education
Department of Education
FREE STATE PROVINCE

PERSOONLIKE EN SOSIALE WELSTAND GRAAD 5

Vak: LEWENSVAARDIGHEDE

KWARTAAL: 4

GEKONTROLEERDE TOETS

Tydsduur : 45 minute

Van: _____ **Naam:** _____

Klas: _____ **Datum:** _____

Skool: _____ **Onderwyser:** _____

Die vraestel bestaan uit 08 bladsye

COPY RIGHT RESERVED

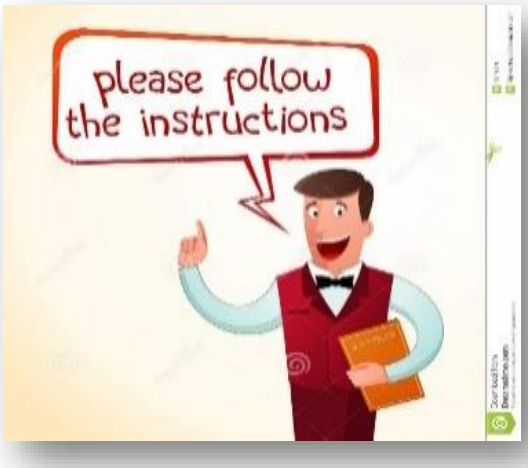


Die vraestel bestaan uit twee (2) afdelings:

Afdeling A =15 punte

Afdeling B =15 punte

- Beantwoord al 6 vrae.
- Gee aandag aan spelling en sinskonstruksie.
- Beantwoord die vrae volgens die punte toekenning.
- Gebruik die spasies verskaf vir jou antwoorde.



COPY RIGHT RESERVED

AFDELING A: Gesonde eetgewoontes vir kinders

VRAAG 1: Veelvuldige keuse-vrae

Kies die korrekte antwoord van die vier (4) opsies wat vir jou gegee is. Omkring slegs die letter van die korrekte antwoord.

1.1 Eet daagliks----------om siekte te voorkom.

A. Vrugte en groente
B. Baie kos en lekkergoed
C. net een keer
D. enige iets wat jy wil **(1)**

1.2 Hierdie is die voedselgroep wat sterk bene en spiere ontwikkel.

A. Te veel stysel, vette olie en lekkergoed.
B. Melk, kaas, eiers vleis en hoender.
C. Rys, kool en aartappels.
D. Pampoen, uie en beet. **(1)**

1.3 Indien jou liggaam nie genoeg voedsel kry om energie te bou nie sal jy__

A. Langer en groter groei
B. Gesond en sterk wees
C. Goed kan speel en werk
D. Siek en moeg word. **(1)**

[3x1=3]

VRAAG 2 : Gesonde eetgewoontes vir kinders. (Kinders se dieet)

Lees die inligting hieronder en beantwoord die vrae wat volg.

Dieet behoeftes van kinders.

Kos gee energie sodat jy kan werk en speel. Indien jou liggaam nie genoeg kos inneem om as energie te gebruik nie, sal dit ophou funksioneer en sal jy moeg en siek word. Ons benodig nie dieselfde hoeveelheid van elke voedselsoort nie.

COPY RIGHT RESERVED

Beantwoord die vrae wat gebasseer is op die bostaande inligting.

2.1 Verklaar waarom voedsel so belangrik is vir ons liggame volgens die leesstuk.

(1)

_____

_____

2.2 Verduidelik in jou eie woorde wat jy verstaan onder Wanvoeding. (Ondervoeding)

_____

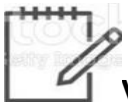
_____**(1)**

2.3 Noem een faktor wat voedsel inname by kinders beïnvloed.

_____ **(1)**

[3]

VRAAG 3 :Plaaslike en omgewings-gesondheids probleme.



Verduidelik die volgende terminilogieë. Skryf die antwoorde op die spasies wat aan jou verskaf is.

3.1. Stigma:

_____

_____ **(1)**

3.2 Behandeling:

_____

_____ **(1)**

3.3 Simptome:

_____

_____ **(1)**

[3x1=3]

COPY RIGHT RESERVED

VRAAG 4: Plaaslike en omgewings gesondheids probleme.

Bepaal of die volgende stellings Waar of Vals is.  **Skryf slegs Waar of Vals op die spasies verskaf.**

4.1 Antibiotika is 'n medisyne wat kieme doodmaak wat ons siek maak._____

4.2 Masels kan nie behandel word nie. _____

4.3. Slegs wyfie muskiete dra die Malaria parasiet. _____

[3x1=3]

VRAAG 5 : Feeste en Gebruike

Pas die konsepte in Kolom A met die korrekte frases in Kolom B. Skryf jou antwoord in Kolom C. Gebruik slegs die alfabet letter.

KOLOM A	KOLOM B	KOLOM C
Voorbeeld:		**5.4 F**
5.1 Divali	A .Die Joodse Nuwejaar	**5.1** _____
5.2. Inisiasie	B. Hindu Fees van Ligte	**5.2** _____
5.3. Roosj Hasjana	C. 'n Afrika kultuur waar seuns mans word.	**5.3** _____

[3x1=3]

[3x1=3]

TOTAAL: AFDELING A: 15

LEERDER SE PUNT VIR AFDELING A ☐

COPY RIGHT RESERVED



AFDELING B

VRAAG 6: Dwelmmisbruik

Beskryf enige vyf (5) effekte wat dwelms op die liggaam en brein het.

(5x1)=5

6.1

_____

_____

6.2

_____

_____

6.3

_____

_____

6.4

_____

_____

6.5

_____

_____

COPY RIGHT RESERVED



VRAAG 7: Water as 'n belangrike basiese behoefte.

7.1

- Skryf 'n paragraaf waarin jy jou maats advies gee oor die besparing van water en hoe dit gedoen kan word.
- Lig vyf punte of idees uit. Moenie jou sinne nommer nie. **(5x1)=5**

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

COPY RIGHT RESERVED

VRAAG 8.1: Veiligheidsreëls by die huis en in die omgewing.

Gee drie (3) veiligheids-maatreëls teen skadelike huishoudelike produkte. (3)

1)
2)
3)

VRAAG 8.2 MIV en Vigs onderrig

Beskryf twee maniere oor hoe mense met MIV Vigs na hulself kan omsien.

•
•

(2)

TOTAAL: AFDELING B: 15 PUNTE

LEERDER PUNT VIR AFDELING B

GROOT TOTAAL : 30 Punte

COPY RIGHT RESERVED