

GRADE 1 to 12 DAILY LESSON PLAN	San Carlos Elem. School		Grade Level	THREE
	TEACHER		Quarter	
	SUBJECT	MAPEH	DATE	

LAYUNIN (OBJECTIVE)	
A.PAMANTAYANG PANGNILALAMAN (CONTENT STANDARDS)	Demonstrates the understanding of the importance of nutritional guidelines and balanced diet in good nutrition and health.
B.PAMANTAYAN SA PAGGANAP (PERFORMANCE STANDARDS)	Consistently demonstrate good decision-making skills in making food choices
C.MGA KASANAYAN SA PAGKATUTO (LEARNING COMPETENCIES)	Identify nutritional problems-overnutrition H3N-Icd-13 Values: Sharing Subject Integration: Science
II. NILALAMAN (CONTENT)	Subject Matter – Form of malnutrition: Overnutrition Reference – K to 12 Curriculum Guide in Health 3 Materials: Powerpoint Pictures Video
III. KAGAMITANG PANTURO (LEARNING RESOURCES)	
A. SANGGUNIAN (References)	
1.Mga Pahina sa Gabay ng Guro	C.G p. 28, T.G p. 367-368, LM 423
2.Mga Pahina sa Kagamitang Pangmag-aaral	
3.Mga Pahina sa textbook	
4.Karagdagang kagamitan mula sa postal ng Learning Resources	
B. IBA PANG KAGAMITANG PANTURO	
A. BALIK-ARAL SA NAKARAANG ARALIN AT/O PAGSISIMULA NG BAGONG ARALIN. (Reviewing previous lesson/ presenting the new lesson)	Nuong nakaraang linggo pinagusapan natin sa health ang tungkol sa bitamina. Mahalaga nga ba talaga ang bitamina sa ating katawan? # Tunay na mahalaga ang bitamina sa ating katawan upang tayo ay manatiling malusog ang pangangatawan.
B. PAGHAHABI NG LAYUNIN NG ARALIN. (Establishing a purpose for the lesson)	Ngayon naman ay pag-aaralan natin kung sobra ba ang iyong pagkain o ang tinatawag na overeating o obesity.
C. PAG-UUGNAY NG MGA HALIMBAWA SA BAGONG ARALIN. (Presenting examples/instances of the new lesson)	Ating basahin ang mga pangungusap at sabihin sa sarili kung ito ay iyong nararanasan o nararamdaman. Mabilis akong mapagod Sobra akong pawisan Nahihirapan akong huminga Bumibigat ang aking timbang Sumasakit ang ang aking mga kasukasuan

D. PAGTALAKAY NG BAGONG KONSEPTO AT PAGLALAHAD NG BAGONG KASANAYAN #1
(Discussing new concept and practicing new skills #1)

Makinig sa isang liham ng aking kaibigan.

Mahal kong kaibigan,

Kumusta ka na? Halos isang linggo ka nang hindi pumapasok sa ating klase. Hindi moh na tuloy nakakain ang mga paborito mong pagkain sa canteen tulad ng Ice cream, Cake, Pizza, Spagetti at Chocolate Shake. Tumawag ako sa bahay ninyo. Sabi ng tatay mo na madali kang mapagod at nahihirapang huminga. Tinanong ko rin siya kung maaari ba tayong maglaro pagkalabas natin ng paaralan pero sabi niya hindi daw puwede. Ayaw mo na rin daw pumasok dahil natatakot ka na baka tuksuhin kang mataba ng ating mga kaklase. Sana tumawag ka sa akin para masabi ko sa iyo ang ating mga takdang-aralin. Sana makapasok ka na rin agad.

Nagmamahal,
Ang iyong kaibigan

Sagutin ang sumusunod na tanong:

1. Bakit hindi pumapasok sa paaralan ang kaniyang kaibigan?
-natatakot n matuksong mataba ng kaklase
2. Ano ba ang itsura ng kaniyang kaibigan?
-mataba
3. Ano ang pinagdadaanan ng kaniyang kaibigan?
Madaling mapagod at nahihirapang huminga dahil sa pgiging mataba.
4. Ano-ano ang pagkain na kinakain ng kaniyang kaibgan na naging dahilan ng kaniyang sobrang pagtaba?
5. Ano ang dapat gawin sa sobrang pagkain?
6. Ano anag tawag sa sakit na nakukuha sa labis n pagkain?
7. Ano ang tawag sa batang may sakit na obesity?

E. PAGTALAKAY NG BAGONG KONSEPTO AT PAGALALAHAD NG BAGONG KASANAYAN #2
(Discussing new concept and practicing new skills #2) (EXPLORE)

Tayong lahat ay may paboritong pagkain.

Isagot ang **U** kung dapat kumain o uminom lamang ng kaunti, **I** kung katamataman at **R** naman kung dapat kumain ng marami nito.

1. Ice cream at cake
2. Isda at gatas
3. Gulay
4. Tsokolate
5. Manok at baboy

F. PAGLINANG SA KABIHASAAN (Tungo sa formative assessment)
Developing mastery (Leads to formative assessment)

☐ Kayo ay hahatiin ko sa tatlo. Narito ang gagawin ng bawat pangkat.

Pangkat 1-Gumawa ng kanta tungkol sa pagkain ng sobra

Pangkat 2-Gumawa ng tula tungkol sa kalusugan

Pangkat 3-Gumawa ng slogan tungkol sa pagkain ng tama.

G. PAGLALAPAT NG ARALIN
SA PANG-ARAW-ARAW NA
BUHAY
(Finding practical/application
of concepts and skills in daily living)

- Pagtatalakay ng ginawa ng bawat grupo.
- ☐ Tama ba ang ginawa ng bawat grupo.
 - ☐ Naipahayag ba ng bawat grupo ang tungkol sa kalusugan.

PAGLALAHAT NG ARALIN
(Making generalizations and
abstractions about the lesson)
(ELABORATE)

Tandaan:

Ang obesity ay isang karamdaman na nakukuha sa labis na pagkain.

Ang batang **obese** ay nhihirapan sa pagkilos nang maayos, Nahihirapan silang gawin ang mga bagay na ginagawa ng mga batang normal ang timbang.

H. PAGTATAYA NG ARALIN
(Evaluating Learning) (EVALUATION)

Isulat ang **Tama** kung ang pahayag ay totoo at **Mali** kung ang pahayag ay hindi.

Mali 1. Ang batang sobra kung kumain ay nakararanas ng kakulangan sa nutrisyon.

Tama 2. Ang batang sobra kung kumain ay nagiging **obese**.

Mali 3. Ang batang **obese** ay sobrang payat.

Tama 4. Ang batang sobra ang katabaan ay nababawasan ang kakayahan na gumawa ng maraming bagay.

Mali 5. Ang batang **obese** ay kulang sa protina at **carbohydrates** sa kanilang diyeta.

I. KARAGDAGANG GAWAIN
PARA SA TAKDANG ARALIN
AT REMEDIATION.
(Additional activities for application or
remediation) (EXTEND)

Iguhit o gumupit ng larawan ng paborito mong pagkain.

V. REMARKS

Prepared by:

TEACHER I

Checked by:

Master Teacher - I

Noted by:

PRINCIPAL II