



basic education

Department:
Basic Education
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NATIONAL SENIOR CERTIFICATE

KEREITE YA 12

SESOTHO PUO YA TLATSETSO YA BOBEDI (SAL)

PAMPIRI YA PELE (P1)

PUDUNGWANA 2024

MATSHWAO: 80

NAKO: Dihora tse 2

Pampiri ena e na le maqephe a 10.

DITAELO LE DIKELETSO HO MOHLAHLOBUWA

1. Pampiri ena e arotswe DIKAROLO TSE THARO, e leng:

KAROLO YA A: Tekokutlwisiso	(30)
KAROLO YA B: Kgutsufatso	(10)
KAROLO YA C: Dibopeho le melao ya tshebediso ya puo	(40)
2. Araba dipotso TSOHLE.
3. Qala KAROLO E NNGWE le E NNGWE leqepheng LE LETJHA.
4. Seha mola qetellong ya KAROLO E NNGWE le E NNGWE.
5. Nomora dikarabo tsa hao feela jwalo kaha dipotso di nomorilwe pampiring ya dipotso.
6. Tlola mola dipakeng tsa dikarabo tsa hao.
7. Tsepamisa maikutlo haholo mopeletong le popong ya dipolelo tse nepahetseng.
8. O eletswa ho sebedisa nako ya hao tjena:

KAROLO YA A: Metsotso e 45	
KAROLO YA B: Metsotso e 20	
KAROLO YA C: Metsotso e 55	
9. Ngola ka mongolo o makgethe o balehang.

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

Potsong ena o nehlwe mefuta e MMEDI ya ditema. Bala tema E NNGWE le E NNGWE ka tlhoko, o nto araba dipotso tsohle tse botsitsweng temeng ka nngwe.

Araba ka lentswe le LE LENG feela moo ho hlokehang, ntle le haeba potso e hloka tlhaloso kapa karabo e teletsana.

TEMA YA A**BOHLOKWA BA HO TSEBA KA LEFU LA TSWEKERE**

- 1 Ngwana e mong le e mong o ikgethile. Motswadi o lokela ho tsebisa titjhere kapa mosuwehlooho ha ngwana a e na le bohloko ba tswekere. Motswadi o lokela ho laola dijo tseo ngwana wa hae a di jang sekolong. Ha motswadi le matitjhere ba sebetsa le ditsebi tsa lefu lena, ba tla tseba ditlhoko le matshwao a bontshang hore ngwana o na le bohloko ba tswekere. Jowee! Lefu la tswekere ha le fole, hle! Le bakwa ke lefutso kapa ha lero le tswang lebeteng le fehla tswekere mading, le sa sebetse ka tshwanelo, hoo le ka qetellang le na le ditlamorao tse bosula mmeleng wa motho. 5
- 2 Ho na le mefuta e mmedi ya tswekere e fumanwang mading, e leng e tlase le e hodimo. Motswadi o lokela ho hlokomela matshwao a latelang; ha ngwana a ikutlwa a kgathetse, a le monyebe ebile a tshwerwe ke borokwana, lenyora le le lengata, mahlo a kgohletse, tswekere e phahame haholo, ho otla ha pelo ka potlako, ho ntsha metsi kgafetsa, kgatello ya madi e tlase, ho se arabele ha a buiswa, ho bonela leroothong, maqeba a diehang ho fola, jwalojwalo. 10
- 3 Ditsebi di hlalosa hore ho na le mefuta e mmedi ya lefu la tswekere, e leng Thaepe 1 le Thaepe 2. Lefu la tswereke ha le phekohele empa le ka laoleha ka ditsela tseo o tla fuwa ditaello ke ngaka. Phapano dipakeng tsa mefuta ena ke ena; Thaepe 1, e ka tshwara mang kapa mang ekasita le bana ba dilemo dife kapa dife. Ha ho bonolo hore motho a ka tseba hore o na le lefu lena. Batho ba nang le lefu lena ba hloka lero le tswang lebeteng, le etsang injekshene ya insuline ho fehla tswekere e teng mading hore motho a tle a fumane matla. Thaepe 2 e fumanwa haholo bathong ba baholo ba ka fetang dilemo tse 40 mme ba le mmele o moholo. Dipatlisiso di bontshitse hore Thaepe 2 e se e le teng le baneng ekasita le batjheng ba mmele o moholo. Dipalopalo di bontshitse hore 90–95% ke tsa batho ba tshwerweng ke Thaepe 2 ya lefu la tswekere. 20 25
- 4 Batho ba nang le Thaepe 2 ya lefu la tswereke ba ka iphumana ba le tsietseng e kang ho kula ka lebaka la ho se je ka tshwanelo, mmele o moholo le ho se ikwetlise. Lefu lena le ka etsa hore motho a kgaolelwe ditshiu tsa bophelo. Afrika Borwa batho ba bangata ha ba tsebe hore ba na le mofuta ona wa Thaepe 2 ka lebaka la ho hloka tsebo ya ho ka itekola ditleliniking, dipetlele le dingakeng. 30

5 Injekshene ya insuline e theola boemo ba tswekere e ngata mading. Batho ba Thaepe 1 ba lefu la tswekere ba lokela ho hlaba injekshene ena kgafetsa bakeng sa bophelo bo kgotsofatsang, ha ba Thaepe 2 ba ka nwa dipidisi feela ho laola tswekere e mading kapa ho ithaba ka injekshene ya insuline ka nako e nngwe. Lefu la tswekere ha le na pheko empa o lokela ho tseba hore o ka phela jwang ka lona. 35

[E qotsitswe le ho hlophiswa ho tswa makasineng wa *Dis-Chem Better Health*, Hwetla, 2024:30-31]

- 1.1 Lefu la tswekere le bakwa ke eng? Sheba seratswana sa 1. (1)
- 1.2 Bolela mefuta ya lefu la tswekere. Sheba seratswana sa 2. (2)
- 1.3 Fana ka mefuta e mmedi ya tswekere e fumanwang mading. Sheba mola wa 9–10. (2)
- 1.4 Nehelana ka matshwao A MABEDI ao lefu la tswekere le ithahisang ka wona. Sheba seratswana sa 2. (2)
- 1.5 Ke batho bafe ba kotsing ya ho tshwarwa ke lefu la tswekere la Thaepe 2? E LE NNGWE feela. Sheba seratswana sa 3. (1)
- 1.6 Hlwaya polelo seratswaneng sa 4 e bolelang hore lefu la tswekere le a bolaya. (1)
- 1.7 Phapano ke efe dipakeng tsa Thaepe 1 le Thaepe 2 ya lefu lee? (2)
- 1.8 Bolela hore polelo e latelang ke NNETE kapa MAFOSI, o be o nehalane ka lebaka.
Motho ya iphumanang a e na le lefu la tswekere o lokela ho amohela hore a ka phela nako e telele. (2)
- 1.9 Sepheo sa mongodi ke sefe ka ho sebedisa kgetho ya mantswe 'Jowee!' polelong e latelang? Tshehetsa karabo ya hao.
Jowee! Lefu la tswekere ha le fole, hle! (3)
- 1.10 Hobaneng ho le bohlokwa ho ya ngakeng kapa tleliniking ho ya ithahloa bakeng sa lefu lee? (2)
- 1.11 Ka tjhebo ya hao, o nahana ke eng e hlodisang dingaka ho ka phekola lefu la tswekere? Tshehetsa ka lebaka. (3)
- 1.12 Ho ata ha lefu la tswekere ho ka ama moruo wa naha jwang? (3)

Boha tema ena, ebe o araba dipotso tse e latelang.

TEMA YA B: BOKGONI BA HO BOHA

EBA LE SEABO

TSHUSUMETSO
BOKGABANE DIPAPADING

Papadi, jwalo ka rugby le bolo ya maoto, e ntse e susumetsa batho mme e beha Afrika Borwa botleng lefatsheng.

Ikopanye le rona ho: brandsouthafrica.com

Afrika Borwa
Mekgwa e metjha e susumetsang

[E qotsitswe le ho hlophiswa ho tswa ho www.google.com]

- 1.13 Hlwaya dipapadi TSE PEDI tse boletsweng temeng. (2)
- 1.14 Bolela mohopolo wa sehlooho wa tema ya B. (2)
- 1.15 Ketso ya ho phahamisa letsoho e senola eng temeng ee? (2)

MATSHWAO OHLE A KAROLO YA A: 30

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

Bala tema ena o nto e kgutsufatsa ka ho hlahisa dintlha TSE SUPILENG tsa sehlooho tsa dintho tseo o tshwanelang ho di ela tlhoko ho kopa tshwarelo.

HLOKOMELA:

1. Kgutsufatsa tema e latelang ka dintlha TSE SUPILENG tseo o tshwanelang ho di ela tlhoko ha o kopa tshwarelo ka mantswe a sa feteng a 60.
2. Nomora dipolelo tsa hao ho tloha ho 1 ho isa ho 7.
3. Ngola polelo e nngwe le e nngwe moleng wa yona o motjha.
4. Bontsha PALO YA MANTSWE qetellong.

TEMA YA C**MOKGWA WA HO KOPA TSHWARELO**

Leha ho ka ba boima jwang, se kope tshwarelo ka ho ngola. Ho bua le motho ya utlwileng bohloko ho boima empa ho emela seo o se entseng ho tla thusa ho bontsha hore o maswabi ka seo o se entseng.

Ikokobetse ho bontsha tlhompho mme o se mo arabise. Kopa tshwarelo ka lentswe le hlakileng. Ho bua leshano ho tla o qabanya le yena haholo. O ka iphumana o le mathateng a fetang hoo a ka se o tshwareleng le ka mohla.

O se leke ho bua nakong eo a kgenngeng, mo emele ha maikutlo a kokobetse. O se phehe kgang, ho tla mpefatsa ditaba. O lokela ho ikarabela phosong eo o e entseng nako e sa le teng. Ha o nka nako e telele pele o kopa tshwarelo, motho o tla nka hore ha o swabele phoso ya hao.

O tla kgona ho kopa tshwarelo ha o ka utlwa lebaka la motho la ho o bona phoso ha hae. Ha motho a o kgalemela, o leka ho o thusa o be le boikarabelo. Ikenye dieteng tsa hae.

Ha o kopa tshwarelo o se hlahise tseo banabeno ba di entseng nakong ya ho feta. Sena se tla hopotsa motswadi dintho tse ding tse ngata tse fetileng, ebe o kgena le ho feta.

[E qotsitswe le ho lokiswa ho tswa ho www.google.com]

MATSHWAO OHLE A KAROLO YA B:**10**

KAROLO YA C: DIBOPEHO TSA PUO LE MELAO YA TSHEBEDISO YA PUO**POTSO YA 3: PAPATSO**

Bala le ho boha tema e latelang ka tlhoko, o nto araba dipotso tse thehilweng hodima manollo ya papatso le tshebediso ya puo.

TEMA YA D

[E qotsitswe le ho hlophiswa ho tswa ho www.google.com]

- 3.1 Bohlokwa ba pososelo ya mophetwa ya papatsong ke bofe? (2)
- 3.2 Hobaneng ha mmapatsi a qatsohisa fonte polelong ena, '4X HO FETA'? (2)
- 3.3 Tshwaela ka tshebediso ya setshwantsho sa morwetsana o ipapisitse le sehlahiswa se temeng. (3)
- 3.4 Tshohla tshebediso ya polelo ena, '#1 letshwao le kgothaletswang haholo kamehla ke diprofeshenale tsa meno'. (3)

(3)
[10]

POTSO YA 4: KHATHUNU

Boha tema e latelang ka tlhoko, o nto araba dipotso tse thehilweng ho manollo ya khathunu le tshebediso ya puo.

TEMA YA E

[E qotsitswe le ho hlophiswa ho tswa ho www.google.com]

- 4.1 Ke seteriothaepe sefe seo mokhathunu a se bontshang ka mophetwa wa A le wa B? (2)
 - 4.2 Sepheo sa mokhathunu ke sefe ka tshebediso ya matshwao a ho qotsa temeng mme a na le tshusumetso efe ho mmadi? (3)
 - 4.3 Kgetho ya mantswe 'SEPHETHO SA MATRIKI', e na le tlatsetso efe khathunung? (2)
 - 4.4 Tshohla phoqo e khathunung. (3)
- [10]**

POTSO YA 5: PROSA – TLOTLONTSWE LE DIBOPEHO TSA DIPOLELO

5.1 Bala tema e latelang, o nto araba dipotso tse tla latela.

TEMA YA F**MOHALE O TSWA MAROLENG**

Caster Semenya o hlahetse motsaneng wa Melatji, Limpopo. Ka morao hoba a phethele dithuto tsa hae tsa meteriki, Yunivesithi ya Pretoria ya ba le kgahleho ya ho mo kwetlisetsa tsa mabelo. Caster, semathi sa mabelo se ratwang Afrika Borwa ka bophara, ha a ka a qeaqea empa o ile a bona e le qaleho ya bokamoso ba hae. O qadile ho tsebahala lefatshe ka bophara ha a le dilemo tse 18, moo a ileng a hapa kgau ya hae ka lebelo la 800 m motseng wa Berlin, mose ho mawatle. Caster o ile a roba rekoto ya hae ka motsotso le metsotswana e mashome a mahlano a metso e mehlano (1:55). Masedinyana a ile a mo salasala morao ka dipuopuo tse hanang ho fela ka bong ba hae. Mokgatlo wa *International Association of Athletics Federation* (IAAF) o ile wa mo hlekefetsa maikutlo ka ho mo etsa diteko tsa ho nka lero leo o neng o belaela hore ke lero la botona ntle le tumello ya hae.

[E qotsitswe le ho lokiswa ho tswa makasineng wa *Drum*, Loetse 2009:16]

- 5.1.1 Bolela ntlhakemo ya mongodi o ipasisitse le sehlooho sena, 'Mohale o tswa maroleng'. (2)
- 5.1.2 Caster Semenya o susumeditse ke eng ho tiisa ho tsa mabelo? (2)
- 5.1.3 Ketsahalo ya hore mokgatlo wa IAAF o etse diteko tsa lero la botona ho Caster, e o hlahisetsa mohopolo ofe? Tshehetsa karabo ya hao. (3)
- 5.1.4 Sepheo sa baqolotsi ba ditaba ke sefe ho ya ka tema ee? Kgetha karabo e nepahetseng ho (A–D). Ngola tlhaku feela, o be o tshehetse karabo ya hao.
- Ke ho phatlalatsa ...
- A ditaba tsa Caster lefatshe ka bophara.
B mashano le botumo ka bophelo ba Caster.
C tlhekefetso ya maikutlo a Caster.
D A le C (3)
- 5.1.5 Ketsahalo ya hore Caster a robe rekoto ya hae e senola eng ka yena? (2)
- 5.1.6 Mongodi o fehla maikutlo a jwang ho wena o le mmadi ka tema ee? Tshehetsa karabo ya hao. (2)

5.2 Bala le ho boha tema e latelang ebe o araba dipotso tse tla latela.

TEMA YA G



[Se qotsitse le ho hlophiswa ho tswa ho www.cartoons.com]

5.2.1 Ngola polelo e latelang ka puo ya Sesotho le ka mongolo o nepahetseng.

Xhap! tla o bona bsiu ... (2)

5.2.2 Sepheo sa mongodi ke sefe ka tema ee? (2)

5.2.3 Na puo eo batjha ba e buang e a amoheleha ho batho ba baholo? (2)
[20]

MATSHWAO OHLE A KAROLO YA C: 40
MATSHWAO OHLE A PAMPIRI ENA: 80