Coimisiún na Scrúduithe Stáit

An Ardteistiméireacht 2015

Aistriúchán
Ar Scéim Mharcála

Eacnamaíocht Bhaile – Eolaíocht agus Sóisialta

Gnáthleibhéal

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

GNÁTHLEIBHÉAL

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

	Fíor	**Bréagach**
Is é cailciam is cúis le cnámha agus fiacla laga.		✓
Bíonn cailciam ag teastáil don fhuiltéachtadh.	✓	
Bíonn cailciam riachtanach do ghnáthchrapadh na matán.	✓	

2. Bain úsáid as na focail ar an liosta thíos chun na ráitis seo a leanas a chomhlánú maidir leis an éifeacht a bhíonn ag teas ar bhianna próitéine. **(6)**

imoibriú maillard, téachtadh, teimhneach

Tugann teas ar an bpróitéin in uibheacha ***téachtadh***.

Imoibriú maillard a thugtar ar an donnúchán neamh-einsímeach a tharlaíonn ar bhianna próitéine.

Athraíonn an dath ar fheoil éisc ó thrédhearcach go ***teimhneach*** agus í á cócaráil.

3. Tabhair breac-chuntas ar **dhá** shlí a mbíonn tionchar ag cúrsaí cultúir ar na roghanna bia a dhéanann daoine óga. **(6)**

(i) *baineann bianna áirithe le cultúir áirithe; reiligiún; teilifís; taisteal;*

(ii) *mar gheall ar inimirce agus ar mhodhanna níos fearr le bia a phróiseáil tá tionchar ilchultúrtha le sonrú ar an réim bia in Éirinn, cineál saoil an teaghlaigh; patrúin itheacháin; etc.*

4. Luaigh **dhá** fheidhm atá ag Vitimín C. **(6)**

(i) *collaigin a tháirgeadh; fás; fuileadáin shláintiúla a fhoirmiú; brú craicinn a chosc;*

(ii) *cneasú créachta a luathú; frithocsaídeoir; an córas imdhíonachta a chothú trí throid in aghaidh ionfhabhtaithe; iarann agus cailciam a ionsú; scorbach a chosc; etc.*

Ainmnigh **dhá** fhoinse mhaithe chothaithe óna bhfaightear Vitimín C.

(i) **Torthaí:** *cuiríní dubha, cíobhaíonna, oráistí, seadóga, sútha talún, mealbhacáin, mogóirí róis; etc.*
(ii) **Glasraí:** *piobair, cabáiste, trátaí, spionáiste, brocailí, prátaí; etc.*

5. Luaigh **<u>trí</u>** athrú sa chineál saoil a mholtar do dhaoine atá i mbaol galar corónach croí a bheith acu. **(6)**

(i) cloí le réim bia ina bhfuil beagán colaistéaróil agus beagán salainn agus bia beagmhéathrais; meáchan a laghdú;

(ii) gan tobac a chaitheamh; gan alcól a ól; níos mó aclaíochta;

(iii) leibhéil struis a laghdú; etc.

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

	Fíor	**Bréagach**
Má bhíonn einsímí i mbia tarlaíonn milleadh bia.	✓	
Is modh é déanamh seatnaí chun milleadh bia a chosc.	✓	
Is é Údarás Sábháilteachta Bia na hÉireann atá freagrach as bia na hÉireann a chur chun cinn go náisiúnta agus go hidirnáisiúnta.		✓

7. Déan na cineálacha cáise atá ar an liosta thíos a mheaitseáil lena n-aicme chomhfhreagrach. **(6)**

sliseanna cáise, cáis Parma, mozzarella

Aicme cáise	**Cineál**
Cáis chrua	*cáis Parma*
Cáis bhog	*mozzarella*
Cáis phróiseáilte	*sliseanna cáise*

8. Liostaigh **<u>dhá</u>** thréith (cáilíochtaí) inmhianaithe maidir le hábhair phacáistithe bia. **(6)**

(i) *láidir; buanfasach; aerdhíonach; sláinteach; sábháilte; tarraingteach; éasca a oscailt; éasca a athshéalú; gan aon bholadh;*

(ii) *éasca a stóráil; in-bhithmhillte; in-athchúrsáilte; taisedhíonach agus galdíonach; a bheith in ann teas a sheasamh; a bheith in ann faisnéis a scríobh orthu; tá coimeádáin chéirbhrataithe láidir agus buanfasach; cuireann stáin laicearaithe cosc ar imoibriú le bia; éadrom agus solúbtha; a bheith in ann iad a úsáid arís; etc.*

Ainmnigh **<u>dhá</u>** ábhar a úsáidtear chun bia a phacáistiú.

(i) *gloine; páipéar; miotal;* (ii) *plaisteach; polaistiréin; poileitiléin; Teireataláit (PET); etc.*

9. Bain úsáid as na focail ar an liosta thíos chun na ráitis seo a leanas a chomhlánú maidir le bailchríocha lasairmhoillitheacha a úsáidtear ar theicstílí. **(6)**

féin-mhúchadh, Proban, inadhainteacht

Laghdaíonn bailchríocha lasairmhoillitheacha ***inadhainteacht*** fabraice.

Is bailchríoch lasairmhoillitheach é ***Proban***.

Má bhíonn bailchríocha lasairmhoillitheacha ar fhabraic is féidir leo ***féin-mhúchadh***.

10. Ainmnigh **dhá** chineál creidmheasa atá ar fáil do thomhaltóirí agus iad ag ceannach earraí tí. **(6)**

(i) *iasacht phearsanta/théarmach; rótharraingt; fruilcheannach;*

(ii) *cártaí creidmheasa; cártaí muirir; cártaí siopa; etc.*

Luaigh an príomhbhuntáiste a bhaineann le ceann **amháin** de na cineálacha seo creidmheasa a ainmníonn tú.

Is féidir earraí a úsáid láithreach; is féidir earraí móra costasacha a cheannach, e.g. cuisneoirí, troscán, etc.; is féidir le cártaí creidmheasa suas le 56 lá saor ó ús a thairiscint má íoctar an bille in am; úsáideach i gcásanna éigeandála; íoctar an iasacht ar ais de réir suimeanna seasta thar thréimhse shocraithe; sábháilteacht – ní gá duit lear mór airgid a bheith ar iompar agat; etc.

11. Mínigh cén fáth a spreagann scéimeanna dílseachta, a mbaineann asraonta miondíola feidhm astu, tomhaltóirí le hearraí a cheannach. **(6)**

Is féidir leas a bhaint astu mar mhodh coigilte le haghaidh ócáidí éagsúla, e.g. an Nollaig; tiontaítear an t-airgead a chaitear ina phointí, is féidir na pointí a charntar a úsáid chun earraí níos saoire a fháil ag deireadh tréimhse sheasta; is féidir na pointí a úsáid chun earraí a cheannach; etc.

Ainmnigh scéim dhílseachta **amháin** do lucht siopadóireachta.

Applegreen; cártaí Real Rewards de chuid SuperValu; cártaí value club de chuid Dunnes Stores; clubcard de chuid Tesco; Costa Coffee; Boots; IKEA; etc.

12. Tabhair breac-chuntas ar **dhá** cheart atá ag tomhaltóirí. **(6)**

(i) *ceart chun faisnéis mhacánta fhírinneach a fháil; ceart i leith roghanna; ceart i leith luach ar airgead;*

(ii) *ceart sábháilteachta; ceart chun sásamh a fháil – deisiúchán, ceann nua, aisíocaíocht; etc.*

Luaigh an fheidhm atá ag an Nós Imeachta um Éilimh Bheaga.

Déileálann sé le díospóidí tomhaltóra go tapa; neamhchostasach; féadfaidh an Cláraitheoir nó an Chúirt éilimh suas le €2,000 a réiteach; 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. ***'Is fadhb choitianta í uireasa (easpa) iarainn i leanaí, agus tuigtear as an taighde go mbíonn drochthionchar aige sin ar an leanbh ar a lán slite nuair a bhíonn sé/sí ag forbairt.'***
(*Siobhan O'Sullivan, Diaitéiteach, Ospidéal Muire Mháthair, Cromghlinn.*)

Sa tábla thíos taispeántar an méid cothaitheach atá i gceithre fheoil éagsúla.

Feoil	Próitéin	Saill	Cailciam	Iarann	Vitimíní
Mairteoil	18.1g	17.1g	7mg	1.9mg	Grúpa B
Circeoil	24.8g	5.4g	9mg	0.8mg	Grúpa B
Ae	24.9g	13.7g	14mg	8.8mg	Grúpa B, C, D
Muiceoil	15.8g	29.6g	8mg	0.8mg	Grúpa B

(a) Cén fáth a bhfuil uireasa iarainn i leanaí ina fadhb choitianta, dar leat? **(8)**

2 phointe @ 4 mharc an ceann

Is fearr le leanaí circeoil nach bhfuil mórán iarainn inti ná feoil dhearg; ní thaitníonn feoil le roinnt leanaí; ní itheann siad go leor glasraí duilleacha ina réim bia laethúil; b'fhéidir go bhfuil easpa vitimín C iontu le haghaidh ionsú iarainn; itheann leanaí a lán bianna ardphróiseáilte; etc.

(b) Agus tú ag baint úsáide as an eolas atá curtha ar fáil sa tábla **agus** ag cuimhneamh duit ar na treoirlínte reatha maidir le hitheachán sláintiúil, déan trácht ar luach cothaitheach na bhfeolta éagsúla atá ainmnithe thuas. **(24)**

4 phointe @ 6 mharc an ceann

Is san ae atá an céatadán is airde de phróitéin ar ardluach bitheolaíoch (HBV) le haghaidh fáis agus dheisiú chealla an choirp; de chailciam le haghaidh cnámh agus fiacla; d'iarann chun ainéime a chosc; tá vitimín C agus vitimín D ann nach bhfuil i bhfeoil eile; tá go leor saill sháithithe i muiceoil, rud is ábhar le murtall agus galar corónach croí (CHD); is í is lú le próitéin inti; tá mairteoil ar an dara feoil is mó a bhfuil iarann inti atá riachtanach chun ainéime a chosc; bia beagmhéathrais í circeoil, an dara ceann is mó a bhfuil próitéin HBV inti; tá vitimíní B san uile fheoil le haghaidh scaoileadh fuinnimh, táirgeadh fuilcheall deirge; cúnamh chun néarchórais agus córais imdhíonachta shláintiúla a choinneáil; tá méideanna éagsúla cailciam i ngach feoil; etc.

(c) (i) Tabhair cuntas ar an iarann faoi **gach** ceann de na ceannteidil seo a leanas:

- foinsí sa réim bia **(12)**

3 fhoinse @ 4 mharc an ceann

Feoil dhearg, circeoil, ae, duán, plúr slánghráin, uibheacha, gránaigh, brocailí, cabáiste, piseánach; etc.

- feidhmeanna sa chorp **(8)**

2 fheidhm @ 4 mharc

Haemaglóibin a chruthú san fhuil; iompraíonn haemaglóibin ocsaigin timpeall an choirp; tá baint aige le táirgeadh mióglóibine a iompraíonn ocsaigin chuig na matáin; feidhmiú éifeachtachna n-einsímí sa chorp; oibríonn sé le heinsímí chun fuinneamh a scaoileadh ó bhia; cuireann sé cosc ar ainéime; etc.

- iarmhairt na heaspa. **(4)**

1 iarmhairt @ 4 mharc

Tuirse; easpa fuinnimh; dath bán ar an gcraiceann; matáin thuirseacha; díth anála, ainéime; etc.

(ii) Ainmnigh cothaitheach **amháin** atá riachtanach le hiarann a ionsú. **(4)**

1 chothaitheach @ 4 mharc

Vitimín C

(d) Déan cur síos ar **cheithre** shlí inar féidir an bille seachtainiúil bia a laghdú agus feoil úr agus táirgí feola á gceannach. **(20)**

4 phointe @ 5 mharc an ceann

(1 tagairt d'fheoil úr, 1 tagairt do tháirgí feola, móide2 thagairt eile)

Ceannaigh gearrthacha feola níos saoire, e.g. feoil mhionaithe; téigh chuig siopaí éagsúla chun na tairiscintí speisialta a fháil; déan do chuid siopadóireachta in ollmhargaí móra seachas i siopaí áise beaga toisc go mbíonn siad níos saoire go hiondúil; roghnaigh feoil úr nach bhfuil cnámha ná an iomarca saille inti; ceannaigh táirgí feola ar an mórchóir nuair a bhíonn tairiscint speisialta ar siúl agus cuir sa reoiteoir iad; déan béilí a phleanáil roimh ré; ná ceannaigh ach an méid is gá chun fuílleach a sheachaint; ceannaigh feoil is éasca a atéamh agus a reo má bhíonn fuílleach bia ann; etc.

2. 'Ní hé go bhfuil an buama ama maidir leis an murtall ag ticeáil a thuilleadh – tá sé tar éis pléascadh; mar náisiún táimid ag éirí níos raimhre in aghaidh na bliana.'

(*Irish Independent, Deireadh Fómhair 2014*)

(a) Déan plé orthu seo a leanas: **(i)** na nithe is cúis leis an murtall **agus (ii)** na rioscaí sláinte a bhaineann leis an murtall. **(20)**

2 chúis @ 5 mharc an ceann

Cúiseanna: *neamhchothroime san iontógáil fuinnimh agus sa chaiteachas fuinnimh; cineál saoil neamhghníomhach; easpa aclaíochta; tosca síceolaíocha – dúlagar, leadrán; neamhchothroime hormónach (faireog thíoróideach); patrúin itheacháin mhíshláintiúla; ag ithe idir béilí; drochroghanna bia; ag ithe an iomarca bianna próiseáilte; etc.*

2 riosca sláinte @ 5 mharc an ceann

Rioscaí sláinte: *diaibéiteas; clocha domlais; féinmheas lag; stróc; galar croí; airtríteas; ardbhrú fola; colaistéaról ard; dúlagar; pian sa droim de bharr meáchan breise; féitheacha borrtha; neamhthorthúlacht; deacrachtaí le linn breith clainne; ionchas saoil níos giorra; etc.*

(b) Ag cuimhneamh duit ar na treoirlínte reatha maidir le hitheachán sláintiúil, déan biachlár (3 bhéile) le haghaidh aon lae amháin a phleanáil do dhuine murtallach. **(18)**

3 bhiachlár @ 6 mharc an ceann

Bricfeasta *Sú Oráiste* *Bran Flakes agus Bainne Beagmhéathrais* *Ubh Scallta ar Thósta* *Tae/Caife/Uisce/Bainne Beagmhéathrais*
Lón *Anraith Muisiriún Baile* *Arán Donn* *Iógart Sútha Talún* *Úll* *Uisce/ Tae/Caife*
Dinnéar *Meallta Mealbhacáin* *Suaithfhriochadh Sicín agus Rís* *Sailéad Torthaí Úra* *Tae/Caife*

(c) Scríobh cuntas faisnéiseach faoi na hathruithe sa réim bia in Éirinn san 21ú haois. **(12)**

3 phointe @ 4 mharc

Tá éagsúlacht bianna agus modhanna cócarála ag teacht isteach in áit na gceann níos traidisiúnta; béilí neamhrialta; itear an príomhbhéile sa tráthnóna; itheann daoine aonair sa teaghlach ag amanna difriúla; aistriú go bianna áisiúla atá éasca a ullmhú nach mbíonn i bhfad ag cócaráil; is minic a bhíonn bianna micreathonnáin agus bianna fulachta mar chuid den réim bia; rís, pasta agus cúscús, á n-ithe in áit prátaí; daoine ag dul amach ag ithe níos minice; daoine ag tabhairt níos mó airde ar chúrsaí sláinte, cuid mhór bianna beagmhéathrais ar fáil; éileamh ar bhianna próiseáilte/áisiúla; tionchar ag saoire thar lear ar phatrúin itheacháin; inimircigh go hÉirinn; cláir theilifíse; tá daoine ag tabhairt níos mó airde ar luach cothaitheach agus baineann siad leas as lipéadú bia nuair a roghnaíonn/a cheannaíonn siad bia; teacht níos lú ar tháirgí baile; táirgí ar fáil i gcaitheamh na bliana mar gheall ar iompórtálacha; etc.

3. Is bia den chéad scoth é an t-iasc. Níl mórán calraí ann agus tá sé lomlán maitheasa.

(a) Tabhair cuntas **(i)** ar luach cothaitheach, **agus (ii)** ar luach diaitéiteach, an éisc. **(24)**

4 phointe @ 6 mharc an ceann

(1 tagairt do luach cothaitheach, 1 tagairt do luach diaitéiteach, + 2 thagairt eile)

Luach cothaitheach: *Próitéin HBV; saill neamhsháithithe; vitimín B san uile iasc; vitimín A agus vitimín D agus aigéid shailleacha Óimige-3 le fáil in iasc olúil; vitimín C in oisrí; vitimín A agus vitimín D in olaí ae éisc; mianraí – iaidín; fosfar; fluairín; sinc i mbunús na n-iasc; cailciam in iasc stánaithe; iarann i sliogéisc agus i sairdíní; níl carbaihiodráití ar bith in iasc; etc.*

Luach diaitéiteach: *éasca a dhíleá, oiriúnach do leanaí, do dhaoine aosta, d'easláin, etc.; próitéin le haghaidh fáis i leanaí agus in ógánaigh; matáin shláintiúla agus deisiú san uile aoisghrúpa; saill il-neamhsháithithe; aigéid shailleacha Óimige-3 – cúnamh chun CHD agus ailse a laghdú; oiriúnach do réim bia lena mbaineann líon beag calraí toisc nach bhfuil saill ar bith in iasc geal; níl carbaihiodráití ar bith in iasc agus ba chóir mar sin é a chur chun boird le bianna ina bhfuil carbaihiodráití; ilúsáideach – is féidir leas a bhaint as modhanna éagsúla cócarála; is féidir iad a fháil próiseáilte taobh amuigh den séasúr; ní thógann sé i bhfad iad a chócaráil agus, dá bhrí sin, coiglítear am agus breosla; etc.*

(b) Ainmnigh **<u>trí</u>** mhodh éagsúla le hiasc a chócaráil **agus** mínigh conas a chuirtear ceann **<u>amháin</u>** de na modhanna cócarála i gcrích. **(20)**

3 mhodh @ 4 mharc an ceann

Bácáil; gríoscadh; róstadh; friochadh éadomhain, friochadh domhain, suaithfhriochadh; galú; cócaráil sa mhicreathonnán; scalladh; stobhadh/cócaráil i gcasaról; cócaráil ar an beárbaiciú; etc.

2 phointe @ 4 mharc an ceann

Modh cócarála:

Bácáil: *cócaráil le teas tirim an oighinn trí chomhiompar; etc.* ***Cócaráil ar an mbeárbaiciú:*** *bia a chócaráil le teas radanta ar ghreille os cionn gualaigh atá ag dó nó lasracha gáis; etc.* ***Gríoscadh:*** *bia a chócaráil le teas radanta faoi ghreille, séalaíonn teas dromchla an bhia agus cuireann sé sin cosc ar chaillteanas teasa; etc.* ***Róstadh:*** *bia a chócaráil i mbeagán saille sa stán rósta san oigheann; etc.* ***Galú:*** *bia a chócaráil le gal a éiríonn as uisce beirithe, is féidir é a dhéanamh idir dhá phláta thar sháspan uisce beirithe, i mbabhla clúdaithe atá ina sheasamh i sáspan uisce beirithe, i ngalchorcán; etc.* ***Cócaráil sa mhicreathonnán:*** *modh tapa cócarála, gintear teas sa bhia trí thonnta leictreamaighnéadacha, critheann na móilíní sa bhia de bharr na dtonnta agus cruthaítear teas dá bharr; etc.* ***Scalladh:*** *bia a chócaráil go réidh i leacht atá beagán faoi bhun an phointe suanbhruite, i.e. 85°C, is féidir é a dhéanamh i sáspan ar an hab nó i gcasaról san oigheann; etc.* ***Stobhadh/cócaráil i gcasaról:*** *úsáid a bhaint as teas íseal i leacht i gcoimeádán clúdaithe ar an hab nó san oigheann, déantar an bia a chócaráil trí chomhiompar agus trí sheoladh; etc.* ***Friochadh: Suaithfhriochadh*** *– bia a chócaráil i wok i mbeagán ola; etc.* ***Friochadh domhain*** *– bia a chócaráil agus é tumtha i saill the i ndomhainfhriochtán; etc.* ***Friochadh éadomhain*** *– bia a chócaráil i saill the i bhfriochtán ar an hab; etc.*

(c) Luaigh an buntáiste a bhaineann le *hAigéid Shailleacha Óimige-3* sa réim bia. **(6)**

1 phointe @ 6 mharc an ceann

Laghdaíonn siad an baol go dtarlóidh taom croí; stróc; galar imshruthaithe agus téachtáin fola; laghdaíonn siad carnadh colaistéaróil; laghdaíonn siad ardbhrú fola; laghdaíonn siad an baol go dtarlóidh ailsí áirithe (próstatach); cuireann siad gníomhaíocht inchinn shláintiúil chun inn; cuireann siad díriú intinne chun feabhais; teastaíonn siad le haghaidh chúram na n-alt; etc.

4. **Is mic léinn iad Seán agus Barra atá sa chéad bhliain sa choláiste. Tá siad ina gcónaí in áit atá ar cíos acu. Tá sé i gceist acu an príomhbhéile a chócaráil dóibh féin gach lá.**

(a) Leag amach torthaí staidéir a rinne tú ar ghléas tí beag leictreach a chabhródh le Seán agus le Barra tascanna a dhéanamh nuair a bhíonn bia á ullmhú acu.

Bíodh tagairt dóibh seo a leanas:

- an cineál gléis a mholfá agus an chúis le do rogha **(8)**

1 chineál @ 4 mharc

Cineál: *micreathonnán; citeal; tóstaer ceapairí/gríoscán teagmhála; súire/déantóir caoineog; tóstaer; próiseálaí bia; etc.*

1 chúis @ 4 mharc

Cúis: *e.g.* ***micreathonnán*** *– béilí ullmhaithe a atéamh; bianna a chócaráil; etc.* ***citeal –*** *uisce a fhiuchadh go tapa, méid mór nó méid beag; etc.* ***tóstaer ceapairí/gríoscán teagmhála*** *– is féidir béile iomlán a chócaráil taobh istigh de roinnt nóiméad; etc.* ***súire/déantóir caoineog*** *– súnna agus caoineoga úra a ullmhú go tapa; etc.* ***tóstaer*** *– arán a thóstáil agus a dhí-reo; etc.* ***próiseálaí bia*** *– is féidir é a úsáid le bia a ghearradh, a ghrátáil, le slisní a dhéanamh; etc.*

- na tosca ba chóir a chur san áireamh agus an gléas á roghnú **(9)**

3 thoisc @ 3 mharc an ceann

Costas; costais reatha; cáilíocht; éifeachtúlacht; an spás atá ar fáil; méid; branda; dearadh agus déanamh; éasca a oibriú; éasca a ghlanadh; gnéithe sábháilteachta; ráthaíocht; seirbhís iardhíola; etc.

- na treoirlínte a bhaineann lena húsáid **(9)**

3 threoirlíne @ 3 mharc an ceann

Cloí le treoracha an déantóra; cloí leis na treoracha sábháilteachta; plugáil isteach in áit oiriúnach le sábháilteacht; cur le chéile i gceart; úsáid a bhaint as an luas/teocht cheart; úsáid a bhaint as na sásanna cearta; etc.

(b) Mol modh íocaíochta **amháin** a d'fhéadfaí a úsáid chun an gléas a cheannach **agus** luaigh cén fáth a mbeadh an modh íocaíochta seo oiriúnach. **(12)**

1 mhodh @ 6 mharc, 1 phointe @ 6 mharc an ceann

Airgead tirim: *tapa; áisiúil; ní bhíonn sé ina ábhar le róchaitheamh; etc.* ***Seic:*** *sábháilte agus áisiúil; is féidir saoráid rótharraingthe a shocrú; etc.* ***Cárta dochair (cárta léasair):*** *áisiúil; glacann na miondíoltóirí ar fad é; is féidir aisairgead a fháil; níos sábháilte ná airgead tirim a bheith ar iompar agat; etc.* ***Cárta creidmheasa:*** *níos sábháilte ná airgead tirim a bheith ar iompar agat; áisiúil; glacann bunús na n-asraonta é; ní gá ús ar bith a íoc má íoctar an t-iarmhéid ina iomláine; etc.* ***Baincéireacht ar líne/Paypal:*** *teacht air 24 uair sa lá; is féidir leis an íocaíocht a bheith ar chaoithiúlacht an chustaiméara; etc.*

(c) Déan cur síos ar an nós imeachta ba chóir a leanúint dá mbeadh fadhb leis an ngléas tí nua. **(12)**

3 phointe @ 4 mharc

Fill ar an siopa leis an ngléas; an ráthaíocht; an admháil; labhair leis an mbainisteoir; mínigh an fhadhb; abair leis/léi cad a theastaíonn uait – aisíocaíocht, ceann nua, deisiúchán; etc.

5. Áit an-difriúil a bheadh sa domhan mura mbeadh aon teaghlach ann toisc, go bunúsach, an oiread sin feidhmeanna a bheith á gcomhlíonadh aige.

(a) Pléigh **gach** ceann de na feidhmeanna seo a leanas de chuid an teaghlaigh:

- feidhm fhisiciúil
- feidhm mhothúchánach
- feidhm oideachasúil
- sóisialú. **(28)**

4 fheidhm @ 7 mharc an ceann

Feidhm fhisiciúil: *cosaint daoine leochaileacha (daoine óga, daoine aosta, daoine tinne agus daoine a bhfuil máchail choirp nó intinne orthu); bia; teas; foscadh; tuismeadh; etc.*

Feidhm mhothúchánach: *baile sábháilte slán, áit ina dtig le leanaí braistintí a phlé agus mothúcháin a chur in iúl; cabhair do leanaí chun féinmheas a fhorbairt, rud is ábhar le pearsantachtaí stuama; in ann caidreamh sláintiúil a dhéanamh; grá agus aire do leanaí; tugann na tuismitheoirí tacaíocht dá chéile; eiseamláirí do leanaí; etc.*

Feidhm oideachasúil: *is é an teaghlach an príomhoideoir; tugann na tuismitheoirí creideamh agus nósanna do na leanaí; tarlaíonn cuid mhór foghlama agus forbairt intleachtúil go luath sa saol; cruthaíonn cluichí agus bréagáin oideachasúla timpeallacht spreagúil; tacaíonn an baile leis an scoil; tá moladh agus spreagadh tábhachtach; etc.*

Sóisialú: *foghlaimíonn leanaí trí bhreathnóireacht, aithris agus smacht comhsheasmhach, nithe a chuidíonn leo luachanna agus patrúin iompraíochta a fhorbairt chun cur ar a gcumas cloí agus comhcheangal leis an tsochaí agus meas a bheith acu ag an am céanna ar a gcúlra eitneach, a gcreideamh, a ndath craicinn; etc.*

(b) Déan cur síos ar <u>**dhá**</u> shlí le déileáil le coimhlint sa teaghlach. **(12)**

2 shlí @ 6 mharc an ceann

Achrann a sheachaint; is í an chumarsáid an rud is tábhachtaí – is riachtanach go labhraíonn agus go n-éisteann an dá pháirtí lena chéile ionas go dtuigeann siad cás a chéile; comhréiteach – caithfidh an dá thaobh géilleadh beagán; sos a ghlacadh agus am a thabhairt do dhaoine suaimhneas a dhéanamh; maolaítear an choimhlint má táthar in ann ionbhá a léiriú le daoine; ba chóir go mbeadh léirthuiscint ag an dá thaobh ar a bhfuiltear ag súil leis agus ar conas a dhéileálfar le claonadh ó na rialacha; etc.

(c) Mínigh cén fáth a bhfuil tábhacht le cumarsáid mhaith idir na baill de theaghlach. **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann

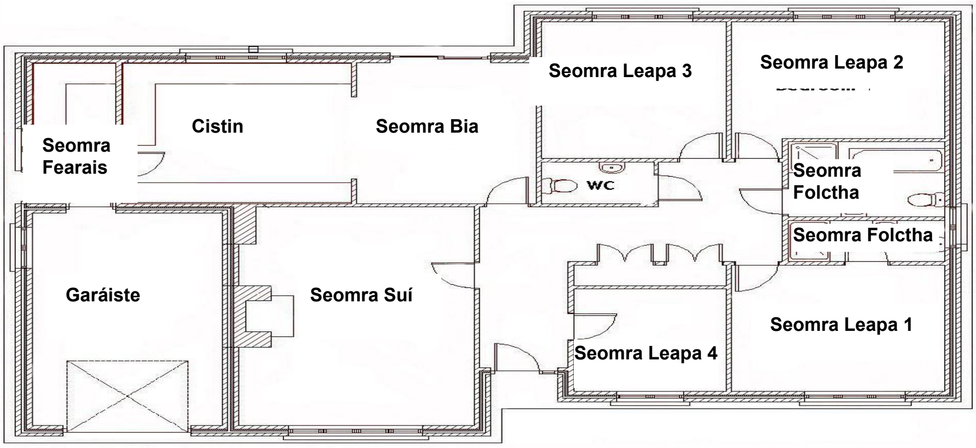
Tá fíorthábhacht le meas ó thaobh cumarsáid mhaith de; tugann plé léargas níos forleithne do dhaoine ar chúrsaí; ba chóir go mothódh gach ball de theaghlach compordach agus sábháilte chun a gcuid tuairimí agus braistintí a chur in iúl; tá gach ball de theaghlach ar an eolas faoi thuairimí a chéile i leith saincheisteanna éagsúla; teastaíonn cumarsáid ón gcomhréiteach; ní féidir coimhlint a réiteach gan cumarsáid; tá cumarsáid i gceist le moladh agus spreagadh agus tá siad tábhachtach chun féinmheas dearfach a fhorbairt; 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) Tá triúr clainne óga ag Seán agus Siobhán agus tá sé i gceist acu teach nua a thógáil. Taispeántar sa léaráid thíos an plean urláir don teach.



(i) Déan measúnú ar oiriúnacht an phlean tí seo do Sheán, Siobhán agus a gclann. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann

Tá a seomra leapa féin ag gach leanbh; tá seomraí leapa na leanaí mór go leor chun deasc staidéir a chur i ngach ceann acu chomh maith le limistéar stórála leordhóthanach; tá en suite i seomra leapa na dtuismitheoirí ar mhaithe leis an bpríobháideachas; d'fhéadfaí an garáiste a thiontú ina sheomra súgartha; tá an chistin/seomra bia mór oiriúnach do spás siamsaíochta agus teaghlaigh; spás ar fáil sa seomra suí ar leith le haghaidh léitheoireachta, breathnú ar an teilifís; limistéar súgartha féideartha; siamsaíocht réchúiseach; teacht éasca ar na leanaí chun iad a sheiceáil tar éis am luí; etc.

Mol **dhá** athrú a d'fhéadfaí a dhéanamh ar phlean an tí chun freastal ar riachtanais an teaghlaigh amach anseo. **(10)**

2 athrú @ 5 mharc an ceann

An garáiste a thiontú ina sheomra súgartha faoi láthair agus é a thiontú ina sheomra staidéir amach anseo; d'fhéadfaí an leithreas in aice leis an tríú seomra leapa a thiontú ina en-suite chun freastal ar aíonna nuair is gá; d'fhéadfaí spás stórála a chur sa seomra fearais le haghaidh trealamh spóirt; etc.

(ii) Ainmnigh **trí** sheirbhís ghairmiúla a úsáidtear nuair a bhíonn teach nua á dhearadh agus á thógáil agat **agus** déan cur síos orthu. **(18)**

3 sheirbhís @ 6 mharc an ceann

Ailtire: *comhairle roghnú an tsuímh; dearann agus ullmhaíonn sé nó sí na pleananna tí; tugann sé nó sí comhairle faoi chonraitheoirí; déanann sé nó sí iarratas pleanála; cuireann sé nó sí dearadh an tí in oiriúint do riachtanais an teaghlaigh; is féidir leis nó léi maoirseacht a dhéanamh ar thógáil an tí; etc.*
Suirbhéir: *cuireann sé nó sí an suirbhé suímh i gcrích; aithníonn sé nó sí fadhbanna féideartha; tugann sé nó sí comhairle faoin dóigh a ndéileáiltear leis na fadhbanna sin sula ndéanann siad dochar don teach; etc.*
Innealtóir: *tugann sé nó sí comhairle faoi struchtúr an tí; déanann sé nó sí maoirseacht ar thionscadail; tugann sé nó comhairle faoi fhadhbanna tógála; etc.*

Dlíodóir: *déileálann sé nó sí leis an ngné dhlíthiúil, e.g. tugann sé nó sí comhairle faoi rialacháin tógála agus phleanála; cinntíonn sé nó sí go bhfuil gníomhais teidil in ord; seiceálann sé cearta slí agus clárlann na talún; etc.*
Tógálaí; Leictreoir; Pluiméir; Plástrálaí; etc.

(iii) Cén fáth a bhfuil sé riachtanach cead pleanála a fháil nuair a bhíonn teach á thógáil? **(7)**

1 phointe @ 7 mharc

Éilíonn an dlí ar dhuine cead pleanála a fháil chun teach a thógáil; ní thógfar titheos cionn comharsan; ní thógfar monarchana tionsclaíocha i limistéir chónaithe; tá srianta ar thógáil tithe i láithreacha áilleachta; caithfidh stíl an tí cloí le tithe eile sa cheantar; etc.

agus

1.(b) (i) Tabhair breac-chuntas ar **<u>thrí</u>** thoisc ba chóir a chur san áireamh nuair a bhíonn troscán á roghnú. **(12)**

3 thoisc @ 4 mharc an ceann

C*ineál – seanda, traidisiúnta nó comhaimseartha; an spás atá ar fáil; stíl agus feidhm an tseomra; costas; an déanamh agus na hábhair a úsáideadh; cáilíocht; feistiú an tseomra; roghanna pearsanta; infhaighteacht; lipéid sábháilteachta; etc.*

(ii) Ainmnigh **<u>dhá</u>** phíosa de throscán stórála a bheadh oiriúnach do sheomra suí nua-aimseartha **agus** déan cur síos orthu. Tabhair cúiseanna le do rogha.

2 phíosa @ 5 mharc an ceann **(10)**

(Ainm: 3 mharc, Cur Síos: 2 mharc)

Píosaí: *is féidir leo a bheith ina seasamh leo féin nó ionsuite; aonaid mhodúlacha; aonaid seilfeanna adhmaid/miotail; caibinéid bhalla, chomhad, agus teilifíse; cófra troscán; leacphacaí lena gcur le chéile sa bhaile; ciseáin agus boscaí stórála; bosca bréagán; etc.*

2 chúis @ 4 mharc an ceann **(8)**

Cúiseanna: *seomraí trangláilte míshlachtmhara a sheachaint; míreanna a cheilt; grianghraif, trófaithe, etc. a thaispeáint; is féidir rudaí a fháil go héasca; cuma an tseomra a fheabhsú; etc.*

nó

1.(c) Tá córas nua táillí d'uisce tí á thabhairt isteach in Éirinn do thithe atá ceangailte le soláthar uisce poiblí.

(i) Déan cur síos ar **<u>thrí</u>** mhodh le huisce a chaomhnú sa teach. **(15)**

3 mhodh @ 5 mharc an ceann

Cithfholcadh a ghlacadh seachas folcadh; gan sconnaí a fhágáil ag rith agus fiacla á ní; úsáid a bhaint as scála sa doirteal nuair a bhíonn glasraí nó soithí á ní de láimh; sceitheadh/sconnaí atá ag sileadh a dheisiú; córas dhá shruthlú sa leithreas; lánlóid a chur sa mheaisín níocháin agus sa mhiasniteoir sula gcuirtear ar siúl iad, níochán barainne nó níochán tapa a roghnú le haghaidh éadaí/soithí nach bhfuil ach beagán salachair orthu; etc.

(ii) Luaigh an fheidhm atá ag **gach** ceann de na codanna seo a leanas den soláthar uisce fhuair do theach: **(i)** buacaire stoptha, **(ii)** umar stórála agus **(iii)** píobán sceite. **(15)**

3 fheidhm @ 5 mharc an ceann

Buacaire stoptha: *ligeann sé don uisce casadh as le haghaidh deisiúchán nó i gcás píobáin uisce phléasctha nó tuile; etc.*
Umar stórála: *bíonn sé suite san áiléar toisc go bhfeabhsaíonn an airde an brú chun uisce a sholáthar don chóras: rialaíonn comhla liathróide leibhéal an uisce san umar; stórálann sé an t-uisce fuar a théann chuig na sconnaí, na leithris agus umar an teophreasa sa teach; etc.*
Píobán sceite: *feistítear umair stórála san áiléar le píobán sceite a théann taobh amuigh den teach agus iompraíonn sé uisce breise amach as an teach má theipeann ar an gcomhla liathróide; cuireann sé cosc ar thuile; 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) Tá stíleanna reatha i gcúrsaí faisin do dhéagóirí an-chosúil leis na stíleanna reatha i gcúrsaí faisin do dhaoine fásta, bíodh go mbíonn cuma níos óigeanta orthu.

(i) Déan sceitse d'fheisteas de do rogha féin a léiríonn stíleanna reatha i gcúrsaí faisin do dhéagóirí **agus** déan cur síos air. **(10)**

Sceitse: 6 mharc, Cur síos: 2 phointe @ 2 mharc an ceann

Sceitse: *ba cheart go léireofaí sonraí ann faoi na gnéithe dearaidh, i.e. líne, cruth, comhréir, teacht le chéile, etc. ba cheart go mbeadh sé lipéadaithe go soiléir, d'fhéadfaí an cineál fabraice/dath a áireamh; etc.*

Cur síos: *dath; dearadh; líne; comhréir; cruth; pócaí; séamaí; cineál muiníl; muinchillí; fabraic; bailchríocha fabraice; airíonna; oiriúintí; etc.*

(ii) Mínigh conas a cuireadh na gnéithe seo a leanas den dearadh i bhfeidhm ó thaobh dhearadh an fheistis de:

- dath
- line
- cruth. **(15)**

3 phointe @ 5 mharc an ceann

Dath: *na dathanna a roghnaíodh – bundathanna – tarraingíonn siad aird an duine; ní éiríonn dathanna neodracha seanfhaiseanta, cuireann pastail mothú baineann samhraidh in iúl; bíonn cuma níos tanaí ar dhaoine nuair a bhíonn dathanna dorcha orthu; bíonn cuma níos mó ar dhaoine nuair a bhíonn dathanna éadroma orthu; etc.*

Líne: *cruthaíonn sí seachmaill éagsúla; tugann sí treoir do na súile lena leanúint; tugann línte ingearacha fad le fios; úsáidtear línte cothrománacha ar mhaithe le leathnú agus giorrú; tá feidhm bhogtha ag cuarlínte; cuireann línte trasnánacha codarsnacht agus béim leis; etc.*

Cruth: *ar mhaithe le dul in oiriúint do chruth an duine, e.g. ba chóir do dhuine ag a bhfuil cromáin leathana cruinnithe/pléataí a sheachaint; tig le daoine a bhfuil cruth díreach ar a gcorp fabraicí dlúthfhite a chaitheamh; etc.*

agus

2.(b) Scríobh próifíl d'fhabraic shintéiseach / shaorga faoi **gach** ceann de na ceannteidil seo a leanas:

- táirgeadh an tsnáithín
- airíonna
- teicníc tógála fabraice. **(15)**

5 phointe @ 3 mharc an ceann

Ainm: 3 mharc, 1 tagairt do gach ceann + 1 tagairt eile

Táirgeadh an tsnáithín:

Níolón *– measctar dhá cheimiceán ar a dtugtar monaiméirí i gcóimheas 1 le 1 agus déantar iad a théamh agus cruthaítear polaiméir fhadslabhrúil dá thoradh; cuirtear an snáithín ar roth uiscefhuaraithe a bhíonn ag casadh agus fuaraíonn sé sin an ribín; déantar é a tharraingt trí umar uisce fhuair, áit a soladaíonn sé; gearrtar ina shliseanna é agus ní mór iad sin a thriomú; déantar iad a leá ansin agus easbhrúitear iad as poll beag; nuair a dhéanann siad teagmháil le haer fuar, soladaíonn siad isteach i snáth níolóin atá réidh le sní; etc.*

Poileistear – *tá poileistear cosúil le níolón, cruthaítear leacht slaodach agus easbhrúitear é trí phoill chaola i mbuinne nó i sníomhadán; soladaíonn na filiméid nuair a shroicheann siad aer fuar; etc.*

Airíonna:
Níolón – *éadrom le caitheamh; deasaíonn sé go maith; láidir; roc-obach; éasca a dhathú; dódhíonach; seasmhacht in aghaidh coinclí; ardseasmhacht in aghaidh caithimh; is féidir é a 'shocrú' go buan ó thaobh méide agus crutha de, rud a chuireann cosc ar shearradh nó crapadh i ndiaidh níocháin; etc.*

Poileistear – *go maith maidir le ní agus caitheamh; friotaíoch in aghaidh roc; siltriomaíonn sé go tapa; friotaíocht ar smálú; etc.*

Teicnící tógála fabraice:
fíodóireacht – *síntear dlúth ar sheol, cuirtear inneach os cionn agus faoi bhun an dlúith ó thaobh go taobh; de réir mar a thagann na snáitheanna innigh anuas ar imill amuigh na snáitheanna dlúith, cruthaítear imeall dlúthchiumhaise agus cuireann sé sin cosc ar sceitheadh; etc.*
Cniotáil; cróiseáil; déanamh lása; macramé; nascadh; etc.

nó

2.(c) Is é is patrúin tráchtála ann ná patrúin lánscála de pháipéar síoda i gcomhair éadaí a úsáidtear nuair a bhíonn baill éadaigh á ndéanamh.

(i) Liostaigh **<u>trí</u>** thoisc le cur san áireamh agus pátrún tráchtála á roghnú agat. **(9)**

3 thoisc @ 3 mharc an ceann

Oiriúnacht don fheidhm; costas; infhaighteacht na n-ábhar oiriúnach; na mangaisíní atá san áireamh; etc.

(ii) Luaigh an tábhacht a bhaineann le ball éadaigh a phreasáil (iarnáil) agus é á chur le chéile. **(6)**

2 phointe @ 3 mharc an ceann

Faigheann sé réidh le filltíní; tá gá leis chun béim a leagan ar dhairteanna; osclaíonn sé na séamaí; cuireann sé cuma na n-éadaí trí chéile chun feabhais; 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) D'ainneoin a fheabhas a d'éirigh linn líon na ndaltaí a fhanann ar scoil leis an Ardteistiméireacht a dhéanamh a ardú le blianta beaga anuas, taispeánann an chairt thíos go bhfuil líon suntasach daltaí ann a éiríonn as an scoil go luath.

(*Irish Examiner, Bealtaine 2013*)

2009 / 2010	**Líon na ndaltaí a éiríonn as an scoil go luath**
1ú Bliain / 2ú Bliain	**1,500**
3ú Bliain	**1,777**
An Idirbhliain	**1,064**
5ú Bliain / 6ú Bliain	**3,299**

(i) Agus tú ag tagairt don chairt thuas, pléigh **ceithre** chúis a n-éiríonn daltaí as an scoil go luath. **(20)**

4 chúis @ 5 mharc an ceann

Fadhbanna teaghlaigh; saincheisteanna sláinte; timthriall na bochtaineachta; deacrachtaí airgeadais; dearcadh tuismitheora ar an oideachas; piarbhrú diúltach; bulaíocht; cumas an duine; méid an teaghlaigh; an saol ag an mbaile; an áit ina bhfuil an scoil (díothach ón taobh sóisialta de); etc.

(ii) Tabhair cuntas ar **cheithre** phríomhthoisc a mbíonn tionchar acu ar an gcaighdeán a bhaineann mic léinn tríú leibhéal amach ó thaobh an oideachais de. **(20)**

4 thoisc @ 5 mharc an ceann

Cumas intleachtúil; an cúrsa ceart a roghnú; cás an teaghlaigh – costas – ag obair go páirtaimseartha; an saol ag an mbaile; piaraí – is féidir leo a bheith dearfach nó diúltach; an ceantar; timpeallacht an choláiste; dearcadh tuismitheoirí ar an oideachas; áiseanna staidéir; bulaíocht; etc.

(iii) Ainmnigh tionscnamh oideachais **amháin** a chabhraíonn chun daoine óga a choinneáil ar scoil **agus** tabhair sonraí faoi. **(10)**

Ainm: 5 mharc, Sonraí: 5 mharc

An Ardteistiméireacht Fheidhmeach: *clár dhá bhliain; clár atá bunaithe ar mhodúil; measúnú leanúnach lena ngabhann scrúduithe praiticiúla, béaltrialacha agus scrúduithe scríofa ag an deireadh; is féidir leas a bhaint aisti chun dul isteach i gcúrsaí Iar-Ardteistiméireachta; bronntar na teastais seo a leanas: 'pas', 'pas le tuillteanas' nó 'pas le gradam'; etc.*
Gairmchlár na hArdteistiméireachta: *clár dhá bhliain: nascmhodúil éigeantacha; ní mór staidéar a dhéanamh ar theanga iasachta; déantar measúnú air mar seo a leanas: obair phunainne (60%) agus scrúdú scríofa (40%); is féidir 'pas', 'pas le tuillteanas' nó 'pas le gradam' a ghnóthú; d'fhéadfadh sé go mbainfí úsáid as an toradh sin le haghaidh pointí in áit ábhar traidisiúnta amháin san Ardteistiméireacht d'fhonn áit a bhaint amach in institiúid ardoideachais; etc.*

An Idirbhliain: *clár é seo a dhíríonn ar dhaltaí agus nach mbaineann scrúduithe ar bith leis – spreagann sé féinfheasacht, féinfhorbairt, obair bhuíne agus freagracht; foghlaimíonn daltaí scileanna nua, fiosraíonn siad ábhair nua, déanann siad taithí oibre, glacann siad páirt i mionchuideachtaí, déantar staidéar ar dhrámaíocht; ghnáthábhair freisin mar chuid den chlár; etc.*
An Teastas Sóisearach – Clár Scoile (TSCS): *tugtar teastas do na daltaí as scileanna a bhaint amach agus as ráitis ábhair a chur i gcrích, bronntar próifílí dalta orthu freisin; díríonn sé ar na daltaí is mó atá i mbaol an scoil a fhágáil go luath; etc.*
Clár Críochnaithe Scoile: *tá sé mar aidhm ag an gclár seo cur le líon na leanaí óga atá ag fanacht i mbunscoileanna agus in iarbhunscoileanna; cuirtear plean i bhfeidhm chun daltaí a choinneáil ar scoil agus chun an t-aistriú ón mbunscoil chuig an meánscoil a éascú; etc.*
Scéim Theagmhála Baile, Scoile agus an Phobail: *cuireann an scéim seo tuismitheoirí agus an pobal san áireamh sa scoil; aithnítear daltaí óna dteastaíonn cúnamh airgeadais agus foghlama; etc.*
DEIS: *cuireann sé le líon na ndeiseanna oideachais i gceantair faoi mhíbhuntáiste; cóimheas níos lú maidir le múinteoirí agus daltaí; etc.*
An tSeirbhís Náisiúnta Tacaíochta Iompraíochta (NBSS): *díríonn sí ar dhaltaí atá i mbaol a bheith eisiata ón scoil mar gheall ar fhadhbanna iompraíochta; cuireann sí comhairle ar fáil; cuireann sí cláir um láimhseáil feirge ar fáil; etc.*

agus

3.(b) (i) Pléigh an tionchar a bhíonn ag **gach** ceann díobh seo a leanas ar shaol an teaghlaigh: **(20)**

4 phointe @ 5 mharc an ceann
(1 tagairt do gach ceann + 1 tagairt eile)

- athruithe i bpatrúin lonnaíochta ó cheantair tuaithe go ceantair uirbeacha

Méadú ar an daonra uirbeach; deiseanna níos fearr – fostaíocht, oideachas, taitneamhachtaí; etc. an fheirmeoireacht ina tionscal dlúthshaothair níos lú agus laghdú ar líon na bpost dá bhrí sin; daonra níos aosta i gceantair thuaithe; seirbhísí teoranta i gceantair thuaithe, e.g. dúnadh oifigí beaga poist, dúnadh stáisiúin na nGardaí; níos lú airgid ón Rialtas á chaitheamh ar bhonneagar agus iompar; níos lú taitneamhachtaí sóisialta; etc.

- laghdú ar uaireanta oibre

Athrú ar an gcineál saoil; uaireanta oibre níos giorra; níos mó ama le caitheamh leis an teaghlach; is féidir le tuismitheoirí na páistí a bhailiú ón scoil, méadú ar ghníomhaíochtaí fisiciúla de bharr am fóillíochta níos mó; ioncam indiúscartha níos lú ag an teaghlach; neamhchinnteacht maidir leis an todhchaí; athrú ar chaitheamh aimsire ón ionad gleacaíochta go rothaíocht, cnocadóireacht; etc.

- dálaí oibre feabhsaithe.

Seachtain/lá oibre níos giorra; rátaí pá níos fearr in aghaidh na huaire; níos mó ioncam indiúscartha agus caighdeán maireachtála níos fearr; tá daoine níos sásta ag an obair, rud ar féidir leis tionchar dearfach a imirt ar shaol an teaghlaigh agus chomh maith leis sin tá siad níos sláintiúla agus tá níos lú seans ann go dtiocfaidh tinneas fisiciúil agus meabhairghalar orthu; etc.

(ii) Mínigh conas a dhéantar cearta daoine óga atá ag obair go páirtaimseartha a chosaint. **(10)**

2 phointe @ 5 mharc an ceann

Leagtar amach coinníollacha oibre – uaireanta, aoisteorainn agus sosanna; tá feidhm aige sin maidir le gach fostaí faoi 18 mbliana d'aois; ní cheadaítear leanaí faoi 16 bliana d'aois dul i mbun fostaíocht lánaimseartha; féadfaidh leanaí atá 14 bliana agus 15 bliana d'aois dul i mbun obair éadrom le linn laethanta saoire scoile, le linn na scoilbhliana nó taithí oibre; féadfaidh leanaí idir 16 agus 18 mbliana d'aois obair suas le 40 uair sa tseachtain; ní thig le leanaí faoi 18 mbliana d'aois obair tar éis 10.00pm; etc.

nó

3.(c) Is caiteachas mór airgeadais iad costais cúram leanaí do thuismitheoirí atá ag obair.

(i) Sainaithin **<u>trí</u>** rogha cúram leanaí a d'fhéadfadh teaghlach le leanaí óga a chur san áireamh **agus** déan cur síos orthu. **(21)**

3 rogha @ 7 mharc an ceann

***Feighlí leanaí:** déantar cúram de na leanaí i dteach an fheighlí leanaí féin; is féidir cúram agus aird duine le duine a thabhairt; níos saoire; b'fhéidir nach mbeidh an oiliúint ná an taithí chuí ag an bhfeighlí chun freastal a dhéanamh ar riachtanais fhisiciúla, mhothúchánacha, shóisialta agus intleachtúla an linbh; iontaofacht/poncúlacht; etc.*
***Naíolann:** foireann láncháilithe; d'fhéadfadh sí a bheith ceangailte le hionad oibre; uaireanta; daor; cuidíonn sí le scileanna sóisialta an linbh; ní mór cloí le caighdeáin sláinteachais agus sábháilteachta chun deontais a fháil; etc.*
***Montessori:** go ginearálta, reáchtáiltear iad go príobháideach; múinteoirí oilte; cuirtear oideachas ar leanaí réamhscoile suas le 7 mbliana d'aois; spreagtar an fhoghlaim trí shúgradh ar luas an duine féin; etc.*
***Clár an Túis Luaith:** scéim idirghabhála choisctheach a mhaireann bliain amháin atá ar fáil i scoileanna roghnaithe i gceantair faoi mhíbhuntáiste do leanaí idir 3 agus 4 bliana d'aois; múinteoirí oilte, cúntóirí riachtanas speisialta (SNAnna) agus tuismitheoirí mar fhoireann; etc.*
***Naíonraí:** naíscoileanna nó naíonra atá ag feidhmiú trí mheán na Gaeilge; etc.*
***Naíonraí:** tá deis ag leanaí a bheith ag súgradh le leanaí eile atá ar chomhaois leo; foghlaim faoi roinnt agus sealaíocht a dhéanamh agus tuiscint a fháil ar rialacha an tseomra ranga; etc.*
***Au pair:** duine óg a gcaitear leis nó léi mar dhuine den teaghlach; tugtar lóistín agus bia agus airgead póca seachtaine dó nó di agus tugann seisean nó sise cúnamh chun aire a thabhairt do na leanaí; socraíocht dheonach idir teaghlach príobháideach agus duine príobháideach; etc.*

(ii) Ainmnigh tacaíocht / sochar leasa shóisialta **<u>amháin</u>** a íoctar le teaghlaigh a bhfuil leanaí acu **agus** tabhair sonraí faoi. **(9)**

Ainm: 5 mharc, 2 phointe @ 2 mharc an ceann

***Tacaíochtaí um Fhilleadh ar Scoil:** liúntas éadaí agus coisbhirt chun íoc as costas éidí agus coisbhirt do leanaí atá ag dul ar scoil; leabhair ar cíos; etc.*
***Sochar Linbh:** íocaíocht mhíosúil a íoctar le tuismitheoirí/cúramóirí leanaí faoi 16 bliana d'aois nó faoi 18 mbliana d'aois má tá an leanbh i mbun oideachas lánaimseartha; etc.*
***Forlíonadh Ioncam Teaghlaigh (FIS):** caithfidh duine amháin de na tuismitheoirí nó iad araon a bheith ag obair ar feadh 19 n-uaire sa tseachtain; caithfidh an t-ioncam a bheith faoi bhun leibhéil shocraithe ag brath ar mhéid an teaghlaigh; níl sé faoi réir cáin ioncaim; etc.*
Liúntas Cíosa; Dearbháin Bhreosla; Liúntas Baintrí/Baintrí Fir; 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.

Leathanach Bán

Leathanach Bán

Leathanach Bán