





ICT 4




WORKSHEET

TERM 1








SAFE SECURE RESPONSIBLE SMART

PANGALAN: _____

BAITANG AT SEKSYON: _____ GURO: _____



WEEKS 1-2



NAIPALIWANAG ANG KAHALAGAHAN NG COMPUTER AT IBA PANG COMPUTING DEVICE.

ACTIVITY 1: PANUTO: Tukuyin ang computing device na nakalarawan. Isulat ang pangalan nito sa ilalim. Pagkatapos, isulat ang isang (1) mahalagang gampanin nito sa ating pang-araw-araw na buhay.

1.  Pangalan: _____ Mahalagang gampanin: _____ _____ _____	2.  Pangalan: _____ Mahalagang gampanin: _____ _____ _____	3.  Pangalan: _____ Mahalagang gampanin: _____ _____ _____	4.  Pangalan: _____ Mahalagang gampanin: _____ _____ _____	5.  Pangalan: _____ Mahalagang gampanin: _____ _____ _____
---	--	---	---	---

ACTIVITY 2: PANUTO: Basahin ang bawat sitwasyon sa kaliwa. Isulat ang tamang computing device sa kahon sa kanan na makakatulong sa sitwasyon at ipaliwanag kung bakit mahalaga ito.

1. 	Kailangan kong gumawa ng proyekto at maghanap ng mga impormasyon sa internet.	Computing Device: _____ _____ _____	Bakit mahalaga? _____ _____ _____
2. 	Kailangan kong makipag-ugnayan sa aking guro at kaklase para sa aming gawain sa klase.	Computing Device: _____ _____ _____	Bakit mahalaga? _____ _____ _____
3. 	Kailangan kong gumawa ng presentasyon at ipakita ito sa aming klase.	Computing Device: _____ _____ _____	Bakit mahalaga? _____ _____ _____





WEEKS 1-2

KAHALAGAHAN NG COMPUTER AT IBA PANG COMPUTING DEVICE

Naipaliwanag ang kahalagahan ng computer at iba pang computing device.



1 PAGTATAMBAL-TUGMA

PANUTO: Tingnan ang mga kagamitan sa kaliwa. Tukuyin kung bakit ito mahalaga. Itugma ang kagamitan sa tamang paliwanag sa kanan. Isulat ang titik ng iyong sagot sa patlang.

1 COMPUTER 	• •	A Ginagamit upang mag-print ng mga dokumento at larawan mula sa computer. 
2 LAPTOP 	• •	B Portable na computer na maaaring dalhin kahit saan gamit ang baterya. 
3 TABLET 	• •	C Maliit na device na pwede gamitin sa pag-aral, panonood, pagbabasa at paglalaro. 
4 SMARTPHONE 	• •	D Personal na computer na ginagamit sa paggawa ng mga gawain at pananaliksik. 
5 PRINTER 	• •	E Gamit sa pakikipag-ugnayan, pag-text, pagtawag, pagkuha ng larawan at pag-internet. 

2 PAG-UURI

PANUTO: Basahin ang mga sitwasyon sa ibaba. Isulat ang letra ng tamang device na pinakaangkop gamitin sa bawat sitwasyon sa patlang.

A COMPUTER 	B LAPTOP 	C TABLET 	D SMARTPHONE 	E PRINTER 
---	---	---	---	--

- 1 _____ Kailangang gumawa ng presentasyon para sa proyekto sa paaralan.
- 2 _____ Kailangan mong mag-print ng larawan para sa inyong gawain sa klase.
- 3 _____ Gusto mong magbasa ng e-book at manood ng educational videos.
- 4 _____ May kailangan kang ipadala na mensahe sa iyong kaibigan ngayon din.
- 5 _____ Gusto mong magsaliksik at mag-ayos ng iyong mga dokumento sa bahay.



WEEKS 3-4

NATATALAKAY ANG MGA BAHAGI AT GAMIT NG COMPUTER AT PERIPHERALS NITO.



ACTIVITY 1:

PANUTO: Tukuyin ang bahagi ng computer. Piliin ang tamang sagot sa kahon at isulat ang letra sa bawat bilang.

MGA PAGPIPIILIAN

- A. Monitor
- B. System Unit
- C. Keyboard
- D. Mouse
- E. Speaker
- F. Printer



ACTIVITY 2:

PANUTO: Basahin ang gamit ng bawat bahagi o peripheral ng computer. Isulat sa guhit kung anong bahagi o peripheral ang tinutukoy.

1. 	Ginagamit ito upang makita ang mga larawan, teksto at iba pang impormasyon sa screen. _____
2. 	Ito ang "utak" ng computer kung saan nakaimbak ang mga programa at datos. _____
3. 	Ginagamit ito upang mag-encode o maglagay ng mga salita, numero at utas sa computer. _____
4. 	Ginagamit ito upang ituro, mag-click, mag-drag at pumili ng mga bagay sa screen. _____
5. 	Ginagamit ito upang marinig ang tunog, musika at boses mula sa computer. _____
6. 	Ginagamit ito upang mag-print o maglabas ng kopya ng mga dokumento o larawan sa papel. _____

WEEKS 3-4

NATATALAKAY ANG MGA BAHAGI AT GAMIT NG COMPUTER AT PERIPHERALS NITO.

ACTIVITY 1:

PANUTO: Isulat ang tamang bahagi ng computer at ang gamit nito sa bawat bilang.

1. _____
Gamit: _____

2. _____
Gamit: _____

3. _____
Gamit: _____

4. _____
Gamit: _____

ACTIVITY 2:

PANUTO: Itugma ang mga peripheral sa kanan sa kanilang gamit sa kaliwa.

1. Ginagamit sa pagp-print ng mga dokumento.

2. Ginagamit upang makinig sa tunog.

3. Ginagamit upang kuhanan ng larawan o mag-scan.

4. Ginagamit upang gamitin ang mouse sa computer.

5. Ginagamit sa pakikipag-usap o video call.

A **Headset**

B **Printer**

C **Webcam**

D **Mouse**

E **Scanner**

WEEKS 5-6

NATATALAKAY ANG BASIC COMPUTER OPERATIONS.

ACTIVITY 1:

PANUTO: Iguhit ang linya mula sa computer operation sa kaliwa patungo sa tamang kahulugan sa kanan.

1. **POWER ON**

2. **SAVE**

3. **OPEN**

4. **PRINT**

5. **CLOSE**

A Ginagamit ito upang ilabas ang kopya ng dokumento sa papel.

B Ginagamit ito upang buksan ang isang file o programa.

C Ginagamit ito upang isara ang isang file o programa.

D Ginagamit ito upang i-save o itago ang ginawa mong trabaho o dokumento.

E Ginagamit ito upang i-on o simulan ang computer.

ACTIVITY 2:

PANUTO: Ayusin ang mga hakbang sa tamang pagkakasunud-sunod sa paglikha ng bagong dokumento sa computer. Isulat ang bilang 1 hanggang 5 sa patlang.

☐ Pumili ng "Blank Document" o bagong dokumento.

☐ I-type o isulat ang iyong mga nilalaman.

☐ I-save ang dokumento sa iyong napiling folder.

☐ Buksan ang Microsoft Word o ibang word processor.

☐ Patayin o isara ang programa pagkatapos gamitin.

TANDAAN!
 Ang basic computer operations ay makakatulong sa atin upang mas mapadali at mapabilis ang ating gawain sa pag-aaral at araw-araw na buhay.

TIPS: Palaging sundin ang tamang proseso at pangalagaan ang computer upang ito ay tumagal at maging maayos ang performance.



WEEKS 5-6

BASIC COMPUTER OPERATIONS

Natatalakay ang basic computer operations.



1 PAGTATAMBAL-TUGMA

PANUTO: Tingnan ang mga operasyon sa kaliwa. Tukuyin kung ano ang ipinapakita nito. Itugma ang letra ng tamang sagot sa kanan. Isulat ang titik ng iyong sagot sa patlang.

1 Pagbukas ng computer.		•	A Binuksan ito sa pamamagitan ng pag-double click sa icon ng programa.	
2 Paggamit ng mouse para mag-click.		•	B Kinakailangan itong tapusin sa pag-click sa "X" button.	
3 Pagbukas ng isang programa.		•	C Inililigtas nito ang ating gawain o file.	
4 Pagsasara ng programa.		•	D Iyon ito gamit ang mouse upang pumili o buksan ang isang bagay.	
5 Pag-save ng isang dokumento.		•	E Pinipindot ito upang magsimula at magamit ang computer.	
6 Pag-shutdown ng computer.		•	F Pinapatay ito nang maayos upang hindi masira ang computer.	

2 PAG-UURI

PANUTO: Basahin ang mga sitwasyon sa ibaba. Tukuyin kung anong basic computer operation ang tinutukoy. Piliin sa loob ng kahon at isulat ang letra ng tamang sagot sa patlang.

A PAGBUKAS NG COMPUTER	B PAGGAMIT NG MOUSE (CLICK)	C PAGBUKAS NG PROGRAM	D PAGSASARA NG PROGRAM	E PAG-SAVE NG DOKUMENTO	F PAG-SHUTDOWN NG COMPUTER
1 _____	Binuksan ni Ana ang kanyang computer sa pamamagitan ng pagpindot sa power button.				
2 _____	Gamit ang mouse, i-click ni Lito ang icon ng kanyang paboritong laro.				
3 _____	Binuksan ni Kuya ang Microsoft Word upang gumawa ng takdang-aralin.				
4 _____	Natapos na ni Ate ang kanyang gawain kaya isinara niya ang programa.				
5 _____	I-click ni Nanay ang "Save" button upang hindi mawala ang kanyang dokumento.				
6 _____	Pagkatapos gamitin ang computer, pinili ni Kuya ang "Shut down" upang ligtas na mapatay ito.				



WEEKS 7-8

WASTONG POSISYON, LAYO, AT ORAS SA PAGGAMIT NG COMPUTER AT IBA PANG COMPUTING DEVICES

Natatalakay ang wastong posisyon, layo, at oras sa paggamit ng computer at iba pang computing devices.



1 PAGTATAMBAL-TUGMA

PANUTO: Tingnan ang mga larawan sa kaliwa. Tukuyin kung anong wastong paraan ang ipinapakita nito. Itugma ang letra ng tamang sagot sa kanan. Isulat ang titik ng iyong sagot sa patlang.

1 Wastong posisyon		•	A Magpahinga ng 5-10 minuto bawat 30-60 minuto ng paggamit. Mag-stretch o igalaw ang katawan.	
2 Wastong layo sa screen		•	B Panatilihin ang layo na 50-70 cm mula sa mata hanggang sa screen.	
3 Wastong oras ng paggamit		•	C Umupo nang tuwid. Ang likod ay nakasandal sa upuan. Ang paa ay nakapatong nang patag sa sahig.	
4 Tamang pag-ilaw		•	D Gumamit ng sapat na ilaw. Iwasan ang liwanag na nakasisilaw sa screen.	
5 Tamang pahinga at paggalaw		•	E Gamitin ang computer o device sa tamang oras lamang. Huwag sobra upang maiwasan ang pagkapagod sa mata at katawan.	

2 PAG-UURI

PANUTO: Basahin ang mga sitwasyon sa ibaba. Isulat ang W kung WASTO at M kung HINDI WASTO batay sa wastong posisyon, layo, at oras sa paggamit ng computer o iba pang device.

_____	1 Si Ana ay nakaupo nang tuwid, ang likod ay nakasandal sa upuan, at ang paa ay nakapatong nang patag sa sahig.	
_____	2 Si Lito ay nakalapit nang sobra sa screen habang gumagamit ng computer.	
_____	3 Si Kuya ay gumagamit ng tablet nang 2 oras na walang pahinga.	
_____	4 Si Nanay ay nagtatakda ng oras sa paggamit ng computer at nagpapahinga tuwing 30-60 minuto.	
_____	5 Si Ate ay gumagamit ng computer sa madilim na silid sa walang sapat na ilaw.	

TANDAAN: Tamang posisyon, sapat na layo, at tamang oras ang susi sa ligtas at malusog na paggamit ng computer at iba pang computing devices.





WEEKS 7-8

NATATALAKAY ANG WASTONG POSISYON, LAYO, AT ORAS SA PAGGAMIT NG COMPUTER AT IBA PANG COMPUTING DEVICES.



ACTIVITY 1:

PANUTO: Lagyan ng ✓ ang larawan kung nagpapakita ng wastong posisyon at layo sa paggamit ng computer. Lagyan ng ✗ kung hindi.

✓ Nakaupo nang tuwid ✓ Balikat ay relaks ✓ Mata ay nakatutok sa gitna ng screen ✓ Layo: 50-70 cm mula sa screen	✗ Nakayuko ang likod ✗ Masyadong malapit sa screen ✗ Maaaring magdulot ng pananakit ng mata at likod	✗ Nakahiga o nakalundo ✗ Masyadong malayo sa screen ✗ Hindi magandang posisyon sa likod	✗ Hindi nakaharap nang diretso ✗ Maaaring magdulot ng pananakit ng leeg at balik
--	---	--	---

ACTIVITY 2:

PANUTO: Isulat ang tamang oras ng paggamit ng computer o ibang computing device batay sa sitwasyon. Piliin sa mga pagpipilian sa kahon. Isulat ang iyong sagot sa patlang.

15 minuto

30 minuto

1 oras

2 oras

higit sa 2 oras

1. Naglalaro ka ng educational game bilang bahagi ng gawain sa paaralan.		ORAS
2. Nagsasaliksik ka sa internet para sa iyong proyekto.		ORAS
3. Nagsusulat ka ng report gamit ang word processor.		ORAS

TIPS:

- Panatilihin ang tamang posisyon at layo sa screen.
- Magpahinga tuwing 30 minuto (tingnan sa malayo o tumayo at mag-inat).
- Gumamit ng computer o device nang may wastong oras lamang.



WEEKS 9-10

MGA PANUNTUNANG PANGKALIGTASAN SA PAGGAMIT NG INTERNET

Naipaliwanag ang mga panuntunang pangkaligtasan sa paggamit ng Internet.



1 PAGTATAMBAI-TUGMA

PANUTO: Tingnan ang mga sitwasyon sa kaliwa. Tukuyin kung anong panuntunang pangkaligtasan sa Internet ang ipinapakita nito sa kanan. Isulat ang titik ng iyong sagot sa patlang.

1. Huwag ibahagi sa iba ang iyong personal na impormasyon.	A. Gamitin ang mga salita na hindi nakakasakit. Maging mabuting netizen.
2. Huwag makipagkita sa taong nakilala mo lamang sa Internet.	B. Huwag magtiwala agad sa mga mensahe o link mula sa hindi kilala.
3. Gumamit ng malakas na password at huwag ibahagi ito sa iba.	C. Protektahan ang iyong sariling impormasyon tulad ng address, telepono at paaralan.
4. Maging magalang at huwag mambully o manakit ng kapwa online.	D. Huwag makipagkita sa taong nakilala mo lang online upang manatiling ligtas.
5. Mag-ingat sa mga link o mensahe galing sa hindi kilalang tao.	E. Gumamit ng password na mahirap hulaan at huwag ibigay sa iba.

2 PAG-UURI

PANUTO: Basahin ang bawat pahayag sa ibaba. Isulat ang TAMA kung ito ay ligtas at wasto sa paggamit ng Internet. Isulat ang MALI kung ito ay hindi ligtas at hindi wasto. Isulat ang sagot sa patlang bago ang bilang.

- | | | |
|---|--|---|
| 1 | Ibinibigay ko ang aking address at numero ng telepono sa mga nakilala ko online. | ✗ |
| 2 | Nagagamit ko ang malalakas na password at pinaangatiling lihim ito. | ✓ |
| 3 | Lumilikha ako ng pekeng impormasyon tungkol sa ibang tao at ipinapakalat ko. | ✗ |
| 4 | Humihingi ako ng permiso sa aking magulang bago gumamit ng Internet. | ✓ |
| 5 | Nagtiwala ako agad at sinasagot ang mga mensahe mula sa hindi kilalang tao. | ✗ |
| 6 | Ipinagbibigay-alam ko sa aking magulang kung may nakitang kakaiba online. | ✓ |
| 7 | Ginagamit ko ang Internet para sa pag-aaral at mabubuting bagay. | ✓ |
| 8 | Nagsasabi ako ng masasamang salita o nananakit ng iba sa social media. | ✗ |



Tandaan: Maging matalino, maingat at responsible sa paggamit ng Internet. Protektahan ang sarili at igalang ang kapwa online!





WEEKS 9-10

NAIPAILLIWANAG ANG MGA PANUNTUNANG PANGKALIGTASAN SA PAGGAMIT NG INTERNET.



ACTIVITY 1:

PANUTO: Basahin ang bawat sitwasyon. Tukuyin kung ito ay LIGTAS (✓) o HINDI LIGTAS (✗) sa paggamit ng Internet.
Isulat ang ✓ o ✗ sa kahon.

1  Gumagamit ako ng malakas na password at hindi ibinabahagi sa iba. ☐	2  Nakikipag-usap ako sa hindi ko kilala sa internet at ibinibigay ang aking address. ☐	3  Ikinaklik ko ang mga kahina-hinalang link na nangako ng premyo. ☐
4  Nag-iisip muna ako bago mag-post ng larawan o impormasyon sa social media. ☐	5  Gumagamit ako ng internet nang maayos at hindi sobra-sobra ang oras. ☐	6  Nagda-download ako ng mga file o programa nang walang pahintulot. ☐

ACTIVITY 2:

PANUTO: Pagtapat-tapatin ang panuntunang pangkaligtasan sa Internet sa kaliwa sa tamang paliwanag sa kanan.
Isulat ang titik ng tamang sagot sa patlang.

1  Gumamit ng malakas na password.	• A Pinipigilan nito ang pag-access ng ibang tao sa iyong account.
2  Huwag makipag-usap sa hindi kilala online.	• B Nakakatulong ito upang manatiling malusog at hindi maadik sa internet.
3  Huwag i-click ang kahina-hinalang link.	• C Maaaring ito ay mapanganib at maaaring nakakahawa ng virus o scam.
4  Gumamit ng internet nang may limitasyon.	• D Protektahan ang iyong sarili at huwag ibigay ang address, numero ng telepono, o password.
5  Huwag ibahagi ang personal na impormasyon.	• E Maaaring may masamang intensyon o hindi totoo ang kanilang sinasabi.



TIP:

Gamitin ang internet nang wasto, ligtas, at responsable.
Maging matalino. Maging mapanuri. Maging ligtas sa online!

