



School Gardening  
Resources

PRIMARY LEVEL

**BORD BIA**  
IRISH FOOD BOARD

# Ceapóga Ardaithe, Cosáin & Comharthaí a Dhéanamh don Ghairdín





Bíonn na tuismitheoirí páirteach i roinnt coileanna sa chuid seo den tionscadal.

#### Am na Bliana

Is féidir é seo a dhéanamh ag am ar bith den bhliain (b'fhearr Meán Fómhair go Márta).

#### Ábharthacht Thras-Churaclaim

**OSIE:** Dúile beo, feasacht agus cúram comhshaoil  
**Mata:** Foghlaim ghníomhach a thomhas, a mheas, a thaifeadadh  
**Ealaín:** Sceitseáil, pleanáil, mapáil, cruthaitheacht, comharthaí a dhéanamh  
**Litearthacht:** Litriú, scríobh, léamh, focail nua, cumarsáid  
**OSPS:** Foghlaim ghníomhach  
**Corpoideachas:** Comhordú, gníomhaíocht choirp  
**Curaclam Neamhfhoirmiúil:** Scoileanna Glasa, Discover Primary Science, Food Dudes

## 1 Ceapóga ardaithe a thógáil agus cosáin a dhéanamh

Tá níos mó buntáistí ag ceapóga ardaithe ná glasraí a phlandáil ar an talamh cothrom.

- ★ Is gnéithe buana agus sainithe iad agus nuair a thógtar iad, is féidir leis an rang a gcuid fuinnimh a chur i mbia atá ag fás.
- ★ Tá níos mó ithrigh ann le haghaidh fréamhacha a fhorbairt.
- ★ Is féidir leis an uisce draenáil amach.
- ★ Téann an ithir suas go luath san earrach.
- ★ Is furasta rochtain a fháil orthu - níos lú lúbthachta/cromtha.
- ★ Is féidir iad a dhéanamh inrochtana do chathaoireacha rothaí.
- ★ Déanann siad soiléir do na páistí cá háit le bheith ag obair.
- ★ Ciallaíonn bealaí móta gairbhéil nó coirt gur féidir teacht ar an ngairdín i gcaitheamh na bliana.

## 2 Bainistíocht an Ranga

Ba chóir do dhuine fásta an fobhrat a ghearradh do na cosáin. Is fearr a bheith ag obair i ngrúpaí beaga don tasc seo. Bheadh grúpaí de suas le deichniúr leanaí de gach aois oiriúnach. Is féidir le cuid de na leanaí níos sine an móta gairbhéil/coirt a scoitheadh le liáin rámhainní isteach i mbarra rothaí agus é a thabhairt ar aghaidh chuig na cosáin. Ansin is féidir le cuid den ghrúpa é a scaipeadh amach le rácanna. Má tá leanaí níos óige i gceist, is féidir leo liáin a úsáid chun potaí a líonadh agus is féidir iad a thabhairt ansin chun leathadh ar an bhfobhrat.

## 3 Smaointe do thionscadail Taighde

**Stair & oidhreacht áitiúil** – céard is iomaire ann?

**Focal nua** - cad is poll eochrach ceapóige ardaithe ann?

### Aidhm:

Sraith ceapóga ardaithe a thógáil don ghairdín glasraí agus bláthanna scoile.

- ★ De ghnáth is 4 cheapóg ar a laghad é seo chun rothlú na bpríomhfhiní glasraí a eascú.
- ★ Tá ceapóg ag roinnt scoileanna do gach rang sa scoil.
- ★ Ba chóir go mbeadh an limistéar glasraí i gcuid grianmhar den scoil mar go mbeadh sé seo níos teo agus ní ag bun fána, i bpaiste fliuch nó faoi scáth crainn shíorghlasa dorchá.
- ★ Má tá plean déanta agat ar thailte na scoile beidh barúil mhaith agat ar an áit is fearr.
- ★ Déanann roinnt scoileanna fál (adhmaid/páil nó ó shaileach beo) mar scáthlán chun an limistéar glasraí a dheighilt ó chlós na scoile nó ó pháirc peile. Is féidir é seo a dhéanamh níos déanaí i gcónaí.
- ★ Déan ceapóg amháin ar a laghad, 1m/3ft throithe ar airde mar cheapach inrochtana do chathaoireacha rothaí - is féidir leis an leaba seo a bheith 3 chlár ar airde.

## 4 Conas na ceapóga ardaithe a dhéanamh

- ★ Pleanáil dearadh na ceapóige.
- ★ Tomhas na faid adhmaid is gá.
- ★ Gearr iad de réir méide agus iad a thairneáil le chéile.
- ★ Cuir sraith de chairtchlár fliuch nó nuachtán ag bun mar go gcuidíonn sé le féar atá ann cheana a mharú (tá sé seo roghnach).
- ★ Líon isteach le sraitheanna malartacha aoileach/ múirín agus barrithir nó ithir a bhfuil tú ag tochailt ó thimpeall na ceapóige chun na cosáin a dhéanamh. Ná déan tochailt ró-dhomhain mar d'fhéadfadh locháin a bheith ar na cosáin.
- ★ Is féidir leat níos mó torthúlachta a fhorbairt sna ceapacha thar na blianta trí mhúirín a chur leis.



## 5 Patrúin Ceapóga Ardaithe - Roghanna

**Rogha 1:** Ceapóga ardaithe i gcruth gréine - tá ceapóg sa lár iontu seo a bhfuil cruth heicseagánach aici agus 8 gcheapóg ag gathú amach astu - is féidir iad seo a bheith lánfhada nó scoilte chun rochtain níos éasca a fháil orthu.

**Rogha 2:** Ceapóga ardaithe i línte agus cruthanna rialta. Is féidir é seo a bheith oiriúnach do ghairdíní scoile atá le bheith ar fána.

**Rogha 3:** Ceapóga ardaithe poill eochracha - is ceapóga iad seo a bhfuil rochtain acu ar an ionad trí chosán lárnach agus a chiallaíonn go bhfuil rochtain agat ar gach taobh ó lár na ceapóige. Is féidir na taobhanna a thógáil le hadhmaid chomh maith.

### Nótaí:

- ★ Cosúil le gach rud i ngarraíodóireacht, is é do shuíomh a chinneann an bealach is oiriúnaí maidir le do cheapóga a thógáil.
- ★ Más rud é nach bhfuil go leor cré is é an treoir ghinearálta ná gur ansin is féidir leat an creat adhmaid a thógáil, ansin cuir na sraitheanna. Beidh ort níos mó barrithrigh, aoileach/múirín a thabhairt isteach.



## 6 Acmhainní a theastaíonn chun ceapóga ardaithe a dhéanamh

### Adhmad

Is féidir leat sean-scafall nó dramhadhmad a úsáid, nó má tá an t-adhmad á cheannach agat déan iarracht adhmad nár ndearnadh chóireáil cheimiceáin air. Braithfidh an méid a theastaíonn uait ar cé mhéad ceapóg agus an méid is mian leat iad a bheith - is smaoineamh maith é na ceapóga a dhéanamh níos leithne ná 1 - 1.5 méadar ionas gur féidir rochtain a fháil orthu ón dá thaobh go héasca.

Sampla de mhéid chlár atá oiriúnach ná airde 23cm x 5cm ar tiús.

Tá an rogha ann i gcónaí ceapóg poll eochraigh a dhéanamh, ar cheapóg mhór í a bhfuil rochtain aici ar an lár trí 'chruth poll eochraigh' a dhéanamh.

Má tá tú ag tochailt na hithreach (cosúil le hiomaire traidisiúnta) beidh ort;

- ★ Sreangán agus craobhóga chun na ceapóga a mharcáil.
- ★ Téipeanna a thomhas chun faid a thomhas.
- ★ Barra rothaí
- ★ Barrithir (ní gá i gcónaí).
- ★ Rámhainní, sluaistí agus liáin.
- ★ Ualach leantóir aoiligh/feamainne (ó thuismitheoir nó feirmeoir áitiúil/stábla capall) agus páipéar fluich nó cairtchlár (roghnach).
- ★ Tairní 10cm agus casúr, sábh láimhe.
- ★ Lámhainní.
- ★ Plaisteach dubh nó cairtchlár & tuí/aoileach/feamainn/ múirín chun an cheapóg a chlúdach leis mura bhfuil sé á phlandáil - feidhmíonn sé mar mhóta chun fiailí a choinneáil síos.



## 7 Conas na cosáin a dhéanamh

- ★ Déan cinnte go bhfuil leithead 1m ar a laghad le haghaidh inrochtaineacht cathaoireacha rothaí agus barra rothaí.
- ★ Cinntigh go bhfuil an talamh chomh cothrom agus is féidir sula leagtar cosáin.
- ★ Leag an fobhrat síos ar na cosáin agus déan é a ghearradh a d'oirfeadh leithead agus fad an spáis.
- ★ Brúigh imill faoi imill adhmaid na gceapóga ardaithe. Cabhróidh sé seo le cosc a chur ar na fiailí ag fás suas ag imill na gceapóg.
- ★ Clúdaigh le 5-10cm gairbhéil nó móta coirt.
- ★ Is féidir é seo a dhéanamh leis na ranganna níos óige le cartáin potaí/iógart, liáin agus lámhainní agus barra rothaí.





## 8 Acmhainní a theastaíonn chun cosáin a dhéanamh

Is féidir bealaí a leagan le hábhair éagsúla cosúil le gairbhéal agus móta coirt.

- ★ Ualach leantóra gairbhéil nó móta coirt nó tuí.
- ★ Fobhrat do gairbhéal (d'fhéadfaí seanchairpéid athchúrsáilte, moyplex nó lomra geo-teicstíle a úsáid).
- ★ Sluaiste nó rámhainní & raca.
- ★ Barra rothaí
- ★ Lámhainní.
- ★ Cartáin potaí/iógart, liáin – do na ranganna sóisearacha.



10

## Acmhainní a theastaíonn chun comharthaí a dhéanamh

Dean athchúrsáil ar ábhair dramhaíola a oiread agus is féidir. Is féidir é seo a bheith mar chuid den Tionscadal Athchúrsála Scoile Glasa.

- ★ Slinn nó adhmaid nó bratacha plaisteacha.
- ★ Adhmaid chun cuailí a dhéanamh chun na comharthaí a chur suas.
- ★ Tairní & casúr nó scriúnna & druilire.
- ★ Scuaba péinte/péint (is féidir cailc a úsáid freisin ach beidh sé glanta ar shiúl).
- ★ Vearnais neamhthocsaineach chun go mbeidh na comharthaí uiscadhónach.



## 9 Comharthaí a dhéanamh don ghairdín

Tá sé seo ar cheann de na tionscadail is tábhachtaí ó ghné oideachais. Cuireann comharthaí an bia, na plandaí agus na gnáthóga sa ghairdín in iúl agus athraíonn siad an spás go Seomra Ranga Beo.

Más mian leat airgead a chaitheamh ar chomharthaí a dhéanamh, tabhair tosaíocht do na gnéithe agus na gnáthóga buana sa ghairdín. Is féidir na glasraí, na luibheanna agus na bláthanna a dhéanamh ar bhonn bliantúil mar chuid den ealaín, den litearthacht agus den chumarsáid.