



education

Department:
Education
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

**NASIONALE
SENIOR CERTIFIKAAT**

GRAAD 12

DANSSTUDIES

FEBRUARIE/MAART 2010

MEMORANDUM

PUNTE: 150

Hierdie memorandum bestaan uit 21 bladsye.

NOTA AAN MERKERS/ONDERWYSERS:

- In heelwat gevalle is beide die rubriek (assesseringskaal) en 'n inhoudsmemorandum verskaf om nasieners te lei. Albei moet gebruik word om die punte toekenning te bepaal.
- In die inhoudsmemorandum, word daar gewoonlik **meer** moontlike inligting verskaf as wat van die kandidate verwag word; dit moet jou nietemin lei na die kwaliteit van die antwoord wat verwag word.
- Merkers (bullets) word in die memo gebruik om die merk van vrae te vergemaklik.
- Verwys na die **vermoënsvlakke** in die 'Fokus Vraag' tabel onder elke vraag, om die hoog, medium en laag bewussyns vlakke wat in die antwoord verwag word, te bepaal. Let wel dat die hele vraag in aanmerking geneem moet word met die toekenning van die korrekte vlakke in die rubriek wat verskaf word.
- Merkers moet nie die studente penaliseer vir inkorrekte gebruik van grammatika of spelling nie. So lank die student se antwoord duidelik, verstaanbaar is en ooreenstem met die verwagte merk vereistes (bv. die benaming van spiere). ***Hulle mag egter nie vol punte vir opstel/paragraaf tiepe vrae toegeken word nie as daar grammatieka en spel foute is nie en as die antwoord nie goed geskryf is nie***
- ***In baie van die kwalitatiewe vrae waar in besonderhede verduidelikings verwag word, is een merk nie gelyk aan een punt nie. Verwys weereens na die assessering vereistes om die student in die korrekte vermoënsvlak te plaas.***
- ***Merkers moet verhoed om vol punte toeteken vir vrae, waar die antwoord oppervlakkig en minimaal is.*** Hierdie eksamen is 'n kulminasie van 'n drie – jaar opleidings periode vanaf Graad 10 – 12 en die verwagte vlak van strengheid moet gelykstaande wees aan ander matriekulasie vakke.

AFDELING A: DANSGESKIEDENIS EN -TEORIE

VRAAG 1

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE				VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4	Laag	Medium	Hoog
Inheemse/Kruis kulturele dans							
Kennis				✓	3	3	9
Beskrywing / Opinie							

NOTA AAN MERKERS: Gaan asseblief jou finale punte teenoor die rubriek na om te verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte aan die vermoënsvlakke gegee het sowel as om die antwoord in die korrekte standaard te plaas vir die totale punt.

Laag: 1.1 en 1.3

Medium: 1.2

Hoog: 1.4, 1.5 en 1.6

VOORBEELDE VAN MOONTLIKE ANTWOORDE:

(Nie-Afrikaanse dans hoof vak)

1.1 Afrika dans (1)

1.2 'n Zulu dans wat Umzansi genoem word het sy oorsprong in Kwazulu natal, Suid afrika.

- Die dansers hou 'n stok in een hand in ifolo (lyn) formasie. Dit bestaan meestal uit die gestamp van voete. Voordat elke danser die stamp uitvoer, doen hulle eers die “ukulanda iNgoma,” waar die danser twee stappies agter toe beweeg met die knieë bietjie ontspanne. Dit word gevolg deur 'n skop met die been hoog in die lug navore, voordat die voet afgebring word grond toe met 'n stewige stamp. Die been wat na vore geskop word is redelik reguit en die steunende been se knie is effens gebuig. Sodra die voet die grond raak is daar 'n verandering van rigting in die liggaame van die dansers, wat dan in die teenoorgestelde rigting beweeg. In sekere stappe in die dans roetine sal die dansers op die grond kruip soos gelei word deur hul leier wat “iGosa”, genoem word. Dit is wanneer die leier improviseer om sy bekwaamheid ten toon te stel. (3)

- 1.3
- Ibeshu ('n vel boudbedekking, gedra deur mans, wat die agterkant is van die lendebedekking, strek tot by die knieë.
 - Isishababa ('n vel boudbedekking, langer as Ibeshu, strek tot by die knieë)
 - umQhelo ('n Kopstuk van krale of vel wat gedra word en die kop omring)
 - iziNcabulela (sandale met bandjies wat van leer gemaak is en die sool is uit 'n kar se band gesny.). (2)

- 1.4 Wat ek interessant oor die dans vorm gevind het, was die volgende:
- Die geskiedenis oor hoe die dans vorm ontwikkel het.
 - Hoe die dans, gewoonte en geloof stelsels van die Afrika mense verwant hou.
 - Hoe die danse wat in verskillende kulture uitgevoer word, vir verskillende ouderdoms groepe en verskillende seremonies is.
 - Die verhouding tussen die musiek (gesing en getrommel) en die dans.
 - Die poliritmiese klanke wat deur die gestamp van die voete tesame met die musiek gemaak word.
- (3)
- 1.5 Om oor ander kulture in ons land te leer help ons om trotse Suid Afrikaanse burgers te wees. Dit help ons ook om ander kulture sonder vooroordeel en diskriminasie te verstaan, om beter ingelig te wees en om mekaar te respekteer. Dit gee ons nuwe idees en nuwe maniere om dinge te doen (verbreed ons perspektief)
- (2)
- 1.6 Die getrommel in Afrika-dans is swaar en het 'n sterk vaste maatslag. Die maatslag word spesifiek gespeel om die uitvoering van sekere stappies en bewegings te beklemtoon. Die nadruk is op die ritme eerder as die vorm en ruimte. Kontemporêre danse gebruik 'n groot verskeidenheid van musiek vir verskillende oefeninge en beweging opeenvolgings en gebruik ook meer ruimte. In beide Afrika-dans en Kontemporêre dans word die liggaam nie in 'n stywe postuur gehou nie, en kan vrylik beweeg. Afrika-dans is baie aards terwyl kontemporêre dans aards is en ook elevasie gebruik. Albei stylle gebruik komponente soos improvisering.
- (4)
[15]
- (Afrika Dans hoof vak)**
- 1.1 Klassieke ballet
- (1)
- 1.2 Swanemeer, met sy oorsprong in Frankryk, is die ballet waar van ons geleer het. Dit is 'n klassieke ballet gebaseer op 'n fee verhaal storie van 'n prins wat verlief raak op 'n beeldskone vrou wat onder 'n betowering geplaas is, wat haar in 'n swaan verander. Die ballet druk 'n reeks emosies uit deur liggaamlike bewegings en gebare. Die meerderheid van die bewegings wat gebruik word is onnatuurlik en beperk met mimiek wat gebruik word om die gevoelens uit te beeld. Die dans wend aan die beginsels van klassieke ballet tegniek soos houding, uitdraai, plasing en reels vir balans, puntwerk, ens.
- (3)
- 1.3 Kostuums: In klassieke ballet is dit tradisie vir die dames om pink of wit broekiekouse, tutus en punt of blokskoene te dra en vere as hooftooisel vir die swaan toneel. Lang vloeiende formele rokke word vir die bal toneel gedra. Mans dra broekiekouse met onderbaadjies en sagte dansskoene en 'n pak klere vir die bal toneel. Daar is baie weergawes van Swanemeer wat verskillende kostuums gebruik. Swanemeer gebruik 'n verskeidenheid van verskillende rekwisiete vir verskillende tonele soos die bal toneel, wat in 'n paleis plaasvind.
- (2)

- 1.4 Wat ek interessant oor die dans vorm gevind het, was die volgende:
- Die geskiedenis oor hoe die dans vorm ontwikkel het
 - Die hoogs gedissiplineerde tegniek wat gebruik word.
 - Die interessante temas wat gebruik word, soos die Swanemeer fee verhaal.
 - Die noukeurige kostuums en rekwisiete wat gebruik word.
 - Die musiek pas spesifiek by die dans.
- (3)
- 1.5 Om oor ander kulture in ons land te leer help ons om trotse Suid Afrikaanse burgers te wees. Dit help ons ook om ander kulture sonder vooroordeel en diskriminasie te verstaan. Ons is beter ingelig en respekteer mekaar, ten spyte van ons verskille. Dit gee ons nuwe idees en nuwe maniere om dinge te doen (verbreed ons perspektief).
- (2)
- 1.6 Die styl gee nie genoeg vryheid in terme van self-uitbeelding nie. Dit is beperk en hoogs gedissiplineerd. Klassieke ballet gebruik klassiek musiek, wat heelwat verskil van die getrommel en singery wat in my dans vorm gebruik word. Klassieke ballet gebruik fee verhale, en my dans vorm gebruik alledaagse lewe en aktiwiteite wat in die gemeenskap plaasvind. Klassieke ballet weerstaan gewig, waar Afrika dans gebruik maak van gewig. Improvisering word selde gebruik in Klassieke ballet.
- (4)
[15]

VRAAG 2

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Joernale								
Kennis	✓						10	
Toepassing / Begrip								

NOTA AAN MERKERS:

Merkers (bullets) word gebruik om merk te vergemaklik.

MOONTLIKE ANTWOORD:

- 2.1
- Die beplanning van jou choreografie vanaf die eerste dag tot die finale opvoering
 - Die naam van jou choreografie en die storie /tema/ intensie as daar een is
 - Die name van die dansers wat deelneem in jou danswerk.
 - Die komponis en die titel van die musiek of enige iets wat 'n verwantskap het tussen die musiek en die dans. Waarom die musiek gekies is en hoe dit die opvoering help.
 - Reperterende skedule
 - Repertering plek
 - Die vloerplan van die danswerk/hoe die opvoerings ruimte gebruik sal word
 - Die tiepe kostuums, grimering, beligting, dekor, spesiale effekte of enige ander produksie elemente wat jou danswerk sal verhef.

- Proses van die werk wat gedoen is/improvisering wat gebruik is om die choreografie te help/ontwerp elemente.
- 'n Assessering van jou persoonlike vordering en 'n manier om jou kreatiewe ontwikkeling en begrip van jou werk te monitor.
- Rekord van die algehele doelwit van jou werk
- Jou gevoelens van enige moeilikhede wat jy ondervind of swakhede wat jy van weet en moontlike voorstelle hoe jy dit kan voorkom. (6)

2.2

- Dit sal my vlakke van kreatiwiteit verbeter en toets
- Dit sal my dans woordeskat vergroot
- Dit sal my selfversekering gee en my opvoerings verbeter
- Dit behoort my ook te help om my eie choreografie te doen
- Dit sal my toelaat om met verskillende idees te eksperimenteer.
- Dit sal my begrip van hoe om die ontwerp elemente kreatief te gebruik, verbeter.
- Dit sal my help om op 'n kreatiewe manier met ander dansers te werk en waar te neem (4)
[10]

VRAAG 3

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Symbolisme in dans								
Beskrywing			✓				15	
Ontleding								

NOTA AAN MERKERS:

Gaan asseblief jou finale punte teenoor die rubriek na om te verseker dat jy die antwoord in die korrekte standaard geplaas het vir die totale punt.

VOORBEELD VAN MOONTLIKE ANTWOORD:

REVELATIONS DEUR ALVIN AILEY

3.1 Die drie afdelings van *Revelations* verenig 'n telling van temas en gevoelens. Die eerste afdeling wys die stryd van swart mense wat wil ontsnap “black people wanting to get out”. In die tweede afdeling dans dansers die ritueel van doop op Wade in the water. Die finale afdeling beskryf die sosiale geleentheid van kerk ganery op Sondagoggende, met die geselskap in hul Sondagklere. Baie bewegings gebruik die bolyf en arms wat desperaat na die hemele uitreik, terwyl die onderlyf (bene) op die grond bly. In die duet, *Fix me Jesus*, rek die dansers hul arms na bo, vingers uitgesprei voor hul saamtrek en buk – hul liggame spreek van pyn en swaar kry. Ailey gebruik handgebare en armbewegings tot groot effek. Dansers slaan hul hande in gebed saam, strek arms uit met hande wyd gesprei, tap liggies op die grond en buig hul arms in vlerkagtige bewegings. Die beroemde wig vorm formasie van die dansers aan die begin van *Revelations* demonstreer pragtig die spesiale gebruik van arms wat Ailey tot groot uitwerking gebruik.

3.2 Kostuum, rekwisiete en beligting word met groot effektiwiteit gebruik. Ailey gebruik die agtergrond van nag aan die begin om die harde tye, smart, en verdriet te verteenwoordig tydens hierdie periode van afsondering. Die agtergrond verander in intensiteit. Volgens die bui van die toneel. In die doop afdeling dra dansers wit kostuums. Die vroue dra wye eenvoudige snit rokke met valle terwyl die mans wit broeke en hemde dra. Wit is die tradisionele kleur wat vir doop gedra word en verteenwoordig die reinheid na die doop.

Die lang materiaalrepe word ingesluit in die dans bewegings om die illusie van die rivier voor te stel waar die doop plaas sal vind. In die toneel in die kerk dra die vrouens hul Sondagklere, wat lang vloeiende rokke met hoede is, en hulle dra waaiers. Dit was tradisioneel vir die vroue om hoede na die kerk toe te dra en om waaiers op 'n warm dag te hê. Die mans dra swart broeke, skoens, geel hemde en swart onderbaadjies. Waaiers en stoele word gebruik in hierdie afdeling om die uitwerking van die hitte van die dag uit te beeld, terwyl die dansers rond sit en skinner agter die waaiers, oor die gebeurtenisse in die gemeenskap. Die Sondagklere, met die verheldering van die agtergrond en hulle bewegings simboliseer en verteenwoordig die opwinding van die gelukkige geleentheid saam.

Die geestelike liedere het 'n direkte verbintenis met die boodskap van die godsdienstige gemeenskap waarin Ailey op gegroei het. Sy werk beskryf 'n geloof in God om hulle van wanhoop en verdriet te red wat hulle hoop gee om bo alles te triomfeer. Die musiek bou op tot die finale afdeling wat die gehoor met herstellende en triomfantlike gevoelens los.

[15]**VRAAG 4**

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Gemeenskap projek								
Beplanning, Toepassing			✓					10
Regverdiging								

NOTA AAN MERKERS:

Gaan asseblief jou finale punte teenoor die rubriek na om te verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte volgens die vermoënsvlakke gegee het.

VOORBEELD VAN MOONTLIKE ANTWOORD:

Liewe mnr. Brown

Ek skryf ter wille van die dans department. Ek is 'n huidige graad 12 Dans Studies leerling by ons skool. Die graad 12 dans leerlinge wil voorstel dat die skenking van R5 000 aan die dans department geskenk moet word. Ons het hierdie fondse dringend nodig om voort te gaan met die na skool se ontwikkelings program in die middag.

Vind asseblief my voorlegging hier onder:

- Die dans department is huidig besig om ekstra lesse verniet aan die primêre skool kinders in die area te gee. Hierdie klasse is baie suksesvol en ons het ongeveer 50 leerlinge in totaal met ouderdoms groepe tussen 10 en 13.
- Misdaad/dwelm misbruik en tiener swangerskap is 'n groot probleem in ons skool en gemeenskap.
- Ons wil graag die geld gebruik om die ekstra lesse uit te brei om oefening gesprekke oor hierdie sake in te sluit. Ons sal dan die betrokke motiverende sprekers vra om die leerlinge op 'n gereelde basis toe te spreek.
- Ons wil graag ook 'n kruik, bekere, borde, ens. koop, sodat ons verversings vir die leerlinge na klas kan aanbied en daardeur die hele ondervinding meer welkom en gemaklik sal maak. Ons weet dat hierdie toevoeging die leerlinge sal aanmoedig om na skool te bly en betrokke sal raak by die motiverende gesprekke.
- Ons wil ook van die geld gebruik om koffie, tee, melk en suiker sowel as brood en konfyt te koop. Ons voel dat as hierdie program eers aan die gang is, sal ons die plaaslike kos winkels kan benader, bv. Checkers, Spar vir 'n gereelde subsidie vir hierdie benodighede. Ons voel dat as hierdie stelsels eers in plek is om die aktiwiteite aan die gang te hou, ons dan 'n beter kans sal staan om meer borgskap te kry om die projek aan die gang te hou.
- Ons sal ook 'n bydra lewer tot die onkoste van die petrol/vervoer ens. van die mense wat ons nooi vir die motiverende gesprekke. Ons wil eintlik jong presterende volwassenes nooi as rol modelle, sodat die leerlinge iets met hulle ingemeen hê.

- Ons voel dat hierdie klasse tot groot waarde sal wees nie net vir die leerlinge wat die klasse bywoon nie, maar dat dit 'n kabelinde gevolg sal hê op die families en gelykes wanneer hulle praat oor wat hulle geleer het.
- As die klasse volhou en voort gaan, weet ons dat hierdie ondervindings wat die leerlinge in die dans program het, hul houdings en waardes kan verander. Dans leer lewens bekwaamhede, dissipliene, betroubaarheid en verantwoordelikheid, om maar 'n paar aspekte te noem.
- Ons wil ook genoeg geld hê om af en toe 'n dans deskundige na die klasse te bring. Nie alleenlik die leerlinge nie, maar ook die dans department sal hierby baat vind. Bekwaamhede en kennis sal uitgebrei word nie alleenlik in die praktiese komponent nie, maar sowel as die manier om les te gee.
- Ons sal 'n fooi vra by die vertonings wat ons sal gee om die deelnemers se werk te toon te stel.
- As ons hierdie skenking gegee word, sal ons 'n senior leerling vra om betroubaar boek te hou, van hoe die geld gebruik word.
- Om die projek van fondse wat vir ons gegee is aan die gang te hou, sal ons ander aktiwiteite van fonds insameling hou soos; die verkoop van koffie en tee aan ouers en mense wat die skool besoek.

Die Graad 12 Dans Studies leerlinge wag ywerig op u antwoord.

[10]

Die uwe

Cindy Black

VRAAG 5

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE				VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4	Laag	Medium	Hoog
S.A. Choreograaf							
Ontleding			✓		8	7	5
Toepassing							

NOTA AAN MERKERS:

Gaan asseblief jou finale punte teenoor die rubriek na om te verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte volgens die vermoënsvlakke gegee het sowel as dat jou antwoord in die korrekte standaard geplaas is vir die totale punt.

Laag: 5.1 en 5.2

Medium: 5.3 en 5.4

Hoog: 5.4 antwoord moet geskryf word as 'n huldeblyk wat die inleiding/ middle/ slot insluit.

Nommers was ingesluit in die memo om merk te vergemaklik. Nommers moet nie in die kandidaat se antwoord ingesluit wees nie - HULDEBLYK

VOORBEELD VAN MOONTLIKE ANTWOORD:**Let wel: Inleiding**

Veronica Paeper, die wel bekende choreograaf, het bydrae gelewer tot die ontwikkeling van dans in Suid afrika vir meer as 30 jaar. Behalwe om self in baie danswerke te dans, het sy mense vermaak deur baie van haar eie danswerke te choreografeer en het feitlik 'n huishoudelike naam in die land geword.

5.1 Veronica Paeper word gebore op 9 April 1944 in Port Shepstone, KwaZulu-Natal. Sy word gebore met platvoete en word deur die plaaslike dokter aangeraai om ballet te neem om haar voetbrûe te versterk. Sy word 'n professionele danser en choreograaf. In 1987 word sy aangestel as Assistent direkteur van KRUIK. Toe David Poole aftree, word Paeper op 1 Januarie 1991 Direkteur van KRUIK. Hoewel sy nou reeds afgetree is as Direkteur, bly sy steeds aktief betrokke by nie slegs die Kaapse Stadsballet nie, maar ook by die SABT-geselskap in Tshwane (Pretoria), Suid-Afrika.

5.2 In 1972 skep Paeper haar eerste choreografiese werk vir 'n liefdadigheidsprogram met die titel *TEACH. Johannes die Doper (John the Baptist)* is 'n dramatiese eenakter-ballet met musiek gekomponeer deur Ernest Bloch. Dekor en kostuums word ontwerp deur Peter Cazalet, wat deur die jare Paeper se belangrikste artistieke medewerker bly.

In 1973 word Paeper gevra om 'n ballet te choreografeer om die honderdste verjaarsdag van die Suid-Afrikaanse skrywer, C. J. Langenhoven, te herdenk. *Herrie-hulle* word vir die eerste keer opgevoer in Langenhoven se geboortedorp Oudtshoorn. Sy ontvang gunstige publisiteit vir hierdie werk.

In 1974 word sy amptelik aangestel as die inwonende choreograaf vir KRUIK-ballet. Onder die meer as 40 ballette wat sy tot die geselskap byvoeg, verdien *Fantastique* (1975) en *Concert for Charlie* (1979) spesiale vermelding. Beide is eenakter-ballette op die musiek van Dimitri Shostakovich: *Ohm* (1976), 'n *pas de deux* en die eenakter *Drie Diere* (1980) word beide gedans op die musiek van Suid-Afrikaanse komponis Peter Klatszow. Haar eerste vollengte-ballette vir die geselskap is *Romeo and Juliet* (1974), *Cinderella* (1975) en *Don Quixote* (1979).

Die 1980's is Paeper se mees produktiewe periode. Haar suksesvolste ballette word in hierdie periode choreografeer: *The Return of the Soldier*, *Orpheus in the Underworld*, *A Christmas Tale* almal in 1982, en in 1984 haar bekroonde ballet *Spartacus*.

Die Kaapstadse Ballet (*Cape Town City Ballet*) word gestig op 18 April 1997 met Paeper se ballet in drie bedrywe: *The Story of Manon Lescaut*, op die musiek van Massenet en verwerk deur Michael Tuffin.

Paeper gebruik dikwels die persoonlikhede van haar dansers as inspirasie vir haar choreografie: Phyllis Spira, Prima Ballerina vir KRUIK, het 'n merkwaardige sin vir die komiese gehad, en Paeper skep komiese rolle vir haar. Paeper was altyd oop vir voorstelle en ander mense se bewegings. Sy het die choreografie opgestel met net soveel insette van die dansers en het hulle aangemoedig om hul eie persoonlike interpretasie van die rolle te gebruik.

Haar werke is meestal verhalend en haar oogmerk is "om nooit 'n gehoor te verveel nie". Haar choreografie weerspieël die uiteenlopende temas geïnspireer deur Afrika-volksverhale (*Die Reënkonigin*), die Antieke (*Cleopatra*), die Bybel (*Johannes die Doper*), die literatuur (*Romeo and Juliet*), die geskiedenis (*Spartacus*), mitologie (*Undine*), opera en operette (*Carmen* en *Orpheus*) en die ou klassieke verhale (*Cinderella*).

- 5.3 Peter Klatzow, 'n kontemporêre Suid-Afrikaanse komponis, en Paeper skep baie werke saam: byvoorbeeld Drie *Diere* en *Hamlet*. Peter Cazlet was die ontwerper van omtrent al Paeper se ballette. Hulle vennootskap het oor 26 jaar gestrek. Ander artistieke medewerking was met die komponiste Michael Tuffin, David Tidboald en Allen Stephensen, asook die ontwerper Dicky Longhurst.
- 5.4 In 1980 en 1982 wen sy die Nederburg-prys vir Ballet in die Kaap en deel in 1993 die Artes-prys vir Beste Bydrae tot Ernstige Musiek en Dans met Peter Klatzow vir hulle produksie van *Hamlet*. In 1994 kry sy internasionale erkenning vir haar geselskap toe sy die eerste Suid-Afrikaanse balletgeselskap word wat oorsee gaan toers. Die werke van hierdie tweeweke-seisoen by die Sadler's Wells Theatre in Londen bestaan uitsluitlik uit werke deur Suid-Afrikaanse choreograwe.

Paeper word beskou as een van die voorlopers van Moderne Klassieke Ballet in Suid-Afrika. Haar ballet *Drie Diere* word as heeltemal uniek beskou in die sin dat dit 'n samewerkingsinspuiting was vir al die kunsvorms – deur die vermenging van poësie, musiek en dans. Sy het 'n kwartet van sonnette gebruik wat N.P. van Wyk Louw in 1942 geskryf het. In hierdie sonnette skryf hy oor die vernietigende kwaliteite van die mens. Klatzow was diep geraak deur hierdie gedig, en hy komponeer 'n partituur wat die tema van Verwoesting weerspieël. Uit hierdie sonnette skep Paeper 'n kragtige Dansdrama wat tot vandag toe nog beskou word as 'n mylpaal in Suid-Afrikaanse ballet.

Let wel: Slot.

Paeper het 'n groot bydra gelewer tot die wêreld van dans en choreografie. Sy het 'n groot repertoire van danswerke ontwikkel, wat tot vandag toe nog deur dansgeselskappe gebruik word.

[20]

TOTAAL AFDELING A: 70

AFDELING B: MUSIEKTEORIE

VRAAG 6

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Terme / instrumente / tyd								
Kennis, beskrywing			✓			10		
Evaluering								

6.1	Waar.	(1)
6.2	Waar	(1)
6.3	Onwaar.	(1)
6.4	Onwaar	(1)
6.5	Waar	(1)
6.6	Onwaar	(1)
6.7	Onwaar	(1)
6.8	Waar	(1)
6.9	Onwaar	(1)
6.10	Waar	(1)
		[10]

VRAAG 7

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Noot waardes								
Kennis			✓				4	
Toepassing								

7.1	2 4	
7.2	3 4	
7.3	Halwenoot – eerste balk of 2 kwartnote of 'n halfrus. Kwartnoot – kwartnoot tweede balk of 2 agstenote of 'n kwartrus.	[4]

VRAAG 8

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Musiek van 'n danswerk								
Kennis			✓			3		3
Beskrywing								

NOTA AAN MERKERS:

Verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte aan die vermoënsvlakke gegee het.

Laag: 8.1, 8.2 en 8.3

Medium: 8.4

VOORBEELD VAN MOONTLIKE ANTWOORD:

Hallo! Dit is wonderlik om jou hier op Radio 202 te hê. Omdat ons 'n musiek stasie is, is ek seker dat ons luisteraars meer sal wil weet oor die Musiek van jou danswerk.

Die Last Dance/Bolero deur Alfred Hinkel

- 8.1 Maurice Ravel (1)
- 8.2 Klassiek met 'n Spaanse smaak. (1)
- 8.3 Die tipe instrumente wat gebruik word is groot orkestrale stuk. Melodie pas aan tussen die verskillende instrumente; clarinet, bassoon, oboe, trompet, saxofoon, horing ens. Dit is stadiger as 'n gewone tipiese Bolero wat bou van kalm tot 'n passievolle klimaks. (1)
- 8.4 Die kalm klimaks kresendo verwys na die Suid Afrikaanse stryd – die musiek begin sag met 'n fluit en die danswerk begin gewoonlik met 'n enkele danser. Soos elke instrument bygevoeg word, so vermeerder die hoeveelheid dansers. Soos die musiek in volume groei, laat die variasie 'n samesmelting van dansstyle toe, bv. Kontemporêre/afrikaanse/gumboot ens. Die tromme wat gedurende die stuk speel, komplementeer die gumboot se gestamp. Die musiek eindig met die hele orkes wat hard speel en 'n groot klimaks van tromme met die dans wat in die donkerte eindig.

Dit was baie aangenaam om jou hier te hê om ons in te lig oor die musiek wat in jou danswerk gebruik is. Ons kan nou met 'n beter begrip na die musiek luister. Baie dankie vir jou tyd. Totsiens.

(3)
[6]

TOTAAL AFDELING B: 20

AFDELING C: ANATOMIE EN GESONDHEIDSORG

VRAAG 9

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Spier benoeming								
Kennis			✓			11		

A	Sternocleidomastoid	(1)
B	Deltoid	(1)
C	Pectoralis Major	(1)
D	External Oblique	(1)
E	Adductors	(1)
F	Sartorius	(1)
G	Extensor Digitorum Longus	(1)
H	Trapezius	(1)
I	Triceps Brachii	(1)
J	Latissimus Dorsi	(1)
K	Gluteus Maximus	(1)
		[11]

VRAAG 10

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Voeding en eetversteurings								
Kennis			✓			6	4	
Toepassing								

NOTA AAN MERKERS:

Verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte aan die vermoënsvlakke gegee het.

Laag: 10.1

Medium: 10.2

MOONTLIKE ANTWOORDE:

- 10.1 Die volg van 'n gebalanseerde dieet kan jou opvoerings verhef en selfs jou loopbaan verleng. Geskikte voeding is veral belangrik vir jou as 'n danser, want jou liggaam is die primêre instrument van jou kuns. Dans plaas 'n groot hoeveelheid spanning op die liggaam wat die bene, spiere, gewrigte en senuweestelsel insluit. Die liggaam kan nie sonder kos funksioneer nie en sal op die einde in gee. 'n Danser moet die liggaam gehidreer hou deur dwarsdeur die dag baie vloeistowwe in te neem, verkieslik water. (6)

Die liggaam benodig kos vir drie funksies:

- Energie
- Opbou en hernuwing van liggaamswaefsel (selle)
- Reguleer liggaamsprosesse

Die uitwerking van 'n gebalanseerde dieet is:

- Verbeterde geestelike waaksaamheid en die vermoë om langer te kan konsentreer.
- 'n Sterk immuun stelsel, wat help om siektes en afwesigheid van die dans klas te voorkom.
- Sterk spiere wat opvoerings kan verleng en wat beserings kan verhoed.
- Sterk bene en gewrigte.
- Vermeerderde energie vlakke.

- 10.2 Dansers voel dikwels om op 'n dieet te gaan deur die kalorieë op 'n sekere manier te verminder, veral ballet dansers, want daar word van hulle verwag om 'n sekere manier te lyk, wat maerder as gewoonlik is. Tradisioneel is die ideale liggaams tipe in die dans wêreld een wat maer en amper kinderlik voorkom. Dit het sy oorsprong in die sogenaamde swerwer soort van figuur wat deur ballet dansers en choreografe begeer word. Hierdie ideaal is gebaseer op kulturele stereotipes (bv. daar word nie van Afrika dansers verwag om so maer te wees nie) so wel as die fisiese verwagtinge van die dans vorm. Die liggaam van 'n swaar danser moet harder werk om haar liggaams gewig teen swaartekrag te lig. Dansers is gewoonlik hoë presteerders, wat hulle blootstel aan 'n kompeterende omgewing, wat hul selfbeeld kan beïnvloed. Al hierdie faktore dra daartoe by tot die hoë persentasie van dansers wat aan eetversteurings lei. Die mees algemen versteurings waaraan dansers lei is Anorexia en Bulimia Nervosa. Alhoewel dit nie so algemeen is nie, lei sommige dansers aan BED (Binge Eating Disorder), wat beteken om te ooreet. Dit mag wissel tussen tye van ooreet en die volg van 'n streng dieet.

(4)
[10]

VRAAG 11

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Gewrig aksie								
Kennis			✓			5	9	3
Toepassing								

NOTA AAN MERKERS:

Verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte aan die vermoënsvlakke gegee het.

Laag: 11.1 en 11.2

Medium: 11.3 en 11.4

Hoog: 11.5

VOORBEELDE VAN MOONTLIKE ANTWOORDE:

11.1 Fleksie / Ekstensie / Adduksie / Abduksie / Uitward rotasie / Inward rotasie (3)

11.2 Plantaarfleksie / Dorsifleksie / Eversie / Inversie / Rotasie / Supinasie / Pronasie. (2)

11.3 • Help met die opstyg en landing van spronge.
• Meer vloeibaarheid van beweging – bv. punt van tone.
• Help met die spoed van die danser – bv. reisende bewegings.
• Puntwerk (3)

11.4 11.4.1 Heup ekstensie (1)

11.4.2 Heup fleksie (1)

11.4.3 Knie fleksie (1)

11.4.4 Skouer abduksie (1)

11.4.5 Bolyf ekstensie (1)

11.4.6 Nek – laterale rotasie (1)

11.5 Reising – staan met jou voete in parallel eerste posisie, lig die hakke stadig van die vloer en styg tot op die balle van die voete met die knieë reguit. Hou. Agteruit aksie totdat die hake terug op die vloer is. Probeer om met elke repitisie die hakke so hoog van die vloer te lig as moontlik. (3)
[17]

VRAAG 12

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Komponente van fiksheid								
Ontleding			✓				6	8
Toepassing								

NOTA AAN MERKERS:

Verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte aan die vermoënsvlakke gegee het.

Medium – ‘beskrywing’ – 3 punte vir elke komponent

Hoog – ‘Metodes wat gebruik word om te oefen of om dit te verbeter’ – 4 punte vir elke komponent,

MOONTLIKE ANTWOORDE:

KOMPONENTE VAN FIKSHEID	BESKRYWING	METODES WAT GEBRUIK WORD OM TE OEFEN OF DIT TE VERBETER
UITHOUVERMOË	<p>(ook bekend as Stamina) Uithouvermoë is die vermoë om werk uit te voer oor 'n verlengde tydperk. Dit is funksies van beide kardiorespiratoriese en spiersisteme.</p> <p>KRU (Kardiorespiratoriese Uithouvermoë) is:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die vermoë om suurstof by die spierweefsel af te lewer oor 'n lang tydperk. • Nodig vir spieruithouvermoë en krag en moet as die basis van opleiding gesien word. <p>SU (Spieruithouvermoë) is:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die vermoë om 'n groep spiere oor 'n tydperk saam te kan trek. • Baie nou verbind met KRU, aangesien 'n aktiewe spier suurstof en voedingstowwe benodig om optimaal te funksioneer. 	<p>Liggaams oefeninge kondisioneer die hartspier sodat groter volumes bloed gepomp word vir algemene sirkulasie, wat die vervoer van suurstof na spiere en organe verbeter, dus verbeter dit die afbreek van brandstof vir gebruik deur die liggaam. Bv. hardloop, spring, swem.</p>
KRAG	<p>Dit is die kapasiteit om 'n spier saam te trek of om weerstand te bied. Wanneer 'n spier gereeld geoefen word, vind sekere funksionele en strukturele veranderinge plaas om met die werkslading wat dit dra te help.</p> <p>Funksionele verandering vind plaas wanneer 'n spier meer effektief raak om oor 'n langer periode of teen 'n hoër intensiteit te werk.</p> <p>Strukturele verandering verwys na die grootte van die spier wat verander (spierhipotrofie) a.g.v. die vergrote werkslading wat op die spier geplaas word oor 'n sekere tydperk. Dit is belangrik om jou krag vir dans te ontwikkel, maar 'n balans tussen spiergroepe moet gehandhaaf word vir jou liggaam om hoogs effektief en sterk te wees.</p>	<p>Jy hoef nie met gewigte te werk om sterker te word nie. Liggaamsgewig oefeninge (b.v. om jou eie liggaamsgewig te gebruik), liggaamskondisionering met ligte gewigte of Pilates kan genoegsame oefening verskaf om jou spiere te versterk, sonder dat dit onnatuurlik lyk.</p> <p>Dit bedoel dat die lengte van tyd wat jy aan 'n spier werk moet gevorderlik vermeerder word.</p> <p>Werkslading verwys na die hoeveelheid weerstand jy op die spier plaas, bv. om die been in die lug te hou oor 'n verlengde periode.</p>

KERNSTABILITEIT	<p>Kernstabiliteit is 'n belangrike deel van algehele fiksheid, veral in dans waar 'n sterk kern nodig is om balans te handhaaf terwyl jy deur ruimte beweeg. Jou liggaam is vir beide mobiliteit en stabiliteit gemaak, wat beteken dat sommige liggaamsdele moet beweeg terwyl ander weer moet stabiliseer. Om krag en energie in die bolyf tydens alle bewegings te hê sal jou meer stabiel maak en stres op die werwelkolom verlig.</p> <p>Die maagspiere verbind ook die pelvis met die rugwerwel. Dit beteken dat die posisie van die pelvis 'n belangrike rol in postuur en sterkte speel</p>	<p>Kernstabiliteit kan as volg verkry word:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beoefen 'n goeie postuur en wees te alle tye bewus van korrekte belyning gedurende beweging. • Gebruik maagspiere tydens beweging, veral as die beweging vereis dat jy buite normale belyning moet werk. • Doen gereelde oefeninge vir maag- en rugspiere • Behou 'n gebalanseerde sterkte tussen maag- en rugspiere • Kondisioneer die stabiliserende spiere in beweging en gehoue posisies.
NEUROMUSKULÊRE VAARDIGHEDE	<p>NMV is 'n resultaat van die samewerkende interaksie tussen die senuwee- en spierstelsels. Hierdie vaardighede is nie outomaties nie en moet ontwikkel word. 'n Ander term vir hierdie vaardighede is motoriese koördinasie. NMV sal die algehele kwaliteit en doeltreffendheid van jou beweging affekteer.</p> <p>NMV kan in 6 essensiële vaardighede verdeel word:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Balans is jou vermoë om jou ewililibrium oor 'n basis te behou. b) Ratsheid verwys na hoe vinnig jy en doeltreffend jy tussen bewegingspatrone kan beweeg. c) Kinetiese bewustheid is hoe sensitief jy vir die beweging van jou liggaam deur 'n ruimte is. Dit hou ook verband met jou vermoë om bewegingspatrone uit te ken en doeltreffend te ontwikkel. d) Ruimtelike oriëntering beskryf die bewustheid wat jy het van die ruimte wat jou liggaam gedurende aktiwiteite inneem. e) Handhawing van ritme is jou vermoë om 'n beweging of bewegingspatroon aan 'n vooraf-bepaalde opvolgende patroon te koppel. 	<p>Hierdie bekwaamhede werk nie outomaties nie, en moet ontwikkel word. Bv Balans is 'n aangeleerde vaardigheid wat konsentrasie verg. Hoe meer jy oefen, hoe makliker word dit. Alle NMV bekwaamhede kan in die dans klas deur repitiesie ontwikkel word. Hoe meer die beweging herhaal word, hoe vinniger is die reaksie tyd om die eintlike beweging met kinetiese bewustheid terreg te doen.</p> <p>Alle areas wat in die beskrywing genoem word, kan ontwikkel word deur die insluiting van verskillende aktiwiteite in die klas, wat spesifiek daarop gemik is om reaksie tyd te verbeter.</p>

	f) Reaktiwiteit is hoe jou liggaam in veranderlike omstandighede reageer.	
--	---	--

SOEPELHEID	<p>Soepelheid is in breë trekke die omvang van beweging (OVB) rondom 'n gewrig. Dit kan meer akkuraat as die vryheid van beweging en die afwesigheid van beperking van beweging beskryf word.</p> <p>Soepelheid is gekoppel aan gewrigte en word deur strukturele en funksionele faktore beïnvloed.</p>	<p>Die strek van spiere, ligamente en tendons moet stadig en versigtig gedoen word, en slegs as die spiere warm is. Ligte strek-oefening kan tydens opwarming gedoen word, omdat dit die liggaam help voorberei op aktief wees. Die beste tyd om jou OVB (omvang van beweging) te verbeter is aan die einde van die klas wanneer jou liggaam warm genoeg is.</p> <p>Daar is baie strek tegnieke; maar sekere veiligheidsmaatreëls geld vir hul almal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Strek slegs as jy warm is • Ekstreme strekoefeninge is gevaarlik, kan beserings veroorsaak en moet verkieslik vermy word • Fokus om die rekking te voel eerder as die pyn • Moet nooit iemand anders in 'n strek inforseer nie • Strek stadig en op 'n beheerde wyse <p>Soepelheid kan beide staties (passief) of dinamies (aktief/funksioneel) wees. As 'n danser moet jy beide vorms van soepelheid ontwikkel.</p>
-------------------	---	--

VRAAG 13

FOKUS VAN VRAAG	LEERUITKOMSTE					VERMOËNSVLAKKE		
	LU1	LU2	LU3	LU4		Laag	Medium	Hoog
Voorkoming van besering								
Kennis, Evaluasie		✓	✓				3	5
Toepassing								

NOTA AAN MERKERS:

Verseker dat jy die korrekte hoeveelheid punte aan die vermoënsvlakke gegee het.

Medium – 13.1**Hoog -13.2 en 13.3**

- 13.1 Die voorgestelde behandeling vir die besering:
2de graad – (P) RICE mag dalk gips nodig en immobilisasie vir 3-4 weke en fisioterapie.
3de graad – stop aktiwiteit, (P) RICE; nodig gips met totale immobilisasie, met 6-8 weke herstelling. Mag operasie nodig.
- 13.2 Afhangende van die erns van die besering mag sy nie 'n opvoering kan doen nie en moet alle aktiwiteit onmiddelik stop, anders kan sy verdere beserings opdoen, indien sy voort gaan met oefening. Haar opvoering mag geaffekteer word, indien sy met 'n 2de graadse besering, dans.
- 13.3 Deur dwelms te gebruik om die pyn te stop, kan lei tot verdere besering, want die pyn pille sal die pyn verminder, maar nie die besering help nie. Die besering kan meer skade opdoen as jy die pyn nie kan voel nie, want dit kan die besering so vererger dat dit onmoontlik is om voort te gaan. Sommige dansers wat hierdie behandeling volg, eindig op afhanklik aan dwelms en dit word nie voorgestel nie. So moeilik soos dit mag wees sal dit beter vir haar wees om nie die oudisie te doen nie, eerder as om haar permanent te beseer en nooit weer kan te kan dans nie.

[8]**TOTAAL AFDELING C: 60****GROOTTOTAAL: 150**