



Healthy
Pilipinas



AHA! LEARNING CENTER'S

ESKWELANG PAMILYA

f /ahalearning @ /ahalearns

BATA MAY TANONG KA BA TUNGKOL SA COVID-19? FOR GRADE 1 TO HIGHSCHOOL

Lesson 8

Pambungad

Magandang araw sa iyo, munting mag-aaral! Handa ka na bang matuto tungkol sa Coronavirus Disease Pandemic na kinakaharap natin ngayon? Sabay-sabay nating sagutin ang inyong katanungan tungkol sa **“Pagtatapos ng Quarantine”**. Huwag mangamba; mapagtatagumpayan din natin ang laban kontra COVID-19, kaibigan!

Bata, May Tanong ka ba sa COVID-19? For Grade 1 to Highschool - Lesson 8

Sources: Rappler & Department of Health

I. PAGBATI

Isang Mapagpalang Araw, mga ka-AHA! ❤️ Nandito po ulit si Teacher ____ 🧑🏫 🏠. Panibagong araw, panibagong katanungan na naman tungkol sa COVID-19 ang aming sasagutin at ipapaliwanag sa inyo. ❓ 🔄

II. ❓ KATANUNGAN SA ARAW NA ITO

Sa araw na ito, sasagutan natin ang katanungan mula sa mensahe ni Jacob ng Makati.

📄 Ito ang nilalaman ng kanyang sulat:

Teacher, hanggang kailan po ba ako dapat mag-stay sa loob ng bahay? Matatapos pa po ba ito? Makikita ko pa po ba ang aking mga kaibigan?

III. 💬 PAG-USAPAN NATIN

Hello, Jacob!

Salamat sa iyong tanong. 😊

--

Sa panahon ngayon, inirerekumenda ng Department of Health na tayo ay manatili sa ating mga tahanan kahit sa pagtatapos ng Enhanced Community Quarantine. Maaari lamang lumabas ng bahay kung ang paglabas ay maituturing na *essential*

travel tulad ng pamimili ng pangangailangan sa bahay. Hindi tayo hinihikayat na lumabas kung *non-essential travel* ito upang maiwasan ang mahawa o makahawa ng coronavirus.

(Oops! 🙅🏻👉 Huwag mainip. Ang mahalaga matigilan ang pagkalat ng COVID-19 para hindi na makapanghasik ng lagim ang coronaviruses sa mga tao.)

IV. 🧼 HAMON

Sa ngayon, panatilihin muna natin ang kalinisan at kalusugan ng ating katawan. Dalasan natin ang paghuhugas ng kamay 🧼, paggamit ng alkohol +, pag-eehersisyo 🏃♂️, pagtulog nang wasto 🛏️, pag-inom ng maraming tubig 🥛, at pagkain ng masusustansyang pagkain 🍲 para maging malakas ang ating resistensya. 💪👉

Itaboy din natin ang mga outsider na germs, bacteria, at viruses na tumatambay sa ating bahay ❌🏠. Iparamdam natin sa kanila na hindi sila welcome sa ating pamilya sa pamamagitan ng pag-spray ng alkohol sa mga sapatos +👠👡, at pagpunas ng basahan na may bleach sa mga bagay na madalas gamitin. 🧼

Bukod pa rito, sulitin din natin ang oras na ito sa pakikihalubilo sa ating kapamilya. Makipag-kwentuhan, makipag-usap, at makipaglaro sa ating mga kapatid at magulang. Kung hindi man, manood ng paborito niyong telenobela o di kaya'y gawin ang dating libangan ng inyong pamilya. 🕒👨👩👧👦📺

Tandaan lang na kung babahing, uubo 🗑️, o sisinga 🐘 ay magtakip ng bibig o ilong 🤧 gamit ang panyo, tisyu 🧻, o loob ng siko 🤲 (parang dab) para hindi tumalsik ang virus sa ibang tao o bagay.

Tandaan, sa THE HOUSE OF US, siguraduhing HELLO, COVID, GOODBYE! 🏠👉

V. 💡 PAG-ISIPAN

Tingnan natin kung may natutunan ka sa diskusyon sa pamamagitan ng pagsagot sa mga sumusunod na katanungan. Huwag mag-alala, maaaring gawing gabay ang talakayan sa itaas.

- 🔍 Bakit mahalaga na manatili na lamang muna sa bahay upang pigilan ang pagkalat ng COVID-19 virus?
- 🔍 Magbigay ng 2 paraan kung papaano mapapanatiling malinis ang katawan.
- 🔍 Magbigay ng 2 paraan kung papaano mapapanatiling malusog ang katawan.

VI. 🙌 PANGWAKAS NA BATI

At dito nagtatapos ang ating talakayan. Sana ay natuto at nasiyahan kayo sa ating diskusyon. Kung may mga katanungan, maaari niyong i-private message (PM) si Teach. → 📱 👤 🏠 🏫

Magkita-kita ulit tayo sa susunod para sa “Bata, may tanong ka ba tungkol sa COVID-19?” 👤 🏠 👤 🏠 ?

Maraming salamat sa pakikiisa! 😊

-

"This content is lovingly prepared by AHA! Learning Center."