



**Tìotal: Caraidean agus Dàimh**  
**Pàirt 2: Coibhneas agus Co-fhaireachdainn**

Ìre: A' CHIAD

**Ceanglan CfE**

<b>Eòlasan/Builean</b>	<b>Slatan-tomhais</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 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</li><li>• Tha mi a' tuigsinn rudan math mu chàirdeasan agus mu dhàimhean, ach nuair a bhios rud sam bith a' cur dragh no ionnaidh orm tha fios agam cò ris a bhruidhneas mi. HWB 1-44</li></ul>	<p>Tha na h-Èolasan/Builean seo nam pàirt 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 nan E/B seo.</p>

**Amasan ionnsachaidh**

- Gun ionnsaich clann mar a thogas iad dàimhean agus mar a chumas iad a' dol iad.
- Gun aithnich clann cò thuig a thig iad ma tha iomagain no dragh orra mu dhàimhean rin co-aoisean.
- Gun smaoinich clann air na faireachdainnean a tha an lùib dhàimhean.

**Slatan-tomhais Soirbheachaidh**

- 'S urrainn dhomh bruidhinn mu bhith a' togail dhàimhean agus mu bhith gan cumail a' dol.
- Tha mi a' tuigsinn cho cudromach 's a tha coibhneas agus co-fhaireachdainn.
- Tha mi a' tuigsinn gum bi caraidean a' dol far a chèile agus 's urrainn dhomh smaoinichadh air dòighean dheimhinneach air seo a làimhseachadh.

**Goireasan-taic**

- Slaighdean PowerPoint
- Duilleag mhòr de phàipear ealain airson postair (A2 ma ghabhas e bhith)
- Cnapan mòran de chailc dhathte airson dealbhan a dhèanamh a-muigh san raon-cluiche.
- Slaighdean/dealbhan a bharrachd a' sealltainn coibhneas airson cuideachadh le còmhradh.

## Obair

1. Tòisichibh ann an cearcall. Cuir an cuimhne na cloinne gu bheil iad air tòiseachadh air coimhead air agus bruidhinn mu dhàimhean – mu bhith nad dheagh charaid agus mu bhith càirdeil ri daoine eile. Bruidhinn air Craobh an dàimh agus an gèam a chluich iad – dè dh'ionnsaich iad mu chèile?
2. Airson faighinn gu dol, iarr air a' chloinn smaoinichadh mu charaid a th' aca. Cuir a' cheist agus tòisich còmhradh eadar pàidhrichean – an uair sin iarr fios air ais bho gach paidhir dhen bhuidheann: **Dè as toigh leat a bhith a' dèanamh còmhla ri do charaid?**
3. **Mar a tha sinn a' faireachdainn.** Mìnich dhan chloinn bheil e na phàirt cudromach de bhith càirdeil agus a bhith nad charaid gum bi sinn mothachail air na faireachdainnean againn fhèin agus faireachdainnean dhaoine eile. Iarr air a' chloinn obrachadh ann am pàidhrichean. Inns dhaibh gu bheil thu a' dol a chur liosta faireachdainnean air a' bhòrd-gheal agus gu bheil acasan ri bruidhinn ri caraid rin taobh mu na faireachdainnean seo, a' smaoinichadh air: TOILICHTE/MÌ-THOILICHTE/CROSTA/FEARGACH/SGÌTH/SÀRAICHTE/NEARBHASACH. Tòisich leis a' chiad slaighd mar eisimpleir dhan bhuidheann mhòr, a' bruidhinn bho d' eòlas fhèin. Nuair tha mi TOILICHTE... An uair sin iarr a' chiad fhreagairtean bhon chloinn. Èist ris a' chloinn a' bruidhinn air an seo, 's dòcha gum bi iad a' bruidhinn mu faireachdainnean eile a thèid an cois (a bhith toilichte) no na bhios iad a' dèanamh nuair tha iad a' faireachdainn mar seo (a' leumadaich, a' fàsgadh dhaoine, msaa). Tòisich le TOILICHTE, an uair sin obraich tro na slaighdean nam pàidhrichean. Till chun an toisich agus faigh fios air ais.
4. **Ciamar a tha caraid a' faireachdainn?** An turas seo iarr air a' chloinn smaoinichadh air mar a bhiodh caraid nuair a tha na faireachdainnean seo aca. Inns dhan chloinn gum faod iad smaoinichadh air aon charaid, no diofar charaidean. Mar sin 's e an seantans: Nuair a tha mo charaid TOILICHTE... Feuch seo mar bhuidheann mhòr airson tuigse a dhaingneachadh. Thoir air a' chloinn smaoinichadh air na puingeon air na slaighdean PowerPoint, puing mu seach, còmhla ri caraid. A-rithist iarr fios air ais, agus dèan cuasachd: **Dè bhios tu a' faicinn, a' cluinntinn a' faireachdainn no a' dèanamh nuair a tha do charaid...?**
5. **Co-fhaireachdainn:** *A rèir a' chlas/bhuidheann agad 's dòcha gum bi thu airson bun-bheachd co-fhaireachdainn a thoirt a-steach – feuch e aig a' Chiad Ìre agus faic dè thig às a' chòmhradh.* Cuir am facal air a' bhòrd-gheal. Mìnich gu bheil sibh air a bhith a' bruidhinn air mar a tha caraidean a' faireachdainn, agus mas e 's gu bheil sinn a' tuigsinn mar a tha neach eile a' faireachdainn, faodaidh sinn am facal co-fhaireachdainn a chleachdadh. Tha mìneachadh air slaighd. Bruidhnibh air co-fhaireachdainn gus an tuig iad a' bhun-bheachd nas fheàrr. (Cuir air a' bhalla airson 's gum bruidhinn sibh air a-rithist) (Thoir an aire: Thathar a' coimhead air co-fhaireachdainn a-rithist aig an Dàrna Ìre nuair a tha sinn a' dèiligeadh ri dàimhean agus burraidheachd).

**Dè th' ann an co-fhaireachdainn?** Tha co-fhaireachdainn a' ciallachadh gu bheil thu a' dèanamh oidhirp gus feuchainn ri na tha a' tachairt do neach eile agus na tha iad a' faireachdainn a thuigsinn. 'S dòcha gum feuchadh tu ri smaoinichadh air cò ris a bhiodh e coltach a bhith san t-suidheachadh aca. Tha abairt ann airson co-fhaireachdainn a mhìneachadh: Tha co-fhaireachdainn a' ciallachadh 'gun cuir thu thu fhèin nan àite'.

*Fiù 's ged nach cleachdadh tu am facal co-fhaireachdainn, daingnich/can aig an ìre seo gu bheil e cudromach nar dàimhean gun tuig sinn mar a tha sinne sinn fhìn a' faireachdainn agus mar a tha ar caraid a' faireachdainn.*

6. **Coibhneas.** Tòisich le bhith ag innse dhan chloinn gur e pàirt cudromach de bhith a' togail dhàimhean/a' dèanamh charaidean, de bhith nad charaid agus de chumail charaidean gum bi iad coibhneil. Faighnich dhan chloinn: **Dè tha e a' ciallachadh dhutsa a bhith coibhneil?** An uair sin seall an slaighd/mìneachadh dhaibh agus faic ciamar a tha e a' freagairt air na beachdan aca.  
**Dè th' ann an coibhneas?** Tha coibhneas a' ciallachadh gu bheil thu càirdeil agus gum bi thu a' smaoinneachadh air faireachdainnean dhaoine eile. Tha coibhneas a' ciallachadh a bhith modhail agus smuaineachail a thaobh na bhios tu a' ràdh ri daoine eile agus na bhios tu a' dèanamh dhaibh. Tha coibhneas a' ciallachadh gu bheil thu càirdeil agus a' smaoinneachadh air faireachdainnean dhaoine eile.
7. **A' bruidhinn mu choibhneas.** Iarr eisimpleirean air a' chloinn de rud coibhneil a rinn iad an-diugh no bho chionn ghoirid. 'S dòcha gum bi stòiridh aca, ach 's dòcha gum bi taic a dh'fhàid air feadhainn eile. Cuidichidh na ceistean seo: Cò ris a bha thu coibhneil? (An e cuideigin a b' aithne no nach b' aithne dhaibh? Dè rinn thu a bha coibhneil? Ciamar a bha thu a' faireachdainn nuair a rinn thu rud coibhneil?)
8. Èist ris na diofar dhòighean san robh a' chlann coibhneil. Inns dhaibh gu bheil sibh a-nis a' dol a dhèanamh postair mòr mu na diofar dhòighean as urrainn dhaibh a bhith coibhneil ri chèile, ri daoine as aithne dhaibh agus ri daoine nach aithne dhaibh. Cuir pìos mòr pàipear ealain air dòigh ro-làimh leis an tìotal: **Tha sinn coibhneil.** Iarr air a' chloinn tilleadh gu na bùird agus obrachadh ann am buidhnean beaga gus liosta, cho fad 's a ghabhas, a chur ri chèile de na rudan as urrainn dhaibh a dhèanamh airson a bhith coibhneil. Cuir nan cuimhne gu bheil mòran de choibhneasan beaga ann as urrainn dhuinn a dhèanamh. Ainmich feadhainn de na coibhneasan a chunna' tu sa chlas/bhuidheann air an t-seachdain seo.
9. Cruinnich na buidhnean air ais comhla agus le fios air ais bhuapa, lìonaibh am postair. Tarraing aire ma tha molaidhean car coltach ri chèile ann. Chan fheum an ainmeachadh ach aon turas. Ma tha barrachd bheachdan ann na th' ann de dh'ùine, stadaibh greis agus can gum bruidhinn thu ri gach buidheann tron latha airson a bhith cinnteach gun glac thu na beachdan air fad.
10. **Teachdaireachdan san raon-cluich.** Cuir crìoch le bhith a' toirt taing dhan chloinn airson nan deagh bheachdan. An uair sin inns dhaibh gu bheil iad a' dol a dhèanamh rud laghach dhan chloinn eile san sgoil le bhith a' sealltainn cuid de beachdan mu bhith coibhneil. Bu chòir do gach pàiste aon rud a thaghadh bhon phostair **Tha sinn coibhneil** agus, le cailc, faodaidh iad sin a sgrìobhadh no dealbh a dhèanamh air an raon-cluich a ch' a' chlann eile nuair a thig iad a-mach a chluich. (Inns dhad choobraichean airson 's gun can iad ris a' chloinn eile dùil a thoirt air na th' anns an raon-cluich.)
11. **Aig deireadh an latha,** cuir an cuimhne na cloinne, nuair a thig e gu dàimhean - nach fheum dàimhean làidir a bhith eadar a h-uile duine, ach gun urrainn dhaibh a bhith coibhneil agus càirdeil.

*Tha sreath de dh'ìomhaighean eile sa PhowerPoint a dh'fhaodadh a bhith feumail airson còmhradh a thòiseachadh aig diofar amannan san leasan seo – cleachdaibh iad mar a tha sibh a' meas freagarrach.*

### Beachdan eile

Tha diofar dhòighean ann san gabh ionnsachadh a leudachadh no pròiseactan a thòiseachadh sa chlas no san sgoil air fad air coibhneas mar chuspair.

- **The Random Acts of Kindness Foundation** – Tha a’ bhuidheann seo ag iarraidh sgoiltean, àiteachan-obrach, teaghlaidhean agus coimhearsnachdan atharrachadh tro choibhneas. Tha iad ag amas air an seo le bhith a’ cruthachadh stuthan a tha a’ brosnachadh coibhneas do dhaoine eile agus a’ teagasg sgilean cudromach coibhneis dhan chloinn. Gheibhear stuthan teagaisg an seo: <https://www.randomactsofkindness.org/>
- **Kindness UK:** Tha a’ bhuidheann seo air *Kindness Packs* a chruthachadh do sgoiltean sa bheil gnìomhan agus goireasan a dh’fhaodas tidsearan a chleachdadh airson coibhneas a theagasg mar phàirt dhen curraicealm. Chaidh na pacaichean seo a sgaoileadh gu 300,000 sgoil san Rìoghachd Aonaichte. <http://kindnessuk.com/schools/>
- **13<sup>mh</sup> Samhainn:** Gach bliadhna bidh **Latha a’ Choibhneis** ga chomharrachadh air an 13<sup>mh</sup> Samhainn. [http://kindnessuk.com/world\\_kindness\\_day\\_kindness\\_day\\_uk.php](http://kindnessuk.com/world_kindness_day_kindness_day_uk.php)
- **Postair 100 Acts of Kindness for children:** airson beachdan a thoirt dhut: Bho: <https://www.coffeecupsandcrayons.com/100-acts-kindness-kids/>

**Tha goireasan ionnsachaidh eile rim faighinn co-cheangailte ris na stuthan curraicealaim RSHP seo:**

Mo charaidean/A bhith nad charaid  
Nuair tha caraidean a’ dol far a chèile

### Notaichean Tidseir

