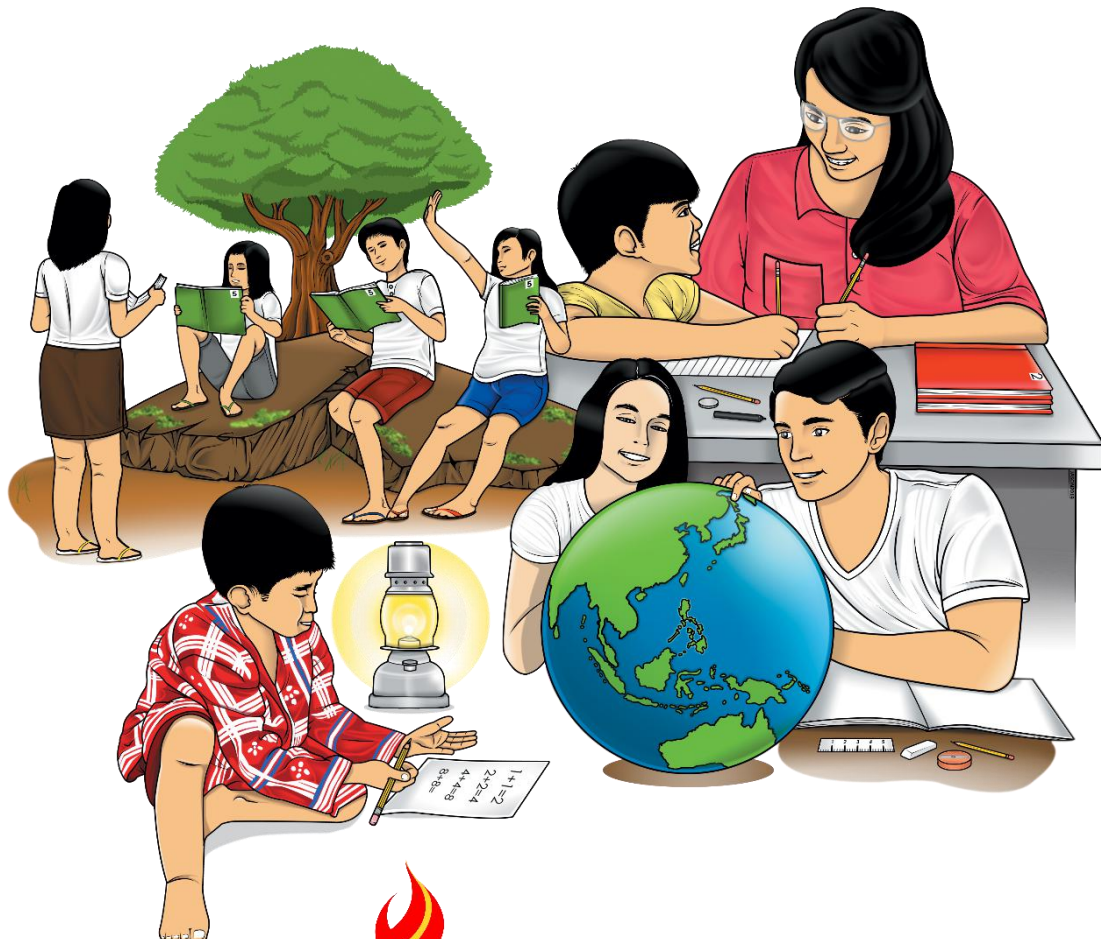


Health

Unang Markahan – Modyul 1:

Mga Katungod han Bata ha

Tama nga Nutrisyon





Aradman

Dinhi hine nga modyul mahibabaruan han mga eskwela an mga an mga pagsaysay han mga katungod han bata ha pagpili ngadto han tama nga nutrisyon (*Right of the child to nutrition Article 24 of the UN Rights of the Child*) .(H2N-Ia-5)



Inadman

Butangi han tsek (✓) kun an ang ladawan hin nagpapakita han sitwasyon matungod han tama nga pagkaon ngan (X) kon dire. Buhata ine niyo ha notbuk.

1.



2.



3.



4.



5.



6.



Aralin

1

Mga Katungod Han Bata ha Tama nga Nutrisyon

An kamaupay han Lawas in makukuha naton ha mga pagkaon. Bagkos, ha kadam-an nga mga Pilipino an mga gin aandam nga mga pagkaon ha lamesa diri igo nga tama nga Nutrisyon dara han kakulangan han pag-aradman parti han tama nga pagkaon pan nutrisyon. . Kinahanglan maintindihan han mga Eskwela an ka importante ngan tama nga Nutrisyon nga makakabulig pagpakaupay han Panlawas han kada usa.

“Ang bawat bata sa ating mundo ay may pangalan, may karapatan....” Usa ine nga linya nga ginkanta han Apo Hiking Society nag papamatuod han katungod han usa nga bata nga Pilipino. Buot ipasabot han kanta ha ngatanan nga kabataan mapa ha tiyan pa ni Nanay may Katungod na an kada usa ngan ine usa hiya nga balaod dire la ha Pilipinas kundi balaod tikang han nagkakaurusa nga Bansa (United Nations). An hin o man sumupak hine nga sinisiring nga Balaod may Kaprisuhan. Usa nga Katungod han bata an pagkamay ada han iksakto ug igo nga Nutrisyon . Hiunong Artikulo 24 han UN Convention on the Rights of the Child “Gin kikilala nga mga Partido han Estado an Katungod han bata ha karisyuhan han pinakahataas nga makakab-utan han Pamantayan han panlawas ngan mga pasilidad para pagbulong ngan rehabilitasyon ha panlawas nga ginpapasakob ha Presidential Decree 603 nga mas kilala bilang 1974 Child and Youth Welfare Code na\ga nagsusumat han nagsasaad sa pagpapahalaga ng ating bansa sa kabataan.

Ang mga inihalal ng mamamayan na namamahala sa Estado ay nagsisikap at tinitiyak na walang bata ang naaalisan ng kanyang karapatang ma-access ang mga serbisyong pangkalusugan.



Panumdom

Igsurat an mga masustansiya nga mga pagkaon nga kinahanglan kaunon han mga Eskwela ha Grade Two. Igsurat ha notbuk.

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



Maaram ka Ba

Igsurat ha notbuk an letra han ladawan nga nagpapakita han pagrespeto han katungod ha tama nga Nutrisyon.



A



B



A



B



Adman Ta

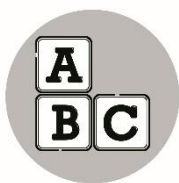
Tigamni :

UN Convention on the Rights of the Child – Ngatanan nga Kabataan may katungod ha maupay nga panlawas ngan magkamay ada igo nga pag ataman han pan Gobyernuhan ha panlawas nga aspeto.

United Nations Convention on the Rights of the Child (UNCRC) Artikulo 24 – Katungod han bata an pinakamaupay nga kalidad serbisyo ha Panlawas an malimpyo nga tubig ,masustansya nga mga pagkaon ngan permanente kamalimpyo han kalibungan para pirme maupay an lawas han bata.

Presidential Decree 603 - Child Welfare Act kilala ha tawag nga Child and Youth Welfare Code han Pilipinas usa ine nga balaod nga nagsasaad paghatag han importasya han kabataan ha aton Pilipinas.

PD 603, Artikulo 3, Seksiyon 4 – An kada bata may katungod pgkamay ada han eksakto nga pagkaon, pandugnit,urukyan ,sebisyo pagbulong ngan pagkamay da han importante nga mga paningahanglanon para mabuhi hin maupay.



Mga Buruhaton

Buruhaton 1

Ha iyo notbuk, Butangi han tsek (✓) an ladawan han bata han iya katungod han tama nga nutrisyon.



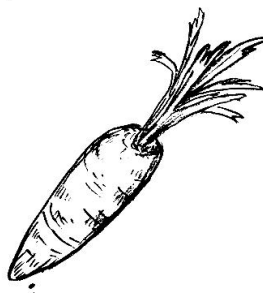
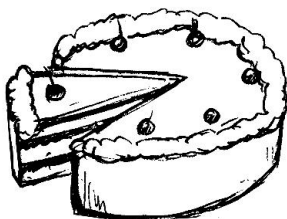
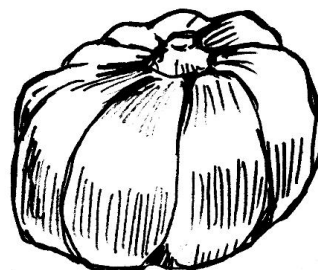
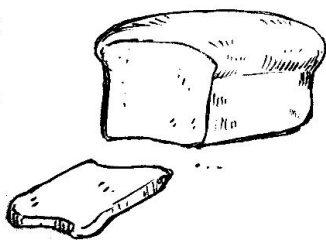
1. _____

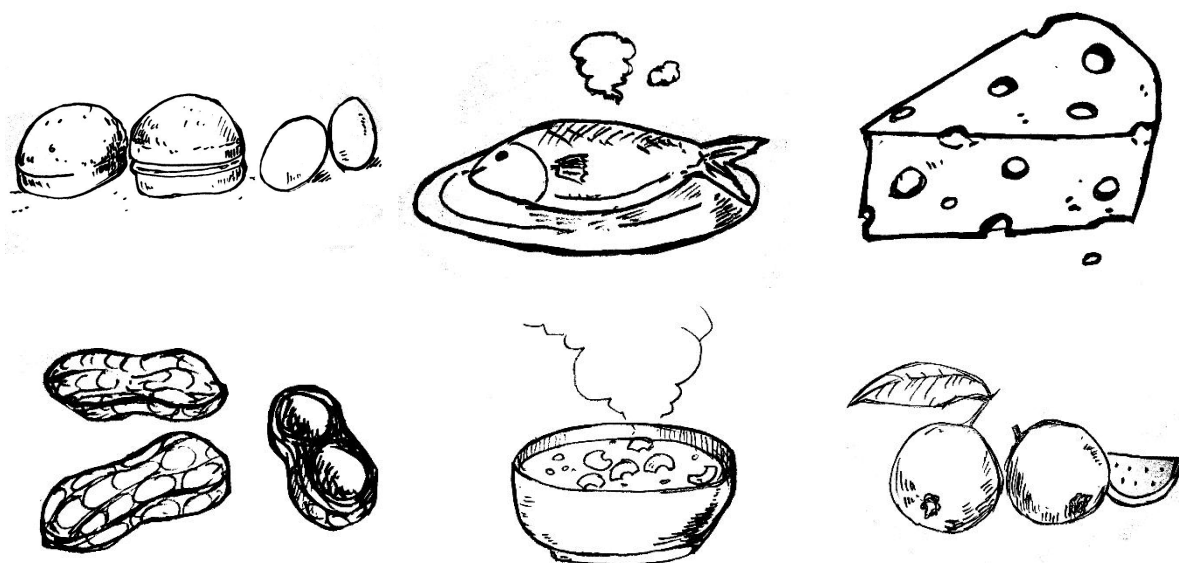


2. _____

Buruhaton 2

I drowing ha notbuk an masunod nga mga ladawan. Kuluri han pula an mga kinahanglan kaunon nga mga pagkaon. Butangi han ekis (X) an mga pagkaon nga dire maupay.





Buruhaton 1

Panuto: Pili a an tama nga baton ha sakob han kahon. Pagkatapos isurat ha iyo notbuk an eksakto nga baton.

- _____ 1. Makukuha an sakto nga nutrisyon ha pagkaon han
(prutas, *cotton candy*, magtab -ang nga pagkaon) ngan utanon.
- _____ 2. Paglikay pagkaon han (prutas, utanon, sitsirya)
Kay diri ito nakakaupay ha aton panlawas.
- _____ 3. An sakto nga pagkaon nakakabulig ha
(mahinay, malaksi) nga pagdako
- _____ 4. Ha eksakto nga nutrisyon makukuha ha pagkaon an may
(kulang, sakto) kadamo *carbohydrates*, protina, bitamina
ngan minerals nga kinahanglan ha aton panlawas.

Buruhaton 2

Direksyon: I drowing ha linya 😊 kun an pamulong nagsusumat han pagkab ot han katungod han tama nga nutrisyon ngan 😞 kun diri. Buhata ine ha iyo notbuk.

____ 1. An tama nga nutrisyon usa ka importante nga elemento ha aton pan adlaw adlaw nga buruhaton.

____ 2. Ha masustansiya nga mga pagkaon nagtitikang an esakto nga Nutrisyon.

____ 3. Ha mga organiko nga prutas ngan utanon naton makukuha an tama nga nutrisyon.

____ 4. An dalan han hibaro an pagkamay ada han eksakto nga Nutrisyon.

____ 5. Nakabubulig an pagkaon han sitsirya magmaupay an aton panlawas.



Akon Nahibaruan

Pilia ha kahon an mga pulong nga aton dumdumon han aton pan aradman. Buhata ine ha iyo notbuk.

pamaagi

makaupod

artipisyal

paglikay pagpili

Maipakita an pag respeto han mga katungod ha tama nga nutrisyon ha pamaagi hin (1.) _____ ha mga

pagkaon nga mayda (2.) _____ nga mga panakot
pareho han dolci, sitsirya ngan iba pa nga mga pagkaon. (3.)
_____ ha panlawas ha usa nga bata. An pagsunod
han tama nga panuyuanan (4.) _____ han tama nga
mga pagkaon (5.) _____ para makab utan an eksakto
nga katungod han tama nga nutrisyon.



Akon Nabubuhat

Ha iyo notbuk. Paghimo han listahan kanan usa ka semana nga mga kinahanglanon Kaunon para mabuhat an eksakto ug tama nga mga nutrisyon.

Petsa	Lunes	Martes	Miyerkules	Huwebes	Biyernes



Pagsukol han nahibaruan

Isurat an SAKTO kon nagpapakita han tama nga paggamit han iyo mga katungod ngan DI- SAKTO kon dire nagpapakita han maupay nga buhat. Buhat ini ha notbuk.

- _____ 1. Kaunon an pagkaon nga gin andam ni nanay.
- _____ 2. Magin mapili ha pagkaon han prutas ngan utanon.
- _____ 3. Kuha la han eksakto nga pagkaon nga kaya mo ubuson.
- _____ 4. Ilabog hin hilom an mga utan nga diri mo kaunon.
- _____ 5. Tudui an imo manghod nga bugto pagkaon han masustansiya nga mga pagkaon.
- _____ 6. Magin surubdan ha imo klasmeyt ha pagkaon nga tama.
- _____ 7. Pirmi makaon han isda ngan utan.
- _____ 8. Para ha panghimagas, balyu I han prutas ngan tsokolate.
- _____ 9. Dugngan ha imo pag diyeta an karne para magkamay ada ka hin protina .
- _____ 10. Magpasalamat ha aton Ginoo ngan han iyo mga kag anak an ira mga gin andam nga mga pagkaon ha lamesa.



Kadugangan nga Buruhaton

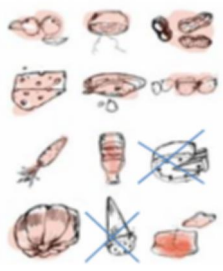
Ha iyo notbuk. Butangi hin tsek (✓) an tama nga isplikasyon nga nagpapakita han pag respeto ngan pagtapod ha tama nga nutrisyon ngan ekis (X) kun diri.

- _____ 1. Paglikay ha mga pagkaon nga mayda artipisyal nga panakot.

- _____ 2. An mga riko la an may katungod nga makakuha han eksakto nga Nutrisyon tikang ha aton ahensya.
- _____ 3. Sunod han mga kasuguanan han tama nga pagpili para makaiwas ha sakit ngan impeksyon.
- _____ 4. Respetuhon an karuyagon han eskwela nga an masustansya la nga pagkaon an kakaunon ha oras han reses.
- _____ 5. Kumbidaha an imo klasmeyt pagsaro pagkaon han cotton candy.



Mga baton

SUBUKIN 1. X 2. X 3. X 4. / 5. / 6. X	TUKLASIN 1. B 2. A PAGYAMANIN 	GAWAIN 3 
ISAISIP 1. PAG-IWAS 2. ARTIPISYAL 3. MAKASAMA 4. PAGPILI 5. SUSI TAYAHIN 2 1. ☺ 2. ☺ 3. ☹ 4. ☺ 5. ☹	TAYAHIN 3 1. WASTO 2. DI-WASTO 3. WASTO 4. DI-WASTO 5. WASTO 6. WASTO 7. WASTO 8. WASTO 9. WASTO 10. WASTO	KARAGDAGAN G GAWAIN 1. / 2. X 3. / 4. / 5. X