

Do Leanbh sa Bhunscoil

Nodanna do Thuismitheoirí



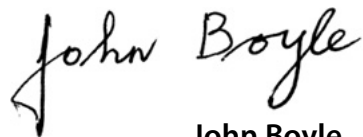
Réamhrá

A Thuismitheoir/Chaomhnóir,

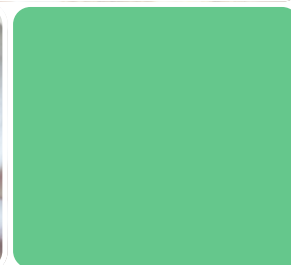
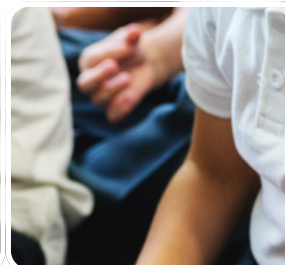
Tá do pháiste ar tí dul go dtí an scoil go luath. Smaoinigh air sin. Cairde nua, áit nua, fuaimeanna nua, rialacha nua, dream níos mó timpeall orthu; is domhain iomlán nua é sin. Is mar sin a bhíonn an chéad lá. Beidh domhain iomlán nua i gceist le gach lá scoile ina dhiaidh sin ó thaobh aibíochta, foghlama agus fáis.

Tá súil againn go mbeidh an foilseachán seo cabhrach duit chun ciall a bhaint as bunscoil na linne seo agus conas a oibríonn sí. Roinn múinteoirí bunscoile faisnéis faoi conas a bhíonn lá oibre sa bhunscoil, chun an chéad chéim a ghlacadh i dtreo comhpháirtíocht a chothú idir thuismitheoirí agus múinteoirí. Tá múinteoirí ag obair go dlúth le thuismitheoirí ar fud na tíre. Aithníonn siad an tábhacht a bhaineann le rannpháirtíocht na dtuismitheoirí, mar aon leis an eolas a fhaigheann siad faoin mbunscoil. Seo sampla ar an toradh praiticiúil a thagann ón gcomhpháirtíocht idir an scoil agus an baile.

Tá súil againn go mbeidh an leabhrán seo úsáideach duit.



John Boyle
Rúnaí Ginearálta
Cumann Múinteoirí na hÉireann
Nuashonraithe Lúnasa 2025

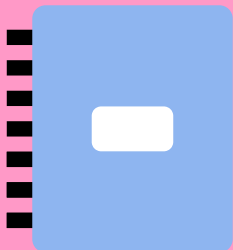


Irish National Teachers' Organisation
35 Parnell Square
Dublin 1, D01 ET35
Web: www.into.ie
Email: info@into.ie
Tel: (01) 804 7700

Cumann Múinteoirí Éireann
35 Cearnóg Parnell
Baile Átha Cliath 1, D01 ET35
Gréasán: www.into.ie
Ríomhphost: info@into.ie
Guthán: (01) 804 7700

Ábhair

An saol a éascú don naíonán bheag p9



An curaclam p10



Ón bhaile go dtí an scoil p1

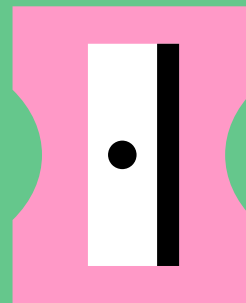


Páistí le riachtanais oideachasúla speisialta p11

An chéad lá p12



Rollú scoile p2



Cabhair le do pháiste ullmhú chun foghlaim p4

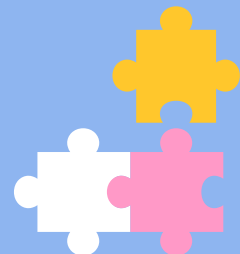
Ullmhúchán don Scoil p8



Itheachán sláintiúil p16



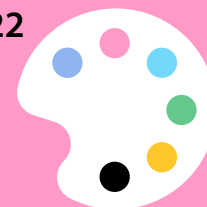
Bulaíocht p19



Obair bhaile p21



Idirchultúrachas p22



Sláinte agus sláinteachas p17



Cumarsáid idir an bhaile agus an scoil p23



An bord bainistíochta p24



Más cónaitheoir nua in Éirinn thú p25





Ón bhaile go dtí an scoil

Foghlaimíonn páistí go nádúrtha agus neamhfhoirmiúil óna dtuismitheoirí agus ón domhain timpeall orthu. Nuair a bhíonn siad ar scoil, tosaíonn páistí ag léamh agus ag scríobh chomh luath agus is féidir leo. Cosúil lena gcumas labhartha agus siúil a fhorbraíonn ag aoiseanna difriúla, is amhlaidh a tharlaíonn leis an léamh agus an scríobh nuair atá siad réidh.

Ní gá go mbeidh páistí in ann léamh agus scríobh sula bhfuil siad ar scoil. Tá sé i bhfad níos tábhachtaí go mbeidh siad ag súil le tosú ar scoil.

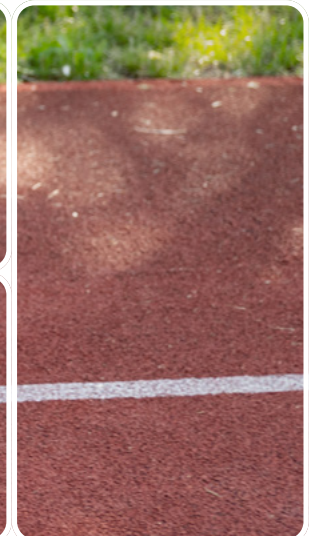
Go hiondúil, tosaíonn páistí ag dul ar scoil agus iad ceithre nó cúig bhliana d'aois. Tá gach páiste i dteideal oideachas bunscoile agus iarbhunscoile a fháil saor in aisce.

Sa bhunscoil, nó scoil náisiúnta, de ghnáth bíonn rang do naíonáin bheaga agus naíonáin mhóra ann, agus ina dhiaidh sin, rang 1 go dtí rang 6. Tá go leor cineálacha bunscoile difriúla ann agus is féidir le tuismitheoirí an scoil is oiriúnaí dá bpáiste a roghnú.



Acmhainní

- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CitizensInfoPrimary
- Polasaithe iontrála scoile: bit.ly/SchoolAdmissionsPolicies
- An Roinn Oideachais agus Óige: bit.ly/DeptEdYouth
- Comhairle Náisiúnta na dTuismitheoirí: www.npc.ie



Rollú scoile

Foilsíonn gach scoil fógra iontrála, ar fáil ar a suíomh gréasáin nó trí theagmháil leis an scoil. Luann sé sin na dátaí a bhfuil siad ag glacadh le rollú don chéad bliain scoile eile agus an spriocdháta d'iarratais. Is féidir le scoil dalta nua a chlárú le linn na bliana scoile sula mbeidh an dalta ag freastal ar na naíonáin bheaga ach gan a bheith níos luaithe ná sin. Más mian leat do pháiste a chlárú le linn na bliana scoile, labhair le scoileanna áitiúla go díreach ó thaobh áiteanna ar fáil agus chun faisnéis a fháil maidir le iarratas a dhéanamh.

Conas do pháiste a chlárú leis an mbunscoil

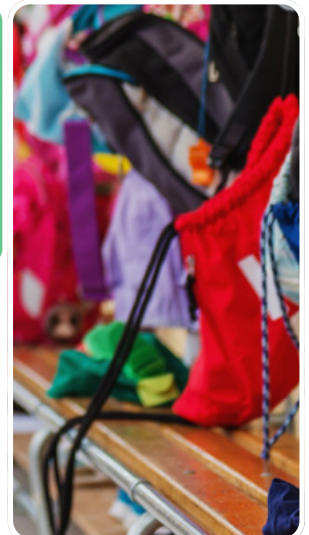
Más mian leat do pháiste a chlárú le scoil áitiúil, labhair le príomhoide na scoile trí ghuthán chun gur féidir cruinniú a lorg leo. Ná téigh go dtí an scoil don chéad uair sula bhfuil sin curtha in áirithe. Má theastaíonn cúnamh uait ó thaobh Béarla, is féidir leat cara a thabhairt leat. Sa chéad chruinniú, is féidir leat labhairt leis an bpríomhoide chun do pháiste a chlárú. Ba chóir iarratais ar rollú scoile a dhéanamh i scríbhinn. Má tá foirm chlárúcháin ar fáil, ba chóir duit é a líonadh isteach chun iarratas a dhéanamh.

Nuair a dhiúltaíonn scoil páiste a chlárú, ba chóir go mbeidh cóip den cinneadh, lena n-áirítear an fáth a dhiúltaíodh ar fáil duit i scríbhinn. De réir *Achta um Iontráil Scoile (2018)*, tá cead ag tuismitheoir achomharc a dhéanamh ar chinneadh diúltaithe clárúcháin do pháiste i scoil.

Cabhróidh Seirbhísí Leasa Oideachais Tusla (An Ghníomhaireacht um Leanaí agus an Teaghlach) leat ó thaobh socrúcháin mura n-éiríonn leat áit a fháil. Chun déileáil le hiarratas dá leithéid sin, teastaíonn ó Tusla cóip a choimeád de gach comhfhreagras leis na scoileanna i gceist. Is féidir teacht ar a thuilleadh sonraí go díreach ó Tusla trí ghlaó gutháin ar a n-oifig Náisiúnta **01 7718500**; trí r-phost info@tusla.ie nó ina suíomh gréasáin www.tusla.ie.

Má tá do pháiste cláraithe ar scoil, iarrfaidh an príomhoide faisnéis uait, mar shampla:

- Ainm, aois agus náisiúntacht do pháiste;
- D'ainm, seoladh agus uimhir ghutháin lena féidir labhairt leat, mar shampla, má bhíonn do pháiste tinn ar scoil;



- An bhfuil fadhbanna sláinte ag do pháiste gur chóir don scoil a bheith ar an eolas fúthu amhail asma/titimeas i gcás go mbeidh siad tinn ar scoil;
- Cén oideachas a bhí ag do pháiste go dtí seo;
- Cén suimeanna áirithe atá ag do pháiste, mar shampla ceol, ealaín, spóirt;
- Ar mhaith leat go nglacfaidh do pháiste páirt i ranganna reiligiúin na scoile agus/ nó searmanais reiligiúnacha; agus/nó
- An bhfuil aon riachtanais speisialta ag do pháiste.

An bhfuil cineálacha difriúla scoile ann?

Tá, is féidir le bunscoileanna a bheith bunaithe ar éiteas reiligiúnach, mar shampla, Caitliceach Rómhánach, Eaglais na hÉireann nó Ioslamach. Glacann scoileanna Ag Foghlaim le Chéile le éiteas ilreiligiúnach. Múineann an chuid is mó scoileanna curaclam trí Bhéarla. Múineann scoileanna áirithe, Gaelscoileanna, curaclam trí theanga náisiúnta na hÉireann, an Ghaeilge. Múineann scoileanna aonghnéis buachaillí agus cailíní ar leithligh, agus bíonn an dá inscne le chéile i scoileanna eile. Tabhair faoi deara freisin gur scoileanna sóisearach iad bunscoileanna áirithe. Is le haghaidh daltaí ó naíonáin bheaga go dtí an 2ú rang iad, agus múineann scoileanna eile an bhealach ar fad ó naíonáin bheaga go dtí an 6ú rang.

Freastal ar scoil

Nuair atá do pháiste cláraithe ar scoil, is gá dóibh freastal ar scoil gach lá scoile. Is leatsa an fhreagracht sin agus is riachtanach faoi dhlí na hÉireann go dtabharfaidh tú fógra don scoil nuair a bheidh do pháiste in easnamh ón scoil i ngeall ar thinneas nó cúinsí éisceachtúla eile. Ba chóir duit fógra a sheoladh chuig múinteoir an ranga agus an chúis go mbeidh do pháiste in easnamh a mhíniú tríd an modh cumarsáide is fearr leis an scoil. D'fhéadfadh sin a bheith trí aip na scoile, r-phost, nó litir sa phost.

Seo litir samplach: Bhí (ainm an pháiste) in easnamh ón scoil inné (dáta) i ngeall ar (cúis). Sínithe: (d'ainm).

Éiteas na scoile

Cuireann bunscoileanna na hÉireann tuiscint agus cóimheas chun cinn mar gheall ar **éagsúlacht chultúrtha, eiticiúil, cine, sóisialta agus reiligiúnach**. Cuireann siad tuiscint chun cinn freisin maidir le difríocht i gcomhthéacs sochaí idirchultúrtha. Is comhpháirt thábhachtach é an ceiliúradh ar an éagsúlacht sa saol scoile, go háirithe trí eispéireas ceoil, ealaíne, rince agus staire. Tugtar meas ar chúlra eitneach agus reiligiúnach gach páiste. Táthar ag súil go dtabharfaidh gach páiste meas as páistí eile sa scoil.

Smacht

Tá **cód iompair** ag gach scoil chun dea-iompar a chothú agus rialacha/prionsabail i bhfeidhm ar gá le gach duine a leanúint. Beidh aon faomhadh soiléir sa pholasaí seo chomh maith.





Cabhair le do pháiste ullmhú chun foghlaim

- **Meon dearfach** – is tábhachtach meon dearfach a chothú i dtreo foghlama. Má bhíonn sé ag páistí, déanfaidh siad iarracht a bheith gníomhach sa phróiseas foghlama.
- **Fiosracht** – is tábhachtach don fhoghlaim fiosracht nádúrtha an pháiste a spreagadh. Mothaíonn páistí spreagtha chun níos mó ceistanna a chur má fhaigheann siad freagraí spreagúla.
- **Féin-mhuinín** – nuair a bhíonn páistí muiníneach faoina gcumais, beidh fonn orthu glacadh le níos mó dúshláin.
- **Éisteacht** – ba chóir páistí a spreagadh chun dea-scileanna éisteachta a fhorbairt. Is cuid mhór de saol na scoile iad teoracha agus teagasc.
- **Idirghníomhú le chéile** – is gá do pháistí príomh-scileanna a fhoghlaim, amhail conas roinnt agus fanacht. Is gá dóibh freisin foghlaim conas meas a léiriú do dhaoine eile agus dá gcuid mothúcháin.
- **Neamhspleáchas** – ionas gur féidir leo páirt a ghlacadh i saol na scoile, ba chóir go mbeidh dea-leibhéal neamhspleáchais ag páistí.
- Ní bheith gach ceann de na gnéithe thuas ag gach uile páiste roimh dhul ar scoil agus tacóidh scoileanna le páistí tríd an idirthréimhse sin idir a bheith sa bhaile agus ar scoil.

Cabhróidh an t-eolas a leanas leat tacú le do pháiste chun bainistíocht scileanna nua a fhorbairt:

Spraoi

Foghlaimíonn páistí nuair atá siad ag spraoi. Ba chóir go leor deiseanna a thabhairt dóibh:

- **Aithris a dhéanamh ar ról** – is breá le páistí aithris a dhéanamh ar ról éagsúla, amhail dochtúirí nó úinéirí siopa, agus cabhraíonn sé sin leo focail a úsáid.
- **Gléasadh suas** – is aoibhinn le páistí gléasadh suas. Tacaíonn sin lena gcruthaíocht agus scileanna teanga.
- **Imirt le ábhair spraoi** – gaineamh, uisce, míreanna mearaí, boscaí, brící agus bréagáin eile.
- **Cluichí fisiceacha** – cluichí le liathróidí, cluichí sipeála nó tóir.

Is féidir spreagadh do pháistí imirt le bloic tógála, míreanna mearaí simplí nó bréagáin bunúsacha a chuirtear le chéile. Tabhair spreagadh dóibh tógáil agus píosaí scaipthe timpeall na háite a úsáid, amhail plátaí páipéir, pacáistí, cartáin nó boscaí uibheacha.



Scileanna teanga

Tá tábhacht ollmhór le scileanna teanga. Tá an teanga riachtanach chun léamh agus scríobh a fhorbairt agus is cuid lárnach d'fhorbairt shóisialta agus mhothúcháin na bpáistí é. I bhforbairt scileanna teanga do pháiste, spreag dóibh:

Éisteacht • Míniú • Insint • Labhairt • Ceistiú • Athinsint

Éist le páistí agus mol dóibh labhairt. Tabhair am dóibh eachtraí a mhíniú duit nó cur síos a thabhairt. Déan iarracht gan bhriseadh isteach, fiú má bhíonn tú cinnte faoi cad atá le rá acu. Nuair a labhraíonn tú le do pháiste, úsáid a lán focail. Ná úsáid an iomarca máithrise.

• Spreag do pháiste chun ainm a thabhairt d'oibiachtaí sa seomra nó áit eile atá chomh mór céanna, nó a bhfuil uigeacht nó cruth ar leith acu:

- Cén cruth é an leabhar ar an seilf?
- Conas a mhothaíonn an ruga sin?

• Iarr ar do pháiste cur síos a dhéanamh ar eachtra ar leith a tharla, cosúil le:

- Cad a chonaic tú nuair a bhíomar ag siúil inniu?
- Cad a tharla ag an bhfiacloir inniu?

• Iarr ar do pháiste oibiachtaí a chur i gcatagóir:

- Cad is ainm don bhia ar an mbord?

- Cad is ainm do na glasraí sa chuisneoir?

- Cad is ainm do gach rud atá sa chuisneoir nach glasraí iad?

• Cabhair le do pháiste an teanga a úsáid chun smaoineamh i gcomhthéacsanna difriúla:

- Cén fáth a chaitheann tú cóta nuair atá sé fuar?
- Cén fáth is gá duit uachtar gréine a chur ort nuair atá sé te?

• Cabhair le do pháiste teanga a úsáid chun eachtraí atá thart, ag tarlú, nó le tarlú:

- Cad a dhéanfaidh tú san áit súgartha inniu?
- Cad a tharlaíonn nuair atáimid san ollmhargadh?

• Spreag do pháiste chun a m(h)othúcháin a léiriú:

- Conas a mhothaigh tú nuair a thit tú?

• Is bealach maith iad na rannta, rúin agus amhráin le curfá athráiteach chun forbairt teanga a spreagadh.

• Nuair a léann tú scéalta do do pháiste, cabhraíonn sin le forbairt teanga chomh maith.

Bíonn an **Ghaeilge**, mar theanga agus ábhar, nua go leor de ghnáth do pháistí a thosaíonn ar scoil. Ó am go ham, úsáid focail nó abairtí beaga as Gaeilge chun páistí a chur i dtaithí leis an nGaeilge. Cabhróidh sé sin dóibh déileáil le dara teanga. Cabhróidh sé leo sa scoil má bhíonn siad i dtaithí le abairtí amhail “más é do thoil é”, “go raibh maith

agat”, agus “maith an cailín/buachaill” nó “maith thú”. Cabhair le do pháiste **dathanna** a aithint. D'fhéadfadh sin a bheith úsáideach as Gaeilge chomh maith toisc go mbaineann sé le téarmaí aontearma amháin, amhail “dearg”, “bui” nó “bán”.

Má theastaíonn tacaíocht uait leis an bhfoghraíocht, tá go leor teoraithe agus físeáin ar fáil ar líne: teanglann.ie/en/fuaim/.

Béarla mar theanga breise

Foghlaímíonn páistí a chéad theanga sa bhaile, agus is tábhachtach go bhforbraíonn páistí a scileanna teanga ina dteanga dúchais sa bhaile. Dar le taighde, go hiondúil téann daltaí gan Bhéarla trí “thréimhse ciúin” nuair a thosaíonn siad ar scoil. D'fhéadfadh sé sin tarlú toisc go bhfuil na páistí sin timpeallaithe ag teanga difriúil, áit dhifriúil agus daoine difriúla. Ós rud é go bhfuil scileanna teanga inaistrithe, beidh páistí in ann teanga a nua a fhoghlaim agus a fháil ar scoil de réir a chéile.

Teastaíonn go leor cleachta agus athrá ó pháistí a bhfuil Béarla mar theanga breise acu.

Is féidir go mbeidh múinteoir tacaíochta teanga ar fáil chun tacú le do pháiste ar scoil. Ba chóir duit fiosrú le scoil do pháiste.

Léamh

Nuair a léann tú scéalta le do pháiste, cothaíonn sé sin grá do leabhair agus cruthaíonn sé suim sa léitheoireacht don chuid eile don saol. Cinntigh go mbeidh an léitheoireacht taitneamhach mar eispéireas. Ná caith an iomarca ama ag léamh mura bhfuil suim ag an bpáiste níos mó - is fearr eispéireas gearr taitneamhach a bhaint amach as.

Tabhair aird ar na meicníochtaí sa léitheoireacht, amhail an leabhar a choinneáil sa lámh agus na leathanaigh a chasadh. Cuir do mhéar faoi na focail agus iad á léamh agat i dtreo na láimhe deise. Beidh an chuid is mó suime ag an bpáiste sna pictiúir, só tabhair am dóibh breathnú orthu agus iad a phlé.

Spreag dóibh cad atá foghlamtha acu sa scéal a athrá agus labhairt faoin gcuid is fearr. Nuair a thagann muinín níos mó ar do pháiste le meicníochtaí na léitheoireachta, is féidir leat cluichí samhlaíochta a imirt, amhail “cad is dóigh leat a tharlódh...”, nó “cad a dhéanfa sa chás seo?”

Má tá do pháiste ag foghlaim Béarla mar dara theanga, is tábhachtach duit ábhar léitheoireachta oiriúnach a roghnú. Fiosraigh le do scoil nó leabharlann le haghaidh comhairle.

Scríobh

Is gá do pháistí óga na matáin cearta a fhorbairt sna lámha sula féidir leo tosú ag scríobh mar is cuí. Is féidir leat cabhrú leis an bhforbairt seo má mholann tú dóibh rudaí a dhéanamh lena lámha.

Is féidir leat a leanas a thabhairt dóibh:

- Bileoga móra páipéir agus criáin tiubha le spraoi, tarraingt, dathú, línte a leanúint nó cóipeáil;
- Siosúir chun páipéar a ghearradh (bí cinnte siosúir a úsáid atá sábháilte le n-úsáid ag páistí);
- Gníomhaíochtaí a bhaineann le doirteadh, meascadh nó rolláil (marla);
- Babóga nó teidí le éadaí ina bhfuil cnaipí agus iallacha a úsáid, zipeáil agus ceangal;
- Moladh dóibh iad féin a ghléasadh.

Ceadaigh do do pháiste an lámh roghnaithe go nádúrtha acu a úsáid. Ní bheidh fadhb ar scoil má úsáideann siad an lámh clé!

Matamaitic

Is féidir leat cabhrú le do pháiste dul i dtaithí leis na smaointe a theastóidh uathu chun mata a thuiscint ar scoil. Ceadaigh don pháiste scanra a shórtáil, an bord a shocrú, an méid spunóga nó forc a chomhaireamh. Labhair faoi na uimhreacha le feiceáil ar turas go dtí an siopa. Cabhraigh le do pháiste oibiachtaí a shórtáil agus a mheaitseáil bunaithe ar:

- **Méid** – cuir na oibiachtaí beaga go léir sa bhosca;
- **Cruth** – cuir na oibiachtaí cruinn go léir ar an mbord;
- **Dath** – cuir na earraí dearga go léir ar an gcathaoir;

- **Uigeacht** – cuir na earraí slim go léir sa bhosca;
- **Feidhm** – bailigh na earraí go léir a bhíonn ag rolláil le chéile;
- **Ábhar** – bailigh na earraí adhmaid go léir le chéile.

Arís, is éasca go leor téarmaí Gaeilge a úsáid ó am go ham i gcomhair cuid dóibh sin toisc go mbaineann sé le focail singil, cosúil leis na dathanna. Mar shampla, “a haon”, “a dó”, “a trí”.

Spreag do pháiste chun bailiúcháin a dhéanamh le linn siúlóide, mar shampla sliogáin, cóin, clocha, cnónna agus cleití. Bainfidh siad sult as na oibiachtaí difriúla a shórtáil is a chur i gcatagóir níos déanaí. Bain triail freisin as bailiúchán cnaipí, suaitheantais nó claibíní, agus píosaí beaga eile timpeall an tí.

Úsáid an teanga le do pháiste chun cabhrú leo ciall a bhaint as coincheapa “níos mó”, “níos lú”, “mar an gcéanna”, “difriúil”, “níos faide”, “níos giorra” agus comparáid úsáideach eile

Muinín agus féinmheas

Nuair atá páistí muiníneach faoina gcumas agus scileanna, beidh fonn orthu tabhairt faoi dhúshlán nua níos minice. Is féidir le tuismitheoirí féinmheas na bpáistí a thógáil, níl le déanamh ach a gcumais a thabhairt faoi deara, mar aon le buanna, suimeanna agus scileanna, agus aird a tharraingt orthu. Mol páistí go minic agus tabhair deiseanna dóibh a gcumais a thaispeáint.

Cothaíonn moladh agus spreagadh iompar an pháiste agus cabhraíonn siad leis an bhfoghlaim. Nuair a fhaigheann páistí moladh, tuigeann siad go bhfuil siad speisialta, gur féidir leo a bheith bródúil as a gcuid éachtaí agus bíonn a gcuid buanna agus cumais ar eolas acu. Má bhíonn dea-íomhá ag tuismitheoirí de pháistí, beidh dea-íomhá acu dóibh féin mar thuismitheoirí freisin. Nuair a thuigeann páistí go dtacaíonn tuismitheoirí lena bhfuil ar siúil acu, tiocfaidh feabhas ar a gcuid féinmheas.

Teanga a úsáid chun féinmheas a thógáil

Is fachtóir an-tábhachtach í an teanga a úsáideann tuismitheoirí i bhforbairt féinmheasa páiste. Faigheann páistí aiseolas ó bheith ag idirghníomhú lena dtuismitheoirí gach lá. Bíonn dea-thoradh fadtéarmach, dá bharr, má thugtar aiseolas do pháistí i dteanga féinmheasa. Bíonn trí eilimint i gceist leis an aiseolas sin:

- **Cur síos ar an iompar.**
- **Freagra na dtuismitheoirí ar an iompar.**
- **Aitheantas ar mhothúchán.**

Is tábhachtach a thuiscint gur rudaí difriúla iad luach an pháiste agus a iompar. Níl páiste “go maith” nuair a ghalann sé nó “go dona” má dhoirteann sé bainne. Tá luach iontu toisc go bhfuil grá ann dóibh, ní i ngeall ar cad a dhéanann siad.

Nuair a thugtar cur síos ar iompar, tuigeann páistí an tionchar aige sin gan nasc a dhéanamh lena luach féin. Mar shampla:

- “Chonaic mé leabhair agus bréagáin san urlár” (cur síos ar iompar)
- “Nuair atá an chistin glan, beidh dinnéar againn” (cúis)
- “Feicim go bhfuil tú tuirseach agus ocrasach” (mothúcháin a aithint)
- “Ba mhaith liom go mbeidh na bréagáin curtha in eagar agus na leabhair ar an seilf” (ionchas soiléir)

Tacaíonn an cineál cumarsáide díreach sin le féin-mheas. Nuair a thuigeann páistí na cúiseanna taobh thiar d'iarraíais, tá seans níos mó ann go bhfreagróidh siad go dearfach.

Nuair a bhíonn páistí ag glacadh páirt sa ghnáth-amh, tagann muinín orthu agus cuidíonn sin dóibh déileáil níos fearr leis an scoil. Nuair a deirtear “ná cuir do lámh ansin” ró-mhinic, is ionann é agus “ná foghlaim”. Creideann páistí iontu féin nuair a thuigeann siad go bhfuiltear ag cur muinín orthu.



Acmhainní

- School Days: [www.schooldays.ie](http://www schooldays.ie)
- Seomra Ranga: www.seomraranga.com
- Leabhair Scoile Éireann: www.childrensbooksireland.ie
- Scoilnet: bit.ly/ScoilnetPrimary

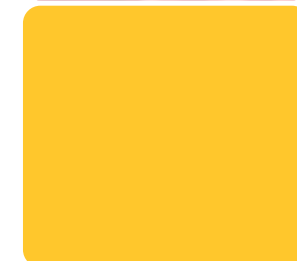


Ullmhúchán don Scoil

Nuair a thosaíonn páistí ar scoil, is féidir go mbeidh go leor imní ar pháistí agus tuismitheoirí araon. Is athrú ollmhór é do pháiste seomra a roinnt le 25 páistí eile nó níos mó. Is féidir le tuismitheoirí an t-imní sin a laghdú - dóibh féin agus don pháiste - má ullmhaíonn siad an páiste go cúramach. Ba chóir don ullmhúchán seo tosú cúpla mí sula dtosaíonn an páiste ar scoil agus ba chóir é a dhéanamh de réir a chéile.

D'fhéadfadh a leanas cabhrú:

- Is dea-smaoineamh é **cuairt a thabhairt ar scoil roimh ré** leis an bpáiste. Buail leis an bpríomhoide agus múinteoir na naíonán. Taispeáin do do pháiste foirgneamh na scoile, seomra cótaí, an seomra ranga, an áit ina bhfuil na leithris agus an áit shúgartha. Labhair le do scoil agus iarr orthu má tá lá oscailte/cuairte do dhaltaí.
- Labhair le do pháiste faoi **laethanta do scoile féin**. Bí dearfach faoi d'eispéireas.
- Cuir béim ar dheiseanna chun **cairdeas a dhéanamh** agus páirt a ghlacadh i ngníomhaíochtaí nua. É sin ráite, is tábhachtach gan an iomarca béime a chur ar an saol scoile. Léirigh meon suaimhneach, normálta sa chomhrá sin.
- Cuir do pháiste in aithne le naíonán bheag eile, más féidir lig dóibh spraoi le chéile sna laethanta saoire. Cuirfidh sé suaimhneas ar do pháiste má fheiceann sé/sí **daoine coitianta** ar an gcéad lá.
- **Ba chóir do pháistí a bheith in ann** cótaí a chur agus a bhaint agus iad a chrochadh suas, an leithreas a úsáid, a lámha a nigh agus a gcuid criáin agus leabhair dathúcháin a eagrú. Imir "scoil bhréagach" le do pháiste. Cabhair leo cleachtadh chun rudaí a chur isteach agus amach ón mála scoile agus an bosca lóin a oscailt agus a dhúnadh.
- Múin dóibh ciarsúr páipéir a úsáid, bréagáin a roinnt agus babhtá a ghlacadh.
- Cuir lipéid ar **éadaí agus nithe eile** do pháiste go soiléir chun cabhrú leo a (h)ábhair féin a aithint.
- Ba chóir duit ainm agus uimhir ghutháin a thabhairt don scoil ina féidir labhairt le duine eile mura bhfuil tú sa bhaile. Mínigh an socrúchán seo le do pháiste.
- Ceadaigh do do pháiste **a bheith neamhspleách**.
- Spreag muinín chun gur féidir leo éadaí a chur orthu féin. Ceadaigh am don tasc sin ar maidin.
- Ná déan cáineadh mura bhfuil rudaí díreach mar a shíl tú, amhail cnaipí nach bhfuil foirfe nó carbhat beagáinín cam
- **Mol an iarracht** aon am gur féidir leat.



An saol a éascú don naíonán bheag

Ní féidir le páistí a bheith neamhspleách mura féidir leo an trealamh a chuireann tú ar fáil a bhainistiú. Smaoinigh ar na earraí a theastaíonn ó do pháiste chun dul trí lá scoile:

- Mura féidir le páistí bróga a cheangal agus is gá dóibh bróga a athrú - b'fhéidir i gcomhair aclaíochta - cabhróidh bróga le Velcro dóibh iad a athrú go mear agus go neamhspleách.
- Tabhair faoi deara más féidir le páistí a gcuid éadaí a bhainistiú leo féin. D'fhéadfadh zipeáil a bheith níos éasca ná cnaipí mar shampla. D'fhéadfadh brístí leaistice a bheith níos éasca ná zip nó cnaipí.
- Más gá don pháiste lón a thabhairt, roghnaigh bosca agus fleasc atá éasca le hoscailt. Bíonn deochanna cartáin níos éasca sábháilte ná buidéil. Arís, cinntigh gur féidir leo dul sa mhála scoile.
- Smaoinigh ar bhia lóin freisin. Más mian le do pháiste oráiste a thabhairt, mar shampla, ba chóir gan ach oráistí scafa a chur ann. Cabhraíonn iógairt socair gan doirteadh trí thimpiste.
- Déan iarracht do pháiste a dhúisiú beagáinín níos luaithe, ós rud é go mbeidh maidin níos suaimhní dá bharr.



An curaclam

Tá curaclam bunscoile deartha chun clpoí le riachtanais oideachais éagsúla pháiste an lae inniu. Bíonn dearcadh ar leith ag an gcuraclam ar an bpáiste agus ar oideachas. Cuireann sé uathúlacht an pháiste san áireamh agus forbraíonn sé cumas an pháiste chomh mór agus indéanta. Soláthraíonn sé raon leathan eispéiris a chuidíonn leis an bpáiste eolas áirithe a fháil, mar aon le smaointe agus scileanna a chuirfidh chun cinn a gcuid forbartha ar gach staid.

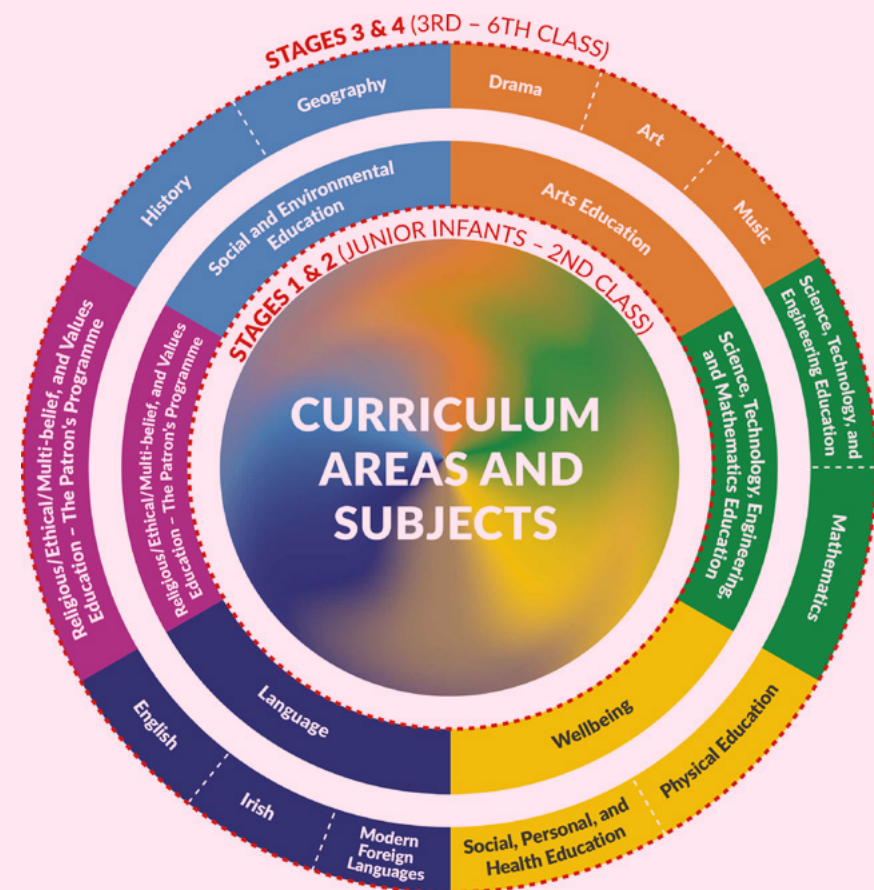
Is aidhm leis an gcuraclam:

- Cumas gach páiste a fhorbairt chomh mór agus indéanta;
- Grá a spreagadh don foghlaim; agus
- Cabhrú le páistí scileanna a fhorbairt a úsáidfí siad an saol ar fad.



Acmhainní

- An Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta:
bit.ly/NCCAParents
- Curaclam Ar Líne:
www.curriculumonline.ie/Primary



Páistí le riachtanais oideachasúla speisialta

Tá socrúcháin teagaisc bhreise ag gach scoil chun cloí le riachtanais dhaltaí le riachtanais oideachasúla speisialta. Deimhnítear socrúcháin na scoile de réir a próifíl oideachais.

Déantar **cúntóirí riachtanais speisialta (SNA)** a sholáthar do scoileanna ina bhfuil daltaí le riachtanais oideachasúla speisialta cláraithe.

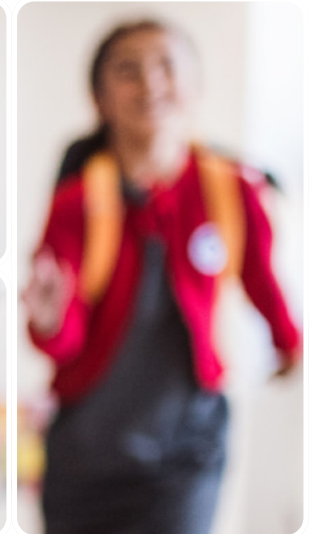
Soláthraíonn **An tSeirbhís Síceolaíoch Oideachais Náisiúnta (NEPS)**, lena síceolaithe, agus the **An Chomhairle Náisiúnta um Oideachas Speisialta (NCSE)** araon, lena gcomhairleoirí agus SENO, comhairle agus tacaíocht do scoileanna. Ba chóir do thuismitheoirí pháistí le riachtanais oideachasúla speisialta (SEN) riachtanais a bpáiste a phlé le príomhoide na scoile.

Tá an **Chomhairle Náisiúnta um Oideachas Speisialta (NCSE)** ar fáil freisin chun tacú le thuismitheoirí.

Chun cabhrú leis an bpleanáil, luaigh an Roinn Oideachais agus Óige agus an NCSE gur chóir do thuismitheoirí fógra a thabhairt don NCSE roimh Dheireadh Fómhair 2025

má theastaíonn áit óna bpáiste i rang speisialta nó scoil speisialta don bliain scoile 2026/27. Bainfidh an t-amlíne seo le blianta scoile sa todhchaí chomh maith.

Is féidir le thuismitheoirí/caomhnóirí a bhfógraí a sheoladh trí chóras ar líne NCSE, ar fáil ar: ncse.ie/notify-ncse-special-class-special-school.



Acmhainní

- An Roinn Oideachais agus Óige: bit.ly/DEYSpEd
- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CitizensInfoSEN
- An Chomhairle Náisiúnta um Oideachas Speisialta: bit.ly/NCSEParents
- Comhairle Náisiúnta na dTuismitheoirí: npc.ie/special-education

An chéad lá

Tabharfaidh do scoil fógra duit mar gheall ar shocrúcháin chun do pháiste a thabhairt ar scoil agus a bhailiú, cad le bheith ag súil leis sa seomra ranga nó clós agus na prótacail agus cleachtaí i bhfeidhm chun páistí a choinneáil slán. Beidh cruinniú eagraithe ag go leor scoileanna chun gur féidir le tuismitheoirí agus caomhnóirí nua a bheith ar an eolas.

Is tábhachtach go mbunaíonn tú gnáthamh maith go luath. Seiceáil gach earraí - éide, mála - ba chóir dóibh a bheith réidh don maidin. Déan é sin go suaimhneach agus ná cuir an iomarca fuinneamh nó imní mar gheall air ar do pháiste. Tabhair go leor am ar maidin chun éadaí a chur, cith a ghlacadh agus bricfeasta a ithe. Is tábhachtach go mbeidh do pháiste sa scoil sula dtosaíonn an rang, ós féidir go mbeidh eagla ar pháistí siúil isteach sa rang atá tosaithe cheana féin.

Fág do pháiste leis an múinteoir agus abair leis an bpáiste go mbeidh tú ar ais san am ceart chun iad a bhailiú. Má bhíonn brón ar do pháiste, cuir muinín ar an múinteoir. Tá taithí ag an múinteoir agus tá a fhios acu conas compord a chur ar pháiste imníoch. Má bhíonn tú brónach, roinn na mothúcháin sin le pairtnéir/cara, ach ná roinn é sin le do pháiste.

Is tábhachtach go mbeidh tú ann in am chun do pháiste a bhailiú ón scoil. Beidh brón ar pháistí má fheiceann siad páistí eile bailithe agus mothaíonn siad go bhfuil siad dearúdta.

Glacann sé **am ar an bpáiste dul i dtaithí le saol agus gnáthamh na scoile**. Ná bí ag súil leis an iomarca dul chun cinn ró-luath. Labhair leo faoi cad a tharla agus ceadaiigh dóibh freagairt ina mbealach féin. Má iarrann tú “cad a d’fhoghlaim tú inniu?”, is cosúil go gcloisfidh tú “faic”. Bíonn an chuid is mó den foghlaim ar leibhéal naíonáin bunaithe ar imeachtaí agus ní thuigeann páistí “foghlaim” sa slí céanna a thuigeann daoine fásta é. Má iarrann tú “cad a rinne tú?”, “an ndearna tú ceol?”, “an ndearna tú pictiúr?”, beidh freagra níos fearr agat.

Beidh do pháiste tuirseach abhaile ón scoil agus, ó am go ham, beidh siad ag dul a chodladh ar feadh uaire nó mar sin sa bhaile. Is tábhachtach gnáthamh a shocrú le am ciúin le chéile agus dul go dtí an leaba go luath.

Má mhothaíonn tú go bhfuil buairt ar do pháiste faoi rud éigin a bhaineann leis an scoil, labhair leis an múinteoir.

Déileáil le mothúcháin

- Cinntigh go labhraíonn tú leis an bpáiste agus abair leo cad a tharlóidh ar an “lá mór”.
- Mol do do pháiste labhairt leat faoina (h)eagla agus déan d’iarracht is fearr muinín a chur orthu.
- Beidh an chéad lá ar scoil mothúchánach duit féin agus don pháiste - lig don pháiste caoineadh.
- Mínigh don pháiste go bhfuil sé in am duit imeacht, agus go mbeidh tú ar ais go luath.
- Cinntigh go bhfuil tú luath chun an páiste a bhailiú, ós rud é go mbeidh strus ar an bpáiste muna bhfeiceann siad thú agus an scoil críochnaithe.
- D’fhéadfadh tacaíocht ó thuismitheoirí eile a bheith cabhrach sna laethanta luatha.
- Tógann sé cúpla seachtain chun dul i dtaithí, bí foighneach le do pháiste.



Uaireanta scoile, saoire agus dúnadh

Bíonn an lá scoile sa bhunscoil cúig uair agus 40 nóiméad ar fhad. De ghnáth bíonn ‘sos beag’ ag 11rn, agus ‘sos mór’ timpeall 12.30pm. D’fhéadfadh fad an lae scoile a bheith laghdaithe uair an chloig do pháistí sna naíonáin bheaga agus mhóra. Cinntigh go bhfuil tú i dtaithí le amanna oscailte agus dúnta na scoile, agus seiceáil na dátaí ina bhfuil an scoil dúnta, srl. Ba chóir do thuismitheoirí freagracht a ghlacadh as a gcuid páistí nuair is gá chun gur féidir leo dul abhaile le linn uaireanta scoile.

An bhliain scoile

Tá trí théarma i gceist le bliain na bunscoile. Chun fadhbanna do theaghlach a sheachaint, rinneadh caighdeánú ar shos don Nollaig/geimhreadh, Cásc/earrach agus meán-téarma sa chéad agus dara téarma.

De ghnáth, déanann gach scoil liosta de na laethanta ina mbeidh an scoil dúnta don saoire nó ar chúiseanna eile. Tugtar cóip den liosta sin do thuismitheoirí. Má tá suíomh gréasáin ag do scoil, seiceáil go rialta é i gcomhair nuashonruithe maidir le dúnadh, leath-lá, srl. Más gá don scoil dúnadh nó deireadh a chur leis an lá scoile gan choinne, tabharfar nóta do do pháiste nó beidh teagmháil déanta leat trí chóras cumarsáide na scoile, m.s. Téacs nó aip na scoile, roimh ré, ag an scoil.

Cinntigh go mbreathnaíonn tú i mála scoile do pháiste gach lá i gcomhair nótaí mar sin agus fiosraigh go rialta i gcomhair téacs nó cumarsáide.

Deireadh Fómhair 2025 - briseadh meántéarma:

Beidh scoileanna dúnta ón Luain 27 Deireadh Fómhair 2025 go dtí 31 Deireadh Fómhair 2025, é san áireamh.

Nollaig/geimhreadh 2025: Beidh scoileanna dúnta dé hAoine 19 Nollaig 2025, arbh é sin an lá deiridh den téarma scoile. Osclóidh scoileanna arís dé Luain 5 Eanáir 2026.

Feabhra 2026 - briseadh meántéarma: Beidh gach bunscoileanna dúnta Déardaoin 19 Feabhra agus dé hAoine 20 feabhra 2026. (D’fhéadfadh bunscoileanna 3 lá lánroghnach a úsáid chun an briseadh sin a shíneadh go briseadh cúig lá ón Luain 16 Feabhra go dtí an Aoine 20 Feabhra 2026, é san áireamh.)

Cásc/earrach 2026: Beidh gach scoileanna dúnta dé hAoine, 27 Márta 2026, arbh é sin an lá deiridh den téarma scoile. Beidh gach scoileanna athoscailte ar an Luain 13 Aibreán 2026.

Leis sin, tá cúpla lá lánroghnach ar fáil do scoileanna le bheith dúnta de réir cúinsí áitiúla.



Acmhainní

- An Roinn Oideachais agus Óige: bit.ly/StandardisedSchoolYear2526
- School Days: bit.ly/SchoolDaysCal

Freastal ar an scoil

Faoi réir *Achta um Leas Oideachais (2000)*, is gá duit a chinntiú go bhfreastalaíonn do pháiste ar scoil go rialta. Mura féidir le do pháiste freastal ar scoil ar aon chúis, ba chóir nóta sínithe a thabhairt don scoil ag míniú an fáth nach raibh do pháiste ar scoil.

Is riachtanach don scoil fógra a thabhairt ar sheirbhísí leasa oideachais reachtúla má bhíonn do pháiste in easnamh níos faide ná 20 lá ón scoil. Is féidir go mbeidh oifigeach leasa oideachais i dteagmháil leat ansin chun labhairt faoi conas cinntiú go mbeidh do pháiste sa rang go rialta.

Cé go bhfuil sé annamh, d'fhéadfaí tuismitheoirí a thabhairt os comhair na cúirte agus fineáil/príosún a ordú mura gcloíonn siad leis an oifigeach leasa oideachais maidir le freastal a bpáiste.

Moltar duit go láidir gan pháiste a bhailiú ar scoil i gcomhair saoire go tobann. Má ghlacann tú saoire, fiú ceann gearr, le linn an téarma, ciallaíonn sin go gcaillfidh do pháiste am scoile an-tábhachtach. D'fhéadfadh sé a bheith deacair do do pháiste teacht suas leis an obair atá cailte acu.



Acmhainní

- Tusla: bit.ly/TuslaAttendance
- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CISchoolAttendance
- SchoolDays.ie: bit.ly/SDSchoolAttendance





Cabhair le héide agus leabhair

Bíonn éide scoile riachtanach sa chuid is mó scoileanna mar chuid dá pholasaí iontrála. Nuair is féidir, beidh earraí ginearálta, seachas ó bhranda, sonraithe ag an scoil.

Má mhothaíonn tú go mbeidh tú ag streachailt le costas éide scoile, d'fhéadfá a bheith i dteideal cabhair a fháil ón **Roinn Coimirce Sóisialaí**. Is féidir leis an *Liúntas Éadaí agus Coisbhirt don Scoilbhliain Nua* cabhrú i dtreo costais éide agus bróga scoile do pháistí. Fanann iarratais ar oscailt don liúntas go dtí 30 Meán Fómhair. Is féidir le tuismitheoirí tacaíocht a iarradh ón scoil freisin.

Ó 2023, ciallaíonn tabhairt isteach **Scéime Leabhair Scoile Saor in Aisce** go mbeidh leabhair scoile soláthraithe do dhaltaí i mbunscoileanna agus scoileanna speisialta. Ba chóir gan iarradh ar thuismitheoirí ranníocaíocht a dhéanamh i dtreo costais leabhair scoile, leabhair oibre, nó cóipleabhair. Fanfaidh gach leabhar scoile faoi úinéireacht na scoile agus ba chóir iad a thabhairt ar ais chuig an scoil ag deireadh na bliana. D'fhéadfadh go mbeidh acmhainní sheomra ranga áirithe nach bhfuil clúdaithe faoin scéim. Déanfaidh an scoil cumarsáid le tuismitheoirí maidir le tuilleadh sonraí (más ann) mar gheall ar cén earraí is gá do thuismitheoirí a sholáthar don bhliain scoile nua.



Acmhainní

- An Roinn Coimirce Sóisialaí: bit.ly/DSPBTSAllowance
- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CIFinancialHelp
- Mo Leas: bit.ly/MWSchoolAllowance
- Scéim Leabhair Scoile Saor in Aisce: bit.ly/FreeSchoolBookScheme



Itheachán sláintiúil

Cothaíonn páistí nósanna itheacháin don saol ar fad san aois óg, só is tábhachtach iad a threorú go maith. Is riachtanach réim chothrom bia, go leor codladh, agus go leor aclaíochta a bhaint amach i gcomhair fás sláintiúil.

Cuir am ar leataobh ar maidin i gcomhair bricfeasta folláin, agus roghnaigh an lón go cúramach - bíonn torthaí agus ceapairí níos fearr ná milseáin nó briosaí. Bíonn polasaí “gan milseáin” ag scoileanna áirithe, ar chóir a leanúint agus a mhíniú go simplí don pháiste. Bíonn oideachas sláinte mar chuid den churaclam chomh maith; sa scoil, moltar do pháistí dea-roghanna a dhéanamh maidir le bia. Ba chóir don rogha atá déanta agat dóibh gan dul i gcoinne sin.

Nuair a thugann tú cineálacha éagsúla bia folláin, cabhraíonn sin le páistí fás go maith. Chun lón níos sláintiúil a spreagadh, tosaigh ar bhealach beag - malartaigh milseáin agus torthaí uair sa seachtain agus tóg air sin de réir a chéile go dtí go ndéanfar é gach lá.

Bricfeasta

Tá an bricfeasta riachtanach do dhaltai scoile - briseann sé troscadh na hoíche, cuireann sé feabhas ar an gcumas chun díriú, agus spreagann sé itheachán sláintiúil. Tabhair gránaigh donn nó bran le bainne agus torthaí úr, tósta donn, agus sú nó oráiste gan siúcra.

Lón

Ba chóir don lón triain de riachtanais bia an lae do pháiste a sholáthar. Chun bosca lóin cothrom a dhéanamh, cuirtear ceann de gach príomh-ghrúpa ar phirimid an bhia: arán, gráin nó prátaí; torthaí nó glasraí; déirí; agus foinse phróitéine amhail feoil, iasc nó ailtéarnacha bunaithe ar phlandaí.

Leideanna do bhoscaí lóin folláine, éagsúla agus suimiúla

- Cuir meascán bia stáirse, próitéine, déirí, agus torthaí/glasraí ann.
- Déan iarracht cineálacha bia éagsúla a oiráil nuair is féidir.
- Tabhair cineálacha difriúla arán: m.s. Pitta, fillteog, rollaí donn.
- Úsáid pasta nó rís fuílleach i sailéad.
- Bain triail as lón le téamaí: m.s. Sailéad pasta (lódáileach), fillteoga (Meicsiceach).
- Bíonn anraith i bhfleasc go hiontach do laethanta fuara, sailéad do laethanta níos teo.
- Is tábhachtach iad na leachtanna do pháistí, suas go dtí sé chupán gach lá - na cinn is fearr

ná uisce agus bainne. D’fhéadfadh deochanna le dathanna bríomhar a bheith spreagúil le n-ól!

Leideanna chun níos mó torthaí agus glasraí a spreagadh

- Is fearr leis an gcuid is mó páistí torthaí - cinntíonn an éagsúlacht go bhfaigheann siad gach vitimin agus mianraí.
- Lig do pháistí cabhrú leat torthaí agus glasraí a roghnú sa siopa.
- Is breá le páistí torthaí éasca le n-ithe amhail banana agus mandairín.
- Cuir glasraí amh ar fáil mar sneaic - cairéad gearrtha, cúcamar, trátaí beaga.
- Cuir torthaí gearrtha le babhla bricfeasta.
- Déan sailéad torthaí le chéile - bainfidh siad sult astu má chabhraíonn siad leis an ullmhúchán.

Acmhainní

- SafeFood: www.safefood.eu
- Éire Folláin: www.healthyireland.ie
- Food Dudes: www.fooddudes.ie



Sláinte agus sláinteachas

Tá do pháiste ag roinnt seomra anois go laethúil le go leor páistí ceithre/cúig bhliana d'aois. Ní féidir teagmháil díreach a sheachaint le páistí eile, só ba chóir go leor aird a thabhairt ar shláinte agus sláinteachas.

Ba chóir duit **gruaig do pháiste** a sheiceáil go rialta i gcomhair mhíolra. Bí cúramach faoi **phéist**. Cuir le fios don múinteoir nó príomhoide láithreach má thugann tú aon rud mar sin faoi deara.

Ba chóir gan **pháistí tinn** a thabhairt go dtí an scoil. Is gá duit smaoineamh ar na páistí eile sa rang. Tá clár scagthástála scoile agus clár imdhíonta scoile do pháistí ag freastal ar bhunscoileanna poiblí.

Déanann altraí poiblí agus oifigigh liachta **scagthástálacha sláinte sa scoil** agus tarlaíonn siad laistigh den scoil. Cuirtear le fios don príomhoide mar gheall ar dháta do na scagthástálacha roimh ré ionas gur féidir eolas a thabhairt do thuismitheoirí. Is féidir le thuismitheoirí a bheith i láthair. Déantar scrúdú ar éisteacht agus radharc na bpáistí, agus má iarrann an thuismitheoir nó más gá, d'fhéadfaí scrúdú fisiceach a dhéanamh.

Cuirtear cóireáil ar fáil saor in aisce d'fhadhbanna aitheanta ag na scagthástálacha sin má théann an páiste ar scoil mar othar poiblí ag rannóg seachtrach ospidéil. Bíonn aon chóireáil eile

(seachtrach nó isteach) a eascraíonn ón atreorú tosaigh sin saor in aisce mar othar poiblí.

Tugtar vacsaín faoin **gClár Imdhíonta do Pháistí** saor in aisce do gach páiste. Teastaíonn comhthoil an tuismitheora i gcomhair mineastrála vacsaín ar pháistí agus daoine óga suas go dtí 16 d'aois.

Déantar **seirbhísí fiacla** a chur ar fáil do pháistí ag freastal ar an mbunscoil freisin. Déantar scagthástáil orthu sa 2ú, 4ú agus 6ú rang agus atreoraithe don cóireáil, más gá, chuig an gclinic fiacla áitiúil.

Mineastráil leighis

Má bhíonn fadhb sláinte ar leith ag do pháiste, amhail ailléirge, asma, titimeas nó diaibéiteas, ba chóir duit é a chur le fios don scoil. Ba chóir **eolas a thabhairt don scoil** mar gheall ar ainm agus seoladh do dhochtúra teaghlaigh. Má theastaíonn leigheas ó do pháiste go rialta, ba chóir socrúcháin cuí soiléir a dhéanamh chun an leigheas sin a mhineastráil. Léigh tuilleadh anseo: bit.ly/ChronicIllnessSchool

Cé go bhfuil múinteoirí i scoileanna ag gníomhú mar “thuismitheoirí ar an láthair”, níl

aon oibleagáid acu leigheas a mhineastráil go rialta nó páistí a ghlacann iad a mhaoirsiú. Ní bheith fadhb, áfach, más mian le múinteoirí, má tá cead acu ón mbord bainistíochta, má fuair siad faomhadh i scríbhinn ó thuismitheoirí agus má fuair siad oiliúint chuige.

Go ginearálta, déanann múinteoirí an iarracht is fearr chun foráil a dhéanamh do pháistí tinn, ach ar deireadh ní dhéanfaidh má chuireann sé sábháilteacht agus leas aon pháistí faoina gcúram i mbaol.



Acmhainní

- An Roinn Oideachais agus Óige: bit.ly/DEYParentResources
- Feidhmeannach na Seirbhíse Sláinte: bit.ly/HSEImmunisationOffice

Moltar duit **an méid is mó tacaíochta agus cabhrach** a thabhairt chun gur féidir leis an scoil freastal ar riachtanais do pháiste. Is féidir go mbeidh san áireamh leis sin féin-mhineastráil (nuair is gá agus faofa ag GP) nó faoi mhaoirseacht an tuismitheora. Nuair a tugadh cead do mhúinteoirí **leigheas a mhineastráil i gcás éigeandála**, amhail aidréanailín i gcás anaifiolacsais, ba chóir don leigheas sin a bheith ar an dáileog is lú indéanta chun biseach a chinntiú go dtí go bhfuil saineolaí liachta in ann cabhrú. Níor chóir dáileog éigeandála a thabhairt ar leibhéal a chuirfeadh sé do pháiste i mbaol mura ndéantar é i gceart. Ba chóir deimhniúchán chuige sin a fháil i scríbhinn ón gcleachtóir liachta freagrach as do pháiste sula n-aontaíonn scoil leigheas tarrthála dá leithéid sin a choinneáil faoina cúram. Nuair is féidir, ba chóir insteallta EpiPen a úsáid in áit snáthaidí insteallta.

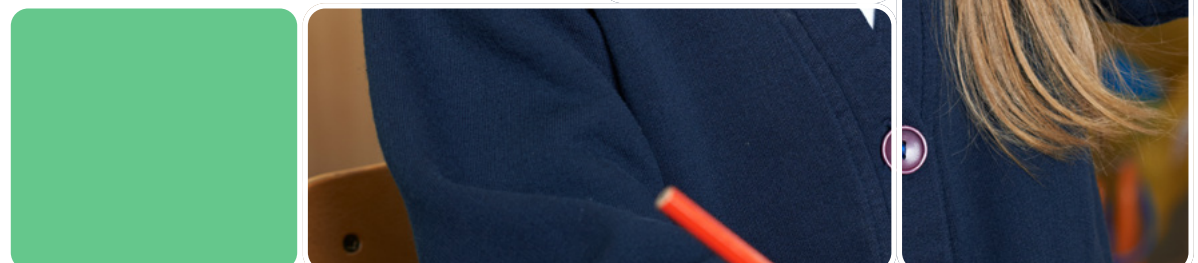
Nuair a bhíonn coinníollacha baolach don saol ar pháiste, ba chóir do thuismitheoirí a lua go soiléir i scríbhinn cad is féidir agus cad nach féidir a dhéanamh i gcás éigeandála ar leith, le tagairt go háirithe ar cad a d'fhéadfadh a bheith mar riosca don pháiste.

Míolra cinn

Is fadhb choitianta iad na míolra cinn i mbunscoileanna. Ós rud é go roinneann do pháiste seomra ranga agus clós súgartha le go leor páistí eile, is an-éasca dóibh sin scaipeadh. Faraor, bíonn siad ag bogadh i gcónaí agus d'fhéadfadh siad dul ó dhuine amháin go duine eile trí theagmháil ceann ar cheann.

Conas a fháil amach má tá míolra cinn ar do pháiste? An chéad leid ná tochas go minic sa cheann. Le fiosrú má tá míolra cinn ann, fiosraigh go cúramach an ghruaig taobh thiar mhuinéal do pháiste agus taobh thiar de na cluasa. An bealach is fearr míolra agus a n-uibheacha a aimsiú ná **cíor mhín a rith** trí ghruaig fhiuch scartha, ag breathnú go cúramach ar fhianaise míolra. Ós rud é go ritheann míolra cinn amach ó sholas díreach, b'fhéidir nach bhfeicfidh tú ach na sliogáin ubh folamha (sneá). Uibheacha beaga bána is ea iad, chomh mór céanna lena chéile, ceangailte leis an ngruaig.

Ba chóir duit gruaig do pháiste a fhiosrú go minic i gcomhair míolra cinn. Ma bhíonn míolra cinn ar do pháiste, ba chóir duit a chur le fios don múinteoir nó príomhoide agus cóireáil a thabhairt don ghruaig láithreach. Ba chóir gach duinne, tú féin ina measc, mar aon le baill teaghlaigh eile agus cairde scoile, a sheiceáil i gcomhair míolra. D'fhéadfadh aon duine míolra cinn a fháil, i ndáiríre. Ní roghnaíonn míolra cinn cén chineál gruaige is fearr leo - glan, salach, fada nó gearr. Is éasca míolra cinn a chóireáil. Is féidir cóireáil **uachtair nó seampú** a cheannach ó chógaslann gan oideas ón dochtúir.



Bulaíocht

D'fhéadfadh bulaíocht tarlú do pháistí - is cúis mhór buairte í sin do thuismitheoirí agus múinteoirí. Nuair a tharlaíonn bulaíocht ar scoil, teastaíonn comhoibríocht idir an scoil agus na tuismitheoirí chun an fhadhb a réiteach. Is féidir le bulaíocht a bheith fisiceach, i bhfocail nó mothúchánach agus d'fhéadfadh grúpaí nó duine aonair é a dhéanamh, agus tarlaíonn sé ar líne uaireanta.

Chuir codanna eile roimhe seo béim ar an tábhacht atá le **neamhspleáchas, muinín, agus scileanna chumarsáide** pháiste. Bíonn na buanna sin an-tábhachtach chun cabhrú le páistí déileáil le bulaíocht.

Nuair a dhéanann páiste bulaíocht, seo an chúis is coitianta:

- Déantar bulaíocht orthu sa bhaile.
- Mhothaíonn siad neamhlán nó faoi bhrú.
- Tá siad ag streachailt le cairdeas a dhéanamh.
- D'fhéadfadh siad bulaíocht a dhéanamh ar pháistí eile le mothú i gceannas.

Uaireanta d'fhéadfadh droch-shláinteachas nó nósanna áirithe páiste a chur i mbaol bulaíochta - is féidir dul i ngleic leis sin le do chabhair.

Má tá do pháiste ag déanamh bulaíochta, is tábhachtach é a aithint agus oibriú leo i dtreo an nós a athrú. Gan chomhoibríocht ó gach tuismitheoir, ní féidir leis an scoil an cheist a réiteach agus tacú le gach páirtí.

Múinfear do pháistí *an Clár Bí Slán* i scoileanna.

Cad le déanamh

- Déan iarracht a fháil amach más **freagra sealadach ar rud eile** i saol an pháiste é sin amhail leanbh nua, méala nó strus sa bhaile.
- Labhair le do pháiste agus déan iarracht a chur le tuiscint dóibh conas a mhothaíonn an páiste/na páistí eile. Tabhair cuireadh do pháistí eile teacht le súgradh le do pháistí nó dul amach le chéile chun cairdeas a dhéanamh níos éasca. Ná déan bulaíocht mar fhreagra air. Déanfaidh ionsaí fisiceach nó i bhfocail gach rud a chur in olcas. Beidh ort déileáil leis an fhadhb **thar tréimhse ama**.
- **Labhair le múinteoir an pháiste.** Feicfidh tú go bhfuil múinteoirí toilteanach cabhrú. Is tábhachtach duit agus don múinteoir an cur chuige céanna a ghlacadh don fhadhb. Beidh polasaí *Bí Cineálta* nó frith-bhulaíochta eile ag an scoil chun dul i ngleic le hiompar bulaíochta.
- Is minic a bhíonn droch-mhuinín ag bulaithe. Ná cuir éachtaí do pháiste i gcomparáid le páistí eile. **Mol iompar cabhrach, cineálta gach uair a bhfuil deis.**

- Ba chóir a mhúineadh do pháistí **glacadh le difríochtaí** dhaoine eile. Má bhíonn do pháistí ag cáineadh daoine eile go minic, déan tráchtanna dearfacha mar gheall ar pháistí eile chun cabhrú.

Má deireann do pháiste leat go bhfuiltear ag déanamh bulaíocht orthu

- **Fan i do shuaimhneas** agus ná téigh thar fóir, is cuma conas a mhothaíonn tú. Bheadh an freagra sin diúltach don pháiste, ag léiriú go bhfuil fearg nó díomá ort.



Acmhainní

- Comhairle Náisiúnta na dTuismitheoirí: bit.ly/NPCBullying
- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CIBullying
- Web Wise: www.webwise.ie

- Ba chóir don freagra a thugann tú léiriú dóibh nach bhfuil an locht orthu agus gur fhadhb í sin is féidir a réiteach.
- Nuair a mhúineann tú don pháiste go bhfuil cead **gan** ghlacadh le gach rud a deirtear leo agus iompar muiníneach a bheith acu, cabhróidh sé sin i go leor cás.
- Taispeáin don pháiste gur féidir leo labhairt leat agus leis an múinteoir má bhíonn fadhb acu.
- Labhair leis an múinteoir. Gníomhaíocht rúnda is ea an bhulaíocht agus le ranganna 30 páiste is deacair do mhúinteoirí é a fheiceáil. Teastaíonn tacaíocht na dtuismitheoirí ó mhúinteoirí chun déileáil leis an fhadhb.
- Má bhíonn bulaíocht fisiceach, ná habair le do pháiste é a thabhairt ar ais. Ní cheadaíonn scoileanna do pháistí a bheith foréigneach agus cuirfidh comhairle atá i gcomhilint leis sin mearbhall ar an bpáiste. Chomh maith leis, má deirtear le páiste leochaileach foréigean a dhéanamh ar ais, is minic nach féidir leo agus chuirfeadh sé sin leis an mothúchán gur theip orthu.
- Is féidir le páistí a bheith leochaileach agus **uaireanta teastaíonn cabhair uathu cairde a dhéanamh**. Is féidir leat cuireadh a thabhairt do pháistí imirt agus cabhair thuismitheoirí eile a lorg chun é sin a éascú.
- Is tábhachtach a rá le páistí go dtagann sábháilteacht sa chéad áit. Abair le do pháiste, má dhéantar bagairt orthu, imeacht agus a rá leat. Is tábhachtach i gcás mar sin **do pháiste a mholadh as gnáthchiall a úsáid**.

- Bíonn páistí áirithe leochaileach ar bhulaihte toisc go bhfuil droch-sláinteachas nó droch-nósanna pearsanta acu. Má tharlaíonn sé sin, is féidir leat cabhrú leo dul i ngleic leis.
- Is féidir le **Cibearbhulaíocht** a bheith contúirteach do pháistí níos sine. Tá faisnéis chabhrach agus freagraí do cheisteanna choitianta ar fáil ar www.webwise.ie

Iompar nach mbaineann le bulaíocht

Ní chiallaíonn iompar a tharlaíonn uair amháin i dtreo dalta eile bulaíocht. D'ainneoin sin, is féidir le teachtaireacht chosrach sna meáin sóisialta a bheith ina bulaíocht toisc gur féidir le go leor daoine í a fheiceáil agus is dóchúil go mbeidh sí roinnte cúpla uair.

Ní bulaíocht é easaontuithe idir dhaltaí, nó cásanna nuair nach bhfuil daltaí ag iarraidh a bheith mar chairde nó leanúint mar chairde, seachas má bhíonn iarrachtaí leantacha cur isteach ar a chéile d'aon ghnó.

D'fhéadfadh go mbeidh deacrachtaí cumarsáide ag daltaí áirithe le riachtanais speisialta, rud a d'fhéadfadh iad a spreagadh chun a riachtanais a léiriú trí iompar bagrach dóibh féin nó do dhaoine eile. Ní bhíonn an t-iompar sin d'aon ghnó nó beartaithe ach, i gcásanna áirithe, is freagra uathoibríoch iad nach féidir leo smacht a choinneáil air.

Ní hionann bulaíocht agus iompar a tharla trí thimpiste nó de bharr easpa cúraim. Má bhíonn fíor-dhíobháil déanta cúpla uair

don dalta a bhfuil an t-iompar acu, ach trí thimpiste don dalta eile, ní bulaíocht é sin.

Cé nach bulaíocht iad na iompair sin, is féidir leo cur isteach ar pháistí agus is féidir leat comhoibriú le scoil do pháiste chun dul i ngleic leo.

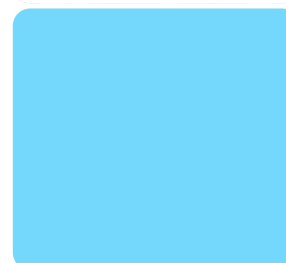
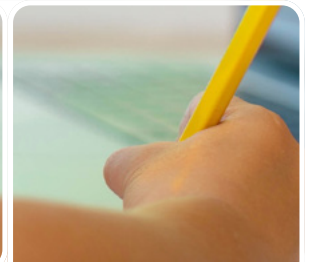
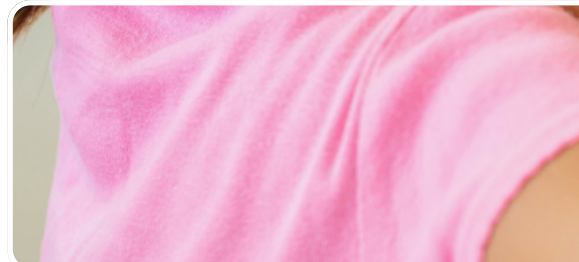
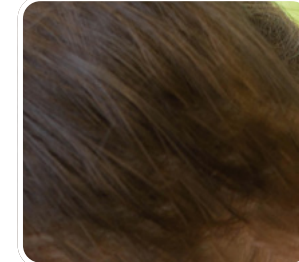


Obair bhaile

Beidh an polasaí maidir le obair bhaile difriúil ó scoil go scoil. Má bhíonn polasaí ag scoil do pháiste ar son obair bhaile a thabhairt, ba chóir gnáthamh a bhunú go luath chun cloí leis:

- Cuir am rialta ciúin ar leataobh dó.
- Ba chóir don pháiste a bheith ina shuí go compordach.
- Ba chóir am a bheith san áireamh le obair bhaile i gcomhair oibre ó bhéal chomh maith le obair i scríbhinn.
- Is féidir le hobair ó bhéal, go háirithe go luath sa scolaíocht, na ceachtanna foghlama a chomhdhlúthú trí Ghaeilge agus Béarla araon.
- Spreag do pháiste chun leabhair agus cóipeanna a choinneáil glan eagraithe.
- Má tá do pháiste ag obair go neamhspleách, bí ar fáil chun cabhrú agus taispeáin suim ar cad atá á dhéanamh. Mol do pháiste as iarrachtaí gach seans a fhaigheann tú.
- Má mhothaíonn tú mífhoighneach le linn duit oibriú le do pháiste, ba chóir duit stopadh. Ná cuir bagairt ar an bpáiste, beidh droch-thionchar air sin.
- Má bhíonn fadhbanna ag do pháiste go leanúnach leis an obair bhaile, labhair leis an múinteoir agus déan na deacrachtaí a phlé.

- Mura féidir obair bhaile a dhéanamh ar aon chúis, abair é sin leis an múinteoir.
- Má éiríonn obair bhaile ina tasc a chuireann strus ort, ba chóir stopadh.



Idirchultúrachas

Aithníonn múinteoirí go n-imríonn scoileanna ról an-tábhachtach ó thaobh dea-mheon a chothú i bpáistí do dhaoine ó chúlraí cultúrtha, reiligiúnach agus eitneach difriúla. Go háirithe, tuigeanann múinteoirí an gá chun polasaithe agus cleachta frith-chiníochais a chur i bhfeidhm agus idirchultúrachas a chur chun cinn ar scoil.

I gcomhair daoine fásta agus páistí a thagann isteach i gcultúr nua, d'fhéadfadh go mbeidh suaitheadh cultúir éigin. D'fhéadfadh páistí iarracht a dhéanamh líofacht agus tuiscint i mBéarla a bhaint amach. Molfaidh múinteoirí do pháistí ó thíortha eile nasc láidir a choinneáil lena gcultúr féin agus lena dteanga féin, san am céanna ag foghlaim faoi chultúr agus teanga na hÉireann.

Déanann múinteoirí iarracht gach tuismitheoirí a chur san áireamh in oideachas a bpáistí. Bíonn difríochtaí ann ar fud an domhain ó thaobh cleachtais agus ionchais chun páistí a thógáil.

Cabhraíonn plé oscailte idir mhúinteoirí agus tuismitheoirí cosc a chur ar mhíthuiscint. Má bhíonn buairtí agat mar gheall ar nósanna nó cleachtaí i do scoil, iarr a thuilleadh eolais. Chun a bheith gníomhach sa phobal áitiúil, is féidir le tuismitheoirí a bpáistí a chlárú le gníomhaíochtaí lasmuigh den scoil amhail sacar, cispheil nó cluichí an phobail.

Moltar go gníomhach do thuismitheoirí páirt a ghlacadh i saol na scoile agus cabhrú le

gníomhaíochtaí sheomra ranga. Trí mheán scéalaíochta, ceol, rince, taispeántais cócaireachta nó ag plé tíreolaíochta agus staire na tíre, is féidir le tuismitheoirí cabhrú lena bpáistí foghlaim, ar bhealach practiciúil, maidir le saibhreas agus éagsúlacht chultúir eile.

Molfar do thuismitheoirí freisin páirt a ghlacadh sna gníomhaíochtaí amhail léitheoireacht i bpéirí, chun forbairt churaclam a chur chun cinn. Is bealaí eile iad páirt a ghlacadh i gcumainn na dtuismitheoirí, traenáil spóirt nó turais scoile do thuismitheoirí a bheith gníomhach i saol na scoile. Ritheann scoileanna áirithe **ranganna Béarla** do thuismitheoirí nó d'fhéadfadh siad thú a threorú go dtí áiteanna ina bhfuil na ranganna sin ar fáil.

Tá ceart ag gach páiste mothú sábháilte ó mhagadh, bhagairtí, mí-úsáid i bhfocail agus fisiceach. Má tharlaíonn eachtraí ciníocha i scoileanna, déileáilfear leo sa bhealach céanna le aon chineál eile iompair do-ghlactha. Beidh an scoil ag dul i ngleic le hiompar do-ghlactha na bpáistí agus tabharfar tacaíocht do na páistí a bhí thíos leis an iompar sin.



Acmhainní

- NCCA: bit.ly/NCCAEAL
- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CIInfoEAL
- Mother Tongues: mothertongues.ie





Cumarsáid idir an bhaile agus an scoil

Ionas gur féidir le scoileanna an rud is fearr do do pháiste a dhéanamh, is an tábhachtach dea-chumarsáide a bheith ann leis an mbaile.

Is iad na tuismitheoirí na príomh-theagascóirí a bhíonn ag páistí agus is riachtanach go mbeidh comhoibríocht agus tacaíocht acu leis an scoil.

Tá a bealach cumarsáide féin ag gach scoil le tuismitheoirí agus úsáidfidh sí an cineál cumarsáide is oiriúnaí dá riachtanais agus riachtanais tuismitheora. Má athraíonn do shonraí teagmhála, amhail d'uimhir ghutháin nó seoladh, is tábhachtach fógra a thabhairt don scoil láithreach.

I gcomhair faisnéise ginearálta, uaireanta úsáideann scoileanna fógraí nó nuacht-litreacha do thuismitheoirí tríd na bpáistí. Is tábhachtach duit mála scoile do pháiste a sheiceáil.

Eagraíonn scoileanna cruinnithe idir tuismitheoirí agus múinteoirí le linn na bliana scoile. Is tábhachtach duit freastal orthu sin chun a bheith ar an eolas maidir le dul chun cinn do pháiste. Is tábhachtach freisin go bhfeiceann do pháiste go bhfuil suim agat ina dhul chun cinn ar scoil. Tá

suíomh gréasáin ag an gcuid is mó bunscoileanna - seiceáil an suíomh go rialta i gcomhair eolais suas chun dáta.

Ullmhaíonn gach scoil cód iompair. Cuirfidh príomhoide na scoile cóip ar fáil do thuismitheoirí den cód sin agus úsáidfidh sé comhoibríocht na dtuismitheoirí le cinntiú go leanfar an cód.

Má tá fadhb ar leith ag do pháiste, is riachtanach go ndéanann tú cumarsáid mar gheall air le múinteoir. D'fhéadfadh strus teaghlach i ngeall ar thinneas, leanbh nua, méala nó scaradh eascrú in iompar suaiteach nó cúthalach ag an bpáiste. Is tábhachtach a chinntiú go bhfuil do pháiste ar an eolas faoin gceist sin, toisc gur féidir leis sin cabhrú leo tacú le do pháiste chun déileáil leis an strus sin.





An bord bainistíochta

Is é an bord bainistíochta/bainisteoir é an grúpa daoine nó an duine ceaptha ag an gcaomhnóir chun an scoil a bhainistiú. Ciallaíonn an caomhnóir an grúpa a bhunaíonn an scoil is a shocraíonn éiteas na scoile. Tá caomhnóirí áirithe sainchreidmheach (amhail na heaglaisí) agus cinn eile ilchreidmheach.

Áirítear leis an mbord bainistíochta ionadaithe le tuismitheoirí, múinteoirí, iontaobhaithe nó caomhnóirí, an príomhoide agus baill an phobail.

Is féidir leat a thuilleadh a léamh maidir le boird bainistíochta ag: bit.ly/DEYBOM





Más cónaitheoir nua in Éirinn thú

In Éirinn, tá gach páiste i dteideal oideachas bunscoile agus iarbhunscoile a fháil. Faoi *Acht (Leasa) Oideachais 2000* tá an oideachas in Éirinn éigeantach ó aois a sé go dtí 16, nó go dtí gur chríochnaigh daltaí trí bhliana scoile dara leibhéal (iarbhunscoile). Go ginearálta, freastalaíonn páistí ar a laghad ceithre bhliana d'aois ar 1 Meán Fómhair bhliain scoile go dtí timpeall 12 bliana d'aois bunscoil, agus téann páistí ó timpeall 12 d'aois go dtí 18 d'aois iarbhunscoil.

Tacaíocht Bhéarla

De réir taithí go dtí seo, is eol dúin go bhfoghlaímíonn páistí óga Béarla gan stró. Is normálta páiste a chur, fiú mura bhfuil a lán Béarla acu, i rang le páistí ar aois cosúil. Soláthraíonn an **Roinn Oideachais agus Óige** a thuilleadh **tacaíochta oideachasúil** chun gur féidir le scoileanna ranganna Béarla breise a thabhairt do pháistí a bhfuil riachtanas foghlama Béarla aitheanta acu.

Sealbhú teanga

Le linn laethanta saoire scoile is féidir go ndéanfaidh do pháiste dearmad ar chuid den Béarla agus Gaeilge foghlamtha. Is tábhachtach, dá bharr, deis a aimsiú chun go mbeidh do pháiste ag úsáid, ag léamh nó ag éisteacht le Béarla agus Gaeilge éigin gach lá. Mar shampla, d'fhéadfadh siad: clár teilifíse a fheiceáil agus ansin trácht a dhéanamh duit; leabhar a léamh os ard duit; earraí a iarradh sa siopa áitiúil; nó dialann laethúil a choinneáil le pictiúir agus

scríbhneoireacht le linn tréimhse saoire.

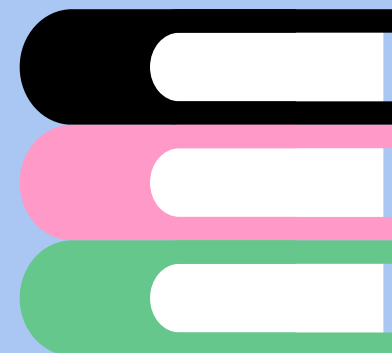
Cé gur tábhachtach do do pháiste Béarla agus Gaeilge a fhoghlaim, is an-tábhachtach freisin nach gcaillfidh siad teanga dúchais do theaghlaigh. Glac gach deis chun do theanga dúchais a úsáid le do pháiste agus abair leo faoi do thír dúchais.

Rinne Mother Tongues i gcomhoibríocht le Scoil Oideachais Choláiste na Tríonóide físeáin gearr mar gheall ar conas is féidir le teaghlaigh tacú lena bpáistí beaga ó thaobh inniúlachta, uimhearthachta agus cruthaitheachta, ar fáil i gceithre theanga **Araibis, Portaingéilis na Brasaíle, Polainnis** agus **Rómáinis** chomh maith le **Béarla**. Is féidir leat teacht ar na físeáin ar www.bit.ly/322AVxX



Acmhainní

- Eolas do Shaoránaigh: bit.ly/CIMovingToIreland
- An Chomhairle um Inimircigh in Éirinn: www.immigrantcouncil.ie
- Cross Care: www.livinginireland.ie
- Seirbhísí Cóiríochta Idirnáisiúnta um Chosaint: bit.ly/IPASireland



Vere Foster House
35 Cearnóg Parnell
Baile Átha Cliath 1
D01 ET35

01 804 7700
info@into.ie
www.into.ie

into 
Irish National Teachers' Organisation
Cumann Múinteoirí Éireann