

# Suipéar sa Spás

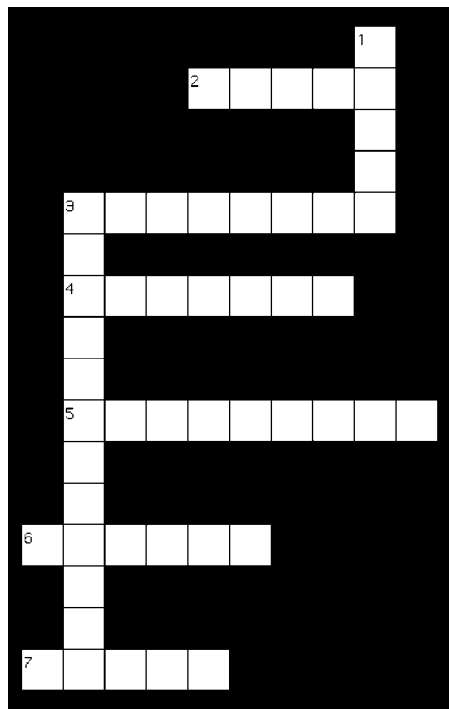
Itheann spásairí an sórt céanna bia sa spás agus a itheann siad ar an domhan. Ach caithfidh siad bheith cúramach. Sa spás, bíonn cnámha na spásairí níos laige. Dá bhri sin, itheann siad bia ina bhfuil a lán cailciam. Toisc go dtéann gach rud ar foluain (floating) thart ar an spásarthach, bíonn roinnt bia dainséarach. Briseann arán i mbruscair agus d'fhéadfadh spásairí tosú ag aiseag dá n-anáilfadh siad ceann isteach. Mar sin, itheann siad toirtí. Doirteann siad piobar agus salann ar a gcuid bia i bhfoirm leachta (liquid). Bíonn orthu bheith an-chúramach le bia te freisin – nach dtéann sé ar foluain agus nach mbuaileann sé spásaire ar eagla go ndódh sé é nó í.

Tá a gcuid bia ar fad i bpacaisti séalaithe (sealed). Bíonn siosúr acu chun na pacáistí a oscailt agus bíonn scian, forc agus spúnóg acu chun an bia a ithe chomh maith. Sna pacáistí, bíonn bia dhíhydráitithe (dehydrated) ann ar nós spaigítí, macarón, cáis agus uibheacha. Ní bhíonn aon uisce sna bianna seo sna pacáistí, agus ansin, cuireann na spásairí uisce leo sa spás chun iad a dhéanamh bog arís.

Itheann spásairí bia fluich greamitheach ar nós uibheacha scrofa (scrambled), leite, maróga agus stobhach an chuid is mó den am. Greamaíonn siad ar an bhforc nó ar an spúnóg fada go leor go bhfaigheann na spásairí seans an bia a chur ina mbéal.



## Crosfhocal



### TRASNA

- Ní thógann sé ach 10 soicind ar bhia na áit seo a shroichint. (5)
- Brúnn mataín an bia síos tríd seo go dtí an goile. (8)
- Is féidir an bia seo a dhéanamh as nead éin. (7)
- Faighimid é seo ón mbia a ithimid. (9)
- Uaireanta, déanann dochtúirí tástáil ar sheille chun iad seo a aithint. (6)

- Faighimid é seo ó bhianna cosúil le bainne, im, ola, feoil agus iasc. (5)

### SIOS

- Tagann sí seo isteach i do bhéal nuair a smaoiníonn tú ar bhia. (5)
- Bíonn cruth biorach géar ar na fiacla seo. (12)

## Fíricí Fóna

- Déanann an corp níos mó ná 7 litear sulaigh dhíleá (digestive juices) gach lá. Athchúrsaíonn (recycles) an corp an chuid is mó díobh.
- Itheann an gnáthfhear meáchan 7 n-ellifint de bhia ina shaol.
- Cailleann tú meáchan agus tú i do chodladh. Cailleann an gnáthdhuine thart ar 350g.
- Itheann treibheanna áirithe de Bhundúchasaigh (Aboriginals) na hAstráile seangáin mheala (honey ants).
- Itheann roinnt daoine san Afraic pióg mhuisicite (mosquito).

## eureka

Foilsíonn an Irish Independent Eureka, i gcomhar leis an Ionad Oideachas Eolaíochta ag Coláiste Phádraig, Droim Conrach, BAC 9, le tacaíocht ón gComhairle um Oideachas Gaeltachta agus Gaelscolaíochta.

**TAIGHDE & TÉACS:**  
Paula Kilfeather, Cliona Murphy,  
& Janet Varley.

An Chomhairle um Oideachas  
Gaeltachta & Gaelscolaíochta



Centre for Science Education



**AISTRITHEOIR:** Bairbre Ni Ógáin  
**EAGARTHOIR:** John Walshe  
**DEARADH:** Smart Design  
**SCRÍOBH CHUGAINN:**  
Debbie Brennan, Eureka, Irish Independent,  
27-32 Sraid Thalbóid, BAC 1.  
**LÍNE DO CHUSTAIMÉIRÍ:**  
Fón 023 32879  
**CUIR RÍOMHPOST CHUIG:**  
eureka@unison.independent.ie  
www.independent.ie/eureka



Mollai Cúl

# Irish Independent eureka



Maidhc Reascóp

Buaiteoir 2005 - Gradam Domhanda an Léitheora Óig - Cumann Domhanda na Nuachtán (WAN)

Imleabhar 3, Eagrán 9  
30ú Samhain 2006

Irish Independent Forlónadh Eolaíochta do Scoileanna

# Aistear Aisteach



"Go raibh maith agat, ach táim lán cheana féin."

Chuaigh Mollai Cúl agus Maidhc Reascóp le haghaidh béile i mbialann. Bhí siad ag súil go mór leis. Ach bhain an biachlár geit astu. Mar thús, bhí anraith nead éin ar fáil. Bhí rogha acu don phríomhchúrsa – dreoilíní teaspigh (grasshoppers) friochta in ola nó nathair shligreach (rattlesnake) faoi fhuidreamh (batter). Tar éis sin, bhí seangáin (ants) le lioma (lime) agus cillithe (chillis) ar fáil mar mhíseog. Agus bhí tae agus im

geaca (yak) ar an mbiachlár chun deireadh a chur leis an mbéile.

Cheap Mollai agus Maidhc go raibh an bia seo an-aisteach ar fad, ach is é seo an sórt bia a itheann daoine in áiteanna eile ar domhan. B'fhéidir go gceapann siadsan go bhfuil an bia a ithimid in Éirinn chomh haisteach céanna. Ach is cuma cad a ithimid, bíonn bia ag teastáil ó gach duine ar an gcúis (reason) cheanna.

Teastaíonn fuinneamh (energy) ón gcorp, agus go háirithe, ón inchninn. Faighimid an fuinneamh sin ón mbia a ithimid. Teastaíonn fuinneamh uainn chun bheith abalta siúl, labhairt agus smaoinneamh. Teastaíonn fuinneamh uainn chun bheith ábalta an leathanach seo d'Eureka a léamh. Faighimid fuinneamh ó shail (fat) agus ó ghlúcós (sórt siúcra) de ghnáth. Faighimid saill ó bhianna cosúil le bainne, im, ola chomh maith le feoil agus iasc. Nuair a ithimid bia ar

nós prátaí agus arán athraíonn sé go glúcós. Deisíonn próitéin codanna den chorp a éiríonn caithe (worn out). Faighimid próitéin ó bhianna ar nós uibheacha agus feoil.

Ach conas a dhéanann bia an obair seo? Cabhróidh an t-eagrán seo d'Eureka leat tuiscint a fháil ar roinnt de na rudaí a tharlaíonn nuair a itheann tú béile agus ar roinnt de na rudaí go mb'fhearr leat nach dtarlódh!

## Aistear an Bhia



Téann bia ar aistear trí do chorp agus de réir mar a ghluaiseann sé, briseann sé anuas i bpiosai beaga, agus i bpiosai níos lú agus i bpiosai níos lú arís. Dileá (digestion) bia is ainm don phróiseas seo. Is aistear iontach aisteach é aistear an bhia.

### TÚS AN AISTEIR

Tarlaíonn an chéad chuid den aistear i do bhéal nuair a chognaíonn (chew) tú bia. Cabraíonn

an tseile (saliva) i do bhéal leat cogaint.

Chomh luath agus a bhaineann tú plaic as bia, m.sh. piotsa nó úll, tosaíonn seile ag teacht anois i do bhéal cosúil le huisce as scairdeán (fountain). Uaireanta, ní gá ach smaoineamh ar bhia agus tiocfaidh seile i do bhéal. Déanaimid cuid mhaith seile gach lá. Cuir 600ml uisce i mbuidéal. Sin é an méid seile a dhéanann béal sláintiúil gach lá.

# Fiacla

Cognaíonn tú bia le d'fhiacla chun é a bhriseadh anuas go mion. Ní cnámha iad fiacla. Tá fiacla i bhfad níos láidre ná cnámha. Tá ceithre shórt fiacla ann:

- **Clárfhiacla** (incisors) a úsáidimid chun plaic a bhaint as bia. Is fiacla móra dingeacha (wedge-shaped) cothroma iad.
- **Starrfhiacla** (canines) a úsáidimid chun bia a ghearradh agus a stróiceadh. Bíonn cruth biorach gear orthu.
- **Fiacla leathchúil** (premolars) a úsáidimid chun bia a mheilt (grind). Bíonn dhá bhiór orthu.
- **Cúlfhiacla** (molars) a úsáidimid chun bia a mheilt. Bíonn cruth cearnógach cothrom orthu.



Féach ar do chuid fiacla sa scáthán. Cé mhéad sórt fiacla atá agat?

## Gníomhaíocht



### Lán go béal

Foghlaim faoi sheile trí na gníomhaíochtaí seo.

**AIRE:** Cuir ceist ar mhúinteoir nó ar dhuine fásta eile sula n-itheann tú aon rud.

#### BUNABHAIR:

- Piosai bia m.sh. arán, brioscail
- Sú le blas láidir m.sh. sú lioma nó sú liomóide

#### TREORACHA:

1. Déan iarracht piosa aráin a ithe gan seile a dhéanamh i do bhéal.
2. Conas a d'éirigh leat? An raibh tú in ann an tseile a stopadh?
3. Cuir braon den sú ar do theanga.
4. Cad a thug tú faoi deara faoin tseile an uair seo?

#### SMAOINIGH AIR SEO:

Tarlaíonn rudai áirithe i do chorp gan aon chabhair uaitse. Níl bealach ar bith gur féidir leat cosc a chur ar sheile ag teacht.

## Arbh eol duit?



Smaoiníonn daoine ar sheile mar shram (slime) gan mhaith. Ach tá seile an-tábhachtach ar a lán bealaí. Cabraíonn sé linn bia a dhíleá. Cosnaíonn sé fiacla. Ligeann sé duit ithe agus labhairt. Uaireanta, déanann na Gardaí Sióchána scrúdú ar sheile agus cabraíonn na torthaí leo réiteach a tháil ar choireanna (crimes). Is féidir le dochtúirí seile a thástáil in ionad fuil chun galair (diseases) áirithe a aithint.

Maraíonn seile frídíní (germs) dainséarachacha. Sin é an fáth a líonn (lick) madra créacht (wound) agus a nglanann cat é féin lena theanga.

## Gníomhaíocht



Bain triail as an ngníomhaíocht seo go bhfeicfidh tú conas a úsáideann tú fiacla difriúla.

#### BUNABHAIR:

- Bia m.sh. úlla, soilire (celery), leitís, risíní, disilí (cubes) cáise, bananai
- Páipéar chun cairt a dhéanamh
- Pinn luaidhe nó pinn

#### TREORACHA:

1. Ith an bia, piosa ar phiosa. Smaoinigh conas a d'íth tú gach piosa.
2. An raibh ort níos mó cogainte a dhéanamh ar bhia amháin ná ar bhia eile?
3. An raibh ort aon bhia a mheilt? Cé acu?
4. Tairfead do chuid torthaí ar chairt cosúil leis an gceann thíos.

Seans go mbeidh ort tic a chur cúlpa uair i gcás roinnt den bhia.

|         | Gearradh / Stróiceadh | Meilt | Plaic a Bhaint |
|---------|-----------------------|-------|----------------|
| Úlla    |                       |       |                |
| Soilire |                       |       |                |
| Lleitís |                       |       |                |
| Risíní  |                       |       |                |

## Conas a ghluaiseann bia chuig do ghoile (stomach)?



Nuair a shlogann (swallow) tú bia, ní thiteann sé díreach síos i do shlogaíde (gullet). Brúnn matáin (muscles) síos é. Slogaimid ar an mbealach céanna a shlogann nathair.

## Gníomhaíocht



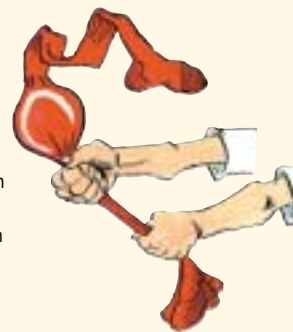
Bain triail as an ngníomhaíocht seo go bhfeicfidh tú conas a ghluaiseann bia síos do shlogaíde.

#### BUNABHAIR:

- Liathróid bheag nó oraíste
- Stoca fada nó seanphéire riteoga (tights)

#### TREORACHA:

1. Cuir an liathróid sa stoca agus déan ciorcal beag le do mhéara.
2. Coinnigh greim daingean ar bhun an stoca le do lámh eile.
3. Fáisc agus brúigh an liathróid – sleamhnaídh sí síos sa stoca.



## Gaíscí goile

Sroicheann do chuid bia do ghoile deich soicind tar éis duit an bia a shlogadh. Tá do ghoile cosúil le mala stórais (storage). Fáisceann sé agus brúnn sé an bia go mbíonn sé mar anraith tiubh.

Fanann bia i do ghoile ar feadh cúpla uair an chloig agus meascann sé le súlaigh (juices) speisialta agus le haigéad (acid), a bhriseann anuas ina bpiosai beaga é.

## Torainn Threampánacha (embarrassing)

Uaireanta, déanann goile glogail (gurgling) agus tormáil (rumbling). Tagann na fuaimneanna seo ón meascán de ghás, de bhia brúite agus de shúlaigh an ghoile a bhíonn ag bogadh agus ag maistriú (churning) thart i do ghoile agus i do stéigeacha (intestines). Nuair a bhíonn do ghoile folamh, bíonn na fuaimneanna seo níos airde. Tá seanfhocal sa Bhéarla a deir 'Empty vessels make most sound'. An fíor sin? Dear imscrúdú le fáil amach.

slogann tú aer. Nuair a éalaíonn (escapes) an t-aer, déanann tú brúcht (belch/burp). Creid nó ná creid, bíonn comórtas Chraobh an Domhain ar siúl do bhrúchta – bhí brúcht an bhuaiteora is déanaí beagnach comh hard le rac-cheolchoirm.

Silimid anseo in Éirinn go bhfuil sé drochbhéasach brúcht a dhéanamh. Ach i dtíortha áirithe san Áis, níl sé drochbhéasach brúchta a dhéanamh nuair a bhíonn tú ag ithe.

Déanann capaill, ba agus caoirigh brúchta freisin.

Má itheann tú nó má olann tú róthapa,

Gabh mo leithscéal



## Arbh eol duit? Cad a tharlaíonn nuair a bhíonn tinneas goile ort?

Aiseagann (vomit) tú. Bia báite (soggy) leath-dhíleáite ó do ghoile is lea aiseag (vomit). Aiseagann daoine ar chúiseanna éagsúla – nimhiú bia (food poisoning), tinneas, imní nó an iomarca a ithe. Is féidir le do ghoile 59ml a choinneáil

ann nuair a bhíonn sé folamh agus os cionn 1000ml nuair a bhíonn sé lán.

Má dhéanann tú iarracht níos mó ná sin a chur ann, aisgídh sé é arís. Tagann an drochbholadh ó na haigéid i do ghoile.

## Tríd an tollán (tunnel)

Tar éis uair an chloig nó mar sin, fágann an bia an goile agus ghluaiseann se ar aghaidh isteach i bhfeadán (tube) beag – an stéig bheag. Tá do stéig bheag thart ar ceithre huair níos faide ná do chorp. I gcás duine fásta, tá an stéig bheag 6m ar fad. Briseann súlaigh eile an bia anuas níos mine (smaller) arís anseo. Brúnn an bia ar aghaidh, beagáinín cosúil le taos fiacla tríd an bhfeadán. Tá an bia chomh beag faoin am seo gur féidir leis dul trí bhallaí

(taobhanna) na stéige isteach san fuil. Is féidir an bia a úsáid anois mar fhuinneamh.



## Gníomhaíocht



Bain triail as an ngníomhaíocht seo go bhfeicfidh tú cé chomh beag agus a bheadh na cáithníní bia le dul trí bhalla na stéige.

#### BUNABHAIR:

- Píobar dubh nó gaineamh
- 2 chupán
- Pláta
- Tuáille páipéir
- Uisce

#### TREORACHA:

1. Lig ort gurb é an píobar an bia brúite agus gurb é an tuáille páipéir an stéig.
2. Croith píobar ar phláta. Féach air go cúramach. Cé chomh beag atá na cáithníní?
3. Measc píobar agus uisce sa chupán. Doirt an meascán seo tríd an tuáille isteach sa chupán eile.

#### SMAOINIGH AIR SEO:

Tá píobar an-bheag ar fad ach, fós, ní raibh sé abalta dul tríd an tuáille páipéir. Pleigh le do chairde cé chomh beag agus a bheadh na cáithníní bia le dul tríd an stéig.

## Deireadh an aistir

Bíonn bia i do chorp ar feadh lae, nó thart air sin. Úsáideann do chorp formhór an bhia ach ní féidir leis an bia ar fad a úsáid. Is fuil (wastes) iad aon

rud nach n-úsáideann an corp. Brúitear na fuil seo amach tríd an anas (anus) agus scairdeann (flush) tú síos an leithreas iad.

## Gníomhaíocht



## Dear agus déan samhail den chóras díleá (digestive system)

#### BUNABHAIR ÚSAIDEACHA:

- Feadána (tubing) plaisteach
- Buidéal ar féidir é a fháisceadh m.sh. buidéal folamh ina raibh leacht níocháin
- Marla
- Boscaí móra agus beaga

#### TREORACHA:

1. Féach ar an léaráid den chóras díleá (digestive system) ar an leathanach thall.
2. Dean plan de na hábhair ar fad a theastóidh uait chun samhail den chóras díleá a dhéanamh.
3. Cuir na codanna ar fad le chéile chun an tsamhail a dhéanamh.

