

# Edukasyon sa Pagpapakatao

Unang Kwartar – Modyul 5

**Makapakita ug Pagsunod sa mga Tulumanon nga Gitakda sa Sulod sa Panimalay, Pagmata ug Pagkaon sa Saktong Oras ug Paghuman sa mga Buluhaton sa Balay**

Chona D. Ratificar



SMILE

SUPPORT MATERIAL FOR INDEPENDENT LEARNING ENGAGEMENT (SMILE)

A Joint Project of the  
SCHOOLS DIVISION OF DIPOLOG CITY  
and the  
DIPOLOG CITY GOVERNMENT

**Edukasyon sa Pagpapakatao – Ikaduhang Grado**  
**Support Material for Independent Learning Engagement (SMILE)**  
**Unang Kwartar – Modyul 5: Makapakita ug Pagsunod sa mga Tulumanon nga Gitakda sa Sulod sa Panimalay, Pagmata ug Pagkaon sa saktong Oras ug Paghuman sa mga Buluhaton sa Balay**  
**Unang Edisyon, 2020**

Gilatid sa Bata kang Balaod Akta Republika 8293, Seksyon 176 nga dinhi mahimong sundogon o kopyahon ang bisan unsang ginama sa Gobyerno sa Pilipinas. Hinoon, kon nay pagtugot sa hingtungdang ahensiya o opisina diin gigama ang maong materyales og kini adunay abot o kita. Apil sa mahimong buhaton sa nasangpit nga ahensiya ang pagkolekta ug kabayranan.

Ang mga tagsulat ( estorya, seleksyon, balak, awit, hulagway, ngalan sa produkto o brand name, tatak, trademark, pasundayag sa telebisyon, pelikula ug uban pa) nga gigamit niini nga modyul, nagpakita og katungod sa pagpanag-iya .

Gipaningkamutan nga masubay ang mga tagsulat para makuha ang ilang pagtugot sa paggamit sa maong mga materyales nga gigamit niining modyul.

<b>Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul</b>	
<b>Manunulat:</b>	Chona D. Ratificar
<b>Editor:</b>	Myla R. Yu-ag R.N.
<b>Magsusubli:</b>	Chona D. Ratificar
<b>Tigdibuho:</b>	Jay H. Betito
<b>Tighan-ay:</b>	Rose Marie Crez H. Apilan
<b>Tigdumala:</b>	Virgilio P. Batan Jr. -Schools Division Superintendent Jay S. Montealto -Asst. Schools Division Superintendent Amelinda D. Montero -Chief Education Supervisor, CID Nur N. Hussien -Chief Education Supervisor, SGOD Ronillo S. Yarag -Education Program Supervisor, LRMS Leo Martinno O. Alejo -Project Development Officer II, LRMS

**Gipatik sa Pilipinas sa**

**Department of Education – Region IX – Dipolog City Schools Division**

Adres sa Opisina: Purok Farmers, Olingan, Dipolog City

Telefax: (065) 212-6986

E-mail Address: dipolog.city@deped.gov.ph



## **Kat-uni Kini**

Ang paggamit niining module mahibaw an ang mga sunod:

**Makapakita ug pagsunod sa mga tulumanun nga gitakda sa sulod sa panimalay, pagmata ug pagkaon sa saktong oras ug paghuman sa mga buluhaton sa balay.**

**(MELC)**

Kini ang mga dapat mahibaw an sa sulod niining module:

- a. Nakabuhat sa pagsunud sa mga patakaran nga gitakda sa sulod sa panimalay.
- b. Nakapakita sa saktong oras pagkaon ug pagmata sa matag adlaw.
- c. Nakasulti kung giunsa paghuman ang mga buluhaton sa panimalay.



## Sulayi

Basahon ug maayo ang mga pahayag ug pilion saktong letra isulat sa papel o notebook.

1. Gisugo ka sa imong inahan pagmata sa buntag maligo, mokaon ug manghugas sa mga gigamit sa gikan an. Unsa imong buhaton?
  - a. sundon ang sugo ni mama
  - b. magdula daritso pagmata
  - c. suguon ang igsoon
  - d. taguan sa cabinet ang mga gamit
  
2. Unsa imong buhaton pagmata sa buntag?
  - a. maligo, mokaon ug manghipus sa gikan an
  - b. magdula sa cellphone
  - c. moadto sa internetan
  - d. makigdula sa silingan
  
3. Gipukaw ka sa imong mama tungod kay oras na sa pamahaw unya katulgun pakaka, unsa imong buhaton?
  - a. padayon sa pagtulog
  - b. mobangon aron makisabay sa pagkaon sa lamesa
  - c. masuko tungod kay katulgon pa
  - d. motago aron dili makit an ni mama

4. Nakakita ka nga daghang buluhaton sa panimalay  
unsa imong buhaton?

- a. tan awon sila nga mag trabaho
- b. padayon sa pagdula
- c. motabang sa pagbuhat aron kini dali mahuman
- d. motago sa kwarto aron dili maka tabang

5. Nagbilin ug trabahuon imong mama, kay nilakaw pa  
ug nangumpira sa merkado, unsa imo angay na  
buhaton?

- a. baliwalaon ang mga buluhaton
- b. suguon ang kinamanghuran nga igsoon
- c. magpadayon sa pagdula sa computer
- d. tumanun ang gi bilin nga mga sugo sa mama

## Lesson 1

**Makapakita ug pagsunod sa mga tulumunan nga gitakda sa sulod sa panimalay, pagmata ug pagkaon sa saktong oras ug paghuman sa mga buluhaton sa balay.**

Karon anaa na kamo sa ikaduhang ang ang sa inyong grado. Madugangan na usab ang inyong kahibalo aron mapadayon ang paglambo sa inyong mahibaw an ug apil na usab diri ang inyong maayong pamatasan aron makab ot ang mga pangandoy sa kinabuhi . Gibuhat namo ang paghimo sa module sa Edukasyon sa Pagpapakatao” para talamdan sa nagkalain laing mga buhaton nga naghagit sa inyong talento sa usag- usa, aron makab ot ang mga maayong gawi ug mahimong responsabling tawo sa atong katilingban.



### **Balikan Nato**

Sa nakalabalabayng mga leksyon nahibal an ang mga pamaagi sa pagpadayon sa paglimpyo sa kaugalingon kung unsaon nga mapadayon ang pagkahimsog sa panglawas ug pag amping sa kaugalingon labi na karon nakahiagum kita sa pandemic nga tinatawag na **COVID 19** sa tibook kalibutan nga maoy hagit natong tanan.

Gikinahanglan nato ang hingpit nga pag-amping kanatong tanan sa tanang oras aron mahilayo kita sa mga sakit mao ang tanan ghangyo sa pagsunod sa mga regulasyon sa pangkomonidad o sa panimalay.

## **Buluhaton A**

### **Mangutana ka!**

Makig estorya sa mga ginikanan o mga igsoon ug magpangutana kung unsa angay buhaton sa sulod sa panimalay aron mahimong hapsay ang tibook panimalay ug magkasinabtanay ang usag usa.

Isulat sa papel ang mga nakalap na mga tubag.

Mga gabay na mga pangutana:

1. Kinsa ang angay nga mohimo sa mga buluhaton sa panimalay?

Tubag: \_\_\_\_\_

2. Kung naay mga buluhaton sa solod sa panimalay unsa ang angay himoon aron ang panimalay hapsay, ug magkasinabtanay kanunay?

Tubag: \_\_\_\_\_

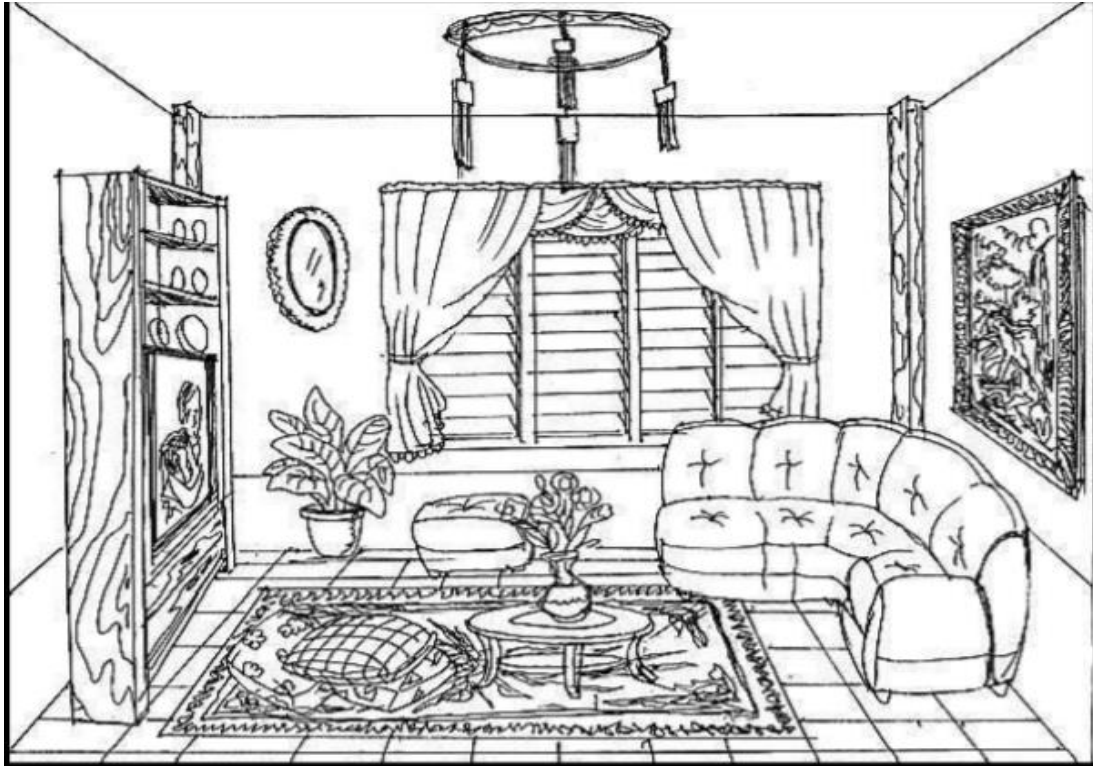
3. Aduna kabay nahibaw an nga pamilya nga nagpakita ug paghimo sa mga buluhaton aron kini hapsay, malinawon?

Tubag: \_\_\_\_\_



## Diskobreha

Makita ninyo sa module na ito ang ibat-ibang mga simbolo sa mga buhaton nga nagalangkob sa mga unod na buhaton



- ♥ Gusto ba ninyo mga hapsay ug limpyo ang inyong panimalay?
- ♥ Ngano man?
- ♥ Unsa ang angay himoon aron limpyo ang inyong panimalay
- ♥ Unsa ang inyong ikaestorya sa Nakita nga hulagway?





Tan awa ang mga hulagway. Unsa ang ilang gihimo?

Basaha ang estorya sa manag igsoon.

### **Ang Manag Igsoon nga Malipayon**

Sa Brgy. Tamlangon, malipayon silang tulo nagpuyo nga mga buotan sila si Carlo, Paulo ug Mayet, magtinabangay sila sa pagtrabaho sa mga buluhaton sa panimalay uh gibuhat nila ang pagmata matag buntag ug pagkaon sa insaktong oras. Tumanun nila ang mga sugo sa ilang mga ginikanan aron kini dali mahuman, sa dili pa sila makigdula sa mga silingan.

## Sulaye kini

Pagdibuho og 😊 kon imong ginabuhat ang gipakita sa hulagway, ☹️ kon wala kini nabuhat sa balay.



## Unang Buluhaton

Basaha ug ayo ang mga sitwasyon.  
Isulat ang Oo o Dili sa bakanteng kahon.

1. Magsigig hulat nga suguon sa mga buluhaton?	
--	--

2. Buhaton ang mga angay buhaton sa panimalay?	
3. Ipakita ang nawong nagmog ot nga gisugo ni mama?	
4. Kinasingkasing nga buhaton ang mga sugo?	
5. Mobangon sa insaktong oras aron mokaon?	

### **Pagpalambo**

Unsa ang angay buhaton aron mapakita ang pagsunod sa mga buhaton sa sulod sa panimalay?

### **Ikaduhang Buluhaton**

Isulat ang Sakto o Dili sa mga sitwasyon.

- \_\_\_\_\_ 1. Hulato ang sugo sa mga ginikanan.
- \_\_\_\_\_ 2. Likayan ang mga pagtabang sa mga buluhaton sa panimalay.
- \_\_\_\_\_ 3. Guhaton ang mga angay lihukon bisan wala galantaw si mama
- \_\_\_\_\_ 4. Matulog sa insaktong oras.
- \_\_\_\_\_ 5. Dili mo tabang sa mga igsoon sa pagbuhat sa panimalay

## **Hunahunaa**

Ang pagkanunay sa pagtabang sa paglimpyo ug paghapnay sa mga gamt sa panimalay maoy giya sa kalinaw sa panimalay.

## **Buhata**

Isulti kon unsa ang angay buhaton sa mga sulod aron kini kanunay nga limpyo.

1. Sa kusina o lutuanan
2. Sa kwarto o higdaanan
3. Sa sala o dawatanan ug bisita
4. Sa kasilyas o kaliguan
5. Sa palibot o garden

## Ebalwasyon

Isulat ang **sakto** o **dili** ang mga sunod na mga sitwasyon.

	1. Maglimpyo lang kung nay bisita sa balay.
	2. Dili iuli ang mga dulaan sa butanganan.
	3. Kinasing kasing mga tumabang sa mga buhaton bisan dili sugoon.
	4. Kinahanglan kanunay limpyo ang panimalay.
	5. Hipuson ang mga gamit pagmata sa buntag.
	6. Ibutang ang mga sapatos sa butanganan bisan hugaw kini..
	7. Pasagdaan ang mga igsoon nga mag trabaho sa panimalay.
	8. Dili mokaon sa insaktong oras.
	9. Mogamit sa toothbrush sa mga igsoon.
	10. Ang paglimpyo o paghipos sa mga gamit nagpakita sa kahapsay sa panimalay ug sa kaugalingon.

## Dugang nga Buhaton

Isulat ang **Sakto** o **Dili** sa sunod na sitwasyon. Mga pamatasan sa atubangan sa kan anan.

- \_\_\_\_\_ 1. Mag sabasaba sa atubangan sa kan anan.
- \_\_\_\_\_ 2. Magpapasalamat sa Ginoo sa dili pa mokaon.
- \_\_\_\_\_ 3. Usikusikan ang mga pagkaon.
- \_\_\_\_\_ 4. Ayuhon ang pagkuha sa mga pagkaon.
- \_\_\_\_\_ 5. Magpili ug mga pagkaon.

# ***Mga tubag sa mga pangutana o buhaton***

**Kat uni kin**

- 6. a
- 7. a
- 8. b
- 9. 4c
- 10. d

## **Sulaye**

Posibling tubag

- 1. magbuhat ang tibook pamilya
- 2. sundon ang mga buhaton aron dali mahuman
- 3. optional

## **balikan nato**



## **Diskobreha**

- 1. dili
- 2. sakto
- 3. dili
- 4. sakto
- 5. sakto

## **Buhaton**

- 1. sakto
- 2. sakto
- 3. sakto
- 4. sakto
- 5. dili

## **Ebalwasyon**

- 1. Mali
- 2. Mali
- 3. Tama
- 4. Tama
- 6. mali
- 7. mali
- 8. mali
- 9. mali

## **Dugang nga buhaton**

- 1. dili
- 2. sakto
- 3. dili
- 4. sakto
- 5. dili

## ***Sanggunian***

Edukasyon sa Pagpapakatao

Kagamitan ng Mag-aaral Sinugbuanong Binisaya Yunit 1