

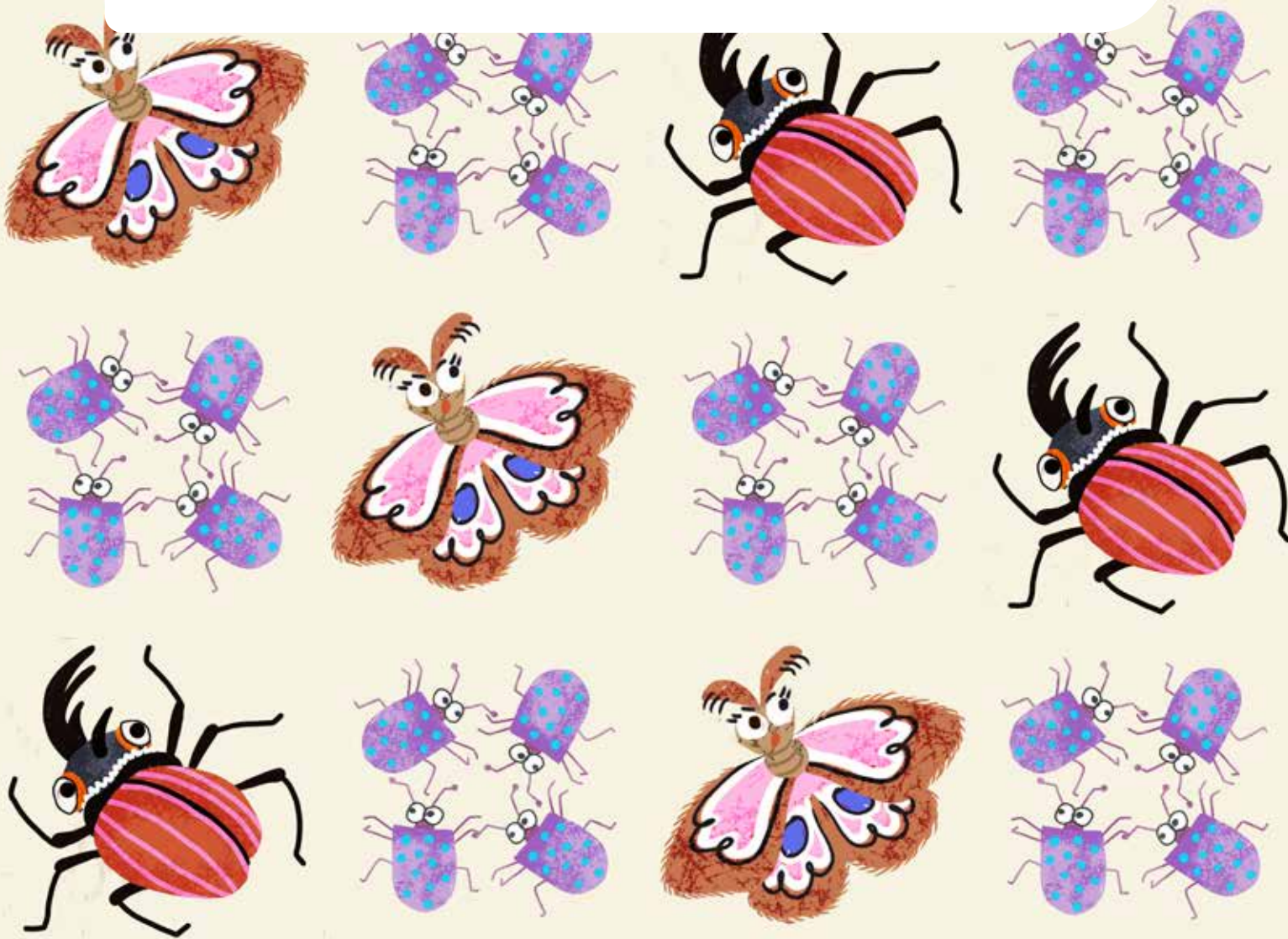
# Buka ya Tekanyetso

SEHLOPHA SA

**3****SESOTHO**

PUO YA LAPENG

KOTARA YA 3





# Buka ya Tekanyetso

SEHLOPA SA 3 | KOTARA YA 3

## SESOTHO

# Dikahare

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| KOTARA 3: TJHEBOKAKARETSO                         | 2  |
| KOTARA 3: DITEKO TSA HO BALLA HODIMO KA BOKGELEKE | 3  |
| FOROMO YA TSHEKATSHEKO YA KOTARA YA 3             | 12 |
| LENANEO LA TEKANYETSO LA KOTARA YA 3              | 14 |

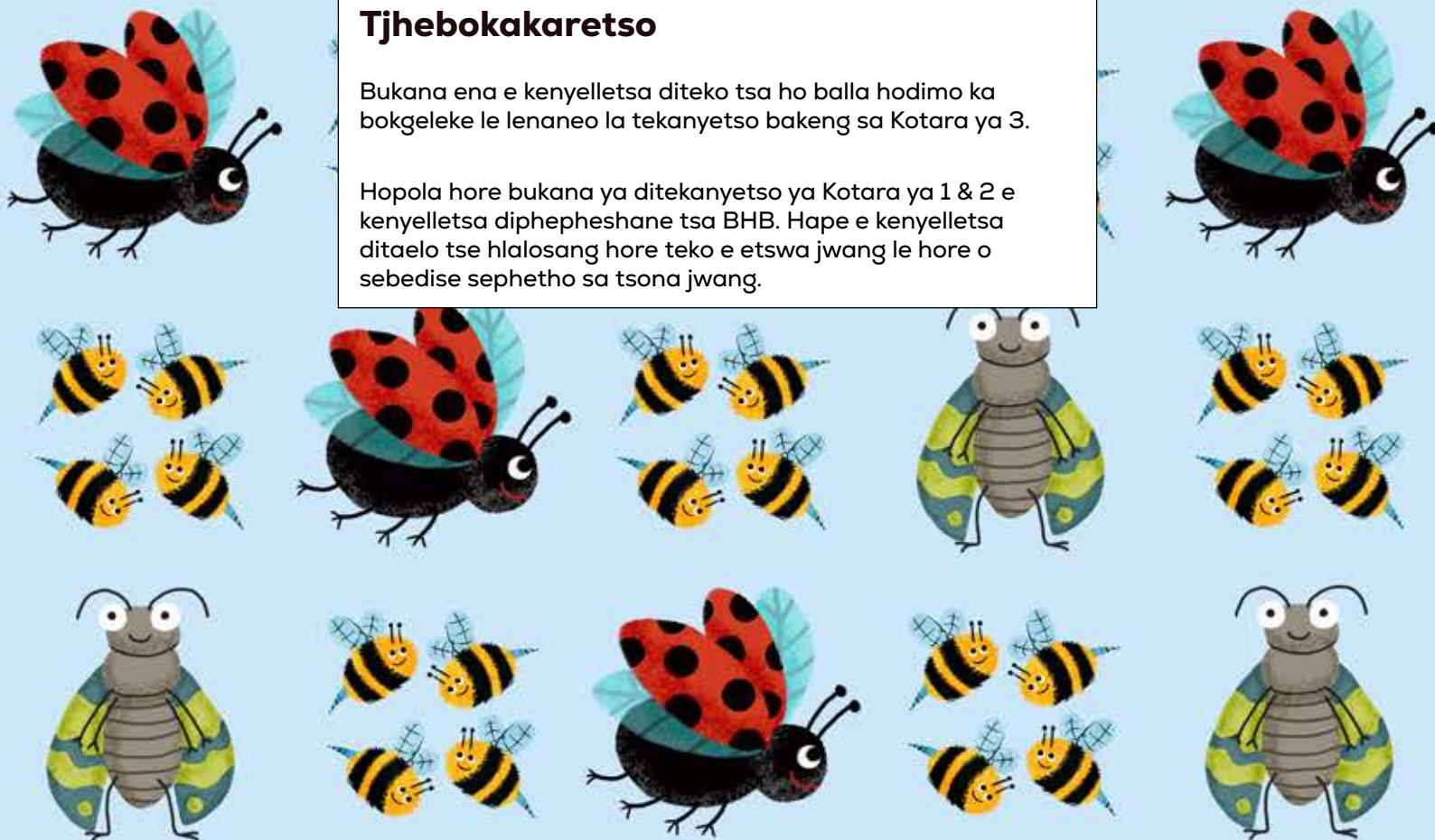


# KOTARA YA 3

## Tjhebokakaretso

Bukana ena e kenyelletsa diteko tsa ho balla hodimo ka bokgeleke le lenaneo la tekanyetso bakeng sa Kotara ya 3.

Hopola hore bukana ya ditekanyetso ya Kotara ya 1 & 2 e kenyelletsa diphepheshane tsa BHB. Hape e kenyelletsa ditaelo tse hlalosang hore teko e etswa jwang le hore o sebedise sephetho sa tsona jwang.





# Kotara 3: Diteko tsa ho balla hodimo ka bokgeleke

## NHLRP BHB

Puo: Sesotho

### Teko 3.3.A

Khophi ya titjhere

Medumo e 60 / Metsotswana e 60

|   |     |   |    |    |    |
|---|-----|---|----|----|----|
| u | F   | k | o  | n  | 5  |
| Y | i   | Q | r  | s  | 10 |
| H | e   | g | F  | h  | 15 |
| a | G   | j | T  | k  | 20 |
| A | m   | T | tl | I  | 25 |
| J | p   | q | E  | k  | 30 |
| O | hl  | k | U  | g  | 35 |
| p | w   | h | r  | y  | 40 |
| g | F   | K | R  | kg | 45 |
| P | w   | Y | ny | y  | 50 |
| s | tjh | t | kg | hl | 55 |
| g | tsh | j | k  | n  | 60 |

**NHLRP BHB**

Puo: Sesotho

**Teko 3.3.A**

Khopi ya moithuti

Medumo e 60 / Metsotswana e 60

|   |     |   |    |    |
|---|-----|---|----|----|
| u | F   | k | o  | n  |
| Y | i   | Q | r  | s  |
| H | e   | g | F  | h  |
| a | G   | j | T  | k  |
| A | m   | T | tl | I  |
| J | p   | q | E  | k  |
| O | hl  | k | U  | g  |
| p | w   | h | r  | y  |
| g | F   | K | R  | kg |
| P | w   | Y | ny | y  |
| s | tjh | t | kg | hl |
| g | tsh | j | k  | n  |

**NHLRP BHB**

Puo: Sesotho

**Teko 3.3.B**

Khophi ya titjhere

Mantswe a 60 / Metsotswana e 60

|             |              |              |              |                |    |
|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------|----|
| eka         | foka         | nta          | taka         | seba           | 5  |
| diehile     | matjato      | sebetsa      | mahlaku      | tsetsela       | 10 |
| laolang     | palama       | motsotso     | lebaka       | bonono         | 15 |
| sedikadikwe | kenyeleditse | lehodimong   | ngolletsweng | motjhotjhonono | 20 |
| pakela      | dimilione    | serapa       | ngolletse    | tsebisa        | 25 |
| lekanya     | nyalanya     | dumella      | qhetsola     | setjhaba       | 30 |
| lefa        | hlwa         | etela        | ngata        | tlase          | 35 |
| bataletseng | itokiseditse | tlhokomelo   | tlwaelehile  | phahametse     | 40 |
| sutusa      | boraro       | hlalosa      | leralla      | nahana         | 45 |
| tala        | lapa         | paka         | metso        | tsoma          | 50 |
| nepahetseng | lathalatha   | thethehileng | matokomane   | tebetebe       | 55 |
| banna       | fihla        | leetsi       | maeto        | nyonya         | 60 |

**NHLRP BHB**

Puo: Sesotho

**Teko 3.3.B**

Khophi ya moithuti

Mantswe a 60 / Metsotswana e 60

|             |              |              |              |                |
|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| eka         | foka         | nta          | taka         | seba           |
| diehile     | matjato      | sebetsa      | mahlaku      | tsetsela       |
| laolang     | palama       | motsotso     | lebaka       | bonono         |
| sedikadikwe | kenyeleditse | lehodimong   | ngolletsweng | motjhotjhonono |
| pakela      | dimilione    | serapa       | ngolletse    | tsebisa        |
| lekanya     | nyalanya     | dumella      | qhetsola     | setjhaba       |
| lefa        | hlwa         | etela        | ngata        | tlase          |
| bataletseng | itokiseditse | tlhokomelo   | tlwaelehile  | phahametse     |
| sutusa      | boraro       | hlalosa      | leralla      | nahana         |
| tala        | lapa         | paka         | metso        | tsoma          |
| nepahetseng | lathalatha   | thethehileng | matokomane   | tebetebe       |
| banna       | fihla        | leetsi       | maeto        | nyonya         |

**NHLRP BHB**

Puo: Sesotho

**Teko 3.3.C**

Khophi ya titjhere

Diratswana tsa padiso / Metsotswana e 60 &amp; 180

|                                                                                                                                                                                                                        |                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Ka Mantaha hoseng, Jomo o ile a nka mokotla wa hae wa sekolo, a ya sekolong. O ne a thabetse haholo mojaho o moholo o neng o tla ba ka Labohlano hoo a ileng a siya lebokose la hae la dijo tafoleng ya ka kitjhineng. | 12<br>23<br>36<br>45     |
| Nakong ya kgefutso, mpa ya Jomo e ile ya duma jwaloka diaduma. O ile a dula a le mong tlasa sefate mme a shebella bana ba bang ba ja dijo tsa bona.                                                                    | 56<br>68<br>77           |
| Motswalle wa hae wa hlooho ya kgomo, Anna, o ile a bona sefahleho sa hae se hlonameng. “Dijo tsa hao tsa motsheare di kae?” a botsa.                                                                                   | 88<br>98<br>103          |
| “Ke di siile hae,” Jomo a hweshetsa. Marama a hae a ne a futhumetse a retetse ke ho swaba.                                                                                                                             | 116<br>122               |
| Anna o ile a bososela, a arola samentjhisi ya hae ya botoro ya matokomane ka halofo. “Re ka arolelana,” a rialo. A boela a mo fa e nngwe ya ditholwana tsa hae tse pedi.                                               | 134<br>144<br>156        |
| Ka Labohlano e ne e le letsatsi la mojaho. Jomo le Anna ba ile ba fola le dimathi tsa Kereiti ya 3. Ha phala e lla, Jomo o ile a raoha jwaloka roketi. O ne a le kapele.                                               | 169<br>183<br>194        |
| O ile a utlwa motho a hweletsa kamora hae. Anna o ne a kgopilwe ke lejwe a wele. A tswa madi lengweleng.                                                                                                               | 207<br>216               |
| Jomo o ile a emisa ho matha. A reteleha, a thusa Anna ho ema, yaba ba tsamaya butle mmoho ho ya fihla moleng wa qetello. Ba ile ba fihla sa ho qetela, ba le mmoho, empa bana ba bang bohle ba ile ba ba opela diatla. | 229<br>239<br>252<br>262 |
| Mantsiboyeng ao, Jomo o ile a phetela ntatae ka mojaho. Ntatae o ile a bososela a re, “Ha o a hapa kgau, mora wa ka, empa o hapile ntho e molemo ho feta kgau.”                                                        | 272<br>286<br>296        |
| Jomo o ile a bososela. O ne tseba seo ntatae a se bolelang.                                                                                                                                                            | 309                      |



**NHLRP BHB**

Puo: Sesotho

**Teko 3.3.C**

Khophi ya moithuti

Ka Mantaha hoseng, Jomo o ile a nka mokotla wa hae wa sekolo, a ya sekolong. O ne a thabetse haholo mojaho o moholo o neng o tla ba ka Labohlano hoo a ileng a siya lebokose la hae la dijo tafoleng ya ka kitjhineng.

Nakong ya kgefutso, mpa ya Jomo e ile ya duma jwaloka diaduma. O ile a dula a le mong tlasa sefate mme a shebella bana ba bang ba ja dijo tsa bona.

Motswalle wa hae wa hlooho ya kgomo, Anna, o ile a bona sefahleho sa hae se hlonameng. “Dijo tsa hao tsa motsheare di kae?” a botsa.

“Ke di siile hae,” Jomo a hweshetsa. Marama a hae a ne a futhumetse a retetse ke ho swaba.

Anna o ile a bososela, a arola samentjhisi ya hae ya botoro ya matokomane ka halofo. “Re ka arolelana,” a rialo. A boela a mo fa e nngwe ya ditholwana tsa hae tse pedi.

Ka Labohlano e ne e le letsatsi la mojaho. Jomo le Anna ba ile ba fola le dimathi tsa Kereiti ya 3. Ha phala e lla, Jomo o ile a raoha jwaloka roketi. O ne a le kapele.

O ile a utlwa motho a hweletsa kamora hae. Anna o ne a kgopilwe ke lejwe a wele. A tswa madi lengweleng.

Jomo o ile a emisa ho matha. A reteleha, a thusa Anna ho ema, yaba ba tsamaya butle mmoho ho ya fihla moleng wa qetello. Ba ile ba fihla sa ho qetela, ba le mmoho, empa bana ba bang bohle ba ile ba ba opela diatla.

Mantsiboyeng ao, Jomo o ile a phetela ntatae ka mojaho. Ntatae o ile a bososela a re, “Ha o a hapa kgau, mora wa ka, empa o hapile ntho e molemo ho feta kgau.”

Jomo o ile a bososela. O ne tseba seo ntatae a se bolelang.

**NHLRP BHB**

Puo: Sesotho

**Teko 3.3.D**

Khophi ya moithuti: Kutlwisiso e ngotsweng

1. **Jomo o ne a lebetse eng hae?**
  - a. *mokotla wa hae wa dibuka*
  - b. *dijo tsa hae tsa motsheare*
  - c. *dieta tsa hae tsa ho matha*
2. **Anna o ile a fa Jomo eng ka nako ya kgefutso?**
  - a. *apole le senomaphodi*
  - b. *sementjhisi ya hae kaofela*
  - c. *halofo ya sementjhisi ya hae le tholwana*
3. **Paleng ena Anna o thusitse Jomo, kamora moo Jomo le yena a thusa Anna. Sena se re bontshang ka setswalle sa bona?**
  - a. *Ba thusana feela hobane ho na le seo ba batlang ho se fumana.*
  - b. *Ba thusana ka mathata.*
  - c. *Ba rata ho matha ho feta ho ja.*
4. **O nahana hore Jomo o entse ntho e ntle ha a emisa ho matha a thusa Anna?**
  - a. *E, hobane ho thusa ho molemo ho feta ho ba mohlodi.*
  - b. *Tjhe, hobane o ekabe a hlotse mojahong.*
  - c. *Tjhe, hobane Anna o ne a ka thabela hore Jomo a hlole.*
5. **Pale e e re ruta thuto efe?**
  - a. *E re ruta hore ho thusa motswalle ho bohlokwa ho feta ho hlola.*
  - b. *E re ruta hore re shebe moo re yang teng.*
  - c. *E re ruta hore re ye ka dijo sekolong.*

**Phethela dikarabo**

6. **Mojaho o moholo o ne o le ne le neng?**  
Mojaho o moholo o ne o le ka \_\_\_\_\_.
7. **Anna o dihilwe ke eng?**  
Anna o dihilwe ke \_\_\_\_\_.
8. **O nahana ke hobaneng marama a Jomo a ile a futhumala?**  
Ke nahana marama a Jomo a ile a futhumala hobane \_\_\_\_\_.
9. **O nahana hore Jomo e ne e le semathi se lebelo?**  
E, ke nahana / Tjhe, ha ke nahane \_\_\_\_\_.
10. **Ntatae o ne a bolela eng ha a re Jomo o hapile ntho e betere ho feta kgau?**  
Ke nahana hore Ntatae o ne a bolela hore \_\_\_\_\_.
11. **O nahana hore Jomo o na le ntate ya lokileng kapa ya sa lokang?**  
Ke nahana hore Jomo o na le ntate ya lokileng hobane \_\_\_\_\_.

NHLRP BHB

Puo: Sesotho

Teko 3.3.D

Khophi ya titjhere: Kutlwisiso e ngotsweng

**Tshwaya karabo e nepahetseng (matshwao a 5)**

1. **Jomo o ne a lebetse eng hae?**
  - a. mokotla wa hae wa dibuka
  - b. dijo tsa hae tsa motsheare ✓
  - c. dieta tsa hae tsa ho matha
2. **Anna o ile a fa Jomo eng ka nako ya kgefutso?**
  - a. apole le senomaphodi
  - b. sementjhisi ya hae kaofela
  - c. halofo ya sementjhisi ya hae le tholwana ✓
3. **Paleng ena Anna o thusitse Jomo, kamora moo Jomo le yena a thusa Anna. Se se re bontshang ka setswalle sa bona?**
  - a. Ba thusana feela hobane ho na le seo ba batlang ho se fumana.
  - b. Ba thusana ka mathata. ✓
  - c. Ba rata ho matha ho feta ho ja.
4. **O nahana hore Jomo o entse ntho e ntle ha a emisa ho matha a thusa Anna?**
  - a. E, hobane ho thusa ho molemo ho feta ho ba mohlodi. ✓
  - b. Tjhe, hobane o ekabe a hlotse mojahong.
  - c. Tjhe, hobane Anna o ne a ka thabela hore Jomo a hlole.
5. **Pale e e re ruta thuto efe?**
  - a. E re ruta hore ho thusa motswalle ho bohlokwa ho feta ho hlola. ✓
  - b. E re ruta hore re shebe moo re yang teng.
  - c. E re ruta hore re ye ka dijo sekolong.

**Phethela dikarabo (matshwao a 10)**

6. **Mojaho o moholo o ne o le ne le le neng?**  
Mojaho o moholo o ne o le ka Labohlano. (letshwao le 1)
7. **Anna o dihilwe ke eng?**  
Anna o dihilwe ke lejwe le mo kgopileng. (letshwao le 1)
8. **O nahana ke hobaneng marama a Jomo a ile a futhumala?**  
Karabo ya moithuti, mohlala  
Ke nahana marama a Jomo a ile a futhumala hobane o ne a swabile ha a ne a sena dijo.  
Ke nahana marama a Jomo a ile a futhumala hobane o ne a le ditlhong a tshaba ho bua hore ha a na dijo.  
(matshwao a 2)
9. **O nahana hore Jomo e ne e le semathi se lebelo?**  
Karabo ya moithuti, mohlala  
Ke nahana hore Jomo e ne e le semathi se lebelo habane o ile a raoha jwaloka roketi.  
Ha ke nahane hore Jomo e ne e le semathi se lebelo hobane ha a ka a leka ho matha ka lebelo a tshware dimathi tse ding.  
(matshwao a 2)

**10. Ntatae o ne a bolela eng ha a re Jomo o hapile ho betere ho feta kgau?**

Karabo ya moithuti, mohlala

*Ke nahana hore Ntatae o ne a bolela hore Jomo o hapile motswalle wa bophelo ba hae kaofela.*

*Ke nahana Ntatae o ne a bolela hore Jomo o hapile hlomphe ya Anna le ya baithuti ba bang.*

*(matshwao a 2)*

**11. O nahana hore Jomo o na le ntate ya lokileng kapa ya sa lokang?**

Karabo ya moithuti, mohlala

*Ke nahana hore Jomo o na le ntate ya lokileng hobane o mo ruta hore ho bohlokwa ho ba motswalle ya lokileng.*

*Ke nahana Jomo ha a na ntate ya lokileng hobane o lokela ho mo kgothalletsa ho hlola.*

*(matshwao a 2)*



# Foromo ya tshekatsheko ya kotara ya 3

| <b>NHLRP BHB</b><br>Puo: Sesotho<br>Sehlopa sa 3 Kotara 3<br><b>Foromo ya tshekatsheko</b> |                             |                  |                      |                             |                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|----------------------|-----------------------------|------------------|
| <b>Medumo 3.3.A</b>                                                                        | <b>Kakaretso ya diphoso</b> | <b>Kakaretso</b> | <b>Mantswe 3.3.B</b> | <b>Kakaretso ya diphoso</b> | <b>Kakaretso</b> |
| u                                                                                          |                             |                  | eka                  |                             |                  |
| F                                                                                          |                             |                  | foka                 |                             |                  |
| k                                                                                          |                             |                  | nta                  |                             |                  |
| o                                                                                          |                             |                  | taka                 |                             |                  |
| n                                                                                          |                             |                  | seba                 |                             |                  |
| Y                                                                                          |                             |                  | diehile              |                             |                  |
| i                                                                                          |                             |                  | matjato              |                             |                  |
| Q                                                                                          |                             |                  | sebetsa              |                             |                  |
| r                                                                                          |                             |                  | mahlaku              |                             |                  |
| s                                                                                          |                             |                  | tsetsela             |                             |                  |
| H                                                                                          |                             |                  | laolang              |                             |                  |
| e                                                                                          |                             |                  | palama               |                             |                  |
| g                                                                                          |                             |                  | motsotso             |                             |                  |
| F                                                                                          |                             |                  | lebaka               |                             |                  |
| h                                                                                          |                             |                  | bonono               |                             |                  |
| a                                                                                          |                             |                  | sedikadikwe          |                             |                  |
| G                                                                                          |                             |                  | kenyeleditse         |                             |                  |
| j                                                                                          |                             |                  | lehodimong           |                             |                  |
| T                                                                                          |                             |                  | ngolletsweng         |                             |                  |
| k                                                                                          |                             |                  | motjhotjhono         |                             |                  |
| A                                                                                          |                             |                  | pakela               |                             |                  |
| b                                                                                          |                             |                  | dimilione            |                             |                  |
| T                                                                                          |                             |                  | serapa               |                             |                  |
| tl                                                                                         |                             |                  | ngolletse            |                             |                  |
| I                                                                                          |                             |                  | tsebisa              |                             |                  |
| J                                                                                          |                             |                  | lekanya              |                             |                  |
| p                                                                                          |                             |                  | nyalanya             |                             |                  |
| q                                                                                          |                             |                  | dumella              |                             |                  |
| E                                                                                          |                             |                  | qhetsola             |                             |                  |
| k                                                                                          |                             |                  | setjhaba             |                             |                  |

## SEHLOPA SA 3 | FOROMO YA TSHEKATSEKO YA KOTARA YA 3

| <b>NHLRP BHB</b><br>Puo: Sesotho<br>Sehlopa sa 3 Kotara 3<br><b>Foromo ya tshekatsheko</b> |                             |                  |                      |                             |                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------|----------------------|-----------------------------|------------------|
| <b>Medumo 3.3.A</b>                                                                        | <b>Kakaretso ya diphoso</b> | <b>Kakaretso</b> | <b>Mantswe 3.3.B</b> | <b>Kakaretso ya diphoso</b> | <b>Kakaretso</b> |
| O                                                                                          |                             |                  | lefa                 |                             |                  |
| hl                                                                                         |                             |                  | hlwa                 |                             |                  |
| k                                                                                          |                             |                  | etela                |                             |                  |
| U                                                                                          |                             |                  | ngata                |                             |                  |
| g                                                                                          |                             |                  | tlase                |                             |                  |
| p                                                                                          |                             |                  | bataletseng          |                             |                  |
| w                                                                                          |                             |                  | itokiseditse         |                             |                  |
| h                                                                                          |                             |                  | tlhokomelo           |                             |                  |
| r                                                                                          |                             |                  | tlwaelehile          |                             |                  |
| y                                                                                          |                             |                  | phahametse           |                             |                  |
| g                                                                                          |                             |                  | sutusa               |                             |                  |
| F                                                                                          |                             |                  | boraro               |                             |                  |
| K                                                                                          |                             |                  | hlalosa              |                             |                  |
| R                                                                                          |                             |                  | leralla              |                             |                  |
| kg                                                                                         |                             |                  | nahana               |                             |                  |
| P                                                                                          |                             |                  | tala                 |                             |                  |
| w                                                                                          |                             |                  | lapa                 |                             |                  |
| Y                                                                                          |                             |                  | paka                 |                             |                  |
| ny                                                                                         |                             |                  | metso                |                             |                  |
| y                                                                                          |                             |                  | tsoma                |                             |                  |
| s                                                                                          |                             |                  | nepahetseng          |                             |                  |
| tjh                                                                                        |                             |                  | lathalatha           |                             |                  |
| t                                                                                          |                             |                  | thethehileng         |                             |                  |
| kg                                                                                         |                             |                  | matokomane           |                             |                  |
| hl                                                                                         |                             |                  | tebetebe             |                             |                  |
| g                                                                                          |                             |                  | banna                |                             |                  |
| tsh                                                                                        |                             |                  | fihla                |                             |                  |
| j                                                                                          |                             |                  | leetsi               |                             |                  |
| k                                                                                          |                             |                  | maeto                |                             |                  |
| n                                                                                          |                             |                  | nyonya               |                             |                  |



# LENANEO LA TEKANYETSO

## Sehlopa sa 3 Kotara 3

ATP e Hlophisitsweng botjha e fana ka Tekanyetso e Etswang Sekolong kotara ka nngwe. Ho latela sena, bokgoni bo latelang le dikgopolokutlwisiso di lokela ho hlahlojwa Kotareng ya 3:

| KAROLO                                                                                                         | MOSEBETSI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>Ho Mamela le ho Bua</b>   | <p>O fana ka tlhahiso tharollong ya bothata, haholoholo ba dipalo tsa mantswe thutong ya Dipalo.</p> <p>O qoqa pale e nang le qalo, bohare le qetelo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|  <b>Medumo</b>                | <p>O peleta mantswe ka nepo a sebedisa tsebo ya medumo le ditlhaku ditekong tseo e seng tsa semmuso, piletsong le mosebetsing ohle o ngotsweng.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|  <b>Ho bala le kutlwisiso</b> | <p>O balla buka e boemong ba hae hodimo.</p> <p>O sebedisa bokgoni ba ho tseba mantswe a hlahang kgafetsa, medumo, ditlhaku le tshekatsheko ya sebopeho ha mmoho le bokgoni ba ho dikhouda.</p> <p>Boitekolo ba ho bala, ba ho tseba mantswe le kutlwisiso.</p> <p>O mamela mme a shebisise tema ho:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O araba dipotso tse totobetseng</li> <li>• O etsa bolepi</li> <li>• Ngola diketshahalo ka tatellano e nepahetseng</li> <li>• O etsa dikakanyo</li> <li>• O etsa ditlahlobo</li> </ul> |
|  <b>Mongolo</b>             | <p>O kopolla sengolwa se letlapeng, dibukeng tsa dithuto, dikareteng tsa mantswe ka nepo, a ela hloko popeho ya ditlhaku le sebaka mongolong o kopaneng.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|  <b>Ho Ngola</b>            | <p>O ngola dingolwa tsa hae ka dibopeho tse fapaneng: ho ngola bukatsatsing, lengolo ho mong ka yena, tlhaloso.</p> <p>Tshebediso ya puo: popo ya dipolelo, matshwao a puo, makgathe, makopanyi.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## MOHLALA WA MESEBETSI YA TEKANYETSO

- Mesebetsi ena ya tekanyetso e radilwe ho ba karolo ya NHLRP.
- Moo ho lokelang, diteko tsa NHLRP tsa BHB di kenyelleditswe jwaloka karolo ya lenaneo la tekanyetso.
- Mesebetsi ena ya tekanyetso e ka sebediswa e le jwalo kapa ya ikamahanya le maemo a ditlhoko tsa setereke.



## Ho Mamela le ho Bua

O qoqa pale e nang le qalo, bohare le qetelo.

O fana ka tlhahiso tharollo ya bothata, haholoholo ba dipalo tsa mantswe thutong ya Dipalo.

### Mosebetsi ya 1

- Hlokomela ho nka karolo ha baithuti ka thuto ka Dipalo
- Kotareng yohle, kopa baithuti ho abelana ka tharollo ya bothata ba mantswe dipalong.

### Mosebetsi ya 2

- Etsa sena ka Laboraro ka dithuto tsa ho Mamela le ho Bua Bekeng tsa 2, 4 le 6.
- Sebedisa meralo-thuto ya NHLRP hammoho le ditshwantsho tsa ho qoqa pale ya boiqapelo tse Padisong ya NHLRP.
- Bolella baithuti hore ha ba qoqa pale ba:
  - Qoqa pale ka tatellano e nepahetseng: ho etsahetseng pele, ha etsahalang kamora moo, qetellong.
  - Bua dintho ha nngwe: ba se phethaphethe.
- Lekola moithuti ka mong o sebedisa rubiriki e latelang.

| RUBURIKI                                           | BOEMO BA 1                                                                                             | BOEMO BA 2                                                                                                                     | BOEMO BA 3                                                                                                                                           | BOEMO BA 4                                                                                                                |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ditharollo tsa bothata ba mantswe ba dipalo</b> | Moithuti o sokola ho abelana ka tharollo ya bothata ba mantswe ba dipalo, le ka tshehetso ya titjhere. | Moithuti o abelana ka tharollo ya bothata ba mantswe ba dipalo ha a bitswa a tobilwe.                                          | Moithuti o ye a ithaope ho fana ka ditharollo tsa bothata ba mantswe ba dipalo. Ka nako tse ding moithuti o a qeaqea kapa o pheta se seng se builwe. | Moithuti o ye a ithaope ho fana ka ditharollo tsa bothata ba mantswe ba dipalo. Moithuti o bua ka boitshepo le ka thello. |
| <b>Sebopeho le tlhahlamano</b>                     | Moithuti o pheta dikarolwana tsa pale tse nyane ka tatelano e fosahetseng.                             | Moithuti o pheta karolo tse itseng tsa pale ka tatelano e nepahetseng.                                                         | Moithuti o pheta boholo ba pale ka tatelano e nepahetseng.                                                                                           | Moithuti o pheta pale ka tatelano e nepahetseng.                                                                          |
| <b>Bokgeleke</b>                                   | Moithuti o qeaqea hangata, o kgefutsa nako e telele, kapa o phethapeta seo a se buileng.               | Moithuti o na le ho qeaqea ka dinako tse ding, ka nako enngwe o a kgefutsa, kapa o pheta tse ding tsa dintho tseo a di buileng | Boholo ba tlhahiso ya moithuti bo kgeleke, o qeaqea ha nngwe kapa habedi, o a kgefutsa kapa o a phetapheta.                                          | Moithuti o etsa tlhahiso ka bokgeleke mme o na le boitshepo.                                                              |



## Medumo

O peleta mantswe ka nepo a sebedisa tsebo ya medumo le ditlhaku ditekong tseo e seng tsa semmuso, piletsong le mosebetsing ohle o ngotsweng.

### Mosebetsi

- Etsa sena bekeng ya 2–7 ka nako ya dithuto tsa medumo, ka Labohlano.
- Sebedisa dithuto tseo ho fanweng ka tsona tsa Leanong la ho Ruta la NHLRP.
- Etsa tekolo ya mosebetsi wa ho peleta le pitsetso ka tsela e latelang:
  - Fana ka letshwao le leng bakeng sa mantswe a 5 a peletilweng ka nepo. (moedi: 5)
  - Qala ka matshwao a 7 bakeng sa polelo ya pitsetso. Tlosa halofo ya letshwao bakeng sa phoso enngwe le enngwe. (moedi: 7)
  - Rekota sephetho sa beke le beke sa moithuti ka mong, ya matshwao kaofela a 12.

Ho bala sephetho sa kotara.

- Kopanya matshwao a moithuti ka mong a diteko tse 6.
- A arole ka 6 ho fumana palohare ya moithuti.
- Ho ya mafelong a kotara, hlahloba dibuka tsa mosebetsi tsa moithuti ka mong, o hlokomela mopeleto wa bona mesebetsing yohle e ngotsweng.
- Lekola moithuti ka mong o sebedisa rubiriki e latelang.

| RUBURIKI                                                                                                   | BOEMO BA 1                                                                                                                          | BOEMO BA 2                                                                                                   | BOEMO BA 3                                                                                       | BOEMO BA 4                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Bohare ba sephetho sa mopeleto le piletsong tsa beke le beke</b>                                        | matshwao a 0–3                                                                                                                      | matshwao a 4–6                                                                                               | matshwao a 7–9                                                                                   | matshwao a 10–12                                                                                                      |
| <b>Tshebediso ya tsebo ya medumo le ditlhaku le ho peleta ho nepahetseng mesebetsing yohle e ngotsweng</b> | Moithuti o etsa diphoso tsa mopeleto kgafetsa mme mefuta e fapaneng ya mantswe a sebedisitsweng mosebetsing o ngotsweng e a haella. | Moithuti o etsa diphoso tsa mopeleto kgafetsa kapa mefuta e fapaneng ya mantswe a sebedisitsweng e a haella. | Moithuti o sebedisa mefuta e fapaneng ya mantswe e lekaneng. Diphoso tsa mopeleto di a bonahala. | Moithuti o sebedisa mefuta e fapaneng ya mantswe mosebetsing o ngotsweng. Diphoso tsa mopeleto di bonahala ka sewelo. |



## Ho Bala

O balla buka e boemong ba hae hodimo.

O sebedisa bokgoni ba ho tseba mantswe a hlahang kgafetsa, medumo le ditlhaku le tshekatsheko ya sebopeho le bokgoni ba ho dikhouda.

Boitekolo ba ho bala, ba ho tseba mantswe le kutlwisiso.

## Mosebetsi

- Etsa sena mafelong a kotara.
- Sebedisa Teko 3.3.C ya NHLRP ya ho BHB
- Bitsa baithuti ka bonngwe ho tla etsa teko ya ho BHB, jwaloka ha ba laetswe.
- Ngola diphetho tsa baithuti tsa BHB.
- Lekola moithuti ka mong o sebedisa rubiriki e latelang.

| RUBURIKI                               | BOEMO BA 1                                                                                      | BOEMO BA 2                                                                                                      | BOEMO BA 3                                                                                          | BOEMO BA 4                                                                          |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tsebo ya ho dikhouda</b>            | Sephetho sa moithuti sa diteko tsa BHB se tlase haholo ho sa ditekanyetso tsa naha tsa ho bala. | Sephetho sa moithuti sa diteko tsa BHB se batla se le ka tlase ho sa ditekanyetso tsa naha tsa ho bala.         | Sephetho sa moithuti sa diteko tsa BHB se bontsha a fihleletse ditekanyetso tsa naha tsa ho bala.   | Sephetho sa moithuti sa diteko tsa BHB se ka hodimo ho ditekanyetso tsa naha.       |
| <b>Bokgoni ba ho itekola ha a bala</b> | Moithuti ha a kgone ho lekola bokgoni ba hae ba ho bala.                                        | Ka dinako tse ding, moithuti o a kgefutsa, a bale lentswe kapa polelo hape, hore a itokise le hore a utlwisisa. | Moithuti o a kgefutsa hangata, a bale lentswe kapa polelo hape, hore a itokise le hore a utlwisisa. | Moithuti o bala ka thello. O hlokomela ha a etsa diphoso, mme hanghang o a itokisa. |



### Kutlwisiso

O mamela mme a shebisise tema ho:

- O araba dipotso tse totobetseng
- O etsa bolepi
- Ngola diketshahalo ka tatellano e nepahetseng
- O etsa dikakanyo
- O etsa ditlhahlobo

### Mosebetsi

- Etsa sena mafelong a kotara (Ho Bala ka Tataiso ya Sehlopha).
- Sebedisa teko ya ho balla hodimo ka bokgeleke ya 3.3.D (kutlwisiso e ngotsweng) bakeng sa mosebetsi ona.
- Etsa dikhophi tsa teko bakeng sa baithuti.
- Etsa bonnete ba hore o qetile teko ya 3.3.C ya ho balla hodimo ka bokgeleke le baithuti bohle.
- Balla baithuti sengolwa se tekong ya ho balla hodimo ka bokgeleke sa 3.3.C
- Balla dipotso hodimo mme o hlalose kamoo ba tshwanetseng ho di araba.
- Kamora thuto, phutha dipampiri tsa baithuti hore di o di tshwaye.
- Sebedisa memorandamo oo o o filweng e le karolo ya teko ya ho balla hodimo ka bokgeleke bukeng ya teko.
- Sebedisa tafole ya phetholelo ho fetohela boemong bo bong.

| Kakaretso | BOEMO BA |
|-----------|----------|
| 1 – 2     | 1        |
| 3 – 4     | 2        |
| 5 – 6     | 3        |
| 7 – 8     | 4        |



### Mongolo

O kopolla sengolwa se letlapeng, dibukeng tsa dithuto, dikareteng tsa mantswe ka nepo, a ela hloko popeho ya ditlhaku le sebaka mongolong o kopaneng.

### Mosebetsi

- Etsa sena kotara ho pota ka nako ya dithuto tsa mongolo.
- Sebedisa dithuto tseo ho fanweng ka tsona Leanong la ho Ruta la NHLRP.
- Ka nako ya thuto, tsamatsamaya o shebe bokgoni ba baithuti ba mongolo.
- Ho ya mafelong a kotara, sheba dibuka tsa baithuti o hlokomele tswelopele ya bona ya mongolo.
- Hlahloba baithuti o sebedisa ruburiki e latelang.

## SEHLOPA SA 3 | LENANEO LA TEKANYETSO

| RUBURIKI                               | BOEMO BA 1                                            | BOEMO BA 2                                             | BOEMO BA 3                                                                         | BOEMO BA 4                                            |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Popo ya mongolo o kopaneng</b>      | Ditlhaku tse ding ha di a botjwa hantle kapa ka nepo. | Boholo ba ditlhaku ha bo a botjwa hantle kapa ka nepo. | Ditlhaku di bopilwe ka nepo empa ho ka tsepamiswa maikutlo ho ngoleng ka makgethe. | Ditlhaku di bopilwe ka nepo le ka makgethe.           |
| <b>Ho lekana ha boholo ba ditlhaku</b> | Boholo le sebaka pakeng tsa ditlha ha bo a tsitsa.    | Boholo le sebaka pakeng tsa ditlha ha bo a tsitsa.     | Boholo le sebaka pakeng tsa ditlha ha bo a tsitsitse boholo ba nako.               | Boholo le sebaka pakeng tsa ditlha ha bo a tsitsitse. |



### Ho Ngola

O ngola dingolwa tsa hae ka dibopeho tse fapaneng: ho ngola bukatsatsing, lengolo ho mong ka yena, tlhaloso.

Tshebediso ya puo: popo ya dipolelo, matshwao a puo, makgathe, makopanyi.

### Mosebetsi

- Hlahloba baithuti kotara yohle o hlokomela tse latelang:

#### **Dibeke 3-4**

Mofuta wa sengolwa: Lengolo

Tshebediso ya puo: Difeelwane

#### **Dibeke 5-6**

Mofuta wa sengolwa: Ho ngola ho hlalolang

Tshebediso ya puo: Mahlalosi

#### **Dibeke 7-8**

Mofuta wa sengolwa: Bukatsatsi

Tshebediso ya puo: Makopanyi

- Mosebetsing yohle ya ho ngola, ela hloko popo ya dipolelo, matshwao a puo le lekgathe.
- Sebedisa dithuto tseo ho fanweng ka tsona Leanong la ho Ruta la NHLRP.
- Pheletsong tsa dibeke 2, 4, 6 le 8 tsa dithuto tsa Labohlano, nka dibuka tsa baithuti bakeng sa hlahlobo.
- Hlahloba baithuti o sebedisa ruburiki e latelang.

### SEHLOPA SA 3 | LENANEO LA TEKANYETSO

| RUBURIKI                                           | BOEMO BA 1                                                                                                | BOEMO BA 2                                                                                                                   | BOEMO BA 3                                                                                                                          | BOEMO BA 4                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ho ngola bukatsatsing</b>                       | Moithuti o na le phepetso e kgolo ka sebopeho, sehalo le dikahare tsa sengolwa sa bukatsatsi.             | Moithuti o na le phepetso e itseng ka sebopeho, sehalo le dikahare tsa sengolwa sa bukatsatsi.                               | Moithuti o na le phepetso e itseng ka sebopeho, sehalo kapa dikahare tsa sengolwa sa bukatsatsi.                                    | Moithuti o tseba sebopeho, sehalo le dikahare tsa sengolwa sa bukatsatsi hantle haholo.                                      |
| <b>Ho ngola lengolo</b>                            | Moithuti o na le phepetso e kgolo ka sebopeho, sehalo le dikahare tsa lengolo.                            | Moithuti o na le phepetso e itseng ka sebopeho, sehalo kapa dikahare tsa lengolo.                                            | Moithuti o na le phepetso e itseng ka sebopeho, sehalo kapa dikahare tsa lengolo.                                                   | Moithuti o tseba sebopeho, sehalo le dikahare tsa lengolo hantle haholo.                                                     |
| <b>Ho ngola tlhaloso</b>                           | Ditlhaloso tsa moithuti ke tse lepehang mme di hloka boiqapelo.                                           | Ka nako tse ding ditlhaloso tsa moithuti ke tse lepehang mme di hloka boiqapelo.                                             | Ditlhaloso tsa moithuti di a tshepisa mme tse ngata di a kgahlisa hape dibotsha boiqapelo.                                          | Ditlhaloso tsa moithuti di a kgahlisa mme di bontsha boiqapelo.                                                              |
| <b>Popo ya dipolelo le tshebediso ya makopanyi</b> | Moithuti o etsa diphoso kgafetsa tse mabapi le sebopeho sa polelo. Ha a iteke kapa ha sebedise makopanyi. | Moithuti o etsa diphoso tse mabapi le tse ding tsa sebopeho sa polelo. O iteka ho sebedisa makopanyi le ha no na le diphoso. | Moithuti o etsa diphoso moo le moo mabapi le sebopeho sa polelo. Moithuti o qala ho sebedisa makopanyi ka kotleho mongolong wa hae. | Moithuti o ngola dipolelo tsohle ka sebopeho se nepahetseng. Moithuti o kenyeletsa tshebediso ya makopanyi mongolong wa hae. |
| <b>Ho ngola: Matshwao a puo</b>                    | Moithuti o thatafallwa ho sebedisa ditlhaku tse kgolo le kgutlo ka nepo. Le ha a fumana tshehetso.        | Moithuti o sebedisa ditlhaku le kgutlo ka nepo, empa o thatafallwa ka matshwao a mang a puo.                                 | Moithuti o sebedisa matshwao ohle a puo a rutilweng ka nepo mme o etsa diphoso ka sewelo.                                           | Moithuti o sebedisa matshwao ohle a puo ka nepo.                                                                             |
| <b>Tshebediso ya makgathe</b>                      | Moithuti o sokola ho sebedisa makgathe ka nepo le ka botsitso.                                            | Moithuti o etsa diphoso tse itseng ka lekgathe.                                                                              | Moithuti o etsa diphoso ka makgathe nako le nako.                                                                                   | Moithuti o sebedisa makgathe ka nepo le ka botsitso.                                                                         |

