

1 Fisiese ontwikkeling

Opwarmingspeletjies is altyd 'n goeie begin. Jy kan dit gebruik om jou energievlak te verhoog, jou te kalmeer of jou konsentrasie en fokus te verskerp.

Spieëlwerk help jou om jou bewegings te beheer en beter met 'n maat te werk. Jy gaan ook ander soorte lei-en-volg-oefeninge doen, wat jou sal help om jou vermoë om te fokus, te verbeter.

Aktiwiteit 1 Spieëlwerk

- 1 Kry 'n maat en vorm dan saam met die res van die klas twee rye sodat maats na mekaar kyk.
- 2 Elke ry is nou 'n spieëlbeeld van die ander ry.
- 3 Die een maat begin stadig beweeg terwyl die ander een sy of haar bewegings te spieël.
- 4 Beweeg na 'n rukkie voor of agter die ander in die ry in terwyl julle steeds spieël.
- 5 Wanneer die onderwyser 'Ruil om!' uitroep, word die een wat volg die leier.
- 6 Hou al julle bewegings stadig en beheers.



1 Wat is 'n volksverhaal?

Sleutelterm

styl

'n Volksverhaal is 'n gewilde verhaal wat van geslag tot geslag oortel word as deel van 'n mondelinge tradisie. Ons weet gewoonlik nie wie die verhaal die eerste keer vertel het nie, en daar kan baie verskillende weergawes wees.

Volksverhale het die volgende elemente in gemeen:

- **Karakters:** Die karakters kan mense of diere wees. Die karakters ervaar gewoonlik alledaagse probleme waarmee ons kan identifiseer.
- **Plek:** Die storie kan op 'n werklike of denkbeeldige plek afspeel. Dit kan in 'n vae, historiese verlede 'lank gelede' geplaas word.
- **Styl:** Volksverhale word gewoonlik op 'n alledaagse geselstrant vertel. Volksverhale is oorspronklik deur mense vertel wat nie hulle idees kon neerskryf nie.
- **Intrige:** Die storie begin vinnig en beweeg langs bekende paaie. Alle vrae word beantwoord voordat die storie klaar is. In 'n volksverhaal word goeie mense beloon, terwyl boosdoeners swaar gestraf word.



Aktiwiteit 8 'n Volksverhaal

- 1 Soek 'n voorbeeld van 'n volksverhaal in jou biblioteek of op die Internet, of vra iemand in jou gesin of gemeenskap om vir jou 'n volksverhaal te vertel. Bring die volksverhaal klas toe.
- 2 Vertel julle volksverhale vir mekaar in groepe van vier of vyf. Kies 'n volksverhaal om in die groep te dramatiseer.
- 3 Besluit hoe julle die rolle gaan verdeel. Julle kan een of meer vertellers hê, en daar kan verskeie karakters wees.

2 Vertelling van die storie

Die verteller en die gehoor speel 'n baie belangrike rol in die vertelling van 'n volksverhaal. Die verteller skets die toneel, stel die karakters voor, verduidelik die aksie, ontwikkel die spanningslyn en sluit die verhaal af. Die gehoor interreageer met die verteller en kan vrae hardop beantwoord of by tye saamsing. : In tradisionele Afrika-storievertelling is daar baie interaksie met die gehoor. Die interaksie help om die storie tot by 'n klimaks op te bou en hou almal tot aan die einde by die storie betrokke.

Aktiwiteit 9 Die breë trekke van die storielyn

- 1 Bespreek die struktuur van julle storie in die groep. Aan die begin word die toneel uiteengesit en karakters bekendgestel. Die konflik ontstaan en bou op tot 'n klimaks in die hoofdeel van die storie, gevolg deur 'n oplossing van die konflik aan die einde.
- 2 Let op na die volgende: Hoe begin die aksie? Waar begin dit vinniger beweeg? Word enige aksies herhaal? Waar kom die oplossing voor? Leer die belangrikste frases wat dikwels gebruik word. Let op na ongewone woorde en uitdrukkings.
- 3 Vertel die storie sin vir sin as 'n groep. Elke leerder moet probeer om die storie lewend te maak.
- 4 Bespreek daarna wat geslaagd was en wat nie.

Aktiwiteit 2 Leiding en navolging in klein groepe

- 1 Sta in pare langs mekaar. Die een is die leier en die ander een die navolger.
 - a Die leier maak eenvoudige, duidelike gebare met stadige bewegings van sy of haar middel af boontoe.
 - b Die navolger moet die leier se bewegings noukeurig weerspieël.
 - c Die leier begin geleidelik groter bewegings maak totdat sy of haar hele liggaam beweeg.
- 2 Twee pare sluit bymekaar aan om 'n groep van vier te vorm.
 - a Die een leier is nou die leier en die ander drie volg.
 - b Bly te alle tye bymekaar.
 - c Beweeg deur die vertrek en laat verskillende dele van jul liggame die bewegings begin, byvoorbeeld jul elmboë, voete of koppe.
 - d Maak beurte om die leier te wees.