



Téarma: 1 Bloc: 1

Seachtain: 2 Ceacht: 3 – Caitheamh ar Sprioc (Taobh amuigh)

<p><b>Snáitheanna:</b> Luthchleasaíocht</p> <p>Gleacaíocht</p> <p>Cluichí</p>	<p><b>Snáthaonaid:</b> An lúthchleasaíocht a chiallú agus a léirthuisicint Léimneach Rith</p> <p>An ghleacaíocht a chiallú agus a léirthuisicint Luail</p> <p>Cluichí a chiallú agus a léirthuisicint Seoladh, glacadh agus taisteal Cluichí a cheapadh agus a imirt</p>
<p><b>Cuspóirí Foghlama:</b> Ba chóir go gcuirfí ar chumas an pháiste:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Freagairt agus léiriú a dhéanamh ar réimse gluaiseachtaí ar chomhartha (rith/lámhachán an bheáir srl.)</li> <li>■ Léiriú a dhéanamh ar chruth an mhias agus cruth an sárlaoch go haonarach agus i ngluaiseacht leantach amháin</li> <li>■ Páirt a ghlacadh i gcluiche foirne, gluaiseachtaí éagsúla a úsáid, obair a dhéanamh i dtreo aidhm comónta</li> </ul> <p><b>Cuspóirí Curaclam:</b> An lúthchleasaíocht a chiallú agus a léirthuisicint</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Cur síos ar luail, í a phlé agus ceisteanna mar gheall uirthi a chur agus a fhreagairt</li> <li>■ Tuiscint ar ráta luais a fhorbairt</li> </ul> <p>Léimneach</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ An léim as seasamh a chleachtadh ar mhaithe le fad</li> </ul> <p>Na modhanna éagsúla léimní a iniúchadh, éirí den talamh ar chos amháin nó ar dhá chos agus tuirlingt ar dhá chos san</p> <p>Rith</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Tosú as seasamh a chleachtadh</li> <li>■ Ráibeanna frithghníomhacha a chleachtadh</li> <li>■ Siúl, bogshodar nó rith a dhéanamh go neamhiomaíoch ar feadh tréimhsí ó 30 soicind go dtí 3 nóiméad</li> </ul>	

### An ghleacaíocht a chiallú agus a léirthuisint

- Luail a bhreathnú, cur síos a dhéanamh uirthi, agus ceisteanna mar gheall uirthi a chur agus a fhreagairt

### Luail

- Dea-theannas coirp agus dea-staidiúir a shaothrú trí shuímh agus luailí gleacaíocha
- Raon gníomhartha luaile a roghnú agus a nascadh d'fhonn taistil ar an urlár agus ar an bhfearas
- Sraitheanna luaile a cheapadh agus a chomhall d'fhonn feasacht coirp a fhorbairt agus athruithe cuí a bheith á ndéanamh ar threo, conairí, leibhéil, cruth, luas agus iarracht

### Cluichí a chiallú agus a léirthuisint

- Rialacha a mhionathrú d'fhonn cluichí a mhodhnú agus scóir a chlárú
- Rialú na scileanna luaile a bheadh bainteach le cluichí a phlé agus a fheabhsú

### Cluichí a cheapadh agus a imirt

- Cluichí clóis a imirt

### Seoladh, glacadh agus taisteal

- Scileanna a raibh taithí aige/aici orthu cheana a chleachtadh
- Raon de scileanna iompair agus buailte a fhorbairt agus a chleachtadh

## Ábhar/ Gníomhaíochtaí:

### Téamh Suas:

- Anord Rialaithe – Dhá ghrúpa déanta, ceann ar an dá thaobh den halla.
- Nuair a deir an múinteoir ‘tosaigh’ ritheann grúpa amháin chun tosaigh, ar an gcéad ‘tosaigh’ eile bogann Grúpa 2 chun tosaigh agus imíonn Grúpa 1 ar ais go dtí an áit gur thosaigh siad. Déan arís.
- Is féidir é a dhéanamh arís le rith, preabadh, lámhachán an bheair, léim leathan agus siúl an phortáin

### Mias go Sárlaoch:

- Luíonn na páistí ar a ndromanna le lámha agus cosa díreach, ardaíonn siad na lámha agus na cosa ag an am céanna le cruth miasa a chruthú
- Luíonn na páistí ar a mboilg, ardaíonn siad na lámha agus na cosa ag an am céanna agus a mboilg a bhrú isteach sa talamh le cruth an sárlaoich a chruthú
- Cleachtadh a dhéanamh rolláil ó chruth amháin go dtí an cruth eile

### Cluiche:

- Dobhareacha Ocrasacha – Roinntear an rang i ngrúpaí bheaga le fonsa hula leagtha amach do gach foireann. Tugann an múinteoir comhartha do dhuine amháin sa ghrúpa dul agus liathróid a fháil ón láthair imeartha agus é a chur ina f(h)onsa.

<p>Bíonn seal ag an gcéad duine eile. Leanann sé ar aghaidh go dtí go bhfuil na liathróidí uilig imithe.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bíonn an bua ag an bhfoireann leis an líon is mó liathróidí ina bhfonsa.</li> <li>• Athraigh gach babhta trí ghluaiseachtaí a athrú nó srian ama a chur i bhfeidhm</li> </ul>		
<p><b>Modheolaíocht:</b> Foghlaim Gníomhach Cluichí comhoibritheach TFC a úsáid Iniúchadh ar an mbogadh Fadhbréiteach Foghlaim comhoibríoch</p>		<p><b>Measúnú:</b> Dír bhreathnú an Mhúinteora Féin mheasúnú/ Piar-mheasúnú Ceistiúchán</p>
<p><b>Differentiation:</b> Trí Thasc Trí luas Trí thacaíochta agus míniú</p>	<p><b>Linkage/Integration:</b> OSPS: Scileanna éisteachta, comhoibriú, seal a thógáil Litearthacht: Éisteacht agus teanga ó bhéal Gaeilge</p>	<p><b>Resources:</b> FitCrew TFC Fonsaí Hula Liathróidí Uaireadóir</p>