



KEREITI

2

TATAISO YA  
TITJHERE

# Platinum

Bokgoni ho tsa Bophelo

S. Adams • T. Barnard • C. Gleeson-Baird • C. De Vries • L. Shaw

Platinum Bokgoni ho tsa Bophelo Kereiti ya 2 Tataiso ya Titjhere

Maskew Miller Learning  
10 Freedom Way, Milnerton, Cape Town, 7441

© Maskew Miller Learning (Pty) Ltd 2025

Ditokelo tsohle di sirelleditswe. Ha ho karolo ya kgatiso ena e ka hatsiwan, ya bolokwa mokgweng oo e ka hlahiswan hape ho ona, kapa ya phatlalatswa sebopehong sefe kapa sefe, ka tsela efe kapa efe (elektroniki, ka motjhine, ka kgatiso kapa ka mokgwa o mong o sele) ntle le ho re ho fumanwe pele tumello e ngotsweng fatshe ya monga ditokelo tse sirelleditsweng.

Ho kopa tumello ya ho hlahisa hape kapa ho fetola karolo efe feela ya phatlalatso ena, ka kopo ikopantshe le sehlopha sa Ditokelo le Ditumellano ho 021 532 6000 kapa o ka romela emeili ho [rightsgranting@mml.co.za](mailto:rightsgranting@mml.co.za). Ho tlaleha tlolo ya molao, ka kopo romella emeile ho [copyright@mml.co.za](mailto:copyright@mml.co.za)

E hatsitswe la 1 ka 2025

ISBN 978-1-779-83452-2

Mophatlalatsi Anusia Naicker David  
Mohlophisi ya tshwereng Ru Bailey  
E hlophisitswe ke Charles Chaka  
Moralo wa bokantle ba buka ka MML Visual Design  
Moralo wa buka ka MML Visual Design  
Botaki ka Chamique Johnson, MML Visual Design  
Tlhophiso ya mongolo ka Olivia Brink  
E hatsitswe ke

### **Diteboho**

Bangodi le mohatise ba leboha tshebediso ya ditswantsho ho tswa ho:  
p118, MPH Photos / Shutterstock;

## Selelekela

Mokgwa wa ho sebedisa Buka ena . . . . . v

### Kotara 1

#### Sehlooho 1 Seo re se hlohang hore re phele . . . . 2

Ha re qale . . . . . 3

Ha re lekole . . . . . 9

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 10

#### Sehlooho 2 Nna le ba bang . . . . . 12

Ha re qale . . . . . 13

Ha re lekole . . . . . 24

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 26

#### Sehlooho 3 Motho e mong le e mong o ikgethile . . . . . 28

Ha re qale . . . . . 29

Ha re lekole . . . . . 40

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 42

#### Sehlooho 4 Bophelo bo botle . . . . . 44

Ha re qale . . . . . 45

Ha re lekole . . . . . 52

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 54

Tekanyetso ya Semmuso Kotara 1 . . . . . 56

Dikarabo Tsa Tekanyetso ya Semmuso Kotara ya 1 . . . . . 58

### Kotara 2

#### Sehlooho 5 Dihla . . . . . 60

Ha re qale . . . . . 61

Ha re lekole . . . . . 70

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 72

#### Sehlooho 6 Diphoofolo . . . . . 74

Ha re qale . . . . . 75

Ha re lekole . . . . . 87

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 88

#### Sehlooho 7 Dibopuwa tse dulang metsing . . . . . 90

Ha re qale . . . . . 91

Ha re lekole . . . . . 99

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 102

#### Sehlooho sa 8 Mahae a diphoofolo . . . . . 103

Ha re qale . . . . . 104

Ha re lekole . . . . . 113

Pampiri ya Tshebetso . . . . . 116

Tekanyetso ya Semmuso Kotara 2 . . . . . 118

Dikarabo Tsa Tekanyetso ya Semmuso Kotara ya 2 . . . . . 120

### **Kotara 3**

<b>Sehlooho 9 Mobu. . . . .</b>	<b>121</b>
Ha re qale. . . . .	122
Ha re lekole. . . . .	129
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	131
<b>Sehlooho 10 Dipalangwang. . . . .</b>	<b>133</b>
Ha re qale. . . . .	134
Ha re lekole. . . . .	143
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	145
<b>Sehlooho 11 Boipaballo mebileng . . . . .</b>	<b>147</b>
Ha re qale. . . . .	148
Ha re lekole. . . . .	159
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	160
<b>Sehlooho 12 Batho ba re thusang . . . . .</b>	<b>163</b>
Ha re qale. . . . .	164
Ha re lekole. . . . .	171
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	173
ekanyetso ya Semmuso Kotara 3 . . . . .	175
Dikarabo Tsa Tekanyetso ya Semmuso Kotara ya 3. . . . .	177

### **Kotara 4**

<b>Sehlooho 13 Naha ya rona . . . . .</b>	<b>179</b>
Ha re qale. . . . .	180
Ha re lekole. . . . .	184
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	185
<b>Sehlooho 14 Ditsela tseo re buisanang ka tsona. . . . .</b>	<b>187</b>
Ha re qale. . . . .	189
Ha re lekole. . . . .	202
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	203
<b>Sehlooho 15 Bosiu le motsheare . . . . .</b>	<b>205</b>
Ha re qale. . . . .	206
Ha re lekole. . . . .	217
Pampiri ya Tshebetso . . . . .	219
ekanyetso ya Semmuso Kotara 4 . . . . .	221
Dikarabo Tsa Tekanyetso ya Semmuso Kotara ya 4. . . . .	223

## Titjhare e Ratehang

Ha o ntse o kena ka phaposing ya hao ya ho ithutela letsatsi le leng le le leng, ha o kene feela sebakeng se tletseng dideske le dibuka tsa thuto. O kena sebakeng seo bokamoso bo tla boptjwa, mme menyetla e tla hlaha. O na le matla a makatsang a ho kgothatsa, ho tataisa le ho hodisa baetapele ba kamoso, baqapi le baetsi ba diphetoho. Ka ho arolelana tjantjello ya hao, o etsa ho fetang ho ruta feela; o jala peo ya mosa, sebete, tlhomphe, le Botho pelong e nngwe le e nngwe e nyane.

Re a utlwisisa hore ha ho bonolo kamehla. Mathata a ho ruta, haholoholo dibakeng tse haellwang ke disebediswa, ka dinako tse ding o ka utlwa ho le boima. Empa bothata bo bong le bo bong boo o tobanang le bona, o etsa phapang ya sebele. O bontsha baithuti ba hao hore bokgoni ba bona ha bo na moedi le hore ba a bonwa, ba nkwa ba le ba bohlokwa, mme ba kgona ho finyella boholo.

Ke ka lebaka leo disebediswa tsa rona tsa ho ruta di leng teng ho o tshehetsa. Di qapilwe ho nahannwe ka Setatemente sa Leano la Kharikhulamo le Tekanyetso CAPS, se tsepamisitseng maikutlo ho kenyeletsong le ho theheng tikoloho ya ho ithuta moo moithuti e mong le e mong a ka iponang a emetswe. Ditshwantsho, dipale, le dithuto di bontsha ho fapana ha maemo a sebaka sa rona, ho thusa moithuti e mong le e mong ho ikutlwa e le setho sa phaposi ya hao ya ho ithutela.

Mme ha re a lebala ka wena. Bophelo bo botle ba hao bo bohlokwa jwalo ka katleho ya baithuti ba hao. Re kenyelleditse disebediswa tsa ho itlhokomela ho o boloka o le mafolofolo o bile o phetse hantle hobane re a tseba hore ha o ikutlwa hantle, phaposi ya hao ya ho ithutela e a atleha. Thabo ya hao ha e ame thuto ya hao feela empa hape le dikamano tseo o di ahang le baithuti ba hao, ba shebileng ho wena bakeng sa tshepo le kgothatso.

Ha Afrika Borwa e tswela pele ho hatela pele ka Molao wa Dihlomathiso tsa Molao wa Thuto ya Motheo (BELA), o saennweng hore e be molao ka 2024, maikemisetso a ho theha tsamaiso ya thuto e nang le tekatekano le e kenyeletsang a ntse a hola le ho feta. Karolo ya hao morerong ona e bohlokwa, mme ho utlwisisa CAPS le BELA ka bobedi ho netefatsa hore phaposi ya hao ya ho ithutela ke sebaka seo ho sona baithuti ba itokiseditseng katleho.

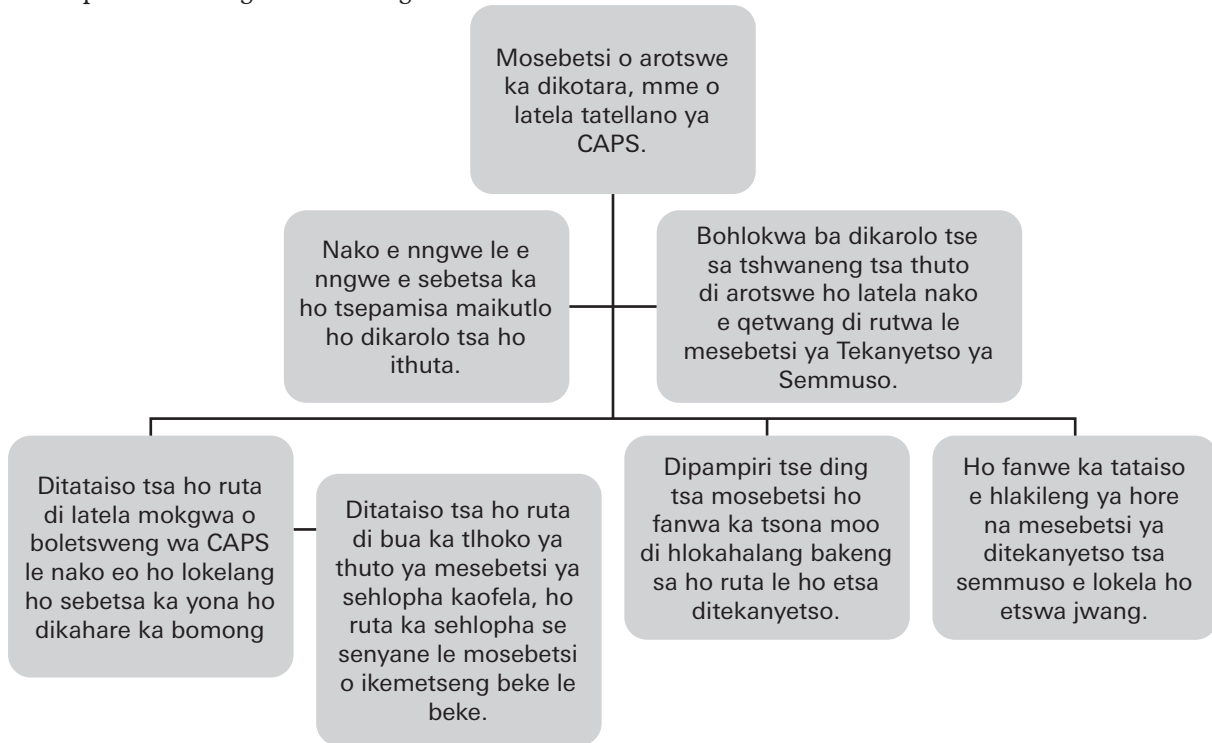
O na le matla bakeng sa phethoho e ntle, mme tshusumetso eo o e etsang ka phaposing ya hao e kgolo ho feta kamoo o ka e bonang. Ha o ntse o ruta, tseba hore ha o tataise baithuti ba hao feela; o bopa bokamoso ba setjhaba sa rona, naha ya rona le lefatshe.

Re a o leboha ka tsohle tseo o di etsang!

## Mokgwa wa ho sebedisa letoto

Re a o amohela ho Bokgoni ho tsa Bophelo Kereiting ya 2! Letoto lena le na le Buka ya Moithuti le Buka ya Titjhere le kgothalletsang thuto e atlehileng ya Bokgoni ho tsa Bophelo Kereiting ya 2. Bokgoni ho tsa Bophelo Kereiting ya 2 e ngotswe ho latela ditlhoko tsa Setatemente sa Leano la Kharikhulamo le Tekanyetso (CAPS). Kahoo, ha o sebedisa letoto lena, o ka kgodiseha hore ditaba tsa kharikhulamo di kwahetswe ka botlalo.

Bokgoni ho tsa Bophelo bo hlalishitswe ka ho kgetheha ho ikamahantswe le CAPS ya Bokgoni ho tsa Bophelo ka mekgwa e latelang:



## Mokgwa wa ho sebedisa Buka ya Titjhere le Buka ya Moithuti

Kotara e nngwe le e nngwe e na le mmala wa yona ho o thusa ho bona hore na o sebetse kotareng efe.

Karolo e nngwe le e nngwe ya thuto e na le mmala e le hore o ka bona habonolo hore na ke bokgoni bofe boo ho ithutwang bona letsatsing leo kapa bekeng eo. Qalo ya sehlooho se seng le se seng e hlahisa diphetho, potso e tebileng ya ho nahana, SKAVS (Bokgoni, Tsebo, Maikutlo le Maitshwaro), tsebo ya motheo, ditekanyetso, le disebediswa tse kgothalleditsweng.

<b>Sehlooho</b>	
<b>Diphetho</b>	
<b>Dipotso Tsa Monahano o Tebileng:</b>	
<b>SKAVS (Bokgoni, Tsebo, Maikutlo le Maitshwaro)</b>	
<b>Tsebo Ya Motheo</b>	
<b>Tekanyetso</b>	
<b>Disebediswa</b>	

## Sehlooho se seng le se seng se tla hlalosa ka tsela e latelang

### Mokgwa wa ho ruta kapa leano, ho kenyelletsa:

- Tataiso ya ho kenya letsoho ho kenyelletsa baithuti ba mefutafuta
- Ho totobatsa tswelopele ya tsebo, ho bontsha ka moo maemo a fapaneng a kelello a sebedisitsweng kateng
- Mekgwa ya ho manolla ka moo ho ka thuswang baithuti ba nang le bokgoni bo fapaneng ba ho ithuta
- Mokgwa wa ho theha phaposi ya ho ithutela e kgothallelang ho ithuta ka papadi
- Ha re qaleng ho bula sehlooho
- Tataiso bakeng sa mesebetsi
- Tataiso bakeng sa Tataiso bakeng sa mesebetsi ya Ha re Lekole
- Ditekanyetso tsa Semmuso
- Dipampiri tsa mesebetsi tseo ho ka etswang dikopi tse ding ka tsona

## Setatemente sa Leano la Kharikhulamo le Tekanyetso (CAPS)

- CAPS ke tokomane e felletseng e fanang ka tataiso bakeng sa moralo, dikahare le tekanyetso bakeng sa dithuto tsohle tse thathamisitsweng Setatementeng sa Kharikhulamo ya Naha ya Dikereiti tsa R-12.
- **Moralo wa Thuto ya Selemo o Hlabollotsweng wa Bokgoni ho tsa Bophelo (ATP) 2023/24 o fana ka tataiso bakeng sa moralo, ditaba, le tekanyetso Mokgahlelong wa Motheo (R-3).**

**Moralo wa Bokgoni ho tsa Bophelo o tshehetsa melaotheo e latelang**

✓ Ho nahana ho tebileng	✓ Ho Rarolla mathata
✓ Ho nka qeto	✓ Boikarabelo
✓ Ho itemoha	✓ Boitsamaiso
✓ Maitshwaro a motho	✓ Temoho ya Setso
✓ Ho tiisetša	✓ Melao ya boitshwaro
✓ Phapang	✓ Boahi
✓ Tlhompho	✓ Ho ela hloko
✓ Maikutlo a matle	✓ Mamello

## KABO YA NAKO

Nako ya ho ruta e abetsweng dithuto tsa Mokgahlelo wa Motheo e bontshitswe papetleng e latelang:

THUTO	KEREITI YA R (DIHORA)	KEREITI YA 1-2 (DIHORA)	KEREITI YA 3 (DIHORA)
Puo Ya Lapeng	10	7/8	7/8
Puo ya Tlatsetso ya Pele		2/3	3/4
Mmetshe	7	7	7
Bokgoni ba Bophelo	5	5	5
• Tsebo ya Motheo	(1)	(1)	(1,5)
• Bonono bo iqapelwang	(1,5)	(1,5)	(1,5)
• Boithapollo ba Mmele	(1,5)	(1,5)	(1)
• Bophelo bo botle ba motho le phedisano	(1)	(1)	(1)
Dikhoudu le Diroboto	(1)	(1)	(2)
<b>NAKO KAOFELA</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>25</b>

Kabo ya nako ya dikarolo tsa ho ithuta tsa Bokgoni ho tsa Bophelo Mokgahlelong wa Motheo

KEREITI YA R-2		KABO YOHLE YA NAKO KA KOTARA	KEREITI YA 3		KABO YOHLE YA NAKO KA KOTARA
Tsebo ya Motheo le Bophelo bo Botle ba Botho le Phedisano	Dihora tse 2 ka beke	<b>DIHORA TSE 50</b>	Tsebo ya Motheo le Bophelo bo Botle ba Botho le Phedisano	Dihora tse 2,5 ka beke	<b>DIHORA TSE 50</b>
Bonono bo iqapelwang	Dihora tse 1,5 ka beke		Bonono bo iqapelwang	Dihora tse 1,5 ka beke	
Thuto ya Boithapollo ba Mmele	Dihora tse 1,5 ka beke		Thuto ya Boithapollo ba Mmele	Dihora tse 1 ka beke	

**PAMPIRI YA MOHLALA YA MORALO WA HO RUTA**

Letsatsi:
Kereiti:
Thuto: Bokgoni Ho Tsa Bophelo
Dikahare Tse Rutwang:
Sehlooho sa Thuto
Nako Ya Thuto:
Leqephe ho tswa CAPS:
Palo Ya Baihuti Ka Phaposing:
<b>Ho ithuta ha Mantlha /Tsebo:</b>
<b>Sepheo sa Ho ithuta:</b> Getellong ya thuto, baihuti ba lokela ba be ba kgona ho:
<b>Tsebo:</b>
<b>Bokgoni:</b>
<b>Maitshwaro / Maikutlo:</b>
<b>Tekanyetso:</b>
<b>Disebediswa:</b>

**Mekgahlelo ya Thuto:** (dikahare tsa mantlha, mesebetsi, mekgwa ya ho ruta)

**Selelekela:**

**Ntshetsopele:**

**Kopanyo:**

## Phapang, Tekano le Kenyeletso

Karolong ena, re rata hore o nahane ka phaposi ya hao ya ho ithutela. Sheba ka leihlo la kgopolo baithuti ba dutseng ka pela hao, moo e mong le e mong a nang le pale ya hae, maiphihlelo le diphephetso tsa hae. Jwale, hopola nako eo e mong wa baithuti ba hao a neng a sokola, mohlomong ka mohopolo o boima kapa ntho e itseng ka ntle ho sekolo e ileng ya ama thuto ya bona. O entseng ka nako eo? O ile wa ba thusa jwang, wa etsa eng hore ba ikutlwe ba bonwa, mme wa ba tataisa bothateng boo?

Phaposi ya hao ya ho ithutela e tletse ka ya phapang, eseng feela ka semelo empa ka ditlhoko le bokgoni. Naha ya rona e ntse e tswela pele ho tobana le ho se lekane ho tebileng, ekaba ka moruo, morabe, kapa setjhabeng, mme hangata mathata ana a hlaha ka phaposing ya hao ya ho ithutela. Leha ho le jwalo ke mona, ka hara phaposi, moo phetoho e etsahalang. Jwalo ka titjhere, o phetha karolo ya bohlokwa ho tiisa hore ngwana e mong le e mong wa atleha, ho sa tsotellehe hore na o tswa hokae kapa hore na o tobana le ditshitiso dife.

CAPS e beha kenyeletso le phapang qalong. Ha se feela ho ruta kharikhulamo empa ke ho lemoha bokgoni bo ikgethang ba moithuti ka mong le ho ba thusa hore ba atlehe. Re a utlwisisa hore sena ha se bonolo kamehla. Diphephetso dikolong tse ngata ke tsa sebele, mme jwalo ka titjhere, o ka pelepele ho di rarolla.

Ke ka lebaka leo disebediswa tsa rona tsa ho ithuta le ho ruta di etseditsweng ho o tshehetsa. Di bontsha maemo a lehae, di bontsha baithuti lefatshe leo ba le hlokomelang boikwetlisong, mesebetsing le ditekanyetso tseo ba tla di etsa. Disebediswa tsena di nka mefuta e mengata ya boiphihlelo le bokgoni ka phaposing ya hao ya ho ithutela, di o fa disebediswa tsa ho kenyeletsa le ho tshehetsa moithuti e mong le e mong, ho sa natswe semelo sa bona.

Ka ho di sebedisa, ha o rute thuto feela, o kopana le baithuti ba hao moo ba leng teng, o hlokomela mathata a bona, mme o ba thusa ho hlola ditshitiso tseo ba tobaneng le tsona. Ka ho etsa jwalo, o bopa bokamoso bo kganyang bakeng sa ngwana e mong le e mong, bakeng sa setjhaba sa heno, le bakeng sa Afrika Borwa.

Letotong lena, re shebana le **mefuta e 10 ya bohlokwa ya mekgahlelo e fapaneng**, o mong le o mong o kgethilwe ka hloko ho netefatsa boemedi bo phatlalletseng le bo kenyeletsang ba boitsebahatso bo fapaneng, maikutlo le boiphihlelo.

**Papetla 1: Mefuta Ya Phapang**

<b>Sehlopha sa Phapang</b>	<b>Tlhaloso</b>	<b>Kakaretso bukeng</b>
<b>1. Phapang ya Setso le Morabe</b>	Sena se bolela ho emela semelo se fapaneng sa setso le merabe, ho netefatsa hore baithuti ba pepeseha ho pono le meetlo e fapaneng.	Re kenyeleditse baphetwa, bangodi le batho ba nalane ho tswa ditsong tse fapaneng. Dipale le mehlala di kenyelletsa phapang ya meetlo, tlwaelo le dipuo. Sena se thusa baithuti ho ananela borui ba setso le ho, ho ba kgothalletsa ho ithuta ditso tse ding le ho ba le maikutlo a lekalekaneng mabapi le ditaba tsa nalane le tsa sekwalelwale.
<b>2. Phapang ya Bong</b>	Phapang ya bong e bua ka boemedi ba bong bohle mme e kenyelletsa dipuisano mabapi le karolo ya bong, boitsebahatso boo e seng ba bong bo fapaneng, le ho hloka botsitso ha bong.	O tla hlokomela kemelo e lekanang ya bong bohle ka mongolo, dipapiso le mehlala. Re kenyeleditse batho ba seng habedi le ba bong bo sa kgoneng ho hlahella, hammoho le mesebetsi e qholotsang dikarolo tsa moetlo tsa bong. Mohlala, bashanyana le banana ba bontshwa ba etsa mesebetsi e sa tshwaneng, ho tloha ka ho thusa ka kitjhineng ho ya ho saense le bonono, ba kgothalletsa tekano ya botona le botshehadi.
<b>3. Phapang Ya Moruo</b>	Sena se kenyelletsa ho emela batho ba tswang maamong a fapaneng a moruo le ho buisana ka ditaba tsa ho se lekane ha moruo.	Re hlahisa baphetwa ba hlahang maamong a fapaneng a moruo wa setjhaba, re totobatsa diphephetso tse kang phihlelo ya thuto, tlhokomelo ya bophelo bo botle le disebediswa. Sena se dumella baithuti ho ikamahanya le mehlala ya nnete le dipuisano tse bontshang maemo a fapaneng a moruo, ho etsa hore dikahare di amane le bohle.
<b>4. Phapang ya puo</b>	Phapang ya dipuo e bolela ho kenyelletsa dipuo tse ngata le ho hlompha dipuo tse fapaneng tse buuwang ke ditjhaba tse fapaneng.	O tla fumana ditaba tse nang le dipuo tse ngata mme di kgothalletsa baithuti ho hlompha maleme a fapaneng. Hape re kenyeleditse mehlala e totobatsang bohlokwa ba ho fetolela le ho toloka, haholoholo motseng wa lefatshe lohle, ho lokisetsa baithuti hore ba kenye letsoho puisanong ya bona.

Sehlopha sa Phapang	Tlhaloso	Kakaretso bukeng
<b>5. Phapang ya Bokowa le Phihlelo</b>	Sena se tsepamisitse maikutlo hodima boemedi ba batho ba nang le bokowa le ho rarolla ditshitiso tsa phihlelo.	Batho ba nang le bokowa ba kenyelleditswe, ho netefatsa boemedi ba bona dipaleng le mesebetsing. Hape re buisana ka ditaba tsa phihlelo, ebang ke tsa mmele, tsa theknoloji, kapa tsa setjhaba, mme re sebedisa puo e kenyeletsang motho ka mong. Sena se theha tikoloho e amohelehang ho baithuti bohle mme se kgothalletsa kutlwelobohloko le kutlwisiso.
<b>6. Tsebo ya Bong le Kenyelletso ya bong bo fapaneng (LGBTQ+)</b>	LGBTQ+ e emetse basadi ba ratanang le basadi bang, banna ba ratanang le banna ba bang, batho ba habedi, batho ba fetotseng bong ba bona ba tswalo, bong bo makatsang "+" e metse kenyelletso ya tsebo ya bong, boitsebiso ba bong, le ditlhaloso tse ding ho feta tse boletsweng mona, jwalo ka batho bao e seng ba habedi ba ratanang le batho ba bong bo fapaneng, le batho ba fetotseng bong. Lentswe lena le sebediswa ho akaretsa mefuta e mengata e fapaneng ya boitsebiso ba bong, ho kgothalletsa kamohelo le kenyelletso bakeng sa bohle.	Mefuta ya malapa a LGBTQ+ e emetswe ho pholletsa le dibuka, e fana ka pono e fapaneng. Re kenyeleditse mehlala le maemo a hlahlobang ditaba le ditokelo tsa LGBTQ+, hammoho le dipuisano tse mabapi le kgethollo, ho thusa baithuti ho utlwisisa le ho hlompha mefuta e fapaneng ya tshekamelo ya ho tseba bong.
<b>7. Phapang ya Sedumedi le Semoya</b>	Sena se kenyelletsa ho emela ditumelo tse fapaneng tsa bodumedi le ho kgothalletsa tlhomphe ya ditlwaelo tse fapaneng tsa moya.	Dibuka tsa rona di na le ditaba tse tsebisang baithuti bodumedi bo fapaneng le ditlwaelo tsa moya. Re boetse re kgothalleditse dipuisano tsa ditumelo tse fapaneng ho thusa ho kgothalletsa tlhomphe le kutlwisiso ho pholletsa le ditumelo tse fapaneng. Maikutlo a lefatshe a kenyelleditswe hape, ho netefatsa hore ditumelo tsohle di hlomphuwa le ho emelwa ka toka.

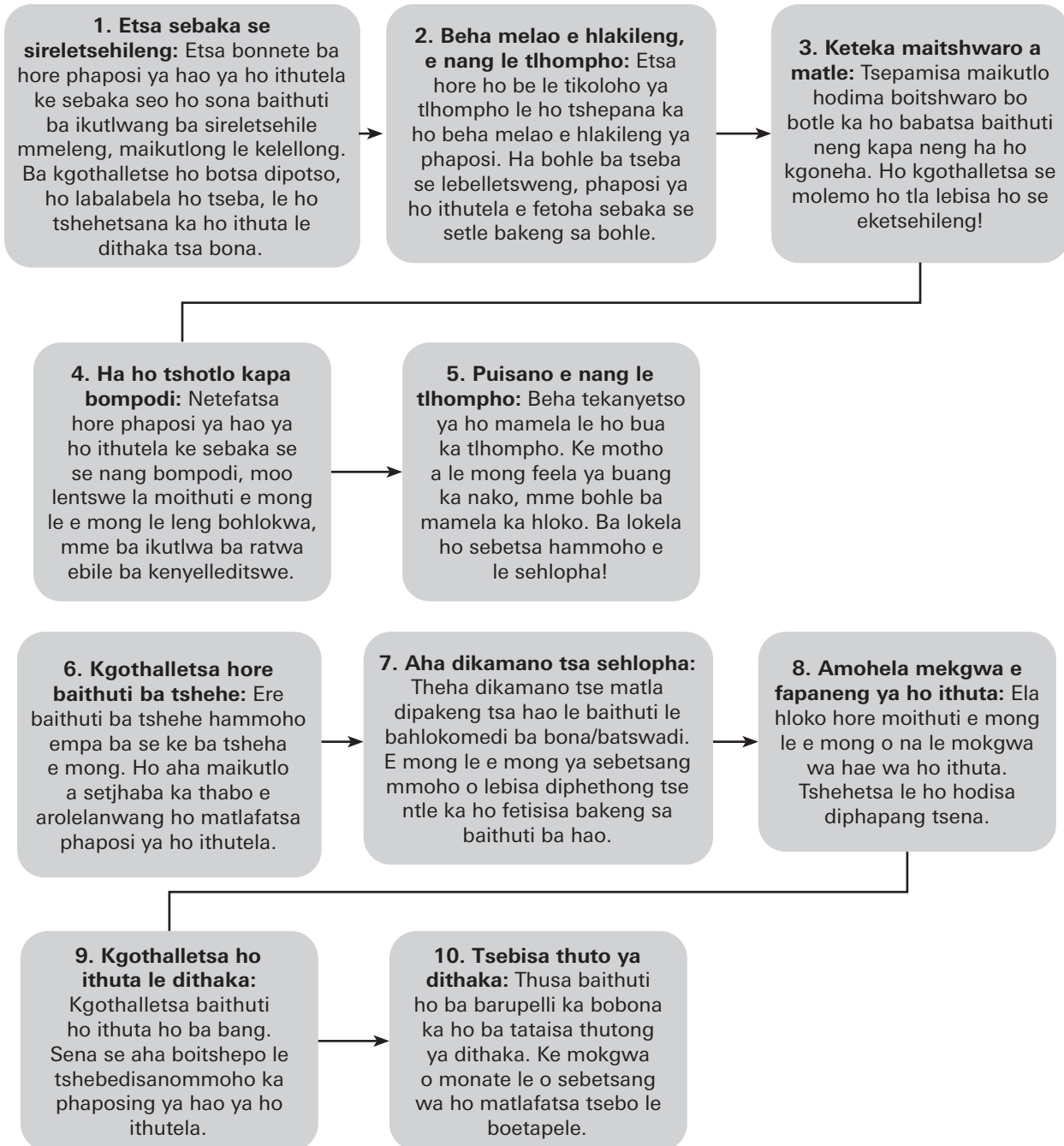
Sehlopha sa Phapang	Tlhaloso	Kakaretso bukeng
<b>8. Phapang ya Dilemo</b>	Phapang ya dilemo e kenyellelsa batho ba dilemo tse fapaneng le ho buisana ka ditaba tse amanang le botsofadi.	Dibukeng, o tla fumana dibapadi le mehlala ho tloha ho bana ba banyenyane ho isa ho maqheku. Re hlakisitse bohlokwa ba dikamano tsa meloko, hammoho le ho buisana ka dihlooho tse amanang le ho tlohela mosebetsi le dilemo. Sena se thusa baiuthuti ho utlwisisa bohlokwa ba dilemo tsohle setjhabeng.
<b>9. Phapang ya Sebaka</b>	Phapang ya dibaka e emela batho le ditaba tse tswang dibakeng tse fapaneng le tikoloho, lefatshe le lehae.	Dibuka tsena di kenyellelsa ditaba tse tswang dibakeng tse fapaneng lefatscheng ka bophara, tse sebetsanang le ditaba tsa lefatshe le maemo a lehae a bohlokwa ho baiuthuti. Re boetse re na le mehlala e lekalekaneng e tswang dibakeng tsa ditoropo le tsa mahaeng, e bontshang diphephetso le melemo e ikgethang ya tikoloho ka nngwe.
<b>10. Phapang ya Kelello le Ho Ithuta</b>	Sena se bolela ho sebetsana le mekgwa e fapaneng ya ho ithuta, bokgoni, le diphapang tsa kelello, jwalo ka phapang ya booko.	Re amohetse phapang ya temoho le ya ho ithuta ka ho kenya mekgwa e fapaneng ya ho ruta e tsamaisanang le mekgwa e fapaneng ya ho ithuta. Mosebetsi e etseditswe ho fana ka ditlhoko tse ngata tse fapaneng tsa ho ithuta, ho kgothaletsa tikoloho ya ho ithuta e kenyellelsang. Re boetse re kentse ditekanyetso tse kgutshwanyane hore o di nahane.

### Ho theha Phaposi ya ho ithutela e bontshang kenyelletso le phapang

Tataiso ena ya Titjhere e etseditswe ho kenyellelsa, phapang, le tekano. E fana ka disebediswa tse tshehetsang ho theheng maemo a thuto a kenyeletsang le ditsamaiso ho akaretisa dikarolo tse 10 tsa bohlokwa tsa phapang ho Papetla ya 1 e ka hodimo.

## Phapang Ka Phaposing ya Ho ithutela

Jwalo ka titjhere, karolo ya hao ke ho netefatsa hore phaposi ya hao ya ho ithutela ke sebaka seo ho sona ho kopanngwang ho ithuta, ditsheho le tlhompho! Mona ke mekgwa e 10 eo o ka e sebedisang ho boloka dintho di le monate, di bolokehile, di bile di le ntle bakeng sa baithuti ba hao:



**Mawa a 1-10: Ho aha tikoloho ya phaposi ya ho ithutela e ntle e kenyellelang**

## Keteka Ho Ikgetha ha moithuti e mong le e mong

Ho bohlokwa hore baithuti ba ipone le ho bona le diphapang tsa bona tse fapaneng di bontshwa ka phaposing ya ho ithutela. Sena se bolela ho bontsha diphapang tse fapaneng tsa ponahalo ya mmele, dipuo, boitsebahatso, ditso, bodumedi, bong, maikutlo a fapaneng a bong (ho kenyeletswa LGBTQ+), dilemo le bokgoni ba keello. Dibuka tsa rona di na le baphetwa ba dimelo tse sa tshwaneng ho bontsha diphahlelo tse sa tshwaneng. Re kgetha ka hloko ditshwantsho, mesebetsi ya bonono, le ditaba tse emelang batho ba fapaneng, tikoloho, le dintho tsa nnete tse etswang Afrika Borwa le ka ntle ho naha.

Re o kgothalletsa ho etsa se tshwanang ka phaposing ya hao. Sebedisa ho pheta dipale ho hlakisa dimelo tse fapaneng, ho bontsha ditshwantsho tsa dibaka tsa mahaeng le tsa ditoropo, le ho bua ka batho ba nang le bokgoni bo fapaneng ba mmele, bokgoni ba keello, le boitsebahatso, ho kenyeletswa LGBTQ+. Buisanang ka ditumelo tse fapaneng, dilemo, le phapang ya bong, mme le hlahlobe maemo a fapaneng a moruo ao baithuti ba hao ba ka kopanang le wona. Iphe nako ya ho ruta ka dikamano tsa rona le dinaha tse ding le batho ho pholletsa le Afrika le lefatshe. Ka ho etsa sena, o thusa moithuti e mong le e mong hore a iikutlwe a bonwa, a ratwa ebile e le karolo ya setjhaba se seholo sa lefatshe.

## Ho nahana ka leeme le monyetla

Mofumahadi Adams o ne a ruta thuto ka ditso le meetlo. Baithuti ba hae ba ne ba ena le dimelo tse sa tshwaneng, mme o ne a thabetse ho bona kamoo puisano e tla tswela pele kateng. Ha thuto e qala, o ile a kopa baithuti ba hae ho arolelana moetlo kapa tumelo ya malapa a bona.

Lebo, ngwanana ya itshepang, o ile a bua pele, a hlalosa meetlo ya lelapa labo ya Bokreste ya Keresemese. Baithuti ba bang ba mmalwa ba ile ba latela, ba buisana ka matsatsi a phomolo a tshwanang. Empa ha nako ya Amina e fihla, a qeaqea. Lelapa la Amina le ne le sebedisa Boislamo, mme a arolelana boiphihlelo ba hae ba ho keteka Eid. Hoo e ka bang hanghang, baithuti ba mmalwa ba ile ba qala ho sebelana, mme moithuti ya neng a sa hlokomele phello ya mantswe a hae, a honotha, “Leo hase letsatsi la phomolo la sebele.”

Mofumahadi Adams o ile a lemoha tsitsipano ka phaposing kapele. O ne a ena le kgetho ya bohlokwa eo a lokelang ho e etsa. Ho iphapananya ho ka nna ha bolela ho dumella leeme ho mela ka metso, athe ho bua ka yona ho ne ho fana ka monyetla wa ho ruta thuto ya bohlokwa.

Mofumahadi Adams o ile a emisa puisano mme a kopa baithuti ho nahanisisa. “Ho bolelang ho qhela ditumelo kapa meetlo ya motho e mong? O ne o tla iikutlwa jwang haeba dikarolo tseo di ka kgutlisetswa morao, mme letsatsi la hao le kgethehileng la bitswa ‘hase la sebele?’” Ka phaposing ho ile ha kgutsa ha baithuti ba qala ho nahana ka seo ba neng ba se bua.

Yaba o hlalosa bohlokwa ba ho utlwisisa le ho hlomphe ditumelo tse fapaneng, a sebedisa boiphihlelo ba Amina e le monyetla wa ho ruta. Mofumahadi Adams ha a ka a omanya kapa a swabisa baithuti empa ho ena le hoo o ile a ba tataisa puisanong ya hore na ke hobaneng ha ho bohlokwa ho hlomphe ditso tsohle, esita le ha di sa tlwaeleha. Sehlopha se ile sa bontsha kamoo leeme, la kgale le le letjha, le ka susumetsang maikutlo a bona ka ba bang, hangata ba sa hlokomele.

**Dithuto ho tswa phaposing ya Mofumahadi Adams**

**Leeme kapa menahano e ka hlahella ntle le maikemisetso**  
Esita le ntle le morero wa ho ntsha kotsi, baithuti ba ka fana ka ditlhaloso tse bontshang leeme la ho se tsebe letho. Ho bohlokwa ho kgefutsa le ho sebetsana le dinako tsena ka hloko le ka ho eelliswa.

**Lentswe le leng le le leng le bohlokwa**  
Mofumahadi Adams o ile a etsa bonnete ba hore lentswe la Amina le boiphihlelo ba hae di ananelwa ke sehlopha sohle. Ka ho kgothalletsa puisano e kenyeletsang, o ile a hatisa hore semelo sa motho e mong le e mong se lokelwa ke tlhompho.

**Kgothalletsa ho itlahlaba**  
ho ena le ho ruta. Mof. Adams o ile a memela baithuti ba hae ho nahana ka moo ba neng ba tla ikutlwa kateng ha ba ka kena dieteng tsa Amina. Sena se ile sa thusa baithuti ho utlwisisa bohlokwa ba kutlwelobohloko le hore motho hlokomele diketso tsa hae.

**Etsa sebaka bakeng sa puisano**  
Ha leeme kapa kgethollo di hlaha, ha ho a lekana ho le kgutsisa. Ho bulela sebaka sa dipuisano ho thusa baithuti ho utlwisisa hore na ke hobaneng ha mantswa kapa diketso tse itseng di ka ba kotsi, ebile ho ba thusa ho lwantsha maikutlo ana nakong e tlang.

**Ho ithuta ka phephetso**  
Baithuti ba ka ithuta thuto ya bohlokwa ha ba etsahallwa ke ntho itseng. Mof. Adams o ne a sebedisa nako e boima ho kgothalletsa baithuti ba hae ho ipotsa ka menahano ya bona, a ba bontsha ha diphaposi tsa ho ithutela e le dibaka tsa ho hola, e seng tsebo feela.

## Hobaneng re lekola/ lekanyetsa baithuti?

Re lekola baithuti ho:

- Fumana seo ba seng ba ntse ba se tseba mme o ahe hodima tsebo le boiphihlelo boo
- Boloka tlaleho ya tswelopele ya moithuti e mong le e mong ho bona tswelopele ya moithuti ka nako e telele, eseng feela ka letsatsi le le leng kapa beke e le nngwe.
- Sheba hore na moithuti o ntse a hola ka botlalo kapa hore na o hloka tshehetso dibakeng tse itseng
- Hlwaya ditshitiso tsa ho ithuta le ho fumana ditsela tsa ho thusa moithuti ho di hlola ka hohle kamoo a ka kgonang
- Theha setshwantsho se feletseng sa moithuti e mong le e mong, o utlwisise matla a bona, diphephetso le dithahasello le ditlhoko tse itseng.

Tekanyetso e kenyelletsa mekgwa e fapaneng ya ho lekanya tswelopele le kutlwisiso ya baithuti. Ditekanyetso tsa ka mehla di o thusa ho bona kamoo baithuti ba utlwisisang dikgopolo le ho sebedisa bokgoni ba bona. Mokgahlelong wa motheo, tekanyetso e tswelang pele e dumella ho beha leihlo ho tswelopele ya baithuti le katileho ya ho ruta. Sena se o thusa ho lekola mekgwa ya hao ya ho ruta le kgolo ya moithuti, ho o thusa ho etsa diqeto tse nang le tsebo, tsa thuto ya letsatsi le letsatsi.

**Tekanyetso ya ho ithuta** ka tlhaho e kenyelleditswe tshebetsong ya hao ya ho ruta, moo mekgwa e monate, e hohelang, le tshehetso e kgothalletsang baithuti ho nka karolo ka mafolofolo. E thusa ho tseba moo baithuti ba hloka tshehetso e eketsehileng le ho tataisa thuto ya hao ho fihlela ditlhoko tsa bona.

### Ela hloko nakong ya mesebetsi

Sheba kamoo baithuti ba atamelang mesebetsi le ho botsa dipotso tse tataisang ho ba tshehetsa.

### Menwana ya matsoho hodimo, menwana ya matsoho tlase

Sebedisa sena ka mora thuto e le tekanyetso e potlakileng ya kutlwisiso ya baithuti.

### Ditekete tsa ho tswa

Baithuti ba taka kapa Ba ngola ntho eo ba e ithutileng qetellong ya thuto e bontshang kutlwisiso.

### Nahana ka bobedi-karolo

Baithuti ba nahane ka bonngwe, ba buisane le thaka, ebe o arolelana le sehlopha ho hlahloba kutlwisiso.

### Maikutlo a dithaka

Baithuti ba arolelana mosebetsi le baithuti mmoho le ho fana ka bonolo maikutlo a ahang le ho nahanisisa ka tshebetso ya yona.

### Dibuka tsa ho ithuta

Baithuti ba boloka dibuka ho ngola seo ba ithutileng sona, ho fana ka kutlwisiso ya bona ya tswelopele.

### Mosebetsi ya Sehlopha le dipapadi

monate, mosebetsi wa ho sebedisana mmoho e o dumella ho hlokomela bokgoni ba hona jwale.

### Ho botsa nakong ya dithuto

Sebedisa dipotso tse bulehileng ho kgothalletsa baithuti ho hlalosa monahano wa bona le ho beha mabaka.

## Tshebediso Ya Letoto

**Tekanyetso e le ho ithuta ho kenyellelsang baithuti** ho nahanisisa ka tswelopele ya bona, ho ba kgothalletsa ho nka maikarabelo a thuto ya bona. Ka sena, ba hlahloba kutlwisiso ya bona ka mafolofolo, e leng se kgothalletsang thuto e tebileng le ho itseba.

**K-W-L** (Tseba seo o ithutileng sona)

**ditjhate**

Baithuti ba tlatsa seo ba se tsebang, ba batla ho se tseba, mme hamorao seo ba ithutileng sona ho ka hokahanya tsebo ya pele le dikgopolo tse ntjha.

**Mmapa wa monahano**

dimmapa tse bontshang seo ba se tsebang le ho eketsa ditaba tse ntjha jwalo ka ho ithuta ho tswela pele.

**Ho nahana ka maikutlo**

Tsebo ya pele ka ho dumella baithuti ho kenya mehopolole e amanang le sehlooho.

**Ditekete tsa ho tswa**

Baithuti ba hlalosa jwang tlhahisoleseding e ntjha e hokahaneng le ntho eo ba ntseng ba e tseba.

**Pheletso ya Pale**

Fana ka qalo ya pale le ho dumella baithuti ho e qetella ba sebedisa tsebo ya bona ya pele.

**Ke Eng e Haellang?**

Hlahisa mehopolole e sa phethahalang kapa ditshwantsho le ho dumella hore baithuti ba latse dikgeo ka ho sebedisa seo ba se tsebang.

**Dipuisano tse Mafolofolo**

Qala dithuto ka ho kopa baithuti ho amahanya sehlooho se setjha le maiphihlelo a tse fetileng kapa tsebo.

**Dibuka tsa ho ithuta**

Baithuti ba nahanisisa beke le beke kamoo tlhahisoleseding e ntjha e hokahanang le seo ba seng ba ntse ba se tseba.

**Tekanyetso ya ho ithuta** e o fa bopaki ba katleho ya moithuti ka nako e itseng, e o thusa ho lekanya kgatelopele ka kakaretso le ho etsa diqeto tse nang le tsebo mabapi le kgatelopele ya bona.

**Diteko Mafelong a Kotara**

Diteko tsa semmuso ho lekola boqhetseke ba dikahare.

**Dipotso**

Diteko tse kgutshwane tsa ho hlahloba kutlwisiso ka mora dithuto.

**Mesebetsi e Ngolwang**

Mesebetsi ya ho hlahloba kutlwisiso ka ho ngola.

**Merero**

Mesebetsi ya boiqapelo ho bontsha tsebo.

**Ho Bala Ditekanyetso**

Ditekanyetso ka bonngwe ho lekanya ho bala ka thello.

**Diteko tsa Tshebetso**

Ho sebedisa tsebo maamong a nnete a bophelo.

**Sesebediswa se bolokang mesebetsi**

Pokello ya mesebetsi ho lekola tswelopele ha nako e feta.

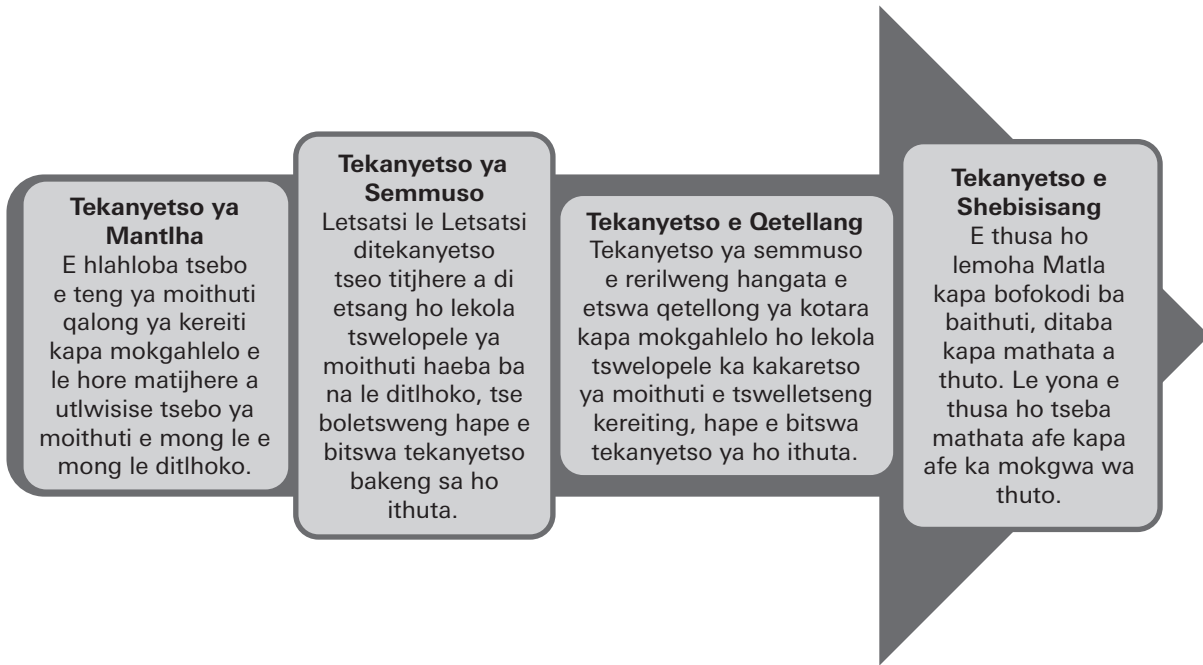
**Nehelano ya Molomo**

Baithuti ba hlahisa kutlwisiso ya bona ka molomo.

Setatamente sa Kharikhulamo ya Naha (NCS) se hlakisa tsebo ya ho bala le ho ngola, dipalo, le bokgoni ho tsa bophelo e le dikarolo tse tharo tsa bohlokwa bakeng sa baithuti ba mokgahlelo wa motheo, tse lokelang ho hlahlojwa. Lefapha la Thuto le fana ka Moralo wa **Ditataiso tsa Tekanyetso ya Mokgahlelo wa Motheo** ho tshehetsa matitjhere ho ntshetsapele le ho kenya tshebetso ditlwaelo tse tsamaellanang le CAPS. Letoto lena le sebedisa kgopolo ya **phapang moralong** wa lona wa ditaba, ho thusa wena le baithuti ba hao ho fihlela metheo le merero ya tekanyetso e behilweng ke NCS.

### Mefuta ya Tekanyetso bakeng sa Mokgahlelo wa Motheo

Lefapha le ananela mefuta e 4 ya ditekanyetso bakeng sa Mokgahlelo wa Motheo, e ngotsweng tokomaneng ya Ditataiso tsa Tekanyetso ya NCS:



### Tekanyetso ya Ho Bala Mokgahlelong o fatshe

Kopana le Lily, moithuti ya kganyang le ya ratang ho tseba wa Kereiti ya 3 ya ratang ho tla sekolong. Leha ho le jwalo, ho sa tsotellehe tjheseho ya hae, o tobana le mathata thutong e nngwe le e nngwe. Nakong ya thuto ya puo, Lily o atisa ho kopa ho ya ntlwaneng, a tshaba hore titjhere ya hae e tla mo bitsa hore a balle baithuti ba bang ka lentse le phahameng. Dipalong, o sokola ka ho rarolla mathata a mantse, ho thata ho a latela. Ho thuto ya ho rarolla mathata, ho nahana ka botebo le ho sebetsa mmoho Coding le Robotics, ha a kgone ho tsamaisana le ditaelo tse ngotsweng bakeng sa mesebetsi, mme ho Bokgoni ho tsa Bophelo, o lahlehelwa ke dintlha tsa bohlokwa hobane ha a kgone ho bala mongolo wa buka ya mosebetsi. Ho ile ha hlaka ho matijhere a hae hore taba ya sebele ha e mabapi le dithuto ka botsona, empa ke bothata ba Lily ba ho bala ka thello. Ntle le tsebo e matla ya ho bala, o sokola ho utlwisisa dipotso, ho latela ditaelo, le ho fumana dintlha tse ntjha dithutong tsohle tsa hae.

IHaeba o nahana ka baithuti ba hao, o tla bona hore Lily ha a mong. Baithuti ba bangata ba batjha ka phaposing ya hao le bona ba ka nna ba thatafalla ke ho bala ka tekanyo e lebelletsweng bakeng sa dilemo tsa bona. Baithuti bana, jwalo ka Lily, ba tobana le mathata dithutong tse fapaneng, eseng hobane ba haellwa ke thahasello kapa bokgoni, empa hobane ha ba eso be le tsebo ya ho bala e hlokalalang ho etsa mesebetsi wa bona ka botlalo. Phephetso ena e tlwaelehileng e totobatsa bohlokwa ba ho etella pele ntshetsopeleng ya ho bala Mokgahlelong wa Motheo, ho netefatsa hore moithuti e mong le e mong o fumana tshehetso eo a e hlokanang hore a atlehe.

### Ditekanyetso tse Potlakileng bakeng sa baithuti ba nang le bokgoni bo fapaneng

Ha baithuti ba ntse ba hatela pele Dikereiting tsa R-3, ho tlwaelehile ho lemoha bokgoni le mekgwa e mengata ya ho ithuta ka phaposing ya ho ithutela. Le hoja baithuti ba bangata ba ntlafatsa tsebo ya bona ka ditekanyetso tse fapaneng, ba bang ba ka bontsha matshwao a ho ithuta kapa bokowa ba mmele bo ka amang tswelopele ya bona dithutong. Ho tsebahatsa diqholotso tse esale qalong ho bohlokwa, kaha ho kena dipakeng ka nako ho ka fana ka tshehetso eo baithuti ba e hlokang hore ba atlehe.

### Leeto la Leah

Leah e ne e le moithuti ya kganyang le ya inahanelang ka Kereiti ya 2 haholo, a tletse ho batla ho tseba le boiqapelo. O ne a rata ho taka le ho aha dintho ka matsoho a hae, hangata a lahlehelwa ke mosebetsi wa hae wa ditshwantsho ka dihora tse ngata. Ho sa tsotellehe ditalente tsa hae tse hlakileng, Leah o ile a sokola dibakeng tse ngata sekolong. O ne a fumana ho le thata ho tsepamisa mohopolo nakong ya dithuto, haholoholo ha phaposi e le lerata kapa e na le mosebetsi o mongata. Hangata o ne a ikutlwa a sithabeditswe ke diphetoho tseo a neng di etsa, tse kang ho tshwara moemedi wa titjhere kapa tokisetso e ntjha ya ho dula, mme o ne a tshwenyeha ha a koptjwa ho kopanela mesebetsing ya sehlopha.

Titjhere ya hae e ile ya hlokomela hore Leah o ne a kgetha ho sebetsa a le mong mme e ne e se hangata a bapalang le baithuti mmoho le yena nakong ya kgefutso. Ha ho tluwa tabeng ya ho latela ditaello tsa molomo, ka dinako tse ding o ne a bonahala a ferekane kapa a tsielehile, esita leha ditaello di ne di phetwa. Le hoja a ne a ipabola mesebetsing ya boqapi, Leah o ne a ena le bothata ba ho hlalosa maikutlo a hae nakong ya dipuisano tsa phaposi mme hangata o ne a qoba ho shebana le batho mahlong, ho neng ho thatafaletsa matitjhere a hae ho buisana le yena.

Ha selemo sa sekolo se ntse se tswela pele, mohlakomedi wa Leah le titjhere ba ile ba ameha haholo. Leha tshebetso ya hae ya thuto dithutong tse kang bonono e ne e le matla, mathata a hae a puisano, dikamano tsa setjhaba, le ho sebetsana le kगतello ya maikutlo di ne di ntse di bonahala haholwanyane. Mohlakomedi wa hae o ile a ipotsa hore na ke hobaneng ha Leah a ne a thatafalla hakaale ho sebetsana ka katleho le dintho tse neng di bonahala di le bonolo ho bana ba dithaka tsa hae.

Ka mora dikopano tse mmalwa le matitjhere a hae, Leah o ile a fetisetswa tlhahlobong. Ke nakong ena moo Leah le lelapa la hae ba ileng ba ithuta hore o na le bohloko ba kelello autism spectrum disorder (ASD). Ka dilemo tse ngata, Leah o ne a ntse a sebetsana le mathata a amanang le kutlo, puisano, le ho sebedisana le batho ba bang ntle le ho tseba lebaka.

Ka kutlwisiso ena e ntjha, titjhere ya Leah le mohlakomedi ba ile ba sebetsa mmoho ho theha tikoloho e mo tshehetsang haholwanyane. Ka phaposing ya ho ithutela, titjhere ya hae e ne e sebedisa manane a pono ho mo thusa ho laola diphetoho tsa manane le ho fana ka sebaka se kgutsitseng moo a neng a ka ya teng ha a ikutlwa a imetswe. Leah o ile a boela a fuwa nako e eketsehileng ya ho sebetsana le ditaello tsa molomo mme a dumellwa ho sebetsa ka dihlopha tse nyenyane kapa a ikemetse ha ho hloka hala.

Ho utlwisisa lefu la hae la bohloko ba kelello autism ha ho a ka ha thusa Leah feela empa hape ho ile ha matlafatsa titjhere ya hae ya ho hlophisa tsehetso ka tsela e dumellanang le matla a hae.

Ha nako e ntse e ya, Leah o ile a itshepa haholwanyane ka phaposing. O ile a ithuta mekgwa ya ho sebetsa ka katleho le mathata a maikutlo mme a qala ho ikutlwa a phutholohile haholwanyane maamong a setjhaba. Ka tshehetso e nepahetseng, Leah o ile a kgona ho atleha, a paka hore ho hlahlojwa ha se tshitiso ya katleho, empa ke senotlolo sa ho notlolla disebediswa tse nepahetseng bakeng sa kgolo.

Pale ena e totobatsa bohlokwa ba ho lemoha matshwao a bohloko ba kelello autism pele le mathata leha e le afe a mang a ho ithuta kapa bokowa, ho dumella mehato e nepahetseng e ka thusang baithuti ba kang Leah ho hlola mathata le ho finyella bokgoni ba bona ka botlalo.

## Mokgwa wa ho ruta

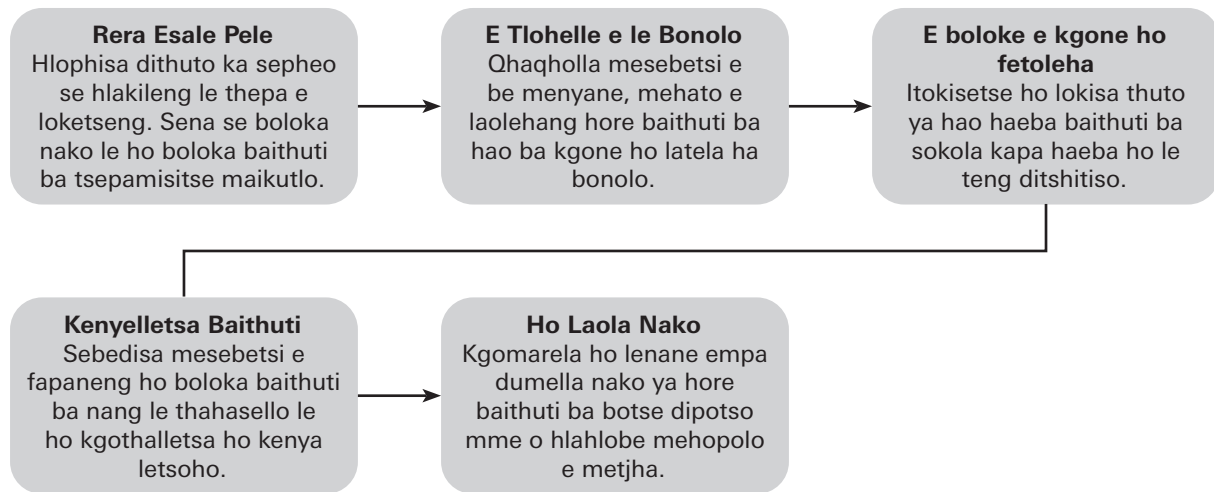
Kgopolotaba ya phapano ke mokgwa wa ho ruta o tsepamisang maikutlo kamoo baithuti ba lemohang le ho utlwisisa boiphihlelo ba **mefuta e fapaneng** ya kgopolo e rutwang. Taba ya mantlha ke hore baithuti ba utlwisise mohopolo ka botebo ha ba pepesetswa mehlaleng e mengata le e seng mehlala e totobatsang phapang le ho tshwana ho teng ka hara thuto e itseng.

Mohopolo wa motheo wa Kgopolotaba ya **mefuta e fapaneng** ke hore baithuti ba ithuta betere ha ba bona diphapano le ho tshwana ho seo ba se rutwang. O fana ka maikutlo a hore baithuti ba ke ke ba utlwisisa ntho ka botlalo ntle le haeba ba e bona ka mekgwa kapa maemo a fapaneng. Ka ho bontsha bobedi hore na mohopolo ke eng le seo e seng sona, baithuti ba ka tsepamisa maikutlo ho seo e hlileng e leng sa bohlokwa.

Ka mantswe a bonolo, **ho ithuta kgopolo hantle, ithute ho hloka ho bona hore na ke diphetoho dife le tse dulang di tshwana**. Sena se ba thusa ho hlokomela dikarolo tsa bohlokwa tsa mohopolo. Jwaloka matitjhere, re ka thusa ka ho bontsha mehlala e fapaneng e totobatsang phapang ena, e leng ho nolofalletsang baithuti ho utlwisisa ka botebo. Dikarolo tsa bohlokwa tsa Kgopolotaba ya phapang thutong di kenyelletsa:

1. **Ho Tsepamisa Maikutlo ho Dikarolo tsa Bohlokwa:** Titjhere o hlwaya ditshwanelo tsa bohlokwa tsa kgopolo le ho hlahisa mefuta e fapaneng e totobatsang dikarolo tseo.
2. **Mekgwa ya Mefuta e Fapaneng:** Titjhere o sebedisa mekgwa e fapaneng ho thusa baithuti ho bona hore na ke eng e fapaneng le se sa fetoheng. Mekgwa ena e kenyelletsa:
  - **Kgahlano:** Ho fana ka mehlala e hanyetsanang ho totobatsa diphapang.
  - **Kakaretso:** Ho bontsha mefuta e fapaneng ka hara kgopolo ho utlwisisa tshebediso e phatlalletseng.
  - **Karohano:** Ho hlahisa tshobotsi e nngwe le e nngwe ka thoko ho tsepamisa maikutlo a bohlokwa ba yona.
  - **Ho Kopanya:** Ho kopanya dikarolo tsa bohlokwa ho bona hore na di sebedisana jwang ka hara kgopolo.
3. **Temoho:** Ka ho ba le boiphihlelo bo fapaneng, baithuti ba ka lemoha hore na ke dintlha dife tseo e leng tsa bohlokwa le ho hlaolela kutlwisiso e tebileng ya kgopolo.

### Tsamaiso e atlehileng a thuto



### Bophelo bo botle ba matijhere

Ho ruta ke mosebetsi o boima haholo ho ditsebi tse ngata. Ha se feela mosebetsi o boima, o nang le diphephetso tse ngata tsa disebediswa, ho ka hlahisa dikotsi tse ngata naheng e nang le botlokothebe bo phahameng le morusu. Ka mabaka ana ho a hloka hore o be le ditsamaiso tsa ho itlhokomela, ho theola le ho sebetsana le boiphihlelo le matshwenyeho a bona.

#### Ho inahana le ho thuisa

Nka metsotso e seng mekae letsatsi ka leng ho phomola ka ho itlwaetsa ho ba le inahana. Boikwetliso ba ho phefumoloha le ho kgutsisa mehopolole ya hao ho ka thusa ho fokotsa kgateello ya maikutlo. Disebediswa tsa mahala tsa ho thuisa di fumaneha ho marangrang mme di ka etswa ka phaposing ya hao nakong ya kgotso.

#### Aha ditjhaba tse tshehetsanang

Eba setho kapa o thehe sehlopha sa matijhere bakeng sa tshehetso le ho ithuta. Ho arolelana maiphihlelo le ba bang ho ka o thusa ho sebetsana le mathata a ho ruta le ho fana ka maikutlo a matjha.

#### Bophelo bo botle

Eba le phepo e nepahetseng, dula o le mahlahlaha mme o hlokomele lentswe la hao. Ditlwaello tse bonolo tsa letsatsi le letsatsi tse kang ho dula o nwa metsi, ho ja dijo tse matlafatsang, le ho ikwetlisa kamehla ho tla boloka matla a hao a le hodimo le ho sireletsa bophelo ba hao.

#### Bophelo ba Kelello le maikutlo

Ho ruta bana ba banyenyane, ba tlokoising ho ka ba boima maikutlong. Ho bohlokwa ho ba le sebaka se sireletsehileng kapa sebaka seo o ka buang ka boikarabelo ba hao ho sona le ho sebetsana le boima ba kelello ba karolo ya hao

## Tsamaiso ya Phaposi

Ho tsamaisa diphaposi tse kgolo, ho tlwaelehile dikolong tse ngata, e ka ba phephetso. Ho theha ditataiso tsa tshebedisanommoho ho thusa ho kgothalletsa setjhaba se nang le tlhompho, se kenyeletsang bohle. Ho kgothalletsa baithuti ho maitshwaro le maikemisetso a ho ithuta ho phahamisa botho ba melao le ditebello. Mawa a sebetsang hantle a tsamaiso ya diphaposi a kenyelletsa:

- Ho beha meedi: Hlalosa melao le meedi e hlakileng ho tloha qalong mme o tswela pele ho e tiisa.
- Tlwaelo le sebopeho: Ho boloka mekgwa e tsitsitseng ho thusa ho laola dihlopha tse kgolo.
- Mosebetsi wa dithaka: Ho kopanya baithuti ka dihlopha ho kgothalletsa thuto ya dithaka, tshebedisano mmoho, le boikarabello bo arolelanwang.
- Disebediswa tse bonwang le tse mamelwang: Sebedisa Dithusathuto tse bonwang (diphoustara, matshwao a matsoho) le mantswa a mamelwang (mmimo, ho opa diatla) ho tiisa ditaello.
- Ditaello tse fapaneng: Lokisetsa dithuto ho fihlela ditlhoko tse fapaneng tsa baithuti ka phaposing.

## Tsamaiso ya Dikereiti tse ngata

Diphaposi tsa dikereiti tse ngata, moo dikereiti tse fapaneng di rutwang hammoho, ho bohlokwa ho utlwisisa bokgoni ba moithuti ka mong. Qala dithuto ka mosebetsi o akaretsang baithuti bohle mme o ba abele mesebetsi ho ya ka maemo a bokgoni ba bona. Sebedisa mesebetsi wa batho ba babedi kapa wa sehlopha ho dumella baithuti ho sebedisana, ho sa tsotellehe hore na ba na le bokgoni bo tshwanang kapa bo fapaneng. Mesebetsi e qhaqhollotsweng ho e etsa e be bobebe ho netefatsa hore baithuti ba bokgoni bohle ba dula ba tshwarehile mme ba ka kenya letsoho ka mokgwa o nang le moelelo.

## Ho Tshehetsa Mekgwa e fapaneng ya ho ithuta

Ka phaposing efe kapa efe ya ho ithutela, ebang ho na le baithuti ba 15, 20, kapa 40, ho tla ba le mefuta e fapaneng ya mekgwa ya ho ithuta. Tsena ke ditsela tseo ka tsona baithuti ba monyang, ba sebetsanang le bona, ba utlwisisa le ho hopola dintlha. Ho theha tikoloho ya ho ithuta e kenyeletsang, ho bohlokwa ho tseba le ho tshehetsa mokgwa wa ho ithuta wa moithuti e mong le e mong le ho fetola mekgwa ya hao ya ho ruta ho fihlela ditlhoko tsa bona.

Ho ya ka tsamaiso ya VARK, mekgwa ya ho ithuta e hlophisitswe ka dikarolo tse 4 tse ka sehloohong:

- Ho Ithuta ka Pono/Sebaka: Mokgwa o tlwaelehileng haholo. Baithuti bana ba ipabola ha lesedi le hlalisoa ka pono, jwaloka ka ditshwantsho, ditjhate, le ho shebisisa.
- Thuto ya Kutlo: Baithuti bana ba sebetsana le tlhahisoleseding hantle ka ho utlwa, ho bua le ho mamela. Dipuisano le ditlhaloso tsa mantswa di ba thusa ho utlwisisa dikgopolo tse ntjha.
- Ho Ithuta ho Bala le ho Ngola: Baithuti ba sehlopheng sena ba atleha ka ho bala le ho ngola. Ba ipabola tabeng ya ho sebetsana le ditaba tse ngotsweng mme ba na le tsebo e matla ya Kgopolotaba.
- Ho Ithuta ka Ho Tshwara: Baithuti bana ba rata ho ithuta ka ho etsa. Ba sebetsana le ditaba ka ho ama, ho sisinyeha, le boiphihlelo ba matsoho, ba ipabola mesebetsing e etswang ka matsoho.

# Sehlooho 1 Seo re se hloakang hore re phele

Sebaka sa thuto	Seo re se hloakang hore re phele
Nako ya ho ruta	<p>Dihora tse 12</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tsebo ya Motheo le Bophelo bo Botle ba Botho</li> <li>le Phedisano – dihora tse 4</li> <li>Bonono bo Iqapelwang dihora tse 4</li> <li>Thuto ya Boithapollo ba Mmele – dihora tse 4</li> </ul>
Disebediswa tse kgothaleditsweng	Buka ya moithuti; pampiri; dipene/dipensele; lebota la mantswa; dikarete tsa padiso; dintho tsa mahlakore a mararo (3D); divideo; diijhate; DBE WB 1 leqephe 1-9
Diphetho tsa ho ithuta	<p>Qetellong ya sehlooho sena baithuti ba lokela ba be ba kgona ho:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utlwisisa hore dijo tse ding di na le phepo mme tse ding ha di na phepo</li> <li>Utlwisisa hore hobaneng re tlameha ho ja dijo tsa phepo</li> <li>Tseba hore re hloka dijo tsa kgolo, matla le bophelo bo botle</li> <li>Utlwisisa bohlokwa le tshebediso ya metsi a hlwekileng</li> <li>Hlalosa bohlokwa ba moya o hlwekileng ho batho, diphoofolo le dimela</li> <li>Utlwisisa bohlokwa le kotsi ya ho ba letsatsing.</li> </ul>
Bokgoni	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bokgoni ba saense ba tshebetso</li> <li>Bokgoni ba theknoloji ba tshebetso</li> <li>Tsebo ya dibaka</li> <li>Sheba</li> <li>Hlwaya</li> <li>Bapisa</li> <li>Bua</li> </ul>
Tsebo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mefuta e fapaneng ya dijo</li> <li>Dijo tse lokileng bakeng sa matla</li> <li>Mehlodi ya metsi</li> <li>Mokgwa wa ho boloka metsi</li> <li>Bohlokwa ba metsi, moya le kganya ya letsatsi</li> <li>Tshireletso ho tswa letsatsing.</li> </ul>
Maitshwaro	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tlhompho</li> <li>Kutlwelobohloko</li> <li>Mamello</li> </ul>
Maikutlo	Dipotso le kgokahano
Tsebo ya motheo	Baithuti ba tlameha ho utlwisisa hore batho ba hloka ntho tse fapaneng hore ba kgone ho phela. Ho bohlokwa ho ba le bophelo bo botle. Hore re be le bophelo bo botle re tlameha ho ja dijo tse hantle bakeng sa rona mme re be le moo re ka fumanang metsi a hlwekileng hammoho le kganya ya letsatsi.

- **Ntho tse nang le phepo** – Ntho tse matlafatsang mmele ya rona
- **Tse se nang phepo** – ntho tse kudisang mmele ya rona



## Kotara 1

<b>Dipotso Tsa Monahano o Tebileng</b>	Ke dintho dife tseo ke di hloakang ho phela? Ke hloka ho ja eng hore ke phele? Na ho bohlokwa ho phela bophelo bo botle? Ke hloka eng ho phela bophelo bo botle? Nka hlokomela jwang le ho sireletsa mehlodi eo ke e hloakang ho phela?
<b>Matahanyo</b>	Puo ya lapeng: Ho mamela le ho bua: ho sebedisa puo mabapi le bophelo bo botle le dijo. Ho sebedisa tlotlontswe ho tseba dijo. Saense ya tlhaho: utlwisisa bohlokwa ba metsi, moya le kganya ya letsatsi bakeng sa dintho tse phelang. Dipalo, khouding le diroboto: Ho ya morao le pele ho kriti.
<b>Mokgwa wa ho ruta</b>	Puisano, pontsho, taelo, ho botsa, tekanyetso e seng ya semmuso
<b>Tekanyetso</b>	Sebedisa ho sheba ho lekanya baiithuti ka bo mong nakong ya mesebtsi. Tekanyetso e lokela ho ba e seng ya semmuso mme e be e tswelang.
<b>Ruburiki</b>	Sheba diruburiki tse ka fatshe ho ditshebetso tse itseng. Ha ho na tekanyetso ya semmuso ya Kereiti ya 2.

### Ha re qale

Hlalosetsa baiithuti hore ba tlo ithuta ka seo re se hloakang ho phela.

Botsa dipotso tse latelang mme o dumelle nako bakeng sa dikarabo tse fapaneng:

- Na o ka phela ka ntle ho dijo?
- Na o ka phela ka ntle ho metsi?
- Na tsohle tseo o di jang di o loketse? O reng ka dipompong le dino tsa kgase?
- Hobaneng batho ba rwala dikatiba le sethibela letsatsi ha ba le ka ntle letsatsing le tjhesang haholo?

Jwetsa baiithuti hore ba tla ithuta ka bohlokwa ba ho ja dijo tsa phepo, ho hema moya o hlwekileng le ho nwa metsi a hlwekileng le ho itshireletsa letlalo la rona letsatsing. Ebe o kopa baiithuti ho sheba ditshwantsho mme ba arabe dipotso.

Baiithuti ba sebetse ka bobedi.

1. Baiithuti ba fane ka dijo tseo ba di ratang. Dikarabo di tla fapana.
2. Baiithuti ba nke qeto ya hore sejo se na le phepo kapa tjhe. Dikarabo di tla fapana.
3. Baiithuti ba tlameha ho araba hore ba thabela ho bapala ka ntle kapa tjhe. Baiithuti ba bangata ba tla thabela ho bapala ka ntle mme ba dumele hore ke tsela e ntle ya ho sebedisa nako ya bona.
4. Baiithuti ba 4 ba tlameha ho bolela dipapadi tseo ba thabelang ho di bapala. Dikarabo di tla fapana. Ba tlameha ho thabela ho bapala dipapadi tse kang bolo le tse ding. Dumella dikarabo tse ding jwalo ka ho bapala ka hara santa, boleke ba maipatile le kgati.

- **Matla** – seo re se hlohang bakeng sa mmele ya rona hore re kgone ho sebetsa le ho bapala



## Tshebetso ya 1 (Buka ya Moithuti leqephe la 2)

### Sebetsang ka bobedi

#### Tataiso ya tshebetso

Baithuti ba tlameha ho araba dipotso.

1. Ke eng e re nehang matla?
2. Sahil a ka etsa eng hore a be le matla a fetang?
3. Hobaneng o nahana hore Sahil o a kgathala?

#### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Dijo.
2. Sahil o ne a ka ja dijo tse ngata tse nang le phepo.
3. Baithuti ba tlameha ho araba hore Sahil o a ikwetlisa mme ha a thole matla a lekaneng ho tswa ho dijo tseo a di jang.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Tsamaya ka phaposing ho etsa bonnete ba hore baithuti bohle ba nka karolo le hore ba araba dipotso.

Mamela e le ho etsa bonnete ba hore baithuti bohle ba nka karolo tshebetsong.

##### Ho fapana

Hopotsa baithuti hore re tswa bakeng tse fapaneng mme re ja dijo tsa mefuta e fapaneng. Kgothalletsa baithuti hore ba bue ka dintho tse fapaneng tseo ba ka di jang. Ho arolelana tseo o ileng wa kopana le tsona ho kgothalletsa kutlwisiso le kutlwelobohloko ka phaposing ya ho rutelwa.

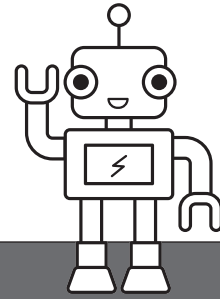
Tshebetso ena e ka eketswa bakeng sa baithuti ba hlohang nako e ngata.

Haeba nako e dumela, kgothalletsa puisano ka mefuta e fapaneng ya dijo e jewang ke dihlopha tse fapaneng tsa setso.

##### Disebediswa

Buka ya moithuti; pampiri; dipene/dipensele; ditshwantsho tsa dijo tsa phepo tse fapaneng ho tswa dimakasineng.

## Tshebetso ya 2 (Buka ya Moithuti leqephe la 3)



Sebetsa o le mong

### Tataiso ya tshebetso

- Baithuti ba tlameha ho latela sehlopha ka seng sa diaro.
- Thusa baithuti ho bona hore motsu ka mong o shebile hokae. Baithuti ba tlameha hore pele ba bone letsoho le letshehadi le la bona le letona.
- Dumella baithuti ba sebedise letshwao, jwalo ka pensele ya bona, raba, motjhini hore di emele Sahil. Ba tlameha ho utlwisisa hore Sahil o tla be a shebile kriti qalong pele a ka latela hore diaro di ya hokae.
- Kgothaletsa ho sebetsa ka dihlopha le ho kopana ha baithuti.
- Baithuti ba bang ba tla bona ho na le tsela tse ding tsa ho fihla ho ntho e nngwe le e nngwe. Dumella baithuti ho ngola fatshe dihlopha tse fapaneng tsa diaro mme o etse baithuti ba bapise hore ke tsela efe e potlakang (diaro tse mmalwa le hore ke efe e telele, diaro tse ngata).

### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Dijo tsa motsheare tsa phepo: Boroitho le botlolo ya metsi, sehwele le apole.
2. Tholwana – panana, apole le lamunu.
3. Dijo tse se nang phepo: dounate, ditjhipisi tse hadikilweng, kuku, seno sa kgase, lebejanapoo.

### Kenyelletso le ho fapana

#### Kenyelletso

Tsamaya ka phaposeng ya ho rutelwa ho netefatsa hore baithuti kaofela ba nka karolo ebile ba latela diaro tse ho kriti. Thusa baithuti ba sokolang.

#### Ho fapana

Kgothaletsa baithuti ho thusana le ho sebetsa mmoho ho latela sehlopha sa diaro. Dumella baithuti ho buisana haeba ho na le sete tse ding tsa diaro tse ka ba isang ho ntho ka nngwe e ho kriti. Ba dumelle hore ba hlahlobe ditsela tse kgutshwane le tse telele.

### Disebediswa

Buka ya moithuti; dipene/dipensele; dintho tse ka sebediswang jwalo ka letshwao ho tsamaisa kriti, jwalo ka motjhini wa moithuti, pensele, raba kapa sekgomaretsi.

Etsa kriti e boholo ba motho ya tshwantshwang fatshe phaposeng ya ho rutelwa ka masking tape. Sena se tla dumella baithuti ho bona hore ba hloka ho sheba kriti ha ba latela sehlopha sa diaro.

## Tshebetso ya 3 (Buka ya Moithuti leqephe la 4)

Sebetsa o le mong

### Tataiso ya tshebetso

Baithuti ba tlameha ho sheba ditshwantsho mme ba etse lethathamo la hore ke eng hape eo ba ka sebedisang metsi bakeng sa yona.

### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Dikarabo di tla fapana.
2. Dikarabo tseo e ka bang tsona e ka ba ho nwa, ho hlwekisa diphahlo, ho hlatswa mmele ya rona le ho nosetsa serapa.

### Kenyelletso le ho fapana

#### Kenyelletso

Tsamaya ka phaposing ho netefatsa hore baiithuti ba nka karolo mme ba araba dipotso. Thusa baiithuti ba sokolang.

#### Ho fapana

Kgothaletsa baiithuti ho bua ka dintho tse fapaneng tseo ba di sebedisetsang metsi mahaeng a bona. Ho arolelana tseo o ileng wa kopana le tsona ho kgothaletsa kutlwisiso le kutlwelobohloko ka phaposing ya ho rutelwa.

### Disebediswa

Buka ya moithuti; pampiri; dipene/dipensele; beisine; sesepa; thawele le metsi ho itlwaetsa ho hlapa matsoho.



### Nako ya ho utulla

Baithuti ba sebetse ka bobedi.

Baithuti ba tlameha ho bua hore metsi a hlaha kae.

1. Baithuti ba tlameha ho etsa phousetara e bontshang dibaka tse hlano moo re fumanang metsi teng. Dikarabo tse ka bang tsona: pula, dinoka, matamo, matsha, ho tswa dipompong le diphaphe mahaeng a rona.
2. Baithuti ba sebedisa dibuka le inthanete ho ba thusa.
3. Baithuti ba jwetse phaposi hore ba ithutile eng.

## Tshebetso ya 4 (Buka ya Moithuti leqephe la 5)

### Sebetsang ka bobedi

#### Tataiso ya tshebetso

Baithuti ba tlameha ho araba dipotso.

1. Ho etsahala eng ho setshwantsho ka seng?
2. Hobaneng moshemane a ikwetse dinko?
3. Hobaneng o hloka moya o hlwekileng?
4. O nahana hore dimela le diphoofole di hloka moya o hlwekileng? Hobaneng?

#### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Setshwantsho 1: Ngwanana o thabile mme o matha tseleng ya maoto. Phakeng ho na le difate, dinonyana, jwang le dipalesa sebakeng seo. O thabile ebile o na le matla.
2. Setshwantsho 2: Moshemane o tsamaya seterateng se nang le koloi e fetang pela hae mme ho yona ho tswa mosi. Moshemane o ikwetse dinko mme o bonahala a nyontshwa ke monko.
3. Mosi o nkg'a hampe.
4. Ho hema le ho phela hantle.
5. Baithuti ba tlameha ho dumela hore dimela le diphoofole di hloka moya o hlwekileng hore di phele hantle.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Baithuti ba ka ba le dikarabo tse fapaneng. Kgothaletsa baithuti ho arolelana dikarabo tsa bona mme ba hlalose hore ba di fihletse jwang.

##### Ho fapana

Hopola hore baithuti ba ka ba le boiphihlelo bo fapaneng ka tshilafalo. Seo se ka bonahalang se le hantle ho moithuti e mong se ka se amohelehe ho moithuti e mong.

Baithuti ba potlakang ho qeta tshebetso ba ka koptjwa ho etsa lethathamo la dikotsi tsa tshilafalo.

#### Disebediswa

Buka ya Moithuti, dipene/dipensele

## Tshebetso ya 5 (Buka ya Moithuti leqephe la 6)

- **Ho tjheswa ke letsatsi** – Letlalo le bohloko le bakilweng ke nako e telele letsatsing
- **Sireletsa** – Ho boloka motho kapa ho hong ho le boemong bo hantle

### Sebetsa o le mong

#### Tataiso ya tshebetso

Baithuti ba shebe setshwantsho mme ba bale dileibole. Mme ba arabe dipotso tse latelang.

1. Hobaneng letsatsi le re loketse?  
Qala polelo ya hao ka: Letsatsi le re loketse hobane \_\_\_\_.
  2. Hobaneng letsatsi le ka ba lebe bakeng sa rona?  
Qala polelo ya hao ka: Letsatsi le ka ba lebe bakeng sa rona ha \_\_\_\_.
  3. O tlameha ho sireletsa letlalo la hao letsatsing jwang?  
Qala polelo ya hao ka: Ke tlameha ho sireletsa letlalo la ka letsatsing ka ho \_\_\_\_.
- Hlaloetsa baithuti hore re hloka Vithamine D hore masapo a bopehe hantle.
  - Hlaloetsa baithuti hore letsatsi le ka senya letlalo la rona mme letsatsi le lengata le ka etsa kankere ya letlalo.

#### Dikarabo tse kgothaletswang

Dikarabo di tla fapana.

1. Letsatsi le re loketse hobane le re neha Vithamine D.
2. Letsatsi le ka ba lebe bakeng sa rona ha le re tjhesa.
3. Ke tlameha ho sireletsa letlalo la ka ka ho rwala katiba le ho itlotsa ka sethibela letsatsi.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Baithuti ba tla ba le dikarabo tse fapaneng. Kgothaletsa baithuti ho arolelana dikarabo tsa bona mme ba hlalose hore ba di fihletse jwang.

##### Ho fapana

Baithuti ba ka bua ka mebala e fapaneng ya letlalo ya baithuti ba ka phaposeng ya bona. Hlaloa hore merabe e hlahetseng dibakeng tseo ho batang haholo ha e a ka ya fumana letsatsi le lekaneng mme e na le melatonin e nyenyane kapa matlalo a yona a a kganya. Merabe e hlahetseng dibakeng tseo ho tjhesang haholo e na le matlalo a matsho e le bakeng sa ho itshereletsa letsatsing.

Hopotsa baithuti hore motho e mong le e mong a ka tjheswa ke letsatsi ho sa kgathalletsehe mmala wa letlalo la hae.

Fumana video YouTube e hlalolang dikotsi tsa ho tjheswa ke letsatsi.

#### Disebediswa

Buka ya moithuti; dipene/dipensele; diphousetara le ditshwantsho.

## Ha re lekole

Buka ya Moithuti Leqephe la 8

1. Setshwantsho B – apole, borotho bo bosootho ka tjhisi, botlolo ya metsi.
2. Re hloka ho tlotsa sethibelaletsatsi hodima letlalo la rona ha re ya letsatsing.
3. Polelo e fosahetse.
4. Baithuti ba tlameha ho taka setshwantsho hore ba sebedisa metsi jwang hae. Ho taka ha baithuti ho tla fapana.

## Ditshebetso tsa tlatsetso tsa dipina

### 1. Papadi ya sethibelaletsatsi

Ho bobebe ho lebala ho itlotsa ka sethibelaletsatsi ho dikarolo tse fapaneng tsa mmele ya rona pele re ya letsatsing. Ka nako tse ding ho a thusa ho bina pina ha o itlotsa ka sethibelaletsatsi. Sena se re thusa ho hopola ho itlotsa ka sethibelaletsatsi ho dikarolo tsa mmele tseo ekabang di lebetswe. Bina pina “Hlooho, Mahetla, Mangwele, le Menwana” le baithuti mme le ba kgothalletse ho e bina nako e tlang ha ba itlotsa ka sethibelaletsatsi. Baithuti ba tlameha ho itshisinyanya mmele ka temana ka nngwe.

Fumana pina le video ho YouTube.

Ena ke tshebetso ya ho sisinyeha ka ho bontsha boqapi, ho otlolla le ho kgona ho ya tataisong tse fapaneng.

### 2. Etela polasi kapa lebenkele la dijo

E ka ba ka phaposi kapa ka bongwe baithuti ba etele polasi kapa lebenkele la dijo. Ba tlameha ho etsa lethathamo la dijo tsa phepo tse fumanehang moo. Mme ba bolele dirisepe kapa dijo tse fapaneng tse ka etswang ka ntho tseo. Seo ba se tholang se ka aroleanwa phaposing.

### 3. Ho etsa mmala

Baithuti ba ka penta ditshwantsho tsa dijo tse fapaneng, ka ho sebedisa mmala o le mong bakeng sa sehlopha sa dijo. Mohlala, ho penta dijo tse kgubedu jwalo ka ditamati, diseteroberi le monokotshwai, kapa dijo tse mmala wa lamunu jwalo ka mokopu, dihwete le dilamunu.

# Pampiri ya Tshebetso 1 Dintho tse phelang di hlokang?

Lebitso le fane:

Kereiti:

Mohla:

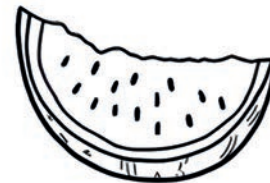
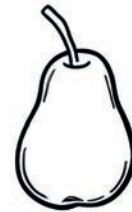
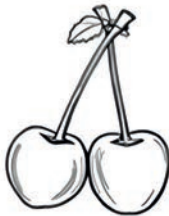
dijo lehae metsi moya  
dibapadiswa koloji

1. Ntho tse phelang di hloka \_\_\_\_\_ ho hema.
2. Ntho tse phelang di hloka ho ja \_\_\_\_\_ bakeng sa matla.
3. Ntho tse phelang di hloka ho nwa \_\_\_\_\_.
4. Ntho tse phelang di hloka \_\_\_\_\_ le mofuthu ebile le omme.

# Pampiri ya Tshebetso 2 Dijo tseo re lokelang ho dija

Lebitso le fane:	
Kereiti:	Mohla:

1. Taka mmala o nepahetseng ho tholwana.



2. Qetella mantswe.

pana\_\_\_\_\_

leh\_\_\_\_\_

peina\_\_\_\_\_

ap\_\_\_\_\_

mora\_\_\_\_\_

pe\_\_\_\_\_

# Sehlooho 2 Nna le ba bang



Sebaka sa thuto	Nna le ba bang
<b>Nako ya ho ruta</b>	Dihora tse 12 <ul style="list-style-type: none"> <li>Tsebo ya Motheo le Bophelo bo Botle ba Botho le Phedisano – dihora tse 4</li> <li>Bonono bo Iqapelwang – dihora tse 4</li> <li>Thuto ya Boithapollo ba Mmele – dihora tse 4</li> </ul>
<b>Disebediswa tse kgothale-ditsweng</b>	Buka ya moithuti; sekere; sekgomaretsi; pene/dipensele; dibuka tsa diitshwantsho le tlhahisoleseding; dikarete tsa padiso; diphousetara; diijhate; divideo; dibopeho tse mahlakore a mararo (3D); DBE WB1 leqephe 10–25
<b>Diphetho tsa ho ithuta</b>	Qetellong ya sehlooho sena baiuthuti ba lokela ba be ba kgona ho: <ul style="list-style-type: none"> <li>Utlwisisa hore batho ba fapane</li> <li>Hlalosa hore o ka bontsha mosa jwang ho motho</li> <li>Hlalosa maitshwaro a etsang motswalle ya lokileng</li> <li>Utlwisisa hore re tlameha ho hlompha matijjhere le dikolo tsa rona</li> <li>Tseba ho bontsha tlhompho</li> <li>Utlwisisa hore ho hlorisa bana ba bang ho ka ama tsela eo ba iponang ka yona</li> <li>Tseba hore ketane ya molaetsa e etswa jwang.</li> </ul>
<b>Bokgoni</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tseba</li> <li>Bapisa</li> <li>Bua</li> <li>Ho kgona ho hlompha le ho tshwarela</li> </ul>
<b>Tsebo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utlwisisa hore batho ba fapane</li> <li>Hlalosa hore o ka ba mosa ho motho jwang.</li> <li>Dintho tse etsang hore motho e be motswalle ya lokileng.</li> <li>Bohlokwa ba ho hlompha matijjhere le dikolo tsa rona.</li> <li>Bohlokwa ba tlhompho le ho thusa ba bang.</li> <li>Ho hlorisa bana ba bang ho ka ama tsela eo iponang ka yona.</li> <li>Ketane ya molaetsa e etswa jwang.</li> </ul>
<b>Maitshwaro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tlhompho</li> <li>Kutlwelobohloko</li> <li>Mamello</li> </ul>
<b>Maikutlo</b>	Dipotso le kgokahano
<b>Tsebo ya motheo</b>	Baiuthuti ba hloka ho utlwisisa hore batho ba fapane mme ho bohlokwa ho tshwara bohle ka mosa, kutlwisiso le tlhompho.

<b>Dipotso Tsa Monahano o Tebileng</b>	<p>Re ka thusa batho ba bang jwang?</p> <p>Ke maitshwaro afeng a mararo a etsang motho motswalle ya lokileng?</p> <p>Re bontsha jwang tlhompho ho matitjhere le dikolo tsa rona?</p> <p>Re bontsha tlhompho jwang ho batho ba bang?</p> <p>Ke eng ho hlorisa ba bang le hore e ama jwang ho itekola ha hao?</p>
<b>Matahanyo</b>	<p>Puo ya lapeng: Ho mamela le ho bua: Puo e hlophisitswang le e sa hlophiswang.</p> <p>Ho arolelana mehopolo le tseo o ileng wa kopana le tsona le ho bontsha kutlwisiso ya mantswa;</p> <p>Bontsha kgokahanyo ho lentswe ka ho hlophisa dipalo tseo o di rutilwang. Hape o ka kokahanya khouding le diroboto jwalo ka ha baithuti ba eellwa mekgwa ya hore ke eng ho hlomphe le ho se hlomphe.</p> <p>Hokahanya khouding le diroboto. Baithuti ba latela ditaelo hore ba etse ketane ya pampiri.</p>
<b>Mokgwa wa ho ruta</b>	Puisano, pontsho, taelo, ho botsa, tekanyetso e seng ya semmuso
<b>Tekanyetso</b>	Sebedisa ho sheba ho lekanya baithuti ka bomong nakong ya ditshebetso. Tekanyetso e lokela ho ba e seng ya semmuso mme e be e tswelang.
<b>Ruburiki</b>	Sheba diruburiki tse ka fatshe ho ditshebetso tse itseng. Ha ho na tekanyetso ya semmuso ya Kereiti ya 2.

### Ha re qale

Hlalosa ho baithuti hore ba tla be ba ithuta ka bona le batho ba bang. Re fapane kaofela ha rona empa ho bohlokwa ho tshwara bohle ka ho lekana le ka mosa, kutlwisiso le tlhompho. Ebe o kopa baithuti ho sheba ditshwantsho mme ba arabe dipotso.

Baithuti ba sebetse ka bobedi.

1. Re ka bontsha mosa jwang ho batho ba bang?

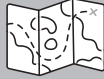
Dikarabo tsa baithuti di tlo fapana. Ba ka nna ba kenya mehlala jwalo ka ho arolelana, ho thusa, ho etsa ho hong ho hotle kante le ho koptjwa.

2. O ka tshedisa jwang motswalle ya utlwileng bohloko jwang?

Dikarabo tsa baithuti di tlo fapana. Ere o tla bapala le bona, ba hake, mamela hore hobaneng ha ba hloname.

Etsa lethathamo la dintho tse tharo tseo o ka di etsang hore ngwana e motjha ka phaphosing ya lona a ikutlwe a amohelehile.

Dikarabo di tla fapana. Tse ka bang dikarabo: Itsebise ho bona. Ba botse ho hong ka bona. Ba meme ho bapala le wena ka nako ya kgefu. Ba bontshe ho pota sekolo.



### Nako ya ho utulla

Baithuti ba sebetse ba le bang.

1. O ikutlwa jwang ha o thusa ba bang?

Dikarabo tsa baithuti di tla fapana: Ba tlameha ho bua hore ho thusa ba bang ho ba etsa ba ikutlwe ba thabile, ba le hantle, ba le motlotlo ka bona hore ba kgonne ho etsa ho hong bakeng sa motho e mong.

2. O ikutlwa jwang ha o thuswa ke ba bang?

Dikarabo tsa baithuti di tla fapana. Tse ka bang dikarabo di keneletsa ho ikutlwa hantle ka bona, ba ananelwa ebile ba kgathallwa.

## Tshebetso ya 1 (Buka ya Moithuti leqephe la 10)

Sebetsa o le mong

### Tataiso ya tshebetso

Kopa bana mantswe a etsang hore motho e be motswalle ya lokileng mme o di ngole ho boto e tshweu ho ba thusa ka tshebetso.

Mamela ka hloko bakeng sa dipuo tse sa lokang mme o ba thibe o tsitsitse. Baithuti ba tlameha ho araba dipotso tse latelang.

1. Ngola fatshe maitshwaro a mane a etsang motho motswalle ya lokileng.
2. Ngola fatshe maitshwaro a mane a o etsang motswalle ya lokileng ho bana ba bang.

### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Dikarabo tsa baithuti di tlo fapana: Ho thusa, ho utlwisisa, ho ba le mamello, ho ba mosa, ho kgathalla, ho qabola, jwalojwalo.
2. Dikarabo tsa baithuti di tlo fapana: Ho thusa, ho utlwisisa, ho ba le mamello, ho ba mosa, ho kgathalla, ho qabola, jwalojwalo.

### Kenyelletso le ho fapana

#### Kenyelletso

Tsamaya ka phaposing ho netefatsa hore baithuti kaofela ba qeta tshebetso.

Thusa baithuti ba bonahalang ba sokola ka tshebetso.

#### Ho fapana

Hopotsa baithuti hore ho na le maitshwaro a fapaneng a etsang motho e be motswalle ya lokileng le hore ha ho na dikarabo tse nepahetseng kapa tse fosahetseng. Se leng bohlokwa ho motho a le mong se ka se be bohlokwa ho e mong.

Haeba nako e dumela, leka ho ba le puisano le phaposi ka maitshwaro a fapaneng a etsang motswalle ya lokileng. Na maitshwaro a kang ho tshepahala le ho ba le nnete a bohlokwa haholo ho feta ho qabola le ho thaba haholo?

**Disebediswa**

Buka ya moithuti; pene/pensele; buka ya mosebetsi

- **maitshwaro** – dintho tse ntle ka motho tse mo etsang a ikgethe
- **setswalle** – batho ba qetang nako ha mmoho hobane ba rata dintho tse tshwanang

**Tshebetso ya 2 (Buka ya Moithuti leqephe la 11)****Sebetsang ka bobedi****Tataiso ya tshebetso**

1. Baihuti ba tlameha ho qetella thothokiso ya setswalle.
2. Ho dikgeo, baihuti ba tlatsa maitshwaro le diketso tseo ba nahanang ka bobedi hore metswalle e hantle e tlameha ho ba le yona. Lebokose la lentswe le tla thusa baihuti.

Baihuti ba arolelana diithokiso tsa bona le phaphosi mme e kenyelletsa le boitshisinyo ba mmele.

**Dikarabo tse kgothaletswang**

Dikarabo tsa baihuti di tla fapana empa ba tlameha ho sebedisa mehlala e nehilweng ka lebokoseng la lentswe.

**Bontsha kopanyo ka sekgowa.**

Sebedisa ruburiki e ka fatshe ho lekola diithokiso tsa baihuti.

**Kenyelletso le ho fapana****Kenyelletso**

Tsamaya ka phaposing ho netefatsa hore baihuti kaofela ba nka karolo le ho tlatsa dikgeo ho diithokiso tsa bona tsa setswalle.

Mamela ho netefatsa hore baihuti kaofela ba nka karolo ho tshebetso. Baihuti ba bang ba ka ikutlwa ba na le dihlong tsa ho etsa diketso ka pela phaphosi, di etse le bona ho ba neha boitshupo.

**Ho fapana**

Hopotsa baihuti hore re fapane kaofela ha rona, hore re tlameha ho hlompha batho ba fapaneng le hore ho na le maitshwaro a fapaneng a mangata le diketso tse bohlokwa ho metswalle. Mohlala, Afrika Borwa ho na le dipuo tse 12 tsa semmuso mme re tlameha ho hlompha motho ya buang puo e fapaneng le ya rona.

Haeba nako e dumela kgothalletsa baihuti ho nka karolo puisanong ka phaposing ka hore ke diithokiso dife tsa setswalle tseo e leng tsa mantlha. Baihuti ba tla ithuta hore ha ho na mohlodi. Ho na le ditsela tse ngata tse nepahetseng tsa ho ngola diithokiso..

## Kotara 1

### Disebediswa

Buka ya Moithuti, dipene/dipensele

Fumana video ho YouTube hore hobaneng ho le bohlokwa ho ithuta ka ho laola ho halefa ha rona. Bua ka video le baithuti ba bang.

**Ruburiki ya ho lekanya tshebetso: Lekola tshebetso ya baithuti ba sebetsang ka bobedi ka tsela e seng ya semmuso (ha se sebopeho se tsitsitseng, sebedisa ha ho hlokahala)**

Boikitlaetso bo fokolang	Boikitlaetso bo itseng	Boikitlaetso ba mantlha
Thothokiso ha e a fella ebile ha ho na maikitlaetso le ho tsepamisa maikutlo ho dintlha.	Thothokiso e qetuwe empa ha e a kenngwa boikitlaetso bo bongata kapa ho tsepamisa maikutlo ho dintlha.	Thothokiso e qetuwe mme e ngotswe ka tlhokomelo le ho tsepamisa maikutlo ho dintlha.



mantswe a matjha

- **diketso** - bua, mamela, bapala, thusa
- **maikutlo** - thabile, ratwa

## Tshebetso ya 3 (Buka ya Moithuti leqephe la 12)

### Sebetsa o le mong

#### Tataiso ya tshebetso

1. Baiithuti ba tlameha ho ngola mola o mokgutshwane ka se etsahalang ho setshwantsho ka seng.
2. Baiithuti ba tlameha ho bua hore ke setshwantsho se feng se bontshang maitshwaro a matle a ho ba motswalle.

#### Dikarabo tse kgothaletswang

Setshwantsho sa pele: Baiithuti ba tlameha ho bona hore motswalle o thusa motswalle wa hae. Ana ke maitshwaro a lokileng.

Setshwantsho sa bobedi: Baiithuti ba tlameha ho bona sehlopha sa motswalle e qhelela motswalle e mong ka thoko. Ana ha se maitshwaro a matle hore motswalle a ka ba le ona.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Baiithuti ba bang ba sokola ho bala le ho ngola polelo ba le bang. Eba le mamello mme o thuse baiithuti ba sokolang. Bala mantswe a ka lebokoseng la mantswe haholo mme o bue ka hore a bolela eng.

##### Ho fapana

Baiithuti ba tlameha ho kgothalletswa ho ntsha maikutlo a bona dipolelong tsa bona. Ba tlameha ho hokahanya maikutlo a sa lokang jwalo ka ho halefa le maitshwaro a mabe ao motswalle a sa lokelang ho ba le ona mme le maitshwaro a matle jwalo ka ho thaba le maitshwaro a lokileng hore motswalle a ka ba le ona.

Haeba nako e dumela, sebedisa YouTube ho fumana divideo tse hatellang maitshwaro a fapaneng a motswalle e metle hore ba e shebelle.

#### Disebediswa

Buka ya moithuti; pene/pensele; buka ya mosebetsi

## Kotara 1



- **Tlhompho** – Ho ba le mosa ho batho le ho latela melao.
- **Ho se hlomphe** - ho ba kgopo ho batho le ho se latele melao

### Tshebetso ya 4 (Buka ya Moithuti leqephe la 13)

#### Sebetsang ka bobedi

##### Tataiso ya tshebetso

Baithuti ba tlameha ho araba dipotso tse latelang.

1. Ke dikarete dife tse bontshang tlhompho ho matijhere le sekolo?
2. Ke dikarete dife tse bontshang ho se hlomphe matijhere le sekolo?

##### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Ho ba mosa ho bana ba bang, ho latela melao ya sekolo, ho qeta mosebetsi wa sekolo, ho dumedisa matijhere ha re e bona.
2. Ho taka setulong sa ka kapa tafoleng, ho sa etse mosebetsi oo ke tlamehang ho o etsa, ho ba kgopo ho matijhere, ho ba kgopo ho bana ba bang.

##### Kenyelletso le ho fapana

###### Kenyelletso

Baithuti ba bang ba ka sokola ka ho lokisa dikarete tsa padiso ka tatellano e nepahetseng. Eba le mamello mme o thuse baithuti ba sokolang.

###### Ho fapana

Baithuti ba tlameha ho kgothalletswa ho lokisa dikarete tsa padiso ka tatellano eo ba e batlang kantle le ho kgeswa.

Haeba nako e dumela e ba le puisano jwalo ka phaposi ka ntho tse fapaneng tse ka etswang ho hlompha batho.

##### Disebediswa

Buka ya moithuti; buka ya hao ya mosebetsi; dikarete tsa padiso; dipene/dipensele.

Re ka bontsha tlhompho jwang ho matijhere le sekolo sa rona	Re bontsha ho sa hlomphe matijhere a rona le sekolo
Dula o dumedisa matijhere a rona ha re ba bona.	Ho taka hodima tafole ya ka le setulo.
Ka ho dula re qeta mosebetsi wa rona wa sekolo.	Ho se etse mosebetsi oo ke tlamehileng ho o etsa.
Ho ba mosa ho bana ba bang.	Ho ba kgopo ho matijhere.
Ho latela melao ya sekolo.	Ho ba kgopo ho bana ba bang.

Bontsha kgokahanyo ho lentse ka ho hlophisa dipalo tseo o di rutilweng. Hape o ka hokahanya khouding le diroboto jwalo ka ha baithuti ba ehlwa mekgwa ya hore ke eng ho hlompha le ho se hlomphe.

## Tshebetso ya 5 (Buka ya Moithuti leqephe la 14)

### Sebetsang ka bobedi

#### Tataiso ya tshebetso

1. Bana ba bontsha tlhompho jwang ho batho ba bang?
  2. Baihuti ba tlameha ho etsa phousetara ka pente ho bontsha tlhompho. Ba kgetha e nngwe ho tswa ho ditshwantsho tse, kapa ba iketsetsa tsa bona.
  3. Baihuti ba jwetsa phaposi ka phousetara ya bona.
- O ka di beha leboteng diphousetara ha ba se ba qetile.

#### Dikarabo tse kgothaletswang

1. Ka ho hlompha batho, ka ho thusa batho, ka ho etsa diphaposi tsa rona le mahae a rona a dule a hlwekile le ho hlokomela batho ba baholo.
- Sebedisa ruburiki ho bontsha hore baihuti ba tsamaisana le ditekanyetso bakeng sa potso 2 le 3.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Baihuti ba bang ba ka kgetha ho sebedisa dikere hore ba etse diphousetara tsa bona. Baihuti ba bang ba ka sokola ho sebedisa dikere hantle. Beha bana ka bobedi hore bao ba nang le taolo e loketseng ba ka thusa ba ntseng ba hloka ho ikwetlisa.

##### Ho fapana

Hopola hore diphousetara tsa bana kaofela di tlo fapana. Kgothaletsa baihuti hore ba be le boqapi. Tshebetso ena e ka eketswa bakeng sa baihuti ba hlokang nako e ngata.

#### Disebediswa

Buka ya moithuti; pampiri; dipene/dipensele; disebediswa tsa bonono tseo baihuti ba di hlokang bakeng sa diphousetara tsa bona.

**Ruburiki ya ho lekanya tshebetso: Lekola tshebetso ya baihuti ba sebetsang ka bobedi ka tsela e seng ya semmuso (ha se sebopeliso se tsitsitseng, sebedisa ha ho hloka hloka)**

Boikitlaetso bo fokolang	Boikitlaetso bo itseng	Boikitlaetso ba mantlha
Diphousetara tse sa etswang hantle mme dipotso di sa arabuwa.	Diphousetara di qetuwe mme le dipotso di arabilwe empa ha ho na boikitlaetso bo bongata bo kentsweng.	Diphousetara di qetuwe le dipotso di arabilwe ka tlhokomelo ho dintlha.

- **tshepisa** – hore o tla etsa kapa o ke ke wa etsa ho hong



### Tshebetso ya 6 (Buka ya Moithuti leqephe la 15)

Sebetsa o le mong

#### Tataiso ya tshebetso

Baiithuti ba tlameha ho araba dipotso tse latelang.

1. Na Zac o bontsha tlhompho kapa tjhe ho Monghadi Anwar?
2. Hoja o le Monghadi Anwar na o ne o tlo thaba ke karabo ya Zac?
3. Ke eng eo Zac a tlamehileng ho e etsa e latelang?
4. Baiithuti ba iketse Zac mme ba etsetse Monghadi Anwar karete.

Karete e tla kenyelletsa:

- Molaetsa ho Monghadi Anwar hore o kopa tshwarelo.
- Tshepisa Monghadi Anwar hore o ke ke wa bua le yena jwalo hape.
- Taka setshwantso se tla etsa Monghadi Anwar a bososele.

#### Dikarabo tse kgothaletswang

1. O bontshitse ho sa hlomphe ho Monghadi Anwar.
2. Tjhe, Monghadi Anwar a ka swaba mme a hlonama. (Dikarabo tsa baiithuti di ka fapana.)
3. A ka kopa tshwarelo ka ho sa itshware ka tsela eo a neng a tlamehile ho itshwara ka yona.

Sebedisa ruburiki bakeng sa karete e bontshang ditekanyetso ka fatshe.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Tsamaya ka phaposeng ho netefatsa hore baiithuti kaofela ba nka karolo, ba araba dipotso mme ba etsa dikarate tsa bona.

##### Ho fapana

Hopotsa baiithuti hore re tswa dibakeng tse fapaneng. Kgothatsa baiithuti ho bua ka dikarete tse fapaneng tseo ba di rometseng le tseo ba di fumaneng. Ho arolelana tseo o ileng wa kopana le tsona ho kgothaletsa kutlwisiso le kutlwelobohloko ka phaposeng ya ho rutelwa.

Tshebetso ena e ka eketswa bakeng sa baiithuti ba hlokang nako e ngata.

Haeba nako e dumela, kgothalletsa ho bua ka mefuta e fapaneng ya dikarete e ka romelwang ho batho. Mohlala, dikarete tsa letsatsi la tswalo le dikarete tsa ho thoholetsa. Botsa baiithuti hore ba ikutlwa jwang ha ba thola e nngwe ya dikarete.

#### Disebediswa

Buka ya Moithuti, pene/pensele; buka ya mosebetsi

## Ruburiki ya ho lekanya tshebetso: Lekola tshebetso ya baiithuti ka tsela e seng ya semmuso ha ba sebetsa ba le bang.

Boikitlaetso bo fokolang	Boikitlaetso bo itseng	Boikitlaetso ba mantsha
Ditaelo ha di a latelwa kapa di entswe ka ho fokola.	Ditaelo di latetswe mme tsa qetwa mme ho se na boikitlaetso bo bongata.	Ditaelo di latetswe mme tsa qetwa ka tlhokomelo le ho tsepamisa maikutlo ho dintlha.

## Tshebetso ya 7 (Buka ya Moithuti leqephe la 16)

### Sebetsa o le mong

#### Tataiso ya tshebetso

- Baiithuti ba tlameha ho hatisa matsoho a bona ka hara dibuka tsa bona.
- Baiithuti ba tlameha ho ngola fatshe dintho tse hlano tseo ba ka di etsang tse ka thusang kapa tsa bontsha tlhomphe ho batho ba bang.
- Baiithuti ba tlameha ho ngola ketso e le nngwe ho monwana ka mong.

#### Dikarabo tse kgothaletswang

- Baiithuti ba tlameha ho hatisa matsoho a bona ka hara dibuka tsa bona. Dikarabo tsa baiithuti di tlo fapana potsong ya 2 le 3: Di ka kenyellelsa ho arolelana, ho kenyellelsa ba bang ho dipapadi tsa rona, ho amohela metswalle e metjha, ho bontsha mosa, ho thusa batho ba baholo, ho thusa metswalle, ho amohela batho bakeng sa seo ba leng sona.

Sebedisa ruburiki e ka fatshe ho lekola tshebetso ya baiithuti.

#### Kenyelletso le ho fapana

##### Kenyelletso

Baiithuti ba tla ba le bokgoni bo fapaneng ba bonono. Kgothaletsa baiithuti hore ba be le boqapi mme ba bue ka mosebetsi wa bona ho ba bang ba arolelane menahano.

##### Ho fapana

Sebedisa tshebetso ho hlalose tsa baiithuti hore batho ba bang ba ngola ka letsoho le letshehadi mme ba bang le letona. Re fapane empa re a tshwana kaofela!

Baiithuti ba potlakang ba ka phetha tshebetso ba sebedisa letsoho le leng la bona mme ba leke ho tla ka di-tsela tse ding ba ka thusang le ho bontsha tlhomphe ho ba bang.

#### Disebediswa

Dibuka tsa moithuti; pene/pensele; buka ya mosebetsi