Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Samhlaigh seo!

Cuspóir

Íomhá ó radharc sráide a úsáid le scileanna breathnóireachta agus plé a fhorbairt faoin rothaíocht agus an timpeallacht thart orainn.

Acholmre ar an ghíomhaíocht

Tabhair an radharc sráide do dhaltaí. Iarr ar na daltaí cur síos ar an méid a fheiceann siad san íomhá.

Úsáid an Speagadh Comhrá – Léid an Mhúinteora le breathnóireachtaí/plé a threorú más gá.

Pléigh an dóigh a bhféadfaidh an rothaíocht a bheith níos fearr don timpeallacht, agus chomh maith leis sin na heispéiris a bhíonn ag rothaithe nach mbíonn ag daoine i ngluaisteáin (fuaimeanna, boladh, radhairc).

Is féidir le daltaí an radharc sráide dubh agus bán a dhathú chomh maith!

Síneadh

Is féidir le daltaí seasamh agus amharc ar an íomhá, seachas suí, le hiompraíocht neamhghníomhach a laghdú. De rogha air sin, cruthaigh míreanna mearaí ón íomhá, cuir na píosaí i bhfolach le go rachaidh na páistí á lorg sula gcuirfidh tú tús leis an phlé

Spreagadh:

Iontaobhas na hInrothaíochta a thugann an acmhainn foghlama seo duit. Má tá tú ag glacadh páirte i Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile ón 25 go 29 Meán Fómhair 2023, ná déan dearmad gealltanas a dhéanamh leo le go mbeidh deis agat buachan! Téigh go dtí www.bikeability.org.uk/cycletoschoolweek le tuilleadh a fháil amach.

Am atá de dhíth:
15-20 bomaite

Acmhainní de dhíth:
Íomhá an radhairc sráide (nó cóipeanna A4 do dhaltaí, ar fáil daite agus dubh agus bán)

Speagadh Comhrá – Léid an Mhúinteora

Gníomhaíocht aonair/grúpa:
An dá rud

Nasc curaclalm:
An saol thart orainn

© Sustrans 2022. Is carthanacht cláraithe é Sustrans no.326550 (Sasan agus an Bhreatain Bheag) SC039263 (Albain)

sustrans

FLORIST
BAKERY
BIK3ABILTY
CYCLE MORE
bikeability
bikeability
bikeability

FLORIST
BAKERY
bikeability
bikeability
bikeability
BIK3ABILTY

Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Speagadh Comhrá – Léid an Mhúinteora

Uimhreacha agus cuntas

Cé mhéad?...

Rothair, gluaisteáin, bláthanna, rothaithe, fuinneoga, braonta fearthainne, siopaí

Cruthanna

Fuinneoga, boinn, stríocaí ar thrasrian síogach, an ghrian, soilse tráchta

Eolas ar an saol

Tá dhá shiopa ann (siopa bláthanna, bácús)

Cad iad na siopaí eile a fhéadfaimid a fheiceáil i mbaile mór?

Cén áit, dar leat, ar imigh an rothaí a d'fhág a rothar in aice leis an tsiopa, agus cad chuige?

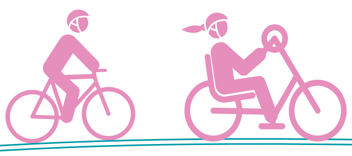
Cad chuige a mbeadh ciseán ar an rothar?

Plé faoi thrácht éadrom

Sábháilteacht ar bhóithre, trasrian síogach

Plé faoin aimsir

Fearthainn, grian, tuar ceatha, teocht, cuimilteoirí gaothscátha, fóirsteanach don rothaíocht i gcineálacha éagsúla aimsire.



Comhshaol

C'as a bhfuil an múch sceite ó na gluaisteáin ag teacht?

Cad é a dhéanann seo don aer?

An gcruthaíonn rothair múch sceite?

An fearr leis an bhláth agus an coinín aer glan nó múch sceite?

Gníomhaíocht fhisiciúil

Cé agus is folláine don aer, rothaíocht nó taisteal i ngluaisteán?

An bhfuil rothaíocht maith do do shláinte? Agus cén fáth?

Cad iad na codanna den chorp a úsáideann tú nuair a bhíonn tú ag rothaíocht?

Taisteal gníomhach

Cé a théann ar scoil i ngluaisteán?

Cé a shiúlann?

Cé a théann ar rothar nó scútar?

Céadfaí

Dá mbeifeá ag rothaíocht sa bhaile seo cad é a bheifeá ábalta a fheiceáil, a chluinstin, agus a bholú?

Cad iad na difríochtaí eile a fhéadfaidh a bheith ann nuair atá duine ag taisteal ar rothar nó i ngluaisteán?

Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Dearg, buí, glas – timpeallán

Cuspóir

Scileanna oll-luaileacha agus scileanna bunghluaiseachta a fhorbairt trí ghníomhaíocht fhisiciúil, fóirsteanach don chorpoideachas agus don tsúgradh.

Acholmre ar an ghíomhaíocht

Úsáid "Dearg, buí, glas – timpeallán!" Cártaí gníomhaíochta le tacú le foghlaim & dul chun cinn

Spreagadh:

Iontaobhas na hInrothaíochta a thugann an acmhainn foghlama seo duit. Má tá tú ag glacadh páirte i Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile ón 25 go 29 Meán Fómhair 2023, ná déan dearmad gealltanas a dhéanamh leo le go mbeidh deis agat buachan! Téigh go dtí **www.bikeability.org.uk/cycletoschoolweek** le tuilleadh a fháil amach.

Am atá de dhíth:
15-20 bomaite

Acmhainní de dhíth:
Cártaí gníomhaíochta (féach an chéad leathanach eile)

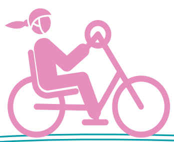
Spás do ghrúpa a bheith ag taisteal thart go sábháilte

Páipéar rollaithe suas le húsáid mar hanlaí rothair bréagacha (2 cheann an dalta)

Bróga fóirsteanacha

Gníomhaíocht aonair/grúpa:
Grúpa

Nasc curaclalm:
Corpoideachas



© Sustrans 2022. Is carthanacht cláraithe é Sustrans no.326550 (Sasan agus an Bhreatain Bheag) SC039263 (Albain)

sustrans

Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Dearg, buí, glas – timpeallán
Cártaí gníomhaíochta

Tosaíonn gach dalta i spás, ligeann siad orthu go bhfuil siad ag cur a gcloigid orthu ansin tógann siad a hanlaí rothair bréagacha, tiúb páipéir (nó a mhacasamhail) i ngach lámh amhail is dá mbeadh hanlaí rothair ina ngleic.

Iarr orthu ligean orthu féin go bhfuil siad ag dul suas ar a rothar agus imeacht leo go mall thart timpeall an spáis súgartha. Spreag iad le tiontú isteach agus amach agus thart ar dhaoine eile gan bualadh ina n-éadan, ach spás a lorg le bogadh isteach ann

Nuair atá siad réidh tosaigh ar na treoracha:

Dearg Stadann na daltaí	**Buí** Déanann na daltaí bogshodar ar an bhall, réidh le himeacht leo	**Glas** Tosaíonn na daltaí a thaisteal
An chéad ghiar Ar na barraicíní go hiontach mall	**An dara giar** Siúil go gasta ach ná rith	**Timpeallán** Taistil timpeall ar an bhall i gciorcal beag sula n-imeoidh tú leat sa chéad ghiar arís
An tríú giar Bogshodar mall	**An ceathrú giar** Déan an bogshodar níos gaiste	Thig leat treoracha difriúla a thabhairt isteach de réir mar atá na páistí ábalta: chun tosaigh, cúlaigh, i leataobh.

Caighdeán na gluaiseachta a fheabhsú

Spreag na daltaí a gceann a choinneáil suas agus a ndroim a choinneáil díreach nuair atá siad ag taisteal..

Nuair atá tú ar do bharraicíní, siúil go héadrom.

Amharc amach romhat le spás a aimsiú le bogadh isteach ann.

Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Cuir barr snasa ar do rothar

Cuspóir

Déan do rothar a athshamhlú

Acholmre ar an ghíomhaíocht

Roghnaíonn gach dalta teimpléad do rothar

Is féidir leis na daltaí pinn luaidhe, gealra, ribíní, cártaí daite, ábhair athchúrsáilte mar irisí nó rud ar bith eile daite is féidir leo a bhailiú le colláis nó rothar maisithe a dhéanamh.

Spreagadh:

Iontaobhas na hInrothaíochta a thugann an acmhainn foghlama seo duit. Má tá tú ag glacadh páirte i Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile ón 25 go 29 Meán Fómhair 2023, ná déan dearmad gealltanas a dhéanamh leo le go mbeidh deis agat buachan! Téigh go dtí www.bikeability.org.uk/cycletoschoolweek le tuilleadh a fháil amach.

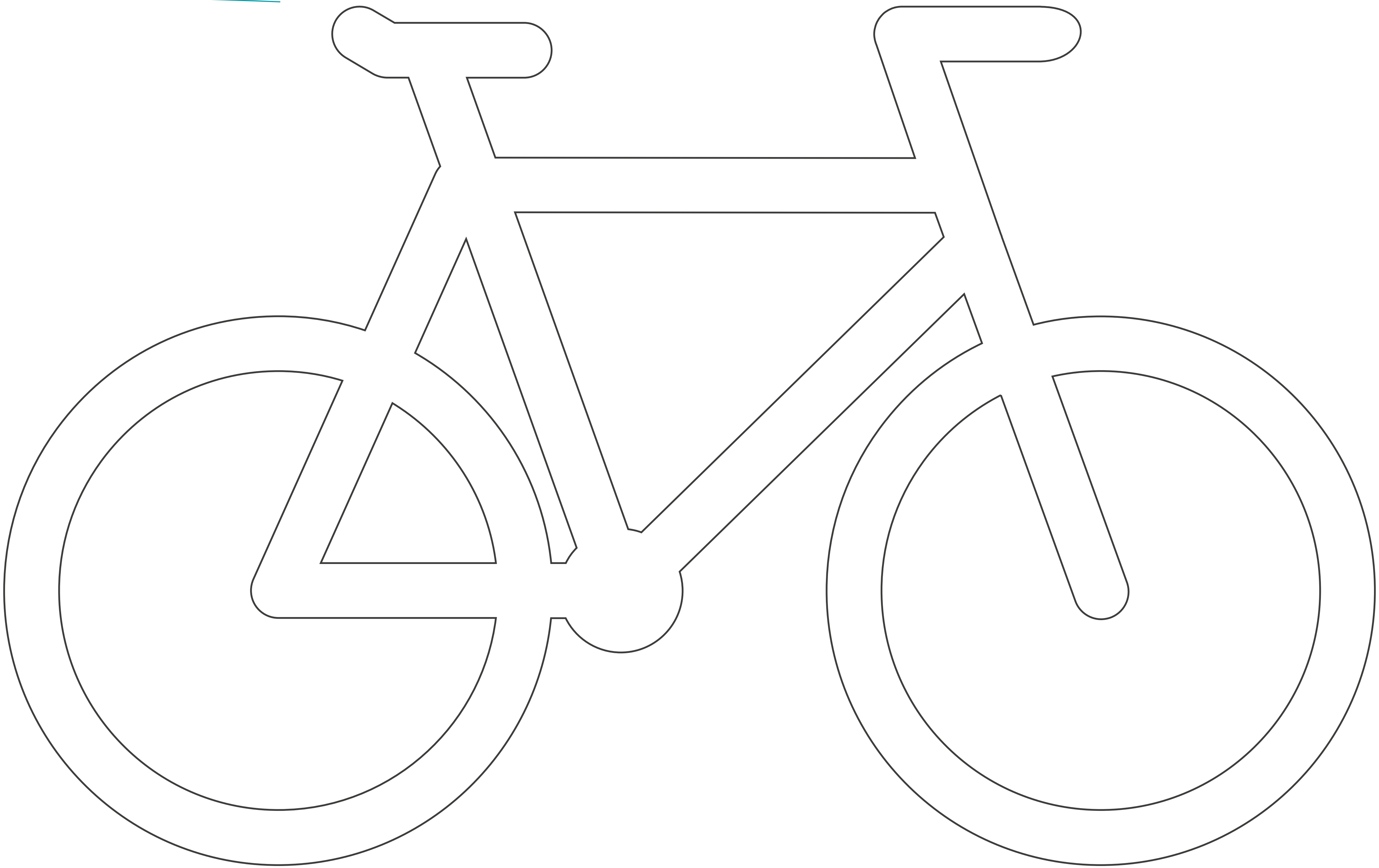
Am atá de dhíth:
20-30 bomaite

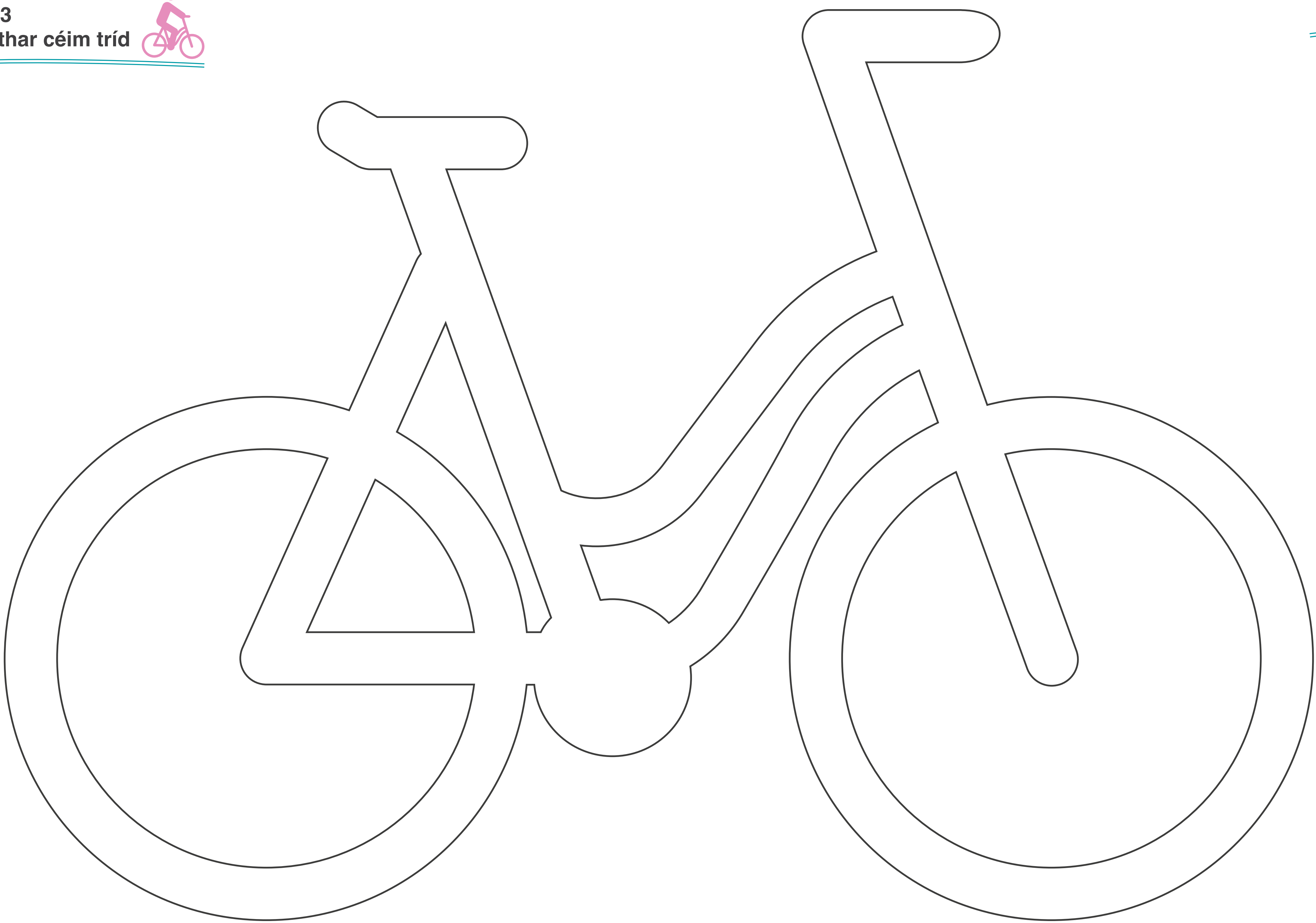
Acmhainní de dhíth:
Pinn luaidhe dhaite, pinn
Teimpléid rothair chlóite nó páipéar
Ábhair mhaisithe / ábhair athchúrsáilte (roghnach)

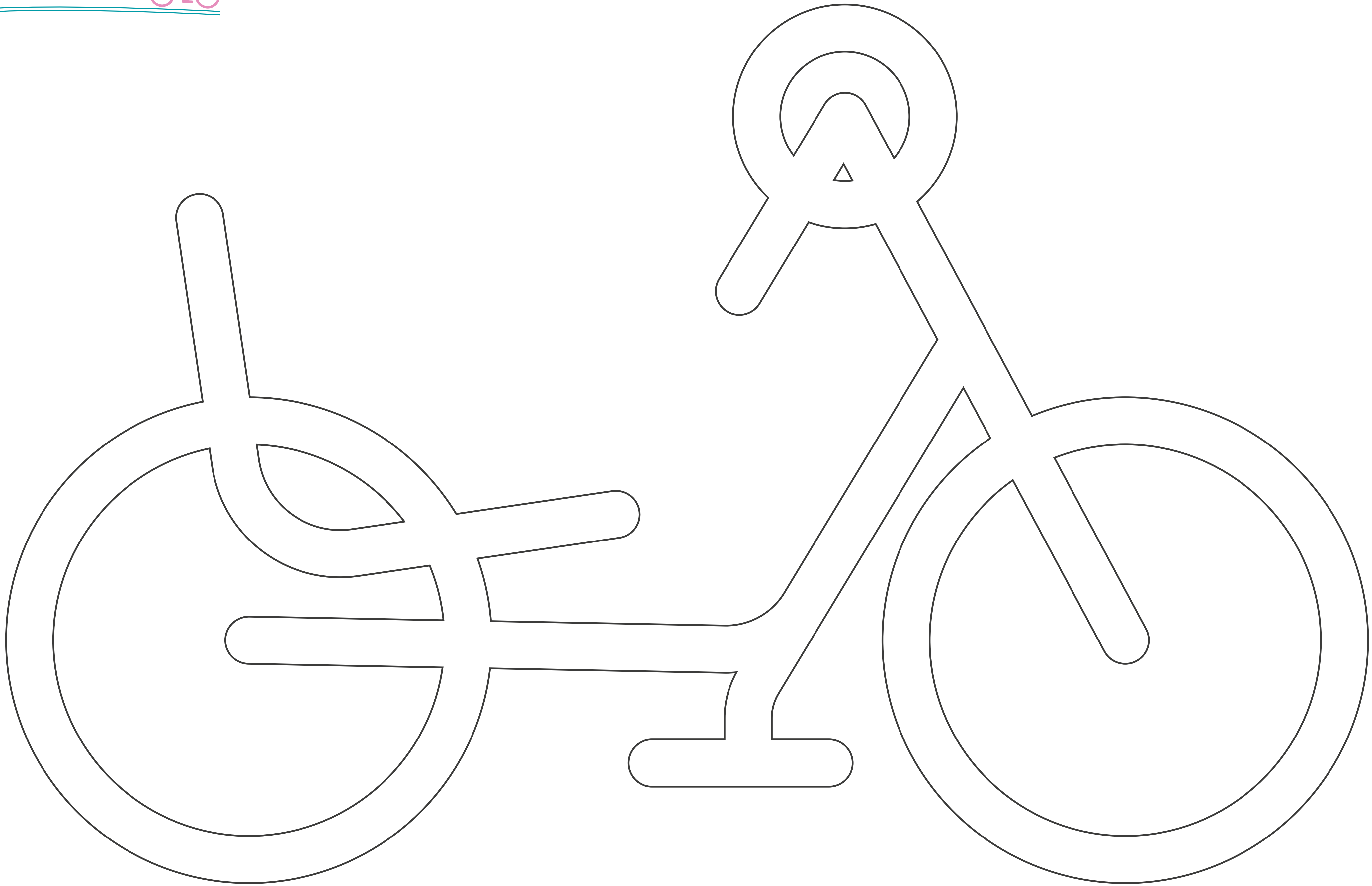
Gníomhaíocht aonair/grúpa:
An dá rud

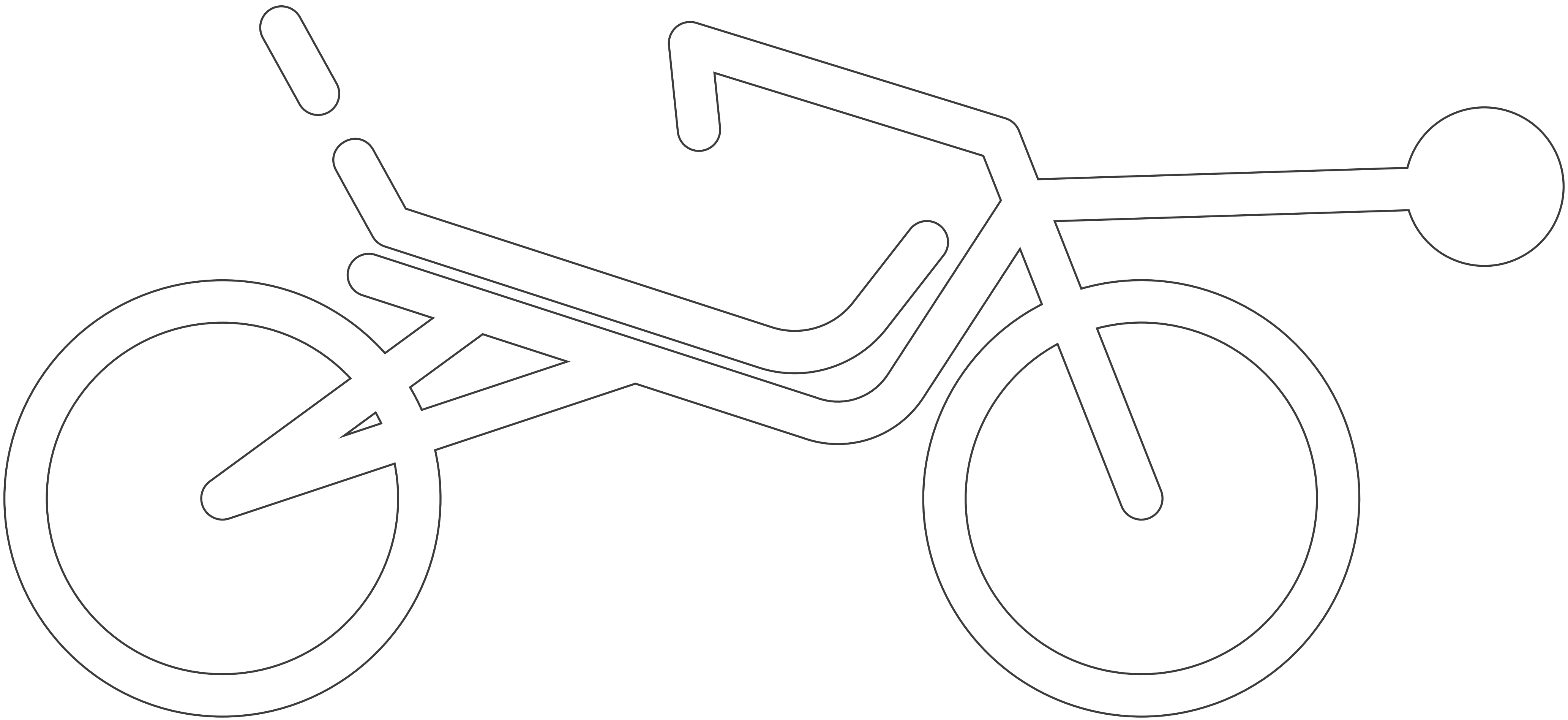
Nasc curaclalm:
Ealaín agus dearadh

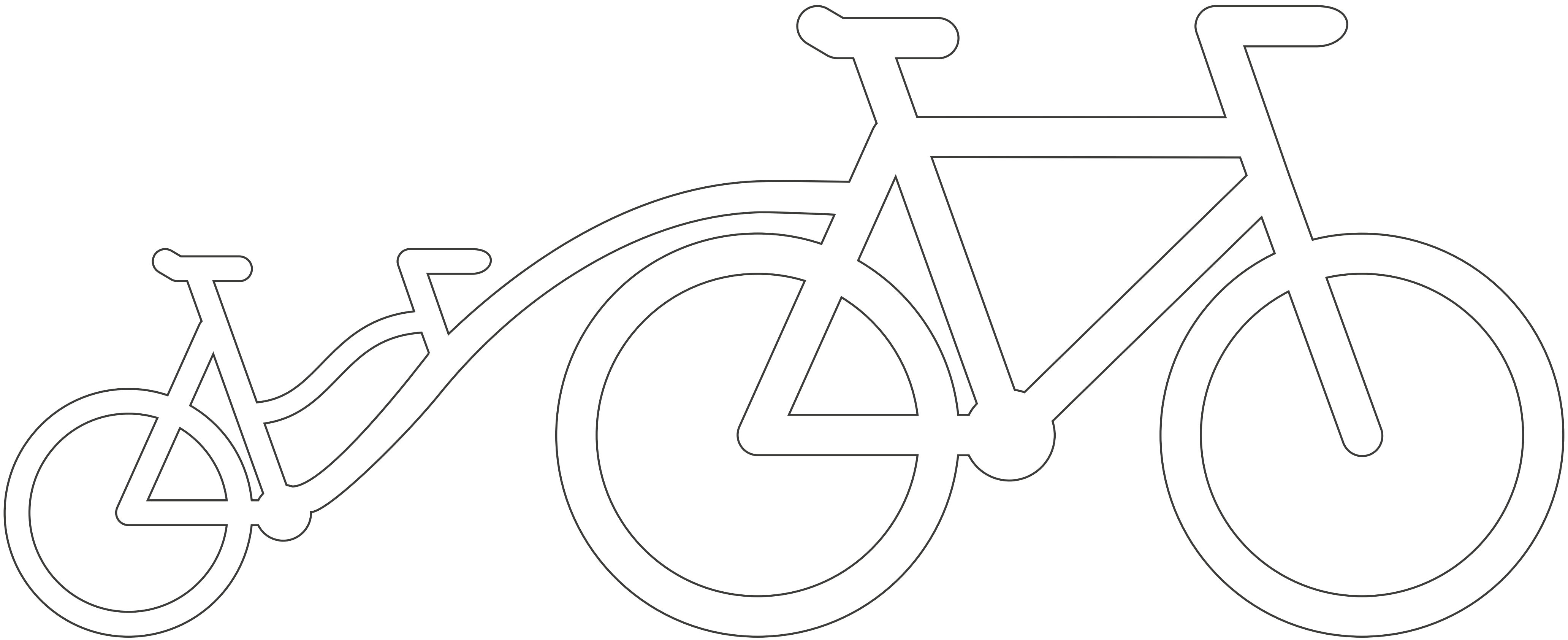
© Sustrans 2022. Is carthanacht cláraithe é Sustrans no.326550 (Sasan agus an Bhreatain Bheag) SC039263 (Albain)

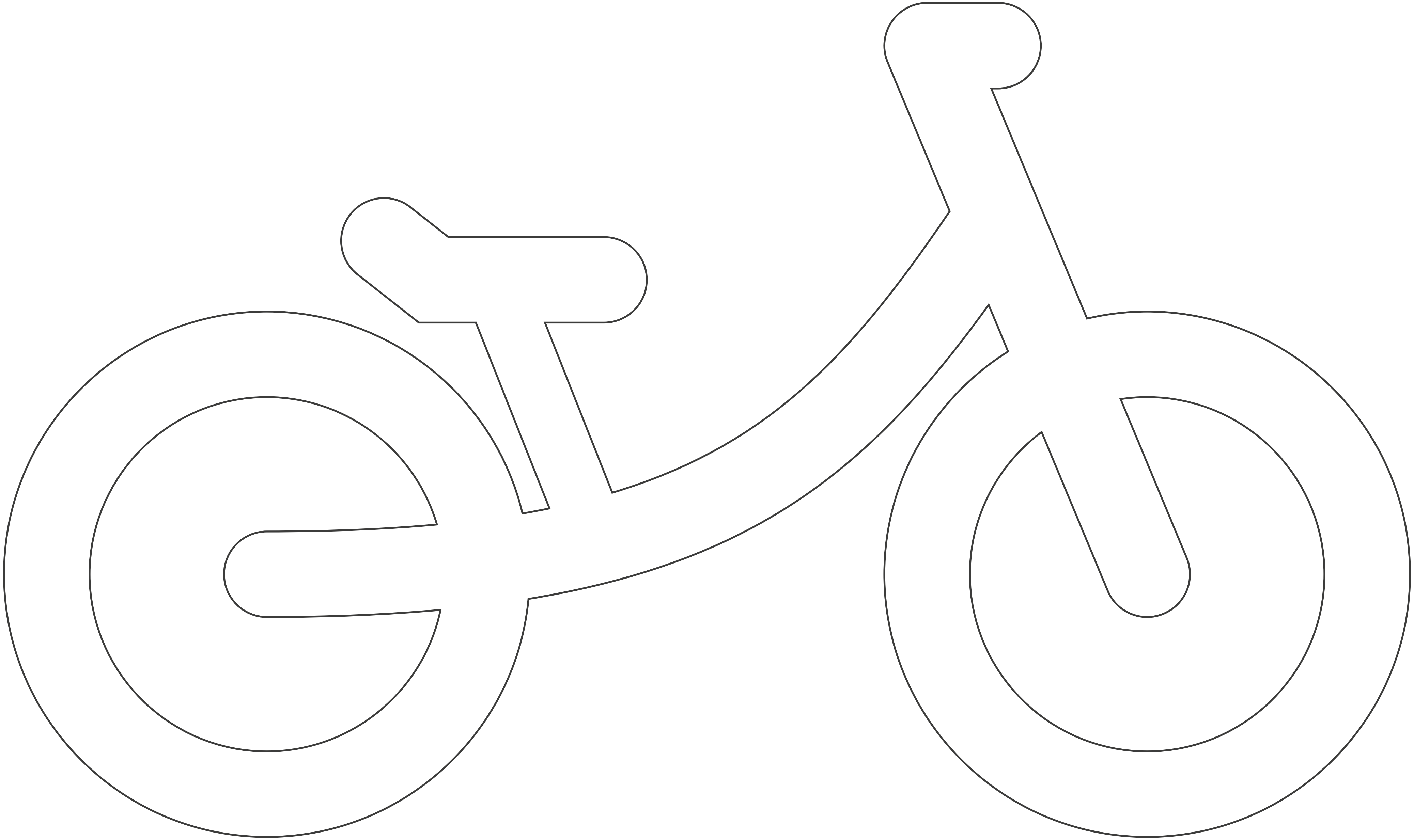












Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Colláis ar aghaidh linn ag rothaíocht

Cuspóir

Colláis le téama rothaíochta a chruthú le cur ar taispeáint sa scoil.

Acholmre ar an ghíomhaíocht

Úsáid an Téimpléad Colláise Rothair mar thúsphointe nó aimsigh lear mór íomhánna de rothair le húsáid trasna ar leathanach amháin. De rogha air sin, aimsigh íomhánna de rothair, gearr suas iad agus malartaigh thart iad le hiad a athchruthú. Níl aon riail dhocht dhaingean ann.

Úsáid irisí, nuachtáin, pictiúir, píosaí éadaigh, olainn, rudaí athchúrsáilte, pictiúir ón chlár Bikeability nó rudaí eile atá ar fáil..

Is féidir teachtaireacht shoiléir a chuireann an rothaíocht chun cinn a chur leis, agus ansin a chur ar taispeáint sa scoil.

Síneadh

Mar chuid den ghníomhaíocht foghlama seo, is féidir daltaí a thabhairt ar shiúlóid aimsithe timpeall na scoile le teacht ar rudaí don cholláis, mar dhuilleoga, cipíní craoibhe agus/nó féar.

Spreagadh:

Iontaobhas na hInrothaíochta a thugann an acmhainn foghlama seo duit. Má tá tú ag glacadh páirte i Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile ón 25 go 29 Meán Fómhair 2023, ná déan dearmad gealltanas a dhéanamh leo le go mbeidh deis agat buachan! Téigh go dtí www.bikeability.org.uk/cycletoschoolweek le tuilleadh a fháil amach.

Am atá de dhíth:
15-20 bomaite

Acmhainní de dhíth:
Páipéar/cárta leis an cholláis a chruthú air (méid atá fóirsteanach don ghrúpa)

Irisí, nuachtáin, pictiúir, píosaí éadaigh, olainn etc,,

Téip ghreamaitheach nó gliú ceardaíochta

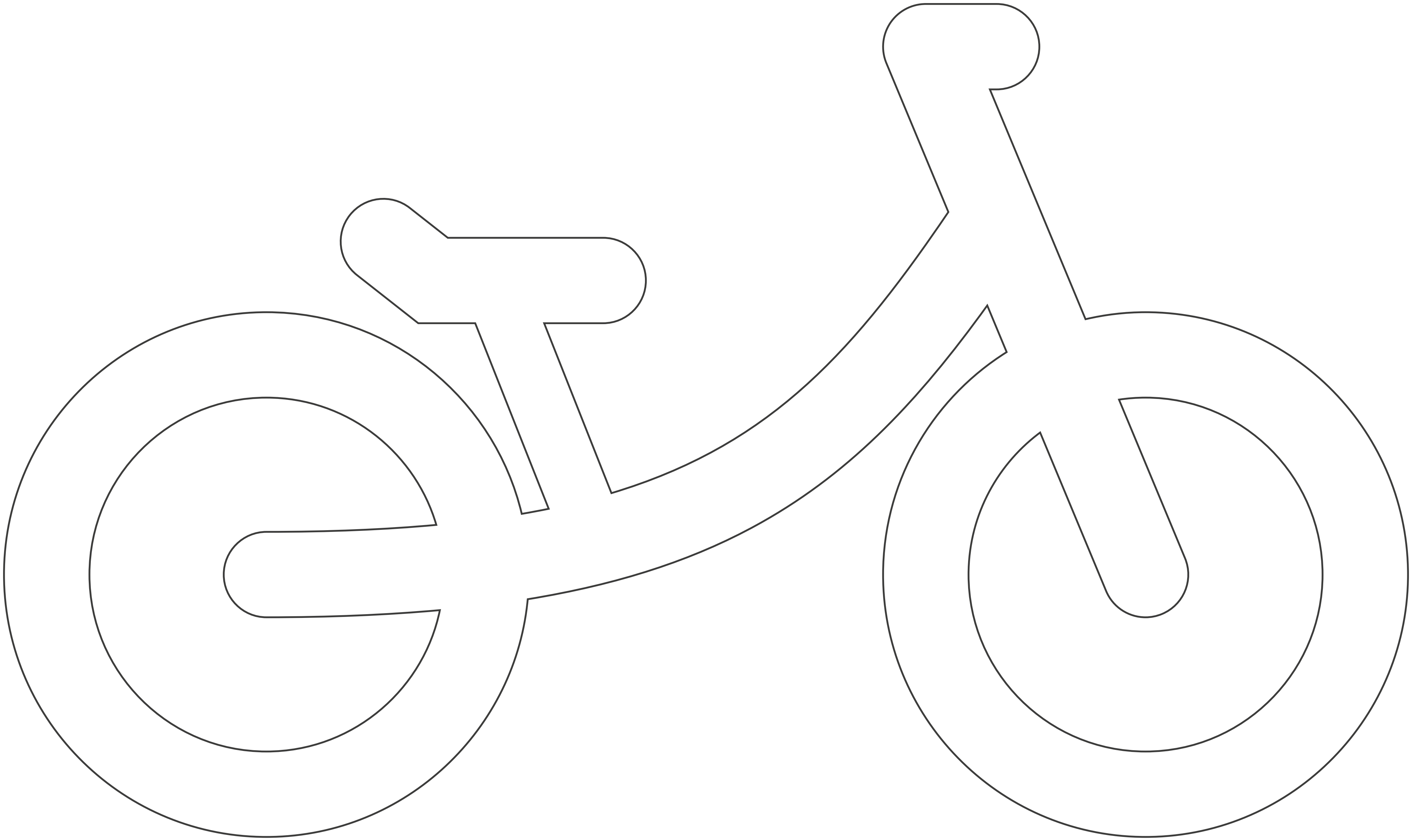
Teimpléad colláise rothair (má tá sin á úsáid)

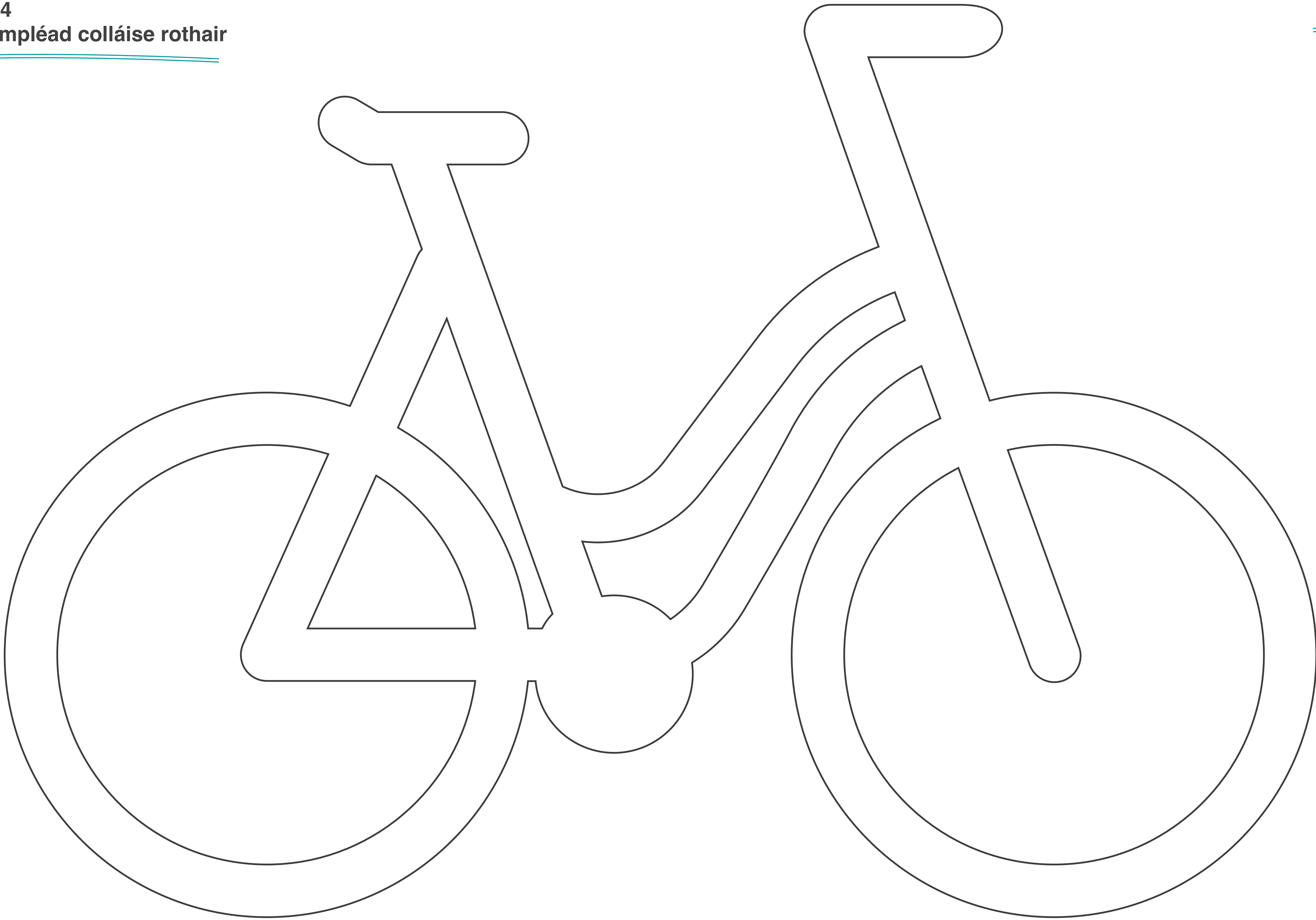
Gníomhaíocht aonair/grúpa:
An dá rud

Nasc curaclaIm:
Ealaín agus dearadh

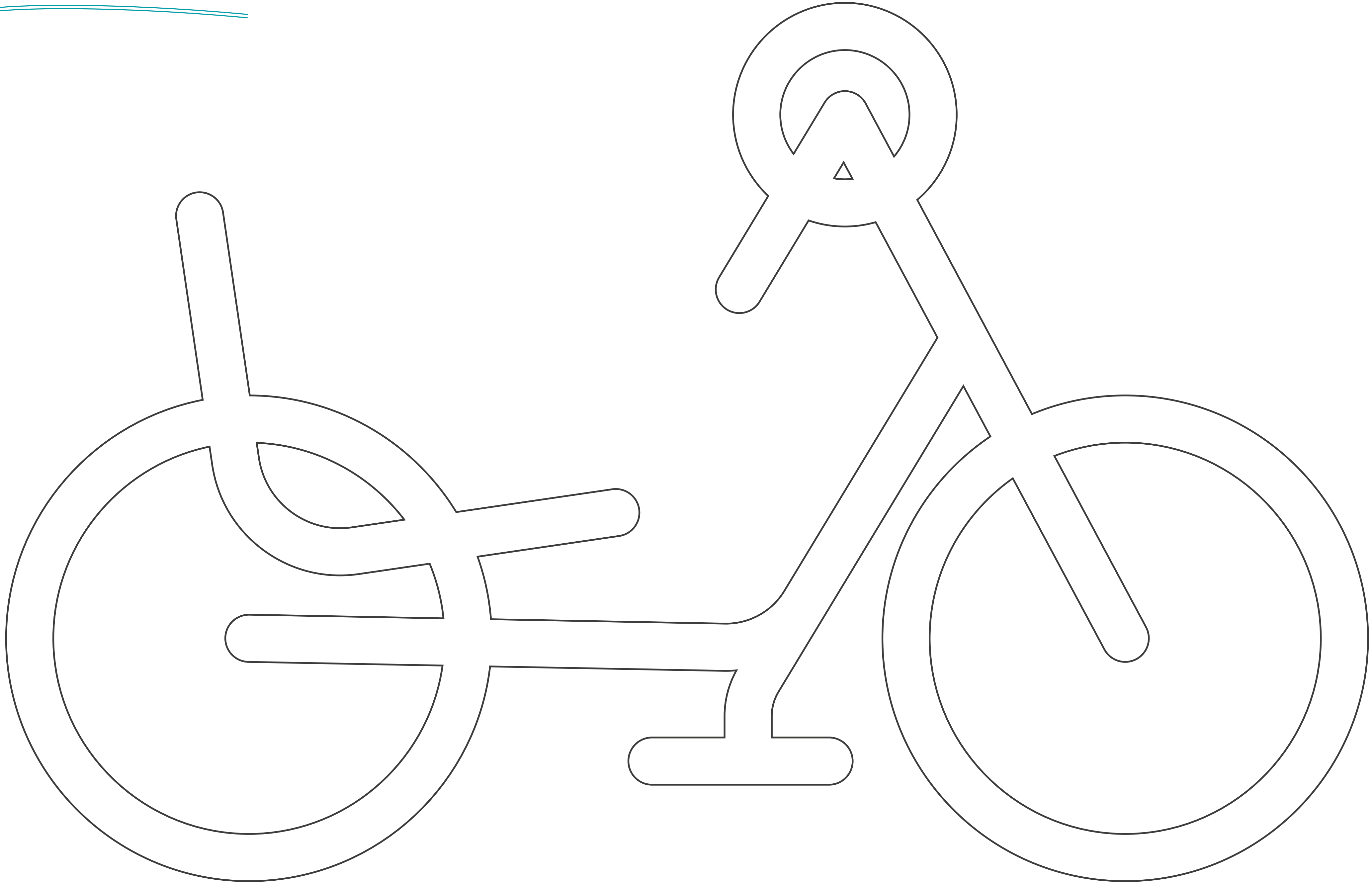
© Sustrans 2022. Is carthanacht cláraithe é Sustrans no.326550 (Sasan agus an Bhreatain Bheag) SC039263 (Albain)

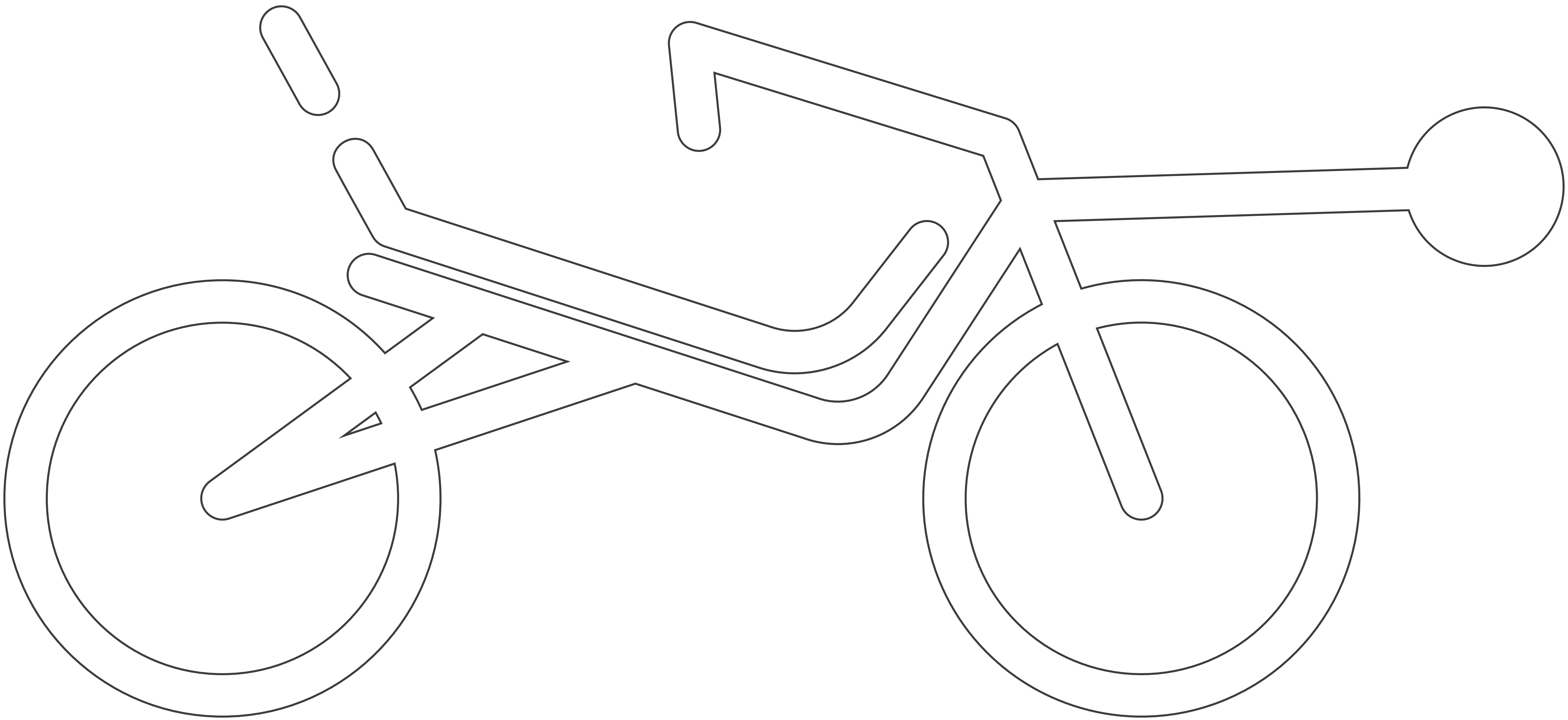
sustrans





Lá 4
Teimpléad colláise rothair





Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Eachtra rothair dhraíochtaigh pinn luaithe

Cuspóir

Scileanna mínluaileacha a fhorbairt le 'rothar dríochtach pinn luaidhe' trasna roinnt tírdhreach a bhfuil clú domhanda orthu.

Acholmre ar an ghíomhaíocht

Greamaigh rothar draíochtach ar bharr pinn luaidhe. (ceann amháin an dalta)

Roghnaigh bileog Aistear Rothair ar fud an Domhain le déanamh (Table Mountain, na Himiléithe, Forais Bháistí na hAmasóine, Londain)

Tosaíonn gach dalta lena Rothar Draíochtach Pinn Luaidhe ag tús an aistir ar an pháipéar. De réir mar a léitear an scéal/ na treoracha amach, rianaíonn na daltaí líne an aistir ar an pháipéar lena Rothar Pinn Luaidhe Draíochtach

Thig leis na daltaí páipéar rianúcháin a úsáid agus na línte a rianú chomh maith!

Thig le múinteoirí a n-aistear féin a chruthú, le daltaí ag úsáid bileog pháipéir bhán.

Spreagadh:

Iontaobhas na hInrothaíochta a thugann an acmhainn foghlama seo duit. Má tá tú ag glacadh páirte i Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile ón 25 go 29 Meán Fómhair 2023, ná déan dearmad gealltanas a dhéanamh leo le go mbeidh deis agat buachan! Téigh go dtí www.bikeability.org.uk/cycletoschoolweek le tuilleadh a fháil amach.

Am atá de dhíth:
15-20 bomaite

Acmhainní de dhíth:
Bileoga Aistear Rothair ar fud an Domhain

Bileog leid an mhúinteora

Cárta amháin lannaithe Rothar Draíochtach an dalta (úsáid teimpléad Rothar Draíochtach)

Bileog amháin Aistear Rothair ar fud an Domhain an dalta, A3 más féidir (tá trí cinn ann is féidir a roghnú)

Gníomhaíocht aonair/grúpa:
An dá rud

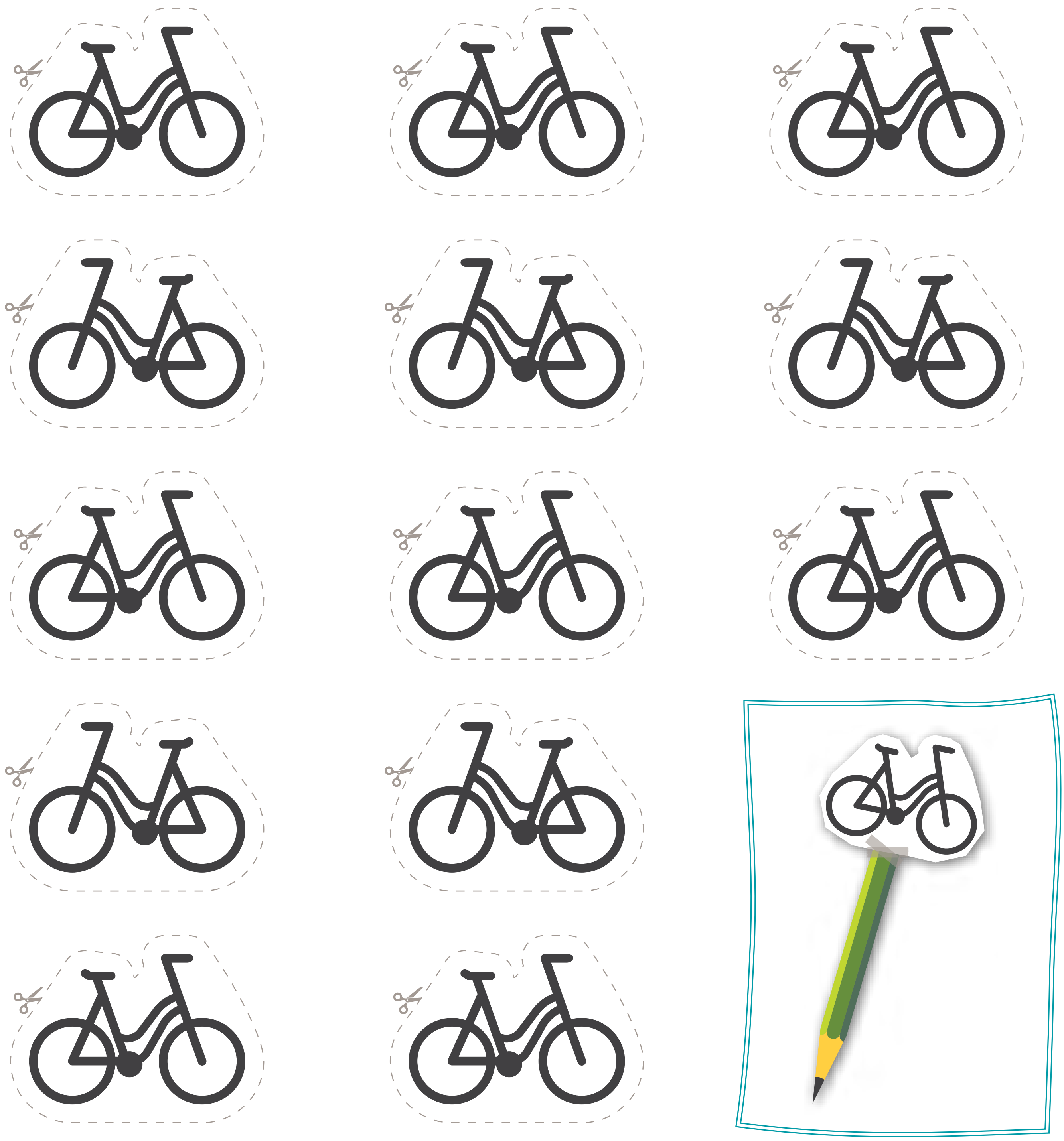
Nasc curaclalm:
Teanga agus litearthacht – labhairt agus éisteacht

© Sustrans 2022. Is carthanacht cláraithe é Sustrans no.326550 (Sasan agus an Bhreatain Bheag) SC039263 (Albain)
sustrans

Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Teimpléad dhraíochtaigh rothair pinn luaithe

Gearr amach agus greamaigh ar chárta iad agus ansin greamaigh ar bharr pinn luaidhe iad le Rothair Dhraíochtacha Pinn Luaidhe a chruthú



Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Leid an mhúinteora

Ár n-aistear rothair go Table Mountain, an Afraic Theas

Seo linn ar ár n-aistear rothair chun na hAfraice Theas. Táimid ag dul suas Table Mountain.

Tá sé iontach géar ag an túsmar sin beidh muid ag rothaíocht go hiontach mall agus cúramach go dtí an barr.

Déanaimis scíste ag an bharr.

Cad chuige, dar leat, a dtugtar Table Mountain air?

Cad é a shíleann tú a fheicfidh tú ón bharr (farraige, trá, Cathair Cape Town)

Mura raibh muid ag rothaíocht suas an sliabh cad é mar a shíleann daoine go dtéann daoine eile go dtí an barr (carr cábla)?

Ar aghaidh linn go dtí an barr, ag cloí go cúramach leis an chosán.

Má tá tú muiníneach ar do rothar féachaimis an dtig linn teacht anuas an rothar níos gaiste ar ár rothair! Síííííííos!

Coimhéad ag an bhun sa ghleann mar a bhfuil logán ann.

Lean an cosán go dtí an deireadh ar fad.

Amharcaimis. Ar chloígh tú leis an chosán?

Ár n-aistear rothair go dtí na Himiléithe

Tá ár n-aistear rothair trasna na Himiléithe, sliabhraon a cruthaíodh 20 milliún bliain ó shin. Tá an sliabh is airde ar domhan ann – Sliabh Everest!

Cuirimis tús leis go mall cúramach, ag leanstan an chosáin agus sinn ag rothaíocht suas an sliabh. Obair chrua atá ann, rothaíocht suas an cnoc, mar sin is dóiche go mbeidh muid measartha gairid..

Gach uair a bhainimid amach barr sléibhe, caithfidh muid cloí go cúramach leis an chosán ar an bhealach síos.

Tá oighear ann, mar sin bí iontach cúramach.

Nuair a bhainfidh muid barr an tsléibhe is airde amach, b'fhéidir go bhfeicfidh muid liopard sneachta – leoga, sílim go bhfeicim ceann! Téigh go hiontach mall síos, agus déan cinnte nach féidir leis sinn a fheiceáil, cloígh leis an chosán.

Ar aghaidh linn ag rothaíocht ar an chosán, suas agus síos an chuid eile de na sléibhte go dtí go mbainfidh tú an deireadh amach, ach téigh go mall ar do rothar ar eagla go bhfuil an liopard sneachta thart!

Ar chloígh tú leis an chosán an bealach ar fad?

Seachtain na Rothaíochta chun na Scoile

Ár n-aistear rothar trí Fhoraois Bháistí na hAmasóine

Inniu beidh muid ag rothaíocht trí fhoraois bháistí na hAmasóine sa Bhrasaíl.

Dufair the fhliuch atá ann, lán crann ard, atá ina gcineál de scáth fearthainne os cionn na dufaire ar a dtugtar ceannbhrat (cosúil le puball). Nuair a chuireann sé fearthainn is féidir go nglacfaidh sé deich mbomaite sula mbuailfidh an fhearthainn an talamh!

Thig leis a bheith measartha dorcha chomh maith, mar sin caithfidh muid a bheith cúramach agus cloí leis an chosán.

Ar aghaidh linn, téigh go mall ar do rothar agus b'fhéidir go bhfeicfidh tú moncaithe, iaguair nó fiú froganna nimhe marfacha!

Nuair a bhainfidh muid an abhainn amach, caithfidh muid a bheith iontach cúramach agus sinn ár gcoinneáil ar ár gcothrom ar lomán crainn agus ag rothaíocht go dtí an taobh eile – Mhuige!

Anois, críochnóimis ár n-aistear agus féachaimis cad chomh maith is a chloígh muid leis an chosán i bhForaois Bháistí álainn na hAmasóine sa Bhrasaíl.

Ár n-aistear rothar trí Londain

Inniu beidh muid ag rothaíocht trí Londain, príomhchathair Shasana.

Ar aghaidh linn.

Lean an bóthar go cúramach go dtí go mbainfidh muid an deireadh amach, tá muid in aice leis an London Eye – tá sé ollmhór!

Ar aghaidh linn arís, téigh ar do rothar suas an bóthar agus timpeall an choirnéil, ag cloí leis an bhóthar i gcónaí.

Nuair a bhainfidh tú bun an bhóthair amach, téigh go cúramach thart an coirnéal géar, thig leat Big Ben agus Westminster Abbey a fheiceáil ar an taobh eile..

Leanfaimis ar aghaidh ar an bhóthar seo, trí lár Londan.

Rachaidh muid ar an rothar thar Abhainn na Tamaise, agus nuair a rachaidh muid thart ar Thúr Londan beidh muid chóir a bheith ag an deireadh.

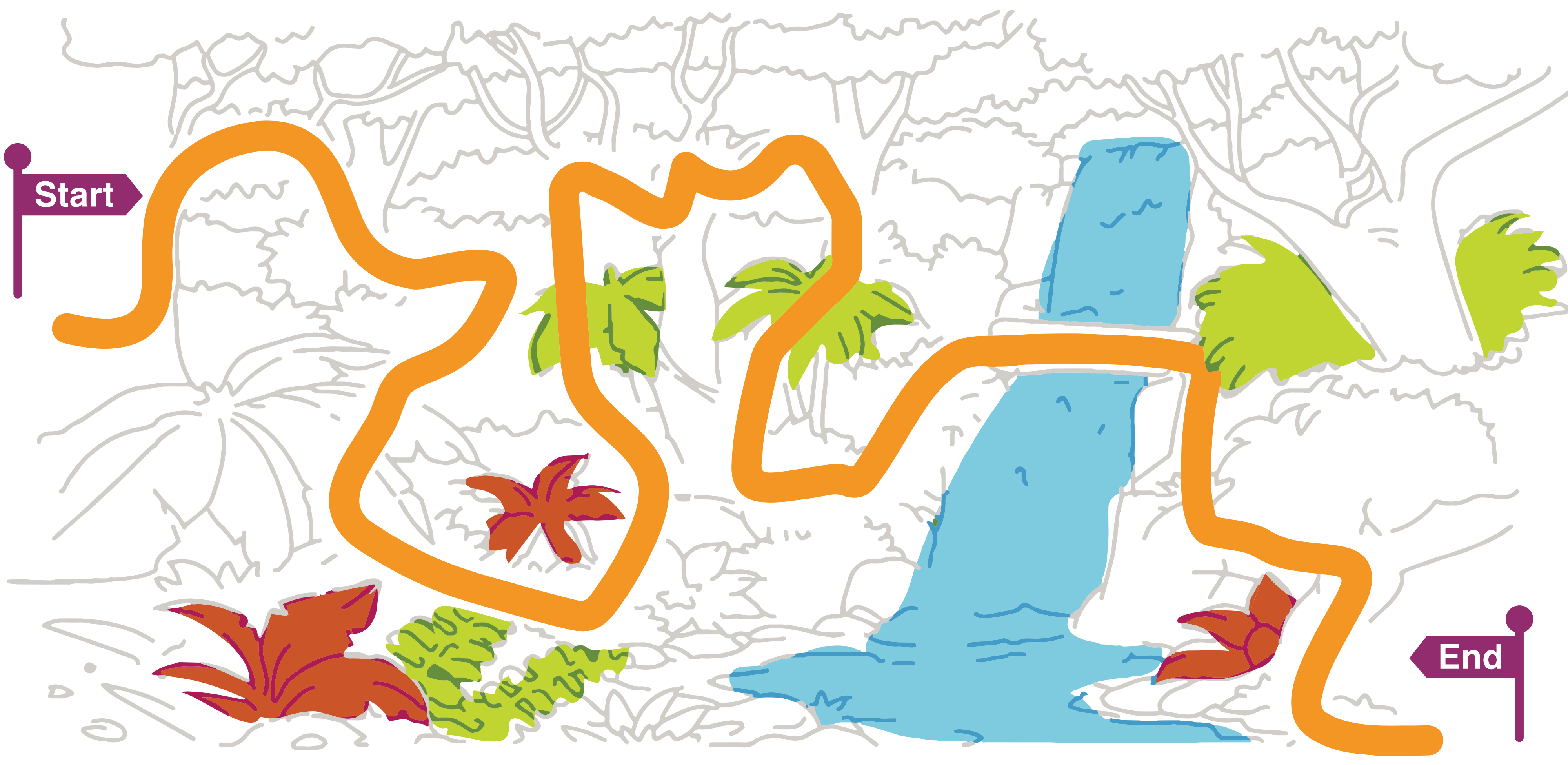
Maith thú – tá sé déanta againn! Cé chomh maith is a chloígh tú leis an bhóthar?

Bileog Aistear Rothair ar fud an Domhain

Table Mountain. Cape Town, South Africa

The Himalayas

Amazon Rain Forest



The city of London