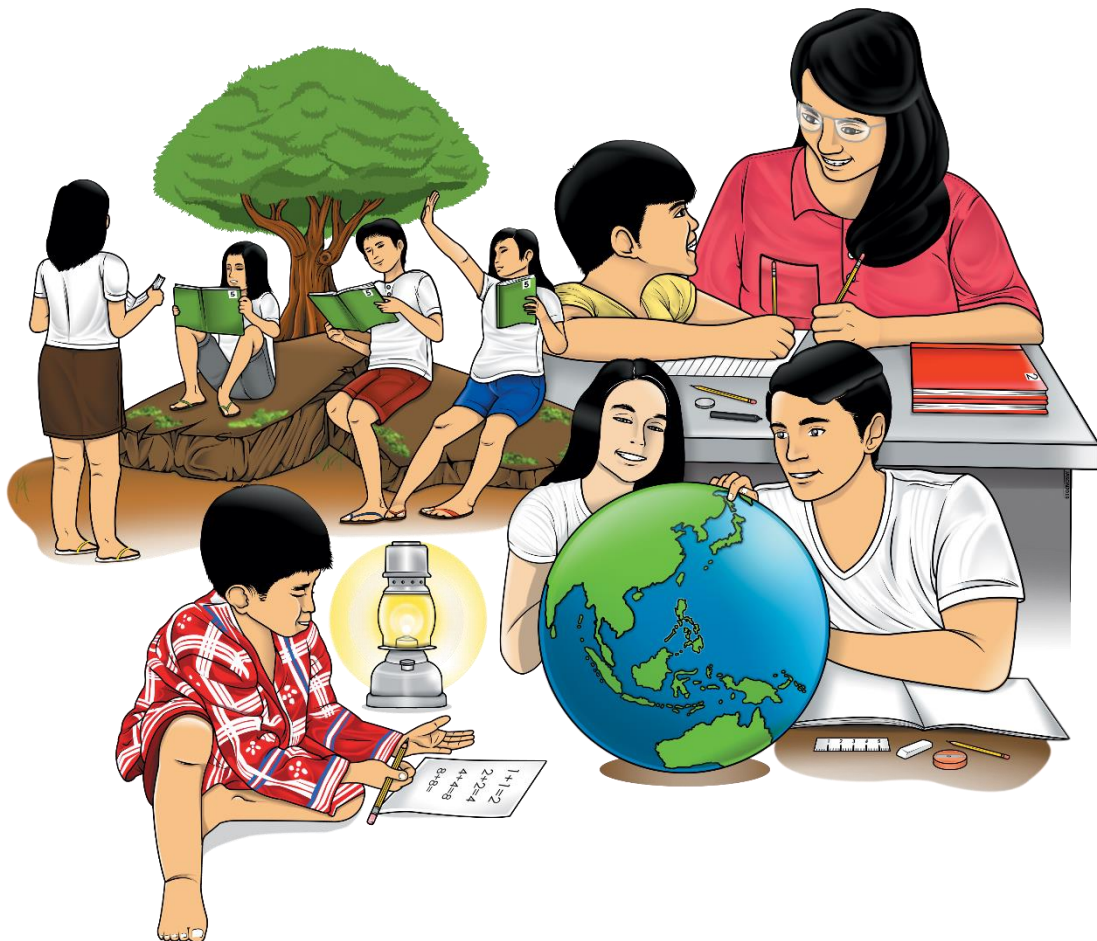


Health

Ikatlong Markahan – Modyul 2: Tubig ay Pahalagahan: Mahirap nang Maubusan



Health – Unang Baitang

Alternative Delivery Mode

Ikatlong Markahan – Modyul 2: Tubig ay Pahalagahan: Mahirap nang Maubusan Unang Edisyon, 2020

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksiyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayonpaman, 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 anomang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

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

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon

Kalihim: Leonor Magtolis Briones

Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

Development Team of the Module

Manunulat: Ethel P. Battuing

Editor: Dennis Agbayani, Preciosa G. Rivera

Tagasuri: Evangeline D. Castillo, Myrna H. Agudo, Oswaldo A. Valiente

Tagaguhit: Donald C. Batin, Kym Clyde H. Moro

Tagalapat: Oswaldo A. Valiente

Management Team: Benjamin D. Paragas, Jessie L. Amin

Octavio V. Cabasag

Rizalino G. Caronan

Roderick B. Guinuay

Eduardo C. Escorpiso Jr.

Georgann G. Carias

Marcial Y. Noguera

Evangeline D. Castillo

Natalia N. Nicolas

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – Region II

Office Address: Regional Government Center, Carig Sur, Tuguegarao City, 3500

Telefax: (078) 304-3855; (078) 396-9728

E-mail Address: region2@deped.gov.ph

Health

Ikatlong Markahan – Modyul 2:

Tubig ay Pahalagahan:

Mahirap nang Maubusan!



Alamin

Napakahalaga sa buhay ng tao ang tubig. Hindi tayo nabubuhay kung walang tubig. Ginagamit natin itong inumin, pampaligo, panghugas, panlaba, panglinis ng mga kagamitan at marami pang iba. Dapat natin itong gamitin ng maayos at ang mga anyong tubig natin ay dapat pangalagaan, huwag abusuhin at higit sa lahat alam natin kung paano mag-ipon ng tubig upang yung mga sumusunod na henerasyon ay may magamit pa.

Pagkatapos mapag-aralan ang modyul na ito ng mga mag-aaral, inaasahang:

1. Natutukoy ang mga dapat gawin sa pagtitipid/pagpapahalaga sa tubig.
2. Tubig ay Pahalagahan: Mahirap nang Maubusan!
(H1FH-IIIde-4)



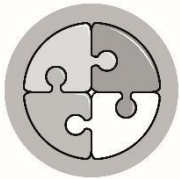
Subukin

Panuto: Isulat ang **Tama** kung tama ang ginagawa at **Mali** kung mali ang ginagawa.

- _____ 1. Araw-araw ay naliligo si Jaymark bago pumasok sa paaralan. Siya ay laging gumagamit ng balde sa paliligo.
- _____ 2. Inuhaw ang mga bata sa paglalaro ng basketbol. Uminom sila at hinayaang bukas ang gripo pagkatapos uminom.
- _____ 3. Si Mang Pedro ay gumagamit ng hose kapag naglilinis ng sasakyan o motorsiklo.
- _____ 4. Sa pagsisipilyo, si Yvanna ay guumagamit ng baso upang hindi masayang ang tubig.
- _____ 5. Ginamit na panlilinis sa banyo ang huling pinagbanlawan ng nilabhan.

Aralin 2

Tubig ay Pahalagahan: Mahirap nang Maubusan!



Balikan

Natutunan mo sa mga nakaraang aralin ang mga Paraan ng Pagpapanatili ng Malinis na Hangin upang makaiwas ka sa anumang uri ng sakit.



Tuklasin

Panuto: Basahin at unawain ang tinutukoy ng tula.

Ang Tubig

Ang tubig ay sadyang napakahalaga
Gamit sa pagligo, paglaba, pagdilig at iba pa;
Buhay ay nakasalalay sa tubig na inumin
Kaya dapat pangalagaan at tipirin natin.

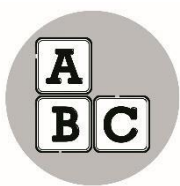


Suriin

Malalaman sa araling ito kung paano tayo makitipid at kung paano pahalagahan ang tubig.

Mga dapat gawain upang makatipid ng tubig:

- Hugasan ang mga prutas at gulay gamit ang mangkok at hindi ang patuloy na pag-papaagos ng tubig sa gripo.
- limbak ang tubig na hindi nagamit.
- Isara ang gripo o **shower** kapag hindi ginagamit.
- Gumamit ng planggana sa paghuhugas ng mga kagamitan sa kusina, mga plato at paglalaba ng mga damit.
- Gumamit ng timba at tabo habang naliligo o nagdidilig ng halaman.
- Gumamit ng mga pinaggamitang tubig sa paglilinis ng palikuran at pagdidilig ng halaman.
- Kumpunihin agad ang mga gripo, inidoro at **shower** kung may sira.
- Gumamit ng basang basahan sa paglilinis ng maruming sahig, sasakyan at iba pang kagamitan.



Pagyamanin

A-Panuto: Basahin ang pangungusap. Lagyan ng tsek (✓) kung ito ay nagpapakita ng pagtitipid ng tubig at ekis (X) kung hindi. Isulat ang sagot sa patlang.

- _____ 1. Panatilihing bukas ang gripo kahit hindi ginagamit.
- _____ 2. Laging gumamit ng hose kapag naglilinis ng sasakyan.
- _____ 3. Gumamit ng palanggana kapag naghuhugas ng pinggan. Iwanang nakasara ang gripo habang sinasabon ang mga pinggan.
- _____ 4. Gamitin ang tubig na pinagbanlawan ng damit sa paglilinis ng banyo.
- _____ 5. Iwanang nakabukas ang gripo habang naghihilamos.

B- Panuto: Tingnan ang mga larawan. Lagyan ng tsek (✓) ang titik ng larawan na nagpapakita ng pagtitipid ng tubig.

A



D



B



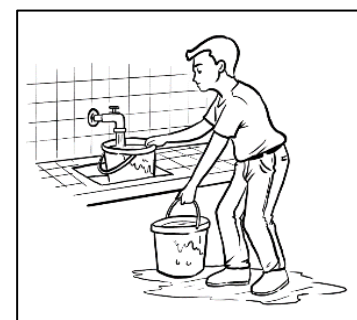
E



C



F





Isaisip

Panuto: Basahin at isulat sa patlang ang angkop na salita na nasa loob ng kahon upang mabuo ang pangungusap.

hose	gripo	palanggana	tubig	magtipid
------	-------	------------	-------	----------

Ang _____ ay napakahalaga sa buhay ng tao kaya dapat natin pahalagahan. Gumamit ng _____ kapag naghuhugas ng mga pinggan. Huwag hayaang nakabukas ang _____ pagkatapos gumamit. Iwasan din ang paggamit ng _____ kapag nagdidilig. Dapat marunong kang _____ ng tubig upang may gamitin pa ang susunod na henerasyon



Isagawa

Panuto: Basahin at bilugan ang titik ng tamang sagot.

1. Nakita mo si Aling Tekla na nagtatapon ng basura sa ilog. Ano ang gagawin mo?
 - A. Gayahin siya sa pagtatapon ng mga basura.
 - B. Sabihan na masama ang kanyang ginagawa.
 - C. Ipagsabi sa mga kapitbahay na magtapon din ng basura sa ilog.

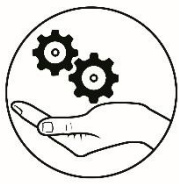
2. Bakit mahalaga ang tubig?
 - A. Dahil hindi tayo mabubuhay kung walang tubig.
 - B. Hindi natin kailangan ang tubig araw-araw.
 - C. Masama sa katawan ang tubig.
3. Lahat maliban sa isa ay nagpapakita na ang tubig ay mahalaga. Alin ito?
 - A. Gumagamit ng tubig sa paglalaba.
 - B. Umiinom tayo ng walong baso ng tubig bawat araw.
 - C. Hindi kailangan ng mga halaman ang tubig.
4. Saan natin pwedeng gamitin ang pinagbanlawang tubig sa paglalaba?
 - A. panlinis ng banyo
 - B. ipainom sa mga alagang hayop
 - C. pampaligo
5. Alin dito ang tamang gawin upang makatipid ng tubig?
 - A. Gumamit ng hose kapag nagdidilig ng mga halaman.
 - B. Hayaang tumulo ang nasirang gripo.
 - C. Gamitin na panghugas ng sasakyan ang pinagbanlawan ng mga damit



Tayahin

Panuto: Iguhit ang bituin (☆) kung tama ang ginagawang pagtitipid ng tubig at buwan (○)kung hindi.

- _____ 1. Naliligo gamit ang timba at tabo.
- _____ 2. Naghuhugas ng mga plato gamit ang palanggana.
- _____ 3. Nakabukas ang gripo habang nagsisipilyo ng ngipin.
- _____ 4. Naglalaba ng mga damit gamit ang planggana at ginamit ang pinagbanlawan sa paglilinis ng sahig.
- _____ 5. Nagpapaligo ng alagang hayop gamit ang hose.



Karagdagang Gawain

Panuto: Gumuhit ng masayang mukha (☺) loob ng kahon kung ang ipinapakita ay tamang paraan ng pagtitipid ng tubig at malungkot na mukha (☹) kung ipinapakita ay di-tamang paraan ng pagtitipid ng tubig.

A. ☐



B. ☐



C. ☐



D. ☐



E. ☐



F. ☐





Susi sa Pagwawasto

Isaisip 1. tubig 2. palanggana 3. gripo 4. hose 5. magtipid	Pagymanin Gawain 2 A B C F	Pagymanin Gawain 1 1. X 2. X 3. / 4. / 5. X	Subukin 1. Tama 2. Mali 3. Mali 4. Tama 5. tama
---	--	--	---

Karagdagan A. B. C. D. E. F.	Tayahin 1. ☆ 2. ☆ 3. ○ 4. ☆ 5. ○	Isagawa 1. B 2. A 3. C 4. A 5. C
---	--	--

Sanggunian

K to 12 Health Curriculum Guide, May 2016

Health I Grade 1

LRMDS Portal for Images

Science and Health 1, Teacher's Manual Santiago, Ma. Lourdes.
1997. Pp. 99

Science and Health 1 Santiago, Ma. Lourdes, 1997. Pp. 165 – 166

Science for Everyone 1, Teacher's Manual de Lara, Ruth, 1997 No.
6 pp. 131

Exploring Science 3, Alsim- Madriga, Lucita 2000, pp 179- 182.

Growing with Science and Health 3 Teacher's Manual, Marilyn, et
al SEMP/TEEP 1999, pp. 171- 173

Science Around Us 3, Garcia Ligaya, et al. 1997 pp. 173-175

Science and Health 3, teachers Manual Jacinto Emilio et al 1997,
pp 166

For inquiries or feedback, please write or call:

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex

Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: blr.lrqad@deped.gov.ph * blr.lrpd@deped.gov.ph