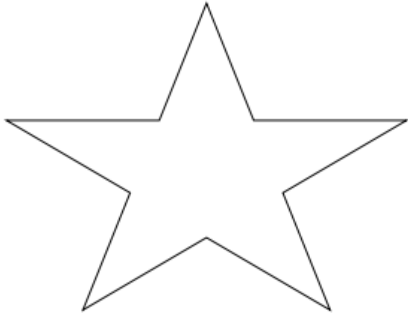


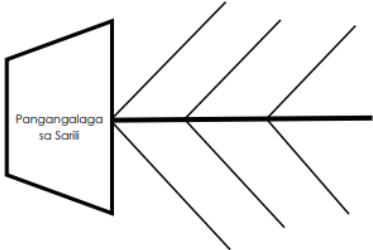
 GRADES 1 to 12 DAILY LESSON LOG	School:		Grade Level:	III
	Teacher:		Learning Area:	ESP
	Teaching Dates and Time:	JUNE 23 – 27, 2025 (WEEK 2)	Quarter:	1ST QUARTER

	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
I OBJECTIVES					
<i>A. Content Standard</i>	Naipamamalas ang pag-unawa sa kahalagahan ng sariling kakayahan, pagkakaroon ng tiwala, pangangalaga at pagiingat sa sarili tungo sa kabutihan at kaayusan ng pamilya at pamayanan				
<i>B. Performance Standard</i>	Naipakikita ang katapatan, pakikiisa at pagsunod sa mga tuntunin o anumang kasunduang itinakda ng mag-anak na may kinalaman sa kalusugan at kaligtasan tungo sa kabutihan ng lahat				
<i>C. Learning Competency/s</i>	Nakatutukoy ng mga damdamin na nagpapamalas ng katatagan ng kalooban (EsP3PKP- Ic – 16) Nakagagawa ng mga wastong kilos at gawi sa pangangalaga ng sariling kalusugan at kaligtasan. (EsP3PKP- Ie – 18)				
II CONTENT	Matatag Ako, Kaya Ko!				Lingguhang Pagtataya
III. LEARNING RESOURCES					
A. References					
<i>1. Teacher’s Guide Pages</i>	CG ph. 17 ng 76	CG ph. 17 ng 76		CG ph. 17 ng 76	CG ph. 17 ng 76
<i>2. Learner’s Materials pages</i>					
<i>3. Text book pages</i>					
<i>4. Additional Materials from Learning Resources</i>					
B. Other Learning Resources					
IV. PROCEDURES					
<i>A. Reviewing previous lesson or presenting the new lesson</i>	Pagpapakita ng larawan ng mga sikat na personalidad.	Balik – Aral 1. Kapag nabibigo, dapat na ____ A. umiwas o tumakas ka B. lumaban ka	Balik – Aral : Ano-anong katangian ng isang batang katulad mo ang	Wellness Is Life Nestlé Wellness Campus Nestlé PH - YouTube	Gumawa ng poster tungkol sa pangangalaga ng sariling kalusugan at kaligtasan

	a. Sino ang nasa larawan? b. Sa anong larangan kilala ang mga nasa larawan? c. Ano ang dapat ninyong gawin upang malinang pa ninyo ang inyong mga kakayahan o talento?	2. Kung may nararanasang suliranin, dapat na _____ A. mawalan ng pag-asa B. magkaroon ng pag-asa 3. Sa oras ng pagsubok, kailangan mo ng _____ A. tibay ng loob B. tibay ng isip 4. Ang pahayag na: “ang buhay sa mundo ay hindi laging lungkot at kasawian” ay _____ A. tama B. mali 5. Hangad ng awit para sa nakikinig nito ang magkaroon ng _____ A. katatagan ng kalooban B. kahinaan ng kalooban	nagpapakita ng katatagan ng loob? Isulat ang iyong sagot sa loob ng mga bituin. Gawin ito sa papel		
<i>B. Establishing a purpose for the lesson</i>	Paunang Pagsubok: Suriin ang sumusunod na mga sitwasyon. Lagyan ng tsek (✓) kung ito ay ginagawa mo at ekis (X) kung hindi. Isulat sa papel	Mag-isip ng isang pangyayari sa iyongbuhay na nagpamalas ka ng katatagan ng iyong kalooban. Isulatang sagot sa iyong kuwaderno.	GO GROW GLOW FOODS SONG - Masustansiyang Pagkain (Tune: If you're happy and you know it) - YouTube	• Tungkol saan ang awitin? • Anu-ano ang dapat gawin upang manatiling malusog nag ating pangangatawan	

	ang iyong sagot. 1. Tinatanggap ko ang pagkatalo na maluwag sa aking kalooban. 2. Nagdadabog ako kapag inuutusan. 3. Magsasabi ako nang totoo kahit ako ang mapapagalitan. 4. Humihingi ako ng paumanhin sa kasalanang aking nagawa at iniwasan ko ang makipag-away. 5. Tatanggapin ko ang mga pangaral sa akin ng mga nakatatanda.				
<i>C. Presenting Examples/instances of new lesson</i>	Kumusta ang iyong ginawa? Ang gawaing iyong natapos ay isang paraan lamang upang madiskubre ang taglay mong katatagan ng kalooban	Pag-usapan ang pandemya. Paano naging matatag ang iyong loob laban sab anta ng COVID 19.	• Tungkol saan ang awiitn? • Bakit mahalaga ang pagkain ng go, grow and glow foods? Talakayin ang masusutansyang pagkain at benepisyo nito sa katawan.	Ang patuloy na pangangalaga sa sariling kalusugan at kaligtasan ay makabubuti sa ating katawan. Makabubuti rin ito sa ating aspektong pandamdamin o emosyon. Sa kasabihang “Ang kalusugan ay kayamanan” ay isang makatotohanang kaisipang dapat na paniwalaan. Ang katawan	

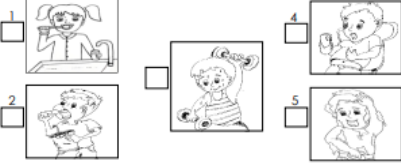
				ay maaaring ligtas mula sa karamdaman kung nakagagawa ng wastong kilos at gawi tulad ng pagpapanatiling malinis sa katawan, tamang bilang at oras ng pagtulog, tamang pageehersisyo, pagkakaroon ng positibong pagkilala sa sarili, pagiging masayahin, at pagkain ng tama at masusustansiyang pagkain sa tamang oras	
<i>D. Discussing new concepts and practicing new skills #1</i>	Iba't Ibang Emosyon Song - YouTube • Anu-ano ang iba't ibang emosyon ayon sa aawitin? • Alin dito nag nakakapagp atibay ng iyong loob?	Sumulat ng isang panalangin tungkol sa COVID 19 Ang pagdarasal ay isa sa nagpapatibay ng ating kalooban sa gitna ng pagsubok.	Totoong ang kalusugan ay kayaman. Masasabing ikaw ay malusog kung maayos o masigla ang iyong pangagatawan. Malusog ka kung wala kang sakit o karamdaman. Magagawa mo ang iyong nais at maaaring humaba pa ang iyong buhay. Ang kalusugan ay kaayusang pisikal, mental o pag-iisip, emosyonal o damdamin, sosyal at espirituwal.	Isulat sa loob ng bituin ang iyong mga pangako upang mapanatili ang pangangalaga sa sariling kalusugan at kaligtasan. Kopyahin at isulat ito sa sagutang papel. 	

			Dapat mong pangalagaan ang sariling kalusugan. Matatamo ito kung maisasagawa ang iba't ibang wastong kilos at gawi.		
E. Discussing new concepts and practicing new skills #2	Ang pagkakaroon ng matatag na kalooban ay angkakayahang harapin ang anomang gawain o sitwasyon nangwalang takot o alinlangan. Halimbawa nito ay ang pagharap samga hamon ng buhay nang may tiwala sa sarili. Palatandaan na matatag ang iyong kalooban kung ikaw ay: • hindi sumusuko sa mga aralin at gawaing bahay • hindi nagpapadal a sa pakikipag-a way	Kahit ikaw ay nasa murang edad pa lamang, may mga kakayahan ka na upang maipamalas ang katatagan ng iyongkalooban. Gagawin mo ito para sa iyong sarili, pamilya at kapwa. Makabubuting pagtuunan mo ng pansin ang mga gawain na magpapatatag sa iyong kalooban upang patuloy kang makagawa ng mga makabuluhang aksyon.	Ilan sa mga dapat mong gawin ay ang mga sumusunod: • Pagsunod sa social distancing (magkakalayo sa isa't isa) • paglilinis ng katawan (paliligo, pagsisipilyo) • pagkain ng masusustansi yang pagkain • pagliligpit ng mga kalat at mga laruan • pagwawalis sa loob at labas ng bahay • paghihiwa-hi walay ng basura	Isulat sa loob ng grapikong presentasyon ang mabuting gawi na nagtataglay ng pangangalaga sa sariling kalusugan at kaligtasan. Kopyahin at isulat sa sagutang papel. 	

	- tumatangga p ng puna o payo mula sa iba - umaamin sa nagawang pagkakamali - kalmadong kumikilos kung may sakuna - nanatiling masayahin kahit may sakit o suliranin		pagtulog at paggising nang maaga		
<i>F. Developing mastery (Leads to Formative Assessment)</i>	Pangkatang Gawain Pag-usapan kung alin sa mga sumuusnod na halimbawang ibinigay ang iyong nagaw ao ginagawa upang mapagtibay ang kalooban.		Suriing mabuti ang bawat larawan. Piliin ang bilang na nagpapakita ng mabuting gawi. Isulat ito sa sagutang papel.  1. Batang nagisipilyo  2. Batang nagkasakit  3. Batang nag-eherisyo  4. Batang naghuhugas ng kamay  5. Batang kulang sa tulog	Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat ito sa iyong papel. 1. Ang batang malusog ay _____. A. sakitin B. may aktibong katawan C. magaspang na balat D. madaling mapagod 2. Ang pagkain ng masustansiyang gulay, prutas, at pag-inom ng gatas ay nakatutulong sa ating _____. a. kaisipan b. kapitbahay c. katamaran d. katamlayan	

				3. Ang pagsisimba tuwing linggo ay nakatutulong sa ating _____. a. pag-inom b. paglalaro c. paniniwala d. pagpapasya 4. Gaano kadalas maligo ang isang tao? a. Bihira b. Araw-araw c. Hindi naliligo d. Tuwing ikalawang araw 5. Ang pagtulog sa tamang oras ay nakakatutulong sa ating _____. a. kalikasan b. kaliksihan c. katamlayan d. katawan	
G. Finding Practical applications of concepts and skills	Pangkatina ang klase sa apat. Ang lahat ng pangkat ay magsasagawa ng dula-dulaan tungkol sa nabunot nilang sitwasyon ukol sa aaralin	Basahin ang sumusunod na sitwasyon. Gumawa ng graphic organizer katulad ng nasa ibaba para sa iyong magiging sagot. Sitwasyon 1: May patimpalak sa pagkanta. Ikaw ang napiling kalahok sa inyong pangkat. Ano-anong mga gawain ang nagpapakita ng matatag na kalooban?	Iguhit ang sarili na nagpapakita ng malusog na gawi.	Ngayong panahon ng pandemya, anu-ano ang kailangan mong gawin upang manatiling ligtas at malusog?	

		Sitwasyon 2: May ginuguhit ang iyong kaklase at hindi mo sinasadyang napatid ito dahil sa iyong pagmamadali. Dahil sa inis, hinamon ka niya ng suntukan. Paano mo ipapakita ang Mga Gawainag Nagpapakita ng Katatagan ng Kalooban			
H. Making generalizations and abstractions about the lesson	Sa panahong hindi mo alam ang gagawin, ikaw ay natatakot onaguguluhan, lakasan mo ang iyong loob.	May mga palatandaaan na nagpamamalas ng katatagan ng kalooban. Ilan sa mga ito ang pagkakaroon ng tiwala sa sarili na harapin ang mga mabibigat na hamon at problema, pag-iisip bago gumawa ng hakbang o aksiyon, pagpipigil sa sarili upang huwag makasakit sa ibang tao, paggawa sa mga sariling responsibilidad, gawain, at iba pa.Bilang isang mag-aaral, mabuting bigyang halaga ang mga bagay na nagpapatatag sa iyong	Anu -ano ang mga paraan ng pagiging malusog?	Bakit mahalaga ang pangangalaga sa sarili?	

		sarili upang magagawa mo ang mga mahahalagang hakbang. Ang pagkakaroon ng matatag na kalooban ay isang katangiang dapat tularan ng lahat. Isa sa mga palatandaan nito ay pagiging positibo sa lahat ng pagkakataon kahit gaano pa kahirap ang isang bagay.			
I. Evaluating Learning	Presentasyon ng dula – dulaan. Gumamit ng rubrics.	Basahin at unawain ang bawat aytem. Piliin ang letra ng tamang sagot. Isulat ang sagot sa iyong kuwaderno. 1. Ito ay kataingan na nagpapakita ng kakayahang harapin ang anomang gawain o sitwasyon nang walang takot o alinlangan. A. tatag ng loob B. katapangan C. pagka-matiyaga 2. Ang pahayag na “ang kailangan mo’y tibay ng loob kung mayro’ng pagsubok man” ay _____	Isulat sa loob ng mga kahon ang mga mabubuting gawaing nagtataglay ng pangangalaga sa sariling kalusugan at kaligtasan. Isulat ito sa sagutang papel. 	Suriin ang bawat larawan. Lagyan ng tsek () ang loob ngkahon kung ito ay nagpapakita ng mabuting gawi ng pangangalaga ng sariling kalusugan at kaligtasan. Lagyannaman ng ekis (X) kung ito ay hindi. Isulat sa sagutang papel. 	

		A. tama B. mali C. di-tiyak 3. Masasabing matatag ang iyong kalooban kung _____ A. nakikinig ka kapag pinagsasabihan at nagsisikap magbago C. hindi ka humihingi ng tawad kapag nagkakamali D. nagtatampo ka kung pinagsasabihan sa maling nagawa _____ 4. Palatandaan ng katatagan ng kaloobang ang A. hindi pagpapadala sa pakikipag-away B. pag-amin sa nagawang pagkakamali C. lahat ng nabanggit 5. Ang mga sumusunod ay nagpapakita ng katatagan ng kalooban, MALIBAN kay _____			
--	--	---	--	--	--