



Peil Ghaelach

Eochairchéim 3

Forbairt Cluiche

Intreoir

Leis na scileanna atá de dhíth faoi choinne cluiche iomlán 15 an taobh a fhorbairt, tá sé tábhachtach go mbeidh oiread ama agus is féidir ag na himreoirí ar an liathróid. Sa pheil Ghaelach, bíonn deacrachtaí ag roinnt imreoirí ag an tús maidir leis na rialacha a bhaineann leis an liathróid a thógáil, a bheith ag bogadh leis an liathróid, agus an liathróid a phasáil. Bíonn sé ina chuidiú, in amanna, cuid de na rialacha a mhaolú nó a thabhairt isteach de réir a chéile. Ar an dóigh sin, beidh na himreoirí in ann muinín a fhorbairt agus níos mó ama a chaitheamh ar an liathróid.

Cuimsiú agus Inrochtaineacht

D'ainneoin gur mhaith linn gach dalta a bheith páirteach sa Chorpoideachas lena gcomhdhaltaí, ní i gcónaí a bhíonn sé seo indéanta maidir le leagan iomlán an spóirt a imirt.

Más amhlaidh go bhfuil míchumas coirp ar dhalta a fhágann nach dtig leo páirt a ghlacadh go sábháilte sa chluiche lena gcomhdhaltaí, ba chóir deis a thabhairt don dalta sin a bheith páirteach i ngníomhaíocht choirp de chineál éigin eile. Mar shampla, thiocfadh leis an mhúinteoir grúpaí a dhéanamh den rang agus ar an dóigh sin bheadh cuid de na daltaí ag cleachtadh na ndruileanna agus an chuid eile ag imirt an chluiche. Thiocfadh leis an ghrúpa ba lú cleachtadh a dhéanamh ar na scileanna atá de dhíth don spórt, nó do leagan den spórt do dhaoine faoi mhíchumas, leis an chuid eile den rang. D'oibreodh na grúpaí beaga seo ar a seal agus bheadh faill ag gach duine an spórt a imirt agus a gcuid scileanna a chleachtadh.

De rogha air sin, b'fhéidir gurbh fhearr le daltaí áirithe tabhairt faoi ghníomhaíocht choirp a bhfuil suim ar leith acu ann, mar shampla, cleachtadh a dhéanamh ar na druileanna a bhaineann le spórt a imríonn siad taobh amuigh den scoil.

Leideanna

- Bíodh cúigear nó seisear imreoirí ar a mhéad ar na foirne le go mbeidh níos mó deiseanna acu baint don liathróid agus níos mó spáis acu sa limistéar. Ansin méadaigh méid na páirce agus líon na n-imreoirí ar gach foireann de réir a chéile.
- Úsáid limistéar atá fóirsteanach ó thaobh méide de don pháirc peil Ghaelach, ag brath ar chumas an ghrúpa.
- Spreag na báireoirí le sealaíocht a dhéanamh ionas go mbeidh deis ag gach duine a bheith sa chúl.
- Cuir teorainn le líon na n-uaireanta a thig le himreoirí áirithe teagmháil a dhéanamh leis an liathróid sula mbíonn orthu í a phasáil.
- Lig do na himreoirí níos mó coiscéimeanna a thabhairt sula ndéanfaidh tú taistil a fhógairt.
- Déan cinnte de go bhfuil an t-am a shocraítear do gach leath fóirsteanach d'aois agus do chumas na n-imreoirí.
- I gcás imreoirí a bhfuil deacrachtaí acu le gnéithe áirithe den chluiche fógair 'sos' agus taispeáin dóibh an dóigh lena ndéanamh.



Ginearálta

- Aimsigh áit bhfuil dromchla cothrom crua ann.
- Déan cinnte de go bhfuil cóimheas cuí daoine fásta agus imreoirí ann le go mbeidh deis ag gach imreoir páirt a ghlacadh.
- Roinn imreoirí a bhfuil deacrachtaí acu go cothrom idir na foirne.
- Cuir i gcuimhne do na himreoirí nach ionann leibhéal cumais gach duine sa chluiche agus go bhfuil sé tábhachtach gan a bheith ag bualadh in aghaidh a chéile.
- Bíodh níos mó ama ag daoine a úsáideann cathaoir rothaí nó ag daoine a bhfuil lagú orthu nó deacracht acu.
- Déan cinnte de nach ndéanann ach imreoirí cuí taicléáil.
- Lena chinntiú go mbeidh gach imreoir páirteach sa chluiche, bíodh riail ann go gcaithfidh gach duine an liathróid a fháil sula dtig leis an fhoireann scóráil.

Míchumas Coirp

- Bain úsáid as spás níos lú d'imreoirí a bhfuil deacrachtaí gluaiseachta acu.
- Bain úsáid as eangach níos leithne más gá.
- Má tá roinnt imreoirí ann a úsáideann cathaoir rothaí, seans go mbeidh liathróid níos mó de dhíth.
- Lig d'imreoirí a úsáideann cathaoir rothaí an liathróid a chaitheamh in ionad pas láimhe a dhéanamh.
- Cuir imreoirí atá ar comhleibhéal le chéile le pas láimhe a chleachtadh.
- In ionad an liathróid a phreabadh ar an bhróg nó ar an pháirc, lig d'imreoirí a úsáideann cathaoir rothaí a bheith ag bogadh leis an liathróid ar feadh tamaill sula ndéanfaidh siad í a phasáil nó a scaoileadh.

Lagú Éisteachta nó Bodhar

- Úsáid teanga chomharthaíochta a thuigeann an t-imreoir lena léiriú cad é atá le déanamh.
- Úsáid comhartha amhairc lena léiriú go bhfuil an cluiche tosaithe nó stoptha, m.sh. bratach nó comhartha 'am amuigh'.

Lagú Radhairc nó Dall

- Úsáid liathróid a bhfuil dathanna geala uirthi agus a sheasann amach ón dromchla imeartha.
- Bíodh na dathanna atá ar na bibí i gcodarsnacht le chéile.
- Déan cinnte de go bhfuil dathanna geala ar an trealamh atá in úsáid le himeall na páirce a mharcáil agus go bhfuil siad i gcodarsnacht leis an dromchla féin.
- Tabhair liathróid a dhéanann fuaim d'imreoirí a bhfuil lagú radhairc tromchúiseach orthu.
- Cuir an liathróid i lámha duine a bhfuil lagú radhairc tromchúiseach orthu agus lig dóibh a bheith ag bogadh leis an liathróid ar feadh tamaill sula ndéanfaidh siad í a phasáil nó a scaoileadh.
- Lig do dhuine fásta nó d'imreoir eile an t-imreoir a threorú thart ar an pháirc agus iad ag tabhairt treoracha nó ag cur láimhe ar a ngualainn.

Naisc Úsáideacha

Ulster GAA

ulster.gaa.ie/coaching-old/special-needs

District Council Disability Sports Hubs

dsni.co.uk