Coimisiún na Scrúduithe Stáit

An Ardteistiméireacht 2011

Aistriúchán
Ar Scéim Mharcála

Eacnamaíocht Bhaile – Eolaíocht agus Sóisialta

Gnáthleibhéal

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 an cur síos, na modhanna ná na sainmhínithe sa scéim uileghabhálach agus tá freagraí bailí malartacha inghlactha.*
- *Braitheann na mionsonraí a theastaíonn in aon fhreagra ar an gcomhthéacs agus ar an gcaoi a gcuirtear an cheist, agus ar an líon marcanna atá ar fáil don fhreagra ar an scrúdpháipéar. Dá bhrí sin, d'fhéadfadh riachtanais agus leithdháileadh marcanna bheith difriúil ó bhliain go bliain.*
- *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.*

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)**.
Iarrthóirí a chuir isteach obair chúrsa i dTeicstílí, Faisean agus Dearadh le haghaidh a scrúdaithe, is í Ceist 2 amháin as an roinn seo a gceadaítear dóibh tabhairt fúithi.
Tá **80** marc an ceann ag gabháil leis na hábhair roghnacha **1** agus **3**. Tá **40** marc ag gabháil le hábhar roghnach **2**.

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. Tá foinsí carbaihiodráití leagtha amach sa tábla. Meaitseáil **gach** foinse leis an aicmiú comhfhreagrach atá liostaithe. (6)

3 phointe @ 2 mharc an ceann

Aicmiú: *monaisiúicrídí, déshiúicrídí, polaisiúicrídí*

Foinsí	Aicmiú
Ceallalós e.g. glasraí	*polaisiúicrídí*
Glúcós e.g. torthaí	*monaisiúicrídí*
Siúcrós e.g. siúcra boird	*déshiúicrídí*

2. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** bhealach le cur leis an snáithín cothaitheach (polaisiúicríd neamhstáirse) in aiste bia déagóirí. (6)

3 phointe @ 2 mharc an ceann

(i) *ith níos mó torthaí agus is fearr iad a ithe leis an gcraiceann fós orthu, ith glasraí, ith arán donn in ionad arán bán,*

(ii) *ith gránaigh shlánghráin bhricfeasta, ith pasta slánghráin in ionad pasta mínphróiseáilte,*

(iii) *ith rís dhonn in ionad rís shnasaithe, méadaigh an méid síolta agus cnónna a itheann tú etc.*

3. Úsáid na focail atá liostaithe thíos chun an ráiteas seo a leanas faoi leis na vitimíní de chuid ghrúpa B a chríochnú. (6)

3 phointe @ 2 mharc an ceann

aigéad fólach, tiaimín, fuinneamh

Tugtar *tiaimín* ar Vitimín B_1 freisin.

Tá Vitimín B_1 riachtanach chun *fuinneamh* a scaoileadh as carbaihiodráit agus as saill.

Ba chóir do bhean *aigéad fólach* a thógáil agus í ag iompar clainne chun fabhtanna néarfheadáin a chosc ina leanbh sa bhroinn.

4. Cuir in iúl le tic (**✓**) cé acu fíor nó bréagach atá **gach** ceann de na ráitis seo a leanas. (6)

3 phointe @ 2 mharc an ceann

	Fíor	**Bréagach**
Is galar cnámh é oistéapóróis.	✓	
Is féidir le lachtveigeatóir táirgí déiríochta a ithe.	✓	
Tá colaistéaról san fhuil ina chabhair le saillte a iompar timpeall an choirp.	✓	

5. Maidir le húrchaomhnú bia, meaitseáil iad seo a leanas leis an bhfeidhm atá acu. (6)

3 phointe @ 2 mharc an ceann

peictin, bánú, siúcra agus fínéagar

Feidhm	
Úsáidtear mar leasaitheach agus seatnaí á dhéanamh.	*siúcra agus fínéagar*
Úsáidtear chun subh a théachtadh.	*peictin*
Úsáidtear chun einsímí a dhíghníomhachtú agus bia á reo.	*bánú*

6. Ainmnigh gníomhaí ardúcháin oiriúnach do **gach** ceann de na miasa seo a leanas. (6)

2 phointe @ 1 mharc an ceann, 1 phointe @ 1 mharc an ceann

Miasa	**Gníomhaí Ardúcháin**
Arán	*púdar bácála, sóid aráin, giosta etc.*
Císte Spúinse	*aer, púdar bácála, etc.*
Muifíní	*púdar bácála, sóid aráin, etc.*

Mínigh bunphrionsabal ceann **amháin** de na gníomhaithe ardúcháin atá ainmnithe thuas.

1 phointe @ 1 mharc an ceann

Aer: déantar aer a ionchorprú trí scagadh, cuimilt isteach, greadtóir a úsáid, rolladh agus filleadh chun an cumasc a dhéanamh éadrom etc.
Giosta: itheann giosta siúcra le linn coipthe faoi choinníollacha teolaí chun CO_2, alcól agus fuinneamh etc. a chruthú.
Sóid aráin: imoibriú ceimiceach idir aigéad, alcaile agus leacht le go gcruthófaí CO_2, etc.

7. Conas ba chóir feoil agus sicín atá amh a stóráil sa bhaile chun traséilliú a chosc? Tabhair **dhá** phointe. (6)

2 phointe @ 3 mharc an ceann

(i) *Bain clúdach an tsiopa, cuir ar phláta é agus clúdaigh go scaoilte le scannán cumhdaithe, scragall alúmanaim é chun ligean d'aer gabháil thart ann etc.*

(ii) *Stóráil i gcuisneoir é a luaithe agus is féidir i ndiaidh é a cheannach, cuir ar sheilf é faoi aon bhia cócaráilte, etc.*

8. Ainmnigh **dhá** chineál éagsúla den truailliú agus luaigh an tionchar a d'fhéadfadh a bheith ag **gach** ceann díobh ar an timpeallacht. (6)

Cineálacha: 2 @ 1 mharc an ceann
Tionchar: 2 @ 2 mharc an ceann

Cineál: ***Aer*** *e.g. gáis, CFCanna, astuithe tráchta, etc.*

Tionchar: báisteach aigéadach, téamh domhanda, ídiú an chisil ózóin a mhéadaíonn an baol i leith ailse chraicinn, riochtaí riospráide, e.g. plúchadh, broincíteas, etc.

Cineál: ***Uisce*** *e.g. sileadh ó shéarachas, glantaigh, dramhaíl cheimiceach, etc.*

Tionchar: úsáideann bláthú alga ocsaigin, milleann sé beatha uisceach, maraíonn sé éisc, maraíonn sé éin agus ainmhithe muirí, bíonn tionchar aige ar thionscal na turasóireachta, etc.

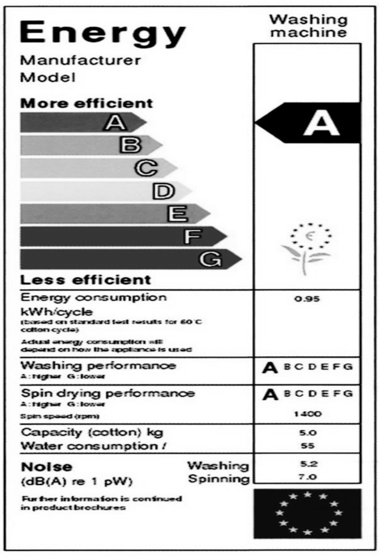
Cineál: ***Torann*** *e.g. aláraim, lomairí faiche, clubanna oíche, etc.*

Tionchar: tinnis chinn, greannú, easuan, teannas idir chomharsana, etc.

Cineál: ***Bruscar*** *e.g. pacáistiú, bunanna toitíní, etc.*
Tionchar: sráideanna faoi bhruscar, draenacha blocáilte, etc.

9. Baintear úsáid as an lipéad seo ar fhearais mhóra leictreacha ar nós meaisíní níocháin. (6)
Mínigh an buntáiste atá ann don tomhaltóir.

2 phointe @ 3 mharc an ceann



Cabhraíonn sé seo le tomhaltóirí fearais a roghnú bunaithe ar a n-éifeachtúlacht fuinnimh, rátáiltear fearais de réir scála a ghabhann ó A-G, is iad na fearais den ráta A agus B iad sinn is éifeachtúla ó thaobh fuinnimh de.

10. Ainmnigh scéim dhílseachta **amháin** a úsáideann na hollmhargaí chun an lucht siopadóireachta a spreagadh lena n-earraí a cheannach. (6)

Ainm: ***2 mharc*** **Buntáiste:** ***2 mharc*** **Míbhuntáiste:** ***2 mharc***

Ainm: *Cárta club Tesco, cárta luaíochta Superquinn, cárta club um luach ar airgead Dunnes Stores, Cárta Supervalu, etc.*

Ainmnigh buntáiste **amháin** agus míbhuntáiste **amháin** de cuid na scéime dílseachta seo.

Buntáiste: *Tiontaítear an t-airgead a chaitear ina phointí, is féidir na pointí atá carntha a mhalartú ina laghduithe ar chostas earraí nó na pointí a úsáid chun earraí a fháil ag deireadh tréimhse sheasta, modh sábhála is ea seo don Nollaig, etc.*

Míbhuntáiste: *Ní bhíonn tomhaltóirí ag triail áiteanna eile agus iad ag siopadóireacht chun an luach is fearr ar airgead a bhaint amach ach amháin sna háiteanna inar féidir an cárta a úsáid, tá seo in ann bheith ina chúis le ceannach tallannach, seans nach gcaithfear an t-airgead a sábháladh ar bhealach críonna, ní mór duit an cárta a bheith leat, etc.*

11. Ainmnigh bailchríoch thinemhoillitheach **amháin** a úsáidtear ar theicstílí. (6)

1 phointe @ 2 mharc an ceann

Proban, Pyrovatex, etc.

Luaigh **dhá** úsáid éagsúla a bhaintear as teicstílí a bhfuil bailchríoch thinemhoillitheach orthu.

2 phointe @ 2 mharc an ceann

(i) *éadaí oíche leanaí, éadaí cosanta oibre* (ii) *troscán cumhdaithe, éadaí míleata, etc.*

12. Mínigh **gach** ceann de na téarmaí tomhaltóra seo a leanas agus tabhair sampla **amháin** de gach ceann. (6)

Míniúchán: ***2 phointe @ 2 mharc an ceann***
Sampla: ***2 phointe @ 1 mharc an ceann***

Caiteachas riachtanach: *airgead a chaitear ar earraí riachtanacha don bhaile, etc.*

Sampla: *bia, tithíocht, billí, etc.*

Caiteachas lánroghnach: *airgead a chaitear ar earraí neamhriachtanacha, sónna, etc.*

Sampla: *siamsaíocht, laethanta saoire, cosmaidí, alcól, 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. Tugann an tábla seo a leanas eolas faoin luach cothaithe in aghaidh gach 100 gram de throsc agus de bhradán.

	Próitéin	**Saill**	**Carbaihiodráit**	**Mianraí**	**Vitimíní**	**Luach fuinnimh (in aghaidh gach 100 g)**
Trosc	18.3 g	0.7 g	0 g	Iarann Fosfar Iaidín	Grúpa B	80 kcal
Bradán	20.2 g	11.0 g	0 g	Fosfar Cailciam Iaidín	A, D, Grúpa B	180 kcal

(a) Úsáid an t-eolas a thugtar sa tábla agus, ag cur san áireamh na dtreoirlínte reatha faoi bhia sláintiúil, déan luach bia-eolaíoch an troisc **agus** an bhradáin a mheas. (18)

6 phointe @ 3 mharc an ceann

e.g. próitéin le haghaidh fáis agus téarnaimh, an dá shaghas iasc beagmhéathrais, trosc go háirithe de bharr go n-oireann sé d'aistí bia beagmhéathrais, cabhraíonn saill il-neamhsháithithe i mbradán galar croí a sheachaint, CHO ar bith, mar sin, ní mór é a sheirbheáil le bia ina bhfuil CHO, iarann le hainéime a sheachaint, cailciam agus fosfar le haghaidh cnámh agus fiacla, cabhraíonn vitimín D le hionsú cailciam agus fosfair, vitimín B chun scaoileadh le fuinneamh, déanann iaidín an mheitibileacht a rialú agus cruthaíonn sé tíorocsaín, is fusa iasc a dhíleá le haghaidh aostach, etc.

(b) Tabhair cuntas ar lipidí (saillte) faoi **gach** ceann de na ceannteidil seo a leanas: (8)

- aicmiú

2 aicmiú @ 4 mharc an ceann

e.g. sáithithe/ainmhí, neamhsháithithe/glasraí agus il-neamhsháithithe/muirí, etc. (12)

- foinsí

4 fhoinse @ 3 mharc an ceann

e.g. *sáithithe/ainmhí: feoil, blonag, im, bainne, uachtar, cáis, buíocán, etc.*
neamhsháithithe/glasraí: cnónna, olaí glasraí, margairín, gránaigh, pónairí soighe, abhacáid,
il-neamhsháithithe/muirí: iasc olúil, e.g. ronnach, bradán, breac, tuinnín, ola ae éisc, etc.

- feidhmeanna sa chorp. (8)

2 fheidhm @ 4 mharc an ceann

e.g. teas, fuinneamh, stóráiltear lipid bhreise mar fhíochán saille a dhéanann an corp a insliú agus a fheidhmíonn mar thaisce fuinnimh, cosnaíonn lipid na horgáin leochaileacha, soláthraíonn siad na vitimíní sailltuaslagtha A, D, E, agus K, foinse aigéad bunriachtanach sailleach, cuireann siad moill ar bhraistint an ocrais, cabhraíonn aigéid shailleacha óimige feabhas a chur ar ghníomhaíocht na hinchinne, cabhraíonn roinnt lipid neamhsháithithe an colaistéaról a ísliú, etc.

(c) Mínigh **<u>gach</u>** ceann díobh seo a leanas: (14)

- aigéid shailleacha riachtanacha *7* ***marc***

e.g. ní féidir aigéid bhunriachtanacha shailleacha a chruthú sa chorp, mar sin, ní mór iad a fháil ó bhia, aigéid il-neamhsháithithe shailleacha iad agus is iad aigéad oiléach ar a dtagtar in ola olóige, líonóiléinéach ar a dtagtar in olaí glasraí, margairín, gránaigh, etc. aigéad líonóiléinéach ar a dtagtar i ngránola, etc. agus aigéad araicise ar a dtagtar i scairteach, i mairteoil, etc.

- an buntáiste a bhaineann le haigéid shailleacha óimige 3 a beith mar chuid den aiste bia. *7* ***marc***

e.g. cabhraíonn aigéid shaileacha oiméige-3 le pláitíní a chosc ó ghreamú dá chéile chomh maith le cabhrú le téachtáin fola a sheachaint, an baol i leith taom croí, stróic, galar imshruthaithe a laghdú lena mbaineann gníomhaíocht inchinne sláintiúla, etc.

(d) Pléigh **<u>dhá</u>** bhuntáiste agus **<u>dhá</u>** mhíbhuntáiste den tsiopadóireacht ar líne nuair a bhíonn tú ag ceannach bia agus earraí tí. (20)

2 bhuntáiste, 2 mhíbhuntáiste @ 5 mharc an ceann

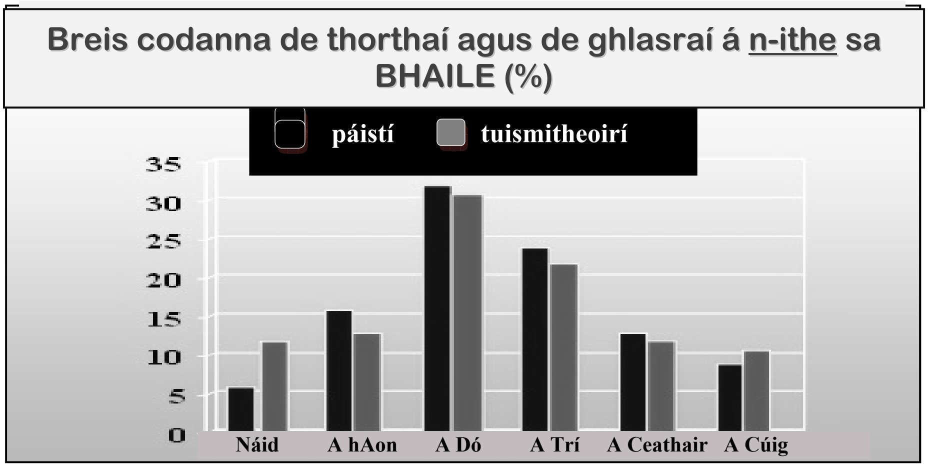
<u>Buntáistí:</u> is féidir é seo a dhéanamh ón mbaile, laghdaíonn sé an t-am agus an costas a chaitear ag taisteal go dtí na siopaí, seachnaíonn tomhaltóirí an stró a bhaineann le siopaí gnóthacha, tá sé thar a bheith áisiúil nuair atá páistí óg, tá fáil ar rogha mhaith, is féidir earraí a thabhairt ar ais mura n-oireann siad, ní gá siopadóireacht a dhéanamh nuair atá tú faoi strus/tuirseach tar éis na hoibre, is féidir teacht ar mhargaí maithe ar bhia-ábhar, is féidir leat do chuid ama a ghlacadh agus tú ag roghnú earraí, cabhraíonn sé le caitheamh tallannach a sheachaint, etc.

<u>Míbhuntáistí:</u> is féidir le tomhaltóirí ceannach tallannach a dhéanamh, tig le cuma níos fearr bheith ar earraí ar an idirlíon ná mar atá orthu i ndáiríre, d'fhéadfadh nach n-oibreoidís nuair a thiocfaidís, costas breise na postála, is féidir fanacht suas le seachtain sula dtiocfaidh siad, is féidir leo bheith caillte sa phost, d'fhéadfadh costas baint leis an idirbheart, d'fhéadfadh torthaí ró-aibí bheith san áireamh i margaí bia, ní mór duit bheith sa bhaile chun na hearraí a fháil, etc.

2. **'Slán le bia beagmhaitheasa agus fáilte roimh thorthaí agus roimh ghlasraí.'**

(New Scientist 2007)

Sa chairt thíos taispeántar líon na gcodanna de thorthaí agus de ghlasraí a itheann tuismitheoirí agus páistí sa bhaile.



(fooddudes.ie)

(a) Moltar sna treoirlínte reatha faoi bhia sláintiúil go n-íosfaimis 5 chuid agus breis de thorthaí agus de ghlasraí gach lá.
Déan trácht agus mionphlé ar an iontógáil torthaí agus glasraí mar a léirítear thuas. (20)

4 phointe @ 5 mharc an ceann

e.g. ní itheann 5% de pháistí agus breis agus 10% de thuismitheoirí torthaí ná glasraí ar bith; ag barr an scála seo, itheann 10% de thuismitheoirí agus faoi bhun 10% de pháistí na 5 chuid a mholtar gach lá; itheann thart ar 30% de pháistí agus de thuismitheoirí 2 chuid gach lá agus itheann nach mór 25% de pháistí mar aon le breis agus 20% de thuismitheoirí 3 chuid. Ba cheart go spreagfadh tuismitheoirí páistí chun athrú ó bhianna sneaice/áise a ithe agus roghanna eile a phiocadh, ar nós torthaí, súnna, etc., is féidir glasraí a thabhairt isteach trí anraithí, sailéid, etc., ba cheart go mbeidh na codanna beag agus seirbheáilte ar bhealach mealltach, déantar na patrúin ite a chruthú le linn aois an pháiste, mar sin, baineann tábhacht le roghanna sláintiúla.

(b) Déan biachlár lá **amháin** (3 bhéile ina mbeidh lón pacáilte san áireamh) a phleanáil do pháiste atá ag dul ar scoil. Bíodh torthaí/glasraí mar chuid de gach béile. (18)

3 bhiachlár @ 6 mharc

Bricfeasta	**Lón Pacáilte**	**Dinnéar**
Sú Torthaí *Gránach le torthaí* *Arán donn le leathán/marmaláid* *Deoch, e.g. bainne, etc.*	*Rolla Sicín/Ceapaire Liamháis* *Úll/Piorra* *Deoch, e.g. 'YOP', etc.*	*Anraith glasraí measctha* *Spaigití Bolognese* *Sailéad úr torthaí agus uachtar reoite* *Deoch, e.g. uisce, etc.*

(c) Mínigh **trí** threoirlíne ar chóir iad a leanúint nuair a bhíonn torthaí agus glasraí á n-ullmhú agus á gcócaráil chun a oiread cothaitheach agus is féidir a choinneáil iontu.(12)

3 threoirlíne @ 4 mharc an ceann

e.g. réitigh é díreach sula ndéantar é a chócaráil, úsáid scian ghéar, fág an craiceann air más féidir, seachain é a chur ar maos, cócaráil i méid beag uisce ar feadh aga gearr nó go mbíonn sé 'al dente', úsáid scilléad ar a bhfuil clár daingeanfheistithe, úsáid an leacht cócarála le haghaidh anraithí agus anlann, ná húsáid sóid aráin de bharr go milleann sé Vitimín C, seachain cócaráil iomarcach a dhéanamh, coinníonn galú agus cócaráil a dhéanamh a bhaineann leas as brú-bhruthaire nó oigheann micreathonnach líon na vitimíní agus na mianraí a chailltear chomh híseal agus is féidir, etc.

3. Bunbhia is ea uibheacha, idir an blas atá orthu, a luach cothaithe, an chaoi a bhfuil teacht orthu go furasta agus an chaoi ar féidir iad a úsáid ar iliomad slite.

(a) Déan cur síos ar luach cothaitheach uibheacha. (20)

4 phointe @ 5 mharc an ceann

e.g. próitéin HBV – is ann d'albaimin, d'ubhalbaimín agus do ghlóbailin i ngealacán na huibhe, is ann do vitilin agus do livitin chomh maith le saill sháithithe agus colaistéaról sa bhuíocán, ní ann d'aon charbaihiodráit, mar sin, is gnách go seirbheáiltear é le bia CHO, is ann do na vitimíní sailltuaslagtha A, D, E agus K sa bhuíocán, is ann don ghrúpa vitimíní B sa ghealacán, ní ann do Vitimín C, tá cailciam, iarann, fosfar agus sulfar ann, rogha mhaith eile ar an bhfeoil, oireann sé do lachtveigeatóirí uibheacha, etc.

(b) Ainmnigh **trí** úsáid éagsúla a bhaintear as uibheacha agus bia á ullmhú, agus tabhair sampla **amháin** de gach úsáid. (18)

Úsáidí: 3 úsáid @ 3 mharc an ceann
Samplaí: 3 úsáid @ 3 mharc an ceann

e.g. **mar mhias** – e.g. ubh scrofa, ***chun béile a shaibhriú*** – maróg ríse, ***le béile a tháthú*** – e.g. burgair, cácaí éisc, ***chun bratú a dhéanamh*** – e.g. iasc, ***chun ramhrú a dhéanamh*** – e.g. custard, quiche, ***feidhmiú mar eiblitheoir*** – e.g. maonáis, ***chun aerú a dhéanamh*** – e.g. spúinse, meireang, ***chun glónrú a dhéanamh*** – e.g. scónaí, pastaetha, ***chun soiléiriú a dhéanamh*** – e.g. *consommé etc.*

(c) Mínigh an buntáiste a bhaineann le lipéid bhia a bheith ar uibheacha agus ar ubhchartáin mar fhoinse eolais do thomhaltóirí. (12)

3 phointe @ 4 mharc an ceann

e.g. cinntíonn sé go bhfuil gach ubh go hiomlán inraonaithe óna foinse go dtí an pláta, e.g. a tír thionscnaimh, I.D. feirme agus contae, modh feirmeoireachta, e.g. orgánach, cearca abharchothaithe, saor-raoin, cearc chúbarnaí, etc., léiríonn marc dearbhaithe cáilíochta an Bhoird Bhia go mbaineann an táirgeoir amach riachtanais shonracha, e.g. déantar na cearca a thástáil i leith salmonella agus a dheimhniú nach bhfuil sé seo orthu, tá an lógó Q.A. ar an uile ubh, agus an cód, an dáta a mb'fhearr í a ithe roimhe, tugtar faisnéis faoi chineál, méid, etc.

4. **Athair beirt pháistí atá ag freastal ar scoil is ea Tony. Chaill sé a phost le déanaí. Oibríonn a bhean chéile, Julie, go páirtaimseartha in oifig agus tuilleann sí €100 in aghaidh na seachtaine. Tá sochar leasa shóisialta á fháil ag Tony anois dá theaghlach. Tá cúrsaí an tí á mbainistiú ag Tony agus Julie le chéile.**

(a) Liostaigh **<u>trí</u>** acmhainn, seachas airgead, atá ar fáil do Tony agus dá theaghlach. Mínigh conas a chuireann **<u>gach</u>** acmhainn le córas maith bainistíochta. (24)

3 acmhainn @ 4 mharc an ceann
3 mhíniúchán @ 4 mharc an ceann

<u>daoine:</u> e.g. déanamh cinntí agus na cinntí a chur i bhfeidhm, tabhairt faoi thascanna, etc.
<u>am:</u> e.g. déan pleanáil, seachain cur amú ama, etc.
<u>scileanna/eolas:</u> e.g. réiteach fadhbanna chun strus a sheachaint, béilí a eagrú chun an teaghlach a choimeád sláintiúil, buiséadú a dhéanamh chun fiacha a sheachaint, etc.
<u>trealamh:</u> e.g. fearais leictreacha teaghlaigh a úsáid chun cur amú ama agus fuinnimh a sheachaint, leas a bhaint as ríomhairí chun nuashonrú a dhéanamh maidir le cúrsaí poist, etc.
<u>fuinneamh:</u> e.g. is gá go dtabharfaidh baill den teaghlach faoi thascanna agus iad a dhéanamh de réir caighdeán inghlactha ar bhealach comhchuí, etc.

(b) Ainmnigh **<u>dhá</u>** íocaíocht leasa shóisialta a bheadh an teaghlach seo i dteideal a fháil seachas sochar cuardaitheora poist agus liúntas leanaí. (8)

2 íocaíocht @ 4 mharc an ceann

e.g. forlíonadh ioncam teaghlaigh, liúntas éadaí agus coisbhirt don scoilbhliain nua, liúntas cíosa, etc.

(c) Pléigh conas a rachadh **<u>gach</u>** ceann díobh seo a leanas i bhfeidhm ar an teaghlach agus cúrsaí an teaghlaigh á mbainistiú: (18)

- an tréimhse ar leith den tsaolré

2 phointe @ 3 mharc an ceann

e.g. tá tosaíochtaí eile ag páistí óga ná mar a bhíonn ag páistí níos sine, teastaíonn go leor acmhainní ó pháistí óga, e.g. airgead, am, spás, mothúcháin, etc. de réir mar a théann páistí in aois, is féidir leo lámh chúnta a thabhairt do bhainistiú an teaghlaigh agus páirt a ghlacadh i ndéanamh cinntí, níl ach méid áirithe airgid ag aostaigh, tá soghluaisteacht laghdaithe acu, caitheamh aimsire difriúil ag a bhfuil tionchar ar an mbainistiú, tá níos mó ama ag lánúineacha nuaphósta le caitheamh ar a rogha ruda, tá níos mó ioncaim agus acmhainní eile acu, níos faide ar aghaidh d'fhéadfadh nach mbeadh ach duine den lánúin ag oibriú agus ar an ábhar sin bheadh níos lú ioncaim i gceist, etc.

- patrúin fhostaíochta

2 phointe @ 3 mharc an ceann

e.g. bíonn tionchar ag an bpost atá ag duine ar an méid airgid ar a bhfuil fáil mar acmhainn, beidh tionchar ag an áit a bhfuil an duine fostaithe ar chinntí, ag brath ar an bhfad is gá do dhaoine a thaisteal go dtí an t-ionad oibre agus ar an am agus ar an airgead a chaitear chun an áit seo a bhaint amach má oibríonn duine amháin den lánúin nó an bheirt den lánúin amach ón mbaile, is gnách go mbíonn ioncam níos mó ag teaghlaigh ina dtuilleann an bheirt den lánúin, mar sin, tá rochtain níos mó acu ar acmhainní, e.g. airgead agus trealamh, uaireanta fostaíochta – is féidir tionchar bheith ag fleisc-am, postroinnt agus uainobair ar phatrúin chodlata agus ar amanna béilí, etc.

- gnéasróil / róil inscne.

2 phointe @ 3 mharc an ceann

e.g. tá forbairt tagtha ar mheoin chothrománacha (cothrom), níl na róil inscne chomh sainithe céanna a thuilleadh, bíonn baint níos mó ag fir i dtógáil leanaí, comhroinnt cócarála, glanta, etc., oibríonn mná lasmuigh den bhaile, tá athrú tapa ag teacht ar lipéadú inscne a dhéanamh ar thascanna áirithe teaghlaigh, e.g. fir ag baint fhéar na faiche agus mná ag réiteach béilí, bíonn uainíocht i gceist le bainistiú idir an uile bhall den teaghlach agus uile thasc an teaghlaigh agus bíonn béim níos mó ar chomhionannas agus ar chothroime seachas ar inscne, etc.

5. Sa lá atá inniu ann, tá réimse leathan roghanna ag lánúineacha a mbíonn deacrachtaí caidrimh eatarthu ó thaobh an chaoi inar féidir leo bualadh ar aghaidh lena saol, in éineacht le chéile nó scartha óna chéile.

(a) (i) Mínigh **gach** ceann de na roghanna seo a leanas a ndéanfadh lánúineacha, a mbíonn deacrachtaí caidrimh eatarthu, a machnamh orthu: (15)

3 rogha @ 5 mharc an ceann

- comhairleoireacht phósta

e.g. cabhraíonn sé le lánúineacha réiteach a fháil ar fhadhbanna pósta, seirbhís rúnda, oibríonn comhairleoirí oilte leis an lánúin agus d'fhéadfaidís iad a chur faoi bhráid saineolaithe maidir le saincheisteanna ar nós gnéis, an dlí nó alcóil, Cuireann Accord seirbhís shaor in aisce ar fáil, ní mór don bheirt chéilí freastal ar na seisiúin, etc.

- idirscaradh dlíthiúil

e.g. ní bheidh aon deis ann le haghaidh réitigh, conradh atá ina cheangal dlí idir céilí is ea é, is gnách go gcuirfidh dlíodóir téarmaí an scartha i dtoll a chéile, agus go leagann sé/sí amach cearta agus freagrachtaí amach anseo, aontaíonn na céilí cónaí óna chéile, déantar socruithe i ndáil leis an bhfreagracht a bhaineann le cúram páistí cleithiúnacha, déantar aontú faoi chothabháil le haghaidh tacaíocht an chéile agus na bpáistí cleithiúnacha, déantar socruithe maidir le húinéireacht agus le háitiú bhaile an teaghlaigh ar nós aisíocaíochtaí morgáiste, chearta an chéile chun teacht in oidhreacht óna chéile, etc.

- colscaradh.

e.g. aontaíonn an lánúin deireadh a chur lena bpósadh go dleathach, iarratas a sheoladh chuig an gcúirt le haghaidh foraithne colscartha, ní mór do dhlíodóir an t-iarratasóir a chur ar an eolas faoi chomhairleoireacht, ní mór, freisin, don dlíodóir an lánúin a chur ar an eolas faoi idirscaradh dlíthiúil mar rogha eile, ní mór gur chónaigh na céilí óna chéile ar feadh ceithre de na cúig bliana roimhe seo, gan dóchúlacht ar bith le haghaidh réitigh, ní mór soláthar leordhóthanach a dhéanamh le haghaidh céilí agus páistí cleithiúnacha, féadfaidh an chúirt orduithe breise a dhéanamh maidir le saincheisteanna ar nós choimeád an linbh agus rochtana ar an bpáiste, maoine, cothabhála, etc.

(ii) Luaigh buntáiste **amháin** agus míbhuntáiste **amháin** a bhaineann le gach rogha. (18)

3 bhuntáiste, 3 mhíbhuntáiste @ 3 mharc an ceann

- comhairleoireacht phósta

Buntáistí: *e.g. cabhraíonn sé le lánúineacha na fadhbanna a phlé a bhféadfadh deacrachtaí bheith acu a phlé i gcás eile seirbhís shaor in aisce agus rúnda, cabhraíonn sé le coimhlint idir céilí a laghdú, etc.*
Míbhuntáistí: *e.g. d'fhéadfadh nár mhaith le ball amháin den lánúin a f(h)adhbanna a phlé le duine den tríú páirtí, seans nár mhaith le céile amháin a admháil go bhfuil fadhb aige/aici, níl ach céile amháin toilteanach dul sa tóir ar chomhairleoireacht, etc.*

- idirscaradh dlíthiúil

Buntáistí: *e.g. conradh atá ann atá ina cheangal dlí, tugtar breac-chuntas ann ar cé atá freagrach as an gcúram agus as cothabháil na bpáistí, cearta oidhreachtúlachta, féadfaidh an chúirt orduithe urchoisc agus sábháilte a dhéanamh, etc.*
Míbhuntáistí: *e.g. d'fhéadfadh nár mhaith le páistí bheith scartha ó thuismitheoir amháin, is féidir leo éirí cúlánta de bharr go mbraitheann siad go bhfuil siad freagrach as an idirscaradh, is féidir le titim ar chaighdeáin mhaireachtála nó athrú ar bhaile bheith ina strus mothúchánach ar chéilí agus ar pháistí, ní féidir pósadh arís, etc.*

- colscaradh

<u>Buntáiste:</u> *e.g. déantar soláthar leordhóthanach do chéilí agus do pháistí, is féidir é a dhéanamh ar líne chun costais a sheachaint, tugann foraithne colscartha an ceart do chéilí athphósadh, etc.*

<u>Míbhuntáiste:</u> *e.g. ní féidir le céile pósadh nó go mbíonn an colscaradh curtha i gcrích, tá sé costasach, mar sin, d'fhéadfadh céilí bheith thíos le cailleadh airgeadais, d'fhéadfadh céilí bheith thíos leis an mbraistint gur theip orthu, gur tugadh cúl láimhe dóibh nó braistint ciontach, d'fhéadfaidís éirí uaigneach, scoite agus in ísle bhrí, d'fhéadfaidís dul leis an ól, etc.*

(b) (i) Mínigh cén fáth a bhfuil sé ríthábhachtach do thuismitheoirí atá colscartha uacht a dhéanamh. (5)

1 phointe @ 5 mharc an ceann

e.g. tagann na daoine is mian leat i seilbh ar mhaoin agus ar rudaí pearsanta, suaimhneas intinne go dtabharfar faoi do mhianta agus go seachnófar mórfhadhbanna a d'fhéadfadh teacht aníos, is féidir le cáin oidhreachtúlachta bheith laghdaithe, ceapann tú do sheiceadóir féin agus bíonn riaradh d'eastáit i bhfad níos fusa, is féidir athruithe a chur i bhfeidhm ar uacht ag brath ar chás saoil duine, e.g. ag pósadh athuair, páistí a bheith agat, etc.

(ii) Tabhair breac-chuntas ar **thrí** ghné thábhachtacha d'uacht bhailí.

3 ghné @ 4 mharc an ceann (12)

e.g. ní mór don té a dhéanann an uacht bheith breis agus 18 mbliana d'aois, ní mór don duine bheith slánmheabhrach, ní mór don uacht bheith scríofa, ní mór í a shíniú agus a dhátú i láthair beirt fhinnéithe, etc.

Roinn C

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

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

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

1.(a) Taispeántar thíos trí stíl tithíochta atá coitianta in Éirinn sa lá atá inniu ann.

(i) Déan trácht ar na tosca a d'fhéadfadh dul i bhfeidhm ar dhuine agus stíl tithíochta á roghnú aige. (20)

4 thoisc @ 5 mharc an ceann

Déan tagairt dóibh seo a leanas:

- tosca sóisialta

e.g. infhaighteacht, láthair an tí, rogha phearsanta, méid, aoiseanna na leanaí, stíl mhaireachtála an teaghlaigh, baill den teaghlach ag a bhfuil riachtanais speisialta, fad ón ionad oibre, etc.

- tosca eacnamaíochta

e.g. ioncam, cost na láithreach, táillí dlí, dleacht stampála, costais le haghaidh innealtóirí/suirbhéirí etc., forbairtí pleanáilte i gceantar, luach athdhíola, deisiúcháin, etc.

- tosca timpeallachta.

e.g. rialacháin tógála, éifeachtúlacht fuinnimh, bacainn radóin, ábhair áitiúla, ceantar mórthimpeall, d'fhéadfadh crainn/fálta bheith ina dtairbhe don chomhshaol ach freisin d'fhéadfaidís fothain a chur ar fáil ó na gnáthghaotha, etc.

(ii) Luaigh **dhá** riachtanas tithíochta ar leith atá ag duine scothaosta atá teoranta ó thaobh na gluaiseachta de. (10)

2 riachtanas @ 5 mharc an ceann

e.g. rampa rochtana, doirse níos leithne, cuntair níos ísle oibre sa chistin, lasca soilse, soicéid agus hanlaí dorais suite san áit cheart, leibhéal ardaithe an leithris, ráillí taobh leis an bhfolcadán, leis leithreas agus leis an gcithfholcadán, seomra codlata agus leibhéal na talún, leibhéal singil, etc.

(iii) Pléigh **dhá** bhuntáiste agus **dhá** mhíbhuntáiste do theaghlach a bhaineann le bheith ina gcónaí in áit atá ar cíos acu. (20)

2 bhuntáiste @ 5 mharc an ceann, 2 mhíbhuntáiste @ 5 mharc an ceann

Buntáistí: *e.g. níl aon eisíocaíocht tosaigh caipitil i gceist/tá sé níos saoire ná ceannach, ní theastaíonn ach lascaine bheag go leor, is fútsa atá sé bogadh, ní mór don tiarna talún fógra a thabhairt chun éirí as, ní ann d'aon chostais chothabhála de bharr go bhfuil an tiarna talún freagrach astu, rogha fhairsing tithe ar fáil, cuireann an tAcht um Thionóntachtaí Cónaithe cosaint ar fáil do thionóntaí agus do thiarnaí talún, etc.*

Míbhuntáistí: *e.g. ceaptar gurb airgead 'marbh' é ligean ar cíos, d'fhéadfadh táille gníomhaireachta bheith i gceist, is gnách go dteastaíonn éarlais mhí amháin i dtosach báire i dteannta chíos an chéad mhí, teastaíonn árachas ar inneachar, d'fhéadfadh droch-chaighdeán lóistín bheith i gceist, seans go mbeidh gá na háiseanna a roinnt, i.e. gairdín etc., is beag é an faoiseamh cánach i gcomparáid le maoin mhorgáistithe, etc.*

agus

1.(b) 'Tháinig laghdú 4% ar an meánídiú fuinnimh in aghaidh an teaghlaigh in Éirinn idir 1995 agus 2007.' *(Údarás Fuinnimh Inmharthana na hÉireann)*

Déan cur síos ar chineál **amháin** de chóras téimh bhaile faoi na ceannteidil seo a leanas: (14)

- an cineál córais téimh - ***6 mharc***

e.g. córas fliuch téimh lárnaigh agus córas tirim téimh lárnaigh ionchorpraítear sa chóras fliuch téimh lárnaigh coire, píopaí agus radaitheoir cró bhig, úsáideann sé uisce mar an meán aistrithe teasa agus tá feistithe caidéal leictreach ann chun lámh chúnta a thabhairt do shruthú an uisce, is córas iniata seo ina ngabhann an t-uisce céanna ón gcoire go dtí na radaitheoirí agus ar ais chuig an gcoire, stóráiltear uisce in umair san áiléar, etc.

- foinse breosla / fuinnimh - ***4 mharc***

e.g. ola, gás, leictreachas, breosla soladach, grianchumhacht, etc.

- modh aistrithe teasa – ***4 mharc***

e.g. <u>comhiompar:</u> an modh aistrithe teasa a úsáidtear sa choire agus sa chóras teo-uisce, tagann fairsingiú ar leacht/ghás nuair a théitear iad agus ardaíonn siad, tagann aer/leacht níos fuaire ina n-ionad, bogann sruthanna comhiompair chun gluaiseachta iad nó go mbaineann an t-ábhar go léir an teocht chéanna amach etc.

(ii) Ainmnigh **<u>dhá</u>** chineál rialaithe a úsáidtear ar chórais téimh agus mínigh conas a chuidíonn **<u>gach</u>** ceann díobh lena chinntiú go n-ídítear fuinneamh go héifeachtach. (16)

2 rialú @ 4 mharc an ceann
Míniúchán: 2 @ 4 mharc an ceann

e.g. <u>amadóir/clog:</u> gléas a fheidhmíonn go leictreach a úsáidtear leis an gcóras téimh a chur ar siúl agus a mhúchadh ag amanna réamhchinnte a shocraigh an t-úsáideoir, etc.
e.g. <u>teirmeastat coire:</u> teirmeastat a nasctar leis an gcoire téimh lárnaigh, nuair a bhaintear amach an teocht inmhianaithe múchann an teirmeastat an coire, nuair a thiteann an teocht uisce cuirtear an coire ar siúl athuair, etc.
e.g. <u>teirmeastat seomra:</u> feistítear seo ar bhalla seomra agus socraítear é chuig an teocht inmhianaithe, braitheann an teirmeastat an teocht mórthimpeall, cuireann sé an córas téimh ar siúl nuair a thiteann an teocht faoi bhun an leibhéil inmhianaithe agus múchann sé an córas nuair a bhaintear amach an teocht a theastaíonn, etc.
e.g. <u>teirmeastat radaitheora</u>

nó

1.(c) (i) Mínigh cén fáth a mbeadh modhanna saorga aeraithe riachtanach sa teach cónaithe nua-aoiseach. (12)

3 phointe @ 4 mharc an ceann

e.g. de bharr insliú méadaithe, e.g. déghloiniú, doirse/fuinneoga etc. a oireann níos mó, d'fhéadfadh aerú neamhleor nádúrtha bheith ann, déanann sé ardleibhéil bhogthaise san aer a rialú, aer úr a thabhairt isteach agus aer stálaithe a bhaint, comhdhlúthú a sheachaint agus/nó a laghdú, bolaithe a laghdú, caonach a sheachaint etc.

(ii) Ainmnigh modh **<u>amháin</u>** den aerú saorga agus déan cur síos air.
Mínigh bunphrionsabal an mhodha aeraithe atá ainmnithe. (18)

Ainm – 4 mharc Cur Síos – 2 phointe @ 4 mharc an ceann
Bunphrionsabal – 2 phointe @ 3 mharc an ceann

e.g. <u>fean eastarraingthe:</u> feistítear go hard é ar bhalla lasmuigh, sa tsíleáil nó i bhfuinneog sheomra folctha, tá soláthar leictreachais ag gabháil chuige chun cumhacht a chur ar fáil dó agus cuirtear ar siúl é trí lasc a bhrú nó téad a tharraingt. Tá fáil air i réimse fairsing dathanna agus méideanna, etc.
<u>bunphrionsabal:</u> nuair a bhíonn an fean ar siúl bíonn na comhlaí oscailte, casann an mótar leictreach na lanna ar ardluas, cruthaíonn seo sú a bhaineann aer stálaithe ón seomra, tagann aer úr ina ionad seo go nádúrtha. e.g. cochall cócaireáin: duchtaithe/éaduchtaithe e.g. aerchóiriú

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

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

2.(a) Le blianta beaga anuas, tá an-éileamh ag daltaí ar bháil agus ar dhamhsaí cinn chúrsa (Debs) i ndeireadh a dtréimhse scolaíochta.

(i) Dear agus sceitseáil feisteas a bheadh oiriúnach do bhál cinn chúrsa ag deireadh na bliana. (10)

Sceitse – 10 marc

e.g. ba cheart go léireofaí sa sceitse sonraí faoi na gnéithe deartha, i.e. líne, cruth, comhréir, comhréiteach, etc. lipéadaithe go soiléir, d'fhéadfaí dath na fabraice a áireamh, taispeáin oiriúintí, etc.

(ii) Mol fabraic(í) oiriúnach(a) do do dhearadh. Tabhair **<u>dhá</u>** chúis le do rogha. (9)

Fabraic – 3 mharc

<u>Fabraic:</u> e.g. síoda, poileistear, cadás poileistir, níolón, lása, éadach scagtha, etc.

2 chúis @ 3 mharc an ceann

<u>Cúiseanna:</u> e.g. oireann sé do chrochadh, athléimneach, éadrom-mheáchan, tá fáil air in go leor dathanna, tréan, lonrach, etc.

(iii) Ainmnigh agus mínigh prionsabal dearaidh **<u>amháin</u>** a thaispeántar ar do sceitse. (6)

Ainm – 3 mharc Míniúchán – 3 mharc

<u>Comhréir:</u> an gaol idir codanna an bhaill éadaigh, e.g. ba cheart do na pócaí bheith i gcomhréir leis an gcuid eile den bhall éadaigh etc.
<u>Cothromaíocht:</u> is féidir leis bheith ingearach, siméadrach nó neamhshiméadrach etc.
<u>Béim:</u> Cruthaíonn sé ábhar suime i mball éadaigh ar a ndírítear an airde go léir etc.
<u>Athúsáid:</u> baintear seo amach trí úsáid a bhaint as dath, as líne agus as cruth ar bhealaí difriúla etc.

agus

2.(b) Féadfaidh bailchríocha fabraice a bheith buan, sealadach nó in-athnuaite.

(i) Mínigh cén fáth a n-úsáidtear bailchríocha fabraice ar fhabraicí. (6)

2 chúis @ 3 mharc an ceann

e.g. an chuma atá ar fhabraic agus an mothú atá aici, an fhabraic a dhéanamh níos marthanaí, crapadh agus cruthú filltíní a sheachaint, na cáilíochtaí caite a fheabhsú, cur leis an tsábháilteacht, tréithe breise a thabhairt, etc.

(ii) Ainmnigh bailchríoch fabraice atá oiriúnach le húsáid ar éadaí spóirt, déan cur síos ar an mbailchríoch agus luaigh sampla den úsáid a bhaintear aisti. (9)

Ainm – 3 mharc Cur síos – 3 mharc Sampla den úsáid – 3 mharc

e.g. <u>roc-obach</u> – cabhraíonn sé le cruthú filltíní a sheachaint, úsáidtear é in éadaí leadóige/gailf
<u>meirsiriú</u> – déanann sé fabraic níos treise agus níos ionsúití den fhabraic, úsáidtear é in éadaí rugbaí
<u>uiscedhíonach</u> – déanann sé fabraicí uisce-éarthach, úsáidtear é in anoraic, in éadaí fánaíochta etc.
<u>frithstatach</u> – cabhraíonn sé le fabraic gan bheith greamaitheach, úsáidtear é i ngeansaithe spóirt etc.
<u>frithsmálta</u> – fabraicí níos fusa le ní dá thairbhe, úsáidtear é san uile éadach spóirt

nó

2.(c) Is féidir faisean a chur in iúl, ní hamháin trí na héadaí a chaitheann daoine, ach chomh maith leis sin, i ngach gné dá saol.

(i) Mínigh conas a bheadh tionchar ag **gach** ceann de na tosca seo a leanas ar riachtanais éadaí an duine: (9)

3 thoisc @ 3 mharc an ceann

- an t-airgead atá ar fáil aige

e.g. luach ar airgead san fhadtéarma, tá na brandaí dearthóra níos costasaí, rogha asraon miondíola,

- an aeráid

e.g. Deimhníonn an séasúr/teocht an saghas a theastaíonn, teastaíonn saghsanna difriúla éadaí ag brath ar am den lá, ar fheidhm/imeacht agus ar ghníomhaíochtaí fóillíochta, i.e. snámh/sciáil, etc.

- tionchair chultúrtha

e.g. tá leibhéil dhifriúla de mhodhúlacht ag cultúir a léirítear sna héadaí lena mbaineann, spreagann éadaí ó thír amháin dearthóirí i dtíortha eile, e.g. rinne House of Dior rud ar a raibh móréileamh as casóga le maisiú fionnaidh sna 1960idí (spreagtha ag an scannán Rúiseach, 'Dr. Zhivago'), bhíothas sa tóir ar fhaisin eitneacha d'fhonn cuma an tuathánaigh 'haute' a spreagadh sna 1970idí, go déanach sna 1990idí tháinig go leor gnéithe d'éide an Oirthir/na hIndia, i.e. fallaingeacha 'saris' agus 'pashminas', frainseáil, maisiú coirníneach, bróidnéireacht, caitheann náisiúnaigh choigríche a n-éide féin thraidisiúnta, etc.

(ii) Luaigh conas a bhíonn tionchar ag na meáin ar nósanna reatha faisin. Tabhair **dhá** phointe. (6)

2 phointe @ 3 mharc an ceann

e.g. téann irisleabhair, nuachtáin, an teilifís, na scannáin agus an fhógraíocht i gcion ar dhaoine de bharr gur mian leo bheith faiseanta, téann a bhfeiceann daoine óga, agus mná óga go háirithe, in irisleabhair agus ar an teilifís etc. go mór i gcion orthu, áirítear san uile irisleabhar agus nuachtán ailt faoin bhfaisean mar aon le leabhráin bhreise, cruthaíonn cláir theilifíse agus scannáin éileamh mór ar fhaisean trí fhógraíocht agus trí aisteoirí agus láithreoirí bheith ag caitheamh éadaí dearthóra, 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) Baineann an Phríomh-Oifig Staidrimh úsáid as dhá thomhas, *bochtaineacht chomhsheasmhach* agus *i mbaol na bochtaineachta*, chun an bhochtaineacht in Éirinn a thomhas. Tá na sonraí is déanaí ar an mbochtaineacht in Éirinn tugtha thíos.

An Bhochtaineacht in Éirinn 2008	
Bochtaineacht Chomhsheasmhach	4.2% (178,074 duine)
I mBaol na Bochtaineachta*	14.4% (610,538 duine)

* tugtar bochtaineacht choibhneasta air seo freisin

(i) Mínigh an téarma *i mbaol na bochtaineachta (bochtaineacht choibhneasta).* (6)

e.g. nuair atá caighdeán maireachtála duine go mór faoi bhun an chaighdeáin ghinearálta mhaireachtála atá i sochaí, nuair atá na deiseanna, an compord agus an fhéinmhuinín á gceilt a bhíonn ag tromlach na ndaoine in aon sochaí amháin, etc.

(ii) Pléigh **ceithre** chúis ar tuairiscíodh go raibh 14.4% de mhuintir na hÉireann i mbaol na bochtaineachta in 2008. (24)

4 chúis @ 6 mharc an ceann

e.g. cúlú sa gheilleagar; ardrátaí fostaíochta; drochoideachas, fágann oibrithe neamhoilte an scoil go luath agus braitheann siad ar an íosphá má fhostaítear iad; ní féidir le teaghlaigh aon tuismitheora i gcónaí teacht ar fhostaíocht agus braitheann siad ar leas sóisialach; teaghlaigh mhóra – de bharr na n-ardchostas maireachtála agus na n-ardchostas ar thógáil páistí; is é is dóichí go mbeidh daoine gan dídean thíos leis an mbochtaineacht; mí-úsáid alcóil agus drugaí; cearrbhachas; timthriall bochtaineachta, etc.

(iii) Luaigh **dhá** ghrúpa shóisialta is mó atá i mbaol na bochtaineacht comhsheasmhaí **agus** luaigh iarmhairtí na bochtaineachta ar na grúpaí atá ainmnithe agat. (20)

2 ghrúpa @ 4 mharc an ceann
3 iarmhairt @ 4 mharc an ceann

Grúpaí sóisialta: *an lucht siúil agus grúpaí eile mionlaigh, daoine gan dídean, teifigh, daoine le fadhbanna alcóil, drugaí agus cearrbhachais, páistí, teaghlaigh aon tuismitheora, daoine faoi mhíchumas, daoine ata dífhostaithe le fada, aostaigh, etc.*

Iarmhairt na bochtaineachta: *cailleadh féiniúlachta, stádais agus féinmheasa, leadrán agus frustrachas, uaigneas agus leithlisiú de bharr easpa idirghníomhaíocht shóisialta, strus, dúlagar, brú ar chaidreamh pósta, caighdeán níos ísle maireachtála, fiacha a chruthú, dul i muinín iasachtóirí airgid, timthriall bochtaineachta, tosaíonn daoine ag dul leis an ól, drugaí, cearrbhachas agus leis an gcoireacht, droch-choinníollacha tithíochta, plódú, drochshláinte, dífhostaíocht, etc.*

agus

3.(b) 'Lig do scíth ar mhaithe leis na leanaí.' *(The Irish Times, Iúil 2010)*

(i) Tugtar le tuiscint i gceannlíne an nuachtáin thuas gur chóir do thuismitheoirí níos mó am fóillíochta a chaitheamh lena bpáistí.
Déan trácht ar an ráiteas seo agus tú ag tagairt dóibh seo a leanas: (20)

4 phointe @ 5 mharc an ceann

- feidhm na fóillíochta

e.g. ligeann sé do dhaoine a maidí a ligean le sruth agus a scíth a ligean, cuireann sé feabhas ar fholláine fhisiciúil, ligeann sé do scileanna nua a fhorbairt, tugann sé dúshláin fhisiceacha agus intleachtacha isteach, éascaíonn sé dlúthú teaghlaigh, spreagann sé idirghníomhaíocht shóisialta, léiríonn sé dea-shampla le haghaidh páistí maidir le conas leas a bhaint as a gcuid am saor, cruthaíonn sé réiteach ar an leadrán, feabhsaíonn sé féinmheas, cruthaíonn sé braistint féinmhuiníne, sásaíonn sé na céadfaí, i.e. ag dul go dtí ceoldráma, etc.

- ról na fóillíochta i bhforbairt fhisiciúil páistí.

e.g. cuireann sé corpacmhainn fhisiciúil chun cinn – forbairt matán, rialú meáchain, treise matán, scileanna ardfhuinnimh, foghlaim scileanna nua, i.e. snámh etc.

(ii) Déan cur síos ar **dhá** thoisc a bhféadfadh tionchar a bheith acu ar rogha na ngníomhaíochtaí fóillíochta a bheadh ar siúl ag teaghlach. (10)

2 thoisc @ 5 mharc an ceann

e.g. an grúpa socheacnamaíoch lena mbaineann teaghlach, an ceantar ina gcónaíonn daoine, na gníomhaíochtaí fóillíochta ar a bhfuil fáil agus atá faiseanta, cultúr, airgead sa teaghlach, aoiseanna bhaill an teaghlaigh, inscne, slí bheatha bhaill an teaghlaigh, na huaireanta a oibrítear, etc.

nó

3.(c) 'D'éirigh níos fearr le cailíní ná le buachaillí i mbeagnach gach ábhar i scrúduithe an Teastais Shóisearaigh i mbliana'. *(The Irish Times, Meán Fómhair 2010)*

(i) Pléigh **trí** thoisc a bhféadfadh baint a bheith acu leis an gcaoi ar éirigh níos fearr le cailíní ná le buachaillí i scrúduithe stáit. (15)

3 phointe @ 5 mharc an ceann

e.g. caitheann cailíní breis ama le hobair baile agus cuireann siad a gcuid oibre i láthair níos cúramaí, éisteann siad agus díríonn siad níos mó sa rang agus tá siad níos eagraithe, is féidir le cailíní bheith a mhéid agus dhá bhliain níos aibí agus aithníonn siad a thábhachtaí agus a thromchúisí atá scrúduithe dá bharr ná macasamhail na mbuachaillí, piarbhrú dearfach, scoileanna aonghnéis, spreagadh, etc.

(ii) Tabhair breac-chuntas ar **thrí** bhuntáiste do dhaltaí atá le baint as taithí oibre a fháil le linn dóibh a bheith ar scoil dara leibhéal. (15)

3 thairbhe @ 5 mharc an ceann

e.g. réitíonn sé daltaí le haghaidh thimpeallacht na hoibre, tugann sé an domhan gnó agus fostaíochta chun solais do na daltaí, éascaíonn sé forbairt phearsanta trí thaithí oibre, tugann sé deis do na daltaí na gairmeacha éagsúla atá ar bun a bhlaiseadh, foghlaim conas oibriú mar chuid d'fhoireann, an tábhacht lena mbaineann poncúlacht, etc.

An Ardteistiméireacht 2011
Eacnamaíocht Bhaile – Eolaíocht agus Sóisialta

Scrúdú Praiticiúil Bia – Obair Chúrsa

Aistriuchán ar Scéim Mharcála

Fiosrúchán: Anailís/Taighde – 30 marc

Taighde agus Anailís **= 20**

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

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

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

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

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

- *tá fianaise ann go ndearnadh* ***taiscéalaíocht*** *ar na saincheisteanna agus ar na cúinsí a bhaineann go ginearálta le príomhriachtanais an taisc*
- *tá sé réasúnta cruinn, bunaithe ar raon foinsí agus curtha i láthair go comhleanúnach*
- *baineann sé úsáid as fianaise ón taighde mar bhonn leis na roghanna cuí agus biachláir/miasa/táirgí á roghnú*

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

- *tá fianaise ann* ***ar thuiscint an-bhunúsach teoranta*** *ar phríomhriachtanais taisc*
- *tá cuid den eolas nó an t-iomlán de éiginnte agus gan ach cuid de cruinn; tá easpa comhleanúnachais sa chur i láthair*
- *baineann sé úsáid as fianaise ón taighde mar bhonn leis na roghanna cuí agus biachláir/miasa/táirgí á roghnú*

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

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

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

Cúiseanna / critéir roghnaithe – **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**

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 Ama/Ord na hoibre **= 3**
  - ullmhúchán, ord na dtascanna, measúnú

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

Cur i bhFeidhm – 28 marc

- Cur síos gearr ar an modh oibre a leanadh ar a n-áirítear ullmhúchán, próisis leis an mbia a ullmhú, am cócaireachta /teocht, riar /cur i láthair, níochán, blaiseadh/measúnú. **= 16**

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

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

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

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

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

- **Na príomhchúinsí a cuireadh san áireamh** (caithfidh baint a bheith acu leis an mias/tástáil shainiúil)

  2 × 4 mharc **= 8**

Sainaithint (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 shainiúla atá in úsáid/ leis an mias atá á cócaráil)
Sainaithint (1) agus míniú soiléir (1) ar phríomh-shaincheist sábháilteachta amháin agus ar phríomh-shaincheist sláinteachais amháin a cuireadh san áireamh agus an mhias á hullmhú agus á cócaráil / an tástáil á dhéanamh.

Measúnú – 16 mharc

Déan measúnú ar an tasc sna téarmaí seo:

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

Banda A: 4 mharc *– shainaithin, agus rinne anailís ar, laigí / láidreachtaí sainiúla agus an tasc á dhéanamh, cuireadh* bonn soiléir faoi mhionathruithe nuair a moladh iad, rinneadh anailís chriticiúil ar úsáid acmhainní / pleanáil
Banda B: 3 mharc *– shainaithin laigí / láidreachtaí sainiúla agus an tasc á dhéanamh, cuireadh bonn éigin faoi mhionathruithe a moladh, rinneadh anailís theoranta ar úsáid acmhainní / pleanáil*
Banda C: 2 mharc – *rinneadh iarracht éigin laigí nó láidreachtaí a shainaithint agus an tasc á thabhairt chun críche, níorcuireadh bonn faoi mhionathruithe nuair a moladh iad, rinneadh tagairt d'úsáid acmhainní / don phleanáil*

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

Banda A: 4 mharc *– baintear 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 obair maidir leis an tasc*

Réimse Cleachtais A – Cur i bhFeidhm Phrionsabal an Chothaithe

Tasc 1

Bíonn aiste bia, a bhíonn curtha in oiriúint dá riachtanais, ag teastáil ó leanaí óga. Déan taighde agus mionléiriú ar na riachtanais chothaitheacha agus ar na treoirlínte pleanála béilí is cóir a chur san áireamh agus béilí á bpleanáil do leanaí idir 12 agus 24 mí d'aois. Agus na cúinsí seo á gcur san áireamh, déan fiosrú ar réimse de mhiasa príomhchúrsa do theaghlach ina bhfuil leanaí den aois seo. Mol mionathruithe is féidir a dhéanamh ar na miasa chun a chinntiú go bhfuil siad oiriúnach do leanaí óga. Ullmhaigh, cócaráil agus riar **ceann amháin** de na príomhchúrsaí a bheadh oiriúnach do phríomhbhéile laethúil an teaghlaigh. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.

Príomhriachtanais an taisc

- *riachtanais chothaithe/chothaitheacha le tagairt ar leith* ***do leanaí idir 12 go 24 mí***
- *treoirlínte ábhartha do phleanáil béile le tagairt ar leith* ***do leanaí idir 12 go 24 mí***
- *raon de mhiasa príomhchúrsa*
- *mionathruithe is féidir a dhéanamh ar na miasa chun a chinntiú go bhfuil siad oiriúnach do leanaí óga.*
- *mias phríomhchúrsa agus cúiseanna leis an rogha.*

Fiosrúchán

Riachtanais chothaithe / chothaitheacha – *cothromaíocht chothaitheach, riachtanais laethúla mhacra-/micreachothaitheach ar a n-áirítear riachtanais phróitéine / charbaihiodráite / saille / iarainn / chailciam mar is cuí do riachtanais leanaí 12 go 24 mí agus na cúiseanna a d'fhéadfadh a bheith le héagsúlachtaí, neart snáithín, Vitimín C / ionsú iarainn, Vitimín D / ionsú cailciam, éagsúlachtaí a d'fhéadfadh a bheith i riachtanais fuinnimh, treoirlínte cothaitheacha reatha maidir le hiontógáil chothaitheach agus bia, srl.*

Treoirlínte pleanála do bhéilí – *úsáid na pirimide bia le cothromaíocht a chinntiú, éagsúlacht bianna, an rud is maith le duine agus an rud nach maith leis – ná cuir iallach ar leanaí bia nach maith leo a ithe, béile beag, ach go minic mar go bhfuil goile an linbh beag agus go líontar go tapa é, tá ionghabháil an méid ceart sreabhán tábhachtach le díhiodráitiú a sheachaint – caolaigh sú torthaí, bain úsáid as bianna ina séasúr féin, seachain bianna a bhfuil a lán salainn, a lán saille sáithithe agus a lán siúcra iontu, i.e. bianna áise, cuir sneaiceanna folláine ar fáil idir bhéilí, m.sh. banana brúite, bia le neart snáithín, bain úsáid as bianna a fhéachann go deas agus atá tarraingteach ó thaobh dath, ní mór go mbeadh an bia bog – éasca le hithe den spúnóg – déan brúitín/purée/gearr an bia go mion, ní mór go mbeadh an bia éasca le slogadh, seachain bia le spíosraí mar nach bhfuil blaslóg an linbh forbartha i gceart, tabhair isteach bia nua de réir a chéile, seachain cnónna mar go bhféadfadh siad an leanbh a thachtadh nó d'fhéadfadh ailléirge a bheith ar leanbh leo, seachain ubh bogbhruite, agus cáis neamhphaistéartha, srl.*

Miasa a roghnaíodh – raon mias príomhchúrsa
– caithfidh siad a bheith oiriúnach do leanaí 12 go 24 mí
– caithfidh príomhchúrsa a bheith ann.

Na mionathruithe is féidir a dhéanamh ar na miasa lena chinntiú go bhfuil siad oiriúnach do leanaí óga.

Measúnú (riachtanais shainiúla an taisc)
Anailís ar thorthaí maidir le riachtanais chothaitheacha mias phríomhchúrsa do leanaí 12 go 24 mí.
Treoir do phleanáil béilí – raon de miasa príomhchúrsa atá oiriúnach do leanaí 12 go 24 mí, an chaoi a dtagann an mhias a roghnaíodh leis na riachtanais a sainaithníodh san fhiosrúchán.

Tasc 2

D'fhéadfadh aiste bia ina bhfuil Innéacs Glicéime** (GI i mBéarla) **íseal, a bheith ina eochairthoisc i laghdú riosca breoiteachta duine (m.sh. diaibéiteas agus galar corónach croí)agus chun meáchan coirp chuí a choinneáil.
Agus tú ag tagairt don ráiteas thuas, déan taighde agus mionléiriú **(i)** ar an innéacs glicéime agus **(ii)** ar na buntáistí a bhaineann le haiste bia ina bhfuil innéacs glicéime íseal.
Déan fiosrú agus mionléiriú ar na riachtanais chothaitheacha agus ar na tosca is cóir a chur san áireamh agus béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú do dhaoine fásta a dteastaíonn uathu meáchan sláintiúil a choinneáil.
Agus na tosca atá sonraithe agat sa taighde á gcur san áireamh, déan biachlár a mholadh do lá **amháin** (trí bhéile) a bheadh oiriúnach don ghrúpa daoine seo.
Ullmhaigh, cócaráil agus riar an príomhchúrsa de phríomhbhéile an lae.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.

Príomhriachtanais an taisc

- *taighde ar innéacs glicéime*
- *na buntáistí a d'fhéadfadh a bheith ag baint le haiste bia ina bhfuil innéacs glicéime íseal.*
- *riachtanais chothaithe/chothaitheacha do dhaoine fásta a dteastaíonn uathu meáchan sláintiúil a choinneáil*
- *treoirlínte ábhartha do phleanáil béile*
- *biachlár do lá **amháin** (trí bhéile), an phríomh-mhias a roghnaíodh agus cúiseanna leis an rogha.*

Fiosrúchán

***Innéacs Glicéime** – is ionann an fhreagairt ghlicéime agus an ráta ar a n-éiríonn agus a dtiteann siúcra na fola tar éis carbaihiodráití a ithe, is córas rangaithe do charbaihiodráití é an t-innéacs glicéime (GI) agus táscaire maidir leis an ráta ar a dtarlaíonn freagairt ghlicéime. Is féidir bianna a aicmiú de réir GI atá íseal, meánach nó ard agus/nó is féidir rangú uimhriúil a dhéanamh orthu, téann réimse an chórais rangaithe sin ó nialas go dtí aon chéad amháin – is ionann agus 55 an GI íseal, tá an méan-GI idir 56 agus 69 agus tá an t-ard-GI 70 nó os a chionn. Léiríonn luach íseal GI go dtiontaítear na carbaihiodráití ina ghlúcós go mall agus ardaíonn sé siúcra na fola ar ráta atá níos moille. Léiríonn luach ard GI tiontú níos tapa de charbaihiodráití ina ghlúcós. Bíonn tionchar ag an méid siúcra a ithimid ar fhreagairt ghlicéime ár gcorp, i.e. nuair a ithimid méid measartha siúcra tá cumas níos fearr ag an gcorp déileáil leis, mar go mbíonn níos lú brú ar an bpaincréas inslin a chur ar fáil le siúcra na fola a rialáil. Is ionann an t-ualach GI agus tomhas eile atá bunaithe ar fhreagairt an choirp do charbaihiodráití, ar thomhas cainníochta agus cáilíochta é, m.sh. tá ardluach GI i gcairéid (scaoiltear lena gcuid siúcra go tapa) ach tá ualach íseal GI iontu (tá an méid foriomlán siúcra íseal) srl.*

***Na buntáistí a bhaineann le haiste bia ina bhfuil innéacs glicéime íseal** – cuidíonn sé le diaibéiteas mellitus/raimhre/fadhbanna meáchain, neamhoird iompraíochta, is féidir leis cur le feidhmiú lúthchleasaíochta – is féidir le bianna le GI íseal foinse mharthana fuinnimh a chur ar fáil agus tá bianna le GI ard in ann leibhéil fuinnimh a chur ina gceart tar éis aclaíochta, cuidíonn sé le leibhéil ísle agus arda fuinnimh a sheachaint, mar go mothaíonn an duine lán ar feadh achar níos faide, cuidíonn sé le aimirne a sheachaint, cuireann sé cosc ar theacht chun cinn diaibéiteas de Chineál 2, cuidíonn aiste bia íseal-GI le colaistéaról LDL a ísliú, srl.*
***Riachtanais chothaithe / chothaitheacha** – cothromaíocht chothaitheach, riachtanais laethúla mhacra-/micreachothaitheach ar a n-áirítear riachtanais phróitéine / charbaihiodráite / saille / iarainn / chailciam mar is cuí, neart snáithín, Vitimín C / ionsú iarainn, Vitimín D / ionsú Cailciam, iontógáil fosfair a mhéadú, vitimín B le haghaidh fuinnimh, lean treoirlínte cothaitheacha reatha maidir le hiontógáil chothaitheach agus bia, srl.*
***Treoirlínte pleanála do bhéilí** – úsáid na pirimide bia le cothromaíocht a chinntiú, ba chóir go mbeadh 1/3 den phláta tógtha suas le torthaí agus glasraí – 1/3 le carbaihiodráití le GI íseal, an 1/3 eile roinnte idir phróitéin íseal shaille, déirí, agus foinsí saille agus siúcra, is é an bricfeasta an béile is tábhachtaí, ith go minic agus ith beagán, coinníonn sneaic folláin siúcra na fola agus na leibhéil fuinnimh seasmhach, seachain carbaihiodráití mínphróiseáilte agus bianna próiseáilte (dá mhínphróiseáilte an bia is ea is airde an GI), íslíonn próitéin agus saill GI i mbia atá saibhir ó thaobh carbaihiodráití de, measc bianna atá íseal agus ard ó thaobh GI de le GI foriomlán an bhéile a ísliú, seachain bianna a bhfuil a lán salainn agus siúcra iontu, roghnaigh táirgí beagmhéathrais le saillte il-neamhsháithithe, bain úsáid as modhanna cócaireachta atá folláin, i.e. galbhruith, suaithfhriochadh, tá roghnú deochanna chomh tábhachtach le roghnú bia srl.*

Miasa a roghnaíodh

- **biachlár do lá amháin (trí bhéile)**
- **caithfidh siad teacht leis na riachtanais chothaitheacha a shainaithnítear do dhaoine fásta a dteastaíonn uathu meáchan sláintiúil a choinneáil**
- **caithfidh príomhchúrsa a bheith ann.**

Measúnú (riachtanais shainiúla an taisc)
Anailís ar na torthaí a fuair tú faoinar fhoghlaim tú ón bhfiosrúchán maidir le bainistiú aiste bia do dhaoine fásta ar mian leo meáchan sláintiúil a choinneáil, na tosca ba chóir a chur san áireamh agus béilí á bpleanáil do dhaoine fásta ar mian leo meáchan sláintiúil a choinneáil, agus le leordhóthanacht chothaitheach a chinntiú, cad iad na bianna atá oiriúnach nó neamhoiriúnach, cad iad na gnéithe faoi leith de phleanáil béilí a chaitear a chur san áireamh srl. conas a chomhlíonann na béilí a roghnaítear na riachtanais a sainaithníodh san fhiosrúchán.

Réimse Cleachtais B – Ullmhúchán Bia agus Próisis Chócaireachta

Tasc 3

Tá oighinn mhicreathoinne an-úsáideach mar tá siad éifeachtúil ó thaobh fuinnimh de agus sábhálann siad am.
Déan taighde ar oighinn mhicreathoinne maidir le gach **ceann** díobh seo a leanas:

- na saghsanna difriúla atá ar fáil
- an úsáid is féidir a bhaint astu, i.e. cuir san áireamh na bianna / miasa is féidir a ullmhú nó a chócaráil agus an píosa trealaimh seo á úsáid
- feidhmiú an phrionsabail oibre
- na heochairphointí atá riachtanach chun go n-oibreodh oigheann micreathoinne go rathúil.

Ullmhaigh, cócaráil agus riar ceann **amháin** de na miasa atá fiosraithe agat.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** leis na buntáistí agus/nó na míbhuntáistí a bhaineann le hoigheann micreathoinne a úsáid.

Príomhriachtanais an taisc

- *taighde ar **na cineálacha difriúla** oighinn mhicreathoinne atá ar fáil*
- ***úsáidí** i.e. na bianna/miasa a d'fhéadfaí a ullmhú nó a chócaráil in oigheann micreathoinne*
- *feidhmiú an **phrionsabail oibre***
- *na **heochairphointí atá riachtanach chun go n-oibreodh oigheann micreathoinne go rathúil***
- *mias roghnaithe agus cúiseanna leis an rogha.*

Fiosrúchán

Na cineálacha oighinn mhicreathoinne atá ar fáil: Caighdeánach/Gríoscán/Comhghléas/Insuite/Saorsheasamh – comhghléas – *oigheann traidisiúnta/gríoscán le hoigheann micreathoinne, feidhmíonn siad go neamhspleách ar a chéile nó i gcomhar le chéile, tagann dath donn ar an mbia agus éiríonn briosc faoi ghnátheilimint an oighinn nó faoin ngríoscán agus ansin cócarálann na tonnta leictreamaighnéadacha an bia, srl.* **Cumas:** 20 – 30 lítear, **Vatacht:** *800 – 1,000 vata*, **Gnéithe Speisialta -** *rialtáin tadhaill, glais sábháilteachta leanaí, díreo de réir meáchain agus díreo mear, gríoscáin dhúbailte, tarraiceáin téimh, cumhdach frithbhaictéarach, dathanna/bailchríocha éagsúla, cásáil insuite, srl.*

Úsáidí: Díreo – *feoil , iasc, arán srl.* **Atéamh –** *dinnéar réamhbhruite, glasraí, bainne, srl.* **Leá -** *seacláid, im, srl.* **Fiuchadh –** *uisce, bainne, srl.* **Cócaráil -** *feoil, iasc, cácaí, glasraí, maróga galaithe, torthaí stofa, anlann, srl.* **Steiriliú -** *buidéil linbh, crúscaí suibhe, srl.* **Triomú -** *luibheanna srl.*

Prionsabal oibre: *Tiontaíonn maighnéatrón fuinneamh leictreachais ina fhuinneamh leictreamaighnéadach, téann tonnta isteach trí oigheann micreathoinne trí mheán tonntreoraí, dáileann tonnsuathaire na tonnta go cothrom, **frithchaitear** na tonnta den taobh istigh atá déanta as miotal agus mar sin ní gá an bia a iompú, déantar na tonnta a **thras-sheoladh** tríd an gcoimeádán ina bhfuil an bia, tarraingíonn uisce, saill agus siúcra atá le fáil sa chuid is mó de bhianna micreathonnta agus **ionsúnn** iad, téann tonnta leictreamaighnéadacha ardmhinicíochta tríd an mbia go doimhneacht de 2-4 cm agus critear na móilíní sa bhia mar gheall air sin, de réir mar a bhíonn siad ag crith tarlaíonn friotaíocht a chuireann teas mór sa bhia, mar gheall air nach dtéann micreathonnta níos mó ná 3cm isteach sa bhia, cócaráiltear bia atá níos tibhe ná sin trí sheoladh, brúitear aon uisce atá sa bhia go dromchla agus cosnaíonn sé sin i gcomhar le heaspa teas ón taobh amuigh an bia ó éirí donn nó briosc srl.*

Na heochairphointí atá riachtanach chun go n-oibreodh oigheann micreathoinne go rathúil: *tabhair deis do bhia seasamh ar feadh tamaill mar go leanann an bia de bheith ag cócaráil le linn an ama sin, d'fhéadfadh sé nach mbeadh an bia cócaráilte i gceart mura ndéantar é sin, ní mór oidis mhicreathoinne a úsáid do bhianna áirithe, m.sh. arán, cístí, mar nach n-oibríonn oidis thraidisiúnta, cócaráiltear bianna éadroma scagacha agus bianna le céatadán ard saille agus siúcra go tapa, cuirfidh bianna atá tiubh moill ar an ráta a dtéann na micreathonnta tríd an mbia, dá mhéad agus dá fhuaire an bia is ea is faide an t-am a thógfaidh an chócaireacht, ní mór bianna a chlúdach le páipéar cistine, scannán cumhdaithe srl. le triomú an bhia a sheachaint, ba chóir earraí bia atá mór a iompú go rialta lena chinntiú go ndéantar iad a chócaráil go cothrom, ní mór bianna leachtacha a mheascadh ón taobh amuigh i dtreo an láir leis an teas a dháileadh go cothrom, ba chóir bianna a shocrú ina gciorcal leis an gcuid is tibhe ar an taobh amuigh mar go ndéanann na micreathonnta teagmháil leis an gcuid sin ar dtús, ní mór bianna ar a bhfuil craiceann, m.sh. ispíní, buíocáin uibhe, trátaí & prátaí, a phriocadh sa chaoi nach bpléascfaidh siad le linn cócaireachta, cuirtear vatacht an oighinn mhicreathoinne san áireamh agus am cócaireachta a ríomh srl.*

Miasa a roghnaítear – is gá mias a roghnú ón taighde atá oiriúnach lena cócaráil in oighinn mhicreathoinne
Measúnú (mar a shonraítear sa tasc) – *buntáistí agus/nó míbhuntáistí a bhaineann le húsáid oighinn mhicreathoinne.*

Réimse Cleachtais C: Teicneolaíocht an Bhia

Tasc 4

Tá méadú ag teacht ar an éileamh ar bhácáil bhaile agus tá a lán cúiseanna difriúla leis.
Déan taighde (i) ar an méadú ar an éileamh ar bhácáil bhaile agus (ii) ar mhilseogra atá ar fáil ar bhonn tráchtála (táirgí, praghsanna, srl.).
Déan fiosrú ar mhodh **amháin** chun muifíní **nó** cístí cupáin a dhéanamh. Déan mionléiriú ar an modh agus mínigh an prionsabal atá i gceist.
Maidir leis an táirge roghnaithe (muifíní **nó** cístí cupáin), liostaigh na cineálacha difriúla is féidir a dhéanamh.
Déan cur síos ar conas a dhéanfá an táirge a stóráil chun go gcoimeádfaí úr é.
Ullmhaigh agus bácáil ceann amháin de na táirgí (muifíní **nó** cístí cupáin) atá fiosraithe agat.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** le feidhmiú agus **(b)** le praiticiúlacht na bácála baile, agus **(c)** le costas táirge bácála baile i gcomparáid le táirge tráchtála den chineál céanna.

Príomhriachtanais an taisc

- *déan taighde ar an méadú ar an éileamh ar bhácáil bhaile*
- *déan taighde ar mhilseogra atá ar fáil ar bhonn tráchtála (raon táirgí, praghsanna, srl.)*
- *déan fiosrú ar mhodh **amháin** chun muifíní **nó** cístí cupáin a dhéanamh.*
- *déan mionléiriú ar an modh agus mínigh an prionsabal atá i gceist.*
- *liostaigh éagsúlachtaí is féidir a dhéanamh maidir le muifíní **nó** cístí cupáin*
- *coimeádáin stórála (do mhuifíní **nó** cístí cupáin)*
- *táirge roghnaithe agus cúiseanna leis an rogha.*

Fiosrúchán

Déan taighde ar an méadú ar an éileamh ar bhácáil bhaile - *tá sé níos saoire, tá níos mó am saor ag daoine, Teilifís – cócairí mór le rá, chuir cláir theilifíse leis an éileamh ar chístí cupáin, méadú ag teacht ar an éileamh ar bhianna 'artisan', ar mhargaí feirmeoirí/margaí bia/aontaí, cuidíonn sé le teaghlaigh nascadh lena chéile, cuidíonn sé le caitheamh aimsire a chur ar fáil do leanaí le linn laethanta saoire, rogha atá níos folláine – gan aon bhreiseáin, aistí bia atá srianta, m.sh. céiliach, údar imní maidir le sláinte - saill íseal, raon níos mó táirgí áise - meascáin chíste, srl. samplaí/blaiseadh bia i siopaí, margaíocht, pacáistiú, srl.*

Déan taighde ar mhilseogra atá ar fáil ar bhonn tráchtála
D'fhéadfaí a áireamh sa taighde *sainmhíniú ar 'mhilseogra ar bhonn tráchtála' raon táirgí, brandaí, cainníocht/meáchan, comhábhar, luach cothaitheach, pacáistiú/coimeádáin, lipéadú, seilfré, costas, srl..*

Modh chun muifíní nó cístí cupáin a dhéanamh agus na prionsabail atá i gceist.
Próiseas an uachtaraithe – *measctar im agus siúcra le chéile de láimh nó le meascthóir leictreach nó go mbíonn an meascán éadrom clúmhach agus go n-éiríonn sé níos báine, go méadaíonn an toirt (8 – 10 nóiméad) go ngearrann na criostail shiúcra tríd an tsaill, cruthaítear bolgáin aeir le huigeacht atá mín éadrom a thabhairt nuair atá sé bácáilte, cuirtear isteach uibheacha ar luas atá níos moille le gruthú a sheachaint, eiblítear na buíocáin agus coinnítear an taise laistigh de na bolgáin aeir atá ann agus cruthaíonn eibleacht uisce i saill, cuirtear plúr isteach go mall, leathnaíonn an gás mar gheall ar theas an oighinn agus téachtann an meascán, srl.*
An modh le muifíní a dhéanamh - *measctar leacht (ola, im leáite, bainne, iógairt, srl.) agus na comhábhair thirime ar leithligh agus ansin cuirtear an meascán fliuch leis an meascán tirim - ach ní bhíonn an meascán saor ó chnapáin ionas nach ndéanfar forbairt ar an nglútan atá sa phlúr, má dhéantar é a mheascadh an iomarca ní ardóidh an meascán go héasca le linn na chéad chéime den bhácáil agus éiríonn sé greamaitheach, leathnaíonn na gáis mar gheall ar theas an oighinn agus téachtann an meascán, srl.*
Leá – *leáitear na comhábhair, m.sh. im, sioróip órga agus triacla le chéile, cuirtear leis na comhábhair thirime iad, cruthaíonn siad dlús sa mheascán, cruthaíonn púdar bácála nó sóid aráin agus iad tais dé-ocsaíd charbóin agus mar gheall ar sin ardaíonn an meascán nuair a théitear é, téachtann an teas ón oigheann an meascán agus stopann sé ag ardú, srl.*

Éagsúlachtaí muifíní *- seacláid, úll, fraochán gorm, bran, sabhdánaigh, srl.*
Éagsúlachtaí cístí cupáin *– seacláid moca, seacláid, fanaile, líomóid, srl.*

Pacáistiú oiriúnach do mhuifíní/cístí cupáin *m.sh. coimeádáin aerdhíonacha - plaisteach, boscaí stáin, scannán cumhdaithe, scragall stáin, páipéar gréiscdhíonach, srl.*

Mura bhfuil aon fhiosrú déanta maidir le pacáistiú – 2 mharc

Miasa a roghnaíodh – Muifíní/Cístí Cupáin.

Measúnú (mar a shainítear sa tasc) *– praiticiúlacht bácáil bhaile, m.sh. ceisteanna acmhainní – an costas i gcomparáid le táirge tráchtála atá cosúil leis, srl.*

Réimse Cleachtais D – Miasa a léiríonn Airíonna Bia

Tasc 5

Tá a lán bianna ann a gcuirtear aer nó dé-ocsaíd charbóin nó gal iontu chun iad a dhéanamh níos éadroime nuair a bhíonn siad á n-ullmhú.
Sainmhínigh "aerú".
Déan fiosrú ar na feidhmeanna cócaireachta den aerú agus réimse miasa á ndéanamh agus mínigh an prionsabal atá i gceist i ngach cás.
Ullmhaigh, cócaráil agus riar ceann **amháin** de na miasa atá fiosraithe agat.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** leis an gcaoi ar éirigh leat an uigeacht, a rabhthas ag súil leis, a bhaint amach.

Príomhriachtanais an taisc

- *sainmhínigh "aerú".*
- *déan fiosrú ar fheidhmeanna cócaireachta an aeraithe i réimse miasa*
- *mínigh an prionsabal atá i gceist i ngach cás*
- *an mhias a roghnaíodh agus cúiseanna leis an rogha.*

Sainmhíniú ar "aerú"

Aerú: *Is féidir aer, CO^2 nó gail (foirm ghásach d'uisce) a chur le meascán ar bhealach* ***meicniúil****, i.e. greadadh, meascadh, bualadh, cuimilt isteach, srl,* ***ceimiceach****, i.e. gníomhaithe ardúcháin, sóid aráin, púdar bácála a chur leis le CO^2 a fháil,* ***bitheolaíoch****, i.e. giosta,* ***gail*** *– úsáid á bhaint as leacht le gail a chruthú nuair atáthar ag cócaráil an táirge, srl. Leathnaíonn gáis agus éiríonn nuair a théitear iad, ag brú an taois in airde agus mar gheall ar sin ardóidh sé nó go dtéachtann teas an oighinn an glútan, cuireann glútan ar chumas an taois síneadh mar gheall ar a chuid leaisteachais, srl.*

Feidhmeanna cócaireachta aeraithe agus réimse miasa á ndéanamh;
An prionsabal a bhaineann le gach aon fheidhm:

Aer: *Cuireann gníomhaí nádúrtha ardúcháin, trí bhealach meicniúil - criathrú, rolladh, filleadh, cuimilt isteach, meascadh, greadadh – bolgáin aeir isteach i meascán, cuirtear teas ar fáil freisin mar gheall ar an gcuimilt, téachtann sé na slabhraí próitéine a sceitheann de bheagán agus a shocraíonn timpeall ar na bolgáin aeir, nuair a tharlaíonn téachtadh teasa i slabhraí próitéine, téachtann sé sin an meascán ar bhonn buan nó titfidh sé, cuidíonn siúcra le haerú, is féidir geilitín a úsáid le meascáin a théachtadh, srl.*

Feidhmeanna Cócaireachta: Criathrú, m.sh. cístí agus arán ar fad, srl. **Rolladh agus filleadh**, m.sh. puth-thaosráin garbh, srl. **Meascadh**, m.sh. cístí cupáin, cístí maidéaracha, srl. **Greadadh**, m.sh. cístí spúinse, meireangaí, *swiss roll*, flan torthaí, srl.

Gail: *cruthaítear uisce i bhfoirm ghásach mar thoradh ar athrú fisiceach sa bhia, cruthaítear gail nuair a shroicheann an t-uisce atá i láthair sna meascáin thaise bhia 100°C , d'fhéadfadh uigeacht atá oscailte agus neamhchothrom a bheith ag baint le bianna a chócaráiltear ar an mbealach seo, m.sh. taosrán choux, taosrán calógach, puth-thaosrán, ní mór bácáil a dhéanamh ag teocht atá sách ard leis an uisce a iompú ina ghail - tá sé ar chumas na bhfuidreamh gail a choinneáil go dtéachtann siad, srl.*

Feidhmeanna Cócaireachta: *e.g. vol-au-vent, profiteroles, pancóga, cúróg sheacláide, éadromóga, maróg Yorkshire, srl.*

Dé-ocsaíd charbóin

- ***gníomhaithe ardúcháin ceimiceacha*** *– cruthaítear dé-ocsaíd charbóin nuair a bhaintear úsáid as gníomhaí ardúcháin ceimiceach nó bitheolaíoch, m.sh. braitheann púdar bácála agus sóid aráin ar imoibriú ceimiceach aigéadach agus alcaile; nuair a thaisrítear iad cruthaíonn siad dé-ocsaíd charbóin, tá an cumas sa ghlútan an CO^2 a chur ar fuaidreamh i bhfoirm bolgáin bhídeacha nuair atá an plúr fliuch, leathnaíonn CO^2 nuair a théitear é, éiríonn na bolgáin aeir níos mó agus téachtann an meascán nuair a théitear é, nuair a chuirtear na gáis leis déanann sé bolgáin aeir a leathnaíonn ag brú an taois in airde go dtéachtann teas an oighinn an taos, srl.*
- ***gníomhaí ardúcháin bitheolaíoch****, m.sh. tiontaíonn an diastáis i bplúr stáirse ina mhaltós, tiontaíonn an einsím maltáis i ngiosta maltós ina ghlúcós agus tiontaíonn inbhéartais siúcrós ina ghlúcós agus ina fhruchtós a chuireann dé-ocsaíd charbóin ar fáil trí choipeadh a mbaintear úsáid as mar ghníomhaí ardúcháin i mbácáil, cothaíonn giosta ar ghlúcós a chuireann alcól agus CO^2 ar fáil, rud a chuireann ar chumas an táirge ardú, téachtann teas an oighinn an meascán, srl.*

Feidhmeanna Cócaireachta: ***gníomhaithe ardúcháin ceimiceacha****, m.sh. scónaí, muifíní, cístí srl.*
gníomhaí ardúcháin bitheolaíoch*, m.sh. Chelsea buns, píotsa, arán giosta, bairín breac, srl.*

Miasa a roghnaítear – ní mór an feidhmiú cócaireachta aeraithe a fiosraíodh a léiriú.
Measúnú (mar a shonraítear sa tasc**)**
Conas a d'éirigh leis an bhfeidhmiú cócaireachta a roghnaíodh i mbaint amach na huigeachta a rabhthas ag súil leis.

Réimse Cleachtais E: Anailís Chomparáideach lena n-airítear Anailís Chéadfach

Tasc 6

Déan gránach dea-chothaitheach bricfeasta a dhearadh agus a tháirgeadh mar chuid d'fheachtas scoile ar son itheachán sláintiúil. Ba chóir go dtaitneodh an gránach le déagóirí.
Déan taighde ar **thrí** tháirge ghránaigh dhifriúla a bheadh ag teacht leis an ráiteas thuas agus tabhair cuntas gairid ar gach ceann acu.
Ba chóir go roghnódh do ghrúpa táirge **amháin** le forbairt a dhéanamh air agus tabhair cúiseanna le rogha an ghrúpa.
Déan sonrú táirge a chur le chéile don ghránach bricfeasta (cuma, blas, srl.) agus bain úsáid as 6 cinn d'airíonna.
Déan an táirge. Déan **tástáil ghrádaithe thuairisciúil** agus scálaí líne nó léaráid réalta in úsáid agat.
(Bain úsáid as na 6 airí chéanna agus atá thuas). Déan próifíl chéadfach den táirge deiridh a dhéantar.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena fheidhmiú agus **(b)** leis an tslí a réitíonn an táirge deiridh leis an sonrú don táirge.

Príomhriachtanais an taisc

- *déan taighde **ar thrí tháirge ghránaigh dhifriúla mar chuid d'fheachtas scoile ar son itheachán sláintiúil** agus tabhair cuntas gairid ar **gach** táirge gránach*
- *táirge gránaigh atá roghnaithe agus cúiseanna leis an rogha.*
- *déan sonrú táirge a chur le chéile (cuma, blas, srl.) ag baint úsáid as 6 cinn d'airíonna*
- *déan an táirge*
- *tabhair cur síos, aidhm agus torthaí a d'fhéadfadh a bheith ar an **tástáil ghrádaithe thuairisciúil** agus úsáid á bhaint as scálaí líne nó léaráid réalta*
- *déan **tástáil ghrádaithe thuairisciúil** agus scálaí líne nó léaráid réalta in úsáid agat.*
- *coinníollacha atá le rialú le linn tástála*

Fiosrúchán

- Taighde / Fiosrúchán ar tháirgí atá oiriúnach don tástáil
  *i.e. fiosraigh agus tabhair cuntas gairid ar **thrí tháirge ghránaigh dhifriúla,***
  déan sonrú táirge a chur le chéile ag baint úsáid as 6 cinn d'airíonna m.sh. cuma, blas, milseacht, dath, dea-bholadh, srl. **= 20**

- ***Tástáil Ghrádaithe Thuairisciúil agus scálaí líne nó léaráid réalta** in úsáid agat*

***Cur Síos:** comhaontaigh 6 airí don táirge gránach atá le rátáil (molann agus comhaontaíonn an rang airíonna), déan grádú ar an táirge gránach maidir leis na hairíonna atá roghnaithe agus úsáid á bhaint as scálaí líne nó léaráid réalta, dréachtaigh próifíl chéadfach don ghránach, srl.*
***Aidhmeanna na tástála:** próifíl chéadfach a dhéanamh den táirge a dhéantar.*
***Torthaí a d'fhéadfadh a bheith ann:** cur síos a bheith ar fáil ar na hairíonna a bhaineann leis an ngránach, i.e. próifíl chéadfach*

Sainaithint na gcoinníollacha atá le rialú le linn na tástála
Coinníollacha a bhaineann go sainiúil leis an tasc, m.sh. méid, cruth agus dath na gcoimeádán á úsáidtear don tástáil, cainníochtaí mar a chéile i ngach sampla, códú samplaí, sláinteachas, am, tuiscint ar mhíniú gach aon airí, san áit a ndéantar an tástáil, cúinsí cothaithe, srl.

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

An táirge gránach roghnaithe. **(1 ghránach @ 4 mharc)** **= 4**
Luaigh cúiseanna leis an rogha. **(2 chúis @ 2 mharc an ceann)** **= 4**

Foinsí – 2 × 1 mharc **= 2**

Ullmhúchán agus Pleanáil

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

Tástáil ghrádaithe thuairisciúil – *tráidire, gloine uisce, táirge gránach, spúnóg, cártaí scórála, bileoga taifid, peann, srl.*

Ord na hoibre **= 3**

Ullmhaigh agus cócaráil (más cuí) táirge gránach
Tástáil ghrádaithe thuairisciúil: *Déan sonrú táirge a chur le chéile, comhaontaigh focail thuairisciúla agus comhaontaigh airíonna, déan lipéadú ar na cártaí scórála agus ar an mbileog thaifid, lean na treoracha atá ar na cártaí scórála, socraigh tráidirí, déan an tástáil ghrádaithe thuairisciúil, déan cur i láthair ar na torthaí agus úsáid á baint as scálaí líne nó léaráid réalta, déan próifíl chéadfach den táirge bunaithe ar thorthaí grúpa, déan measúnú ar na torthaí, cuir slacht ar an áit agus déan níochán, srl.*

Cuir i bhfeidhm **= 16**

An modh oibre a chleachtar agus an ghné seo den tasc á déanamh
Ba chóir seicheamh iomlán an chur i bhfeidhm a thabhairt & ba chóir torthaí na tástála a chur i láthair, srl.

Tástáil ghrádaithe thuairisciúil, (táirge amháin) agus úsáid á bhaint as léaráid réalta
Ullmhaigh agus cócaráil (más cuí) táirge gránach
Déan sonrú táirge a chur le chéile, comhaontaigh focail thuairisciúla agus comhaontaigh 6 airí, déan lipéadú ar na cártaí scórála agus ar na bileoga taifid leis na hairíonna comhaontaithe, lean na treoracha ar an gcárta scórála, eagraigh samplaí de na gránaigh i gcoimeádáin, socraigh tráidirí, blaiseann na blastóirí an gránach, rátáil airíonna ó 0-5 agus úsáid á bhaint as léaráid réalta do na samplaí bia, tabhair léaráid réalta aonair chun críche, bailigh na cártaí agus aistrigh torthaí gach blastóra ina ngrúpa go dtí an bhileog thaifid, ríomh meánscór do gach airí, aistrigh na torthaí go dtí an léaráid réalta grúpa, (is féidir do cheann féin a dhréachtú nó is féidir ceann a ghearradh ón gcárta scórála a bhí in úsáid agus a ghreamú air), ***déan próifíl chéadfach*** *don ghránach, cuir slacht ar an áit agus déan níochán, srl.*

Scálaí Líne
Comhaontaigh focail thuairisciúla agus comhaontaigh 6 airí, déan na hairíonna comhaontaithe a lipéadú ar na cártaí scórála agus ar na bileoga taifid, eagraigh samplaí bia, socraigh tráidirí, agus úsáid á bhaint as 6 líne scála, ceann do gach aon airí, rátáil airíonna ó 0-5 ag úsáid líne chothrománach le rátáil íseal ar thaobh na láimhe clé den líne agus rátáil ard ag taobh na láimhe deise den líne, aistrigh torthaí gach blastóra sa ghrúpa go dtí an bhileog thaifid, meánscóir do gach aon airí, ***déan próifíl chéadfach*** *don ghránach**,** cuir slacht ar an áit agus déan níochán, srl.*

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

Ar na príomhchúinsí is féidir a chur san áireamh chun go mbeidh an tasc seo rathúil áirítear – na coinníollacha a ***rialaíodh*** *le linn na tástála … códú, an rogha gránach, an méid a rinneadh, comhionannas na samplaí don tástáil, méideanna leordhóthanacha, gloine uisce/nó craicear tirim curtha ar fáil leis an gcarball a ghlanadh, tábhacht le ciúnas le linn na tástála, gur ó aon bhaisc amháin na samplaí atá in úsáid, úsáid a bhaint as focail chuí (airíonna), a bhfuil eolas ag gach dalta orthu, srl.*
(ní mór do na príomhchúinsí tagairt don tástáil a rinneadh go hiarbhír)

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

Sábháilteacht: *tástálaithe a bhfuil ailléirgí acu – cnónna, aistí bia speisialta, m.sh. diaibéiteach, céiliach, srl.*
Dea-chleachtas ***sláinteachais*** *maidir le: láthair an ullmhúcháin agus láthair na tástála, láimhseáil samplaí – lámhainní plaisteacha in úsáid / gloiní aon uaire, srl.*

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

Na modhanna tástála a úsáideadh
Príomhchúinsí agus an tástáil á déanamh
Ceisteanna sábháilteachta agus sláinteachais a breithníodh
Fadhbanna a tháinig aníos agus moltaí lena réiteach
Measúnú ar éifeachtúlacht an oird oibre

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

An tslí a réitionn an táirge deiridh leis an sonrú don táirge, srl.

Banda A = 4 marc, Banda B = 3 marc, Banda C = 2 marc

Aguisín 1

Treoracha Ginearálta do scrúdaitheoirí maidir le bronnadh marcanna.

1. Riachtanais an scrúdaithe:
   Ní mór d'iarrthóirí 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 na nithe seo a leanas a chríochnú
   Réimse A – Tasc amháin
   Réimse B – Tasc amháin
   Réimse C – Tasc amháin
   Réimse D – Tasc amháin
   Tasc amháin eile as Réimse A nó as Réimse E
   Má chríochnaíonn iarrthóir cúig thasc gan riachtanais an scrúdaithe a chomhlíonadh mar atá siad leagtha amach thuas, marcálfaidh an scrúdaitheoir na cúig thasc mar a chuirtear i láthair iad agus dícheadóidh sé na marcanna a bhronntar ar an tasc leis an marc is ísle as Réimse A nó E.

2. Caithfidh gníomhaíochtaí praiticiúla éagsúla a bheith san áireamh 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 na marcanna a bhronntar ar an ngníomhaíocht phraiticiúil athdhéanta leis an marc is ísle.

3. Má chríochnaíonn iarrthóir an fiosrúchán agus / nó an t-ullmhúchán agus an phleanáil agus / nó gnéithe measúnaithe an taisc ach mura gcríochnaíonn sé an cur i bhfeidhm, marcálfaidh an scrúdaitheoir gnéithe críochnaithe an taisc mar a chuirtear i láthair iad. Dícheadófar na marcanna do mheasúnú an chur i bhfeidhm, áfach, áit a dtugtar faoi.
   Maidir leis na Tascanna 3, 4, 5 agus 6 dícheadófar measúnú na sainriachtanas freisin.

4. Má chríochnaíonn iarrthóir an t-ullmhúchán agus an phleanáil agus/nó an cur i bhfeidhm agus / nó gnéithe measúnaithe an taisc, ach mura dtugann sé an fiosrúchán chun críche, marcálfaidh an scrúdaitheoir gnéithe críochnaithe an taisc mar a chuirtear i láthair iad. Dícheadófar na marcanna do mheasúnú shainriachtanais an taisc, áfach, áit a dtugtar faoi.

5. Mura sainaithnítear an mhias/táirge a ullmhaíodh san fhiosrúchán, ach má chomhlíontar riachtanais an taisc, bain na marcanna cuí a bhronntar (-1/-2) faoi bhéilí/miasa/ táirgí san fhiosrúchán.

6. Níl obair thaispeána an mhúinteora inghlactha, mar sin ní bhronnfar aon mharcanna ar an gcur i bhfeidhm ná ar mheasúnú an chur i bhfeidhm.

7. Mura bhfuil an mhias a roghnaíodh ag teacht go hiomlán leis na riachtanais m.sh.
   - ***Mias gan chócaráil*** roghnaithe nuair a iarradh mias a bheadh cócaráilte
   - Mias ***déanta gan oigheann micreathoinne a úsáid*** – Tasc 3
   - Ní léiríonn mias a roghnaíodh ***mórán scileanna próiseála***
   - Áiríodh sa mhias a roghnaíodh ***an iomarca bianna áise***

   Asbhain – 8 marc ón marc iomlán a bronnadh as an tasc agus cuir isteach míniú mar atá léirithe thuas.

8. I gcás méise nach dtagann le riachtanais an taisc, m.sh. mias mhilseoige a ullmhaíodh in áit príomhchúrsa; níl aon mharc le bronnadh.

9. I gcás go ndícheadaíonn múinteoir feidhmiú praiticiúil, ní cheadaítear aon mharc don **Chur i bhFeidhm** ná do **Mheasúnú an Chur i bhFeidhm**. Féadfar gach réimse eile a mharcáil.