

# Stòras curraicealaim an t-Seòmar-clas thruacanta agus co-cheangailte



# Clàr-innse

<b>Stiùireadh Tòiseachaidh</b>	<b>4</b>
Ro-ràdh	5
Clàr 1 Tar-shealladh air tèaman	16
Clàr 2 Ceanglaichean ris a' Churraicealam airson Sàr-mhathais, Ga fhaighinn Ceart do gach Leanabh (GIRFEC) is UNCRC	18
Clàr 3 Mìneachadh air cruth nan seiseanan	22

<b>Tèama 1: Mo chòraichean</b>	<b>23</b>
Tar-shealladh	24
Seisean 1: Ar seòmar-clas truacanta agus co-cheangailte	25
Seisean 2: Na bhios gar piobrachadh	28
LR 1.2 Cuibhle sunnd: ga fhaighinn ceart do gach leanabh	31
Seisean 3: Sàbhailte agus air do dhìon – miannan, feumalachdan agus còraichean	32
LR 1.3 Taisbeanadh PowerPoint miannan, fheumalachdan agus chòraichean	35
Seisean 4: UNCRC agus mar a cheanglas e ri truacantas is co-cheangalachd	41
FR 1.4 UNCRC: Fiosrachadh do luchd-comasachaidh	44
LR 1.4 Cairtean air Altan Buntainneach do Chlann	59

<b>Tèama 2: Mise is mo bheatha</b>	<b>63</b>
Tar-shealladh	64
Seisean 1: Theirig thairis air an Loidhne – dèanamh ceangal ri daoine eile	65
FR 2.1 Notaichean theirig thairis air an loidhne	68
Seisean 2: Tha thu a' smaoinichadh gu bheil thu eòlach orm	69
FR 2.2 Anthony Joshua	71
FR 2.2a Malala Yousafzai	73
Seisean 3: Bheir na thachras dhuinn buaidh oirnn	75
FR 2.3 Sgrùdadh cùise: Jack	78
LR 2.3 Cairtean eòlasan	80
Seisean 4: Atharrachaidhean	81
LR 2.4 Cairtean atharrachaidhean	82



<b>Tèama 3: Mo dhàimhean – a’ leasachadh co-fhaireachdainn, truacantas agus fulangas</b>	<b>83</b>
Tar-shealladh	84
Seisean 1: Dè th’ ann an co-fhaireachdainn?	86
LR 3.1b Stiùireadh air 5 ceuman a dh’ionnsaigh sealltainn co-fhaireachdainn	89
LR 3.1c Cairtean air suidheachaidhean co-fhaireachdainn	90
Seisean 2: Co-fhaireachdainn ag obair	98
Seisean 3: Na daoine nam bheatha	101
Seisean 4: Tha dàimhean taiceil math dhuinn	104
LR 3.4 Cairtean air suidheachaidhean duilich	107

<b>Tèama 4: Mar a bhios mi a’ smaoinichadh, a’ faireachdainn agus gam ghiùlan fhèin</b>	<b>108</b>
Tar-shealladh	109
Seisean 1: A’ feitheamh	110
LR 4.1a Sgèile freagairt	113
LR 4.1b Duilleag oir-tharraing bodhaige	114
Seisean 2: Iomagain, dragh agus uallach – ciamar a tha sinn a’ dèiligeadh riutha?	115
FR 4.2 A’ freagairt ri uallach agus dùbhlain – eisimpleirean	118
LR 4.2a Duilleag freagairt ri uallach agus dùbhlain	120
LR 4.2b Cairtean suidheachaidhean uallaich is dùbhlain	121
Seisean 3: Air cùl na h-aghaidh-chomhaich	122
Seisean 4: Dol air bhoil	125
LR 4.4b Cairtean aithris ‘feumaidh mi’	128

<b>Tèama 5: A’ leasachadh ar tapachd còmhla</b>	<b>129</b>
Tar-shealladh	130
Seisean 1: Dè tha ag obair dhòmhsa	132
LR 5.1 Duilleag dè tha ag obair dhòmhsa?	135
Seisean 2: Mo chairt dèiligidh	136
Seisean 3: A bhith aigheach, a bhith dòchasach, togail tapachd	139
Seisean 4: Ar seòmar-clas truacanta agus co-cheangailte	142

<b>Stòrasan a bharrachd</b>	<b>145</b>
AR 1 – Taisbeanadh Tòiseachaidh	146
AR 2 – Bileag phàrantan	176
AR 3 – Fiosrachadh a bharrachd do phàrantan	180
AR 4 – Duilleag foirm dealbhaidh tidseir	182
AR 5 – Foirm meòrachaidh cloinne	183
AR 6 – Tomhasan ro agus às dèidh measaidh	184
• Bun-thomhas sgilean, eòlas is misneachd cloinne	184
• Bun-thomhas sgilean, eòlas is misneachd luchd-obrach	185
AR 7 – Leabhar-aithris Pearsanta	187
AR 8 – Measadh fhaireachdainnean	200
AR 9 – A' leigeil anail	204
AR 10 – Èisteachd ri agus freagairt do chloinn	211
AR 11 – Faclair	214





# Stiùireadh Tòiseachaidh



## Ro-ràdh

Tha an Seòmar-clas Truacanta agus Co-cheangailte na ghoireas curraicealaim Slàinte is Sunnd a tha a' toirt taic do libhrigeadh Dleastanas nan Uile taobh a-staigh a' Churraicealaim airson Sàr-mhathais. Tha e na phàirt de shreath ghoireasan nas fharsainge leis an ainm Seòmar-clas agus Coimhearsnachd Thruacanta agus Co-cheangailte a tha na stòras curraicealaim agus ionnsachadh proifeiseanta. Tha an t-sreath stòrasan seo ag amas air aire a thogail mun bhuidhe a dh'fhaodadh a bhith aig cruaidh-chàs agus èiginn air builean do chlann is daoine òga agus a' toirt seachad taic gus buaidh nan eòlasan sin a lùghdachadh.

Tha an stòras curraicealaim air a dhealbhadh gus taic shònraichte a thoirt do shunnd inntinn cloinne ann an ceann shuas na bun-sgoile agus gus misneachd thidsearan a thogail ann a bhith a' rannsachadh nan cùisean sin le clann.

Tha e ag amas air:

- Clann a chuideachadh gus tuigsinn gum faod cruaidh-chàs is èiginn tachairt do dhuine sam bith.
- Clann a chuideachadh gus tuigsinn na buaidh a dh'fhaodadh cruaidh-chàs is èiginn a thoirt air an sunnd.
- Aithneachadh cho cudromach 's a tha dàimhean taiceil, altramach ann a bhith a' dìon clann bho bhuidhe cruaidh-chàs is èiginn.
- Clann a chuideachadh gus truacantas, co-fhaireachdainn agus fulangas a leasachadh nan dàimhean le daoine eile.
- Ro-innleachdan is sgilean a thoirt do chlann gus an cuideachadh a' dèiligeadh ri dùbhlain agus a' leasachadh tapachd.
- Clann a chuideachadh gus tuigsinn gu bheil còir aca air dìon is taic bho na h-inbhich nam beatha.



Tha àite an tidseir agus inbhich earbsach eile ann a bhith a' cruthachadh feallsanachd aigheach is cultar spèis sa chlas aig cridhe buileachadh soirbheachail a' ghoireis seo. Tha neart nan dàimhean eadar inbhich is clann agus deòin an tidseir pàirt a ghabhail ann an còmhraidh, gun breithneachadh agus le co-fhaireachdainn is truacantas, air leth cudromach ma tha buaidh adhartach dol a bhith aig an stòras seo.

Dh'fhaodte gum bi clann a dh'fhuiling èiginn aindeonach bruidhinn ma dheidhinn ri daoine eile agus feumar seo aithneachadh, a thuigsinn agus urram a thoirt dha. Tha an stòras seo airson taic a thoirt do shunnd inntinn a h-uile leanabh ach is dòcha gum bi e air leth buntainneach do chlann ann an cruaidh-chàs.

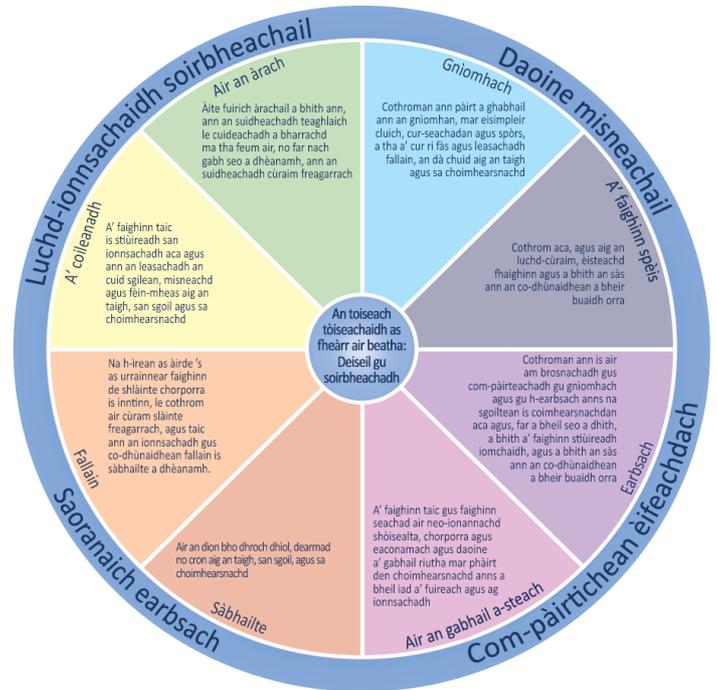


## Feallsanachd

Tha fòcas soilleir aig foghlam na h-Alba air sunnd agus dòighean-obrach stèidhichte air dàimhean gus taic a thoirt do chloinn is dhaoine òga, a tha a rèir Cùmhnant nan Dùthchannan Aonaichte air Còraichean Cloinne (UNCRC). Tha tuigse air mar a tha eòlas tràth a' toirt buaidh air leasachadh sòisealta agus faireachdainn cloinne agus dhaoine òga agus air a' bhuidh làidir a tha aig dàimhean air builean nas fhaide air adhart na bhunait airson mòran de phoileasaidh na h-Alba. Tha [Ga fhaighinn Ceart don h-uile Leanabh](#) (GIRFEC) a' tuigsinn gu bheil eòlasan eadar-dhealaichte aig clann is daoine òga nam beatha, ach gu bheil còir aig gach leanabh is duine òg a bhith an dùil gun leig inbhich leotha fàs agus leasachadh agus an làn chomasan a ruighinn. Tha seo a-nis air a ghabhail a-steach ann an reachdas anns an [Achd Cloinne is Dhaoine Òga \(Alba\) \(2014\)](#).

Chaidh an teachdaireachd seo a dhaingneachadh leis an ùidh o chionn ghoirid ann an Droch Eòlasan Cloinne (*Adverse Childhood Experience ACE*) a tha a' soilleireachadh na buaidh a dh'fhaodadh a bhith aig cruaidh-chàs air toraidhean slàinte is sòisealta fad-ùine. (Felliti et al, 1998; Bellis et al, 2014; Bellis et al, 2015) Tha sgrùdaidhean ACE air sealltainn gu bheil ACE cumanta air feadh an t-sluaigh agus gu bheil cunnart nas motha ann a bhith a fulang ACE ma tha thu a' fuireach ann an sgìre fìor bhoichd. A bharrachd air sin, tha rannsachadh o chionn ghoirid air nochdadh gu robh àireamh mòran nas àirde de ACE aig daoine òga a thàinig an lùib an t-siostam ceartas òigridh (Cesaroni, 2017).

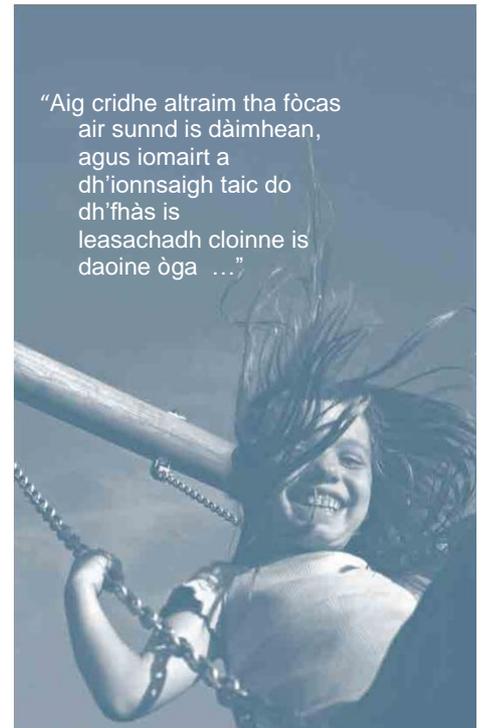
Tha rannsachadh air dearbhadh gu bheil grunn nithean ann a chuidicheas le bhith a' lasachadh droch bhuidh cruaidh-chàs agus èiginn. Tha iad sin a' toirt a-steach barrachd tuigse a bhith aig luchd-obrach air an raon seo agus brosnachadh dhàimhean taiceil a dh'fhaodadh dìon an aghaidh na droch bhuidh a dh'fhaodas uallach tràth nam beatha a thoirt air leasachadh cloinne. (Bellis, 2018; Bergin agus Bergin, 2009, Okonofua et al, 2016, Harvard centre of the developing child, 2015). A chionn gu bheil mòran den chruaidh-chàs agus èiginn tràth a bhios clann is daoine òga a' fulang a' tachairt ann an co-theacs dhàimhean, tha e deatamach gun tog luchd-obrach ann an sgoiltean dàimhean earbsach gus dèanamh cinnteach gu faigh clann an taic a dh'fheumas iad gus fàs agus leasachadh. Tha altram tar-sgoile mar a tha air a mhìneachadh ann an ['A' cur altram an sàs mar dhòigh-obrach tar-sgoile](#) (Foghlam Alba, 2017) na eisimpleir de dhòigh-obrach stèidhichte air dàimhean



a tha cumanta air feadh sgoiltean na h-Alba. Faodaidh an dòigh seo taic a dà chuid uile-choitcheann agus cuimsichte a thabhan do chlann a tha air cruaidh-chàs is èiginn fhulang. Tha dòigh-obrach altraim gu mòr stèidhichte air teòraidh [ceangalachd](#) agus tuigse air buaidh cruaidh-chàs tràth. Thathar air sealltainn gu bheil dòighean-obrach tar-sgoile a' toirt buaidh nas motha air sunnd agus slàinte inntinn ann an sgoiltean gu sònraichte nuair a tha frèam poileasaidh comasachaidh agus taiceil ann agus nuair a tha ionnsachadh proifeiseanta air a thoirt don luchd-obrach air fad (Weare, 2015).

Tha barrachd fianais ann cuideachd mu cho cudromach 's a tha e àrainneachd shàbhailte far a bheileas fiosraichte mu cruaidh-chàs a thoirt do chlann is dhaoine òga, agus taic a thoirt do leasachadh sgilean sòisealta is faireachdainn. Thathas air faighinn a-mach gu bheil fèin-riaghladh gu sònraichte deatamach airson soirbheachadh sgoile agus gu bheil e a' ro-innse thoraidhean acadaimigeach a bharrachd air toraidhean nas fhaide air adhart sa bheatha (Durlak, 2011, Diamond, 2013, Feinstein, 2015). A bharrachd air sin, faodaidh leasachadh tapachd ann an clann agus daoine òga agus togail choimhearsnachdan làidir agus tapaidh timcheall air clann is daoine òga cuideachadh le bhith a' lasachadh droch bhuaidh eòlasan beatha tràtha. (Hughes et al, 2018)

Bidh dòighean-obrach stèidhichte air dàimh a' toirt taic do phroifeiseantaich tuigsinn gum faod giùlan na cloinne a bhith a' cur an cèill na tha iad a' smaoinichadh agus a' faireachdainn, ach uaireannan nach urrainn dhaibh innse, agus aithneachadh gu bheil na h-eòlasan tràtha aca air buaidh a thoirt air na smuaintean, na faireachdainnean agus a' ghiùlan sin. Faodaidh dòigh-obrach stèidhichte air dàimh cuideachd taic a thoirt do dhaoine ann an coimhearsnachd na sgoile gus co-fhaireachdainn agus truacantas a leasachadh. Mar thoradh air sin, thathas an dòchas gun tèid an stòras curraicealaim seo a libhrigeadh taobh a-staigh dòigh-obrach nas fharsainge stèidhichte air dàimh.



## Barantachadh

Tha tèaman is gnìomhan san stòras seo a dh'fhaodadh buntainn ri cuspairean duilich is pearsanta do chlann is daoine òga. Tha e cudromach gum bi àite sàbhailte ann do chlann san t-seòmar-sgoile far am faod iad bruidhinn. Gus am bi clann a' faireachdainn sàbhailte anns na gnìomhan, bu chòir dèanamh soilleir gum faod iad cur ris na seiseanan anns na dòighean sa bheil iad fhèin cofhurtail, leithid, is dòcha, bruidhinn mu na dh'fhiosraich iad fhèin, cleachdadh eisimpleir gun duine ainmeachadh, an smuaintean a sgrìobhadh sìos, no bruidhinn air na tha a' cur dragh orra taobh a-muigh nan seiseanan.

Bu chòir cuideachd a ràdh gur mathaid nach bi clann airson dad idir innse anns na seiseanan. Bidh cuid de chlann nach eil deiseil, no nach urrainn, an ceum seo a ghabhail agus bu chòir urram a thoirt dhaibh. Chan eileas idir a' sùileachadh gun innse clann fiosrachadh pearsanta anns na seiseanan mura h-eil sin cofhurtail dhaibh.

Bu chòir a chuimhneachadh do chlann nach fhaod iad fiosrachadh pearsanta a thèid innse anns na gnìomhan a sgaoileadh taobh a-muigh a' clas. Is dòcha gun innis clann is daoine òga fiosrachadh pearsanta mu rudan a tha a' cur dragh orra agus uaireannan innsidh iad rudeigin a dh'adhbharaicheas gum feum luchd-obrach pròiseasan barantachaidh agus stiùireadh air dìon cloinne bhon ùghdarras ionadail a leantainn.

Bu chòir do luchd-teagaisg a dhèanamh soilleir do chlann nach tèid dad a chanas iad mu rudan a tha a' cur dragh orra innse do dhaoine eile seach ma tha an leanabh ann an cunnart.

Bidh luchd-obrach eòlach air a' chloinn sa chlas aca agus mothaichidh iad nuair a tha leanabh mì-chofhurtail/iomagaineach anns an t-seisean. Bu chòir dhaibh cothrom a thoirt don chloinn sin bruidhinn riutha aig àm iomchaidh.

Is dòcha gum bi e feumail cur an cuimhne na cloinne aig toiseach seisein gum faod iad dragh sam bith innse do dh'inbheach a thaghas iad no gun urrainn dhaibh siostaman clas a chleachdadh gus draghan innse, mar eisimpleir, an crogan dhraghan. Tha e cudromach cur an cuimhne na cloinne an ainm a chur ri nota no cairt sam bith a' nochdadh dragh no iomagain gus an aithnich an tidsear cò a dh'fheumas cuideachadh.

Is dòcha gum bi luchd-obrach a tha an sàs sa phrògram seo ag iarraidh cothrom bruidhinn mu mar a tha iad a' faireachdainn mu shusbaint nan seiseanan no fiosrachadh a tha clann a' roinn. Bu chòir do àrd-luchd-stiùiridh beachdachadh air an dòigh as fheàrr air cothroman a thoirt do luchd-obrach bruidhinn no taic fhaighinn ma tha feum air.



## Mar a chleachdar an stòras seo

### A' fighe an stòrais seo taobh a-staigh siostaman tar-sgoile

Gus a bhith cinnteach gun tig a' bhuidheas as fheàrr bho na gnìomhan bu chòir luchd-obrach na sgoile a bhith eòlach air an obair a tha ga dhèanamh agus tuigsinn nan ceanglaichean don churraicealam airson slàinte is sunnd agus na dòighean-obrach a th' ann mar-thà san sgoil. Dh'fhaodte gum bi na leanas nam measg:

- Dòighean-obrach altram
- Dòighean-obrach ath-nuadhachaidh
- Ràithean airson fàs
- Poileasaidh dhàimhean
- Ga fhaighinn ceart do gach leanabh
- Còraichean cloinne

Bu chòir ceangal a dhèanamh cuideachd do dh'ionnsachadh proifeiseanta a rinneadh roimhe leithid:

- Ceangalachd
- Prionnsapalan altram
- Èiginn is cruaidh-chàs
- Sunnd
- Cunnart is tapachd

Bu chòir do dh'àrd-mhanaidsearan an **taisbeanadh tòiseachaidh** a chleachdadh airson aire a thogail agus luchd-obrach a bhrosnachadh gus bruidhinn mu gnìomhan a tha gan dealbh. Tha e cudromach gu bheil fios aig a h-uile duine san sgoil gu bheil an stòras ann fiù mura h-eil iad uile ga chleachdadh. Tha dòighean-smaoineachaidh deimhinneach mu shlàinte inntinn, sunnd agus taic faireachdainn deatamach do shoirbheachadh an stòrais seo.

Bidh ceannas is taic leantail each àrd-mhanaidsearan air leth cudromach ann an bhith a' cur air adhart agus a' sgrùdadh buaidh a' phrògram agus, air an adhbhar seo, bu chòir a thoirt an lùib prìomhachasan na sgoile airson leasachadh a dhealbhadh.

Anns a' phrògram thèid iarraidh air clann smaoineachadh mu inbheach sa bheil earbsa aca agus dom faodadh iad a dhol nan robh rudeigin a' cur dragh orra. Dh'fhaodte nach e an tidsear clas a bhios an seo no neach sam bith san sgioba stiùiridh ach dh'fhaodte gur e inbheach sam bith san sgoil a bhios ann ris a bheil iad a' faireachdainn ceangal agus sa bheil iad a' cur earbsa a bhith ag obair air an son.

Thèid innse do luchd-obrach ma dh'ainmich leanabh no clann iad mar inbheach earbsach agus bu chòir dhaibh bruidhinn riutha gu prìobhaideach bho àm gu àm. Bu chòir do dh'inbhich earbsach a bhith eòlach air poileasaidh barantachaidh na sgoile.



Feumar innse do phàrantan is luchd-cùraim (ris an canar pàrantan, bho seo a-mach) mun stòras agus mu na gnìomhan a tha air an dealbhadh gus an tuig iad dè tha ga theagasg agus carson. Tha prìomh fhiosrachadh anns **a' bhileig fiosrachaidh do phàrantan** agus **fiosrachadh a bharrachd** mun stòras agus a tha a' nochdadh cho cudromach 's a tha leasachadh co-fhaireachdainn agus dàimhean spèiseil ann an coimhearsnachd na sgoile. Is dòcha gum bi a' bhileag seo feumail cuideachd do luchd-teagaisg agus luchd-taice an lùib an taisbeanadh tòiseachaidh.

Le bhith a' fiathachadh phàrantan do choinneamh mun t-Seòmar-clas Thruacanta agus Co-cheangailte gheibh iad cothrom faighinn a-mach mu na gnìomhan gan teagasg, ceistean fhaighneachd agus am beachdan a thoirt seachad. Dh'fhaodadh a' choinneamh seo a bhith feumail cuideachd airson aire a thogail mu atharrachadh giùlain no faireachdainnean a tha follaiseach aig an taigh, no san sgoil, mar thoradh air na gnìomhan. Is dòcha gum bi luchd-obrach ag iarraidh gum bi aonta aca mu ciamar a fhreagras iad ann an suidheachadh den leithid.

Faodar tachartasan agus coinneamhan phàrantan àbhaisteach a chleachdadh gus aire a thogail mun obair a tha ga dhèanamh agus a sgaoileadh, rud a chuidicheas le leasachadh aire na làn sgoile.

## Toirt gu Buil

Tha an stòras seo ag amas air an dàrna ìre agus faodar a chleachdadh le aon chlas no thar grunn chlasaichean aig an ìre sa. Faodar a chleachdadh cuideachd gus prògram leantaileach 3-bliadhna de ghnìomhan a dhealbhadh agus a libhrigeadh ann an ceann shuas na bun-sgoile.

Tha e air a roinn ann an còig tèaman a tha gan cur a-mach ann an **Clàr 1**. Tha iad sin air an roinn ann an seiseanan sa bheil raon gnìomhan. Faodar gnìomhan a libhrigeadh ann an aon seisean no an gearradh an-àirde thar ùine. Tha e ga thuairmeas gun lean a' mhòr-chuid de na seiseanan sin eadar uair a thìde is 2 uair a thìde ach bhiodh seo an urra ri doimhneachd an deasbaid agus an uiread a bha a' chlann a' dol an sàs anns na gnìomhan.

Anns na seiseanan, tha puingean peileir a' sealltainn mar a dh'fhaodte am briseadh ann an earrainnean na bu lugha nam biodh sin iomchaidh. 'S ann aig an luchd-teagaisg as fheàrr a bhios fios dè cho fada 's a bu chòir gach tèama no seisean a bhith, a rèir feumalachdan a' chlas.

Bu chòir aire a thoirt air na chaidh ionnsachadh roimhe san sgoil agus is dòcha gun toir seo buaidh air mar a thèid na seiseanan a libhrigeadh. Mar eisimpleir, is dòcha gu bheil eòlas aig a' chloinn air:

- Dòighean-obrach stèidhichte air còraichean agus Altan UNCRC
- Comharraidhean sunnd

Bu chòir do luchd-teagaisg na gnìomhan atharrachadh mar a tha iomchaidh gus cuimhne a thoirt air ionnsachadh a chaidh roimhe, agus co-leantaileachd a dhaingneachadh.



Tha tar-shealladh ann an **Clàr 2** air na ceanglaichean gu Eòlasan agus Builean Slàinte is Sunnd Dleastanas na h-Uile agus ceanglaichean do na Comharraidhean Sunnd agus altan bhon UNCR.

Is dòcha gum bi an stòras [Dèanamh a' Cheangail](#) feumail do luchd-obrach cuideachd. Thoir fa-near nach eil amasan ionnsachaidh no slatan-tomhais soirbheachais ann airson nan tèaman no seiseanan. Seach sin, tha dhà no trì prìomh theachdaireachdan aig gach seisean a thathas a' leasachadh agus a' meòrachadh gus a bhith cinnteach às farsaingeachd is doimhneachd deasbaid is ionnsachaidh. Bidh seo eadar-dhealaichte airson gach clas agus faodaidh an neach-teagaisg leantainn far an tèid a' chlann.



Tha **duilleag dealbhaidh pro forma** ann gus taic a thoirt do mheòrachadh is dealbhadh luchd-teagaisg. Dh'fhaodadh seo taic no leudachadh a thoirt do phròiseasan dealbhaidh is measaidh na sgoile a thaobh a' churraicealaim airson slàinte is sunnd.

Tha puingeann piobrachadh deasbaid ann airson gach seisean. Bu chòir do luchd-obrach an fheadhainn as buntainniche a thaghadh. Cha leigear a leas an cleachdadh uile ann an aon seisean. Faodar na puingeann deasbaid fhighe a-steach do dheasbad anns na seiseanan, an cleachdadh gus aon seisean a cheangal ri seisean eile, no gus cuimhneachadh is meòrachadh air prìomh theachdaireachdan aig amannan eile den latha/seachdain/teirm.

Tòisichidh gach tèama le tar-shealladh ag innse cò mu dheidhinn a tha an tèama, tiotalan nan seiseanan, prìomh theachdaireachdan agus stòrasan co-cheangailte. Thèid an clàr-iùil gu h-ìosal a chleachdadh gus tuairisgeul a thoirt air gach stòras.

Stòras Neach-comasachaidh – FR

Stòras Leasain – LR

Leabhar-aithris Pearsanta – PJ

Tha **Clàr 3** a' sealltainn cruth gach seisein.

Tha gnìomhan gach seisein gan sgrìobhadh mar sgrìobt. Chaidh an sgrìobhadh mar seo gus sgilean is misneachd luchd-teagaisg a leasachadh ann a bhith a' libhrigeadh phàirtean den curraicealam airson slàinte is sunnd, oir tha nàdar cuid dhiubh gu math duilich. Bidh cuid de luchd-obrach a' faireachdainn eòlach is misneachail gu leòr gus na seiseanan a dhealbhadh is a theagasg nan dòigh fhèin bho na prìomh theachdaireachdan. Cleachd an stòras gus am prògram a dhealbhadh is a leasachadh san dòigh as freagarraiche dhut fhèin agus don chlas agad.



## A' measadh buaidh a' phrògram

Faodaidh e a bhith toinnte is duilich measadh a dhèanamh air buaidh ionnsachaidh ann an cuid den churraicealam airson slàinte is sunnd nuair a tha faireachdainnean is eòlasan neach-ionnsachaidh is neach-teagaisg ag atharrachadh bho latha gu latha agus faodaidh e cuideachd a bhith glè shuibseagach.

Faodaidh nàdar duilich nam prìomh theachdaireachdan gan deasbad ciallachadh gum bi cuid de chlann aindeonach a ràdh na tha iad a' smaoineachadh is a' faireachdainn agus is dòcha gum feum iad taic phearsanta gus buannachd fhaighinn bhon ionnsachadh is teagasg.

Airson a' mhòr-cuid, thèid taic a thoirt do chlann a bhith a' meòrachadh is a' measadh nan eòlasan agus an ionnsachaidh aca tro chòmhradh agus le bhith a' cleachdadh an Leabhar-aithris Phearsanta sa bheileas ag iarraidh air clann an smuaintean agus tuigse a chlàradh. Tha pro forma meòrachaidh ann cuideachd a bheir taic do mheasadh luchd-teagaisg air ionnsachadh agus a dh'fhaodar a chleachdadh aig deireadh gach tèama. Faodaidh am pro forma seo luchd-teagaisg a chuideachadh le bhith a' measadh dè cho math 's a chaidh prìomh theachdaireachdan a ghabhail a-steach agus faodaidh e cuideachd fiosrachadh a thoirt seachad air seiseanan ri teachd a dhèanamh freagarrach far a bheil sin iomchaidh.

## Dòighean a chuidicheas measadh air buaidh an stòrais curraicealaim

### 1. Sgrùdadh

Is dòcha gum mothaich luchd-obrach diofar ann am misneachd, giùlan, com-pàirteachadh agus ro-innleachdan dèiligidh na cloinne mar a tha iad a' leasachadh a' phrògram leis a' chlas aca. Faodar am fiosrachadh seo a chlàradh mar fianais air buaidh a' phrògram air clann.

### 2. Deasbad

Faodaidh còmhraidh eadar luchd-obrach no le pàrantan fiosrachadh feumail a thoirt am bàrr mu chlann a' leasachadh ro-innleachdan dèiligidh ùra no a' sealltainn gu bheil iad nas taiceil no co-fhaireachail ri daoine eile.

### 3. Tomhas ro agus às dèidh measaidh

Tha **bun-thomhas de dh'eòlas is sgilean airson luchd-obrach** agus **bun-thomhas de dh'eòlas is sgilean airson clann** gan libhrigeadh. Faodar an cleachdadh an dà chuid aig toiseach is deireadh a' phrògram mar thaic do mheasadh buaidh an stòrais.



### 4. Tomhasan Slàinte is Sunnd coitcheann

Tha raon thomhasan Slàinte is Sunnd coitcheann ann a dh'fhaodar cleachdadh gus buaidh an stòrais air eòlas cloinne is luchd-teagaisg a thomhas. Tha seo a' gabhail a-steach Sgèile Sunnd Cloinne Shruighlea (ann an stòrasan a bharrachd) agus [Sgèile Sunnd Inntinn Warwick-Dhùn Èideann \(WEMWBS\)](#) a nì sgrùdadh air sunnd luchd-obrach.

### 5. Ceasnachadh Neach-cleachdaidh

Faodar Ceasnachadh Neach-cleachdaidh a chleachdadh cuideachd gus buaidh a rannsachadh. Am measg nan ceistean a dh'fhaodar faighneachd tro cheasnachadh neach-cleachdaidh tha:

- Tha clann a' cleachdadh briathrachas faireachdainn nas farsainge gus bruidhinn air dragh is iomagain.
- Chithear clann a' sealltainn cùram is co-fhaireachdainn ri chèile san raon-chluiche.



## Dòighean nas farsainge gus buaidh an stòrais air cultar is feallsanachd taobh a-staigh na sgoile a rannsachadh

Thathas an dòchas gun toir an stòras seo buaidh mhath san fharsaingeachd air sunnd cloinne is luchd-obrach le bhith a' cruthachadh cultar nas truacanta is co-cheangailte san sgoil.

Tha innealan deisealachaidh na làn sgoile agus do dhaoine fa leth gan libhrigeadh gus ìrean eòlais is sgilean làithreach a nochdadh agus raointean airson ionnsachadh proifeiseanta a chomharradh. Bu chòir do luchd-obrach a bhith deònach a bhith nan luchd-ionnsachaidh cho math ri bhith nan tidsearan. Faodaidh na h-innealan tomhas a bheil luchd-obrach deiseil gus an stòras a libhrigeadh ach faodaidh iad cuideachd taic a thoirt do mheasadh atharrachaidh ann an sgilean is eòlas luchd-obrach.

Faodar [Dè cho Math 's a tha an Sgoil againn? 4](#) agus [Cur Altram an sàs mar Dhòigh-obrach Tar-sgoile](#) a chleachdadh gus measadh is meòrachadh air cleachdadh agus gus dealbhadh airson atharrachadh.

Tha [Stiùireadh air Measadh Sunnd Ga Fhaighinn Ceart do gach Leanabh](#) a' cleachdadh Comharraidhean Sunnd gus buaidh air clann a rannsachadh.

## Stuthan taice a bharrachd

### Leabhraichean-aithris Pearsanta

Bidh **Leabhraichean-aithris Pearsanta** a' toirt cothrom clann a thoirt an lùib gnìomhan an t-Seòmar-clas Thruacanta agus Co-cheangailte agus an cuideachadh a' meòrachadh air an eòlasan fhèin agus eòlasan dhaoine eile.

Tha duilleagan leabhair-aithris sònraichte do na seiseanan gan comharradh anns gach tèama. Tha duilleagan 'leabhar-latha' anns na leabhraichean-aithris cuideachd gus an clàraich clann an smuaintean fhèin.

Tha a' chlann fhèin a' lìonadh is a' cumail nan Leabhraichean-aithris, ach len cead, faodaidh an tidsear clas am faicinn agus bruidhinn mun deidhinn.

Bu chòir don tidsear mìneachadh gur e a' chlann a roghnaicheas an innse iad mu eòlasan pearsanta no nach innse, ann an deasbadan clas no nan leabhraichean-aithris. Ma thogras iad, faodaidh clann eòlasan dhaoine eile a chleachdadh mar eisimpleirean.

Tha e cudromach gun tuig clann gum faod iad bruidhinn rin tidsear, no inbheach earbsach sam bith eile a thogras iad, ma tha dragh no iomagain orra. Bu chòir do luchd-teagaisg an eòlas air clann fa leth a chleachdadh gus am freagairtean is giùlain anns na gnìomhan a mheasadh. Mar thoradh air seo, is dòcha gum feum iad taic fa leth a thoirt do chuid de chlann.





### Measadh fhaireachdainnean agus leigeil anail

Tha measadh fhaireachdainnean agus leigeil anail nam pàirt dheatamach den h-uile tèama agus bu chòir an cleachdadh aig toiseach is deireadh gach seisein. Tha stiùireadh aig toiseach na h-earrainn air measadh fhaireachdainnean gus dèanamh cinnteach gum bi luchd-teagaisg misneachail gan cleachdadh agus a dh'innse dhaibh ciamar a fhreagras iad ais-bheachdan cloinne gu h-ìomchaidh. Bheir liosta piobrachadh smuaintean is bun-cheistean taic do chòmhradh ìomchaidh.

Is e an tidsear clas as fheàrr a thaghas na measaidhean fhaireachdainnean is gnìomhan airson leigeil anail as freagarraich do dh'fheumalachdan na cloinne. Tha pasgan gnìomhan ann air an adhbhar sin.

Is dòcha gum bi luchd-teagaisg ag iarraidh nan aon mheasaidhean fhaireachdainnean is gnìomhan a chleachdadh airson gach tèama no faodaidh iad measgachadh a chleachdadh a bhios freagarrach do gach bun-gnìomh. Is dòcha gu bheil measadh fhaireachdainnean nam pàirt de churraicealam slàinte is sunnd na sgoile mar-thà agus bu chòir dhaibh cur ri, seach dol an àite, nam measaidhean fhaireachdainnean airson a' phrògram seo.

## Clàr 1 Tar-shealladh air tèaman

Tèama	Amasan an tèama	Seiseanan
<p><b>Tèama 1:</b> Mo chòraichean</p> <p>Inntrigeadh don t-seòmar-clas thruacanta agus co-cheangailte agus ceangal ri còraichean cloinne</p> 	<p>Tha an tèama seo na inntrigeadh do chlann air bun-bheachdan truacantais is co-cheangalachd. Tha e a' cur beum air cho cudromach 's a tha e a bhith a' cuideachadh a chèile a' togail dhàimhean làidir is a' gabhail cùram dha chèile. Tha e cuideachd a' cuimseachadh air còir cloinne a bhith sàbhailte, gun tèid coimhead às an dèidh, agus an dìon.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ar seòmar-clas truacanta agus co-cheangailte</li> <li>2. Na bhios gar piobrachadh?</li> <li>3. Miannan, feumalachdan agus còraichean.</li> <li>4. UNCRC agus mar a cheanglas e ri truacantas is co-cheangalachd.</li> </ol>
<p><b>Tèama 2:</b> Mise is Mo Bheatha</p> <p>Rannsachadh mar as urrainn eòlasan eadar-dhealaichte a bhith aig clann a bheir buaidh orra ann an dòighean eadar-dhealaichte</p> 	<p>Tha prìomh ghnìomhan san tèama seo a' rannsachadh mar a bheir eòlasan beatha buaidh oirnn. Tha na gnìomhan a' togail gu bheil sinn uile a' fulang dhuilgheadasan agus gu bheil rudan nar coimhearsnachdan teaghlaichean agus annainn fhèin a chuidicheas sinn nuair a thachras rudeigin duilich. Tha gnìomhan a' cuimseachadh air aithneachadh neartan annta fhèin agus daoine eile agus mar as urrainnear clann a chuideachadh gus faighinn thairis air cruaidh-chàs.</p> <p>Dh'fhaodte na gnìomhan seo a chur ann an co-theacsa còraichean cloinne, an UNCRC agus/no GIRFEC.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Theirig thairis air an Loidhne – Dèanamh ceangal ri daoine eile</li> <li>2. Tha thu a' smaoinichadh gu bheil thu eòlach orm?</li> <li>3. Tha na h-eòlasan againn a' toirt buaidh oirnn</li> <li>4. Atharrachaidhean</li> </ol>



Tèama	Amasan an tèama	Seiseanan
<p><b>Tèama 3:</b> Mo dhàimhean – a’ leasachadh co-fhaireachdainn, truacantas agus fulangas</p> 	<p>Tha an tèama seo a’ cuimseachadh air mar as urrainn ceangal le daoine, togail dhàimhean làidir, agus leasachadh faireachdainn gum buin sinn ar cuideachadh nuair a tha sinn ann an duilgheadas. Tha an tèama seo cuideachd a’ tòiseachadh air rannsachadh mar a tha cuid de dhàimhean ann nach eil fallain no cuideachail</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dè th’ ann an co-fhaireachdainn?</li> <li>2. Co-fhaireachdainn ag obair</li> <li>3. Na daoine nam bheatha</li> <li>4. Tha dàimhean taiceil math dhuinn</li> </ol>
<p><b>Tèama 4:</b> Mar a tha mi a’ smaoinichadh, a’ faireachdainn agus gam ghiùlan fhèin. A’ leasachadh tuigse gur e nàdar de chonaltradh a th’ anns a h-uile seòrsa giùlain.</p> 	<p>Tha an tèama seo a’ rannsachadh buaidh ar n-eòlasan air ar bodhaig, eanchainn agus giùlan. Meòraichidh clann air suidheachaidhean is dùbhlain a chuir uallach is iomagain orra fhèin is air daoine eile. Leasaichidh iad an tuigse air mar a bhios daoine a’ freagairt, agus a’ dèiligeadh ri dùbhlain no uallach.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. A’ feitheamh Iomagain, dragh agus uallach – Ciamar a tha sinn a’ dèiligeadh riutha?</li> <li>3. Air cùl na h-aghaidh-chomhaich</li> <li>4. Dol air bhoil</li> </ol>
<p><b>Tèama 5:</b> A’ leasachadh tapachd còmhla</p> <p>A’ cuideachadh clann gus seòmar-clas truacanta agus co-cheangailte a chruthachadh</p> 	<p>Tha an tèama seo a’ rannsachadh ghnìomhan a chuidicheas clann gus dèiligeadh ri suidheachaidhean agus dùbhlain eadar-dhealaichte nam beatha.</p> <p>Ionnsaichidh iad sgilean agus ro-innleachdan gus dèiligeadh nas fheàrr rim faireachdainnean is giùlan ann an suidheachaidhean sàrachail, dùbhlanaich</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dè tha ag obair dhòmhsa?</li> <li>2. Mo chairt dèiligidh</li> <li>3. Nuair a dh’fheumas sinn cuideachadh bho inbheach</li> <li>4. Ar seòmar-clas truacanta agus co-cheangailte</li> </ol>



## Clàr 2 Ceanglaichean do CfE, GIRFEC agus UNCRC

Tha na clàran seo a' sealltainn mar a cheanglas an stòras do na h-Eòlasan agus Builean ann an Dleastanas na h-Uile agus na comharraidhean sunnd agus altan UNCRC.

Chan eil an liosta coileanta agus is dòcha gum bi iad eadar-dhealaichte a rèir do chlas agus suidheachaidh fhèin.

	Tèama 1 Mo chòraichean	Tèama 2 Mise is mo bheatha	Tèama 3 Mo dhàimhean	Tèama 4 Mar a tha mi a' smaoineachadh, a' faireachdainn agus gam giùlan fhèin	Tèama 5 A' leasachadh ar tapachd còmhla
Tha mi mothachail air m' faireachdainnean agus 's urrainn dhomh an cur an cèill agus tha mi a' leasachadh comas bruidhinn mun deidhinn. <b>HWB 2-01a</b>					
Tha fios agam gu bheil caochladh smuaintean is faireachdainnean againn uile a bheir buaidh air mar a tha sinn a' faireachdainn is gar giùlan fhèin agus tha mi ag ionnsachadh dhòighean dèiligeadh riutha. <b>HWB 2-02a</b>					
Tha mi a' tuigsinn gu bheil daoine ann ris an urrainn dhomh bruidhinn agus grunn dhòighean a gheibh mi taic faireachdainn agus phractaigeach gus mo chuideachadh fhìn agus daoine eile ann an grunn shuidheachaidhean <b>HWB 2-03a</b>					
Tha mi a' tuigsinn gun urrainn m' faireachdainnean agus mo fhreagairt ri cùisean atharrachadh a rèir na tha a' tachairt nam bhroinn is mun cuairt orm. Tha seo gam chuideachadh a' tuigsinn mo giùlain fhìn agus giùlan dhaoine eile. <b>HWB 2-04a</b>					
Tha fios agam gu bheil càirdeas, cùram, roinn le daoine eile, ceartas, co-ionannachd agus gaol cudromach ann a bhith a' togail dhàimhean taiceil. Mar a tha mi a' leasachadh agus a' cur luach ann an dàimhean, tha cùram is spèis agam dhomh fhìn is do daoine eile. <b>HWB 2-05a</b>					
Tha mi a' tuigsinn cho cudromach 's a tha sunnd inntinn agus gun gabh seo altram agus a neartachadh tro sgilean dèiligidh pearsanta agus dàimhean taiceil. Tha fios agam gur mathaid nach eil deagh shlàinte inntinn comasach fad na tìde agus ma thachras sin tha taic ri fhaighinn. <b>HWB 2-06a</b>					
Tha mi ag ionnsachadh sgilean agus ro-innleachdan a chuidicheas mi ann an amannan duilich, gu h-àraidh àm atharrachaidh is call. <b>HWB 2-07a</b>					
Tha mi a' tuigsinn gum bi daoine uaireannan a' faireachdainn aonaranach agus nach eil daoine eile gan tuigsinn agus gam fàgail a-mach. Tha mi ag ionnsachadh ciamar a bheir mi seachad taic iomchaidh. <b>HWB 2-08a</b>					



	Tèama 1 Mo chòraichean	Tèama 2 Mise is mo bheatha	Tèama 3 Mo dhàimhean	Tèama 4 Mar a tha mi a' smaoinichadh, a' faireachdainn agus gam ghiùlan fhèin	Tèama 5 A' leasachadh ar tapachd còmhla
Mar a rannsaicheas mi na còraichean air a bheil mi fhìn is daoine eile airidh, is urrainn dhomh na còraichean sin a chur an sàs gu h-ìomchaidh agus gabhail ris na dleastanasan a thig nan lùib. Tha urram agam do chòraichean dhaoine eile. <b>HWB 2-09a</b>					
Tha mi ag aithneachadh gu bheil measgachadh gun samhail de chomasan is feumalachdan aig gach duine fa leth. Tha mi a' cur ri bhith dèanamh coimhearsnachd na sgoile agam na àite a chuireas luach ionnan air gach duine agus a chuireas fàilte air na h-uile. <b>HWB 2-10a</b>					
Tha mi a' leasachadh mo thuigse air a' bhodhaig agus is urrainn dhomh seo a chleachdadh gus mo shunnd is slàinte a chumail an-àirde agus a leasachadh. <b>HWB 2-15a</b>					
Tha mi ag ionnsachadh mar a mheasas agus a làimhsicheas mi cunnart, gus mo dhion fhìn agus daoine eile, agus gus an cothrom gun tachair cron a lùghdachadh àm sam bith a ghabhas sin a dhèanamh. <b>HWB 2-16a</b>					
Tuigidh mi gun urrainn do dhàimhean is càirdeas taiceil piseach a thoirt air slàinte agus air slàinte is sunnd dhaoine eile. <b>HWB 2-44b</b>					
Tuigidh mi gum feumar urram a thoirt do dh'àrainn phearsanta dhaoine agus aithnichidh mi conaltradh labhairteach is neo-labhairteach agus is urrainn dhomh freagairt gu h-ìomchaidh ris. <b>HWB 2-45a</b>					



### Ceanglaichean gu na Comharraidhean Sunnd

	Tèama 1	Tèama 2	Tèama 3	Tèama 4	Tèama 5
Sàbhailte					
Fallain					
Gnìomhach					
Air an altram					
A' coileanadh					
A' faighinn spèis					
Earbsach					
Air an gabhail a-steach					





## Ceanglaichean don UNCRC

Tha an Seòmar-clas Truacanta agus Co-cheangailte cuideachd a rèir a' mhòr-chuid de dh'altan an UNCRC ach is iad an fheadhainn a leanas as buntainniche:

Alt 2	Tha còir agad air dìon an aghaidh leth-bhreith.
Alt 3	Bu chòir do dh'inbhich dèanamh an rud as fheàrr dhut.
Alt 4	Tha còir agad gun tèid do chòraichean a chur an gnìomh leis an riaghaltas.
Alt 12	Tha còir agad air do bheachdan agus gum faigh iad èisteachd.
Alt 19	Tha còir agad air dìon bho ghoirteachadh is droch làimhseachadh.
Alt 20	Tha còir agad air dìon agus taic àraidh mura h-urrainn dhut fuireach còmhla ri do phàrantan.
Alt 22	Tha còir agad air taic agus dìon àraidh mas e fògarrach a th' annad.
Alt 26	Tha còir agad air cuideachadh bhon riaghaltas ma tha thu ann am bochdainn no dìth.
Alt 27	Tha còir agad air inbhe beatha math gu leòr.
Alt 28	Tha còir agad air foghlam.
Alt 37	Tha còir agad nach tèid do pheanasachadh ann an dòigh an-ìochdmhor, piantail.
Alt 39	Tha còir agad air cuideachadh ma chaidh do ghoirteachadh, do dhroch làimhseachadh no mura h-eil cùram ga ghabhail dhìot.
Alt 42	Bu chòir fios a bhith aig a h-uile leanabh is inbheach mun chùmhnannt seo.



## Clàr 3: Mìneachadh air cruth Seisein

Bidh àireamh is tìotal tèama an seo:

### Seisean:

Tha còd dathte air ìomhaigh an tèama agus tha an a' nochdadh air gach duilleag seisein.



ÌOMHAIGH

Bidh àireamh is tìotal tèama an seo. Tha còd dathte air brataichean is crìochan duilleagan is stòrasan tèama.



### Prìomh theachdaireachdan:



Smuaintean is bun-bheachdan a dh'fhaodte gum bi luchd-teagaisg ag iarraidh nochdadh, tilleadh thuca agus meòrachadh orra.



Earrainnean bhidio rim faicinn, stòrasan rin copaidheachd no cruinneachadh agus notaichean rin leughadh mus tèid seisean a libhrigeadh.

### Stiùireadh:



Stiùireadh practaigeach gus am bi dealbhadh is libhrigeadh nan seiseanan ag obair gu math dhut

### Gnìomhan:



Sgrìobh is gnìomhan ceum air cheum. Dh'fhaodadh luchd-teagaisg cuid a chleachdadh no an cleachdadh uile ann an aon seisean no na gnìomhan a roinn thar grunn sheiseanan mar a tha ìomchaidh

### Piobrachadh deasbaid:



Faodar an cleachdadh ann an seisean, gus seiseanan a cheangal ri chèile no gus cuimhneachadh is meòrachadh air prìomh theachdaireachdan.

### Meòraich is Leig d' Anail



Cothrom an seisean a thoirt gu crìoch le meòrachadh air na prìomh theachdaireachdan agus a bhith a' cleachdadh gnìomh airson leigeil bhuir n-anail.

