



EKURHULENI NOORD DISTRIK

ALGEMENE VRAESTEL: NOVEMBER 2017

VAK: SKEPPENDE KUNSTE GRAAD 8 DANS

Tyd: 2 ure
Punte: 50 punte per kunsvorm

Algemene Instruksies

Leerling se Naam en Van: _____

Klas: _____

Die aktiviteit is saamgestel om in twee ure voltooi te word.
Al die vrae is gebasseer op kwartaal 1 tot 4 se lesplanne in die KABV dokument.
Kies slegs **TWEE** van die vier **Kunsvorms** en voer die instruksies uit.
Voorsien toepaslike antwoorde vir AL die vrae in hierdie afdelings.

Individuele - / Groepsopdrag

Neem asseblief kennis dat hierdie 'n **individuele** assessering is.
Gebruik toepaslike vereiste skryf – en / of tekenmateriaal vir relevante vrae.
In sekere afdelings word praktiese uitvoering as reaksies vereis.

Afskryf

Geen afskryf van mede-leerlinge word toegelaat nie. As jou formele assesseringstaak afgeskryf is van 'n ander leerling, sal daar aan beide 'n nul toegeken word.

Skryf leesbaar en bied duidelike illustrasies om punte te verdien.

AFDELING A: DANS

Vraag 1

Verduidelik kortliks wat elk van die volgende danskonsepte beteken:

1.1 buikspiere

(2)

1.2 oogfokus

(2)

1.3 bewegingsopvolging

(2)

1.4 lokomotoriese stappies

(2)

1.5 strekking

(2)

(10)

1.6 Pas die konsepte in kolom A by die verduidelikings in kolom B. Skryf slegs die korrekte nommer en letter vir jou antwoord neer, bv. **1H**.

	KOLOM A		KOLOM B	Antwoorde
1	knieë in gelid	A	<i>ondersteun die liggaam na spronge of hoogterigting</i>	
2	kernstabiliteit	B	<i>rotering van die verskillende gewrigte (enkels, skouers, elmboë, hande, knieë) in die liggaam in 'n sirkelbeweging gedurende opwarmingsoefening om te verseker dat die spiere om die gewrigte gestrek is en beskerm is teen besering</i>	
3	gewrigsmobiliteit	C	<i>beweging van een deel van die liggaam op 'n keer gedurende dans opwarming om sodoende geleidelik die spiergroepe te strek</i>	
4	isolasie van liggaamsdele	D	<i>die krag en sterkte om die posisie en die beweging van die liggaam te beheer vanuit die sentrale posisie soos die ruggraat, bekken en skouers</i>	
5	veilige landings	E	<i>'n veilige dansoefening wat vereis dat die knieë altyd in gelid is om 'n korrekte liggaamspostuur te verseker</i>	

(10)**Vraag 2**

Ontwerp 'n 10 minute dans opwarmings roetine vir jou klas. Gebruik die B.A.S.T metode van die dans organiseerder (wat jou juffrou jou sal gee). Jou roetine moet op ten minste 5 areas van jou liggaam fokus en dit moet ingeluit word in die tabel hieronder.

Voorbeeld	B	A	S	T	E
Afdeling 1: Bo-lyf	Kop	buig	vorentoe/ agtertoe	asemhaal pols	vry glad
Afdeling 2: Bo-lyf	skouers	op en af	wyd	tempo ritmies patroon	glad vry

VOLTOOI	B	A	S	T	E
Afdeling 1:					(5)
Afdeling 2:					(5)
Afdeling 3:					(5)
Afdeling 4:					(5)

(20)

Vraag 3

Vind die volgende dansstyle in die woordsoektog en omkring die regte woorde.



Ballet	Latynse
Klopdans	Volksdanse
Hip hop	Flaamsde danse
Modern	Straatdans
Swaaidans	Lyndans
disco	Geselskapbaldans (ballroom)



f	v	w	t	g	h	u	k	p	l	p	r	j	m	z	a	l
h	j	s	t	r	a	a	t	d	a	n	s	r	u	a	a	l
i	q	w	y	t	r	t	l	t	s	j	r	j	g	t	r	y
p	p	l	m	q	t	a	y	e	d	h	e	r	y	g	g	k
h	f	l	a	a	m	s	e	d	a	n	s	n	d	d	t	l
o	r	v	m	w	y	s	o	i	h	e	d	p	r	c	o	o
p	d	d	h	n	p	b	a	s	t	a	c	a	t	w	y	p
h	t	r	p	c	k	t	i	c	r	d	b	e	m	t	h	d
y	g	f	l	r	l	i	l	o	q	j	h	t	e	a	s	a
o	e	v	m	t	g	l	y	t	s	k	g	l	s	f	n	n
p	n	c	n	k	t	k	n	y	l	l	l	n	w	l	a	s
k	r	s	j	i	i	g	d	h	m	a	n	j	a	k	d	e
g	e	s	e	l	s	k	a	p	b	a	l	d	a	n	s	k
q	d	w	i	m	j	d	n	g	f	d	t	p	i	e	d	q
f	o	s	u	f	k	t	s	f	n	x	w	q	k	t	l	h
d	m	d	h	m	l	r	q	v	r	e	s	f	f	d	o	y
z		c	b	p	t	z	c	b	r	y	z	h	j	a	v	t

(10)

[TOTAAL: 50 punte]