

Fáilte chuig Leabhrán NEWSTART, ar tionscnamh le Seirbhís Leabharlainne agus Ealaíon Chomhairle Contae Chorcaí é. Is leabharlann luathóige í NEWSTART ina dtacaítear le scileanna Uimhearthachta, Litearthachta agus Scríbhneoireachta. Is é an aidhm léi tacaíocht a thabhairt do leanaí le riachtanais bhreise litearthachta acu lena n-áirítear an disléicse agus an diospraicse, le comhairle agus ionchur ó ghairmithe cláraithe sa réimse, arna soláthar trí mheán inneachair ar líne agus i gcló. Bíonn an clár seo ar fáil trí gach brainse leabharlainne agus leabharlann taistil le Seirbhís Leabharlainne agus Ealaíon Chomhairle Contae Chorcaí, agus is féidir teacht ar na suíomhanna sin ar ár láithreán gréasáin www.corkcoco.ie/library-services.



(Custaiméirí na leabharlainne ar Leabharlann Taistil Iarthar Chorcaí i mBéal an Dá Chab, Co. Chorcaí –

Grianghraf le Clare Keogh)

Brollach le Stella O'Malley, síciteiripeoir agus údar

Is féidir suaitheadh a bhaint as tuismitheoirí nuair a fhoghlaimíonn siad go mbíonn riachtanais bhreise ag a leanbh agus go dteastaíonn tacaíocht foghlama breise uathu. Cé go mbraithfeadh roinnt tuismitheoirí faoiseamh éigin tar éis dóibh fuascailt a gcuid ceisteanna a fháil faoi dheoidh maidir le forás forbartha a linbh, bhraithfeadh a lán eile inmíoch agus scanraithe fiú faoin gcaoi ina bhféadfadh an measúnú sin dul i bhfeidhm ar shaol a linbh. B'fhéidir gur éirigh tuismitheoirí suaite ar chlos scéalta dóibh faoi ghnóthachtálacha móra leanaí eile agus gan dul chun cinn ag an luas céanna ag teacht ar a leanbh in ainneoin na seacht n-iarracht á gcur isteach acu. Dhéanfaimis an beart dóibh dá mbeadh neart againn - ach ní féidir linn. Ina ionad sin is féidir linn cuidiú leo ar bhealach éigin eile; is féidir linn a mhíniú dár leanaí go bhfeidhmíonn inchinní gach duine ar bhealach éagsúil, go dteastaíonn uirlisí malartacha ó inchinn roinnt daoine chun faisnéis a phróiseáil agus gur fearrde tú buanna d'inchinne féin a shaothrú seachas leas a bhaint as uirlisí gabha chun bróga a dhéanamh.

Is é an cur chuige is cuidithí ar féidir le tuismitheoir a ghlacadh gan an fhadhb sin a áibhliú ná beag a dhéanamh di i saol a linbh. Is cuimhneach liom leanbh ag cur síos ar "fhústar frustrachais" a mháthar agus í ag guairdeall thar a obair baile. Ní cabhair ar bith é an fústar frustrachais do leanbh dá mbaineann dua lena n-obair, mar sin is fearr do thuismitheoirí a n-aird a dhíriú ar na gnéithe is tábhachtaí.

B'fhearr do thuismitheoirí a áirithiú go bhfágfaidh a leanbh an scoil lena bhféiniúlacht slán, agus dúil acu san fhoghlaim agus an t-inspreagadh iontu chun obair go crua lena spriocanna a bhaint amach. Leis an méid sin a dhéanamh i gceart ní mór do thuismitheoirí aire a thabhairt dá meabhairshláinte féin agus do mheabhairshláinte a leanaí. Is fusa gach gné eile den saol má bhíonn tuismitheoirí aireach dá sonas féin agus aireach do shonas a leanaí.

Is gairmí meabhairshláinte, údar sárdhíola, cainteoir poiblí agus tuismitheoir í Stella O'Malley le go leor blianta taithí aici ag obair sa chomhairleoireacht agus sa tsíciteiripe.

Déanann Stella go leor dá saothar comhairleoireachta agus teagaisc le tuismitheoirí agus daoine óga, ónar tháinig foilsíú a dhá leabhar sárdhíola 'Cotton Wool Kids' in 2015 agus 'Bully-Proof Kids' in 2017.

Scríobhann Stella a lán ábhair faoi chúrsaí meabhairshláinte do nuachtáin, agus is minic a thagann sí ar na meáin náisiúnta agus áitiúla cosúil le RTÉ Raidió a hAon, Teilifís RTÉ, TV3, Newstalk, Today FM agus BBC Thuaisceart Éireann le plé a dhéanamh ar réimse leathan ábhar cosúil le folláine mheabhrach, an t-aireachas, réiteach coinbhleachta sa láthair oibre, scileanna cumarsáide, saincheisteanna tuismitheoireachta agus leanbhaoise in Éirinn inniu.

Is féidir níos mó eolais a fháil ar a láithreán gréasáin:

<http://www.stellaomalley.com/>

Leideanna léitheoireachta le do leanbh réamhscoile

- Ní bhíonn sé riamh róluath chun tús a chur leis an léitheoireacht do do leanbh! Dá léifeá leabhar pictiúr amháin dóibh sula bhfreastalóidís ar an réamhscoil - bheadh beagnach 1000 leabhar léite ag do leanbh. Is féidir leat 12 leabhar a fháil ar iasacht in éineacht do do leanbh ag do leabharlann áitiúil, gan mórán costas i gceist leis!
- Comhroinn leabhair phictiúr le do leanbh ach ná bí buartha má théann siad ar seachrán - is gnáthnós é sin.
- Roghnaigh am a oireann daoibhse beirt. Má bhíonn tuirse ortsa nó ar do leanbh, b'fhearr triail a bhaint as am éigin eile don scéal.
- Tabhair lán d'airde féin ar an tasc. Ná bíodh fóin phóca ná feistí eile mar sheachrán agat.
- Ná bí buartha faoi do stíl léitheoireachta.

Na Chéad Leabhair

- Is lena méaracha (agus lena mbéal!) a chéadbhraitheann leanaí leabhair.
- Is furasta don leanbh na leathanaigh a ionramháil le leabhair chláir agus le leabhair éadaigh, agus is rogha mhaith iad na leabhair folcadáin do leanaí nach dtagann fonn coganta orthu.
- Cuardaigh le haghaidh leabhar le léaráidí soiléire, dathanna láidre nó pictiúir den fhíorshaol.
- Is spreagadh don idirghníomhú iad na leabhair le torainn, uigeachtaí agus scátháin.

Na Chéad Scéalta

- Roghnaigh leabhair le teanga shimplí rithimeach iontu.
- Is mór le lapadáin athrá agus seanaithe sna scéalta.
- Is buntáiste breise iad na leabhair inar féidir flapáí a oscailt.
- Is aoibhinn le páistí níos sine (ó 18 mí aníos) an léitheoireacht mhall, leabhair ghnóthacha agus oibiachtaí a aimsiú “i bhfolach” sa leathanach.
- Ná bíodh leisce ort roimh thobchumadh: Cum do scéal féin ar bhunú na bpictiúr má tá an scéal féin róchasta.
- Tá liostaí léitheoireachta molta a chuir baill foirne leabharlainne Éireannach i dtoll a chéile le haghaidh leanaí aníos chuig 12 bhliain d'aois ar fáil ag <https://www.librariesireland.ie/services/right-to-read/recommended-reads-for-children>.

Baineadh an sliocht seo de:

<https://www.irishtimes.com/culture/books/reading-to-babies-a-beginner-s-guide-1.2407512>

Luathlitearthacht/Réamhlitearthacht

Is foinse chumhachtach foghlama iad na rainn do pháistí agus na gníomhamhráin don luathlitearthacht, agus cuireann siad ar chumas leanaí a spéis a fhorbairt i rithim agus i bpatrúin na teanga. Is athráiteach iad go leor rann do pháistí freisin, rud a d'fhéadfadh cur le forbairt na cuimhne. Tugann siad borradh don fhorbairt teanga freisin le rithim agus athrá na bhfocal agus na bhfriotal. Forbraítear an uimheartheacht leo freisin óir go bhfaightear i go leor rann do pháistí agus gníomhamhrán gnéithe comhairimh cosúil le “Ten Green Bottles” leis an gcomhaireamh agus an t-athrá ann.

Ceithre bhealach fhurasta chun rainn a chur in aithne do linbh:

Is féidir rainn a chanadh nó a chantaireacht tráth ar bith i rith an lae. Is gearr sciobtha iad, rud a chiallaíonn gur furasta iad a chur sa ghnáthshaol laethúil. Seo chugat ceithre bhealach fhurasta chun rainn do pháistí a thabhairt isteach i do shuíomh.

1. Roghnaigh rann simplí agus bain úsáid as in éineacht le ceann de do ghnáthaimh laethúla cosúil le siúlóid chuig an gclós súgartha.
2. Tabhair isteach '**Rann na Seachtaine**' agus déan cinnte de go gcanann tú an rann sin faoi dhó nó faoi thrí in aghaidh an lae. Ní ghlacann an chuid is mó de na rainn do pháistí níos mó ná nóiméad amháin nó dó le canadh, agus mar sin is bealach furasta é sin chun go leor athrá a charnadh.
3. Comhroinn leabhair phictiúr na rann le do leanaí, agus tabhair spreagadh dóibh chun labhairt faoi na carachtair agus na heachtraí a tharlaíonn sa rann féin.
4. Cuir “Mála Rann” i dtoll a chéile ar féidir leis na leanaí a rannsachadh, agus líon é le hoibiachtaí a bhaineann leis na rainn cosúil le puipéid, gearrthóirí brioscaí (Five Currant Buns), carachtair dhomhanda bheaga, taephota bréagáin agus cupán agus sásar (Polly Put The Kettle On, I'm A Little Teapot) nó lachain rubair (Five Little Ducks).

<https://www.pacey.org.uk/news-and-views/pacey-blog/october-2019/the-importance-of-nursery-rhymes-in-early-childhood>

Na tairbhí a bhaineann leis an léitheoireacht le do leanbh

- **Am Léitheoireachta**

Caitear am le chéile i mbun léitheoireachta, nuair a dhíríonn an tuismitheoir go hiomlán ar a n-éilimh mhothúchána agus forbartha. Is bealach iontach é do thuismitheoir le haithne a chur ar a leanbh agus lena bhféiniúlacht aonair a chothú. Is féidir le tuismitheoirí foghlaim faoi na nithe a thaitníonn lena leanbh agus nach dtaitníonn lena leanbh trí aird a dhíriú ar a roghanna léitheoireachta.

- **An tSláinte Mhothúchána**

Is bealach iontach é labhairt faoi mhothúcháin trí eispéiris na gcarachtar laistigh de scéalta chun cumarsáid a dhéanamh le leanbh, agus féadfaidh sé a bheith mar bhealach maith chun labhairt faoin tsláinte mhothúchána i suíomh suaimhneach agus chun tuiscint a thabhairt do leanaí faoina suíomh sa saol agus ina bpobalsan.

- **Scileanna Litearthachta**

Cuirtear chun cinn leis an scéalaíocht forbairt na litearthachta agus na teanga, agus réitíonn sé leanaí chun tús a chur leis an léitheoireacht, á nochtadh ag aois óg do “chultúr scéalaíochta” sa bhaile.

- **Tairbhí Oideachasúla**

Ó thaobh na gnóthachtála an fheabhais acadúil de, is í an éirim níos fearr don fhoghlaim i gcoitinne ceann de na tairbhí móra a bhaineann leis an léamh do leanaí réamhscoile. Na daltaí a dhéanann léitheoireacht sula dtosaíonn siad ar scoil; is dóichí go n-éireoidh níos fearr leo i ngach fearann den oideachas foirmiúil. Bíonn an chumhacht ag tuismitheoirí cumas foghlama a linbh a threisiú ach na leabhair a chur i gcoilín a ngráthshaoil laethúil.

- **Scileanna Urlabhra**

Faidhmíonn an léitheoireacht tionchar ar bhunscileanna urlabhra. Bíonn leanaí ag foghlaim agus ag comhshamlú scileanna teanga criticiúla ag an aois óg sin. Is trí éisteacht le tuismitheoir i mbun léitheoireachta a threisiíonn an leanbh na bunfhuaimneacha den ghnáth-theanga as a mbainimid leas gach lá. Má dhéantar léitheoireacht os ard do leanaí óga ar bhonn laethúil, is dóichí go mbainfidh siad leas as teanga lena smaointe a chur in iúl agus le caidreamh a bhunú le daoine eile. Is leis an idirghníomhaíocht i measc na gcarachtar sna scéalta a léann siad agus leis an teagmháil bhuan aonair lena dtuismitheoirí le linn am scéalaíochta a chuideofar leis an leanbh scileanna cumarsáide luachmhara a ghnóthachan.

- **Loighic**

Cuideoidh an léitheoireacht le leanbh tuiscint a fháil níos fusa ar choincheapa teibí agus a gcuid scileanna smaointeoireachta loighciúla a fhorbairt. Is trí nochtadh d’insintí patrúnaithe a fhoghlaim siad conas cúis agus éifeacht a shainiú. Dá mhéad a léann siad agus a léitear dóibh, is ea is mó a fhoghlaim siad an leanbh óg na cnámha scéil agus na scéalta féin sna leabhair a thuiscint i gcomhthéacs an méid atá ar siúl ina saol féin.

- **Aird**

Feabhsófar leis an léitheoireacht laistigh de sheisiún struchtúrtha laethúil aird agus féinsmacht linbh freisin. B'fhéidir go rachadh leanaí níos óige ar seachrán le linn am scéalaíochta ar dtús, ach foghlaimeoidh siad an chaoi lena n-aighe agus a n-aird a dhíriú de réir mar a rachaidh an gnáthnós ar aghaidh. Tioctaidh féinsmacht níos láidre, achar airde níos faide agus coinneáil cuimhne níos fearr le tuiscint na léitheoireachta.

<https://www.librariesireland.ie/sites/default/files/media/file-uploads/2018-10/Benefits-of-Reading.pdf>

Conas cuidiú le do leanbh a léitheoireacht a fheabhsú

Is dua mór do go leor leanaí í an léitheoireacht, agus tacaíocht áisiúil is ea “**gnáthnós léitheoireachta ar feadh deich nóiméad in aghaidh an lae**”. Ní theastaíonn aon oiliúint ná trealamh costasach uathí, agus tugtar deis léi do thuismitheoirí chun taitneamh a bhaint as idirghníomhú ciúin lena leanaí, rud a rachaidh chun sochair leo i ngach gné den léann.

Seacht gcéim i dtreo na léitheoireachta níos líofa le deich nóiméad in aghaidh an lae

1 B'fhéidir gurb é an dúshlán is deacra do bhaile gnóthach é am agus spás a aimsiú don léitheoireacht chiúin, ach is fiú go mór an tairbhe an trioblóid. Cruthaigh láthair ina dtarlaíonn seisiún léitheoireachta i gcónaí – cúinne le seomra do linbh mar shampla. Aimsigh am a fheifidh duitse, b'fhéidir go díreach tar éis am dinnéir nó go díreach roimh am luí. Déan iarracht fiú amháin suas le deich nóiméad a fháil níos moiche ar maidin.

2 Roghnaigh an t-ábhar léitheoireachta ceart. Caithfidh sé a bheith spéisiúil seachas a bheith bearránach. Ná tabhair ábhar léitheoireachta do leanbh le hinneachar ann atá róleanbaí dóibhsean. Tá leabhair ann do leanaí ar lú a leibhéal léitheoireachta ná a leibhéal inspéise. Mura féidir leat do lámha a leagan ar ábhar mar sin, déan iarracht ábhar a thiomsú ón idirlíon nó ó nuachtáin mar chuid de thionscadal mealltach don leanbh.

3 Bíodh an comhrá mar an chéad chéim. Cén t-ábhar a gheofar sa leabhar seo? Céard a mholtar leis an teideal? Céard a mholtar leis na pictiúir ann? Cuideoidh an méid sin leis an leanbh cuspóir a chur lena léitheoireacht.

4 Is ionann léitheoireacht beirte agus nuair a léann oide nó thuismitheoir le leanbh chun cuidiú leo eiseamláir na dea-léitheoireachta a fháil agus chun tacú le hiarrachtaí an linbh féin. Bíonn roinnt cineálacha léitheoireachta breise ann – bain triail astu go léir lena seiftiúlacht a fháil amach.

*** Léitheoireacht chuidithe**

Léigh cuid den téacs agus lig don leanbh leanúint ar aghaidh leis an léitheoireacht ag pointe comhaontaithe. Léann tusa gach re leathanach, mar shampla, nó léann tú gach re alt má bhíonn an luas rómhall. D'fhéadfaí faoiseamh a fháil ón bhfrustrachas leis sin.

*** Léitheoireacht in éineacht**

Léann an tuismitheoir agus an leanbh le chéile os ard. Gheobhaidh an leanbh tuiscint ar do thuin agus ar do rithimí ar an gcaoi sin, ina stopann tú chun tost a dhéanamh, agus ar an gcaoi ina léiríonn tú brí an téacs. Éist go dlúth lena chinntiú gur féidir le do leanbh léamh leatsa an chuid is mó den am. Is comhartha é go mbíonn an t-ábhar ró-aibí mura gcoinníonn siad suas leat go minic.

*** Léitheoireacht mhacallach**

Is bealach fíoréifeachtach é sin do leanaí a fheiceann deacrachtaí móra leis an líofacht. Léann tusa an abairt ar dtús. Léann tusa agus an leanbh an abairt in éineacht ansin. Léann an leanbh an abairt ina n-aonar faoi dheireadh. Tugann tú eiseamláir don léitheoireacht cheart, múnlaíonn tú iarracht an linbh, agus tugann tú deis neamhspleách don leanbh chun tabhairt faoi.

***Scáthléitheoireacht**

Is cur chuige comhchosúil é sin, ach go mbaintear leas as sleachta téacs níos faide ann.

5 Feicfidh tú ach sracfhéachaint a thabhairt ar shliocht léitheoireachta ar bith go dtagann roinnt focal anuas arís is arís eile. Tugtar focail ardmhínicíochta orthu sin (gheofar iad le cuardach idirlín). Mar shampla, faightear i **liosta Dolch** 100 focal a fhéadtar a fháil i suas le leath amháin de na focail san ábhar léitheoireachta a léimidne. Éireoidh saothrú na léitheoireachta níos fusa más féidir le leanbh na focail sin a aithint go líofa. Coinnigh aird níos fearr ar na focail sin de réir mar a thiocfaidh siad anuas sa téacs, agus treisigh le do leanbh iad.

6 Má bhíonn leanbh ag léamh gan mórán brí nó tuisceana a bheith leo, ach go léann siad na focail i gceart; bain triail as iarraidh orthu an t-alt céanna a léamh roinnt uaireanta, ach mothúcháin a chur ann an uair seo. Féadfaidh tú feidhmiú mar eiseamláir dóibhsean. D'fhéadfadh sé sin a bheith spráúil fiú féin má dhéanann tú áibhéil, má bhaineann tú leas as blasanna agus gothaí láimhe.

7 Críochnaigh an seisiún le plé agus le moladh. Fiú féin murar éirigh leat ach cúpla líne i do sheisiúin a léamh, labhair le do leanbh faoin mbrí a bhaineann leis an méid atá tú go díreach tar éis a léamh. Cuirfidh an comhrá sin le stór focal, leis an tuiscint agus lena ndúil don chéad seisiún eile.

Baineadh an sliocht seo de:

<https://www.irishtimes.com/news/education/improve-your-child-s-reading-in-10-minutes-a-day-1.554595>

Cuidigh le huimhearthacht do linbh a fheabhsú

Is roinnt deiseanna atá sa mhéid seo a leanas chun eolas do linbh a fheabhsú agus chun scileanna san uimhearthacht a chleachtadh. Bíonn na hidirghníomhuithe idir duine fásta agus leanbh fíorthábhachtach, agus is bealach nádúrtha é an súgradh d'fhoghlaim leanaí.

Istigh sa Charr

- Comhair líon na gcarranna dearga, gorma, glasa srl. ar féidir leat a fheiceáil.
- Comhair líon na veaineanna, tarracóirí, trucaílí agus busanna.

Siopadóireacht Bia

- Cum liosta siopadóireachta nó liosta pictiúr ag brath ar aois an linbh.
- Is iondúil gurb é pasáiste na dtorthaí an chéad chuid a fheicfidh tú istigh ann. Tagann ionad ar leanaí leis na torthaí a aithníonn siad agus leis na torthaí nach n-aithníonn siad. Ainmnigh iad go léir.
- Cuir síos ar na dathanna éagsúla agus ar na cruthanna torthaí.
- Bain úsáid as focail cosúil le mór, níos mó, úr, reoite, searbh nó spíosrach.
- Comhair cé mhéad buidéal, cannaí stáin agus pacáistí atá i do chiseán nó tralaí.

Am folctha

- Coinnigh súil ar nósanna linbh san fholcadán agus ainmnigh os ard na hearraí lena súgraíonn siad.
- Bain úsáid as focail ar nós ar snámh, lapadaíl, sreabhadh, tonnta, boilgíní, braonta, níochán agus triomú.
- Bain úsáid as coimeádáin éagsúla leis an uisce a thomhas agus a dhoirteadh. Bíonn leanaí óga ag foghlaim na matamaitice de shíor trí mheán éagsúlacht eispéireas súgartha.
- Bí ag caint faoi theocht an uisce má tá sé fuar, níos fuaire, te, agus níos teo.

Am béilí

- Leag an bord le do leanbh agus comhair agus ainmnigh na huirlisí, mar shampla sceana, foirc, spúnóga agus plátaí.

Báicéireacht

- Nuair a bhíonn tú ag bácáil le do leanbh, bain úsáid as uirlisí éagsúla chun cainníochtaí a thomhas mar shampla spúnóg thae, spúnóg bhoird, cupán nó meá cistine.
- Cuir iad ag suaitheadh, ag doirteadh agus ag scoilt na n-uibheacha.
- Cuidigh leo chun cloí le treoracha d'oideas chun rud éigin a dhéanamh.

Uair ar bith

- Cuir spraoi sna dioscáireachtaí baile. Lig do do leanbh cuidiú leat a gcuid éadaí a chur i dtaisce tar éis a nite agus a dtriomaithe. Comhair na míreanna éadaí agus ainmnigh iad agus tú á gcur i dtaisce. Cuirigí péirí stocaí le chéile. Is bealach spráíúil í an ghníomhaíocht sin chun comhaireamh agus meaitseáil a dhéanamh.

- Imrígí cluichí buille faoi thuairim, cluichí rímeanna, cluichí liathróide, cluichí boird, agus searáidí.
- Téigh ar shiúlóidí dúlra, siúlóidí fuaime, siúlóidí radhairc agus siúlóidí dathanna.
- Soláthair agus cruthaigh tacaí agus ábhair don súgradh bréige. Is mór an spraoi iad na boscaí cairtchláir.
- Tabhair faoi deara méideanna na n-oibiachtaí sa saol tharat.
- Bain úsáid as féilire chun labhairt faoin dáta, faoi lá na seachtaine, agus faoin aimsir.

Cuidigh le lámhscríbhneoireacht do linbh

Spraoi a chur sa chleachtadh

Tabhair peann luaidhe speisialta do do leanbh nó tacar peann ildathach. Ná tabhair focail lena gcóipeáil di amháin. Bain triail as puzail focal, anagram, cluiche an chrochadóra, nó fiafraigh de liosta rannsachadh na smaointe a chur le chéile timpeall ar théama éigin le cuspóir a thabhairt don scríbhneoireacht.

Tabhair spreagadh don Líneacht agus do Chluichí Tomhais

D'fhonn ceanglais fisiceacha na scríbhneoireachta fhorbairt — peann a choinneáil i gceart i do lámh, staidiúir, smacht, deaslámhacht, comhordú — dá mhéad ama a chaitheann do leanbh ag ionramháil oibiachtaí is ea is fearr é. Bain úsáid as gnéithe airgid fiú chun cuidiú leis a scileanna mínluaile a fhorbairt.

An Fhadhb a Shainaitint

Tagann fadhbanna scríbhneoireachta coitianta faoi cheithre phríomhlimistéar: ceapadh litreacha, méid cló a thosiú, spásanna idirfhoclacha, agus ailíniú na línte. Díriú cleachtadh do linbh ar na litreacha nó coincheapa lena mbaineann an dua is mó di, agus déan cinnte de go mbaineann sí leas as a dhá lámh chun an páipéar a rialú.

Na hUirlisí Cearta

Má tá sé ag éirí dian ar do leanbh leas a bhaint as gnáthpheann luaidhe, bain triail as ceann níos lú nó níos giorra ar mhéid linbh. Déan cinnte de go mbíonn cuimilteoir maith ar fáil dó sa chaoi nach mbíonn eagla air botúin a dhéanamh

Scríobh lasmuigh den bhosca

Is dromchlaí iontacha iad scáthán galaithe, slám puití, nó babhla fuíoll-anlainn. Bíodh do leanbh ag cleachtadh lena mhéaracha, le slaitín nó le peann luaidhe, meallfar chuig an scríbhneoireacht má thugtar spreagadh dá chruthaitheacht.



Leideanna Iontacha ó T.S. Jess Kennedy

Ag Dul i nGleic leis an Obair Baile/ Staidéar

1. Más féidir, cóirigh bord éigin i láthair éigin os comhair balla bháin nach ligfeadh ar seachrán iad. Cuideoidh sé sin aird a dhíriú agus chun seachráin do na súile a laghdú.
2. Glac píosa obair baile amháin ina aonar agus bain leas as seicliosta chun inspreagadh a mhéadú agus dul chun cinn a rianú. D'fhéadfadh leanaí níos sine agus déagóirí úsáid a bhaint as "Uaineadóir" chun cuidiú leo am a bhainistiú.
3. Déan seal aclaíochta roimh an obair baile nó staidéar chun tacú le staidiúir, aird agus folláine fhoriomlán.
4. Má bhítear ag cur an iomarca ama isteach san obair baile, déan teagmháil le hoide do linbh chun fáil amach cé chomh fada agus ar cheart a chur isteach gach oíche.
5. Más dua don leanbh í an lámhscríbhneoireacht, díriú ar cháilíocht seachas cainníocht, agus lig do do leanbh freagra labhartha a thabhairt más féidir.

Na Cúig Chleachtadh is Fearr Roimh an Obair Baile

Is bealach iad na cleachtaí thíos chun cobhsaíocht guaillí, feasacht coirp agus neart an linbh a fhorbairt; agus soláthraíonn siad ionchur céadfach ar féidir leis cuidiú le haird, díriú airde agus cumas an linbh staidiúir shuite dhíreach a choinneáil nuair a bhítear i mbun obair baile. Teastaíonn maoirseacht ó dhuine fásta le haghaidh na gcleachtaí go léir.

1. Crúbadach - lámhacán ar feadh na talún ar do cheithre bhonn le leithead do ghuailí idir do lámha. Ardaigh cromáin sa chaoi nach bhfuil glúine ar an talamh agus go bhfuil siad ábhairín lúbtha. Caith súil chun tosaigh agus déan lámhacán timpeall leis an staidiúir sin, agus na glúine lúbtha á dtarraingt isteach sa chorp agus iad a bhogadh ar aghaidh.
2. Preaba froga: Téigh síos ar do ghogaide agus cuir do lámha ar an urlár. Bog na lámha agus na cosa ar aghaidh in éineacht de léim ghróigthe. Déan deich gcinn as a chéile.
3. Dromadáil: Sínn do lámha siar agus cuir do lámha ina bhfleasc ar an urlár laistiar díot. Ardaigh tú féin nó go mbeidh do cheann, muineál agus colainn i líne dhíreach. Siúil timpeall leis an iompar coirp sin gan do dhroim a ligean dul i dteagmháil leis an talamh go ceann fiche soicind, lig do scíth agus déan an athuair é.
4. Brú aníos ar chathaoir ar nós gráin rósta- Coinnigh do lámha cothrom ar chathaoir ar cheachtar taobh dá cosa, brúigh trí na lámha agus ardaigh an cholainn den chathaoir ach coinneigh na cosa ar an urlár. Ardaigh na cosa den urlár freisin le géire deacrachta a ardú, agus athdhéan deich n-uaire é.
5. Féileacáin - Sínn na lámha go díreach amach os comhair na colainne, idirnasca na hordóga le cruth X a dhéanamh, na bosa chun tosaigh, déan ciorcail bheaga leis na lámha agus an ghluaiseacht ag teacht ó na guaillí, agus athdhéan deich n-uaire é.

Conas Tacaíocht a Thabhairt do Scileanna Eagrúcháin

Má bhaineann dua do do leanbh le scileanna eagrúcháin; ná déan talamh slán de go mbeidh a fhios acu ón gcliabhán conas a seomra a ghlanadh, a dtaisceadán a eagrú ná a bpaca a phacáil. B'fhéidir go dteastódh tacaíocht uathu faoin gcaoi chun na tascanna sin a dhéanamh agus faoi na céimeanna le glacadh agus is amhlaidh dá réir a bhaineann fóorthábhacht leis an samhaltú agus leis an gcóitseáil nó go mbeidh siad neamhspleách. Mura dtuigeann do leanbh treoracha labhartha go maith, bain úsáid as líníochtaí físe ar gach céim mar mheabhrú dóibh m.sh. tarraing na céimeanna chun seomra a ghlanadh – 1. Cuir éadaí salacha sa chiseán níocháin 2. Fill éadaí glana agus cuir sa tarraiceán iad. 3. Cuir bréagáin srl. i dtaisce. Déan cinnte de go mbíonn ionaid ainmnithe ar fáil do nithe, agus

lipéadaigh go soiléir míreanna óir go mbeidh sé sin ina chuidiú mór chun scileanna eagrúcháin a fhorbairt.

Tá súil agam gur chabhraigh na leideanna sin leat, le haghaidh tuilleadh smaointe ceadaigh mo bhlag www.MyOTandMe.com Jess 😊



Leideanna ón Teagascóir Disléicse, Lorraine O'Donnell

Folláine shóisialta agus mhothúchánach

- Is obair chrua í an disléisce, go háirithe má tá riochtaí comhtharlaithe ann ar nós imní nó diospraicse!
- Oibríonn próiseáil chéadfach an duine dhisléicsigh go héagsúil uathu siúd atá néarnormatach, is minic a tharlaíonn ró-ualú céadfach
- Féadann leanaí níos óige éirí buartha leis an méid faisnéise nach foláir dóibh a phróiseáil in aghaidh na huaire, cosúil le haghaidheanna, íomhánna, oibiachtaí, focail! Féadann sé sin tarlú do leanaí níos sine freisin
- Féadann timpeallachtaí torannacha éirí cuibheasach iomarcach freisin, cosúil le seomra ranga gnóthach nó cistin ag am dinnéir
- Féadann próiseáil glórtha daoine a bheith dúshlánach do dhuine le disléicse. Féadann an iarracht chun dul i ngleic le go leor glórtha a bheith tnáitheach
- Is minic a tharlaíonn taghdanna tar éis na scoile. D'oibrigh do leanbh go crua ó thús an lae agus tá tearmann bainte amach acu anois, sa bhaile leatsa
- Féadann freagairt mhaith nó dhearfadh don racht mothúchánach sin a bheith fíorthábhachtach don chaoi a rachaidh an chuid eile den tráthnóna don teaghlach go léir
- Is bunriachtanas é scíth a ligean. Cloígh le leideanna ó do leanbh. An dtéann siad ar an trampailín, an bhfanann siad ina suí go ciúin le peata an teaghlaigh, an súgraíonn siad lena ndeartháireacha nó lena ndeirfiúracha nó an gcaitheann siad roinnt ama ina n-aonar

- Féadfar duine a thnáitheadh leis an ró-ualú céadfach; sin é an tráth chun cadhnraí a athluchtú chun a bheith in ann díriú ar an obair baile
- Má tharlaíonn an méid sin gach lá nó go rialta, déan machnamh plean a cheapadh le do leanbh chun straitéisí seiftiúla a shainnithint lena gcur ar a suaimhneas. Tacóidh an plean sin leis an bhféinrialáil. B'fhéidir go mbraithfidh an leanbh go bhfuil neart acu ar an gcuid sin den lá
- Nocht le do leanbh i gcónaí más disléicseach iad. Caithfidh an fhaisnéis sin a bheith ar eolas acu d'fhonn tús a chur le dul i ngleic léi agus glacadh léi.
- Feidhmigh mar chóitseálaí saoil dóibhsean. Tabhair spreagadh dearfach dá ngnóthachtálacha agus rathanna beaga go léir. Dírigh ar a láidreachtaí seachas ar a laigeachtaí. Inis dóibh go bhfuil mórtas ionat astu as iarracht agus obair chomh crua sin a chur isteach. Caithfidh tú do mhuintín iontu a léiriú!

Cumarsáid leis an scoil

- Ní phléitear an disléicse a dhóthain, áit ar bith. B'fhéidir gurb in é an fáth go bhfreagraíonn scoileanna don disléicse ar bhealaí éagsúla. Bealach amháin chun cúnaimh le do scoil agus leis an oide seomra ranga is ea leabhar faisnéise faoi do leanbh a chruthú
- Bíonn sé sin fíoráisiúil do leanaí bunscoile agus iad ag aistriú ó rang amháin go chéile.
- Beidh an leabhar sin ina chnuasach de do leanbh agus den chaoi ina mbaineann an disléicse dóibh. B'fhéidir go bhfaighfí na nithe seo a leanas ann;
- Coinnigh an fhaisnéis is déanaí chuig tosach an leabhair
- An tuairisc dheireanach
- Moltaí óna dtuairisc síceolaíochta oideachasúla amháin (leathanaigh chúil)
- Aon chuairt nó moladh ó TSanna nó ó ghairmithe tacaíochta eile
- Iarratas soiléir gach iarraidh ar do leanbh léamh os ard sa rang
- Beathaisnéis a chruthaíonn tú féin (tuismitheoir) óir go bhfuil an aithne is fearr orthu agat féin – roinnt gnéithe le machnamh orthu is ea an féidir le do leanbh treoracha a fháil agus iad a chur i gcrích, an féidir leo nótaí a bhreacadh ón gclár, an féidir leo a n-iris obair baile a chomhlánú go cruinn, an bhfuil tú buartha faoina lámhscríbhneoireacht, an féidir le do leanbh iltascáil a dhéanamh, cuir i gcás éisteacht leis an oide agus nótaí a bhreacadh síos, an mbíonn gníomhaíochtaí seomra ranga torannacha iomarcach dóibh, cad iad na láidreachtaí a bhíonn ag do leanbh, agus cad iad d'ionchais i mbliana
- Is bailiúchán breathnóireachtaí maidir le do leanbh atá ansin. Cuirtear ar fáil é ar mhaithe le heispéireas seomra ranga do linbh a fheabhsú agus ba cheart glacadh mar sin leis
- Léirigh grinneas – ná tabhair an iomarca faisnéise. Bíodh sé chomh hinrochtana don oide agus is féidir

Cuir chuige don obair baile

- Má ghlacann an obair baile go leor uaireanta le críochnú, caithfidh tú an scoil a chur ar an eolas faoi sin. Caithfear aontú ar dhifreálacha agus ar comhréitigh eile, i dteannta le plean cúitimh d'fhoghlaim do linbh lena gcomhdhaltaí
- Cuir coinní in áirithe leis an scoil de réir mar a shíleann tú go mbíonn siad de dhíth
- Ná déan obair baile do linbh dóibhsean!
- B'fhéidir go scríobhfá ar son do linbh, ach caithfidh an t-inneachar teacht uathusan
- Aimsigh suíomh socair leis an obair baile a dhéanamh, ar shiúl ó sheachráin lena n-áirítear deartháireacha agus deirfiúracha, bord na cistine agus an teicneolaíocht
- Nuair a shíleann tú go bhfuil tú réidh, tabhair isteach socrú na dteorainneacha am chun obair a chríochnú – déan go mall é óir go bhféadfadh sé sin dul in abar!
- B'fhéidir go dtosófa le tráthchláir don obair baile a thabhairt isteach. Déan é seo le do leanbh agus faigh a gcomhaontú faoin gcaoi ar mhaith leo oibriú, mar shampla, clúdaigh na hábhair is deacra ar dtús
- Ná cuir brú orthu leis seo, ina ionad sin d'fhéadfá é sin a chur ar aghaidh mar thriail, rud a thabharfaidh le fios do do leanbh go mbabhtálfadh tú na hábhair i gceann míosa chun an méid a oireann is fearr a fháil amach
- Meabhraigh! Is dúshlán mór do dhaoine le disléicse í an chomhsheasmhacht

An chruthaitheacht a chothú

- Is fearrde an chruthaitheacht in éagmais rialacha. Ba cheart tabhairt faoi sin le fonn súgartha agus turgnamhachta.
- Ciallaíonn turgnamh go n-athraítear chuig bealach éigin eile mura bhfuil rud éigin ag obair!
- Ná bí ag iarraidh foirfeacht a ghnóthú – ní aon fhoirfeacht ann!
- Ná ceartaigh an litriú nó ná bíodh imní ort leis an lámhscríbhneoireacht nuair a bhítear cruthaitheach – téigh leis an sruth!
- Roinnt samplaí díobh sin is ea; leabhar a léamh agus in ionad tuairisc nó achoimre a scríobh d'fhéadfadh do leanbh é a tharraingt, nó sraith líníochtaí a chruthú cosúil le scéalchlár
- Is bealach iontach foghlama é dráma a dhéanamh den obair baile, mar shampla siopa a dhéanamh chun barr feabhais a chur le scileanna breise
- Bain úsáid as Cearnóga Iolrúcháin chun tacú leis an gcuimhne - is féidir patrúin a aibhsiú le dathanna cosúil leis na cinn a fhaightear sna táblaí
- Bain úsáid as litreacha plaisteacha chun tacú le foghlaim liosta litrithe – is cur chuige ilchéadfach é sin ina mbaineann an leanbh úsáid as tadhall agus radharc chun foghlaim. Déan an méid céanna le huimhreacha plaisteacha
- Tacóidh pinn ildaite agus nótaí greamaitheacha le heagrú smaointe chun aiste a chumadh. Breactar síos gach alt le dath éigin, agus is féidir smaointe a chódú agus a eagrú sa bhealach sin

- Is féidir go leor leanaí leis an disléicse a bheith corrthónach. Cuir ag gluaiseacht iad. Ina seasamh ag clár bán/dubh chun a liosta litrithe a dhéanamh nó chun tóraíocht taisce a dhéanamh timpeall an tí le haghaidh litreacha plaisteacha chun focal a litriú os ard
- Is féidir a néarchonairí a oscailt don chruthaitheacht ach do leanbh a chlárú le caitheamh aimsire cruthaitheach. Is féidir le caithimh aimsire nó cláir iarscoile cosúil le ceardlanna drámaíochta nó cumainn ealaíne nó ciorcail scríofa a bheith ina mbealach iontach chun a gcruithaitheacht inmheánach a chothú.

Is féidir teagmháil a dhéanamh le Lorraine O'Donnell ag (085) 7374200 nó seol ríomhphost chuig:
mydyslexiatutor@gmail.com

Acmhainní agus láithreáin ghréasáin áisiúla

- Is cúrsa ilchéadfach ar líne é Touch Type Read Spell (TTRS), ina múintear an tadhall-chlóscríobh, an léitheoireacht agus an litriú in éineacht agus is féidir leas a bhaint as chun go mbeadh an fhoghlaim níos inrochtana do dhaoine aonair le Siondróm Down, Neamhord ar Speictream Uathachais, NEA/NHEA, deacrachtaí scileanna luaileacha agus laguithe fisiceacha. Tá saor-rochtain ar na bogearraí sin do bhail leabharlainne ar fáil ó leabharlanna brainse le Seirbhís Leabharlainne agus Ealaíon Chomhairle Contae Chorcaí. Tá sonraí teagmhála leabharlainne ar fáil ag –

www.corkcoco.ie/library-services

- Físeáin le leideanna praiticiúla agus agallaimh le Lorraine O'Donnell, Teagascóir i nDislécse, agus Jess Kennedy, TS; tá fáil orthu ag láithreán gréasáin Seirbhís Leabharlainne agus Ealaíon Chomhairle Contae Chorcaí.

www.corkcoco.ie/library-services

- Tá an Chomhairle Náisiúnta Curaclaim agus Measúnachta (NCCA) tar éis líon acmhainní a fhorbairt chun cuidiú leat tacaíocht a thabhairt d'fhoghlaim do linbh ar bunscoil. Is ag an láithreán gréasáin seo a leanas a gheobhaidh tú bileog ar a dtugtar “Curaclam Teanga na Bunscoile don Bhéarla agus don Ghaeilge - Naíonáin Shóisearacha chuig an Séú Rang” Tá sé ar fáil i roinnt teangacha – Béarla, Gaeilge, Liotuáinis, Laitvis, Portaingéilis, Polainnis, Rómáinis, Rúisis agus Mandairínis (Sínis).

<https://ncca.ie/en/primary/resources-for-parents>

- Moltar straitéisí TS a úsáidtear go coitianta sa bhileog FSS seo a leanas chun scileanna lámhscríbhneoireachta do linbh a fhorbairt:
<https://www.hse.ie/eng/services/list/1/lho/corknorthlee/therapy/paediatric-occupational-therapy/paediatric-occupational-therapy-handwriting-skills.pdf>

- Bíonn na láithreáin ghréasáin seo a leanas áisiúil freisin chun an uimhearthacht a fhorbairt i leanaí:

www.helpmykidlearn.ie - Is é cuspóir an láithreáin ghréasáin gníomhaíochtaí spraiúla a sholáthar ar féidir le tuismitheoirí a dhéanamh lena leanaí chun a litearthacht agus a n-uimhearthacht a fhorbairt. Áirítear leis faisnéis ghinearálta, gníomhaíochtaí spraiúla agus leideanna áisiúla. Is láithreán gréasáin é Help My Kid inar féidir le daoine a fheiceáil gur gníomhaíocht nádúrtha fhurasta spraiúil í tacaíocht a thabhairt d'fhorbairt litearthacht agus uimhearthacht linbh ar féidir í a chomhtháthú le cuid ar bith dá lá.

<https://ie.ixl.com/> - Dirítear IXL ar spreagadh a thabhairt do leanaí spraoi a bheith acu agus iad ag foghlaim na matamaitice. Tá an láithreán gréasáin ailínithe go díreach le curaclaim bhunscoile, Teastais Shóisearaigh agus Ardeistiméireachta na hÉireann; agus is ann a thairgtear fadhbanna agus cleachtaí éigríochta. Fónann an láithreán do dhaltaí ar gach leibhéal, idir naíonáin shóisearacha agus an cúigiú bliain. Tairgeann IXL deis chun scileanna matamaitice bunúsacha agus níos casta a fhoghlaim ar bhealach spráúil agus bríomhar. Beidh feidhm le táillí ballraíochta láithreáin (ar chostas ó €9.95 in aghaidh na míosa suas).

- **Liosta Dolch na bhFocal Ardmhnicíochta don tSúil atá ar fáil ag:**

<http://www.dolchword.net/dolch-word-list.html>

- **Imeachtaí agus Moltaí do Leabhair Leanaí in Éirinn**

Is é Children's Books Ireland eagraíocht náisiúnta na hÉireann do leabhair do leanaí. Bíonn sé mar aidhm acu leis an iliomad gníomhaíochtaí agus imeachtaí acu chun leabhair a chur ar a súile do leanaí óga, tuiscint níos mó a chothú ar an tábhacht a bhaineann le leabhair do leanaí óga, agus chun feidhmiú mar chroí-acmhainn dóibh siúd ar spéis leo leabhair do leanaí in Éirinn. Tá liostaí léitheoireachta molta fíormhaithe ar fáil ar an láithreán gréasáin seo:

<https://childrensbooksireland.ie/>

- **Leabhair do Leanaí agus Cur chun Cinn na Litearthachta sa Ríocht Aontaithe – Am scéalaíochta ar líne**

Is é BookTrust an carthanas is forásaí do léitheoireacht leanaí sa Ríocht Aontaithe atá saintiomanta chun leanaí a chur ag léamh. Gheobhaidh tú go leor físeán scéalaíochta ar líne ag an nasc seo a leanas:

<https://www.booktrust.org.uk/books-and-reading/have-some-fun/storybooks-and-games/>