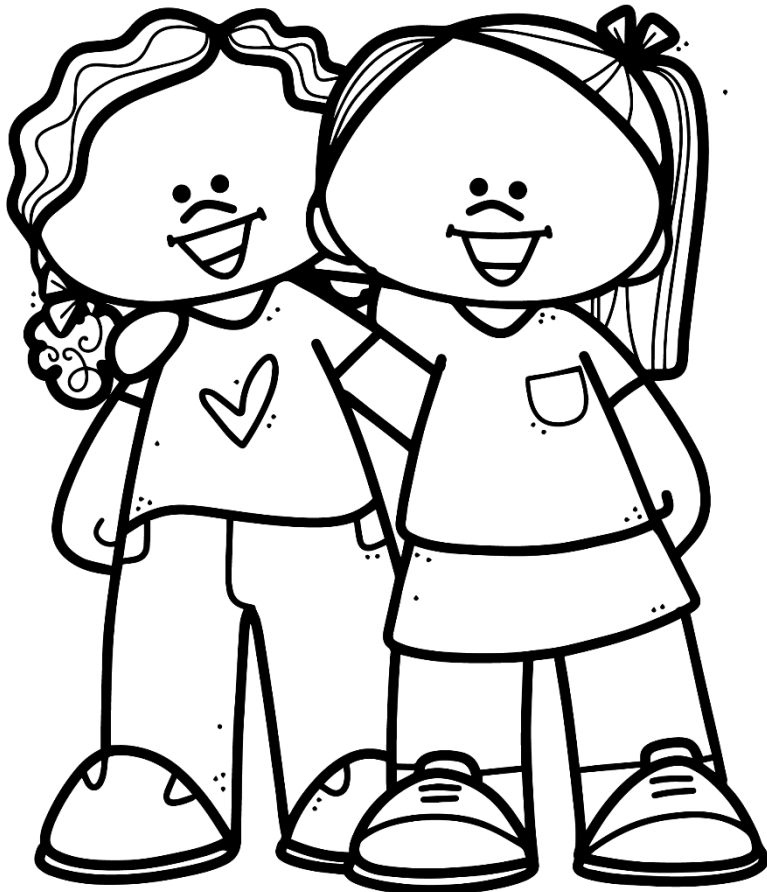


GRAAD 1

Lewensvaardigheid

Kwartaal 2



Naam:

# My gesin

Party gesinne is groot en ander is klein. Party het mammas en pappas en ander het nie. Party gesinne woon by oumas en oupas, of by ooms, tannies, neefs en niggies.

Skryf die woorde in die blokkies by die regte prent.

oupa

pappa

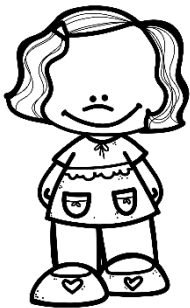
mamma

ouma

broer

suster

baba



Teken 'n prent van jou gesin.

My gesin

a. Wie woon almal in jou huis?

\_\_\_\_\_

b. Wie is die oudste in jou huis? \_\_\_\_\_

c. Wie is die jongste in jou huis? \_\_\_\_\_

# Ons gee om vir mekaar

Gesins- en familieledede behoort lief te wees vir mekaar en na mekaar om tesien. Ons wys dat ons lief is vir mekaar deur vir mekaar drukkies te gee en ook deur mekaar te help en te respekteer.

Ons moet:

Mekaar help.



Hoflik wees teenoor mekaar.



Verantwoordelik wees.



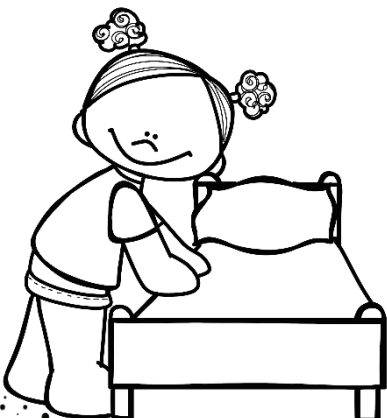
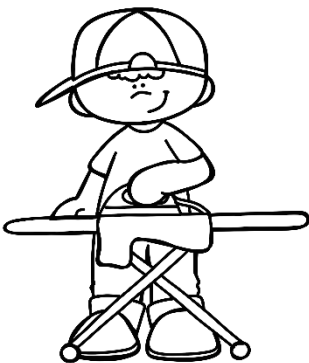
Ons take verrig by die huis.



# Takies wat ons in die huis verrig

Ons het almal takies wat ons in die huis doen. Lees die sinne en skryf die nommer by die regte prent.

1. Die seun stryk die klere.
2. Die meisie hang wasgoed op.
3. Ben was die wasgoed.
4. Klara vee die vloer.
5. Die meisie dek die tafel.
6. Mia maak haar bed op.



Teken 2 prente van takies wat jy in die huis moet doen.

Takie 1

Takie 2

# Veiligheid in en om die huis

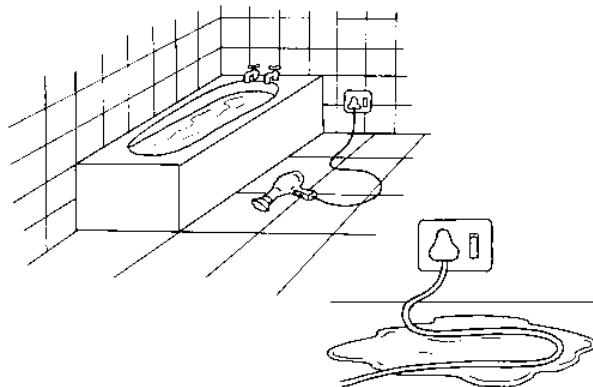
## Veiligheid in die kombuis

- Draai die handvatsels van panne en kastrolle na die agterkant van die stoof.
- Moenie skerp messe laat rondlê nie.
- Sluit parafïen en medisyne op 'n veilige plek toe.
- Moenie speelgoed laat rondlê nie.



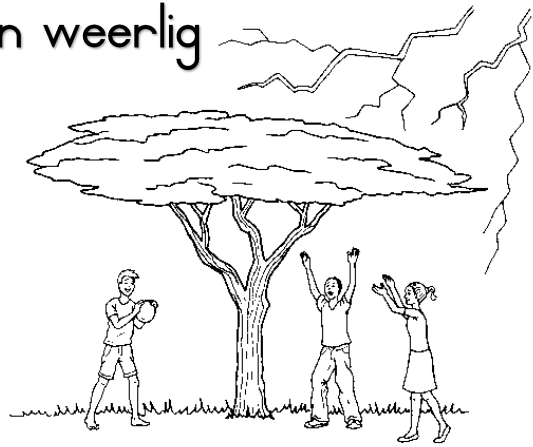
## Veiligheid in die badkamer

- Moenie elektriese items naby aan water gebruik nie.
- Moet hulle ook nie naby aan water laat lê nie.
- Bêre skêre en ander skerp items weg in 'n kas.
- Moenie jou tandeborsel met iemand anders deel nie.



## Veiligheid tydens donderweer en weerlig

- Moet nooit tydens 'n storm onder 'n boom staan nie.

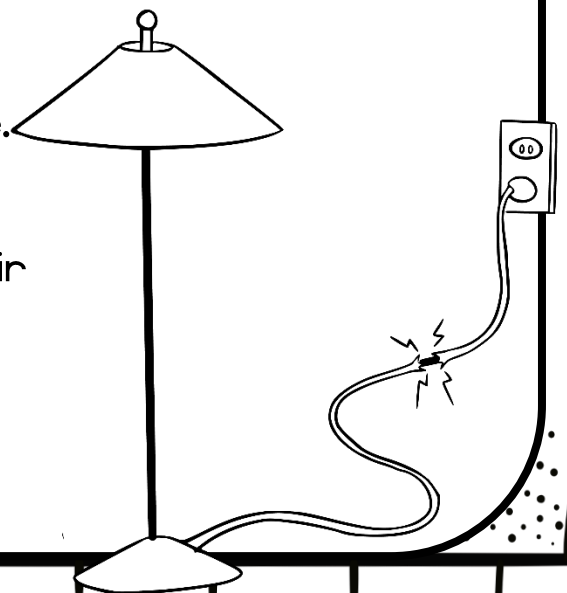


## Veiligheid buite die huis

- Tel dinge soos glasstukke op en plaas dit in die vullisblik, want dit kan jou seermaak.
- Moenie naby aan 'n swembad speel as daar nie 'n volwassene naby is nie.

## Veiligheid in die huis

- Moet nooit enigiets in 'n muurprop indruk nie. Vra vir iemand wat ouer as jy is om jou te help.
- Moenie speelgoed en ander dinge laat rondlê nie.
- Moenie met paraffien of
- gif tige skoonmaakmiddels speel nie.
- As jy sien dat die koord van die yster of die ketel uitrafel, vra vir mamma of pappa om dit reg te maak.





# Veiligheid in en om die huis

Gifstowwe, medisyne en party skoonmaakmiddels is baie gevaarlik. Moet nooit enigiets drink as jy nie seker is wat dit is nie.

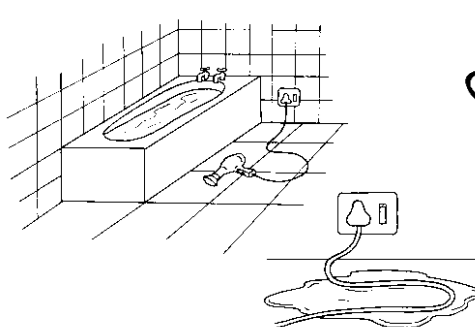
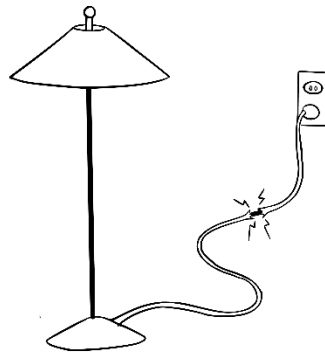
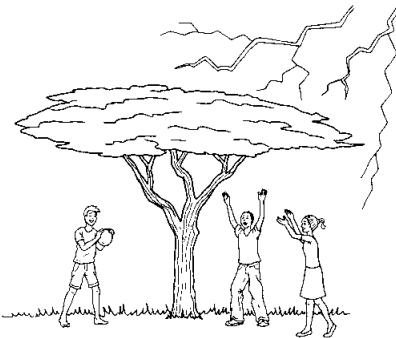
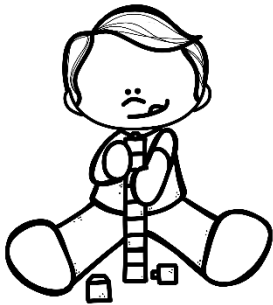


Hierdie teken beteken dat daar iets gif tigs in die bottel, boks of blik is.



# Veiligheid in en om die huis

Kyk na die prente en sê watter van die prente veilige situasies wys en watter nie. Maak 'n (√) by die prente wat veilige situasies wys en 'n (X) langs die prente wat onveilige situasies wys.



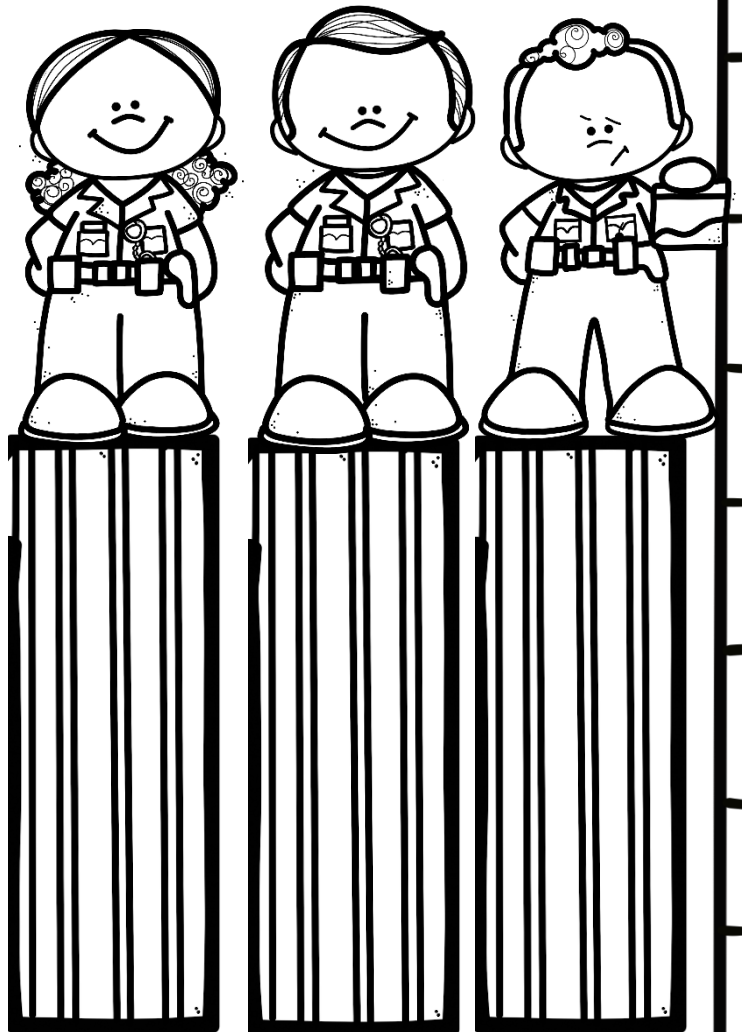
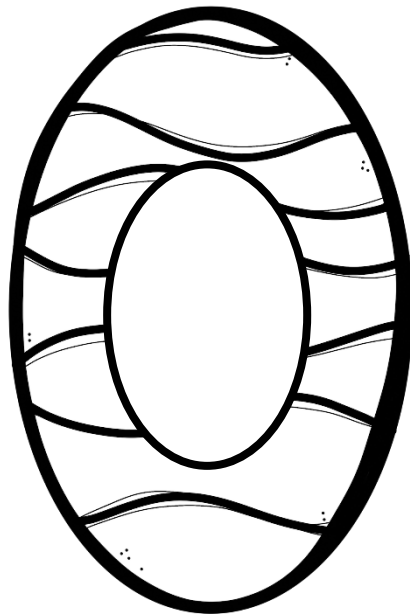
# Ek bly veilig wanneer ek alleen tuis is

Wanneer jy alleen tuis is, kan jy hierdie dinge doen om veilig te bly.

1. Moenie die deur vir 'n vreemdeling oopmaak nie.
2. Sluit al die buitedeure toe.
3. Maak seker dat jy jou ouers se telefoonnommers en die bure se telefoonnommer ken.
4. Maak 'n lys van belangrike telefoonnommers ingeval jy dit nodig kry.



# Die polisie se nommer



1 klein mannetjie,  
1 met 'n boep.

3 klein mannetjies is die polisie se  
roep.

# My belangrike nommers

My ma se nommer:

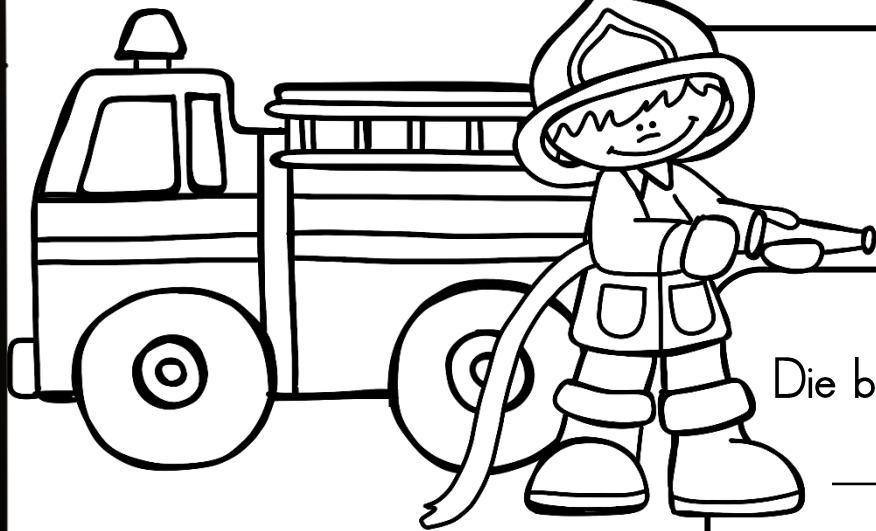
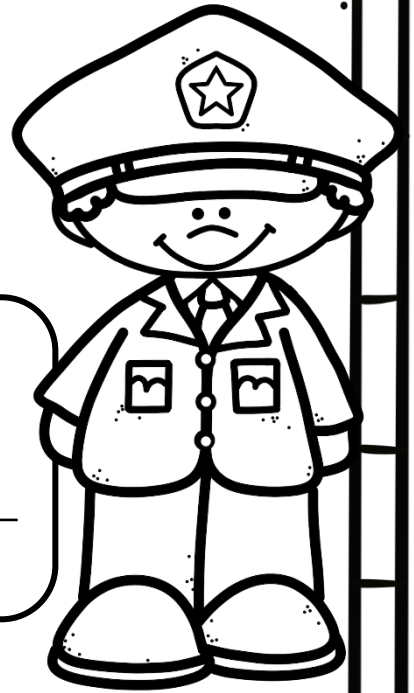
\_\_\_\_\_

My pa se nommer:

\_\_\_\_\_

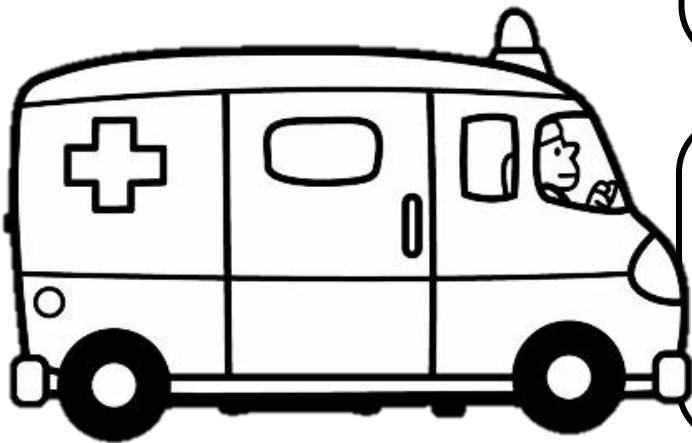
Die polisie se  
nommer:

\_\_\_\_\_



Die brandweer se nommer:

\_\_\_\_\_



Die ambulans se nommer:

\_\_\_\_\_

Die telefoonnommer van nog iemand wat jy kan bel as jy  
hulp nodig het. \_\_\_\_\_

# My liggaam

Skryf die woorde in die blokkie by die regte plek op die prent.

been

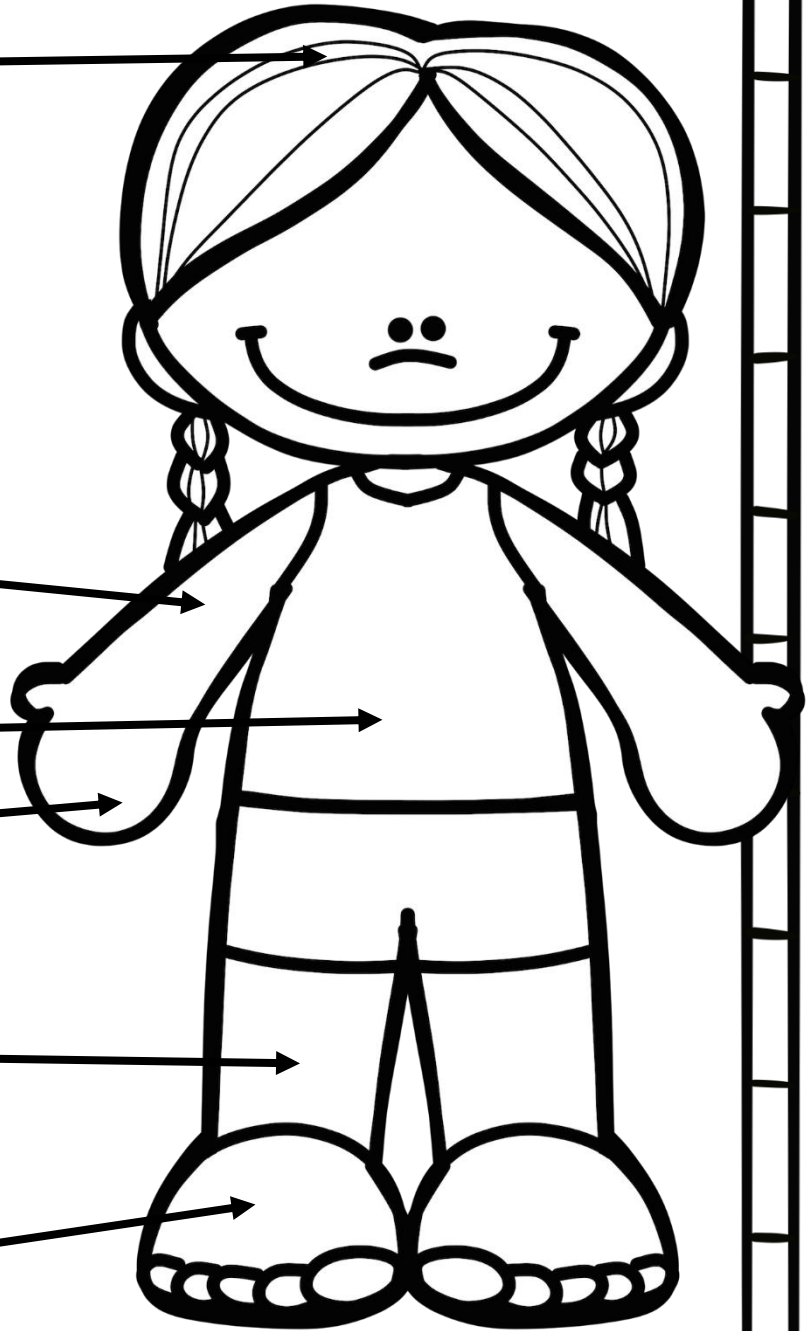
hand

voet

arm

kop

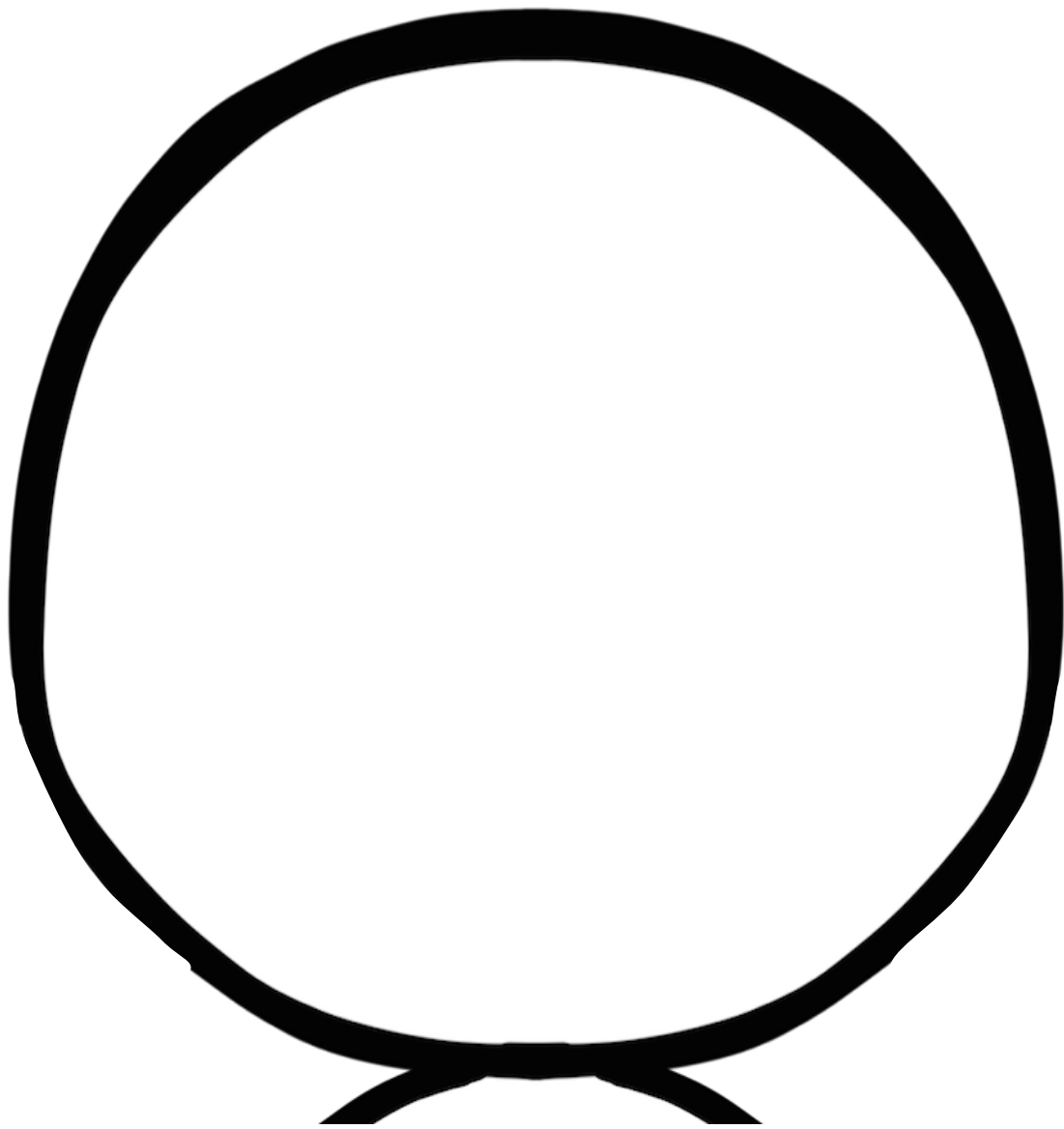
maag



# My gesig

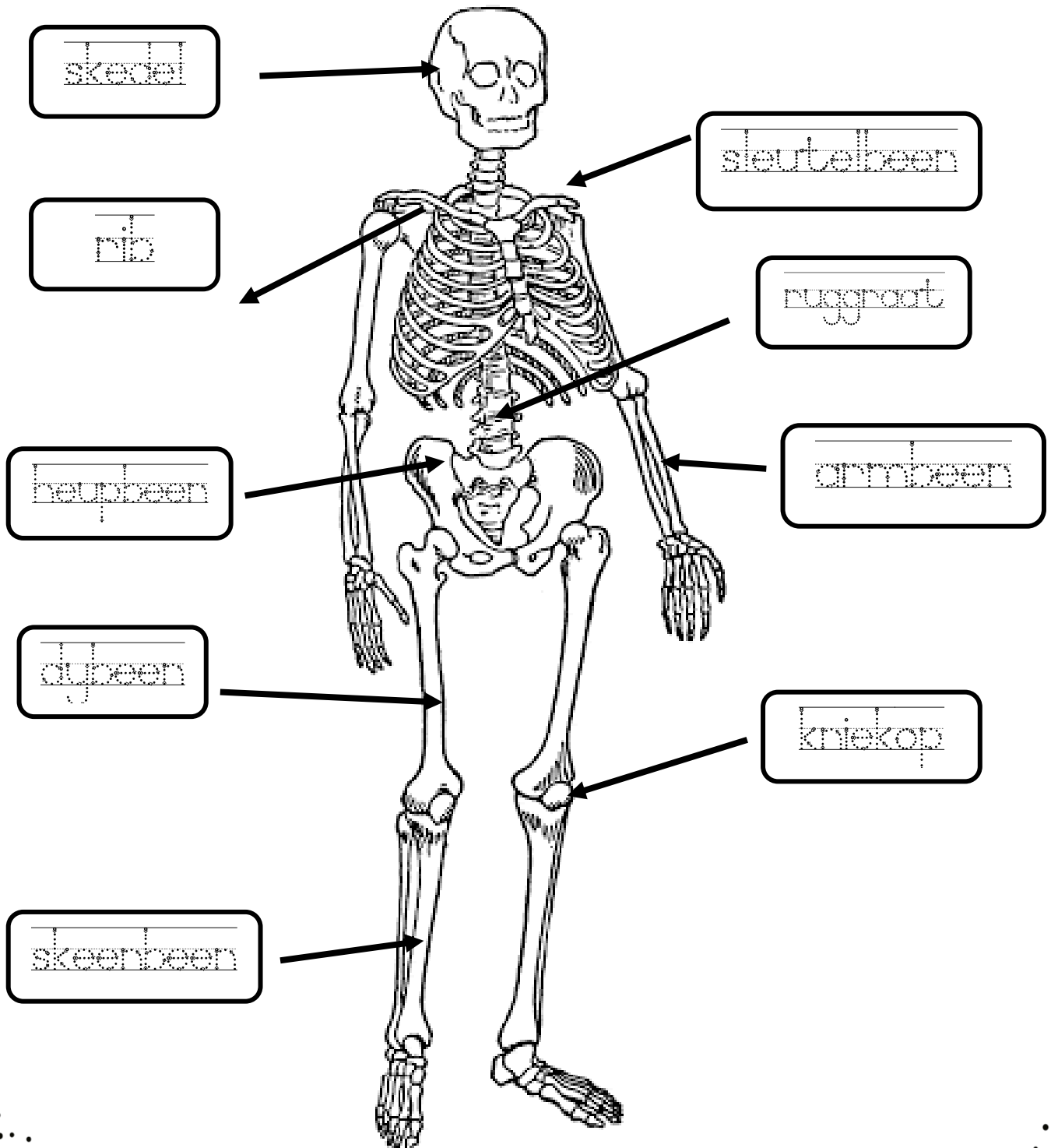
Teken jou oë, neus, mond, hare ensovoorts.

Kleur dit mooi in.



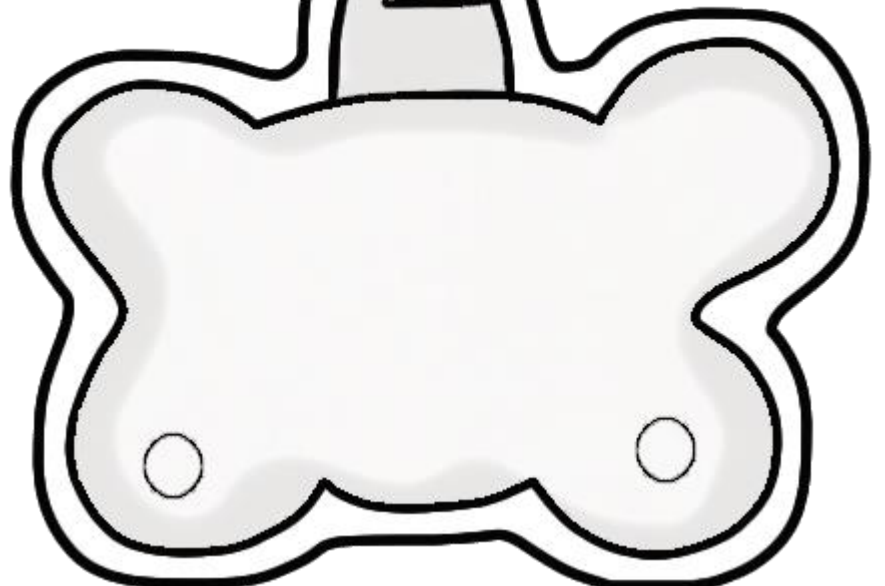
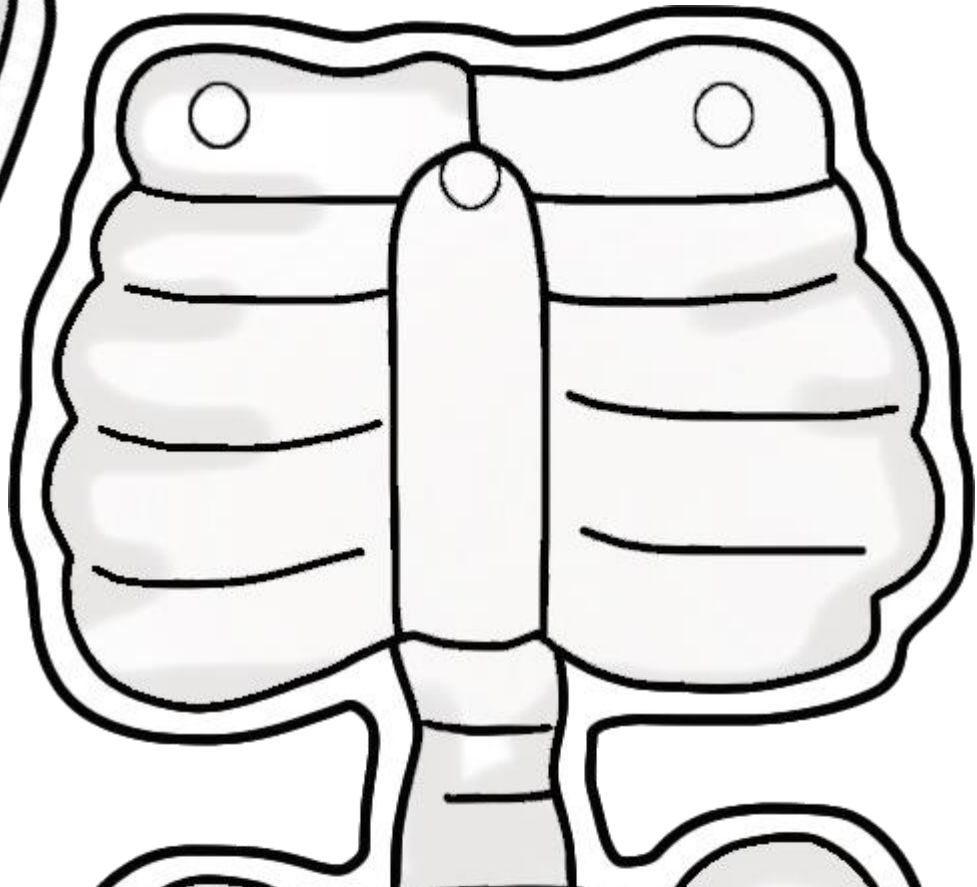
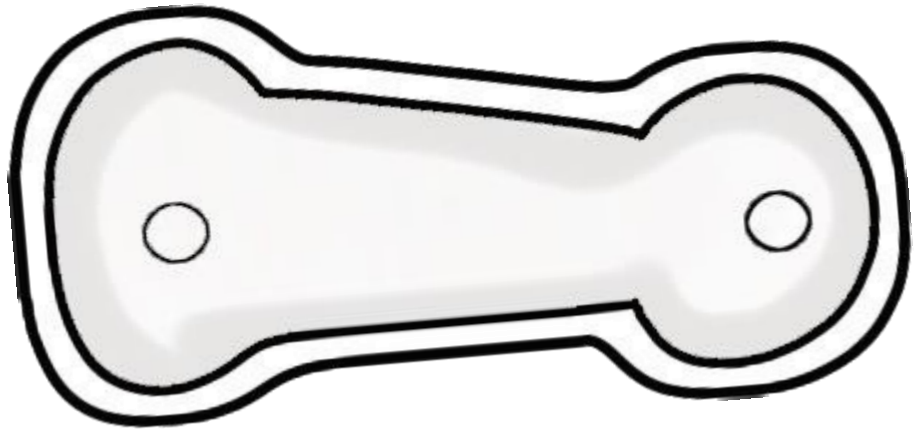
# Jou beendere

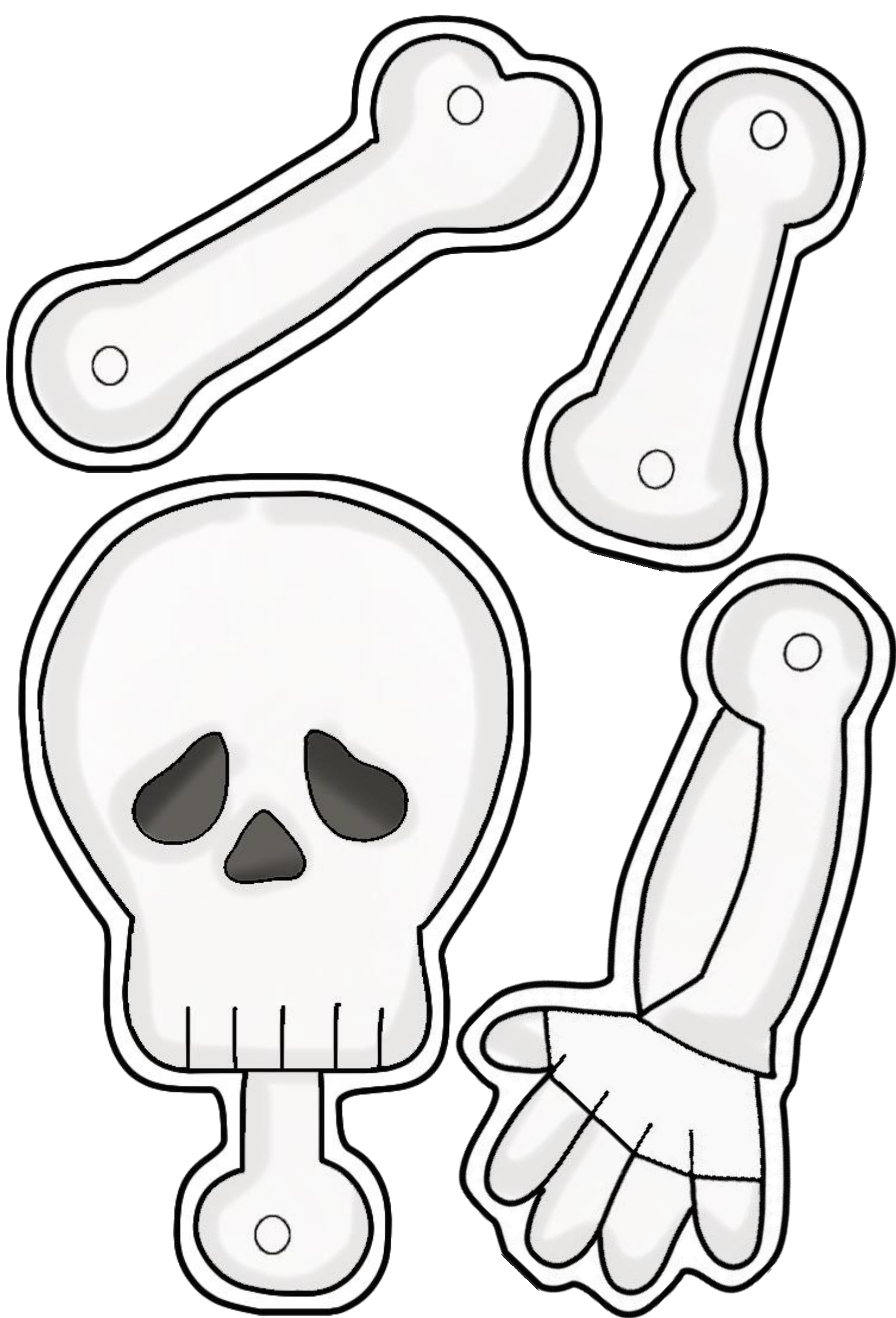
Jy het ook liggaamsdele wat jy nie kan sien nie.  
Hulle werk almal saam om jou aan die lewe te hou

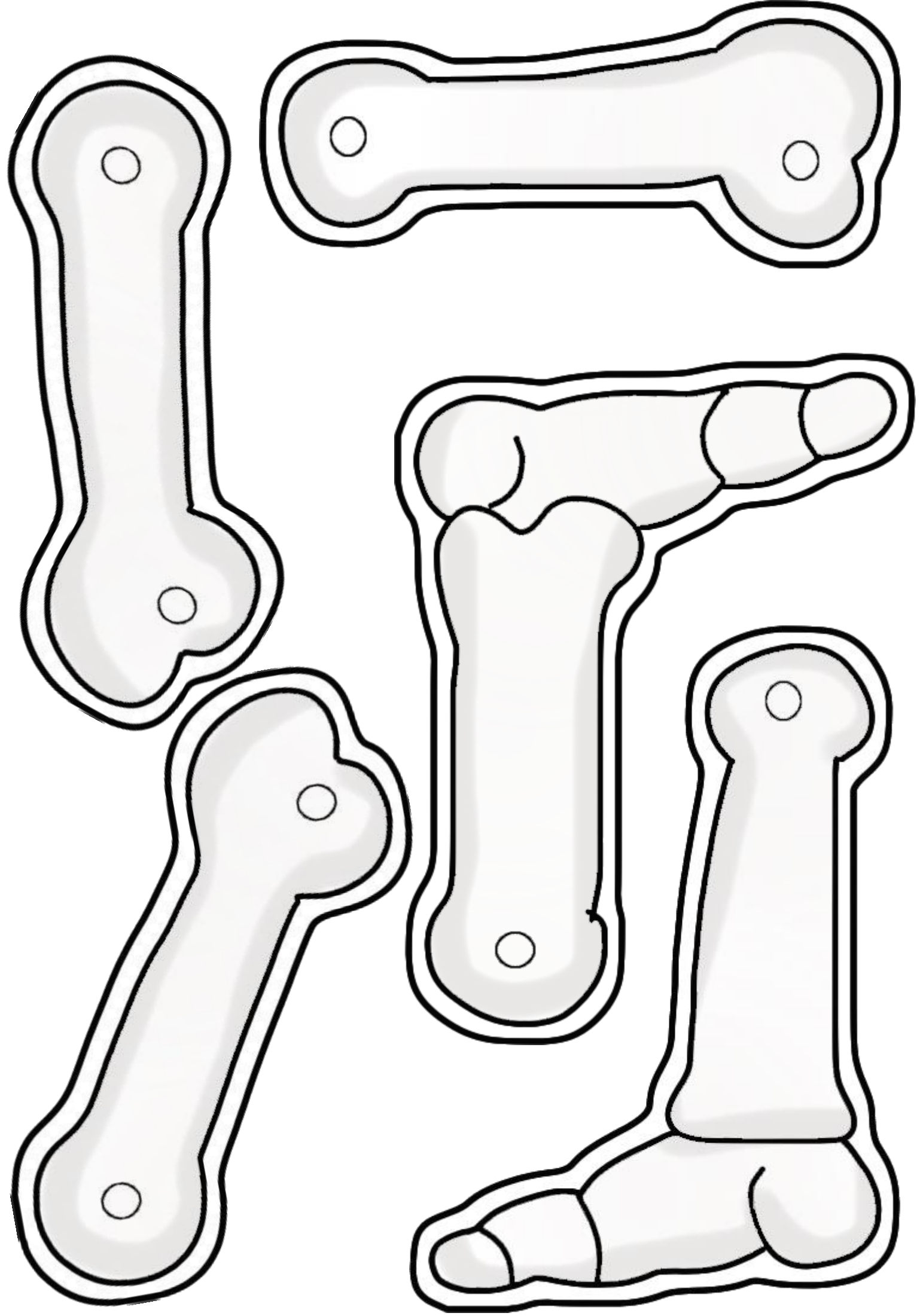




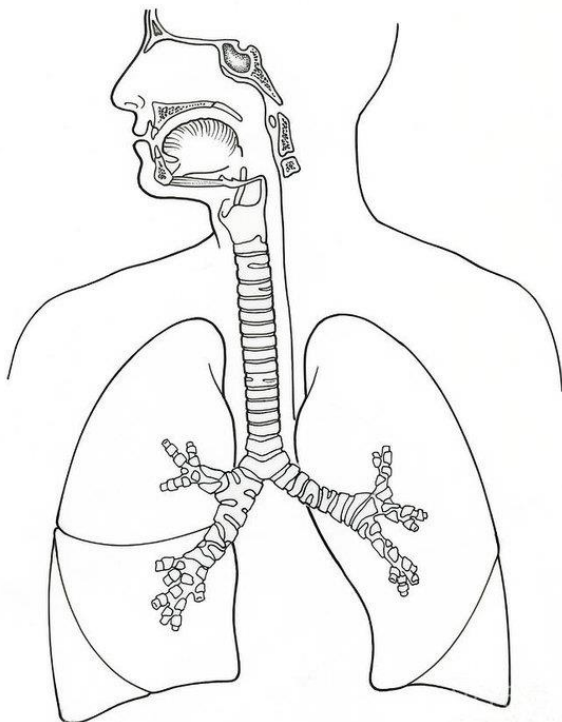
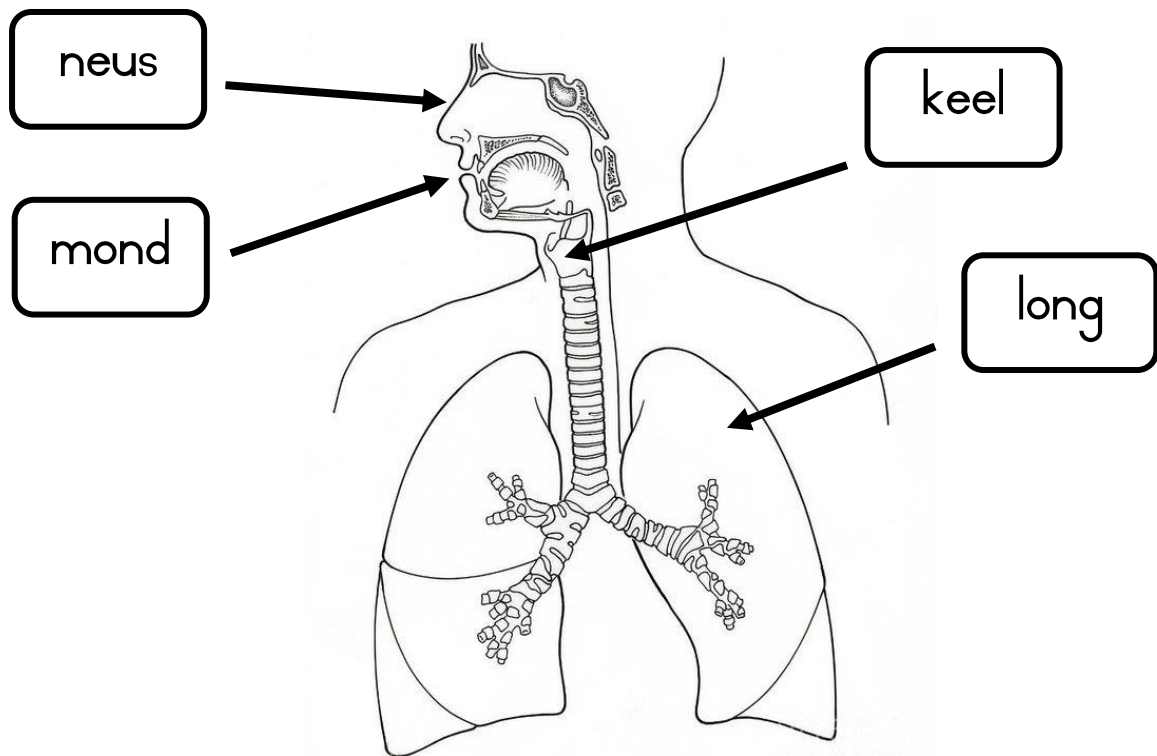
Knip die dele uit om jou eie geraamte te maak.







# Liggaamsdele wat jou help asemhaal



Kleur die dele wat jou help asemhaal op die volgende maniere in:

- neus - oranje
- mond - rooi
- keel - geel
- long - blou

# My sintuie

Kyk na die 5 prentjies en skryf die verskillende sintuie vir die liggaamsdele neer deur die woorde in die blokkies te gebruik.

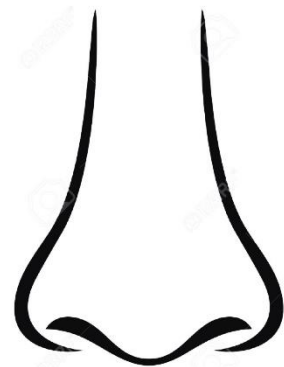
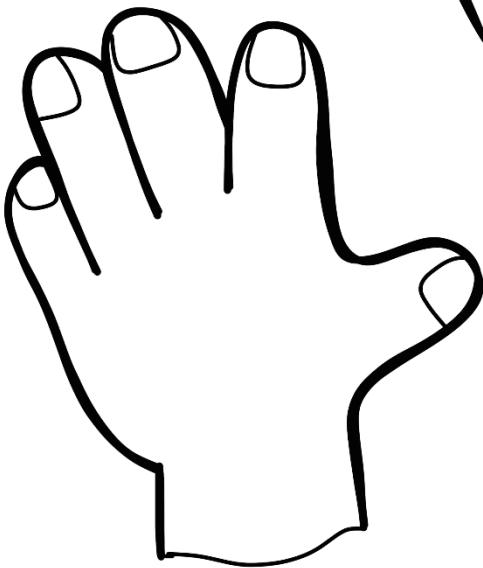
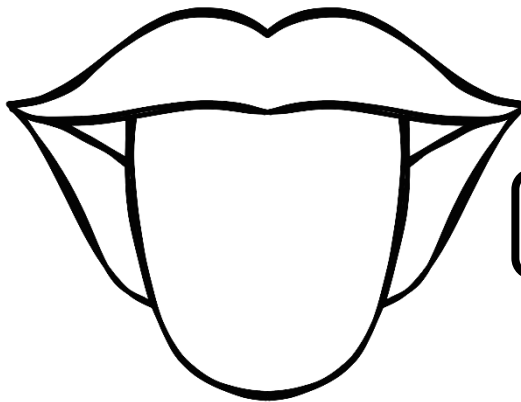
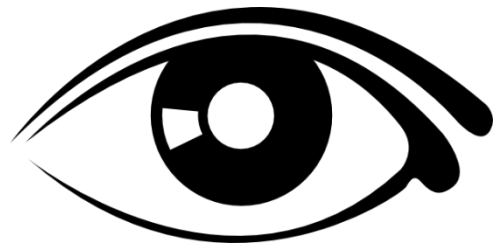
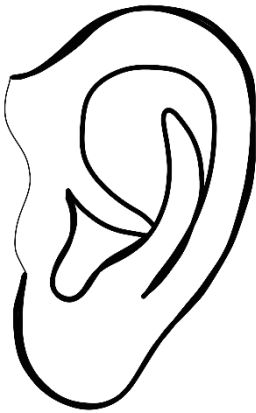
sien

proe

hoor

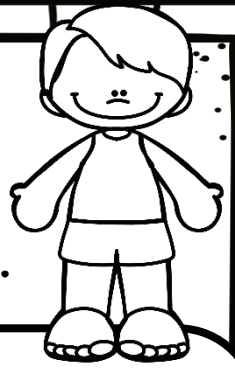
ruik

voel



# My sintuie

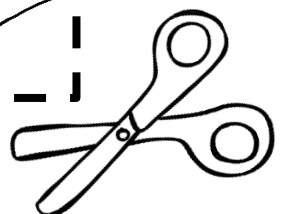
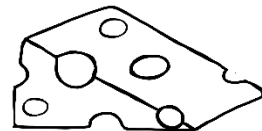
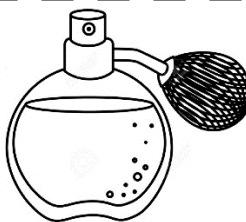
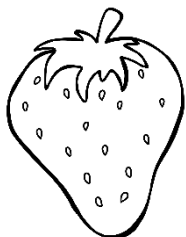
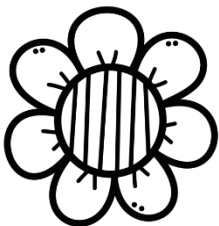
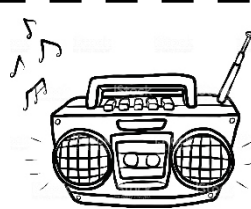
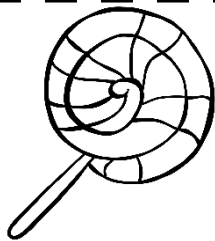
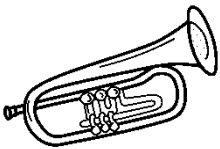
Knip die prente uit en plak dit onder die regte kolom.



Dinge wat  
ek kan ruik

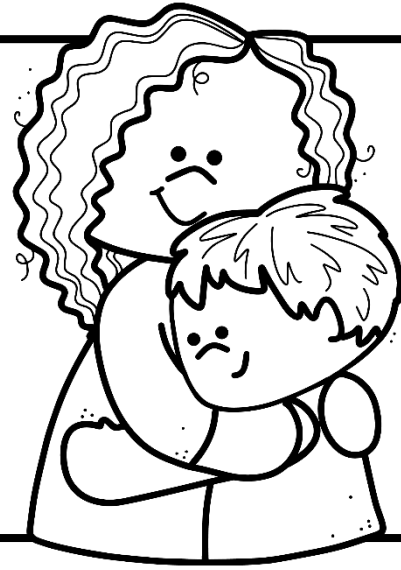
Dinge wat  
ek kan proe

Dinge wat  
ek kan hoor



# My liggaam

Wanneer iemand ons 'n drukkie gee wat reg voel, kry ons 'n "ja"-gevoel. Dit voel goed as iemand vir wie jy lief is, jou op 'n vriendelike manier 'n drukkie gee om te wys dat hulle omgee.



Wanneer iemand aan ons raak op 'n manier wat ons bang maak of ontstel, kry ons 'n "nee"-gevoel. Ons kry "nee"-gevoelens wanneer ons ontsteld of onveilig voel.

"Nee!"



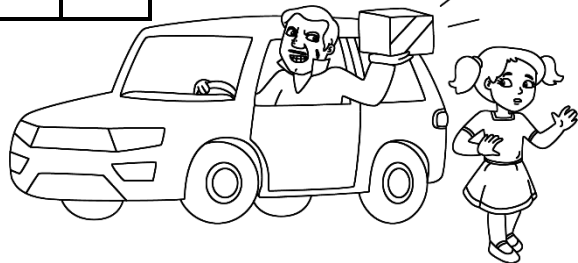
Jou liggaam is spesiaal, en dit behoort aan jou. Jy kan "ja" sê as iemand op die regte manier aan jou raak, maar as dit nie reg is nie, kan jy "nee" sê.

# Ons bly veilig

Kyk na die prente hieronder en kleur die ja blokkie in vir 'n "ja"-gevoel en die nee blokkie vir 'n "nee"-gevoel.

Ek sal vir jou 'n present gee as jy saam met my in die kar klim.

ja nee



Pappa is lief vir jou.

ja nee



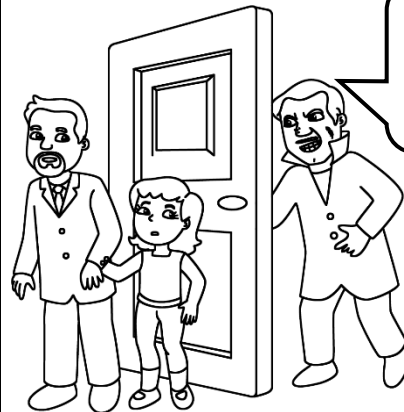
Hou op huil, jy is te oud daarvoor.

ja nee



Maak asseblief vir my die deur oop.

ja nee



Jy mag nie vir mamma of pappa sê nie.

ja nee



Jy lyk baie mooi Mia.

ja nee

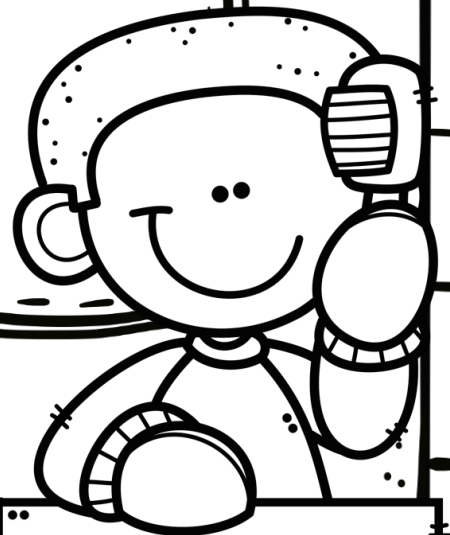




# Gesondheidsreëls



- Ek moet my tande borsel nadat ek geëet het en voordat ek gaan slaap.
- Ek moet my hare voor skool borsel.
- Ek moet my naels kort en skoon hou.
- Ek moet my naels borsel nadat ek in die sand gespeel het.
- Was jou hande nadat jy die toilet gebruik het.
- As jy in die toilet mors, maak dit skoon en was dan jou hande
- Was jou hande voordat jy eet.
- Ek moet my gebruikte snesies in 'n asblik gooi.
- Ek moet bad en my hare was.
- Bedek jou mond wanneer jy hoës of nies



# Ek hou my lyf gesond

Daar is baie maniere waarop ons siek kan word. Meestal is dit kieme wat ons siek maak. Hulle is so klein dat ons hulle nie kan sien nie. Hulle kom in ons liggame in en maak ons siek.

Skryf 'n kort sin by elke prentjie om te sê hoe die kinders hul liggame gesond hou.

