
PAG-AKSYON

TALAAN NG MGA TATALAKAYIN

- Panimula
- Walang Pagsasakatuparan
- Ang 15 Titik na Patibong
- Paano Ako Nagre-rate?
- Konklusyon
- Pagtatasa sa Estudyante

MGA LAYUNIN

Bigyang-kahulugan ng mga estudyante ang “pagpapaliban (procrastination).”

Kilalanin ng mga estudyante na ang pag-aksyon ay isang kinakailangang hakbang tungo sa pagkamit ng isang tunguhin.

Tukuyin ng mga estudyante ang personal na mga hadlang sa pag-aksyon, at pagkatapos ay planuhin para umaksyon sa isang agarang hangarin.

MGA KINAKAILANGANG MATERYALES

- Papel para sa drowing, mga lapis, at mga lapis na pangkulay o pangmarka para sa bawat estudyante (Bahagi I)
- Isang diksyunaryo (Bahagi II)
- Isang kopya ng activity sheet na “Isang Pagsusuri sa Sarili” para sa bawat estudyante (Bahagi III)

Simulan ang klase sa pamamagitan ng isang word problem: “Kung may tatlong ibong nakaupo sa sanga ng puno at dalawa ang nagpasyang lumipad, ilang ibon ang naiwang nakaupo sa sanga?”

Bigyan ng panahon ang mga estudyante na tumugon. Pagkatapos, ipaliwanag na may naiwang tatlong ibon. Dalawa ang nagpasyang gumawa ng isang bagay, ngunit hanggang sa talagang lumipad na sila, walang nangyari. Nakaupo pa rin sila sa sanga.

Sabihin na “Sa klase ngayon, makikita natin kung bakit ang pagtatakda ng mga hangarin at pagpapalano ay kalahati lamang ng trabaho, at kung paano makakaapekto sa iyo ang pagpapaliban.”

Bahagi I: Walang Pagsasakatuparan

15 Minutes

Layunin: Ipahayag ng mga estudyante ang kanilang pag-unawa sa konsepto ng pagpapaliban (procrastination) at kilalanin na ang pag-aksyon ay isang kinakailangang hakbang upang makamit ang isang hangarin.

1. Maghanda ang mga estudyante para sa aktibidad.

Ipaliwanag na ang mga mag-aaral ay gagawa ng mga strip ng komiks. Una, magtutulungan sila ng mga limang minuto upang makabuo ng mga ideya. Pagkatapos, kani-kanya silang gagawa o nang may ka-partner upang lumikha ng kanilang mga strip.

Magpasya kung pagsasamahin mo ang mga estudyante bilang isang klase o sa mas maliliit na grupo para sa unang bahagi ng aktibidad na ito.

2. Magtalakayan ang mga estudyante ng mga ideya para sa kanilang komiks.

Hamunin ang mga estudyante na mag-isip ng mga halimbawa ng pagpapaliban (procrastination) na maaaring ilarawan bilang isang strip ng komiks. Sabihin sa kanila na ang magiging pamagat ng kanilang mga komiks ay “Walang Pagsasakatuparan.”

Upang magkaroon ng mga ideya, imungkahi sa mga estudyante na mag-isip ng ilang mga kahihinatnan ng hindi pagsunod sa isang plano sa pag-aksyon. Maaaribg ikaw mismo ang magsimula ng talakayan sa pamamagitan ng pagbibigay ng mga halimbawa tulad ng sumusunod:

- Komiks tungkol sa tatlong ibon na nakaupo sa isang puno ay maaaring ilarawan sa dalawang frame. Ang unang frame ay maaaring magpakita ng tatlong ibon na nakaupo sa isang sanga. Sinabi ng isang ibon, “Kailangan ko nang umalis ngayon.” Ang isa pang ibon ay nagsabi, “Ako rin.” Ang orasan sa punungkahoy ay 1:00. Ang susunod na larawan ay maaaring magpakita ng parehong tatlong ibon sa eksaktong parehong lugar, ngunit ang orasan ngayon ay 3:00.
- Maaari kang gumuhit ng isang frame na komiks na may larawan ng isang mukha na natatakpan ng buhok. Sinabi ng tao, “Noong nakaraang linggo ko pa planong magpagupit ng buhok.”
- Maaari kang gumuhit ng komiks na may isang frame na nagpapakita ng isang couch potato sa harap ng TV na nagsasabi, “Gusto ko talagang makakuha ng A sa proyekto na nakatakdang matapos bukas.”

3. Gumuhit ang mga estudyante ng kanilang mga strip ng komiks.

Umikot sa mga estudyante habang gumagawa sila, at palakasin ang loob ng mga estudyante na waring nahihirapang gumawa sa mga grupo. Halimbawa, ang isang mag-aaral na mahilig sa pagguhit o mahusay sa pagguhit ay maaaring makipag-partner sa isa pang estudyante na mas mahusay sa pagbuo ng mga ideya o pagsulat ng mga kapsyon.

Kapag tapos na ang mga estudyante, anyayahan sila na ipakita ang kanilang mga komiks sa buong silid-aralan.

Bahagi II: Ang 15 Titik na Patibong

15 Minuto

Layunin: Buuin ng mg estudyante ng kahulugan ng “pagpapaliban.”

1. Bigyang-kahulugan ng mga estudyante ang “pagpapaliban.”

Isulat sa pisara ang pandiwa na “magpaliban (procrastinate)”. Tagubilinan ang mga estudyante bilang isang grupo na talakayin at bumuo ng isang kahulugan ng salita. Pagsulatin ang mga boluntaryo ng kanilang mga ideya sa pisara, at pagkatapos ay ibuod ang mga ideya bilang isang kahulugan.

Kasabay nito, ipahanap sa isang boluntaryo ang salita sa diksyunaryo at basahin nang malakas ang kahulugan sa klase. (Binigyang-kahulugan ng Merriam-Webster ang “pagpapaliban” bilang “intensyunal na pag-antala ng paggawa ng isang bagay na dapat gawin.”) Hamunin ang mga estudyante na isaalang-alang ang kahulugan sa diksyunaryo alinsunod sa kanilang sariling kahulugan at gumawa ng sa tingin nila ay mga naaangkop na pagbabago.

2. Pagtuunan ng pansin ng mga estudyante ang kahulugan ng “pagpapaliban.”

Hamunin ang mga estudyante na mag-isip ng mga kasingkahulugan ng pagpapaliban. Hikayatin silang mag-isip ng mga ideya upang makabuo ng isang mahabang listahan ng mga salita. Maaring kasama sa iyong listahan ang “pag-antala,” “pag-iwan,” “pagsaisantabi,” “pag-urong,” “pagbinbin,” “pagpigil,” “paghintay,” “pagsuspende,” “pag-atras,” “paghintay,” o “pag-iwas.”

Tulungan ang mga estudyante na gumawa ng mga obserbasyon tungkol sa listahan sa pamamagitan ng pagtatanong kung ano ang tila pagkakapareho ng lahat ng mga salitang ito. (Lahat ng mga ito ay tumutukoy sa pag-iwas sa pag-aksyon.)

Magtuon ng pansin sa pisara habang itinuturo mo na ang ipagpaliban ay isang pandiwa.

Pagkatapos, itanong:

- Ano ang pandiwa? (Dapat sabihin ng mga estudyante na ang pandiwa ay salitang pagkilos.)
- Anong pandiwa ang inilalarawan ng lahat ng iyong mga komiks? (Dapat sabihin ng mga estudyante na inilalarawan ng mga ito ang pandiwa na “ipagpaliban.”)
- Paano inilalarawan ng mga komiks na ito ang kahulugan ng pandiwa na ito? Pumili ng isa na pag-uusapan.
- Sa palagay mo ba'y nakatutulong sa atin ang pagpapaliban upang maabot ang ating mga hangarin? Ipaliwanag ang iyong sagot.

Burahin ang letrang “e” sa dulo ng procrastinate at idagdag ang suffix na “-ion.” Hilingin ang mga estudyante na bigkasin ang salita at bigyan ito ng kahulugan. (Dapat sabihin ng mga mag-aaral na ito ay nangangahulugang “ang kilos ng pagpapaliban.”) Sabihin, “Ang procrastination ay isang 15 titik na patibong. Pinipigilan nito ang mga tao na makamit ang kanilang mga hangarin.”

3. Pagnilayan ng mga estudyante ang tungkol sa pag-aksyon.

Ituro sa mga mag-aaral ang listahan ng mga kasingkahulugan ng salita sa pisara. Hikayatin ang mga mag-aaral na lumikha ng mga kasalungat na salita para sa “ipagpaliban.” Maaaring kasama sa iyong listahan ang “kilos,” gawin,” “umalis,” “ilipat,” “trabaho,” “laro,” “andar,” “gumana,” “gumawa,” “gamitin,” “sundin,” “ituloy,” “isakatuparan,” o “makamit.”

Ipunto na ang pagtatakda ng mga hangarin ay simula lamang—dapat may gawin para sa mga ito. Sabihin na “Maaari kang gumawa ng pinakamahusay na plano ng pagkilos sa mundo. Maaari kang magtakda ng mga pinakamakatatotohanang hangarin na may mga pinakamakatatotohanang deadline at magmukhang totoong matagumpay. Ngunit kung wala kang gagawin—kung hindi mo isasakatuparan—wala kang magagawa.”

Bahagi III: Paano Ako Nagre-rate?

15 Minuto

Layunin: Tukuyin ng mga estudyante ang personal na mga hadlang sa pagkilos, at pagkatapos ay magplano upang umaksyon para sa isang agarang hangarin.

1. Suriin ng mga estudyante ang kanilang kakayahan na isakatuparan ang kanilang mga hangarin.

Sabihin sa mga estudyante na pupunan nila ang isang questionnaire na tutulong sa kanila na makita kung gaano kahusay ang kanilang pagsasakatuparan sa kanilang mga hangarin. Habang ipinamamahagi mo ang mga kopya ng activity sheet na “Isang Pagsusuri sa Sarili,” tiyakin sa mga estudyante na ang kanilang mga sagot ay magiging kumpidensyal at hindi mo hihilingin sa sinuman na ibahagi ang impormasyon mula sa activity sheet na ito sa klase.

Paalalahanan ang mga estudyante na ingatan ang mga sheet ng aktibidad na ito sa kanilang mga folder. Imungkahi sa kanila na kapag nadidismaya sila tungkol sa kanilang mga hangarin, dapat nilang tingnan muli ang survey na ito.

2. Muling suriin ng mga estudyante ang kanilang mga hangarin at plano ng pagkilos.

Hilingin sa mga mag-aaral na kunin ang kanilang mga kopya ng activity sheet na “Mga Wastong Hangarin,” na nakumpleto nila sa Aralin 1 ng module na ito. Tagubilinan silang balik-aralan ang listahan ng mga bagay na nais nilang magawa sa linggong iyon.

Hilingin na itaas ang kamay ng mga estudyante na nakamit ang lahat ng tatlong hangarin na nakalista sa kanilang mga activity sheet. Imungkahi sa mga mag-aaral na maglaan ng panahon para batiin ang kanilang sarili dahil sa isang gawaing mahusay na nagawa o pumili ng isang hangarin na dapat nilang gawin ngayon. Sabihin sa kanila na isulat ang isang bagay na gagawin nila sa pagtatapos ng araw upang makamit ang hangaring ito.

Kung ipinahihintulot ng panahon, hikayatin ang mga estudyante na pag-usapan ang tungkol sa mga kahirapan na kanilang nararanasan sa pagtatakda ng mga hangarin o pagsasakatuparan ng mga plano. Gabayan ang talakayan upang ang mga estudyante ay nakatuon sa pagbibigay ng payo at pagkonsulta sa ibang mga mag-aaral sa halip na tumingin sa iyo para sa mga sagot.

Konklusyon

2 Minuto

Hilingin ang mga mag-aaral na ibigay ang kahulugan ng “pagpapaliban.” Hilingin sa kanila na ipaliwanag kung paano makakaapekto ang pagpapaliban sa kanilang mga hangarin. Kunin sa mga estudyante ang mga sumusunod na **pangunahing punto** na itinuro sa araling ito:

- Hindi sapat na magtakda ng mga angkop na hangarin. Dapat mong isakatuparan ito sa pamamagitan ng pag-aksyon.
- Ang procrastination ay isang 15 titik na patibong—maaari itong makahadlang sa iyo na makamit ang iyong mga hangarin.

Pagtatasa sa Estudyante

1. Magbigay ng halimbawa ng isang pagkakataon na ikaw ay nagpaliban. Ano ang naging resulta?
2. Ano ang ilang mga bagay na ipinagpaliban mo?
3. Bakit mahalagang umaksyon?

MGA PAGPAPALAWIG NG ARALIN

PAGGAMIT NG MGA SIPI

“Ang disiplina ay ang pag-alaala kung ano ang gusto mo.”

Sabihin sa mga estudyante na magbigay ng mga halimbawa kung paano ang pag-alaala sa kanilang mga hangarin ay maaaring mag-udyok sa kanila na iwasan ang pagpapaliban.

PAGTUGON SA IBA'T IBANG ESTILO NG PAGKATUTO

Tagubilinan ang mga estudyante na magtrabaho sa maliliit na grupo upang makagawa ng mga acrostics ng salitang “pagpapaliban.” Ang bawat grupo ay dapat magsulat ng isang estratehiya para sa pag-iwas sa pagpapaliban para sa bawat titik ng salita (hal., “P” para sa “prioridad ang mga hangarin”).

Tagubilinan ang bawat grupo na ibahagi sa klase ang acrostic nito.

PAGSUSULAT SA IYONG JOURNAL

Sabihin sa mga estudyante na pumili ng isang tanong mula sa activity sheet na “Isang Surbey sa Sarili” na sinagot nila ng oo at ilarawan ang isang insidente kung saan naging problema ang kanilang kakulangan sa pagsasakatuparan. Tagubilinan silang gumawa ng isang plano para sa pangangasiwa ng sitwasyon sa ibang paraan sa susunod na pagkakataon.

Anyayahan ang mga boluntaryo na ibahagi ang kanilang sulatin upang makakuha ng puna/suporta mula sa klase.

KONEKSYON SA MATEMATIKA

Sabihin sa mga estudyante na subaybayan sa loob ng isang linggo kung gaano karaming oras ang ginugugol nila sa pagpapaliban. Sabihin sa kanila na gumawa ng mga tsart o graph na naglalahad ng kanilang mga gawain at nagpapakita ng kanilang antas ng pagpapaliban.

Bilang isang klase, talakayin kung paano ang dami ng oras na ginugugol ng isa sa pagpapaliban ay direktang nauugnay sa dami ng stress na nadarama ng isa kapag napilitang tapusin ang isang gawain na may mabilis nang papalapit na deadline.

TAKDANG-ARALIN

Sabihin sa mga estudyante na sumulat ng isang pahinang artikulo tungkol sa isang nagawa nila o ng ibang tao sa paaralan o sa kanilang komunidad. Maaaring isama ng mga estudyante ang mga sipi, larawan, o mga drawing tungkol sa nagawa.

Sabihin sa mga mag-aaral na ibahagi ang kanilang mga artikulo bilang mga pasalitang ulat o isama ito sa pahayagan ng klase.

MGA KARAGDAGANG RESOURCE

Ipabasa sa mga estudyante ang “The Circuit,” isang maikling kuwento ni Francisco Jimenez. Natuklasan ng tagapagsalaysay ng kuwento, isang migranteng manggagawa na nasa ikaanim na baitang, na ang kanyang mga pangarap para sa hinaharap ay nakompromiso ng siklo ng pag-aani.

Sabihin sa klase na talakayin ang mga hangarin ng tagapagsalaysay at ang mga hadlang na kinakaharap niya upang maabot ang mga ito.