

Quarter 4
SUMMATIVE TEST 2
WEEK 3-4
FILIPINO 6

Name: _____
Teacher: _____

LRN: _____
Section: _____
Score: _____

MELC/S:

- nakapagpapahayag ng sariling opinyon sa isang napakinggang balita, isyu o usapan.
- nakapagpapahayag ng sariling reaksiyon sa isang napakinggang balita, isyu o usapan: at
- nakasasagot nang wasto ang mga nakalaang mga tanong o pagsasanay upang mas lalong maging ganap ang pag-aaral sa aralin.

Panuto: Piliin ang angkop na reaksiyon sa mga sumusunod na isyu. Bilugan ang titik ng wastong sagot.

1. Isang matandang kaugalian nating mga Pilipino ang mabuting pakikipagkapitbahay. Nais nating lahat ang mamuhay nang mapayapa at tahimik sa piling ng mababait at matutulunging mga kapitbahay. Kahit saan naninirahan ang mga tao, sa maliit na nayon o lungsod man, magkakatulad ang pagnanais nilang ito.

- A. Sa palagay ko, mas makakabuti kung mayroon tayong kapitbahay.
- B. Sa palagay ko, mas masaya kung walang kapitbahay.
- C. Sa palagay ko, hindi nakakatulong ang mga kapitbahay.

2. Asahang muli ng mga motorista na makararanas ng pagsisikip sa daloy ng trapiko dahil sa muling pagpapatupad ng road re-blocking ang Department of Public Works and Highways (DPWH) sa ilang bahagi ng lansangan sa lungsod Quezon. Kailangang kumpunihin ang mga nasabing kalsada bilang paghahanda sa darating na tag-ulan at muling pagbubukas ng mga paaralan.

- A. Sa tingin ko, nagsasayang lang ng pera ang DPWH.
- B. Sa tingin ko, maganda ang paghahanda na ginagawa ng DPWH para sa darating na tag-ulan.
- C. Sa tingin ko, walang makikinabang sa proyekto ng DPWH.

3. Ang paglaganap ng polusyong dulot ng mga pabrika na nagtatapon ng mga basura sa ilog at iba pang daanan ng tubig at ng hindi maayos na pamamahala ng pagtatapon ng basura sa mga kabahayan ay ilan lamang sa mga dahilan ng polusyon sa tubig.

- A. Para sa akin, dapat ipasara na ang mga pabrika.
- B. Para sa akin, dapat ikulong ang mga nahuling nagtapon ng basura sa mga ilog.
- C. Para sa akin dapat bigyan ng seminar ang mga taong nakatira malapit sa ilog tungkol sa wastong pagtatapon ng basura

4. Wala pang bakuna para sa bagong coronavirus at walang tiyak na paggamot o pagalingin para sa COVID-19. Gayunpaman, maaaring gamutin ang marami sa mga sintomas. Ang mga pasyente ng COVID-19 ay dapat magpahinga ng lubusan, kumain ng malusog na pagkain, at bawasan ang stress.

- A. Sa aking pananaw, matatagalan pang magkaroon ng bakuna.
- B. Sa aking pananaw, okay lang na walang bakuna.
- C. Sa aking pananaw, hindi na natin kailangan ng bakuna

5. Mabilis ang pag-init ng mundo dahil sa mga green house gases. Sanhi ito ng malawakang pagkasira ng mga kagubatan at sa mga usok na nanggagaling sa mga umuunlad na bansa. Maaaring magdulot ito ng sobrang pag-ulan o sobrang init sa mga tropikal na bansa kagaya ng Pilipinas.

- A. Kung ako ang tatanungin, lahat tayo ay kailangan kumilos para matugunan ang climate change.
- B. Kung ako ang tatanungin, problema na iyan ng bawat pinuno sa ibat- ibang bansa.
- C. Kung ako ang tatanungin, hindi naman gaanong maaapektuhan ang ating bansa sa climate change.

Panuto: Pakinggan mo ang isyu tungkol sa epekto at sintomas ng Stress at subukan mong sagutin ang pagsasanay sa ibaba nito.

Epekto at Sintomas ng Stress

Hindi sakit ang stress. Ito ay isa lamang reaksiyon ng katawan sa mga sitwasyon na tinataya nitong harmful o delikado para sa kapakanan ng bawat isa. Maaaring ang mga “threat” na ito ay totoo o nasa isip lamang.

More downloads: <https://www.depedtrends.com>

Kapag naramdaman na ang ganitong pagkabahala, nagkakaroon ng chemical reaction sa katawan na tumutulong para kumilos sa paraang malayo sa kapahamakan. Tinatawag itong fight-or- flight o stress response.

Ano ang nangyayari sa katawan kapag nakakaramdam ng stress?

Kapag ang katawan ay nasa stress response, tumataas ang bilis ng pagtibok ng puso. Kasabay din nito ang pagbilis ng paghinga, pagtatag at paghigpit ng mga kalamnan at pagtaas ng blood pressure.

Nakatutulong ang mga ito para magawa ng katawan ang solusyon na nasa isip at maiiwas ang tao sa anumang uri ng panganib. Dahil ang mga pangyayaring ito ay hindi napapansin at internal lamang, mahirap matukoy kung stress na nga ba ang nararanasan ng isang tao. Maaari nitong maapektuhan ang emosyon, pag-uugali, pag- iisip at maging kalusugang-pisikal.

Panuto: Basahin ang mga sumusunod na pangungusap. Isulat sa patlang ang TAMA kung angkop ang opinyon batay sa isyung iyong napakinggan at MALI kung hindi angkop. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

Panuto: Basahin ang mga sumusunod na pangungusap. Isulat sa patlang ang TAMA kung angkop ang opinyon batay sa isyung iyong napakinggan at MALI kung hindi angkop. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

- _____ 1. Ayon sa pahayag, ang stress ay isa lamang reaksiyon ng katawan sa mga sitwasyon na tinataya nitong harmful o delikado.
- _____ 2. Maaaring ang mga “threat” na ito ay totoo o nasa isip lamang.
- _____ 3. Ang stress ay isang sakit.
- _____ 4. Kapag ang katawan ay nasa stress response, tumataas ang bilis ng pagtibok ng puso.
- _____ 5. Ayon sa balita, kapag daw nakaramdam ng ganitong sitwasyon, huwag pansinin ito.