An féidir leat fanacht cothrom?

Ullmhúchán

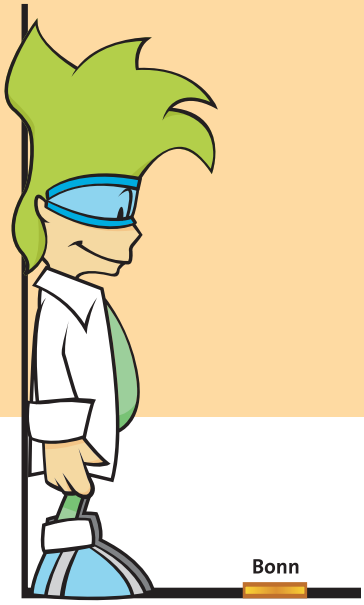
RANG	A Cúig agus a Sé
CUSPÓIRÍ	**Snáithe agus Snáithaonaid** **Fuinneamh agus Fórsaí: Fórsaí, Dúile Beo: An bheatha daonna** Ba chóir go gcuirfí ar chumas an pháiste: i) a thuiscint gur fórsa í an domhantarraingt agus ii) tuiscint shimplí a fhorbairt ar struchtúr chuid de phríomhbhaill sheachtracha agus inmheánacha an choirp, OSIE: An Curaclam Eolaíochta leathanach 87 agus 83. Sa ghníomhaíocht seo cuirtear tús le tuiscint na bpáistí ar an mbealach a oibríonn na matáin agus an creatlach chun muid a choinneáil in ár seasamh. **Forbairt scileanna** Ag scrúdú agus ag tástáil
NASCADH	**OSIE: Tíreolaíocht** Imshaol nádúrtha / Pláinéad an Domhain sa spás **OSPS** Mé féin: Ag tabhairt aire do mo chorp **Corpoideachas** Damhsa: stáidiúlacht, cothromaíocht agus comhordú a fhorbairt le linn gluaiseachta agus stoptha Gleacaíocht / gluaiseacht /cothromú agus frithchothromú
CÚLRA	Mothaíonn an corp domhantarraingt agus bogann sé ionas gur féidir linn gluaiseacht agus fanacht cothrom. In áit mar an Spás-stáisiún bíonn coirp amhail is nach raibh aon mheáchan acu.
ÁBHAIR/ FEARAS	Rialóirí agus meáchain Slat méadair má tá ceann ar fáil Cathaoir
ULLMHÚCHÁN	TADA
CÚLRA EOLAÍOCHTA	Chun seasamh gan titim is gá do mheáchanlár a bheith os cionn do chos. Nuair atá tú i do shuí tá do mheáchanlár os cionn na cathaoireach. Chun seasamh is gá don mheáchanlár a bheith os cionn do chos rud nach féidir a dhéanamh gan cromadh ar aghaidh. Nuair tá tú i do sheasamh agus nuair a chromann tú ar aghaidh gluaiseann do mheáchanlár ar aghaidh chomh maith. De ghnáth dhéanfá cúiteamh air seo trí do thóin a shá siar ach nuair atá tú ag seasamh le balla ní féidir é seo a dhéanamh agus mar sin titeann tú.

An féidir leat fanacht cothrom?

Gníomhaíocht

AN COMHTHÉACS A BHUNÚ	Féach timpeall an tseomra. An bhfuilimid inár suí go compordach? An féidir linn seasamh? An féidir linn seasamh ar leathchos? Nuair atá muid in ár suí nó inár seasamh tá muid cothrom. An féidir linn fanacht sa riocht sin?
SPRIOC-CHEISTEANNA	An dtiteann tú de ghnáth nuair a bhíonn tú ag siúl? Cad a tharlaíonn nuair tá tú i do sheasamh ar bhus? Cad a dhéanann tú chun fanacht cothrom?
FORBAIRT AR AN NGNÍOMHAÍOCHT	Tóg rialóir agus cothromaigh é ar do mhéar. An féidir é a dhéanamh? Déan nóta den áit ar an rialóir ina bhfuil sé cothrom. Cuir méar faoi fhoircinn an rialóra (nó na slaite méadair). Lig do do mhéara gluaiseacht go mall i dtreo a chéile ach coinnigh an tslat cothrom an t-am ar fad. Áit a dtagann do mhéara le chéile sin an áit a bhfuil meáchanlár na slaite. Ba chóir go mbeadh sé san áit chéanna a d'aimsigh tú nuair nach raibh ach méar amháin in úsáid agat.
SÁBHÁILTEACHT	**Bíodh áit slán ag na páistí chun titim.**
GNÍOMHAÍOCHT	**(i)** Suigh suas go díreach ar chathaoir agus do lámha ag sileadh síos leat. An féidir leat éirí gan do lámha a bhogadh nó gan cromadh ar aghaidh? **(ii)** Seas le balla ionas go bhfuil do dhroim is do shála ag teagmháil leis. Bíodh bonn airgid os do chomhair. An féidir leat an bonn a bhaint den urlár gan do shála a bhogadh? **(iii)** Seas le do chosa scartha, ach bíodh cos amháin, gualainn amháin agus do chloigeann ag teagmháil leis an mballa. Anois ardaigh an chos eile más féidir leat! **(iv)** Seas le do chosa scartha agus bíodh do chosa, do dhá ghualainn agus do chloigeann ag teagmháil leis an mballa. Ardaigh cos. An féidir leat é a dhéanamh? D'fhéadfaí na gníomhaíochtaí seo a chlárú mar fhís-scannán.

(i)



(ii)

(iii)

An féidir leat fanacht cothrom?

Athbhreithniú

ATHBHREITHNIÚ	Cad tá ag tarlú? Tá meáchanlár ag an gcorp. Chun fanacht cothrom ní mór don meáchanlár seo a bheith os cionn do chosa. Nuair a bhíonn corp ag gluaiseacht deanann sé coigeartú ionas go mbíonn an meáchanlár i gcónaí os cionn na gcos.
MEASÚNÚ	Taifeadadh a dhéanamh le ceamara. Iarr ar na páistí scéal a scríobh faoi na pictiúir. D'fhéadfaí teicneolaíocht an eolais agus na cumarsáide (ICT) a úsáid chun scéal na bpictiúr a chlárú.
LEATHNÚ	Breathnaigh ar an suíomh **www.nsbri.org/Education/TG2_Act7.pdf** D'fhéadfadh na páistí taighde a dhéanamh faoin gcóras gréine agus ar na hathruithe a bheadh i meáchan duine ar na pláinéid éagsúla. **Ceistigh na páistí faoi:** • Cad eile a d'fhéadfaidís a fháil amach? • Conas a bhféadfaidís iniúchadh a dhéanamh? Thabharfadh sin spreagadh dóibh a gcuid scrúdaithe féin a chruthú.