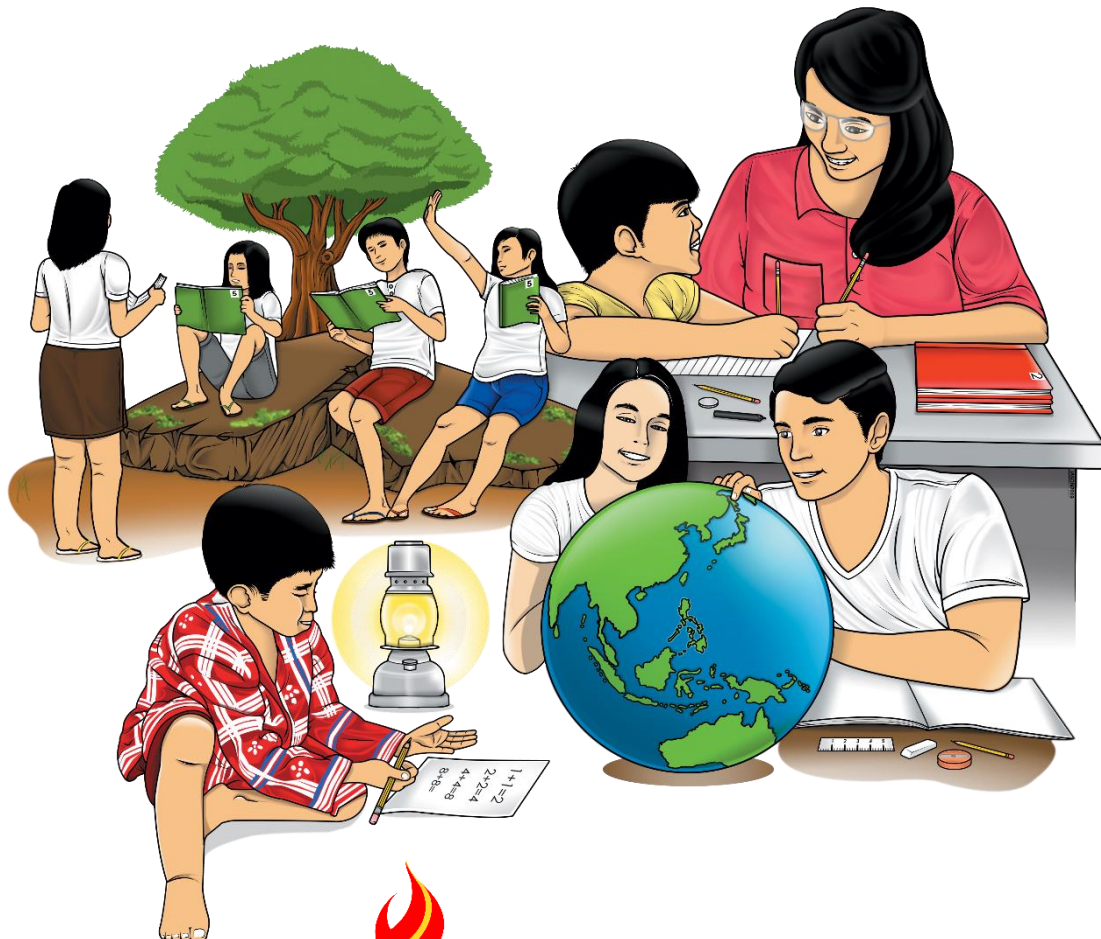


Health

Ikaapat na Markahan – Modyul 1: Ligtas na Kalsada



Physical Education – Ikatlong Baitang
Alternative Delivery Mode
Ikaapat na Markahan – Modyul 1: Ligtas na Kalsada
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

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Josephine C. Clarin

Editor: Elsie E. Gagabe

Tagasuri:

Tagaguhit: Michelle M. Carreon, Vance Val M. Gonzales, Karen S. Reyes

Tagalapat: Angelica M. Mendoza

Tagapamahala: Evelyn R. Fetalvero

Reynaldo M. Guillena

Janette G. Veloso

Alma C. Cifra

Analiza C. Almazan

Aris B. Juanillo

Ma. Cielo D. Estrada

Fortunato B. Sagayno

Jeselyn B. Dela Cuesta

Elsie E. Gagabe

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – Region XI

Office Address: F. Torres St., Davao City

Telefax: (082) 291-1665; (082) 221-6147

E-mail Address: region11@deped.gov.ph * lrms.regionxi@deped.gov.ph

Health

Ikaapat na Markahan – Modyul 1:
Ligtas na Kalsada

Paunang Salita

Para sa tagapagdaloy:

Malugod na pagtanggap sa asignaturang Health sa Ikatlong Baitang ng Alternative Delivery Mode (ADM) Modyul para sa araling **Ligtas na Kalsada!**

Ang modyul na ito ay pinagtutulungang dinisenyo, nilinang at sinuri ng mga edukador mula sa pampubliko at pampribadong institusyon upang gabayan ka, ang gurong tagapagdaloy upang matulungang makamit ng mag-aaral ang pamantayang itinakda ng Kurikulum ng K to12 habang kanilang pinanagumpayan ang pansarili, panlipunan at pang-ekonomikong hamon sa pag-aaral.

Ang tulong-aral na ito ay umaasang makauugnay ang mag-aaral sa mapatnubay at malayang pagkatuto na mga gawain ayon sa kanilang kakayahan, bilis at oras. Naglalayon din itong matulungan ang mag-aaral upang makamit ang mga kasanayang pan-21 siglo habang isinasaalang-alang ang kanilang mga pangangailangan at kalagayan.

Bilang karagdagan sa materyal ng pangunahing teksto, makikita ninyo ang kahong ito sa pinakakatawan ng modyul:



Mga Tala para sa Guro

Ito'y naglalaman ng mga paalala, panulong o estratehiyang magagamit sa paggabay sa mag-aaral.

Bilang tagapagdaloy, inaasahang bibigyan mo ng paunang kaalaman ang mag-aaral kung paano gamitin ang modyul na ito. Kinakailangan ding subaybayan at itala ang pag-unlad nila habang hinahayaan silang pamahalaan ang kanilang sariling pagkatuto. Bukod dito, inaasahan mula sa iyo na higit pang hikayatin at gabayan ang mag-aaral habang isinasagawa ang mga gawaing nakapaloob sa modyul.

Para sa mag-aaral:

Malugod na pagtanggap sa (Health sa Ikatlong Baitang) ng Alternative Delivery Mode (ADM) Modyul ukol sa **Ligtas na Kalsada**.

Ang modyul na ito ay ginawa bilang tugon sa iyong pangangailangan. Layunin nitong matulungan ka sa iyong pag-aaral habang wala ka sa loob ng silid-aralan. Hangad din nitong madulutan ka ng mga makabuluhang oportunidad sa pagkatuto.

Ang modyul na ito ay may mga bahagi at icon na dapat mong maunawaan.



Alamin

Sa bahaging ito, malalaman mo ang mga dapat mong matutuhan sa modyul.



Subukin

Sa pagsusulit na ito, makikita natin kung ano na ang kaalaman mo sa aralin ng modyul. Kung nakuha mo ang lahat ng tamang sagot (100%), maaari mong laktawan ang bahaging ito ng modyul.



Balikan

Ito ay maikling pagsasanay o balik-aral upang matulungan kang maiugnay ang kasalukuyang aralin sa naunang leksyon.



Tuklasin

Sa bahaging ito, ang bagong aralin ay ipakikilala sa iyo sa maraming paraan tulad ng isang kuwento, awitin, tula, pambukas na suliranin, gawain o isang sitwasyon.



Suriin

Sa seksyong ito, bibigyan ka ng maikling pagtalakay sa aralin. Layunin nitong matulungan kang maunawaan ang bagong konsepto at mga kasanayan.



Pagyamanin

Binubuo ito ng mga gawaing para sa mapatnubay at malayang pagsasanay upang mapagtibay ang iyong pang-unawa at mga kasanayan sa paksa. Maaari mong iwasto ang mga sagot mo sa pagsasanay gamit ang susi sa pagwawasto sa huling bahagi ng modyul.



Isaisip

Naglalaman ito ng mga katanungan o pupunan ang patlang ng pangungusap o talata upang maproseso kung anong natutuhan mo mula sa aralin.



Isagawa

Ito ay naglalaman ng gawaing makatutulong sa iyo upang maisalin ang bagong kaalaman o kasanayan sa tunay na sitwasyon o realidad ng buhay.



Tayahin

Ito ay gawain na naglalayong matasa o masukat ang antas ng pagkatuto sa pagkamit ng natutuhang kompetensi.



Karagdagang Gawain

Sa bahaging ito, may ibibigay sa iyong panibagong gawain upang pagyamanin ang iyong kaalaman o kasanayan sa natutuhang aralin.



Susi sa Pagwawasto

Naglalaman ito ng mga tamang sagot sa lahat ng mga gawain sa modyul.

Sa katapusan ng modyul na ito, makikita mo rin ang:

Sanggunian

Ito ang talaan ng lahat ng pinagkuhanan sa paglikha o paglinang ng modyul na ito.

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 ng modyul. Gumamit ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.
2. Huwag kalimutang sagutin ang *Subukin* bago lumipat sa iba pang gawaing napapaloob sa modyul.
3. Basahing mabuti ang mga panuto bago gawin ang bawat pagsasanay.
4. Obserbahan ang katapatan at integridad sa pagsasagawa ng mga gawain at sa pagwawasto ng mga kasagutan.
5. Tapusin ang kasalukuyang gawain bago pumunta sa iba pang pagsasanay.
6. Pakibalik ang modyul na ito sa iyong guro o tagapagdaloy kung tapos nang sagutin lahat ng pagsasanay.

Kung sakaling ikaw ay mahirapang sagutin ang mga gawain sa modyul na ito, huwag mag-aalinlangang konsultahin ang

inyong guro o tagapagdaloy. Maaari ka rin humingi ng tulong kay nanay o tatay, o sa nakatatanda mong kapatid o sino man sa iyong mga kasama sa bahay na mas nakatatanda sa iyo. Laging itanim sa iyong isipang hindi ka nag-iisa.

Umaasa kami, sa pamamagitan ng modyul na ito, makararanas ka ng makahulugang pagkatuto at makakakuha ka ng malalim na pang-unawa sa kaugnay na mga kompetensi. Kaya mo ito!



Alamin

Ang modyul na ito ay makatutulong sa iyo upang matutunan mo ang pagiging ligtas sa mga tawiran at paano maiiwasan ang mga aksidente habang naglalakad sa kalsada. May mga gawain din na matulungan kang maibahagi ang iyong karanasan sa tamang pagtawid sa mga **pedestrian lane** o tawiran at maging sa paglalakad sa mga bangketa o tabing daan. Kaya tayo na at pag-aralan ang pagiging ligtas sa kalsada at tawiran.

Ang modyul na ito ay hinati sa dalawang aralin:

- Aralin 1 – Ligtas na Tawiran
- Aralin 2 – Ligtas na Kalsada

Sa pagtatapos ng modyul na ito, inaasahan mong:

1. Maipaliwanag ang mga kasanayan sa kaligtasan sa kalsada bilang **pedestrian (H3IS-IVab-19)**; at
2. Maipakita ang mga kasanayan sa kaligtasan sa kalsada bilang **pedestrian (H3IS-IVab-20)**.



Subukin

Lagyan ng tsek (/) ang patlang kung ang pangungusap ay tungkol sa kaligtasan sa daan at ekis (x) naman kung hindi. Sagutin ito sa inyong kuwaderno.

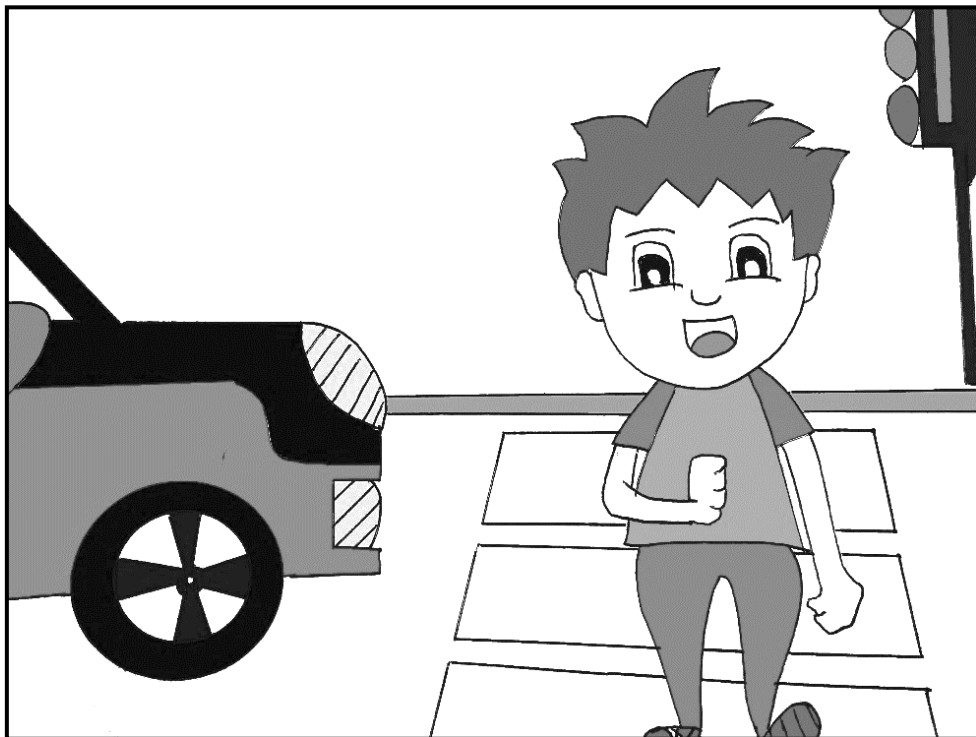
- _____ 1. Tumakbo ng mabilis habang tumatawid sa daan para hindi maabutan ng sasakyan.
- _____ 2. Kung tatawid, tumingin sa kaliwa't kanan ng kalsada.
- _____ 3. Gamitin ang bangketa habang naglalakad.
- _____ 4. Makipaghabulan sa mga sasakyang dumadaan.
- _____ 5. Maaaring magtext o tumawag habang naglalakad sa kalsada.

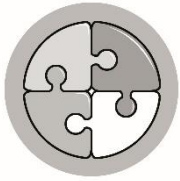
Aralin

1

Ligtas na Tawiran

Ang paggamit ng pedestrian lane o tawiran at bangketa ay ligtas na gawain habang nasa kalsada. Ang pedestrian lane ay ginagamit para sa mga taong tumatawid ng kalye. Habang ang bangketa naman ay ang gilid ng kalsada na dinadaan ng mga tao. Gumawa ng isang malaking hakbang paatras sa gilid ng kalsada upang magkaroon ng pagitan sa mga sasakyang dadaan.





Balikan

Ano-ano ang mga bagay na natandaan mo habang tumatawid ng kalsada? Tingnan ang larawan sa ibaba at bilugan ang mga bagay na iyong nang nakita habang tumatawid sa kalsada.



Mga Tala para sa Guro

Sa pagkakataong ito ay nagagabayan ka sa mga gawaing pangkaligtasan lalo na ang tamang gawi sa pagtawid sa kalsada. Inimungkahing sundin mo ang mga patakaran na ibinahagi sa araling ito at gawing kawili-wili ang mga kasanayan sa pagkatuto sa gabay ng iyong mga magulang at nakatatandang kapatid.



Tuklasin

Kuwento ng Aking Paglalakbay

Kaya Kong Tumawid!
ni: Josephine C. Clarin

Habang ako ay naglalakad sa may bangketa, bigla kong napaisip na tumawid sa kabilang kalye. Ngunit hindi ko alam kung papaano tumawid dito nang ligtas. May nakita akong puting linya sa gitna ng kalsada pero hindi ko alam kung para saan ito. Tinanong ko ang isang mamang pulis na noo'y nagba- bantay sa gilid ng kalsada, "Para saan po ang puting linya na iyan?" tanong ko sa kanya. Sagot naman niya, "Para iyan sa tawiran ng mga tao upang maging ligtas sa pagtawid. Pedestrian lane ang tawag rito" dagdag pa niya. Kaya sinubukan ko itong gamitin. At tama nga nakatawid ako nang maayos at ligtas. Ngayon, kaya ko nang tumawid!

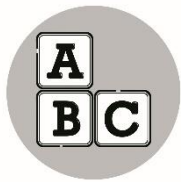
1. Ano ang naging karanasan ng bata sa kuwento?
2. Ano ang nakita niya sa gitna ng kalsada?
3. Paano siya nakatawid nang maayos at ligtas?
4. Ano ang natutunan niya sa sariling karanasan?
5. Ikaw, paano ka tumawid nang ligtas sa kalsada?



Suriin

Narito ang mga **Safety Rules** o tuntuning pangkaligtasan para sa mga tumatawid.

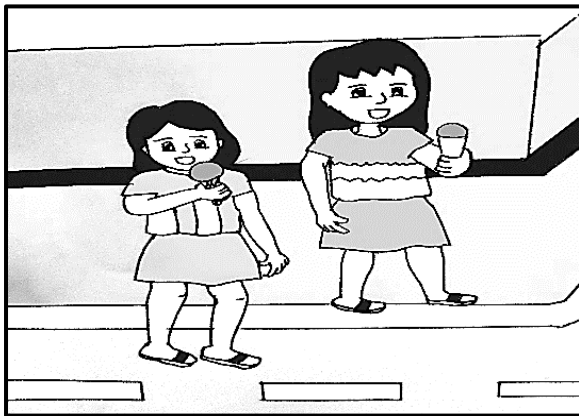
1. Basahin at sumunod sa mga simbolo at tuntunin ng trapiko.
2. Huminto, tumingin at makinig bago tumawid.
3. Tumingin sa kaliwa't kanan at makinig sa mga paparating na sasakyan.
4. Lumakad paharap sa daloy ng trapiko.
5. Iwasan ang maglaro at gumamit ng gadget habang tumatawid.
6. Gamitin ang ligtas na daanan sa pagtawid tulad ng bangketa, **overpass**, **underpass** at pedestrian lane.
7. Magsuot ng **reflectorize** na **jacket** o kasuotan upang madaling mapansin habang tumatawid kung gabi.
8. Gamitin ang tawiran para sa mga tumatawid (kasama ng nakatatanda o grupo ng mga tumatawid).



Pagyamanin

Tingnan at pag-aralan ang bawat larawan na nasa loob ng kwaderno sa ibaba. Pagkatapos, gawin at sagutin ang mga katanungan na kasunod nito. Gawin ito sa inyong kwaderno.

Ligtas sa Tawiran

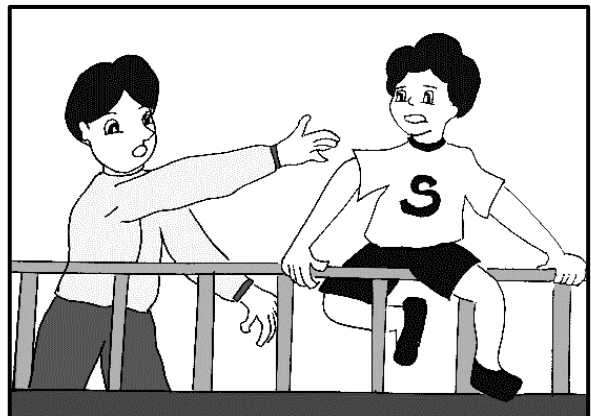


Larawan 1

1. Ilang bata ang naglalakad sa kalsada?

2. Sumunod ba sila sa safety rules?

3. Kung ang sagot mo ay hindi, bakit?



Larawan 2

1. Tama ba ang ginawa ng bata sa pagtawid?

2. Kung ang sagot mo ay hindi, bakit?

3. Saan tayo dapat tumawid?



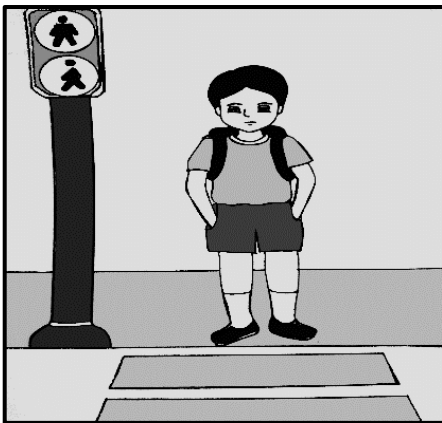
Isaisip

Maiiwasan ang mga sakuna at aksidente sa kalsada kung tayo ay susunod sa mga tuntunin sa pangkaligtasan sa pagtawid tulad ng pagtingin sa kaliwa't kanan bago tumawid, pakinggan ang ugong ng sasakyang paparating, pagsunod sa trapiko at gamitin ang pedestrian lane sa pagtawid at mga bangketa sa paglalakad sa kalye.

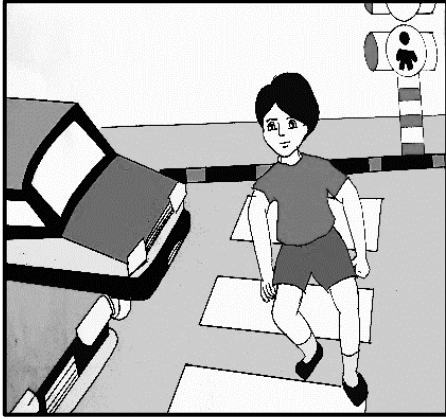


Isagawa

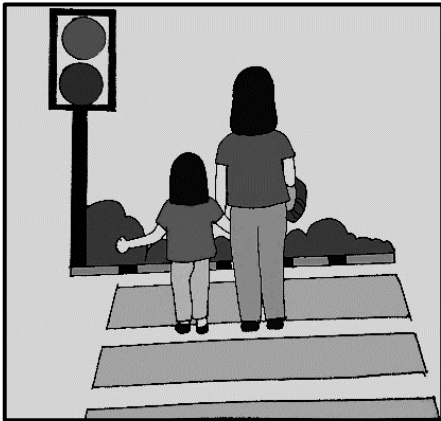
Gamitin ang mga larawan upang mabuo ang pangungusap tungkol sa mga tuntuning pangkaligtasan sa pagtawid sa kalsada.



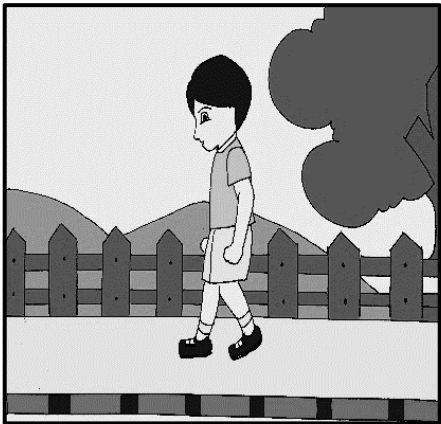
1. Tatawid ako sa _____.



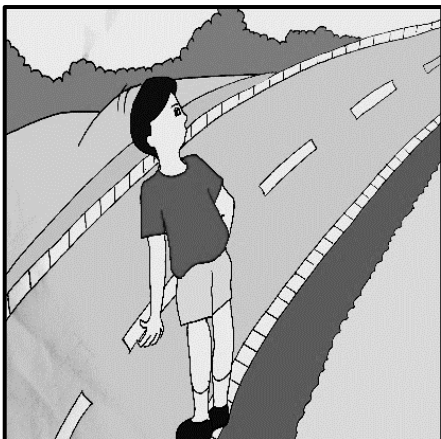
2. Hihintayin kong huminto ang _____.



3. Kasama ko ang _____ sa pagtawid.



4. Gagamitin ko ang _____ habang naglalalakad sa kalye.



5. Tumingin sa _____ bago tumawid.



Tayahin

A. Isulat ang **Ligtas** kung ang pangungusap ay tungkol sa gawaing pangkaligtasan sa pagtawid ng kalsada at **Hindi Ligtas** naman kung hindi. Isulat ang iyong sagot sa patlang.

_____ 1. Maglalakad paharap sa daloy ng trapiko.

_____ 2. Tumigil sa gitna ng kalsada habang naglalakad.

_____ 3. Makipaglaro sa kasama habang tumatawid.

_____ 4. Gagamitin ang **pedestrian lane** kung tatawid.

_____ 5. Tumitingin at nakikinig sa mga pararating na sasakyan.

B. Dugtungan ang pangungusap. Isulat ang iyong sagot sa sagutang papel

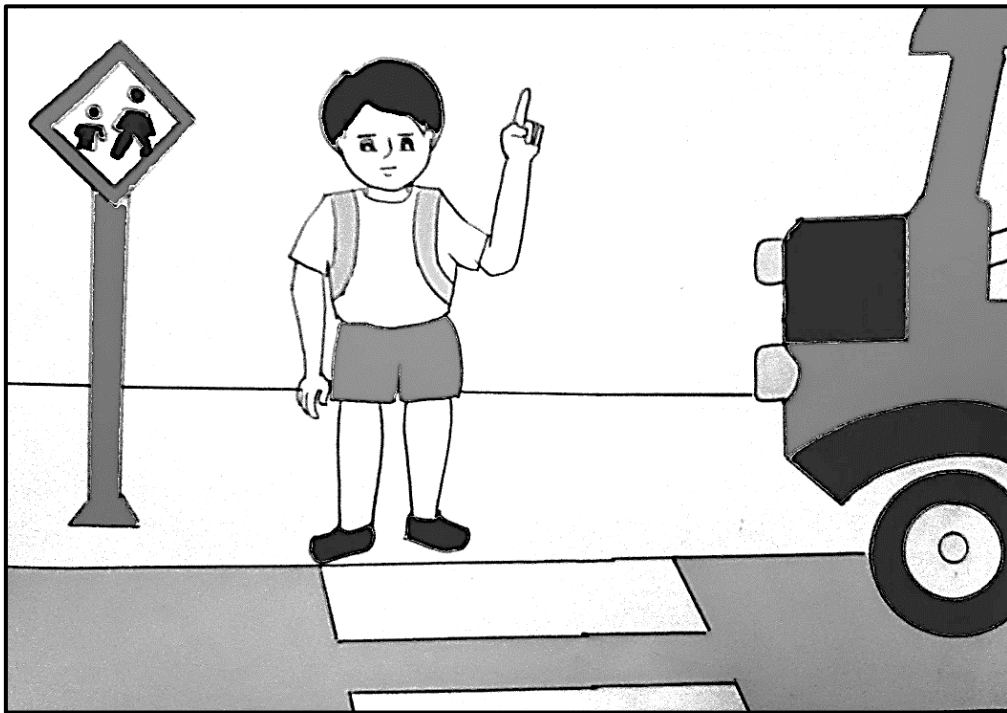
“Mahalagang sumunod sa mga tuntuning pangkaligtasan sa pagtawid upang...”

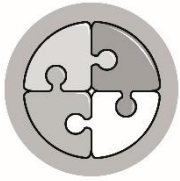
Pamantayan:

(5)	(3)	(2)
Naipaliwanag nang maayos ang pangungusap.	Hindi gaano maayos ang paliwanag.	Hindi maayos ang paliwanag.

Ligtas na Kalsada

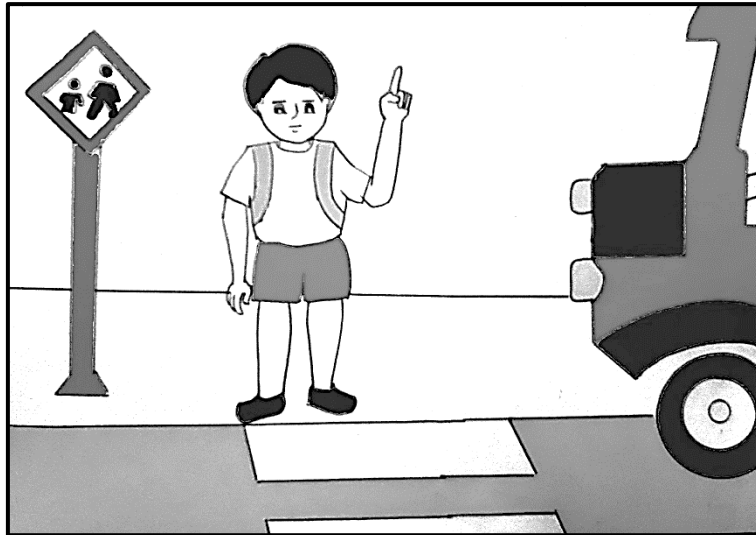
Ang mga aksidente at pinsala sa kalsada ay maaaring mangyari anumang oras at kahit saanman. Kadalasan, nangyayari ito sa mga pangunahing lansangan sa iba't ibang lugar. Lubhang mapanganib sa aksidente ang mga taong tumatawid at naglalakad na hindi maingat sa paggmit ng kalsada at hindi sumusunod sa mga patakaran at alituntunin sa trapiko. Mahalaga na sumunod at gawin ang mga tuntuning pangkaligtasan sa kalsada.





Balikan

Pag-aralan ang larawan.



- Paano ka tatawid sa kalsada?
- Ano-ano ang dapat tandaan upang maging ligtas habang tumatawid sa kalsada?



Mga Tala para sa Guro

Ang mga kasanayang ito na iyong matutunan ay mga gabay na magagamit mo sa pang araw-araw na gawain lalo na sa paggamit sa mga kalsada at mga tawiran. Tandaan mo ang mga gawaing pangkaligtasan sa kalsada at maingat mong gawin ang mga **safe practice** na matutunan mo sa araling ito sa gabay ng iyong mga magulang at nakatatandang kapatid.



Tuklasin

Basahin at alamin ang pangyayari sa balita.

Radyo Natin Guimba

October 4, 2017

Mga paalala para iwas aksidente.... inilabas ng Guimba Police Station.

Halos araw araw ay nakakapagtala ang Guimba Police Station ng mga aksidente sa daan at kalsada, mayorya ay mga vehicular self-accident at mga banggaan ng mga sasakyan.

Nito lamang nakaraang linggo isang aksidente sa ginagawang kalsada sa barangay San Rafael ang kumitil ng isang buhay dahil sa kapabayaan. Kung kaya't pinapaalalahanan ng mga kapulisan ang bawat isa na magingat kapag nasa daanan upang makaiwas sa aksidente.

Paalala Para Maka-iwas sa Aksidente sa Daan

1. Tumawid sa tamang tawiran. Gawin ang **Stop, Look** and **Listen** bago tumawid.
2. Sa nakatak dang daanan o gilid ng kalsada lamang lumakad o tumawid.
3. Huwag makipag-patentero sa mga sasakyan. Lalo ng kung maraming dala o kasamang bata.
4. Iwasang tumambay sa kalsada o sa gilid ng daan.
5. Ilayo ang mga bata sa daan at huwag pahintulutang **mag-bike o maglaro** sa kalsada lalo na sa highway.
6. Kapag naglalakad o nagba-bike sa kalye o kalsada sa gabi, magsuot ng **reflectorize na jacket o kasuotan**.
7. Kung may makitang matulin na sasakyan, agad na gumilid o umiwas mula sa direksiyon nito.
8. Iwasang magtext o tumawag habang naglalakad.
9. Panatiliing maayos at walang nakaharang sa kalsada upang matiyak ang maayos na daloy nito.



GUIMBA PNP
Hotline No.
09335276851
09279976439

FACEBOOK:
 Guimba Mps
 Nueva Ecija
TWITTER:
 Guimba Police

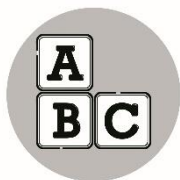
- Ano ang ipinahiwatig ng balita?
- Bakit nangyayari ang mga aksidente sa lansangan?
- Ano ang maaaring gawin upang maiwasan ang mga aksidente?
- Ano-ano ang mga paalala ng Guimba PNP? Basahin ang mga ito.



Suriin

Pag-aralan ang tsart para sa mga gawaing pangkaligtasan sa kalsada. Alin ang nagpapakita ng tamang gawain sa paggamit ng kalsada? Bilugan ang tamang larawan.



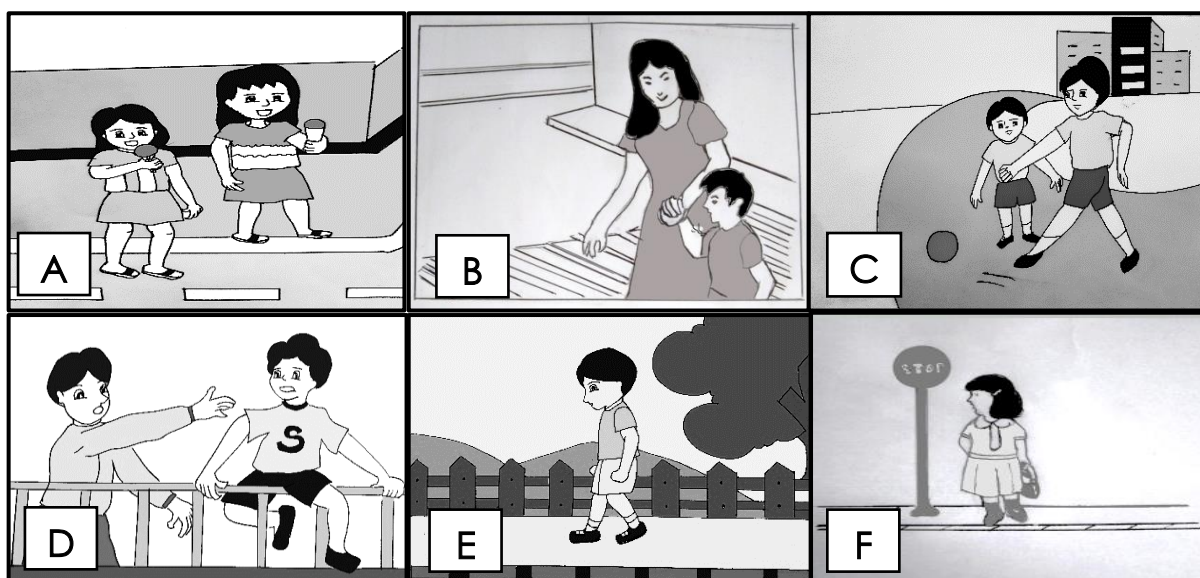


Pagyamanin

Ligtas o Di-ligtas?

Tingnan ang mga larawan sa ibaba. Alin ang Ligtas at Di-ligtas na gawain sa kalsada? Isulat ang letra ng tamang sagot sa loob ng dalawang hanay. Sa unang hanay ay para sa ligtas na gawain. Sa ikalawang hanay naman ay Di-ligtas na gawain. Gawin ito sa kuwaderno.

LIGTAS	DI-LIGTAS





Isaisip

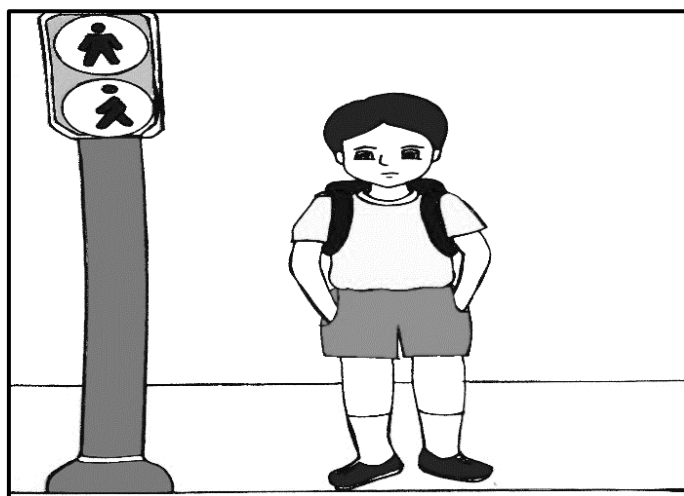
Sundin ang mga **safe practice** sa kalsada upang maging ligtas sa mga sakuna at aksidente sa daan. Gawin ang mga sumusunod.

- Gamitin ang pedestrian lane sa pagtawid.
- Gamitin ang **sidewalk** o bangketa sa paglalakad.
- Mag-ingat sa makakasalubong sa paglalakad.
- Iwasan ang maglaro malapit sa kalsada.
- Sundin ang mga tuntunin at babala sa trapiko.



Isagawa

Pagsunud-sunurin ang mga hakbang sa ligtas na pagtawid sa kalsada. Ayusin ang mga kahon ayon sa tamang pagkasunod-sunod nito. Gawin ito sa iyong kuwaderno.



Tumingin sa kaliwa at kanan ng kalsada.

Humanap nang ligtas na tawiran.

Hintaying dumaan ang mga sasakyan.

Tumawid na nang maayos.

Makinig sa ugong ng mga sasakyang dumaraan.

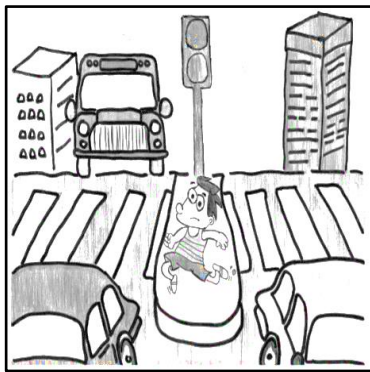


Tayahin

Gawain: Ligtas Ako!

A. Iguhit ang masayang mukha (☺) kung ang larawan ay nagpapakita ng safe practice sa paggamit ng daan o kalsada. Malungkot (☹) na mukha naman kung hindi.

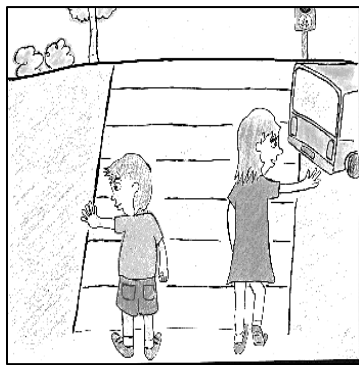
_____ 1.



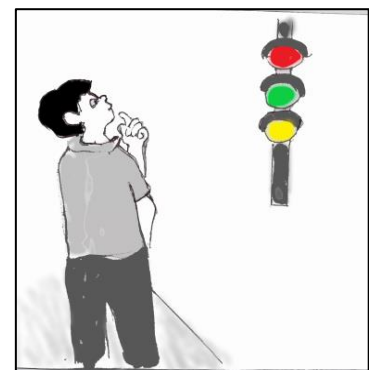
_____ 4.



_____ 2.



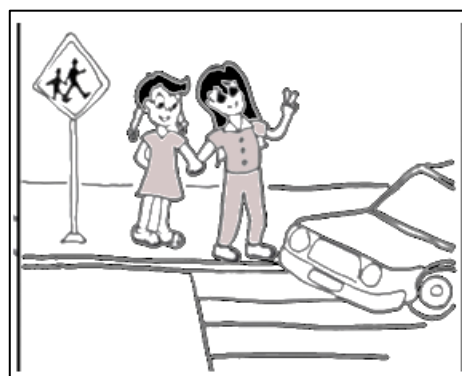
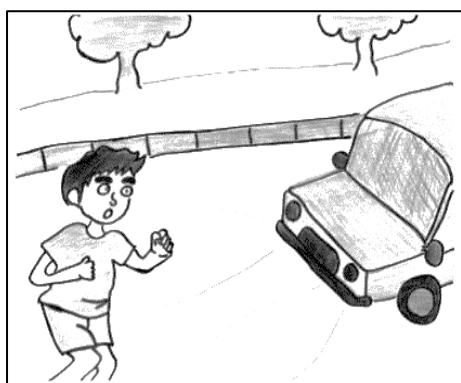
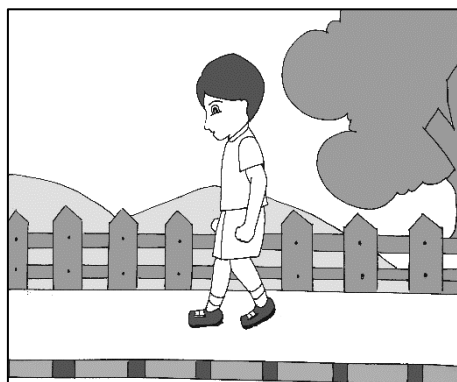
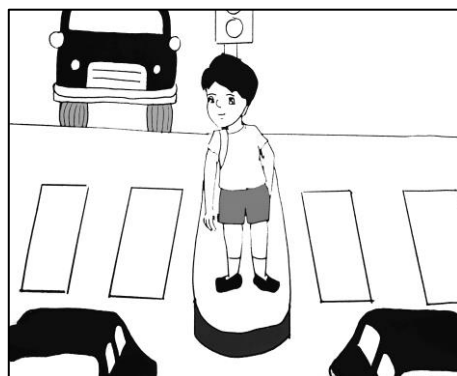
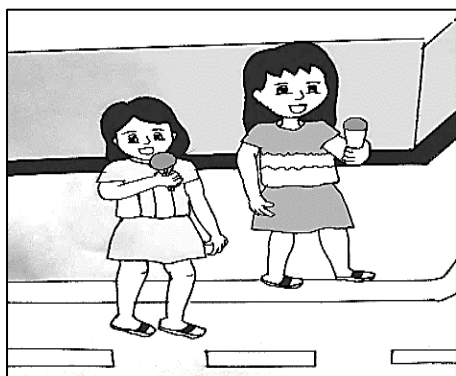
_____ 5.



_____ 3.



B. Kulayan ang larawan na nagpapakita ng ligtas na paggamit sa kalsada.





Karagdagang Gawain

Gawain: Tatawid Ako!

Iguhit sa loob ng kahon ang iyong sarili habang tumatawid o gumagamit ng kalsada. Sundin ang mga tuntuning pangkaligtasan sa pagtawid. Gawin ito sa puting papel.

Pamantayan	Deskripsyon
(5 puntos)	Nasunod ang pamantayan sa pagguhit.
(3 puntos)	Hindi gaano nasunod ang pamantayan sa pagguhit.
(1 puntos)	Walang inaasahang tugon.



Susi sa Pagwawasto

Aralin 1

Subukin 1. X 2. / 3. / 4. X 5. X	Baliklan (Ang bibilugan na larawan) 1. bangketa 2. pedestrian lane 3. traffic light	Tuklasin 1. Paano tumawid nang ligtas sa kalsada. 2. Puting linya 3. Sinubukan niyanggamitin ang pedestrian lane. 4. Kung paano tumawid nang ligtas sa kalsada. 5. (Maaring magkalaba ang sagot ng mga bata ayon sa kanilang sariling karanasan)
---	---	---

Tayahin A. 1. Ligtas 2. Hindi-ligtas 3. Hindi-ligtas 4. Ligtas 5. Ligtas B. Rubriks sa pagpapaliwanag ng pangungusap.		
Naipaliwanag nang maayos ang pangungusap.	Hindi gagano maayos ang paliwanag.	Hindi maayos ang paliwanag.
(5)	(3)	(2)

Pagymahanin 1. Hindi ginamit ang tamang tawiran. 2. Dahil hindi niya ginamit ang tamang tawiran. 3. sa pedestrian lane	Larawan 1 1. 2 o dalawa 2. Hindi 3. Dahil ang isang bata ay hindi gumamit sa bangketa/ nasa daanan ng sasakyan lumakad.	Isagawa 1. puting linya/Pedestrian lane 2. sasakyan bago tumawid 3. aking nanay 4. ang bangketa habang naglalakad sa kalye 5. kaliwa at kanan
---	--	--

Aralin 2

Surin

		○	○	○
	○			

Tukasin

1. tungkol sa aksidente sa kalsada
2. dahil hindi mainat sa paggamit ng kalsada.
3. Sundin ang mga padala.
4. Basahin ang padala ng Guimba PNP.

Balikan

Macaring magkakaiba ang sagot ng mga bata.

Tayahin

A.

1. 😞

2. 😊

3. 😊

4. 😞

5. 😊

B.

Isagawa

2
1
4
5
3

Pagpamanin

LIGTAS	A C D
DI-LIGTAS	B E F

Karagdagang Gawain

Pamanatayan	(5 puntos)	Nasnod ang pamanatayan sa pagguhit.
Deskripsyon	(3 puntos)	Hindi gaano nasnod ang pamanatayan sa pagguhit.
	(1 puntos)	Walang inasahang tugon.

Sanggunian

Rizaldy R. Cristo, et. al., (2017). Music, Art, Physical Education and Health Kagamitan ng Mag-aaral, Tagalog. Quezon, Philippines: Book Media Press, Inc.

Teacher's Guide First Edition (2015). Music, Art, Physical Education and Health, Pasig City, Philippines: Department of Education - Instructional Materials Council Secretariat (DepEd-IMCS)

DepEd (2013). K to 12 Health Curriculum Guide. Pasig: DepED.

School safety reference manual (2004). Philippines: DuPont

<http://www.harrishurtline.com/articles/2016-new-rules-road-you-need-know>

<https://www.facebook.com/FRSCNigeria/posts/the-importance-of-zebra-crossingwe-are>

<https://www.facebook.com/radyonatinguimba105.3/posts/mga-paalala-para-iwas-aksidente-inilabas>

Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:

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