Coimisiún na Scrúduithe Stáit

An Ardteistiméireacht 2024

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.

Treoracha d'iarrthóirí:

Roinn A 60 marc
Freagair **deich** gceist ar bith sa roinn seo.
Tá 6 mharc ag gabháil le gach ceist.

Roinn B 180 marc
Freagair **Ceist 1** agus **dhá** cheist ar bith eile as an roinn seo.
Tá 80 marc ag gabháil le Ceist 1.
Tá 50 marc an ceann ag gabháil leis na ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.

Roinn C 40 nó 80 marc
Freagair ceist **amháin** ar ábhar roghnach **nó** Ceist 4 (croí-ábhar) lena n-áirítear **cuid (a)** agus **cuid (b) nó (c).**
Má chuir tú isteach obair chúrsa i *dTeicstílí, 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 se leanas a thabhairt faoi deara:

- *In go leor cásanna ní thugtar ach príomhfhrásaí ina bhfu faisnéis agus smaointe a chaithfidh a bheith i bhfreagra iarrthóra chun na marcanna sannta a thuilleamh*
- *Níl na tuairiscí, modhanna ná sainmhínithe a thugtar sa uileghabhálach agus is féidir glacadh le freagraí malarta bailí eile*
- *Braitheann na mionsonraí a theastaíonn in aon fhreagra gcomhthéacs agus ar an gcaoi a gcuirtear an cheist, agu an líon marcanna atá ar fáil don fhreagra ar an scrúdpháipéar. D'fhéadfadh riachtanais agus leithdháile na marcanna athrú ó bhliain go bliain, dá réir sin*
- *Caithfear focail, nathanna cainte nó frásaí a úsáid i gcea gcomhthéacs agus níor cheart iad a bhréagnú, agus más go n-úsáidtear go mícheart iad nó go mbréagnaítear iad, féidir na marcanna a thabhairt*

Tábla na nGrád

Grád	Ábhar Roghnach 1, 3 agus C4	Ábhar Roghnach 2
1	288-320	252-280
2	256-287	224-251
3	224-255	196-223
4	192-223	168-195
5	160-191	140-167
6	128-159	112-139
7	96-127	84-111
8	‹ 95	‹ 83

Nóta mínithe-Eacnamaíocht Baile 2024

Ba cheart marcanna mínithe a chur gar don fhreagra ceart/ceart go páirteach. D'fhéadfadh athrú a bheith ann maidir le dathanna na nótaí mínithe.

Nóta mínithe	Míniú
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** mharc
P8	Bain **ocht** mharc
P9	Bain **naoi** mharc
P10	Bain **deich** mharc
SMM	Scéim mharcála athraithe

I Roinn C, iarrtar ar iarrthóirí ceist amháin a fhreagairt sa roinn seo Baineann Ceist C2 leis an ábhar roghnach Teicstílí, Faisean agus Dearadh. Nuair a a fhreagraíonn iarrthóir C2 agus ceist eile as C1, C3, nó C4, cuireann an scrúdaitheoir marc lascaine a i bhfeidhm ionas nach gcuirtear san áireamh i dtaca le hiomlán an pháipéir ach an marc is mó. Úsáidtear an nóta mínithe A chun a thabhairt le fios go bhfuil marc lascaine á chur i bhfeidhm. Mar shampla, chun marc lascaine -23 a chur i bhfeidhm chuirfeadh scrúdaitheoir an A, P10, P10, P3, chun -10 -10, -3 = iomlán -23 a chur i bhfeidhm.

Roinn A

Freagair **deich gceist** 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**
Tá snáithíní agus fíochán tacaíochta i bhfeoil	✓	
Cuireann 1 g próitéine 4 chileacalra fuinnimh ar fáil don chorp	✓	
Is bia ar luach bitheolaíoch íseal iad uibheacha		✓

2. Luaigh **dhá** fheidhm atá ag Vitimín C sa chorp.

2 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

coisceann sé scorbach; aistríonn sé iarann neamh-haem go hiarann haem; neartaíonn sé an córas imdhíonachta; tacaíonn sé le fíochán tacaíochta a fhoirmiú; neartaíonn sé collaigin le haghaidh cneasú créachta; oibríonn sé le Vitimín E chun cosc a chur ar ghalar corónach croí; is frithocsaídeoir é; meastar go bhfuil ról aige maidir le cosc a chur ar ailse; foirmiú fuileadáin; cothaíonn sé leaisteachas sa chraiceann, déantús tíorocsaín; srl.

Ainmnigh foinse **amháin** de Vitimín C sa réim bhia.

1 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

torthaí citris, oráistí, líomóidí, seadóga; cuiríní dubha; mogóirí róis; sútha talún; úlla; piorraí; cíobhaí; piobair; glasraí glasa duilleogacha; trátaí; prátaí; piseanna; péacáin pónaire; cabáiste dearg; srl.

3. Úsáid na focail thíos chun na ráitis a leanas maidir le fuinneamh a chríochnú.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

cileacalraí folmha **cothromaíocht fuinnimh** **murtall**

Féadfaidh **murtall** tarlú má itheann duine an iomarca bia atá bunaithe ar shiúcra.

Is **cileacalraí folmha** iad calraí a bhfuil luach cothaitheach íseal acu.

Tugtar **cothromaíocht fuinnimhar** ionchur fuinnimh atá cothrom le haschur fuinnimh.

4. Tabhair breac-chuntas ar **dhá** thoisc a théann i bhfeidhm ar bhoige feola.

2 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

aois; tá snáithíní matáin níos faide, níos tibhe ag ainmhithe, tá níos mó fíochán tacaíochta acu; tá codanna gníomhacha den ainmhí níos righne, e.g. muineál/cosa; cóireáil na n-ainmhithe roimh shléacht agus ina dhiaidh; modh cócaireachta; srl.

Luaigh **dhá** shlí le feoil a mhaothú.

2 shlí @ 1 mharc (grádaithe 1:0)

sula maraítear an t-ainmhí tabhair instealladh d'einsímí próitéalaíocha; mionú; maranáidiú; tuargaint le casúr feola; polladh le snáthaidí; sula ndéantar í a chócaráil croith le maothóir feola; modhanna malla boga cócaireacht, m.sh. stobhadh; srl.

5. 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**
Bíonn a lán snáithín i gciseal an bhran i ngránaigh	✓	
Má bhíonn teas ann, atann agus pléascann gráinní stáirse	✓	
Bíonn méideanna difriúla saille agus plúir in anlann roux		✓

6. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** athrú sa stíl mhaireachtála a mholtar do dhuine murtallach atá ag iarraidh meáchan a chailleadh.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

aiste bhia ar bheagán saille a leanúint; aiste bhia ina bhfuil siúcra laghdaithe a leanúint; bain sail shofheicthe ó fheoil; seachain anlainn bhunaithe ar uachtar; modhanna cócaireachta ar bheagán saille a chur san áireamh; iontógáil snáithín a ardú; iontógáil uisce a ardú; bianna próiseáilte a laghdú; aclaíocht; alcól a sheachaint; ithe os comhair na teilifíse a sheachaint; ithe go déanach istoíche a sheachaint; seachain bianna ina bhfuil cileacalraí folmha; leag amach spriocanna cailleadh meáchain; srl.

7. Ainmnigh **dhá** chineál taosráin agus ainmnigh mias dhifriúil is féidir a dhéanamh as gach cineál.

Cineál taosráin 2 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)
Mias 2 @ 1 mharc (grádaithe 1:0)

Cineál taosráin	Mias
choux; briosc-chrústa; puth-thaosrán garbh; puth-thaosrán;	éadromóga; profiterole; toirtín úll; quiche; rollóga ispíní; pióg stéige agus dhuáin; croissant; vol-au-vent; srl.
calógach; filo; briosc-chrústa saibhir; srl.	pióga mhionra; rollóga earraigh; maróga galaithe; samósa; srl.

8. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** threoirlíne atá le leanúint nuair atá bia úr á reo.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

cuir an cnaipe mear-reo ar siúl 3 go 4 uair roimh bhia a reo; ná reoigh ach 1/10 de thoilleadh an reoiteora i dtréimhse 24 uair; roghnaigh bia den chaighdeán is fearr chun a reo; reoigh méideanna inúsáidte; fuaraigh bia iomlán roimh é a reo; oscail bia reoite amhail sútha talún; bánaigh glasraí roimh iad a reo; úsáid pacáistíocht oiriúnach; bain an aer den phacáistíocht roimh é a reo; fág spás ann do leathnú agus leachtanna á reo; lipéadaigh táirgí le hainm agus dáta; coimeád teocht an reoiteora ag -18^{o}C; déan bianna comhchosúla a stóráil le chéile; srl.

9. Meaitseáil na modhanna traschurtha teasa seo leis an sainmhíniú ceart.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

Seoladh **Comhiompar** **Radaíocht**

Sainmhíniú	Modh traschurtha teasa
Taistealaíonn teas i línte díreacha agus téann/cócarálann sé an chéad rud soladach a mbuaileann sé leis	**Radaíocht**
Taistealaíonn teas trí leacht nó trí ghás, rud a thugann air ardú, tagann leacht nó gás fuar ina áit	**Comhiompar**
Taistealaíonn teas trí na móilíní i rud soladach go dtí go mbíonn sé téite go hiomlán	**Seoladh**

10. Tabhair breac-chuntas ar **thrí** cheart atá ag tomhaltóirí agus earraí á gceannach acu.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

luach ar airgead; an ceart maidir le heolas cruinn agus iontaofa; an ceart maidir le rogha na n-earraí nó na seirbhísí; an ceart maidir le cáilíocht; an ceart maidir le sábháilteacht; seirbhísí comhlíonta ag duine cáilithe go hardchaighdeán; úsáid á bhaint as ábhair ar chaighdeán maith; an ceart chun sásaimh; srl.

11. Luaigh **trí** bhuntáiste a bhíonn ag déagóirí a bhíonn ag coigilt go rialta.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

ábhair buartha airgeadais a laghdú; braistint slándála agus neamhspleáchais a thabhairt; is féidir freastal ar éigeandálaí; tugtar dea-shampla do bhaill den teaghlach; seachnaítear an riachtanas d'iasachtaí/comhaontuithe creidmheasa; neartaítear dea-chlú airgeadais; úsáideach má táthar ag pleanáil imeacht sa todhchaí; srl.

12. Mínigh conas a imríonn na critéir a leanas tionchar ar an tomhaltóir nuair atá sé/sí ag roghnú teicstílí don teach.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

Oiriúnacht don chuspóir ba cheart go ndéanfaidh airíonna fabraic oiriúnach don fheidhm atá beartaithe, m.sh. in-nite; airíonna aeistéitiúla, m.sh. cuma, garbh, mín, luí, meáchain, dath, patrúin agus uigeacht; srl.
Rogha phearsanta rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn le duine; an dath is fearr le duine; an stíl is fearr le duine; leibhéil compord inmhianaithe; marthanacht fabraice; tugann daoine tús áite d'fhabraicí nádúrtha, m.sh. amhail cuma línéadaigh a bhfuil filltíní ann; bíonn airíonna réidhchúraim agus leaisteachas ag fabraicí sintéiseacha; srl.
Costas tá snáithíní nádúrtha, m.sh. olann agus síoda níos costasaí ná fabraicí sintéiseacha; beidh tionchar ag an méid airgid a bhíonn ar fáil ar chineál agus cáilíocht na fabraice a cheannaítear; srl.

13. Maidir le hárachas, luaigh **dhá** bhuntáiste a bhaineann le hárachas saoil.

2 @ mharc 3 (grádaithe 3:2:0)

faigheann an teaghlach airgead nuair a fhaigheann an té a bhfuil árachas acu bás; tugtar slándáil agus suaimhneas intinne leis; is féidir é a úsáid mar bhealach sábhála; is féidir an polasaí a tharraingt ag am ar bith; srl.

14. Déan cur síos ar thrí threoirlíne ba chóir do dhaoine a leanúint agus oigheann micreathonnach á úsáid acu.

3 @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)

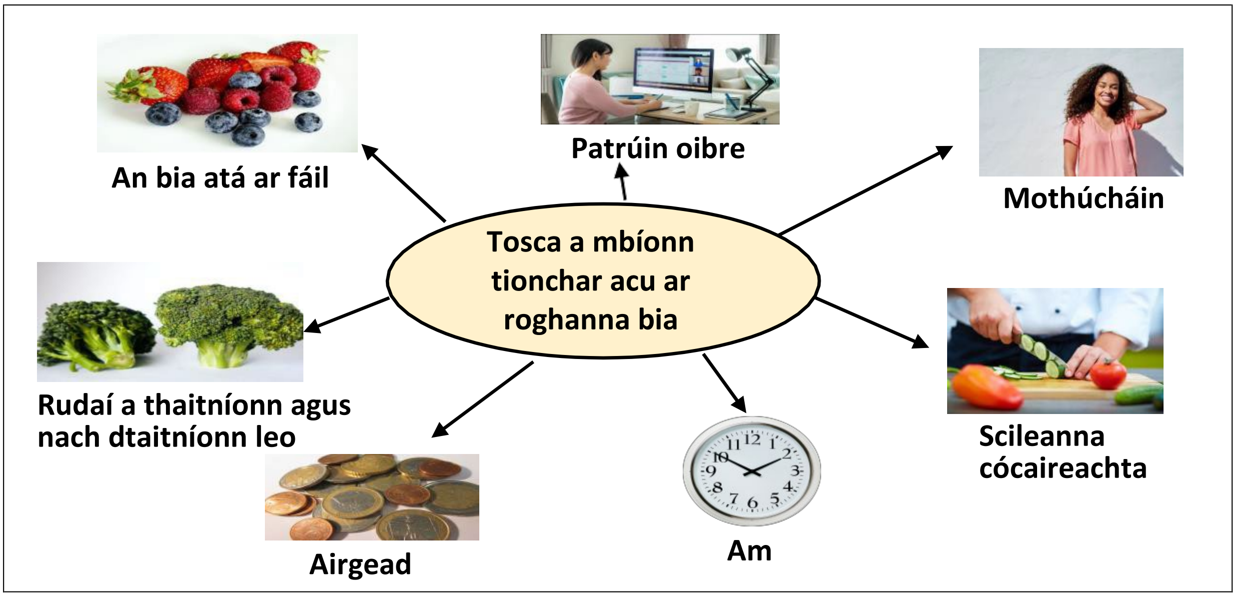
socraigh an bia i gciorcal, an chuid is tibhe ar an taobh amuigh; cas agus rothlaigh an bia le linn cócaireachta; cur poll sa bhia , m.sh. craiceann ispíní, prátaí; cuir am air go cruinn; bain úsáid as oidis atá oiriúnaithe don oigheann micreathonnach; clúdaigh an bia chun taise a choinneáil, cuireann sé dlús am cócaireachta, cosnaítear steallóga; ná cuir coimeádáin/miasa miotal nó ar a bhfuil imeall miotal isteach san oigheann micreathonnach; bain úsáid as earraí cócaireachta atá in oiriúint, m.sh. páipéar, gloine, plaisteach, ceirmeach, earraí criaga; corraigh bia; tabhair am seasamh; bain úsáid as an socrú cumhachta díreo agus bianna á leá; srl.

Roinn B

Freagair **Ceist 1** agus **dhá** cheist ar bith eile as an roinn seo.
Tá 80 marc ag gabháil le Ceist 1. Tá 50 marc an ceann ag gabháil leis na ceisteanna 2, 3, 4 agus 5.

Ceist 1

'Ar fud an domhain, roghnaíonn daoine bia éagsúil a ithe ar chuid mhór cúiseanna éagsúla.'
(*www.foodfactoflife.org.uk*)



(a) Agus an t-eolas sa tábla thuas á úsáid agat, pléigh **cúig** thoisc a mbíonn tionchar acu ar na roghanna bia a dhéanann duine. (20 marc)

5 @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Mothúcháin ceannaítear níos mó bia nuair a bhíonn drochghiúmar ar dhuine; ceannaítear bia chun dea-amanna a cheiliúradh; bítear ag ithe ar mhaithe le faoiseamh; srl.
Scileanna cócaireachtat tá seans níos ó go ndéanfaidh daoine a bhfuil scileanna cócaireachta níos fearr acu béile ón mbonn; bainfidh cócairí neamhoilte úsáid níos mó as bianna saoráideacha; ceannaíonn go leor acu bia atá tapa le cócaráil; srl.
Am stíl mhaireachtála gnóthach; úsáid bhianna saoráideacha; bianna beir leat; cineál oibre; uaireanta cloig ag obair; srl.
Airgead cogaí maidir le praghas; iomaíocht mhéadaithe; cúlú eacnamaíochta; siopaí lascaine; ioncam indiúscartha; séasúracht; bíonn bianna saora próiseáilte go hard, agus féadfaidh leibhéil arda salainn, siúcra agus saille a bheith iontu; srl.
Rudaí a thaitníonn agus nach dtaitníonn leo féadfaidh go mbeadh tosaíocht i gceist maidir le bianna atá ar mhórán siúcra; féadfaidh nach dtaitneodh bianna le duine de bharr ailléirgí; mealladh i dtaobh na gcéadfaí de; srl.
An bia atá ar fáil tá bianna atá i séasúr níos saoire agus níos úire; is féidir bianna a iompórtáil agus bíonn infhaighteacht ar feadh na bliana dá bharr; lorg carbóin; suíomh; aistí bia speisialta; riachtanais chultúrtha éagsúla; srl.
Patrúin oibre féadfaidh stíl mhaireachtála a bheith ina chúis do spleáchas níos mó ar bhia beir leat agus bianna saoráideacha; srl.

(b) Tabhair cuntas ar charbaihiodráití faoi **gach** ceann de na ceannteidil seo a leanas: (28 marc)

- aicmiú

3 aicme @ 2 mharc (grádaithe 2:0)

monaisiúicríd; déshiúicríd; polaisiúicríd; siúcra; stáirse; snáithín/ceallalós; srl.

- feidhmeanna sa chorp

2 fheidhm @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

teas; fuinneamh; spreagadh imfhíscaidh; cuirtear cosc ar iatacht; cuirtear cosc ar neamhord putóige; feidhmíonn sé mar chaomhnóir próitéine; insliú, stóráiltear carbaihiodráit sa bhreis mar fhíochán saille; caomhnú glicigine; tugann snáithín mothú a bheith lán; srl.

- foinsí sa réim bhia.

3 fhoinse @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

gránaigh bhricfeasta; rís; pasta; prátaí; arán; torthaí; glasraí; cnónna; síolta; mil; cácaí; brioscaí; milseáin; grán rósta; bainne; siúcra; srl.

(c) Tabhair breac-chuntas ar **thrí** shlí ar féidir le duine an méid snáithín ina réim bhia a mhéadú. (12 marc)

3 phointe @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

bran a chur le gránach bricfeasta; líon na dtorthaí/glasraí a itheann siad a mhéadú; craicne torthaí agus glasraí a ithe; arán/pasta/rí donn a ithe; síolta agus cnónna a chur le bia; úsáid a bhaint as plúr donn seachas plúr bán, srl.

(d) Déan cur síos ar **cheithre** shlí ar féidir le tomhaltóirí cur amú bia a laghdú nuair a bhíonn béilí á bpleanáil acu agus nuair a bhíonn bia á cheannach acu. (20 marc)

4 shlí @ 5 mharc (grádaithe 5:4:3:0)
(1 tagairt do phleanáil, 1 tagairt do cheannach, & 2 phointe eile)

pleanáil stoc a sheiceáil sa chistin roimh dhul ag siopadóireacht; earraí níos somheata nó earraí a bhfuil dátaí éaga ag teacht aníos acu a bhogadh go tús an chuisneora/an chófra chun úsáid a bhaint astu ar dtús; déan plean béilí don tseachtain; bain úsáid as liosta agus siopadóireacht á dhéanamh; ceannaigh ar líne; bain úsáid as fuílligh do lón an chéad lá eile nó reoigh iad; bain úsáid as torthaí/glasraí fuílleacha chun subha a dhéanamh; bain úsáid as aipeanna pleanála; srl.
ceannach ceannaigh méideanna inúsáidte/beaga; féach ar na dátaí éaga; ná ceannaigh ach cad atá de dhíth ort; scrúdaigh bianna roimh iad a cheannach chun úire a chinntiú; leathanaigh béilí le roghanna malartacha feoil; smaoinigh ar phiseánaigh a úsáid mar fhoinse próitéine; srl.

Ceist 2

'Tá réim bhia veigeatórach á leanúint ag tuairim is 8% de mhuintir na hÉireann.' (*Bord Bia, 2021*)

(a) Tabhair cuntas ar **(i)** luach cothaitheach **agus (ii)** luach diaitéiteach torthaí agus glasraí. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:4:3:2:0)
(1 thagairt do luach cothaitheach, 1 thagairt do luach diaitéiteach, & 2 thagairt eile)

chothaitheach próitéin ÍLB, tugtar próitéin ALB le pónairí soighe; ar bheagán saille, saill il-neamhsháithithe in ológa agus in abhacáid; stáirse i nglasraí piseánaigh, glasraí fréimhe agus tiúbair; stáirse i láthair i dtorthaí glasaibí, m.sh. bananaí; snáithín i nglasraí piseánaigh, glasraí fréimhe agus tiúbair; siúcra in oinniúin; cairéid agus i ngach toradh; Vitimín C i dtorthaí citris, cíobhaíonna; Vitimín A i dtorthaí agus glasraí a bhfuil dath geal orthu; cailciam i nglasraí a bhfuil dath glas dorcha orthu; iarann neamh-haeim i nglasraí a bhfuil dath glas dorcha orthu; bananaí foinse potaisiam; cion ard uisce i ngach toradh agus glasra; srl.
diaitéiteach úsáidte in aistí bia veigeatóra; foinse mhaith snáithín cothaitheach, tacaítear le cosc ar neamhoird putóige; úsáideach in aistí bia ar bheagán colaistéaróil/ar bheagán calra de bharr cion íseal saille, cion ard uisce agus snáithín i láthair sna craicne; soláthraítear frithocsaídeoir Vitimíní A agus C, íslítear baol GCC, stróc agus roinnt ailsí; ní mór do dhiaibéitigh a bheith feasach faoi torthaí ar mhórán siúcra; furasta teacht orthu ar feadh na bliana; ilúsáideach; faightear luach ar airgead nuair atá sé i séasúr; is féidir é a ithe amh nó cócaráilte; go leor úsáidí cócaireachta; níl mórán ullmhúcháin i gceist leis; easpa Vitimín D agus B_{12}; srl.

(b) Agus na treoirlínte reatha maidir le hitheachán sláintiúil á gcur san áireamh agat, leag amach biachlár (3 bhéile) i gcomhairar lá amháin do veigeatóir lena chinntiú go sásaítear a riachtanais chothaithe. (18 marc)

3 bhéile @ 6 mharc
(Biachlár: 2 chúrsa @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0) **+ deoch 2 mharc** (grádaithe 2:0)**) X 3**

Bhiachlár shamplacha

Bricfeasta	***Lón***	***Dinnéar***
Sú oráiste *** *Leite le bainne* *** *Tae/ caife/uisce/bainne*	*Anraith glasraí le arán caiscín* *** *Iógart sútha talún* *** *Gloine bhainne/uisce*	*Anraith cairéid agus lintile le harán donn* *** *Lasáinne Veigeatórach le sailéad glas* *** *Gloine bhainne/uisce*

(c) Déan cur síos ar **thrí** threoirlíne atá le leanúint nuair atá torthaí agus glasraí á stóráil ionas go bhfanfaidh siad ar an gcaighdeán céanna. (12 mharc)

3 slite @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

bain an cumhdach; déan iad a stóráil i dtarraiceán cuisneora; lig don aer ciorclú; bain torthaí/ glasraí a bhfuil damáiste déanta dóibh; déan iad a stóráil in áit éagsúil ó bhananaí toisc go dtáirgeann siad gas eitiléine a chuireann dlús ar an bpróiseas aibithe; stóráil in áit fhuar, dhorcha, thirim a bhfuil bogthaise íseal ann; déan na torthaí a stóráil ag teocht an tseomra; srl.

Ceist 3

Tá tionscal bia na hÉireann aitheanta ar fud an domhain as ucht bianna próiseáilte ar ardchaighdeán a tháirgeadh.

(a) Déan cur síos ar **cheithre** bhreiseán bia a úsáidtear nuair a bhíonn bianna próiseáilte á dtáirgeadh. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

dathúcháin úsáidte chun dath a fheabhsú; nádúrtha, m.sh. caraitéin, sintéiseach, m.sh. tartraisín; srl.
blasóirí úsáidte chun blas a fheabhsú; blasóirí nádúrtha, m.sh siúcra, salann, spíosraí, luibheanna; blasóirí saorga, m.sh. eistir; blasmhéadaitheoirí, m.sh. glútamáit mhonasóidiam; srl.
milseoirí nádúrtha, m.sh. fruchtós, siúcra boird, síoróip glúcóis; saorga, milseoirí diana, m.sh. aspairtéim, siúicrín, milseoirí toirte, m.sh. soirbíotól, mainníotól; srl.
Ardaíonn **leasaithigh** ardaíonn seilfré bhia; nádúrtha, m.sh. siúcra, salann, fínéagar, alcól, deatach; saorga, m.sh dé-ocsaíd sulfair, aigéad sorbach; srl.
Cosnaíonn **frithocsaídeoirí** frithghníomh le hocsaigin; nádúrtha, m.sh. Vitimín C, Vitimín E; saorga, m.sh. hiodrocsanasól búitilithe, hiodrocsatolúéin bhúitilithe; srl.
Feabhsaíonn **cuibhitheoirí fisiceacha** uigeacht bhia; eiblitheoirí, m.sh. leicitin, ailgionáit, cobhsaitheoirí, polafosfáití, taisleáin; srl.
Feabhsaíonn **breiseáin chothaitheacha** an luach cothaitheach; bianna treisithe; srl.

(b) Sainaithin **trí** mhór-earnáil i dtionscal bia na hÉireann **agus** tabhair sampla **amháin** de tháirge bia a tháirgtear i **ngach** ceann de na hearnálacha atá ainmnithe agat. (15 mharc)

3 earnálacha @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)
(1 bia @ 2 mharc (grádaithe 2:1:0)**) X3**

déiríocht agus comhábhair bainne; im; uachtar; cáis; iógairt; púdar bainne; leatháin déiríochta; bainne foirmle do naíonáin; srl.
feoil agus beostoc mairteoil; caoireoil, feoil muice; éineoil; srl.
deochanna alcólach, uisce beatha, jin, beoir; neamh-alcólach, súnna torthaí; uisce; srl.
bia mara iasc úr, iasc próiseáilte; srl.
gairneoireacht agus gránacha inite plúr; braich; coirce; prátaí; muisiriúin; torthaí caora; srl.
bianna tomhaltóirí ullmhaithe súnna torthaí; caoineoga; milseogra; subha; seatnaí; anlainn ghoinbhlasta; béilí ullmhaithe; earraí bácáilte; feoil shlisnithe chócaráilte; srl.

(c) Déan measúnú ar an ról atá ag pacáistiú i dtaca le **gach** ceann díobh seo a leanas:

- oiriúnacht don chuspóir **1 ról @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- tionchar ar an gcomhshaol (timpeallacht) **1 ról @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- mar fhoinse eolais do thomhaltóirí. **1 ról @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)

(15 mharc)

oiriúnacht don chuspóir sábháilte/neamhthocsaineach; láidir; sláinteach; éasca é a oscailt agus a athdhúnadh; luach ar airgead; caomhnaíonn sé an bia; neamh-thréscaoilteach maidir le taise, gáis, miocrorgánaigh; stáin laicearaithe chun frithghníomh a choc leis an mbia; éasca a stóráil/a chur os cionn a chéile; oiriúnach do chóir theasa; éasca priontáil air; éasca é a mhúnlú in go leor cruthanna agus méideanna éagsúla; srl.

tionchar ar an gcomhshaol is foinse teoranta agus neamh-inathnuaite é miotal; in-bhithmhillte; in-athchúrsáilte; tá gloine in-athúsáidte, in-athchúrsáilte; tá páipéar in-bhithdhíghrádaithe agus in-athchúrsáilte; tá plaisteach do-bhithdhíghrádaithe, tá sé déanta as foinse neamh-in-athnuaite; Scéim Aisíoca Éarlaise; srl.
mar fhoinse faisnéise do thomhaltóirí léirítear ceanglais reachtúla amhail comhábhair; meáchan; faisnéis bheathaithe; faisnéis maidir le ailléirgí; an táirge a aithint; treoracha cócaireachta; srl.

Ceist 4

'Ó am go ham, tiocfaidh fadhbanna aníos maidir le hearraí agus le seirbhísí.' (*www.ccpc.ie*)

(a) Déan cur síos ar **cheithre** thoisc a mbíonn tionchar acu ar thomhaltóirí nuair a bhíonn earraí agus seirbhísí á roghnú acu. (20 marc)

4 thoisc @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

méid ioncaim indiúscartha; rogha pearsanta; marsantú earraí; fógraíocht; de bhriathar béil; díoltóirí in siopaí; pacáistíocht; lipéadú; an tionchar ar an gcomhshaol a bhíonn ag an táirge/ tseirbhís; treochtaí reatha; piarbhrú; seirbhís tar éis díolacháin; saoráid ordaithe ar líne; srl.

(b) Tabhair cuntas ar nós imeachta de chuid na Cúirte Mionéilimh a úsáidtear chun díospóid (agóid) tomhaltóra a réiteach maidir le hearraí nó seirbhísí. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

cuid d'oifig na cúirte dúiche; comhlíonann an tomhaltóir an fhoirm iarratais; íoctar €25.00 chun an fhoirm a phróiseáil; cláraítear an gearrán; seoltar fógra maidir leis an éileamh go dtí an freagróir; is féidir leis an bhfreagróir an t-éileamh a ghéilleadh, a dhíospóid nó neamhaird a dhéanamh de nó is féidir an t-éileamh a chomhrac; tá 15 lá acu chun freagra a thabhairt; déanfaidh an cláraitheoir um éilimh bheaga iarracht an saincheist a réiteach; mura féidir an saincheist a réiteach féadfaidh é a tharchur go héisteacht cúirte; mura dtugann an freagróir freagra nó mura gceistíonn sé/sí an t-éileamh taobh istigh de 15 lá, glactar leis go bhfuil an t-éileamh inghlactha acu agus déantar é a réiteach i bhfabhar an tomhaltóra; tá 28 lá ag an bhfreagróir an breithiúnas a chomhlíonadh; is féidir éilimh suas le €2,000 a réiteach; srl.

(c) Mínigh conas a thugtar cosaint don tomhaltóir faoin Acht um Dhíol Earraí agus Soláthar Seirbhísí, 1980. (10 marc)

2 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

ba chóir go mbeadh earraí de cháilíocht inmhargaidh; oiriúnach don fheidhm bheartaithe; a bheith mar a rinneadh cur síos orthu; comhfhreagairt dom sampla; ba chóir do dhuine oilte na seirbhísí a chur ar fáil; tá an tomhaltóir i dteideal cúitimh; i dteideal deisiúcháin, aisíocaíocht nó earra in ionad, leagtar amach na coinníollacha maidir le ráthaíochtaí; ní mór mbeadh dea-chaighdeán ar ábhair a úsáidtear; srl.

Ceist 5

'Cuid bhunúsach dár saol eiticiúil i gcónaí ná aire a thabhairt do bhaill an teaghlaigh againn.'

(*www.familycarers.ie*)

(a) Déan cur síos ar gach ceann de na feidhmeanna seo a bhaineann atá ag an teaghlach:

- fisiciúil **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- mothúchánach **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- sóisialta **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- eacnamaíoch. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (20 marc)

fisiciúil soláthraíonn sé bunriachtanais, m.sh. bia, éadaí, foscadh; cosnaíonn sé baill leochaileacha trí thimpeallacht shábháilte a sholáthar; srl.
mothúchánach teaghlach sábháilte agus slándáil, áit ar féidir le páistí a gcuid mothúcháin a phlé agus a chur in iúl; tugtar tacaíocht do leanaí féinmhuinín a fhorbairt agus bíonn pearsantachtaí stuama acu mar thoradh; cumasach maidir le caidrimh shláintiúla a fhoirmiú; tacaíonn tuismitheoirí lena chéile, eiseamláirí do pháistí; srl.
sóisialta múintear cad atá inghlactha sa tsochaí; meas; múineadh cad is ceart agus mícheart; foghlaimíonn páistí conas iompar ar bhealach oiriúnach go sóisialta trí haithris agus bhreathnóireacht; tá disciplín seasmhach de dhíth ó pháistí chun cuidiú leo gcuid luachanna a fhorbairt; srl.
eacnamaíoch tacú le páistí go dtí go bhfuil siad 18 mbliana d'aois nó 23 má tá siad in oideachas lánaimseartha; d'fhéadfadh beirt thuismitheoirí a bheith ag obair; d'fhéadfadh teaghlaigh móra oibriú le chéile mar aonad eacnamaíoch; íocann teaghlaigh atá ag obair cáin agus caitheann siad airgead sa gheilleagar; srl.

(b) Mínigh conas a chuidíonn an stát leis an teaghlach lena bhfeidhmeanna fisiciúla, sóisialt agus eacnamaíocha a chomhlíonadh. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

fisiciúil liúntais leasa shóisialaigh; FSS, m.sh. altraí sláinte poiblí; Cláir Phobail do Mháithreacha agus Cláir Thacaíochta Teaghlaigh; Cláir Tuismitheoirí Plus; Cláir Tuismitheoirí agus Naíonáin; Tusla; srl.
sóisialta an Scéim um Chúram agus Oideachas na Luath-Óige (COLÓ); réamhscoil, bunscoileanna agus meánscoileanna; cúntóirí riachtanais speisialta; ranganna speisialta; BRA; DARE; idirghabhálaí Garda/seirbhísí promhaidh/ionaid choinneála; srl.
eacnamaíoch leas sóisialach; Liúntas Míchumais & Liúntas do Chúramóirí; Liúntas Éadaí agus Coisbhirt don Scoilbhliain Nua; Sochar Linbh; Íocaíocht do Theaghlaigh i bhFostaíocht (ITF); Scéim na mBéilí Scoile; Scéim na Leabhar Scoile don tSraith Shóisearach; srl.

(c) Pléigh **trí** bhuntáiste atá le caidreamh dearfach tuismitheora-linbh sa teaghlach. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

mothaíonn páistí go bhfuil meas orthu mar tá siad in ann a gcuid mothúcháin a chur in iúil; ceangal sábháilte agus sláintiúil dá dtuismitheoirí; forbraíonn siad caidrimh sásta agus suaimhneach le daoine sa saol; foghlaimíonn an leanbh conas a mhothúchán a rialú faoi bhrú agus i gcásanna dúshlánacha; bunaíonn sé/sí gaolta agus cairdis dhaingne leis piaraí; cuirtear forbairt chognaíoch, mhothúchánach agus sóisialta chun cinn; srl.

Roinn C

Ábhar Roghnach 1 – Dearadh agus Bainistíocht Tí – 80 marc

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an cheist seo **1(a)** agus **1(b) nó 1(c)** a fhreagairt.

1.(a) 'Is í toisc timpeallachta é caighdeán an uisce óil a mbíonn tionchar cumhachtach aige ar chúrsaí sláinte.' (*www.hse.ie*)

(i) Déan cur síos ar **cheithre** chéim a bhíonn i gceist agus cóireáil á déanamh ar an soláthar uisce poiblí ionas go mbeidh sé sábháilte do dhaoine é a ól. (20 marc)

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

criathrú neamhghlainí san uisce amhail baint smionagar atá ag snámh ar an uisce; srl.
dríodrú ceimiceáin a chuirtear leis an uisce a cheanglaíonn don salachar agus téann sé faoin uisce go bun na daibhche, tugtar deis don uisce socrú ionas gur féidir ithir agus ábhar soladach eile a bhaint; srl. **scagachán** téann uisce trí scagadh leapacha gainimh, gairbhéal agus clocha chun aon ábhar breise/salachar a bhaint, srl. **clóiríniú** cuirtear clóirín isteach chun baictéir a mharú; srl. **fluairídiú** cuirtear fluairíd isteach chun cosaint na fiacla a chosaint; srl. **bogadh** cuirtear bogthóir isteach in áiteanna ina bhfuil uisce crua chun an uisce a dhéanamh bog agus chun feistithe a chosaint; srl. **tástáil** déantar uisce a thástáil maidir le cáilíocht agus glaineacht agus déantar é a stóráil i dtaiscumar ard stórála; srl.

(ii) Mínigh cad iad na réamhchúraimí ba chóir a ghlacadh ionas nach reofaidh an soláthar d'uisce fuar sa teach nuair a bhíonn an aimsir fuar. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

bchóir don umar stórála a bheith inslithe; ba chóir go mbeadh píopaí uisce fálaithe chun píopaí pléasctha a chosc le linn sioc; ba chóir an teas a shocrú chun teacht ar siúl ó am go ham ag teocht níos ísle mura bhfuil daoine ann i rith an gheimhridh; ciorclaigh uisce te timpeall na píopaí; ba chóir an córas teasa a sheirbhísiú go rialta; déan bolgáin teasa a suiteáil san áiléar; lig don sconna uisce fuar sileadh; srl.

(iii) Déan cur síos ar an bhfeidhm atá ag gach ceann díobh seo a leanas maidir leis an soláthar d'uisce fuar i dteach:

- píopa seirbhíse **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- comhla liathróide **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- umar stórála. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (15 mharc)

ceanglaíonn **an píopa seirbhíse** an píopa príomhlíonra leis an teach; téann an píopa seirbhíse isteach sa teach díreach faoi dhoirteal na cistine, iompraíonn sé uisce úr go dtí an sconna uisce fuar sa chistin; srl.
comhla liathróide rialaíonn sé leibhéal uisce san umar san áiléar; snámhann sé ag barr umar lán agus coimeádann sé an comhla dúnta; dúnann sé an píopa agus cuireann sé cosc ar shreabhadh isteach an uisce nuair a bhaintear leibhéal áirithe amach; nuair a bhaintear úsáid as uisce titeann an liathróid agus osclaítear an comhla go dtí go líontar an uisce arís go dtí an leibhéal ceart, dúntar an comhla;

uirtear cosc ar sceitheadh uisce isteach sa theach; srl.
umar stórála lonnaithe san áiléar mar feabhsaíonn an t-ardleibhéal an brú sa chóras soláthair; rialaíonn an comhla liathróide leibhéal an uisce san umar; stórálann sé an t-uisce fuar a sholáthraíonn na sconnaí uisce fuara, na leithris agus an t-umar teophreasa sa teach; srl.

agus

1.(b) 'Le deich mbliana anuas, tá athrú mór tagtha ar an gcaoi ina ndéanaimid ár dtithe a dhearadh.'
(*www.houzz.ie*)

(i) Déan cur síos ar an nós imeachta atá le leanúint nuair atá iarratas á dhéanamh ar chead pleanála iomlán chun teach a thógáil. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

caithfear é a fháil ó údarás pleanála áitiúil sula dtosaíonn aon obair ar an suíomh; caithfear iarratas sonraithe a chur isteach go dtí an t-údarás pleanála áitiúil lena n-áirítear léarscáileanna an tsuímh ina bhfuil láthair an fhoirgnimh, pleananna tí agus pleananna inmheánacha, sonraí maidir leis na hábhair a bheidh in úsáid; foirm iarratais; táille phleanála; cóipeanna d'fhógraí iarratais pleanála foilsithe i nuachtáin áitiúla; caithfear an fógra a chur ag an suíomh ina bhfuil an fhorbraíocht beartaithe; féadfaidh an t-údarás pleanála áitiúil a aontú go bhfuil an suíomh oiriúnach chun tógáil ann, d'fhéadfaidís a thuilleadh eolais a lorg; d'fhéadfaidís cead pleanála a dhiúltú; srl.

(ii) Pléigh an ról atá ag na seirbhísí proifisiúnta seo a leanas nuair atá teach á dhearadh agus á thógáil:

- ailtire **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- innealtóir **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- dlíodóir. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (15 mharc)

ailtire tugann sé/sí comhairle maidir le rogha suímh; déanann siad plean tí a dhearadh agus a chur le chéile; tugann sé/sí moltaí maidir le conraitheoirí; déanann siad an t-iarratas pleanála; oiriúnacht dhearadh tí do riachtanais an teaghlaigh; d'fhéadfaidís maoirseacht a dhéanamh ar thógáil an tí; srl.
innealtóir cuireann sé/sí comhairle ar fáil maidir le struchtúr an tí; déanann siad maoirseacht ar an tionscadal; tugann sé/sí comhairle maidir le fadhbanna tógála; srl.
dlíodóir bíonn sé/sí ag plé leis an ngné dleathach, m.sh. tugann sé/sí comhairle maidir le rialacháin tógála agus pleanála; cinntíonn sé/sí go bhfuil gníomhais teidil in ord; cinntíonn sé/sí na cearta bealaigh leis clárlann na talún; caithfear dul i dteagmháil le dlíodóir má táthar ag cur isteach ar mhorgáiste; srl.

nó

1.(c) Ba chóir go mbeadh aeráil mhaith i ngach teach in Éirinn.

(i) Pléigh **trí** bhuntáiste a bhaineann le haeráil mhaith a bheith sa teach. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

cuirtear aer úr ar fáil; baintear aer stálaithe/stálaithe; rialaítear leibhéil bhogthaise; rialaítear teocht an tseomra; laghdaítear comhdhlúthú; laghdaítear bolaithe; cuirtear cosc ar mhúscán; laghdaítear damáiste don teach; laghdaítear baol maidir le tinneas agus ionfhabhtuithe; atmaisféar níos compordaí; srl.

(ii) Ainmnigh modh **amháin** aerála a bheadh oiriúnach don chistin **agus** mínigh an bunphrionsabal atá i gceist leis an modh sin. (15 mharc)

Ainm 5 mharc (grádaithe 5:3:0)**, bunphrionsabal 2 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)

fean eastarraingthe leictreachas a sholáthraíonn an chumhacht chuige; lasc oibrithe; nuair a lastar an fean, osclaíonn na comhlaí; rothlaíonn mótar leictreach na lanna ag luas tapa; bíonn súchán ann dá bharr, baintear aer stánaithe ón seomra, tagann aer úr ina áit ag dul isteach faoin doras nó trí fhuinneoga oscailte/gaothaire; srl.
cochall cócaireáin leictreachas a sholáthraíonn an chumhacht chuige; nuair a lastar cochall cócaireáin duchtaithe, rothlaíonn mótar leictreach na lanna ag luas tapa; bíonn súchán ann dá bharr, baintear aer ina bhfuil teas, gal, múch, deatach agus bolaidh ón seomra; téann an t-aer trí scagaire gréisce, sáinnítear an ghréisc; díchuirtear an t-aer taobh amuigh; tagann aer úr ina áit go nádúrtha; srl. **Glactar le** doirse oscailte; fuinneoga oscailte, sil-aerálaithe i bhfuinneoga
gaothairí aer bogann aer stánaithe atá lán de thaise in airde trí chomhiompar; baintear é trí mhodh aerála nádúrtha oscailte lonnaithe go hard ar an mballa; téann aer glan, úr isteach sa teach trí hoscailtí níos ísle; srl.

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

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an cheist seo **2(a)** agus **2(b) nó 2(c)** a fhreagairt.

2.(a) Is gá d'éadaí spóirt a bheith praiticiúil, ach is féidir leo a bheith faiseanta freisin.

(*www.pinterest.com*)

(i) Déan trácht ar oiriúnacht na bhfeisteas spóirt a thaispeántar thuas.
Déan tagairt dóibh seo a leanas:

- compord **2 phointe @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)
- feidhm **2 phointe @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)
- tarraingt aeistéitiúil. **2 phointe @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0) (18 marc)

compord bíonn éascaíocht gluaiseachta i rith aclaíochta; éasca an seaicéad/geansaí cochallach a bhaint; tá seaicéad na mná uiscefhriotaíoch; tá t-léine ar a bhfuil muineál cuartha compordach do mhná; coisbheart oiriúnach d'aclaíocht; tá na bríství reatha luiteach, seans níos lú go sleamhnóidh sé/go mbogfaidh sé síos i rith aclaíochta/gluaiseachta; srl. **feidhm** oiriúnach do ghníomhaíochtaí aclaíochta éagsúla; marthanach; seans níos lú go gcuirfí filltíní iontu; oiriúnach d'aimsir the agus fhuar; infheictheacht níos fearr de bharr stríocaí de dhathanna geala; is féidir leo earraí pearsanta a iompar; coisbheart oiriúnach d'aclaíocht; srl.
tarraingt aeistéitiúil stríocaí de dhathanna ar bhrístí reatha; cufa caolaithe ar gheansaí cochallach an fhir; brístí le stíl luiteoga luiteacha; zip ar an ngeansaí cochallach/seaicéad; pócaí sa gheansaí cochallach/seaicéad; blocáil daithe; gné sreangáin tarraingthe ar gheansaí cochallach an fhir; níl suaitheantas an bhranda chomh soiléir céanna mar gheall ar an méid bheag; srl.

(ii) Déan cur síos ar an gcaoi a gcuirtear an bhéim mar phrionsabal dearaidh i bhfeidhm ar na feistis a thaispeántar thuas. (7 marc)

1 phointe @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)**,dara phointe @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)

t-léine ghealbhuí; bróga reatha gealbhuí; stríoca bhuí ar thaobh agus ar chúl na mbrístí reatha; stríoca ghlas ar an ngualainn agus ar bharr na mbrístí reatha; lógó an bhranda; zip contrártha; srl.

agus

2.(b) 'Tá baint an-tábhachtach ag teicstílí lenár saol laethúil.' (*www.coats.com*)

Scríobh próifíl i gcomhair snáithín nádúrtha faoi **gach** ceann de na ceannteidil seo a leanas:

- táirgeadh an tsnáithlín **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- airíonna **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- tástáil le snáithín nádúrtha a aithint. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (15 mharc)

tháirgeadh na snáithíní línéadach déanta as gas an phlanda lín; déantar gais lín a tharraingt a phortú agus a bhá go dtí go loiteann an gas ar an taobh amuigh, leacaítear agus cíortar na gais; déantar na snáithíní a shníomh ina snáth, déantar an snáth a thuar agus a dhathú; fitear isteach i bhfabraic uigeach é; srl. **cadás** baintear é ó chochall nó ó cheann síolta an phlanda cadáis, tá na snáithíní 2-3cm ar fad; tá na snáithíní bán agus clúmhach; baintear na cochaill; tá na snáithíní scartha ó na síolta; ansin brúitear isteach i mburlaí iad; déantar an cadás a ghrádú de réir fad na snáithíní; déantar na snáithíní seo a shníomh ina snáth; srl. **olann** lomra caorach, gabhar, lámaí fásta; lomtha; sórtáilte/grádaithe; glanta; cíortha/cardáilte; daite; sníofa isteach i snáth; srl. **síoda** itheann seiriceáin duilleoga ón gcrann maoildeirge bán; castar cocún síoda; cocún ar maos in uisce; eastóscadh snáithe; daite; snitear isteach i snáth é; srl.

airíonna línéadach súiteach, tá sé go maith i dtaobh teas a sheoladh; frithsheasmhach i dtaobh coinclí, loinnir dheas; éiríonn sé níos lú; níl frithsheasmhacht maith aige i dtaobh tinte; beagán leaisteachais; salaíonn sé go héasca, éasca dath a chur air, cuirtear filltíní ann go héasca; srl. **cadás** súiteach; fuar; láidir; éasca é a ní agus a thriomú; éasca dath a chur ann; éiríonn sé níos lú; srl. **olann** te; bog; súiteach; frithsheasmhach; cuireann sé isteach ar chraiceann bog; téann sé chun meallta; éiríonn sé níos lú; srl. **síoda** súiteach, frithsheasmhach maidir le filltíní, luíonn sé go maith; inlasta; éasca damáiste a dhéanamh dó; srl.

tástáil chun snáithín nádúrtha a aithint cuir an fabraic os cionn mias lasairdhíonach; las; srl. **línéadach** glacann sé níos mó ama air lasadh; éasca é a mhúchadh nuair a shéidtear air; srl. **cadás** lasann sé i mbladhaire, ní fhágtar aon choirnín leá ann ina dhiaidh agus lonraíonn sé go leanúnach i ndiaidh é a dhó; tá an deatach liath go bán agus tá an luaith mín agus bog; srl. **olann** dónn sé go mall; déanann sé siosarnach agus casann sé ón mbladhm; fágann sé coirníní atá sobhriste, dorcha agus is féidir iad a leacú go héasca; déanann sé é féin a mhúchadh; fágann sé luaith crua ón gcoirnín crua; boladh láidir de ghruaig/cleití ag dó; srl. **síoda** dónn sé go mall; déanann sé siosarnach agus casann sé ón mbladhm, fágann sé coirnín dorcha a féidir a leacú go héasca; déanann sé é féin a mhúchadh, fágann sé luaith atá ina phúdar dorcha, greanach, mín, tá boladh uaidh amhail gruaig dhóite/feoil loiscthe; ní bhíonn mórán nó aon deatach; srl.

nó

2.(c) 'Tá dhá chuspóir ag baint leis an bhfaisean, compord agus grá.' (*Coco Chanel*)

(i) Déan cur síos ar **dhá** nós faisin a bhfuil tóir orthu faoi láthair in éadaí samhraidh. (6 mharc)

2 phointe @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

luiteoga éadrom-mheáchain; t-léinte scoilte; cniotáil chróise; seaicéad deinime; scoilteanna glúine; seaicéid rómhór; mionghúnaí; éadaí gearradh amach; bán rímhín; miotail; bríste cargó; srl.

(ii) Pléigh **trí** thoisc a mbíonn tionchar acu ar an rogha a dhéanann duine nuair a bhíonn éadaí don obair á roghnú aige/aici. (9 marc)

3 phointe @ 3 mharc (grádaithe 3:2:0)

compordach; oiriúnach don fheidhm; éasca iad a ní; éascaíocht gluaiseachta; infheictheacht ard; éasca iad a bhaint; coisbheart luiteach go maith; uiscedhíonach; faiseanta; inbhuanaitheacht; costas; treochtaí faisin; cúram éasca; srl.

Ábhar Roghnach 3 – Staidéar Sóisialta – 80 marc

Ní mór d'iarrthóirí a roghnaíonn an cheist seo **3(a)** agus **3(b) nó 3(c)** a fhreagairt.

3.(a) 'Tá os cionn 50% de na mná atá níos mó ná 15 bliana d'aois i margadh saothair na hÉireann.'
(*www.cso.ie*)

(i) Mínigh na cineálacha oibre seo a leanas:

- obair íoctha **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- obair gan íocaíocht **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- obair dheonach. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (15 mharc)

obair íoctha déantar é ar mhaithe le hairgead; d'fhéadfadh sé a bheith buan, sealadach, lánaimseartha, páirtaimseartha nó conradhbhunaithe; féinfhostaithe nó fostaithe ag duine eile; is féidir é a dhéanamh ón mbaile nó suíomh oibre ainmnithe; réimse leathan scileanna ag teastáil ó phoist obair láimhe go poist bhainistíochta; soláthraíonn sé slándáil i bhfoirm pinsin, ÁSPC, pá saoire agus breoiteacht; srl.
obair gan íocaíocht níl luach airgeadais don obair; obair theaghlaigh i.e. tógáil clainne, cúram do dhaoine aosta/daoine faoi mhíchumas; tascanna teaghlaigh ginearálta; gníomhaíochtaí DFÉ a bhaineann leis an mbaile; taithí oibre/ socrúchán; srl.
obair dheonach obair don phobal nó do charthanacht atá i gceist; ní bhíonn luach airgeadais; cuidiú le daoine eile agus difríocht a dhéanamh i saol daoine eile; srl.

(ii) Pléigh **trí** chúis leis an méadú i líon na mban sa lucht saothair. (15 mharc)

3 cúiseanna @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

oilte níos fearr; comhionannas san ionad oibre; teagmháil sóisialta, féinmhuinín níos fearr; pá cothrom; obair pháirtaimseartha ar fáil; coinníollacha oibre níos fearr, m.sh. post roinnte, fleisc-am, sosanna gairme; srl. caighdeán maireachtála ard; níos mó páirtithe ag fanacht sa bhaile; éagsúlacht níos mó maidir le roghanna cúram leanaí; dhá ioncam ag teastáil mar gheall ar an gcostas maireachtála ard; neamhspleáchas; eiseamláirí do pháistí, mian pearsanta; srl.

(iii) Déan measúnú ar an tionchar ar shaol an teaghlaigh nuair a bhíonn beirt sa teaghlach ag tuilleamh. (20 marc)

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

ardú maidir le ioncam indiúscartha; caighdeán maireachtála níos airde; an bheirt tuismitheoirí bainteach i dtógáil clainne; beirt tuismitheoirí rannpháirteach i dtascanna tí; tá meon níos fearr ag páistí i leith na hoibre; buairt airgeadais níos lú; ró-ualach ról, coimhlint idir róil; bíonn freagrachtaí níos mó ag páistí níos sine; mothaíonn páistí uaigneach, go bhfuil faillí á dhéanamh orthu; srl.

agus

3.(b) Is é is am fóillíochta ann ná an t-am nuair atá duine saor ón obair nó ó dhualgais eile.

(i) Pléigh an tionchar a bhíonn ag gach ceann díobh seo a leanas ar ghníomhaíochtaí fóillíochta teaghlaigh:

- inscne **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- aois **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- tionchair chultúrtha. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0) (15 mharc)

inscne bíonn roinnt gníomhaíochtaí ina mbíonn fir/mná i gceannas orthu; an méid ama; bíonn níos lú am saor ag mná/fir a bhíonn ag obair taobh amuigh den teach; srl.
aois bíonn níos lú ceangail ag daoine óga agus bíonn níos mó am scíth acu; bíonn an méid is lú ama agus ioncam indiúscartha ag lánúin a bhfuil páistí óga acu; bíonn níos mó ama agus airgid ag lánúin atá éirithe as le caitheamh ar fhóillíocht; bíonn níos lú airgid ag seandaoine, d'fhéadfadh baic fhisiciúla a bheith orthu agus d'fhéadfaidís gníomhaíochta níos neamhghníomhacha a dhéanamh; athraíonn gníomhaíochtaí fóillíochta le haois; meastar go bhfuil roinnt gníomhaíochtaí fóillíochta ró-chontúirteach do pháistí m.sh. ní bhíonn tumadóireacht scúba á dhéanamh ag páistí faoi 10 mbliana d'aois; srl.
tionchair chultúrtha go háirithe i gceantar áirithe sa tír, surfáil, iománaíocht; srl traidisiúnta do thír, m.sh. ceol gaelach; is minic a bhíonn tionchar ag tuismitheoir ar rogha fóillíochta pháistí; srl.

(ii) Déan measúnú ar na buntáistí do bhaill teaghlaigh má ghlacann siad páirt i ngníomhaíochtaí fóillíochta. (15 mharc)

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

tacaíonn siad le scíth a ligean agus a bheith ar do shuaimhneas maidir leis brúnna an saoil laethúil; tacaíonn sé le folláine mheabhrach; feabhsaíonn sé sláinte fisiciúil; cuireann sé idirghníomhaíocht sóisialta chun cinn; spreagann sé caidrimh dhearfacha; tacaíonn sé le forbairt scileanna nua; forbraíonn sé scileanna ildánacha, feabhsaíonn sé féinmhuinín; spreagann sé nascadh teaghlaigh; feabhsaíonn sé cumarsáid agus obair foirne; laghdaíonn sé leadrán; dea-shamplaí do pháistí; srl.

nó

3.(c) Tá athruithe sóisialta agus eacnamaíocha tar éis dul i gcion ar shaol an teaghlaigh in Éirinn inniu.

(i) Déan measúnú ar an tionchar a bhíonn ag gach ceann díobh seo a leanas ar shaol an teaghlaigh.

- feabhsuithe i soláthar an oideachais **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- na róil tuismitheoireachta laistigh den teaghlach **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)
- feabhas sna dálaí oibre. **1 phointe @ 5 mharc** (grádaithe 5:3:0)

(15 mharc)

feabhsuithe i soláthar an oideachais réamhscoileanna; clubanna iarscoile/obair bhaile; ranganna speisialta do pháistí a bhfuil riachtanais bhreise acu; bíonn cúntóirí riachtanais speisialta ar fáil; seomra ilchéadfaí; moil uathachais; cealú táillí, rinne deontais SUSI, BRA, DARE oideachas níos inrochtana; oideachas do dhaoine fásta agus oideachas athdheise; cúrsaí iar-Ardteistiméireachta,

cláir oiliúna SOLAS, SDOG do dhaoine dífhostaithe go fadtéarmach; cianfhoghlaim; srl.
na róil tuismitheoireachta laistigh den teaghlach is eiseamláirí iad na tuismitheoirí; tugann tuismitheoirí disciplín dá bpáistí ionas go bhfoghlaimíonn siad conas iompar ar bhealach oiriúnach sa tsochaí; cuirtear luachanna cultúrtha nó reiligiúnacha ar aghaidh go dtí na páistí; beirt tuismitheoirí rannpháirteach i dtógáil clainne; beirt tuismitheoirí ag obair taobh amuigh den teach agus freastalaíonn na páistí ar an naíolann; go leor teaghlaigh aontuismitheora; mná mar shaothraithe; fir ag fanacht sa bhaile chun aire a thabhairt do pháistí; bíonn tuairim níos mó ag paistí maidir le hábhair teaghlaigh; cur chuige cothromaíoch maidir le cúram leanaí agus tascanna tí; coimhlint idir róil; ró-ualach ról; riachtanas méadaithe maidir le cúram leanaí; srl.
coinníollacha feabhsaithe ag obair seachtain/lá oibre níos giorra; rátaí níos fearr íocaíochta in aghaidh na huaire; níos mó ioncaim indiúscartha agus caighdeán maireachtála níos airde; tá daoine níos sásta ag an obair agus is féidir leis seo dea-thionchar a bheith aige ar saol an teaghlaigh; cinntítear timpeallacht oibre níos sábháilte leis na rialacháin maidir le sláinte agus sábháilteacht; srl.

(ii) Déan cur síos ar an gcaoi a n-ullmhaíonn an t-oideachas dara leibhéal scoláirí le bheith páirteach san ionad oibre. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

scileanna liteartha; scileanna uimhearthachta; scileanna ríomhaireachta; forbraítear tréithe, m.sh. meas ar na húdaráis; poncúlacht; iontaofacht; freagracht; féinsmacht; scileanna sóisialta; taithí oibre; 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) 'Teastaíonn go leor cothaithigh éagsúla ó do chorp chun an tsláinte a choimeád.'
(*www.safefood.net*)

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

4 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:4:3:2:0)
(1 thagairt do luach cothaitheach, 1 thagairt do luach diaitéiteach, & 2 pointí eile)

luach cothaitheach próitéin ALB; saill sháithithe; carbaihiodráit i bhfoirm lachtóis; tá Vitimíní A, B, D le fáil ann, foinse iontach cailciam; foinse mhaith fosfair; rian maignéisiam, potaisiam agus sóidiam, tá 87% uisce ann; easpach i Vitimín C agus iarann; srl.
luach cothaitheach próitéin ALB d'fhás agus d'fheisiú; tugann saill sháithithe teas agus fuinneamh; carbaihiodráit i bhfoirm lachtóis d'fhuinneamh, cailciam agus fosfair do chnámha agus fiacla; tábhachtach do pháistí, déagóirí, mná atá ag iompar clainne agus daoine aosta; ilfheidhmeach; úsáidtear é i mbéilí milse agus saillte; éasca é a dhíleá; is féidir é a threisiú le vitimíní agus mianraí; ba chóir é a chur le bianna atá saibhir i dtaobh stáirse, snáithín agus iarainn chun cothromaíocht a bheith ann san aiste bhia; neamhchostasach; réimse leathan cineálacha éagsúla ar fáil chun freastal ar aistí bia, blasanna agus riachtanais éagsúla; srl.

(ii) Déan cur síos ar chóireáil teasa **amháin** a úsáideann déantúsóirí chun cur le seilfré an bhainne.
Déan tagairt dóibh seo a leanas:

- ainm an phróisis **Ainmnigh ceann amháin @ 2 mharc** (grádaithe 2:1:0)
- an chaoi a gcuirtear an próiseas i gcrích **4 phointe @ 3 mharc** (grádaithe 3:2:0)
- lipéadú. **2 phointe @ 2 mharc** (grádaithe 2:1:0) (18 marc)

paistéaradh déantar an bhainne a théamh go 72°C; ar feadh 15-25 soicind; fuaraithe go tapa go 10°C; pacáistithe, buidéil ghloine, cartáin plaisteacha, cairt ciartha; srl.
steiriliú déantar an bhainne a homaiginiú; séalaithe i mbuidéil ghloine, déantar é a théamh go 110°C; ar feadh 30 nóiméad, déantar é a fhuarú; srl.
ultra-theaschóireáilte (UTC) déantar an bhainne a théamh go 132°C; ar feadh 1-3 soicind; pacáistithe isteach i gcoimeádáin steiriúla; srl.
bainne comhdhlúite déantar an bhainne a homaiginiú; déantar é a théamh go 80°C; ar feadh 15 nóiméad; cuirtear 15% de shiúcra leis; séalaithe i gcannaí steiriúla; srl.
bainne galaithe déantar an bhainne a homaiginiú; déantar é a théamh go 115°C; ar feadh 20 nóiméad; séalaithe i gcanna steiriúil; srl.
lipéadú an cineál bainne; branda; cainníocht na bainne; faisnéis chothaithe; dátstampa; treoracha stórála; srl. **Glac le** Spraethriomú agus Rollóirthriomú

(iii) Tabhair breac-chuntas ar **thrí** shlí éagsúla inar féidir an riar bia déiríochta a cuir san áireamh mar chuid de réim bhia shláintiúil (12 mharc)

3 shlí @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Bainne bainne le gránach; mar chuid de chreathán bainne/caoineog, gloine bhainne le béile;

curtha isteach le huibheacha scrofa, in anlann bán do chóilis, thar bagún, i mbáca pasta, lasáinne; curtha isteach i bprátaí brúite, mar chuid de chustard, maróg ríse, maróg seimilín; panna cotta; srl.

Cáis ceapaire cáise griollta; craicir agus cais; mar chuid de shailéad; curtha isteach in uibheacha scrofa; gairnis d'anraithí; curtha isteach i mbéile pasta; barráin do phíotsa, lasáinne, pióg an aoire, císte cáise; cláir cáise; srl.

Iógart in ionad bainne le gránacha; mar chuid de chaoineoga; mar sneaic; mar chuid de churaithe; mar chuid de dhipín; muifíní; úsáidte in áit uachtair do mhilseoga; curtha isteach le císte cáise; iógairt reoite; srl.

Uachtar gairnis d'anraithí; curtha isteach le prátaí brúite; úsáidte in anlainn bhána; tionlacan do mhilseoga; curtha le scónaí; mar chuid d'uachtar reoite; srl.

agus

4.(b) 'Agus fearas leictreach á roghnú agat, is é a laghad is fearr de ghnáth.' (*www.electricireland.com*)

(i) Pléigh **trí** thoisc ba chóir a chur san áireamh nuair atá fearas cistine á roghnú. (15 mharc)

3 thoisc @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

costas; éifeachtúlacht fuinnimh; sábháilteacht; dath; méid agus cruth; méid an teaghlaigh; glanadh/cothabháil; ráthaíocht agus seirbhís tar éis díolacháin; dearadh; feidhmíocht; éascaíocht úsáide; gnéithe speisialta; branda; suíomhanna gréasáin do thomhaltóirí; bileoga, briathar béil, treochtaí; srl.

(ii) Déan cur síos ar **thrí** threoirlíne atá le leanúint chun fearais leictreacha chistine a úsáid go sábháilte. (15 mharc)

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

lean treoracha an déantóra; cur le chéile i gceart é; bain úsáid as an luas/teocht ceart; bain úsáid as na forbhaill chearta; ceannaigh fearas a bhfuil marc ceadaithe sábháilteachta air; cinntigh go bhfuil plocóidí sreangnasctha i gceart agus cur cinn eile ina áit más gá; scrúdaigh fleisceanna do chaitheamh agus cuimilt; ná láimhsigh soicéid, plocóidí ná fearais leictreacha le lámha fliucha; ná lig do fhleisceanna a bheith ag dul thar iarta ná doirteal; ná húsáid cuibheoirí/cáblaí sínteacha chun soicéid a rólódáil; díphlugáil gach fearas roimh ghlanadh srl.

nó

4.(c) 'Ceiliúradh 23,173 pósadh san iomlán in Éirinn in 2022.' (*www.cso.ie*)

(i) Tabhair breac-chuntas ar na coinníollacha atá riachtanach le go mbeidh pósadh de réir an dlí in Éirinn. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

fógra trí mhí riachtanach don chláraitheoir; caithfidh páirtithe a bheith os cionn 18 mbliana d'aois; caithfidh an pósadh a bheith toiliúil; caithfidh an bheirt a bheith saor le pósadh; níl cead ag páirtithe gaol ró-ghar a bheith eatarthu; caithfidh beirt fhinné a bheith i láthair; caithfidh an lánúin agus na finnéithe an clár a shíniú; caithfidh gach pósadh a bheith cláraithe tar éis an tsearmanais; caithfear iad a dhéanamh i bhfoirgneamh cláraithe, m.sh. clárlann, séipéal, ionad faofa; srl.

(ii) Pléigh **trí** fhreagracht a bhíonn ar lánúin i gcaidreamh pósta. (15 mharc)

3 phointe @ 5 mharc (grádaithe 5:3:0)

tacaíocht airgeadais a sholáthair don pháirtí agus do na páistí; comhchaomhnóireacht na bpáistí; dualgas dlíthiúil maidir le soláthar riachtanais fisiciúla, mothúchánacha, sóisialta agus morálta na bpáistí; obair a dhéanamh ar an gcaidreamh lena gcinntítear go bhfuil sé ag feidhmiú; tiomantas don phósadh; 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 320 @ 10%

Bain úsáid as an tábla seo i gcás na n-ábhar a bhfuil 320 marc san iomlán ag gabháil leo agus inarb é 10% gnáthráta an bhónais.

Bain úsáid as an ngnáthráta i gcás 240 marc agus faoina bhun sin. Os cionn an mharc sin, féach an tábla thíos.

Bunmharc	Marc Bónais
241 - 243	23
244 - 246	22
247 - 250	21
251 - 253	20
254 - 256	19
257 - 260	18
261 - 263	17
264 - 266	16
267 - 270	15
271 - 273	14
274 - 276	13
277 - 280	12

Bunmharc	Marc Bónais
281 - 283	11
284 - 286	10
287 - 290	9
291 - 293	8
294 - 296	7
297 - 300	6
301 - 303	5
304 - 306	4
307 - 310	3
311 - 313	2
314 - 316	1
317 - 320	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 280 @ 10%

Bain úsáid as an tábla seo i gcás na n-ábhar a bhfuil 280 marc san iomlán ag gabháil leo agus inarb é 10% gnáthráta an bhónais.

Bain úsáid as an ngnáthráta i gcás 210 marc agus faoina bhun sin. Os cionn an mharc sin, féach an tábla thíos.

Bunmharc	Marc Bónais
211 - 213	20
214 - 216	19
217 - 220	18
221 - 223	17
224 - 226	16
227 - 230	15
231 - 233	14
234 - 236	13
237 - 240	12
241 - 243	11
244 - 246	10

Bunmharc	Marc Bónais
247 - 250	9
251 - 253	8
254 - 256	7
257 - 260	6
261 - 263	5
264 - 266	4
267 - 270	3
271 - 273	2
274 - 276	1
277 - 280	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	Less than 47

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, (glac le fiuchadh/suanbhruith anseo) 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) (8marc)**
  (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

Is féidir tionchar dearfach ar shláinte na máthar agus an linbh a bheith ag roghanna maithe cothaithe le linn thréimhse an toirchis, an tráth sin agus san am atá le teacht.
(*Institiúid na nObstatraithe & na nGínéiceolaithe, FSS*)

Déan taighde agus mionléiriú ar na riachtanais chothaithe agus ar na treoirlínte i gcomhair pleanáil béilí is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do mhná atá ag iompar clainne.

Agus na tosca a d'aithin tú i do chuid taighde á gcur san áireamh agat, mol réimse de bhiachláir dhá chúrsa a bheadh oiriúnach do phríomhbhéile an lae don ghrúpa seo daoine.

Ullmhaigh, cócaráil agus riar ceann amháin de na príomhchúrsaí ó do chuid taighde.
Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.
2024

Príomhriachtanais an taisc:

- *riachtanais chothaithe/chothaitheach nuair a* ***bhíonn mná ag iompar clainne***
- *treoirlínte ábhartha i gcomhair phleanáil béilí le sainthagairt do* ***mhná ag iompar clainne***

➢ *réimse biachlár* (*dhá chúrsa*) *a bheadh oiriúnach mar phríomhbhéile an lae*

Fiosrúchán

Riachtanais chothaithe/chothaitheacha: *cothromaíocht chothaitheach; treoirlínte reatha cothaitheacha maidir le hiontógáil cothaitheach agus bia; riachtanais laethúla de mhicrea/mhacrachothaithigh agus riachtanais phróitéine/carbaihiodráite/saille/iarainn/ cailciam mar is cuí do mhná ag iompar clainne; iontógáil liúntas laethúil / tagartha a mholtar; idirghaol mianraí agus vitimíní m.sh., Vitimín C/ionsú iarainn; Vitimín D/ionsú cailciam; iontógáil cheart de Vitimín A; Vitimín K; Vitimín E; Vitimín B12; Fóláit/Aigéad Fólach; Iaidín; Aigéid Shailleacha Óimige 3; snáithín a mhéadú; iontógáil fuinnimh taobh le leibhéil ghníomhaíochta agus céim an toirchis; agus ar eile.*

Treoirlínte pleanála do bhéilí: *úsáid phirimide bia le cothromaíocht a chinntiú; rudaí a thaitníonn/nach dtaitníonn go pearsanta; athruithe sa bhlas agus sna haimirní; codanna beaga toise; úsáid an iomarca caiféine a sheachaint; íogair do bholadh; tig le bianna le saill ard, blaistithe go hard, siúcra ard agus bianna spíosracha scaoileadh an t-aigéad goile a chur ar siúl as a dtagann an masmas / tinneas maidine; bainne fuar agus iógart don dó croí; cuir sinséar le bianna / deochanna; seachain bianna/deochanna le saill ard sáithithe, salann agus siúcra; cuimsigh torthaí agus glasraí úra; nigh torthaí, glasraí agus sailéid; cuimsigh bianna le snáithín ard; cuimsigh úsáid salainn chomh híseal is féidir; cuimsigh bianna neamhbhlasta. m.sh., craicir/tósta tirime; béilí níos lú i dtreo dheireadh an toirchis; bianna treisithe; seachain bianna le cileacalraí folmha .i. siúcra ard, féadann diaibéiteas teacht as; seachain an mhaonáis bhaile; uachtar reoite baile; bainne agus cáiseanna neamhphaistéartha; paté; agus ar eile. seachain uibheacha bogbhruite/uisciúla; seachain sailéid réamhullmhaithe; seachain an sushi a ithe; seachain éisc réamhbhruite & deataithe; seachain béilí a chailliúint; pátrúin iteacháin rialta; éagsúlacht bhianna; roghanna bianna sláintiúla; modhanna cócaireachta sláintiúla; iontógáil sásúil deochanna; smaoinigh ar shláinteachas bia; smaoinigh ar ailléirgí; smaoinigh ar réimeanna bia ar leith; agus ar eile.*

- **Miasa roghnaithe - réimse biachlár dhá chúrsa do phríomhbhéile an lae**
  (grádaithe 4:3:2:1:0)
- **ní mór riachtanais chothaithe do mhná ag iompar clainne a shásamh**

- **ní mór príomhchúrsa a bheith ann**

Measúnúchán (a) lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.
Anailís na dtátal maidir le riachtanais chothaithe/chothaitheach nuair a bhíonn mná ag iompar clainne. Treoirlínte i gcomhair phleanáil béilí – réimse bianna/mias a oireann nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do mhná ag iompar clainne, conas mar a chomhlíonann an mhias roghnaithe na riachtanais mar a aithnítear iad san fhiosrúchán.

Tasc 2

Tá an galar croí agus an stróc ar phríomhchúiseanna an bháis ar fud an domhain; ach is féidir 80% díobh a chosc má dhéantar roghanna sláintiúla i dtaca le stíl mhaireachtála de agus má leantar de na roghanna sin ar feadh an tsaoil. (Foras Croí na hÉireann) Agus tú ag tagairt don ráiteas seo, déan taighde **(i)** ar na tosca riosca a bhaineann le galar cardashoithíoch a fháil agus **(ii)** ar na ceisteanna i dtaca le stíl mhaireachtála de is gá a chur san áireamh chun córas sláintiúil croí agus cardashoithíoch a chur chun cinn. Déan taighde agus mionléiriú ar na riachtanais chothaithe agus ar na tosca is cóir a chur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine atá buartha faoina sláinte chardashoithíoch. Agus na tosca a d'aithin tú i do chuid taighde á gcur san áireamh agat, mol réimse de bhiachláir dhá chúrsa a bheadh oiriúnach do phríomhbhéile an lae don ghrúpa seo daoine. Ullmhaigh, cócaráil agus riar ceann amháin de na príomhchúrsaí ó do chuid taighde. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca (a) lena chur i bhfeidhm agus (b) le riachtanais shainiúla an taisc. 2024

Príomhriachtanais an taisc:

- *fachtóirí riosca a bhaineann le* ***galar cardashoithíoch*** *a fháil*
- *cúrsaí stíl mhaireachtála a theastaíonn* ***chun croí agus córas cardashoithíoch sláintiúil a chur chun tosaigh***
- *riachtanais chothaithe/chothaitheach* ***do dhaoine atá imníoch faoina sláinte cardashoithíoch***
- *fachtóirí le cur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú* ***do dhaoine atá imníoch faoina sláinte cardashoithíoch***

➢ *réimse biachlár dhá chúrsa a oireann do phríomhbhéile an lae*

Fiosrúchán
Fachtóirí Riosca: *stair clainne; aois – méadú sna daoine thar 50; inscne; hipirtheannas; diaibéitis; LDL ard colaistéaról; caitheamh/cogaint tobac; úsáid an iomarca alcóil; easpa cleachtaidh; galar ae/ duáin; réim bia mífholláin; - saill ard sáithithe, tras-sailleach, siúcra, salann; róthrom, murtall; strus; agus ar eile.*

Cúrsaí stíl mhaireachtála a theastaíonn chun croí agus córas cardashoithíoch sláintiúil a chur chun tosaigh: *éirí as tobac a chaitheamh; ísligh strus; méadaigh cleachtadh fisiciúil; 150+ nóiméad gníomhaíocht mheasartha sa tseachtain; coinnigh meáchan sláintiúil; laghdaigh iontógáil alcóil; ísligh iontógáil aigéad sáithithe agus tras-sailleach; méadaigh iontógáil óimige 3; ísligh iontógáil LDL colaistéaról; méadaigh iontógáil HDL colaistéaról; Ísligh iontógáil salainn, siúcra; iontógáil snáithín; agus ar eile.*

Riachtanais chothaithe/chothaitheach: *cothromaíocht chothaitheach; treoirlínte reatha re iontógáil cothaitheach agus bia; riachtanais laethúla de mhicrea/mhacrachothaithigh agus riachtanais phróitéine/carbaihiodráite/saille/iarainn/cailciam mar is cuí do dhaoine imníoch faoina sláinte cardashoithíoch; idirghaol idir mianraí agus vitimíní; e.g. ionsú iarainn/Vitimín C; ionsú cailciam/Vitimín D; méadaigh snáithín; sailleacha polaineamhsháithithe; aigéid shailleacha óimige 3; laghdaigh iontógáil salainn; cothrom fuinnimh taobh le leibhéil ghníomhaíochta; agus ar eile.*
Fachtóirí le cur san áireamh nuair a bhíonn béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú: *úsáid a bhaint as pirimid bia le cothromaíocht a chinntiú; cothromaigh iontógáil bia le gníomhaíocht fhisiciúil; seachain béilí a chailliúint; laghdaigh iontógáil salainn; íseal I salann / salann ar bith; seachain bianna maothaithe faoi sháile; seachain bianna gasta; scrúdaigh lipéid bhianna; laghdaigh sailleacha sáithithe agus tras-shailleach; foinsí próitéine gan saill; roghnaigh sicín agus iasc thar fheoil dhearg; laghdaigh úsáid bianna hidriginithe nó*

leathhidriginithe; méadaigh sailleacha polaineamhsháithithe; méadaigh snáithín; laghdaigh carbaihiodtáití mínphróiseáilte; méadaigh torthaí agus glasraí úra; seachain bianna LDL colaistéaról; modhanna sláintiúla cócaireachta ar bheagán saille; seachain bianna le siúcra ard; féach ar méid an sciar; úsáid luibheanna agus spíosraí in ionad salainn; cuir bianna feidhmiúla san áireamh; seachain anlainn uachtarbhunach; roghnaigh táirgí ar bheagán saille/ saill laghdaithe; seachain anlainn réamhdhéanta, meascáin; seachain cnónna saillte; agus ar eile.

Miasa roghnaithe - réimse biachlár dhá chúrsa do phríomhbheile an lae (grádaithe. 4:3:2:1: 0)

- **ní mór na riachtanais chothaithe/chothaitheach a chomhlíonadh do dhaoine atá imníoch faoina sláinte cardashoithíoch**
- **ní mór príomhchúrsa a bheith ann**

Measúnúchán (a) lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le riachtanais shainiúla an taisc.
Anailís na dtátal ón taighde maidir le riachtanais *chothaithe/chothaitheach* daoine atá imníoch faoina sláinte *cardashoithíoch*. *Treoirlínte do phleanáil béilí- réimse bianna/ mias atá oiriúnach nuair a bhíonn béilí á bpleanáil do dhaoine atá imníoch faoina sláinte cardashoithíoch, conas mar a chomhlíonann an mhias na riachtanais mar a aithnítear iad san fhiosrúchán agus ar eile.*

Tasc 3

Cuidíonn próiseálaithe bia lena lán bia-ábhar a ullmhú agus laghdaíonn siad na héilimh fhisiciúla a bhaineann le hullmhú bia. Déan taighde ar phróiseálaithe bia i dtaca leis na nithe seo: • na cineálacha, na brandaí agus na forbhaill (giuirléidí) • feidhmeanna éagsúla an phróiseálaí bia • miasa (milis agus neamh-mhilis) is féidir a ullmhú próiseálaí bia in úsáid • na príomhphointí atá le leanúint agus próiseálaí bia in úsáid, ceisteanna sábháilteachta san áireamh. Agus próiseálaí bia in úsáid agat, ullmhaigh, cócaráil agus riar mias amháin a ndearna tú taighde uirthi. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** leis na buntáistí agus/nó na míbhuntáistí a bhaineann le próiseálaí bia a úsáid. 2024

Príomhriachtanais an taisc:

- *taighde ar phróiseálaithe bia i dtaca leis na nithe seo: na cineálacha, na brandaí agus na forbhaill*
- *feidhmeanna éagsúla an phróiseálaí bia*
- *miasa (milis agus neamh-mhilis) is féidir a ullmhú agus próiseálaí bia in úsáid*
- *na príomhphointí atá le leanúint agus próiseálaí bia in úsáid, ceisteanna sábháilteachta san áireamh*

➢ *mias roghnaithe*

Fiosrúchán

Cineálacha: *próiseálaithe bia le cumascóir crúiscín /déantóir caoineog/ leachtaitheoir/súire torthaí; dlúth nó mionghearrthóir/próiseálaithe; próiseálaithe móra bia; agus ar eile.*

Brandaí: *Bosch, Braun; Cuisinart; Logik; Philips; Kitchen aid; Kenwood; Russell Hobbs; Ninja; Magimix; Sage; VonShef; Morphy Richards; Nutri bullet; Gordon Ramsay; James Martin; agus ar eile.*

Forbhaill: *lann mionghearradh/measctha; dioscaí garbh/mín grátála/mionstialladh; dioscaí slisnithe garbh mín; diosca julienne; diosca scealladh; diosca gráinnithe/ raspa; greadtóir giaráilte; uirlis taois; uirlis fhillte; muilleáil; cantaoir chitris; súire lártheifeach; forbhall scamhacháin; diosca eiblitheach; leachtaitheoir; téastar is mó cumaisc; meilteoir agus ar eile.*

Úsáid: *grátáil; mionstialladh; slisniú; mionghearradh/dísliú; déanamh julienne/ sliseadh; fuineadh taois; téachtadh ina uachtar/greadadh; meascadh; déanamh súlaigh; meascadh /déanamh purée; déanamh brúitín; agus ar eile.*

Miasa: *aráin; scónaí; brioscaí; cácaí; toirtíní; meireangaí; pancóga; mionbhruar torthaí; píotsaí; pióigíní feola / glasraí; curaithe; pióg aoire; cácaí éisc; fillteoga éisc/sicín; falafel; cuitséisí; uibheagáin; ratatúí; suaithfhriochtaí; anraithí; agus ar eile.*

Príomhphointí atá le leanúint agus próiseálaí bia in úsáid, ceisteanna sábháilteachta san áireamh: *cuir an próiseálaí le chéile i gceart; roghnaigh an forbhall ceart don tasc; láimhseáil lanna/dioscaí go cúramach; cuir an clár faoi ghlas ina áit sula dtosaíonn an meaisín; úsáid luas íseal ar dtús agus nuair a chuirtear comhábhair triomaithe isteach; bíodh sailleacha ag teocht an tseomra nó bogtha sula gcuirtear isteach iad; úsáid sciath frithsteallta nuair a mheasctar plúr, siúcra reoáin; bain an sciath frithsteallta sula greadtar*

uibheacha, fuidrimh, uachtar; ná téigh thar uascainníocht an bhabhla/crúiscín; ná déan an iomarca meascaidh ar chomhábhair; gear bianna soladacha ina smutáin níos lú agus cothrom mhéide sula gcuirtear isteach iad; meascann comhábhair ar an mbealach is fearr má chuirtear isteach iad le leacht; scríob síos taobhanna an bhabhla /crúiscín ag eatraimh chothroma; seachain an mótar a fhorthiomáint; fuaraigh bianna / leachtanna sula gcuirtear isteach iad; úsáid tonnadóir / fánán le bianna a chur isteach; úsáid sáiteoir plaisteach chun bianna a bhrú síos; cinntigh go gclúdaíonn bia na lanna; má bhíonn bia greamaithe, cas as an próiseálaí bia sula ndéanann tú iarracht é a bhaint de; úsáid le lámha tirime; ná fág é gan duine ina bhun; ná déan an mótar a thumadh in uisce riamh; glan i ndiaidh úsáid; agus ar eile.

Mias roghnaithe – ní mór úsáid an phróiseálaí bia a thaispeáint
1 mhias @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Measúnúchán (a) lena cur i bhfeidhm agus **(b)** leis na buntáistí agus / nó na míbhuntáistí a bhaineann le húsáid phróiseálaí bia

Tasc 4

Má dhéantar bia a reo, cuirtear fad le seilfré an bhia agus, dá bharr sin, laghdaítear an cur amú agus cuirtear le hinbhuanaitheacht bia. (*stopfoodwaste.ie*) Déan taighde ar réimse na mbianna agus na dtáirgí reoite atá ar fáil do thomhaltóirí faoi láthair. Agus tú ag tagairt don reo sa bhaile: • sainaithin réimse de mhiasa príomhchúrsa, de mhilseoga agus de tháirgí bácáilte a bheadh oiriúnach le reo sa bhaile • pléigh na treoirlínte atá le leanúint nuair a bhíonn tú ag reo • mínigh na bunphrionsabail a bhaineann le bianna a reo • déan cur síos ar réimse d'ábhair phacáistithe atá oiriúnach don reo sa bhaile agus ar an eolas is gá a chur ar an lipéad. Ullmhaigh, cócaráil, pacáistigh agus lipéadaigh lena reo, mias phríomhchúrsa nó milseog nó táirge bácáilte a ndearna tú taighde air. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** lena phraiticiúla atá sé miasa nó táirgí a dhéantar sa bhaile a reo. 2024

Príomhriachtanais an taisc:

- *déan taighde ar réimse na mbianna agus na dtáirgí reoite atá ar fáil do thomhaltóirí faoi láthair.*
    - *sainaithin réimse de mhiasa príomhchúrsa, de mhilseoga agus de tháirgí bácáilte atá oiriúnach don reo sa bhaile*
    - *treoirlínte atá le leanúint nuair a bhíonn tú ag reo*
    - *na bunphrionsabail a bhaineann le bianna a reo*
    - *réimse d'ábhair phacáistithe atá oiriúnach don reo sa bhaile agus an t-eolas is gá a chur ar an lipéad*
- ➢ *mias roghnaithe*

Fiosrúchán: **Réimse na mbianna agus na dtáirgí reoite atá ar fáil faoi láthair:** *feoil; éineoil; iasc; táirgí feola & éineola; táirgí éisc; torthaí; glasraí; sceallóga / dingeacha /greamanna prátaí; pióga; béilí réamhullmhaithe; bianna cóisire; píotsaí; arán gairleoige; roghanna veigeatóracha; cácaí beaga; milseoga; uachtair reoite; meascán caoineoige; agus ar eile.*

Réimse miasa príomhchúrsa, milseoga agus earraí bácáilte:
stobhach; lasáinne; pióg aoire; casaróil; curaithe; millíní feola; ratatúí; suaithfhriochtaí; pióga; píotsa; bácaí pasta; torthaí stofa; maróga torthaí; toirtíní; císte cáise; parfait; aráin; scónaí; rollaí cumhra cainéil; donnóga; cístí; muifíní; cístíní cupa; brioscaí; agus ar eile.

Treoirlínte le leanúint nuair a bhíonn tú ag reo
Bánaigh glasraí roimh reo; cinntigh go bhfuil an reoiteoir ag an teocht ceart; clúdaigh agus séalaigh bianna go dlúth; roghnaigh ábhair pacáistithe oiriúnach; bain amach aer; ceadaigh spás os a gcionn i gcoimeádáin; úsáid coimeádáin ar féidir iad a shéalú; lipéadaigh coimeádáin i gceart; nigh agus bosaíl go tirim torthaí agus glasraí; déan reo oscailte ar chaora; bain craicne trátaí roimh reo; fuaraigh táirgí bácáilte roimh reo; slisnigh arán roimh reo; seachain miasa ina bhfuil a lán táirgí déiríochta a reo; reoigh bia i sciartha aonair; línéáil coimeádáin le párpháipéar; reoigh bianna go tapa ag úsáid mear-reo; seachain anraithí le stáirse a reo (rís / pasta / prátaí); ná cuir bianna te sa reoiteoir; ná déan amh-bianna a athreo; agus ar eile.

Bunphrionsabail a bhaineann le reo: ***teochtaí ísle de -25^{o}C nó níos ísle*** *díghníomhaíonn fás miocrorgánach;* ***uisce athraithe go oighear,*** *miocrorgánaigh díghníomhaithe; teochtaí arda a úsáidtear chun glasraí a bhánú díghníomhaíonn siad miocrorgánaigh agus einsímí; bianna clúdaithe i gceart roimh reo a choscann athiontráil na miocrorgánach; cuidíonn mear-reo le dath, blas, uigeacht agus luach cothaitheach; agus ar eile.*

Réimse d'ábhair phacáistithe atá oiriúnach don reo sa bhaile:
Crapchlúdach láidir plaisteach; málaí reoiteora láidre plaisteacha ar féidir iad a shéalú; coimeádáin láidre plaisteacha ar féidir iad a shéalú; scragall alúmanaim; coimeádáin alúmanaim; cartáin chiartha; coimeádáin ghloine / prócaí maisiúin; coimeádáin chruach dhosmálta; agus ar eile.
Lipéadú*: ainm an bhia/na méise, an dáta reoite; agus ar eile.* ***mura mbíonn aon phacáistiú / lipéadú san fhiosrúchán -3 mharc***

Miasa roghnaithe – mias roghnaithe ón taighde 1 mhias @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)
Measúnúchán:(a) lena cur i bhfeidhm agus **(b)** leis an infheidhmitheacht a bhaineann le miasa agus táirgí baile a reo – *ceisteanna acmhainní .i. am, scileanna, fearas, pacáistiú, spás stórála, agus ar eile.*

Tasc 5

Tá a lán airíonna cócaireachta ag carbaihiodráití sa tslí gur féidir réimse leathan de mhiasa éagsúla a chruthú leo. Sainmhínigh Geilitíniú. Sainaithin réimse de mhiasa (milis agus neamh-mhilis) a léiríonn an geilitíniú agus mínigh an bunphrionsabal atá i gceist ann. Fiosraigh cur i bhfeidhm an gheilitínithe i ndéantús réimse de mhiasa (milis agus neamh-mhilis) agus déan cur síos air. Ullmhaigh, cócaráil agus riar mias amháin (milis nó neamh-mhilis) a d'fhiosraigh tú. Déan an tasc a mheasúnú i dtaca **(a)** lena chur i bhfeidhm agus **(b)** le cé chomh maith agus a d'éirigh leat an airí an gheilitínithe a chur i bhfeidhm sa mhias roghnaithe. 2024

Príomhriachtanais an taisc:

- Sainmhíniú ar Gheilitíniú.
- Sainaithin réimse de mhiasa (milis agus neamh-mhilis) a léiríonn an geilitíniú agus mínigh an bunphrionsabal atá i gceist ann.
- Fiosraigh cur i bhfeidhm an gheilitínithe i ndéanamh réimse de mhiasa (milis agus neamh-mhilis) agus déan cur síos air.

- *mias roghnaithe*

Fiosrúchán
Sainmhíniú ar Gheilitíniú: *an próiseas ina bhfoirmíonn gráinní stáirse fuaidreán in uisce fuar; nuair a mheasctar iad le leacht agus déantar iad a théamh, déanann na gráinní stáirse borradh agus pléascadh agus ionsuíonn siad maothas; tiubhaíonn an leacht dá bharr; foirmíonn glóthán; agus ar eile.*
Réimse de mhiasa (milis agus neamh-mhilis) a léiríonn an Geilitíniú:
Miasa milse: *pióg meireang líomóide; éadromóga; toirtíní torthaí; maróg rise; toirtíní custaird (déanta le púdar custaird); pancóga; cúróga bácáilte; miasa taosrán milse; agus ar eile.* **Miasa neamh-mhilis:** *anraithí; stobhaigh; curaithe; lasáinne; bácaí pasta; pióg iascaire; sicín milis searbh; puthphióga; rollóga ispíní; rís neamh-mhilis; agus ar eile.*

An bunphrionsabal a bhaineann le Geilitíniú agus cur i bhfeidhm an gheilitínithe i ndéanamh réimse de mhiasa milis agus neamh-mhilis

Teas tais: *tá airíonna cumhachtacha tiúchana ag an polaisiúicríd, stáirse; trí chéim geilitínithe ag úsáid stáirse - téamh an stáirse; stáirse ag ionsú an leachta; stáirse ag tiúchan an leachta; measctar gráinní stáirse le leacht fuar a chabhraíonn leis na gráinní stáirse scaradh d'fhonn foirmiú cnapanna a laghdú; déantar an stáirse agus an leacht a théamh ar dtús go teocht idir 55-70^{o}C; nuair a dhéantar an leacht a théamh, bristear síos na naisc hidrigine, a choimeádann an stáirse le chéile, agus ligtear d'uisce dul isteach sna móilíní stáirse; cuirtear borradh ar na gráinní stáirse agus pléascann siad agus tiubhaíonn an leacht dá bharr; méadaíonn slaodacht, cruthaítear tuaslagán ar nós leafaois; éiríonn an meascán níos vioscósaí nuair a mhéadaíonn an teocht; agus fuarú ar siúl, foirmítear naisc hidrigine agus tiubhaíonn an meascán, éiríonn sé téachta agus teann dá bharr; iompaíonn sé ina*

ghlóthán ag beagnach 38°C; cruthóidh teochtaí níos mó ná 85°C sol, is tuaslagán é an sol ina mbíonn cáithníní nach dtuaslagann ach a bhíonn scaipthe go cothrom ar fud an leachta; tá cumas tiúchan níos mó ag roinnt stáirsí m.sh. gránphlúr; laghdaíonn an iomarca siúcra cumas an stáirse geilitíniú; bíonn tionchar ag aigéid ar chumas stáirse geilitíniú; cuir isteach aigéad nuair a tharlaíonn geilitíniú; cuireann salann an geilitíniú chun cinn; téann an méid saille i bhfeidhm ar airíonna tiúchana an stáirse; agus ar eile.

Teas Tirim: *nuair a dhéantar gráinní stáirse a théamh cuirfear borradh orthu, pléascfaidh siad agus déanfaidh siad aon mhaothas (saill leachtach) atá ann a ionsú; úsáidtear chun taosrán agus grán rósta a dhéanamh; agus ar eile.*

Miasa roghnaithe – mias atá milis nó neamh-mhilis a léiríonn an geilitíniú

1 mhias @ 4 mharc (grádaithe 4:2:0)

Measúnúchán: (a) lena cur i bhfeidhm agus **(b)** ag éirí leat airí an gheilitínithe a chur i bhfeidhm ar an mias roghnaithe

Aguisín 1

Treoracha Ginearálta do scrúdaitheoirí maidir le bronnadh marcanna

1. Riachtanais an scrúdaithe:
   Tá sé de cheangal ar iarrthóirí taifead ar aon ***cheithre*** thasc a chur i gcrích agus a chur i láthair lena scrúdú. **2 thasc i gcomhair 2024 de bharr coigeartuithe**

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*** – marc *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 1,2,3,4,5
- Mias ***nach bhfuil oiriúnach do riachtanais an taisc*** – *Tasc 1,2,4*
- ***An modh a fiosraíodh gan a bheith in úsáid agus an mhias roghnaithe á déanamh*** – *Tasc 3, 5*
- 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.*