

FOR OFFICIAL USE



Teisteanais  
Nàiseanta  
2024

Comharra



X832/75/01

Nàiseanta 5

DICIADAIN, 29 CÈITEAN

1:00 F – 2:40 F

Gàidhlig  
Leughadh

Gàidhlig Reading



\* X 8 3 2 7 5 0 1 \*

Lìon na bogsaichean seo agus leugh na tha sgrìobhte gu h-ìosal.

Làn ainm sgoile no colaiste

Baile

Ciad ainm(ean)

Sloinneadh

Àireamh an  
t-suidheachain

Latha breith

Latha

Mìos

Bliadhna

Àireamh an oileanaich

Comharran gu lèir — 30

Leugh an earrann agus feuch na ceistean UILE.

Sgrìobh do fhreagairtean gu soilleir anns an leabhran.

Tha àite a bharrachd airson fhreagairtean aig deireadh an leabhra seo. Ma chleachdas tu an t-àite sin, feumaidh tu àireamh na ceiste a tha thu a' freagairt a chomharrachadh gu soilleir.

Cleachd inc **gorm** no **dubh**.

Tha leabhran nam freagairtean eile airson Litreachas. Cuir do fhreagairtean airson Litreachas anns an leabhran nam freagairtean airson Litreachas.

Mus fàg thu seòmar na deuchainne, feumaidh tu an dà leabhar a thoirt don Fhreiceadan; mur a dèan thu sin, dh'fhaodadh tu na comharran gu lèir airson a' phàipeir a chall.



\* X 8 3 2 7 5 0 1 0 1 \*

### Snàmh a-muigh

Tha am prògram Dhan Uisge air BBC Alba air a bhith a' tàladh àireamhan mòra de luchd-coimhid is e air a ruith airson trì sreathan. Tha deich mionaidean de dh'fhaid ann am prògram. Tha gach fear dhiubh a' sealltainn Calum MacIlleathain a' snàmh an diofar uisgeachan air feadh Alba, leithid aibhnichean ainmeil mar an Abhainn Foirthre agus lochan beaga iomallach a tha pìos air falbh bho rathad agus air nach eil mòran dhaoine eòlach.

Tha e coltach gu bheil am prògram air gu leòr dhaoine a bhrosnachadh gus snàmh a-muigh fheuchainn airson a' chiad turas agus 's iomadh neach a dh'fheuch air a tha a-nis air am beò-ghlacadh. Tha tòrr dhaoine a' snàmh ann am Breatainn ach tha a' chuid as motha dhiubh a' dol gu amaran-snàimh blàth far a bheil an t-uisge air a chumail glan agus tha luchd-teasairginn ann gus sùil a chumail air sàbhailteachd dhaoine. Ach tha snàmh a-muigh gu tur eadar-dhealaichte. Gu tur!

Anns na 1930an bha amaran-snàimh sònraichte a-muigh aig cuid de na bailtean timcheall oirthir na h-Alba. Aig an àm bha e na fhasan aig tòrr a bhith a' dol chun na tràghad air làithean-saora agus thog gu leòr bhailtean na h-amaran seo airson 's gum biodh àite sàbhailte ann airson snàmh. Bha feadhainn ann a bha ainmeil a thaobh dòigh-togail agus ailtireachd agus chaidh an dìon gus nach fhaodadh iad a bhith air an leagail — an t-adhbhar a tha feadhainn dhiubh fhathast ann an-diugh. Gu mì-fhortanach, thàinig crìonadh air a' chur-seachad agus le duilgheadasan eile a bharrachd a thaobh ionmhas agus ìre-slàinte, dhùin a' chuid as motha dhiubh, ged a tha feadhainn ann a tha fhathast fosgailte an-diugh leithid aig Cala na Creige air a' chost an ear, deas air Obar Dheathain. Ach, tha cuid de na h-amaran seo air an teasachadh; mar sin do dhaoine a tha dha-rìribh a' snàmh a-muigh chanadh iad gur e rudan fuadain a th' annta. Dhaibhsan, tha fìor snàmh a-muigh a' gabhail àite ann an loch, abhainn no sa mhuir. Air latha math, do chuid, chan eil càil coltach ri snàmh anns a' mhuir.

Tha na buannachdan slàinte aig spòrs air aire a' mhòr-shluaigh san latha an-diugh agus tha an aon rud fìor airson snàmh sa mhuir. Nochd aithisgean bho chionn ghoirid a' sealltainn mar a tha e a' leasachadh slàinte dhaoine an dà chuid airson cuideam a chall agus cuideachd a thaobh fallaineachd-inntinn. Ach aig an aon àm, 's e an t-amas a tha aig daoine nuair a bhios iad a' tòiseachadh an t-seòrsa snàimh seo a tha ag innse dè cho freagarrach 's a bhios e dhaibh; do chuid tha e mar chur-seachad, bidh feadhainn eile am beachd rèis a dhèanamh mar triathlon no bidh feadhainn airson airgead a thogail do charthannas.

Ach ciamar a bhios neach a' tòiseachadh? A bheil thu dìreach a' leum a-steach? Chan eil! Feumaidh tu tòiseachadh gu slaodach. Feumaidh tu fàs cleachdte ris an fhuachd oir tha e cunnartach leum a-steach do dh'uisge fuar. Ach aon uair 's gun tachair seo faodaidh tu tòiseachadh air snàmh, rud a tha beagan eadar-dhealaichte bho bhith ga dhèanamh san amar-snàimh. Gu dearbh tha an sàl gad chuideachadh a bhith a' fleodradh nas fheàrr. Tha e riatanach gu bheil gluasad nan gàirdeanan agad èifeachdach agus gu bheil an dòigh anns a bheil thu a' gabhail anail cuideachd socair agus fo smachd. Aig an aon àm feumaidh tu a bhith mothachail nach fheum thu breabadh cho làidir no cha bhi spionnadh no neart air fhàgail agad gus do cheann-uidhe a ruighinn. Tha e deatamach gun toir thu an aire air sàbhailteachd agus gun dean thu cinnteach gu bheil fios aig daoine far a bheil thu a' dol no, nas fheàrr buileach, gun tig cuideigin còmhla riut. Feumaidh tu a bhith comasach air aire a chumail air an t-slighe a tha thu a' gabhail anns an uisge oir dh'fhaodadh tuinn tighinn a-steach agus chailleadh tu mothachadh air far a bheil an cladach. Mar snàmh a-staigh, tha e cudromach gu bheil thu a' faireachdainn cofhurtail san uisge agus gu bheil e comasach dhut astar math a shnàmh, gun a bhith a' call misneachd ann an uisge a tha rudeigin domhain.



Tha diofar mòr eadar snàmh as t-samhradh agus sa gheamhradh. Tha gu leòr den bheachd gu bheil an t-uisge nas blàithe as t-samhradh agus gu ìre tha sin fìor, ach aon uair 's gu bheil thu ann an uisge domhainn tha e fuar aig àm sam bith den bhliadhna agus tha gu leòr chunnartan an luib sin. 'S iomadh neach-snàimh a bh' ann an suidheachadh èiginneach air sgàth teannachadh obann sna fèithean agus is iomadh duine a chaidh a bhàthadh air sgàth sin.

Tha buannachdan eile ri fhaighinn bhon t-snàmh seo ge-tà. Tha na nithean a chì thu nuair a tha thu a' snàmh anns a' mhuir leithid ròin agus beathaichean mara, a bharrachd air na seallaidhean eadar-dhealaichte den tìr a gheibh thu, nan adhbharan eile airson gu bheil snàmh anns a' mhuir cho taitneach. 'S beag an t-iongnadh gu bheil barrachd dhaoine ga fheuchainn. Tha clubaichean snàmh a-muigh air nochdadh air feadh na dùthcha a' tabhann taic agus comhairle do luchd-tòiseachaidh, tha tuilleadh fiosrachaidh air an eadar-lìon a tha gam brosnachadh gus uisgeachan ùra fheuchainn agus tha na meadhanan-sòisealta a' toirt cothroman conaltraidh do dhaoine aig a bheil ùidh san spòrs.

Aig àm nuair a tha draghan mu shlàinte dhaoine 's gun iad a' dèanamh gu leòr eacarsaich, 's dòcha nach eil spòrs nas fheàrr ann.

### Ceistean

1. Càit am bi Calum a' snàmh anns a' phrògram *Dhan Uisge*? 2

---

---

---

2. Dè an dearbhadh a tha ann gu bheil am prògram air buaidh a thoirt air luchd-coimhid? 2

---

---

---

3. Carson a tha snàmh ann an amar-snàimh a-staigh a' còrdadh ri daoine? 2

---

---

---



\* X 8 3 2 7 5 0 1 0 3 \*

4. (a) Carson a chaidh amaran-snàimh a-muigh a thogail aig aon àm?

2

---



---



---



---

(b) Carson a tha e fhathast comasach do dhaoine snàmh ann an amaran-snàimh a-muigh?

2

---



---



---

5. Mìnich carson nach eil cuid den bheachd gu bheil snàmh anns na h-amaran-snàimh a-muigh na 'snàmh ceart'.

2

---



---



---



---

6. Dè an dearbhadh a tha ann gu bheil snàmh a-muigh math a thaobh fallaineachd dhaoine?

2

---



---



---

7. Ainmich dà dhiofar adhbhar a tha aig daoine airson snàmh a-muigh.

2

---



---



---



8. Thoir geàrr-chunntas air mar a thòisicheas neach air snàmh a-muigh.

4

---



---



---



---



---

9. Ainmich dà rud air am feum daoine a bhith mothachail a thaobh sàbhailteachd.

2

---



---



---

10. Mìnich mar as urrainn don fhuachd buaidh a thoirt air daoine.

2

---



---



---

11. Dè tha a' còrdadh ri daoine a tha ri snàmh sa mhuir?

2

---



---



---

12. Inns dà rud a tha a' sealltainn gu bheil piseach air tighinn air snàmh a-muigh mar chur-seachad.

2

---



---



---



---



13. Seall dè cho soirbheachail 's a tha an sgrìobhadair ann a bhith a' brosnachadh snàmh a-muigh mar spòrs. Cleachd fianais bhon earrainn gus taic a thoirt dha do fhreagairt.

2

---

---

---

---

---

---

---

[CRÌOCH A' PHÀIPEIR]











[DUILLEAG BHÀN]

NA SGRÌOBH AIR AN DUILLEIG SEO



[DUILLEAG BHÀN]

NA SGRÌOBH AIR AN DUILLEIG SEO



[DUILLEAG BHÀN]

NA SGRÌOBH AIR AN DUILLEIG SEO

