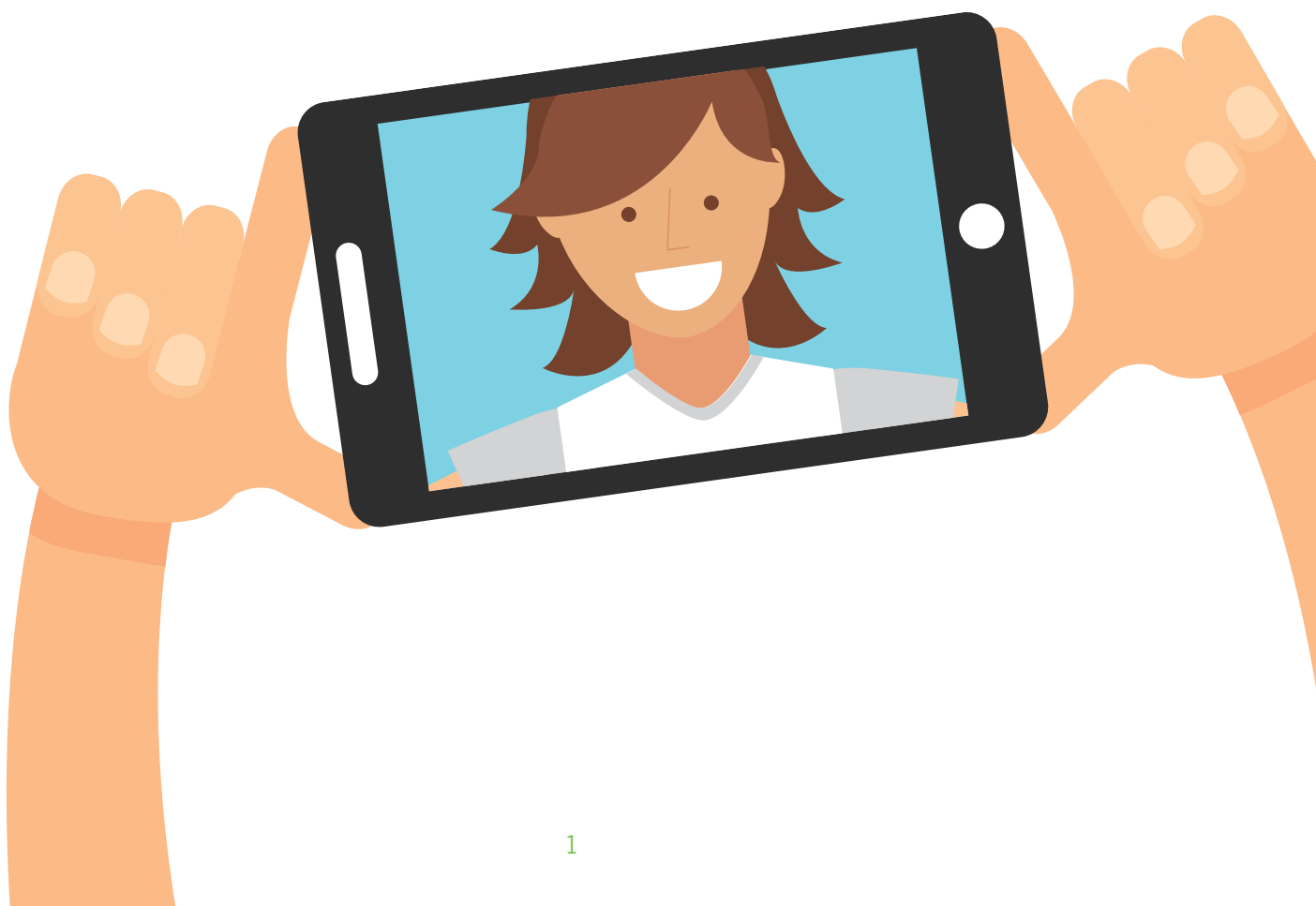


MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR! PLEAN DON CHEACHT



MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR! - PLEAN DON CHEACHT

TEIDEAL AN
CHEACHTA:

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!

AIDHMEANNA

Sa cheacht seo,
beifear ag:



- Déanamh machnamh ar an Fhoghlaim Gaolmhar leis an Treoir go léir atá déanta go dtí seo.
- Cur na daltaí ar a chumas póstaer fúthu féin a dhéanamh agus áirithe ann na rudaí go léir atá foghlamtha acu sna ranganna treorach le linn na trí bliana is deireanaí: a gcuid tacaíochtaí, scileanna, luachanna, spriocanna, a bhféiniúlacht, a rólchuspa, a n-ábhair, a roghanna agus an meon aigne chun fás atá acu.

TORTHAÍ



Faoi dheireadh an
cheachta seo, beidh
na daltaí in ann:

- Póstaer a dhéanamh agus a chur i láthair chun iad féin a chur i láthair do dhaoine eile!

NAISC LE SCILEANNA LÁRNACHA NA SRAITHE SÓISEARAÍ



- An Chumarsáid (scileanna éisteachta agus conas tú féin a chur in iúl, an plé agus an díospóireacht, úsáid teanga).
- An Fhéinbhainistíocht (Eolas a bheith agat fút féin, cinntí breithnithe a dhéanamh, teicneolaíocht dhigiteach a úsáid chun tú féin agus do chuid foghlama a bhainistiú).
- Coinneáil Slán (A bheith sláintiúil, a bheith sóisialta, a bheith sábháilte, a bheith freagrach).
- A bheith cruthaitheach (Roghanna agus bealaí malartacha eile a scrúdú, smaointe a chur i bhfeidhm agus bearta a dhéanamh).
- Ag obair i gcomhar le daoine eile (Ag foghlaim le daoine eile, ag tabhairt urraim don éagsúlacht, an dea-chaidreamh a fhorbairt, an comhoibriú).
- Faisnéis agus smaointeoireacht a bhainistiú (faisnéis a bhailiú agus a thaifeadadh, a bheith fiosrach, an smaointeoireacht chriticiúil, an teicneolaíocht dhigiteach a úsáid chun eolas a rochtain, a bhainistiú agus a roinnt)

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR! - PLEAN DON CHEACHT

NAISC LE RÁITIS FOGHLAMA NA SRAITHE SÓISEARAÍ



Sa cheacht seo beidh na daltaí ag

- Gníomhú chun a fholláine, agus a shláinte féin, agus folláine agus sláinte daoine eile, a chosaint agus a chur chun cinn.
- Tabhairt meas ar cad atá i gceist leis an tsaoránacht ghníomhach, le cearta agus freagrachtaí i gcomhthéacsanna áitiúla agus níos leithne araon.
- Cur smaoineamh ar aghaidh ó chéim an choincheapa go dtí an chéim ina gcuirtear i gcrích é.

NAISC LEIS AN TREOIR SCOILE UILE



Mé Féin a Fhorbairt

Sa cheacht seo beidh na daltaí ag

- Féinmheas agus féinchoincheap dearfach a fhorbairt agus a chothabháil.
- Idirghníomhú éifeachtach le daoine eile.
- Forbairt & fás ar feadh an tsaoil.
- Beidh na daltaí in ann a gcáilíochtaí pearsanta, a meoin agus a láidreachtaí, a spéiseanna agus an tionchar a imríonn siad ar an iompar a aithint agus cur síos a dhéanamh orthu.
- Scileanna sóisialta éifeachtacha a léiriú agus iad ag comhoibriú, ag obair i gcomhar le chéile agus ag idirbheartaíocht lena bpiaraí agus leis na múinteoirí.
- Páirt a ghlacadh i raon gníomhaíochtaí agus tascanna chun an fhorbairt mhothúcháinach, shóisialta, chognaíoch agus choirp a fheabhsú.
- Lorg cúnamh, nuair is gá.

Forbairt a Chur Leis an gCumas Foghlama Agam

- Aitheantas a thabhairt don tábhacht atá i gceist leis an fhoghlaim chun críocha spriocanna oideachais & gairme a bhaint amach..

Mo Chonair Ghairme a Fhorbairt:

- An fhorbairt ghairm agus an chinnteoireacht a bhainistiú

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR! - PLEAN DON CHEACHT

PLEAN DON
CHEACHT:
**MÉ FÉIN
A CHUR I
LÁTHAIR!**

ÁBHAIR A THEASTAÍONN DON CHEACHT SEO

AN MÚINTEOIR

- PowerPoint
- Bileog Oibre
- Páipéar Póstaeir
- Pinn daite/pinn luaidhe daite
- An Gliú

NA DALTAÍ

- Páipéar Póstaeir
- Pinn daite/pinn luaidhe daite (is féidir iarraidh ar na daltaí íomhánna a thabhairt isteach sa rang seo chun a bpóstaer a dhéanamh níos cruthaithí agus níos ildaite!)
- An Gliú
- Bileoga Oibre

***Tabhair faoi deara gur chóir na daltaí a spreagadh chun a bpóstaer féin a chruthú, ach más fearr leis an múinteoir, is féidir an bhileog oibre 'Mé Féin A Chur I Láthair!' a phriontáil amach agus is féidir leis na daltaí é í líonadh dá réir.

AIDHMEANNA

Sa cheacht seo, beifear ag:



- Déanamh machnamh ar an Fhoghlaim Gaolmhar leis an Treoir go léir atá déanta go dtí seo.
- Cur na daltaí ar a chumas póstaer fúthu féin a dhéanamh agus áirithe ann na rudaí go léir atá foghlamtha acu sna ranganna treorach le linn na trí bliana is deireanaí: a gcuid tacaíochtaí, scileanna, luachanna, spriocanna, a bhféiniúlacht, a rólchuspa, a n-ábhair, a roghanna agus an meon chun fás atá acu.

TORTHAÍ

Faoi dheireadh an cheachta seo, beidh na daltaí in ann:



- Póstaer a dhéanamh agus a chur i láthair chun iad féin a chur i láthair do dhaoine eile!

'AN DUÁN' A SHEOLADH

Fiafraigh de na daltaí cad iad na rudaí a bhfuil an cuimhne is fearr acu air ó na ranganna um an fhoghlaim a bhaineann leis an treoir atá déanta acu na trí bliana is deireanaí.

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!
- PLEAN DON CHEACHT

ÁBHAR AN CHEACHTA

**BEARTA
DON
MHÚINTEOIR**

**BEARTA
DO NA
DALTAÍ**

Tar éis don mhúinteoir dul tríd an méid atá déanta go dtí seo sna ranganna um an fhoghlaim a bhaineann leis an treoir, tugann an múinteoir breac-chuntas ar aidhmeanna agus torthaí an ranga seo.

Insíonn an múinteoir do na daltaí go mbeidh siad ag cruthú póstaer chun iad féin a chur i láthair sa rang seo.

Tugann an múinteoir breac-chuntas ar an sainchúram don rang agus déanann sé athchleachtadh ar na míniúchán i.e. scileanna, luachanna srl.

Roinneann an múinteoir na daltaí ina ngrúpaí chun obair a dhéanamh ar na póstaer agus tugann sé páipéar póstaer (nó an teimpléad ceangailte leis seo), pinn daite, pinn luaidhe daite agus gliú do gach grúpa.

Aiseolas ón Rang agus an Machnamh!

Éistean na daltaí leis na treoracha le haghaidh an phóstaer agus leis an athchleachtadh ar na míniúcháin téarmaí dála scileanna, luachanna srl.

Tá na daltaí roinnte ina ngrúpaí chun obair ar a bpóstaer.

Tar éis dóibh a bpóstaer a chríochnú, cuireann na daltaí iad i láthair dá ngrúpaí.

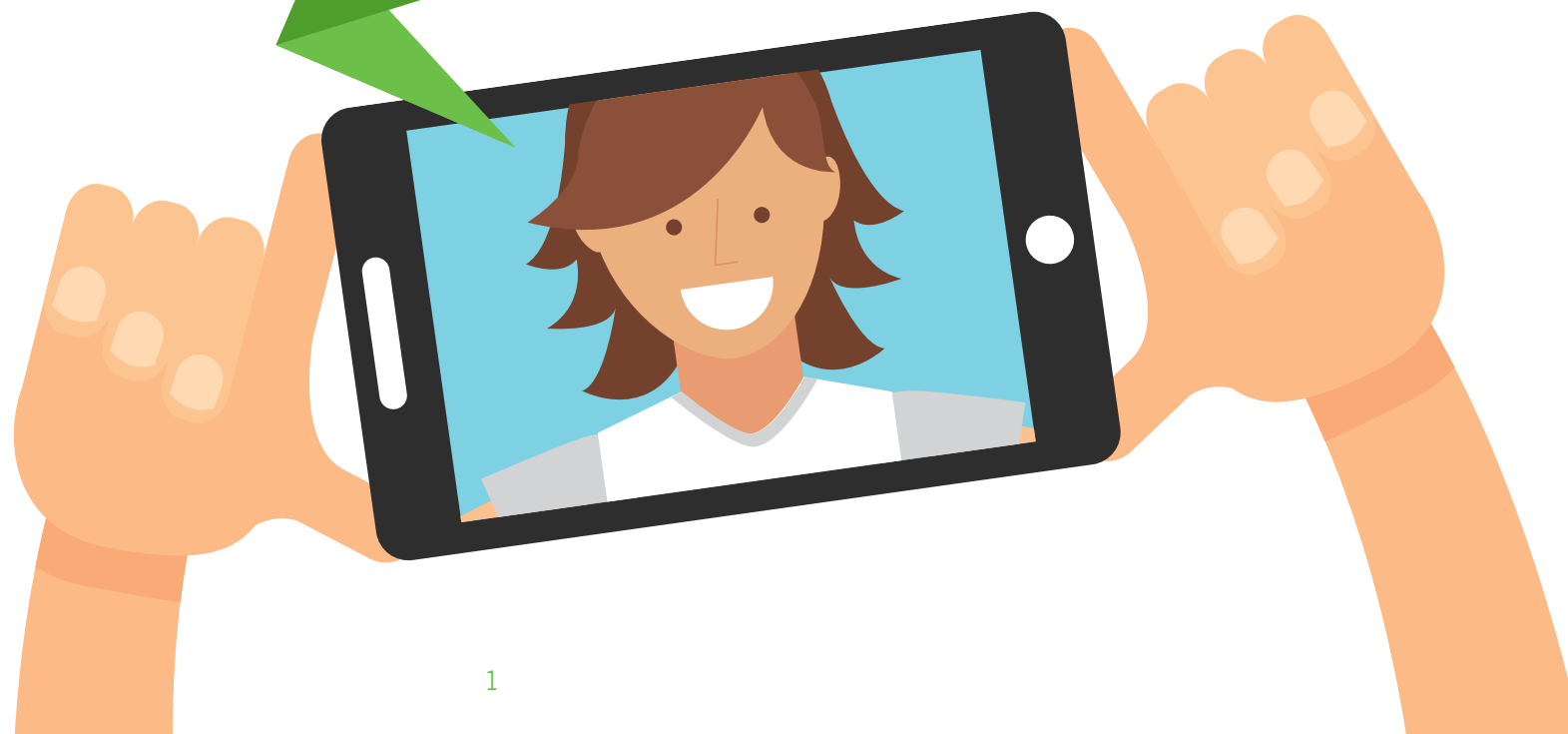
Aiseolas ón Rang agus an Machnamh! Déanann na daltaí machnamh ar a gcuid gníomhaíochtaí.

AN MÉID ATÁ FOGHLAMTHA A ATREISIÚ

Faoi dheireadh, déanann an múinteoir aidhmeanna an cheachta a athscrúdú.



**MÉ FÉIN A CHUR
I LÁTHAIR!**



AIDHMEANNA



Sa cheacht seo, déanfaidh tú:

- Machnamh ar an Fhoghlaim Gaolmhar leis an Treoir atá déanta agat go dtí seo.
- Póstaer a tharraingt fút féin agus faoin méid atá foghlamtha agat fút féin.

TORTHAÍ



Faoi dheireadh an cheachta seo, beidh tú in ann:

- Póstaer a dhéanamh agus a chur i láthair chun tú féin a chur i láthair do dhuine eile!

AN FHOGHLAIM GAOLMHAR LEIS AN TREOIR

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!



AN CHÉAD BHLIAIN

- An Scoilbhliain Agam Féin
- Na Tacaíochtaí Scoile Atá Agam
- Mo Spriocanna
- Mo Luachanna
- Mo Chonairí Féin

AN DARA BLIAIN

- M'Fhéiniúlacht
- An Meon Aigne Atá Agam
- Na Luachanna Uathúla Agam Féin
- Na Spriocanna S.M.A.R.T. Agam
- Mo Ghuth Féin & An Bealach a gCuirim Mé Féin In lúl
- Mo Chonairí Féin

AN TRÍÚ BLIAIN

- An Chothromaíocht Saoil Agam
- Mo Scileanna
- Na hÁbhair Roghnaithe Agam
- M'Fhiosrúchán Ar Ghairmeacha Éagsúla
- Mo Roghanna
- Mé Féin A Chur I Láthair!

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!



Déan Póstaer Chun Tú Féin A Chur I Láthair!

Bí chomh cruthaitheach agus is féidir!

Ba cheart go gcuimseofar sa phóstaer na nite seo a leanas:

Daoine ar
féidir leo
tacú leat

Do
Scileanna

Do
Spriocanna

Do
Luachanna

D'Fhéiniúlacht

An duine
spreagúil
atá mar
rólchuspa
agat

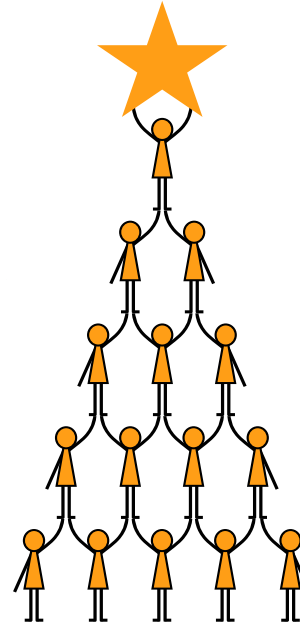
Ábhair a
thaitníonn
leat

Do
Roghanna

An Ráiteas
Meoin
Aigne Chun
Fás is fearr
leat

Ina dhiaidh sin cuirfidh tú an póstaer seo i láthair i sa ghrúpa beag ina bhfuil tú!

MO THACAÍOCHTAÍ



Meabhrúchán!

CÉARD IS TACAÍOCHT ANN?

- Is ionann an tacaíocht agus duine a bhfuil gean aige ort.
- Is féidir gur daoine atá sa scoil, sa bhaile nó áit ar bith atá i gceist leis sin!
- Mar shampla: teagascóir ranga, ceann bliana, múinteoir áirithe, daoine sa bhaile nó daoine sa dúiche.

Le Déanamh!

Breac síos ainm triúr dhaoine ar féidir leo tacú leat.

MO SCILEANNA



Meabhrúchán!

CAD IS SCIL ANN?

Is éard is scil ná rud atá tú in ann é a dhéanamh go maith:

Féadfar a bheith cuimsithe leis seo scileanna a bhfuil:

- oiliúint agat ina leith.
- siad forbartha agat as obair dheonach a dhéanamh.
- siad faighte agat as a bheith páirteach i ngníomhaíochtaí sóisialta.
- Mar shampla: Táim go maith ag an gcumarsáid. Labhraím le mo thuismitheoirí agus le mo chairde go measúil; bímse ag éisteacht le daoine agus bímse ag caint leo ar bhealach inar féidir leo mé a thuiscint go breá soiléir.

Le Déanamh!

Breac síos cuid de na scileanna atá agat!

MO SPRIOCANNA



Meabhrúchán!

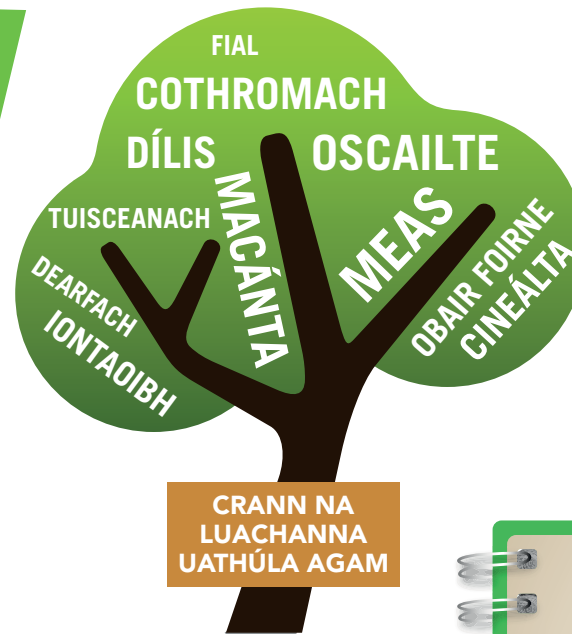
CÉARD IS SPRIOC ANN?

- Is éard is “**Sprioc**” ann ná dúil/mian a chuirtear i gcrích le plan.
- Tá **Sprioc** cosúil le targaid nó rud éigin a ndéanann tú iarracht é a “lámhach”.

Le Déanamh!

- Scríobh faoi sprioc a bhain tú amach sa tréimhse trí bliana is deireanaí!
- Scríobh faoi sprioc ar mhaith leat í a bhaint amach roimh duit a bheith críochnaithe sa mheánscoil!

MO LUACHANNA



Meabhrúchán!

CÉARD IS LUACHANNA ANN?

- Is éard is luachanna ná prionsabail nó caighdeáin iompraíochta; breith an duine ar a bhfuil tábhachtach sa saol.
- Samplaí: An Fhóntacht, An Iontaofacht, An Dílseacht, An Díograis, An Leathan-Aighneacht, An Chomhsheasmhacht, An Mhacántacht.

Le Déanamh!

Scríobh faoi chuid de na luachanna atá agat.

M'FHÉINIÚLACHT



Meabhrúchán!

CAD IS FÉINIÚLACHT ANN?

Is ionann m'fhéiniúlacht agus an duine atá ionam féin!

acadúil	tarraingteach	aireach	cróga	cinnte	réchúiseach	tógtha	greannmhar
cruinn	álainn	cluanach	cúirtéiseach	aoibhinn	aisteach	uathúil	fial
inoiriúnaithe	mórtasach	ceanúil	craiceáilte	craiceáilte	éifeachtach	spleodrach	séimh
gleoite	dalba	néata	cruthaitheach	as saobhchiall	gliondrach	cóir	dea-chroíoch
eachtrúil	dána	suaimhneach	inchreidte	cuimsitheach	iomráiteach	fanaiceach	iontach
grámhar	cróga	muiníneach	oilte	diongbháilte	draíochtach	dílis	cainteach
ionsaitheach	éirimiúil	cliste	fiosrach	dílis	spreagúil	faiseanta	áille
caoihiúil	leathan-	inniúla	misniúil	lán dínite	seasmhach	banda	snoite
airdeallach	aighneachta	sochair	galánta	díograiseach	maoithneach	daingean	dathúil
mealltach	praiseach	muiníneach	slachtmhar	cantalach	comhbhách	solúbtha	sásta
uaillmhianach	séimh	tuisceanach	piotha	dinimiciúil	fuinniúil	amaideach	sláintiúil
spraíúil	ábalta	coimeádach	péacach	discréideach	lán spraoi	feidhmiúil	cabhrach
buíoch	neamhimníoch	cineálta	réasúnta	ceannasach	díograiseach	foirmiúil	heirméiteach
ealaíonta	cúramach	cancrach	cinntitheach	dinimiciúil	eiticiúil	macánta	sárchumasach
dearfach	lách	calma	cuibhiúil	fonnmhar	iontach	cairdiúil	hipirghníomhach
aclaíochta	réchúiseach	cuidiúil	tiomnaithe	dúthrachtach	spreagúil	spraíúil	

Le Déanamh!

Liostaigh cúig fhocal a d'fhéadfadh iad a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar cé tusa féin mar dhuine!

AN DUINE SPREAGÚIL ATÁ MAR RÓLCHUSPA AGAM

Meabhrúchán!

CÉARD IS A DUINE SPREAGÚIL/ RÓSCHUSPA ANN?

Is éard is duine spreagúil/rólchuspa ann ná duine a bhfuil meas agat air agus a mheasann tú é a bheith inspioráideach.



Le Déanamh!

Scríobh faoin duine spreagúil atá roghnaithe agat féin mar rólchuspa?

- Cad é faoin duine seo gur údar spreagtha é duit féin?
- Cad atá foghlamtha agat ón duine seo?
- Cad é faoin duine seo gur údar spreagtha é duit féin?



NA HÁBHAIR ATÁ Á NDÉANAMH AGAM



Le Déanamh!

Cad iad na hábhair sa tSraith Shinsearach is fearr leat agus cad iad na cinn ar mhaith leat staidéar a dhéanamh orthu?



MO ROGHANNA



Meabhrúchán!

CAD IAD CUID DE MO ROGHANNA?

- An tOideachas Tríú Leibhéal
- Cúrsaí Iar-Ardteistiméireachta (PLCanna)
- Printíseachtaí
- Cláir Iarchéime
- Cláir arna Urrú ag an Fhostóir
- An Staidéar Thar Lear
- An Obair
- An Taithí Oibre
- An Obair Dheonach
- Briseadh Bliana
- An Ardteistiméireacht a Dhéanamh den Athuair

Le Déanamh!

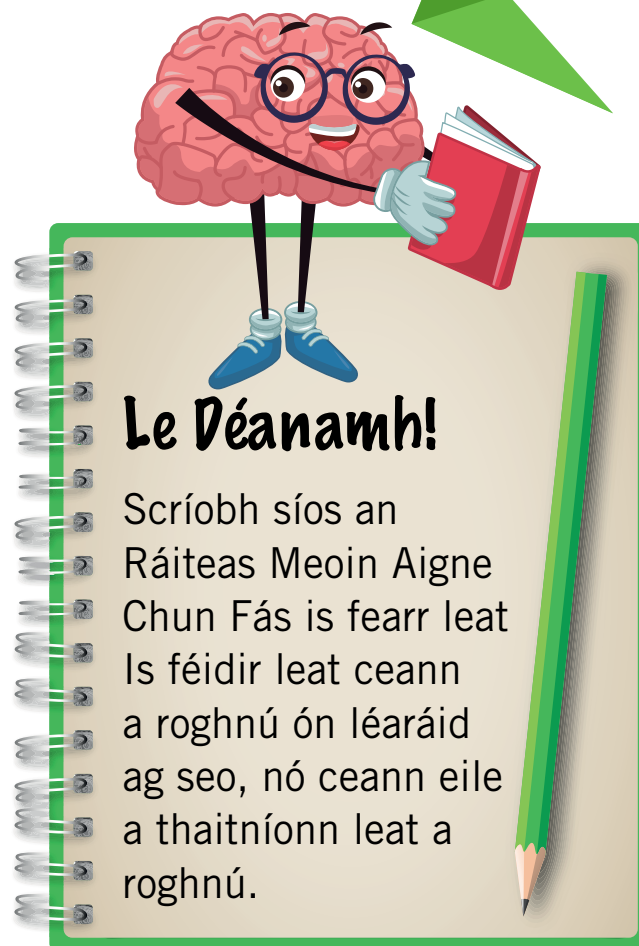
Ainmnigh cuid de na roghanna ar mhaith leat triail a bhaint astu nuair atá an meánscoil críochnaithe agat.

AN RÁITEAS MEOIN AIGNE CHUN FÁS IS FEARR LIOM

Meabhrúchán!

CAD IS RÁITEAS MEOIN AIGNE CHUN FÁS ANN?

Ráitis atá bunaithe ar chreidiúint gur féidir leis an duine a bheith níos cliste ná níos fearr chun rud a dhéanamh; gur féidir leat feabhsú ach cleachtadh a dhéanamh.



“Is aoibhinn liom triail a bhaint as rudaí nua”
“Aon rud gur mian liom é a dhéanamh, is féidir liom foghlaim conas é a dhéanamh”
“Bíonn deiseanna & forbairt le tapú i gcónaí nuair a theiptear ort”
**MEON AIGNE
CHUN FÁS**

“Is féidir an intleacht atá agam a fhorbairt”
“Déanaim iarracht aghaidh a thabhairt ar dhúshláin”
“Bímse ag foghlaim ó aon aiseolas a fhaighimse ó dhaoine eile”
“Leanaim ar aghaidh ag déanamh iarrachta agus tabhairt isteach riamh”
“Is údar spreagtha dom é nuair a bhíonn rath ag daoine eile”

“Tá a fhios agam go gcuideoidh sé seo liom cé go bhfuil sé deacair”

“Bímse ag fás de réir mar a dhéanaim botúin”

CUIR DO PHÓSTAER I LÁTHAIR DO DO DO GHRÚPA!

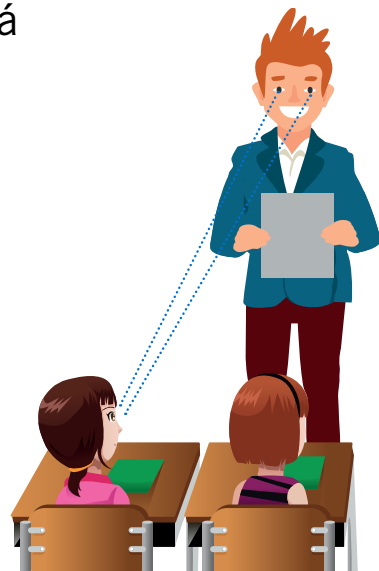
- An chuimhin leat an ceacht a bhí agat sa Dara Bliain ar ‘Mo Ghuth Féin Agus an Bealach a gCuirim Mé Féin In Iúl’?
- D’fhéadfadh sé sin cabhrú leat agus do phóstaer á chur i láthair agat don ghrúpa!



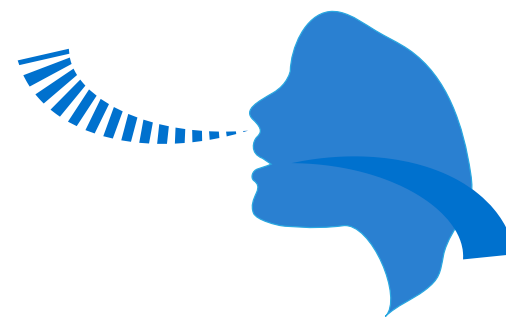
**Tarraing
meangadh
gáire**



**Seas suas le do
chosa ciúin sochair
agus sínte amach**



**Féach ar na daoine
ina súile!**



**Tarraing an anáil
go mall agus go
domhain**

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!



Déan Póstaer Chun Tú Féin A Chur I Láthair!

Bí chomh cruthaitheach agus is féidir!

Ba cheart go gcuimseofar sa phóstaer na nite seo a leanas:

Daoine ar
féidir leo
tacú leat

Do
Scileanna

Do
Spriocanna

Do
Luachanna

D'Fhéiniúlacht

An duine
spreagúil
atá mar
rólchuspa
agat

Ábhair a
thaitníonn
leat

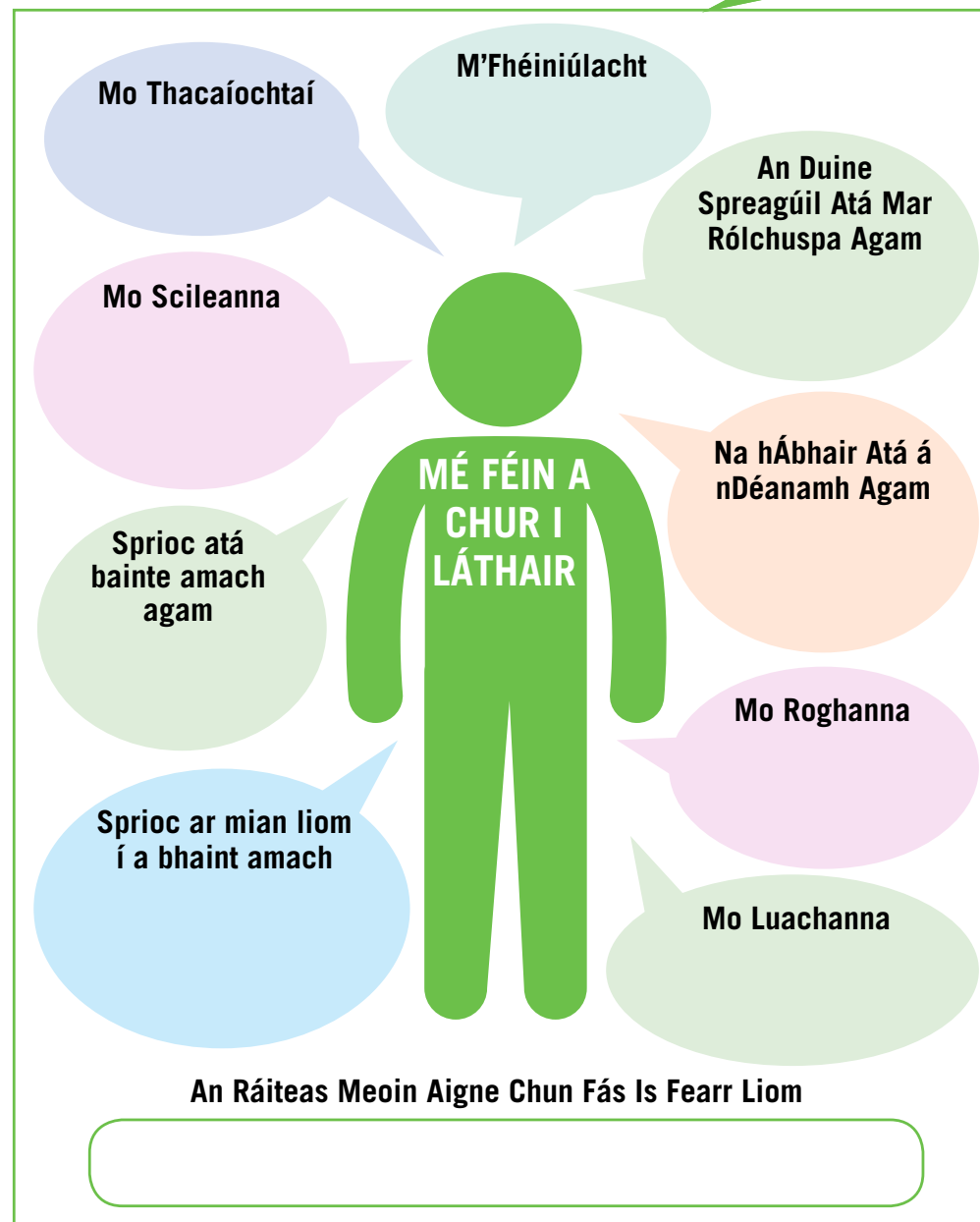
Do
Roghanna

An Ráiteas
Meoin
Aigne Chun
Fás is fearr
leat

Ina dhiaidh sin cuirfidh tú an póstaer seo i láthair i sa ghrúpa beag ina bhfuil tú!

CONAS A CHUIRFIDH MÉ AN PÓSTAER I LÁTHAIR?

BARÚIL DEN CHUMA
A BHEADH AIR



AISEOLAS ÓN RANG AGUS AN MACHNAMH!

- 
- Cad a cheap tú faoin gcleachtadh seo?
 - Ar thaitin leat a bheith ag labhairt fút féin?
 - Ar thaitin leat a bheith ag éisteacht le daoine eile ag caint fúthu féin?
 - Cad atá foghlamtha agat i do Fhoghlaim a Bhaineann leis an Treoir a raibh an tionchar is mó aige ort?
 - Cad eile ba mhaith leat a fhoghlaim sna Ranganna Foghlama a Bhaineann leis an Treoir?

AN MÉID ATÁ FOGHLAMTHA A ATREISIÚ

An bhfuil tú in ann...

- póstaer a dhéanamh fút féin agus é a chur i láthair don ghrúpa ina bhfuil tú

MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!
- BILEOG OIBRE

DÉAN PÓSTAER CHUN TÚ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!

FAISNÉISIÚ



Ba cheart go gcuimseofar sa phóstaer na nite seo a leanas:

- Breac síos ainm triúr dhaoine ar féidir leo tacú leat.
- Breac síos cuid de na scileanna atá agat!
- Scríobh faoi sprioc a bhain tú amach sa tréimhse trí bliana is deireanaí!
- Scríobh faoi sprioc ar mhaith leat í a bhaint amach roimh duit a bheith críochnaithe sa mheánscoil!
- Breac síos cuid de na luachanna atá agat.
- Liostaigh cúig fhocal a d'fhéadfadh iad a úsáid chun cur síos a dhéanamh ar cé tusa féin mar dhuine!
- Scríobh faoin duine spreagúil atá roghnaithe agat féin mar rólchuspa?
 - Cad é faoin duine seo gur údar spreagtha é duit féin?
 - Cad atá foghlamtha agat ón duine seo?
 - Cad é faoin duine seo gur údar spreagtha é duit féin?
- Cad iad na hábhair sa tSraith Shinsearach is fearr leat agus cad iad na cinn ar mhaith leat staidéar a dhéanamh orthu?
- Ainmnigh cuid de na roghanna ar mhaith leat triail a bhaint astu nuair atá an meánscoil críochnaithe agat.
- Scríobh síos an Ráiteas Meoin Aigne Chun Fás is fearr leat

Ina dhiaidh sin cuirfidh tú an póstaer seo i láthair i sa ghrúpa beag ina bhfuil tú!



MÉ FÉIN A CHUR I LÁTHAIR!
- BILEOG OIBRE

Mo Thacaíochtaí

M'Fhéiniúlacht

**An Duine
Spreagúil Atá Mar
Rólchuspa Agam**

Mo Scileanna

**Sprioc atá
bainte amach
agam**

**MÉ FÉIN A
CHUR I
LÁTHAIR**

**Na hÁbhair Atá á
nDéanamh Agam**

**Sprioc ar mian liom
í a bhaint amach**

Mo Roghanna

Mo Luachanna

An Ráiteas Meoin Aigne Chun Fás Is Fearr Liom