



# Slatan-tomhais

# Foghlam Pearsanta is Sòisealta

Am Màrt 2017

## Foghlam Alba

### Stiùireadh air cleachdadh Slatan-tomhais airson Measaidh Am Màrt 2017

Dh'ainmich [Aithris do Luchd-cleachdaidh a' Churraicealaim airson Sàr-mhathais \(CfE\)](#) (An Lùnastal 2016) aig Foghlam Alba gur e an dà phrìomh stòras a tha a' cur taic ri luchd-cleachdaidh gus ionnsachadh, teagasg agus measadh a phlanadh:

- **Eòlasan agus Builean**
- **Slatan-tomhais**

Tha Slatan-tomhais a' solarachadh soilleireachd air na h-ìrean nàiseanta a thathar a' sùileachadh taobh a-staigh gach raon den churraicealam aig gach ìre. Tha iad a' mineachadh loidhnichean adhartais a tha glè shoilleir ann an litearrachd is Beurla agus àireamhachd is matamataig, agus tarsainn gach raon eile den churraicealam bho Thràth-Ìrean gu Ceathramh Ìrean (Ciad Ìre gu Ceathramh Ìre ann an Nuadh-chànanan). Tha iad a' dèanamh soilleir na dh'fheumas luchd-ionnsachaidh de dh'fhiosrachadh agus a bhith comasach a dhèanamh airson adhartachadh tro na h-ìrean.

Tha leasachadh sgilean mar phàirt iomlan de na Slatan-tomhais gus taic a chur ri barrachd tuigse cho-roinnte. Tha tuigse do sgilean agus an ìre gu bheil iad a' leasachadh a' toirt comas do luchd-ionnsachaidh ceanglaichean a thogail eadar an ionnsachadh làithreach agus an roghainnean dreuchdail agus cosnaidh san àm ri teachd.

Tha slatan-tomhais a' tarraing còmhla agus a' grinneachadh raon fharsaing de stiùireadh measaidh a bh' ann roimhe (a' gabhail a-steach taobhan sònraichte de dh'ionnsachadh, de fhèaman adhartais agus de dh'eisimpleirean le beachdan) mar aon phrìomh stòras airson taic a chur ri breithneachadh proifeiseanta thidsearan is luchd-cleachdaidh eile air adhartas chloinne agus daoine òga tarsainn gach raon den churraicealam.

Tha slatan-tomhais a' cur taic ri conaltradh proifeiseanta mar phàirt den phròiseas riaghailteachd airson measadh a dhèanamh air far a bheil clann agus daoine òga nan ionnsachadh. Bu chòir slatan-tomhais airson litearrachd is àireamhachd an cleachdadh mar thaic do bhreithneachadh proifeiseanta thidsearan air coileanadh ìre. Ann an raointean eile den churraicealam, tha slatan-tomhais a' cur taic ri tidsearan agus luchd-cleachdaidh eile gu tuigse cho-roinnte a thaobh inbhean agus na h-ath cheumnan ann an ionnsachadh chloinne a chomharrachadh. Thig fianais air adhartas agus coileanadh bho mheasgachadh de stòran, a' gabhail a-steach:

- amharc ionnsachadh bho latha gu latha sa chlasrum, seòmar-cluiche no àrainn obrach;
- amharc agus ais-fhiosrachadh bho ghnìomhan ionnsachaidh a tha a' gabhail àite ann an àrainneachdan eile, mar eisimpleir air a' bhlàr a-muigh no aig greisean gnìomhachais;
- obair-cùrsa, a' gabhail a-steach dheuchainnean;
- còmhraidhean ionnsachaidh; agus
- measadh iomlanach ùineach air a phlanadh

## Slatan-tomhais ann an raointean curraicealam

Tha slatan-tomhais anns gach raon den churraicealam air an deilbh gu bhith sgiobalta agus ruigsinneach, le gu leòr de fhiosrachadh mionaideach airson nan inbhean a chonaltradh, a thathar a' sùileachadh mu choinneamh gach ìre den churraicealam.

Bu chòir do thidsearan agus luchd-cleachdaidh eile tarsainn ionadan tràth-ionnsachaidh is cùram-chloinne agus bun-sgoiltean tarraing air na Slatan-tomhais gus an t-eòlas, tuigse, sgilean airson ionnsachadh agus beatha is obair a mheasadh, a tha clann a' leasachadh anns gach raon den churraicealam.

Ann an àrd-sgoiltean, bidh Slatan-tomhais a' cur taic ri tidsearan speisealtach chuspairean ann a bhith a' dèanamh mheasaidhean làidir air adhartas luchd-ionnsachaidh agus na h-inbhean a tha iad a' coileanadh. Cuidichidh iad tidsearan gu a dhèanamh cinnteach gu bheil luchd-ionnsachaidh a' dèanamh roghainnean iomchaidh agus gu bheil iad air an cur air adhart aig ìre iomchaidh airson Teisteanasan Nàiseanta san ìre as àirde. Seachainnidh seo eallach-obrach a tha tuilleadh 's a' chòir do thidsearan agus measaidhean neo-riatanach do luchd-ionnsachaidh. Mar eisimpleir, bu chòir do luchd-ionnsachaidh a bhith air Eòlasan agus Builean buntainneach na Ceathramh ìre a choileanadh mus tòisich iad air teisteanasan Nàiseanta 5. Bu chòir do sgoiltean cunntas cùramach a ghabhail air an seo nuair a thathar ag aontachadh roghainnean do ÀS4. Bu chòir Slatan-tomhais a chleachdadh airson cuideachadh leis na beachdachaidhean cudromach sin.

## Litearrachd agus Àireamhachd

Ann an litearrachd agus àireamhachd, tha Slatan-tomhais a' cur taic ri breithneachadh proifeiseanta thidsearan a thaobh coileanadh ìre. Bidh breithneachaidhean proifeiseanta thidsearan air an cruinneachadh agus air am foillseachadh aig ìrean nàiseanta, ionadail agus sgoile. Tha e cudromach gu bheil na breithneachaidhean sin làidir agus earbsach. Cha ghabh seo a choileanadh ach tro riaghailteachd èifeachdach air planadh ionnsachaidh, teagaisg agus measaidh.

Tha coileanadh air ìre stèidhichte air breithneachadh proifeiseanta thidsearan, air a dheagh fhiosrachadh tro raon fharsaing de fhianais. Bu chòir Slatan-tomhais a chleachdadh airson ath-sgrùdadh a dhèanamh air an raon de fhianais a chaidh a chruinneachadh gus a dhearbhadh gu bheil an inbhe a bhathar a' sùileachadh air a coileanadh, agus gu bheil an neach-ionnsachaidh air:

- **leud** ionnsachaidh a choileanadh tarsainn an eòlais, an tuigse agus na sgilean mar a tha iad air am mìneachadh ann an Eòlasan agus Builean don an ìre;
- dèiligeadh cunbhalach math leis an ìre de **dhùbhlán** a tha air a mhìneachadh ann an Eòlasan agus Builean don an ìre agus air gluasad air adhart gu ionnsachadh aig an ath ìre ann an cuid de thaobhan; agus
- air **gnìomhachadh** a thaisbeanadh de na tha iad air ionnsachadh ann an suidheachaidhean ùra agus coimheach.

Chan eil e riatanach do luchd-ionnsachaidh maighstireachd a thaisbeanadh air gach taobh fa leth de dh'ionnsachadh taobh a-staigh Slatan-tomhais aig ìre shònraichte agus mus gluaisear air adhart chun na h-ath ìre. Ach, tha e cudromach nach eil beàrnan mòra sam bith ann an ionnsachadh chloinne is dhaoine òga nuair a thathar a' coimhead tarsainn nam prìomh eagraichean anns gach raon den churraicealam.

## Planadh ionnsachadh, teagasg agus measadh a' cleachdadh nan Slatan-tomhais

A thuilleadh air [Aithris do Luchd-cleachdaidh a' Churraicealaim airson Sàr-mhathais \(CfE\)](#) bho Àrd-Sgrùdaire Foghlaim na Banrigh, An Lùnastal 2016, mu adhbhar agus cleachdadh Shlatan-tomhais, bu chòir do thidsearan agus luchd-cleachdaidh eile a' chomhairle a leanas a thoirt fa-near.

| PRÌOMH THEACHDAIREACHDAN – DÈ NÌTHEAR   | PRÌOMH THEACHDAIREACHDAN – DÈ NACH DÈANAR  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iomradh a thoirt air na Slatan-tomhais iomchaidh mar thaic do bhreithneachaidhean air adhartas agus coileanadh chloinne is dhaoine òga air ìre ann an litearrachd agus àireamhachd.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seachain fòcas neo-riatanach air Slatan-tomhais fa leth a dh'fhaodadh toradh ann an cus measaidh no cus clàraidh air adhartas chloinne.</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fàs eòlach air Slatan-tomhais raointean eile den churraicealam rè ùine.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Seachain an riatanas air a bhith a' tionail tuilleadh 's a' chòir de fhianais airson coileanadh luchd-ionnsachaidh a mheasadh.</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Slatan-tomhais a chleachdadh gus cuideachadh le dearbhadh a bheil luchd-ionnsachaidh a' dèanamh adhartas freagarrach a dh'ionnsaigh nan slatan-tomhais nàiseanta a thathar a' sùileachadh, agus am fianais a chleachdadh airson nan ath cheumannan dùbhlach ann an ionnsachadh, a phlanadh.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Na tòisich a' dèanamh bhreithneachaidhean air ìrean curraicealaim anns na raointean uile den churraicealam – cùm ri litearrachd agus àireamhachd.</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Slatan-tomhais litearrachd agus àireamhachd a chleachdadh mar thaic do bhreithneachadh iomlan air an uair a tha neach-ionnsachaidh air ìre agus adhartas a ruighinn taobh a-staigh ìre.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Na cruthaich dòighean mì-choltach no mionaideach air sgrùdadh no tracadh.</li> <li>• Na bi a' measadh Shlatan-tomhais fa leth. Planaig measadh ùineach is iomlanach air ionnsachadh chloinne is dhaoine òga.</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomhasan-measaidh a dheasbad taobh a-staigh agus tarsainn sgoiltean gus tuigse cho-roinnte a ruighinn de na slatan-tomhais nàiseanta a thathar a' sùileachadh tarsainn raointean a' churraicealaim.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Na comharraich, na sgrùd agus na lean Slatan-tomhais fa leth.</li> </ul>  |

## Slàinte agus Sunnd Thràth-Ìrean (Foghlam Pearsanta is Sòisealta)

|  |   | Eòlasan agus Builean airson ionnsachadh, teagasg agus measadh a phlanadh  | Slatan-tomhais mar thaic do bhreithneachadh proifeiseanta luchd-cleachdaidh air coileanadh ìre   |
|--|---|---|--|
| Planadh airson roghainnean agus atharrachaidhean | Dùilean agus Àrd-mhiannan<br><br>Buntanas ionnsachaidh ri roghainnean teachdail | <p>'S urrainn dhomh innse mu chuid de na seòrsaichean obrach a tha daoine a' dèanamh agus tha mi a' faighinn a-mach mu shaoghal farsaing na h-obrach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-20a</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Roinn àrd-mhiannan agus amasan airson an ama ri teachd.</li> <li>• Labhairt mu ionnsachadh is neartan fhèin agus na h-ath cheumannan.</li> <li>• Deasbad cuid de na duaisean a tha obair a' tarraing, mar eisimpleir, coinneachadh dhaoine ùra, airgead, cuideachadh chàich.</li> <li>• Conaltradh le càch mu dhiofar obraichean sa choimhearsnachd.</li> </ul> |
| Gnìomhachd chorporra agus slàinte                | Biadh, fois agus cadal  | <p>Tha fios agam gur e rud fallain a tha ann a bhith gnìomhach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-27a</b></p> <p>Is urrainn dhomh iomradh a thoirt mar a tha mi a' faireachdainn às dèidh pàirt a ghabhail ann an gnìomhachdan lùthmhor agus tha mi a' tòiseachadh a' fàs mothachail do chuid de na h-atharrachaidhean a tha a' gabhail àite sa chorp agam.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-28a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taisbeanadh diofar dhòighean de bhith gnìomhach, mar eisimpleir, cluich lùthmhor.</li> <li>• Comharrachadh mar a tha a bhith gnìomhach a' toirt buaidh air a' bhodhaig, mar eisimpleir, buille-cridhe àrdaichte, fàs teth.</li> <li>• Thoir seachad adhbharan gu bheil a bhith gnìomhach math don t-slàinte.</li> </ul>   |

|   |  |  |   |
|---|--|--|---|
| <p><b>Mì-fheum de Stuthan</b></p>                             | <p><b>Cleachdadh Stuthan</b></p> <p><b>Gnìomhadh ann an suidheachaidhean mì-shàbhailte</b></p> | <p>Tha mi a' tuigsinn gu bheil rudan ann nach bu chòir dhomh a làimhseachadh no ithe, tha fios agam mar a chumas mi mi fhìn sàbhailte, agus tha mi ag ionnsachadh dè thathar a' ciallachadh le cungaidhean agus le stuthan cronail.</p> <p><b>HWB 0-38a</b></p> <p>Seallaidh mi dòighean air taic fhaighinn ann an suidheachaidhean cunnairt is èiginn.</p> <p><b>HWB 0-42a</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh nan stuthan a dh'fhaodadh a bhith cuideachail agus a dh'fhaodadh a bhith cronail ann an suidheachaidhean àraid.</li> <li>• Moladh dhòighean air cuideachadh fhaotainn ann an suidheachaidhean mì-shàbhailte agus èiginn, mar eisimpleir, sireadh inbheach.</li> <li>• Ainmeachadh nan seirbheisean èiginn.</li> </ul>  |
| <p><b>Dàimhean, slàinte ghnèitheasach agus pàrantachd</b></p> | <p><b>Atharrachaidhean Corporra</b></p> <p><b>Slàinte ghnèitheasach agus gnèitheasachd</b></p> | <p>Tha mi a' tuigsinn gu bheil coltachdan is eu-coltachdan againn ach tha sinn uile gun choimeas.</p> <p><b>HWB 0-47a</b></p> <p>Tha mi mothachail air mo chorp a' fàs agus tha mi ag ionnsachadh nan ainmean ceart airson nan diofar phàirtean agus mar a tha iad ag obair.</p> <p><b>HWB 0-47b</b></p> <p>Tha mi ag ionnsachadh dè as urrainn dhomh a dhèanamh gus coimhead às dèidh mo bhodhaig agus cò as urrainn mo chuideachadh.</p> <p><b>HWB 0-48a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh diofaran agus coltachdan bodhaig.</li> <li>• Toirt iomradh air mar a tha an corp ag atharrachadh mar a tha e a' fàs. Comharrachadh pàirtean den bhodhaig a' cleachdadh nan ainmean ceart do, mar eisimpleir, bod, magairlean, caineag agus sinean.</li> <li>• Taisbeanadh beusachd agus priobhaideachd tro, mar eisimpleir, dùnadh doras an taigh-bhig.</li> <li>• Làimhseachadh farsaingeachd phearsanta le spèis a dh'ionnsaigh fèin agus càch.</li> </ul> |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <p><b>Dleastanas pàrant/neach-cùraim</b></p> | <p>Tha mi ag ionnsachadh mu spèis dom bhodhaig agus mu dhol-a-mach a tha ceart agus ceàrr. Tha fios agam cò ris a bhruidhneas mi ma bhios dragh orm mu seo.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-49a</b></p> <p>Tha fios agam gu bheil daoine nar beatha a ghabhas cùram dhinn agus a choimheadas às ar dèidh, agus tha mi mothachail gum faod daoine a bhith fo chùram phàrantan, luchd-cùraim agus inbhich eile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-45a</b></p> <p>Tha mi ag ionnsachadh mu cò às a tha rudan beò a' tighinn agus mar a tha iad a' fàs, a' tighinn air adhart agus air an àrach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-50a</b></p> <p>'S urrainn dhomh eòlas a shealltainn mun obair a dh'fheumar gus coimhead às dèidh leanaban.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 0-51a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taisbeanadh tuigse don bhun-bheachd 'is ann leamsa a tha mo bhodhaig'.</li> <li>• Tuigsinn agus conaltradh fhaireachdainnean mì-chofhurtail a thaobh neach no suidheachadh a' cleachdadh, mar eisimpleir, am modail 3-cheumach: can chan eil, thalla agus bruidhinn ri cuideigin sa bheil earbsa agad.</li> <li>• Comharrachadh dhaoine as urrainn cuideachadh, mar eisimpleir, tidsearan, buill den teaghlach.</li> <li>• Tuigsinn gum faod cùram a thighinn bho mheasgachadh de dhiofar dhaoine.</li> <li>• Comharrachadh gum faod teaghlachan a bhith air an dèanamh suas de dhiofar dhaoine.</li> <li>• Toirt eisimpleirean de cò às a tha nithean beò a' tighinn, mar eisimpleir, planntais bho shìol. Iasg bho uighean.</li> <li>• Mineachadh gu bheil feum aig nithean beò air biadh, uisge agus cùram airson fàs agus soirbheachadh.</li> <li>• Toirt iomradh air feumalachdan bunaiteach leanaban, mar eisimpleir, glacadh-sùla, cionacrachadh, nighe, atharrachadh, biadhadh, cadal.</li> </ul> |
|--|--|---|--|

## Slàinte agus Sunnd Ciad Ìre (Foghlam Pearsanta is Sòisealta)

|  |   | Eòlasan agus Builean airson ionnsachadh, teagasg agus measadh a phlanadh   | Slatan-tomhais mar thaic do bhreithneachadh proifeiseanta luchd-cleachdaidh air coileanadh ìre   |
|--|---|--|--|
| Planadh airson roghainnean agus atharrachaidhean | Dùilean agus Àrd-mhiannan<br><br>Buntanas ionnsachaidh ri roghainnean teachdail | <p>Is urrainn dhomh iomradh a thoirt air cuid de na seòrsaichean obrach a tha daoine a' dèanamh agus tha mi a' faighinn a-mach mu dheidhinn an t-saoghail obrach fharsaing.</p> <p style="text-align: right; color: #4CAF50;"><b>HWB 1-20a</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Labhairt mu neartan, ùidhean agus sgilean fhèin agus ceanglaichean gu na h-àrd-mhiannan dreuchdail sin.</li> <li>• Stèidheachadh amasan ionnsachaidh agus ag obair a dh'ionnsaigh an coileanadh.</li> <li>• Labhairt mun t-saoghal obrach, mar eisimpleir, bho thadhalan, luchd-tadhail agus ionnsachadh eadar-chuspaireil.</li> <li>• Toirt iomradh air sgilean air a bheil feum airson diofar obraichean sa choimhearsnachd.</li> </ul> |
| Gnìomhachd chorporra agus slàinte                | Biadh, fois agus cadal  | <p>Tha mi mothachail don àite a tha aig gnìomhachd chorporra ann a bhith gam chumail fallain agus tha fios agam gu bheil feum agam cuideachd air cadal agus fois agus coimhead às dèidh mo bhodhaig.</p> <p style="text-align: right; color: #4CAF50;"><b>HWB 1-27a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn gu bheil feum aig mo bhodhaig air neart airson obrachadh agus gu bheil seo a' tighinn bhon bhiadh a tha mi ag ithe. Tha mi a' faighinn a-mach mar a tha gnìomhachd chorporra a' cur rim shlàinte agus rim shunnd.</p> <p style="text-align: right; color: #4CAF50;"><b>HWB 1-28a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Moladh diofar dhòighean air a bhith gnìomhach agus a' bhuidh dheimhinneach a dh'fhaodadh a bhith aig an seo air slàinte.</li> <li>• Ag innse na dh'fheumar de chadal san leanabas agus an t-adhbhar gu bheil seo cudromach.</li> <li>• Mineachadh gur e biadh an connadh a tha a' toirt neart don bhodhaig.</li> </ul>  |



|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <p><b>Mì-fheum de Stuthan</b></p>                             | <p><b>Cleachdadh Stuthan</b></p> <p><b>Gnìomhadh ann an suidheachaidhean mì-shàbhailte</b></p>  | <p>Tha fios agam gu bheil cungaidhean agus stuthan eile ann a dh'fhaodar a chleachdadh ann an dòigh shàbhailte gus slàinte a leasachadh, agus tha mi a' fàs mothachail do mar a dh'fhaodas roghainnean a nì mi buaidh a thoirt air mo shlàinte agus sunnd.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-38a</b></p> <p>Tha fios agam dè nì mi ann an suidheachaidhean cunnairt is èiginn.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-42a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh shuidheachaidhean a dh'fheumas cungaidh-leigheis agus mar a tha e na bhuannachd don t-slàinte.</li> <li>• Comharrachadh an adhbhair gum faod mì-làimhseachadh air cungaidhean-leigheis a bhith cronail.</li> <li>• Ceangal ghnìomhan pearsanta ri slàinte agus sunnd a' cleachdadh cluich mas fhìor mar eisimpleir.</li> <li>• Toirt iomradh air cuin agus ciamar a chuirear fios gu na seirbheisean èiginn.</li> <li>• Roinn prìomh fhiosrachaidh mu shuidheachadh èiginn.</li> </ul> |
| <p><b>Dàimhean, slàinte ghnèitheasach agus pàrantachd</b></p> | <p><b>Atharrachaidhean Corporra</b></p> <p><b>Slàinte ghnèitheasach agus ghnèitheasachd</b></p> | <p>Tha mi ag aithneachadh gu bheil sinn coltach agus aocoltach ri cach-a-chèile ach nach eil duine an aon rud ri duine eile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-47a</b></p> <p>Tha mi mothachail air mo chorp a' fàs agus tha mi ag ionnsachadh nan ainmean ceart airson nan diofar phàirtean agus mar a tha iad ag obair.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-47b</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• A' tuigsinn gu bheil gach neach gun choimeas agus a' comharrachadh choltachdan is eu-coltachdan.</li> <li>• Mineachadh gu bheil leasachadh agus fàs gach neach fa leth, diofraichte.</li> <li>• Comharrachadh nam facal cheart airson pàirtean den bhodhaig agus an obair, mar eisimpleir, machlag, clach-bhàlg, ughagain, faighean.</li> </ul>  |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p><b>Dleastanas pàrant/neach-cùraim</b></p> | <p>Tha mi ag ionnsachadh dè as urrainn dhomh a dhèanamh gus coimhead às dèidh mo bhodhaig agus cò as urrainn mo chuideachadh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-48a</b></p> <p>Tha mi ag ionnsachadh mu spèis dom bhodhaig agus mu dhol-a-mach a tha ceart agus ceàrr. Tha fios agam cò ris a bhruidhneas mi ma bhios dragh orm mu seo.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 1-49a</b></p> <p>Tha fios agam gu bheil daoine nar beatha aig a tha a' gabhail cùram dhinn agus a' coimhead às ar dèidh, agus tha mi mothachail gum faod daoine a bhith ann an cùram am pàrantan, luchd-cùraim no inbhich eile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-45a</b></p> <p>Tha mi ag ionnsachadh mu cò às a tha rudan beò a' tighinn agus mar a tha iad a' fàs, a' tighinn air adhart agus air an àrach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-50a</b></p> <p>'S urrainn dhomh eòlas a shealltainn mun obair a dh'fheumar gus coimhead às dèidh leanaban.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB1-51a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mineachadh mu dheidhinn fheumalachdan fhèin agus chàich air prìobhaideachd.</li> <li>• Nochdadh fhaireachdainnean tro dhlùthachd iomchaidh do chàch.</li> <li>• Ag innse na còrach freagairt do ghiùlanan mì-iomchaidh, mar eisimpleir, cleachdadh a' mhodail 3-cheumach: can chan eil, thalla, bruidhinn ri cuideigin sa bheil earbsa agad.</li> <li>• Comharrachadh cò ris a bhruidhneas tu ma tha iomnaidh no dragh ort.</li> <li>• Mineachadh dhòighean sam faod teaghlacichean a bhith diofraichte agus gu bheil measgachadh de dhaoine ann a dh'fhaodadh a bhith a' gabhail cùraim dhinn.</li> <li>• Mineachadh atharrachaidhean sa bhodhaig aig diofar ìrean den bheatha.</li> <li>• Comharrachadh na dh'fheumar airson fàs agus leasachadh bheathaichean, planntais agus daoine.</li> <li>• Mineachadh mar a choileanar feumalachdan buanasach leanaban, mar eisimpleir, glacadh-sùla, cionacrachadh, nighe, atharrachadh agus biadhadh.</li> </ul> |
|--|--|--|--|

**Slàinte agus Sunnd Dàrna Ìre (Foghlam Pearsanta is Sòisealta)**

|   |   | <b>Eòlasan agus Builean airson ionnsachadh, teagasg agus measadh a phlanadh</b>   | <b>Slatan-tomhais mar thaic do bhreithneachadh proifeiseanta luchd-cleachdaidh air coileanadh ìre</b>   |
|---|---|---|---|
| <b>Planadh airson roghainnean agus atharrachaidhean</b> | <b>Dùilean agus Àrd-mhiannan</b><br><br><b>Buntanas ionnsachaidh ri roghainnean teachdail</b> | Tha mi a' sgrùdadh diofar dhreuchdan/obraichean, dhòighean obrach agus shlighean trèanaidh is ionnsachaidh. Tha mi a' faighinn eòlas a tha gam chuideachadh airson aithneachadh a' bhuntanais aig m' ionnsachadh, mo sgilean agus m' ùidhean ri mo bheatha san àm ri teachd.<br><br><b>HWB 2-20a</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mineachadh àrd-amasan fhèin agus comharrachadh dhòighean air an coileanadh.</li> <li>• Làimhseachadh pròifil phearsanta agus ga cleachdadh airson ùidhean, neartan agus sgilean a dheasbad.</li> <li>• Comharrachadh cheanglaichean eadar sgilean agus an saoghal obrach.</li> <li>• Cleachdadh sgilean sgrùdaidh gus tuilleadh fiosrachaidh fhaotainn mu obraichean/dreuchdan.</li> </ul> |
| <b>Gnìomhachd chorporra agus slàinte</b>                | <b>Biadh, fois agus cadal</b>   | Tha mi a' faighinn tlachd agus a' dèanamh adhartas gach latha le bhith a' gabhail pàirt ann an diofar sheòrsaichean gnìomhachd shunndach a tha mi fhìn air a thaghadh, a' gabhail a-steach spòrs agus chothroman airson ionnsachadh a-muigh a tha rim faighinn aig m' àite ionnsachaidh agus sa choimhearsnachd mun cuairt.<br><br><b>HWB 2-25a</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Com-pàirteachadh gu làitheil ann an gnìomhachd chorporra a tha meadhanach sgairteil.</li> </ul>  |

|                                   |  |   |  |
|-----------------------------------|--|---|--|
|                                   |  | <p>Tha mi air àite spòrs a rannsachadh agus na cothroman a dh'fhaodadh a thighinn bhuaithe dhomh. Tha mi comasach air cothroman a ghabhail airson com-pàirteachadh ann an spòrs agus leasachadh air mo choileanadh nam àite ionnsachaidh agus eile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-26a</b></p> <p>'S urrainn dhomh mìneachadh carson a dh'fheumas mi a bhith gnìomhach gach latha airson mo shlàinte a chumail suas, agus feuchainn ri cothromachadh math fhaighinn eadar cadal, fois agus gnìomhachd chorporra.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-27a</b></p> <p>Is urrainn dhomh na ceanglaichean a rannsachadh eadar an neart a chleachdas mi fhad 's a tha mi gnìomhach gu corporra, am biadh a tha mi ag ithe agus mo shlàinte is sunnd.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-28a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh agus ruighinn air cothroman airson spòrs agus/no ionnsachadh a-muigh taobh a-staigh àite ionnsachaidh agus coimhearsnachd.</li> <li>• Mìneachadh buaidh nan eadar-dhàimhean ann an gnìomhachd chorporra làitheil, biadh, fois agus cadal air slàinte agus sunnd.</li> <li>• Comharrachadh raon de ghnìomhachdan aig diofar dhèineid agus mìneachadh mar a dh'fhaodas iad sin buaidh a thoirt air biadh/ riatanasan lùtha, mar eisimpleir, dian-ruith 100m – riatanas lùtha aig ìre nas àirde; rothaireachd chleasachail – riatanas lùtha aig ìre nas ìsle.</li> </ul> |
| <p><b>Mì-fheum de Stuthan</b></p> | <p><b>Cleachdadh Stuthan</b></p> <p><b>Roghainnean Fiosraichte</b></p> | <p>Tha mi a' tuigsinn mun bhuaidh a dh'fhaodas a bhith aig diofar stuthan, nam measg tombaca agus deoch-làidir, air a' bhodhaig.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-38a</b></p> <p>Tha fios agam gum faod fasanan, na meadhanan is mo cho-aoisean, còmhla ri mo bheachdan agus mo luachan fhìn, buaidh a thoirt air mo bheachd mu chleachdadh</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toirt eisimpleirean de na dh'fhaodadh tachairt don bhodhaig mar thoradh air smocadh tombaca no ag òl deoch-làidir.</li> <li>• Fiosrachail mun chomhairle a thaobh in-chur a tha molta airson deoch-làidir.</li> <li>• Toirt eisimpleirean de mar a dh'fhaodas comhaoisean, meadhanan agus bruthaidhean eile buaidh a thoirt air co-dhùnaidhean.</li> </ul>  |

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|   | <p><b>Giùlan Cunnartach</b></p> <p><b>Gnìomhadh ann an suidheachaidh mì-shàbhailte.</b></p> | <p>stuthan, agus tha mi ag aithneachadh buaidh seo air mo dhol-a-mach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-39a</b></p> <p>Tha fios agam gum faod deoch-làidir agus drogaichean buaidh a thoirt air comas dhaoine gus co-dhùnaidhean a dhèanamh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-40a</b></p> <p>'S urrainn dhomh na diofar sheòrsaichean cunnairt a chomharrachadh a tha co-cheangailte ri cleachdadh agus ri mì-fheum de raon de stuthan.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-41a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn buaidh mì-fheum stuthan air daoine, an teaghlach is an caraidean.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-43a</b></p> <p>Tha fios agam dè as còir dhomh a dhèanamh gus cuideigin a chuideachadh ann an suidheachadh èiginn.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-42a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh chunnartan co-cheangailte ri cleachdadh stuthan, mar eisimpleir, tuilleadh 's a' chòir stuthan, breithneachadh/ lèirsinn millte.</li> <li>• Comharrachadh buaidh ghiùlanan le cunnart air roghainnean beatha agus dàimhean, mar eisimpleir, dùilean a thaobh obraichean, siubhal cèin cuibhrichte, call cead dràibhidh, teaghlach.</li> <li>• Coileanadh mhodhan ciad chobhair bunasach, mar eisimpleir, sileadh-fala beag agus losgaidhean, suidheachadh ath-shlànachaidh.</li> <li>• Mineachadh mar a chuirear fios air na seirbheisean èiginn iomchaidh, a' toirt seachad làn fhiosrachadh mun tachartas agus àite.</li> </ul> |
| <p><b>Dàimhean, slàinte ghnèitheasach agus pàrantachd</b></p> | <p><b>Dàimhean deimhinneach</b></p>   | <p>Tha mi a' tuigsinn gu bheil raon farsaing de dhiofar sheòrsaichean càirdeis agus dhàimhean ann.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-44a</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh diofar sheòrsaichean de chàirdeasan agus dhàimhean.</li> </ul>  |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p><b>Atharrachaidhean Corporra</b></p> | <p>Tha mi a' comharrachadh agus a' cleachdadh sgilean gus dàimhean a tha ag atharrachadh a làimhseachadh, agus tha mi a' tuigsinn a' bhuidh dheimhinneach a dh'fhaodadh a bhith aig an seo air mo shunnd faireachdainneil.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-45a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn gum faod atharrachaidhean nam bhodhaig buaidh a thoirt air mar a tha mi a' faireachdainn mun dheidhinn fhìn agus air mo dhol-a-mach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-47a</b></p> <p>'S urrainn dhomh innse mu atharrachaidhean corporra is faireachail rè inbhidheachd is tuigsinn carson a tha iad a' tachairt is cho cudromach 's a tha glainnead phearsanta.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-48a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh nan sgilean a dh'fheumar airson dàimhean a tha ag atharrachadh a làimhseachadh, mar eisimpleir, foighidinn, co-fhaireachdainn, dilseachd, coibhneas, fulangas, co-earbsa agus spèis.</li> <li>• Mineachadh buaidh dhàimhean deimhinneach air sunnd faireachdainneil.</li> <li>• Comharrachadh nithean deimhinneach mun iomhaigh bodhaig agus mun choltas agam fhìn.</li> <li>• Comharrachadh ro-innleachdan gus faireachdainnean a làimhseachadh, mar eisimpleir, altan socrachaidh, bruidhinn ri neacheigin, gabhail fois.</li> <li>• Cleachdadh briathrachas ceart airson nam pàirtean priobhaideach den bhodhaig uile agus na buill-gineamhainn, mar eisimpleir, cìochan, brillean.</li> <li>• Toirt iomradh air na h-atharrachaidhean corporra agus faireachdainneil aig àm inbhidheachd, a' gabhail a-steach seasamhan-buid, aislingean fliuch, falt-fòid, fèin-bhrodadh, fuil-mhìos, brodagan, luasgaidhean sunnd.</li> </ul> |
|--|---|---|--|

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p><b>Slàinte ghnèitheasach agus gnèitheasachd</b></p> | <p>Tha fios agam gu bheil gach seòrsa droch-dhiol ceàrr, agus tha mi a' leasachadh nan sgilean gus mi fhìn a chumail sàbhailte agus cobhair fhaighinn ma bhios feum agam air.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-49a</b></p> <p>'S urrainn dhomh innse mar tha beatha duine a' tòiseachadh agus mar a tha naoidhean ga bhreith.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-50a</b></p> <p>Is urrainn dhomh iomradh a thoirt air dleastanas pàrant/neach-cùraim agus na sgilean, dealas agus na feartan a dh'fheumas an dleastanas sin.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 2-51a</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taisbeanadh tuigse do dh'iomadachd ann an gnèitheasachd agus aithne gnè.</li> <li>• Toirt iomradh air dòighean cumail slàinteachail aig àm inbhidheachd.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh giùlain droch-dhiolach agus burraidheach, mar eisimpleir, air-loidhne, aghaidh ri aghaidh agus fiosrach mu far am faighear cuideachadh.</li> <li>• Mìneachadh an còraichean agus an dleastanasan fhèin a thaobh droch-dhiol.</li> <li>• Toirt iomradh air bun-bheachd aonta.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toirt iomradh air gineamhainn daonna agus breith, mar eisimpleir, feise, ugh agus sìol, a' breith.</li> <li>• Toirt adhbharan gum faod casg-gineamhainn a chleachdadh, mar eisimpleir, gus bacadh a chur air leatromachd agus gabhaltachd.</li> <li>• Toirt iomradh air cuid de chomharran leatromachd.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toirt iomradh air sgilean agus feartan a dh'fheumar mar phàrant/neach-cùraim, mar eisimpleir, dealas, gràdh, foighidinn, àbhachd.</li> </ul> |
|--|--|---|---|

## Slàinte agus Sunnd Treas Ìre (Foghlam Pearsanta is Sòisealta)

|  |   | Eòlasan agus Builean airson ionnsachadh, teagasg agus measadh a phlanadh  | Slatan-tomhais mar thaic do bhreithneachadh proifeiseanta luchd-cleachdaidh air coileanadh ìre  |
|--|---|---|---|
| Planadh airson roghainnean agus atharrachaidhean | Dùilean agus Àrd-mhiannan<br><br>Buntanas ionnsachaidh ri roghainnean teachdail | Tha mi a' sgrùdadh diofar dhreuchdan/obraichean, dhòighean obrach agus shlighean trèanaidh is ionnsachaidh. Tha mi a' faighinn eòlas a tha gam chuideachadh airson aithneachadh a' bhuntanais aig m' ionnsachadh, mo sgilean agus m' ùidhean ri mo bheatha san àm ri teachd.<br><br><b>HWB 3-20a</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh ùidhean, neartan agus sgilean fhèin agus gan cleachdadh mar thaic do roghainn cuspair.</li> <li>• Làimhseachadh pròifil phearsanta a tha a' toirt fianais air a sgilean fhèin, agus an giùlan a tha a dhìth, a tha a' ceangal ris an t-saoghal obrach.</li> <li>• Rannsachadh raon de chothroman ionnsachaidh agus de shlighean dreuchdail.</li> </ul> |
| Gnìomhachd chorporra agus slàinte                | Biadh, fois agus cadal  | Tha mi a' faighinn tlachd agus a' dèanamh adhartas gach latha le bhith a' gabhail pàirt ann an diofar sheòrsaichean gnìomhachd shunndach a tha mi fhìn air a thaghadh, a' gabhail a-steach spòrs agus chothroman airson ionnsachadh a-muigh a tha rim faighinn aig m' àite ionnsachaidh agus sa choimhearsnachd mun cuairt.<br><br><b>HWB 3-25a</b><br><br>Tha mi air dleastanas spòrs a rannsachadh agus na cothroman a dh'fhaodadh e a thabhann dhomh. Is urrainn dhomh ruighinn air cothroman airson com-pàirteachaidh ann an spòrs agus an leasachadh air mo choileanadh nam àite ionnsachaidh is | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumail suas gnìomhachd chorporra a tha meadhanach sgairteil.</li> <li>• Gabhail chothroman gus leasachadh/coileanadh ann an spòrs agus/no ionnsachadh a-muigh an taobh a-staigh àite ionnsachaidh agus a' choimhearsnachd fharsaing.</li> </ul>  |





|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
|  | <p style="text-align: center;"><b>Giùlan Cunnartach</b></p> | <p>Tha mi a' togail diofar sgilean a chuidicheas mi a' tighinn gu co-dhùnadh mu chleachdadh stuthan. Is urrainn dhomh ro-innleachdan a thaisbeanadh airson roghainnean fiosraichte a dhèanamh gus mo shlàinte agus sunnd a chumail suas agus a leasachadh, agus is urrainn dhomh an cur an sàs ann an suidheachaidhean a dh'fhaodadh a bhith sàraichte no dùbhlach, no an lùib bruthadh bho chomhaoisean.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-40a</b></p> <p>Tha fios agam far am faigh mi fiosrachadh is taic co-cheangailte ri cleachdadh stuthan.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-40b</b></p> <p>An dèidh roghainnean agus builean mo cho-dhùnaidhean a mheasadh, is urrainn dhomh giùlanan agus gnìomhan sàbhailte is mì-shàbhailte a chomharrachadh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-41a</b></p> <p>Tha fios agam gum faod deoch-làidir agus drogaichean buaidh a thoirt air dol-a-mach dhaoine agus air an co-dhùnaidhean a thaobh dhàimhean is slàinte ghnèitheasach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-41b</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh agus taghadh nan sgilean / nam feartan a tha a dhìth airson roghainnean deimhinneach a dhèanamh ann an suidheachaidhean dùbhlach, mar eisimpleir, misneachd, fulangas, dian-bharalachd.</li> <li>• Toirt eisimpleirean de ro-innleachdan cothachaidh deimhinneach ann an dèiligeadh le suidheachaidhean sàrachail agus dùbhlach, mar eisimpleir, coiseachd air falbh, bruidhinn ri caraaid / inbheach, gnìomhachd chorporra.</li> <li>• Fios air mar a gheibhear taic bho sheirbheisean ionadail.</li> <li>• Cothromachadh cunnairt agus comharrachadh giùlanan is gnìomhan a dh'fhaodadh a bhith sàbhailte is mì-shàbhailte.</li> <li>• Mineachadh mar as urrainn do mhì-fheum air stuthan buaidh a thoirt air breithneachadh agus comas air co-dhùnaidhean cudromach a mhilleadh, mar eisimpleir, ionnsaighean gnèitheasach gun iarraidh.</li> </ul> |
|--|---|--|---|

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | <p><b>Gnìomhadh ann an suidheachaidh mì-shàbhailte.</b></p> | <p>Tha fios agam dè as còir dhomh a dhèanamh airson dèiligeadh ri tachartasan agus ri suidheachaidhean èiginn co-cheangailte ri mì-fheum stuthan.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-42a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn a' bhuidh a dh'fhaodas a bhith aig mì-fheum leantainneach de stuthan air slàinte dhaoine, roghainnean agus taghaidhean beatha theachdail.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-43a</b></p> <p>Tro rannsachadh air mì-fheum de stuthan sa choimhearsnachd ionadail agam, is urrainn dhomh meòrachadh air cùisean sònraichte agus deasbad mar a thathar a' dèiligeadh leotha.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-43b</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fios air gnìomhan a ghabhar ann an suidheachadh èiginn co-cheangailte ri mì-fheum air stuthan.</li> <li>• Comharrachadh buaidh a dh'fhaodadh a bhith aig mì-fheum air stuthan gearr-amail is fad-amail.</li> <li>• Comharrachadh chùisean a thaobh mì-fheum ionadail air stuthan agus mar a thathar a' dèiligeadh leotha.</li> </ul>   |
| <p><b>Dàimhean, slàinte ghnèitheasach agus pàrantachd</b></p> | <p><b>Dàimhean deimhinneach</b></p>                         | <p>Tha mi a' tuigsinn cho cudromach 's a tha e a bhith a' faighinn spèis agus a' toirt spèis do dhaoine tro dhàimhean, agus 's urrainn dhomh innse carson.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-44a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn agus is urrainn dhomh a mhìneachadh cudromachd agus an fheum air dealas, earbsa agus spèis ann an dàimhean gràdhach agus gnèitheasach. Tha mi a' tuigsinn nan diofar cho-theacsan co-cheangailte ri dàimhean mar sin, nam measg pòsadh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-44c</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mìneachadh carson a tha dealas, earbsa agus spèis aig teis meadhain a bhith fo chùram agus a' toirt cùram do chàch.</li> <li>• Taisbeanadh spèis agus tuigse de iomadachd dhàimhean gràdhach agus gnèitheasach, mar eisimpleir, dàimhean LGBTI, pòsadh, a' fuireach còmhla, co-phàrantachd.</li> <li>• Mìneachadh a' bhuidh a dh'fhaodas a bhith aig mì-chothromachd cumhachd air dàimhean, a' gabhail a-steach dhàimhean</li> </ul> |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p><b>Atharrachaidhean Corporra</b></p><br><p><b>Slàinte ghnèitheasach agus gnèitheasachd</b></p> | <p>Tha mi a' tuigsinn gum faod cumhachd a bhith an taobh a-staigh dhàimhean agus gum faod sin a bhith air a chleachdadh ann an dòigh mhath cho math ri dòigh dhona.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-45a</b></p><br><p>Tha mi a' tuigsinn mar a tha mo bhodhaig eadar-dhealaichte, agus mar a tha mo ghnèitheasachd agus gnèitheasachd dhaoine eile a' tighinn air adhart.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-47a</b></p><br><p>Tha fios agam gum faod cultar cumanta an latha an-diugh, na meadhanan agus beachdan mo cho-aisean buaidh a thoirt air mar a tha mi a' faireachdainn mum dheidhinn fhìn agus a' bhuidh a dh'fhaodas a bhith aig seo air mo dhol-a-mach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB3-46b</b></p><br><p>Tha mi a' leasachadh sgilean airson tighinn gu co-dhùnaidhean mu na dàimhean agam agus mo ghiùlan gnèitheasach. Is urrainn dhomh iad sin a chur an sàs ann an suidheachaidhean a dh'fhaodadh a bhith dùbhlach no duilich.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-46c</b></p><br><p>Tha mi a' beachdachadh air mar a bheir mo bheachdan, chreideasan, luachan is moraltachd buaidh air mo cho-dhùnaidhean</p> | <p>gnèitheasach, mar eisimpleir, aonta, ceannsachadh, uallach airson gnìomhan agus co-dhùnaidhean.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toirt iomradh air mar a dh'fhaodas faireachdainnean àicheil is deimhinneach mu ìomhaigh bodhaig buaidh a thoirt air slàinte, fèin-luach agus giùlan, mar eisimpleir, misneachd, fèin-dhochann, mì-rian ithe.</li> <li>• Aithneachadh buaidh inbhidheachd agus leasachadh gnèitheasachd.</li> <br/> <li>• Comharrachadh agus mìneachadh buaidh nam meadhanan, a' gabhail a-steach meadhanan sòisealta agus drùiseantachd air fèin-luach agus comas tighinn gu co-dhùnaidhean.</li> <br/> <li>• Taisbeanadh nan sgilean a tha a dhith gus ìomhaighean gnàth-ìomhaigheach anns na meadhanan a dhùbhlachadh, a' gabhail a-steach na meadhanan sòisealta, mar eisimpleir, misneachd, breithneachadh.</li> </ul> |
|--|---|---|--|

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  | <p>mu chàirdeas, dhàimhean is dhol-a-mach ghnèitheasach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-46a</b></p> <p>A' cleachdadh na dh'ionnsaich mi, 's urrainn dhomh co-dhùnaidhean is roghainnean fiosraichte a dhèanamh a tha ag adhartachadh is a' dìon mo shlàinte is mo shunnd ghnèitheasach fhìn agus dhaoine eile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-47b</b></p> <p>Tha fios agam mar a làimhsicheas mi suidheachaidhean a thaobh mo shlàinte agus mo shunnd ghnèitheasach agus tha mi ag ionnsachadh tuigse de ghiùlan ghnèitheasach iomchaidh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-49a</b></p> <p>Tha fios agam mar a gheibh mi seirbheisean, fiosrachadh agus taic ma bhios mo shlàinte agus mo shunnd ghnèitheasach ann an cunnart. Tha mi mothachail air mo chòraichean a thaobh slàinte ghnèitheasach, a' gabhail a-steach mo chòir air dìomhaireachd, agus air mo dhleastanasan, a' gabhail a-steach dhleastanasan fon lagh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-48a</b></p> <p>Tha fios agam far am faigh mi taic agus cuideachadh le suidheachaidhean sa bheil</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comharrachadh agus taisbeanadh nan sgilean a tha a dhìth airson roghainnean deimhinneach a dhèanamh ann an suidheachaidhean dùbhlanaich, mar eisimpleir, dian-bharalachd, co-fhaireachdainn.</li> <li>• Comharrachadh sgilean barganachaidh a tha a dhìth airson feise shàbhailte is thlachdmhor, mar eisimpleir, fios air cuin a tha an t-àm ceart, uallach aig càch a chèile air leatromachd gun iarraidh a chasg, cleachdadh casg-gin, misneachd beantainn ghnèitheasach gun iarraidh a dhiùltadh.</li> <li>• Fios air mar a gheibhear fiosrachadh dìomhair, stiùireadh agus cuideachadh.</li> <li>• Toirt eisimpleirean de laghan a thaobh slàinte ghnèitheasach, mar eisimpleir, aois aonta, còir air dìomhaireachd, aonta, ceannsachadh, grumadh.</li> <li>• Comharrachadh dè nì mi ann an suidheachadh sa bheil droch-dhìol no giùlan ghnèitheasach mì-iomchaidh, mar eisimpleir, cur crìoch air dàimhean mì-fhallain, taic ionadail, na poilis.</li> </ul> |
|--|--|--|---|

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p><b>Dleastanas pàrant/neach-cùraim</b></p> | <p>droch-dhìol agus tha mi a' tuigsinn gu bheil laghan ann a tha gam dhìon bho dhiofar sheòrsaichean droch-dhìol.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB3-49b</b></p> <p>Is urrainn dhomh mìneachadh a dhèanamh air cudromachd agus air an dleastanas maireann is toinnte a bhith nad phàrant/neach-cùraim, agus a' bhuidh air taghaidhean beatha is roghainnean.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-51a</b></p> <p>'S urrainn dhomh mìneachadh an taic agus an cùram a tha riatanach gus dèanamh cinnteach gu bheil pàiste air àrach tro na diofar ìrean de leanabachd.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 3-51b</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mìneachadh buaidh geàrr-amail is fad-amail phàrantas, mar eisimpleir, toileachas, dealas, buadhan ionmhasail, ionnaidh, iarrtasan corporra.</li> <li>• Mìneachadh brìgh agus cudromachd beathachaidh ann an leasachadh pàiste.</li> <li>• Comharrachadh taic ionadail a tha ri fhaotainn le pàrantan agus luchd-cùraim.</li> </ul> |
|--|--|---|---|

### Slàinte agus Sunnd Ceathramh Ìre (Foghlam Pearsanta is Sòisealta)

|  |   | Eòlasan agus Builean airson ionnsachadh, teagasg agus measadh a phlanadh   | Slatan-tomhais mar thaic do bhreithneachadh proifeiseanta luchd-cleachdaidh air coileanadh ìre  |
|--|---|--|---|
| Planadh airson roghainnean agus atharrachaidhean | Dùilean agus Àrd-mhiannan<br><br>Buntanas ionnsachaidh ri roghainnean teachdail | Tha mi a' sgrùdadh diofar dhreuchdan/obraichean, dhòighean obrach agus shlighean trèanaidh is ionnsachaidh. Tha mi a' faighinn eòlas a tha gam chuideachadh airson aithneachadh a' bhuntanais aig m' ionnsachadh, mo sgilean agus m' ùidhean ri mo bheatha san àm ri teachd.<br><br><b>HWB 4-20a</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luachadh agus toirt fianais air ùidhean, neartan agus sgilean fhèin agus gan cleachdadh gus roghainnean cuspaireil fiosraichte a dhèanamh.</li> <li>• Taobhadh pròifil pearsanta mar thaic do stiùireadh air CVan agus tagraidhean san àm ri teachd.</li> <li>• Dèanamh roghainnean air an deagh fhiosrachadh mu chothroman ionnsachaidh is shlighean agus a' co-cheangal iad sin ri comas air dreuchdan san àm ri teachd.</li> </ul>                          |
| Gnìomhachd chorporra agus slàinte                | Biadh, fois agus cadal  | Tha mi a' cumail orm a' faighinn tlachd à bhith a' gabhail pàirt gach latha ann an gnìomhachd chorporra agus spòrs, a tha meadhanach no air leth sunndach, agus tha mi comasach air tuigse a nochdadh gun urrainn dha: <ul style="list-style-type: none"> <li>• cur ri m' ionnsachadh agus adhartachadh</li> <li>• m' fhallaineachd agus mo shunnd corporra is inntinneil a leasachadh</li> <li>• mo sgilean sòisealta, seasamhan deimhinneach agus luachan a leasachadh</li> <li>• cur gu cudromach ri bhith a' cumail ri dòigh-beatha fhallain.</li> </ul> <b>HWB 4-25a</b> <p>'S urrainn dhomh an t-àite aig spòrs ann an</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumail suas gnìomhachd chorporra meadhanach sgairteil.</li> <li>• Leudachadh chothroman gus leasachadh/coileanadh ann an gnìomhadh spòrs agus/no ionnsachadh a-muigh, an taobh a-staigh àite ionnsachaidh agus coimhearsnachd.</li> <li>• Luachadh mar a tha gnìomhachd chorporra a' toirt buaidh air sunnd inntinneil, faireachdainneil, sòisealta is corporra.</li> <li>• Mìneachadh an àite aig spòrs ann an dualchas cultarach, mar eisimpleir,</li> </ul> |

|                                   |                                  |  |   |
|-----------------------------------|----------------------------------|--|---|
|                                   |                                  | <p>dualchas cultarach a mhineachadh agus tha mi air rannsachadh nan cothroman a tha fosgailte dhomh gus pàirt a ghabhail ann an spòrs sgoile agus tachartasan spòrs eile. Bidh mi a' dèanamh feum de shlighean gu com-pàirteachadh is coileanadh a leigeas leam m' eòlas air spòrs a chumail a' dol agus a leudachadh nam àite ionnsachaidh agus air an taobh a-muigh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-26a</b></p> <p>Rannsaich mi na rudan aig am faod buaidh a bhith air gabhail pàirt ann an gnìomhachd chorporra agus roghainnean bìdh, agus air a' bhuidhe aig gnìomhachd air slàinte an t-sluaigh ann an Alba agus an taobh a-muigh. Cleachdaidh mi am fiosrachadh seo airson bruidhinn air poileasaidh agus mo chuideachadh le roghainnean slàinte.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-28a</b></p> | <p>iomain, rugbaidh, croladh.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luachadh a dhòigh-beatha fhèin a thaobh cothromachd cadail, fois agus gnìomhachd chorporra agus a' bhuidhe a dh'fhaodadh a bhith aig an seo air slàinte.</li> <li>• Mìneachadh fheartan a bheir buaidh air com-pàirteachadh ann an gnìomhachd chorporra agus roghainnean bìdh, mar eisimpleir, sòisio-eaconamach, meadhanan, bruthadh chomhaoisean.</li> <li>• Dèanamh anailis air stiùireadh is poileasaidh nàiseanta làithreach agus a' mìneachadh am buaidh air roghainnean slàinte fhèin, mar eisimpleir, in-chur siùcair, targaidean gnìomhachd chorporra.</li> </ul> |
| <p><b>Mì-fheum de Stuthan</b></p> | <p><b>Cleachdadh Stuthan</b></p> | <p>Tha mi a' tuigsinn nam buadhan deimhinneach a dh'fhaodadh a bhith aig cuid de stuthan air an inntinn is bodhaig ach tha mi mothachail cuideachd do bhuilean àicheil is trom-chuiseach, inntinneil, faireachdainneil, sòisealta agus laghail de mì-fheum air stuthan.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-38a</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fìreanachadh nam buannachdan cunnairt de stuthan ann an cur taic ri slàinte, mar eisimpleir, ìocshlaintean hoimiopaiteach.</li> <li>• Mìneachadh a' bhuidhe a dh'fhaodadh a bhith aig cleachdadh air stuth gearr is fad-amail air slàinte agus beatha, a' gabhail a-steach buadhan laghail.</li> </ul>   |



|  |                                       |   |  |
|--|---------------------------------------|---|--|
|  | <p><b>Roghainnean Fiosraichte</b></p> | <p>Tro rannsachadh, is urrainn dhomh innse mar a bheir ìomhaighean de mhì-fheum air stuthan buaidh air daoine.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-39a</b></p> <p>Tha mi a' togail diofar sgilean a chuidicheas mi a' tighinn gu co-dhùnadh mu chleachdadh stuthan. Is urrainn dhomh ro-innleachdan a thaisbeanadh airson roghainnean fiosraichte a dhèanamh gus mo shlàinte is sunnd a chumail suas agus a leasachadh, agus iad sin a chur an sàs ann an suidheachaidhean a dh'fhaodadh a bhith sàrachail no dùbhlach, no sa bheil bruthadh chomhaoisean.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-40a</b></p> <p>Tha fios agam far am faigh mi fiosrachadh is taic co-cheangailte ri cleachdadh stuthan.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-40b</b></p> <p>An dèidh measadh roghainnean agus buaidh mo cho-dhùnidhean, 's urrainn dhomh dol-a-mach agus gnìomhan sàbhailte agus mì-shàbhailte aithneachadh o chèile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-41a</b></p> <p>Tha fios agam gum faod deoch-làidir agus drogaichean buaidh a thoirt air dol-a-mach dhaoine agus air an co-dhùnidhean a thaobh dhàimhean is slàinte ghnèitheasach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-41b</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luachadh buadh nam meadhanan agus bruthadh chomhaoisean air seasamhan is giùlan fhèin.</li> <li>• Taisbeanadh nan sgilean/nam feartan a tha a dhìth airson suidheachaidhean dùbhlach a làimhseachadh, mar eisimpleir, fèin-earbsa, fèin-èifeachdas, dian-bharalachd.</li> <li>• Mineachadh nam buannachdan ann an ro-innleachdan/altan cothachaidh a thaobh dèiligeadh le suidheachaidhean sàrachail is dùbhlach.</li> <li>• Fios air mar a gheibhear cothrom air seirbheisean taic ionadail is nàiseanta.</li> <li>• Taisbeanadh nan sgilean/nam feartan a tha a dhìth gus cunnart a mheasadh agus a làimhseachadh, mar eisimpleir, fèin-mhothachadh, fèin-mhisneachd, stòldachd.</li> <li>•</li> <li>• Mineachadh buaidh agus buil a</li> </ul> |
|--|---------------------------------------|---|--|

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|   | <p><b>Gnìomhadh ann an suidheachaidh mì-shàbhailte.</b></p> | <p>Tha fios agam dè as còir dhomh a dhèanamh airson dèiligeadh ri tachartasan agus ri suidheachaidhean èiginn co-cheangailte ri mì-fheum stuthan.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-42a</b></p> <p>Le bhith a' rannsachadh buaidh mì-fheum de stuthan gu nàiseanta agus gu h-eadar-nàiseanta, is urrainn dhomh coltachdan is diofaran am measg choimhearsnachdan, a mhìneachadh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-43b</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn buaidh mì-fheum stuthan gu h-ionadail, nàiseanta is eadar-nàiseanta.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-43c</b></p> | <p>dh'fhaodadh a bhith aig mì-fheum de stuthan air dèanamh cho-dhùnaidhean, mar eisimpleir, òl agus dràibheadh, feise neo-aontaichte.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fireanachadh ghnìomhan a dh'fhaodadh a bhith air an gabhail ann an èiginn a thaobh mì-fheum air stuthan.</li> <li>• Coimeasadh staitistigean làithreach nàiseanta is eadar-nàiseanta a thaobh buaidh mì-fheum air stuthan.</li> </ul> |
| <p><b>Dàimhean, slàinte ghnèitheasach agus pàrantachd</b></p> | <p><b>Dàimhean deimhinneach</b></p>                         | <p>Tha mi a' tuigsinn cho cudromach 's a tha e a bhith a' faighinn spèis agus a' toirt spèis do dhaoine tro dhàimhean, agus 's urrainn dhomh innse carson.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-44a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn cudromachd agus feum air dealas, earbsa agus spèis ann an dàimhean gràdhach agus gnèitheasach. Tha mi</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fireanachadh carson a tha dealas, earbsa agus spèis aig teis meadhain a bhith fo chùram agus cùram do chàch.</li> <li>• Mìneachadh cudromachd luachan is amasan co-roinnte ann an cumail suas dhàimhean gràdhach agus gnèitheasach, mar eisimpleir, spèis do chàch a chèile,</li> </ul>   |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p style="text-align: center;"><b>Atharrachaidhean<br/>Corporra</b></p> | <p>a' tuigsinn nan diofar cho-theacsan co-cheangailte ri dàimhean mar sin, nam measg pòsadh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-44c</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn gum faod cumhachd a bhith an taobh a-staigh dhàimhean agus a bhith air a chleachdadh gu deimhinneach cho math ri àicheil.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-45a</b></p> <p>Tha mi a' tuigsinn mar a tha mo bhodhaig eadar-dhealaichte, agus mar a tha mo ghnèitheasachd agus gnèitheasachd dhaoine eile a' tighinn air adhart.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-47a</b></p> <p>Tha fios agam gum faod cultar cumanta an latha an-diugh, na meadhanan agus beachdan mo cho-aoisean buaidh a thoirt air mar a tha mi a' faireachdainn mum dheidhinn fhìn agus a' bhuaidh a dh'fhaodas a bhith aig seo air mo dhol-a-mach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-46b</b></p> | <p>aonta mu fheise.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dèanamh sgaradh eadar cothromachd cumhachd agus droch-dhiol ann an dàimhean, mar eisimpleir, spèis, earbsa, ceannsachadh, aonta.</li> <li>• Tuigsinn agus toirt spèis do dh'iomadachd ann an gnèitheasachd, mar eisimpleir, aomadh gnèitheasach agus dearbh-aithne gnè.</li> <li>• Mìneachadh mar a dh'fhaodas ìomhaigh bodhaig deimhinneach is àicheil buaidh a thoirt air slàinte, fèin-luach agus giùlan, mar eisimpleir, fèin-earbsa, dùilean ghnìomhachasan maise, leasachadh bodhaig.</li> <li>• Luachadh mar a tha na meadhanan, a' gabhail a-steach meadhanan sòisealta agus drùiseantachd, a' toirt buaidh air slàinte chorporra is inntinneil.</li> </ul> |
|--|---|---|--|

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | <p><b>Slàinte ghnèitheasach agus gnèitheasachd</b></p> | <p>Tha mi a' leasachadh sgilean airson co-dhùnaidhean a dhèanamh mu na dàimhean agam agus mo ghiùlan gnèitheasach. Is urrainn dhomh iad sin a chur an sàs ann an suidheachaidhean a dh'fhaodadh a bhith dùbhlach no duilich.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-46c</b></p> <p>Tha mi a' beachdachadh air mar a bheir mo bheachdan, chreideasan, luachan is moraltachd buaidh air mo cho-dhùnaidhean mu chàirdeas, dhàimhean is dhol-a-mach ghnèitheasach.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-46a</b></p> <p>A' cleachdadh na dh'ionnsaich mi, 's urrainn dhomh co-dhùnaidhean is roghainnean fiosraichte a dhèanamh a tha ag adhartachadh is a' dìon mo shlàinte is mo shunnd ghnèitheasach fhìn agus dhaoine eile.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-47b</b></p> <p>Tha fios agam mar a làimhsicheas mi suidheachaidhean a thaobh mo shlàinte 's mo shunnd gnèitheasaich agus tha mi ag ionnsachadh a bhith a' tuigsinn dè th' ann an giùlan gnèitheasach iomchaidh.</p> <p style="text-align: right;"><b>HWB 4-49a</b></p> <p>Tha fios agam mar a gheibh mi seirbheisean, fiosrachadh agus taic ma bhios mo shlàinte agus mo shunnd ghnèitheasach ann an cunnart. Tha mi mothachail air mo chòraichean a thaobh slàinte ghnèitheasach,</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taisbeanadh nan sgilean a tha a dhìth airson suidheachaidhean dùbhlach a làimhseachadh taobh a-staigh dhàimhean, a' gabhail a-steach dhàimhean gnèitheasach, mar eisimpleir, co-rèiteachadh, co-fhaireachdainn, dearbhachd.</li> <br/> <li>• Tuigsinn chòraichean is dhleastanasan a tha a dhìth airson feise shàbhailte is thlachdmhor.</li> <br/> <li>• Mineachadh mar a gheibhear cothrom air fiosrachadh, stiùireadh agus cuideachadh</li> </ul> |
|--|--|--|---|

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | <p><b>Dleastanas pàrant/neach-cùraim</b></p> | <p>a' gabhail a-steach mo chòir air dìomhaireachd, agus air mo dhleastanasan, a' gabhail a-steach dhleastanasan fon lagh.<br/><b>HWB 4-48a</b></p> <p>Tha fios agam far am faighear taic agus cuideachadh le suidheachaidhean sa bheil droch-dhìol, agus tha mi a' tuigsinn gu bheil laghan ann a tha gam dhion bho dhiofar sheòrsaichean droch-dhìol.<br/><b>HWB 4-49b</b></p> <p>'S urrainn dhomh mìneachadh cho cudromach 's a tha a bhith nad phàrant no nad neach-cùraim, an dleastanas iomadh-fhillte agus maireannach a tha na chois agus a bhuaidh air roghainnean is taghaidhean beatha.<br/><b>HWB 4-51a</b></p> <p>Tro rannsachadh, 's urrainn dhomh mìneachadh an taic a tha ri fhaotainn le pàrantan agus luchd-cùraim a tha a' coimhead às dèidh leanaban agus a' togail chloinne.<br/><b>HWB 4-51b</b></p> | <p>gu h-ionadail agus gu nàiseanta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taisbeanadh tuigse don taic a tha ri fhaotainn agus do reachdas làithreach a tha co-cheangailte ri raon de sheòrsaichean droch-dhìol, mar eisimpleir, milleadh buill-ghineamhainn nam ban, droch-dhìol san dachaigh, grumadh, gabhail brath gnèitheasach air clann.</li> <li>• Mìneachadh mar a gheibhear cothrom air taic do phàrantan agus luchd-cùraim.</li> </ul> |
|--|--|---|--|