



Turghnamh ar Oiriúnú Gob Éin

Tá cruth difriúil ar ghoba éan éagsúil; ar smaoinigh tú riamh cén fáth é sin? Mar nach mbíonn fáil ar an mbia céanna i ngach gnáthóg, bhí ar éin iad féin a chur in oiriúint dá dtimpeallacht le go mbeadh téacht ní b'éasca acu ar bhia. Déanta na fírinne, tá réimse mór cruthanna speisialaithe ar ghoba éan le cumasú dóibh breith ar chineálacha éagsúla bia agus iad a ithe. Sa turghnamh seo, gheobhaidh tú amach cé na cineálacha bia is fearr a fheileann do chineálacha difriúla goib. Dírigh ar an roilleach den chuid is mó. Cén uirlis ab fhearr a léireodh a ghob, dar leat?

Am le hé a shocrú: 10 nóiméad

Céard a bheidh ag teastáil uait?

Grianghraif de 5 éan éagsúla (breathnaigh ar an ngob acu!). Is féidir leat na héin shamplaí ar leathanach 3 a chur i gcló agus a ghearradh amach.

“Goba”:

1. Pionnaí
2. Pionsúirín
3. Cipíní itheacháin
4. Soip (níos fearr fós má tá sop miotail/cruach/bambú agat. Is fearr ar fad roghanna in-athúsáidte i gcónaí!)
5. Taespúnóg



“Bia”:

1. Pasta
2. Śiolta
3. Mirlíní
4. Cnónna piostáise
5. Líomanáid (neachtar)



Eile:

- Stopuaireadóir lena chomhaireamh cé chomh fada agus a thógann sé breith ar gach cineál bia le gob
- Leabhar nótaí le torthaí do thurgnaimh a thaifeadadh
- 4 phláta
- 5 chupán, ina mbeidh tú ag cur an bhia (is ionann iad seo agus an bolg le haghaidh na ngob éagsúil)

Cuir i gcló agus gearr amach

Roilleach



Dordéan



Seabhac leathan-eiteach



Gobach mór ceann dubh



Peileacán Mór Bán





Céard atá le déanamh?

1. Aimsigh duine éigin (cúntóir) a bheidh sásta am a chur ar do thurgnaimh leis an stopuaireadóir.

2. Cuir cineál amháin bia ar gach ceann de na plátaí (pláta amháin do gach cineál bia). Cuir an líomanáid i gcupán, agus gach rud eile ar phláta cothrom.

Tabhair do d'aire: *Sula ndéanfaidh tú gach turgnamh, tuar cén cineál goib is fearr a oibreoidh agus faigh amach ag an deireadh an raibh an ceart agat.*

1. Ní mór gach cupán a úsáid le haghaidh uirlis/gob ar leith. Le go mbeidh tú in ann cuimhneamh ar ar úsáid tú dóibh, cuir ainm an "ghoib" ar gach ceann acu m.sh.: Cupán 1 = sop, Cupán 2 = pionsúirín, srl.
2. Tosaigh leis an "neachtar". Faigh amach cén "gob" is fearr a oibreoidh leis an líomanáid a bhogadh ón gcéad choimeádán isteach i do "bholg" (cupán).
3. Nuair a bheidh tú réidh, iarr ar do chúntóir am a chur ort go ceann 30 soicind agus tú ag iarraidh gach uirlis nó "gob" a úsáid leis an neachtar a bhogadh isteach sna cupáin. Úsáid bolg (cupán) difriúil le haghaidh gach goib ionas go mbeidh tú in ann a dhéanamh amach cén gob ab éifeachtaí don chineál áirithe bia sin.
4. Tar éis duit gach uirlis a úsáid, breac síos i do leabhar nótaí cén uirlis ar éirigh leat an chuid ba mhó "neachtair" a bhogadh isteach i do bholg léi. An é an sop a bhí ann? 😊 Cén t-éan ab fhearr a n-éireodh leis, meas tú? Cé na héin a bhfuil gob den chruth céanna acu?
5. Anois bain triail eile as le cineál eile bia: pasta. An n-oibreodh an sop chomh maith céanna? Tabhair buille faoi



thuairim agus faigh amach an raibh an ceart agat ag an deireadh. Bain triail as gach cineál goib arís agus breac síos cé acu ceann is fearr. An í an taespúnóg a bhí ann? Nó na pionnaí? Cén t-éan a cheapann tú a bheadh ní b'fhearr ag fáil an chineáil seo bia?

6. Faigh an pláta cnónna piostáise le haghaidh do thríú turgnamh. Is éard atá le déanamh an uair seo ná a fháil amach cé mhéad acu a bheidh tú in ann a phiocadh suas AGUS a bhriseadh laistigh de 30 soicind. Ná bí ag séitéireacht – ná húsáid do lámha! 😊 Tá sé ag éirí níos deacra, nach bhfuil? Cén gob ab fhearr a d'oibrigh?
7. Anois, bain triail as leis na mirlíní agus tosaigh leis na cipíní itheacháin. Cé mhéad acu is féidir leat a bhogadh laistigh de 30 soicind? An seasann aon ghob amach ó na goba eile? Má sheasann, cén acu ceann?
8. Ar deireadh, déan an rud céanna leis na síolta. Tosaigh leis an gcineál goib a cheapann tú a n-éireoidh níos fearr leis ná na cinn eile, an pionsúirín, cuir i gcás.
9. Anois agus triail bainte agat as na huirlisí nó “na goba” go léir, breathnaigh siar ar na grianghraif de na héin éagsúla. Cé na héin a bhfuil a ngob cosúil leis na huirlisí a bhí agat? Breac síos na torthaí i do leabhar nótaí.

Breathnaímis ar an roilleach arís: Cén uirlis ab fhearr a léirigh a ghob, dar leat?

Má bhreathnaímid ar a n-itheann siad de ghnáth, feicfimid gurb iad na cnónna piostáise an rogha is cosúla leis. Cén gob/uirlis ab fhearr a d'oibrigh leis an mbia sin?



Seo a bhfuil ar eolas againn faoi ghob an roilligh:

Tá dath flannbhuí/dearg air, é fada agus cumhachtach go leor agus tiús meánach ann. Tá tiús a ghoib díreach i gceart leis na cineálacha bia is fearr leis a oscailt: sliogiasc, ar nós ruacan agus diúilicíní. Tá sé tanaí go leor le dul isteach i ndiúilicíní atá nach mór dúnta, ach láidir go leor le hiad a bhriseadh agus an diúilicín a bhaint amach as a shliogán.

Caith súil ar an roilleach diongbháilte seo agus é ag iarraidh diúilicín a oscailt!

<https://www.youtube.com/watch?v=JRZDznBNJLI>