2022.M107T

2022L225G1IL

Coimisiún na Scrúduithe Stáit
State Examinations Commission

Scrúdú na hArdteistiméireachta, 2022

Corpoideachas

Gnáthleibhéal

Dé Máirt 28 Meitheamh   Tráthnóna 2:00 - 4:30

170 marc

Scrúduimhir

Lá agus Mí do Bhreithe

Scríobh 3 Feabhra mar 0302, mar shampla

Stampa an Ionaid

Rinneadh coigeartuithe ar scrúdpháipéir 2022 d'fhonn aon chur isteach ar an bhfoghlaim a tharla de bharr COVID-19 a chúiteamh. D'fhéadfadh sé nach bhfuil an struchtúr agus an leagan amach céanna ar an scrúdpháipéar seo is a bhí ar scrúdpháipéir i mblianta eile roimhe nó ina dhiaidh seo.

Treoracha

Tá **trí** roinn sa pháipéar seo.

Roinn A	Ceisteanna gearrfhreagra	40 marc
Roinn B	Cás-Staidéar	50 marc
Roinn C	Ceisteanna fada	80 marc

Freagair na ceisteanna mar a leanas:

- **Cúig** cinn ar bith den dá cheist déag i Roinn A
- Ceist 13 i Roinn B – Cás-Staidéar
- **Dhá** cheann ar bith de na cúig cheist i Roinn C.

Scríobh do chuid freagraí sna spásanna atá curtha ar fáil sa leabhrán seo. Tá spás i gcomhair obair bhreise i gcúl an leabhráin. Lipéadaigh aon obair bhreise den chineál sin go soiléir le huimhir na ceiste agus leis an gcuid den cheist.

Scríobh do chuid freagraí le peann gorm nó le peann dubh.

Déanfar an leabhrán scrúdaithe seo a scanadh agus is ar scáileán a chuirfear do chuid oibre i láthair an scrúdaitheora. Mar sin is féidir nach bhfeicfidh an scrúdaitheoir aon rud a scríobhfaidh tú taobh amuigh de bhoscaí na bhfreagraí.

Roinn A	40 marc

Freagair **cúig** cheist ar bith, as na ceisteanna 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 agus 12.

Ceist 1

Fíor 1

Tá an-tábhacht leis an téamh suas chun cuidiú le duine ullmhú le páirt a ghlacadh i ngníomhaíocht choirp.

Déan cur síos ar **dhá** ghníomhaíocht éagsúla chun téamh suas a d’fhéadfá a úsáid le haghaidh gníomhaíocht choirp de do rogha féin.

Gníomhaíocht Choirp
Gníomhaíocht téamh suas 1
Gníomhaíocht téamh suas 2

Ceist 2

(a) Ainmnigh tástáil corpacmhainne is féidir a úsáid chun seasmhacht na matán a thomhas.

(b) Déan cur síos ar an tástáil le haghaidh sheasmhacht na matán a d'ainmnigh tú in **(a)**.
Is ceadmhach duit léaráid anótáilte a úsáid mar chúnamh más mian leat.

Ceist 3

Tá réimse scileanna riachtanach chun a bheith rannpháirteach go éifeachtach i ngníomhaíocht choirp.

Sainaithin **trí** scil éagsúla a bhaineann le gníomhaíocht choirp a roghnaíonn tú féin agus mínigh an fáth a ndéanann na scileanna sin leas na feidhmíochta.

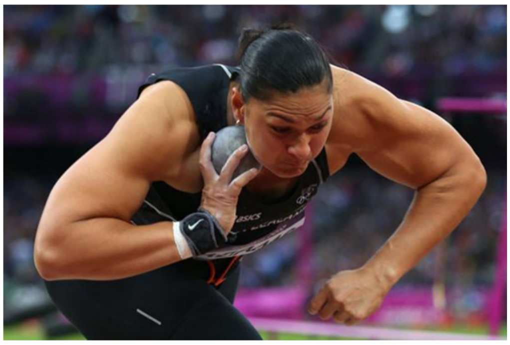
Gníomhaíocht Choirp
Scil 1
Scil 2
Scil 3

Ceist 4

Taispeántar sna híomhánna lúthchleasaithe ag iomaíocht in imeachtaí lúthchleasaíochta, rás 10,000 méadar (**Fíor 2**) agus comórtas caite an mheáchain (**Fíor 3**).

I gcás an **dá** imeacht sin, sainaithin an phríomh-chomhpháirt den chorpacmhainn atá i gceist iontu agus mínigh an rogha a rinne tú.

Fíor 2



Fíor 3

An phríomh-chomhpháirt den chorpacmhainn i rás 10,000 méadar
Míniú
An phríomh-chomhpháirt den chorpacmhainn i gcaitheamh an mheáchain
Míniú

Ceist 5

(a) Ainmnigh **dhá** ghníomhaíocht choirp a dhéanfadh sochar do shláinte phearsanta daoine fásta scothaosta atá ag iarraidh fanacht gníomhach.

1.
2.

(b) Sainaithin sochar do shláinte phearsanta daoine fásta scothaosta a dhéanfadh an **dá** ghníomhaíocht choirp a d'ainmnigh tú in **(a)**.

1.
2.

Ceist 6

Baineann na ráitis seo a leanas le nósanna imeachta na frithdhópála ag Spórt Éireann.

Cuir tic (✓) sa bhosca cuí chun a chur in iúl cé acu fíor nó bréagach atá gach ceann de na ráitis seo a leanas.

		Fíor	Bréagach
(a)	Níor chóir go mbeadh substaint thoirmiscthe ina sampla ag lúthchleasaithe.	☐	☐
(b)	Féadann lúthchleasaithe cógas ar bith a ghlacadh fad is a ordaíonn dochtúir leighis é.	☐	☐
(c)	Is féidir le lúthchleasaithe diúltú tástáil drugaí a dhéanamh gan dochar dóibh féin i ndiaidh dóibh réamhfhógra cuí a fháil.	☐	☐
(d)	Cuimsíonn sárú rialacha frithdhópála trí theip as láthair taobh istigh de thréimhse12 mhí.	☐	☐

Ceist 7

Is iad an tréimhsiú agus an traenáil an dá phríomh-chomhpháirt d'ullmhúchán lúthchleasaí. Is é an t-ullmhúchán pleanáilte córasach le cuidiú na modhanna aclaíochta an toisc is mó a mbíonn tionchar aici ar dhul chun cinn lúthchleasaí. (Rathi, *et al* 2010).

(a) Mínigh an téarma tréimhsiú.

(b) Tabhair breac-chuntas ar bhuntáiste **amháin** a bhaineann leis an tréimhsiú.

Ceist 8

(a) Tabhair breac-chuntas ar an difríocht atá idir marsantú agus formhuiniú.

(b) Tabhair sampla **amháin** den mharsantú agus sampla **amháin** den fhormhuiniú.

Sampla den mharsantú
Sampla den fhormhuiniú

Ceist 9

(a) Mínigh aiseolas intreach.

(b) Mínigh aiseolas eistreach.

(c) Tabhair sampla d'áit ar féidir aiseolas intreach **nó** aiseolas eistreach a chur chun sochair do lúthchleasaí.

Ceist 10

Ainmnigh **dhá** dhruga a chuireann leis an bhfeidhmíocht (DCF) agus déan cur síos ar iarmhairt dhiúltach a bhíonn ag gach ceann den dá dhruga sin do na lúthchleasaithe a bhaineann úsáid astu.

DCF	Iarmhairt Dhiúltach
1.	
2.	

Ceist 11

(a) Is eochairghluaiseacht sa chispheil é fleisceadh na huillinne.

Ainmnigh an aicme luamháin a úsáidtear i bhfleisceadh na huillinne.

Fíor 4

(b) Tá dhá aicme eile luamháin ann.

- **(i)** Ainmnigh aicme luamháin **amháin**. **Níl** cead agat an luamhán céanna a d’ainmnigh tú in **(a)** thuas a úsáid anseo.
- **(ii)** Luaigh an áit sa chorp a bhfaighfeá a leithéid de luamhán.
- **(iii)** Tabhair sampla de ghníomhaíocht spóirt ina mbaintear úsáid as an luamhán sin.

(i) Aicme luamháin
(ii) Sampla den áit sa chorp ina bhfuil an luamhán seo
(iii) Gníomhaíocht spóirt

Ceist 12

> Tá sé tuillte ag daoine atá faoi mhíchumas na deiseanna céanna a bheith acu ar a bheith gníomhach agus atá ag gach duine eile. Niamh Daffy, POF, Cara.

Mínigh **dhá** bhealach a bhféadfadh cóitseálaithe gníomhaíochtaí coirp a oiriúnú ionas gurbh fhearr a chuimseofaí daoine atá faoi mhíchumas.

1.
2.

Roinn B — Cás-Staidéar — 50 marc

Scrúdaigh an téacs agus na híomhánna sa Chás-Staidéar thíos agus freagair ceist 13.

Is mithid ómós a thabhairt don chinsealacht peile is fearr riamh

Baile Átha Cliath 2-14 Maigh Eo 0-15

Bhain cinsealacht peile Bhaile Átha Cliath bua stairiúil eile amach i bPáirc an Chrócaigh aréir nuair a chinntigh siad a séú bua as a chéile i gCraobh na hÉireann, a n-ochtú bua i ndeich séasúr agus an 30ú craobh san iomlán ag an gcontae.

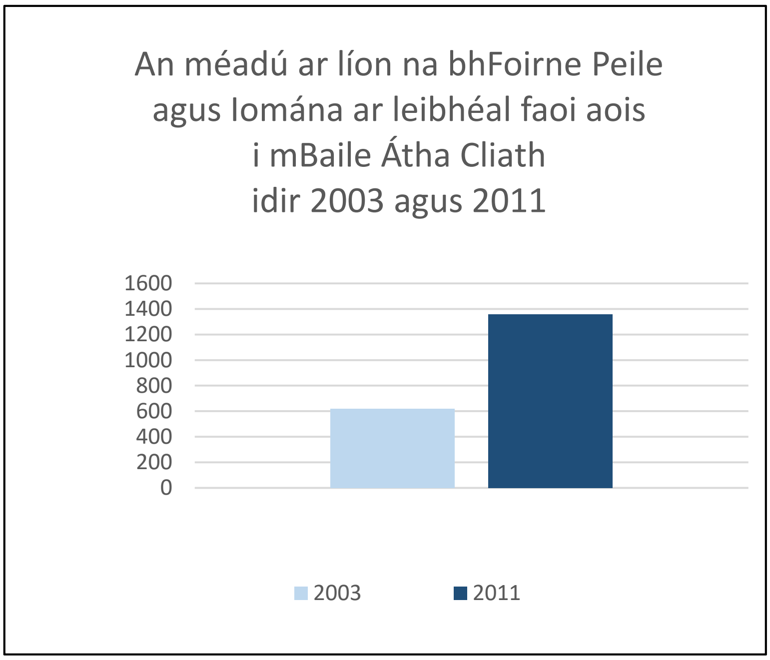
Greamán meirge a dearadh le bua Bhaile Átha Cliath a cheiliúradh

Fíor 5

Chuir a lán tosca éagsúla leis an rath a bhí ar Fhoireann Peile Sinsir Bhaile Átha Cliath.

Téann fréamhacha an ratha seo siar chomh fada le 2003 nuair a thug Comhairle Laighean isteach Scéim na Limistéar Uirbeach chun díriú ar líon níos mó d'óige Bhaile Átha Cliath sna ceantair uirbeacha agus chun níos mó suime a mhúscailt in imirt na gcluichí Gaelacha.

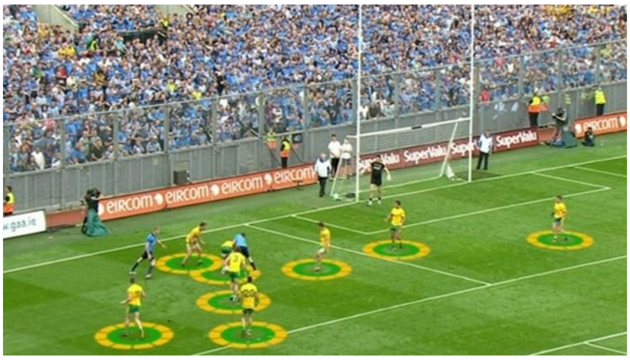
Ba ar an rannpháirtíocht seachas ar an gceannas idirchontae a bhí an tionscadal dírithe i dtús báire. Bhí na rátaí rannpháirtíochta an-ard go deo ar an leibhéal faoi aois agus chuaigh na himreoirí ab fhearr agus ba thiomanta ar aghaidh trí na gnáthstruchtúir, amhail comórtais idirchontae na Mionúr agus na comórtais faoi 21, go dtí na comórtais scothleibhéil.



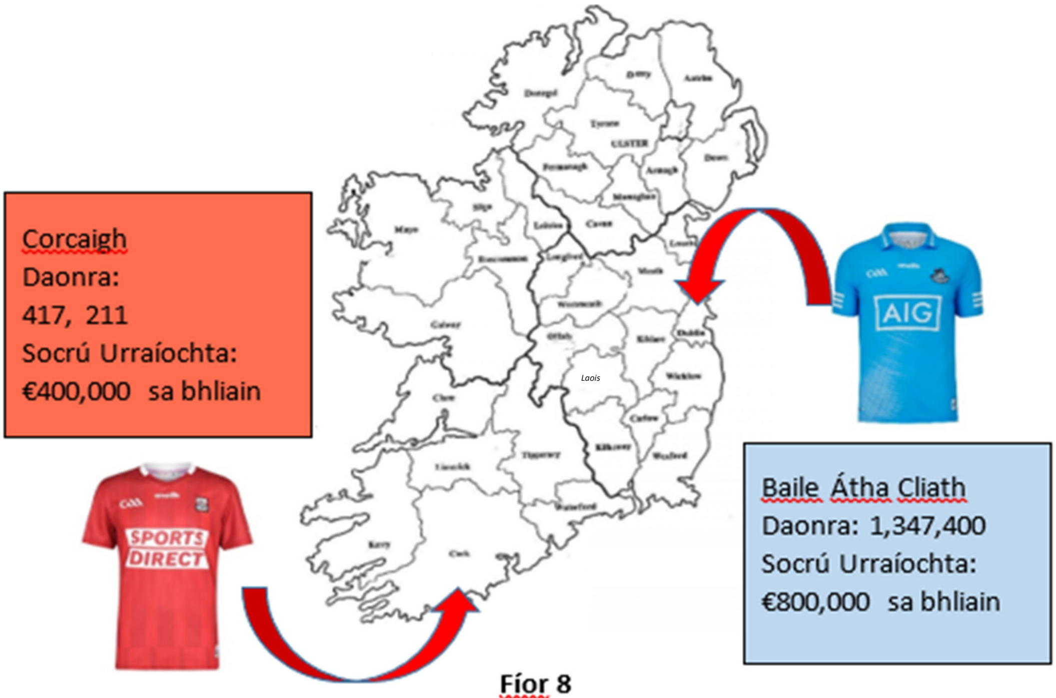
Fíor 6

Toisc eile a chuidigh le rath Bhaile Átha Cliath ná ionchur ó shaineolaithe i réimsí éagsúla traenála. Chuidigh an tOllamh Niall Moyna leo bogadh ar aghaidh ó na cláir chineálacha bunaithe ar neart agus ar chumhacht a bhíodh á leanúint ag an bhfoireann ar fad. Uaidh sin amach ní raibh súil ag daoine a thuilleadh go ndéanfadh imreoirí óga a bhí ag teacht isteach ar fhoireann na sinsear an traenáil chéanna nirt agus aclaíochta a dhéanfadh imreoir a bhí sa scuad lena sé nó a seacht de bhlianta.

Chun an oiread sin Craobhacha Uile-Éireann a bhuachan b'éigean do Bhaile Átha Cliath a bheith níos cliste ná na foirne eile d'fhonn a bheith níos fearr ná iad san imirt. Mar sin féin, in 2014, fuair Dún na nGall an ceann ab fhearr ar Bhaile Átha Cliath i gcluiche Leathcheannais na hÉireann leis an dlúthchosaint mhíchlúiteach (**Fíor 7**). Chun an dlúthchosaint a úsáid, bhí ar Dhún na nGall an chuid ba mhó dá bhfoireann a choinneáil siar chun a gcúl a chosaint. D'oibrigh Dún na nGall an cineál sin cosanta go maith in éineacht le frithionsaí na dtosaithe.



Fíor 7



Fíor 8

Tá daoine ann a mhaíonn gur de thoradh ar an mbuntáiste ollmhór airgeadais atá acu a bhí an rath sin ar Bhaile Átha Cliath. Tá airgeadas Bhaile Átha Cliath i bhfad níos mó ná airgeadas aon cheann de ag na hiomaitheoirí is gaire dóibh fiú amháin. Is féidir an argóint a dhéanamh go bhfuil difríochtaí móra mar sin inchosanta de bharr mhéid agus daonra Chontae Bhaile Átha Cliath. Dúirt Seán Shanley, Cathaoirleach Bhord Chontae Bhaile Átha Cliath: "Obair mhór atá ann, a éilíonn infheistíocht shuntasach, na struchtúir chearta a chur ar fáil chun go mbeidh imreoirí óga in ann páirt a ghlacadh san iomáint agus sa pheil i gcontae a bhfuil daonra ann mar atá i mBaile Átha Cliath".

Ceist 13 **(50 marc)**

(a) **(i)** Mol bealach ina bhféadfadh Scéim na Limistéar Uirbeach, nó scéim cosúil léi, na rátaí rannpháirtíochta i ngníomhaíocht choirp a mhéadú.

(ii) Bhí an Scéim na Limistéar Uirbeach cosúil le hobair na gComhpháirtíochtaí Áitiúla Spóirt (CÁS) a bunaíodh in 2004. Tá 29 CÁS sa tír anois.

Sainaithin aidhm **amháin** atá ag na Comhpháirtíochtaí Áitiúla Spóirt.

(iii) Déan cur síos ar bhealach a bhféadfadh Comhpháirtíocht Áitiúil Spóirt an aidhm sin a bhaint amach.
Ní mór do fhreagra a bheith difriúil leis an bhfreagra a thug tú in **(i).**

(b)

Uaidh sin amach ní raibh súil ag daoine a thuilleadh go ndéanfadh imreoirí óga a bhí ag teacht isteach ar fhoireann na sinsear an traenáil chéanna nirt agus aclaíochta a dhéanfadh imreoir a bhí sa scuad lena sé nó a seacht de bhlianta.

(i) Bunaithe ar an gcur síos sa chás-staidéar, cén prionsabal traenála a chuir Niall Moyna i bhfeidhm nuair a bhí sé ag pleanáil seisiúin traenála d'fhoireann Bhaile Átha Cliath?

(ii) Ainmnigh **trí** phrionsabal traenála eile.
Níl cead agat úsáid a bhaint as an bprionsabal traenála a d'úsáid tú in **(i)**.

Prionsabail Traenála
1.
2.
3.

(iii) Mínigh **trí** cinn de na ceithre phrionsabal traenála a d'ainmnigh tú in **(i)** agus **(ii).**

1.
2.
3.

(iv) Tabhair breac-chuntas ar an bhfáth a bhfuil tábhacht ag baint le **dhá** cheann de na prionsabail traenála sin nuair atá seisiúin traenála i ngníomhaíocht choirp de do rogha féin á bpleanáil.
Ní mór duit tagairt do **dhá** cheann díobh siúd a mhínigh tú in **(iii).**

Gníomhaíocht Choirp
1.
2.

(c)

Cén dóigh ar féidir an ceann is fearr a fháil ar fhoirne eile le clisteacht? Is ansin atá an buntáiste le fáil. Baineann sé le cinntí a dhéanamh le linn an chluiche.
(An tOllamh Niall Moyna).

(i) Is hiondúil go mbíonn plean cluiche/feidhmíochta ullmhaithe roimh an gcomórtas ag cóitseálaithe agus ag foirne. Ach mar sin féin, ní i gcónaí a oibríonn an plean.

Céard a d'fhéadfadh cóitseálaí a dhéanamh i rith na feidhmíochta mura mbeadh an plean ag obair?

(ii) Déan cur síos ar straitéis agus/nó ar ghné chomhdhéanaimh a bheadh feiliúnach le cur i bplean cluiche/feidhmíochta do ghníomhaíocht choirp de do rogha féin. Féadfaidh tú úsáid a bhaint as léaráid más mian leat.

Gníomhaíocht Choirp	
Straitéis/gné chomhdhéanaimh	

(iii) Tabhair breac-chuntas ar oiriúnú a d’fhéadfaí a dhéanamh ar an straitéis nó ar an ngné chomhdhéanaimh seo mura mbeadh sí ag oibriú amach.
Ní mór duit úsáid a bhaint as an straitéis/ngné chomhdhéanaimh ar chuir tú síos uirthi in **(ii).**

(d) **(i)** AIG a dhéanann urraíocht ar Bhaile Átha Cliath. Sports Direct a dhéanann urraíocht ar Chorcaigh. Supervalu a dhéanann urraíocht ar Chluiche Ceannais Peile na hÉireann. Sainmhínigh urraíocht.

(ii) Tá an socrú urraíochta atá ag Baile Átha Cliath le AIG níos brabúsaí ná an chuid is mó de na socruithe urraíochta atá i gCumann Lúthchleas Gael.

Déan plé ar **dhá** bhuntáiste agus ar **dhá** mhíbhuntáiste a ghabhann le hurraíocht i gcás gníomhaíocht choirp a roghnaíonn tú féin.

Gníomhaíocht Choirp
Buntáiste 1
Buntáiste 2
Míbhuntáiste 1
Míbhuntáiste 2

Roinn C	80 marc

Freagair **dhá** cheist ar bith, as na ceisteanna 14, 15, 16, 17 agus 18.

Ceist 14 **(40 marc)**

(a) I bh**Fíor 9** agus i bh**Fíor 10** taispeántar samplaí den spórtúlacht agus den chleasaíocht mhíspórtúil.

Cuir tic (✓) sa bhosca cuí chun an fhíor ina dtaispeántar spórtúlacht agus an fhíor ina dtaispeántar cleasaíocht mhíspórtúil a shainaithint, agus tabhair fáth le do rogha.

Fíor 9	**Fíor 10**
Spórtúlacht ☐ Cleasaíocht mhíspórtúil ☐	Spórtúlacht ☐ Cleasaíocht mhíspórtúil ☐
Fáth	Fáth

(b) **(i)** Sainmhínigh imeachtaí spóirt oll-rannpháirtíochta.

(ii) Tabhair **dhá** shampla d'imeachtaí spóirt oll-rannpháirtíochta.

1.
2.

(iii) Céard iad na deiseanna is féidir le himeachtaí spóirt oll-rannpháirtíochta a thabhairt do ghnólachtaí a mbíonn baint acu leo?

(c) Is féidir le fógraíocht a bhaineann le spórt tionchar dearfach nó tionchar diúltach a imirt ar dhaoine óga.

(i) Tabhair **dhá** shampla den fhógraíocht a bhaineann le spórt.

1.
2.

(ii) Tabhair breac-chuntas ar theachtaireacht dhearfach **amháin** agus ar theachtaireacht dhiúltach **amháin** a thugann fógraíocht a bhaineann le spórt do dhaoine óga.

(d) Lena chinntiú go gcloítear le rialacha uile an chomórtais le linn imeacht spóirt, séideann an réiteoir an fheadóg chun aird a tharraingt, nó déanann moltóir fógra.

Tabhair breac-chuntas ar ról **beirt** oifigeach comórtais i ngníomhaíocht choirp de do rogha féin.
Níl cead agat réiteoir a úsáid mar dhuine de na hoifigigh a luann tú.

Gníomhaíocht Choirp
Ról Oifigeach 1
Ról Oifigeach 2

Ceist 15 **(40 marc)**

Muinín, creideamh agus uchtach – na príomhchéimeanna ar bhóthar Kellie Harrington go dtí an bonn óir i dTóiceo

Kellie Harrington tar éis an bua a fháil ar Beatriz Ferreira as an mBrasaíl ina mbabhta ceannais éadrom-mheáchain in Airéine Kokugikan. Fótagraf: Breandán Ó Móráin/Sportfile

Fíor 11

Bhuaigh Kellie Harrington bonn óir sna Cluichí Oilimpeacha in 2020. I bh**Fíor 11** taispeántar ceannlíne i nuachtán in Éirinn i ndiaidh a bua.

(a) **(i)** Sainmhínigh muinín.

(ii) Sainaithin **dhá** thoisc ar féidir leo tionchar a imirt ar mhuinín lúthchleasaí le linn comórtais.

1.
2.

(b) Is gá do gach lúthchleasaí ardfheidhmíochta a bheith corpacmhainneach, agus traenáil a dhéanamh chun an chorpacmhainn a fheabhsú.

(i) Ainmnigh modh traenála faoi choinne na corpacmhainne a d’fhéadfaí a úsáid chun feidhmíocht a fheabhsú sna comhpháirteanna den chorpacmhainn atá ainmnithe sa tábla thíos.

(ii) Tabhair sampla de ghníomhaíocht a d’fhéadfaí a úsáid chun traenáil a dhéanamh laistigh de gach ceann de na comhpháirteanna den chorpacmhainn atá ainmnithe agat.

Comhpháirt den chorpacmhainn	(i) Modh Traenála	(ii) Gníomhaíocht
Luas		
Solúbthacht		

(c)

Is é atá i gceist le cleachtadh athraitheach ná an scil a athdhéanamh i suíomhanna éagsúla, agus sin an rud is fearr a fheileann d’fhorbairt scileanna oscailte.

Nuair a bhíonn sceidil chleachtaidh á ndearadh ag cóitseálaí d’fhonn foghlaim agus feidhmíocht scile a fheabhsú, féachfaidh sé nó sí ar chineálacha éagsúla cleachtaidh, cleachtadh athraitheach san áireamh.

(i) Ainmnigh **dhá** chineál eile cleachtaidh.

1.	
2.	

(ii) Déan cur síos ar chineál **amháin** cleachtaidh a d'fhéadfaí a úsáid chun scil a roghnaíonn tú féin a chleachtadh.
Níl cead agat úsáid a bhaint as cleachtadh athraitheach.

Scil
Cineál cleachtaidh

(d)
Tagraítear i gceannlíne an nuachtáin, i bh**Fíor 11**, do mhuinín, do chreideamh agus d'uchtach Kellie. Is lúthchleasaí an-sciliúil (ardoilte) í fosta a bhfuil an cumas inti na scileanna sin a fheidhmiú ar an leibhéal is airde.

(i) Mínigh **dhá** thréith a bhaineann le feidhmíocht sciliúil.

1.
2.

Fíor 12

Fíor 13

(ii) I bh**Fíor 12** taispeántar beirt atá ag foghlaim scátáil oighir. I bh**Fíor 13** taispeántar scátálaí oighir iomaíoch.

Pléigh an bealach ar féidir le foghlaim éifeachtach scileanna leas na feidhmíochta a dhéanamh.

Ceist 16 **(40 marc)**

(a) Baintear úsáid as an bhfoirmle MDAC (*nó FITT I mBéarla*) chun cláir thraenála a phleanáil. Sainmhínigh gach cuid den fhoirmle MDAC.

M
D
A
C

(b) **(i)** Ainmnigh **trí** chomhpháirt den chorpacmhainn agus luaigh cé acu le sláinte nó le feidhmíocht a bhaineann siad.

Comhpháirt den Chorpacmhainn	Baineann le Sláinte nó le Feidhmíocht?
1.	
2.	
3.	

(ii) Déan plé ar an difríocht atá idir an chorpacmhainn a bhaineann le sláinte agus an chorpacmhainn a bhaineann le feidhmíocht.

(c)

I bh**Fíor 14** taispeántar an rothaí Lance Armstrong. Tráth den saol bhí sé ina churadh rothaíochta; bhuaigh sé Le Tour de France seacht n-uaire idir 1999 agus 2005. In 2012, áfach, baineadh seacht dteideal an Tour de France de agus cuireadh cosc saoil air páirt a ghlacadh sa rothaíocht iomaíoch nuair a ciontaíodh é i gcaimiléireacht mar gur úsáid sé a lán substaintí toirmiscthe agus modh mídhleathach ar a dtugtar dópáil fola.

Fíor 14

Is prionsabail a ghabhann le cleachtas eiticiúil sa spórt iad ionracas, meas, cothrom na Féinne agus cothromas.

Déan plé ar an tábhacht a bhaineann le **dhá** cheann ar bith de na prionsabail sin a ghabhann le cleachtas eiticiúil i gcás gníomhaíocht choirp ainmnithe.

Gníomhaíocht Choirp

(d)

Is fiú thart ar €500 milliún in aghaidh na bliana d'Éirinn an turasóireacht spóirt.
Tagann méadú ar an bhfigiúr seo sna blianta ina mbíonn imeachtaí idirnáisiúnta spóirt ar siúl sa tír.

(i) Tabhair **dhá** shampla d'imeachtaí spóirt a mheallfadh turasóirí go hÉirinn.

(ii)

Staid Náisiúnta Bhéising – Turais agus Gníomhaíochtaí

★★★★★ 2,001 Léirmheas

Tógadh Staid Náisiúnta Bhéising, Nead an Éin mar is fearr aithne uirthi, le haghaidh Chluichí Oilimpeacha Bhéising in 2008 ar chostas $423 milliún. Ó thráth na gCluichí Oilimpeacha agus i ndiaidh an ghleadhartha go léir tá an staid ina mór-shainchomhartha agus ina díol spéise do thurasóirí anois.

Nead an Éin, Xicheng, Béising

Fíor 15

Fógra is ea **Fíor 15** do thurais ar staid na gCluichí Oilimpeacha i mBéising.
Déan cur síos ar **dhá** bhealach a bhféadfadh margaíocht an spóirt cuidiú le forbairt na turasóireachta in Éirinn.

1.
2.

Ceist 17 **(40 marc)**

(a) **(i)** Déan cur síos ar **dhá** ghortú spóirt atá coitianta.

1.
2.

(ii) Cén chóireáil gharchabhrach a chuirfeá ar na gortuithe spóirt a shainaithin tú in **(i)**?

1.
2.

(iii) Mol **dhá** bhealach a bhféadfaí gortuithe spóirt a chosc**.**

1.
2.

(b) Roghnaigh **ceann** ar bith de na grúpaí as an liosta thíos. Déan cur síos ar chonstaic ó thaobh na rannpháirtíochta de atá roimh an ngrúpa a roghnaigh tú agus déan cur síos freisin ar thacaíocht atá ann dó.

- Mná
- Daoine fásta scothaosta
- Daoine faoi mhíchumas coirp
- Daoine faoi mhíchumas intleachta
- Grúpaí eitneacha éagsúla
- Grúpaí socheacnamaíocha éagsúla.

Grúpa
Constaic
Tacaíocht

(c) Mínigh an ról a d'fhéadfadh a bheith ag na meáin i gcur chun cinn an tsoláthair de ghníomhaíochtaí coirp do cheann **amháin** de na grúpaí seo a leanas.
Níl cead agat an grúpa céanna a d'úsáid tú in **(b)** a úsáid anseo.

- Mná
- Daoine fásta scothaosta
- Daoine faoi mhíchumas coirp
- Daoine faoi mhíchumas intleachta
- Grúpaí eitneacha éagsúla
- Grúpaí socheacnamaíocha éagsúla.

(d) **(i)** Sainaithin sampla **amháin** den dóigh a bhféadfaí gníomhaíocht choirp, a roghnaíonn tú féin, a chur in oiriúint chun daoine atá faoi mhíchumas a chuimsiú.

(ii) Déan plé ar **dhá** bhealach a bhféadfadh scoil soláthar a dhéanamh chun rannpháirtíocht sa Chorpoideachas a mhéadú i gcás daoine atá faoi mhíchumas.

1.
2.

Ceist 18 **(40 marc)**

(a) Sainaithin an príomhchóras fuinnimh a úsáidtear i ngach ceann de na gníomhaíochtaí thíos.

	Imeacht	**Fad**	**Déine**	**An Príomhchóras Fuinnimh**
(i)	An Maratón **Fíor 16**	2+ uair an chloig	Íseal go Measartha	
(ii)	400 m **Fíor 17**	45+ soicind	Ard	
(iii)	An Léim Fhada **Fíor 18**	3 – 5 soicind	Ard	

(b) **(i)** Agus gníomhaíocht choirp de do rogha féin mar chuidiú agat, sainaithin **dhá** phríomhchothaitheach ba chóir do lúthchleasaí sa ghníomhaíocht a roghnaigh tú a chaitheamh i ndiaidh seisiún dian traenála nó i ndiaidh comórtais.

(ii) Tabhair sampla den chineál bia a sholáthróidh na cothaithigh sin.

Gníomhaíocht Choirp	
(i) Cothaitheach	**(ii) Foinse bhia an chothaithigh** (tabhair sampla **amháin** le haghaidh gach cothaithigh)

(iii) Ainmnigh **dhá** fhorbhia (forlíon) spóirt agus mínigh an ról atá ag gach forbhia do na lúthchleasaithe a úsáideann iad.

Forbhia 1	Forbhia 2
Ról an Fhorbhia	Ról an Fhorbhia

(c) Dear leathán leideanna a bheadh oiriúnach d'aosaigh óga, agus a mbeadh sé mar aidhm aige rannpháirtíocht saoil i gníomhaíochtaí coirp a spreagadh iontu.
Bíodh **ceithre** phointe ar a laghad agat.

(d) Cén dóigh a spreagann do leathán leideanna rannpháirtíocht saoil?

Spás le haghaidh obair bhreise

Cuir in iúl go soiléir uimhir na ceiste agus an chuid den cheist atá á freagairt agat.

Cuir in iúl go soiléir uimhir na ceiste agus an chuid den cheist atá á freagairt agat.

Cuir in iúl go soiléir uimhir na ceiste agus an chuid den cheist atá á freagairt agat.

Admhálacha

Íomhánna

An íomhá ar lch 3: https://inpho.ie/assignment/6AcSrne16Qq84uL4dOq (Arna rochtain 10 Lúnasa 2021)
Íomhá ar lch 6: https://www.tutorialspoint.com/shot_put/shot_put_quick_guide.htm (Arna rochtain 13 Feabhra 2022)
An íomhá ar lch 13: https://www.authorfreeman.com/blog/wp-content/uploads/klay.jpg (Arna rochtain 25 Deireadh Fómhair 2021)
An íomhá ar lch 15: https://ih1.redbubble.net/image.1929629428.3807/st,small,507x507-pad,600x600,f8f8f8.jpg
Na híomhánna ar lch 16:
https://www.rte.ie/sport/football/2014/0915/643952-brolly/ (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://maps-ireland-ie.com/img/0/blank-map-of-ireland-with-counties.jpg (Arna rochtain 27 Deireadh Fómhair 2021)
https://www.lifestylesports.com/on/demandware.static/-/Sites-LSS_eCommerce_Master/default/dw15478146/images/57098420xlarge.jpg (Arna rochtain 27 Deireadh Fómhair 2021)
https://images.sportsdirect.com/images/products/38320861_3pl.jpg (Arna rochtain 27 Deireadh Fómhair 2021)
Íomhá ar lch 23: https://www.tennisworldusa.org/tennis/news/Roger_Federer/58031/rafael-nadal-there-is-a-lot-of-respect-between-me-and-roger-federer/ (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
Íomhá ar lch 23: https://www.theguardian.com/football/blog/2012/oct/08/football-diving-referees-problem (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
Íomhá ar lch 26: Independent.ie 09 Lúnasa 2021 (Arna rochtain 3 Samhain 2021)
Íomhá ar lch 29: www.shutterstock.com (Arna rochtain 14 Feabhra 2022)
Íomhá ar lch 29: https://www.bbc.com/sport/figure-skating (Arna rochtain 14 Feabhra 2022)
An íomhá ar lch 31: https://theconversation.com/more-than-one-bad-apple-a-systems-view-on-the-lance-armstrong-doping-saga-36830 (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
An íomhá ar lch 32: https://www.viator.com/en-IE/Beijing-attractions/Beijing-National-Stadium/d321-a10113
Na híomhánna ar lch 36:
https://www.rte.ie/sport/athletics/2007/0827/222043-athletics1/; https://www.the42.ie/2018-european-championship-marathons-4176645-Aug2018/(Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://abcnews.go.com/Sports/key-moments-day-14-olympic-games/story?id=79292028
(Arna rochtain 22 Samhain 2021)
https://idsb.tmgrup.com.tr/ly/uploads/images/2021/08/03/133135.jpg (Arna rochtain 27 Deireadh Fómhair 2021)

Téacsanna

An téacs ar lch 9: Rathi, B., Kaur., G., & Gaurav, V., (2010). *Role of Periodisation and Training Method in Sports.* British Journal Sports Med 2010, 44 (Suppl I):i1-182
An téacs ar lch 14: https://caracentre.ie/cara-about-us/ (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
An téacs ar lgh 15 and 16: arna chóiriú ó na foinsí seo a leanas:
https://www.wearedublin.com/football/jim-gavin-tactical-genius-match-ups/ (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.rte.ie/sport/football/2014/0915/643952-brolly/ (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.independent.ie/sport/dominant-dublin-the-growing-strength-of-the-blue-wave-38449307.html (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.irishtimes.com/sport/gaelic-games/gaelic-football/dublin-empire-built-on-solid-structures-from-grassroots-up-1.3621868 (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.irishtimes.com/sport/gaelic-games/gaelic-football/all-you-need-to-know-about-the-gaa-super-8s-1.3558203?mode=sample&auth-failed=1&pw-origin=https%3A%2F%2Fwww.irishtimes.com%2Fsport%2Fgaelic-games%2Fgaelic-football%2Fall-you-need-to-know-about-the-gaa-super-8s-1.3558203 (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.independent.ie/sport/gaelic-games/gaelic-football/basketball-tactics-held-key-to-dublin-beating-the-dreaded-blanket-defence-36137343.html (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.rte.ie/sport/gaa/2020/0529/1143493-how-basketball-influenced-dublins-drive-for-five/ (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.balls.ie/gaa/dublin-transformation-416576 (Arna rochtain 15 Meitheamh 2021)
https://www.independent.ie/sport/gaelic-games/dublin-reign-supreme-but-where-does-your-county-rank-on-the-2018-gaa-rich-list-36922874.html (Arna rochtain 06 Iúil 2021)
https://www.sportsjoe.ie/gaa/latest-dublin-sponsorship-deal-highlights-widening-financial-gap-gaa-159420 (Arna rochtain 06 Iúil 2021)
An téacs ar lch 32: Investec Economic Research arna choimisiúnú ag Cónaidhm Spóirt na hÉireann.

Ná scríobh ar an leathanach seo

Fógra cóipchirt
D'fhéadfadh sé go bhfuil téacsanna nó íomhánna sa scrúdpháipéar seo nach é Coimisiún na Scrúduithe Stáit úinéir an chóipchirt orthu, agus d'fhéadfadh sé gur athchóiríodh iad, chun críche an mheasúnaithe, gan cead na n-údar a fháil roimh ré. Ullmhaíodh an scrúdpháipéar seo de réir Alt 53(5) den *Acht um Chóipcheart agus Cearta Gaolmhara, 2000*. Ní údaraítear aon úsáid dá éis chun aon chríche ach amháin chun na críche dá bhfuil sé beartaithe. Ní ghlacann an Coimisiún aon dliteanas as sárú ar bith ar chearta tríú páirtí a eascraíonn as dáileadh ná as úsáid neamhúdaraithe an scrúdpháipéir seo.

Scrúdú na hArdteistiméireachta – Gnáthleibhéal

Corpoideachas

Dé Máirt 28 Meitheamh

Tráthnóna 2:00 - 4:30