PIVOT 4A

LEARNER'S MATERIAL

EPP (Home Economics) G4

MELC -based SLM

DepEd CALABARZON
Curriculum and Learning Management Division

PAG-AARI NG PAMAHALAAN
Hindi Ipinagbibili

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 pagkakakitahan. 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

PIVOT 4A Learner's Material
Ikalawang Edisyon, 2022

EPP
(Home Economics)
Ikaapat na Baitang

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

Melisa O. Sillos, Maria Eda C. Lapidez & Andrea C. Villaraza
Content Creators & Writers

Virgilio O. Guevarra & Erlito B. Orlinga
Internal Reviewers & Editors

Fe M. Ong-ongowan, Cristela M. Arcos & Jeewel L. Cabriga
Layout Artists & Illustrator

John Albert A. Rico & Melanie Mae N. Moreno
Graphic Artist & Cover Designer

Inilathala ng: Kagawaran ng Edukasyon Rehiyon 4A CALABARZON
Patnugot: **Francis Cesar B. Bringas**

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 **EPP (Home Economics)**. Ang mga bahaging nakapaloob dito ay sinegurong 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. 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.

WEEKS 1-3

Pangangalaga sa Kasuotan

I Aralin

Bilang isang bata at mag-aaral na lumalaki, mahalagang matutuhan mo kung paano mapapangalagaan ang iyong mga kasuotan para maging maayos at malinis sa lahat ng pagkakataon. Maipapakita sa araling ito ang pagiging responsable sa iyong sarili lalo na sa iyong kasuotan.

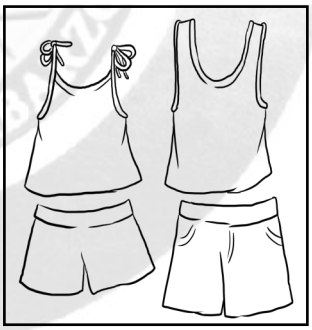
Sa araling ito, ikaw ay inaasahang: (a) mapangalagaan ang sariling kasuotan; (b) maisa-isa ang mga paraan ng pagpapanatiling malinis ng kasuotan; (c) masabi ang mga gamit ng mga kagamitan sa pananahi sa kamay; at (d) maisaayos ang payak na sira ng kasuotan sa pamamagitan ng pananahi sa kamay (hal. pagkakabit ng butones).

May iba't ibang kasuotang ginagamit sa iba't ibang gawain na dapat mong tandaan at isagawa . Mahalagang mapangalagaan mo ang iyong mga kasuotan upang ito ay magamit sa mahabang panahon. Narito ang mga paraan kung paano mo mapapangalagaan ang iyong mga kasuotan;

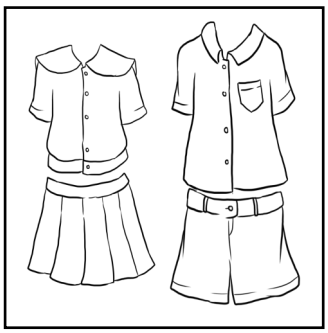
1. **Alamin ang iba't ibang uri ng kasuotan.** Kailangang gumamit ng angkop na kasuotan sa tamang pagkakataon upang magamit ito sa mas matagal na panahon. Mayroong mga kasuotang pambahay, pantulog, panlaro, uniporme, pansimba, panlakad at pangnatatanging okasyon o pang-espesyal na okasyon.

Mga iba't ibang uri ng kasuotan

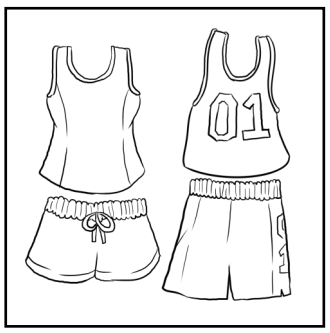
Pantulog



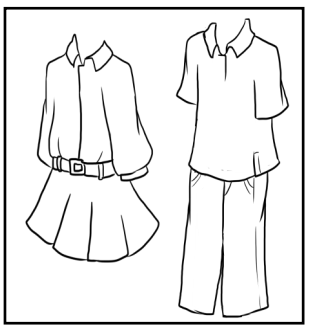
Pambahay



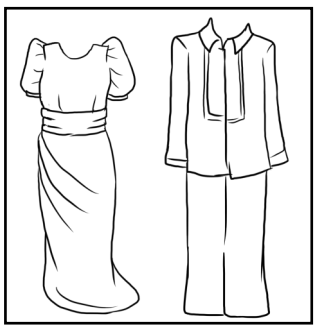
Pampasok



Panlaro



Panlakad



Pantanging Okasyon

2. Maingat na pag-upo. Tingnan ang lugar na uupuan. Mas mabuti kung ito ay pupunasan mo muna bago upuan para matiyak na ito ay malinis. Sa mga babae ingatan ang mga paldang may *pleats* at huwag hayaang magusot ito sa iyong pag-upo.

3. Paglalaba. Kapag namantsahan ang suot na damit, agad itong labhan habang sariwa pa upang madali itong matanggal. Mas mabuti kung ikaw ay may kaalaman sa tamang paraan ng paglalaba upang higit mong maingatan ang iyong kasuotan. Gumagamit din tayo ng *bleach* sa mga de-kulay na kasuotan at *chlorox* naman sa mga puting damit kung ang mantsa na kumapit dito ay mahirap tanggalin at hindi kaya ng sabon lamang.

4. Paglalagay ng mga damit sa tamang lalagyan. Mahalagang mailagay mo ang iyong mga damit sa tamang lalagyan at pagbukud-bukurin ayon sa uri nito upang madali mong makuha sa oras na iyong kailanganin.

5. Isampay ang damit na hinubad. Hayaang mahanginan muna ang damit na hinubad bago ilagay sa marumihan upang hindi bumaho o maluom ang amoy.

6. Ihanger ang damit. Ang mga malinis na damit panlakad kailangang ihanger upang hindi magusot.

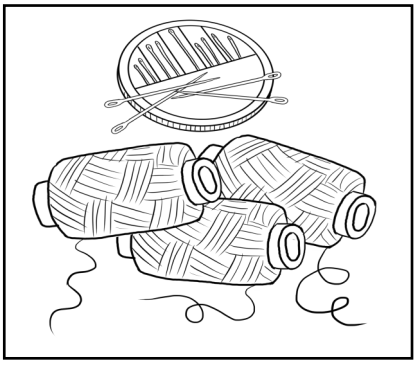
7. Tiklupin nang maayos ang damit. Ang mga damit-pambahay ay tiklupin ng maayos at ilagay sa tamang lagayan ayon sa kulay at gamit.

8. Tiklupin nang pabaliktad ang mga damit na di palaging ginagamit. Ilagay ito sa malinis na *plastic bag o storage box* upang hindi ito maalikabukan o marumihan.

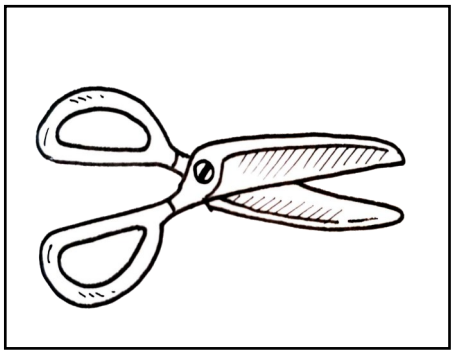
9. Tahiin o sulsihan ang sira ng damit. Tahiin agad ang mga sira ng damit kagaya ng butas, punit, at tastas bago labhan para di na ito lumaki.

Sa pananahi o pagsusulsi, kailangan mo ang mga kagamitang pananahi sa kamay.Upang maayos ang damit mong napunit,dapat mong alamin ang mga gagamitin.Mahalagang malaman mo kung ano ang gamit ng bawat isa. Halina't iyong tuklasin ang iba't ibang kagamitan sa pananahi;

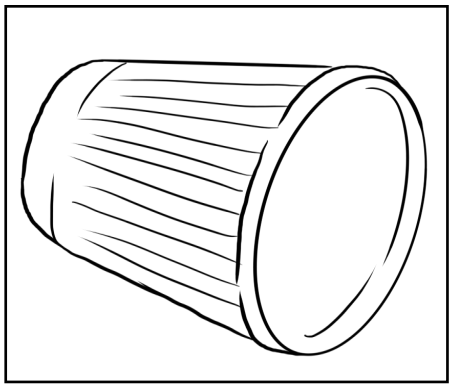
A. karayom at sinulid– ito ang pangunahing kagamitan ng pananahi sa kamay. Dapat magkasingkulay ang sinulid at ang damit na tatahiin at kailangan din na ang karayom ay laging matulis at walang kalawang.



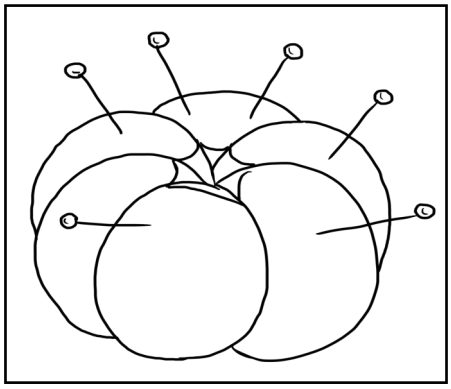
B. medida– ito ay ginagamit sa pagsusukat ng mga bahagi ng katawan ng tao at ng telang tatahiin.



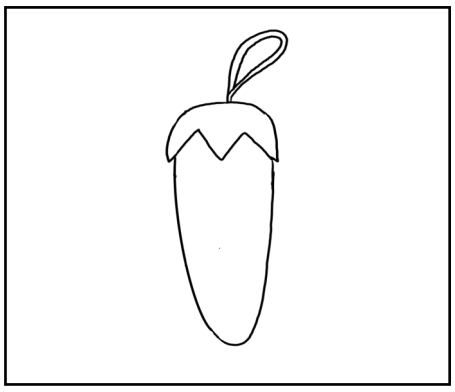
C. gunting– ang gunting na gagamiting panggupit sa telang tatahiin ay kailangan laging matalas at walang kalawang.



D. didal—ito ang kagamitan na isinusuot sa gitnang daliri ng kamay. Ito ay nagsisilbing pantulak sa karayom kung ang telang tinatahi ay matigas.



E. pin cushion– ito ay tusukan ng mga karayom at aspili upang hindi mawala.



F. emery bag– ang laman nito ay pinong buhangin at basag na plato. Ito ang nagsisilbing hasaan ng karayom at aspili.

D

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Bago mo ipagpatuloy ang iyong pagtuklas sa ating aralin, sagutin mo ang mga sumusunod na tanong upang masukat ang iyong kaalaman sa araling ito. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Ano-ano ang uri ng kasuotan ang mayroon ka?

   _____

2. Sa mga kasuotan na iyong naitala, ano ang kadalasang nagiging sira nito base sa iyong karanasan?

   _____

3. Bakit mahalagang malaman mo ang wastong pangangalaga sa iyong kasuotan?

   _____

4. Paano mo ito mapapangalagaan?

   _____

Pagsasaayos ng mga payak na sira ng kasuotan

Hindi magandang tingnan kung ang iyong damit ay kulang ng butones. Ang butones ay isang uri ng pansara sa bukasan ng kasuotan. Iba-iba ang hugis at kulay nito. Ito ay ginagamit na pansara kaya ito a may katapat na butas o uhales.

May butones na *flat* na may butas ito ang tinatawag na two-*hole button.* Sa ibabaw ng tela ito tinatahi at nakikita ang sinulid. Mayroong ding *shank button.* Ito ay butones na tinatahi sa ilalim ng kabaligtaran ng damit. Kailangan ding ibagay ang kulay ng sinulid na gagamitin sa kulay ng damit na kukumpunihin.

Maghugas ng kamay bago humawak ng tatahiin. Iwasan ang paglalagay ng karayom at aspili sa bibig upang maiwasan ang anumang sakuna. Gamitin ang *pin cushion* bilang tusukan ng karayom at aspile. Ang haba ng sinulid sa karayom ay mas mainam kung hanggang siko lamang dahil kapag sobrang haba ng sinulid ito ay madaling magbuhol.

Mga hakbang na dapat sundin sa pagkakabit ng nawawalang butones

1. Lagyan ng marka ang lugar na pagkakabitan ng butones. Doblehin ang sinulid at lagyan ng buhol sa dulo. Ang sukat ng sinulid ay mula sa dulo ng daliri ng kamay hanggang siko.

2. Itusok ang karayom sa kabaligtaran ng damit. Ilabas ito sa butas ng butones. Itusok muli ng paibaba katapat ng butas.

3. Ulit-ulitin ang pagtatahi sa mga butas ng butones. Ang huling tahi ay sa karayagan o sa kabaligtaran ng damit at ibuhol ng dalawang ulit.

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Magsaayos ng payak na sira ng kasuotan tulad ng tanggal na butones. Gawin ito sa iyong kasuotan na kulang ang butones. Sundan ang tamang paraan ng pananahi nito. Maaaring humingi ng tulong o gabay sa magulang o nakakatandang kasama sa bahay. Ipasa ang natahing butones at sagutan ang tseklis na nasa ibaba para sa pagkakabit ng butones. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

Tseklis para sa pagkakabit ng tanggal na butones

Katangian	OO	HINDI
Angkop ba ang butones sa damit na kinumpuni?		
Nasa ilalim ba ng butones ang buhol ng sinulid?		
Katamtaman ba ang sikip o luwag ng tahi sa butones?		
Nasunod ba ang tamang hakbang sa pananahi ng tanggal na butones?		
Malinis ba ang pagkakatahi sa tanggal na butones.		

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Sa iyong sariling karanasan, magtala ng iba pang paraan kung paano mo higit na mapangangalagaan at mapapanatiling malinis ang iyong kasuotan. Isulat sa papel ang iyong sagot.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Basahin at unawain ang isinasaad sa bawat sitwasyon. Isulat ang salitang **TAMA** kung sang-ayon ka sa ipinapahayag sa bawat bilang at **MALI** kung hindi. Isulat ang iyong sagot sa sagutang papel.

1. Nadumihan ang damit ni Carlo kaya ito ay hinubad niya agad at inilagay niya sa marumihan upang malabhan sa susunod na linggo.

2. Araw ng linggo, naghahanda na si Ella para magsimba. Isinuot niya ang kanyang paboritong sando at *short* .

3. Maingat na umupo si Lisa upang hindi magusot ang kanyang paldang may *pleats.*

4. Paalis ng bahay ang iyong kuya ng mapansin mong kulang ang butones ng kanyang suot na puting polo. Kumuha ka ng butones, karayom at itim na sinulid upang tahiin ito.

5. Matindi ang mantsa na kumapit sa iyong kulay pulang damit kaya nilagyan mo ito ng *chlorox* upang matanggal.

Gawain sa pagkatuto Bilang 5: Tumulong at magmasid sa paraan ng paglalaba na ginagawa sa inyong tahanan. Sa iyong sagutang papel isalaysay ang iyong naging karanasan at damdamin sa iyong paglalaba. Gawing gabay ang rubriks sa ibaba.

PUNTOS	Antas	Katangian ng Isinulat na Salaysay
5	Napakahusay	Nakapagsalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa naging karanasan sa paglalaba ng buong husay.
4	Mas mahusay	Mas mahusay ang pagsasalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa naging karanasan sa paglalaba.
3	Mahusay	Mahusay na nakapagsalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa naging karanasan sa paglalaba.
2	Katamtaman	Nakapagsalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa paglalaba ngunit hindi gaanong malinaw ang kanyang nais na iparating.
1	Nangangailangan ng gabay	Nangangailangan ng gabay dahil ang isinulat na salaysay ay paulit ulit at hindi malinaw ang nais iparating.

A

Panatilihing malinis at maayos ang iyong sariling kasuotan upang maging kaaya–aya sa mga tao. Ingatan mo ang iyong kasuotan na di madumihan o masira. Kumpunihin agad kung ito ay may sira bago labhan. Kaya mahalaga rin na nakilala mo ang iba't ibang kagamitan sa pananahi upang magamit sa pagkukumpuni ng sirang kasuotan. Upang matagal mong magamit ang iyong mga kasuotan kailangan mo itong gamitin sa tamang pagkatataon at ingatan.

Magsulat ka sa iyong sagutang papel ng iyong nararamdaman o realisasyon tungkol sa araling napag-aralan, gamit ang sumusunod na prompt

Nauunawaan ko na _____.
Nabatid ko na _____.
Kailangan ko pang matuto nang higit pa tungkol sa _____.

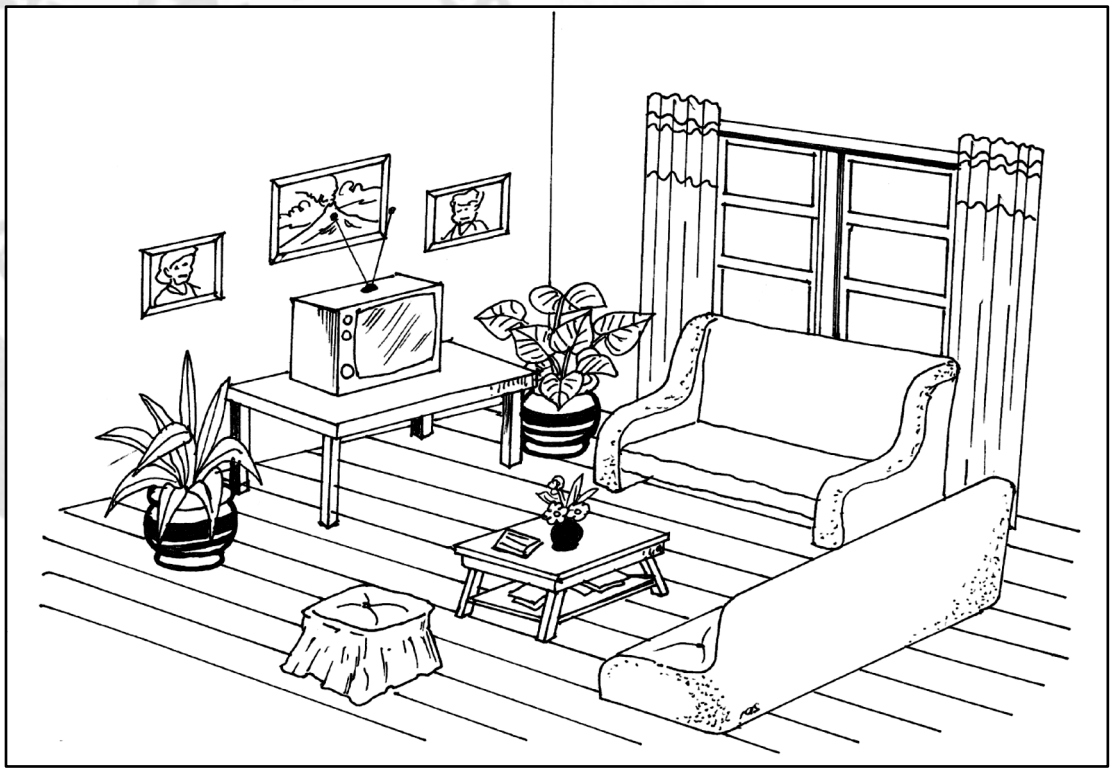
WEEKS 4-5

Paglilinis ng Bahay at Bakuran

Aralin

I

Sa araling ito ay matututunan mo ang wastong pamamaraan sa paglilinis ng tahanan at bakuran. Ang paglilinis ng tahanan ay napakahalaga upang makatiyak na ligtas ang bawat kasapi ng pamilya lalo na sa panahon ngayon na mayroong COVID-19. Marami ang nababahala dahil sa pandemyang ito, kaya kailangan nating panatilihing malinis ang ating tahanan. Ang malinis na tahanan ay sinasalamin ng masayang pamilya lalo na kung ang bawat kasapi ng iyong pamilya ay may kani-kaniyang gawain sa tahanan. Sa pamamagitan ng pagsasagawa sa paglilinis ng inyong tahanan ay naipapakita mo ang iyong pagiging responsable at mabait na anak.



Mula sa araling ito ay matututuhan mo ang iba't ibang paraan ng paglilinis ng tahanan at bakuran. Masasabi natin na malinis ang tahanan kung maayos ang pagkakalagay ng mga kagamitan sa loob ng tahanan, makintab at walang alikabok ang sahig pati na rin ang mga kagamitan, maaliwalas ang pakiramdam at mabango kapag ikaw ay nasa iyong tahanan.

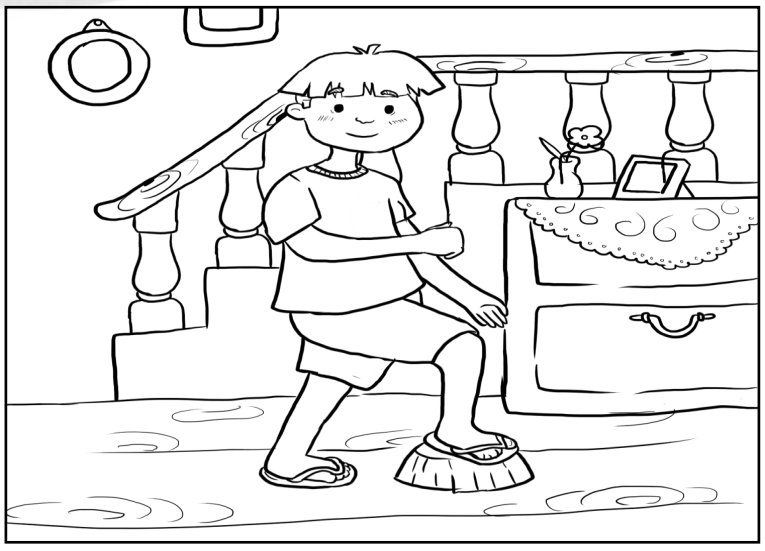
Mga Wastong Pamamaraan ng Paglilinis ng Bahay

1. **Pagwawalis.** Gumagamit tayo ng walis-tambo sa pagwawalis ng sahig. Dahan-dahan ang pagwawalis upang hindi lumipad ang alikabok. Simulan sa mga sulok at tabi ng mga silid patungong gitna ang pagwawalis. Gumamit ng pandakot at dakutin agad ang naipong dumi.

2. **Pag-aalis ng alikabok.** Ang mga kasangkapan ay madaling maalikabukan. Kailangang punasan ang mga ito araw-araw. Ang lumang damit o lumang kamiseta ay mainam gamitin kung malambot at hindi nag-iiwan ng himulmol. Sa pag-aalis ng alikabok, simulan sa mataas na bahagi ng mga kasangkapan hanggang pababa. Ang mga dekorasyon at palamuti ay kailangang punasan.

3. **Paglalampaso ng sahig.** Ang paglalampaso ng sahig na gamit ang *mop* ay ginagawa pagkatapos walisan ang sahig. Basain at pigain ang *mophead*. Ilampaso ito sa sahig sa pagitan ng muwebles, sa sulok, at ilalim ng mesa at *cabinet*. Kapag marumi na ang *mophead*, banlawan sa isang timba na katamtaman ang dami ng tubig o itapat ito sa gripo at yugyugin hanggang sa maalis ang dumi. Pigain at gamiting muli.

4. **Pagbubunot.** Binubunot ang sahig upang kumintab. Punasan muna ang sahig bago lagyan ng *floorwax*. Gawing manipis at pantay-pantay ang paglalagay. Patuyuin muna ito bago bunutin. Punasan ng tuyong basahan upang lalong kumintab.



Bahagi rin ng tahanan ang bakuran. Ang malinis na bakuran ay kaaya-ayang tingnan at nakadaragdag sa kagandahan ng pamayanan. Bilang mag-aaral sa ikaaapat na baitang, malaki ang magagawa mo upang makatulong sa paglilinis ng inyong bakuran. Naririto ang mga mungkahing gawain upang makatulong ka sa paglilinis sa bakuran:

1. Maglaan ng oras para sa paglilinis ng bakuran bago gumawa o magsimula ng gawaing pampaaralan . Maaari ding gawin isang beses lang sa isang araw ang paglilinis. Maaaring gawin sa umaga o sa hapon depende kung anong oras maluwag ang iyong iskedyul.
2. Hingin ang bahagi ng bakuran na nakatakda mong linisin araw-araw.
3. Linisin ang bahagi ng bakuran na nakatakdang gawin mo araw-araw.
4. Magsabi sa kasapi ng mag-anak kung hindi kayang linisin ang bahaging nakatakda sa iyo upang hindi mapabayaang marumi ito.

Naririto ang ilang paraan ng paglilinis sa bakuran

1. Ugaliin ang pagwawalis sa loob at labas ng bakuran. Tapat mo, linis mo.

2. Diligan ang mga halaman araw-araw. Paminsan-minsan, lagyan ito ng patabang organiko at bungkalin ang lupa sa paligid ng halaman.

3. Gupitan din ang mga halaman kung kailangan upang gumanda ang hugis at haba ng mga sanga at maging malusog ang halaman.

4. Kung magtatapon ng basura, paghiwalayin ang nabubulok at hindi nabubulok. Ang mga tuyong dahon ay mga basurang nabubulok at maaaring gawing pataba. Ang mga hindi nabubulok gaya ng mga bote at plastik ay maaaring ipagbili o gamiting muli (recycle). Kinakailangang takpan ang mga basurahan upang hindi pamugaran ng daga, langaw, ipis, at iba pang mga insekto.

4. Kinakailangang takpan ang mga basurahan upang hindi pamugaran ng daga, langaw, ipis, at iba pang mga insekto.

5. Bunutin ang mga damong ligaw kasama ang mga ugat upang hindi kaagad tumubo ang mga ito. Isama sa *compost* ang mga binunot na damo o ibaon sa lupa upang maging pataba.

6. Siguruhing ang mga kanal o daluyan ng tubig ay dumadaloy nang tuloy-tuloy upang hindi pamahayan ng mga lamok at upang makaiwas sa sakit na dengue.

Upang maiwasan ang sakuna at ibang simpleng karamdaman sa bahay, gawin ang mga sumusunod na panuntunan:

1. Alamin ang mga gawaing gagampanan upang malaman kung alin ang dapat unahin sa mga ito. (*prioritizing things*)
2. Mag-umpisa sa simple o payak na gawain bago dumako sa medyo mahirap at gawin (iapply) ang "*work simplification technique*".
3. Simulang linisin ang bahaging itaas ng bahay bago linisin ang sahig upang maiwasan ang pagkalat muli ng alikabok.
4. Ihanda ang lahat ng kakailanganing kagamitan sa gagawing paglilinis.
5. Gumamit ng maginhawa o angkop na damit panggawa upang malayang makakilos o makagawa.
6. Takpan ang ilong gamit ang malinis na panyo upang hindi malanghap ang alikabok na maaaring pagmulan ng simpleng karamdaman at talian ang buhok upang hindi labis na kapitan ng dumi at alikabok.
7. Pansinin ang tamang tindig at tamang paraan sa pagbubuhat habang naglilinis o gumagawa.
8. Takpan ang mga pagkain sa kusina bago maglinis.
9. Iwasang tumuntong sa silya kung mag-aagiw sa halip gumamit ng walis na may mahabang hawakan.
10. Hindi gaanong pinadudulas ang sahig dahil ito ay maaaring magdulot ng sakuna o pagkadisgrasya.
11. Tiyaking tuyo ang kamay bago tanggalin ang saket o *plug* ng mga kagamitang de-kuryente bago ito gamitin o linisin.

12. Iayos ang mga kasangkapan at iba pang kagamitan sa bawat silid upang lumuwag at maiwasan ang disgrasya. Iligpit ang mga may matutulis na bagay tulad ng kutsilyo sa ligtas na lugar. Ang mga nakalalasong likido tulad ng *disinfectant spray, muriatic acid* at pampatay peste ay itago sa hindi maaabot ng bata.
13. Ihiwalay ang nabubulok sa hindi nabubulok na basura. Maglaan ng magkahiwalay na basurahan para rito.
14. Itapon nang maayos ang mga basura at i-*recycle* ang mga bagay na maaaring magamit pa o maaaring ipagbili.
15. Iwasang magsunog ng basura.

D

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Sa inyong tahanan ano-ano ang mga gawain sa paglilinis na ginagawa araw-araw? Lingguhan? Paminsan-minsan? Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Paglilinis na ginagawa sa araw-araw	**Paglilinis na ginagawa paminsan-minsan**	**Paglilinis na ginagawa nang lingguhan**

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Lagyan ng tsek (/) kung ang isinasaad ng pangungusap ay wastong paraan ng paglilinis ng bakuran at ekis (X) naman kung hindi. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

1. Ugaliin ang paglilinis sa loob at labas ng bakuran.
2. Tiyakin na ang mga basurahan ay may takip upang hindi pamahayan ng mga daga, langaw ,ipis ,at iba pang mga insekto.
3. Bunutin ang damong ligaw, siguraduhin lamang na kasama ang ugat nito upang hindi na tumubo ulit.
4. Diligan ang mga halaman araw-araw kung kinakailangan
5. Itapon ang basura nang magkakasama ang nabubulok at di nabubulok.
6. Sunugin ang mga nawalis na tuyong dahon sa inyong bakuran.
7. Piliin ang mga basura na maaring ipagbili o gamiting muli.
8. Isama sa *compost pit* ang mga nawalis na tuyong dahon sa bakuran.
9. Ang malinis na bakuran ay nagpapaganda sa ating pamayanan.
10. Gupitan ang mga halaman kung kinakailangan upang gumanda ang hugis at haba ng mga sanga at maging malusog ang ito.

E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Isagawa ang pagtulong sa paglilinis ng inyong tahanan at bakuran. Lagyan ng tsek (/) ang tseklis kung nasunod ang tamang pamamaraan sa paglilinis nito.

Mga Gawain/Pamamaraan	OO	HINDI
1. Gumamit ng walis tambo sa pagwawalis ng sahig sa loob ng bahay.		
2. Nagsimula sa pagpupunas ng mga kagamitan at kasangkapan sa mataas na bahagi hanggang pababa.		
3. Ginawa ang paglalampaso pagkatapos walisan ang sahig.		
4. Sinimulan ang pagwawalis sa mga sulok at tabi ng mga silid.		
5. Dinampot agad ang mga naipong dumi gamit ang pandakot		
6. Ginamit ang walis tingting sa pagwawalis ng mga tuyong dahon sa loob at labas ng bakuran.		
7. Ginamit ang pandakot sa pagdampot ng basura at inilagay sa basurahan.		
8. Nasunod ang wastong paraan ng pagbubunot ng damo.		
9. Pinaghiwalay ang mga basurang nabubulok at hindi nabubulok.		
10. Diniligan ang mga halaman.		

A

Isalaysay ang iyong ginawang paglilinis ng bahay at bakuran. Isulat kung ano-anong gawain ang iyong naisagawa at ilahad ang iyong damdamin matapos mong makita ang isang malinis na tahanan at bakuran. Isulat sa iyong sagutang papel at gawing gabay ang rubriks na nasa ibaba.

PUNTOS	ANTAS	Katangian ng Isinulat na Salaysay
5	Napakahusay	Nakapagsalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa ginawang paglilinis ng bahay at bakuran ng buong husay.
4	Mas mahusay	Mas mahusay ng pagsasalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa ginawang paglilinis ng bahay at bakuran.
3	Mahusay	Mahusay na nakapagsalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa ginawang paglilinis ng bahay at bakuran.
2	Katamtaman	Nakapagsalaysay ng naging karanasan at damdamin tungkol sa naging karanasan sa paglilinis ng bahay at bakuran ngunit hindi gaanong malinaw ang kanyang nais na iparating.
1	Nangangailangan ng gabay.	Nangangailangan ng gabay dahil ang isinulat na salaysay ay paulit ulit at hindi malinaw ang nais iparating.

WEEKS 6-8

Paghahanda ng masustansyang pagkain at pagliligpit at paghuhugas ng pinagkainan

Aralin

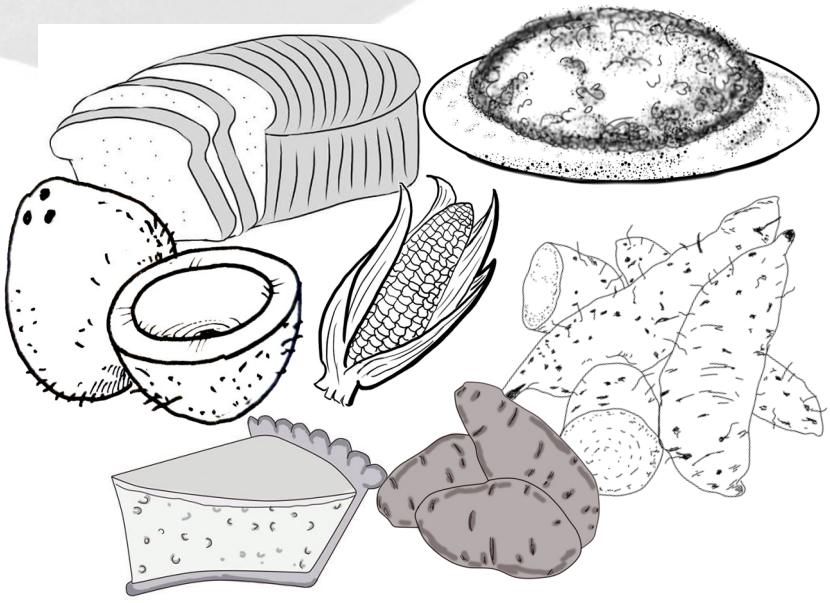
I

Ang paghahanda ng mga masususustansyang pagkain ay mahalagang matutunan ng isang batang kagaya mo. Ang pagkain ng mga masustansyang pagkain ay isang paraan upang makamit mo ang isang malusog na pangangatawan. Ito ay makakatulong sayo upang maging ma-lakas at masigla. Mula din sa masustansiyang pagkain, sakit ay maaaring maiwasan.

Tatlong Pangkat ng Pagkain

Pangkat I – Mga pagkaing nagbibigay ng enerhiya, lakas, at sigla o *Go Foods*

Ang mga pagkaing ito ang pinagkukunan ng mga sustansiyang *carbohydrates*, taba, at langis. Nagbibigay ang mga ito ng enerhiyang nagpapalakas at nagpapasigla ng katawan. Kapag kumakain ka ng mga ito, ikaw ay magiging masigla at malakas. Ikaw ay makapaglalaro, makapag-aaral, at makagagawa ng iba't ibang gawain.



Pangkat II – Mga pagkaing tumutulong sa paglaki ng katawan o *Grow Foods*

Mayaman sa protina ang mga pagkaing ito. Ang protina ay responsable sa pagpapalaki ng mga kalamnan at ng buong katawan. Ito ay nagpapalakas din ng mga buto at nakatutulong sa pagpapalakas ng katawan, kung ang isang tao ay galing sa pagkakasakit. Sa sumusunod na pagkain makukuha ang sustansiyang protina: karne ng baboy, baka at manok, isda, itlog, at gatas. Pinagkukunan din ng protina ang mga pagkaing galing sa butil, tulad ng monggo, mani, kadyos, sitaw, bataw, at sitsaro. Mayaman din sa protina ang mga lamang dagat tulad ng alimango, alimasag, hipon, dilis, halaan, tulya, tahong, talaba, at talangka. Kasama din sa pangkat na ito ang hamon, *bacon, tocino,* at longganisa.

Pangkat III – Mga pagkaing pananggalang sa sakit at impeksiyon o *Glow Foods*

Ang mga pagkaing ito ay pinagkukunan ng bitamina at *mineral.* Ang mga bitamina A, B-1, 6, 12, C at mga *mineral* tulad ng *iron, calcium*, yodo *(iodine), phosphorus, at potassium* ang mga sustansiyang nagsisilbing pananggalang sa sakit at impeksiyon. Ang mga prutas at gulay na mayaman sa bitamina at *mineral* ay nagsasaayos ng mga bahagi ng katawan.

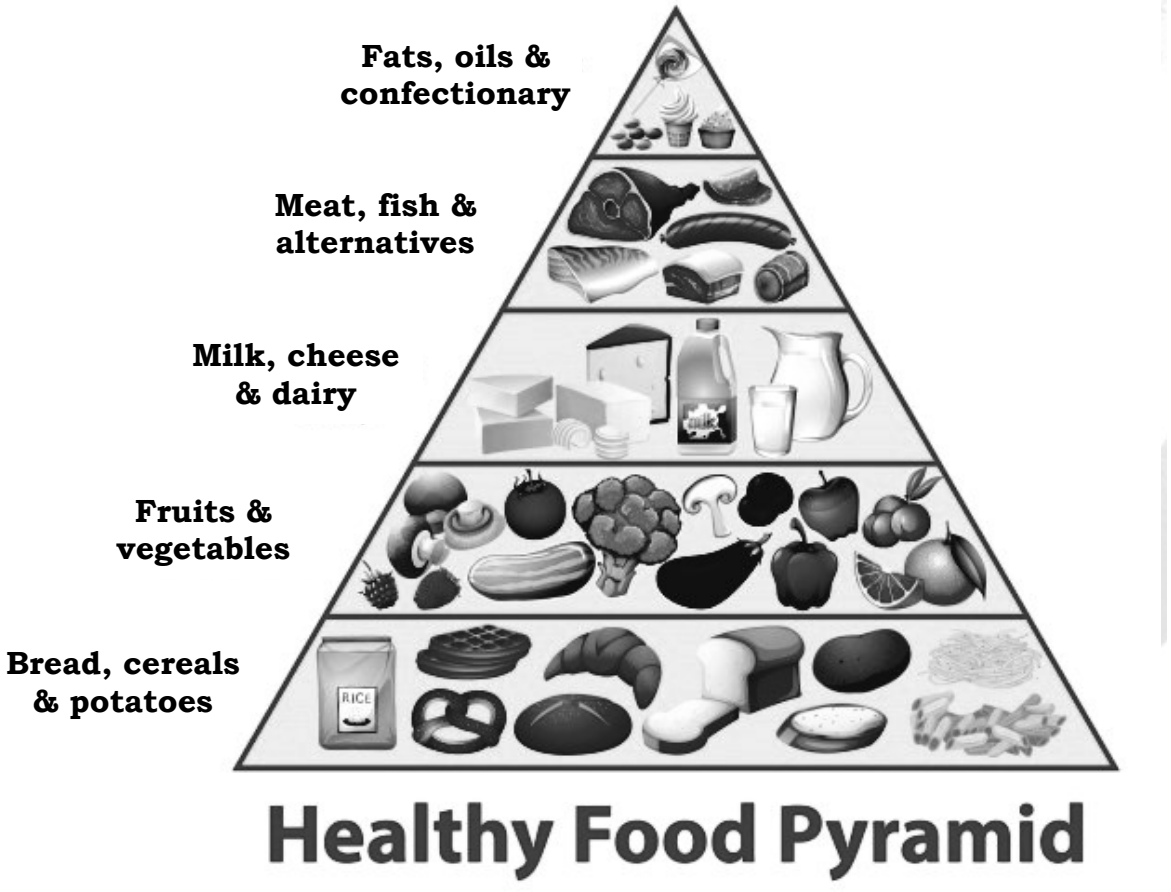
Makukuha ang bitamina at *mineral* sa mga sumusunod na pagkain

1. Madahong gulay, madilaw, at maberde tulad ng petsay, malunggay, talbos ng kamote, talbos ng sayote at kalabasa. Ang saluyot, ispinats, alugbati, *celery*, kintsay, *carrot*, at kangkong ay mayaman sa bitamina A, *calcium, at iron.* Ang mga sustansiyang nakatutulong sa pangangalaga at pagpapalusog ng mga mata, ngipin, at buto. Kapag sapat ang taglay na *iron,* ang katawan ay malakas at maganda. Ito rin ay nakatutulong sa pamumuo ng dugo kapag nasugatan at madaling nakapagpapagaling ng sugat.

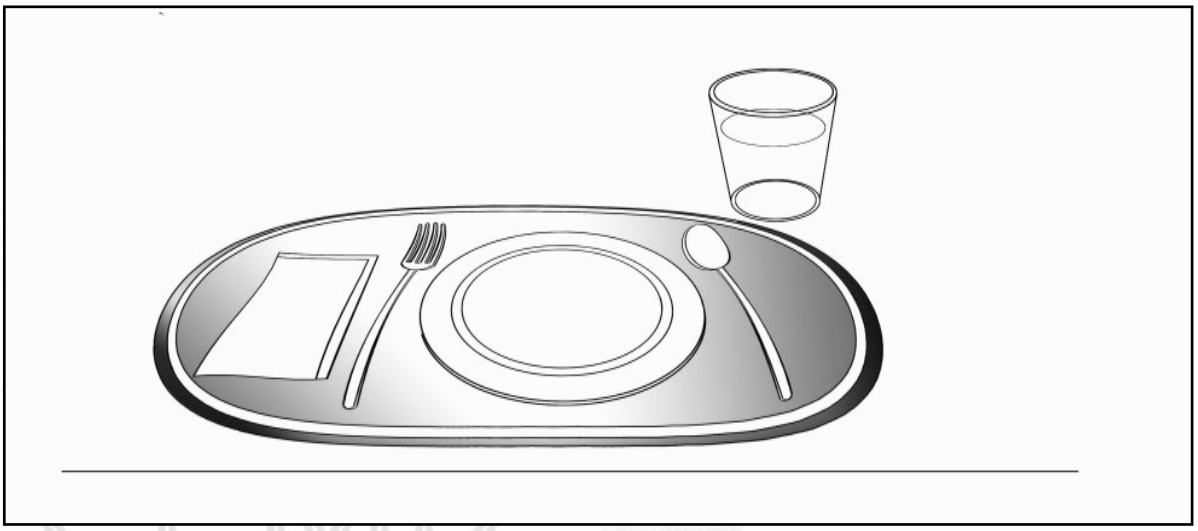
2. Ang mga maaasim at makakatas na gulay at prutas tulad ng dalanghita, suha, bayabas, kamyas, mangga, pipino, at kamatis ay mayaman sa Bitamina C. Ito ay nagpapalakas ng katawan laban sa impeksiyon at sipon. Nakabubuti rin ito sa ngipin at gilagid.

3. Ang mga prutas tulad ng tsiko, santol, duhat, pakwan, kaimito, langka, saging at mga gulay na tulad ng okra, sitaw, talong, at sigarilyas ay tumutulong sa pagtunaw ng kinakain at sa pagbabawas ng dumi mula sa ating katawan. Nililinis nito ang mga bituka at tiyan upang maging laging maayos at mahusay ang mga ito.

Ang tatlong pangkat ng pagkain ay dapat gamiting patnubay sa pagpaplano ng ihahandang pagkain ng mag-anak sa araw-araw. Ang agahan, tanghalian at hapunan ay dapat nagtataglay ng pagkain sa bawat pangkat. Ang larawan ng *food pyramid guide* na makikita sa ibaba ay magsisilbing gabay kung gaano karami ang pagkain na manggagaling sa bawat pangkat. Ito ang patnubay tungo sa isang *Balanced Diet* na nagtataglay ng tamang uri at sukat ng pagkain.



Ang masayang mag-anak ay makikitang sama-samang kumakain sa hapag kainan. Ang wastong pag-aayos, paghahanda at paggamit ng mga kubyertos sa hapag kainan ay dapat matutunan at maisagawa ng isang batang tulad mo. Ito ay makatutulong upang maging kaaya-aya ang paghahain ng pagkain at maging ganado ang bawat miyembro ng pamilya.



Mga Wastong Hakbang sa Pag-aayos ng Hapag-kainan

1. Punasan ang mesa at maglagay ng mantel o *placemat* sa lugar ng bawat taong kakain. Ito ay tinatawag na *one cover.*
2. Ilagay ang nakatihayang plato sa gitna ng *cover* na may pagitang isang pulgada mula sa gilid ng mesa.
3. Ilagay sa kaliwang bahagi ng plato ang serbilyeta (table napkin) at tinidor na nakatihaya. Sa kanang bahagi naman ang kutsara na nakatihaya rin at sa bandang itaas nito ilagay ang baso na may ¾ na tubig.
4. Ilagay ang nasa *tray* na prutas sa gitna ng hapag-kainan.
5. Gawin ito sa iba pang *cover.* Bigyan ng sapat na pagitan upang makakilos nang maluwag at maayos ang mga kakain.

Mga Kagandahang-asal sa Hapag-kainan

1. Magdasal bago at pagkatapos kumain.
2. Maglaan ng upuan sa bawat isa. Unang paupuin ang babae bago ang lalaki.
3. Umupo nang tuwid na nakalapat ang paa sa sahig. Iwasang ipatong ang mga siko sa ibabaw ng mesa.
4. Gamitin nang maayos ang kutsara at tinidor. Tinidor ang gamitin bilang pamalit sa kutsilyo kung may puputuling pagkain.
5. Kung may sopas o sabaw gamitin ang gilid ng kutsara nang paiwas sa'yo at higupin ang sabaw nang walang ingay.
6. Magsubo ng katamtamang dami ng pagkain gamit ang gilid ng kutsara at hindi ang dulo nito.
7. Ipakisuyo ang pagkaing malayo sa iyo sa kasamahang malapit dito kung gusto mong kumuha nito.
8. Maging magalang at ibigay ang atensyon sa iba pang kasamang kumakain. Magalang na tanggihan ang mga pagkain na hindi gusto.
9. Iwasang hipan ang pagkain kung ito ay mainit pa sa halip ito ay hayaang kusang maalis ang init.
10. Huwag magsasalita kung puno o may pagkain ang bibig.
11. Magkuwento ng masayang bagay. Iwasan ang paksang ukol sa patay, sakit o kalamidad sapagkat ito ay nakawawala ng gana sa pagkain.
12. Iwanang ubos ang pagkain sa plato at ilagay ng pahalang ang kutsara at tinidor sa pinggan.

Pagkatapos mong natutunan ang paghahanda ng masustansyang pagkain at ang wastong paggamit ng kubyertos kailangan alam mo din ang pagliligpit ng mesa at paghuhugas ng pinagkainan. Mahalaga sa isang pamilya ang may pagtutulungan upang madaling matapos ang gawain sa bahay at magkaroon ng magandang samahan.

A. Paglilinis ng mesa

1. Alisin ang mga tira-tirang pagkain sa plato.

2. Pagsama-samahin ang mga magkakaparehong pinggan at ilagay sa *tray*.

3. Dalhin ang mga ito sa kusina upang hugasan.

4. Itago ang mga pagkaing hindi naubos at linisin ang mesa.

B. Paghuhugas ng pinagkainan at mga kagamitan sa pagluluto

1. Simulan ang paghuhugas ng pinagkainan sa mas malinis na kasangkapan. Ilagay ang mga huhugasang pinagkainan sa dakong kanan ng lababo ayon sa pagkasunod-sunod:

   a. baso o *glassware*
   b. kubyertos o *silverware*
   c. plato o *chinaware*
   d. sandok at siyansi
   e. kaldero, kaserola, kawali, at iba pa

2. Sabunin ang mga ito gamit ang maliit na palanggana na may sabon o *dishwashing liquid* at espongha o *sponge*. Tiyaking malinis ang mga ito bago gamitin. Sundin ang pagkasunod-sunod sa pagsasabon.

3. Banlawang mabuti. Kuskusin ang mga binabanlawan upang maalis ang dumikit na sabon o panghugas at maalis ang amoy. Kapag ang ulam ay masebo o mamantika gaya ng adobo, gumamit ng mainit na tubig sa pagbabanlaw ng mga pinggan at kubyertos.

4. Ilagay sa *dish rack o* tauban ng plato at pabayaang tumulo ang tubig.

5. Patuyuin ang mga ito gamit ang malinis na pamunas.

6. Ang mga baso ay hindi pinupunasan upang hindi lumabo.

7. Iligpit o ilagay ang mga ito sa dapat kalagyan, pagkatapos hugasan at patuyuin ang lahat ng pinagkainan at pinaglutuan.

8. Tiyakin na ang mga lalagyan ay malinis at walang amoy, bago iligpit ang mga kasangkapang ginamit. Sa ganitong paraan walang ipis o daga na pupunta.

9. Ilagay sa bandang unahan o sa lugar na madaling makuha

D

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1: Magbigay ng limang halimbawa ng mga pagkaing kabilang sa Go, Grow and Glow foods. Gawin ito sa iyong sagutang papel.

Go Foods	Grow Foods	Glow Foods

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2: Makipagtulungan sa kasapi ng pamilya sa paghahanda ng isang masustansiyang pagkain para sa inyong pananghalian. Gamitin ang *scoring rubrics* para sa inyong isinagawang pagluluto. Ang kasapi ng pamilya ang siyang magbibigay ng score sa iyong ginawang paghahanda at pagluluto ng masustansiyang pagkain.

A. Rubriks para sa Paghahanda ng Masustansiyang Pagkain

Kategorya	**3**	**2**	**1**
Kumpletong sangkap at kagamitan	Lahat ng mga sangkap at kagamitan ay	Isa sa mga sangkap at kagamitan ang	Dalawa hanggang tatlong sangkap at kagamitan ang
Nakasunod sa tuntuning pangkaligtasan at pang kalusugan	Lahat ng tuntuning pangkaligtasan at pangkalusugan ay nasunod	Isa sa tuntuning pangkaligtasan at pangkalusugan ay hindi nasunod	Dalawa hanggang tatlo sa mga tuntuning pangkaligtasan at pangkalusugan ang hindi nasunod
Nakasunod sa tamang paraan ng pagluluto	Lahat ng paraan ay nagawa nang tama at maayos	Isa sa mga paraan ay hindi nagawa nang tama at maayos	Dalawa hanggang tatlo sa mga paraan ay hindi nagawa nang tama at maayos

B. Rubrics para sa inilutong pagkain

Kategorya	**3**	**2**	**1**
Lasa	Masarap	Di-gaanong masarap	Hindi masarap
Taglay na sustansiya	Taglay ang tatlong pangkat ng pagkain	Isa sa mga pangkat ng pagkain ay wala	Dalawa sa mga pangkat ay wala
Kaanyuan	Kaakit-akit tingnan	Di-gaanong kaakit-akit tingnan	Hindi kaakit-akit

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3: Pagsunud-sunurin ang wastong hakbang sa pag-aayos ng hapag kainan. Isulat ang tamang sagot sa sagutang papel.

- Ilagay ang nakatihayang plato sa gitna ng *cover* na may pagitang isang pulgada mula sa gilid ng mesa.
- Punasan ang mesa at maglagay ng mantel o *placemat* sa lugar ng bawat taong kakain.
- Gawin ito sa iba pang *cover.*
- Ilagay ang nasa *tray* na prutas sa hapag-kainan.
- Ilagay sa kaliwang bahagi ng plato ang serbilyeta (table napkin) at tinidor na nakatihaya. Sa kanang bahagi naman ng kutsara na nakatihaya rin at sa bandang itaas nito ilagay ang baso na may 3/4 na tubig.

E

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4: Sagutin ng **Tama** kung ang isinasaad sa bawat bilang ay wastong paraan ng pagliligpit ng mesa at paghuhugas ng mga pinagkainan at **Mali** naman kung hindi wasto kung hindi wasto. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Sa paglilinis ng mesang pinagkainan kailangang alisin muna ang tira-tirang pagkain sa plato.
2. Hayaan sa mesa ang mga natirang pagkain at takpan para sa mga hindi pa kumakain.
3. Sa paghuhugas ng pinagkainan, simulan ang pagsasabon ng mga plato bago ang iba pang ginamit sa pagkain.
4. Sabunin ng tatlong ulit ang mga pinagkainan.
5. Gumamit ng *dishwashing liquid* sa pagsasabon ng mga pinagkainan.
6. Patuyuin ang mga plato at kubyertos gamit ang malinis na pamunas.
7. Tiyakin ang lalagyan ng mga plato ay malinis at walang amoy upang hindi puntahan ng mga ipis o daga.
8. Punasan at patuyuin ang mga baso gamit ang malinis na pamunas.

9. Pagpatung-patungin ang mga plato pagkatapos na maalis ang mg tira-tirang pagkain.
10. Mas mainam na gumamit ng isang palanggana sa pagbabanlaw ng mga pinagkainan upang makatipid sa tubig.

A

Sagutin ang mga sumusunod na tanong. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Ano ang dapat isaalang-alang sa paghahanda ng pagkain?

_____

2. Ano-ano ang wastong paraan ng paggamit ng kubyertos?

_____

3. Ano ang iyong naging damdamin sa pagsasagawa ng paghahanda ng masustansyang pagkain, pagliligpit ng mesa at paghuhugas ng mga Pinagkainan? Ipaliwanag.

_____

4. Bakit kailangang ayusin ang hapag kainan bago magsimulang kumain?

_____

5. Paano mo maisasagawa ang wastong pagliligpit at paghuhugas ng pinagkainan? Ipaliwanag

_____

Susi sa Pagwawasto

WEEKS 1-3

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4

1. Mali
2. Mali
3. Tama
4. Mali
5. Mali

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 6

-Sariling sagot ng mga bata

WEEKS 4-5

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1

-Maaaring magkaiba-iba ang sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2

1. /	6. x
2. /	7. /
3. /	8. /
4. /	9. /
5. X	10. /

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4

-Sariling sagot ng mga bata

WEEKS 6-8

Gawain sa Pagkatuto Bilang 1

-Maaaring magkaiba-iba ang sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 2

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 3

1. tama	6. tama
2. mali	7. tama
3. mali	8. mali
4. mali	9. tama
5. mali	10. tama

Gawain sa Pagkatuto Bilang 4

-Sariling sagot ng mga bata

Gawain sa Pagkatuto Bilang 5

-Sariling sagot ng mga bata

-1

-2

-3

-4

-5

PIVOT Assessment Card for Learners

Personal na Pagtatása 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 deskripsiyon bilang gabay sa iyong pagpili.

☆ -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 ★,✓, ?.

Sanggunian

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 Region 4A CALABARZON. (2020). *PIVOT 4A Budget of Work in all Learning Areas in Key Stages 1-4: Version 2.0.* Cainta, Rizal: Department of Education Region 4A CALABARZON.

Department of Education. (2015). Edukasyon Pantahanan at Pangkabuhayan 4: Kagamitan ng Mag-aaral. Pasig City: Department of Education.

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

https://tinyurl.com/Concerns-on-PIVOT4A-SLMs