



basic education

Department:
Basic Education
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NATIONAL SENIOR CERTIFICATE

KEREITE YA 12

SESOTHO PUO YA LAPENG (HL)

PAMPIRI YA PELE (P1)

PUDUNGWANA 2018

MATSHWAO: 70

NAKO: Dihora tse 2

Pampiri ena e na le maqephe a 10.

DITAELO HO MOHLAHLAHOBUWA

1. Pampiri ena e arotswe DIKAROLO TSE THARO, e leng:
KAROLO YA A: Tekokutlwisiso (30)
KAROLO YA B: Kgutsufatso (10)
KAROLO YA C: Dibopeho le ditlwaelo tsa tshebediso ya puo (30)
2. Bala ditaelo TSOHLE ka hloko.
3. Araba dipotso TSOHLE.
4. Qala KAROLO E NNGWE le E NNGWE leqepheng LE LETJHA.
5. Seha mola qetellong ya KAROLO E NNGWE le E NNGWE.
6. Nomora dikarabo tsa hao jwalo kaha dipotso di nomorilwe pampiring ya dipotso.
7. Tlola mola dipakeng tsa dikarabo tsa hao.
8. Tsepamisa maikutlo haholo mopeletong le popong ya dipolelo tse nepahetseng.
9. O eletswa ho sebedisa nako ya hao ka mokgwa ona:
KAROLO YA A: Metsotso e 50
KAROLO YA B: Metsotso e 30
KAROLO YA C: Metsotso e 40
10. Ngola ka mongolo o makgethe mme o balehang.

KAROLO YA A: TEKOKUTLWISISO**POTSO YA 1**

Potsong ena o nehilwe mefuta e mmedi ya ditema. Bala tema e nngwe le e nngwe ka hloko o nto araba dipotso tsohle tse hlahang tlasa tema ka nngwe.

Bala tema ena e latelang, mme ha o qetile o arabe dipotso tse e latelang.

TEMA YA A**MONONO O FETELLETSENG (OBESITI)**

- 1 Obesiti ke boemo boo motho a iphumanang a na le mafura a tloang tekano mmeleng wa hae. Sena se ka ba le ditlamorao tse bosula bophelong ba motho. Ha boima ba mmele wa motho bo le hodimo ka dikilogeramo tse 25 ho isa ho tse 30 ka hodima bophahamo ba mmele wa hae hothwe motho eo o *obese*. Mmuso o sebedisa dibilione tse ngata tsa tjelete matsholong a hlokomedisang setjhaba ka kotsi ya ho ja haholo empa batho ba ntse ba tswela pele ho ja ekare dijo di a baleha lefatsheng. 5
- 2 Mehlang ya kgale batho ba ne ba iketsetsa dijo ka matsoho a bona, ebile ba sa di tswake ka letho. Mehlang ena batho ba se ba iphumana ba ja dijo tse entsweng ka metjhini tse bileng di tswakilwe ka dikhemikhale hore di se bole kapele. Dikhemikhale tsena ke tsona tse etsang hore batho ba mehlang ena e be bomanoni. 10
- 3 Bophelo bo potlakileng bo seng bo phelwa matsatsing ana e ka ba bo bong ba bothata bo bakang monono bathong. Boholo ba batho ba tsohella mosebetsing e sa le ka madungwadungwane, mme ba kgutle ha letsatsi le se le inne nko mobung. Batho bana ha ba thole sebaka sa ho phehela malapa a bona dijo tse matlafatsang mmele kaha ba fihla lapeng e se e le bosiu le mokgathala o se o iphile matla. Batho bana ba tlameha maoto le matsoho ho ja dijo tsa motlaotutswe, mme sena se baka mathata. 15
- 4 Maemo a theknoloji a kang; tshebediso ya ditheleleshine, dikhomputara, diremoutu, metjhini e hlatswang diaparo le dijana, a na le seabo se seholo ho noneng ha batho kaha batho ha ba sa sebeta mesebetsi e thata haholo jwalo ka baholo ba rona. Baholo ba rona ba ne ba ithabisa ka dipapadi tse kwetlisang mmele tse kang kgati, mankokosane, lesokwana le tse ding. Ba ne ba hlatswa diaparo tsa bona ka matsoho, mme ba tsamaya leeto le le lelele ho ya kga metsi didibeng le dinokeng. Ba ne ba bile ba nka maeto a malelele ka maoto. Matsatsing a kajeno batho ba se ba eta ba dutse fatshe kaha ba sebedisa makoloi, difofane, diterene le tse ding. Sena se baka mathata. Ha motho a sa kwetlise mmele wa hae, ho thata hore a ka tjhesa mafura mmeleng wa hae. Bana ba shebellang ditheleleshine haholo ba iphumana ba na le bothata bona ba monono. 25
- 5 Diphuputso di bontshitse hore ha o sa robale hantle bosiu, menyetla ya hore o none haholo e menahana habedi ho feta batho ba robalang hantle bosiu. Ha o sa robale hantle, takatso ya hao ya dijo e ya eketseha, mme o iphumana o ja haholo nakong eo o ntseng o fadimehile. 35

- 6 Dijo tse nang le tswekere e ngata tse kang, dinomaphodi tse tshikgunyang, dipompong le dikuku ha di a loka. Sena se lebisitse ntlheng ya hore Mmuso o phahamise lekgetho la tswekere e le leano la ho thibela tshebediso e mpe ya tswekere. Ho latela diphuputso tse entsweng, batho ba ratang dijo tse tswekere ke bomme haholo ho feta bontate. Ke ka hoo re bonang boholo ba bomme bo nonne haholo ho feta bontate. Meriana e meng e ka ba le kgahlamelo e mpe mmeleng wa batho, ka baka la hore e na le tswekere e ngata e jwalo ka meriana e phekolang lefu la matshwafo. 40
- 7 Bo bong bothata bo ka bakwa ke lefutso, moo o tla fumana lelapa kaofela le lekana le ditlou. Ho nona haholo ho ka ba le ditlamorao tse bosula maemong a phedisano. Bana ba nonneng ho tlola tekanyo, ba shebahala ba le baholo haholo ho feta dithaka tsa bona, mme ba iphumana ba tlokwa ka dinako tsohle. Hangata ba a itshwabela, mme ba ba le boitshepo bo tlase. Ha ba kgone ho tsitsa dikamanong tsa bona tsa marato. Setjhaba se boetse se eketsa mathata ka ho ba kgesa, ba ba kgelle fatshe le ho ba reha mabitso a ba nyenyefatsang. 45
- 8 Bothata bo bong ke ba hore batho ba mofuta ona ba botswa ka tsela e nyekisang dipelo. Ha e le bana, ba tswafa le ho bapala le bana ba bang kaha ba imelwa ke mmele ya bona. Batswadi ba bana ba jwalo le bona ha ba thuse hobane ha ba ba kgothalletse ho ba le seabo dipapading. 50
- 9 Ke mafu a mangata a amanngwang le ho nona haholo. Ditsebi di bontsha hore bongata ba batho ba nang le bothata ba mafu a pelo ke bao ba neng ba nonne haholo ha e ne e le bana. Menyetla ya mafu a ka reng a tswekere le a mang e menahana habedi ho batho ba nonneng haholo ho feta ba itekanetseng mmeleng. Se ka etswang ho thibela kgodumodumo ena e qetileng setjhaba ke ho nyantsha masea ho fihlela a ba le dilemo tse 2. Bana ba tsholelwe dijo tse lekaneng hantle feela, ba behelwe nako ya ho shebella thelebishene, ba fuwe dijo tse matlafatsang mmele, mme ba ikwetlise ka nako tsohle. 55

[Tema ena e qotsitse le ho lokiswa ho tswa ho google]

1.1 TADIMA MOLA WA 1.

Hlalosa hore monono o fetisang tekano (obesiti) ke eng. (2)

1.2 Nehelana ka mabaka A MABEDI a etsang hore motho a iphumane a nonne ho feta tekano. (2)

1.3 Kgetha karabo e nepahetseng ho feta tse ding. Ngola tlhaku feela A–D.

TADIMA MOLA WA 19.

Motlaotutswe ke dijo tse ...

A thumisitsweng ka lejwe.

B butswitseng haholo.

C rekilweng lebenkeleng.

D theko e tlase haholo. (1)

1.4 TADIMA SERATSWANA SA 2.

Phapano ke efe pakeng tsa dijo tse neng di jewa mehleng ya kgale le tse seng di jewa matsatsing a kajeno? (2)

1.5 TADIMA SERATSWANA SA 7.

Fana ka ditlamorao TSE PEDI tse bosula tse bakwang ke monono maamong a phedisano. (2)

1.6 Ke hobaneng ha moleng wa 59 ho thwe motswetse o lokela ho nyantsha lesele la hae ho fihlela le e ba le dilemo tse pedi? (2)

1.7 Hlalosa hore lentswe lena 'kgodumodumo' moleng wa 59 le matlafatsa moelelo wa seo ho buuwang ka sona jwang. (2)

1.8 TADIMA MOLA WA 45.

Ke ka lebaka la eng ha bana ba nonneng ho feta tekano ba tlokwa ke dithaka tsa bona? (1)

1.9 Ebe ke ntlha kapa ke mohopolo hore batho ba nonneng ba hloka boitshupo ebile ba a itshwabela? Tshehetsa karabo ya hao ka lebaka. (2)

1.10 Bolela hore polelo e latelang ke nnete kapa mafosi, o be o fane ka lebaka la karabo ya hao.

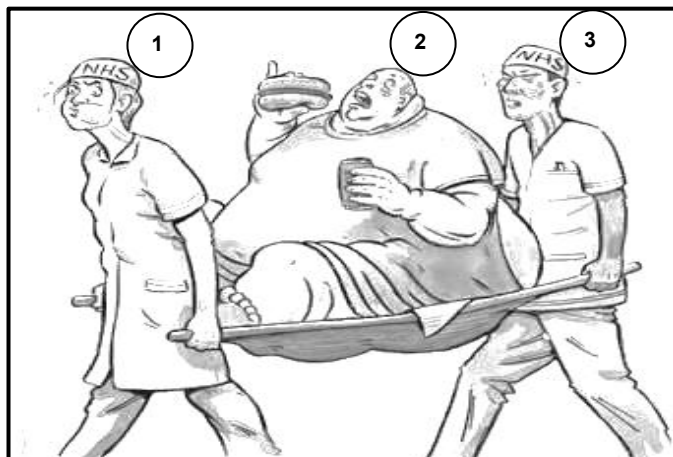
Batho ba nonneng ho feta tekanyo ba na le metswalle e mengata haholo. (2)

1.11 Na o nahana hore leano leo mmuso o lekang ho laola tshebediso ya tsekere ka lona le ka atleha ho fokotsa obesithi? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

TEMA YA B



Boha tema ena e latelang, mme ha o qetile o arabe dipotso tse e latelang.



[Tema ena e qotsitse le ho lokiswa ho tswa ho google]

1.12 Maemo ana ao monna wa 2 a iphumanang a le ho ona a bakwa ke eng? Fana ka ntlha E LE NNGWE feela. (1)

1.13 Bolela ntho E LE NNGWE e bontshang hore monna ya nomorilweng 2 o imela banna bana ba mo jereng. (1)

1.14 Ho tshwara sejo le senomaphodi ha motho ya nomorilweng 2 le kamoo a ahlameng kateng, ho re bolella eng ka maikutlo a hae? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

- 1.15 Ho ya ka tjebo ya hao, o ka re motho ya nomorilweng 1 le ya nomorilweng 3, ba sebetsa mosebetsi ofe? Tshehetsa karabo ya hao. (2)
- 1.16 Hlalosa hore ebe ditaba tsa setshwantsho sena di tshehetsa molaetsa wa tema ya A ka mokgwa o jwang. (2)
- 1.17 Ebe monna ya nomorilweng 2 o lemoha kotsi eo a leng ho yona? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

MATSHWAO OHLE A KAROLO YA A: 30



KAROLO YA B: KGUTSUFATSO**POTSO YA 2**

Bala ditaba tsa tema e latelang, ebe o di kgutsufatsa ka ho ngola ka seratswana se momahaneng moo o hlalolang seo motho a ka se etsang ho laola kgalefo ya hae.

ELA HLOKO

O lebeletswe ho etsa tse latelang:

1. Kgutsufatso e be ya mantswe a sa feteng 90.
2. Dintlha e be TSE SUPILENG tse jereng mohopolo wa sehlooho.
3. Ngola ka mokgwa wa seratswana se momahaneng.
4. Bontsha palo ya mantswe ao o a sebedisitseng qetellong ya kgutsufatso ya hao.

TEMA YA C**SEO MOTHO A KA SE ETSANG HO LAOLA KGALEFO YA HAE**

Ho halefa ke ntho e tlwaelehileng bophelong bona boo re bo phelang empa taba ya bohlokwa ke ho sebetsana le ho halefa ka tsela e lokileng le e amohelehileng. Ho halefa ho sa laoleheng ho ka ba le ditlamorao tse bosula bophelong le dikamanong tsa motho. Ha motho a halefile ho ba bobebe ho yena ho bua mantswe ao hamorao a tlang ho itshola hore o ne a a buelang. Ke kahoo motho a lokelang ho nahana pele a bua ntho eo a tlang ho ikwahlaya hamorao.

Ha kgalefo e se e kokobetse, ntsha maikutlo a hao ka se o halefisitseng o phodile ntle le ho utluisa batho ba bang bohloko kapa hona ho leka ho ba laola. Boikwetliso bo ka o thusa ho fokotsa kगतello ya maikutlo e lebisang hore motho a halefe. Ikwetlise ka ho tsamaya, ho matha kapa hona ho tola. Iphe nako ya ho dula o le mong o imamele. Ka ho etsa jwalo, o tla be o suthile pela se o halefisitseng. Sena se etsa hore o iphe sebaka sa ho kokobetsa bohale ba hao.

O se ke wa tsepamisa maikutlo a hao ho se o halefisitseng empa o leke ho fumana tharollo ya se o halefisitseng. Ha metswalle ya hao e seba ka wena, tloha pela yona o ipatlele metswalle e tla o utluisisa. Ha o halefile, moya oo o o hemang o mongata ho feta moya oo o o ntshang matshwafong. Bohlale ke hore nakong eo o iphumanang o halefile haholo, o leke ho ntsha moya o mongata matshwafong ho feta oo o o hemang. Hona ho tla theola bohale ba hao kapele le ho thibela lefu la pelo kapa la kगतello ya madi.

Ha o dula o halefa kamehla, o tlamehile ho tseba hore bothata ke ba hao. O tlamehile ho batla thuso ho motho ya ka o thusang ho laola bohale ba hao. O ka ya ho moruti, mosebeletsi wa setjhaba kapa motho eo o tlang ho phutholoha ha o bua le yena. Ha re ka latela mehato ena re ka iphumana re kgona ho fokotsa dikotsi le dipolayano tse sa hlokahaleng tse bakwang ke kgalefo ya motsotsonyana feela.

[Tema ena e qotsitswe le ho lokiswa ho tswa ho [google](http://google.com)]

KAROLO YA C: DIBOPEHO TSA PUO LE DITLWAELO TSA TSHEBEDISO YA PUO

POTSO YA 3: PAPATSO

Bala le ho boha papatso ena e latelang e be o araba dipotso tse thehilweng hodima yona.

TEMA YA D

IKGWANTLELLE
Mmampodi ho tsa ho risaekela.

Na o hloka tjehele ka potlako?
Re hloka mabekere, mabotlolo le dipolasetiki bakeng sa ho risaekela.
E BA MOHIRI WA HAO!



Boloka tikoloho ya heno e hlwekile.
Re lata dintho tse risaekelwang ntle le ho o lefisa.
Mopotso ke o kgotsofatsang
✉ 23 DITADING 3210
☎ 058 234 2343

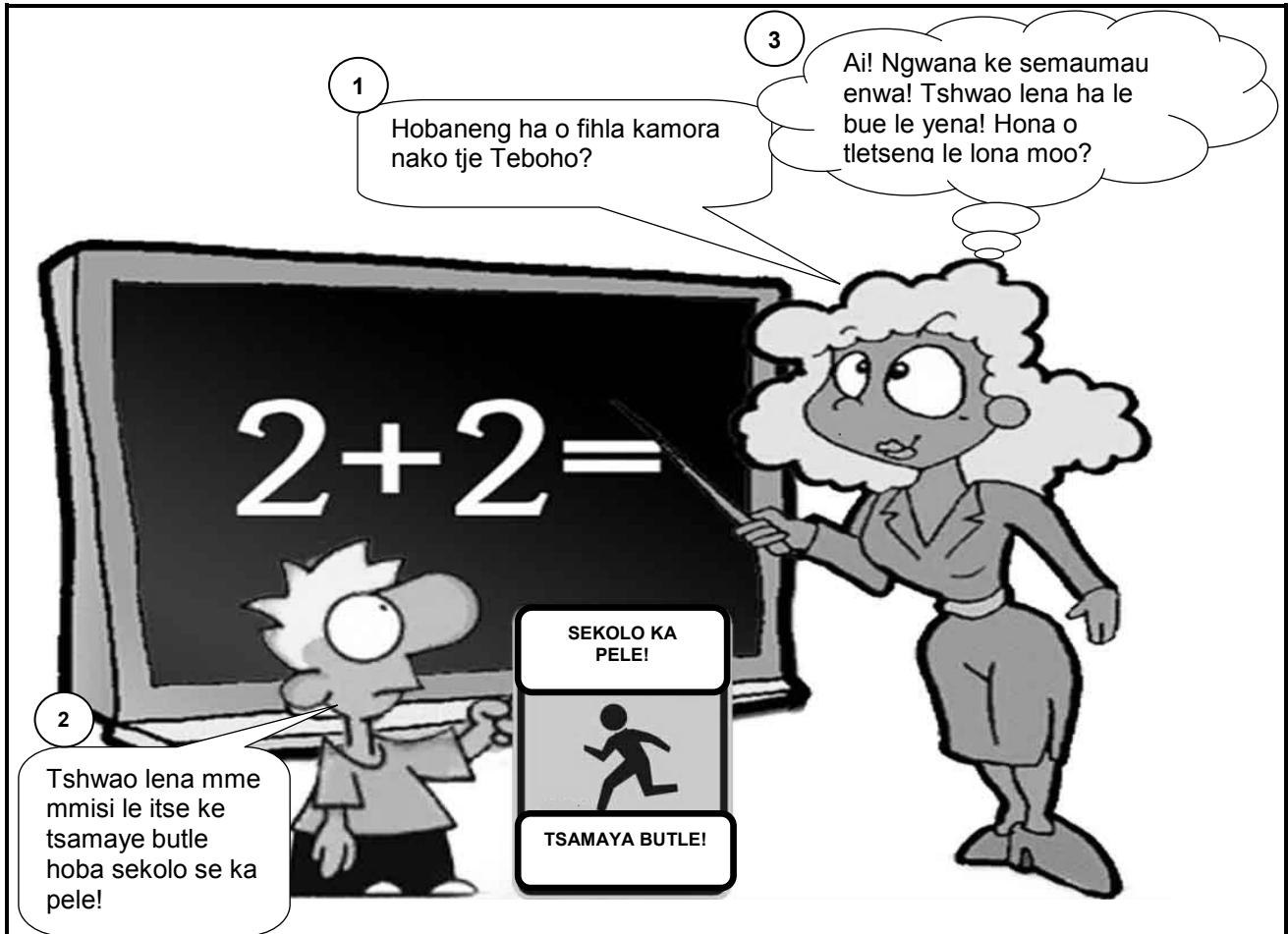
[E qotsitse le ho lokisetwa tlhahlobo ho tswa ho [google](https://www.google.com)]

- 3.1 Hlalosa hore matshwao a takilweng meqomong a emetse eng. (1)
- 3.2 Bolela hore papatso ena e reretswe batho bafe. (1)
- 3.3 Polelo ena 'Eba mohiri wa hao' e susumetsa motho eo papatso e reretsweng yena ka tsela e jwang? (2)
- 3.4 Maikutlo a iponahatsang difahlehong tsa batho ba hlahellang papatsong ena a re senolela eng ka seo ba se etsang? Tshehetsa karabo ya hao. (2)
- 3.5 Hlalosa hore emfologo le founu tse hlahellang papatsong di tshehetsa jwang molaetsa wa papatso ena. (2)
- 3.6 Na o bona mokgwa oo wa ho risaekela o ka tswela batho molemo? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

[10]

POTSO YA 4: KHATHUNU

Bala le ho boha khathunu ena e latelang e be o araba dipotso tse thehilweng hodima yona.

TEMA YA E

[Setshwantsho se qotsitse le ho lokisetswa mosebetsi ona ho tswa google]

- 4.1 Ke eng e bontshang hore diketsahalo tsa tema ena di etsahalla sekolong? (1)
- 4.2 Mantswe ana 'Sekolo ka pele' le 'Tsamaya butle' a reretswe bomang hantlentle? Tshehetsa karabo ya hao. (2)
- 4.3 Hlalosa keketeheho e ikutlwahatsang khathunung ena. (2)
- 4.4 Ho ya ka wena ke ka lebaka la eng ha mantswe a nomorilweng 3 a kentswe ka hara pudulwana e sa tshwaneng le tse ding? Hlalosa ka botlalo. (2)
- 4.5 Kgetha karabo e nepahetseng ho feta tse ding. Ngola tlhaku feela A–D.
Mantswe a reng 'Sekolo ka pele' a atisa ho fumanwa ...
- A hekeng ya sekolo moo bana ba kenang teng.
B moo bana ba sekolo ba bapallang teng.
C ha o ya o tobane le moo sekolo se leng teng.
D moo bana ba sekolo ba tshelang mmila teng. (1)
- 4.6 Na ke ntho e amoheleng hore titjhere a nahane mantswe a kang ana; 'Ai! Ngwana ke semaumau enwa'? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

[10]

POTSO YA 5: TEMA YA PROSA

Bala tema ena e be o araba dipotso tsa thutapuo le tshebediso ya puo tse botsitsweng hodimo yona.

TEMA YA F

1	Batho ba bangata ha ba hloleha boitekong ba bona, ba akgela marapo, mme ba nyahama dipelo ba itlohelle feela. Motho wa bona o bona eka seo a neng a se leka ha se ntho eo a ka e kgonang. Eo ha se yona tsela e isang katlehong. Maele a jwalo ka ana 'Moketa ho tsoswa o itekang' a sebedisetswa ho tshehetsa batho ba se nang mamello ho seo ba se etsang.	5
2	Batho ba bangata ba hloka mamello le tiisetso ya ho fihlella sephetho se hloka lebelong, ba tsamaya ba sala e le mehoola feela tseleng. Ba fihlellang sehlohlo thutong ke ba seng bakae ha re bapisa le bongata boo ba ileng ba simolla le bona sethathong.	
3	Hopola hore ha o jetse tshimo ya hao, ha o lebelo ho kotula seo o se jetseng letsatsing leo empa o tla kotula seo o se jetseng ka mora hore o sebetse ka thata le ka boitelo ka nako e telele. Motho e ka kgona a itele pele hore katleho e be teng. A ikakgele ho seo a se ratang ka setotswana, a sa natse letho la tse tla mo hlahela tseleng e isang katlehong. Dintho tse tla mo hlahela tseleng ena ke tsona tse tla mo hlwesa leri ho ya katlehong hobane di tla mo ruta mefokolo ya hae le ho tseba moo a lokelang ho hlephisa le ho tiisa teng. Tiisetso e hlahisa tsebo le ho hlalefisa motho ebile e mo ruta mahlale. E tswala maikemisetso a tiileng mosebetsing le maikemisetso a sebele a sa thekeseleng.	10 15
[E qotsitswe le ho lokiswa ho tswa bukeng ya <i>Monokotshwai</i> , J.J Moiloa, 1985 :23]		

- 5.1 Hlalosa hore moelelo o otlohileng wa polelo ee 'ho akgela marapo' moleng wa 1 ke ofe. (2)
- 5.2 Maele ana; 'Moketa ho tsoswa o itekang' a sebedisetswe ka sepheo sefe temeng ee? (2)
- 5.3 Tshebediso ya lentswe lee 'mehoula' e matlafatsa jwang se bolelwang ke mola wa 7? (2)
- 5.4 Na o bona ho hlokeha hore mongodi a sebedise polelo ena 'ha o jetse tshimo ya hao, o se lebelo ho kotula seo o se jetseng letsatsing leo ...', moleng wa 10? (2)
- 5.5 Polelo e latelang e hlahella e le ntlha ho tswa temeng:
'Tiisetso e hlahisa tsebo le ho hlalefisa motho ebile e mo ruta mahlale.'
Ho ya ka wena, na ho nepahetse ho ananela polelo e kahodimo e le ntlha ho tswa kamoo e sebedisitsweng kateng temeng? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

[10]

MATSHWAO OHLE A KAROLO YA C: 30
MATSHWAO OHLE A PAMPIRI ENA: 70