An Chomhairle Náisiúnta um Oideachas Speisialta
National Council for Special Education

Oidis agus Gníomhaíochtaí NCSE chun Tacú le Foghlaim sa Bhaile

Más mian leat gníomhaíocht spraíúil a dhéanamh le do leanbh a fhéadfaidh tacú le foghlaim do linbh léigh leat… Is féidir le bácáil an leanbh a spreagadh, forbairt na **foghlama** , an **tsúgartha, na scileanna saoil, na scileanna luaille agus na scileanna sóisialta a chur chun cinn.**
#bakingwithkids #developinglifeskills #developingfinemotorskills #thelittlethings @healthyireland

Tá na h-oidis seo a leanas éasca le déanamh, trí chomhábhair inrochtana éasca a úsáid agus níos tábhachtaí fós cuideoidh siad le do leanbh scileanna neamhspleácha a fhorbairt trí na híomhánna céim ar chéim a úsáid.
Bain taitneamh as an eispéireas!

<u>Oidis</u>

Borróga Cuiríní …………………………………………………………………………………… .lch. 2

Scónaí …………………………………………………………………………………………. lch. 6

Flan Torthaí Úra ……………………………………………………………………… ... lch. 11

Arán Donn …………………………………………………………………………………… ... lch. 15

Brioscaí sceallaí seacláide dúbailte…… .... ………………………………………… ..lch. 19

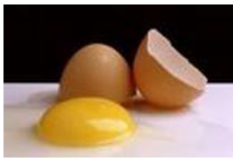
BORRÓGA CUIRÍNÍ

Liosta Trealaimh

Naprún	Sceanra	Babhla Measctha
Criathar	Crúiscín Tomhais	Stán Borróige
Spúnóg Adhmaid	Cásanna Borróige	Tráidire Fuaraithe / Sreinge

Comhábhair

150g plúr éiritheach

2 ubh 

100g margairín

3 bhordspúnóg bainne

100g Siúcra mín

Modh

1. Nigh agus triomaigh na lámha

2. Cuir naprún ort chun do chuid éadaí a chosaint

3. Réamhthéigh oigheann go 190^{o}c

4. Glan an tábla agus socraigh an trealamh

5. Meáigh agus tomhais na comhábhair

6. Ag baint úsáide as spúnóg adhmaid, buail an margairín agus an siúcra le chéile i mbabhla go dtí go bhfuil sé éadrom agus séidte

7. Criathraigh an plúr isteach sa bhabhla

8. Bris na huibheacha isteach i gcrúiscín agus buail é le forc. Cuir na huibheacha buailte leis an meascán agus measc é le spúnóg adhmaid

9. Cuir na cásanna borróige sa stán borróige

10. Cuir méid beag den mheascán i ngach cás borróige le spúnóg

11. Cuir an stán san oigheann réamhthéite agus déan iad a bhácáil ar feadh 15 nóiméad go dtí go bhfuil dath órga orthu

12. Ag baint úsáide as lámhainní oigheann, bain an stán as an oigheann nuair atá siad bácáilte

13. Bain na borróga cuiríní as an stán agus cuir iad ar an

tráidire sreinge agus lig dóibh fuarú.

14. Ith iad agus bain taitneamh astu!

Gníomhaíocht

Comhlánaigh an tábla seo a leanas. Féadfaidh tú íomhánna amhairc a úsáid nó is féidir leat na focail atá sa bhanc focal seo a leanas a úsáid. Iarr cabhair ar dhuine fásta má theastaíonn sé uait!

Dath	
Blas	
Uigeacht (conas a mhothaíonn sé nuair a ithim é)	
Athruithe le déanamh an chéad uair eile	

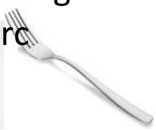
Geal	Modartha	Lonrach	Órga	Donn
Dóite	Leamh	Milis	Saillte	Goirt
Grabhrógach	Crua	Bog	Briosc	Ime
Géar	Réidh	Garbh	Brioscánach	Daite

Úsáid d'fhoclóir nó breathnaigh ar www.dictionary.com chun brí na bhfocal thuasluaite a chuardach.

B'fhéidir gur mhaith leat breathnú ar ár gCuardach Focail ar líne a úsáideann na focail seo:

Scónaí

Liosta Trealaimh

Naprún	Bordspúnóg & Forc 	Babhla Measctha
Criathar	Crúiscín Tomhais	Tráidire Bácála
Spúnóg Adhmaid	Croiteoir Plúir	Tráidire Fuaraithe / Sreinge
Scuab Taosráin	Gearrthóir Scóna	Scian Ghéar

Comhábhair

225g plúr éiritheach

1 ubh
25g siúcra mín

50g margairín

5 bordspúnóg bhainne

¼ taespúnóg shalai

Modh

1. Nigh agus triomaigh na lámha

2. Cuir naprún ort chun do chuid éadaí a chosaint

3. Réamhthéigh oigheann go 200^{o}c

4. Glan an tábla agus socraigh an trealamh

5. Meáigh agus tomhais na comhábhair

6. Ag baint úsáide as do chroiteoir plúir croith plúr ar do thráidire bácála (ionas nach ngreamaíonn na scónaí den tráidire)

7. Bris na huibheacha isteach i gcrúiscín, cuir an bainne leis agus buail é le forc.

8. Criathraigh an plúr agus salann isteach sa bh
9. Cuir an margairín leis. Ag baint úsáide as barr na méar, cuimil an margairín isteach sa phlúr go dtí go mbeidh cuma de bhlúiríní aráin air.

10. Cuir an siúcra mín leis agus measc é le spúnóg adhmaid

11. Déan tobar sa lár, cuir an meascán uibhe leis (ach coinnigh méid beag den meascán uibhe le haghaidh an ghlónra)

12. Measc le spúnóg adhmaid nó le forc (rollaigh an meascán i gciorcal agus gearr tríd) chun taos bog a fhoirmiú

13. Ag baint úsáide as an gcroiteoir plúir, croith plúr ar do bhord. Cas an taos scóna ar an mbord ar a bhfuil an plúr agus déan an taos a fhuineadh go héadrom chun an meascán a thabhairt le chéile

14. Ag baint úsáide as do chrann fuinte, Roll go tiús 2cm (ná roll é ró-thanaí)

15. Gearr na scónaí amach ag baint úsáide as gearrthóir scóna

16. Cuir na scónaí atá gearrtha amach ar an tráidire bácála

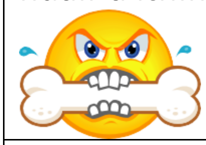
17. Ag baint úsáide as an scuab taosráin, glónraigh na scónaí leis an meascán uibhe / bainne atá fágtha (cuirfidh sé seo dath órga ar na scónaí)

18. Déan iad a bhácáil san oigheann réamhthéite ar feadh 15-20 nóiméad go dtí go mbíonn siad órga ar bharr
19. Ag baint úsáide as lámhainní oigheann, bain an stáin as an oigheann agus cuir na scónaí ar thráidire sreinge

20. Cuir iad te nó fuar ar phláta le im, subh agus uachtar bhuailte (neam!). Bain taitneamh astu! (Ná déan dearmad cuidiú leis an níochán)

<u>Gníomhaíocht</u>

Comhlánaigh an tábla seo a leanas. Féadfaidh tú íomhánna amhairc a úsáid nó is féidir leat na focail atá sa bhanc focal seo a leanas a úsáid. Iarr cabhair ar dhuine fásta má theastaíonn sé uait!

Dath	
Blas	
Uigeacht (conas a mhothaíonn sé nuair a ithim é) 	
Athruithe le déanamh an chéad uair eile	

Geal	Modartha	Lonrach	Órga	Donn
Dóite	Leamh	Milis	Saillte	Goirt
Grabhrógach	Crua	Bog	Briosc	Ime
Géar	Réidh	Garbh	Brioscánach	Daite

Úsáid d'fhoclóir nó breathnaigh ar www.dictionary.com chun brí na bhfocal thuasluaite a chuardach.

B'fhéidir go mbeadh suim agat breathnú ar acmhainn ar líne a úsáideann Aip ar a dtugtar puipéid stocaí chun foghlaim teanga a threisiú trí bhácáil atá le

Flan Torthaí

Liosta Trealaimh

Naprún	Bordspúnóg & Forc	Babhla Measctha
Criathar	Crúiscín Tomhais	Spadal
Greadtóir Leictreach	Stán Flan	Tráidire Fuaraithe / Sreinge

Comhábhair

75g plúr éiritheach

3 ubh
75g siúcra mín

100ml uachtar buailte
2 bordspúnóg suibhe

Torthaí Úra
5 g im (le haghaidh bealaithe)

Modh

1. Nigh agus triomaigh na lámha

2. Cuir naprún ort chun do chuid éadaí a chosaint

3. Réamhthéigh oigheann go 190^{o}c

4. Glan an tábla agus socraigh an trealamh

5. Meáigh agus tomhais na comhábhair

6. Bealaigh an stán flain (ionas nach ngreamaíonn sé) trí im a chuimilt ar an stán

7. Bris na huibheacha i gcrúiscín babhla agus cuir an siúcra leis. Buail na huibheacha agus an siúcra leis an ngreadtóir go dtí go bhfuil an meascán tiubh agus séidte (bain an greadtóir as an mbabhla, tarraing uimhir 8 ar an meascán, más féidir leat an figiúr 8 a fheiceáil, tá an meascán réidh!)

8. Criathraigh 1/3 den phlúr isteach sa mheascán

9. Ag baint úsáide as spadal, déan an plúr a fhilleadh go réidh sa mheascán. Cuir 1/3 níos mó leis, measc é go mall. Cuir an méid atá fágtha leis. Bí cúramach é seo a dhéanamh go réidh mar níl tú ag iarraidh na boilgeoga aeir sin go léir a scaoileadh saor toisc gurb iad na boilgeoga a ligeann don fhlan a ardú

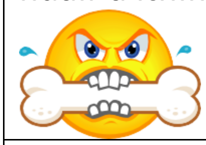
10. Doirt an meascán isteach sa stán bealaithe. Úsáid an spadal chun an meascán go léir a ghlanadh as an mbabhla

11. Cuir an flan san oigheann réamhthéite agus déan é a bhácáil ar feadh 15 nóiméad go dtí go bhfuil dath órga air.
12. Ag baint úsáide as do lámhainní oigheann, bain an flan as an oigheann. Bain an flan as an stán agus cuir ar an tráidire sreinge é le fuarú
13. Nuair a bheidh sé fionnuar, scaip an subh air ag úsáid spadail, cuir uachtar ar a bharr agus cuir torthaí ar a bharr

14. Bain taitneamh astu!

Gníomhaíocht

Comhlánaigh an tábla seo a leanas. Féadfaidh tú íomhánna amhairc a úsáid nó is féidir leat na focail atá sa bhanc focal seo a leanas a úsáid. Iarr cabhair ar dhuine fásta má theastaíonn sé uait!

Dath	
Blas	
Uigeacht (conas a mhothaíonn sé nuair a ithim é) 	
Athruithe le déanamh an chéad uair eile	

Geal	Modartha	Lonrach	Órga	Donn
Dóite	Leamh	Milis	Saillte	Goirt
Grabhrógach	Crua	Bog	Briosc	Ime
Géar	Réidh	Garbh	Brioscánach	Daite

Úsáid d’fhoclóir nó breathnaigh ar www.dictionary.com chun brí na bhfocal thuasluaite a chuardach.

Arán Donn

Liosta Trealaimh

Naprún	Bordspúnóg & Forc	Babhla Measctha
Criathar	Crúiscín Tomhais	Spúnóg Adhmaid
Taespúnóg	Stán builín 2lb	Tráidire Fuaraithe / Sreinge

Comhábhair

350g plúr caiscín

50g plúr bán

2 ubh

50g leite

2 taespúnóg chothrom de shóid aráin

1 bordspúnóg d'ola lus na gréine
500ml bláthach

5 g im (le haghaidh bealaithe)

Modh

1. Nigh agus triomaigh
2. Cuir naprún ort chun do chuid éadaí a chosaint
3. Réamhthéigh oigheann go 170^{o}c
4. Glan an tábla agus socraigh an trealamh
5. Meáigh agus tomhais na comhábhair
6. Bealaigh an stán (ionas nach ngreamaíonn an t-arán)
7. Criathraigh an plúr bán agus sóid aráin i mbabhla

8. Cuir an plúr caiscín agus min choirce leis agus measc é le spúnóg adhmaid go dtí go bhfuil sé measctha go hiomlán.

9. Bris na huibheacha isteach i gcrúiscín, cuir an t-ola leis agus buail é le forc.

10. Cuir an meascán uibhe / ola isteach sa phlúr agus measc é. Cuir an bláthach leis agus measc é le spúnóg adhmaid go dtí go bhfaighidh tú raimhre "uisciúil"

11. Doirt an meascán isteach sa stán builín agus réidh an barr le bordspúnóg fhliuch ionas go bhfuil sé scaipthe go cothrom

12. Cuir an stán in oigheann réamhthéite agus déan é a bhácáil ar feadh 1 uair an chloig. Nuair atá an uair caite, ag baint úsáide as lámhainní oighinn bain an stán as an oigheann, cas an t-arán bun os cionn sa stán, cuir ar ais é san oigheann agus déan é a bhácáil ar feadh 20 nóiméad eile

13. Bain an stáin as an oigheann agus cas an t-arán ar an tráidire sreinge chun é a fhuarú 14.Bain taitneamh as!

Féach an féidir é seo a nascadh le tacaíocht eile ar líne:

Gníomhaíocht

Comhlánaigh an tábla seo a leanas. Féadfaidh tú íomhánna amhairc a úsáid nó is féidir leat na focail atá sa bhanc focal seo a leanas a úsáid. Iarr cabhair ar dhuine fásta má theastaíonn sé uait!

Dath	
Blas	
Uigeacht (conas a mhothaíonn sé nuair a ithim é)	
Athruithe le déanamh an chéad uair eile	

Geal	Modartha	Lonrach	Órga	Donn
Dóite	Leamh	Milis	Saillte	Goirt
Grabhrógach	Crua	Bog	Briosc	Ime
Géar	Réidh	Garbh	Brioscánach	Daite

Úsáid d'fhoclóir nó breathnaigh ar www.dictionary.com chun brí na bhfocal thuasluaite a chuardach.

B'fhéidir gur mhaith leat breathnú ar ár gCuardach Focail ar líne a úsáideann na focail seo:

Oidis agus Gníomhaíochtaí NCSE chun Tacú le Foghlaim sa Bhaile

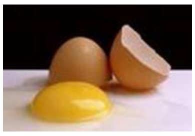
Brioscaí sceallaí seacláide dúbailte

Liosta Trealaimh

Naprún	Bordspúnóg & Forc	Babhla Measctha
Criathar	Crúiscín Tomhais	Spúnóg Adhmaid
Páipéar gréiscdhíonach	2 x Stán Cothrom	Tráidire Fuaraithe / Sreinge

Comhábhair

150g plúr éiritheach

1 ubh 

75g siúcra mín

75g im

75g siúcra donn éadrom

25g púdar cócó

100g sceallaí seacláide bainne

½ taespúnóg úsc fanaile

Modh

1. Nigh agus triomaigh na lámha

2. Cuir naprún ort chun do chuid éadaí a chosaint

3. Réamhthéigh oigheann 0^{o}c

4. Glan an tábla agus socraigh an trealamh

5. Meáigh agus tomhais na comhábhair

6. Cuir páipéar gréiscdhíonach laistigh den stán iomlán

7. Cuir an t-im agus an siúcra i mbabhla agus buail é le spúnóg adhmaid go dtí go mbeidh sé éadrom agus séidte

8. Bris an ubh isteach i gcrúiscín agus buail é le forc. Cuir an t-úsc fanaile leis agus measc é

9. Cuir an ubh leis an meascán ime/siúcra agus measc é go dtí go mbeidh sé measctha go hiomlán

10. Criathraigh an plúr agus púdar cócó isteach sa bhabhla

11. Cuir na sceallaí seacláide leis. Ag baint úsáide as spúnóg adhmaid, measc é chun taos a fhoirmiú

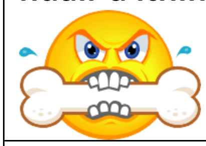
12. Ag baint úsáide as do lámha, roll an taos i 16 liathróid de mhéid liathróide gailf. Cuir na liathróidí ar an tráidire, ag ligean 3 orlach idir gach ceann acu. Ag baint úsáide as forc, brúigh ar na liathróidí taois agus brúigh síos orthu go dtí go bhfuil siad thart ar 5mm tiubh

13. Cuir an stán san oigheann réamhthéite agus déan iad a bhácáil ar feadh 12-15 nóiméad go dtí go bhfuil dath donn órga orthu. Bain na brioscaí as an tráidire agus cuir ar an tráidire sreinge iad le fuarú

14. Bain taitneamh astu!

Gníomhaíocht

Comhlánaigh an tábla seo a leanas. Féadfaidh tú íomhánna amhairc a úsáid nó is féidir leat na focail atá sa bhanc focal seo a leanas a úsáid. Iarr cabhair ar dhuine fásta má theastaíonn sé uait!

Dath	
Blas	
Uigeacht (conas a mhothaíonn sé nuair a ithim é) 	
Athruithe le déanamh an chéad uair eile	

Geal	Modartha	Lonrach	Órga	Donn
Dóite	Leamh	Milis	Saillte	Goirt
Grabhrógach	Crua	Bog	Briosc	Ime
Géar	Réidh	Garbh	Brioscánach	Daite

Úsáid d'fhoclóir nó breathnaigh ar www.dictionary.com chun brí na bhfocal thuasluaite a chuardach.

B'fhéidir gur mhaith leat breathnú ar ár ar líne …