JANUARY
Makugihon

FEBRUARY
Mahigugmaon

MARCH
Matinabangon

APRIL
Matinahuron

MAY
Mahapsay og Malimpyo

JUNE
Maabtik og Musunod sa Iksaktong Oras

JULY
Maantigo og Maabilidad

AUGUST
Maginhunahunaon para sa Uban

SEPTEMBER
Madaginoton

OCTOBER
Matinud-anon

NOVEMBER
Masaligan

DECEMBER
Maalampuon

Republic of the Philippines
Department of Education
Regional Office IX, Zamboanga Peninsula

Zest for Progress
Zeal of Partnership

1

HEALTH

Ikatlong Markahan – Modyul 2:
Epekto ng Polusyon sa Hangin sa Loob ng Tahanan

Pangalan ng Mag-aaral: ________________________________

Baitang at Seksyon: ________________________________

Paaralan: ________________________________

Alamin

Ang hangin ay pinakamahalagang yaman na kung saan ang ating mga buhay ay nakasalalay dito. Sa kasamaang palad, ito ay maaari ring magtaglay ng mga bagay na hindi malusog para langhapin natin. Hindi lamang sa labas ng bahay makukuha ang polusyon maging sa loob ng ating tahanan.

Sa modyul na ito, malalaman natin ang epekto ng polusyon sa loob ng bahay at kung paano ito maiiwasan.

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

1. Naipapaliwanag ang epekto sa kalusugan ng artipisyal na hangin sa loob ng tahanan. **(H1FH-IIIfg-5)**
2. Natutukoy ang pinagmulan ng polusyon sa hangin sa loob ng tahanan. **(H1FH-IIIfg-6)**
3. Naisasagawa ang wastong pamamaraan sa pagpapanatili ng malinis na hangin sa loob ng tahanan. **(H1FH-IIIfg-7)**
4. Naipapaliwanag ang epekto ng kalinisang pantahanan sa kalusugan ng mga taong naninirahan. **(H1FH-IIIhi-8)**
5. Naipamamalas kung paano mapapanatili ang malinis na tahanan. **(H1FH-IIIj-10)**

Lesson 2	**Epekto ng Polusyon sa Hangin sa Loob ng Tahanan**

Subukin

Panuto: Isulat sa patlang ang letrang **T** kung tama ang gawain at **M** kung mali.

___1. Naglilinis ng bahay si Nanay araw – araw.

___2. Madalas nagkakalat si Fatima sa loob ng kuwarto.

___3. Mahilig mag-alaga ng halaman si Aling Rosa.

Karamihan ay naniniwala, nakakasagap tayo ng polusyon sa hangin mula sa labas ng bahay na may masamang epekto sa ating kalusugan. Ano-ano ang epekto ng masamang na ito o polusyon sa loob ng tahanan?

Sa araling ito ay maipapaliwanag ang epekto ng polusyon sa hangin at naipapakita ang mga paraan kung paano mapapanatiling malusog ang kapaligirang pantahanan.

Balikan

Bilugan ang larawan na nagpapakita ng malinis na kapaligiran.

1

2

3

Tuklasin

Si Aling Carmen ay malinis sa kanyang tahanan. Naglilinis siya ng maayos at sinisiguradong walang natitirang alikabok na nakasik-sik sa iba't-ibang sulok ng bahay. Mayroon siyang maayos na lugar sa pagluluto na kung saan nakakalabas ang usok. Iniiwasan niya din ang gumamit ng **insecticide** naniniwala si Aling Carmen na kung malinis ang hangin na nalalanghap sa loob ng tahanan ay magiging malusog at masaya ang bawat miyembro ng pamilya .

1. Paano napapanatili ni Aling Rosa na malinis ang hangin sa kanilang tahanan?

   Napapanatiling manilis ni Aling Rosa ang kanilang tahanan sa pamamagitan ng ______________________.

Suriin

Mga Epekto ng Artipisyal o Masamang Hangin sa Loob ng Tahanan

1. sakit sa baga
2. asthma
3. maruming hangin nalalanghap

Mga Epekto ng Kalinisan Pantahan sa Kalusugan ng Tao sa Loob ng Tahanan

1. malayo sa sakit
2. malinis at maaliwalas na paligid

Mga Pinagmulan ng Polusyon sa Hangin sa Loob ng Tahanan

Pagluluto nang walang maayos na **ventilation**

Hindi paghubad ng sapatos bago pumasok sa ng bahay

Pagtulog sa kwartong walang maayos na **ventilation**

Pagdadala ng **cellphone** sa loob ng iyong kuwarto.

Paggamit ng **air fresheners** at **sweet scented candles.**

Pagyamanin

Panuto: Lagyan ng **tsek** (√) ang larawan kung ito ay nagpapakita ng tamang pag-uugali sa loob ng tahanan at **ekis** (X) kung hindi.

______1.

_____2.

_____3.

Isaisip

Panuto: Punan ang bawat patlang ng tamang sagot.
Piliin ang sagot sa loob ng kahon.

maglinis ng bahay	**insecticides**
magtanggal ng sapatos	**alcohol**

Panatilihing 1. _______________ lalo na ang mga alikabok sa iba't-ibang sulok ng bahay. Dapat 2. _______________ bago pumasok sa loob ng bahay at iwasang gumamit ng 3. ______________ upang hindi malanghap ang masamang hanging dulot nito.

Isagawa

Panuto: Kulayan ang kahon: **asul** kung nagpapakita ng magandang epekto sa kalusugan ang mga gawaing pantahanan **pula** kung nagpapakita ng masamang epekto.

1. ☐
2. ☐
3. ☐

Tayahin

Panuto: Iguhit ang masayang mukha sa patlang kung tama ang ipinapakitang gawain sa larawan, at malungkot na mukha kung hindi.

___1.

___2.

___3

____4.

____5.

Susi sa Pagwawasto

Subukin
1. T
2. M
3. T

Balikan
* 2 malinis na kapaligiran

Isagawa
1. Asul
2. Pula
3. Asul

Pagyamanin
1. /
2. X
3. X

Isaisip
1.maglinis ng bahay
2.magtanggal ng sapatos
3.insecticides

Tayahin
1.
2.
3.
4.
5.

Sanggunian

MELC, MAPEH 1 (HEALTH) pp.340-341

Health-Grade 1

Alternative Delivery Mode

Quarter 3-Module 2: Epekto ng Polusyon sa Hangin sa Loob ng Tahanan

First Edition, 2020

Republic Act 8293, section 176 states that: No copyright shall consist in any work of the government of the Philippines. However, prior approval of the government agency or office wherein the work is created shall be necessary for exploitation of such work for profit. Such agency or office may, among other things, impose as a condition the payment of royalties.

Borrowed materials (i.e., Songs, stories, poems, pictures, photos, brand names, trademarks, etc.) included in this book are owned by their respective copyright holders. Every effort has been exerted to locate and seek permission to use these material from their respective copyright owners. The publisher and authors do not represent nor claim ownership over them.

Published by the Department of Education
Secretary: Leonor Magtolis Briones
Undersecretary: Diosdado M. San Antonio

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Jonalayne A. Duran
Jonna Jane G. Flores

Editor:
Tagasuri:
Tagaguhit: Sarah G. Tanhaji
Tagalapat: Julmina J. Jumdaini
Tagapamahala: Julieto H. Fernandez, Ed. D., CESO VI
SDS-Isabela City
Maria Laarni T. Villanueva, Ed. D., CESE
ASDS-Isabela City
Henry R. Tura, CID Chief
Elsa A. Usman, EPS, LR Supervisor

Printed in the Philippines by__________________

Department of Education-Region IX

Office Address: ____
____
Telefax: ____
Email Address: ____