



E hlabolotswe e
bile e tsamaelana
le diCAPS

Sehlopha sa

ISBN 978-1-4315-0236-3



LIFE SKILLS IN SESOTHO
GRADE 1 – BOOK 1
TERMS 1 & 2
ISBN 978-1-4315-0236-3
7th Edition
THIS BOOK MAY NOT BE SOLD.

Dibukatshebetso tse teng mosebetsing ona
ke tse latelang:

- Puo ya lapeng/Ho bala le ho ngola sehlopa 1 – 6
(Ka dipuo tsohle tsa semmuso)
- Mmetse Sehlopa 1 – 3
(Ka dipuo tsohle tsa semmuso)
- Mmetse Sehlopa 4 – 9
(Ka Senyesemane le seAfrikaans)
- Thuto ya tsa bophelo Sehlopa 1 – 3
(Ka dipuo tsohle tsa semmuso)



Bokgoni ho tsa Bophelo ka SESOTHO

Buka ya 1
Kotara ya 1&2

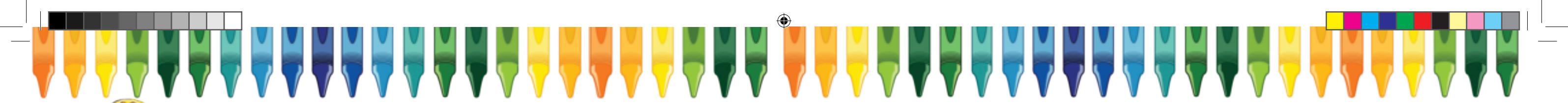


Lebitso:

Phaposi:



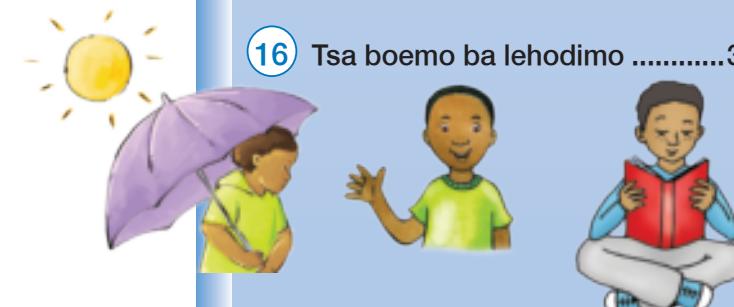
basic education
Department:
Basic Education
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA



lenaneo

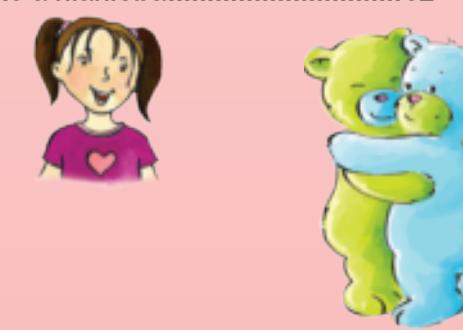
Kotara 1 Leqephe

- 1** Ditaba ka nna 2
- 2** Mebala le meqoqopelo 4
- 3** Re kgethehile kaofela 6
- 4** Bohle re fapane 8
- 5** Bina pina 10
- 6** Ke motlotlo ka sekolo sa heso 12
- 7** Dibaka tse fapaneng 14
- 8** Phaposi ya heso 16
- 9** Ka moo re yang sekolong ka teng 18
- 10** Ke dula ke hlwekile 20
- 11** Ke dula ke hlwekile 22
- 12** Ke hlwekile 24
- 13** Tlwaelo tsa bophelo bo botle 26
- 14** Bohlweki le makgethe 28
- 15** Boemo ba lehodimo boo ke bo ratang 30
- 16** Tsa boemo ba lehodimo 32



Kotara 2 Leqephe

- 17** Lapa leso 34
- 18** Lapa leso 36
- 19** Re a hlokamelana 37
- 20** Ho bontsha hore o a tsotella 38
- 21** Boipaballo malapeng (1) 40
- 22** Boipaballo ka hare le ka ntle ho malapa (2) 42
- 23** Polokeho ha ke le mong lapeng 44
- 24** Se seng hape ho hopolwa 46
- 25** Mmele wa ka 48
- 26** Ditho tsa kutlo tsa ka 50
- 27** Ho tsitsinya mmele 52
- 28** Ho nahana ka polokeho 54
- 29** Ho bolokeha 56
- 30** Ho boloka mmele wa ka o phetse hantle 58
- 31** Ho boloka mmele wa ka o phetse hantle 60
- 32** Re a hlahloba 62



Mofumahadi Angie
Motshikga, letona
la Lafapha la Thuto
ya Motheo



Mong. Enver Surty,
Motlatso wa Letona la
Thuto ya Motheo

Dibuka tsena tsa tshebetso di etseditswe bana ba Afrika Borwa tlasa boetapele ba Letona la Thuto ya Motheo, Mof. Angie Motshikga, mmoho le Motlatso Letona la Thuto ya Motheo, Mong. Enver Surty.

Dibuka tsa tshebetso tsa Rainbow di bopa karolo ya Lefapha la Thuto ya Motheo, ya thuso e reretsweng ho netefatsa tshebetso ya baithuti ba Afrika borwa dikereiting tse qalang tse tsheletseng. Jwaleka e nngwe ya dintlhla tsa bohlokwa tsa Moralo wa Tshebetso ya Mmuso, projeke ena e etsahetse ka tshehetso ya letlole la Polokelo la Setjhaba. Sena se entse hore Lefapha le etse dibuka tsena tsa tshebetso ka dipuo tsohle tsa semmuso, ntle le tefello ya letho.

Re tshepa hore, matitjhere a tla fumana dibuka tsa tshebetso di le bohlokwa mosebetsing wa bona wa letsatsi le letsatsi, le ho etsa bonnate ba hore baithuti ba bona ba etsa kharikhulamo yohle. Re nkile boikarabelo ba ho tataisa titjhere mosebetsing ka enngwe le enngwe ya mesebetsi, ka ho kenyelletsa motshwao a bontshang hore na seo barutwana ba tshwanelang ho se etsa ke sefe.

Re a kgolwa hore bona ba tla natefelwa ke ho sebetsa ka buka ena ha ba ntse ba hola le ho ithuta, le hore wena titjhere, o tla natefelwa mmoho le bana.

Re le lakalletsa katleho ho sebediseng dibuka tsena tsa tshebetso.



Published by the Department of Basic Education
222 Struben Street
Pretoria
South Africa

© Department of Basic Education
Seventh edition 2017

ISBN 978-1-4315-0236-3
This book may not be sold.

The Department of Basic Education has made every effort to trace copyright holders but if any have been inadvertently overlooked the Department will be pleased to make the necessary arrangements at the first opportunity.

Sehlopa sa

1



Bokgoni ho tsa
Bophelo ka SESOTHO
Buka ya I



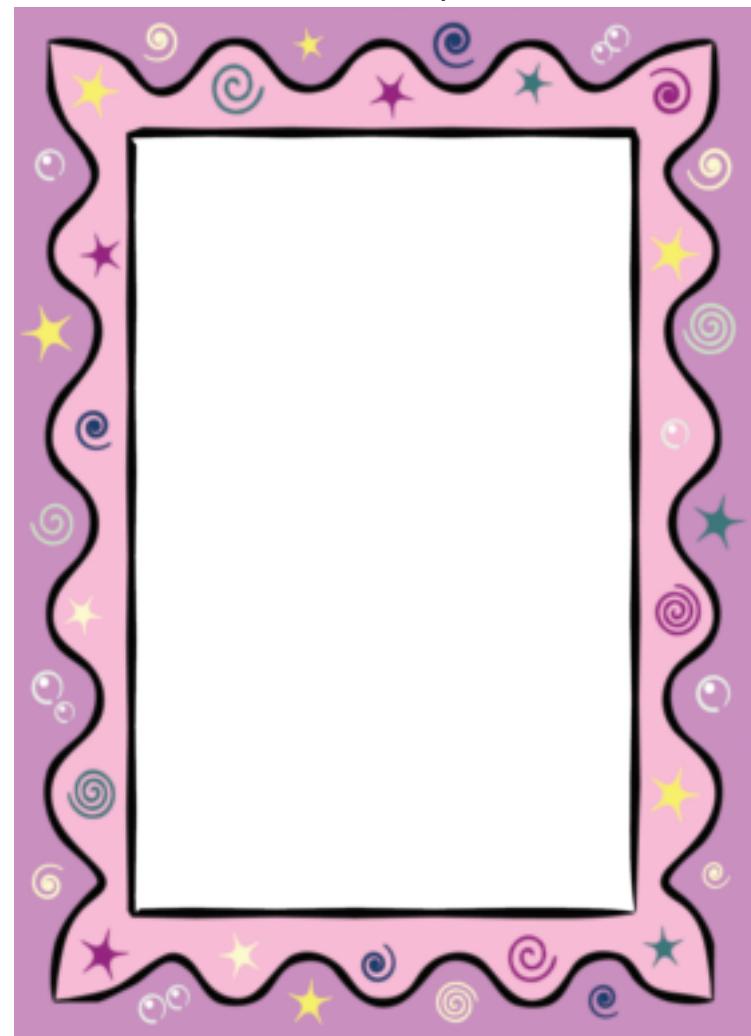
Buka ena ke ya:



1

Ditaba ka nna

Kotara ya I – Bekē ya I – Leqephē la mosebetsi



Ha re etseng

Kgomaretsa senepe sa hao
kapa o etse setshwantsho sa
senepe seo.



Lebitso la ka ke



Fane ya ka ke

Ke dilemo di _____.

Lapeng leso re _____ ka
palo.

Nomoro ya mohala
wa heso ke:

Aterese ya heso ke:



Ke tseba letsatsi la ka la tswalo.

ee

ha ke na
bonnete

tjhe

2

Letsatsi:.....



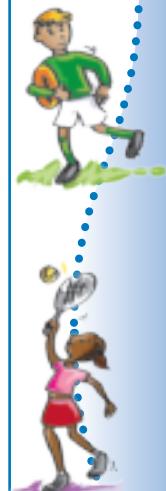
Ha re etseng ditshwantsho



Tshepo o tseba ho bapala bolo.



Etsa setshwantsho sa ntho eo o e etsang hantle.

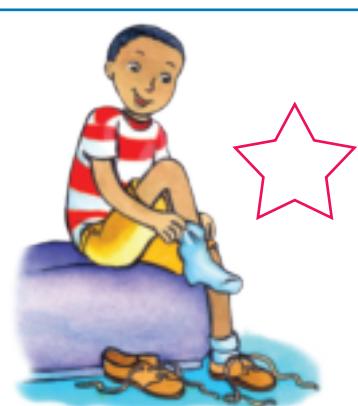


Bolella motswalle wa hao ka seo o ka se etsang hantle. Jwale kgabisa naledi ka lebokoseng le nepahetseng ho bontsha hore o ka etsang.

Ha re bueng



Ke tseba ho bala.



Ke tseba ho ikapesa.



Nka ngola lebitso la ka.



Ke tseba ho qoqopela.



Ke tseba ho etsa tee.



Nka hlatswa meno a ka.

Teacher:
Sign:
Date:

Mebala le meqoqopelo



Ha re etseng

Na o tseba mebala ena?
Boella motswalle wa hao
mabitso a mebala ena.



Kgabisa setshwantsho se seng le se seng ka mmala o nepahetseng.

Panana e tshehla	Apole e kgubedu	Jeresi e bolou
Sekgele se mebalabala	Lamunu e mmala wa lamunu	Lehlaku le letala



Ha re ithapolleng

Pele o etsa eng kapa eng kantle , ikotlolle jwaloka ka katse. Sena se tla etsa ho be bonolo hore mmele wa hao o tsitsinyeho. Ikotlolle hape ha o se o qetile ho kokobetsa mmele le ho o phodisa. Sena se tla thusa mesifa ya hao hore e se be bohloko. Jwale etsa se etswang ke bana bana.



Bina "Hloho le mahetla" ha o ntse o:

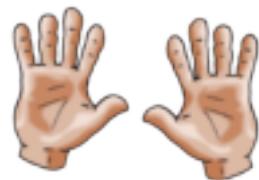
- etsa e ka o bapala meropa.
- etsa e ka o bapala katara.





Tlotlontswe

Opa diatla dipateroneng
tse latelang.



Opa Opa Opa Opa

Opa Opa Opa Opa

Opa Opa Opa Opa

Opa Opa Opa Opa Opa



Ha re etseng

Na o ka etsa dintho tsena? Bontsha metswalle ya hao.

Nka matha ka nqa tse fapaneng ke sa thule motho.			
Nka tlola kgati.			
Nka thetela motswalle wa ka bolo e kgolo.			



Re kgethehile kaofela



Sheba setshwantsho o bolelle
motswalle wa hao phapang
pakeng tsa bana bana.



Kgolo le nyenyane

Ba bang ba baholo, ba bang ba rona ba banyenyane.

Ba bang ba rona ba balelele, ba bang ba
bakgutshwanyane.

Ba bang ba rona ba ka tlola, ba bang ba ka bina.

Bohle re na le bokgoni ba ho etsa dintho tse ntle.

Ke eng seo o ka se etsang hantle?



Boella motswalle wa hao hore o ikutlwile
jwang tsatsing la hao la pele sekolong.

thabile	lla	thabile haholo	halefile	dihlong



Taka setshwantsho ho **bontsha hore o ka ikutlwia jwang** ha e mong a ka o neha
sebapadiswa se setjha. Ngola maikutlo ao sekgeong se ka tlaase ho setshwantsho.



Ha re bueng

Bolella motswalle wa hao hore ho etsahalang setshwantshong se seng le se seng. Bolela hore o ka ikutlwajwang ha dintho tseña di etsahala ho wena. Taka sefahleho se nepahetseng.



Moshanyana e moholo o nka dintho tsa hao.

thabile	thabile haholo	lla

Wena le motswalle wa hao le bapala mmoho.

halefile	thabile	tshohile



O bula mpho.

O emisa e mong	thabile haholo	dihlong

Abuti wa hao kapa ausi wa hao o tjhwatla ntho ya hao ya ho bapala eo o e ratang haholo.

dihlong	thabile	halefile



Ha re etseng

Etsa Kgatiso ya monwana lebokoseng la pele, kopá motswalle wa hao hore a etse kgatiso ya monwana lebokoseng le latelang.

Na o a tseba hore ha ho motho lefatsheng ya nang le kgatiso ya monwana e tshwanang le ya hao? O kgethehile hoo e leng **wena** fela lefatsheng, le mawelana le ona ha a na kgatiso ya menwana e tshwanang.

--	--

Na o a bona hore dikgatiso tsa menwana di fapané?



Bohle re fapane

Kotdara ya 1 – Beko ya 2 – Leqephé la mosebetsi



Ha re bueng

Sheba bana bana.
Ba tshwana jwang?
Ba fapane jwang?



Ha re etseng

Sheba ditshwantsho mme o bolele hore dipolelo tsena ke nnete
kapa tjhe.
Tlotsa dipolelwana tse nepahetseng ka mmala o motala.
Tlotsa polelwana tse seng nnete ka mmala o mokgubedu.



Kaofela ha bona ba na le matsoho a
mabedi le maoto a mabedi.



Ke banana kaofela.

Ba rwetse dieta kaofela.



Ba apere marikgwe kaofela.

Ke bana kaofela.



Ba na le moriri o molelele kaofela.



Ha re etseng ditshwantsho

Etsa setshwantsho sa hao sebakeng sa pele, ebe o etsa setshwantsho sa motswalle wa hao wa hloho ya kgomo. Ha o qeta ho etsajwalo sheba ditshwantsho o bolele hore o fapane jwang le motswalle wa hao.

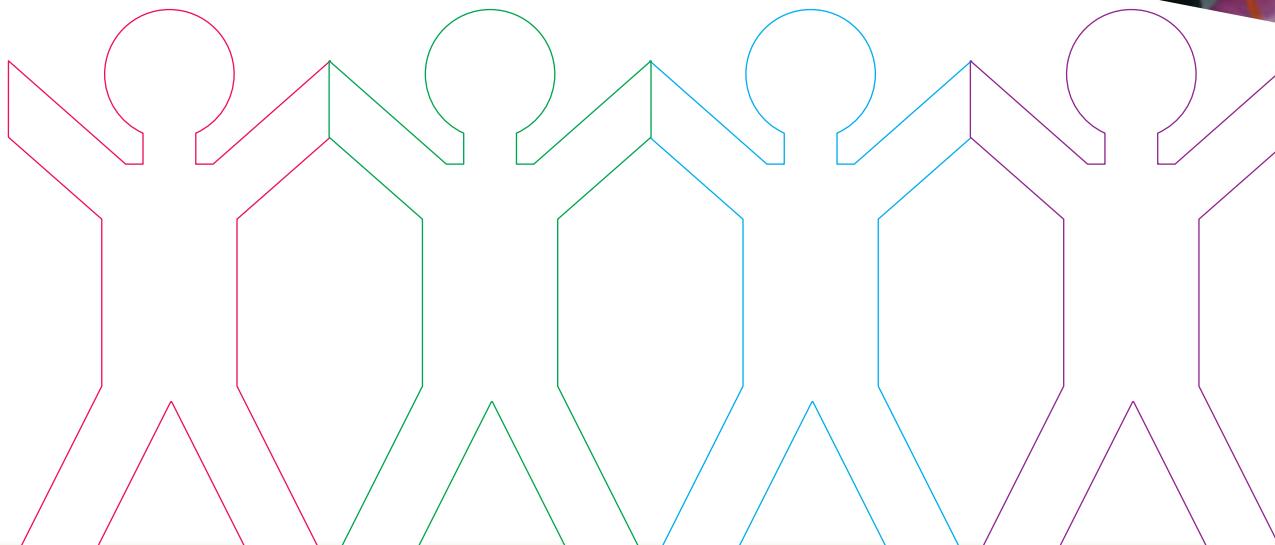


Nna	Motswalle wa ka



Ha re ithapolleng

Khalara ketane ena ya setswalle ho bontsha hore bohole ba fapane. Ha o qetile sena seha ketane ena ya setswalle mme wa e kgabisa e karolong ya disehwa bukeng ena.



Bina pina

Kotara ya | – Beke ya 3 – Leqephé la mosebetsi

Hare bueng

Pele o bina, ithapolle ka mokgwa o latelang.
Hemela ka hare le ka ntle butle. Etsa e ka o budula
dikere se kukung ya hao ya tsatsi la tswalo. Etsa e ka o
hatsetse, e be o re "Brrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrrr".



Ditshwenyane tse nyenyane tse hlano

Ditshwenyane tse tse hlano di tlola tlola hodima bethe

E le nngwe ya wa ya otlanya hlooho fatshe

Mme a bitsa ngaka, ngaka ya re

"Ha ho sa na ditshwenyane tse tla tlola tlola hodima bethe"



Ditshwenyane tse tse nne di tlola tlola hodima bethe

E le nngwe ya wa, ya otlanya hlooho fatshe

Mme a bitsa ngaka, ngaka ya re

"Ha ho sa na ditshwenyane tse tla tlola tlola hodima bethe"



Tshwenyane tse tse tharo di tlola tlola hodima bethe

E le nngwe ya wa ya otlanya hlooho fatshe

Mme a bitsa ngaka, ngaka ya re

"Ha ho sa na ditshwenyane tse tla tlola tlola hodima bethe"



Ditshwenyane tse tse pedi di tlola tlola hodima bethe

E le nngwe ya wa, ya otlanya hlooho fatshe

Mme a bitsa ngaka, ngaka ya re,

"Ha ho sa na ditshwenyane tse tla tlola tlola hodima bethe"



Tshwenyane e tlola tlola e le nngwe hodima bethe

Ya wa ya otlanya hlooho fatshe

Mme a bitsa ngaka, ngaka ya re,

"Ha ho sa na tshwenyane e tla tlola tlola hodima bethe"





Ha re etseng ditshwantsho

Taka sefahleho sa hao.

Bontsha mahlo a hao, ditsebe, nko, molomo le moriri.

Borella metswalle ya hao hore o shebahala jwang.



Ha re ithapolleng

Etsang tselana e
tshireletsang kantle ho
tletlase ya lona jwaloka ena le
thuswa ke titjhore ya lona.

Tlola ho tloha setulong sena
ho ya ho se seng.

Kgasa ka tlasa tafole.



Teacher:
Sign:
Date:

Ke motlotlo ka sekolo sa heso

Kotara ya 1 – Beké ya 4 – Leqephé la mosebetsi



Etsa setshwantsho sa hao
o apere diaparo tsa sekolo.
Tlatsa dikgeo ka dikarabo.

Ke kena sekolo

_____.

Lebitso la titjhere ya ka ke

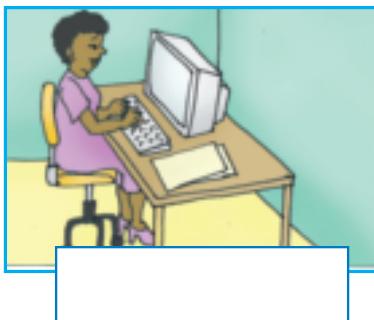
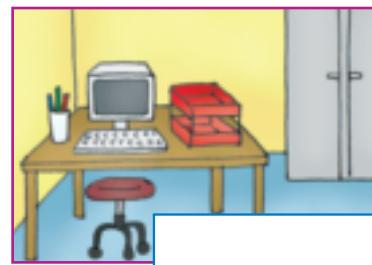
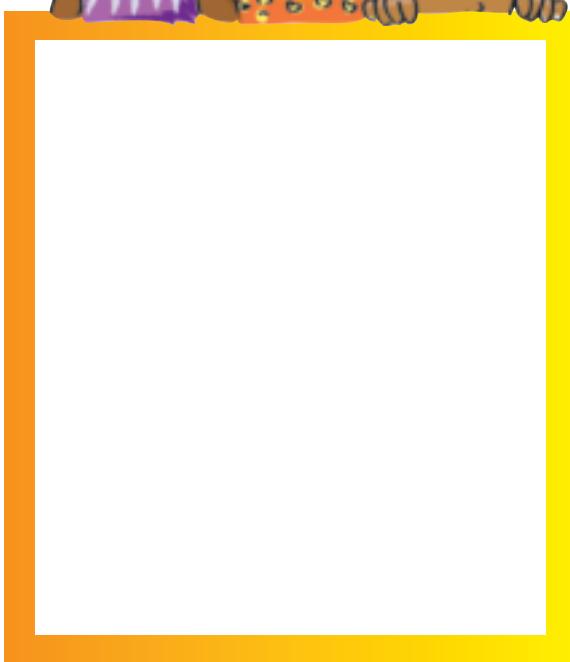
_____.

Mosuwehlooho wa sekolo ke

_____.



Tadima ditshwantsho.
Jwale seha lentswe le
nepahetseng bakeng sa
setshwantsho ka seng
mme o se mamarisetse
thoko ho setshwantsho.



lebaleng la
dipapadi

tlelaseng

phaposi ya
mosebetsi

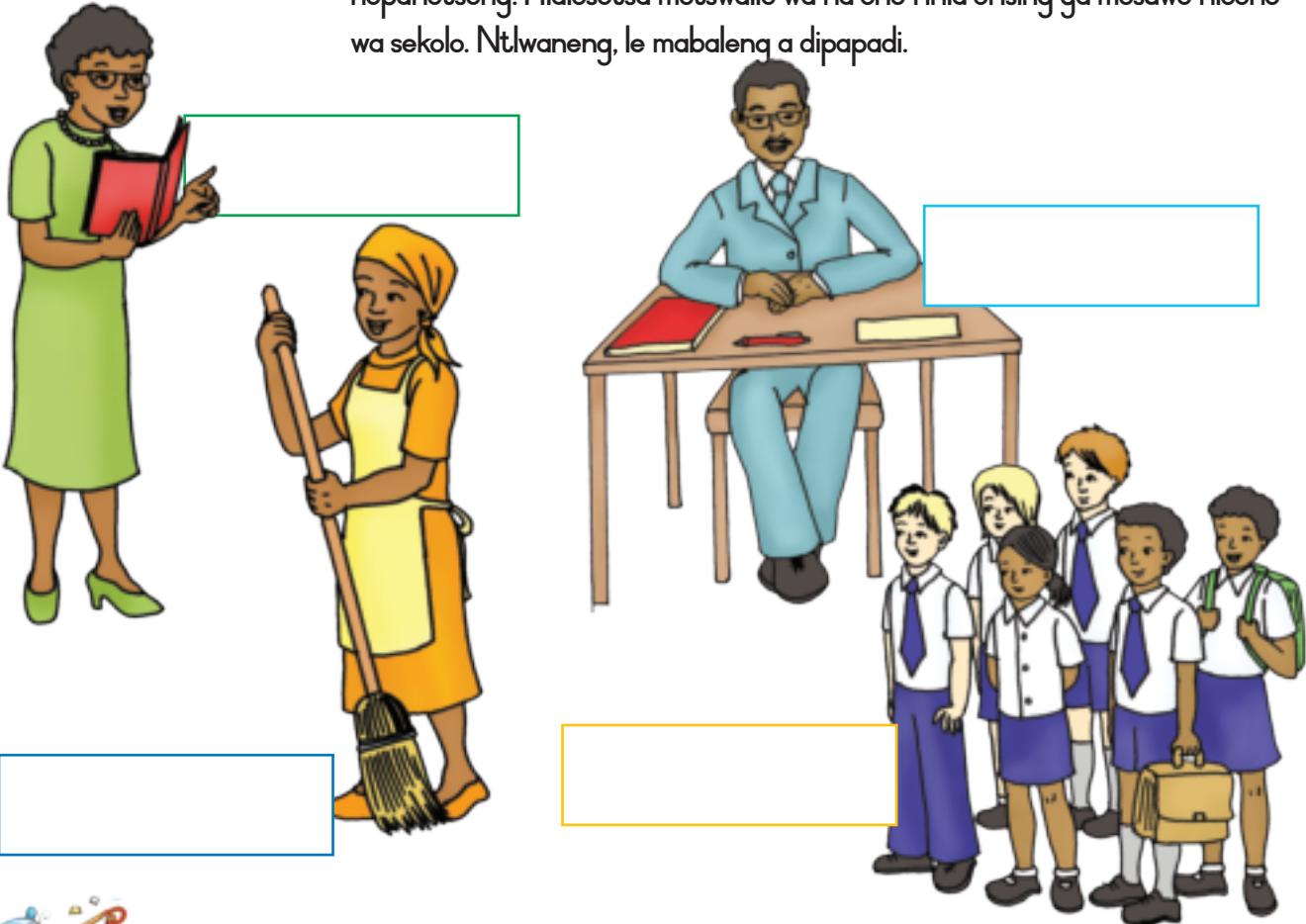
mothusi wa
mosuwehlooho

phaposi ya ho
apara



Ha re ngoleng

Ke batho bafe ba fapaneng sekolong? Tadima setshwantsho mme o bue ka hore ke bo mang mme ba etsang. Jwale seha lentswe le nepahetseng qetellong ya leqephe mme o se mamari setse thoko ho setshwantsho se nepahetseng. Hlalosetsa motswalle wa ha oho fihla ofising ya mosuwe hlooho wa sekolo. Ntlwaneng, le mabaleng a dipapadi.



Tlotlontswe

Pensele ya Thabo e wetse fatshe. Bala hore na o na le dikerayone tsa dipensele tse kae, ebe o ngola nomoro lebokoseng. Jwale, pampiring e nngwe, taka setshwantsho o sebedisa mebala e kganyang, ho bontsha kamoo wena le motswalle wa hao le bapalang mmoho.



bana

motho ya hlwekisang

titjhhere

mosuwehlooho



Dibaka tse fapaneng

Kotara ya 1 – Bekə ya 4 – 5 – Leqephə lə mosebetsi



Ha re etseng

Bontsha motswalle wa hao hore o ho kae.

Ipata tlasa ntho e nngwe.



Ipata ka mora ntho e nngwe.



Ke ipatile tlasa tafole.



Ema pela ntho e nngwe.



Ema hodima ntho e nngwe.



Ha re ithapolleng

- Sebedisa bolo. E lahlela hodimo ebe o a e tshwara.
- Tsepamisa mokotlana wa dinawa hlohong ya hao o tsamaye butle.
- Jwale rwala mokotlana wa dinawa, o ntse o tsamaya hodima balaka e tsepaneng fatshe kapa mola o fatshe.

Nka lahlela bolo.				
Nka kapa bolo.				
Nka tsepamisa mokotlana wa dinawa hlohong ya ka.				



Ha re ithapolleng

Hata ka maoto ho latela.

L = Leqele



T = Tona



Teacher:
Sign:
Date:

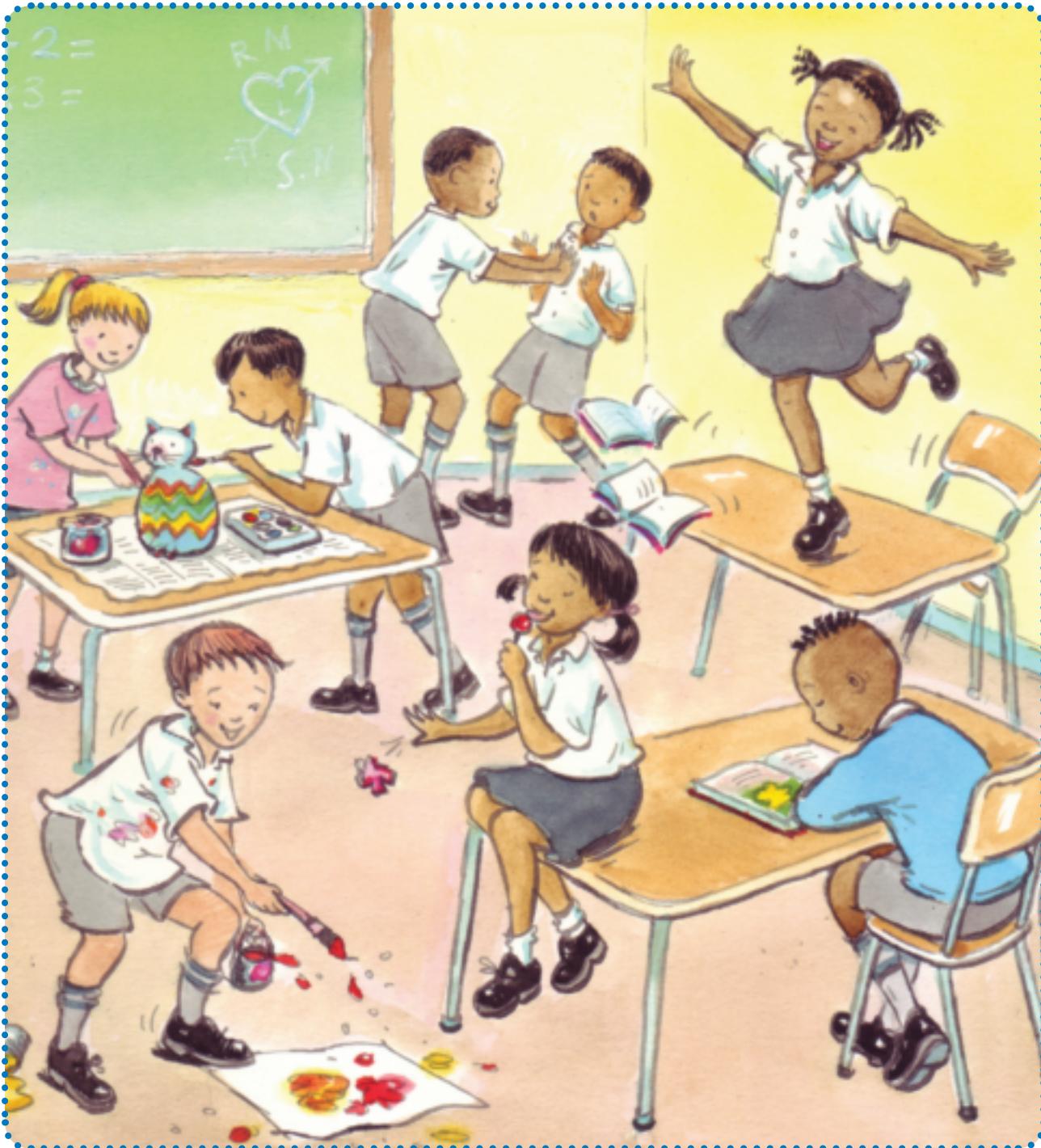
Phaposi ya heso



Ha re bueng

Sheba setshwantsho ka hloko o bolele hore o bona eng.

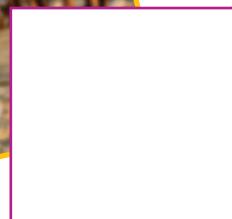
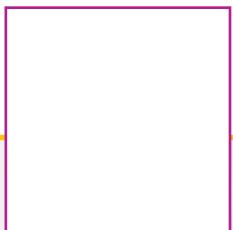
Tlelaseng ena, ntho tse mpe le tse ntle di a etsahala. Ke tlwaelo efe e ntle eo o e bonang? Ke tlwaelo efe e mpe eo o e bonang?





Ha re bueng

Etsa letshwao ✓ la nepo thoko ho ditlwaelo tsohle tse ntle le le
letshwao ✗ la sefapano thoko ho ditlwaelo tsohle tse mpe tse ka
etsahalang sekolong.

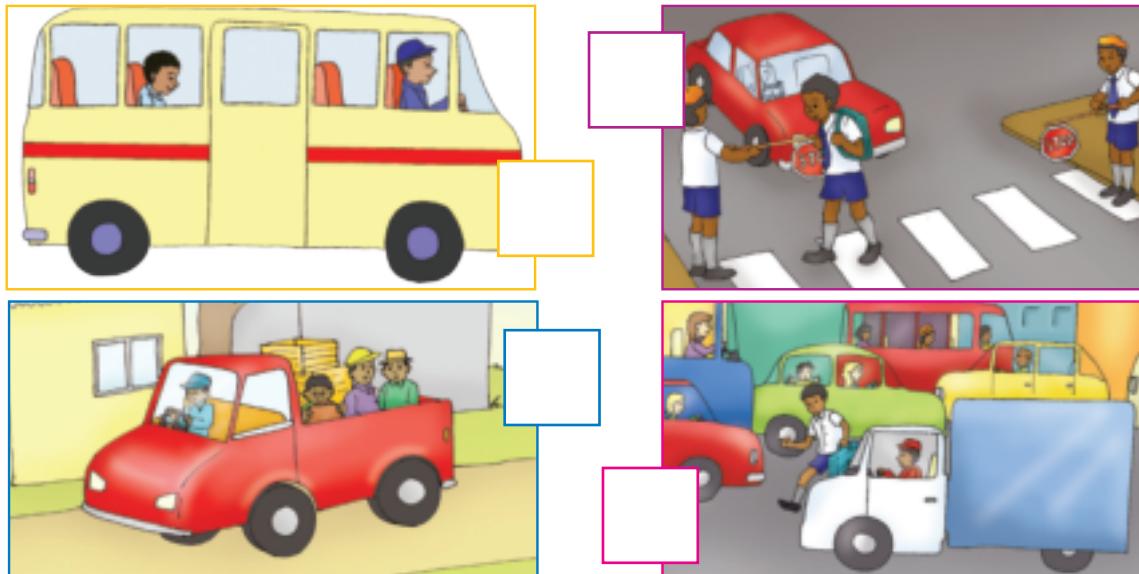


Ka moo re yang sekolong ka teng

Kotara ya 1 – Beke ya 5 – Leqephela mosebetsi



O ya jwang sekolong tsatsi le leng le le leng? Na o bolokelehole?
O tseba tsela tse sa lokang? Bua le motswalle wa hao hore bana bana
ba ya jwang sekolong. Etsa letshwao ✓ tseleng tse bolokehileng ho ya
sekolong. Etsa letshwao ✗ tseleng tse sa bolekeheng.



O ya jwang sekolong hoseng?



Botsa metswalle ya hao e mehlano hore
ba ya jwang sekolong ka mehla. Taka
tjhateng e latelang.

Mabitso a metswalle



	1	2	3	4	5
ka maoto					
ka bese					
ka koloi/teraka					



Nka matha matswedintsweke.

Ee Tjhe

Nka fetola moo ke lebileng ke
matha ha titjhere a mpolella jwalo.



Ha re etseng

Taka setshwantsho ho bontsha hore o tla jwang sekolong.



Ha re ithapolleng

Mamela mmino oo titjhere a tlang ho le bapalla ona.

Tsitsinya mmele ho latela morethetho wa mmino.

Koba mangwele mme o otlolle maoto.

Tsamaisa mahetla a hao hodimo le tlase.

Tsamaisa setsu sa hao hodimo le tlase.



Ha re ithapolleng

Wena le motswalle wa hao le tlameha ho akgela le ho tshwara bolo.

Sebedisa letsoho le letona le le letshehadi ho akgela bolo morao.

Na ke ile ka kgon a ho akgela bolo ka letsoho la ka
le letona le le letshehadi?



Ha re ithapolleng

Tsamaya jwale ka kiribae le
motswalle wa hao.



Teacher:

Sign:

Date:

Ke dula ke hlwekile

Kotara ya | – Beke ya 6 – Leqephé la mosebetsi



Ha re bueng

Ho bohlokwa ho ithuta mekgwa e nepahetseng.
Ena ke mekgwa ya ho dula o hlwekile o phela hantle.
Bua ka setshwantsho se seng le se seng.



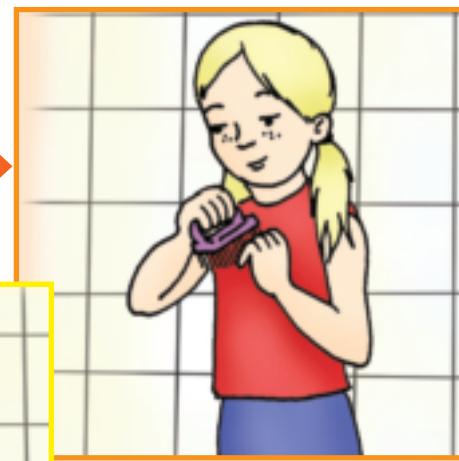
Ho hlatswa meno.



Ho hlatswa matsoho a ka ha ke
qeta ho sebedisa ntlwana ya ho ithusa.



Ho itlhatswa ka mehla.



Ho boloka manala a ka a hlwekile.



Ho sebedisa ntlwana ya ho ithusa.

Ke tlamehile



• Ho hlatswa ditholwana
pele ke di ja.



Ho sebedisa sakatuka ha ke
thimola kapa ke mina.



Ha re ngoleng

Ke ntho dife tse latelang tse etsang hore o dule o hlwekile? Kgabisa ka dinaledi ho bontsha hore ke dintho di fe tseo o di sebedisang hore o dule o hlwekile. Bolela hore o sebedisa jwang ntho e nngwe le e nngwe hore o dule o hlwekile.



Tshwaya hore na o ka etsa tse latelang:	ee	tjhe
Nka hlwella lere hodima jankel jimi.		
Nka sebedisa boitshwareletso ba matsoho ho leba pele.		
Nka kgasa hara jankel jimi.		



Boitshwaro bo molemo

Kotara ya | – Beke ya 6 – Leqephé la mosebetsi



Ha re baleng

E meng ya mekgwa e metle ya
ho sebedisa ntlwana hantle.

Hopola



Ha o silafatsa ntlwana ya
ho ithusa, hopola ho e hlwekisa.



Hopola ho bulela metsi ha o
qeta ho sebedisa ntlwana ya
ho ithusa.



Dula o kwetse ntlwana ya ho
ithusa ka mehla.



Se sebedise pampiri ya ho
itlhakola e ngata.



Hlatswa matsoho a hao ka mehla ha o
qeta ho sebedisa ntlwana ya ho ithusa.



Ha re ngoleng

Etsetsa mantswe a nepahetseng masakana, a re bolellang hore re
hloka ho etsa dintho tse latelang ha kae.

Ho hlatswa moriri wa hao.



tsatsi le leng le le
leng

hoseng le bosiu

habedi ka beke

ha nngwe ka beke

Hlatswa meno.



tsatsi le leng le le
leng

hoseng le bosiu

habedi ka beke

ha nngwe ka beke

Hlatswa mmele.



tsatsi le leng le le
leng

hoseng le bosiu

habedi ka beke

ha nngwe ka beke

Hlatswa sefahleho.



tsatsi le leng le le
leng

hoseng le bosiu

habedi ka beke

ha nngwe ka beke



Teacher:
Sign:

Date:

Ke hlwekile

Kotara ya | – Beket ya b – Leqephé
Kotara ya | – Beket ya b – Leqephé | a mosebetsi



Ha re ithapolleng

Bapala "Simon o re" le titjhere ya hao.

Iphumanele sebakana sa hao o tsamaye o sa thule motho.

Simon o re "tshwara hlooho ya hao."



Ha re bontsheng

Bontsha motswalle wa hao hore o ...



Omisa matsoho.



Kama moriri.



Hlatswa meno.

Hlatswa sefahleho sa hao.





Ha re ithapolleng

Etsa papadi ka thothokiso ena.

**Nka opa diatla, le hona ho hata
ka maoto**

Nka tsitsinya hlooho, le hona ho

tsamaisa matsoho a ka

Nka tsamaisa menwana

ya ka ya maoto,

le hona ho tshwara nko ya ka.



Teacher:
Sign:
Date:

Tlwaelo tsa bophelo bo bottle

Kotdara ya | – Beke ya 7 – Leqephé | a mosebetsi



Ha re baleng

Re hloka eng ho dula re phetse hantle!

Dijo tse
nepahetseng



Boikwetliso
bo lekaneng

Ho dula re
hlwekile



Ho ba
moyeng o
hlwekileng

Ho robala ho
lekaneng ka ntle
le ho shebella TV
haholo!





Ha re ngoleng

Etsa letshwao ✓ ho tlwaelo ya bophelo bo botle le letshwao ✗ ho tlwaelo ya bophelo bo seng botle.



Teacher:
Sign:
Date:

14

Bohlweki le makgethe

Kotara ya | – Beké ya 7 – Leqephé | a mosebetsi



Bontsha hore o sebedisa
dintho tsena jwang.



sesepa sa matsoho

sesepa sa moriri



ntho e kutang manala



Ha re ithapolleng

Tshwaranang ka matsoho le etse sedikadikwe.

Jwale akgela bolo ho e mong le e mong ka
sedikadikweng.

Eketsang ka bolo e nngwe le e lahleleng.

Eketsang ka bolo ya boraro le e lahleleng.



Ha re bueng

Ke eng se bohlaswa phaposing ena?

O tshwanelo ho etsa eng hore o hlwekise phaposi ena?

Bana ba etsa eng? Ba tshwanelo ho etsa eng?



Teacher:
Sign:
Date:

Boemo ba lehodimo boo ke bo ratang

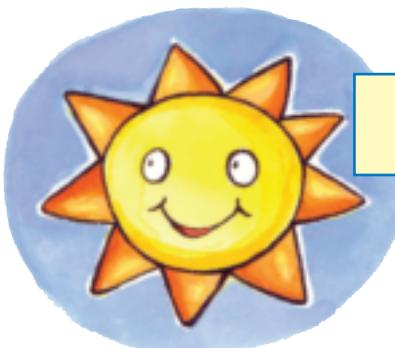
Kotdara ya | – Beke ya 8 – Leqephé | a mosebetsi



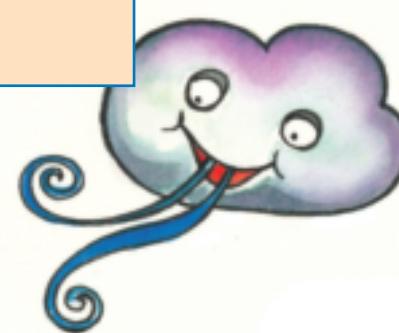
Ha re bueng

Sheba boemo ba lehodimo ka ho fapano. Bolella motswalle
wa hao hore o rata boemo bo feng haholo.

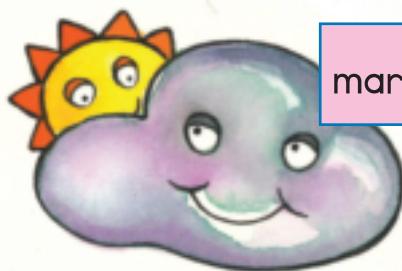
moya



letsatsi



pula e ya na



maru a thibile ho a bata



Karolong tse ding tsa na ha ya bo rona,
ho bata haholo hoo ho kgethehang lehlwa.
Ka nako e nngwe ho ba le sefeso.
Moya o matla haholo o bitswa sefeso.



Ha re etseng

Taka setshwantsho sa hao o le puleng kapa lehlweng.
Taka setshwantsho sa hao pampering e kgolo, o sebedisa wekese le dikerayone.
Kopanya daye ya dijo e bolou le metsi mme o pente leqephé lohle.
Hasanya pente e tshweu hodima leqephé.

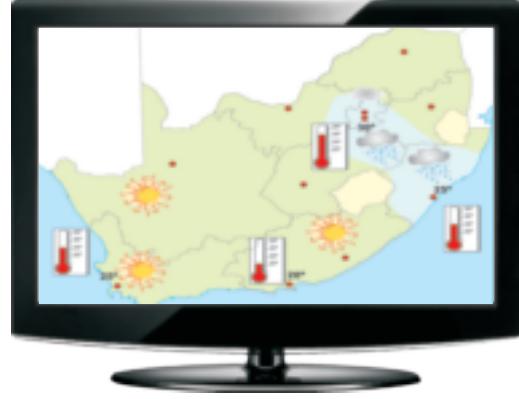


Ha re baleng

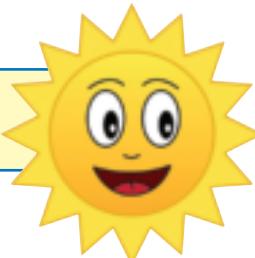
Re sebedisa tjhate ya tsa boemo ba lehodimo ho bontsha hore boemo ba lehodimo bo jwang.

Re sebedisa matshwao ho bontsha phapang pakeng tsa maemo a fapaneng a lehodimo.

A mang a matshwao ke a na a latelang.



letsatsi



pula



maru



maru a thibile
mona le mane

lehlwa



moya



Ha re bueng

Borella motswalle wa hao diaparo tseo o di aparang boemong bo bong le bo bong ba lehodimo.



Ha re etseng

Etsa matshwao a bontshang boemo ba lehodimo ho qetela tjhate ya boemo ba lehodimo.

Mantaha

Labobedi

Laboraro

Labone

Labohlano



Ha re ngoleng

Boemo ba lehodimo bo bile jwang bekeng ena?
Tlatsa dikgeo ka mantswe.

Tsatsing lena ke _____.

Maobane ho ne ho _____.

Ke tshepa hore hosane ho tla _____.



16 Tsa boemo ba lehodimo

Kotara ya | – Beke ya 8 – Leqephé la mosebetsi



Ha re ithapolleng

Etsisa maemo a fapaneng a boemo ba lehodimo.



Otlolla matsoho, a otlollele ka hodima
hloho o etse e ka o lero le leholo.



O na le sekgele ho o tshireletsa letsatsing.



Etsa matsoho jwalo ka sefate se fokang moyeng.



Tshwara sekgele o se tiise hore se se
fefolwe ke moyea.



Thopo thopo
marothodi a pula
hodima ntlo.



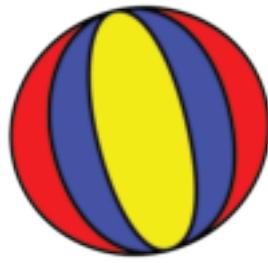
Letsatsi:



Ha re ithapolleng

Tshwaranang ka matsoho ho etsa sedikadikwe se seholo.

Lahlelanang dibolo.



Nahanang mekgwa e fapaneng ya ho tsamaya hodima balaka e tsepameng kapa hodima kgwele. Bona na o ka nahana ka tsela ya ho tsamaya e fapaneng ho ya ho barutwana ba bang.



Tlotlontswe

Bapala sekotjhe.
Etsa mabokose le
didikadikwe lehlabatheng.



Ha re ithapolleng

- Bontsha motswalle wa hao kamoo o ka sebedisang kgati.
- Titjhere o tla o bontsha kamoo o ka bapalang tse ding tsa dipapadi tsa setso.



Lapa leso



Ha re bueng

Na o a tseba hore malapa ha a tshwane?

Malapa a mang a mannyane a mang a maholo.

Bana ba bang ba na le bontate le bomme ha ba bang ba se na bona.

Malapeng a mang ho na le bonkongo, ntatemoholo, malome, mangwane le bomotswala.

.....

Sheba ditshwantsho o bolelle motswalle wa hao hore malapa ana a fapanne jwang.

Sebedisa mantswe a tswang mabokoseng a latelang.

mme

ntate

kgait sedi

ntatemoholo

moreso

ngwana

ntatemoholo

lelapa





Ha re ngoleng

O dula le mang?

Ke mang eo o dulang le yena?



Lapeng leso ho na le batho ba _____.

Ke mang e monnyane ho feta batho bohle lapeng leno?

Ke mang e moholo ho feta batho bohle lapeng leno? _____.



Ha re bueng

Bohle re na le mesebetsi eo re e etsang hae. Tadima ditshwantsho tsena mme o bolele batho ba etsang mesebetsi ena lapeng.



Ngola polelo e le nngwe ka mosebetsi oo o o entseng maobane.

Teacher: _____
 Sign: _____
 Date: _____

Lapa leso



Tlotlontswe

Etsa setshwantsho sa seo wena le ba lapa leno le se etsang mmoho.
Bolela hore motho eo ke mang. Sebedisa mantswe a na ho o thusa.

mme

ntate

kgaitseidi

ntatemoholo

moreso

ngwana

nkgono

lelapa



Lapa leso

Re a hlokomelana



Ha re baleng

Batho ba malapa ba tlamehile ho ratana, le ho hlokomelana. Re bontsha hore
re a ratana ka ho hakana, le hona ho hlompha e mong le e mong.
Re hloka ho ...

- thusana.
- ba mosa ho motho e mong le e
mong
(haholo holo batho ba baholo).

- etsa mesebetsi
ya rona ka nako.
- ba le boikarabelo.



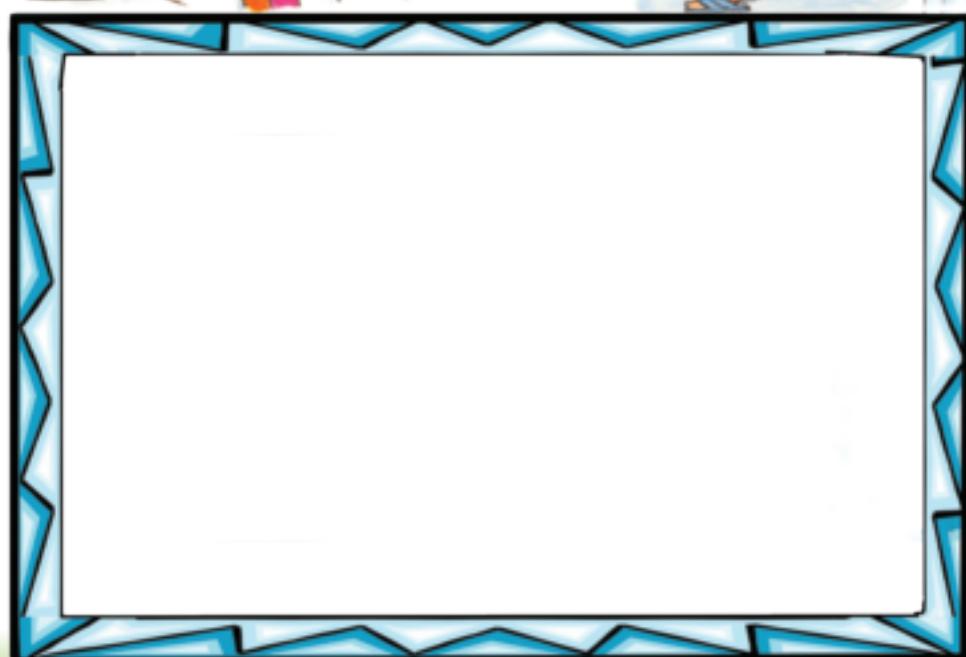
Ha re bueng

Sheba ditshwantsho tse latelang o bolele hore bana bana ba bontsha
jwang ba malapa a bona hore ba tsotellana. Jwale tshwantshisa ho
bontsha se etsahalang setshwantshong ka seng.



Ha re etseng

Etsa setshwantsho
ka seo o se etsang ho
bontsha ba lapa leno
hore o a ba tsotella.
Borella motswalle wa
hao ka setshwantsho
seo o se entseng.



Teacher:
Sign:
Date:

Kotara ya 2 – Beke ya 2 – Leqephé / a mosebetsi

Ho bontsha hore o a tsotella



Bolela ka moo ba lapa lena ba thusanang ka teng. Nomora ditshwantsho ho tloha ho l ho isa ho 4 ho bontsha tatellano e nepahetseng.



Mesebetsi ya rona ya bosiu.

Mme o pheha dijo.

Ntate o hlatswa dijana.

Moreso le nna re thusa mme le ntate.

Re thusa haholo.

Re hleka lebese le borotho.

Ka mora moo re a robala.

A ko re qoqele tshomo!





Ha re ithapolleng

Etsetsa motho ya o tsotellang haholo karete.



Ha re ithapolleng

Na o ka etsa tse latelang?

	o ka fetisa bolo ka ho e akgela motswalle wa hao.	ee	tjhe
	o ka fetisa bolo ka ho e lahlela matsohong ho ya ho motswalle wa hao.	ee	tjhe
	o ka tlodisetsa bolo mangweleng.	ee	tjhe
	o ka otla bolo ho ya khounung.	ee	tjhe
	o ka thinthintsha bolo pakeng tsa bathibedi ba bolo.	ee	tjhe
	o ka rahela bolo ho lebana le ntho e nngwe, ebe o a e raha.	ee	tjhe



Boipaballo malapeng (1)

Kotara ya 2 – Bekē ya 3 – Leqephē ya mosebetsi



Re tshwanelo re ikutlwé re baballehile ha re le malapeng a bo rona. Ho na le dikotsi tse ngata malapeng a bo rona. Shebang ditshwantsho le buisaneng ka dikotsi le motswalle wa hao.

Phaposing ya ho pheha

- Shebisa mehwele ya dipitsa hore e furalle setofo.
- Se siye thipa tse bohale di dutse feela.
- Notlella parafini le meriana sebakeng se bolokehileng.
- Se siye dibapadiswa di dutse hohle.



Phaposing ya ho hlapa

- Se sebedise thepa tsa motlakase pela metsi. Se sebedise dintho tse sebedisang motlakase pela metsi.
- O se di siye pela metsi.
- Boloka disebediswa tsohle tse bohale ka rakeng.
- Se sebedise borosolo ba hao ba meno le motho e mong.



Matolo, mahadima le motlakase

- Se eme tlasa sefate ha ho na le lehadima.
- Se kenyé letho masobeng a kenyang disebediswa tsa motlakase. Kopa motho e moholo ho o thusa.

Ka ntle

- Phutha tsohle tse ka o ntshang kotsi, jwalo ka dikgalase. Di behe ka moqomong wa dithole.
- Se bapalle pela letamo la ho sesa ntle le ha ho na le motho moholo.



Ka hara ntlo

- Se siye dibapadiswa le ntho tse ding di dutse hohle.
- Se bapale ka tjhefu.
- Ha o bona hore mohala wa ketlele kapa wa aene o petsohile kopa mme kapa ntate wa hao hore a o lokise.



Boipaballo ka hare le ka ntle ho malapa (2)



Ha re bueng

Ho bolokeha

Sheba ditshwantsho o bolela hore ke tshwantsho di feng tse bontshang boemo polokeho kapa boemo bo kotsi. Etsa letshwao ✓ ho bontsha maemo a bolokehileng le letshwao ✗ ho bontsha maemo a sa bolokehang kapa a kotsi. Bolela hore hobaneng o re ba bolokehile kapa ha ba a bolokeha.





Ha re bueng



Na ho na le dintho tse kotsi lapeng leno? O ka etsang ka seo?
 Tjhefu, meriana le mekedikedi e hlwekisang di kotsi haholo.
 O se ke wa nwa seo o se nang bonnete ba hore ke eng.



Ha re ithapolleng

Titjhore ya hao o tlo o bapalla mmimo.



- O itsikinye ho latela morethetho wa pina.
- Kgetha mookamedi. Mookamedi o tlamehile ho qoqopela ho latela morethetho wa pina. Kaofela le tlameha ho etsa se etswang ke mookamedi.
- O leke ho itshehetse ka leoto le leng.
- Jwale itshehetse ka leoto le leng.
- Ke leoto le feng le matla?
- Beha kgwele e telele fatshe kapa o etse mola. Tsamaya hodima kgwele kapa mola, mme o tsepame.
- Jwale tjhentjha sebopeho sa kgwele kapa mola mme o tsamaye mabapi le yona, o tsepame.



Polokeho ha ke le mong lapeng



Ha re bueng

O ithutile ka dintho tse ka o
ntshang kotsi lapeng leno.
O ka ipoloka o bolokehile
jwang ha ole mong lapeng?

Ha o le hae o le mong,
o ka etsa dintho tsena
tse latelang hore o
dule o bolokehile.



Se bulele batho bao o
sa ba tsebeng lemati.

Notlela menyako
yohle e tswelang
kantle.



- Eba le bonnete ba hore o tseba dinomoro tsa mehala tsa batswadi ba hao, le batho ba dulang pela lapeng leno.
- Etsa lenane la dinomoro tsa bohlokwa, hore ha ho ka etsahala phoso.

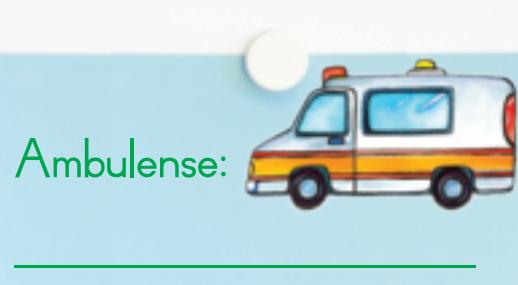


Ha re ngoleng

Iketsetse lenane la dinomoro tsa bohlokwa.



Mapolesa:



Ambulense:



Koloi ya setimamollo:

Nomoro ya mohala ya mme, mohala wa thekeng kapa selefounu:

Nomoro ya mohala ya ntate, mohala wa thekeng kapa selefounu:

Ke mang e mong eo o ka mo letsetsang ha o le mathateng?

Teacher:	
Sign:	
Date:	

Se seng hape ho hopolwa

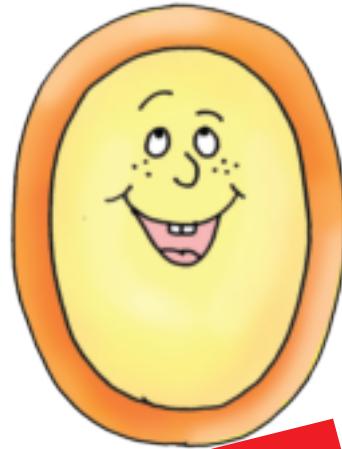
Kotara ya 2 – Beke ya 4 – Leqephé la mosebetsi



Tsela e bonolo ya ho hopola mohala wa mapolesa. Sheba setshwantsho o bolelle motswalle wa hao hore ditshwantsho di o thusa jwang ho hopola dinomoro. 10111 ke nomoro ya mapolesa. E bitse hangata ho fihlela o e tseba ka hloho.



1



0



111



Bontsha ka moo o neng o ka etsa ka teng ha o ne o le ngwana ditshwantshong tse latelang.



O ne o tla etsa jwang ha motho eo o sa mo tsebeng a ne a o lelekisa?



O ne o tla etsa eng ho thusa mme wa hao ho etsa dikuku?



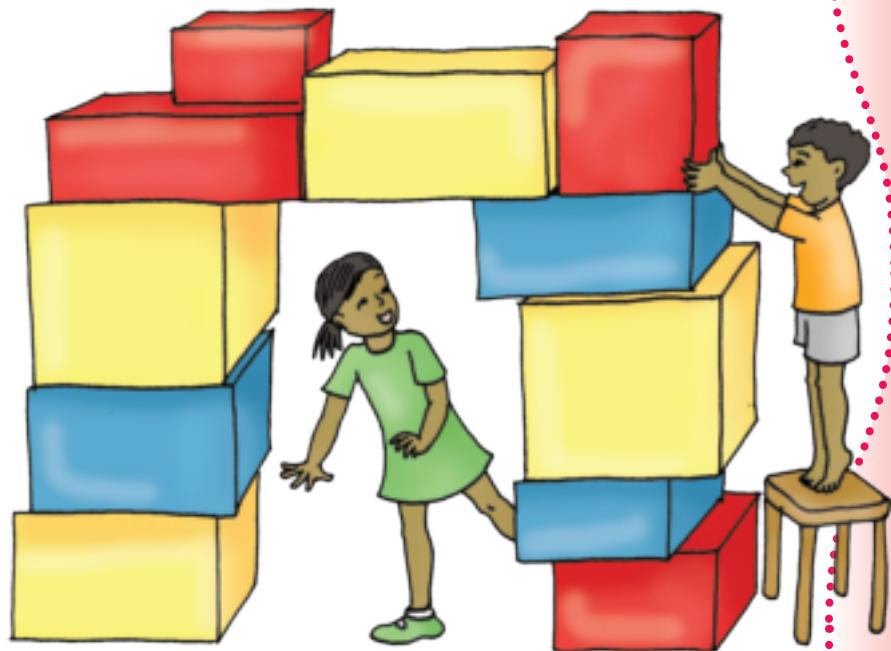
O ne o tla etsa eng ha o eme pela kgalase e tjhwatlehileng?



Ha re etseng

Bona na o ka aha ntlo ya hao.

- Fumana mabokose a kgale ebe o haha mabota le marulelo.
- O ka kgomaretsa mabokose mmoho. Ha ntlo e fedile, o ka e penta.
- Ha o sa fumane mabokose, sebedisa ntho e nngwe le e nngwe. Empa se sebedise galase kapa makotikoti kapa ntho e ka o ntshang kotsi.



Ha re ithapolleng

Lahlela bolo moeng ebe o e tshwara ka letsoho la hao le fokolang.



Thusa titjhere ya hao ho suthisetsa ditulo, ditafole le mabokose kantle.

Hlwella hodima ditulo, ditafole, le mabokose. Kgasa ka tlasa ona, mme o tlolele fatshe ho tloha ho ona.

Leka ho itshehetsa leotong le leng la setulo.



Teacher:
Sign:
Date:

Mmele wa ka

Kotdara ya 2 – Beke ya 5 – Leqephé | a mosebetsi



Ha re ngoleng

Ngola mantswe sebakeng se nepahetseng.

leoto

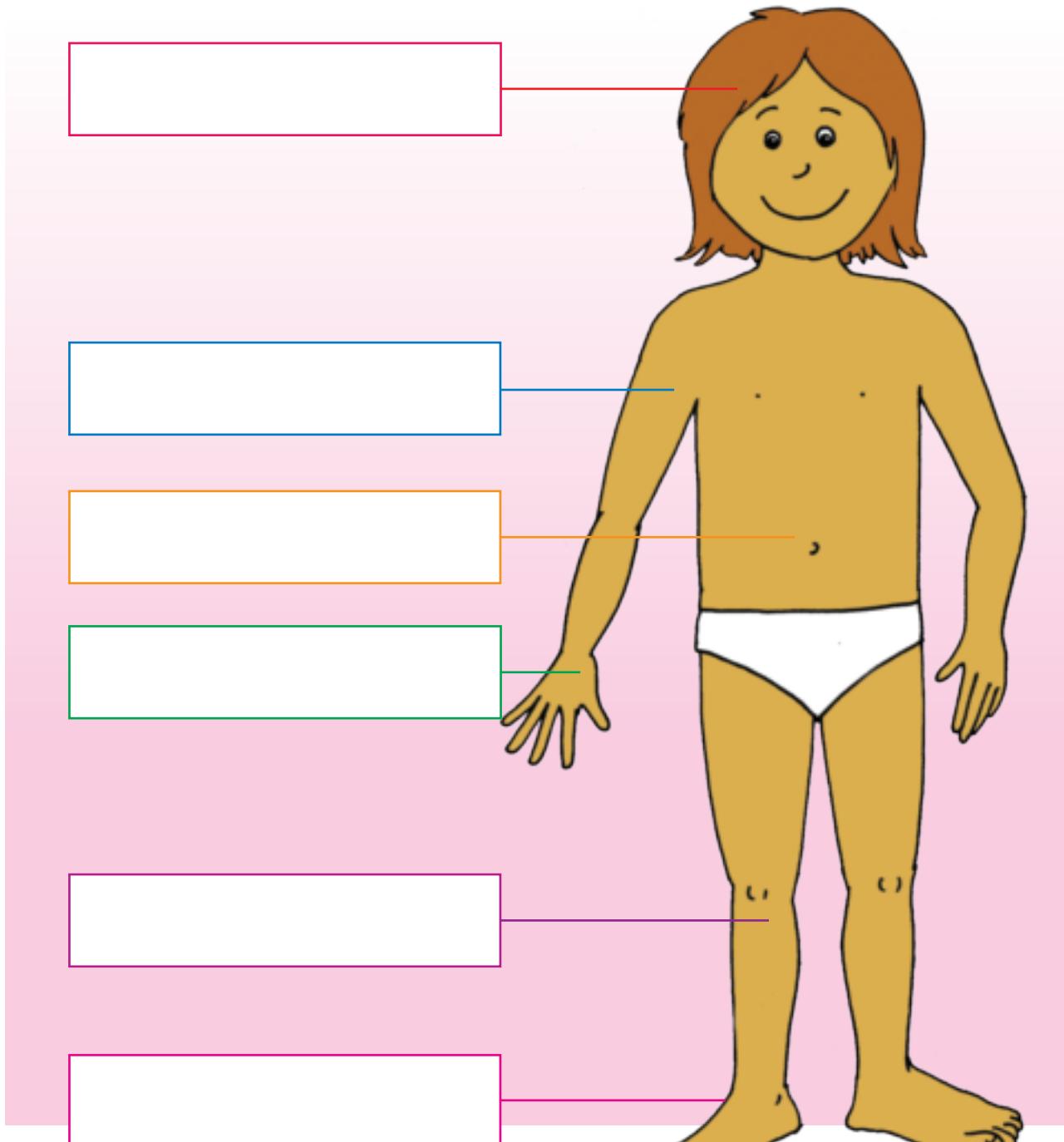
letsoho

hlooho

mpa

lengwele

seatla





Ha re etseng ditshwantsho

Qetella setshwantsho sena sa sefahleho.

Etsa setshwantsho sa moriri. Leka ho
etsa sefahleho sa hao. Ha o na le mahlo
a maputswa, etsa mahlo a maputswa.
Ha moriri wa hao o le motsho etsa
setshwantsho sa moriri o motsho.

Etsa setshwantsho sa dintshi, nko ya
hao le molomo wa hao.

Sefahleho sa hao ke setho sa bohlokwa dithong tsa hao tsa mmele.

Re na le mahlo a mabedi.



Re na le tsebe tse pedi.



Re na le nko e le nngwe.

Re na le molomo.



Ha re bineng

Binang pina ena. Tshwara setho se seng le se seng sa mmele ha
o bina ka sona.

Hlooho mahetla

**Hlooho mahetla, mangwele le menwana,
mangwele le menwana**

Hlooho mahetla, mangwele le menwana

Jwaloka ka hodimo



Ha re ithapolleng

Bapala "Simon o re..."



Teacher:

Sign:

Date:

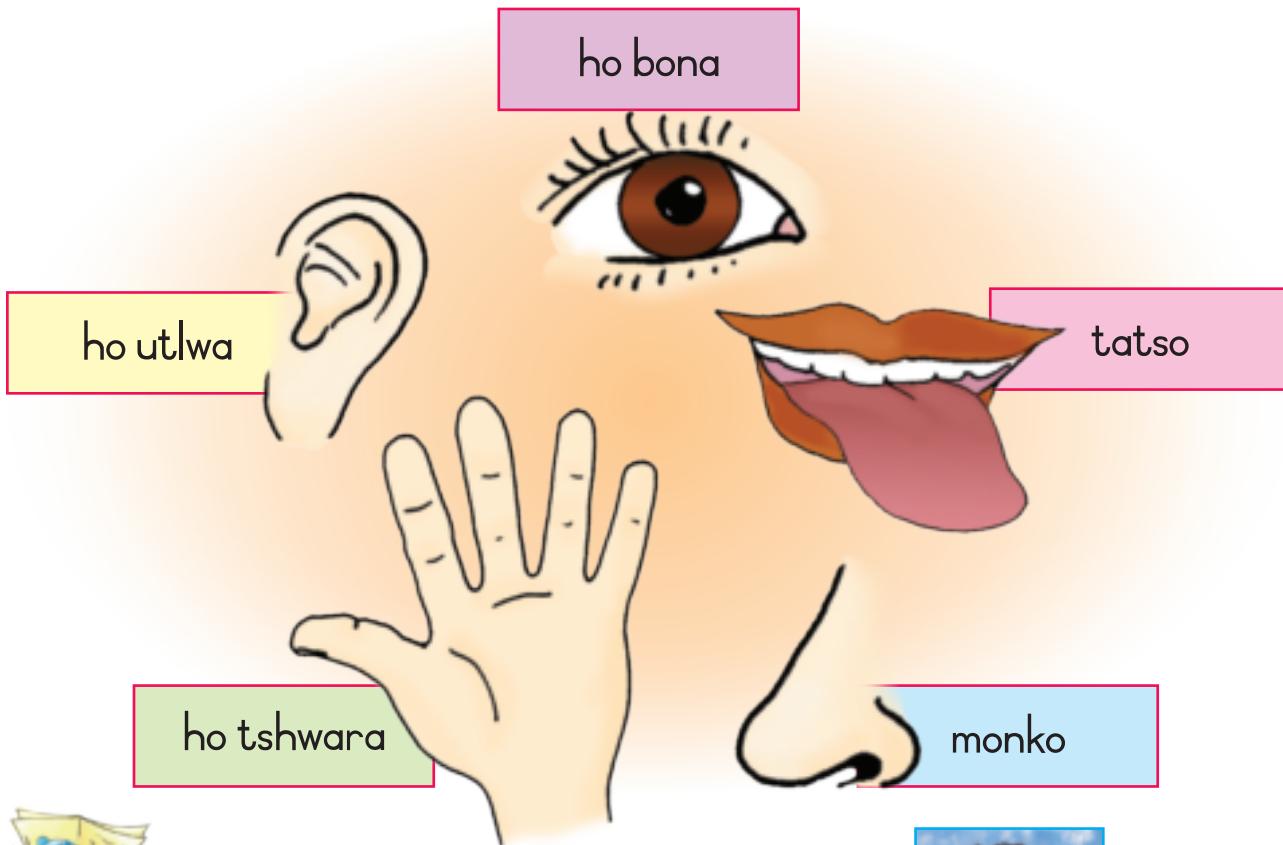
Ditho tsa kutlo tsa ka

Kotara ya 2 - Beke ya b - Leqephé la mosebetsi



Ha re bueng

Sheba dikutlo tse fapaneng o bue hore re di sebedisetsa eng.



Ha re baleng

Re sebedisa ditho tsa kutlo tsa rona ka mehla.
Re nkga le ho utlwa tatso ya dijo. Re ka utlwa
hore lesiba le bobobo bo bokae. Re bona hore
lehodimo le leputswa hakae lehlabula. Re utlwa
mmino.

Dikutlo tsa rona di re thusa hore re bolokehe.
Re ka kgona ho nkga ha ho na le mollo.
Re ka kgona ho utlwa ha setofo se tjhesa haholo.
Re kgona ho bona ha ho le kotsi ho tshela mmila.
Re kgona ho utlwa modumo wa alamo.





Ha re etseng

Tlhokomelo ya mahlo, le ditsebe.

Re hloka ho hlokomela ditho tsa kutlo tsa rona. Ena ke mekgwa e mmedi ya ho hlokomela mahlo le ditsebe tsa rona.



Hlokomela ditsebe tsa
hao ka ho se mamele
mmino o lerata.

Hlokomela mahlo a hao ka ho
rwala kepisi le dikgalase tsa
letsatsi. Se shebe letsatsi.



Ha re ngoleng

Sheba tafole e ka tlase, moleng o mong le o mong bontsha hore o ka
sebedisa kutlo e feng, o ka tshwaya tse fetang bonngwe.

	nkga	tatso	ho bona	ho utlwa	ho tshwara



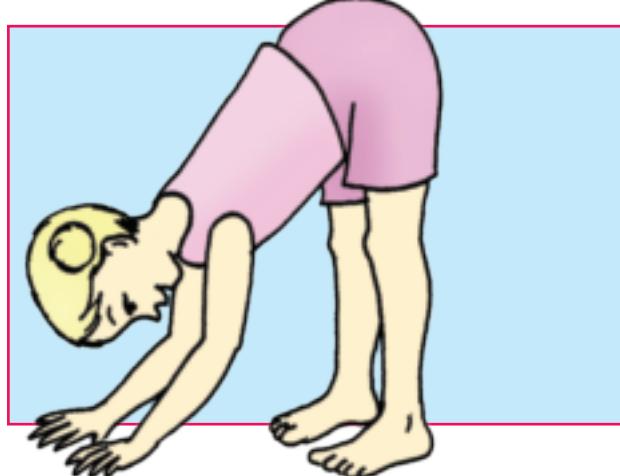
Ho tsitsinya mmele

Kotdara ya 2 – Beke ya b – Leqephé la mosebetsi



Sheba setshwantsho. Setshwantshong se seng le se seng bolela hore ke setho se fe sa mmele, se o thusa ka eng.

Re sebedisa mmele ya rona ho tsamaya.



Araba dipotso tsena le motswalle wa hao. Ngola dikarabo bukeng ya hao, ka tlasa dipotso tse latelang.

O sebedisa ditho di fe tsa mmele ho tsamaya?



Ke dikarolo dife tsa mmele tseo o di sebedisang ho phahamisa seng?



Ha re ithapolleng

Tityhere o tla o bontsha ho bapala
"katse le tweba".

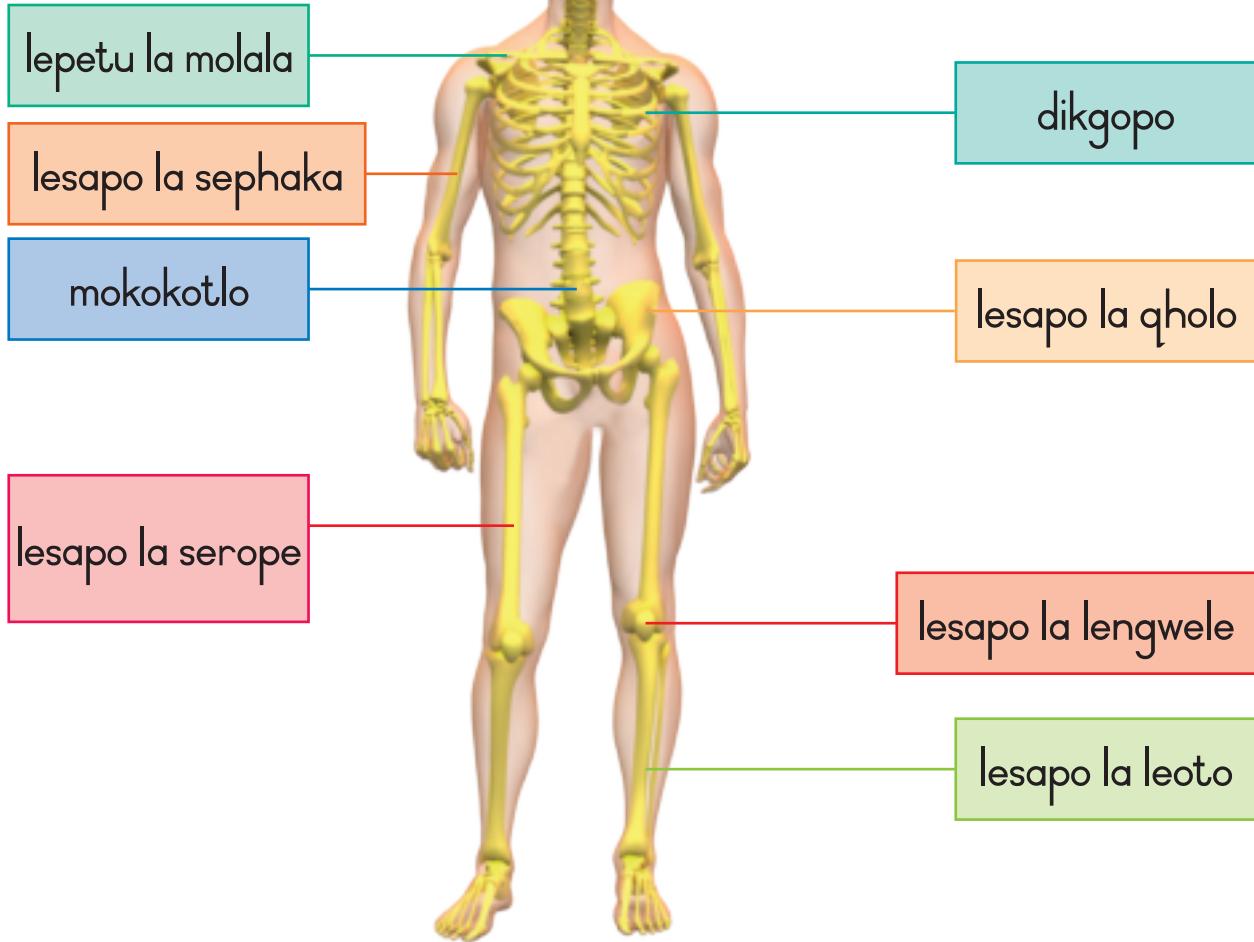




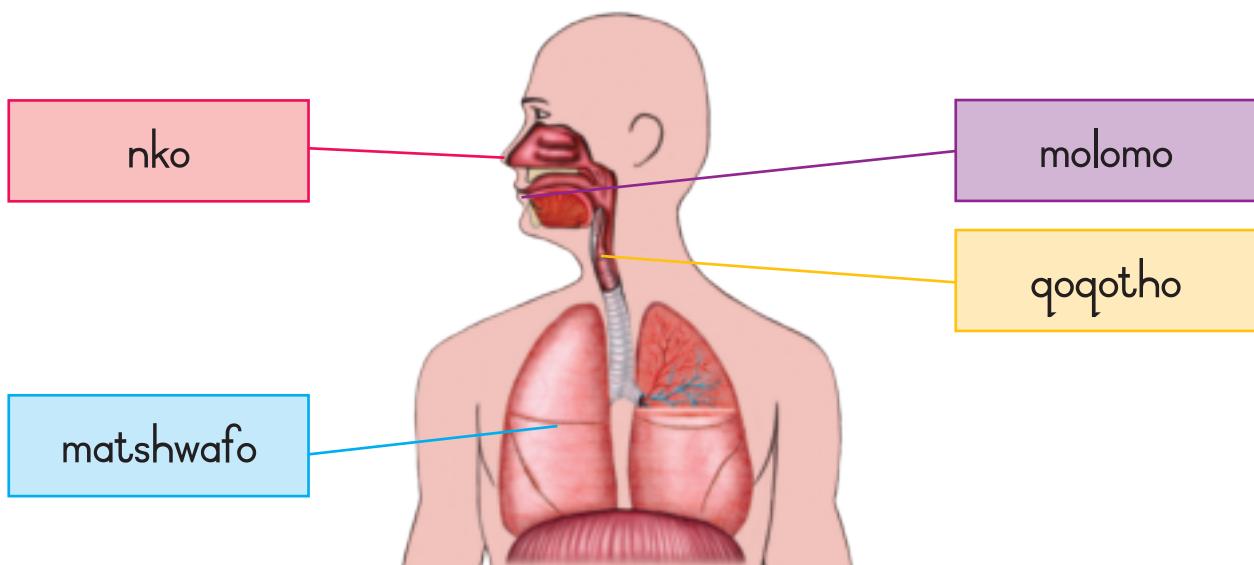
Ha re baleng

Ho na le ditho tse ding tsa mmele tseo o ke keng wa di bona.
Di sebetsa mmoho ho o phedisa.

Masapo a hao



Ditho tsa mmele tse o thusang ho hema



Teacher:

Sign:

Date:

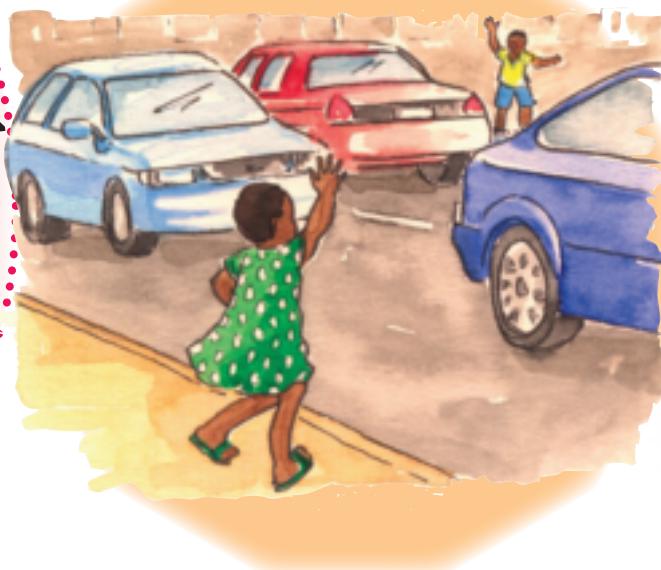
Ho nahana ka polokeyo

Kotara ya 2 – Beke ya b – Leqephé la mosebetsi



Ha re bueng

Sheba setshwantsho se latelang o bue ka sona le motswalle wa hao hore o bona eng. Setshwantshong se seng le se seng bontsha hore o ka dula o bolokehile jwang.



O bona motswalle wa hao ka nqane ho mmila.



O setse o le mong moo ho palangwang ditekesi.

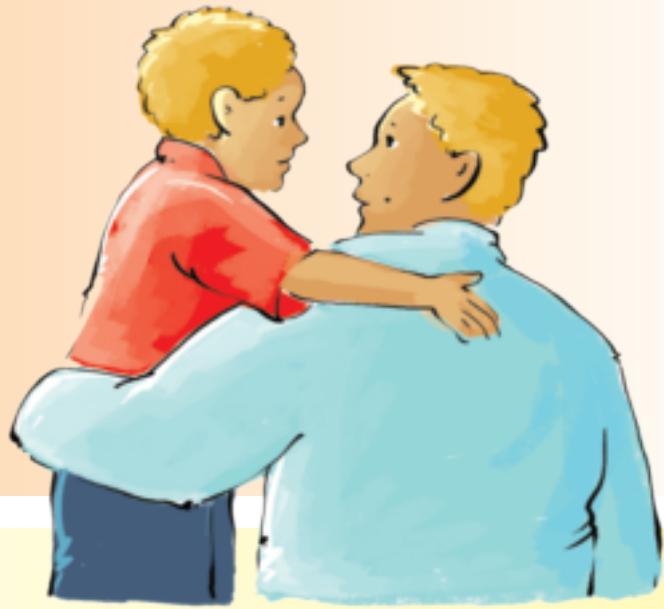


Motho eo o sa mo tsebeng o o kopa ho ya le
yena kae kae.



O lahlehile setsing sa mabenkele.

Re na le maikutlo a reng "ee"
ha motho a re haka ka tsela e
nepahetseng. Ho monate ho hakuwa
ke motho eo o mo ratang ka tsela e
nepahetseng ya setswalle.



Ha **re na** maikutlo ha motho e
mong a re thetsa ka tsela e re
tshosang kapa e sa re thabiseng.
Ha re sa thaba kapa re ikutlwa re
sa bolokeha ha **re na** maikutlo.

**Mmele wa hao ke ntho ya bohlokwa, mme ke wa hao
feela. O ka re "ee" ha o dumela ho tshwarwa ke motho
kapa "tjhe" ha o sa batle.**

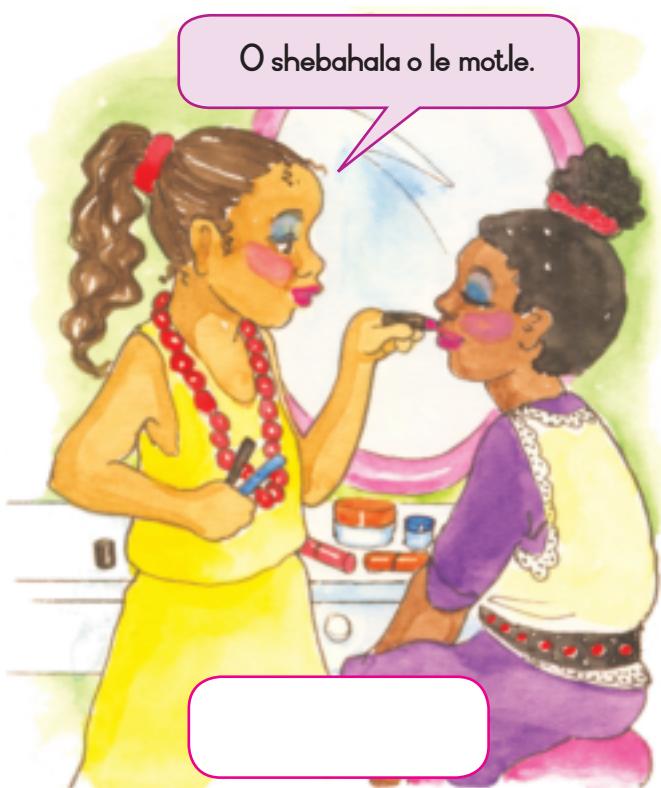


Ho bolokeha

Ha re ngoleng

Sheba ditshwantsho tse latelang o ngole ee moo o dumelang le tjhe
moo o sa dumeleng.

Emisa ho etsa lerata! O
moholo haholo ho etsa jwalo.





Ha re etseng

Ithute hore "tjhe".

Etsa papadi moo motho osele a rerang ho nka ngwana ka koloi ya hae kapa a batla ho tshwara ngwana. Karabo ya ngwana ke "tjhe".



Ha re bueng

Bana ba bang ba dula malapeng a sa ba hlokomeleng. Sheba ditshwantsho. Bolela hore o ne o ka ikutlwajwang ha o ne o le ngwana ya ditshwantshong. Bolela hore o ne o ka etsa eng.



O ngwana ya fosahetseng
ha ke o rate.

O ka se ye sekolong. O
tlamehile ho jara ditene
hore o hahe lebota.



Ha re ithapolleng

Bapala papadi ya ho "hwama".

Tsamaya, o nke tsela e fe kapa e fe eo o e ratang,
ha titjhere ya hao a letsa phala, o eme tsi!
boemong boo o tla beng o le ho bona. O tlamehile
hore o se tsitsinyeho fihlela titjhere e o dumella
ho tsitsinyeha. O ka kgonha ho tsepama?

Ho tsamaya balakeng e tsepameng kapa kgweleng
e telele e beilweng fatshe.



Teacher:
Sign:
Date:

Ho boloka mmele wa ka o phetse hantle



Ho na le mekgwa e mengata eo re ka kulang ka yona. Hangata re kudiswa ke dikokwanahloko le baketheria. Di nyenyane haholo, hoo re ke keng ra di bona. Di kena mmeleng ya rona, di re kudise. Di ka kena mmeleng ya rona mme tsa re kudisa.



Bana ba ditshwantshong ba etsajwang hore ba phele hantle?
Ho ka etsahalang ha ba ne ba sa etse dintho tsena?





Ha re bueng

Jwale bua ka ditshwantsho tseña. Etsa ✓ ho bontsha hore o ka dula
o phetse hantle. Kenya letshwao ✗ ditshwantshong tse ka etsang
hore o kule.



Teacher:
Sign:
Date:

Ho boloka mmele wa ka o phetse hantle



Ha re bueng

Ha se batho ke disebediswa tsa ho hlwekisa metsi?

Ke mokgwa wa ho hlwekisa metsi?

Na o a tseba hore metsi a mang a hlwekile
ha a mang a le ditshila? O ka etsa eng ho
boloka metsi a hlwekile a le matle hore a
kgone ho nowa?

O ka bedisa metsi ka ketlele ho
bolaya dikokwana mahloko.



O ka sefa ditshila.
Titjhhere a ka o bontsha jwang.

O ka kenya kgaba e nyenyane e
le nngwe ya Jiki ho diemere tse
mashome a mabedi a metsi a nokeng.

Kwala emere hore ditshintshi di se
kene. Tlohela metsi dihora tse 28
pele o ka a nwa.





Ha re bueng

Sheba ditshwantsho tse latelang, o bolele hore bana bana ba etsang hore ba dule ba phetse hantle.

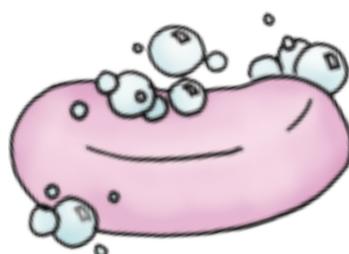
Tshela pampiri e tshesane ka ntłwaneng ya ho ithusa kapa moo ho kenywang matlakala.



Hlatwa matsoho
pele o ja.



Ha o etsa ditshila ka ntłwaneng ya ho ithusa, hlwekisa moo o sentseng o ntano hlatwa matsoho a hao.



Hlatwa matsoho a hao ha o qeta ho sebedisa ntłwana ya ho ithusa.



Kwahela molomo ha o thimola
kapa hona ho kgohlala.

Teacher:
Sign:
Date:



Re a hlahloba



Ha re bueng

Buisana ka seo o ithutileng sona
dikotareng tse pedi tse fetileng.



<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nka bua ka lelapa leso.	
Nka tsamaya thapong e tshesane.	
Ke tseba nomoro ya mapolesa.	
Ke tseba ka maikutlo a "tjhe" le "ee".	
Nka kapa bolo.	
Nka dula ke bolokehile lapeng.	
Nka itlhokomela.	
Ke thusa lapa leso.	
Ke tseba hohle sekolong.	
Ke tseba ho dula ke phetse hantle.	
Ke tseba hore nka etsa eng ka dintho tsohle tse ka mokotlaneng wa ka.	
Ke tseba ka malapa a fapaneng.	
Ke ithutile ntho tse ngata thutong ya bokgoni ba bophelo.	

Bukantswe ya ka

A
a

G
g

B
b

H
h

C
c

I
i

D
d

J
j

E
e

K
k

F
f

L
l

Bukantswe ya ka

M

m

S

s

N

n

T

t

O

o

U

u

P

p

V

v

Q

q

W

w

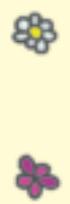
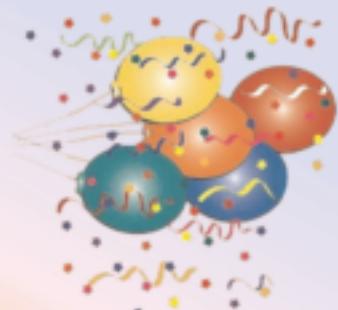
R

r

X - Z

x - z





Masks

Cut out on
the outside
black line.
Tie a string
into the holes
to make a
face mask.

