



# basic education

Department:  
Basic Education  
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

## NATIONAL SENIOR CERTIFICATE

KEREITE YA 12

SESOTHO PUO YA TLATSETSO YA PELE (FAL)

PAMPIRI YA PELE (P1)

PUDUNGWANA 2021

MATSHWAO: 80

NAKO: Dihora tse 2

Pampiri ena e na le maqephe a 11.

**DITAELO HO MOHLAHLABUWA**

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 ka ha 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 50	
KAROLO YA B: Metsotso e 20	
KAROLO YA C: Metsotso e 50	
9. Ngola ka mongolo o makgethe, mme o balehang.

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

Karolong ena o fuwe mefuta E MMEDI ya ditema. Bala le ho boha tema e nngwe le e nngwe, araba ka lentswe le le leng feela moo ho hlokehang, ntle le haeba potso e hloka tlhaloso kapa karabo e teletsana.

Bala tema ena e latelang ka hloko, e be o araba dipotso tse hlahang tlasa yona.

**TEMA YA A****SEHLOHO SA KANKERE**

- |   |   |          |
|---|---|----------|
| 1 | Kankere ke lefu leo ho lona disele tse sa phethahalang di tswang taolong, mme di senya dithishu mmeleng wa motho. Ho na le mefuta e fapaneng ya kankere (mofetshe) e jwalo ka ya matswele, ya popelo, ya matshwafo le ya letlalo jj.  |          |
| 2 | Kankere ya matswele ke yona e atileng haholo bathong ba basadi mona Afrika Borwa. Dipalopalo tsa moraorao tjena tsa National Cancer Registry, di supa hore basadi ba fetang 10 000 ba fumanwe ba na le yona ka selemo sa 2016. Mosadi a le mong ho ba 15 Afrika Borwa o tla iphumana a na le kankere ena, ebile dipalopalo tseo, di lebelletswe ho ka eketseha nakong e tlang. Merabe e meng e kotsing ho feta e meng. Leha ho le jwalo, ho bohlokwa ho tseba hore mosadi ofe kapa ofe o kotsing ya ho ba le kankere ya matswele empa seo ha se bolele hore banna e ke ke ya eba diphofu.   | 5<br>10  |
| 3 | Kankere ya matswele ke mofuta o fumanwang diseleng tsa matswele, moo ho fumanehang hore disele tseo di tlaitse mosebetsi wa tsona ebe di qetella di lobokane di bopile hlahala. Ha jwale mokgatlo wa Matjhaba wa Bophelo bo Botle o se o fumane mefuta e fetang e 70 ya dihlahala tsa matswele. Ha hlahala e na le kankere, e ka phatloha ya kena methapong ya madi, e phalle le ona ho fihlela e tlatatlala le mmele e qetelle e dula kae kapa kae feela mmeleng. Sena se bitswa ka hore ke 'metastatis'.  | 15<br>20 |
| 4 | Kankere e ka hlasela batho bao malapeng a bo bona ho nang le nalane ya motho ya kileng a tshwarwa ke yona. E ka boela ya tshwara batho ba latelang, motho ya itsibolang ka mora dilemo tse 35, ngwanana ya qalang ho ya dinakong tsa hae pele ho dilemo tse 12 kapa mosadi ya yang dinakong ho fihlela a le dilemo tse 50. Kankere e ka alafuwa ka khemoterapi le ka radieishini, moo e tjheswang ka metjhini e ikgethang. Hape e ka phekolwa ka ho kgaolwa ha letswele kaofela.  | 25       |
| 5 | Re ka hlokomela jwang hore re na le tshwaetso ya kankere? Bathong ba bang e iponahatsa ka tshwelesa letsweleng, mme ke lona letshwao le atileng. Tshwelesa eo ha e bohloko ha e sa le nyane. Ka nako e nngwe motho a ka fetoha mmala wa letlalo letsweleng, hoo letlalo le ka bang lefubedu kapa la kgakgapheha. Ntle le moo, tlhoko e ka saroloha ka mahlakoreng a fapaneng, mme ka nako tse ding ho ka ba le lero le qhitsang, le sa tlwaelehang. Ho feta moo, letshwao la ho qetela e ka ba la tshwelesa e ka lehafing. Taba tse monate ke hore ha o e hlokometse e sa qala, o ka phonyoha ka soba la nale diatleng tsa mmolai enwa. | 30<br>35 |

6	Ho a hloka hloka ke hona he hore re dule re itliahloba kgafetsa. Motho e mong le e mong a ka etsa teko e bitswang, tekolo hararo (triple assessment) ha a belaela hore o na le kankere ena. Mofuta ona wa tekolo o kenyeletsa tlhahlobo ya mammogram, ultra sound le ho etsa biopsy ka ente e tla ntsha dithishu ho etsa diteko.	40
7	Dipatlisiso di bontshitse hore kgodumodumo ena, e ka bolaya batho ba ka bang 500 000 lefatsheng ka bophara ka selemo, mme ba ka bang 3 000 e ka ba Mafrikaborwa. Kankere ya matswele e tshajwa ke basadi bohle lefatsheng ka bophara ho sa kgathalletsehe hore o na le dilemo tse kae kapa o wa morabe ofe. Ha e kgetholle, e bolaya basadi ka bongata bo tshosang.	45
8	Dipatlisiso tsa SANCA di bontsha hore mehleng ya kgale kankere ena e ne e hlasela basadi ba dilemo tse ka hodimo ho 40. Ho thwe matsatsing a kajeno e se e hlasela le ba banyane ho feta moo. Basadi ba batho batsho le bona ba se ba lokela ho ba sedi le ho ngongoreha haholo tabeng ena kaha le bona e se e ba hlasela ho feta pele. Dilemong tse ka bang 20 tse fetileng e ne e le matla haholo basading ba makgowa. Sephetho se sibollotsweng sa ba sa phatlalatswa ke lesedinyana la British Journal of Cancer maqalong a selemo, se bontshitse hore basadi ba batho ba batsho e ba hlasela ha ba le dilemong tse 40 athe ba makgowa bona e ba hlasela ha ba le dilemong tse 67.	50 55

[E qotsitswe le ho lokiswa ho tswa ho [www.cancer.org.za](http://www.cancer.org.za)]

- 1.1 Nehelana ka mofuta o le mong wa Mofetshe. Sheba mola wa 3. (1)
- 1.2 Ke basadi ba bakae ba ileng ba fumanwa ba na le tshwaetso ya Mofetshe ka 2016? Sheba mola ya 7. (1)
- 1.3 Bolela hore hlahala e ka ata jwang mmeleng. Sheba mela ya 15. (1)
- 1.4 Nehelana ka matshwao A MABEDI ao Kankere e ka iponahatsang ka ona ho motho. Sheba mela ya 29–34. (2)
- 1.5 Ke batho bafe ba kotsing ya ho tshwarwa ke Kankere? Bolela BA BABEDI. Sheba mela ya 21–35. (2)
- 1.6 Ke ditaba dife tse kgothatsang ka lefu lee? Sheba seratswana 5. (2)
- 1.7 Phapano ke efe pakeng tsa basadi ba batho batsho le ba makgowa malebana le lefu lee, ho ya ka British journal? (2)
- 1.8 Ke polelo efe temeng e re tsebisang hore lefu lena le boetse le tshwara banna? (1)
- 1.9 Bolela hore polelo e latelang ke Ntlha kapa Mohopolo, o be o nehelane ka lebaka la karabo ya hao. (2)
- Ka 2016 ho fumanwe basadi ba bangata ba tshwerwe ke kankere ya letswele. (2)

- 1.10 Hobaneng sephetho sa tekolo e hararo (triple assessment) se ka tshepuwa ntle le pelaelo? (2)
- 1.11 Bolela hore polelo e latelang ke Nnete kapa Mafosi, o be o nehelane ka lebaka la karabo ya hao.  
Motho ya itlholang selemo le selemo a ka phema sehloho sa Mofetshe. (2)
- 1.12 Kgetha karabo e nepahetseng ka ho fetisisa ho ya ka ditaba tsa tema (A–D), Kankere e tshwantshwa le kgodumodumo hobane e hlasela basadi ...  
A ba ka tlase ho dilemo tse 40 ka bongata.  
B ba ka hodimo ho dilemo tse 40.  
C ba batho ba batsho ha ba le dilemo tse 40.  
D le banna ba dilemo ka ho fapana e sa kgethe. (2)
- 1.13 Ho ata ha lefu la kankere ho ka ama moruo wa naha jwang? (2)
- 1.14 Na matsapa ao mmuso o a etsang twantshong ya lefu lena la mofetshe a lekane? Nehelana ka lebaka la karabo ya hao. (2)

**TEMA YA B**

Boha tema e latelang ebe o araba dipotso tse itshetlehileng setshwantshong sa B2 ka tlase. Ithuse ka tataiso e setshwantshong sa B1 ho araba dipotso.

**Puo e buang ka seaparo sa hao**

Disimbolo

				
Hlatswa	Bolitjhi	Motjhini	Aene	Teraetlilini

Dikhoutu

		
E foofo	E futhumetse	E a tjhesa

		
Saekele e felletseng	Saekele ya ntho tse bonolo	O seke wa...

**B1**



[E qotsitse le ho lokiswa ho tswa inthaneteng: [www.google./apparelcare](http://www.google./apparelcare)]

- 1.15 Seaparo se setshwantshong sa B2, se lokela ho otlollwa/aenwa ka aene e jwang? (1)
- 1.16 Matshwaong a seaparong se ka hodimo, ke lefe le tataisang hore seaparo ha se a tshwanela ho kenngwa blitjhing? (1)
- 1.17 Hobaneng re hloka tataiso ya matshwao/disimbolo tsena diaparong tsa rona? (2)
- 1.18 Nehelana ka lebaka le bontshang hore seaparo sena se ka rekwa le ke mafutsana. (2)

**MATSHWAO OHLE A KAROLO YA A: 30**

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

Bala ditaba tsa tema e latelang, e be o di kgutsufatsa ka ho ngola dintlha TSE SUPILENG, tse ka o thusang ho lwantshana le ho tepella.

**DITAELO**

1. Ngola dipolelo TSE SUPILENG, tse phethahetseng.
2. Mantswe e be A SA FETENG a 70.
3. Nomora dipolelo tsa hao ho tloha ho 1 ho ya ho 7.
4. Ngola ntlha E LE NNGWE feela polelong ka nngwe.
5. Qetellong ya kgutsufatso ya hao, bontsha palo ya mantswe ao o a sebedisitseng ka masakaneng.

**TEMA YA C****O KA LWANTSHANA LE HO TEPELLA JWANG?**

Ho ya ka ngaka Debra Makoro, wa Cape Town, ho tepella ke maikutlo a mokgathala o ka nkang matsatsi ho isa bekeng. Ka tlwaelo, ho bakwa ke kगतello ya maikutlo le ya monahano, le hona ho se robale hantle.

O re e nngwe ya ditlwaelo tse mpe tsa batho ke ho sa je le ho se nwe metsi a lekaneng, mme sena se lebisa mokgathaleng. Tee le kofi ha di a tlameha ho nowa bakeng sa metsi kaha di na le khafeini. Kahoo di ba le tshusumetso tlwaelong ya motho ya ho robala.

Batho ba bang ha ba je dijo tsa hoseng, mme seo se tima mmele mafura a hlokehang ho faneng ka matla. Ho bohlokwa ho ja dijo tse nyane motsheare ho fapana le tse ngata, mme di kenyetse ditholwana le meroho ka mehla.

Ho kgathatseha ho etsa hore motho a dule a hlobaetse ho se boroko, mme seo se etsa hore a tepelle. Leha motho a ka robala dihora tse robedi, ho kgothalletswa hore a robale hape motsheare metsotso e ka bang e mashome a mararo ho isa horeng. Ho na le hore a paqame feela betheng a touta ka se itseng, ho molemo hore motho a ye boikwetlisong, a bale kapa a tebise menahano.

[E qotsitse le ho lokiswa ho tswa ho *Makasine wa Move!* 10 Tshitswe 2008]

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

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

Bala papatso e latelang, ebe o araba dipotso tsa manollo ya setshwantsho le tshebediso ya puo.

**TEMA YA D**

**SESIRELETSI LETLALONG**

**SE FEDISA:**  
LESHWATA/ LEKGOPHO  
HO HLOHLONA  
HO TJHA  
HO LONGWA

**LEKA SESIRELETSI SA GILLETTE SE  
SETJHA LETLALONG LA HAO!!!**

**SE ETSEDITSWE  
BANNA BA  
MATLALO A  
BOI**

*E tjaaelletswe monwana  
ke ditsebi tsa letlalo.*

**TSHEBELETSO E  
HLWAHLWA EO 'MONNA' a ka iphumelang YONA.**

**Gillette<sup>®</sup>**

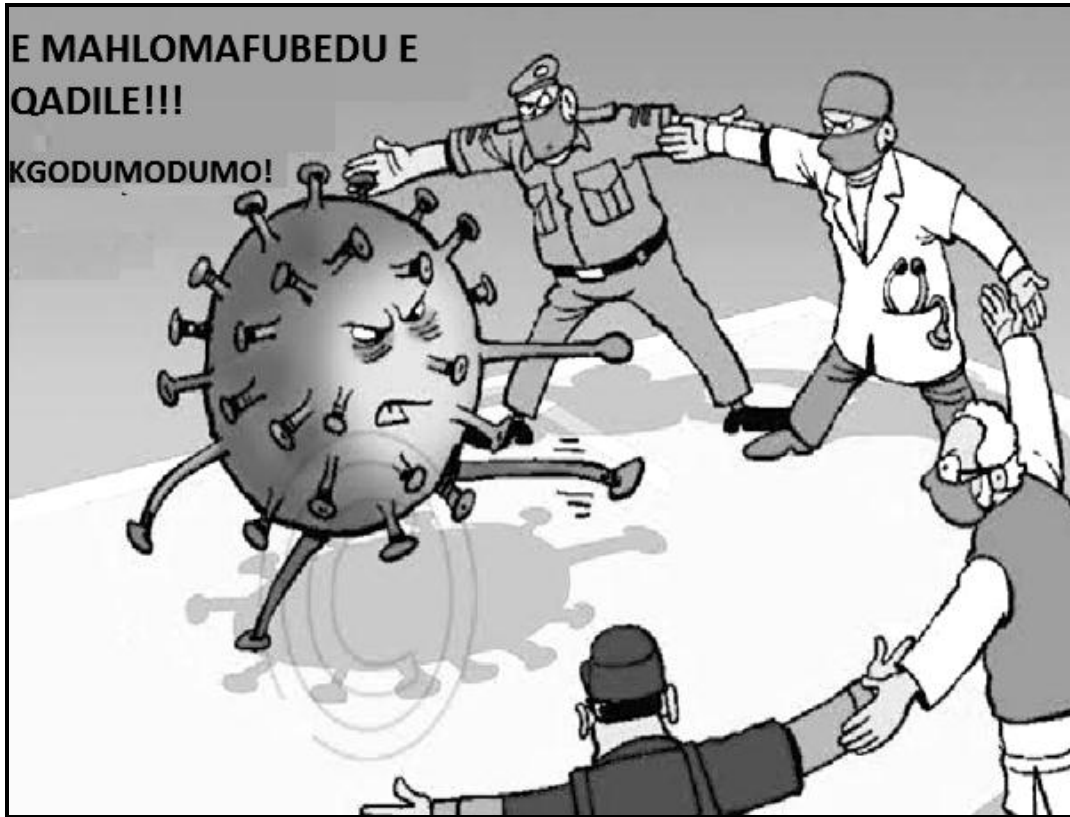
[E qotsitse le ho lokiswa ho tswa makasineng wa Dis-chem Pharmacies, Summer 2019: Leq.87]

- 3.1 Bolela lewa LE LE LENG le bontshang hore mmampatsi a ka atleha ho hohella bareki ho reka sehlahiswa sa hae. Tshehetsa karabo ya hao ka lebaka. (2)
- 3.2 Tshebediso ya mengolo e fapaneng ka boholo papatsong ee e na le tshusumetso efe ho bareki? (2)
- 3.3 Tshebediso ya setshwantsho sa monna ya papatsong ee e fetisa molaetsa ofe? (2)
- 3.4 Hlalosa kamoo kgethollo/leeme le hlahellang kateng papatsong ena. (2)
- 3.5 Na mmampatsi o atlehile ho sebedisa polelo e latelang ho susumetsa bareki ho reka sehlahiswa see? (2)
- Leka sesireletsi sa Gillette se setjha letlalong la hao. (2)
- [10]**



**POTSO YA 4**

Bala ditaba tsa khathunu ena e latelang, ebe o araba dipotso tse tla e latela.

**TEMA YA E**

[E qotsitse le ho lokiswa ho tswa ho [www.blattemag.com](http://www.blattemag.com)]

- 4.1 Sebopeliso sa Covid-19 khathunung ee, se qholotsa maikutlo afe ho mmadi? Nehelana ka lebaka la karabo ya hao. (2)
- 4.2 Tshebediso ya lentswe kgodumodumo e fetisa molaetsa ofe wa khathunu ee? (2)
- 4.3 Kgetha karabo e nepahetseng ho ya ka ditaba tsa khathunu ena (A–D), ebe o nehelana ka lebaka la karabo ya hao.
- Ditshwantsho tse khathunung di bontsha hore diketsahalo tsa yona di etsahala nakong ya ...
- A sefuba se sa tlwaelehang.  
 B Covid-19.  
 C mokgathala o sa tlwaelehang.  
 D ho kwaleha moya ho sa tlwaelehang. (2)
- 4.4 Sekaseka kamano dipakeng tsa tshebediso ya sehlooho le dibapadi tse khathunung. (2)
- 4.5 Ho ya ka wena na mokhathunu o nepile ho sebedisa batho ba baholo feela ho lwantshana le kgodumodumo e khathunung ee? (2)

**[10]**

**POTSO YA 5**

Bala tema e latelang, o nto araba dipotso tse thehilweng hodima yona.

**TEMA YA F****BOLEBADI**

Bolebadi ke lefu le nanarelang mang kapa mang, ha le kgethe dilemo. Bohloko ba lona ke hore bo ka o tima menyetla e itseng bophelong. Ha o le dilemong tsa boqheku teng, ha ke sa bua! Bo dula bo o qabanya le bao o phelang le bona. Ba a utswiswa, ba batliswa seo ba sa se tsebeng hore se hokae, ba bile ba ntse ba omanngwa.

Bolebadi ke sebatahadi se harolang se kgutsitse. Ha se fihletse motho, se mo harolaka feela ntle le qenehelo, a sale a boborane sa kgoho e nketswe ditsuonyana ke phakwe, a be a qenehelwe le ke ngwana leseae. Bo fetola bophelo ba rona ka sekgahla, mme bo re lebatsa le sebopeho seo motho a neng a le ho sona pele bo mo fihlela. 5

Leha ho le jwalo, bolebadi bo molemo hobane bo o lebatsa tse bohloko tse ileng tsa o thefula bophelong tse jwalo ka ho thobelwa ke lehlakwe la pelo ya hao. 10

Ruri ha o tshaba o tshabe bolebadi!

[Tema ya boiqapelo]

- 5.1 Hlalosa tshebediso ya 'leha ho le jwalo' tlhophisong ya tema ya F. (2)
- 5.2 Mothofatso o sebedisitsweng polelong e latelang o o thusa jwang ho utlwisisa se bolelwang ke mongodi?  
Bolebadi ke lefu le nanarelang mang kapa mang, ha le kgethe dilemo. (2)
- 5.3 Qolla polelo eo ho yona mongodi a sebedisitseng lepata, o be o bolele hore o le sebedisitse ka sepheo sefe. (3)
- 5.4 Lentswe lena 'thefula' le o tsebisang ka ketsahalo eo ho buuwang ka yona? (1)
- 5.5 Karaburetso e sebedisitsweng polelong e latelang e re tsebisa eng ka matla a bolebadi ho motho ya lebalang?  
A sale a boborane sa kgoho e nketswe ditsuonyana ke phakwe. (2)
- 5.6 Hobaneng ha mongodi a kgethile ho reha bolebadi 'sebatahadi' temeng ee? (2)
- 5.7 Hobaneng ha mongodi a kgethile ho sebedisa lentswe lena 'rona' ho ikenyelletsa sehlopheng sa ba reretsweng tema ee? (2)

Boha setshwantsho se latelang, o nto araba dipotso tse thehilweng hodima sona.

### TEMA YA G



[Se qotsitswe le ho lokiswa ho tswa bukeng ya *Kganya*, E Maloisane, 2012]

- 5.8 Hobaneng ho sebedisitse dipudulwana tse sa tshwaneng setshwantshong see? (2)
- 5.9 Hlalosa maikutlo a fehlwang ke lentswe lena, 'oho!' ho wena. (2)
- 5.10 Ho ya ka wena, na mosadi ya temeng o etsa toka ha a qholla Thabo ka hara bana ba bang? Nehelana ka lebaka la karabo ya hao. (2)  
[20]

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