4

Sagutang Papel Sa EPP

Kuwarter 3

Aralin 2

PAG-AARI NG PAMAHALAAN
HINDI IPINAGBIBILI

IMPLEMENTATION OF THE MATATAG K TO 10 CURRICULUM

Sagutang Papel sa EPP 4
Kuwarter 3: Aralin 2 (Linggo 2)
TP 2024-2025

Ang materyal na ito ay inilaan lamang para sa paggamit ng mga guro na kalahok sa implementasyon ng MATATAG K to 10 Curriculum sa taong panuruang 2024-2025. Layunin nitong mailahad ang nilalaman ng kurikulum, pamantayan, at mga kasanayang dapat malinang sa mga aralin. Ang anomang walang pahintulot na pagpapalathala, pamamahagi, pagmomodipika, at paggamit ay mahigpit na ipinagbabawal at may karampatang legal na katumbas na aksiyon.

Ang mga nahiram na nilalaman na kasama sa materyales na ito ay pag-aari ng mga may karapatang-sipi. Ginawa ang lahat upang malaman ang pinagmulan at makahingi ng permiso na magamit ang mga ito mula sa nagmamay-ari ng karapatang-sipi. Ang mga tagapaglathala at pangkat ng tagabuo ay walang anomang karapatan sa pagmamay-ari para sa mga ito.

Bumuo sa Pagsusulat

Manunulat:
- Froilan B. Manas (Benguet State University)

Mga Tagasuri:
- Regidor G. Gaboy (Central Luzon State University)
- Jeffrey Ginez (Philippine Normal University)

Management Team
Philippine Normal University
Research Institute for Teacher Quality
SiMERR National Research Centre

Ang bawat pag-iingat ay ginawa upang masigurado ang katiyakan ng mga impormasyong nakapaloob sa materyales na ito. Para sa mga katanungan o fidbak, maaaring sumulat o tumawag sa Tanggapan ng Direktor ng *Bureau of Learning Resources* sa mga numero ng telepono (02) 8634-1072 and 8631-6922 o mag-email sa blr.od@deped.gov.ph.

SAGUTANG PAPEL NG PAGKATUTO

Asignatura	EPP 4	**Kuwarter**	3	
Bilang ng Aralin	2	**Petsa**		
Pamagat ng Aralin/ Paksa	Pagkilos, Pangangalaga at mga Kagamitang Pansarili sa Panahon ng Pagdadalaga at Pagbibinata			
Pangalan:		**Baitang at Pangkat:**		

I. Gawain Bilang 1: Subukan Natin

II. Layunin:

Pagkatapos ng gawain ito, naisasagawa ang mga paraan sa pag-aayos at pangangalaga ng sarili.

III. Kailangang Materyales:

Consumables at gamit sa pangangalaga ng sarili (sabong pampaligo, bimpo, tuwalya, shampoo, suklay o hairbrush, sepilyo, toothpaste, nail cutter, nail file o panliha)

IV. Panuto:

Pagsasagawa: Kayo ay magkakaroon ng role play o pakitang gawa (Wastong Paraan ng Paliligo), pagbabalik-pagpapakita o return demonstration (Mga Simpleng Paraan sa Paglilinis ng Buhok, Mga Mungkahing Hakbang sa Pagsesepilyo ng Ngipin, Mga Hakbang sa Paglilinis ng Binti at Paa, Pangangalaga sa mga Kuko) at pagtatalakay (Pagkakaroon ng Sapat na Pahinga at Tulog at Pagtanggal ng Dumi sa Katawan) sa pagsasagawa ng mga paraan sa pag-aayos at pangangalaga ng sarili.

Panuto:

1. Bumuo ng pangkat na binubuo ng apat (4) o limang (5) miyembro.
2. Ihanda ang mga kagamitan o consumables para sa pag-aayos at pangangalaga ng sarili.
3. Isagawa ang mga hakbang sa wastong paraan ng paliligo, mga simpleng paraan sa paglilinis ng buhok, mga mungkahing hakbang sa pagsesepilyo ng ngipin, mga hakbang sa paglilinis ng binti at paa, pangangalaga sa mga kuko.
4. Talakayin ang mga dapat tandaan sa pagkakaroon ng sapat na pahinga at tulog at pagtanggal ng dumi sa katawan.

Gabay na mga tanong:

a. Paano magkakaroon ng sapat na pahinga at tulog?
b. Sa ano-anong paraan natatangal ang mga dumi sa ating katawan? Ano-ano ang mga dapat isaalang-alang sa pagtanggal ng dumi sa ating katawan?

5. Maaaring magtanong ang guro pagkatapos ninyong nagpapakita ng role-play, demonstrasyon at pagtatalakay.
6. Gamitin ang mga rubriks para sa mga gawain.

Rubrik sa role play at return demonstration

Pamantayan	**Mahusay (10 puntos)**	**Katamtaman (7 na puntos)**	**Kailangang pang paghusayin (4 na puntos)**
Pagsasagawa ng mga Hakbang	Maayos at oganisado ang pagpapakita ng lahat ng mga hakbang	Maayos at oganisado ang pagpapakita ng mga karamihan na hakbang	Hindi maayos at organisado ang pagpapakita ng mga karamihan na hakbang.
Pagtatalakay	Maliwanag, maayos, at kumpleto sa datos ang pagtatalakay	Maliwanag, maayos, pero medyo kulang sa datos ang pagtatalakay	Hindi masyadong maliwanag, at maayos, at kulang sa datos ang pagtatalakay

SAGUTANG PAPEL NG PAGKATUTO

Asignatura	EPP 4	**Kuwarter**	3	
Bilang ng Aralin	2	**Petsa**		
Pamagat ng Aralin/ Paksa	Pagkilos, Pangangalaga at mga Kagamitang Pansarili sa Panahon ng Pagdadalaga at Pagbibinata			
Pangalan:		**Baitang at Pangkat:**		

I. Gawain Bilang 2: Pagsasagawa

II. Layunin:
Naipakikita ang tamang pagkilos sa panahon ng pagdadalaga at pagbibinata

III. Mga Kailangang Materyales:
upuan
mga gamit na bubuhatin

IV. Panuto:

Pagsasagawa: Kayo ay magkakaroon ng role play o pakitang gawa o pagbabalik-pagpapakita o return demonstration (maayos Na pagtayo, pag-upo, paglakad at pagyuko), kasama ang paggamit ng magalang na salita, pagkain sa masustansyang pagkain, at pag-eehersisyo.

Panuto:

1. Bumuo ng pangkat na binubuo ng apat (4) o limang (5) miyembro.
2. Ihanda ang mga kagamitan para sa pagpapakita ng tamang pagkilos sa panahon ng pagdadalaga at pagbibinata
3. Isagawa ang mga hakbang sa wastong paraan para sa maayos na pagtayo, pag-upo, paglakad at pagyuko, kasama ang pagtalakay sa paggamit ng magalang na salita, pagkain sa masustansyang pagkain, at pag-eehersisyo.

Gabay na mga tanong:

a. Ano-anong magalang na salita ang gagamitin sa iba't ibang sitwasyon? Ano-anong mga masusustansyang pagkain ang kakainin? Ano-anong benepisyo ang nakakamtan sa pag-eehersisyo?

4. Maaaring magtanong ang guro pagkatapos ninyong nagpapakita ng role-play, demonstrasyon at pagtatalakay.
5. Gamitin ang mga rubriks para sa mga gawain.

Rubrik para sa gawain

Pamantayan	Mahusay (10 puntos)	Katamtaman (7 puntos)	Kailangan pang paghusayin
Wasto ang lahat ng posturing ipinakita sa unang beses			
Naging masining ngunit makabuluhan ang isinagawang pagsasadula upang maipakita ang mga tamang postura			
Aktibong nakilahok ang bawat kasapi ng pangkat			

SAGUTANG PAPEL NG PAGKATUTO

Asignatura	EPP 4	**Kuwarter**	3	
Bilang ng Aralin	2	**Petsa**		
Pamagat ng Aralin/ Paksa	Pagkilos, Pangangalaga at mga Kagamitang Pansarili sa Panahon ng Pagdadalaga at Pagbibinata			
Pangalan:		**Baitang at Pangkat:**		

I. Gawain Bilang 3: Pangkatang Kasuotan

II. Layunin:

Nakapipili ng angkop na pananamit sa panahon ng pagdadalaga at pagbibinata

III. Mga Kailangang Materyales:

upuan
mga gamit na bubuhatin

IV. Panuto:

3. Paglalapat at Pag-uugnay

Pangkatang Kasuotan: Magkakaroon ng pangkatang gawain at ang bawat grupo ay bubunot ng okasyon o panahon. Ihahanda ng bawat grupo ang mga angkop na kasuotan at ipaparada sa loob ng silid-aralan. Pagkatapos, sasagutan ang bawat grupo ang tanong: “Paano nakapipili ng angkop na pananamit sa panahon ng pagdadalaga at pagbibinata?” “Bakit iniaangkop ang pananamit sa panahon ng pagdadalaga at pagbibinata?”

Pamantayan	Mahusay (10 puntos)	Katamtaman (7 puntos)	Kailangan pang paghusayin (5 puntos)
Angkop ang pananamit batay sa nabunot na okasyon o panahon			
Aktibong nakilahok ang bawat kasapi ng pangkat			