Coimisiún na Scrúduithe Stáit

An Ardteistiméireacht 2022

Aistriúchán
Ar Scéim Mharcála

Eacnamaíocht Bhaile – Eolaíoch 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.

Eacnamaíocht Bhaile – Eolaíoch agus Sóisialta

Gnáthleibhéal

Scéim Mharcála

Treoracha d'iarrthóirí:

Roinn A 30 marc
Freagair **cúig** cheist ar bith sa roinn seo.
Tá 6 mharc ag gabháil le gach ceist.

Roinn B 130 marc
Freagair **Ceist 1** agus ceist **amháin** as ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.
Tá 80 marc ag gabháil le Ceist 1.
Tá 50 marc an ceann ag gabháil le ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.

Roinn C 40 nó 80 marc
Freagair ceist **amháin** ar ábhar roghnach nó Ceist 4 (croí-ábhar), ar a n-áirítear **cuid (a)** agus **cuid (b) nó (c).**
Má chuir tú isteach obair chúrsa i d*Teicstílí, Faisean agus Dearadh* le haghaidh an scrúdaithe, ní cheadaítear duit ach Ceist 2 as an roinn seo a fhreagairt.

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 malartacha bailí eile. Más rud é go bhfuil tú neamhchinnte faoi bhailíocht freagra mhalartaigh, téigh i gcomhairle le do scrúdaitheoir comhairleach.*
- *Braitheann na mionsonraí a theastaíonn in aon fhreagra ar an gcomhthéacs agus ar an gcaoi a gcuirtear an cheist, agus ar an líon marcanna atá ar fáil don fhreagra ar an scrúdpháipéar. D'fhéadfadh riachtanais agus leithdháileadh na marcanna athrú ó bhliain go bliain, dá réir 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.*

Tabla na nGrád - 240/200

Grád	Ábhar Roghnach 1, 3 agus C4	Ábhar Roghnach 2
1	216 - 240	180 -200
2	192 - 215	160-179
3	168 - 191	140-159
4	144 -167	120-139
5	120-143	100 -119
6	96 - 119	80 - 99
7	72 - 95	60 -79
8	< 71	< 59

Nótaí mínithe - Eacnamaíocht Bhaile 2022

Ba cheart na marcanna a bhfuil nóta miniate ag gabháil leo a chur gar don fhreagra ceart/leathcheart. Thig le dathanna na nótaí mínithe bheith éagsúil óna chéile.

Nóta mínithe	Míniúchán
0	Náid bronnta
✓ 1	Marc **amháin** bronnta
✓ 2	**Dhá** mharc bronnta
✓ 3	**Trí** mharc bronnta
✓ 4	**Ceithre** mharc bronnta
✓ 5	**Cúig** mharc bronnta
✓ 6	**Sé** mharc bronnta
✓ 7	**Seacht** marc bronnta
✓ 8	**Ocht** marc bronnta
⦚	Leathanach Bán
F	Marcanna iomlána bronnta don phointe breise
P	Cuid de marcanna bronnta don phointe breise
<	Pointe/obair nach ndearnadh iarracht air/uirthi
A	Marc lascaine
P1	Bain marc **amháin**

P2	Bain **dhá** mharc
P3	Bain **trí** mharc
P4	Bain **ceithre** mharc
P5	Bain **cúig** mharc
P6	Bain **sé** mharc
P7	Bain **seacht** marc
P8	Bain **ocht** marc
P9	Bain **naoi** marc
P10	Bain **deich** marc
MMS	Scéim mharcála athraithe

Ní mór d'iarrthóirí ceist amháin a fhreagairt i Roinn C. Baineann ceist C2 leis an ábhar roghnach *Teicstílí, Faisean agus Dearadh.* Sa chás go bhfreagraíonn iarrthóir C2 agus ceist eile as C1, C3 nó C4, cuireann an scrúdaitheoir marc lascaine i bhfeidhm sa chaoi nach n-áirítear ach an marc is airde. Baintear leas as nóta mínithe A le cur in iúl go bhfuil marc lascaine á chur i bhfeidhm. Mar shampla, chun -23 a chur i bhfeidhm mar mharc lascaine, d'úsáidfeadh scrúdaitheoir A, P10, P10, P3 chun -10, -10 agus -3 a chur i bhfeidhm, is é sin -23 san iomlán.

Roinn A

Freagair **cuig** cheist ar bith as an roinn seo.
Tá 6 mharc ag gabháil le gach ceist.

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

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

	Fíor	**Bréagach**
Is féidir le haiste bia ina bhfuil a lán salainn a bheith ina cúis le brú fola ard	✓	
Cuireann 1 ghram de shaill 20 cileacalra d'fhuinneamh ar fáil		✓
Is féidir le carnadh colaistéaróil ar bhallaí na n-artairí a bheith ina chúis le galar corónach croí	✓	

2. Luaigh **dhá** fheidhm atá ag lipidí (saillte).

2 fheidhm @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

(i)	*Teas; fuinneamh; stóráiltear lipidí breise mar fhíochán saille; agus inslítear an corp dá bharr seo;*
	chomh maith le feidhmiú mar chúltaisce fuinnimh; orgáin íogaire a chosaint;
(ii)	*Vitimíní sailltuaslagtha A, D, E, K a sholáthar; foinse d'aigéid shailleacha riachtanacha;*
	cuireann sé moill ar an mbraistint d'ocras; ní féidir cillbhallaí a thógáint gan é; srl.

Ainmnigh fhoinse **amháin** lipidí (saillte) sa réim bia.

1 fhoinse @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

(i)	*Feoil; uibheacha; iasc lán ola; táirgí déiríochta; pónairí soighe; abhacáid; ológa;*
(ii)	*Cnónna agus olaí cnónna; olaí plandúla; olaí ae éisc; margairín; síolta; srl.*

3. Tabhair sampla **amháin** de gach cineál anlainn atá liostaithe thíos.

3 shampla @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

Cineálacha / Aicme anlann	**Sampla**
Anlann bunaithe ar roux	*Bán; cáis; peirsile; béchamel; anlann donn; srl.*
Anlann bunaithe ar ubh	*Maonáis; custard; hollandaise; srl.*
Anlann milis	*Seacláide; taifí; caramail; imreog; úill; oráiste; mónóg; coulis sútha craobh; srl.*

4. Bain úsáid as na focail atá liostaithe thíos chun na ráitis seo a leanas maidir le torthaí agus glasraí a chríochnú.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

bánaítear ***ina séasúr féin*** ***vitimín C***

Is foinse shaibhir de ***vitimín C*** iad torthaí citris.

Bánaítear glasraí sula reoitear iad.

Nuair a bhíonn glasraí ***ina séasúr féin*** bíonn blas breá orthu.

5. Tabhair **dhá** shampla éagsúla de mhiasa a mbaintear úsáid as na modhanna cócaireachta atá ainmnithe thíos chun iad a chócaráil.

2 shampla @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0) **+ 2 shampla @ 1 mharc amháin** (grádaithe 1:0)

Modh cócaireachta	**Miasa**	
Bácáil	(i) *Mionbhruar úll; císte spúinse; pióg éisc; arán sóide;*	(ii) *Lasáinne; píotsa; báca pasta; muifíní; srl.*
Gríoscadh	(i) *Satae de bhrollach sicín; glasraí ceibeabanna; burgair mhairteola;*	(ii) *Briogúin torthaí; bruschetta; srl.*

6. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** threoirlíne phleanála béilí atá le leanúint do dhuine atá ag teacht chuige/chuici féin tar éis dó/di a bheith breoite.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

(i)	*Bia a dhíleáitear go héasca a réiteach; chomh maith le hé a bheith blasta; iontógáil fuinnimh laghdaithe; méid an sciar níos lú;*
	bianna a bhfuil beagán blastáin orthu; torthaí agus glasraí; bianna a bhfuil neart snáithín iontu d'fhonn iatacht a sheachaint;
(ii)	*Tá foinse chomhdhlúite de phróitéin de dhíth d'fhonn fíochán a bhfuil damáiste déanta dó a dheisiú;*
	ama béile rialta; déan bianna spíosracha a sheachaint; bianna atá lán d'iarann a ithe d'fhonn ainéime a sheachaint;
(iii)	*Béilí cothromaithe; ná déan bianna a fhriochadh más féidir; seachain bianna atá an iomarca ola/gréisce iontu;*
	neart leachtanna; bianna atá saibhir ó thaobh vitimín C de d'fhonn cuidiú le bisiú; srl.

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

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

	Fíor	**Bréagach**
Cosnaíonn an pacáistiú bia ar dhamáiste agus ar thruailliú/éilliú	✓	
Is pacáistiú taisdíonach é pacáistiú páipéir		✓
Tá gach pacáistiú bia in-bhithmhillte agus in-athchúrsáilte		✓

8. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** ghné is cóir do thuismitheoirí a chur san áireamh nuair a bhíonn siad ag roghnú bia do leanaí réamhscoile.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

(i)	*Éagsúlacht bianna a chur san áireamh; pirimid bia a leanúint; torthaí agus glasraí; bianna stáirsiúla; bianna próitéin; táirgí déiríochta;*
	costas; próiseáil bia; méid an sciar; bianna atá éasca iad a láimhseáil;
(ii)	*Feasacht chothaitheach; staid shláinte; ailléirgí; leibhéil aclaíochta;*
	caitheamh aimsire; gnéithe céadfacha den bhia; pacáistiú bia; lipéadú bia;
(iii)	*Inbhuanaitheacht; piaraí; teaghlach; stíl mhaireachtála; cuir díol spéise sa bhoscal lóin le héagsúlacht arán, cruthanna pasta; an páiste a bheith páirteach i lón a phacáil;*
	infhaighteacht bia; margaíocht; treochtaí bia; srl.

9. Luaigh ar na treoirlínte is cóir a leanúint lena chinntiú go ndéantar bia a ullmhú go sábháilte faoi **gach** ceann de na ceannteidil thíos.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

Stóráil bia *déan bianna amh agus cócaráilte a stóráil in áiteanna difriúla; déan bianna somheata a stóráil faoi 5°C; déan bianna reoite a stóráil ag -18 °C; déan bianna a stóráil i gcoimeádáin oiriúnacha; déan bianna tirime a stóráil i gcófra tirim, fionnuar, dea-aeráilte; bain glasraí agus torthaí ó chumhdach plaisteach; lean na treoracha stórála ar lipéid bia; déan dátaí dulta ó mhaith/ar fearr roimhe a sheiceáil; srl.*
Sláinteachas pearsanta *déan lámha a ní roimh bhia a láimhseáil; déan iarracht gan bheith ag casachtach agus ag sraothartach gar do bhia; ní foláir do naprúin a bheith glan; ba cheart gearrthacha a bheith clúdaithe le greimlín a bhfuil dath geal air; cinntigh go bhfuil ingne gearr agus glan; déan seodra a bhaint; srl.*
Bia a théamh arís *caithfear bia a théamh go teocht ard chun baictéir a mhilleadh; tá gá le bianna ardriosca amhail stobhach agus súlaigh a théamh go 100°C; ná déan bianna a atéamh níos mó ná uair amháin; srl.*

10. Tabhair sampla **amháin** de **gach** aicme de bhreiseáin bhia.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

Aicme de Bhreiseáin Bhia	Sampla
Blastáin	*Siúcra; salann; spíosraí; luibheanna; blasóirí saorga; glútamáit mhonasóidiam; srl.*
Leasaithigh	*Siúcra; salann; fínéagar; deatach; dé-ocsaíd sulfair; potaisiam sorbáite; srl.*
Milseoirí	*Fruchtós; siúcra; mil; síoróip glúcóis; aspairtéim; sacairín; sorbitol; mannitól; srl.*

11. Luaigh **dhá** bhuntáiste a bhaineann le hearraí a cheannach ar cairde.

2 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

(i)	*Cuireann sé ar chumas duine billí móra a íoc; rudaí costasacha a cheannach; costais gan choinne a íoc;*
	ní gá slámanna móra d'airgead tirim a iompar thart;
(ii)	*Spreagann sé tomhaltóirí airgead a chaitheamh; agus cruthaítear poist dá bharr; glactar le cártaí creidmheasa go forleathan;*
	is féidir leas a bhaint as sladmhargaí; srl.

Mol cineál **amháin** cairde a bheadh oiriúnach le carr a cheannach.

1 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

Iasacht; fruilcheannach; PCP (pleananna conartha pearsanta); cárta creidmheasa; srl.

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

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

	Fíor	**Bréagach**
Is é is Íoc Mar A Thuillir (ÍMAT) ann ná cáin ioncaim a bhaintear as pá comhlán duine	✓	
Is é is Árachas Sóisialta Pá-Choibhneasa (ÁSPC) ann ná asbhaint éigeantach a íocann fostóirí agus fostaithe	✓	
Is é is ioncam glan ann ná airgead a thuilltear sula ndéantar aon asbhaintí		✓

13. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** ghné nach mór a chur san áireamh nuair a bhíonn earraí teicstíle tí á roghnú agat.

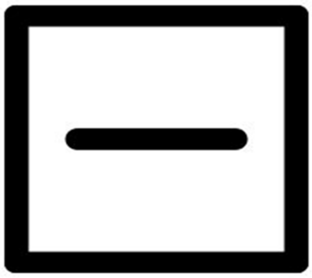
3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

(i)	*Airíonna na fabraice e.g. smálfhriotaíoch; cé chomh oiriúnach agus atá an fabraic don chuspóir;*
	costas; na rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn le duine treochtaí san fhaisean faoi láthair;
(ii)	*Tarraingt aeistéitiúil; cuma; go luíonn sé go deas; meáchan; ionsúiteacht;*
	uigeacht; loinnir ; dath; patrún ; marthanacht; leamhain-díonach; buandathach;
(iii)	*Aire agus níochán, nigh/triomaigh glan; smálfhriotaíoch; friotaíoch ó thaobh treigean datha de;*
	sabháileacht e.g. lasairmhoillitheach; nádúrtha nó sintéiseach; srl.

14. Cén t-eolas a chuireann **gach** ceann de na siombailí cúraim teicstíle seo a leanas in iúl don tomhaltóir?

2 @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Ná bánaítear.



Triomaigh ar dhromchla cothrom é.

(*www.persilproclean.com*)

Roinn B

Freagair **Ceist 1** agus cheist **amháin** as ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.
Tá 80 marc ag gabháil le Ceist 1. Tá 50 marc an ceann ag gabháil leis na ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.

Ceist 1
'Is príomhbhia é bainne i réim bia na leanaí in Éirinn.' (*www.nationaldairycouncil.ie*)

Sa tábla thíos, taispeántar cion cothaitheach an bhainne gan bhearradh agus an bhainne threisithe gan saill in aghaidh gach 100 ml.

Cineál Bainne	Fuinneamh (kcal)	Próitéin	Carbaihiodráití	Saill	Cailciam	Vitimín B12
Bainne gan Bhearradh	64 kcal	3.4 g	4.7 g	3.5 g	119 mg	0.4 µg
Bainne Treisithe gan Saill	35 kcal	3.3 g	5.0 g	0.2 g	160 mg	0.4 µg

(*www.avonmore.ie*)

(a) Agus tú ag baint úsáide as eolas atá curtha ar fáil sa tábla thuas, luaigh cé acu bainne díobh a mholfá do dhéagóir.
Tabhair **ceithre** chúis le do rogha. (20 marc)

Ainm 4 mharc (grádaithe 4:0)**, 4 chúis @ 4 mharc** (grádaithe 4:2:0)
Bainne gan bhearradh: *cion cileacalra níos airde; cion saille níos airde; saill le haghaidh teasa agus fuinnimh; is furasta saill a dhíleá; is féidir le saill sháithithe an riosca GCC a mhéadu; cion próitéin níos airde; próitéin le haghaidh fáis agus deisithe; cion carbaihiodráite níos ísle; CHO le haghaidh teasa agus fuinnimh; méid níos lú cailciam; cailciam le haghaidh cnámha agus fiacla níos láidre; vitimín B_{12} d'fhonn fuilchealla dearga a dhéanamh, meitibileacht d'aigéad fólach, aigéid shailleacha agus truaill mhiailineach a chruthú timpeall néaróga; srl.*
Bainne treisithe gan saill: *cion cileacalra níos ísle; cion saille níos ísle; cion próitéine níos ísle; próitéin le haghaidh fáis agus deisiúcháin; cion carbaihiodráit níos ísle; CHO le haghaidh teasa agus fuinnimh; méid níos airde cailciam; cailciam le haghaidh cnámha agus fiacla; vitimín B_{12} le haghaidh fuilchealla dearga a chruthú, meitibileacht d'aigéad fólach, aigéid shailleacha agus truaill mhiailineach a chruthú timpeall néaróga; cuireann sé cosc ar ainéime; srl.*

(b) Tabhair breac-chuntas ar **thrí** shlí shuimiúla le táirgí déiríochta a chur san áireamh i réim bia déagóra. (12 mharc)

3 shlí @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)
Bainne *sa ghránach; creatháin bhainne, caoineoga; caifeanna déanta ar bhainne; bainne a chur ar an mbord le béilí; é a riar mar sneaic; miasa ina bhfuil anlainn bhána; curtha le hanraith; fuidrimh; milseoga bunaithe ar bhainne; curtha le hearraí bácáilte;* ***Iógart*** *mar sneaic; i gcreatháin bhainne, i gcaoineoga; mar bharrán ar mhilseoga; dipíní le haghaidh curraí; blastáin do shailéid; gairnis le haghaidh anraith; barrán le haghaidh prátaí bácáilte;* ***Cáis*** *i sailéid; líonadh i gceapaire/prátaí bácáilte; barrán le haghaidh pasta; curtha le miasa príomhchúrsa; curtha le prátaí brúite; anlainn cháis le haghaidh cóilis; clár cáise mar mhilseog; císte cáise; curtha le hearraí bácáilte; srl. curtha le him; uachtar reoite; srl.*

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

- feidhmeanna sa chorp

3 fheidhm @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Cnámha láidre; fiacla sláintiúla; téachtadh fola; ligean sa mhatán; gnáthfheidhmiú na néaróg; tréscaoilteacht sheicne; meitibileacht na cille a rialú; srl.

- foinsí sa réim bia

3 fhoinse @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Uisce crua; táirgí déiríochta; iasc stánaithe; glasraí duilleogacha glasa; arán treisithe; plúr bán; uibheacha; iasc lán ola; uisce i mbuidéil; súnna treisithe; bainne soighe; gránaigh bhricfeasta treisithe; srl.

- iarmhairt na heaspa. (28 marc)

1 éifeacht amháin @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Raicíteas; oistéamalaice; oistéapóróis; lobhadh na bhfiacla; freanga sa mhatán; téachtadh fola lag; cur isteach ar fheidhmiú na néarcheall; srl.

(d) Pléigh **ceithre** thoisc is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn táirgí déiríochta á gceannach **agus** á stóráil agat le cur amú bia a laghdú. (20 marc)

4 thoisc @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

(1 tagairt amháin do cheannach, 1 tagairt amháin do stóráil, móide 2 tharairt eile)

Ceannach: *déan siopadóireacht le liosta; ceannaigh ó shiopa glan, sláinteach; déan dátaí dulta ó mhaith a sheiceáil; déan an pacáistiú/clúdach a sheiceáil le cinntiú go bhfuil sé slán; a chinntiú go bhfuil táirgí déiríochta stóráilte ag an teocht cheart; ceannaigh iad i dtreo dheireadh an turais siopadóireachta; ceannaigh iad i méideanna inúsáidte/beaga; srl.*

Stóráil: *déan táirgí déiríochta a stóráil sa chuisneoir 4˚C; úsáid iad ar bhonn uainíochta; cloígh leis na dátaí dulta ó mhaith a léirítear ar an bpacáistiú; coinnigh an bainne sa chartán/sa choimeádán bunaidh; coinnigh táirgí déiríochta clúdaithe nó déan iad a stóráil i gcoimeádáin atá dúnta go daingean agus i bhfad ó bhianna le boladh láidir; ná cuir an iomarca sa chuisneoir; déan cáis a fhilleadh go scaoilte i bpáipéar párach/páipéar céir d'fhonn cosc a chur ar thriomú; srl.*

Ceist 2

'Tá seisear leanaí bunscoile as gach deichniúr gan a bheith ag ithe a ndóthain snáithín.' (*www.bordbia.ie*)

(a) Tabhair cuntas **(i)** ar an luach cothaitheach **agus (ii)** ar an luach diaitéiteach atá ar ghránaigh. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

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

Cothaitheach: *próitéin LBV; carbaihiodráit; bia slánghráinneach mar fhoinse de snáithín; aigéid shailleacha neamhsháithithe; foinse de vitimíní ón ngrúpa B; vitimín E; cailciam; iarann agus fosfar; cion uisce íseal; srl.*

Diaitéiteach: *próitéin le haghaidh fáis agus deisiúcháin; stáirse le haghaidh fuinnimh, úsáideach i réim bia daoine aclaí; tá snáithín cothaithe i slánghráin a chuireann cosc ar iatacht; tá saill il-neamhsháithithe, ní chuireann sé le carnadh colaistéaróil; solúbtha; ní chosnaíonn sé mórán chun é a cheannach; éasca le húsáid; ní féidir le céiliaigh glútan a dhíleá; is féidir é a úsáid i miasa milis agus saillte araon; is féidir cócaireacht a dhéanamh air laistigh de thréimhse ghearr, costais fuinnimh a shábháil; srl.*

(b) Pleanáil biachlár le neart snáithín le haghaidh lá amháin do leanbh atá ag dul ar scoil, (3 bhéile, ina bhfuil lón pacáilte san áireamh). (18 marc)

3 bhéile @ 6 mharc

(Biachlár: 2 chúrsa @ 2 mharc + 1 deoch @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)**) X 3**

Biachláir shamplacha

Bricfeasta	***Lón pacáilte***	***Dinnéar***
Sú oráiste *** *Gránach slánghráinneach le bainne* *** *Iógart sútha talún* *** *Gloine bainne*	*Rollóg donn le sicín agus cáis* *** *Úll* *** *Buidéal uisce*	*Anraith glasraí le harán donn* *** *Spaigití bolognese le pasta donn* *** *Gloine bainne*

(c) Tabhair breac-chuntas ar na slite a dtéann teas i bhfeidhm ar ghránaigh. (12 mharc)

3 phointe @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Atann na gráinní stáirse de dheasca an teasa thais agus ionsúnn siad an leacht cócaireachta nuair a phléascann siad, e.g. rís bheirithe; atann na gráinní stáirse de dheasca an teasa thirim agus ionsúnn siad an tsaill nuair a phléascann siad, e.g. grán rósta; éiríonn an ceallalós níos boige, agus bíonn sé níos éasca é a dhíleá dá bharr; téachtann agus cruann an phróitéin; cailltear roinnt vitimín B; tarlaíonn deistriniú ó thaobh an stáirse de; caramalaíonn an siúcra sa chaoi is go dtagann dath donn ar an dromchla; srl.

Ceist 3
Cuidíonn leasú bia sa bhaile le cur amú bia a laghdú.

(a) Tabhair cuntas ar mhodh **amháin** chun bia a leasú sa bhaile.

Déan tagairt dóibh seo a leanas:

- ainm an mhodha leasaithe **Ainm: 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)
- bianna oiriúnacha **3 bhia @ 3 mharc** (grádaithe 3:0)
- céimeanna i gcur i bhfeidhm an modh leasaithe. **4 chéim @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)

(24 marc)

Ainm an mhodha leasaithe: *teaschóireálacha*, e.g. *subh/seatnaí a dhéanamh, caomhnú ceimiceach, picil, triomú, reo, srl.* **Bianna oiriúnacha:** *torthaí: úlla, oráistí, sútha talún, plumaí, aibreoga, srl. glasraí: cairéid, piseanna, pónairí, trátaí, oinniúin, cóilis, brocailí; feoil agus iasc; bianna bácáilte; anraithí agus anlainn; béilí cócaráilte; srl.* **Céimeanna i gcur i bhfeidhm an modh leasaithe:** ***subh/seatnaí a dhéanamh****: déan prócaí a ní agus a steiriliú; déan torthaí agus glasraí a ullmhú de réir a gcineáil; bain úsáid as sáspan trombhunaithe; suanbhruith chun peictin a scaoileadh; cuir siúcra leis; is féidir sú líomóide a chur leis chun aigéadacht a mhéadú; déan é a bhruith go dtí go sroichtear an pointe téachta; blais é; déan é a scimeáil; cuir i bpota é; dún é; cuir lipéad air; stóráil é; srl.* ***Cuir i mbuidéil:*** *déan prócaí de thorthaí/de ghlasraí a théamh i ndabhach uisce; déan na prócaí a dhúnadh go daingean nuair atá siad te; cruthaíonn sé seo folús ar fhuarú dó agus cruthaítear séala dá bharr; cuir lipéad orthu; déan iad a stóráil; srl.* ***Triomú:*** *déan na luibheanna a cheangal i mbearta; triomaigh iad in áit the; cuir i bpacáistiú iad; cuir lipéad orthu; déan iad a stóráil; srl.* ***Reo:*** *bánaítear iad de réir a gcineáil; cuir i bpacáistiú taisdhíonach iad; bain an t-aer as; dún go daingean iad; cuir lipéad orthu; reoigh ag -25˚C; déan iad a stóráil ag -18˚C; srl.*

(b) Déan cur síos ar **cheithre** threoirlíne shábháilteachta atá le leanúint nuair a bhíonn bia á leasú agat sa bhaile. (16 mharc)

4 threoirlíne @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Bí cúramach agus tú ag úsáid sceana géara, grátálaithe, lanna de phróiseálaí bia; bain úsáid as sáspan le lámha teasdhíonacha; bain úsáid as lámhainní oigheann agus tú ag láimhseáil prócaí/claibíní teo, nó le linn tráidirí a bhiant as an oigheann; coinnigh lámha na sáspan casta isteach; ná cuir an iomarca sna prócaí; déan lámha a ní roimh bhia a láimhseáil; déan iarracht gan bheith ag casachtach/sraothartach os cionn bia; clúdaigh do chuid gruaige le líontán gruaige; caith éadaí cosanta, déan gearrthacha a chlúdú le cóiriú uiscedhíonach; déan bia a láimhseáil a laghad agus is féidir; ná déan na soicéid leictreacha a ró-ualú; déan fleisceanna atá ag sraoilleadh a sheachaint; múch fearais nuair nach bhfuil siad in úsáid; ná déan fearais leictreacha a láimhseáil le lámha fliucha; úsáid dromchlaí ar leith agus bianna amha agus cócaráilte á n-ullmhú; srl.

(c) Luaigh **dhá** shlí a dtéann lipéadú bia chun tairbhe don tomhaltóir nuair a bhíonn sé/sí ag ceannach bianna próiseáilte. (10marc)

2 shlí @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Cuireann sé an tomhaltóir ar an eolas faoi airíonna bia próiseáilte; is féidir leo rogha eolach a dhéanamh; eolas maidir le cothaithigh, ailléirginí, breiseáin, mionathruithe géiniteacha; srl. comhábhair atá liostaithe in ord íslitheach meáchain; cainníocht ghlan; tír thionscnaimh; dáta dulta ó mhaith, dáta ar fearr roimhe é; treoracha maidir le cócaireacht, stóráil; ainm agus seoladh an mhonaróra; dearbhú cáilíochta e.g. marc de chuid Bord Bia; táirgí orgánacha; trádáil chóir; srl.

Ceist 4

'Nuair a cheannaíonn tú táirge nó seirbhís tá cearta áirithe agat faoi reachtaíocht na hÉireann.'

(*www.citizensinformation.ie*)

(a) Ainmnigh **agus** mínigh **ceithre** cheart atá ag tomhaltóirí nuair a bhíonn fearais tí á gceannach acu. (16 mharc)

4 cheart @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Luach ar airgead; ceart chun teacht ar eolas atá macánta agus fíor; ceart go mbeadh rogha ag duine i leith earraí agus seirbhísí; ceart go mbeadh cáilíocht mhaith ag baint leis; ceart chun sábháilteachta; seirbhísí arna gcur i gcrích ar ardchaighdeán ag duine cáilithe; úsáid a bhaint as ábhair ar chaighdeán maith; ceart chun sásaimh; srl.

(b) Leag amach na torthaí ar staidéar a rinne tú ar fhearas beag leictreach cistine. Déan tagairt dóibh seo a leanas:

- an cineál fearais
- treoirlínte lena úsáid
- treoirlínte chun aire a thabhairt dó agus chun é a ghlanadh. (24 marc)

1 chineál amháin @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Cineál fearais: *micreathonn; citeal; próiseálaí bia; tóstaer ceapairí/gríoscán tadhaill; tóstaer; súire/gléas caoineoga; friochtáin aeir; cócaireán mall; gléas caife; meascthóir bia; cumascóir; srl.*

4 threoirlíne @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Treoirlínte lena húsáid: *lean treoracha an mhonaróra; cuir le chéile i gceart; úsáid an luas/teocht cheart; bain úsáid as na giuirléidí cearta; ná cuir an iomarca isteach san fhearas; stop an fearas anois agus arís; athraigh suas trí na luasanna; ná hoibrigh le lámha fliuch; seachain fleisceanna atá sraoilleadh; ná déan na soicéid a ró-ualú; múch fearais nuair nach bhfuil siad in úsáid; ceannaigh scoth na dtrealamh i gcónaí; srl.*

3 threoirlíne @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Treoirlínte chun aire a thabhairt dó agus chun é a ghlanadh: *díphlugáil roimh ghlanadh; nigh na codanna inbhainte in uisce gallúnaí te; triomaigh go hiomlán; bí cúramach agus lanna, dioscaí agus comhpháirteanna géara an fhearais á mbaint, á níochán agus á dtriomú; ná tum an chuid mhótair/leictreachais in uisce riamh; déan an fhleisc a ghlanadh le héadach tais; ná húsáid scrábaigh más féidir; bain an claibín den fhearas agus é a stóráil; díchoirtigh an citeal go rialta; srl.*

(c) Mínigh **dhá** shlí a dtéann lipéad fuinnimh an AE ar fhearais leictreacha chun tairbhe don tomhaltóir. (10 marc)

2 bhuntáiste @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Cuireann sé ar chumas tomhaltóirí fearais a roghnú bunaithe ar a n-éifeachtúlacht fuinnimh, cuidíonn sé le tomhaltóirí billí fuinnimh a laghdú; táirgí níos inbhuanaithe a roghnú, agus tionchar an táirge ar an dtimpeallacht a laghdú dá bharr; trí bhíthin nasc QR tá tomhaltóirí in ann teacht ar bhunachar sonraí ar fud an AE agus a thuilleadh sonraí faoin táirge le fáil ann; déantar fearais a rátáil ar scála A-G; is iad fearais rátáil A agus B na cinn is tíosaí ar fhuinneamh; srl.

Ceist 5
Is rogha choitianta i dtaca le stíl mhaireachtála de an pósadh ag lánúineacha i sochaí na hÉireann.

(a) Pléigh na cearta atá ag lánúin **agus** ar na freagrachtaí atá orthu i gcaidreamh pósta. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Cearta: *do chuideachta a chéile; maireachtáil le chéile mar chomhpháirtithe; caidreamh monagamach; a bheith seasmhach/dílis dá chéile; tá lánúineacha i dteideal caidreamh collaí a bheith acu lena chéile chun an pósadh a chur i gcrích; is féidir le céilí rudaí a fháil le hoidhreacht ón gcéile eile (An tAcht Comharbais, 1965); srl.*

Freagrachtaí: *tacaíocht airgid a sholáthar do do pháirtí agus do do leanaí; comhchaomhnóireachta agus a bheith freagrach as a leanaí; dualgas dlíthiúil riar ar riachtanais fhisiciúla, mhothúchánacha, shóisialta, mhorálta agus oideachais do chuid leanaí; oibriú ar an gcaidreamh lena chinntiú go bhfuil rath air; tiomantas don phósadh a léiriú; srl.*

(b) Tabhair cuntas ar na roghanna seo a leanas atá ar fáil ag lánúineacha pósta atá ag scaradh ó chéile:

- scaradh dlíthiúil
- colscaradh. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

(1 tagairt do scaradh dlíthiúil, 1 tagairt do colscaradh, móide 2 thagairt eile)

Scaradh dlíthiúil: *Gníomhas Idirscartha/comhaontú idirscartha dhlíthiúil; conradh scríofa ceangailteach ó thaobh dlí de; freagracht agus cúram leanaí cleithiúnacha; cothabháil; socruithe maidir le húinéireacht agus áitiú áras an teaghlaigh; idirghabhálaí oilte ar fáil chun idirbheartaíocht a dhéanamh maidir le téarmaí; ní mór d'aturnae é a dhréachtú; ó thaobh na lánúine de, tá sé seo cabhrach chun imeachtaí cúirte a sheachaint; srl.* **Colscaradh:** *tugann sé cead don bheirt pháirtithe deireadh a chur leis an bpósadh reatha go dleathach; cuirfidh dlíodóir lánúin ar an eolas faoi na seirbhísí comhairleoireachta agus idirghabhála atá ar fáil; níl na céilí ina gcónaí lena chéile ar feadh dhá bhliain le trí bliana anuas; níl aon seans go dtarlóidh athmhuintearas eatarthu; caithfear an chúirt a shásamh go bhfuil soláthar déanta do chéilí agus leanaí cleithiúnacha; féadfaidh an chúirt orduithe sa bhreis a thabhairt maidir le coimirce leanaí agus rochtain orthu, maoin, cothabháil; tugann sé an ceart do chéilí pósadh arís; tionóltar éisteacht colscartha sa chúirt chuarda teaghlaigh; srl.*

(c) Déan cur síos ar **dhá** éagsúlacht chultúir i socruithe pósta. (10 marc)

2 éagsúlacht chultúir @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Aois: *in Éirinn, is í 18 an aois íosta le haghaidh pósta, tá an srian aoise éagsúil ó thír go tír; srl.* ***Céile ar do Mhian:*** *cuireann roinnt sochaithe srianta ar cumainn phósta bunaithe ar reiligiún, aicme sóisialta, nó caidreamh idir na daoine faoi leith; srl.* ***Cleamhnais:*** *is iad na tuismitheoirí a roghnaíonn céilí an pháiste ag brath ar chúlra agus ar oiriúnacht; tá an nós seo an-choitianta i measc phobal an luchta siúil; srl.* ***Líon Páirtithe/Céilí:*** *monagamas; polagamas; polaigíneas; polandras; srl.* ***Pósadh comhghnéis:*** *dleathach in Éirinn; srl.* ***Nósanna pósta:*** *reáchtáiltear bainiseacha Giúdacha faoi fhorscáth a bhíonn ina shiombail ar bhaile na lánúine amach anseo; srl.* ***Cineálacha searmanais:*** *reiligiúnach, sibhialta, tuatha, idirchreidimh, daonnachach; srl.* ***Suíomh:*** *is féidir séipéal, mosc, sionagóg, clárlann, clárú sealadach óstán; trá; gairdín, a fháil go sealadach; srl.*

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) Taispeántar thíos cistin/spás cónaithe plean oscailte atá coitianta.

(*www.roomsketcher.com*)

(i) Déan measúnú ar oiriúnacht na cistine/an spáis chónaithe seo do theaghlach ina bhfuil leanaí. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Spás mór chun freastal ar riachtanais an teaghlaigh; clúdach urláir éasca le glanadh; an t-ábhar urláir céanna ar fud an tseomra, gan stiall trasdula ann a d'fhéadfadh a bheith ina guais thuisle; seomra roinnte i gcriosanna ar leith; dóthain spáis stórála sa chistin; dearadh nua-aimseartha aige; is féidir bord na cistine a úsáid chun obair bhaile a chríochnú fad is atá baill eile den teaghlach i mbun an dinnéar a réiteach; is féidir súil a choinneáil ar leanaí ag imirt sa seomra suite fad is atá bia á réiteach agat; neart aonad cistine; fean eastarraingthe os cionn an iarta; a dhóthain suíochán; a dhóthain solais nádúrtha ag dul isteach sa seomra; is áisiúil an rud é níos mó spáis oibre a bheith agat ar an taobh thall den iarta; gan dóthain cathaoireacha ag bord na cistine le go bhféadfaidh gach ball den teaghlach a ithe le chéile; suíocháin bhreise de dhíth ag an gcuntar bricfeasta; easpa stórála le haghaidh bréagáin sa seomra suí; srl.

(ii) Pléigh **trí** thoisc is cóir a chur san áireamh nuair atá córas soilse á phleanáil agat do chistin plean oscailte/seomra suite. (15 marc)

3 thoisc @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Feidhm an tseomra; a dhóthain solais ann le nach gcuirfear straidhn ar shúile; méid an tsolais nádúrtha ag dul isteach sa seomra; méid agus cruth an tseomra; scéim dathanna, comhthimpeallacht, croílár an tseomra; solúbthacht e.g. lampaí inaistrithe; soilsiú LED chun fuinneamh a shábháil; dalladh scáileáin a sheachaint ar an teilifís; sábháilteacht; éasca chun cothabháil a dhéanamh air; fáil éasca air chun bolgáin nua a chur isteach; srl.

(iii) Tabhair sonraí de **thrí** shaghas soilse comhaimseartha sa bhaile. (15 marc)

3 shaghas @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Soilse síleála cuasaithe; crochadáin; soilse ardaithe agus íslithe; soilse bunaithe ar cheirmeacht agus ar phlástar; soilse faoin gcuntar agus ar na caibinéid; soilse chun cuid súl a dhéanamh de phictiúr; soilsiú LED; riansoilsiú; spotsoilse; soilse chun dea-atmaisféar a chruthú; soilsiú téide; teicneolaíocht chliste chun na soilse a lasadh/a mhúchadh; srl.

agus

1. (b) 'De réir mar a théann daoine in aois, is minic a chaitheann siad níos mó ama sa bhaile.' (*Aoisbhá Éireann*)

(i) Pléigh **trí** thoisc a mbíonn tionchar acu ar an rogha tithíochta do dhuine níos sine. (15 marc)

3 thoisc @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Dlúth; compordach; teach aon stóir; seans go mb'fhearr le duine níos sine cónaí i sráidbhaile beag nó i mbaile beag; fáil éasca ar thaitneamhachtaí, seirbhísí agus iompar poiblí; rampa ag pointí isteach; doirse leathana; seans go mbeidh gá le cathaoir ardaithe; soilsiú maith chun titim a sheachaint; áiseanna cistine oiriúnaithe; seomra codlata thíos staighre; áiseanna seomra folctha oiriúnaithe; urláir neamhsciorrach; dromchla urláir atá cothrom ar fud an tí; córas teasa sábháilte agus éifeachtach; córas aláraim a bhfuil monatóireacht á dhéanamh air; poll faire doras tosaigh agus eochairshlabhra; limistéar beag lasmuigh; soilsiú lasmuigh; teicneolaíocht chúnta; braiteoirí le haghaidh cianfhaireachán sláinte; srl.

(ii) Tabhair breac-chuntas ar **thrí** shlí ar féidir le duine níos sine a c(h)uid billí fuinnimh a laghdú sa bhaile. (15 marc)

3 shlí @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Fearais atá tíosach ar fhuinneamh; ná fág fearais ar fuireachas; teach atá inslithe go maith; coimeádóir ama agus teirmeastait ar chórais teasa/uisce te; fálú a dhéanamh ar shorcóir uisce te/ agus ar phíobáin; fuinneoga atá déghloinithe nó a bhfuil gloiniú triarach orthu agus astaíochas íseal acu; líneáil ar chuirtíní; fuinneamh gréine; teas de réir creasa; bolgáin LED a úsáid; braiteoirí a úsáid ar na soilsiú lasmuigh; smaoinigh ar leictreachas a choigilt san oíche; déan sconna atá ag sileadh a dheisiú; srl.

nó

1. (c) 'Bíonn an leictreachas dainséarach mura n-úsáidtear i gceart é.' (*www.safeelectric.ie*)

(i) Déan cur síos ar conas a thugann na gléasanna sábháilteachta leictreacha seo a leanas cosaint nuair atá leictreachas in úsáid sa bhaile.

(a) mionscoradáin chiorcaid **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)

(b) sreang thalmhaithe. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (10 marc)

Mionscoradáin chiorcaid: *gné shábháilteachta; lasca tuisleacha a bheith mar chuid de a chuirfidh stop leis an gciorcad agus a dhéanfaidh an sruth leictreachais a dhíscoir má tharlaíonn fabht, nó má ró-ualaítear an ciorcad; is féidir lasca tuisleacha a athshocrú nuair atá an fhabht réitithe; Tá MCAnna mar chuid de RCDanna (gaireas srutha iarmharaigh) agus tugann sé sin cosaint sa bhreis; srl. glac le léaráid atá lipéadaithe;* **Sreang thalmhaithe**: *má tharlaíonn fabht ina dtagann sreang bheo i dteagmháil le miotal amhail cásáil an mheaisín níocháin, bheadh aon duine a theagmhaíonn leis an bhfearas i mbaol a leictreamharaithe, coisceann an tsreang thalmhaithe timpistí dá leithéid tríd an leictreachas a iompar go sábháilte ón bhfearas fabhtach síos chun an talaimh; srl.*

(ii) Tabhair breac-chuntas ar **cheithre** threoirlíne atá le leanúint chun leictreachas a úsáid go sábháilte sa bhaile. (20 marc)

4 threoirlíne @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Ná déan soicéid a ró-ualú; ná húsáid cuibheoirí más féidir; ná húsáid fleisceanna atá ag sraoilleadh; múch fearais nuair nach bhfuil siad in úsáid; déan fearais a dhíphlugáil roimh iad a ghlanadh; coinnigh fearais in ordú maith oibre; ná déan fearais, soicéid, plocóidí a láimhseáil le lámha fliucha; ceannaigh fearais ar chaighdeán maith; ná tabhair fearais leictreacha isteach sa seomra folctha; srl.

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

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

2. (a) 'Is nós faisin iad éadaí lúthchleasaíochta/fóillíochta is féidir a chaitheamh áit ar bith am ar bith.' (*www.squatwolf.com*)

(*www.pinterest.com*)

(i) Déan trácht ar oiriúnacht na n-éadaí lúthchleasaíochta/fóillíochta a thaispeántar thuas. Déan tagairt dóibh seo a leanas:

- compord **1 phointe @ 6 mharc** (grádaithe 6:3:0)
- feidhm **1 phointe @ 6 mharc** (grádaithe 6:3:0)
- gnéithe dearaidh. **1 phointe @ 6 mharc** (grádaithe 6:3:0) (18 marc)

Compord: *cuireann fabraic a bhfuil síneadh inti le héascaíocht gluaiseachta; níl t-léinte a bhfuil muineál cruinn orthu sriantach; seaicéad zipeáilte, níos compordaí nuair atá sé dízipeáilte, is féidir é a bhaint go héasca; bróga ísle, iad compordach agus boinn bhoga orthu; srl.*
Feidhm: *oiriúnach do ghníomhaíochtaí; marthanach; solúbtha; coimeádfaidh sé a chruth; ní chuirtear filltíní ann; oiriúnach d'aimsir the agus fhuar; srl.*
Gnéithe dearaidh: *scéimeanna datha monacrómatacha agus a thagann go maith lena chéile; bíonn éadaí níos mó ina ndíol spéise má úsáidtear srathú; banna coime le sreangán tarraingthe; oscailt lárnach seaicéid agus gné zipeáilte ag baint leis; pócaí; t-léine bhán; cufaí ar na muinchillí; bróga neamhfhoirmeálta; srl.*

(ii) Mol oiriúint **amháin** a chuirfeadh le tarraingteacht na n-éadaí lúthchleasaíochta/fóillíochta **agus** tabhair cúis le do rogha. (7 marc)

Ainm: 3 mharc (grádaithe 3:2:0)**, 1 chúis @ 4 mharc** (grádaithe 4:2:0)
Seodra a chur leis; dath stocaí nó bróga reatha a athrú chun iad a dhéanamh níos gile; dath lásaí a athrú i mbróga reatha chun codarsnacht a chruthú; hata/caipín a chaitheamh ar mhaithe le bheith teolaí; crios a chaitheamh chun béim a chur ar an gcoim; scairf timpeall an mhuiníl, lámhainní ar na lámha ar mhaithe le bheith teolaí; mála trasach chun earraí pearsanta a iompar; srl.

agus

2. (b) Is iomaí úsáid is féidir a bhaint as fabraicí saorga, éadaí, earraí tí agus táirgí tionsclaíocha san áireamh.

(i) Scríobh próifíl d'fhabraic shaorga **amháin** faoi **gach** ceann de na ceannteidil seo a leanas:

- conas a dhéantar an fhabraic

3 phointe @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

Fíodóireacht: síneadh curtha leis an ndlúth ar sheol, an t-inneach curtha thar agus faoin ndlúth ó thaobh amháin go dtí an taobh eile; de réir mar a thagann na snáitheanna inneach anuas ar imill sheachtracha na snáitheanna dlúithe, cruthaítear dlúthchiumhais, rud a choisceann scamhadh; srl. glac le cniotáil; cróiseáil; déanamh lása; macramé; nascadh; srl.

- airíonna. (9 marc)

An 1ú airí @ 2 mharc (grádaithe 2:0) **agus an 2ú airí @ 1 mharc** (grádaithe 1:0)

Slaodach: *crochann sé go maith; an-ionsúiteach; bog; compordach le caitheamh; glacann sé le dath go maith; éiríonn sé lag nuair a bhíonn sé fliuch; cuirtear filltíní ann go héasca, gan mórán maitheasa ann mar inslitheoir teasa; é éasca do chaonach liath agus d'aigéid damáiste a dhéanamh dó; srl.* ***Aicéatáit:*** *crochann sé go maith; cuirtear filltíní ann go héasca; frithsheasmhach in aghaidh caonach liath agus leamhain; is dual dó leictreachas statach dul i dtreise ann; srl.* ***Poileistear:*** *ní fabraic ionsúiteach í; is dual dó leictreachas statach dul i dtreise ann; láidir; frithsheasmhach in aghaidh filltíní; frithsheasmhach in aghaidh alcailí, tuaslagóirí, múnlaí, caonach liath; déanann aigéid damáiste dó; níl sé frithsheasmhach in aghaidh sholas na gréine ar feadh tamall fada; srl.* ***Níolón:*** *crochann sé go maith; éadrom; láidir; frithsheasmhach in aghaidh filltíní; glacann sé le dath go héasca; leaisteach; ní fabraic ionsúiteach é; frithsheasmhach in aghaidh caonach liath agus múnlaí; frithsheasmhach in aghaidh alcaile; cruthaíonn sé leictreachas statach; millte ag solas na gréine/ag aigéid; so-lasta; srl.* ***Aicrileach:*** *is dual dó leictreachas statach dul i dtreise ann; láidir; frithsheasmhach in aghaidh filltíní; crochann sé go maith; insliú maith, te le caitheamh; aigéad, frithsheasmhach in aghaidh caonach liath agus múnlaí; íogair don teas; srl.*

(ii) Tabhair **dhá** bhuntáiste a bhaineann le snáithíní/fabraicí saorga a úsáid in éadaí caite gach aon lae. (6 mharc)

2 bhuntáiste @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Marthanach; ionsúnn sé allas; tréscaoilteach; éasca le ní agus le triomú; éadrom, compordach, agus bog le caitheamh; síneann go héasca; coinnítear an cruth bunaidh tar éis níocháin; éasca le glanadh; triomaítear go tapa; ní gá iarnáil; saor le ceannach; glacann sé dath go héasca; frithsheasmhach in aghaidh filltíní; frithsheasmhach in aghaidh caonach liath agus leamhain; faiseanta; srl.

nó

2. (c) Tá na vardrúis lán go béal, ach mar sin féin leanaimid orainn ag ceannach níos mó éadaí.

(i) Pléigh **trí** thoisc a mbíonn tionchar acu ar rogha éadaí na ndéagóirí. (9 marc)

3 thoisc @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Dath agus stíl; roghanna eiticiúla; piaraí; na meáin shóisialta/meáin; tionchair chultúrtha; feidhm; costas; compord; infhaighteacht éadaí; treochtaí; forbairtí teicneolaíochta; cúrsaí domhanda; imeachtaí spóirt; srl.

(ii) Déan measúnú ar an gcaoi a gcuireann na meáin shóisialta le nósanna faisin reatha.

(6 mharc)

2 phointe @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Cuireann siad daoine ar an eolas faoi na treochtaí faisin is déanaí; gríosaíonn siad tomhaltóirí treochtaí faisin a ghlacadh chucu féin níos tapúla agus tagann méadú ar dhíolacháin earraí mar gheall air seo; tugann comhlachtaí faisin samplaí éadaí do thionchairí le caitheamh agus le cur chun cinn; déanann tionchairí léirmheasanna ar éadaí; spreagann sé seo daoine chun iad a cheannach/cuireann sé leisce orthu iad a cheannach; tugann blagálaithe aiseolas ar éadaí; srl.

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) 'Leanaí is ea an ceathrú cuid díobh siúd atá beo bocht.' (*Ceartas Sóisialta Éireann, 2021*)

(i) Tabhair sainmhíniú ar 'bochtaineacht'.

1 phointe @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

A bheith gan bhia, éadaí nó foscadh a dhóthain; ní leor ioncam agus acmhainní agus ní chuireann siad ar chumas daoine caighdeán maireachtála a bheith acu atá sásúil i súile shochaí na hÉireann; gan mórán maoine nó gan aon mhaoin acu; féadfaidh ioncam agus acmhainní neamhleor daoine a choinneáil amach agus a imeallú ó bheith rannpháirteach i ngníomhaíochtaí a mheastar a bheith mar ghnáthnós do dhaoine sa tsochaí; srl.

Mínigh **gach** ceann díobh seo a leanas:

- bochtaineacht choibhneasta **2 fheidhm @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)
- bochtaineacht iomlán. **2 fheidhm @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0) (16 mharc)

Bochtaineacht choibhneasta: *ag maireachtáil faoi bhun an mhéid a aithníonn an tsochaí mar bhunchaighdeán maireachtála; ag maireachtáil faoi bhun thairseach na bochtaineachta a shainmhínítear mar 50% d'ioncam an ghnáth-theaghlaigh; laghdaíonn sé seo an caighdeán maireachtála, cuireann sé cosc ar dhaoine páirt a ghlacadh i ngníomhaíochtaí a mheastar a bheith ina ngnáthghníomhaíochtaí sa tsochaí; bíonn daoine ag fulaingt de dheasca bochtaineacht ioncaim agus ganntanas/easpa na mbunriachtanas e.g. cóta geimhridh; slr.*
Bochtaineacht iomlán: *tá ioncam teaghlaigh faoi leibhéal áirithe, rud a fhágann go bhfuil sé dodhéanta do dhuine nó do theaghlach freastal ar bhunriachtanais an tsaoil; gan a dhóthain bia, éadaí, teasa nó fothana a bheith ag duine; ag streachailt le fanacht beo ar acmhainní tearca; é deacair an fhadhb a réiteach; féadfaidh daoine gan dídean a bheith thíos le seo; srl.*

(ii) Déan cur síos ar **cheithre** chúis ar gné í an bhochtaineacht fós de shochaí nua-aimseartha na hÉireann. (20 marc)

4 chúis @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Fadhbanna sóisialta; beartas sóisialta; cúlú eacnamaíochta agus dífhostaíocht; méadú ar theaghlaigh aontuismitheora/chumaisc; teaghlaigh mhóra; méadú ar an gcostas maireachtála; easpa oideachais; ioncam íseal; costais tithíochta agus ganntanas; spleáchas ar shochair stáit; srl.

(iii) Ainmnigh eagraíocht dheonach **amháin** a chuireann tacaíocht ar fáil do theaghlaigh atá i mbaol na bhochtaineachta **agus** tabhair sonraí fúithi. (14 mharc)

Ainm: 4 mharc (grádaithe 4:2:0)**, 2 shonra @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)

Naoimh Uinseann de Pól: *soláthraíonn sé do na baill is leochailí i bpobal; tugann sé cúnamh airgid do dhaoine i ngátar; bíonn sé ar fáil chun fadhbanna a phlé duine le duine; tugann baill cuairt ar theaghlaigh ar an ngannchuid; siopadóireacht a dhéanamh do dhaoine scothaosta; tithíocht a sholáthar; sosanna saoire; clubanna obair bhaile; brúnna agus tionscadail tithíochta sóisialta; aire a thabhairt do dhaoine gan dídean; ionaid chúraim lae do dhaoine scothaosta; deontais oideachais; tiomsú airgid; siopaí carthanachta; srl.* ***Clann Shíomóin***: *cuireann sé tacaíocht ar fáil; foscadh éigeandála, cóiríocht shealadach; foireann chun aire a thabhairt do dhaoine a chodlaíonn amuigh; cistineacha anraith/cuarda anraith; roghanna maidir le cóiríocht andúile; cúnamh le bia agus le héadaí; cuireann sé seirbhísí comhairleoireachta agus oideachais ar fáil; clubanna sóisialta;*

srl. ***Focus Éireann****: cuireann sé seirbhísí ar fáil do dhaoine atá gan dídean nó atá i mbaol a bheith gan dídean; tacaíochtaí tionóntachta a sholáthar; cuireann sé oiliúint ar fáil i scileanna pearsanta agus saoil; eolas ar dheiseanna fostaíochta; reáchtálann sé siopaí caife buail isteach, cóiríocht éigeandála; srl. Club na Leon; Club Rotary; Respond; Pobal DePaul; eagraíocht Lár na cathrach ag cabhrú le daoine gan dídean; srl.*

agus

3. (b) 'Is iad na pobail croí agus anam na gceantar tuaithe in Éirinn.' (*www.gov.ie*)

(i) Pléigh **trí** chúis a bhfuil daoine ag bogadh ó cheantair thuaithe go ceantair uirbeacha. (15 marc)

3 chúis @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Forbairtí teicneolaíochta sa talmhaíocht ag laghdú líon na bpost atá ar fáil; níos mó deiseanna fostaíochta; cuideachtaí móra ilnáisiúnta i gceantair uirbeacha; gairmithe óga ag bogadh go ceantair uirbeacha; níos mó seirbhísí, taitneamhachtaí ar fáil; níos mó deiseanna oideachais ar fáil; raon níos mó áiseanna fóillíochta/siamsaíochta; srl.

(ii) Mínigh an chaoi a bhfuil bogadh daoine ó cheantair thuaithe go ceantair uirbeacha tar éis dul i bhfeidhm ar shaol an teaghlaigh. (15 marc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Ceantair thuaithe: *laghdú ar an daonra; leithlisiú sóisialta; níos mó daoine scothaosta; níos lú daoine óga; dúnadh seirbhísí riachtanacha; níos lú áiseanna; níos mó dífhostaíochta; níos lú maoinithe rialtais do chórais iompair; titeann rátaí pósta agus breithe; laghdú ar thacaíocht ó dhaoine muinteartha; srl.*
Ceantair uirbeacha: *níos mó seirbhísí agus taitneamhachtaí ar fáil; méadú ar iomaíocht do phoist; plódú tráchta; méadú ar thruailliú aeir agus torainn; méadú ar phraghsanna tithe; áiseanna oideachais le liostaí fada feithimh; ceantair ard-dífhostaíochta; méadú ar fhadhbanna sóisialta; srl.*

nó

3. (c) 'Is cinneadh mór é do thuismitheoir ar bith cinneadh a dhéanamh maidir le cúram leanaí.' (*www.citizeninformation.ie*)

(i) Tabhair cuntas ar **thrí** thoisc is cóir do thuismitheoirí a chur san áireamh nuair atá áis cúram leanaí á roghnú acu le haghaidh a linbh. (15 mharc)

3 thoisc @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Costas; timpeallacht an tsuímh cúram leanaí; aois/riachtanais an linbh; riachtanais speisialta an linbh; cóngaracht don bhaile/obair; taithí agus cáilíochtaí na mball foirne; oiliúint garchabhrach; riachtanais chúraim iarscoile; uaireanta oscailte/dúnta; solúbthacht/laethanta saoire scoile; roghanna pearsanta; iontaofacht; srl.

(ii) Déan cur síos ar conas is féidir forbairt linbh a chur chun cinn má fhreastalaíonn sé/sí ar ionad réamhscoile. (15 marc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Sóisialú, caidreamh a bhunú le leanaí eile; caidrimh a chruthú lasmuigh den bhaile; foghlaim conas idirghníomhú le daoine eile; foghlaim conas iad féin a iompar ar bhealach measúil; éirí neamhspleách agus muiníneach; forbairt go fisiciúil trí chluichí a imirt; scileanna mínluaile agus oll-luaile a fhorbairt; samhlaíocht agus cruthaitheacht a fhorbairt; forbairt intleachtúil neartaithe ag timpeallacht spreagúil; cabhrach ó thaobh scileanna cinnteoireachta a fhorbairt; ullmhúchán maith don bhunscoil; srl.

Ceist 4 - Croí ábhar - 80 marc

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an cheist seo **4(a)** agus **4(b) nó 4(c)** a fhreagairt.

4. (a) 'Tá clú ar an iasc mar cheann de na bianna is sláintiúla is féidir linn a ithe.' (*www.bbc.com*)

(i) Tabhair cuntas **(i)** ar an luach cothaitheach **agus (ii)** ar an luach diaitéiteach atá ar an iasc. (20 marc)

5 phointe @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

(1 tagairt do luach cothaitheach, 1 tagairt do luach diaitéiteach, móide 3 thagairt eile)

Luach cothaitheach: *Tá próitéin HBV, próitéiní collaigine, myosin, actin; saill neamhsháithithe; aigéid shailleacha óimige 3 in iasc lán ola; gan carbaihiodráití; vitimín B; vitimín C in oisrí; vitimín A agus vitimín D in iasc lán ola; foinse iaidín, potaisiam, fosfar, since; cailciam in iasc stánaithe; iarann neamh-haeim i sliogéisc agus sairdíní; srl.*

Luach diaitéiteach: *éasca le díleá, oiriúnach do dhaoine scothaosta; próitéin le haghaidh fáis i leanaí agus in ógánaigh; matáin sláintiúla agus chun gach aoisghrúpa a chothú ó thaobh deisiúcháin de; saill il-neamhsháithithe, cuidíonn aigéid shailleacha óimige 3 le CHD a laghdú; iasc bán oiriúnach le haghaidh réimeanna bia nach bhfuil mórán calraí iontu; níor cheart aon carbaihiodráití a sheirbheáil le bianna carbaihiodráití; solúbtha; is féidir modhanna cócaireachta éagsúla a úsáid; ar fáil i bhfoirm phróiseáilte lasmuigh den séasúr; is féidir cócaireacht a dhéanamh air go tapa, sábhálann sé am agus breosla; srl.*

(ii) Tabhair breac-chuntas orthu seo a leanas:

- na treoirlínte atá le leanúint nuair atá iasc úr á cheannach agat

3 threoirlíne @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Ceannaigh ó mhiondíoltóir atá glan agus sláinteach; déan an dáta dulta ó mhaith a sheiceáil i gcás iasc réamhphacáistithe; iasc a chuirtear os comhair an phobail ar oighear brúite; ba chóir go mbeadh an fheoil daingean agus leaisteach; ba cheart don chraiceann a bheith lonrach, tais, gan bhriseadh agus saor ó ramallae; ba cheart do scálaí a bheith greamaithe go dlúth le héisc agus gan a bheith ag imeacht/ag titim amach ina screamhóga; súile a bheith geal agus bolgshúileach; geolbhaigh a bheith gealdhearg/bándearg; ní ceart go mbeadh ballbhrú/dídhathú ar bith go follasach ar an bhfeoil; sliogéisc atá trom ó thaobh an mhéid de; sliogáin mhoilisc a bheith dúnta; crústaigh a bheith beo; boladh na farraige le sonrú; ceannaigh é i dtreo dheireadh an turais siopadóireachta; srl.

- na slite a dtéann an chócaireacht i bhfeidhm ar an iasc. (18 marc)

3 éifeacht @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Téachtann/cruann próitéin; athraíonn an dath ó thrédhearcach go teimhneach; scriostar roinnt vitimíní ghrúpa B; cailltear vitimíní agus mianraí eile sa leacht cócaireachta; scriostar baictéir agus seadáin; forbraíonn an blas de réir mar a scaoiltear ábhar úscach; athraíonn collaigin go geilitín, éiríonn iasc níos indíleáite; éiríonn sé righin agus mar a bheadh rubair ann má dhéantar róchócaireacht air; srl.

(iii) Ainmnigh modh **amháin** le hiasc a phróiseáil chun fad a chur lena sheilfré agus tabhair buntáiste **amháin** agus míbhuntáiste **amháin** a bhaineann leis an modh atá ainmnithe agat. (12 mharc)

1 mhodh amháin @ 4 mharc, grádaithe (4:0)**, 1 bhuntáiste amháin @ 4 mharc, 1 mhíbhuntáiste amháin @ 4 mharc** (grádaithe 4:2:0)

Reo: ***Buntáistí:*** *is beag cothaithigh a chailltear; is modh caomhnaithe é atá simplí agus sábháilte; is féidir rudaí a cheannach ar an mórchóir má reoitear iad; srl.* ***Míbhuntáistí:*** *tá gá le pacáistiú; tá costas ag baint le reoiteoir a bheith ar siúl; srl.*
Cannadóireacht: ***Buntáistí***: *déanann sé cnámha bog, seilfré fhada leis; srl.* ***Míbhuntáistí:*** *caithfear salann a chur isteach; éiríonn an uigeacht bog; srl.* **Deatú:** ***Buntáistí:*** *bíonn blas deataithe sainiúil ag baint leis; slr.****Míbhuntáiste:*** *caithfear dathúcháin agus blasóirí a úsáid; srl.*

agus

4. (b) Baineann miondíoltóirí úsáid as teicnící éagsúla chun an méid a chaitheann tomhaltóirí a mhéadú.

(i) Tabhair sonraí **thrí** shlí ar féidir le miondíoltóirí tomhaltóirí a spreagadh chun earraí a cheannach. (15 marc)

3 shlí @ 5 mharc an ceann (grádaithe 5:3:0)

Leagan amach an tsiopa, is féidir le méid dul i bhfeidhm ar dhaoine ó thaobh an mhéid ama a chaitheann siad sa siopa; suíomh na n-earraí i ranna sainithe; taispeántais a dhíríonn ar thomhaltóirí; téamh agus aeráil compordach; saigheada urláir chun treoir a thabhairt do thomhaltóirí dul thar an oiread táirgí agus is féidir; srl. Spreagthaigh laistigh, soilsiú; ceol sa chúlra; bolaithe breátha; srl. leagan amach na dtáirgí, na bunriachtanais ar chúl an tsiopa; táirgí milseáin/irisí; srl. gar do phointí seiceála amach; táirgí gaolmhara a chur le chéile e.g. pasta agus anlainn le chéile; torthaí, glasraí in aice leis an mbealach isteach; earraí troma in aice leis an mbealach isteach; srl. an áit a gcuirtear earraí ar an tseilf, earraí sómasacha ag leibhéal na súl; srl Praghsáil, meastar go bhfuil earraí ar phraghas €4.99 níos saoire ná €5; tairiscintí speisialta; srl. marsantú, samplaí in aisce; treoirearraí caillteanais; cártaí dílseachta; srl.

(ii) Tabhair breac-chuntas ar an nós imeachta is cóir do thomhaltóir a leanúint nuair atá gearán á dhéanamh aige/aici faoi tháirge lochtach. (15 marc)

5 phointe @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

Tóg ar ais é chuig an miondíoltóir; an admháil a bhreith leat mar chruthúnas ceannaigh; gearán a dhéanamh go pras leis an soláthraí má tá locht ar an tseirbhís; labhair leis an mbainisteoir; breac-chuntas a thabhairt ar an ngearán; luaigh cad ba cheart a dhéanamh faoi na hearraí nó an tseirbhís lochtach; má tá an freagra míshásúil, ba cheart gearán a dhéanamh i scríbhinn; ba chóir go mbeadh cur síos ar na hearraí/seirbhís mar chuid den litir, chomh maith le cóip den admháil, cá háit agus cathain a ceannaíodh é, agus an cineál sásaimh atá á lorg; clárú leis an gCúirt um Éilimh Bheaga mura réitítear é; srl.

nó

4. (c) Braitheann an rath a bhíonn ar eagar aonad an teaghlaigh ar dhea-scileanna bainistíochta.

(i) Pléigh conas a d'fhéadfadh na tosca seo a leanas tionchar a imirt ar bhainistíocht an tí:

- róil dhéacha **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- céimeanna i saolré **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- patrúin fostaíochta. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (15 marc)

Róil dhéacha: *má oibríonn an bheirt tuismitheoirí lasmuigh den teach caithfidh an bheirt acu feidhmiú mar sholáthraí agus cúramaí tí; tá gá le córas bainistíochta difriúil; tá ról déach ag tuismitheoirí mar shaothróir agus cúramaí baile; ní mór do thuismitheoirí grá agus compord a sholáthar chomh maith le smacht a chur ar a gcuid leanaí; srl.*
Céimeanna i saolré: tá riachtanais éagsúla ag leanaí *níos óige agus ag leanaí níos sine, de réir mar a théann leanaí in aois is féidir leo cur le bainistíocht bhaile agus páirt a ghlacadh i gcinnteoireacht; bíonn airgead gann ag daoine scothaosta, caitheamh aimsire éagsúla a théann i bhfeidhm ar bhainistíocht; níos faide anonn sa saol seans nach mbeidh ach páirtí amháin ag obair agus beidh ioncam níos lú ag an lánúin dá bharr; srl.*
Patrúin fostaíochta: *líon na mball teaghlaigh ag obair, duine amháin ag obair an duine eile i mbun feighlíochta leanaí, nó iad araon ag obair agus leanaí i naíolann; cibé an bhfuil fostaíocht laistigh nó lasmuigh den teach, an cineál fostaíochta, uaireanta fostaíochta, roinnt poist, fleisc-am, is féidir cabhrú le cúram leanaí; srl.*

(ii) Déan cur síos ar **thrí** shlí ar chuir an teicneolaíocht le bainistíocht éifeachtach an tí. (15 mharc)

3 shlí @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

Laghdaítear an t-ualach oibre e.g. meaisíní níocháin; sábháiltear am e.g. próiseálaithe bia; tascanna a dhéantar ar bhonn níos éifeachtúla e.g. glantóir gaile; tugann teicneolaíocht slándála suaimhneas intinne; cuireann uathoibriú ar chumas fearais casadh air nó múchadh agus muintir an tí as baile; is féidir teacht níos éasca agus níos tapúla ar eolas a bhuí le teicneolaíocht cumarsáide; siamsaíocht e.g. consóil cluiche; srl. cócaireacht bhia e.g. iarta ionduchtúcháin; córais theasa de réir creasa; cabhraíonn leathanbhanda le bheith ag obair ón mbaile; aipeanna chun buiséadú a dhéanam; srl.

Coimisiún na Scrúduithe Stáit

Marcanna Breise as ucht freagairt trí Ghaeilge

Léiríonn an tábla thíos an méid marcanna breise ba chóir a bhronnadh ar iarrthóirí a ghnóthaíonn níos mó ná 75% d'iomlán na marcanna.

N.B. Ba chóir marcanna de réir an ghnáthráta a bhronnadh ar iarrthóirí nach ngnóthaíonn níos mó ná 75% d'iomlán na marcanna don scrúdú. Ba chóir freisin an marc bónais sin **a shlánú síos**.

Tábla 200 @ 10%

Bain úsáid as an tábla seo i gcás na n-ábhar a bhfuil 200 marc san iomlán ag gabháil leo agus inarb é 10% gnáthráta an bhónais.

Bain úsáid as an ngnáthráta i gcás 150 marc agus faoina bhun sin. Os cionn an mharc sin, féach an tábla thíos.

Bunmharc	Marc Bónais
151 - 153	14
154 - 156	13
157 - 160	12
161 - 163	11
164 - 166	10
167 - 170	9
171 - 173	8
174 - 176	7

Bunmharc	Marc Bónais
177 - 180	6
181 - 183	5
184 - 186	4
187 - 190	3
191 - 193	2
194 - 196	1
197 - 200	0

Coimisiún na Scrúduithe Stáit

Marcanna Breise as ucht freagairt trí Ghaeilge

Léiríonn an tábla thíos an méid marcanna breise ba chóir a bhronnadh ar iarrthóirí a ghnóthaíonn níos mó ná 75% d'iomlán na marcanna.

N.B. Ba chóir marcanna de réir an ghnáthráta a bhronnadh ar iarrthóirí nach ngnóthaíonn níos mó ná 75% d'iomlán na marcanna don scrúdú. Ba chóir freisin an marc bónais sin **a shlánú síos**.

Tábla 240 @ 10%

Bain úsáid as an tábla seo i gcás na n-ábhar a bhfuil 240 marc san iomlán ag gabháil leo agus inarb é 10% gnáthráta an bhónais.

Bain úsáid as an ngnáthráta i gcás 180 marc agus faoina bhun sin. Os cionn an mharc sin, féach an tábla thíos.

Bunmharc	Marc Bónais
181 - 183	17
184 - 186	16
187 - 190	15
191 - 193	14
194 - 196	13
197 - 200	12
201 - 203	11
204 - 206	10
207 - 210	9

Bunmharc	Marc Bónais
211 - 213	8
214 - 216	7
217 - 220	6
221 - 223	5
224 - 226	4
227 - 230	3
231 - 233	2
234 - 236	1
237 - 240	0

Coimisiún na Scrúduithe Stáit
State Examinations Commission

Eacnamaíocht Bhaile – Eolaíoch agus Sóisialta

Obair Chúrsa sa Staidéar Bia

Aistriúchán Ar Scéim Mharcála

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 malartacha bailí eile.*
- *Braitheann na mionsonraí a theastaíonn in aon fhreagra ar an gcomhthéacs agus ar an gcaoi a gcuirtear an cheist, agus ar an líon marcanna atá ar fáil don fhreagra ar an scrúdpháipéar. Dá bhrí sin, d'fhéadfadh riachtanais agus leithdháileadh na marcanna a bheith difriúil ó bhliain go bliain.*
- *Caithfear focail, nathanna cainte nó frásaí a úsáid i gceart i gcomhthéacs agus níor cheart iad a bhréagnú, agus más léir go n-úsáidtear go mícheart iad nó go mbréagnaítear iad, ní féidir na marcanna a thabhairt. Caithfear faisnéis a chur i láthair faoi na cinnteidil cuí.*

Tábla na nGrád

Grád	Bandaí
1	144-160
2	128-143
3	112-127
4	96-111
5	80-95
6	64-79
7	48-63
8	≤ 47

Critéir Ghinearálta Mharcála don Obair Chúrsa Phraiticiúil sa Staidéar Bia

Fiosrúchán: Anailís/Taighde	**32 marc**

Taighde agus anailís **(24 marc)**

Banda A 19 - 24 marc (*an-mhaith - ar fheabhas*)
Fiosrúchán
- *ina bhfuil fianaise go ndearnadh* ***taiscéalaíocht chríochnúil*** *agus* ***anailís chuimsitheach*** *ar na saincheisteanna* ***go léir*** *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 thaighde mar bhonn leis na roghanna cuí nuair a bhíonn biachláir/miasa/táirgí á roghnú.*

Banda B 13 - 18 marc (*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 thaighde mar bhonn leis na roghanna cuí nuair a bhíonn biachláir/miasa/táirgí á roghnú.*

Banda C 7 - 12 mharc (*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 - 6 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: *biachlár do lá áirithe/béilí 2 chúrsa/1 mhias/2 mhias/2 tháirge.* **(4 mharc)**

Más rud é nach ndéantar fiosrúchán faoin mias a ullmhaítear *-1/-2/-4 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*

Foinsí: ***2 fhoinse @ 2 mharc*** (grádaithe 2:1:0) **(4 mharc)**

Pleanáil agus Ullmhúchán **8 marc**

Acmhainní:

- comhábhair (*2 mharc*), cainníochtaí (*2 mharc*), costáil (*2 mharc*), trealamh (*2 mharc*)
- Réimse Cleachtais E – táirge/táirgí (*2 mharc*), trealamh (*6 mharc*)

Cur i bhFeidhm **28 marc**

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

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

Banda A 13 - 16 mharc (*an-mhaith - 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 mharc (*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** ***2 phointe @ 4 mharc*** **(grádaithe 4:2:0) (8 marc)** (caithfidh baint a bheith acu leis an mias/tástáil áirithe)
- ***Aithint*** (*2 mharc*) *agus* ***míniú soiléir ar thábhacht*** (*2 mharc*) ***dhá chúinse*** *a cuireadh san áireamh a raibh baint* ***chriticiúil acu leis an gcaoi ar éirigh leis an mias****.*

Sábháilteacht/sláinteachas ***2 phointe @ 2 mharc*** **(grádaithe 2:1:0)** **(4 mharc)**

(caithfidh baint a bheith acu le comhábhair áirithe atá in úsáid/leis an mias atá á cócaráil)

Aithint (*1mharc*) *agus míniú* (*1 mharc*) *ar príomh-shaincheist sábháilteachta* ***amháin agus*** *an phríomh-shaincheist* ***amháin*** *a cuireadh san áireamh nuair a bhí an mhias á hullmhú agus á cócaráil/an tástáil á dhéanamh.*

Measúnúchán ***3 phointe @ 4 mharc*** **(12 mharc)**

An tasc a mheasúnú de réir na dtéarmaí seo a leanas: **(grádaithe 4:3:2:0)**

Cur i bhfeidhm

Banda A - 4 mharc *- aithníodh agus rinneadh anailís ar láidreachtaí/dúshláin 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 láidreachtaí/dúshláin 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 láidreachtaí/dúshláin 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

Banda A - 4 mharc *- tarraingítear conclúidí eolasacha i ndáil le príomhriachtanais an taisc.*

Banda B - 3 mharc *- tarraingítear conclúidí teoranta i ndáil le príomhriachtanais an taisc.*

Banda C - 2 mharc *- déantar achoimre ar thorthaí i ndáil leis an tasc*

Tasc 1

Cuidíonn cothú maith le daoine aonair a bhfuil baint agus spéis acu i gcúrsaí spóirt an oiread cumhachta agus teacht aniar a bhaint amach chomh maith lena chinntiú go n-éiríonn go maith leo agus go mbíonn sláinte mhaith acu. (*Institiúid Cothúcháin & Diaitéitice na hÉireann*)

Déan taighde agus mionléiriú ar na riachtanais chothaitheacha agus ar na treoirlínte i gcomhair pleanáil béilí is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine aonair a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt.

Agus na tosca seo á gcur san áireamh agat, mol réimse biachlár (dhá chúrsa) a bheadh oiriúnach mar phríomhbhéile an lae don ghrúpa daoine seo.

Ullmhaigh, cócaráil agus riar ceann amháin de na miasa príomhchúrsa a ndearna tú taighde orthu.

Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc**.** 2022

Príomhriachtanais an taisc:

- *riachtanais chothaithe / chothaitheach do **dhaoine aonair a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt***
- *treoirlínte i gcomhair pleanáil béilí ag tagairt go sonrach do **dhaoine aonair a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt***
- *réimse biachlár* (*2x dhá chúrsa*) *a bheadh oiriúnach mar phríomhbhéile an lae*

Fiosrúchán

Riachtanais chothaithe/chothaitheacha: *cothromaíocht chothaitheach; treoirlínte reatha cothaitheach maidir le hiontógáil cothaitheach agus bia; riachtanais laethúla de mhicrea/mhacrachothaithigh agus riachtanais phróitéine/carbaihiodráite/saille/iarainn/cailciam mar is cuí do dhaoine aonair a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt; ciondáil mholta laethúil/iontógáil tagartha cothaitheach; idirghaolmhaireacht mhianraí agus vitimíní m.sh Vitimín C/ionsú iarainn; Vitimín D ionsú cailciam; grúpa Vitimín B le haghaidh scaoileadh fuinnimh; éagsúlachtaí i riachtanais fuinnimh a d'fhéadfadh a bheith i gceist; bianna carbaihiodráite GI íseal; cothromaíocht fuinnimh le taobh leibhéil ghníomhaíochta; carbaihiodráití neamhphróiseáilte; frithocsaídeoirí; úsáid as forlíonta béilí m.sh., deochanna, forlíonta bia; srl.*

Treoirlínte pleanála do bhéilí: *úsáid phirimide bia le cothromaíocht a chinntiú; pátrúin itheacháin rialta; iontógáil bia a chothromú le gníomhaíocht fhisiciúil; iontógáil calraí; éagsúlacht bianna; roghanna sláintiúla bia; modhanna sláintiúla cócaireachta; bianna saill sháithithe, salann agus siúcra a sheachaint; coinníollacha sonracha cothaithe; méideanna coda; seachain béilí a chailliúint; sneaiceanna folláine; bianna treisithe; cuireann bianna le GI íseal foinse leanúnach fuinnimh ar fáil agus bianna GI ard a thugann fuinneamh ar ais i ndiaidh an chleachtaidh; bianna orgánacha a úsáid; úsáid as púdar bainne le cailciam a threisiú; an méid próitéine agus calra; an t-uisce a chailltear le linn cleachtaidh a athchur; ceisteanna acmhainne; réamhphleanáil béilí; béilí ardspíosracha agus bianna aisteacha a sheachaint roimh thraenáil/cluichí srl.*

Miasa roghnaithe

- réimse biachlár dhá chúrsa (2) a bheadh oiriúnach mar phríomhbhéile an lae
- **2 bhiachlár x 2 mharc (1 mharc do gach cúrsa) (grádaithe 4:3:2:1:0)**
- ní mór riachtanais chothaithe a shásamh do dhaoine aonair a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt
- ní mór príomhchúrsa a bheith ann ón mbiachlár.

Measúnúchán (a) lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc

Anailís na dtátal maidir le riachtanais chothaithe/chothaitheach nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt. Treoirlínte pleanála do bhéilí – réimse bianna/miasa oiriúnacha nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine a bhfuil baint acu le cúrsaí spóirt, conas mar a chomhlíonann an mhias roghnaithe na riachtanais mar a aithnítear iad san fhiosrúchán. srl.

Tasc 2

Meastar go bhfuil 300,000 duine in Éirinn a bhfuil Oistéapóróis orthu (*Cumann Oistéapóróise na hÉireann*) Déan taighde ar an oistéapóróis ó thaobh **(i)** na dtosca a mbíonn tionchar acu ar shláinte na gcnámh agus **(ii)** na gcomharthaí/siomptóm a bheadh i gceist dá mbeadh oistéapóróis ar dhuine. Déan taighde agus mionléiriú ar na riachtanais chothaitheacha agus ar na tosca is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú do dhaoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh. Agus na tosca a d'aimsigh tú i do chuid taighde á gcur san áireamh agat, mol biachlár (trí bhéile) ar feadh lá amháin a bheadh oiriúnach don ghrúpa daoine seo. Ullmhaigh, cócaráil agus riar an príomhchúrsa de phríomhbhéile an lae. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc. 2022

Príomhriachtanais an taisc:

- na tosca a mbíonn tionchar acu ar shláinte na gcnámh
- na comharthaí/siomptóim a bheadh i gceist dá mbeadh oistéapóróis ar dhuine
- riachtanais chothaitheacha **do dhaoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh.**
- *Treoracha do bhéilí a phleanáil do **dhaoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh.***
- *biachlár (trí bhéile) ar feadh lá amháin*

Fiosrúchán

***Na tosca a mbíonn tionchar acu ar shláinte na gcnámh**: stair na clainne; cailciam, vitimín D, fosfar; hormóin normálta gnéis; meanapás a thosaíonn luath; calraí leordhóthain; cleachtadh glactha meáchain; caitheamh tobac; alcól; aiste bia neamhfholláin; aistí bia do chailliúint meáchain; neamhord itheacháin ar nós anoireicse agus búilime; ró-chaitheamh deochanna fiosaí; iontógáil ard caifé; éadulaingt/ailléirgí do tháirgí déirí; úsáid fadtéarma cógas; ró-chleachtadh; glacadh leis na tosca a théann i bhfeidhm ar ionsú cailciam, (foinsí de) aigéad fíteach, aigéad ocsalach; snáithín; tainnin ar féidir leo bac a chur ar ionsú cailciam; srl.*

***Comharthaí/siomptóim go bhféadfadh oistéapóróis a bheith ar dhuine:** cnámh a bhriseadh as cor coise nó as titim nuair a bhí duine ina sheasamh, nó níos lú; pian in uachtar an droma, i lár an droma nó in íochtar an droma, go mórmhór más pian eatramhach atá i gceist; cailliúint airde; athrú ar chuma an choirp; guaillí cruinne; dronn ar an gcorp uachtarach; cnámha briste gan míniú; cnámha sobhriste; srl.*

***Riachtanais chothaithe/chothaitheach:** cothromaíocht cothaithe; treoracha reatha cothaitheach maidir le hiontógáil cothaitheach agus bia; riachtanais laethúla de mhicrea/mhacrachothaithigh agus riachtanais phróitéine/carbaihiodráite/saille/iarainn/cailciam mar is cuí do dhaoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh; liúntas laethúil a mholtar/iontógáil thagartha; idirghaolmhaireacht mhianraí agus vitimíní m.sh. vitamin C/ ionsú cailciam, vitimín D/ionsú cailciam; cailciam/fosfar; cothromaíocht fuinnimh le taobh leibhéil ghníomhaíochta.*

***Treoirlínte pleanála do bhéilí:** bain feidhm as an bpirimid bia chun cothromaíocht a chinntiú; iontógáil calraí; iontógáil bia a chothromú le gníomhaíocht fhisiciúil; éagsúlacht bianna; roghanna sláintiúla bia; próitéin le cabhrú le hionsú cailciam; modhanna sláintiúla cócaireachta; seachain bianna le saill ard, salann agus siúcra; gearr siar ar bhianna gasta; ith bianna orgánacha; coinníollacha sonracha cothaithe; méideanna coda; seachain béilí a chailleadh; sneaiceanna sláintiúla; bianna treisithe; seachain léagúim agus gránaigh a bhfuil aigéad fíteach agus/ nó aigéad ocsalach iontu; seachain deochanna caiféine; úsáid as ionadaigh bhainne treisithe le haghaidh veigeatóirí; bíodh foinsí saibhre de tháirgí déirí sa réim bhia; srl.*

Miasa roghnaithe

- réimse biachlár lá amháin – 3 bhéile **bricfeasta = 1 mharc, príomhbhéile = 2 mharc, lón/suipéar = 1 mharc (grádaithe 4:3:2:1:0)**
- ba chóir riachtanais chothaithe/chothaitheach a shásamh do dhaoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh
- ba chóir príomhchúrsa a bheith ann ón mbiachlár

Measúnúchán (a) lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc
Anailís na dtátal maidir le daoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh. Treoirlínte pleanála do bhéilí – raon bianna /miasanna oiriúnach nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine atá buartha faoi shláinte a gcnámh, *conas mar a chomhlíonann an mhias roghnaithe na riachtanais mar a aithnítear iad san fhiosrúchán; srl.*

Réimse Cleachtais B: Ullmhú Bia agus Próisis Chócaireachta

Tasc 3

Is é atá i gceist le taosrán ná meascán de chomhábhair shimplí, agus ní mór an teicníc cheart a úsáid chun go n-éireoidh leat torthaí den scoth a bhaint amach.
Déan taighde ar phuth-thaosrán garbh **nó** taosrán choux ó thaobh

- an chaoi a n-úsáidtear iad i miasa milse agus neamh-mhilse
- an modh maidir leis an taosrán roghnaithe a dhéanamh ina mbeidh na bunphrionsabail atá i gceist san áireamh.

Ullmhaigh, cócaráil agus riar mias amháin (ag baint úsáid as puth-thaosrán garbh nó taosrán choux de dhéantús bhaile) a ndearna tú taighde air.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** leis na buntáistí agus/nó na míbhuntáistí a bhaineann leis an taosrán a roghnaigh tú a dhéanamh. 2022

Príomhriachtanais an taisc:

- an chaoi a n-úsáidtear iad i miasa milse agus neamh-mhilse
- an modh maidir le puth-thaosrán garbh nó taosrán choux a dhéanamh
- na bunphrionsabail atá i gceist chun puth-thaosrán garbh nó taosrán choux a dhéanamh
- an mhias roghnaithe milis nó neamhmhilis

Fiosrúchán
Úsáid: Bí ag súil le rogha de mhiasanna milis nó neamhmhilis le puth-thaosrán garbh **nó le** taosrán choux.
Puth-thaosrán garbh: Modh agus bunphrionsabail
Criathraigh plúr agus salann isteach i mbabhla; gearr an tsaill ina ciúbanna thart ar 2 cm i méid, measc isteach sa phlúr gan í a chuimilt isteach; cuir isteach sú líomóide agus uisce chun taos sách righin a dhéanamh; cuir ar losaid phlúrtha go héadrom agus déan é a rolladh i stráice fada 30cm x 10cm; marcáil amach i dtrí chuid, fill suas an trian íochtarach agus fill síos an trian uachtarach thart air, ansin iompaigh an taos ar deis agus séalaigh na himill le crann fuinte; tosaigh ag rolladh trí bhrú séimh 3 nó 4 huaire thar lár an taosráin leathfhada, ansin rollaigh i stráice arís é agus fill é ceithre huaire eile; fuaraigh é sa chuisneoir ar feadh 30 nóiméad sula n-úsáidtear é; rollaigh é agus múnlaigh é don mhias atá á déanamh agat; taisrigh an stán bácála; bácáil in oigheann te, laghdaigh tar éis 10 nóiméad; srl.
Bunphrionsabail *úsáid plúr láidir le hardghlútan; úsáid sú líomóide chun cabhrú leis an glútan a bhogadh; déantar an **t-aer** a cheansú le linn criathraithe, rolladh agus filleadh, scaoiltear é le linn téite agus is é is cúis le héirí an taosráin; iompaíonn uisce san im go **gal** agus cuireann sé bolgáin mhóra gaile ar fáil a bhrúnn na sraitheanna taosráin óna chéile; bácáil in **oigheann te**; déanann an teas geilitíniú ar an stáirse; iompaíonn an stáirse go deistrin agus déantar crústa ar an taosrán; srl.*
Taosrán choux: Modh agus Bunphrionsabail
Criathraigh plúr ar phláta nó ar scragall cistine; cuir uisce agus saill sa sáspan, téamh go réidh go mbíonn an tsaill leáite agus tóg go bruith é; bain den teas é agus cuir an plúr isteach sa leacht te ag an am céanna; buail go mion go mbíonn an meascán mín agus go dtagann cruth liathróide air; lig dó fuaradh; buail isteach na huibheacha, bordspúnóg as a chéile, buail go maith i ndiaidh gach bordspúnóg go dtí go mbeidh an meascán tiubh agus snasta; cuir isteach go leor uibheacha chun leanúnachas maisithe a bhaint amach; cuir isteach i mála réóin agus lig dó seasamh; píobaigh nó cuir i gcruth le spúnóg ar thráidire bácála fliuchta; bácáil ag 220^{0}C; gearr chun gal a ligint amach, fuaraigh ar thráidire sreinge; srl.
Bunphrionsabail
*Criathrú **aeir**, déantar bolgáin bheaga as a ndéantar bolgáin mhóra as aer a bhualadh, nuair a théitear é leathnaíonn agus éiríonn an meascán; ligeann an glútan sa phlúr láidir don taos éirí agus treisíonn sé an taos; déanann sú líomóide an glútan a bhogadh agus tugann sé níos mó leaisteachais; cuirtear isteach plúr go tapa sa leacht te a ionsúnn an plúr go tapa agus a dhéanann an meascán tiubh trí geilitíniú; bácáil in **oigheann te,** athraíonn an stáirse sa phlúr go deistriní agus is cúis le donnadh é; cruthaíonn an **ghal** ón im téite agus ón uisce bolgáin ghaile agus is cúis iad le héirí an mheascáin sa teas; téachtann an phróitéin sna huibheacha chun an meascán a tháthú;*
Mias roghnaithe – taighde déanta ar mhias mhilis nó neamhmhilis a rinneadh as puth - thaosrán garbh **nó** taosrán choux
Mias - 1 @ 4 mharc (glactar le mias mhilis nó neamhmhilis anseo) (grádaithe 4:2:0)

Measúnúchán (a) le cur i bhfeidhm na méise taosráin roghnaithe (**b)** na buntáistí agus / nó na míbhuntáistí a bhaineann leis an gcineál seo taosráin a dhéanamh.

Tasc 4

Tá táirgí ceardaí tar éis fás go tapa ina sainmhargadh in earnáil fhiontar an bhia mar thoradh ar thomhaltóirí géarchúiseacha ag lorg táirgí ar ardchaighdeán. Déan taighde ar na cineálacha brioscaí (cookies) a bhfuil tóir ag tomhaltóirí orthu faoi láthair. Déan fiosrú ar dhá mhodh maidir le brioscaí a dhéanamh sa bhaile. Mínigh na bunphrionsabail atá i gceist i ngach cás. Ullmhaigh agus bácáil cineál amháin briosca ag baint úsáid as ceann amháin de na modhanna a d'fhiosraigh tú. Déan cur síos ar an bpacáistiú a mholfá don táirge agus cuir san áireamh an táirge a choinneáil sláinteach agus é a chur i láthair ar bhealach tarraingteach. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm **(b)** cé chomh praiticiúil agus atá sé brioscaí a dhéanamh sa bhaile agus **(c)** leis an gcostas i gcomparáid le táirge tráchtála den chineál céanna. 2022

Príomhriachtanais an taisc:

- *déan taighde ar na cineálacha brioscaí (cookies) a bhfuil tóir ag tomhaltóirí orthu faoi láthair.*
- *déan fiosrú ar dhá mhodh maidir le brioscaí a dhéanamh sa bhaile.*
- *na bunphrionsabail atá i gceist i ngach cás.*
- *an pacáistiú a mholtar don táirge.*

Fiosrúchán

Cineálacha brioscaí (cookies) a bhfuil tóir orthu faoi láthair:
brandaí éagsúla; cineálacha éagsúla; éagsúlachtaí ar na bunchineálacha; brioscaí le comhábhair neamhghnácha agus le meascáin shuimiúla comhábhar srl.

Modhanna agus bunphrionsabail - brioscaí déanta sa bhaile

Cuimilt isteach: *saill gearrtha ina píosaí beaga agus cuimilte isteach sa phlúr; meascán ardaithe thar an mbabhla chun cuidiú leis an* ***aer*** *a ionchorprú; is cóir go mbeadh cuma bruscar aráin mín ar an meascán; úsáidtear gránphlúr chun uigeacht bhriosc a dhéanamh; fuintear an meascán go mbíonn sé séimh; rollta go tanaí agus bácáilte go tapa le bheith criospa agus briosc; téachtann teas an oighinn an glútan/meascán; scaoiltear* ***an t-aer*** *leis an* ***téamh****; caramalaíonn an siúcra leis an téamh; meascann an phróitéin agus na siúcraí chun an briosca a dhonnadh trí imoibriú maillard; srl.*

Ag uachtarú: *buailtear/uachtaraítear saill agus siúcra le chéile go mbíonn an meascán ar dhath éadrom, le huigeacht bholgach, toirt mhéadaithe agus siúcra tuaslagtha; bíonn na bolgáin bheaga* ***aeir*** *a tháirgtear cobhsaithe leis an siúcra; tugtar níos mó aeir isteach trí na huibheacha a bhualadh isteach sa mheascán de saill agus siúcra; cuirtear isteach uibheacha ar luas íseal chun gruthú a sheachaint; cuirtear plúr criathraithe isteach chun tuilleadh aeir a thabhairt dó; ardaíonn an meascán nuair a scaoiltear na bolgáin aeir as* ***teas*** *an oighinn, tagann an ghal ó na comhábhair leachtacha agus ó* ***CO_2*** *de bharr úsáid oibreán ardaithe; teas an oighinn a théachtann an meascán; ligeann an taise don phlúr hiodráitiú agus pléascann na gráinní stáirse nuair a théitear iad agus ionsúnn siad an taise chun geilitíniú; coimeádann an stáirse cócaráilte na brioscaí le chéile ; téachtann teas an oighinn an glútan/meascán srl.*

Aonphíosa: *buailtear na comhábhair ar fad le chéile; bain úsáid as saill bhog chun* ***aer*** *a ionchorprú go héasca; le linn bhácála imoibríonn an t-oibreán ardaithe leis an leacht ón ubh chun* ***CO_2*** *agus gal a tháirgeadh agus ardaíonn na brioscaí dá bharr; téachtann teas an oighinn an meascán/glútan; srl.*

Bualadh: *buailtear na huibheacha agus siúcra le chéile: déantar* ***aer*** *a ionchorprú sa mheascán; filltear plúr isteach go cúramach; scoiltear an gás ó* ***theas*** *an oighinn, ardaíonn an meascán téachta; téachtann teas an oighinn an meascán/glútan; srl.*

Leá*:* *téitear saill, siúcra agus leacht (triacla, mil) go réidh; fuaraithe agus curtha leis na comhábhair tirim (plúr, oibreán ardaithe); buailte le chéile leis an ubh; púdar bácála/sóid aráin curtha leis, nuair a thaisítear iad táirgtear* ***CO_2*** *ar chúis é le hardú an mheascáin nuair a théitear é; téachtann* ***teas*** *an oighinn an meascán/glútan; bíonn siúcra agus próitéin téite agus donn mar gheall ar an imoibriú maillard; srl.*

Pacáistiú oiriúnach: *boscaí maisiúla; stáin aerdhíonacha; prócaí gloine; málaí bronntanais; coimeádáin phlaisteacha; fillteog pholaitéin; lipéid mhaisiúla nó féinghreamaitheach; srl.*

mura ndéantar aon phacáistiú a fhiosrú – 3 mharc

Miasa roghnaithe – *ainmnigh briosca – modh fiosruithe sa taighde* **(grádaithe 4:2:0)**

Measúnúchán (a) le cur i bhfeidhm na mbrioscaí roghnaithe (**b)** Infheidhmitheacht a bhaineann le brioscaí baile – *ceisteanna acmhainne .i. am, scileanna, trealamh, pacáistiú, stóráil* **(c)** comparáid idir costas an táirge bhaile agus táirge tráchtála den saghas céanna; srl.

Réimse Cleachtais E: Anailís Chomparáideach agus Anailís Chéadfach san áireamh.

Tasc 5

Is é atá i gceist leis an gCáin ar Dheochanna Siúcra Milsithe ná beartas le tomhaltóirí a spreagadh chun deochanna níos sláintiúla a roghnú agus ag an am céanna an tionscal a spreagadh leis an méid siúcra sa bhreis atá curtha isteach a laghdú.

Déan taighde ar raon na ndeochanna lena mbaineann an *Cháin ar Dheochanna Siúcra Milsithe*.
Déan taighde ar dheochanna boga a bhfuil rogha le gnáth-leibhéal siúcra iontu **agus** le leibhéal íseal siúcra/gan aon siúcra iontu. Luaigh an méid siúcra i ngach ceann de na roghanna de dheochanna boga.
Roghnaigh deoch bog tráchtála ina bhfuil gnáthrogha agus rogha nach bhfuil mórán siúcra/ gan aon siúcra i gceist.
Déan tástáil Dó-Trí chun a fháil amach an féidir le tástálaithe an dá tháirge a aithint ó chéile. Cuir i láthair na torthaí a fuair tú ón tástáil.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le na torthaí a fuarthas ar an tástáil. 2022

Príomhriachtanais an taisc:

- déan taighde ar raon na ndeochanna lena mbaineann an ***Cháin ar Dheochanna Siúcra Milsithe*.** (gnáth-leibhéal siúcra iontu **agus** le leibhéal íseal siúcra/gan aon siúcra iontu)
- **Tástáil Dó-Trí**- cur síos, aidhm agus na torthaí a d'fhéadfadh a bheith ann
  - coinníollacha le smachtú le linn tástála -ní mór dóibh a bheith anailísithe agus bainteach leis an triail
- roghnaigh deoch bog tráchtála **amháin** de do rogha féin

Fiosrúchán **(24 marc)**
déan taighde/fiosrúchán ar dheochanna cuí don tasc .i. deochanna boga a bhfuil rogha le gnáth-leibhéal siúcra iontu **agus** le leibhéal íseal siúcra/gan aon siúcra iontu. (méid siúcra i ngach rogha)

Baineann an cháin le deochanna a bhfuil siúcra iontu agus a bhfuil méid iomlán siúcra de 5 ghram nó níos mó sa 100 ml .i. uiscí faoi bhlaistiú; deochanna carbónáitithe; deochanna fuinnimh agus spóirt; deochanna súbhunaithe; deochanna a bhfuil saill bhainne iontu le níos lú ná 119mg cailciam in aghaidh 100 ml; soighe, gránach, deochanna síolbhunaithe nó cnóbhunaithe le níos lú ná 119mg cailciam sa 100ml; deochanna neamh-mheisciúla; srl.

- **Tástáil Dó-Trí**

Cur síos: *tugtar trí shampla don tástálaí; dhá shampla códaithe agus ceann amháin a ainmnítear mar thagairt; iarrtar ar an tástálaí an sampla atá éagsúil ón tagairt a ainmniú; srl.*
Aidhm na tástála: *aimsiú an bhfuil difríochtaí inbhraite sa bhlas idir an gnáth deoch bog agus an leibhéal íseal siúcra / gan aon siúcra comhroghnach; srl.*
Toradh: *socraítear ar líon na dtástálaithe ar féidir leo sampla a ainmniú atá éagsúil ón smacht / tagairt; cé mhéid tástálaithe ar féidir leo éagsúlacht a aimsiú idir an dá leagan den deoch bog roghnaithe .i. gnáth deoch agus* gnáth-leibhéal siúcra agus leibhéal íseal siúcra/gan aon siúcra; srl.

Na coinníollacha le smachtú le linn tástála a ainmniú
Coinníollacha sainiúil don tasc m.sh. méid, cuma agus dath na gcoimeádán a úsáideadh don tástáil; teocht na samplaí; cainníochtaí céanna i ngach sampla; códú na samplaí; ordú randamach an láithrithe; amú; áit a dtarlaíonn an tástáil; ceisteanna cothaithe. srl.

Mias / táirge roghnaithe agus critéir rogha
Táirgí roghnaithe – *deoch bog roghnaithe le gnáth leibhéal siúcra agus leibhéal íseal siúcra / gan aon siúcra*

(2 tháirge @ 2 mharc) (grádaithe 2:1:0) 4 mharc
Foinsí Eolais: 2 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0) 4 mharc

Ullmhúchán agus Pleanáil
- **Acmhainní = (2 mharc) (grádaithe 2:1:0)**

8 marc
- **Príomhthrealamh a theastaíonn chun an tasc a dhéanamh** (**6 mharc) (grádaithe 6:5:4:3:2:1:0)**

Tástáil Dó – Trí: Bunaithe ar 6 thástálaí: 6 thráidire le cóid *R □ ◊; 6 ghloine uisce; 18 coimeádáin chódaithe ; 12 sampla de ghnáth deoch bog ; 6 shampla de dheoch bog* le leibhéal íseal siúcra/gan aon siúcra; *6 scórchárta; 1 bhileog thaifid ; 6 pheann; srl.*

Cur i bhFeidhm 16 marc
An modh oibre a leantar agus an ghné seo den tasc á déanamh:
Is cóir seicheamh iomlán den chur i bhfeidhm a thabhairt agus is cóir torthaí a chur I láthair don tástáil

Tástáil Dó-Trí: (bunaithe ar 6 thástálaí) *sraith de 6 thráidire uimhrithe 1 – 6; códaithe mar an gcéanna R, □ ◊ ; doirt samplaí den táirge i gcupáin pháipéir;* ***R= deoch iomlán siúcra x 6 A= deoch iomlán siúcra x 6 B= deoch le siúcra íseal x 6****; lipéadaigh scórchártaí 1- 6 agus bileog thaifid ; eagraigh 6 thráidire agus úsáid á baint as ordú láithrithe cothroime; déan an tástáil Dó-Trí; bailigh scórchártaí; aistrigh torthaí go dtí an bhileog thaifid; taispeáin na cóid; cuir na torthaí i láthair agus measúnaigh iad; glan suas agus nigh na gréithe srl.*
Deoch le gnáth leibhéal siúcra a bheidh ina thagairt R/smacht; códú ar gach tráidire le bheith mar an gcéanna m.sh. siombailí R □ ◊; na deochanna a bheidh éagsúil ar gach tráidire -- an t-ordú láithrithe thíos sna deochanna in □ agus ◊ a athróidh;

Tráidire	AAB
1	R □ ◊

Tráidire	ABA
2	R □ ◊

Tráidire	AAB
3	R □ ◊

Tráidire	ABA
4	R □ ◊

Tráidire	AAB
5	R □ ◊

Tráidire	ABA
6	R □ ◊

3 chupán páipéir ar gach tráidire; cupán páipéir amháin lipéadaithe le siombail R; cupán páipéir amháin le siombail □; cupán páipéir amháin le siombail l ◊;iarrtar ar thástálaithe tosú ón gclé agus sampla R a bhlaiseadh le 2 shampla códaithe ina dhiaidh san ord a tugadh; is cóir dóibh ciorcal a chur ar an sampla atá éagsúil ó R; bailíonn an taifeadóir na scórchártaí agus aistrítear na torthaí don bhileog taifeadta ullmhaithe; nuair a thaifeadtar torthaí cuirtear ciorcal thar an litir a fhreagraíonn don siombail roghnaithe ar gach scórchárta agus cuirtear tic sa cholún cuí; déantar na freagraí cearta a chomhaireamh, taispeántar na cóid ; cuirtear torthaí i láthair- ar bharrachairt nó ar phíchairt; torthaí measúnaithe srl; Taispeánann an bhileog taifeadta gur deoch le gnáth leibhéal siúcra = Deoch A, gur deoch le leibhéal íseal siúcra = Deoch B agus gur leanadh an t-ord do gach tráidire a taispeánadh thuas freisin.

- **Príomhthosca le toradh an tástála a dheimhniú (2 @ 4 mharc an ceann) (grádaithe 4:2:0)8 marc**

Caithfidh príomhthosca tagairt don tástáil a rinneadh agus féadann coinníollacha ***smachta*** *le linn tástála a chur san áireamh; códú; méideanna céanna agus dóthanacha; gloine uisce/ nó craicear tirim ann d'fhonn an carball a ghlanadh; tábhacht ciúnais le linn tástála; ordú láithrithe randamach; cóid neamhchlaonta; eagrú á dhéanamh ag daoine éagsúla; tástálaithe as láthair agus eagrú ar siúl; srl.*

- **Sábháilteacht agus Sláinteachas**

Sábháilteacht: 1 phointe @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0) Sláinteachas : 1 phointe @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0) 4 mharc

***Sábháilteacht**: tástálaithe le hailléirgí – deochanna boga le breiseáin / uimhreacha e; diaibéitigh; srl. Cleachtas maith **Sláinteachais** maidir le: láthair tástála/ullmhúcháin; láimhseáil samplaí; cupáin aon uaire; srl.*

Measúnúchán (3 phointe @ 4 mharc) (grádaithe 4:3:2:0) 12 marc

- **Cur i bhFeidhm**

Déan measúnú ar chur i bhfeidhm na tástála le tagairt do na príomhthosca d'fhonn a rath a chinntiú; fadhbanna a tharla agus réitigh a moladh; srl.

- **Sainriachtanais an taisc**

Is cóir torthaí a mheasúnú agus conclúidí a tharraing; glac le hanailís na bhfachtóirí a d'fhéadfadh cur leis na torthaí tástála a bhfuarthas .i. cén fáth go bhféadfadh / nach bhféadfadh tástálaithe an sampla a bhí éagsúil a aithint; srl.

Aguisín 1 Treoracha Ginearálta do scrúdaitheoirí maidir le bronnadh marcanna

1. Riachtanais an scrúdaithe: Tá sé de cheangal ar iarrthóirí taifead ar aon ***ceithre*** thasc a chur i gcrích agus a chur i láthair lena scrúdú. **2 thasc i gcomhair 2022 de bharr ceartuithe.**

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 agus 5, 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 sainítear an mhias/táirge a ullmhaíodh san fhiosrúchán***, ach má chomhlíonann sé riachtanais an taisc, bain an marc ábhartha a bhronntar (-1/-2/-4) faoi bhéilí/miasa/táirgí san fhiosrúchán.

6. Mura léiríonn an mhias roghnaithe ach ***beagán scileanna próiseála*** – marcáil *pro-rata*.

7. ***Mura bhfuil an mhias roghnaithe ag teacht go hiomlán*** leis na riachtanais, e.g.
   - mias ***gan chócaráil*** roghnaithe nuair a sonraíodh mias chócaráilte - Tasc 1,2,3,4
   - mias ***nach bhfuil oiriúnach do riachtanais an taisc*** – *Tasc 1 agus 2*
   - ***an modh a fiosraíodh gan a bheith in úsáid agus an mhias roghnaithe á déanamh*** – *Tasc 3 agus 4*
   - 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. *Caithfidh scrúdaitheoirí dul i gcomhairle le scrúdaitheoirí comhairleacha agus suíomh ar leith á chur i bhfeidhm acu.*