Graad

4

Lewens-oriëntering

Intermediêre Fase Onderwysershandleiding

WES-KAAP
Onderwysdepartement
Wes-Kaapse Provinsiale Regering

LEWENSORIËNTERING GRAAD 4

ONDERWYSERSGIDS

KWARTAAL 1

Weke	Metodologie, Hulpbronne, Integrasie, Assessering en Nuwe woorde
Week 1 LU 1 AS 4.1.1	**METODOLOGIE** ***Ondersoek Gesonde Maaltye*** • Bespreek die belangrikheid van ’n gebalanseerde maaltyd om ons liggame gesond te hou. • Stel die vier voedselgroepe bekend. • ’n Voedselpiramide illustreer die voedselgroepe volgens die nodige hoeveelheid voedingstowwe wat vir die liggaam benodig word. Verduidelik wat die funksie van voedingstowwe is. • Gee vir die leerders ou koerante en tydskrifte. • Leerders knip prente van kossoorte uit en plaas dit in die voedselgroepe op die piramide. • Die woorde ‘baie daarvan’, ‘heelwat daarvan’, ‘’n redelike hoeveelheid daarvan’ en ‘’n bietjie daarvan’ kan op die voedselpiramide aangebring word- om dit eenvoudiger te maak. • Verskaf riglyne vir gesonde eetgewoontes. **HULPBRONNE:** • Tydskrifte • Koerante • Koerantpapier **INTEGRASIE:** • Tale LU 6 • Lewensoriëntering LU 4 **ASSESSERING:** • bv. Collage • Bespreking • Groepwerk **NUWE WOORDE:** **piramide koolhidrate nutriënt vitamiene minerale proteïene voedingstof**
LU 4 AS 4.3	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek – Baantegnieke*** • Opwarming – draf en strekoefeninge. • Staan agter die wegspringstreep – hardloop $\underline{+}$ 60 m <u>Hurk-wegspring:</u> • Beweeg na agter die streep • Op julle merke! - Hurk – hande agter die streep - Vingers parallel in lyn met die skouers

- Kop gesak
- Voorste voet die lengte van die onderbeen weg van die streep
- Kussing van agterste voet teenoor die voorste voet se enkel

- Gereed!
  - Heupe bokant die skouers
  - Kop gesak
- Weg!
  - Lig arms
  - Stoot hard met die agterbene
  - Pomp arms/nael
  - Einde van naelloop – stoot bors vorentoe, arms na agter
- Afkoeloefeninge (strek)

HULPBRONNE:

- Baan/gelyk oppervlak/veld
- Fluitjie

INTEGRASIE:

ASSESSERING:

- Aktiewe deelname en prestasie

NUWE WOORDE:

hurk	**oefening**	**strek**	**ontspanning**

Week 2
LU 1
AS 4.1.1

METODOLOGIE

Spyskaarte uit verskillende kulture

- Verduidelik kossoorte wat gekombineer word om 'n maaltyd te vorm; en as mens neerskryf watter verskillende kossoorte daar in die maaltyd is, dan word dit 'n 'spyskaart' genoem.
- Verduidelik dat 'kulturele groepe' bepaalde kossoortes eet. Sullke tradisionele kossoorte bind dikwels persone met dieselfe kulture bymekaar.
- Leerders lees kort gevallestudies oor verskillende kulture en assosieer sekere bekende kosse met kulturele groepe.

HULPBRONNE:

- Handboek
- Spyskaarte
- Gevallestudies

INTEGRASIE:

- Sosiale Wetenskappe
- Lewensoriëntering

ASSESSERING:

- Bv. Funksionele skryfwerk (spyskaarte).

NUWE WOORDE:

voedsaam	**voeding**	**vegetaries**	**groente**

LU 4 AS 4.4.3	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek – Baantegnieke*** • Demonstreer basiese atletiekbaantegnieke. • Wegspringtegnieke vir naellope. Herhaal die vorige week se aktiwiteit. **HULPBRONNE:** • Baan/gelyk oppervlak/veld • Fluitjie **INTEGRASIE:** • Mondelinge aanbieding **ASSESSERINGS:** • Aktiewe deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **baan tegniek deelneem skouer**
Week 3 LU 2 AS 4.2.3	**METODOLOGIE** ***Verhouding tussen ouer (groot) mense en kinders*** ***Vorme van groet*** • Laat leerders verduidelik hoe hulle in hul kultuur respek betoon aan groot of ouer mense. Hoe verskil dit van ander kulture? • Leerders verduidelik hoe hulle in hul eie kulture groot mense groet en verken hoe dit in ander kulture gedoen word. • Leerders rolspeel belangrike gebruike van die verskillende kulture wat respek teenoor groot-ouer mense uitbeeld. **HULPBRONNE:** • Gevallestudies **INTEGRASIE:** • Tale LU 2, 6 • Kuns & Kultuur **ASSESSERING:** • Rolspele, bespreking, navorsing **NUWE WOORDE:** **bejaarde pensionaris grootouers ouma oupa**
LU 4 AS 4.4.3	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** • Opwarming – draf en strekoefeninge • Herhaal vorige aktiwiteit • Speel aflosspeletjies – kan apparaat soos boontjiesakkies, balle, ens. gebruik • Verdeel klas in groepe (groepe van gemengde groottes)

	• Oefen die oorgee in aflosse: Loop/draf stadig/kort afstand Verhoog spoed geleidelik/volspoed Sonder aflosstokkie; Met aflosstokkie/liniaal Ontvanger mag nie terug kyk nie Aangeër kan sein aan ontvanger gee om te begin hardloop • Koel af **HULPBRONNE:** • Plat oppervlak • Boontjiesakkies • Liniale • Aflosstokkies/buise • Fluitjie **INTEGRASIE:** • Kuns & Kultuur LU 4 **ASSESSERINGS:** • Aktiewe deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **aflos afstand kompetisie aflosstokkie/ buise**
Week 4 LU 2 AS 4.2.3	**METODOLOGIE** ***Verhouding tussen ouer mense en kinders (Vervolg)*** • Leer kinders om op verskillende maniere teenoor ouer mense beleefd te wees. Wees behulpsaam en goedhartig. Byvoorbeeld: Staan op en bied jou sitplek vir ’n ouer persoon aan. • Sê dankie wanneer jy iets ontvang. • Sê asseblief wanneer jy vir iets vra. • Hoe ’n mens ’n ouer persoon aanspreek wanneer jy begin praat: Gebruik ‘verskoon my’ en ekskuus tog’. **HULPBRONNE:** • Gevallestudies **INTEGRASIE:** • Tale LU 1, 2 & 6 **ASSESSERING:** • Bespreking • Rolspel • Demonstrasie, ens. **NUWE WOORDE:** **dankbaar waardeer moreel hoes**

LU 4 AS 4.4.3	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** Herhaal verlede week se les. **HULPBRONNE:** • Plat oppervlak • Boontjiesakkies • Liniale • Aflosstokkies/ buise • Fluitjie **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • Aktiewe deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **fluitjie** **ontvang** **oefening**
Week 5 LU 2 AS 4.2.4	**METODOLOGIE** ***Morele Lesse*** (Nota aan onderwyser: Wees sensitief teenoor die kultuur van die leerders. Onderrig hierdie les in die 3de persoon soos vroeër verduidelik.) • Leer vir leerders dat 'n morele beginsel vir ons sê wat reg is en wat verkeerd is. • Lees kort stories wat verskillende Suid-Afrikaanse kulturele groepe uitbeeld. • Maak seker dat almal die storie verstaan. • Leerders beantwoord vrae mondelings of skriftelik. • Leerders kan gevra word om hul eie stories te bring om aan die groep voor te lees. • Leerders sal hul morele stories aan mekaar voorlees en verduidelik. • Leerders kan vrywillig hul morele stories aan die klas voorlees en met almal deel. **HULPBRONNE:** • Storieboeke **INTEGRASIE:** • Tale LU 2, 3, & 4 • Sosiale Wetenskappe LU **ASSESSERING:** • Bespreking • Waarneming, ens. **NUWE WOORDE:** **morele beginsel** **kultuur** **respek** **storie**

LU 4 AS 4.4.3	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** **Atletiek- Veld items: Verspring** • Opwarming – draf en strekoefeninge (klasaktiwiteit) • Verdeel leerders in groepe • Staande verspring • Spring oor tou/stokke wat uitmekaar gespasieer is (aanloop) • Verspring – aanloop – trap op plank met een voet agter die streep • Arms en bene agter die liggaam in vlug • Landing met gebuigde knieë, arms en bene na vore gegooi (hang) • Ander metodes: seil en vasskop • Afkoel (strekoefeninge) **HULPBRONNE:** • Stokke • Toue • Landingsplank • Sagte oppervlak **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Aktiewe deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **knieë** **vorentoe** **plank** **strek**
Week 6 LU 3 AS 4.3.1	**METODOLOGIE** ***Sterk punte en Swakhede*** • Beklemtoon dat ons almal uniek is. Ons het sterk punte en swakhede. • Leerders kan spinnekopdiagramme, towervierkante of ’ek-bome’ (Teken ’n groot stam met takke en blare ontwerp. Skryf iets oor jouself soos: Ek hou van …, Ek hou nie van … nie, ens.). • Leerders vergelyk diagramme, towervierkante of ‘ek-bome’ met ’n maat en soek na ooreenkomste en verskille. • Stel maniere voor waarop minder suksesvolle ervarings in positiewe ervarings omskep kan word. **HULPBRONNE:** • A4 papier • Kryte • Potlode • Koki’s **INTEGRASIE:** • Tale LU 2 AS 4.2.1 • Kuns & Kultuur LU 4 AS 4.4.2 **ASSESSERINGS:** • Ontwerp en Maak, ens.

LU 4 AS 4.4.3	**NUWE WOORDE:** **sterk punte** **swakhede** **positief** **negatief** **selfbeeld** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek*** – Veldtegnieke • Herhaal verlede week se aktiwiteit. • Sluit hoogspring in. • Skêr hoorgspring- tegniek word ingelei deur dat leerders oor a lae hoogte tou spring om hul vastrap voet te bepaal. • Verstel die tou hoër (maar nie te hoog nie.) **HULPBRONNE:** • Hoogspringpale • Tou • Skuimmatras **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • Aktiewe deelname en prestasie. **NUWE WOORDE:** **skêr** **vermeerder/verhoog** **verminder/verlaag** **hoogte**
Week 7 LU 4 As 4.4.3	**METODOLOGIE** • ASSESSERING: Toets konsepte wat gedurende die kwartaal onderrig is. **HULPBRONNE:** • Vraelyste **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Formele Assessering – Toets **NUWE WOORDE:** **stiptelik** **verbeter** **oorweeg** **identifiseer** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** • Herhaal verlede week se aktiwiteite. • Uithouwedloop – hardloop/loop (± 500 m) **HULPBRONNE:**

	• Sien vorige week. **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • **FORMELE DEURLOPENDE ASSESSERING** **NUWE WOORDE:** **afstand** **hardloop** **uithouvermoë**
Week 8 LU 3 AS 4.3.2 LU 4 AS 4.4.3	**METODOLOGIE** ***Respekteer ander se liggame*** • Verduidelik dat almal die reg op privaatheid en menslwaardigheid het. • Leer leerders dat net soos hulle hulself en hul liggame moet respekteer, moet hulle ook ander se liggame respekteer. • Na die klasbespreking kan leerders een of meer sinne in hul werkboeke skryf oor die vraag: 'Hoekom moet ons ander mense se liggame respekteer?' **HULPBRONNE:** • Plakkate • Poppe • Werkboeke **INTEGRASIE:** • Tale LU 1, 2 & 5 • Sosiale Wetenskappe **ASSESSERINGS:** • Waarneming, onderhoud, vraelyste, ens. **NUWE WOORDE:** **respek** **beskerm** **privaat** **privaatheid** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek – Veldtegnieke*** • Herhaal vorige verspring- en hoogspringaktiwiteite • Oor-arm-gooi vir afstand deur gebruik te maak van 'n tennis- of krieketbal • Onder-arm-gooi met heupswaai • Stoot sokker-basketbal (kleintjie) van nek/skouer **HULPBRONNE:** • Balle • Toue • Hoogspringpale • Skuimmatras **INTEGRASIE:** • Mondelinge aanbieding

	ASSESSERINGS: • Aktiewe deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **gooi** **krieket** **basketbal** **poging**
Week 9 LU 3 AS 4.3.2 LU 4 AS 4.4.3	**METODOLOGIE** ***Respekteer die liggame van ander (Vervolg)*** • Verduidelik die liggaamlike en geslagsverskille tussen seuns en meisies. • Verduidelik dat mense in allerhande groottes en vorme (bv. vet en maer) kom. Mense se optrede is egter belangriker as hul voorkoms. **HULPBRONNE:** • Prente • Plakkate • Handboek **INTEGRASIE:** • Natuurwetenskap **ASSESSERINGS:** • Gevallestudies • Projekte, ens. **NUWE WOORDE :** **verskillend** **voorkoms** **liggaamlik** **soortgelyk** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek – Veld- en baantegnieke*** Leerders neem deel aan en demonstreer alle veld- en atletiekbaantegnieke wat hulle geleer het. **HULPBRONNE:** • Soos vorige aktiwiteit. **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Aktiewe deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **energie** **stamina** **spier** **spies**

Week 10 LU 4 AS 4.4.3	**ASSESSERING:** • **KONSOLIDASIE VAN FORMELE ASSESSERING IN BEIDE TEORETIESE EN PRAKTIESE LIGGAAMLIKE OPVOEDING.**

KWARTAAL 2

Weke	Metodologie, Hulpbronne, Integrasie, Assessering en Nuwe woorde
Week 11 LU 1 AS 4.1.2	**METODOLOGIE** ***Gesonde Omgewing en Persoonlike Gesondheid*** • Verduidelik die verband tussen die omgewing en ons gesondheid. • Bespreek kieme en infeksies en hoe dit versprei kan word bv. deur die lug, water en kontak. • Gebruik visuele hulpbronne om mense se slegte gewoontes soos rommelstrooi, ens. te illustreer. • Verduidelik die gesondheidsrisiko's sulke gewoonte gepaart gaan. • Beskrywing van 'n gesonde omgewing: vry van vullis, rommelbesoedeling en gekontamineerde waterstrome. **HULPBRONNE:** • Koerante • Tydskrifte • Plakkate • Projektor • DVD-speler • Videospeler, ens. **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Bv. Navorsing of Projek **NUWE WOORDE:** **rommel** **omgewing** **besoedel** **kieme**
LU 4 AS 4.4.2	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Gimnastiese bewegings*** • Opwarmingsoefeninge • Verdeel klas in werkbare groepe • Bewegingsaktiwiteite (hardloop, loop, gly, galop) • Verander rigting, spoed • Koel af **HULPBRONNE:** • Veilige plat oppervlak • Matte • Verskillende klein apparate. **INTEGRASIE:** • Mondelinge aanbieding

<table>
<tr><td></td><td>ASSESSERING:
Demonstrasies
Deelname en prestasie.
NUWE WOORDE:
galop rigting spoed oppervlak</td></tr>
<tr><td>Week 12
LU 1
AS 4.1.2

LU 4
AS 4.4.2</td><td>METODOLOGIE
Gesonde Omgewing en Persoonlike Gesondheid (Vervolg)
Verduidelik dat die omgewing ons gesondheid beïnvloed.
’n Besoedelde, vuil omgewing laat kieme uitbroei en kieme veroorsaak siektes.
Wys leerders op higiëniese toiletgewoontes soos om jou hande te was nadat jy die toilet gebruik het.
Bespreek persoonlike higiëne by die huis en by die skool.
HULPBRONNE:
Handboek
Prente
Video’s
Fisiese toiletfasiliteit
Werkvelle
INTEGRASIE:
Natuurwetenskap
ASSESSERINGS:
Ondersoekende navorsingstaak
NUWE WOORDE:
besoedeling skoon infeksie siekte

LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE
Gimnastiese bewegings
Herhaal vorige week se aktiwiteite.
Voeg rotasie by, bv. draai, buig, rol, swenk-aksies, vorentoe rol, ens.
Met/sonder apparaat.
HULPBRONNE:
Veilige plat oppervlak
Matte
Balansbalk (banke)
Verskeie klein apparate
INTEGRASIE:

ASSESSERINGS:
Deelname en prestasie.</td></tr>
</table>

	NUWE WOORDE: **roteer rotasie swenk rol**
Week 13 LU 2 AS 4.2.2 LU 4 AS 4.4.2	**METODOLOGIE** ***Diskriminasie*** • Verduidelik dat diskriminasie beteken om nie alle mense op dieselfde manier te behandel nie. • Gee voorbeelde van hoe mense anders behandel word a.g.v. hul velkleur; geslag; liggaamlike vermoëns/gestremdhede; sosiale en/of mediese status (bv. MIV-positiewe mense, xenofobie, ens.). • Verduidelik dat diskriminasie ’n onregverdige praktyk is. • Gebruik scenarios om vorme van diskriminasie in aksie uit te beeld. **HULPBRONNE:** • Prente • Koerante • Tydskrifte • Gevallestudies **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Bv. Onderhoude • Gevallestudies, ens. **NUWE WOORDE:** **onregverdig diskrimineer behandel** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Gimnastiese bewegings (Vervolg)*** • Herhaal verlede week se aktiwiteite. • Voeg “oplig” by – spring op verskillende maniere in die lig om die liggaams hoog van die grond af te lig. • Let op na die vyf basiese spronge: Van twee voete na twee voete (streksprong) Van een voet op twee voete Van twee voete op een voet Van een voet wissel op die ander Van een voet op dieselfde voet Stel ’n gimnastiese reeks met gebruik van bogenoemde variasies van spronge saam. Uitbreiding: Laat leerders hulle eie vloeroefening ontwerp wat beweging, rotasie en “oplig” (spronge) insluit. • Hierdie reekse kan met/sonder apparaat uit gevoer word. **HULPBRONNE:** • Veilige plat oppervlak • Matte • Balansbalk (banke) • Verskeie klein apparate **INTEGRASIE: Mondelinge aanbieding**

	ASSESSERING: • Aktiewe deelname • Prestasie en demonstrasies. **NUWE WOORDE:** **oplig** **bank** **toerusting** **hoog**
Week 14 LU 2 AS 4.2.2	**METODOLOGIE** ***Stereotipering*** • Verduidelik dat stereotipering ’n vorm van diskriminasie is. • Verduidelik dat stereotipering beteken om mense te etiketteer. • Gee voorbeelde soos: seuns speel sokker en meisies speel netbal; pienk is vir meisies en blou is vir seuns. • Gebruik prente/gevallestudies om stereotipering te illustreer. **HULPBRONNE:** • Prente • Koerante • Tydskrifte • Gevallestudies **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • Bv. Debatte, ens. **NUWE WOORDE :** **stereotipe** **etiket** **prent** **beoordeel**

LU 4 AS 4.4.2	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Gimnastiese bewegings (Vervolg)*** • Herhaal verlede week se aktiwiteite. • Voeg balanseringsaktiwiteite by (bv. loop op 'n tou/balk met arms uitgestrek). • Balanseer op een been met die arms uitgestrek en die ander been agtertoe/vorentoe/sywaarts gestrek. • Balanseer op een been met een voet in die lug. • Balanseringsaktiwiteit met maat. • Handstand/e • Met/sonder apparaat **HULPBRONNE:** • Veilige plat oppervlak • Matte • Balansbalk (banke) • Verskeie klein apparate. **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • Deurlopende assessering **NUWE WOORDE:** **balans maat strek oplig**
Week 15 LU 2 AS 4.2.2	**METODOLOGIE** ***Partydigheid*** • Verduidelik dat partydigheid 'n vorm van diskriminasie is. • Verduidelik dat partydigheid is om een persoon of groep persone onregverdiglik te bevoordeel. • Gee voorbeelde soos: werk wat slegs vir mans geadverteer word; verblyf wat slegs vir 'n spesifieke godsdienstige groep adverteer word. • Gebruik prente/gevallestudies om partydigheid te illustreer. **HULPBRONNE:** • Prente • Koerante • Tydskrifte • Gevallestudies **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • Kreatiewe werk, ens. **NUWE WOORDE:** **partydigheid bevoordeel regverdig**
LU 4	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE**

AS 4.4.2	***Gimnastiese bewegings (Vervolg)*** Herhaal alle gimnastiese tegnieke wat in die vorige weke onderrig is.
Week 16 LU 3 AS 4.3.3 LU 4 AS 4.4.4	**METODOLOGIE** ***Interpreteer emosies*** • Verduidelik dat emosies gevoelens is. • Wees bedag op leerders se emosies. Bv. 'n leerder wat onlangs 'n geliefde verloor het, sal getraumatiseer voel deur 'n bespreking oor die dood. • Verduidelik wat positiewe en negatiewe emosies is. • Laat leerders verbale en nie-verbale taal interpreteer, bv. mimiek. • Skryf gevoelens op die bord sodat leerders verbale konneksies met prente of ervarings kan maak. • Wenk: Sê leerders moet hulself in `n speël gaan kyk sodat hulle hul lyftaal kan sien. **HULPBRONNE:** • Spieëls • Prente • Video's, ens. **INTEGRASIE:** • Tale **ASSESSERINGS:** • Mondelinge aanbiedings, ens. **NUWE WOORDE:** **emosie** **geluk** **hartseer** **deernis** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Ritmiese bewegings*** • Ondersoek ritmiese reekse/bewegings • Handeklap-speletjies wat kinders speel • Springtou-speletjies **HULPBRONNE:** • Rekke **INTEGRASIE:** **ASSESSERING:** • Deelname en prestasie **NUWE WOORDE:** **musiek** **maat** **reeks (sekwensie)**

Week 17 LU 3 AS 4.3.3	**METODOLOGIE** ***Interpreteer emosies (Vervolg)*** • Gebruik gevallestudies of prente om die emosies van ander te identifiseer. • Laat leerders verduidelik waarom mense verskillende emosies ondervind. • Leerders deel hul response op verskillende emosies (bv. rolspeel). **HULPBRONNE:** • Gevallestudies • Prente, ens. **INTEGRASIE:** • Tale **ASSESSERINGS:** • Mondelinge aanbiedings • Geskrewe take, ens. **NUWE WOORDE:** **leed** **vreugde** **opwinding** **skande/verleentheid**
LU 4 As 4.4.4	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Ritmiese bewegings (Vervolg)*** • Staan verspreid op die oefenbaan. • Beweeg teen verskillende tempo's: hardloop, loop, marsjeer, galop, ens. • Verander van rigting. • Kry 'n maat en gaan voort met bewegingsaksies. • Kry 'n nuwe maat/groep soos deur die onderwyser aangedui. • Gebruik musiek om die ritme aan te gee. • Behou goeie liggaamspostuur. **HULPBRONNE:** • CD-speler • Ander musiekinstrumente om ritme aan te dui **INTEGRASIE:** • Kuns & Kultuur **ASSESSERING:** • Deelname en prestasie. **NUWE WOORDE:** **kultuur** **slagwerk**

Week 18 LU 3 AS 4.3.4	**METODOLOGIE** ***Identifiseer Konflik*** • Verduidelik dat konflik as gevolg van meningsverskille en onkunde ontstaan en algemeen voorkom. • Verduidelik hoe 'n mens konflik hanteer. • Leerders kan hul eie ervarings van konflik deel. • Identifiseer en bespreek konfliksituasies in 'n bekende konteks (bv. bendebedrywighede in die gemeenskap). **HULPBRONNE:** • Video's • Drama en scenario's **INTEGRASIE:** • Kuns & Kultuur • Tale **ASSESSERING**: • Rolspel, drama ens. **NUWE WOORDE:** **verskil van mening** **konflik** **baklei** **argumenteer**
LU 4 AS 4.4.4	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Ritmiese bewegings (Vervolg)***
Week 19 LU 3 AS 4.3.4	**METODOLOGIE** ***Konflikoplossing (Vervolg)*** • Leerders identifiseer die manier waarop hulle gewoonlik hul gevoelens van woede hanteer. • Stel maniere voor waarop hulle hul woede kan beheer. • Sluit in: bly kalm (tel van 1 tot 10), dink helder, praat met respek, luister ook na die ander persoon. **HULPBRONNE:** • Rolspel • Drama, ens. **INTEGRASIE:** • Kuns & Kultuur • Tale **ASSESSERING:** • Demonstrasies, ens.

	NUWE WOORDE: **kalm** **woede** **luister**
LU 4 AS 4.4.4	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Ritmiese bewegings (Vervolg)*** **Assessering kan op die volgende ritmiese bewegings gebaseer word** • Hersien voortbeweging- en rotasiebewegings. • Handeklap-ritme, bv. sing en klap saam, 'As jy bly is en jy weet dit …' Klap hande soos deur die onderwyser aangedui, bv. agter die kop, agter die rug, ens. **HULPBRONNE:** • CD-speler of musiekinstrumente **INTEGRASIE:** • Kuns & Kultuur • Tale **ASSESSERINGS**: • Deelname en prestasie. **NUWE WOORDE:** **ritme** **wydsbeen** **terugspring**
Week 20 LU 3 AS 4.3.4	**METODOLOGIE** ***Konflikoplossing*** • Kies gepaste reaksies op konfliksituasies. • Leerders kan in groepe verdeel word om rolspele te doen waartydens hulle konflikoplossingsvaardighede toepas. **HULPBRONNE:** • Drama • Scenario, ens. **INTEGRASIE:** • Tale • Kuns & Kultuur **ASSESSERINGS:** • Rolspele **NUWE WOORDE:** **vrede**

LU 4 AS 4.4.4	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Assessering van Ritmiese bewegings (Vervolg)*** • Voortbeweging- en rotasiebewegings op maat van tromslag • Swaaie • Herhaal reeks **HULPBRONNE:** **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** **NUWE WOORDE:** **pylvormig** **herhaal**

KWARTAAL 3

Weke	Metodologie, Hulpbronne, Integrasie, Assessering en Nuwe woorde
Week 21 LU 1 AS 4.1.3	**METODOLOGIE** ***Kinders se Gesondheidsregte*** • Konsep 'regte' – dit is 'n grondwetlike reëling wat die belange van alle mense in Suid-Afrika beskerm. • Regte word deur die wet beskerm. As iemand jou regte skend dan oortree daardie persoon die wet. • Met regte kom 'verantwoordelikhede'. Dit is die verantwoordelikheid van alle mense om binne die wet op te tree. • Verduidelik wat dit beteken om verantwoordelik te wees. • Praat oor en verduidelik verantwoordelikhede wat skakel met kinderregte: hoe om verantwoordelik op te staan vir jou regte; hoe om jouself teen gevaar te beskerm; identifiseer maniere om veilig te wees; vind hulp om jouself te beskerm; oefen om 'Nee' te sê. • Leerders kan regte by verantwoordelikhede pas. **Die Grondwet**: Onderwysers behoort 'n afskrif van die grondwet in die klas te hê en die deel wat kinderregte en die Handves van Regte beskryf, uitwys. • Leer vir leerders dat die grondwet van 'n land al die wette van die land bevat. Die Handves van Mense Regte bevat wette wat kinders beskerm. Dit vorm deel van die grondwet. • **Fokus veral op**: Kinders het die reg om beskerm te word teen kinderarbeid; het die reg op 'n naam en nasionaliteit; die reg om deel van 'n gesin te wees; die reg om teen geweld beskerm te word. **HULPBRONNE:** • Handves van Kinderregte • Plakkate • Brosjures **INTEGRASIE:** • Natuurwetenskap • Lewensoriëntering **ASSESSERINGS:** • Gestruktureerde vrae **NUWE WOORDE:** **voeding** **toilet** **omgewing** **beskerm**
LU 4 AS 4.4.1	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde Invalspeletjies*** • <u>Opwarming</u> - Kies een van die volgende oefeninge: Op een plek hardloop Lig knieë hoog op Hardloop in sirkels, sywaarts (links en regs)

	Spring/touspring oor stokke Swaai arms (windmeul) Strekoefeninge Speel verskillende speletjies (bv. aan-aan-speletjies) Ander • Onderrig die konsep van inval: Om in te val is om iemand anders se ruimte binne te dring. Gebruik die voorbeeld van bankbal of hoepelbal. Verdeel die klas in groepe van 5-6 leerders. Gee vir elke span gekleurde serpe, lyfbande of enige ander identifiseerbare uitkentekens. Speel bankbal: 1. Speel op ’n netbal- of basketbalbaan of in ’n ruimte met die soortgelyke grootte. 2. Sit ’n bankie of mat aan die einde van albei kante van die baan. 3. Elke span kies ’n doelwagter wat posisie inneem op die bankie of mat aan die ander kant van die baan. 4. Netbalreëls word gebruik om die bal na jou eie doelwagter te speel. 5. ’n Doel word aangeteken as jy jou bal suksesvol na jou doelwagter speel en hy/sy die bal vang. Hoepelbal word op dieselfde manier gespeel, behalwe dat die doelwagter die hoepel horisontaal vashou en sy/haar spanmaats moet probeer om die bal deur die hoepel te gooi. **HULPBRONNE:** Gekleurde serpe/lyfbande, merkers, fluitjie. **INTEGRASIE:** Lewensoriëntering LU 1 **ASSESSERINGS:** Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **speletjie** **ruimte** **telling** **inval**
Week 22 LU 1 AS 4.1.3	**METODOLOGIE** ***Kinders se Gesondheidsregte (Vervolg)*** • Verduidelik dat verwaarlosing beteken om te ignoreer; nie belang te stel nie; om te misken. • Mishandeling is om ander mense seer te maak. • Vernedering is om ander van hul menswaardigheid te ontneem. • Gebruik gevallestudies om verwaarlosing, mishandeling en vernedering te illustreer. **HULPBRONNE: Mondelinge aanbieding** **INTEGRASIE: Mondelinge aanbieding** **ASSESSERINGS:**

	NUWE WOORDE: **mishandeling** **verwaarlosing** **verlaging** **verslag**
LU 4 AS 4.4.1	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde Invalspeletjies (Vervolg)***

- Opwarming -
  Kies enigeen van die volgende oefeninge:
  Op een plek hardloop
  Lig knieë hoog op
  Hardloop in sirkels, sywaarts (links en regs)
  Spring/touspring oor stokke of tou
  Swaai arms (windmeul)
  Strekoefeninge
  Speel verskillende speletjies (bv. aan-aan-speletjies)

Gebruik die voorbeeld van bankball of hoepelbal.

Verdeel die klas in groepe van 5-6 leerders. Gee vir elke span gekleurde serpe, lyfbande of enige ander identifiseerbare etikette.

Speel bankbal:

1. Speel op ’n netbal- of basketbalbaan of in ’n ruimte met die soortgelyke grootte.
2. Sit ’n bankie of mat aan die einde van albei kante van die baan.
3. Elke span kies ’n doelwagter wat posisie inneem op die bankie of mat aan die ander kant van die baan.
4. Netbalreëls word gebruik om die bal na jou eie doelwagter te speel.
5. ’n Doel word aangeteken as jy jou bal suksesvol na jou doelwagter speel en hy/sy die bal vang.

Hoepelbal word op dieselfde manier gespeel, behalwe dat die doelwagter die hoepel horisontaal vashou en sy/haar spanmaats moet probeer om die bal deur die hoepel te kry.

HULPBRONNE:

- Gekleurde serpe/lyfbande
- Merkers
- Fluitjie
- Balansbalk en
- Ringe

INTEGRASIE:

ASSESSERINGS:

- Aktiewe praktiese deelname

NUWE WOORDE:

inval	**basketbal**	**sokker**	**onderskep**

Week 23 LU 1 AS 4.1.3	**METODOLOGIE** ***Kinders se Gesondheidsregte (Vervolg)*** • Verduidelik kinders se gesondheidsreg op voeding; skoon water; toilette; skoon omgewing; beskerming; om veilig te wees by die huis; gesondheidsorg en maatskaplike dienste. • Verduidelik aan leerders hoe om hierdie regte in hul daaglikse lewens toe te pas. (bv. Die reg op mediese sorg as ons siek is.) • Gebruik prente om gesondheidsregte by verantwoordelikhede te pas. • Gee vir leerders die kontakbesonderhede van maatskaplike dienste. (bv. Kinderlyn) • Moedig leerders aan om teen verwaarlosing, mishandeling en vernedering op te staan deur hierdie aksies by 'n volwassene wat hulle vertrou aan te meld. • Maak leerders bewus van vreemde en bekende gevare, van ongemaklike gevoelens/aanrakings, ongewenste/onvanpaste seksuele gedrag. **HULPBRONNE:** • Brosjures • Plakkate • Koerante
LU 4 AS 4.4.1	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde Invalspeletjies (Vervolg)*** • <u>Opwarming</u> – Kies enigeen van die volgende oefeninge: Op een plek hardloop Lig knieë hoog op Hardloop in sirkels, sywaarts (links en regs) Spring/touspring oor stokke of tou Swaai arms (windmeul) Strekoefeninge • Ontwerp eie invalspeletjie en gebruik: Sokker Hand-sokker Netbal **HULPBRONNE:** • Sokkerbal • Netballe • Merkers, • Kegels • Gekleurde serpe/lyfbande. **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **opponent** **poging** **teiken**

Week 24 LU 2 AS 4.2.1 LU 4 AS 4.4.1	**METODOLOGIE** ***Formele Assesseringsaktiwiteit*** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde Invalspeletjies (Vervolg)*** • Opwarming - Kies enigeen van die volgende oefeninge: Op een plek hardloop Lig knieë hoog op Hardloop in sirkels, sywaarts (links en regs) Spring/touspring oor stokke of tou Swaai arms (windmeul) Strekoefeninge Speel verskillende speletjies (bv. aan-aan-speletjies) Sokker Hand-sokker Netbal **HULPBRONNE:** • Sokkerbal • Netballe • Merkers • Fluitjies, ens. **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **driemaal** **reëls** **aanpas** **opwarm**
Week 25 LU 2 AS 4.2.1	**METODOLOGIE** ***Pas studievaardighede toe*** Stel die konsep 'studeer' bekend – • Proses waartydens jy betekenis uit feite, konsepte en idees aflei. • Om geskrewe teks te verstaan. • Om 'n sleutelboodskap te verstaan. Vaardigheid om te oefen: - Identifiseer die hoofidee in 'n teks - Herroep die inligting van 'n teks of konteks - Gebruik debatte om die diepte van leerders se kennis te peil Stel verskillende memoriseringsvaardighede bekend, bv. Assosiasie as die sleutel tot memorisering.

	HULPBRONNE: • Sleuteltekste • Spelnommers • Memoriseringspeletjies, ens. **INTEGRASIE:** • Tale **ASSESSERING:** • Waarneming **NUWE WOORDE:** **geheue geheuekaarte herroep**
LU 4 AS 4.4.1	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde invalspeletjies (Vervolg)*** • Opwarming - • Onderrig konsep van inval, m.a.w. om in te val beteken om iemand anders se ruimte binne te dring. • Merk die gebied af • Verdeel die leerders in spanne van ±5 • Pas reëls aan • Ontwerp eie invalspeletjie • Kies ±2 invalspeletjies van die lys (aangepas): Handbal Raakrugby Basketbal **HULPBRONNE:** • Rugbybal • Basketballe • Fluitjies • Gekleurde serpe/lyfbande, en • Merkers. **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** • Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **rugby gekleurde deelneem oefening**

Week 26 LU 3 AS 4.3.6	**METODOLOGIE** ***Studievaardighede*** **Oefen die studietegniek waartydens leerders die hoofidee moet identifiseer.** • Lees 'n paragraaf/leesteks aan leerders voor en verduidelik sleutelwoorde en -konsepte. • Leerders word ondervra om begrip van die hoofidees in die paragraaf te toon. • Moedig leerders aan om die vrae te lees en dan die paragraaf weer te lees voordat hulle die vrae kan beantwoord. • Moedig leerders aan vrae te vra om duidelikheid te kry. • Onderrig die gebruik van geheuekaarte, spinnekopdiagramme en snellerkaarte met tekeninge en kleur. • Leer vir leerders dat grafika en kleur die brein stimuleer. • Leer vir leerders die belangrikheid van alfabetiese volgorde (alfabetiese volgorde maak dit maklik om inligting in telefoongidse en woordeboeke op te spoor). • Leerders kan geskrewe aktiwiteite voltooi deur woorde in alfabetiese volgorde te rangskik en die betekenis van die woorde in 'n woordeboek te soek. **HULPBRONNE:** • Tekste • Scenario's, ens. **INTEGRASIE:** • Tale **ASSESSERING:** • Informele waarneming **NUWE WOORDE:** **verstaan** **antwoord** **vraag** **paragraaf/leesteks**
LU 4 AS 4.4.1	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde invalspeletjies (Vervolg)*** <u>Opwarming</u> – <u>Maak seker dat leerders behoorlik opgewarm is.</u> • Pas die volgende twee sportsoorte aan en leer vir leerders die basiese vaardighede. • Leerders moet soepelheids-, krag- en ratsheidsoefeninge vir hierdie aktiwiteite doen. Raakrugby Basketbal **HULPBRONNE:** • Rugbyballe • Basketballe • Fluitjies • Gekleurde serpe/lyfbande • Merkers, ens. **INTEGRASIE:**

	ASSESSERINGS: • Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **sirkel** **reguit** **vorentoe**
Week 27 LU 3 AS 4.3.6 LU 4 As 4.4.1	**METODOLOGIE** ***Studievaardighede (Vervolg)*** **Herroepingstegnieke**: • Herroep inligting d.m.v. assosiasie – leerders moet feite of idees met iets wat vir hulle bekend is assosieer. Pas die assosiasies bymekaar om hulle makliker te onthou. • Herroep inligting d.m.v. identifikasie – Kry iets wat nie by die idees of feite pas nie. Merk die onbekende en herroep die feite. • Leerders kry gedigte om te memoriseer en met emosie voor te dra. • Rangskik voorwerpe of prente in 'n sekere volgorde wat vinnig aan leerders geflits of gewys word. • Gee aktiwiteite/lesse wat d.m.v. repetisie geleer moet word, bv. definisies, wiskundetafels, ens. **LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde invalspeletjies (Vervolg)*** • Opwarming - Kies enigeen van die volgende oefeninge: Op een plek hardloop Lig knieë hoog op Hardloop in sirkels, sywaarts (links en regs) Spring/touspring oor stokke of tou Swaai arms (windmeul) Strekoefeninge Onderrig die vaardighede van een van die volgende sportsoorte: T- Bal Bofbal/sagtebal **HULPBRONNE:** • T-bal-staander • Bofbal-/sagtebalballe • Merkers • Voetstukke (indien beskikbaar) **ASSESSERINGS:** • Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **hokkie** **knie** **windmeul** **toerusting**

Week 28 LU 3 AS 4.3.6	**METODOLOGIE** ***Studievaardighede (Vervolg)*** **Debatte (Argumenteer jou standpunt)** Deel die klas in twee of meer teenpartye met verskillende menings oor die onderwerp. Groepe moet vir of teen die onderwerp argumenteer. **HULPBRONNE:** • Onderwerpe in tekste wat relevant tot die vlak van die leerders is. **INTEGRASIE:** • Tale **ASSESSERINGS:** • Formele Assessering • Mondelinge aanbiedings **NUWE WOORDE:** **onthou** **geheue** **memoriseer** **herhaal**
LU 4 AS 4.4.1	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde invalspeletjies (Vervolg)*** **ASSESSERINGS:** Aktiewe praktiese deelname. **NUWE WOORDE:** **skop** **verdedig** **val aan**
Week 29 LU 3 AS 4.3.6	**METODOLOGIE** ***Studievaardighede (Vervolg)*** ***Geheuekaarte*** • Onderrig die gebruik van geheuekaarte, spinnekopdiagramme en trefkaarte wat tekeninge en kleur gebruik. • Leer vir leerders dat grafika en kleur die brein stimuleer. • Leer vir leerders die belangrikheid van alfabetiese volgorde. (bv. alfabetiese volgorde stel 'n mens in staat om inligting maklik in telefoongidse en woordeboeke te kry). • Leerders kan geskrewe aktiwiteite voltooi deur woorde in alfabetiese volgorde te rangskik en hul betekenis in die woordeboek te soek. **HULPBRONNE:** • Geheuekaarte • Verskillende soorte tekste **INTEGRASIE:** • Tale

LU 4 AS 4.4.1	**ASSESSERINGS:** • Stel 'n formele assesseringsaktiwiteit saam. **NUWE WOORDE:** **kleur** **tekening** **studeer** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Vereenvoudigde Invalspeletjies (Vervolg)*** **ASSESSERINGS:** • Aktiewe praktiese deelname in 'n formele assesseringsaktiwiteit. **NUWE WOORDE:** **gooi** **vang** **eerlike spel** **skeidsregter**
Week 30 LU 3 AS 4.3.6 LU 4 AS 4.4.1	**METODOLOGIE** **Formele Assessering LU 1, 2 & 3** **HULPBRONNE:** • Woordeboeke • Telefoongidse **LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** **FORMELE ASSESSERING**

KWARTAAL 4

Weke	Metodologie, Hulpbronne, Integrasie, Assessering en Nuwe woorde
Week 31 LU 1 AS 4.1.4	**METODOLOGIE** ***Verkeersveiligheid*** • Maak leerders bewus van verkeersgevare en die hoë voorkoms van ongelukke. • Verduidelik dat onkunde, nalatigheid en ongehoorsaamheid die grootste oorsake van padongelukke is. • Daar word aanbeveel dat leerders na 'n gepaste plek geneem word en presies gewys word hoe om 'n pad veilig oor te steek. (Kyk regs, kyk links, …) • Identifiseer padgebruikers en verduidelik die reëls wat op elkeen betrekking het, bv. motoriste, fietsryers en passasiers, voetgangers. **HULPBRONNE:** • Plakkate • Fisiese plek • Verkeersligte **INTEGRASIE:** • Mondelinge aanbieding **ASSESSERING:** • Mondelinge aanbieding **NUWE WOORDE:** **pad** **ongeluk** **maak attent op** **verkeer**
LU 4 AS 4.4.5	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Waterveiligheid*** • Die grootste gevaar in en om water ontstaan as gevolg van onkunde, onervarendheid en te veel selfvertroue. • Vra leerders om die gevare in en om water te identifiseer: - Verdrinking kan in 'n vlak bad/emmer met water plaasvind. Besoedelde water is 'n gesondheidsrisiko. Dit is nie veilig om alleen in afgeleë of onbekende plekke te swem nie. Dit is nie veilig om 'n rivier oor te steek waar die water vinnig vloei nie. Dit is gevaarlik om in of naby water wild rond te speel. Dit is gevaarlik om in vlak water in te duik as jy nie die bodem kan sien nie. Dit is gevaarlik om met kos in jou mond te swem of te duik. • Hierdie les kan by 'n swembad gedemonstreer word, indien beskikbaar. Alternatiewelik kan die aktiwiteit geassimileer word. **HULPBRONNE:** • Swembad (opsioneel) • Plakkate • Prente • Video's • Handboeke

<table>
<tr><td></td><td>
INTEGRASIE:
• Voeg eie by

ASSESSERINGS:

NUWE WOORDE:
gevaarlik vlak verdrink swem
</td></tr>
<tr><td>
Week 32
LU 1
AS 4.1.4

LU 4
AS 4.4.5
</td><td>
METODOLOGIE
Verkeersveiligheid (Vervolg)
• Lys en verduidelik die betekenis van verkeerstekens wat betrekking het op die veiligheid van ’n voetganger, fietsryer en passasier.
• Leerders kan die verkeersteken by die regte betekenis pas.

HULPBRONNE:
• Lys van verkeerstekens
• Handboek

INTEGRASIE:
• Voeg eie by

ASSESSERINGS:

NUWE WOORDE:
teken fiets gehoorsaam voertuig

LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE
Waterveiligheid (Vervolg)
• Identifiseer praktiese gevare en onderrig veiligheidsmaatreëls vir:
• swemmers en nie-swemmers by:
- die huis – damme
– riviere – swembaddens
– see/strand

HULPBRONNE:
• Voeg eie by

INTEGRASIE:
• Voeg eie by

ASSESSERINGS:
• Aktiewe deelname en prestasie.

NUWE WOORDE
vorentoe aktief landingsplank draf
</td></tr>
</table>

Week 33 LU 1 AS 4.1.4	**METODOLOGIE** ***Verkeersveiligheid (Vervolg)*** • Vra leerders om enige ander padgebruikers te identifiseer. Maak 'n lys wat die volgende padgebruikers sou kon insluit: motorvoertuie, vragmotors, busse, noodvoertuie (polisie, brandweer, ambulans, wegsleepvoertuie, verkeersbeamptes, skolierepatrollie, ens. • Maak 'n lys van al die padtekens wat op bogenoemde lys padgebruikers betrekking het. **HULPBRONNE:** • Prente • Plakkate • Handboek **INTEGRASIE:** • Tale **ASSESSERINGS:** • Werkvel met padtekens: Pas die padteken by die relevante padgebruiker. **NUWE WOORDE:** **verkeer** **noodgeval** **ambulans** **LIGGAAMLIKE OPVOEDING − METODOLOGIE** ***Waterveiligheid (Vervolg)*** • Identifiseer praktiese gevare en onderrig veiligheidsmaatreëls vir: • swemmers en nie-swemmers by: - die huis – damme – riviere – swembaddens – see/strand **HULPBRONNE:** • Voeg eie by **INTEGRASIE:** • Voeg eie by **ASSESSERINGS:** • Aktiewe deelname en prestasie. **NUWE WOORDE** **voorsorgmaatreël**

Week 34 LU 2 AS 4.2.5	**METODOLOGIE** ***Godsdienstige Plekke*** • Fasiliteer 'n eenvoudige en kort dinkskrumsessie waar leerders moet dink oor aktiwiteite wat by godsdienstige plekke, soos kerke ens, plaasvind. • Moedig leerders aan om hul eie ondervindings by hul plekke van aanbidding te deel. • Godsdienstige plekke is nie net spiritueel nie, maar kan ook as gemeenskapsentrums gebruik word. • Leerders moet die verskillende beskrywings van kenmerke wat met godsdienstige geboue geassosieer word, lees en verstaan (bv. die kruis op 'n kerk, ens.). **HULPBRONNE:** • Prente • Plakkate • Handboek **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** **NUWE WOORDE:** **kerk** **moskee** **tempel** **sinagoge**
LU 4 AS 4.4.5	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek – Veld- & Baantegnieke*** • Opwarming – draf en strekoefeninge (klasaktiwiteit) • Verdeel leerders in groepe • Staande verspring • Spring oor tou/stokke wat ewewydig gespasieer is (aanloop) • Verspring – aanloop – trap op vastrapplank/ streep met een voet • Arms en bene agter die liggaam in vlug • Landing met gebuigde knieë, arms en bene na vore gegooi (hang) • Ander metodes: seil en vasskop • Afkoel (strekoefeninge) **HULPBRONNE:** • Stokke • Toue • Landingsplank • Sagte oppervlak **INTEGRASIE:** • Voeg eie by **ASSESSERINGS:** • Aktiewe deelname en prestasie.

	NUWE WOORDE: **tou** **vlug** **plank**
Week 35 LU 2 AS 4.2.5	**METODOLOGIE** ***Godsdienstige Plekke (Vervolg)*** • Gebruik godsdienstige plakkate as visuele hulpbronne om spesiale kenmerke van godsdienstige geboue en plekke aan te bied. • Leerders kan navorsing oor verskillende heilige geboue doen. • Navorsing kan in groepe gedeel word. • Leerders kan 'n praatjie voorberei oor hul eie of 'n ander godsdiens se heilige geboue en enigiets interessant oor die godsdiens noem. **HULPBRONNE:** • Biblioteek • Plakkate • Prente • Internet **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** **NUWE WOORDE:** **gebou** **gewyde** **geloof** **heilige**
LU 4 AS 4.4.5	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Atletiek – Veld- & Baantegnieke*** Verwys na metodologieë van Kwartaal 1. **HULPBRONNE:** • Toerusting en apparaat (eie keuse) **INTEGRASIE:** • Voeg eie by **ASSESSERINGS:** • Voeg eie by **NUWE WOORDE:** **keuse**

Week 36 LU 3 AS 4.3.5	**METODOLOGIE** ***Groepwerk*** • Verdeel leerders in groepe. • Leerders neem aan 'n groepaktiwiteit deel. • Herinner leerders om positief op meningsverskille te reageer. • Na afloop van die aktiwiteit, moet leerders nadink deur hul ervarings in die groep neer te skryf. • Besinning: Wat is gesê? Hoe het ek gevoel? Wat het goed gewerk? **HULPBRONNE:** • Voeg eie by **INTEGRASIE:** • Voeg eie by **ASSESSERINGS:** • Voeg eie by **NUWE WOORDE:** **leier** **verslag gedoen** **scriba** **tydhouer**
LU 4 AS 4.4.2 AS 4.4.4	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Gimnastiese bewegings*** Verwys na die metodologieë van Kwartaal 2 en gebruik basiese gimnastiese en ritmiese bewegings om 'n bewegingsreeks met musiek uit te werk. **HULPBRONNE:** • CD-speler • Bandspeler • CD • Toue, ens. • Verskillende gimnastiese apparate **INTEGRASIE:** • Voeg eie by **ASSESSERINGS:** **NUWE WOORDE:** **gimnastiek** **swaaie** **horisontaal**

Week 37 LU 3 AS 4.3.5	**METODOLOGIE** ***Groepwerk (Vervolg)*** • Leerders doen 'n opvolgaktiwiteit. • Leerders kry rolle en pas groepreëls toe. • Leerders herhaal nadenke soos in vorige aktiwiteit. **HULPBRONNE:** **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** **NUWE WOORDE:** **grondreëls** **rol** **dink na/besin** **groep**
LU 4 AS	**LIGGAAMLIKE OPVOEDING – METODOLOGIE** ***Gimnastiese bewegings (Vervolg)*** Verwys na die metodologieë van Kwartaal 2 en gebruik basiese gimnastiese en ritmiese aktiwiteite (Lokomotor- en rotasiebewegings) om 'n reeks met musiek uit te werk. **HULPBRONNE:** • CD-speler • Bandspeler • CD • Toue, ens. • Verskillende gimnastiese apparaat **INTEGRASIE:** **ASSESSERINGS:** **NUWE WOORDE:**
Weke 38, 39 & 40	**METODOLOGIE** • Praktiese formele assesseringstaak.