcomhair pleanáil béilí is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú do mhic léinn tríú leibhéil nach bhfuil ina gcónaí sa bhaile agus atá ag roinnt lóistín le daoine eile. Agus na cúinsí seo á gcur san áireamh agat, fiosraigh raon de mhiasa príomhchúrsa a bheadh oiriúnach do phríomhbhéile an lae. Ullmhaigh, cócaráil agus riar **ceann amháin** de na príomhchúrsaí a d’fhiosraigh tú. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.

Príomhriachtanais an taisc

- *riachtanais* ***chothaithe/chothaitheacha*** *ba chóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do mhic léinn tríú leibhéal nach bhfuil ina gcónaí sa bhaile agus atá ag roinnt lóistín le daoine eile*
- ***treoirlínte pleanála ábhartha*** *do bhéilí atá á n-ullmhú agus á bpleanáil do* ***mhic léinn tríú leibhéal*** *nach bhfuil ina gcónaí sa bhaile agus atá ag roinnt lóistín le daoine eile*
- ***miasa príomhchúrsa*** *atá oiriúnach do phríomhbhéile an lae*
- *an mhias phríomhchúrsa agus na cúiseanna leis an rogha.*

Fiosrúchán

Riachtanais chothaithe / chothaitheacha – *cothromaíocht chothaitheach, riachtanais laethúla mhacra-/ mhicreachothaitheach ar na n-áirítear riachtanais phróitéine / charbaihiodráite / saille / iarainn / cailciam de réir mar is cuí do riachtanais mac léinn tríú leibhéal agus na cúiseanna a d’fhéadfadh a bheith le héagsúlacht; neart snáithín; Vitimín C / ionsú iarainn; Vitimín D / ionsú cailciam; an gá atá le grúpa Vitimín B chun fuinneamh a scaoileadh agus don mheitibileacht*; *éagsúlachtaí a d’fhéadfadh a bheith ann i riachtanais fuinnimh; soláthar glúcóis chun cuidiú le leibhéil díriú intinne; bianna carbaihiodráite GI íseal a scaoileann fuinneamh go mall; cothromaíocht fuinnimh vis à vis leibhéil ghníomhaíochta; treoirlínte cothaitheacha reatha maidir le hiontógáil bia agus cothaitheach; etc.*

Treoirlínte pleanála do bhéilí – *úsáid na pirimide bia le cothromaíocht a chinntiú; éagsúlacht bianna; col agus bá phearsanta, iontógáil cheart leachta le díhiodráitiú a chosc - 8 ngloine leachta in aghaidh an lae; bianna le neart snáithíní; cailciam a mhéadú; seachain bianna a bhfuil neart salainn, saille sáithithe agus siúcra iontu, i.e. bianna áise; má roghnaítear bianna áise roghnaigh bianna treisithe; roghnaigh sneaiceanna sláintiúla; bianna ina séasúr féin a úsáid – ceisteanna acmhainní; riachtanais liachta / aistí bia, e.g. céiliach, veigeatóir, etc.; réamhphleanáil béilí; liosta a dhéanamh; ualach oibre a roinnt; bulc-chócaráil; scileanna; na háiseanna atá ar fáil – cócaireán, micreathonnán, reoiteoir, cócaireán mall, etc.; seachain an diomailt – úsáid an fuílleach don lón; an trealamh atá ar fáil, i.e. ullmhúchán – scálaí etc., cócaráil/atéamh – cócaireán mall, micreathonnán, etc; costas – tairiscintí speisialta, bulc-cheannach, ceannaigh bianna ‘féinbhranda’, tairiscintí béilí agus ‘pacaí luacha’; úsáid malairt ar an bhfeoil, e.g. uibheacha, tofu, Quorn, glasraí piseánacha; ceannaigh feoil inacmhainne gan gheir, i.e. feoil mhionaithe, easna mhairteola, etc; cuir tiús le casaróil agus le stobhaigh le glasraí; seachain dul gan béilí; ullmhúchán bianna oiriúnacha don atéamh agus don reo; etc.*

Na miasa roghnaithe - raon de mhiasa príomhchúrsa
- caithfidh siad a bheith oiriúnach do mhic léinn tríú leibhéal
- caithfidh príomhchúrsa a bheith ann.

Measúnú (riachtanais shainiúla an taisc)
Anailís ar thátail maidir le riachtanais chothaitheacha raon de mhiasa príomhchúrsa do mhic léinn tríú leibhéal.
Treoirlínte pleanála béilí – raon de mhiasa príomhchúrsa oiriúnach do mhic léinn tríú leibhéal, an chaoi a sásaíonn an mhias roghnaithe na riachtanais a aithnítear san fhiosrúchán.

Tasc 2

Bíonn timpeall 4 ghram de shalann ag teastáil ón gcorp gach lá. Is uasleibhéal inghlactha é 6 ghram nó taespúnóg amháin in aghaidh an lae. Tá a lán daoine ann a ghlacann níos mó salainn ná sin agus a itheann timpeall 9 go 10 ngram salainn ar an meán in aghaidh an lae. (Foras Croí na hÉireann)

Agus tú ag tagairt don ráiteas thuas, sainaithin na rioscaí sláinte a bhaineann le réim bia ina bhfuil a lán salainn.
Déan taighde agus mionléiriú ar na riachtanais chothaithe agus ar na treoirlínte i gcomhair pleanáil béilí (straitéisí chun salann a laghdú sa réim bia) is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine ar mian leo an méid salainn atá ina réim bia a laghdú.
Agus na tosca seo á gcur san áireamh agat, fiosraigh raon de bhiachláir (miasa cúrsaí tosaigh agus príomhchúrsa) a bheadh oiriúnach do phríomhbhéile an lae do dhaoine sa ghrúpa seo.
Ullmhaigh, cócaráil agus riar **ceann amháin** de na príomhchúrsaí a d'fhiosraigh tú.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.

Príomhriachtanais an taisc

- *na **riosca sláinte** a bhaineann le haiste bia ina bhfuil a lán salainn*
- *riachtanais chothaithe/chothaitheacha nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine ar mian leo an **méid salainn atá ina réim bia a laghdú***
- *treoirlínte pleanála ábhartha do bhéilí (**straitéisí chun salann a laghdú san aiste bia)** do dhaoine ar mian leo an **méid salainn** atá ina réim bia **a laghdú***
- *raon **biachlár (cúrsaí tosaigh agus miasa príomhchúrsa**) don phríomhbhéile*
- *an mhias príomhchúrsa roghnaithe agus na cúiseanna leis an rogha sin.*

Fiosrúchán

Rioscaí sláinte a bhaineann le haiste bia ina bhfuil a lán salainn: *galar cardashoithíoch, brú fola ard, stróc, galar duáin, oistéapóróis, othrais ghastracha, tinnis cinn, ailse goile, géarú ar shiomptóim asma, cruthaíonn méadú gearrthéarmach salainn sa réim bia caillteanas cailciam san fhual, rud a mhéadaíonn dísciú cnámh i mná iarmheanapásacha, coinneáil uisce sa chorp – cuma shéidte bhorrtha a mbíonn righneas agus meáchan athraitheach coirp de thoradh air, etc.*

Cleachtais chothaithe / riachtanais chothaitheacha do dhaoine ar mian leo an méid salainn atá ina réim bia a laghdú - *cothromaíocht chothaitheach, riachtanais laethúla mhacra- / mhicreachothaitheach ar a n-áirítear riachtanais phróitéine, charbaihiodráite, saille, iarainn, cailciam de réir mar is cuí; neart snáithín; vitimín C / ionsú iarainn; vitimín D / ionsú cailciam; cuidíonn potaisiam le leibhéil sóidiam a chothromú; lean treoirlínte cothaitheacha reatha maidir le hiontógáil cothaitheach agus bia; etc.*

Treoirlínte pleanála béile (straitéisí chun salann a laghdú sa réim bia
Seachain salann a chur le bia le linn cócarála agus ag an mbord; úsáid blastáin mhalartacha, i.e. luibheanna, spíosraí, piobar dubh, gairleog, sillí, sinséar etc; seachain bianna áise a úsáid, i.e. ciúbanna stoic, anlann soighe, meascáin súlaigh, anlainn agus anraithí réamhdhéanta, gránaigh, feolta agus glasraí próiseáilte agus stánaithe; seachain feolta agus iasc saillte; seachain sneaiceanna a bhfuil a lán salainn iontu – criospaí, cnónna saillte etc., roghnaigh feolta agus glasraí úra; seiceáil gránaigh bhricfeasta agus arán féachaint cé mhéad salainn atá iontu mar gur féidir leis a bheith ard; roghnaigh sneaiceanna sláintiúla; seiceáil lipéid bhia ar gach béile réamhdhéanta agus roghnaigh earraí ar shalann íseal/laghdaithe, úsáid olaí sa chócaráil toisc go bhfuil neart salainn san im; is ionann ard agus breis agus 1.5g salainn in aghaidh 100g, is ionann íseal agus 0.3g salainn nó níos lú in aghaidh 100g; dean bia a bhlaiseadh roimh shalann a chur leis; úsáid salann sóidiam íseal; CML (RDA) d'aosaigh 6 ghram / do leanaí 4 ghram; fiafraigh faoin méid salainn sa bhia i mbialanna; etc.

Na miasa roghnaithe - caithfidh salann íseal/salann laghdaithe/salann mionathraithe a bheith iontu
- caithfidh mias phríomhchúrsa a bheith ann

Measúnú (riachtanais shainiúla an taisc)
Anailís ar na tátail maidir lenar fhoghlaim tú ón bhfiosrúchán faoi bhainistiú réim bia ina bhfuil a lán salainn; cúinsí ba chóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine ar mian leo an méid salainn ina réim bia a laghdú, agus chun dóthain cothaitheach a chinntiú; na bianna atá oiriúnach/mí-oiriúnach; na gnéithe ar leith de phleanáil béilí ba chóir a chur san áireamh, etc., an chaoi a sásaíonn an mhias roghnaithe na riachtanais a aithníodh san fhiosrúchán.

Réimse Cleachtais B – Ullmhúchán Bia agus Próisis Chócaireachta
Tasc 3

Is rogha choitianta ag líon mór tomhaltóirí é taosrán a ullmhaítear ar bhonn tráchtála.

Déan taighde ar thaosrán a ullmhaítear ar bhonn tráchtála maidir le gach ceann acu seo a leanas:
- brandaí agus cineálacha atá ar fáil
- miasa is féidir a dhéanamh, agus an cineál taosráin a úsáidtear i ngach cás á lua
- costas.

Roghnaigh cineál **amháin** taosráin a ullmhaítear ar bhonn tráchtála. Tabhair cuntas ar na príomhphointí is cóir a chur san áireamh chun a chinntiú go mbeidh toradh fónta ar an obair nuair a úsáidtear an taosrán seo.
Ullmhaigh, cócaráil agus riar mias **amháin** (mias mhilis **nó** mias neamh-mhilis) agus úsáid an taosrán a d'fhiosraigh tú.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** leis na buntáistí agus/nó leis na míbhuntáistí a bhaineann le taosrán a ullmhaítear ar bhonn tráchtála.

Príomhriachtanais an taisc
- *taighde ar* ***thaosrán a ullmhaítear ar bhonn tráchtála*** *– na* ***brandaí*** *agus na* ***cineálacha*** *atá ar fáil*
- ***raon mias is féidir a dhéanamh,*** *cur síos ar an g****cineál taosráin a úsáidtear i ngach cás***
- ***costas***
- ***an cineál taosráin*** *a roghnaíodh*
- ***na príomhphointí*** *ba chóir a chur san áireamh chun chinntiú go mbeidh toradh fónta ar an obair nuair a roghnaítear an taosrán seo*
- *an mhias roghnaithe,* **mias mhilis nó mias neamh-mhilis**, *agus na cúiseanna leis an rogha sin.*

Fiosrúchán
Taighde ar thaosrán a ullmhaítear ar bhonn tráchtála – na brandaí agus na cineálacha atá ar fáil
Brandaí: *Jus-Rol, Belbake (Lidl), Anchor, feirm Pepper Ridge, Dufour, ds saor ó ghlútan, Antoniou, Tesco, Lidl, etc.*
Cineálacha: *briosc-chrústa, briosc-chrústa éadrom/milis, puth-thaosrán, puth-thaosrán garbh, filo, le him amháin / puth éadrom, etc.*

Miasa is féidir a dhéanamh agus an cineál taosráin a úsáidtear a lua i ngach cás: Briosc-chrústa: *quiche, toirtín úll/líomóide, toirtíní muisiriúin, etc.* **Puth-taosrán garbh:** *rollóga ispíní, pióga milse agus neamh-mhilse, fillteáin úll, etc.* **Filo:** *samósaí, rollóga earraigh glasraí, strúdal úll, baklava, etc.* **Puth-thaosrán:** *pióga agus toirtíní, vol au vents, slisní uachtair, etc.* **Choux:** *éclairs, profiteroles, etc.*

Costas: *costas na gcineálacha difriúla taosráin a fiosraíodh.*

Na príomhphointí ba chóir a chur san áireamh chun a chinntiú go mbeidh toradh fónta ar an obair nuair a úsáidtear an taosrán roghnaithe.

Lean treoracha an déantúsóra ar an bpaicéad i gcás gach cineál taosráin tráchtála

Taosrán briosc-chrústa/Puth-thaosrán garbh/ Puth-thaosrán: *úsáid uirlisí atá fuar, tá an fuacht riachtanach sa rolladh amach sa chaoi nach leáfaidh saill; leáigh taosrán thar oíche sa chuisneoir nó ar feadh 45 nóiméad ag teocht an tseomra; seachain an iomarca plúir a úsáid le taosrán a rolladh amach; láimhseáil chomh héadrom agus chomh hannamh agus is féidir; úsáid leac mharmair chun é a rolladh amach, fuaraigh é tar éis é a rolladh agus roimh an chócaráil; seachain an taosrán a shíneadh agus é á rolladh amach toisc go gcrapfaidh sé le linn cócarála; cuir beagán plúir ar an gcrann fuinte; rollaigh go héadrom agus in aon treo amháin é; úsáid uisce leis na himill a shéalú; smear na miasa bácála go héadrom le greamú a sheachaint; taisrigh an mhias bhácála in áit í a smearadh chun nach ndéanfar ró-chócaráil ar thaosrán a bhfuil cion ard saille ann; cócaráil in oigheann réamhthéite 200˚C–220˚C, pléascann gráinníní stáirse agus ionsúnn saill, laghdaigh an teocht go 180˚C tar éis 10 nóiméad leis an líonadh a chócaráil; má éiríonn puth-thaosrán greamaitheach agus é á láimhseáil fuaraigh sa chuisneoir é roimh dhul ar aghaidh; úsáid scian ghéar le puth-thaosrán a ghearradh sa chaoi nach gcomhleáfaidh na sraitheanna le chéile agus bac dá réir ar ardú; etc.*
Taosrán Filo: *coinnigh taosrán filo faoi chlúdach/ clúdaithe i scannán cumhdaithe/tuáille tae tais le nach dtriomóidh sé; oibrigh le duilleog amháin ag an am; cuir im leáite nó ola ar dhuilleoga filo le scuab in oidis bhácála le huigeacht éadrom bhriosc a fháil; línigh stáin le páipéar párach nó smear go héadrom iad; fuaraigh ábhar líonta cócaráilte roimh é a úsáid nó éireoidh an taosrán bog; úsáid scian ghéar le taosrán a ghearradh; glónraigh taosrán; déan an oigheann a réamhthéamh go 200˚C, laghdaigh an teocht go 180˚C leis an líonadh a chócaráil; etc.*
Taosrán Choux: *dí-reo sa chuisneoir nó ag teocht an tseomra é ar feadh 30 nóiméad má tá sé reoite; déan an oigheann a réamhthéamh go mbeidh sé te; seachain an doras a oscailt le linn cócarála; ba chóir go bhfuaimneodh an bonn toll agus é cócaráilte; níor chóir go mbeadh an taobh istigh fliuch; déan poll i dtaobh an taosráin le go n-éalóidh an gal; fuaraigh, líon agus ith é chomh luath agus is féidir tar éis cócarála mar gur féidir le táirgí éirí uisciúil; etc.*

Na miasa roghnaithe – mias mhilis nó mias neamh-mhilis a chaithfidh a bheith ann a ndearnadh taighde air agus an taosrán a fiosraíodh a úsáid

Measúnú (mar atá sonraithe sa tasc) – *buntáistí agus/nó míbhuntáistí taosráin* ***a ullmhaítear ar bhonn tráchtála****. (is féidir buntáiste amháin agus míbhuntáiste amháin a bheith ann /dhá bhuntáiste/dhá mhíbhuntáiste).*

Réimse Cleachtais C: Teicneolaíocht an Bhia
Tasc 4

Tá bianna lámhdhéanta ceardaíochta tar éis teacht chun cinn mar earnáil thábhachtach nideoige i dtionscal bia na hÉireann. San earnáil seo tá grúpa beag de tháirgeoirí mionscála díograiseacha a dhéanann bianna mar arán, subh agus líon mór táirgí eile.

Sainaithin raon de chineálacha éagsúla aráin a bhfuil éileamh orthu faoi láthair agus liostaigh na comhábhair a úsáidtear.
Fiosraigh **dhá** mhodh éagsúla chun arán a dhéanamh agus mínigh na bunphrionsabail atá i gceist i ngach cás.
Ag baint úsáide duit as **ceann amháin** de na modhanna a d'fhiosraigh tú, ullmhaigh agus bácáil cineál **amháin** aráin.
Déan cur síos ar an bpacáistiú a mholfá don arán ag féachaint don táirge a choinneáil úr sláinteach agus a chur i láthair go tarraingteach.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú **(b)** lena phraiticiúlacht agus **(c)** lena chostas.

Príomhriachtanais an taisc
Fiosraigh:

- *raon d'**aráin dhifriúla** a bhfuil móréileamh orthu faoi láthair agus **liosta de chomhábhair dhifriúla** a úsáidtear*
- *fiosraigh **dhá mhodh dhifriúla le harán a dhéanamh** agus mínigh na **bunphrionsabail** i ngach cás*
- *pacáistiú oiriúnach leis an táirge a choinneáil úr, slán agus é a chur i láthair go tarraingteach*
- *an táirge roghnaithe agus na cúiseanna leis an rogha.*

Fiosrúchán
Raon d'aráin dhifriúla a bhfuil móréileamh orthu faoi láthair:
Arán sóide traidisiúnta donn/bán, aráin ghiosta (neamh-mhilis agus milis), aráin bhlasta (trátaí/oinniúin/luibheanna) aráin saor ó ghlútan, aráin de thaos géar, arán speilte, arán leathan, arán seagail, arán arbhair, arán beorach, etc.

Na comhábhair dhifriúla a úsáidtear:
Plúr: *donn, caiscín, bán, láidir, saor ó ghlútan, rís, gránphlúr, cruithneacht, seagal, ruán, speilt, soighe, coirce, sicphiseánach, plúr pónaire, etc.* **Saill:** *im, margairín, ola olóige, olaí blaistithe, etc.* **Uibheacha, Siúcra:** *donn, bán, etc.* **Bainne, Gníomhaí Ardúcháin:** *sóid aráin, púdar bácála, giosta, etc.* ***Comhábhair eile*** - salann, cnónna, ológa, cáis, torthaí, beoir, oinniúin, luibheanna, síolta, ológa, trátaí, *etc.*

Modhanna le harán a dhéanamh agus na bunphrionsabail i ngach cás
Modh na cuimilte isteach/an modh fliuch/modh gach rud in éineacht: *sóid aráin, púdar bácála agus giosta in úsáid.*
Modh na cuimilte isteach: *tugtar aer isteach go meicniúil trí chomhábhair thirime a chriathrú, saill a chuimilt isteach; etc.*
An modh fliuch/modh gach rud in éineacht: *buailtear na comhábhair go léir le chéile; etc.*
Sóid Aráin: *décharbónáit sóidiam (alcaile), nuair a mheasctar le bláthach/bainne géar (aigéad agus leacht) táirgtear CO2; etc.*
Púdar Bácála: *décharbónáit sóidiam (alcaile) + gealtartar (aigéad) + bainne/uisce (leacht), táirgtear CO_2, etc.*
Tugann an teas san oigheann ar an dé-ocsaíd charbóin leathnú agus ardú, an meascán á bhrú in airde; éiríonn glútan chun ar nós leaistice nuair a éiríonn sé tais, rud a cheadaíonn don taos ardú nuair a leathnaíonn an CO_2; is é teas an oighinn is cúis le téachtadh an ghlútain, tosaíonn téachtadh ag 74˚C agus leanann go dtí go mbíonn an bhácáil réidh; ionsúnn gráinníní stáirse uisce, atann siad agus geilitíníonn siad, rud is cúis le struchtúr an aráin éirí níos daingne; tarlaíonn imoibriú Maillard, rud a chuireann leis an donnúchán; athraíonn stáirse dromchla ina dheistrin, rud a chuireann crústa ar an arán; is féidir arán a dhéanamh agus an modh fliuch/modh gach rud in éineacht in úsáid; etc.
Giosta: *próiseas coipthe trína mbriseann an giosta síos CO_2 go ndéantar siúcra agus alcól, próiseas a tharlaíonn agus easpa ocsaigine ann; úsáidtear an dé-ocsaíd charbóin, galaítear an t-alcól san atmaisféar; sa phlúr, iompaíonn an einsím diastáis stáirse ina mhaltós; sa ghiosta, iompaíonn an einsím maltóis maltós ina ghlúcós, iompaíonn an einsím inbhéartáis siúcrós ina ghlúcós agus fruchtós, iompaíonn an einsím síomáis glúcós agus fruchtós ina CO_2 agus alcól; aibíonn glútan agus éiríonn ar nós leaistice agus lingeach; bíonn gás CO_2 sáinnithe ag an nglútan mar bhoilgíní beaga aeir, agus nuair a théitear é leathnaíonn sé agus éiríonn agus brúnn an taos in airde; maraíonn teocht ard an oighinn an giosta agus stopann próiseas an ardúcháin, téachtann an glútan; laghdaítear an teocht leis an táirge a chócaráil; etc.*
Aer: *is féidir aer a thabhairt isteach trí chriathrú, cuimilt isteach, coipeadh, filleadh, bualadh agus fuineadh; sáinnítear aer sa mheascán ar bhonn fisiciúil, leathnaíonn aer nuair a théitear é agus déanann sé an bia éadrom; etc.*

Pacáistiú Oiriúnach *e.g. mála plaisteach bréifneach, mála páipéir, mála le glas zip, gabhdáin chairtchláir/stáin/ phlaisteacha, málaí bácála maisiúla, snaidhmeáin, ribíní, etc.*

Mura bhfiosraítear aon phacáistiú – 3 mharc

Na miasa roghnaithe – caithfear ceann de na modhanna a fiosraíodh a úsáid leis an arán a dhéanamh.

Measúnú (a) (mar atá sonraithe sa tasc) **(b)** *A phraiticiúla atá sé arán a dhéanamh – ceisteanna acmhainní – am, scileanna, trealamh, pacáistiú, stóráil, comhábhair a bheith ar fáil, etc.* **(c)** *costas.*

Réimse Cleachtais D – Miasa a léiríonn Airíonna Bia
Tasc 5

Is ar gheilitíniú stáirse a d'fhéadfadh a bheith ar fáil i gcomhábhar amháin nó níos mó a bhraitheann an chaoi a n-éiríonn le líon mór mias.

Sainmhínigh **geilitíniú**. Sainaithin raon de mhiasa idir mhilis agus neamh-mhilis a léiríonn an t-airí seo. Fiosraigh agus déan mionléiriú ar na feidhmeanna éagsúla atá ag an ngeilitíniú nuair a bhíonn miasa milse agus neamh-mhilse á ndéanamh, agus mínigh an prionsabal eolaíochta atá i gceist.
Ullmhaigh, cócaráil agus riar **ceann amháin** de na miasa (milis **nó** neamh-mhilis) a d'fhiosraigh tú.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca (a) lena fheidhmiú agus (b) leis an gcaoi a n-éiríonn leis airí an gheilitínithe á chur i bhfeidhm nuair a bhíonn an mhias á déanamh.

Príomhriachtanais an taisc

- ***sainmhínigh geilitíniú***
- *raon de mhiasa idir mhilis agus neamh-mhilis a léiríonn airí an gheilitínithe*
- *déan fiosrúchán agus mionléiriú ar* ***fheidhmiú an gheilitínithe*** *agus miasa idir mhilis agus neamh-mhilis á ndéanamh*
- *an* ***prionsabal eolaíochta*** *atá i gceist*
- *an mhias roghnaithe agus na cúiseanna leis an rogha.*

Sainmhíniú ar gheilitíniú: *an próiseas lena bhfoirmíonn gráinníní stáirse fuaidreán in uisce fuar; nuair a mheasctar le leacht é agus nuair a théitear é atann gráinníní stáirse agus pléascann siad agus ionsúnn taise; fágann sé seo go ramhraíonn an leacht; foirmíonn glóthach; etc.*

Raon de mhiasa idir mhilis agus neamh-mhilis a léiríonn airí an gheilitínithe:
Miasa Milse: *miasa ina mbaintear úsáid as anlainn a ramhraítear le substaint stáirsiúil – plúr/gránphlúr/ararút e.g. pióg mheireang líomóide, maróg ríse, éadromóga (éclairs), vol-au-vents, etc.*
Miasa Neamh-mhilse: *miasa ina mbaintear úsáid as anlainn a ramhraítear le substaint stáirsiúil – plúr/ gránphlúr/ararút/práta etc., anraithí, stobhaigh, curaí, lasáinne, miasa taosráin – vol-au-vents, miasa pasta, etc.*

Feidhmiú an gheilitínithe agus miasa idir mhilis agus neamh-mhilis á ndéanamh agus an prionsabal eolaíochta atá i gceist:
Teas tais: *tá airíonna ramhraithe cumhachtacha ag stáirse, ar charbaihiodráit chasta é; trí chéim sa gheilitíniú agus stáirse in úsáid – an stáirse a* ***théamh****, an leacht a* ***ionsú****, an leacht a* ***ramhrú****; measctar gráinníní stáirse (plúr/gránphlúr) le leacht agus téitear é go dtí teocht tosaigh 55˚C - 70˚C – bíonn teochtaí difriúla ann do stáirsí difriúla i.e. ramhraíonn stáirsí fréamhbhunaithe (práta agus ararút) ag teocht níos ísle ach briseann síos níos moille, ramhraíonn stáirse gránachbhunaithe (arbhar agus cruithneacht) ag teochtaí níos airde ach briseann síos níos tapúla; nuair a théitear an leacht lagaíonn na naisc hidrigine a choinníonn an stáirse le chéile, rud a ligeann d'uisce dul isteach sna móilíní stáirse; atann na gráinníní stáirse, pléascann siad agus ionsúnn an leacht; ionsúitear uisce isteach sna gráinníní stáirse agus coinnítear ansin go daingean é; de réir mar a leanann an t-at méadaíonn slaodacht an tuaslagáin, gluaiseann na móilíní le chéile agus foirmíonn tuaslagán ar nós taois (tiubh agus glóthánach); éiríonn an meascán níos slaodaí de réir mar a mhéadaíonn an teocht; ar fhuarú dó foirmítear naisc hidrigine agus bíonn taos mar ghlóthach ann dá bharr; tá cuid mhór grúpaí hiodrocsaile ag móilíní stáirse a mheallann agus a choinníonn na móilíní uisce; ní dheighltear an meascán ar fhuarú dó ach foirmítear glóthach; cruthóidh teocht sa bhreis ar 85˚ sol – is éard is sol ann ná tuaslagán ina bhfuil cáithníní nach dtuaslagtar ach a scaiptear go cothrom tríd an leacht; bíonn cumhachtaí ramhraithe níos mó ag stáirsí áirithe e.g. gránphlúr – ramhraíonn sé níos fearr ná plúr cruithneachta toisc gur stáirse amháin atá ann; laghdaíonn an iomarca siúcra cumas stáirse geilitíniú mar go mbíonn an stáirse agus an siúcra araon san iomaíocht ar son an uisce atá ar fáil, rud a fhágann níos lú uisce don stáirse chun é féin a ghreamú leis; téann aigéid i bhfeidhm freisin ar chumas stáirse geilitíniú; comhcheangal d'aigéad agus de theas is cúis le himoibriú hidrealaíoch, briseann sé síos móilíní stáirse ina móilíní níos lú, féadfaidh siad sin bogadh ní hionann agus na móilíní níos mó rud a fhágann go mbíonn taos níos tanaí dá mbarr; cuir aigéid leis tar éis don gheilitíniú tarlú; féadfaidh salann an geilitíniú a chur chun cinn; féadfaidh méid na saille agus na próitéine a úsáidtear tionchar a bheith acu ar airíonna tiúchana stáirse freisin; etc.*
Teas tirim: *atann gráinní stáirse, pléascann siad agus ionsúnn aon taise (saill) atá i láthair, úsáidtear i ndéanamh taosráin agus gráin rósta, etc.*

Na miasa a roghnaíodh – caithfidh mias mhilis nó neamh-mhilis geilitíniú a léiriú.

Measúnú (**mar atá sonraithe sa tasc**)
An chaoi a n-éiríonn le feidhmiú an airí/na n-airíonna a roghnaíodh nuair a bhí an mhias á déanamh i.e. an chaoi ar éirigh leis an ngeilitíniú a chuspóir a bhaint amach e.g. tiúchan, etc.

Réimse Cleachtais E: Anailís Chomparáideach agus Anailís Chéadfach san áireamh inti
Tasc 6

I dtionscal an bhia bíonn táirgí á mionathrú agus á dtástáil an t-am ar fad chun feabhas a chur ar an mblas nó chun an brabús a mhéadú. D'fhéadfadh sé go mbeadh athrú ar na comhábhair a úsáidtear mar thoradh air sin.   Fiosraigh raon de tháirgí bácáilte (e.g. brioscaí, borróga, cístí) is féidir a dhéanamh le cineálacha éagsúla saille. Roghnaigh ceann amháin de na táirgí a d'fhiosraigh tú agus bácáil dhá bhaisc den táirge céanna. Bain úsáid as cineál éagsúil saille i ngach cás. (Ba chóir an t-oideas céanna a úsáid le haghaidh gach táirge ach bain úsáid as cineál éagsúil saille.)   Déan **tástáil chomparáide difríochta phéirithe shimplí** chun a fháil amach an féidir leis na tástálaithe an difríocht idir na táirgí a aithint.   Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** leis na torthaí tástála a fuarthas (i.e. anailís ar na tosca a d'fhéadfadh a bheith ag dul i bhfeidhm ar na torthaí a fuarthas sa tástáil).

Príomhriachtanais an taisc

- *taighde ar* ***raon de tháirgí bácáilte (e.g. brioscaí, borróga, cístí) is*** *féidir a dhéanamh le* ***cineálacha éagsúla saille****.*
- ***an táirge*** *a roghnaigh tú agus na cúiseanna leis an rogha*
- ***tástáil chomparáide difríochta phéirithe shimplí***
- *na tosca atá le rialú i rith tástála.*

Fiosrúchán **= 20**

- Taighde/Fiosrúchán ar tháirgí a bheadh oiriúnach don tástáil
  i.e. fiosraigh raon de tháirgí bácáilte (e.g. brioscaí, borróga, cístí) is féidir a dhéanamh le cineálacha éagsúla saille,

- **Tástáil chomparáide difríochta phéirithe shimplí**

Cur síos: *cuirtear dhá shampla códaithe i láthair an tástálaithe, fiafraítear den tástálaí an bhfuil difríocht idir na samplaí, etc.*
Aidhm na tástála : *a aithint an féidir difríocht a bhrath.*
Torthaí féideartha*: is féidir/ní féidir le tástálaithe an sampla atá éagsúil a bhrath, etc.*

Aithint na dtosca atá le rialú i rith na tástála

Tosca a bhaineann go sainiúil leis an tasc e.g. méid, cruth agus dath na gcoimeádán a úsáidtear don tástáil; teocht na samplaí; cainníochtaí comhchosúla i ngach sampla; códáil samplaí; sláinteachas; uainiú; an áit ina ndéantar an tástáil; cúinsí cothaithe; etc.

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

Táirgí roghnaithe – *táirge roghnaithe ina n-úsáidtear* ***dhá chineál éagsúla saille***
(2 @ 2 mharc an ceann) **= 4**
Tabhair cúiseanna leis an rogha. **(2 chúis @ 2 mharc an ceann)** **= 4**

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

Ullmhúchán agus Pleanáil

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

Tástáil chomparáide difríochta phéirithe shimplí (bunaithe ar 6 tástálaithe):– *6 thráidire, 6 ghloine uisce, 12 gcoimeádán códaithe, 6 shampla de tháirge A, 6 shampla de tháirge B (d'fhéadfadh sé seo athrú dá mbeadh grúpa(í) cóimheastóra san áireamh), 6 chárta scórála, bileog thaifid, peann etc.*

Ord na hoibre **= 3**

Ullmhaigh agus cócaráil dhá bhaisc den táirge.
Tástáil chomparáide difríochta phéirithe shimplí: *códaigh na coimeádáin; leag amach na tráidirí; cuir samplaí na dtáirgí i gcoimeádáin in ord randamach; cuir lipéid ar na cártaí scórála agus ar an mbileog thaifid; lean na treoracha ar na cártaí scórála; déan an tástáil; bailigh na cártaí scórála; aistrigh na torthaí go dtí an bhileog thaifid ullmhaithe; nocht na cóid; cuir na torthaí i láthair agus déan measúnú orthu; cuir slacht ar an áit agus nigh na soithí; etc.*

Cur i bhFeidhm **= 16**

An nós imeachta a leantar agus an ghné seo den tasc á déanamh
Ba chóir ord iomlán an chur i bhfeidhm a thabhairt agus ba chóir torthaí na tástála a chur i láthair i.e.
Ullmhaigh agus cócaráil dhá bhaisc den táirge, ceann le saill A agus ceann le saill B.

Tástáil chomparáide difríochta phéirithe shimplí (ag glacadh leis go mbeidh 6 tástálaithe ann)

Códaigh 12 choimeádán, 6 choimeádán leis an tsiombail □, 6 choimeádán leis an tsiombail ◊; cuir samplaí den táirge i ngach coimeádán díobh; leag amach 6 thráidire, iad uimhrithe ó 1 go 6, coimeádán amháin agus lipéad air leis an tsiombail □ ar gach tráidire, coimeádán amháin leis an tsiombail ◊; cuirtear samplaí i láthair in ord randamach ar gach tráidire, déantar gach táirge a thairiscint an méid céanna uaireanta i.e. 6 huaire; féadfaidh samplaí ar gach tráidire a bheith mar a chéile nó difriúil; fanann na cóid ar gach tráidire mar a chéile i gcónaí; leanann na tástálaithe na treoracha ar an gcárta scórála, cuireann siad ciorcal ar an gcárta scórála más féidir leo difríocht a bhrath; bailíonn an taifeadóir na cártaí scórála agus aistrítear na torthaí go dtí bileog taifid ullmhaithe; agus na torthaí á dtaifeadadh, aistrigh na freagraí trí léiriú cén freagra a thug na tástálaithe, 'is ea' nó 'ní hea'; cuir tic leis na freagraí cearta; nochtar na cóid agus cuirtear na torthaí i láthair; is féidir na torthaí a chur i láthair ar bharrachairt nó ar phíchairt; cuir slacht ar an áit; nigh na soithí; etc.

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

Ar na príomhchúinsí a d'fhéadfaí a chur san áireamh lena chinntiú go n-éireodh leis an tasc seo tá – tosca le ***rialú*** *i rith na le linn tástála … códú, an rogha táirgí a úsáidtear, teocht na samplaí, aonfhoirmeacht na samplaí don tástáil, méideanna mór go leor; gloine uisce/ nó craicear tirim ar fáil an gcarball a ghlanadh; tábhacht an chiúnais le linn na tástála; fanann na cóid ar gach tráidire mar a chéile, athraíonn an táirge sna coimeádáin, níor chóir go spreagfadh na cóid a úsáidtear aon chlaonadh i measc na dtástálaithe; níor chóir go mbeadh daoine a bheadh páirteach sa tástáil bainteach leis an gcódú ná le socrú na samplaí ná le comhordú na dtorthaí, etc.*

(caithfidh na príomhchúinsí tagairt don tástáil iarmhír a rinneadh)

- **Sábháilteacht agus sláinteachas (pointe sábháilteachta amháin @ 2 mharc + pointe sláinteachais amháin @ 2 mharc)** **= 4**

Sábháilteacht*: tástálaithe le hailléirgí – táirgí le cnónna etc, aistí bia speisialta e.g. diaibéiteach, céiliach etc.*
Dea-chleachtas **sláinteachais** *maidir le láthair an ullmhúcháin agus le láthair na tástála, láimhseáil samplaí – lámhainní plaisteacha/gloiní aon uaire a úsáid; etc.*

Measúnú

- **Cur i bhFeidhm (2 phointe × 4 mharc an ceann)** **= 8**

Na modhanna tástála a úsáideadh
Na príomhchúinsí agus an tástáil á déanamh
Cúinsí sábháilteachta agus sláinteachais a cuireadh san áireamh
Fadhbanna a d'eascair agus réitigh a moladh
Éifeachtúlacht ord na hoibre a mheasúnú

- **Sainriachtanais an taisc (2 phointe × 4 mharc)** **= 8**

Na torthaí a fuarthas sa tástáil: *i.e. anailís ar na cúinsí a bhféadfadh tionchar a bheith acu ar na torthaí a fuarthas sa tástáil.*
Féadfaidh daltaí cúiseanna a thabhairt faoin gcaoi a bhféadfadh/nach bhféadfadh tástálaithe na samplaí a bhí éagsúil a aithint, etc.

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

Aguisín 1
Treoracha Ginearálta do scrúdaitheoirí maidir le bronnadh marcanna

1. Riachtanais an scrúdaithe:
   Ní mór do na hiarrthóirí taifead a dhéanamh ar **chúig** thasc agus iad a chur i láthair le haghaidh an scrúdaithe.
   Maidir leis na **Réimsí Cleachtais**, ní mór d'iarrthóirí an méid seo a leanas a dhéanamh:
   Réimse A – Tasc **amháin**
   Réimse B – Tasc **amháin**
   Réimse C – Tasc **amháin**
   Réimse D – Tasc **amháin**
   Tasc **amháin** eile as Réimse A **nó** as Réimse E
   Má chríochnaíonn iarrthóir cúig thasc gan riachtanais an scrúdaithe a chomhlíonadh mar atá leagtha amach thuas, marcálfaidh an scrúdaitheoir an cúig thasc mar a chuirtear i láthair iad agus dícheadóidh sé/sí na marcanna a bhronntar as an tasc is ísle marc as Réimse Cleachtais A **nó** E.

2. Caithfidh gníomhaíochtaí praiticiúla éagsúla a bheith i ngach tasc sa Staidéar Bia.
   Má dhéanann iarrthóir gníomhaíocht phraiticiúil in athuair don dara tasc, marcálfaidh an scrúdaitheoir an ghníomhaíocht phraiticiúil athdhéanta mar a chuirtear i láthair í agus dícheadóidh sé/sí na marcanna a bhronntar as an ngníomhaíocht phraiticiúil athdhéanta is ísle marc.

3. **Má chríochnaíonn iarrthóir an fiosrúchán agus/nó an t-ullmhúchán agus an phleanáil agus/nó gnéithe an mheasúnaithe de thasc ach mura gcríochnaíonn sé/sí an cur i bhfeidhm,** marcálfaidh an scrúdaitheoir na gnéithe críochnaithe den tasc mar a chuirtear i láthair iad. Dícheadófar na marcanna as **measúnú an chur i bhfeidhm**, áfach, áit a dtugtar faoi sin.
   Maidir leis na Tascanna 3, 4, 5 agus 6, dícheadófar **measúnú ar shainriachtanais** freisin.

4. **Má chríochnaíonn iarrthóir an t-ullmhúchán agus an phleanáil agus/nó an cur i bhfeidhm agus/nó gnéithe an mheasúnaithe de thasc ach mura gcríochnaíonn sé/sí an fiosrúchán**, marcálfaidh an scrúdaitheoir na gnéithe críochnaithe den tasc mar a chuirtear i láthair iad. Dícheadófar marcanna as **measúnú ar shainriachtanais an taisc**, áfach, áit a dtugtar faoi sin.

5. **Mura sainaithnítear an mhias/táirge a ullmhaíodh san fhiosrúchán,** ach má chomhlíonann sé riachtanais an taisc, bain an marc ábhartha a bhronntar (-1/-2) faoi bhéilí/miasa/táirgí san fhiosrúchán.

6. **Ní ghlacfar le hobair thaispeántais an mhúinteora**, mar sin ní bhronnfar aon mharc as cur i bhfeidhm ná as measúnú ar an gcur i bhfeidhm.

7. **Mura bhfuil an mhias roghnaithe ag teacht go hiomlán** leis na riachtanais, e.g.
   - Mias gan ***chócaráil*** roghnaithe nuair a sonraíodh mias chócaráilte
   - Mias ***nach bhfuil oiriúnach do dhaoine ar mian leo an méid salainn atá ina réim bia a laghdú*** - Tasc 2
   - ***Airí an gheilitínithe gan a bheith in úsáid*** agus an mhias roghnaithe á déanamh – Tasc 5
   - Mias roghnaithe nach léiríonn ach ***beagán scileanna próisis***
   - Mias roghnaithe ina mbaintear ***ró-úsáid as bianna áise***

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

8. **Mias nach gcomhlíonann riachtanais an taisc,** e.g. milseog a ullmhaíodh in áit príomhchúrsa; ní bhronnfar marc ar bith.

N.B.: **<u>Ní mór gach cás a sheiceáil leis an scrúdaitheoir comhairleach sula gcuirtear i bhfeidhm iad.</u>**
Nuair atá cás á chur i bhfeidhm agat, léirigh sin trí mharcanna S. 7 - 8 a chur leis an tuairim ábhartha ag tús an taisc.

Sa chás go ndícheadaítear tasc, ní mór sin a sheiceáil leis an scrúdaitheoir comhairleach.