

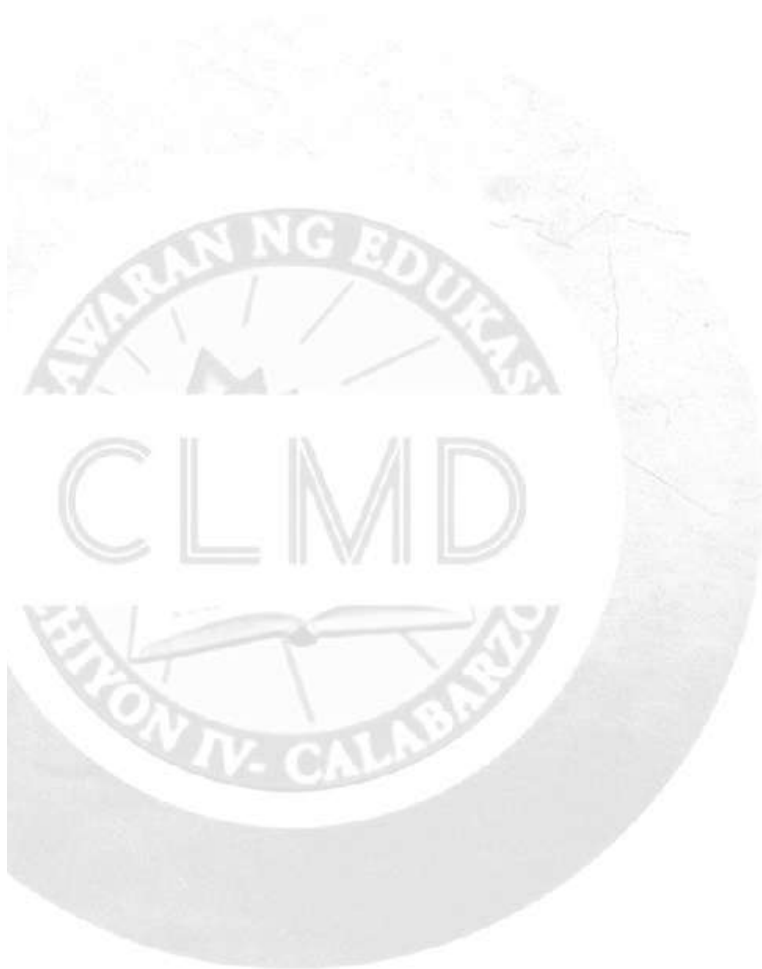
PIVOT^{4A}

LEARNER'S MATERIAL

GRADE 3 - Health



QUARTER 3



PIVOT 4A Learner's Material
Ikatlong Markahan
Unang Edisyon, 2021

MAPEH (Health)

Unang Baitang

Job S. Zape, Jr.
PIVOT 4A Instructional Design & Development Lead

Catherine Joyce F. Ledesma
Content Creator & Writer

Eugene Ray F. Santos & Angela A. Morando
Internal Reviewer & Editor

Fe M. Ong-ongowan, Alexandro Maghari & Katrina Marie Unida
Layout Artist & Illustrator

Jeewel L. Cabriga, Alvin G. Alejandro & Melanie Mae N. Moreno
Graphic Artist & Cover Designer

Ephraim L. Gibas
IT & Logistics

Kirt John Segui, Komisyon sa Wikang Filipino
Language Editor & Reviewer

Inilathala ng: Kagawaran ng Edukasyon Rehiyon 4A CALABARZON
Patnugot: **Wilfredo E. Cabral**
Pangalawang Patnugot: Ruth L. Fuentes

PIVOT 4A CALABARZON Health G3

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksiyon 176 na hindi maaaring magkaroon ng karapatang-ari sa anumang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayumpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyul na ito ay nagtataglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anumang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anumang bahagi ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anumang paraan nang walang pahintulot ng Kagawaran.

Ang modyul na ito ay masusing sinuri at nirebisa ayon sa pamantayan ng DepEd Regional Office 4A at ng Curriculum and Learning Management Division CALABARZON. Ang bawat bahagi ay tiniyak na walang nilabag sa mga panuntunan na isinasaad ng Intellectual Property Rights (IPR) para sa karapatang pampagkatuto.

Mga Tagasuri

Gabay sa Paggamit ng PIVOT 4A Learner's Material

Para sa Tagapagpadaloy

Ang modyul na ito ay inihanda upang makatulong sa ating mga mag-aaral na madaling matutuhan ang mga aralin sa asignaturang **MAPEH (Health)**. Ang mga bahaging nakapaloob dito ay sinigurong naaayon sa mga ibinigay na layunin.

Hinihiling ang iyong paggabay sa ating mga mag-aaral para sa paggamit nito. Malaki ang iyong maitutulong sa pag-unlad nila sa pagpapakita ng kakayahang magtiwala sa sarili na kanilang magiging gabay sa sumusunod na mga aralin.

Salamat sa iyo!

Para sa Mag-aaral

Ang modyul na ito ay ginawa bilang sagot sa iyong pangangailangan. Layunin nitong matulungan ka sa iyong pag-aaral habang wala ka sa loob ng silid-aralan. Hangad din nitong mabigyan ka ng mga makabuluhang oportunidad sa pagkatuto.

Ang sumusunod ay mahahalagang paalala sa paggamit ng modyul na ito:

1. Gamitin ang modyul nang may pag-iingat. Huwag lalagyan ng anumang marka o sulat ang anumang bahagi nito. Gumamit ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga gawain sa pagkatuto.
2. Basahing mabuti ang mga panuto bago gawin ang bawat gawain.
3. Maging tapat sa pagsasagawa ng mga gawain at sa pagwawasto ng mga kasagutan.
4. Tapusin ang kasalukuyang gawain bago pumunta sa iba pang pagsasanay.
5. Punan ang **PIVOT Assessment Card for Learners** sa pahina 41 sa pamamagitan ng akmaing simbolo sa iyong Lebel ng Performans pagkatapos ng bawat gawain.
6. Pakibalik ang modyul na ito sa iyong guro o tagapagpadaloy kung tapos nang sagutin ang lahat ng pagsasanay.

Kung sakaling ikaw ay mahirapang sagutin ang mga gawain sa modyul na ito, huwag mag-aalinlangang konsultahin ang iyong guro o tagapagpadaloy. Maaari ka ring humingi ng tulong sa iyong magulang o tagapag-alaga, o sinumang mga kasama sa bahay na mas nakatatanda sa iyo. Laging itanim sa iyong isipang hindi ka nag-iisa.

Umaasa kami na sa pamamagitan ng modyul na ito, makararanas ka ng makahulugang pagkatuto at makakukuha ka ng malalim na pang-unawa. Kaya mo ito!

Mga Bahagi ng PIVOT 4A Modyul

	K to 12 Learning Delivery Process	Nilalaman
Panimula (Introduction)	Alamin	Ang bahaging ito ay naglalahad ng MELC at ninanais na resulta ng pagkatuto para sa araw o linggo, layunin ng aralin, pangunahing nilalaman at mga kaugnay na halimbawa para makita ng mag-aaral ang sariling kaalaman tungkol sa nilalaman at kasanayang kailangan para sa aralin.
	Suriin	
Pagpapaunlad (Development)	Subukin	Ang bahaging ito ay nagtataglay ng mga aktibidad, gawain at nilalaman na mahalaga at kawili-wili sa mag-aaral. Ang karamihan sa mga gawain ay umiinog sa mga konseptong magpapaunlad at magpapahusay ng mga kasanayan sa MELC. Layunin nito na makita o matukoy ng mag-aaral ang alam niya, hindi pa niya alam at ano pa ang gusto niyang malaman at matutuhan.
	Tuklasin	
	Pagyamanin	
Pakikipagpalihan (Engagement)	Isagawa	Ang bahaging ito ay nagbibigay ng pagkakataon sa mag-aaral na makisali sa iba't ibang gawain at oportunidad sa pagbuo ng kanilang mga Knowledge Skills, at Attitudes (KSA) upang makahulugang mapag-ugnay-ugnay ang kaniyang mga natutuhan pagkatapos ng mga gawain sa Pagpapaunlad o D. Inilalantad ng bahaging ito sa mag-aaral ang totoong sitwasyon/gawain sa buhay na magpapasidhi ng kaniyang interes upang matugunan ang inaasahan, gawing kasiya-siya ang kaniyang pagganap o lumikha ng isang produkto o gawain upang ganap niyang maunawaan ang mga kasanayan at konsepto.
	Linangin	
	Iangkop	
Paglalapat (Assimilation)	Isaisip	Ang bahaging ito ay maghahatid sa mag-aaral sa proseso ng pagpapakita ng mga idea, interpretasyon, pananaw, o pagpapahalaga upang makalikha ng mga piraso ng impormasyon na magiging bahagi ng kaniyang kaalaman sa pagbibigay ng epektibong repleksiyon, pag-uugnay, o paggamit sa alinmang sitwasyon o konteksto. Hinihikayat ng bahaging ito ang mag-aaral na lumikha ng mga estrukturang konseptuwal na magbibigay sa kaniya ng pagkakataong pagsama-samahin ang mga bago at dating natutuhan.
	Tayahin	

Ang modyul na ito ay nagtataglay ng mga pangunahing impormasyon at gabay sa pag-unawa ng mga Most Essential Learning Competencies (MELCs). Ang higit na pag-aaral ng mga nilalaman, konsepto at mga kasanayan ay maisasakatuparan sa tulong ng K to 12 Learning Materials at iba pang karagdagang kagamitan tulad ng Worktext at Textbook na ipagkakaloob ng mga paaralan at/o mga Sangay ng Kagawaran ng Edukasyon. Magagamit din ang iba pang mga paraan ng paghahatid ng kaalaman tulad ng Radio-based at TV-based Instructions o RBI at TVI.

Ang Mamimili

Aralin

I



Nakapunta ka na ba sa palengke o pamilihan?

Ano ang madalas mong makita sa pamilihan?

Ang pamilihan ay ang ating puntahan kapag tayo ay may kailangan o nais bilihin. Dito natin makikita ang karamihan ng pangangailangan ng pamilya. Iba't ibang produkto at serbisyo ang ating makikita sa isang pamilihan. Bilang isang mamimili mahalagang malaman natin ang mga bagay na nakakaimpluwensya sa ating pamimili.

Sino nga ba ang mamimili? Paano ito pumipili ng kanyang bibilihin?

D

Ano ang isang Mamimili?

Ang mamimili o konsyumer ay taong bumibili ng produkto o gumagamit ng serbisyo para matugunan ang kanilang pangangailangan sa pamamagitan ng produkto o serbisyonang binili.

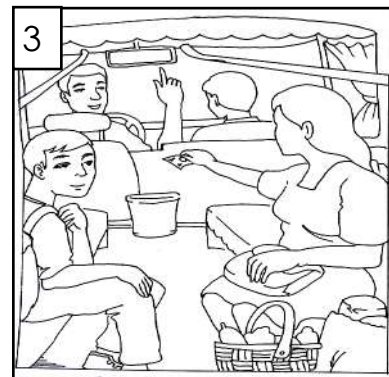
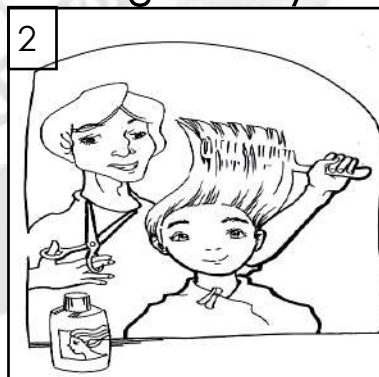
Sino ang mga mamimili?

Ikaw, at ako ay tinatawag na mamimili o konsyumer.

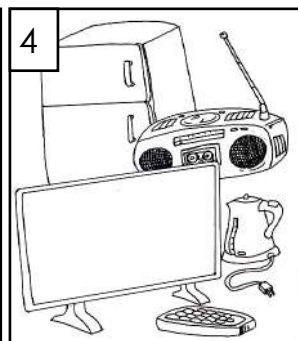
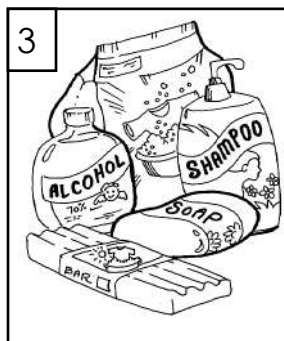
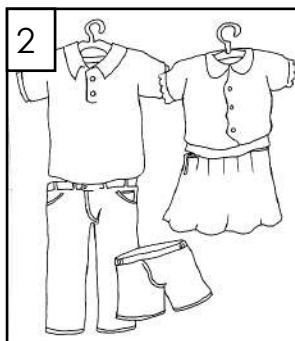
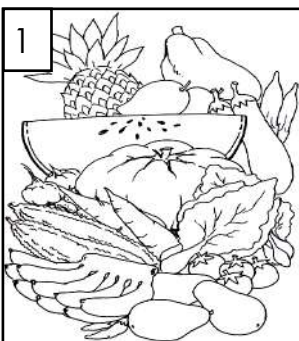


Tingnan ang mga larawan sa ibaba. Ang mga larawan ay nagpapakita ng ilang mga produkto at serbisyo na madalas nating binibili. Maari mo bang pangalanan ang mga ito?

Mga Serbisyo



Produkto



Ang Kalusugan ng isang Mamimili (Consumers Health)

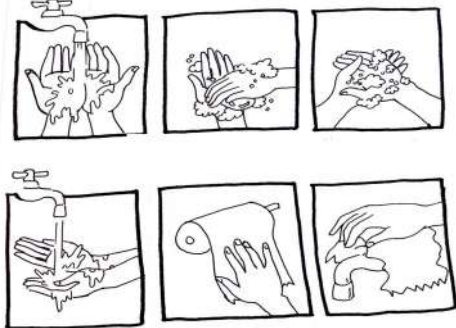
Ang **Consumers Health** ay tumutukoy sa mga desisyon na iyong ginawa tungkol sa pagbili ng produkto, paggamit ng impormasyong pangkalusugan at serbisyo na may epekto sa iyong kalusugan.

Ano ang mga Sangkap sa Kalusugan ng Mamimili?

1. Impormasyong Pangkalusugan

Ito ay tumutukoy sa datos at mga impormasyon na nakukuha mula sa media, mga doctor, health workers, at mga ahensyang pangkalusugan. Halimbawa nito ay ang mga anunsyo mula sa DOH, **medical records** at iba pa.

Maghugas lagi ng mga kamay



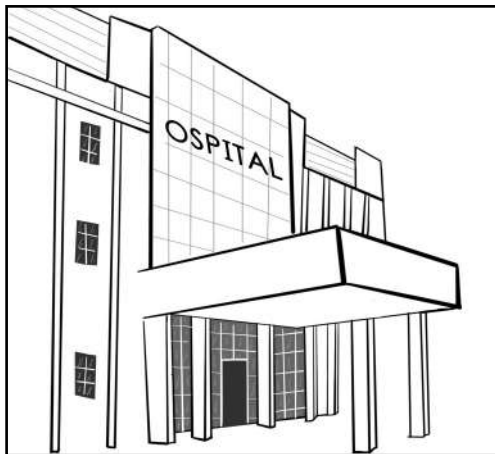
2. Produktong Pangkalusugan

Ito ay tumutukoy sa mga produkto na ginawa upang mapanatili ang kalusugan at mapagaling ang mga sakit.

Halimbawa nito ay mga gamot, pagkain, damit, at iba pa.



3. Serbisyong Pangkalusugan



Ito ay tumutukoy sa mga serbisyong ginagawa o inaalok upang mapabuti ang ating buhay at kalusugan.

Halimbawa nito ay ang konsultasyon sa doktor, transportasyon, suplay ng tubig at iba pa.

Mga Salik na Nakakaimpluwensya sa Pamimili



Produktong may promo



Produktong uso at ginagamit ng iyong mga kaibigan



Tingnan ang mga larawan. Alin sa mga sumusunod ang makakahikayat sa iyong bumili ng produkto?

Ano –ano ang mga salik na nakakaimpluwensya sa ating pamimili?

1. **Presyo.** Ito ay tumutukoy sa halaga ng isang produkto o serbisyo. Sinisigurado ng mga mamimili na ang produkto ay pasok sa kanilang bulsa.
2. **Anunsyo.** Ang paggamit ng kilalang artista o makatawag pansin na anunsyong ay humihikayat sa mga mamimili na bilhin ang produkto.
3. **Kalidad ng Produkto.** Ito ay pagtingin sa tibay o ganda ng klase ng produkto o serbisyong binebenta.
4. **Panggagaya o "Uso".** Ito ay ang paggaya sa ginagamit ng mga kilalang tao , mga kaibigan, kapamilya o kapitbahay.
5. **Panahon.** Ang pagbabago ng panahon ay maaring makaapekto sa produktong kinokonsumo. Halimbawa , tuwing tag-init, mas pinipili nating bumili ng malamig na pagkain tulad ng halo-halo at ice cream samantalang, mas bumibili tayo ng mainit na pagkain tulad ng sopas tuwing tag-ulan.
6. **Kita.** Ang kita ay tumutukoy sa halagang natatanggap ng isang tao kapalit ng serbisyo na kanyang ginagawa. Naaayon sa laki ng kita ng pamilya ang produkto o serbisyong kanyang binibili.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Tukuyin ang mga sumusunod. Isulat sa papel ang **IP** kung Impormasyong Pangkalusugan, **PP** kung Produktong Pangkalusugan at **SP** kung Serbisyong Pangkalusugan.

1. Gamot sa ubo at sipon.
2. Mga bitamina at bakuna.
3. Pagpapabunot ng ngipin.
4. Konsultasyon sa Health Center.
5. Mga paalala sa tamang paghuhugas ng kamay.
6. Talaan ng iyong timbang, taas, at kondisyong medikal.
7. Mga balita tungkol sa dami ng nagkakaroon ng COVID –19.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Punan ng wastong salita ang mga patlang. Piliin ang sagot sa kahon sa baba. Isulat ang sagot sa papel.

Konsyumer	Impormasyong Pangkalusugan
Produktong Pangkalusugan	Kalusugan ng Mamimili
Serbisyong Pangkalusugan	

- _____ 1. Taong bumibili ng produkto o gumagamit ng serbisyo.
- _____ 2. Produkto na ginawa upang mapanatili ang kalusugan at mapagaling ang mga sakit.
- _____ 3. Serbisyong na ginagawa o inaalok upang mapabuti ang ating buhay at kalusugan.
- _____ 4. Desisyon na ginagawa tungkol sa pagbili ng produkto at paggamit ng impormasyong pangkalusugan at serbisyo.
- _____ 5. Datos at mga impormasyon na nakukuha mula sa media, mga doctor, health workers, at mga ahensyang pangkalusugan.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Isulat sa papel ang TAMA kung ang pangungusap ay totoo. Isulat naman ang MALI kung hindi tama ang pangungusap.

- _____ 1. Ang mga konsyumer ay mga tatay at nanay lamang.
- _____ 2. Nakakaapekto ang presyo ng produkto sa pamimili ng isang konsyumer.
- _____ 3. Ang mga anunsyo ay nakakaimpluwensya sa ating pamimili.
- _____ 4. May iba't ibang aspekto na tinitingnan ang bawat mamimili na sa pagpili ng produkto o serbisyo.
- _____ 5. Ang doktor ay maaaring pagmulan ng impormasyong pangkalusugan.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Pagtambalin ang Hanay A sa mga salik na nakakaimpluwensya sa pamimili sa Hanay B. Isulat ang letra ng sagot sa papel.

- | A | B |
|--|-------------------------------|
| _____ 1. Pagtingin sa halaga ng isang produkto o serbisyo. | A. Anunsyo |
| _____ 2. Pagbili ng jacket tuwing taglamig. | B. Kalidad ng Produkto |
| _____ 3. Pagbili ng damit na katulad ng suot ng paborito mong artista. | C. Panahon |
| _____ 4. Pagbili ng inuming nakita mo sa ads sa Facebook. | D. Panggagaya |
| _____ 5. Pagpili ng isang produkto dahil ito ay matibay at tumatagal. | E. Presyo |



Gawain sa Pagkatuto Bilang 5: Sagutin ang mga tanong sa isang papel.

1. Kung ikaw ay bibigyan ng 100 piso, Ano ang iyong bibilihin at bakit?

2. Ano ang nakakaimpluwensya sa iyong pamimili ng bibilihin?

Bakit ito ang iyong nasabi?

Gawain sa Pagkatuto Bilang 6: Kopyahin ang tsart sa iyong sagutang papel. Punan ang bawat kolum ng impormasyong hinihingi.

Produkto o Serbisyong binili noong nakaraang araw	Dahilan ng iyong Pagbili ng produkto o serbisyo	Saan ito Binili (ex. tindahan, palengke, mall, botika etc)



Tandaan:

- Ang **mamimili** o **konsyumer** ay taong bumibili ng produkto o gumagamit ng serbisyo.
- Ang **Consumers Health** ay ang desisyon na ginagawa tungkol sa pagbili ng produkto, paggamit ng impormasyong pangkalusugan at serbisyo.
- Ang mga salik na nakaiimpluwensya sa pamimili ay *kita, presyo, anunsyo, kalidad ng produkto, panggagaya at panahon.*

Ang Matalinong Mamimili

Aralin

I



Bahagi na ng buhay ng bawat mamimili na bumili ng produkto at serbisyo upang matugunan ang pang-araw-araw na pangangailangan. Bilang mamimili, dapat tayo ay may kaalaman sa mga pamamaraan ng tamang pagpili at pagsusuri ng produkto at serbisyo. Ang pagiging matalinong mamimili ay mahalaga upang hindi masayang ang perang ating ginamit sa pagbili ng iba't ibang produkto at serbisyo.

Ano ang mga katangian ng isang matalinong mamimili?

Alamin natin.

Mga Katangian ng isang Matalinong Mamimili

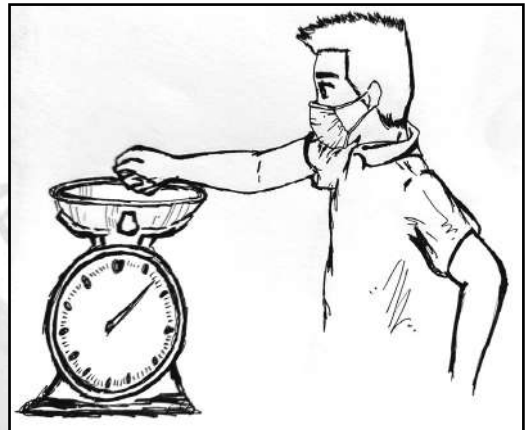
1. Mapanuri

Ang matalinong mamimili ay matiyagang tinitingnan ang sangkap, timbang, at **expiration date** ng produkto.



2. Hindi Nagpapadaya

Ang matalinong mamimili ay alerto, mapagmasid at handang itama ang pagkakamali ng nagtitinda.



3. Marunong maghanap ng Alternatibo

Ang matalinong mamimili ay marunong humanap ng kapalit na produkto upang matugunan ang pangangailangan.



4. Makatwiran

Ang matalinong mamimili ay sinisigurado na kapaki-pakinabang ang kaniyang binibiling produkto. Masusi niyang pinag-aaralan ang kalidad at presyo ng produkto bago ito bilihin.



5. Sumusunod sa badyet

Ang matalinong mamimili ay bumibili ayon sa kakayahan. Iniiwasan nito ang pagbili ng mga produkto na hindi kailangan.



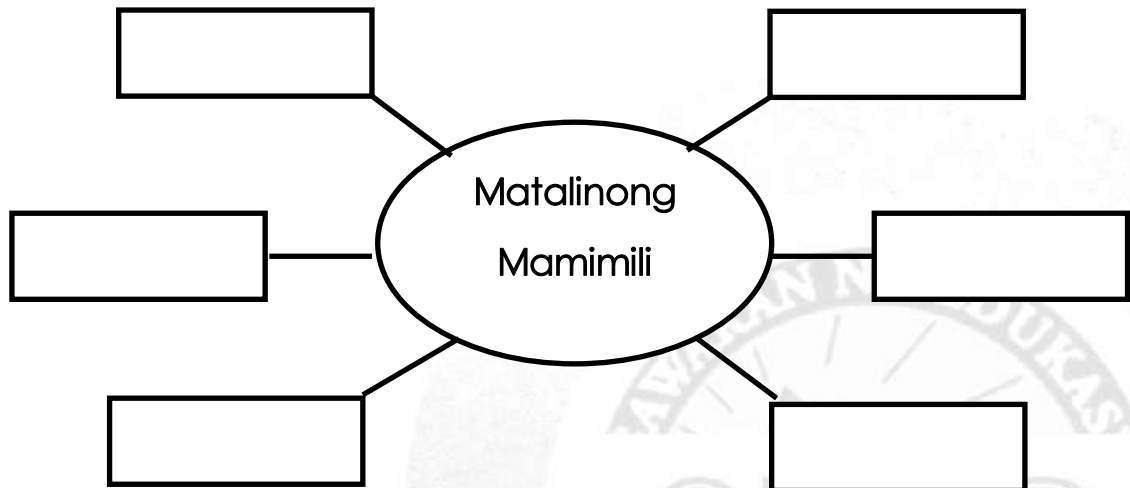
6. Hindi Nagpapadala sa Anunsyo

Ang matalinong mamimili ay mas binibigyang halaga ang kalidad at pakinabang ng isang produkto at hindi nagpapadala sa mga anunsyo na makikita sa media o ads.





Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Kopyahin ang graphic organizer. Isulat sa kahon ang mga katangian ng isang matalinong mamimili.



Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Anong katangian ng matalinong mamimili ang ipinapakita sa mga sumusunod na sitwasyon? Piliin ang sagot sa kahon. Gawin ito iyong sagutang papel.

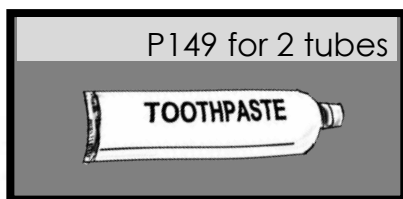
Hindi nagpapadaya	Mapanuri
Sumusunod sa Badyet	Hindi nagpapadala sa Anunsyo
Makatwiran	Marunong humanap ng Alternatibo

- _____ 1. Binibilang ni Alex ang sukli bago umalis sa tindahan.
- _____ 2. Mas pinili ni Ana na bilhin ang bag na matibay kaysa sa bag na ineendorso ng isang sikat na artista.
- _____ 3. Tinitignan ni Joyce ang expiration date ng mga de lata bago ito bilhin.
- _____ 4. Hindi bumibili si Jeffrey ng mga bagay na hindi niya kailangan.
- _____ 5. Sinusuri ni Cherie kung ang presyo ng pantalong nais niyang bilhin ay angkop sa kalidad nito.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Bilang isang matalinong mamimili, Alin sa mga sumusunod ang mas mainam bilihin? Isulat ang letra ng sagot sa iyong sagutang papel.

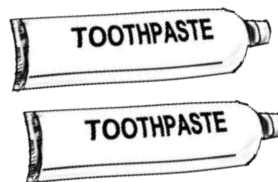
1.

A



Halaga 149 pesos

B



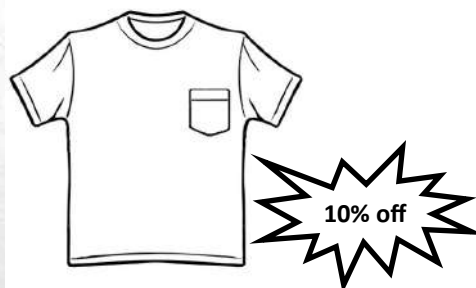
Halaga: P 160 pesos

2.

A

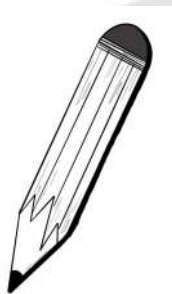


B



3.

A



P 26.00

B



P 19.00

4.

A



Murang sapatos pero
madaling masira

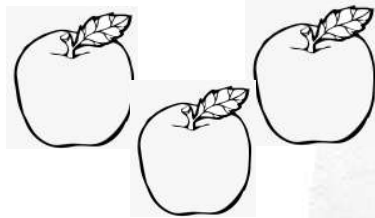
B



Mahal na sapatos pero
matibay at tumatagal

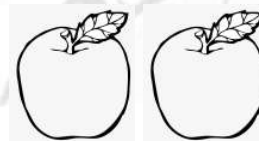
4.

A.



P 30.00

B.



P30.00

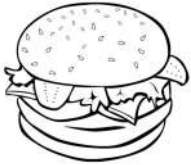


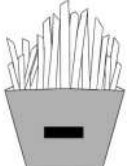


E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Sagutin ang tanong. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Ano ang bagay na huli mong binili? Bakit mo ito binili?
2. Ano ang naging pamantayan mo sa pamimili?
3. Sa tingin mo ba tama ang iyong naging pamantayan sa pagbili? Bakit?

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5: Binigyan ka ng iyong magulang ng halagang P50 pambili ng iyong pagkain habang ikaw ay nag-aaral.

Alin sa mga ito ang pipiliin mo? Bakit? Isulat ang sagot sa sa iyong sagutang papel.

 <p>Hamburger P35.00</p>	 <p>Tsitsirya P 15.00</p>	 <p>Sopas P 20.00</p>
 <p>Frensh Fries P 15.00</p>	 <p>Softdrinks P 35.00</p>	 <p>Frappucino P 50.00</p>

A

Tandaan:

Ang kasanayan sa pagiging isang **Matalinong Mamimili** ay mahalaga upang hindi masayang ang perang ating ginamit sa pagbili ng iba't ibang produkto at serbisyo.

Ang Karapatan ng mga Mamimili

Aralin

I



Naranasan mo na bang masuklian ng hindi tama nung ikaw ay namimili o di kaya mapagbentahan ng produktong hindi maganda ang kalidad? Ano ang iyong naramdaman?

Sa dami ng maaring mabili sa pamilihan, nararapat na tayo ay maging matalino sa pagpili ng produkto at serbisyo na ating bibilhin. Bilang isang mamimili, dapat tayo ay may kaalaman sa ating mga karapatan upang maiwasan ang mga hindi magandang karanasan sa ating pamimili. Ano ang mga karapatan ng isang mamimili? Alamin natin.

Mga Karapatan ng isang Mamimili

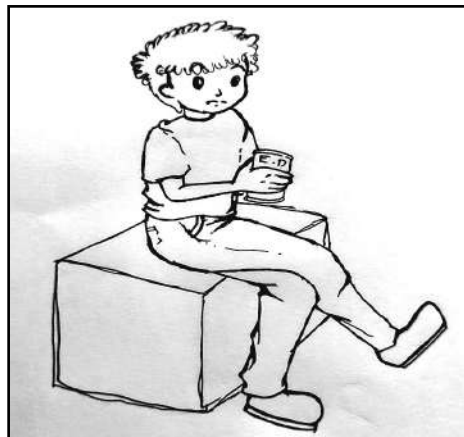
1. Karapatan sa mga Pangunahing Pangangailangan

Tayo ay may karapatan na magkaroon sapat na pagkain, pananamit, serbisyong pangkalusugan at edukasyon.



2. Karapatan sa Kaligtasan

Tayo ay may karapatan na matiyak na ang mga produktong ating bibilihin ay ligtas laban sa mga panganib na maaring makaapekto sa ating kalusugan. Ugaliing tignan ang nilalaman at expiration date ng mga produktong ating bibilihin.



3. Karapatang Pumili

Tayo ay may karapatang pumili ng produkto at serbisyong nais nating bilingin na naaayon sa kagustuhan at sa halagang kaya ng badyet. Matutong magkumpara ng presyo at kalidad ng mga produktong bibilihin.



4. Karapatan sa Patalastasan

Tayo ay may karapatan na mabigyan ng tamang impormasyon tungkol sa produktong ating bibilihin. May karapatan tayong mapangalagaan laban sa mapanlinlang at hindi totoong impormasyon at maging biktima ng mga maling gawain. Maaring ireklamo ang anumang produkto o serbisyo na hindi sinunod ang ipiningako nito.



Masustansiyang Pagkain



Gatas
Pampalakas

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Tukuyin ang karapatan ng mamimili sa bawat larawan. Isulat ang **A** kung ito ay Karapatan sa pangunahing pangangailangan, **B** kung Karapatan sa Kaligtasan, **C** kung Karapatang pumili o **D** kung Karapatan sa Patalastasan. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

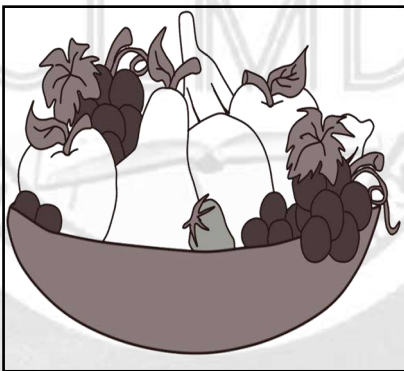
1.



2.



3.



4.

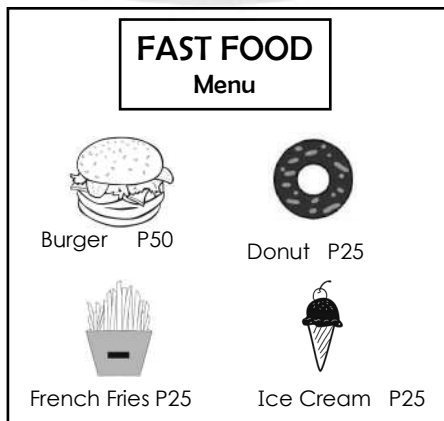
Nutrition Facts

6 serving per container
Serving size 2/3up (55g)
Amount per serving
Calories 230

	% Daily Value
Total Fat 8 g	10%
Vitamin D 2 mcg	10%
Calcium 260 mg	20%
Iron 8mg	45

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

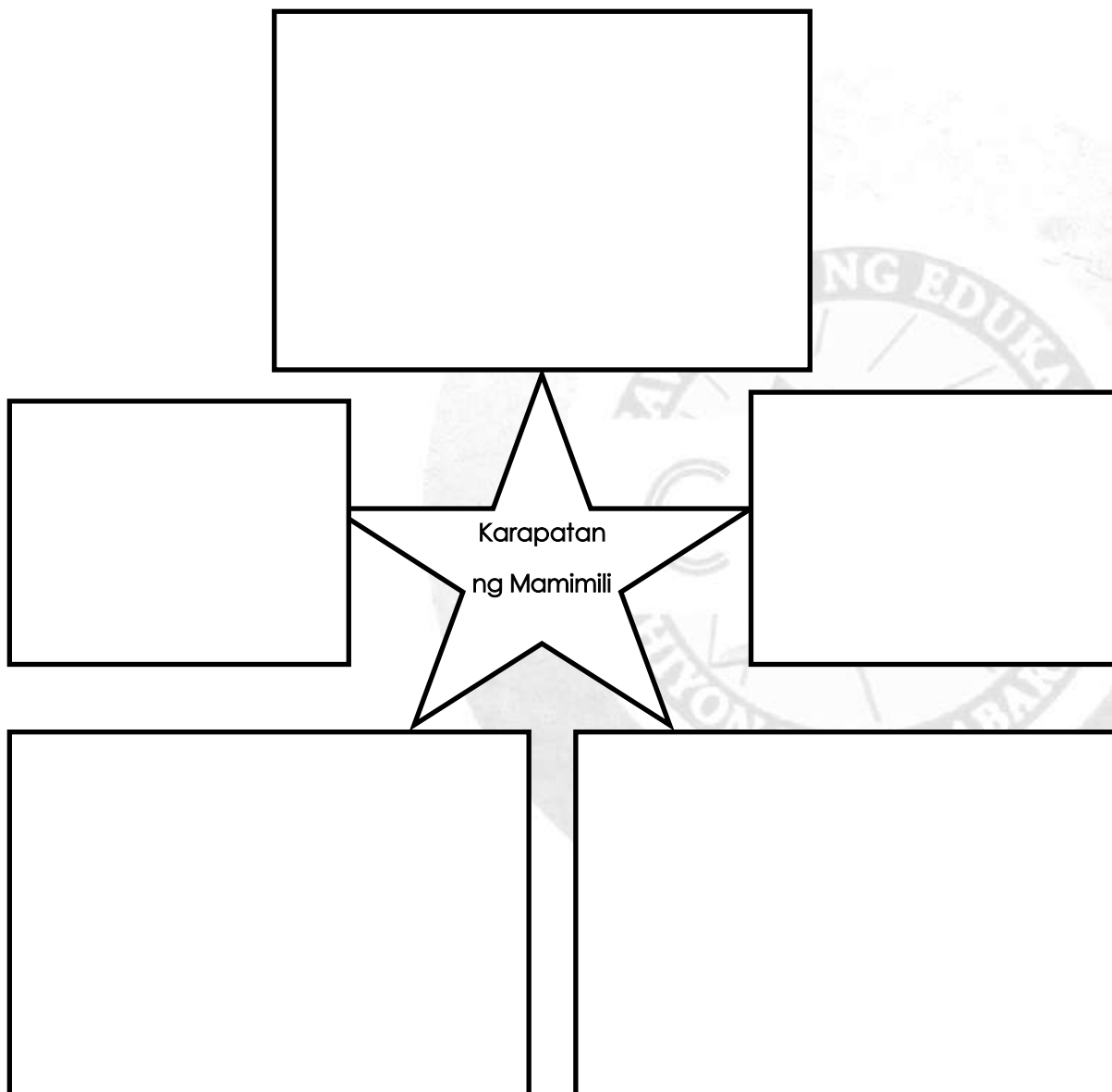
5.



6.



Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Kopyahin ang graphic organizer. Isulat sa kahon ang mga karapatang ng isang mamimili.



Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Isulat ang Oo kung ang pangungusap ay naglalaman ng tamang pahayag. Isulat ang Hindi kung mali. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

1. Tingnan ang expiration date bago bilhin ang isang produkto.
2. Hindi na pwedeng magreklamo kung ang produkto ay nagamit na.
3. Maaaring pumili ang mga mamimili kung ano ang gusto niyang bilihin sa pamilihan.
4. Karapatan ng mga mamimili na magkaroon ng sapat na pagkain at wastong serbisyo.
5. Maaaring isuplong sa inuukulan ang sinumang tinderang na huling nadadaya .

E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Sagutan ang sumusunod na mga sitwasyon? Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Nabasa mo na ang binili mong sardinas ay anim na buwan nang expired.
2. Kulang ang sukli na ibinigay sa iyo ng tintera sa palengke.
3. Hindi nyo alam kung paano paganahin ang bagong TV .
4. Hindi gumagana ang laruan na binili nyo sa pamilihan.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5: Sa isang papel, gumuhit ng larawan na nagpapakita ng karapatan ng isang mamimili na iyong tatutuhan. Sa ibaba ng iyong iginuhit, magsulat ng 2 pangungusap na nagpapaliwanag kung ano ang iyong iginuhit.



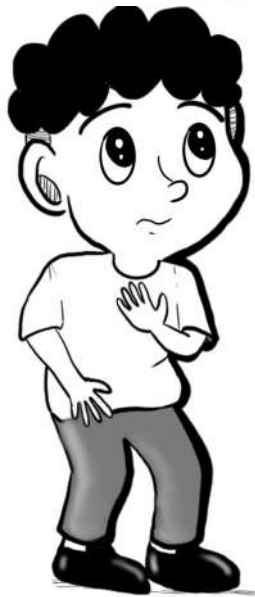
Tandaan:

Ang matalinong mamimili ay dapat may kaalaman sa kaniyang karapatan upang maiwasan ang mga hindi magandang karanasan sa pamimili.

Ang Responsableng Pamimili

Aralin

I



Masikip pala
itong nabili kong
sapatos. Masakit
sa paa.

Expired na pala
itong nabili
kong delata.
Sayang naman.



Ano ang nakikita mo sa mga larawan?

Ang mga masamang karanasan sa pamimili tulad nang nasa larawan ay maaring maiwasan kung tayo ay magiging responsible sa ating pamimili. Tandaan na ang bawat karapatan ay may kaakibat na panangutan o tungkulin. Ang bawat mamimili ay may responsibilidad sa pagpili at pagdedesisyon sa produkto o serbisyong ating bibilihin.

Ano-ano ang tungkulin ng isang mamimili na gaya mo?



Mga Tungkulin ng Isang Mamimili

1. Maging Mapanuri

Tungkulin ng mamimili na maging responsible sa kanyang pagpili o pagdedesisyon sa pagbili. Bago bumili ng isang produkto o serbisyo, ugaliing magtanong tungkol sa gamit, halaga at kalidad ng produkto o serbisyo.

2. Pag-aksiyon

Tungkulin ng mamimili na maipagtanggol ang sarili sa mga pagkakataon na nagkaroon ng di magandang karanasan sa pamimili. Dapat sabihin ang reklamo sa tamang kinauukalan upang mabigyan ng tamang solusyon ang naging problema at mapagbuti pa ang serbisyo at produkto ng nagtitinda.

3. Pagmamalasakit sa iba

Tungkulin ng isang mamimili na alamin kung ano ang maaaring epekto ng pagbili ng mga produkto o serbisyo sa iba pang mamimili.

4. Pagkakaroon ng Kamalayang Pangkapaligiran

Tungkulin ng isang mamimili na alamin ang epekto ng produkto o serbisyonang binili sa kapaligiran.

5. Pakikiisa sa iba pang Mamimili

Tungkulin ng mamimili na isulong ang karapatan at mapangalagaan ang kapanan ng bawat mamimili. Ang pagsali sa mga samahan ng mga mamimili kung saan maaring makapagbibigay ng komento at mungkahi ay makakabuti upang mapaayos ang serbisyo at kalidad ng produkto at serbisyo sa bansa.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Iguhit ang ♥ kung ang sitwasyon ay nagpapakita ng pagiging responsableng mamimili. Iguhit ang ♦ kung hindi. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

1. Ipinalagay ni Nicole ang kaniyang ipinamili sa **eco bag** na kaniyang dala upang mabawasan ang basurang plastik sa kanilang lugar.
2. Pina-test muna ni Emile ang laruang kotse na kaniyang bibilihin bago niya ito binayaran sa **cashier**.
3. Binili ni Aling Martha ang lahat ng alcohol sa pamilihan noong nabalitaan niya ang paglaganap ng COVID –19.
4. Binili ni Rene ang sapatos sa malapit na pamilihan na hindi muna isinusukat.
5. Nagbigay ng komento at mungkahi si Sora sa serbidora upang mapaganda ang serbisyo ng kinainang restawran.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Tukuyin ang Tungkulin ng Mamimili na ipinapakita sa bawat sitwasyon. Piliin ang sagot sa kahon sa ibaba. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Maging Mapanuri

Pag aksyon

Pagmamalasakit sa iba

Pakikiisa sa iba pang Mamimili

Pagkakaroon ng Kamalayang Pangkapaligiran

1. Nireklamo ni Lexie ang nabili niyang depektibong produkto.
2. Mas pinili ni Aling Nena na bilihin ang produktong may nakalagay na **"environment friendly"**.
3. Sumali si Mang Ramil sa organisasyon ng mamimili sa kanilang barangay.
4. Kahit na malaki ang pangangailangan ng bitamina sa panahon nang pandemya, bumili si Micolò ng isang bote na sapat lamang sa kanilang pamilya.
5. Tiningnan muna ni Raine ang presyo at kalidad ng produkto bago niya ito binili.

E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Pumili ng dalawa sa mga tungkulin ng mamimili na ating tinalakay. Magbigay ng isang sitwasyon kung saan maari mo ito maipakita ang napili mong tungkulin. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

A

Tandaan:

- Ang bawat mamimili ay may tungkulin sa pagpili at pagdedesisyon sa produkto at serbisyong bibilhin.
- Tungkulin ng isang mamimili ang *maging mapanuri, pagakasyon, Pagmamalasakit sa iba, Pagkakaroon ng Kamalayang Pangkapaligiran at Pakikiisa sa iba pang Mamimili.*

Impormasyong Pangkalusugan

Aralin

WEEK

8

I



Tingnan at suriin ang mga larawan.

Ang mga larawan ay nagpapakita ng iba't ibang pinagmumulan ng impormasyong ating nakukuha.

May iba't ibang pinagmumulan ang mga impormasyon na ating nasasagap. Ito ay maaaring galing sa tao, media at mga websites na ating madalas na binubuksan. Mahalagang maging mapanuri tayo sa mga nababasa, napapanood at napapakinggang impormasyon lalo na at ito ay tungkol sa kalusugan.

Ano ang mga mapagkakatiwalaang pinagmumulan ng impormasyong pangkalusugan?

Mga Pinagmumulan ng Impormasyong Pangkalusugan

1. Mga Doktor, Nars at mga Healthcare workers

Sila ay mga lisensyadong propesyonal na may sapat na kaalaman tungkol sa ating kalusugan.



2. Ahensya ng Gobyerno

Tungkulin ng gobyerno na pangalagaan ang kalusugan ng mamamayan. Ilan sa mga ahensya na maari nating pagkunan ng lehitimong impormasyon ay ang mga sumusunod:



Department
of Health



Department
of Trade and
Industry



Department
of Agriculture

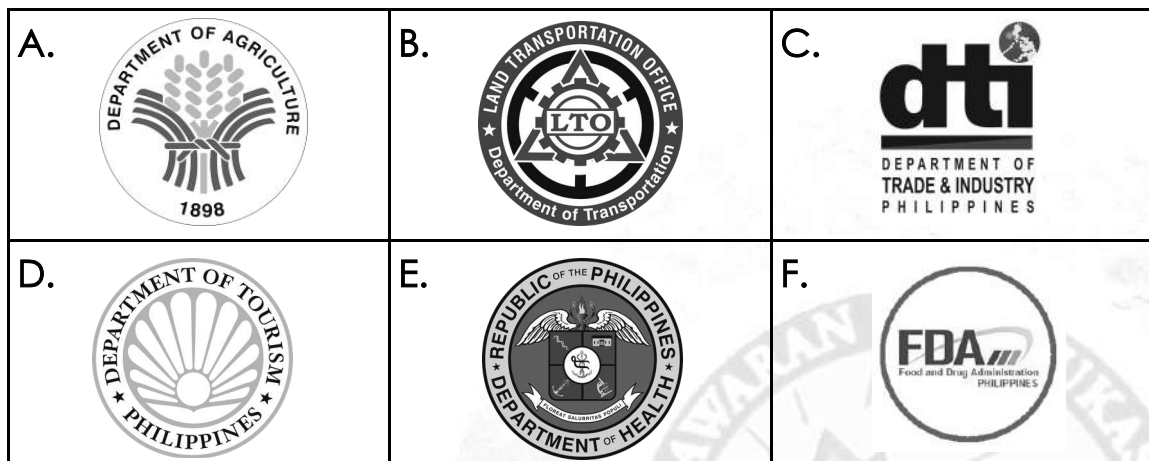


Food and
Drug
Administration

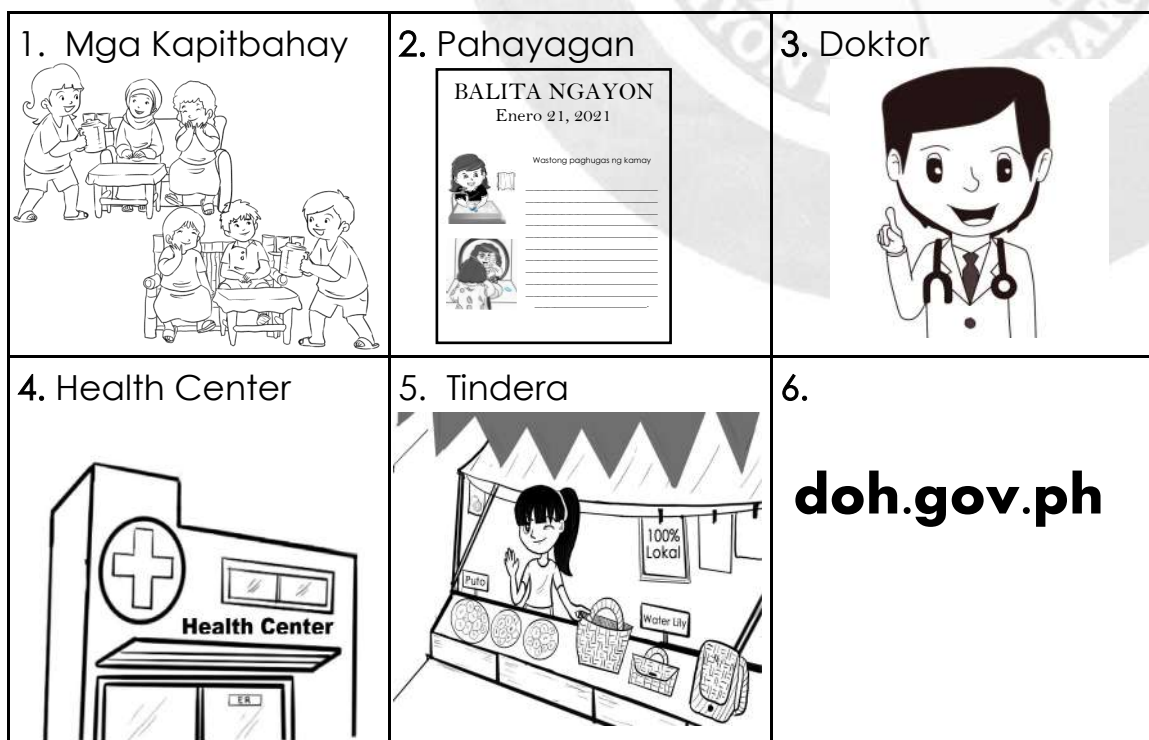
3. Mga Anunsyo mula sa mga pinagkakatiwalaang websites , news media, pahayagan at aklat

Ang media tulad ng mga pahayagan, programa sa telebisyon at social media ay tumutulong sa pagpapalaganap ng mahahalagang impormasyong pangkalusugan. Ugaliin na tumingin sa mga lehitimong websites at social media page upang maiwasang makakuha ng maling impormasyon o “Fake News”.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Isulat ang letra ng mga ahensya na pinagmumulan ng impormasyong pangkalusugan.



Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Sa isang papel, isulat ang M kung ang pinagmulan ng impormasyon ay mapagkakatiwalaan. HM kung hindi.



E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Maglista ng 6 na pinagkukunan ng impormasyong pangkalusugan ang inyong pamilya. Pangkatin ang iyong nailista tulad ng tsart sa ibaba. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

Mapagkakatiwalaan na Pinagmumulan ng Impormasyon	Hindi Mapagkakatiwalaan na Pinagmumulan ng Impormasyon

A

Tandaan:

Ang mga mapagkakatiwalaang pinagmumulan ng impormasyong pangkalusugan ay doktor, nurse at mga health workers, mga ahensya ng gobyerno at mapagkakatiwalaang website, social media page pahayagan at aklat.



Susi sa Pagwawasto

Weeks 1-2		
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 3 1. Mali 2. Tama 3. Tama 4. Tama 5. Tama </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 2 1. Konsumer 2. Produktong Pangkalusang Pangkalusang Serbisyon Pangkalusang 4. Kalusang ng Maminili 5. Impormasyong Pangkalusang </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 1 1. PP 2. PP 3. SP 4. SP 5. IP 6. IP 7. IP </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 4 1. E 2. C 3. D 4. A 5. B </div>		

Weeks 3-4
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 2 1. Hindi Nagpapadaya 2. Hindi nagpapadala sa anunsyo 3. Mapanuri 4. Sumusunod sa Badyet 5. Makatwiran </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 3 1. A 2. A 3. B 4. B 5. A </div>

Weeks 5-6
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 1 1. C 2. B 3. A 4. B 5. C 6. A </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> Gawain sa Pagkatuto 2 1. Oo 2. HINDI 3. Oo 4. Oo 5. Oo 6. Oo </div>

Week 7	
<p>Gawain sa Pagkatuto 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pag aksyon 2. Pagkakaroon ng Kamalayang Pangkapaligiran 3. Pakikis sa iba pang Mamimili 4. Pagmamalasakit sa iba 	<p>Gawain sa Pagkatuto 1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ♠ 2. ♠ 3. ♦ 4. ♦ 5. ♠

Week 8	
<p>Gawain sa Pagkatuto 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. HM 2. M 3. M 4. M 5. HM 	<p>Gawain sa Pagkatuto 1</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A 2. C 3. E 4. F

Personal na Pagtatasa sa Lebel ng Performans para sa Mag-aaral

Pumili ng isa sa mga simbolo sa ibaba na kakatawan sa iyong naging karanasan sa pagsasagawa ng mga gawain. Ilagay ito sa Hanay ng LP o Lebel ng Performans. Basahin ang



- ★ -Nagawa ko nang mahusay. Hindi ako nahirapan sa pagsagawa nito. Higit na nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.
- ✓ -Nagawa ko nang maayos. Nahirapan ako nang bahagya sa pagsasagawa nito. Nakatulong ang gawain upang matutuhan ko ang aralin.
- ? -Hindi ko nagawa o nahirapan ako nang labis sa pagsasagawa nito. Hindi ko naunawaan ang hinihingi sa gawain. Kailangan ko pa ng paglilinaw o dagdag kaalaman upang magawa ko ito nang maayos o mahusay.

Gawain sa Pagkatuto

Week 1	LP	Week 2	LP	Week 3	LP	Week 4	LP
Gawain sa Pagkatuto Blg. 1		Gawain sa Pagkatuto Blg. 1		Gawain sa Pagkatuto Blg. 1		Gawain sa Pagkatuto Blg. 1	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 2		Gawain sa Pagkatuto Blg. 2		Gawain sa Pagkatuto Blg. 2		Gawain sa Pagkatuto Blg. 2	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 3		Gawain sa Pagkatuto Blg. 3		Gawain sa Pagkatuto Blg. 3		Gawain sa Pagkatuto Blg. 3	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 4		Gawain sa Pagkatuto Blg. 4		Gawain sa Pagkatuto Blg. 4		Gawain sa Pagkatuto Blg. 4	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 5		Gawain sa Pagkatuto Blg. 5		Gawain sa Pagkatuto Blg. 5		Gawain sa Pagkatuto Blg. 5	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 6		Gawain sa Pagkatuto Blg. 6		Gawain sa Pagkatuto Blg. 6		Gawain sa Pagkatuto Blg. 6	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 7		Gawain sa Pagkatuto Blg. 7		Gawain sa Pagkatuto Blg. 7		Gawain sa Pagkatuto Blg. 7	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 8		Gawain sa Pagkatuto Blg. 8		Gawain sa Pagkatuto Blg. 8		Gawain sa Pagkatuto Blg. 8	
Week 5	LP	Week 6	LP	Week 7	LP	Week 8	LP
Gawain sa Pagkatuto Blg. 1		Gawain sa Pagkatuto Blg. 1		Gawain sa Pagkatuto Blg. 1		Gawain sa Pagkatuto Blg. 1	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 2		Gawain sa Pagkatuto Blg. 2		Gawain sa Pagkatuto Blg. 2		Gawain sa Pagkatuto Blg. 2	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 3		Gawain sa Pagkatuto Blg. 3		Gawain sa Pagkatuto Blg. 3		Gawain sa Pagkatuto Blg. 3	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 4		Gawain sa Pagkatuto Blg. 4		Gawain sa Pagkatuto Blg. 4		Gawain sa Pagkatuto Blg. 4	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 5		Gawain sa Pagkatuto Blg. 5		Gawain sa Pagkatuto Blg. 5		Gawain sa Pagkatuto Blg. 5	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 6		Gawain sa Pagkatuto Blg. 6		Gawain sa Pagkatuto Blg. 6		Gawain sa Pagkatuto Blg. 6	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 7		Gawain sa Pagkatuto Blg. 7		Gawain sa Pagkatuto Blg. 7		Gawain sa Pagkatuto Blg. 7	
Gawain sa Pagkatuto Blg. 8		Gawain sa Pagkatuto Blg. 8		Gawain sa Pagkatuto Blg. 8		Gawain sa Pagkatuto Blg. 8	

Paalala: Magkaparehong sagot ang ilalagay sa LP o Lebel ng Performans sa mga gawaing nakatakda ng higit sa isang linggo o week. Halimbawa: Ang aralin ay para sa Weeks 1-2, lalagyan ang hanay ng Week 1 at Week 2 ng magkaparehong ★, ✓, ?.



Books

Department of Education. (2020). *K to 12 Most Essential Learning Competencies with Corresponding CG Codes*. Pasig City: Department of Education Curriculum and Instruction Strand.

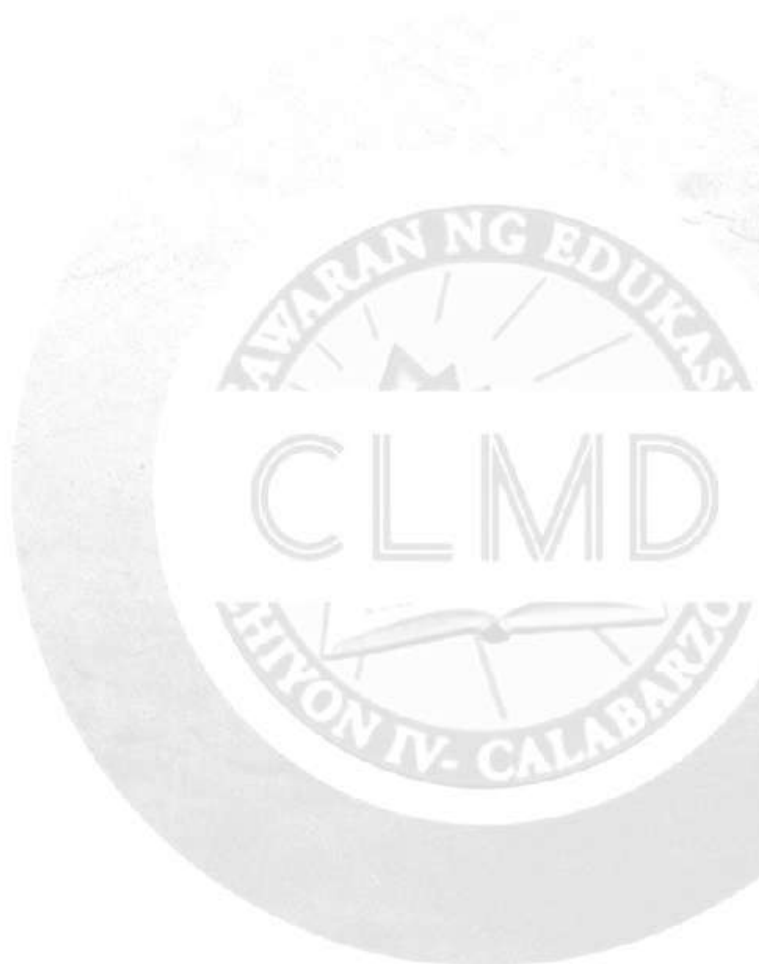
Department of Education. (2014). Health Grade 3 Learner's Material. Pasig City: Department of Education.

Online Sources

Vennage.net Mga Katangian ng Matalinong Mamimili. Retrieved from <https://venngage.net/p/234930/katangian-ng-matalinong-mamimili>

DTI Philipines. Consumer Education. Retrieved from <https://www.dti.gov.ph/konsyumer/consumer-education/>

Soriano Elsha Marie B. 2020 February 19. DTI to public: Assert your consumer rights. Retrieved from <https://pia.gov.ph/news/articles/1018639>



Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:

Department of Education Region 4A CALABARZON

Office Address: Gate 2, Karangalan Village, Cainta, Rizal

Landline: 02-8682-5773, locals 420/421

Email Address: lrmd.calabarzon@deped.gov.ph

