

Teadaidh Tèarainteachd san Sgoil

A bhith Sàbhailte agus Tèarainte
air-loidhne

Sgrìobhte le Frances O'Neill le dealbhan le Sophie O'Neill



Ann an saoghal didseatach an latha an-diugh, tha e a’ cheart cho cudromach clann a chuideachadh gus ionnsachadh mar a bhios iad sàbhailte air-loidhne ’s a tha e a bhith gan teagasg mu shàbhailteachd agus tèarainteachd san t-saoghal mhòr. Mar phàirt den Fhrèam-obrach Ro-innleachdail airson Alba le Seasmhachd Saidhbear (2025-2030), tha Riaghaltas na h-Alba air rùnachadh dùthaich le seasmhachd saidhbear a thogail, agus tha e na phrìomh phàirt dheth seo a bhith a’ toirt taic do luchd-ionnsachaidh òga gus tuigsinn cho cudromach ’s a tha faclan-faire agus còdaichean-faire mar phàirt den turas aca a dh’ionnsaigh litearrachd dhidseatach.

Dìreach mar a bhios sinn a’ teagasg do chlann mar a ghlacas iad dorsan gus na rudan as cudromaiche sna dachaighean aca a dhìon, is urrainn dhuinn an cuideachadh cuideachd le bhith ag ionnsachadh mar a chruthaicheas iad faclan-faire agus còdan-faire làidir gus am fiosrachadh air-loidhne a dhìon. Tha an leabhar seo a’ toirt an fiosrachaidh seo beò tro mhìneachaidhean sìmplidh, sgeulachdan dathte agus gnìomhan practaigeach, a’ toirt taic do chloinn gus misneachd agus deagh chleachdaidhean a thogail a chuidicheas le bhith a’ cumail am beatha dhidseatach tèarainte.

Chaidh an leabhar seo a chruthachadh ann an com-pàirteachas le Aonad Nàiseanta Saidhbear-tèarainteachd Riaghaltas na h-Alba, Foghlam Alba agus Story Learning - thathar a’ toirt buidheachas dhan a h-uile duine a bha an sàs ann a bhith ga chruthachadh.



Scottish Government
Riaghaltas na h-Alba



Teadaidh Tèarainteachd san Sgoil

A bhith Sàbhailte agus Tèarainte air-loidhne



Sgrìobhte le Frances O’Neill

Dealbhan le Sophie O’Neill

Dè bhios sinn ag ionnsachadh an-diugh?

Tha sinn a' dol air dàna-thuras le Teadaidh Tèarainteachd agus a charaid as fheàrr Seillean Sàbhailteachd.

Còmhla, ionnsaichidh sinn mu bhith a' cumail rudan sàbhailte agus tèarainte, mar a dhèanadh fìor ghaisgeach.

Ionnsaichidh sinn mu mar a bhios glasan-crochaidh, iuchraichean agus pasaichean tèarainteachd a' dìon ar sgoile.



Teadaidh
Tèarainteachd



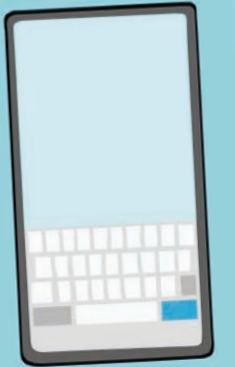
Seillean
Sàbhailteachd

Ionnsaichidh sinn mar a bhios còdan-faire is faclan-faire a' dìon nan tablaidean agus nan coimpiutairean againn.

A bheil thu deiseil airson a bhith nad ghaisgeach saidhbear-tèarainteachd?

Tòisicheamaid!

Hò-rò!



Mu ar deidhinn

Halò, a charaid! Mise a th' ann,
Teadaidh Tèarainteachd!

Is e dearc-an-coille sùghmhor am
biadh as fheàrr leam. *Blasta!*

'S e Seillean Sàbhailteachd mo
charaid as fheàrr. Tha i fìor dhàna
agus is toil leatha dàna-thursan.

Am faic thu i agus i ri faraman
fearaman san leabhar?



Faraman fearaman - seo i!

Is toil le Seillean Sàbhailteachd
flùraichean dearc-an-coille.

Nuair a lorgas i iad nì i a dannsa sona,
turra tarra.

Faraman fearaman, turra tarra hòigh!

Chan eil mi dìreach nam mhathan
uabhasach laghach a tha dèidheil air
dearc-an-coille.

'S e gaisgeach saidhbear-tèarainteachd
a th' annam!

A bheil fhios agad na tha a' dol a thachairt?

Tha sinn a' tighinn dhan sgoil còmhla riut an-diugh. Hò-rò 's na hò-rò èile!

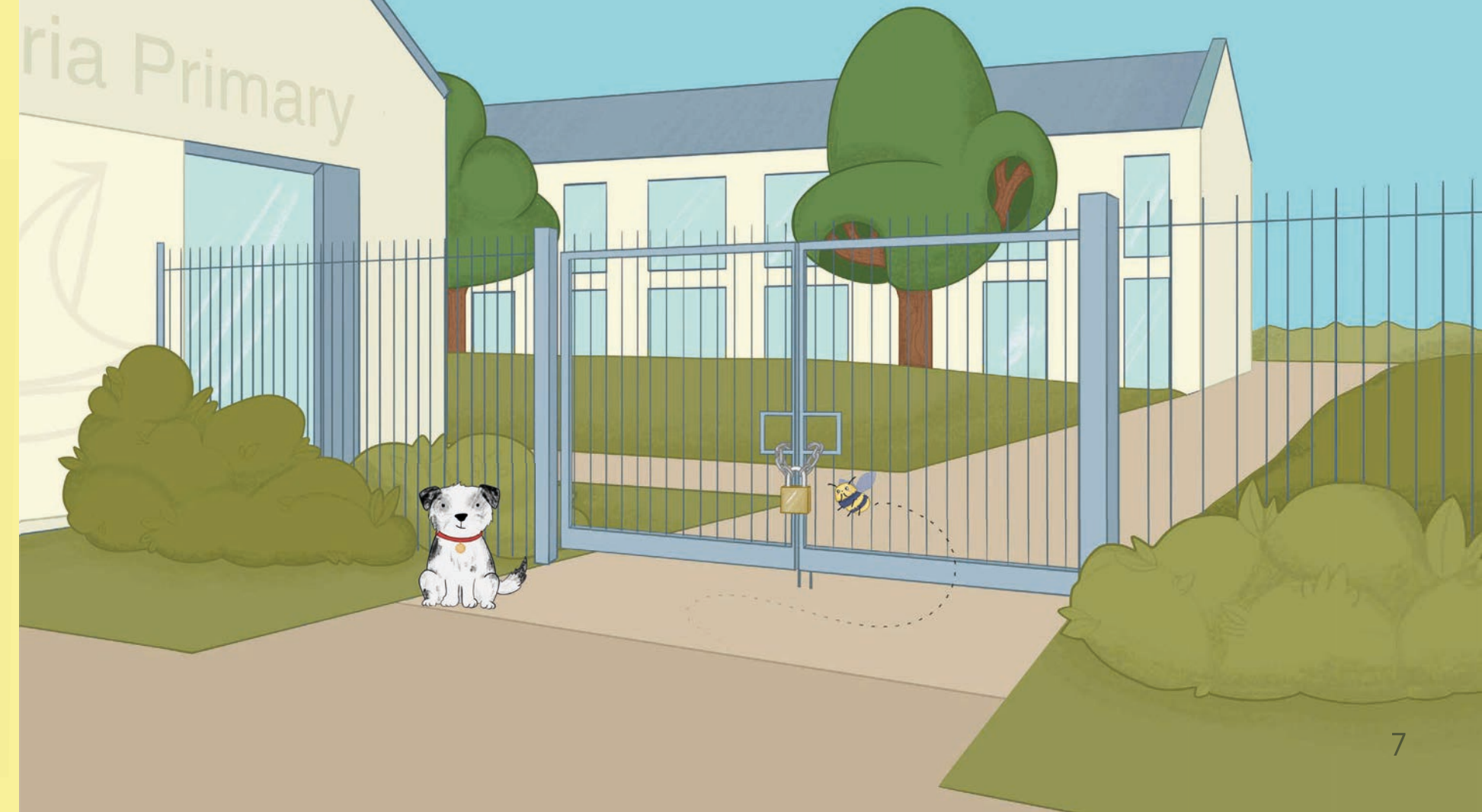
Ach o mo chreach!

Tha geata mòr na sgoile glaiste le glas-chrochaidh ghleansach.



Tha Seillean Sàbhailteachd ag itealaich mun cuairt is mun cuairt air.

'Faraman fearaman... Chan fhaigh sinn a-steach!'



Seo an dorsair, A' Bh-uas NicAoidh le iuchair na glais-crochaidh.

Tionndaidhidh i an iuchair. *Gliog glag!* Tha a' ghlas-chrochaidh ga neo-ghlasadh agus fosglaidh an geata a-mach.

Tha Seillean Sàbhailteachd a' dol troimhe an toiseach.

Faraman fearaman, turra tarra hòigh!



Nuair a bhios an geata **glaiste**, tha a h-uile rud air an taobh a-staigh **sàbhailte** agus **tèarainte**.

Tha iuchair na glais-crochaidh aig an dorsair a-mhàin gus a fosgladh.



Tha sinn uile a' ruith a-steach dhan raon-cluiche.



Seirm!

Tha an clag a' seirm - tha an t-àm
ann a dhol air ais dhan chas.

Tha sinn a' seasamh ann an
loidhne taobh a-muigh a' chlas.
Ach mo chreach - tha an doras
glaiste!

Tha Seillean
Sàbhailteachd
a' laighe air an
làmhachan agus
a' putadh le a
neart uile.

'Faraman
fearaman. Tha
sinn glaiste
a-mach!'

Tha Mgr Hassan, an tidsear
a' tighinn le a phas tèarainteachd.
'Madainn mhath, a chlas.'

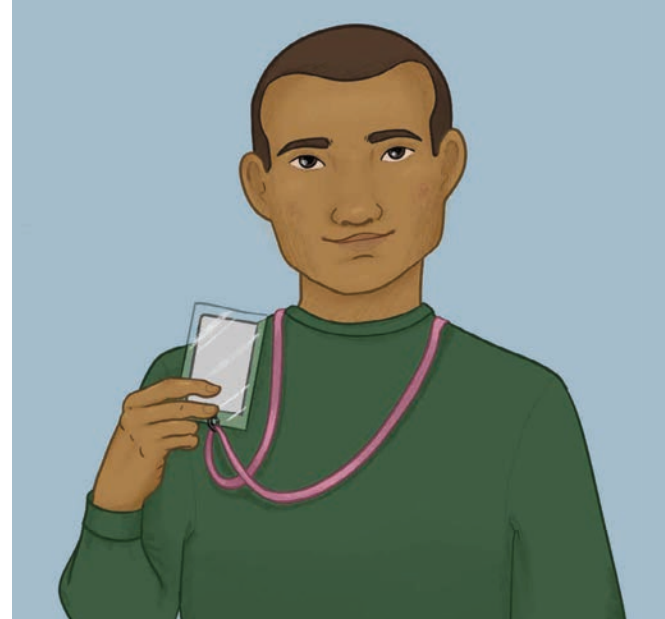


Tha e a' cur a' phas
tèarainteachd aige ris a' ghlais.
Bìp-bùp-bìp!



Nuair a tha an doras **glaiste**, tha a h-uile
rud na bhroinn **sàbhailte** agus **tèarainte**.

Tha pas tèarainteachd aig an tidsear
a-mhàin gus an doras fhosgladh.

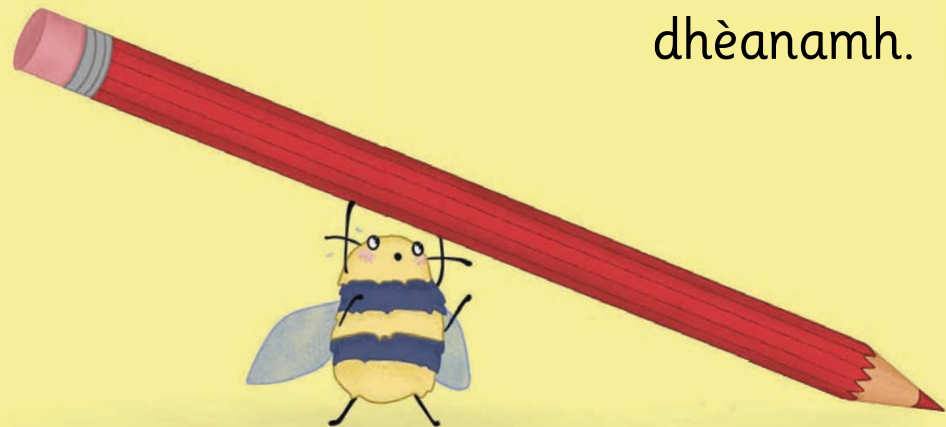


Fosglaidh an
doras. Tha Seilean
Sàbhailteachd
ag itealaich mun
cuairt le aoibhneas.

*Faraman fearaman -
turra tarra hòigh!*

A-steach leinn,
deiseil airson ionnsachadh!

Madainn an-diugh tha sinn a' fàs
cleachdte ri bhith a' sgrìobhadh
ar n-ainmean gus an urrainn
dhuinn bràistean Gaisgeach
Saidhbear-tèarainteachd a
dhèanamh.



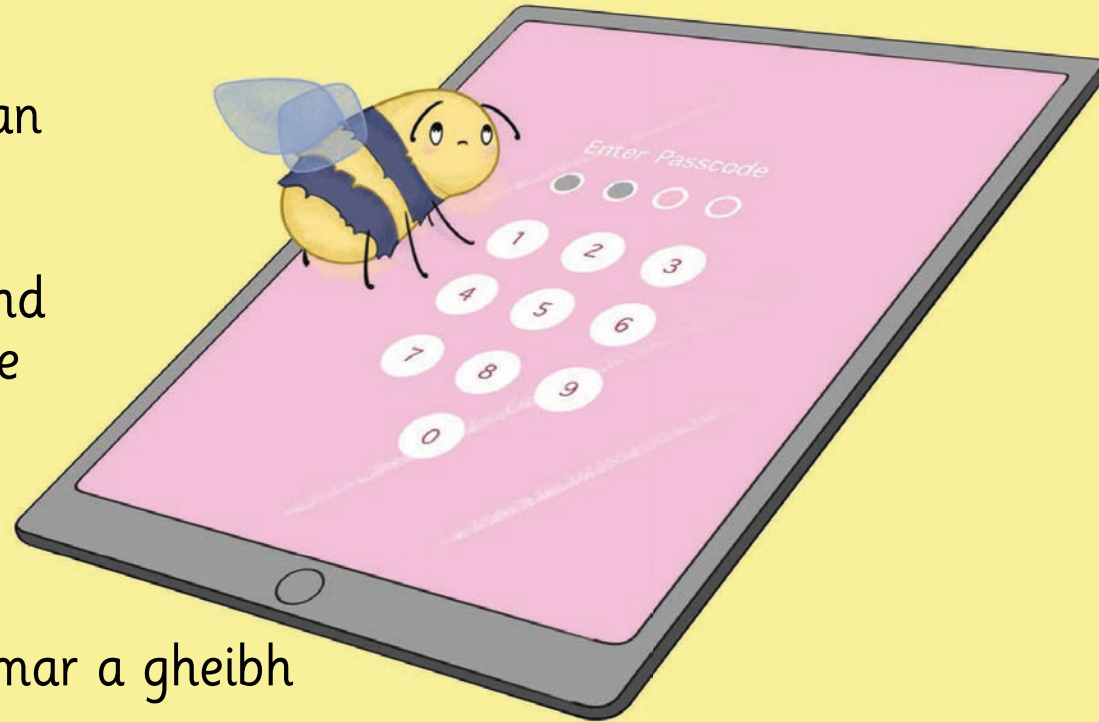
Tha an t-àm ann airson geama àireamhan spòrsail air an tablaid.

Ach o mo chreach - tha an tablaid glaiste!

Tha Seillean Sàbhailteachd a' gnogadh air an sgrìn le a casan beag bìodach.

Chan eil dad a' tachairt.

'Faraman fearaman. Ciamar a gheibh sinn a-steach?'



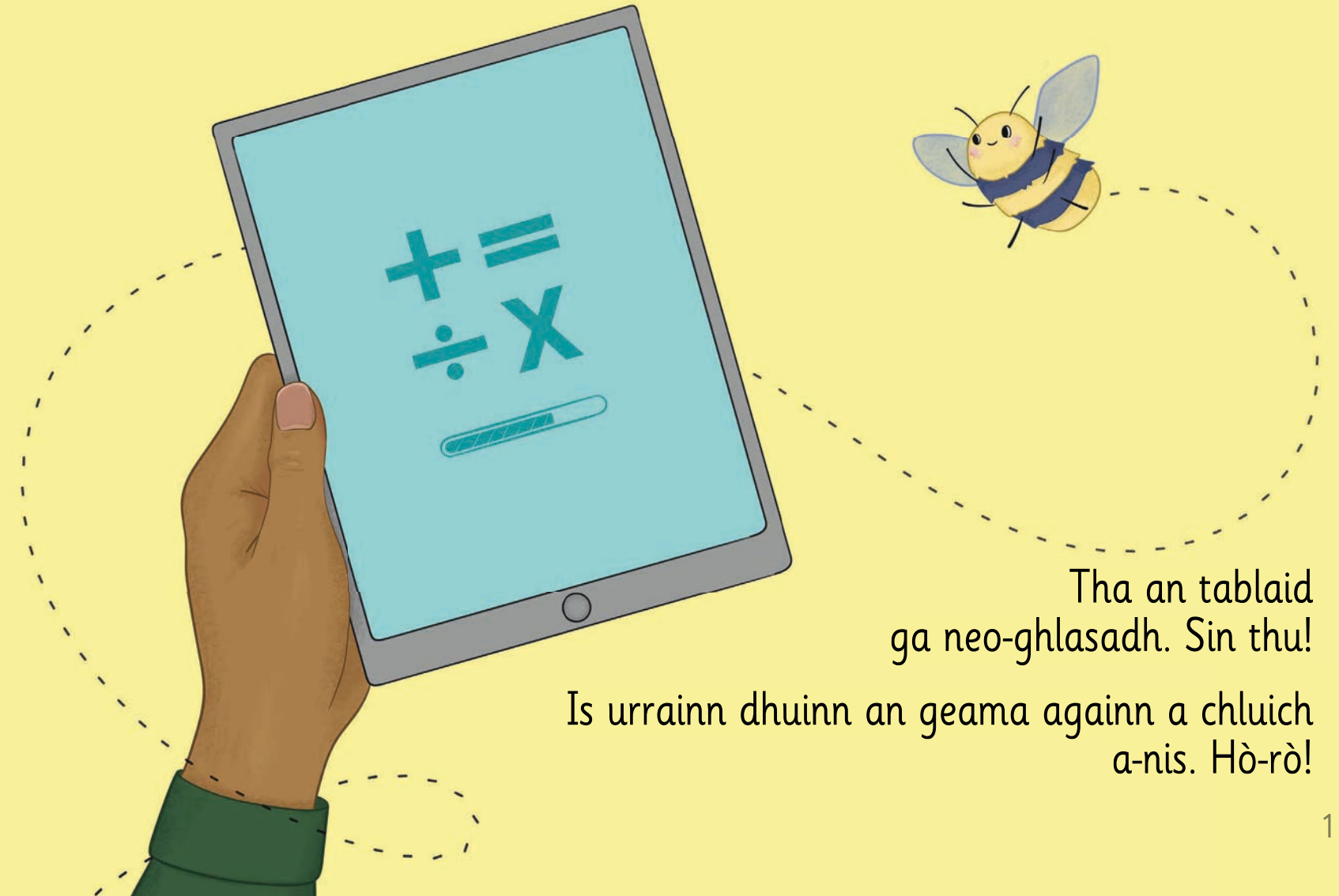
Nuair a bhios an tablaid **glaiste**, tha a h-uile rud na broinn **sàbhailte** agus **tèarainte**.

Chan eil an còd-faire gus an tablaid a neo-ghlasadh aig duine sam bith ach an tidsear.



Tha Mgr Hassan a' dèanamh gàire, “s e an còd-faire agam a-mhàin a dh'fhosglas e.”

Gnog-gnogaidh-gnog, tha e a' taidhpeadh a chòd-faire air an sgrìn.



Tha an tablaid ga neo-ghlasadh. Sin thu!

Is urrainn dhuinn an geama againn a chluich a-nis. Hò-rò!

Na deagh mholaidhean aig Teadaidh Tèarainteachd

Cumaidh còdan-faire a h-uile rud air na tablaidean againn sàbhailte agus tèarainte.

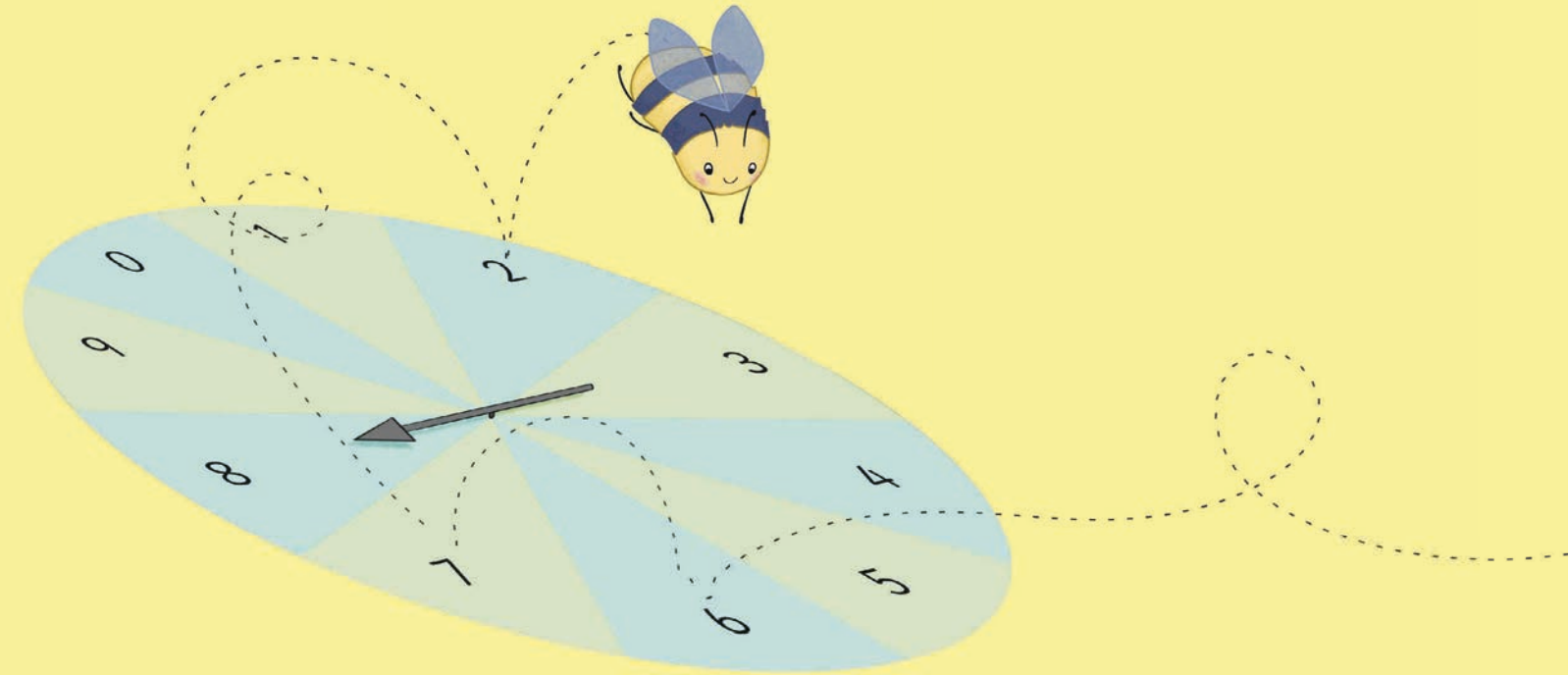
Tha còd-faire air a dhèanamh suas de dh'àireamhan.

Tha 4 àireamhan eadar-dhealaichte ann an deagh chòd-faire.



‘A Sheillein Shàbhailteachd, an urrainn dhut smaoineachadh air 4 àireamhan eadar-dhealaichte?’

‘Faraman fearaman, taghaidh mi 4 diofar àireamhan bho shnìomhaire nan àireamhan.’



‘Faraman fearaman, 7 2 6 3.’

‘Glan, is math a rinn thu a Sheillein Shàbhailteachd.’

Tha mo stamag a' sìor rùchdail!

Tha an t-àm ann ar lòn a thaghadh air an sgrìn mhòr.

Tha mi an dòchas gu bheil dearc-an-coille air a' chlàr-bìdh.

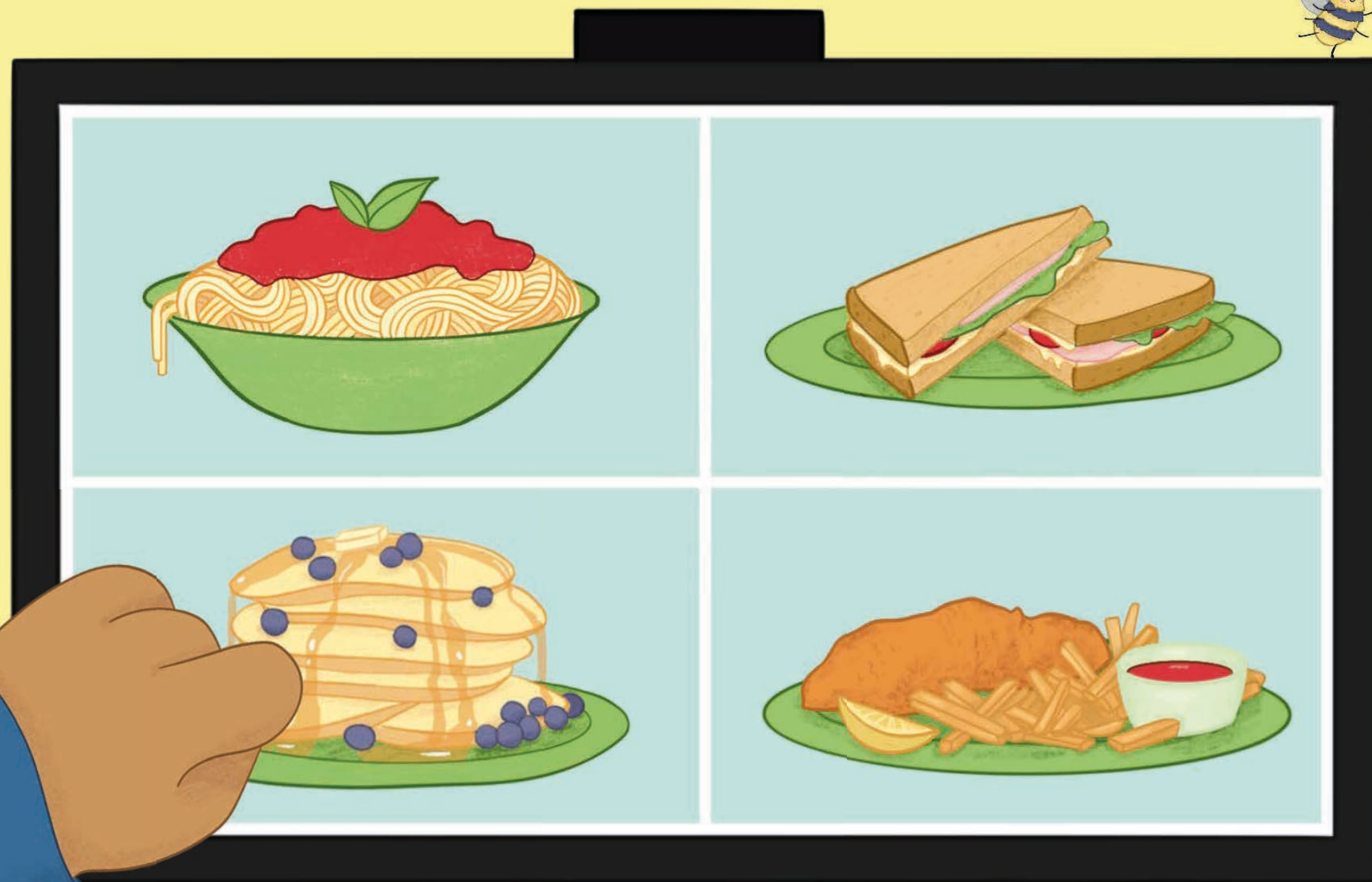
Ach mo chreach - tha an sgrìn glaiste.



Feumaidh Mgr Hassan am facal-faire aige a thaidhpeadh a-steach dhan choimpiutair aige.

Chan eil duine sam bith ach e fhèin eòlach air an fhacal-faire aige.

Sin e! Tha an sgrìn mhòr a' dol air.
A-nis chì sinn a h-uile roghainn airson lòn.



Na deagh mholaidhean aig Teadaidh Tèarainteachd

Cumaidh facal-faire a h-uile rud air a' choimpiutair sàbhailte agus tèarainte.

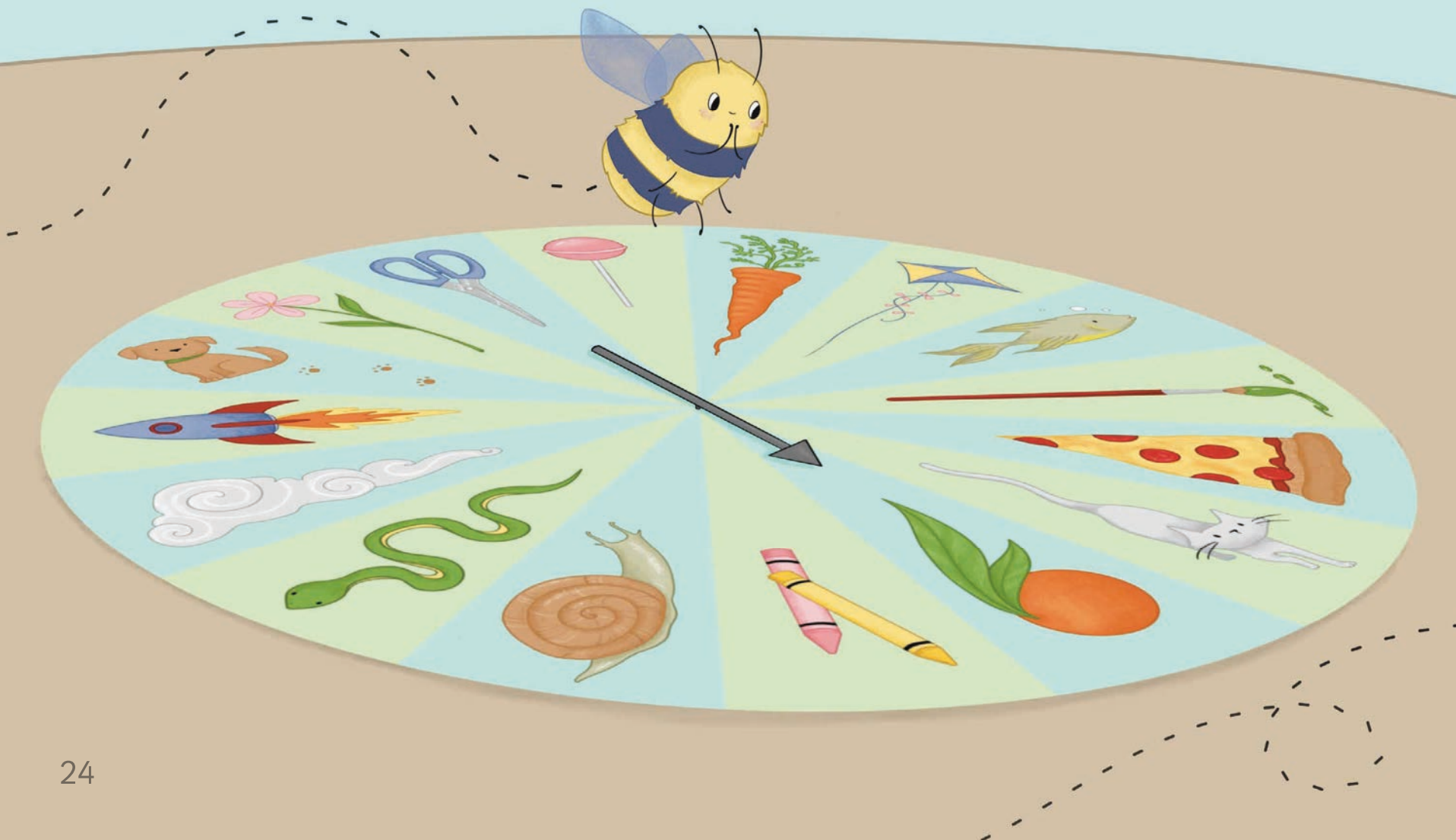
Tha facal-faire air a dhèanamh suas de dhiofar fhaclan.

Tha deagh fhacal-faire air a dhèanamh suas de 3 faclan eadar-dhealaichte a tha ceangailte ri chèile.



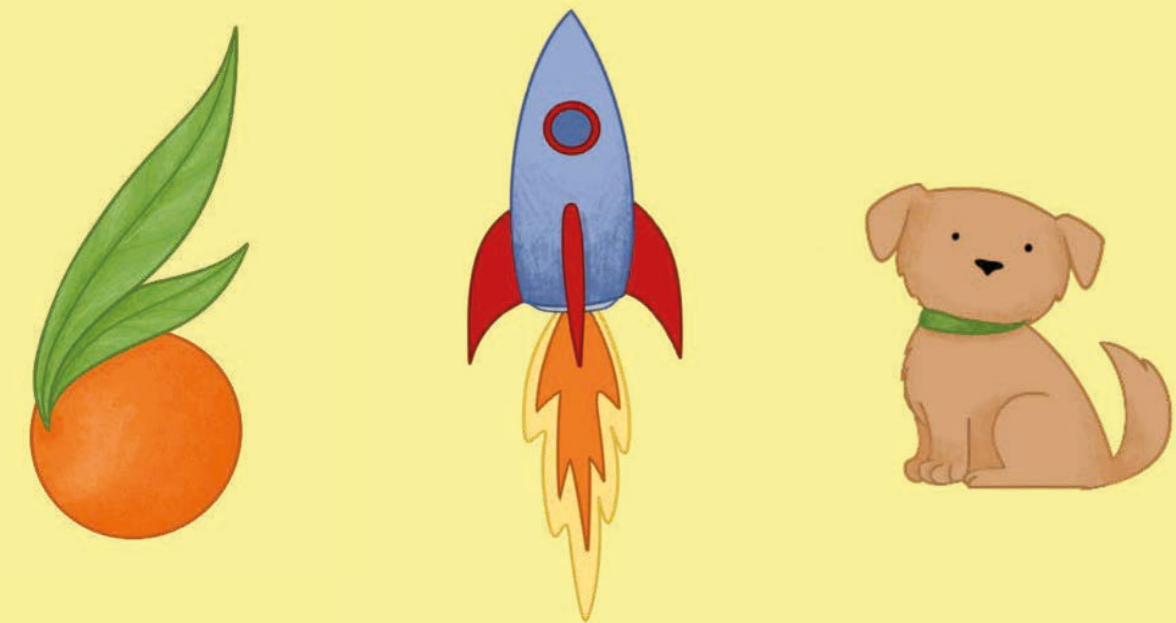
‘A Sheillein Shàbhailteachd, an urrainn dhut smaoineachadh air deagh fhacal-faire?’

“Faraman fearaman, taghaidh mi 3 faclan eadar-dhealaichte bho shnìomhaire nan dealbhan.”



‘A Sheillein Shàbhailteachd, dè na 3 faclan eadar-dhealaichte a thagh thu gus facal-faire a chruthachadh?’

‘Faraman fearaman, seo am facal-faire agam.’



orainsear + rocaid + cù

Facal-faire = orainsearrocaidcu

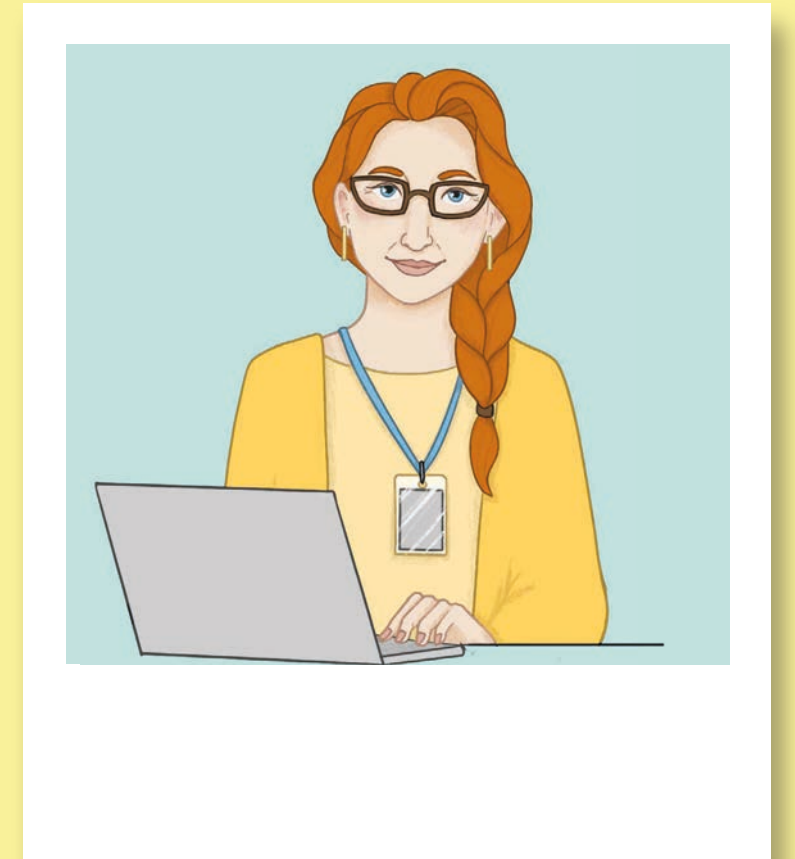


Tha sinn uile san talla mhòr,
deiseil gus pàirt a ghabhail ann
an sgeulachd air-loidhne gus
Seachdain Leabhraichean na
h-Alba a chomharrachadh.

Ach mo chreach - tha an sgrìn
mhòr glaiste!

Ach thig A' Bh-Mhgr Nic an
t-Seilich, ceannard na sgoile
a-steach gus cùisean a chur ceart.

Tha i a' taidhpeadh a facal-
faire le trì faclan a-steach dhan
choimpiutair aice.



Nuair a tha an coimpiutair **glaiste**, tha a h-uile
rud na bhroinn **sàbhailte** agus **tèarainte**.

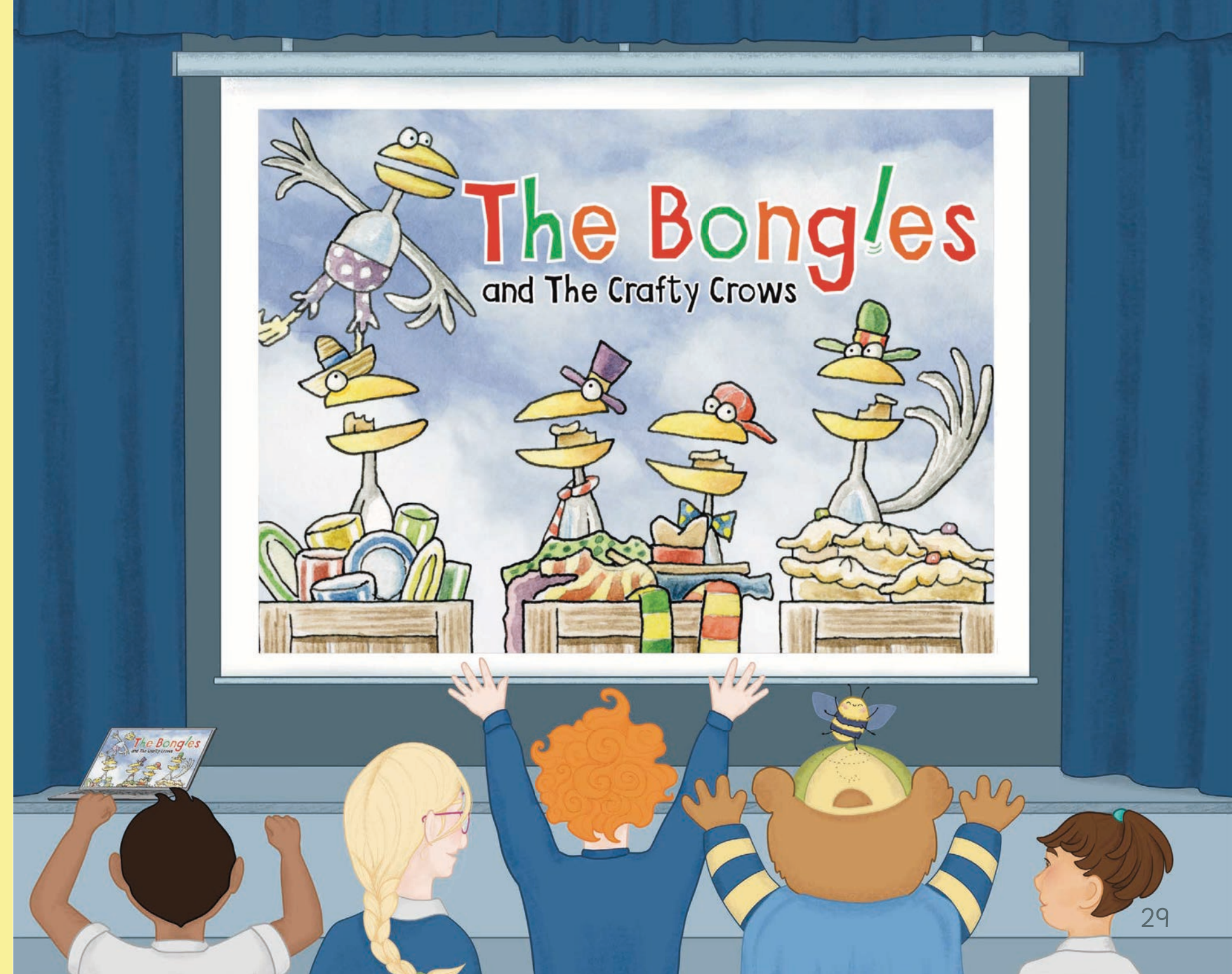
Chan eil am facal-faire gus an coimpiutair
a neo-ghlasadh aig duine sam bith ach an
ceannard-sgoile .

Tha an sgrìn ag obair!

Àm nan sgeulachdan - glan!

Tha Seillean Sàbhailteachd a' dèanamh a dannsa sona air mo cheann.

Faraman fearaman, turra tarra hòigh!



Na deagh mholaidhean aig Teadaidh Tèarainteachd

Tha faclan-faire prìobhaideach.

Na toir d' fhaclan-faire do dhuine sam bith ach do dh'inbhich anns
a bheil earbsa agad.

Cumaidh seo a h-uile rud air an tablaid agad sàbhailte.



Tha sinn uile nar Gaisgich
Saidhbear-tèarainteachd
a-nis!

Nach tusa a rinn gu math.

Hò-rò 's na hò-rò èile!

A-nis faodaidh tu bràiste
Gaisgeach Saidhbear-
tèarainteachd a dhèanamh
dhut fhèin.

*Faraman fearaman
turra tarra hòigh!*



Abair spòrs a bh' againn!

Dh'ionnsaich sinn mar a bhios glasan-crochaidh agus pasaichean-tèarainteachd a' dìon na sgoile againn.



Dh'ionnsaich sinn mar a dhìonas còdaichean-faire agus faclan-faire na tablaidean agus coimpiutairean againn.



Briathrachas

Saidhbear-tèarainteachd- a' dìon do thablaidean is coimpiutairean le còdan-faire is faclan-faire.

Còd-faire - 4 àireamhan eadar-dhealaichte gus an tablaid agad a neo-ghlasadh.

Facal-faire - 3 faclan eadar-dhealaichte gus do choimpiutair a neo-ghlasadh.

Sàbhailte - nuair nach eil cunnart sam bith ann

Tèarainte - nuair a tha rudeigin air a dhìon.



Snìomhaire Cruthachaidh Còd-faire

Tionndaidh e gus còd-faire le 4 àireamhan a chruthachadh

Rudan a dh'fhaodadh tu cleachdadh

- snìomhaire/bonn/dìsinn
- an ath dhuilleag air a bheil àireamhan

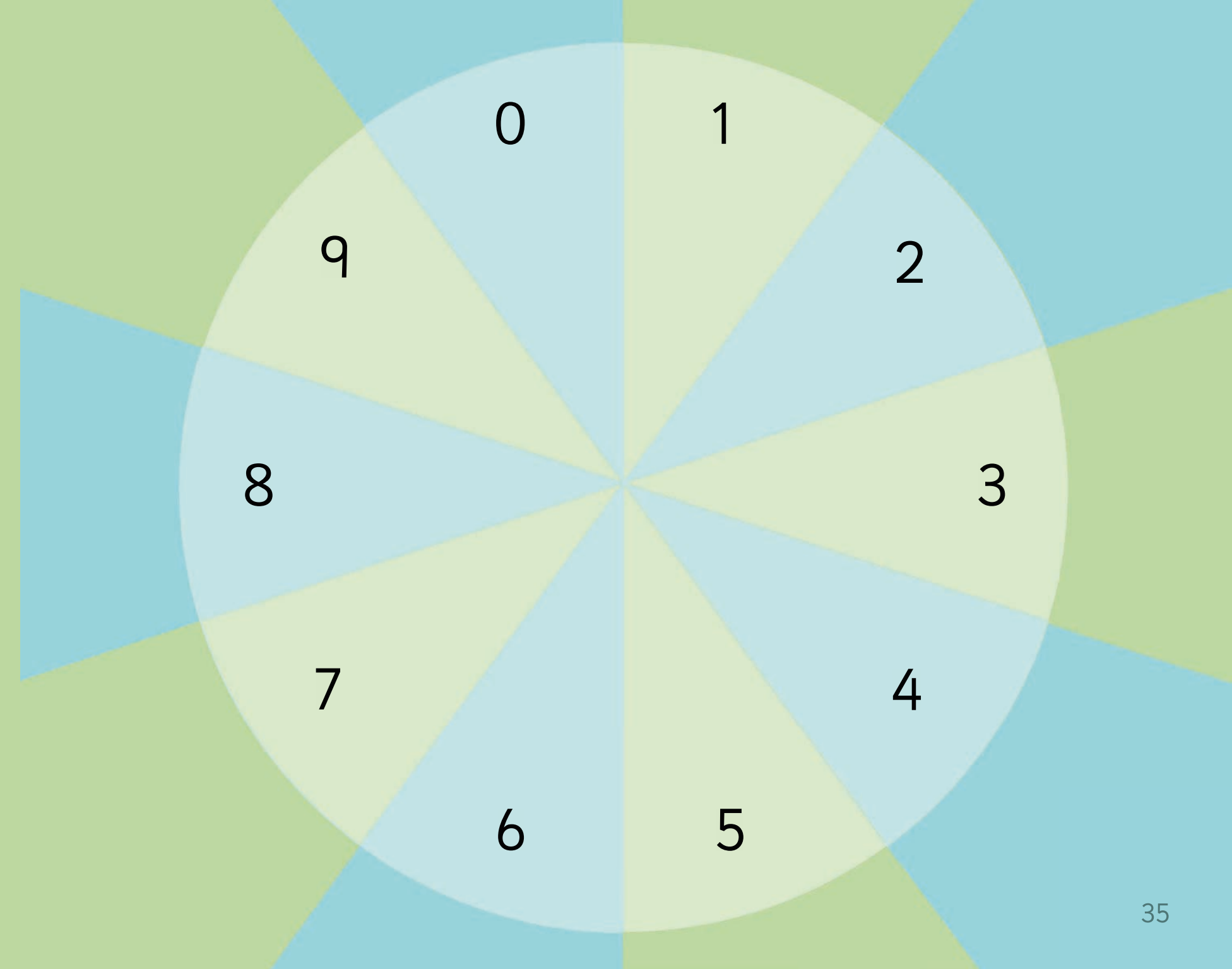
B' urrainn dhut:

- snìomhaire/bonn/dìsean a chleachdadh gus 4 diofar àireamhan fhaighinn.
- an còd-fàire agad a sgrìobhadh no dealbh a dhèanamh dheth gus a chuimhneachadh.
- iarraidh air caraid tomhas dè an còd-faire a th' agad agus an uair sin feuchainn ris an còd-fàire aca a thomhas.

Ceistean

Carson a tha e doirbh do dhaoine am facal-faire agad bhon t-snìomhaire a thomhas?

Ma chluicheas tu a-rithist, a bheil e doirbh an aon fhacal-faire fhaighinn?



Snìomhaire Cruthachaidh Faclan-faire

Tionndaidh e gus facal-faire le 3 faclan a chruthachadh

Rudan a dh'fhaodadh tu cleachdadh

- snìomhaire/bonn/dìsnean
- an ath dhuilleag de dhealbhan

B' urrainn dhut:

- snìomhaire/bonn/dìsean a chleachdadh gus 4 diofar dealbhan fhaighinn.
- am facal-fàire agad a sgrìobhadh no dealbh a dhèanamh dheth gus a chuimhneachadh.
- iarr air caraid tomhas dè am facal-faire a th' agad agus an uair sin feuch ri tomhas dè am facal-faire a th' aca.

Ceistean

Carson a tha e doirbh do dhaoine am facal-faire agad bhon t-snìomhaire agad a thomhas?

Ma chluicheas tu a-rithist, a bheil e doirbh an aon fhacal-faire fhaighinn?



Bràiste Gaisgeach Saidhbear-tèarainteachd

Dealbhaich bràiste Gaisgeach Saidhbear-tèarainteachd

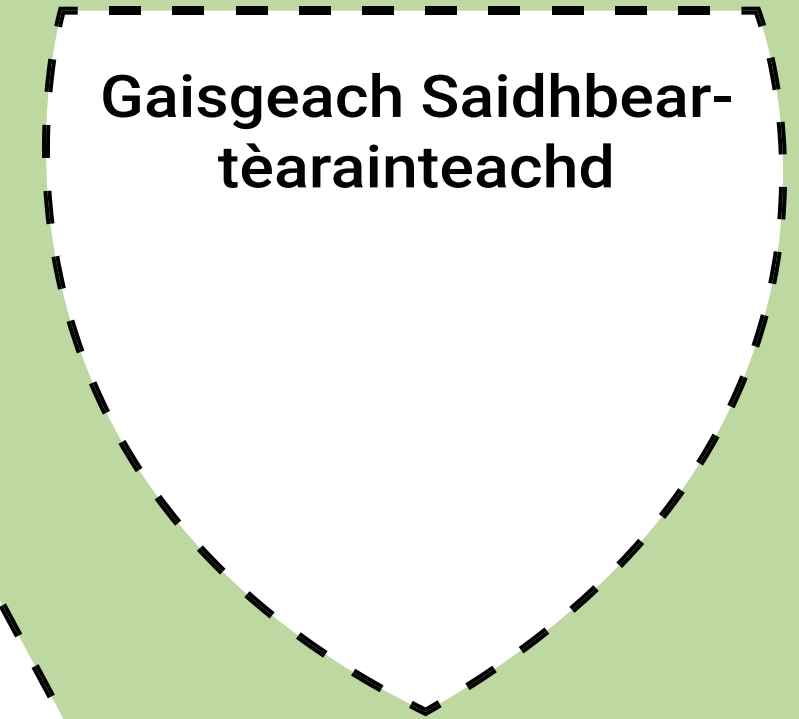
Rudan a dh'fhaodadh tu cleachdadh:

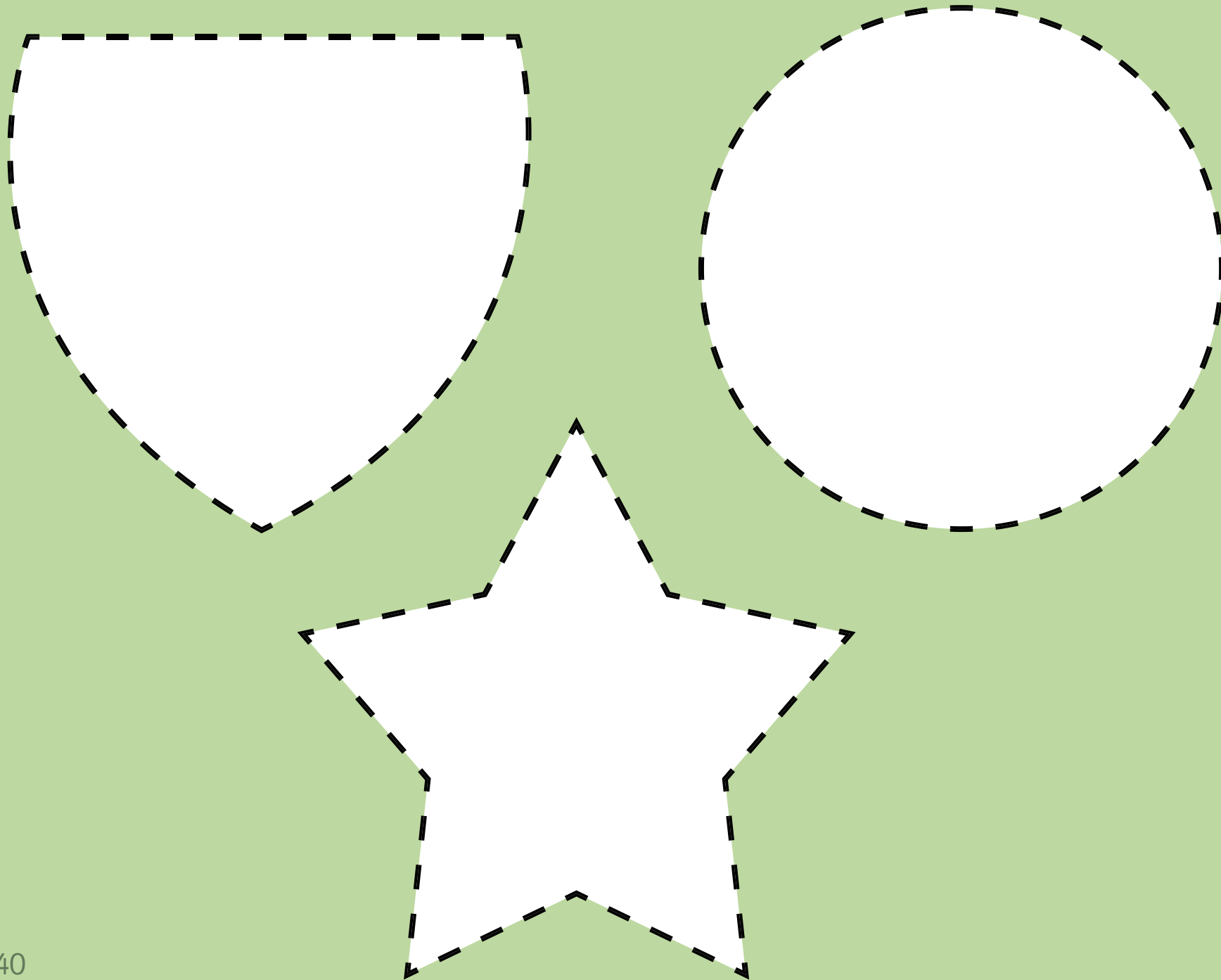
- steigearan
- dath - peansailean, pinn, peant, gliotair
- siosar

B' urrainn dhut:

- smaoineachadh air na chunnaic agus na dh'ionnsaich thu san leabhar seo.
- d' ainm a sgrìobhadh air a' bhràiste.
- dealbh a tharraing ann am fear de na cumaidhean bràiste.
- dath a chur oirre agus cuid de na cumaidhean eile a chur oirre.
- siosar a chleachdadh gu sàbhailte gus a' bhràiste a gheàrradh a-mach.
- agus an uair sin, do bhràiste a chur ort, coltach ri Teadaidh Tèarainteachd!

'S e gaisgeach Saidhbear-tèarainteachd a th' annad!





©An Crùn 2026. Gach còir glèidhte.

Tha am foillseachadh seo fo Chòir-lethbhreac a’ Chrùin fo Cheadachas Fosgailte an Riaghaltas dreach 3.0 agus air a rianachd ann an Alba le Clò-bhualadair an Rìgh ann an Alba.

Ùghdar an teacsa: Frances O’Neill.

Ùghdar nan dealbhan air a’ chòmhdach agus nan dealbhan a-staigh: Sophie O’Neill

Gus Ceadachas Fosgailte an Riaghaltas fhaicinn, faic nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3 no sgrìobh gu Sgioba Poileasaidh an Fhiosrachaidh, An Tasglann Nàiseanta, Kew, Lunnainn TW9 4DU, no cuir post-d gu: psi@nationalarchives.gsi.gov.uk.

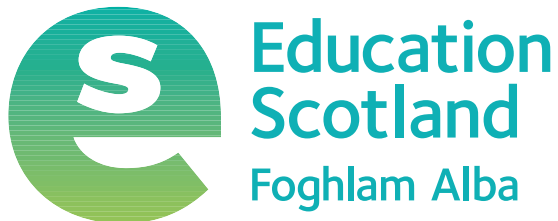
ISBN 978-1-80775-353-5

Thig còmhla ri Teadaidh Tèarainteachd agus a charaid as fheàrr,
Seillean Sàbhailteachd, air dàna-thuras beòthail tron sgoil agus iad
a' teagasg saidhbear-tèarainteachd bhunaiteach.

Eadar an raon-cluich agus àm lòn agus àm nan sgeulachdan, tha tòrr
shuidheachaidhean far an can sinn 'o mo chreach!' - ach tha iad uile
air am fuasgladh le obair sgioba agus deagh bheachdan.

Sgeulachd spòrsail, chàirdeil a nì Gaisgeach Saidhbear-tèarainteachd
de gach pàiste (agus seillean!)

Freagarrach do luchd-ionnsachaidh beaga aois 4-7.
Hò-rò 's hò-rò eile!



Scottish Government
Riaghaltas na h-Alba



Sganaich an còd QR
gus seo a leughadh
air-loidhne.

