



**Tìotal: Faireachdainnean agus Sàbhailteachd**  
**Pàirt 2: A' faireachdainn sàbhailte**

Ìre: CIAD

Ceanglan CfE

Eòlasan/Builean	Slatan-tomhais
<p>Tha mi mothachail air mar a tha sinn a' dèanamh charaidean agus gum faod rudan as toigh leat, nach toigh leat, comasan no feuman sònraichte buaidh a thoirt air dàimhean. HWB 1-44a</p> <p>Tha mi a' tuigsinn rudan math mu chàirdeasan agus mu dhàimhean, ach nuair a bhios rud sam bith a' cur dragh no iomnaidh orm tha fios agam cò ris a bhruidhneas mi. HWB 1-44b</p> <p>Tha mi mothachail air gum feumar spèis a thoirt do shaorsa agus do chrìochan pearsanta dhaoine agus 's urrainn dhomh aithneachadh agus freagairt nan rudan a tha daoine a' cur an cèill tro chainnt agus ann an dòighean eile seach cainnt. HWB 1-45b /</p>	<p>Tha an t-Eòlas/a' Bhuil seo na phàirt de Slàinte is Sunnd – Dleastanas nan Uile a tha a' gabhail a-steach nan còig ìrean gus ionnsachadh agus leasachadh a chòmhdach ann an Slàinte is Sunnd. Chan eil slatan-tomhais ann airson an E/B seo.</p>

**Amasan Ionnsachaidh**

- Gun ionnsaich clann na faireachdainnean aca aithneachadh.
- Gun toir clann seachad eisimpleirean ag innse mar a bhios iad a' faireachdainn aig diofar amannan no ann an diofar shuidheachaidhean.
- Gun ionnsaich clann na nì iad airson cuideachadh fhaighinn.

**Slatan-tomhais Soirbheachaidh**

- 'S urrainn dhomh innse do dhaoine eile mar a tha mi a' faireachdainn.
- 'S urrainn dhomh bruidhinn air càirdeasan agus dàimhean.
- Tha fios agam cò chuidicheas mi agus a chumas sàbhailte mi agus cò ris a bhruidhneas mi ma tha iomagain orm.
- Tha mi ag ionnsachadh mar a nì mi conaltradh èifeachdach.

**Goireasan-taic**

- Slaighdean PowerPoint
- Dè bhios a' toirt air clann a bhith a' faireachdainn sàbhailte? <https://youtu.be/KyTqFe55bwg> (1 mion. 48 diogan)
- Teamplaid de phostair leis an tìotal: Dè bhios a' toirt air clann faireachdainn sàbhailte?
- Stuthan airson dealbh a dhèanamh.
- The Feelings Song <https://youtu.be/UsISd1AMNYU> (faid 3 mion. 12 diogan)

*Ma tha sibh an dùil làrach-lìn mar YouTube a chleachdadh, cuiribh an bhidio air dòigh ro-làimh, dèanaibh cinnteach gur e am film ceart a th' ann agus leumaibh seachad air na sanasan.*

## Obair

1. Theirig thairis air na rinn sibh san leasan mu dheireadh agus cuir an cuimhne na cloinne a bhith a' bruidhinn air agus ag actadh diofar fhaireachdainnean. Mìnich dhan chloinn gum bi sibh a' smaoinichadh mu dheidhinn faireachdainn gu math cudromach – **a' faireachdainn sàbhailte**.
2. **Dè na rudan a bhios sinn a' dèanamh airson sinn fhìn a chumail sàbhailte?** Cleachd na slaighdean airson faighneachd dhan chloinn mu dhiofar shuidheachaidhean, còmhla ris an neach a tha rin taobh, an uair sin mar bhuidheann, dè as urrainn a dhèanamh airson a bhith sàbhailte anns gach suidheachadh?
  - Nuair a tha sinn a' dol tarsainn an rathaid?
  - A-muigh air a' bhaidhsagal?
  - A-muigh a' cluich còmhla ri caraidean
  - A' siubhal ann an càr
  - Nuair a thachras sinn ri cù

Faigh beachdan bhon chloinn air suidheachaidhean eile far am feum iad smaoinichadh mu bhith sàbhailte? (Mar eisimpleir, sa bhùth, a' tadhal air àite ùr...) Tarraing aire chun nan rudan a bhios a' chlann fhèin, no inbhich còmhla riutha, a' dèanamh airson a' chlann a chumail sàbhailte.

3. **Dè bhios a' toirt air clann a bhith a' faireachdainn sàbhailte?** <https://youtu.be/KyTqFe55bwg> (1 mion. 48 diogan)  
Seall am film goirid dhan chloinn agus an uair sin thoir dhaibh an toiseach seantans seo: **Bidh mi a' faireachdainn sàbhailte nuair a...** airson còmhradh ri caraid rin taobh/sa bhuidheann le tuilleadh bheachdan agus cnuasachd air na chanas a' chlann.
4. **Obair: Dè bhios a' toirt air clann a bhith a' faireachdainn sàbhailte?:** Ro-làimh, deasaich postair leis a' cheist. Iarr air a' chloinn àite a thaghadh (no a thoirt seachad) air an smaoinich iad airson na ceist. Bu chòir dhaibh smaoinichadh air 5 còig rudan a bhios a' toirt air clann a bhith a' faireachdainn sàbhailte: **san dachaigh, san sgoil, a-muigh air an t-sràid no san raon-cluich**. Bu chòir dhaibh iad sin a sgrìobhadh air post-its no cairt agus an cuir a mheadhan a' chearcaill, airson postair a dhèanamh, nuair a tha iad ag innse am beachdan dha chèile. Smaoinich air na beachdan aca, a bheil na h-aon bheachdan, rudan coltach/ao-coltach anns gach suidheachadh?
5. **A' faireachdainn sàbhailte?** A-nis ceist eadar-dhealaichte, mìnich gu bheil na ceistean mun eòlas aig a' chloinn fhèin, gu bheil gach neach againn eadar-dhealaichte, agus gu bheil thu airson gun smaoinich iad air na tha iadsan a' faireachdainn nuair a tha iad a' faireachdainn sàbhailte, càit a bheil iad a' faireachdainn sàbhailte agus cò còmhla ris a tha iad a' faireachdainn sàbhailte. A-rithist cuir romhad co-dhiù 's e còmhradh ri caraid rin taobh no mar bhuidheann as fheàrr a dh'obraicheas:
  - Càit am bi *thusa* a' faireachdainn sàbhailte?
  - Dè bhios a' toirt ort faireachdainn sàbhailte? (A bheil dèideag shònraichte aig duine? Plaide?)
  - Cò bhios a' toirt ort faireachdainn sàbhailte? Ciamar a bhios iad a' toirt ort faireachdainn sàbhailte?
  - Ciamar a bhios tu a' faireachdainn nuair tha thu a' faireachdainn sàbhailte?

**6. Mise a' faireachdainn sàbhailte:** Iarr air a' chloinn na sùilean aca a dhùnadh agus smaoinichadh air a bhith a' faireachdainn sàbhailte. Ciamar a bhios iad a' faireachdainn nuair tha thu a' faireachdainn sàbhailte? Iarr air a' chloinn dealbh a dhèanamh gan sealltainn nuair a tha iad a' faireachdainn sàbhailte. Dh'fhaodadh an dealbh a bhith dhiubh fhèin, de dh'àite, neach a tha gan cuideachadh a' faireachdainn sàbhailte. 'S dòcha nach bi neach sam bith san dealbh, ach dathan. 'S e tha dhìth ach dealbh dhiubh 's iad a' faireachdainn sàbhailte. Mar as àbhaist, cleachd ùine nuair tha iad air ais aig na bùird aca airson measadh a dhèanamh air tuigse.

**7. A' faireachdainn sàbhailte: Puingeann cudromach**

Till a' chlann air ais còmhla airson na slaighdean mu dheireadh anns a bheil puingeann cudromach dhaibh. Seall na slaighdean agus bruidhnibh orra mar a bhios iomchaidh. Cuimhnich dhaibh gur e inbheach earbsach a th' annad.

**Puingean cudromach**

- Tha còir aig gach pàiste air faireachdainn sàbhailte.
- Chan fhaod neach sam bith do ghoirteachadh no suathadh riut ann an dòigh a tha gad fhàgail mì-chofhurtail, iomagaineach no a' cur eagal ort.
- Fiù 's ged nach eil thu cinnteach, mura h-eil rud a' faireachdainn ceart, bu chòir dhut innse do dh'inbheach a bheir cuideachadh dhut.

**3 rudan a nì thu mura h-eil thu a' faireachdainn sàbhailte.**

- Can nach eil thu airson pàirt a ghabhail
- Gluais air falbh bhon neach/suidheachadh
- Faigh inbheach sa bheil earbsa agad.

**8. Crìoch** – Airson crìoch a chur air an leasan no air an latha, faodaidh a' chlann na dealbhan aca a shealltainn dhan chlas/bhuidheann, dèan gaileiridh ri taobh a' phostair a rinn an clas. Crìochnaichibh leis an òran seo ma chòrd e riutha san t-saisean mu dheireadh. **The Feelings Song** (faid 3 mion. 12 diogan) <https://youtu.be/UsISd1AMNYU>

**Beachdan eile**

**Obair Aon Neach: Àite Toilichte:** <https://www.childline.org.uk/toolbox/games/build-your-happy-place/>  
Tha an goireas air-loidhne seo a' toirt cothrom do chlann àite toilichte a chruthachadh air-loidhne. Gèam socair, laghach eadar-ghnìomhach.

**Ceangal ris an dachaigh**

Teasca airson na h-obrach seo ***Seo mar a tha mi a' faireachdainn***

**Tha goireasan ionnsachaidh eile rim faighinn co-cheangailte ris na stuthan curraicealaim RSHP seo:**  
Seo mar a tha mi a' faireachdainn

## Notaichean Tidseir

