PAKIKISAMA

3

ARALIN

TALAAN NG MGA TATALAKAYIN

- Panimula
- Sa Labas, sa Paligid, sa Ilalim, o sa Pamamagitan?
- Mga Tool Para sa Tagumpay
- Tips Mula sa Amin
- Konklusyon
- Pagtatasa sa Estudyante

MGA LAYUNIN

Makibahagi ang mga estudyante sa isang aktibidad kung saan gagamitin nila ang iba't ibang kasanayan para manaig sa mga hadlang at makamit ang mga hangarin.

Matukoy ng mga estudyante ang mga kasanayan na natutunan nila at ginamit sa aktibidad.

Makikipagtulungan ang mga estudyante para makagawa ng mga poster na idi-display sa kanilang silid-aralan o paaralan.

MGA KINAKAILANGANG MATERYALES

- Labinlimang platong papel (Bahagi I)
- Apat na pirasong poster paper (Bahagi III)
- Sari-saring krayola, marker, lumang magasin, gunting, glue, at tape (Bahagi III)

Panimula

3 Minuto

Isulat sa pisara ang mga salita na “susunod na taon.” Kunin ang mga sagot ng mga estudyante sa pariralang ito. Udyukan ang maraming estudyante hangga't maaari na alamin ang parehong positibo at negatibong damdamin. Pagkatapos, sabihin sa kanila na dahil hindi alam ang hinaharap, ang pag-iisip tungkol dito ay puwedeng maging sanhi ng mga magkahalong damdamin.

Sabihin sa mga estudyante, “Likas na nag-aalala ang bawat isa tungkol sa kung ano ang darating, ngunit batay sa natutunan mo sa klaseng ito, dapat may tiwala ka sa kakayahan mong harapin ang mga bagong hamon at manaig sa mga hadlang. Ngayong araw, pag-uusapan natin ang tungkol sa ilang kasanayang natutunan mo na tutulong sa iyo na magtagumpay sa hinaharap.”

Bahagi I: Sa Labas, sa Paligid, sa Ilalim, o sa Pamamagitan?

20 Minuto

Layunin: Makibahagi ang mga estudyante sa isang aktibidad kung saan gagamitin nila ang iba't ibang kasanayan upang manaig sa mga hadlang at makamit ang mga hangarin.

1. Maghanda ang mga estudyante para sa aktibidad.

Tagubilinan ang mga estudyante na ilipat sa gilid ng silid-aralan ang lahat ng upuan, desk, at mesa. Kapag tapos na sila, hatiin ang klase sa dalawang grupo. Kung hindi pantay ang bilang ng mga estudyante, humiling ng isang boluntaryo para maging referee.

Ilagay ang 15 platong papel sa isang tuwid na linya sa gitna ng bakanteng espasyo, na may natitirang halos isang talampakang espasyo sa pagitan ng mga plato. Siguraduhin na may sapat na espasyo sa magkabilang dulo ng hanay ng mga plato para luminya ang mga grupo. I-tape ang mga plato sa sahig.

Ipakita sa mga grupo kung saan sila lilinya sa magkabilang dulo ng hanay, at pagkatapos tagubilinan sila ng sumusunod:

- Dapat magsimula nang sabay ang dalawang grupo.
- Ang layunin ay para makarating sa kabilang panig ng silid ang bawat estudyante sa isang grupo na tinatapakan lamang ang mga plato.
- Kung tumapak sa sahig ang estudyante, dapat silang bumalik sa hulihan ng linya.
- Ang grupo na unang makalipat mula sa isang dulo ng hanay ng mga plato tungo sa kabilang dulo ay mananalo.

2. Magtutulungan ang mga estudyante sa kani-kanilang grupo para makamit ang kanilang mga hangarin.

Bigyan ng panahon ang mga estudyante para makabuo ng isang estratehiya.

Kapag handa na sila, hilingin ang mga grupo na luminya sa kahit saang panig ng hanay ng mga plato at sabihin sa kanila na magsimula. Kapag nanlumo na ang mga estudyante, ihinto ang aktibidad.

3. Magtutulungan ang mga estudyante sa kani-kanilang grupo upang makamit ang isa pang hangarin.

Ipaliwanag na uulitin ngayon ng mga grupo ang aktibidad na ito. Sabihin sa mga estudyante na hindi nagbago ang mga patakaran, pero sa pagkakataong ito, dapat silang gumawa ng mga estratehiya na magpapahintulot sa kanila na makalipat sa hanay ng mga plato kahit pa nakakasulubong ang mga miyembro ng ibang grupo.

Kung kinakailangan, ituwid ang mga plato bago ulitin ang aktibidad. Kapag handa na ang mga grupo, sabihin sa kanila na magsimula. Paalalahanan ang iyong referee, kung mayroon ka, na siguraduhing hindi tumatapak sa sahig ang mga grupo. Imungkahi na obserbahan ng mga estudyante kung paano nagagawa ng iba ang atas upang makabuo ng mga estratehiya para

manalo. Dapat matuklasan ng mga estudyante na maaari silang lumapit sa isa't isa sa pamamagitan ng paghawak sa balikat ng isa't isa at pagtapak sa plato sa iisang paa. Pwede din silang mag-squat na nasa plato ang dalawang paa habang tumatawid ang isa pang estudyante.

Bigyan ang mga estudyante ng mas maraming oras hangga't maaari para unti-unting makatawid sa mga plato. Maaari itong maging mabagal na proseso, pero hayaan ang mga estudyante na isagawa ang pamamaraan sa kanilang sarili. Magkomento lamang para mapanatili ang kaayusan o para lutasin ang mga pagtatalo tungkol sa pagtapak sa sahig.

Ihayag na ang unang grupo na makakarating sa kabilang panig ang mananalo.

Bahagi II: Mga Tool sa Tagumpay 10 Minuto

Layunin: Alamin ng mga estudyante ang mga kasanayan na natutunan nila at ginamit sa aktibidad.

1. Malaman ng mga estudyante ang mga kasanayan at kakayahan na kanilang natutunan at ginamit.

Simulan ang isang talakayan tungkol sa aktibidad na katatapos lamang sa pamamagitan ng paghiling sa mga estudyante na banggitin ang ilang kasanayang ginamit nila para makatawid nang matagumpay sa mga plato. Sa pamamagitan ng mga tanong at komento, gabayan ang mga estudyante na maintindihan kung paano nila ginamit ang mga sumusunod na kasanayan sa aktibidad na ito:

- Teamwork: kakayahang gumawa nang sama-sama sa kabila ng mga pagkakaiba; kakayahang makipagtulungan sa isa't isa upang makamit ang isangkomun na hangarin
- Pag-asa sa sarili: kakayahang gumawa na may positibong saloobin, makontrol ang stress, at gumawa ng hakbang upang makamit ang isang tunguhin
- Komunikasyon: kakayahang makipag-usap nang mabisa sa pamamagitan ng pagsasalita at pakikinig; kakayahang maghatid ng mga mensahe sa berbal at hindi berbal na paraan

- Pagdedesisyon: kakayahang mag-isip ng iba't ibang pagpipilian at ang mga kahihinatnan nito, at gumawa ng mga pagpapasya upang maabot ang mga tunguhin
- Paglutas ng problema: kakayahang alamin ang isang problema at kumilos batay sa pagpipilian para makarating sa isang solusyon
- Pagtatakda ng tunguhin: kakayahang gumawa ng mga desisyon tungkol sa pagkamit ng mga panandalian, katamtaman, at pangmatagalang tunguhin

2. Malaman ng mga estudyante ang kanilang potensyal.

Bigyang-diin na ang mga kasanayang ito ay mga kasangkapan para sa tagumpay at sa pamamagitan ng paggamit ng mga kasanayang ito, mananaig ang mga estudyante sa mga hadlang at makamit ang mga tunguhin. Tanungin ang mga estudyante kung paano magiging kapaki-pakinabang sa kanila ang mga kasanayang ito sa susunod na taon, sa high school, at kapag may trabaho na sila.

Paalalahanan ang mga estudyante na hindi kinakailangan na maging straight-A na estudyante o maging sikat para matagumpay na malinang at gamitin ang mga kasanayang ito. Sabihin, "Ang matagumpay na pakikisama ay isang paraan na gamitin ang mga kasanayan na mayroon ka. Kung gagamitin mo ang mga ito, lalong lalakas ang mga ito at ganap na malinang habang lumalaki ka at nagbabago."

Bahagi III: Tips mula sa Amin

15 Minuto

Layunin: Makipagtulungan ang mga estudyante upang makagawa ng mga poster na maipapakita sa kanilang silid-aralan o paaralan.

1. Gagawa ng mga poster ang mga estudyante upang ibuod ang kanilang natutunan sa klaseng ito.

Sa pisara, isulat, "Kung nais mong magtagumpay, tandaan na..." Ipaliwanag na ang mga estudyante ay dapat magtrabaho bilang mga grupo para makagawa ng mga poster na may ilang tip na tatapos sa pangungusap na ito. Sabihin sa kanila na huwag kalimutang isama ang partikular na tips tungkol sa pakikisama sa iba. Hikayatin ang mga estudyante na pagtuunan ng pansin ang lima hanggang 10 bagay na sa palagay nila ay mahalagang matandaan ng mga taong kaedad nila.

Hatiin ang klase sa apat na grupo. Bigyan ang bawat grupo ng isang piraso ng poster paper, mga krayola, at marker. Maglagay ng isang bunton ng mga magasin, gunting, glue, at tape.

Sabihin sa mga estudyante na pwede nilang ilarawan ang kanilang mga poster sa mga salita, slogan, guhit, o mga larawan na ginupit sa mga magasin. Pwede din nilang gamitin ang kanilang mga sariling sulat at guhit.

2. Iharap ng mga estudyante ang kanilang mga ginawa.

Kung hindi natapos ng mga grupo ang kanilang ginagawa kapag wala nang oras, imungkahi na maglaan sila ng oras para kumpletuhin ang kanilang mga poster pagkatapos ng klase ngayong araw. I-display ang mga tapos na poster sa inyong silid-aralan o saanman sa inyong paaralan. Siguraduhing nilagyan ng pirma at petsa ng mga estudyante ang kanilang mga poster bago i-display ang mga ito.

Konklusyon

2 Minuto

Tanungin ang mga estudyante kung alam nila sa simula ng klase ngayon kung gaano karaming kasanayan ang kanilang nabuo sa kursong ito. Imbitahan ang mga boluntaryo na magkomento. Kunin sa mga estudyante ang mga sumusunod na **pangunahing punto** na itinuro sa araling ito:

- Marami kang natutunan sa klaseng ito na tutulong sa iyo na manaig sa mga hadlang at makamit ang iyong mga tunguhin.
- Kung gagamitin mo ang mga kasanayang ito, mapapalakas mo ang mga ito at tutulungan ka nitong makisama nang maayos sa mga darating na taon.

Pagtatasa sa Estudyante

1. Isulat ang tatlong hadlang na nanaig ka sa nakalipas na taon.
2. Isulat ang tatlong kasanayan o kakayahan na ginamit mo upang manaig sa mga hadlang na ito.
3. Paano mo magagamit ang mga kasanayang ito sa hinaharap?

MGA PAGPAPALAWIG NG ARALIN

PAGGAMIT NG MGA SIPI

"Ang isa sa mga dahilan kung bakit hindi natin natutupad ang ating mga tunguhin ay dahil madalas tayong nakatuon sa kung gaano tayo kalayo na madama ang kasiyahan sa halip na kung gaano na kalayo ang ating narating."

Hilingin ang mga estudyante na sumulat tungkol sa naranasan nilang matagumpay na sandali sa taon ng pag-aaral. Bilang isang klase, talakayin kung paano makatutulong sa mga estudyante ang pagtuon at positibong pag-uugali para maabot ang kanilang mga tunguhin.

PAGTUGON SA IBA'T IBANG ESTILO NG PAGKATUTO

Tagubilinan ang mga estudyante na ilista ang mga kasanayang nakuha nila sa kursong ito.

Tagubiinan ang mga estudyante na pumili ng isang kasanayan at ilarawan (sa sulat, guhit, sayaw, kanta, atbp.) kung paano ito magiging kapaki-pakinabang sa kanila sa hinaharap.

PAGSUSULAT SA IYONG JOURNAL

Hilingin ang mga estudyante na sumulat kung paano nila ginamit ang mga sumusunod na kasanayan sa nakalipas na taon: pagtutulungan, pagtitiwala sa sarili, komunikasyon, pagdedesisyon, paglutas ng problema, at pagtatakda ng tunguhin.

Tagubilinan ang mga estudyante na iguhit ang kanilang sarili bilang isang puno para ipakita kung paano lumalaki ang mga kasanayang ito sa estudyante habang tumatanda sila.

PAGGAMIT NG TEKNOLOHIYA

Tagubilinan ang mga estudyante na magsaliksik sa Internet tungkol sa isang tao na nanaig mga hadlang.

Hilingin ang mga estudyante na maghanda ng maikling presentasyon tungkol sa kung paano nanaig ang taong pinili nila sa mga hadlang at naabot ang kanilang mga tunguhin.

TAKDANG-ARALIN

Tagubilinan ang mga estudyante na isaalang-alang ang mga hadlang na inaasahan nilang haharapin nila sa pagkamit ng kanilang mga tunguhin. Tagubilinan silang lumikha ng mga iskultura na kumakatawan sa mga hadlang na ito mula sa mga gamit sa bahay na mare-recycle at sa mga tira-tirang bagay.

Tagubilinan ang mga estudyante na iharap sa klase ang kanilang mga iskultura.

MGA KARAGDAGANG RESOURCE

Ipabasa sa mga estudyante ang “Let Go of the Idea That Gentle, Relaxed People Can’t Be Superachievers” sa *Don’t Sweat the Small Stuff…and It’s All Small Stuff* ni Dr. Richard Carlson.

Tatalakayin ang pagkakaiba ng pagiging relaks at pagiging tamad.