



THE **Big** ACTIVE
Barnardos



Corp,
intinn
agus
croí.

Plean Ceachta
Bunscoile



Rún Foghlama

Cruthaíodh Barnardos Big Active le tacaíocht ó ALDI chun meas leanaí ar a bhfolláine a fhorbairt agus chun tacú lena gcumas a bheith chomh folláin go fisiciúil, go sóisialta, go mothúchánach agus is féidir leo a bheith.

An Smaoineamh Mór:

Teastaíonn cur chuige iomlánaíoch ó fhíor-fhéinchúram: caithfimid aire a thabhairt dúinn féin go fisiciúil (Corp), go meabhrach (Intinn), agus trínár gcaidrimh le daoine eile (Croí).

Achoimre ar na Tascanna:

- 1. CORP.** Roghnaigh le chéile dúshlán fisiciúil Big Active bhur ranga, ar chóir dó a bheith ar siúl thar mhí agus coinnigh súil ar an dul chun cinn go laethúil ar do phleanálaí balla.
- 2. INTINN.** Tabhair 5 nóiméad sa lá do do dhaltáí chun a ndialann Big Active a chomhlánú chun féin-mhachnamh agus féinfheasacht a spreagadh. Nó roghnaigh cleachtadh ón dialann gach lá le déanamh mar ghrúpa.
- 3. CROÍ.** Bailigh airgead agus faigh amach faoi thionchar do shíntiúis. Roghnaigh idir síntiús cinmniúil €2 nó bailigh airgead mar rang. Ansin gach seachtain, tóg ceann amháin nó níos mó de na ceistanna atá liostaithe i do phacáiste maidir le tabhairt do charthanas ar bheadach eolach agus lig do do dhaltáí saol an daonchairdis agus a ndualgas cúraim do dhaoine eile a iniúchadh.

Torthaí agus Inniúlachtaí

Tacaíonn Barnardos Big Active leis an inniúlacht 'Cothú na Folláine' i gCreatchuraclam Náisiúnta na Bunscoile agus soláthraíonn sé na deiseanna foghlama agus forbartha seo a leanas.

- Feasacht a thaispeáint i ndáil le roghanna maíthe a dhéanamh maidir le folláine
- Páirt a ghlacadh go muinteach sciliúil i ngníomhaíocht choirp
- A bheith féinfheasach agus athléimneach
- Gníomhú go freagrach agus cúram a thaispeáint duit féin agus do dhaoine eile
- Tuiscint ar chuspóir agus ar bhrí a bheith agat
- A bheith dianseasmhach agus solúbtha agus fadhbanna á réiteach

