



NCCA

An Chomhairle Náisiúnta
Curraclaim agus Measúnachta
National Council for
Curriculum and Assessment

Clár Foghlama Leibhéal 2 den tSraith Shinsearach: Cúram Pearsanta

Réimse Curraclaim

Dréacht le haghaidh
comhairliúcháin



Réamhrá

Is éard atá i gClár Foghlama Leibhéal 2 den tSraith Shinsearach (CFL2SS) raon de réimsí curaclaim, agus gach ceann acu deartha ar bhonn modúlach. Tá ceithre réimse curaclaim ag croílár CFL2SS: Uimhearthacht; Cumarsáid agus Litearthacht; Cúram Pearsanta; agus Sruthanna Roghnacha.

Modúl amháin atá i gCúram Pearsanta. Tá sé deartha le haghaidh 60 uair an chloig ar a laghad den am teagaisc/ranga ar feadh dhá bhliain.

Teideal Modúil	Am molta in uaireanta an chloig
Cúram Pearsanta	60

Réasúnaíocht

Le Cúram Pearsanta, déantar forbairt ar an eolas, na scileanna, an tuiscint, na luachanna agus na meonta is gá chun tacú le¹ folláine fhisiciúil, shóisialta, mhothúcháin agus spioradálta an scoláire, anois agus níos faide anonn ina shaol.

Bíonn athruithe agus dúshlán ag daoine óga agus iad ag an gcéim seo dá saol. Leis an eolas, na scileanna, na luachanna agus na meonta a fhorbraítear trí Chúram Pearsanta, cuirtear ar a chumas don scoláire na hathruithe agus na dúshlán sin a bhainistiú níos fearr. Tá an fhoghlaim i gCúram Pearsanta oiriúnach ó thaobh aois, chéim agus forbairt an scoláire de agus díríonn sí ar thacú le sláinte agus folláine an scoláire. Tá Cúram Pearsanta ceaptha le tuiscint dhearfach an scoláire ar a nádúr féin a fhorbairt, a chumas chun aire a thabhairt dó féin a chothú agus tacú leis caidrimh chomhbhácha agus shláintiúla le daoine eile a choinneáil ar bun. Tríd an méid a fhoghlaimíonn sé i gCúram Pearsanta, is féidir leis an scoláire cur lena chumas chun cinntí a dhéanamh a thacaíonn lena shláinte agus lena fholláine agus oibriú le bheith níos neamhspleáiche agus é ag tiontú ina dhuine fásta. Dá bharr sin, tá ról lárnach ag Cúram Pearsanta chun an scoláire a ullmhú do shaol níos sábháilte, níos sláintiúla agus níos sásúla ar scoil agus i ndiaidh na scoile.

Nuair a thagann dúshlán chun cinn, is tábhachtach raon straitéisí chun déileáil leo a fhorbairt agus a úsáid, agus is tábhachtach an chaoi le cúnamh a iarraidh a aithint. Is gá go dtuigfidh an scoláire freisin a chearta agus a fhreagrachtaí maidir lena fholláine a chosaint, agus an chaoi le teacht ar fhaisnéis iontaofa agus ábhartha, chomh maith le tacaíocht ó fhoinsí a bhfuil muinín aige astu.

Cuidíonn Cúram Pearsanta leis an scoláire ullmhú don aistriú go dtí an saol lasmuigh den scoil. Cothaíonn sé scileanna tábhachtacha féinchúraim agus féinbhainistíochta, agus cuireann sé ar a chumas don scoláire aire a thabhairt dá fholláine choirp, déileáil le gnáthstrus an tsaoil, agus mothú go bhfuil cuspóir agus braistint chómhuintearais aige.² Tacaíonn sé lena fholláine fhoriomlán agus ullmhaíonn sé é don aistriú i ndiaidh na scoile chuig seirbhísí do dhaoine fásta, breisoideachas nó gairm bheatha..

Trí thacú le rannpháirtíocht an scoláire sa réimse curaclaim Cúram Pearsanta, comhlíonann scoileanna an ceanglas chun soláthar a dhéanamh don fhoghlaim in Oideachas Sóisialta, Pearsanta agus Sláinte.

¹ Is éard atá i gceist le gné spioradálta na folláine a bheith in ann uamhan agus iontas a mhothú agus fios a bheith agat go bhfuil brí agus cuspóir leis an saol. (*Creatchuraclam na Bunscoile*, lch12, CNCM, 2023) Tá sé sin bunaithe ar chur chuige ar fholláine a chuireann an fhorbairt dhaonna san áireamh, atá iomlánaíoch agus idirdisciplíneach agus a aithníonn gnéithe difriúla den fholláine, lena n-áirítear an ghné spioradálta den saol.

² Folláine mar a shainmhínítear í sna Treoirínte le haghaidh Folláine sa tSraith Shóisearach, CNCM, 2021

Leanúnachas agus dul chun cinn

Tá an modúl Cúram Pearsanta deartha chun foghlaim agus eispéiris an scoláire ón tsraith shóisearach a chomhdhlúthú agus a chur chun cinn, chomh maith le feasacht mhéadaithe, eolas agus scileanna an scoláire a fhorbairt, chun a chur ar a chumas éilimh an tsaoil mar atá sé anois a bhainistiú níos fearr agus é féin a ullmhú d'eispéiris i ndiaidh na scoile.

Tá Cúram Pearsanta struchtúrtha chun leanúnachas a sholáthar ó Churaclam Folláine na Bunscoile, ó Aonad Foghlama Tosaíochta (AFT) Leibhéal 2 Cúram Pearsanta ag an tsraith shóisearach agus ó shonraíocht OSPS na Sraithe Sóisearaí. Cuireann Cúram Pearsanta ar chumas an scoláire atá rannpháirteach in CFL2 dul chun cinn a dhéanamh ar a chuid foghlama faoi shláinte agus folláine, í a fheabhsú agus í a dhoimhniú, ar bhealach atá oiriúnach ó thaobh aoise agus céime de le linn na sraithe sinsearaí.

Ar fud na gcéimeanna foghlama ar fad, tacaíonn Cúram Pearsanta le braistint dhearfach féiniúlachta an scoláire agus lena chumas a fhorbairt chun aire a thabhairt dó féin agus do dhaoine eile. Ag gach céim, téitear ar ais chuig topaicí agus téamaí tábhachtacha, agus tugtar topaicí/téamaí nua isteach, rud a chinntíonn leanúnachas agus dul chun cinn na foghlama. Agus é ag dul siar ar na topaicí/téamaí, déantar iarracht deis a thabhairt don scoláire rannpháirteachas níos doimhne a bheith aige atá ábhartha dá aois, riachtanais éabhlóideacha agus céim forbartha.

Sa réimse curaclaim seo, leantar ar aghaidh ag cur leis na príomhscileanna a forbraíodh sa tsraith shóisearach agus déantar dul chun cinn trí phríomhinniúlachtaí ábhartha na sraithe sinsearaí a fhorbairt. Cuirtear forbairt agus foghlaim leanúnach an scoláire i bhFoghlaim Shóisialta agus Mhothúcháinach (SEL)³ chun cinn freisin, lena n-áirítear féinfheasacht, feasacht shóisialta, féinbhainistíocht, scileanna caidrimh agus scileanna cinnteoireachta. Tugtar deiseanna don scoláire a léiriú conas is féidir foghlaim a fhaightear sa réimse curaclaim seo a nascadh leis an bhfoghlaim roimhe seo, le réimsí curaclaim eile, le modúil, le gníomhaíochtaí na scoile i gcoitinne agus leis an saol lasmuigh den scoil.

Teagasc agus foghlaim

Is ceart Cúram Pearsanta a phleanáil go cúramach agus go comhoibríoch chun an fhoghlaim bheartaithe a shainiú do gach scoláire agus chun a chinntiú go bhfuil an fhoghlaim oiriúnach dá chéim forbartha, láidreachtaí, inniúlachtaí, riachtanais foghlama agus eispéiris saoil. Is phríomhacmhainn é an Comhad Tacaíochta Scoláire maidir leis sin. Tacaítear le teagasc agus foghlaim éifeachtach nuair a chomhoibríonn múinteoirí agus nuair a phleanálann siad don fhoghlaim, rud a chumasaíonn fíis chomhroinnte agus cur chuige comhroinnte.

Tá gné phraiticiúil ag Cúram Pearsanta, rud a chuireann ar chumas an scoláire forbairt agus cleachtadh a dhéanamh ar na scileanna atá tábhachtach dó i réimse cásanna san fhíorshaol. Go sonrach, cuirtear béim láidir ar scileanna cumarsáide an scoláire a fhorbairt, chomh maith le scileanna réitigh fadhbanna, féinbhainistíochta agus straitéisí chun déileáil le deacrachtaí. Ba cheart na straitéisí agus scileanna sin a chleachtadh i suíomh atá neamhfhoirmiúil ach struchtúrtha agus tacúil sa seomra ranga agus is féidir iad a chur i bhfeidhm i gcomhthéacsanna níos leithne ansin.

Níor cheart breathnú ar na torthaí foghlama i gCúram Pearsanta astu féin. Tá nasc agus forluí eatarthu. Dá bhrí sin, is féidir le múinteoirí díriú ar líon torthaí foghlama agus gníomhaíochtaí

³ Tacaíonn an modúl seo leis an bhfoghlaim shóisialta agus mhothúcháinach, mar a leagtar amach sa Chreat Scileanna Sóisialta agus Mothúcháin CASL. [Cad é Creat CASL? - CASL](#)

foghlama á bpleanáil acu agus is féidir leo leas a bhaint as foghlaim an scoláire roimhe seo. Mar is amhlaidh i gcás gach réimse curaclaim, seans go mbeidh gá le dul ar ais chuig roinnt torthaí foghlama chun an fhoghlaim a neartú agus a dhoimhniú. Ba cheart breathnú ar thorthaí foghlama i bpáirt leis an gContanam Dul chun Cinn (lch.17). [Ráiteas Cláir SCL1L2LP](#) Léiríonn an Contanam Dul chun Cinn an áit ina bhfuil dul chun cinn an scoláire i dtaca leis na torthaí foghlama. Is féidir an Contanam Dul chun Cinn a úsáid chun tacú leis an teagasc, foghlaim agus measúnú leanúnach i ngníomhaíochtaí laethúla an scoláire.

Tá ról lárnach ag tuismitheoirí⁴ i ngach gné d'oidéachas an scoláire. Tá comhoibriú idir an scoil agus an baile thar a bheith tábhachtach chun tacú le hoideachas sláinte agus folláine. Is féidir le tuismitheoirí léargas luachmhar a thabhairt ar an gcur chuige is oiriúnaí le glacadh chun bheith ag obair lena bpáiste. Ba cheart eolas uathúil agus pearsanta tuismitheoirí ar an gcaoi a bhfoghlaimíonn a bpáiste bonn eolais a chur faoi chur chuige sainoiriúnaithe ar theagasc agus foghlaim atá in ann rannpháirtíocht agus foghlaim an scoláire a bharrfheabhsú.

Éilíonn teagasc agus foghlaim modhanna iolracha rannpháirtíochta agus oideolaíochtaí gníomhacha. D'fhéadfadh tacaíochtaí fuaimne nó amhairc a bheith i gceist leis sin, mar shampla grianghraif, gearrthóga físe, scéalchláir, siombailí nó comharthaí, rólímirt, ealaíon, gníomhaíochtaí céadfacha nó tascanailís. D'fhéadfadh sé go mbeadh teagasc aonair de dhíth ar scoláirí faoi leith chun tacú lena bhfoghlaim. Tugtar tacaíocht don scoláire a chuid foghlama a chur in iúl sa mhodh cumarsáide is fearr leis a fheileann dó féin. D'fhéadfadh go gcuimseofaí leis na tacaíochtaí sin áiseanna cumarsáide breisitheacha agus malartacha, amhail siombailí cabhartha, gléasanna scríofa, gléasanna leictreonacha, leideanna amhairc agus réad.

Is féidir le múinteoirí a chinntiú freisin go bhfuil an teanga agus na híomhánna go léir a úsáidtear sa seomra ranga ionchuimsitheach agus go gcuireann siad comhionannas, meas agus cearta gach duine chun cinn. Cinntíonn sé sin go bhfeicfeadh an scoláire é féin, a theaghlach agus a phobal léirithe ar fud na foghlama agus d'fhoghlaimíodh sé luach na héagsúlachta mar chuid thábhachtach agus shaibhríthe den saol. Tá treoraíocht faoin gcaoi le seomra ranga sábháilte agus ionchuimsitheach a chruthú le fáil in uirlisí úsáide OSPS CNCM ag www.curriculumonline.ie.

Modúl: Cúram Pearsanta

Tuairisceoir modúil

Dírítear sa mhodúl seo ar eolas, tuiscint, scileanna, luachanna agus meonta an scoláire a dhoimhniú chun a chur ar a chumas aire níos fearr a thabhairt dó féin, cinntí sláintiúla a dhéanamh agus caidrimh dhearfacha agus chomhbhácha a bheith aige.

Foghlaimíonn an scoláire faoin méid seo a leanas	Ba cheart go mbeadh sé ar chumas an scoláire
An chaoi le haire a thabhairt dó féin, le mothúcháin a aithint agus a bhainistiú agus le cumarsáid níos éifeachtaí a dhéanamh a bheith ar eolas aige	- Bealaí chun tacú lena shláinte agus folláine phearsanta a fhiosrú, lena n-áirítear gníomhaíocht choirp, cothú, codladh, caidrimh shóisialta agus caitheamh aimsire - Cur síos a dhéanamh ar ghnáthaimh sláinteachais phearsanta agus níos mó freagrachta as cúram pearsanta a léiriú - Gnáthamh laethúil a chur ar bun agus a bhainistiú, lena n-áirítear ag tráthanna aistrithe - Roinnt agus glacadh sealaíochta i gcomhthéacsanna difriúla a léiriú

⁴ Cuimsítear tuismitheoir, caomhnóir, cúramóir nó duine eile ag gníomhú *in loco parentis* ar pháiste le 'Tuismitheoir'.

	e. Cumarsáid a dhéanamh ar bhealach measúil agus éifeachtach f. An chaoi le plé le heasaontas go measúil a léiriú g. Riachtanais agus mianta a chur in iúl go muiníneach agus go measúil h. Scileanna diúltaithe a léiriú go cuí agus go héifeachtach i. Cur síos a dhéanamh ar a chuid mothúchán agus na naisc idir smaointe, mothúcháin agus iompraíocht a aithint j. Patrúin smaointeoireachta agus iompraíochtaí fóinteacha agus mífhóinteacha a aithint agus fiosrú a dhéanamh ar bhealaí fóinteacha chun freagairt do smaointe, mothúcháin agus iompraíochtaí agus iad a bhainistiú k. Ró-ualach céadfach a aithint agus bealaí le freagairt dó a shainaithint l. Bealaí chun déileáil le strus agus imní a phlé m. Tionchar dearfach agus diúltach ó chomhscoláirí a aithint, ar líne agus i bpearsa, agus freagairt chuí a léiriú
Caidrimh shláintiúla agus mhíshláintiúla, agus na scileanna is gá chun caidrimh shláintiúla a chothú agus a choinneáil ar bun	n. A fhéiniúlacht uathúil féin a aithint agus léirtheiscint a bheith aige uirthi o. An raon caidreamh atá tábhachtach dó a fhiosrú, chomh maith le bealaí chun iad a chothú p. Na scileanna is gá le haghaidh caidrimh shláintiúla i bpearsa agus ar líne a léiriú, lena n-áirítear cumarsáid a dhéanamh go measúil, mothúcháin a bhainistiú, meas a léiriú ar theorainneacha q. A bheith ar an eolas faoi cad is gníomhaíocht ghnéasach ann, i gcomhthéacs caidreamh sláintiúil measúil idir daoine fásta r. Bealaí chun tacú lena shláinte ghnéis féin a fhiosrú s. An gá le toiliú a thabhairt agus a fháil i gcomhthéacs gach caidrimh idirphearsanta a thuiscint, lena n-áirítear i gcaidreamh gnéasach idir daoine fásta t. Plé a dhéanamh ar bhealaí chun cásanna ina bhféadfadh sé mothú faoi bhrú chun páirt a ghlacadh in iompraíochtaí míshláintiúla nó dochracha a bhainistiú u. Tuiscint a fháil ar na hiarmhairtí, lena n-áirítear na hiarmhairtí dlí, a bhaineann le rochtain a dhéanamh ar ábhar gáirsiúil nó é a roinnt v. Áiteanna agus/nó cásanna ina mothaíonn sé agus nach mothaíonn sé sábháilte a shainaithint agus scileanna chun rioscaí a mheas agus a sheachaint a léiriú

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">w. Bealaí ina bhféadfaidh úsáid substaintí tionchar a imirt ar shláinte fhisiciúil, shóisialta agus mhothúchánach a shainaithintx. Samplaí/cásanna ina gcaitear go míchothrom le daoine nó ina n-eisítear daoine a aithint agus freagairtí fóinteacha a shainaithinty. Seirbhísí sláinte agus tacaíochtaí atá ar fáil go háitiúil agus ar líne a aithint agus an chaoi le rochtain a dhéanamh orthu a léiriú |
|--|--|

Gluais téarmaí

Téarma	
Teorainneacha	I gcomhthéacs caidreamh idirphearsanta, is iad teorainneacha na srianta pearsanta a leagann daoine amach dóibh féin chun a bhfolláine féin a chosaint. Léiríonn siad an méid a bhfuil duine compordach leis agus an méid nach gcuirfidh sé suas leis. Is féidir le teorainneacha a bheith mothúchánach, fisiciúil nó ábhartha.
Toiliú	Croíphrionsabal a bhaineann le gach caidreamh idirphearsanta measúil is ea toiliú. Is éard atá i gceist le toiliú ná aitheantas agus meas ó thaobh teorainneacha an duine féin agus teorainneacha daoine eile agus deimhniú a dhéanamh i gcónaí mura bhfuiltear cinnte faoi. Déantar toiliú i dtimpeallacht ghnéis a shainmhíniú i ndlí na hÉireann mar a leanas: <i>toilíonn duine le gníomh gnéis má aontaíonn sé nó sí dá d(h)eoin féin agus dá s(h)aorthoil féin gabháil don ghníomh sin</i> . Is é is aois toilithe ann in Éirinn chun páirt a ghlacadh i gcaidreamh collaí ná 17 mbliana d'aois. Féach leathanach 3 le haghaidh tuilleadh faisnéise a bhaineann le toiliú.
Folláine mhothúchánach	Braistintí agus mothúcháin a aithint, a thuiscint agus a bheith in ann iad a chur in iúl agus a bhainistiú ar bhealach cuí. Tá folláine mhothúchánach luaineach agus níor cheart a rá gurb ionann í agus sonas, rud atá suibíachtúil agus neamhbhuan. Níor cheart, ná í a thuiscint mar uireasa giúmar diúltach, mothúchán diúltach ná smaointe diúltacha.
Sláinte	Staid d'fholláine iomlán fhisiciúil, mheabhrach agus shóisialta agus ní easpa galair nó éigléochta amháin.
Féiniúlacht	Imríonn cúinsí éagsúla tionchar ar an bhféiniúlacht, lena n-áirítear cultúr, eitneacht, luachanna, creidimh, inniúlachtaí, inscne agus gnéaschlaonadh an duine. Is féidir le féiniúlacht duine éabhlóidiú agus athrú le himeacht aimsire.
Gníomhaíocht ghnéasach	Réimse gníomhaíochtaí lena n-áirítear pógadh, teagmháil, cuimilt agus caidreamh collaí a bhaineann le pléisiúr gnéasach a thabhairt agus a fháil. Féadann na gníomhaíochtaí seo a bheith aonarach nó le daoine eile. I gcomhthéacs caidreamh sláintiúil idir daoine fásta, áirítear le gníomhaíocht ghnéasach breithniú a dhéanamh ar fhrithghiniúint, gnéas níos sábháilte agus toiliú.
Sláinte Ghnéis	I gcomhthéacs Cúram Pearsanta ag Leibhéal 2, ciallaíonn sé sin feasacht ar ghnéasacht mar ghné den duine daonna, tuiscint ar iompar gnéasach agus atáirgthe, agus a bheith ar an eolas faoin gcaoi agus faoin áit le comhairle agus faisnéis faoin tsláinte ghnéis a lorg.
Scileanna	Tagraíonn scileanna faoi Chúram Pearsanta do scileanna sóisialta agus mothúcháinacha, amhail féinfheasacht, féinbhainistíocht, cinnteoireacht fhreagrach, scileanna caidrimh agus feasacht shóisialta mar a leagtar amach sa Chreat Scileanna Sóisialta agus Mothúcháinacha CASEL.

Sláinte shóisialta	Is éard atá i sláinte shóisialta ná ár gcumas idirghníomhú le daoine eile agus caidrimh fhiúntacha a chothú leo. Bíonn tionchar ag caidrimh shóisialta ar ár sláinte mhothúchánach agus fhisiciúil.
Úsáid substaintí	I gcomhthéacs Cúram Pearsanta ag Leibhéal 2, tagraíonn úsáid substaintí d'alcól, do nicitín, do vápáil agus do dhrugaí.

Aguisín 1

Oideachas gnéasachta agus an dlí

Shínigh Éire [Coinbhinsiún na Náisiún Aontaithe ar Chearta na nDaoine atá faoi Mhíchumas \(UNCPRD\)](#) in 2007 agus dhaingnigh é i mí an Mhárta 2018. Ciallaíonn sé seo go bhfuil Éire tiomanta do theachtadh iomlán chearta uile an duine a chur chun cinn agus a chosaint, lena n-áirítear an ceart chun seirbhísí agus cláir oideachais um shláinte ghnéis.

Sa bhreis ar an gceart sin a aithint, ní mór d'oideoirí a bheith feasach ar an gcreat dlíthiúil a chuireann bonn eolais faoin oideachas caidrimh agus gnéasachta. Déantar toiliú a shainmhíniú san [Acht um an Dlí Coiriúil \(Cionta Gnéasacha\), 2017](#) mar a leanas: *toilíonn duine le gníomh gnéis má aontaíonn sé nó sí dá d(h)eoin féin agus dá s(h)aorthoil féin gabháil don ghníomh sin*. Dírítear in alt 21 ar 'ghníomhartha gnéasacha le daoine faoi chosaint' agus is 'duine faoi chosaint' é duine [nach mbeidh] an cumas [ann/inti] toiliú a thabhairt le gníomh gnéasach;

Dá bhrí sin, tá a leithéid de dhuine éagumasach ar na nithe seo a leanas a dhéanamh—

- (a) cineál an ghnímh sin, nó na hiarmhairtí is intuartha le réasún a bhaineann leis an ngníomh sin, a thuiscint,
- (b) faisnéis iomchuí a mheas chun breith a thabhairt i dtaobh cibé acu a ghabhfaidh sé nó sí nó nach ngabhfaidh sé nó sí don ghníomh sin, nó
- (c) a thoiliú nó a toiliú leis an ngníomh sin a chur in iúl trí urlabhra, trí theanga chomharthaíochta nó ar mhodh eile.

