

SESSION GUIDES

Alternative Learning System- Accreditation and Equivalency (ALS-A&E)

**Secondary: Development Of Self And A Sense
Of Community**

Nasa Iyong Mga Kamay Ang Kapayapaan



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Save the Children®



ASCEND-Mindanao
Assistance for the Comprehensive Educational Development of Mindanao



March 2006

Jointly developed by the DepED BALS and the Save the Children Federation under the ASCEND-Mindanao, a program made possible with the generous support of the American People through the USAID.

Nasa Iyong Mga Kamay Ang Kapayapaan Session Guide Blg. I

I. MGA LAYUNIN

1. Naipaliliwanag ang mga dahilan kung bakit kailangang kontrolin ang init ng ulo
2. Natutuloy at naipaliliwanag ang ibat' ibang paraan ng pamamahala ng sariling damdamin
3. Naipakikita ang sariling damdamin sa pamamagitan ng paggamit ng pangunahing kasanayan sa pakikipamuhay

II. PAKSA

A. Aralin I: Mahalaga Ba Ang Pagtitimpi, pp. 4-20

Pangunahing Kasanayan sa Pakikipamuhay tulad ng Mabisang pakikipagtalastasan, kasanayang magpasiya, paglutas sa suliranan, pagangkop sa sariling emosyon, pansariling kamalayan.

B. Kagamitan: Larawan

III. PAMARAAN

A. Panimulang Gawain

Paggganyak

- Ipakita ang larawan sa Pag-isipan Natin Ito pahina 4-5.

Sabihin:

- Isipin na ang inyong sarili ay nasa loob ng dyip.
- Ipabasa ang sinasaad na situwasyon sa pahina 5 tungkol sa larawan.
- Ipalarawan ang kanilang nararamdaman.
- Ipasagot ang mga tanong sa pahina 5 ng Modyul.
- Ipasuri ang mga sagot kung tama o hindi.

B. Panlinang na Gawain

1. Paglalahad

- Ipakita ang larawan sa pahina 5 ng Modyul.
- Ipasuri at himukin ang mga mag-aaral na pag-aralang mabuti ang larawan. Ipalagay ang sarili nila na sila ang nasa larawan.

- Ipabasa ang situwasyon at ipasagot ang mga tanong sa pahina 5 at 6.
- Pagharapin ang magkapartner at hikayatin na magbigay ng kuro-kuro tungkol sa situwasyon.

2. Pagtatalakayan

- Hatiin sa 5 pangkat ang mga mag-aaral
- Italaga sa bawat pangkat ang mga sumusunod sa paksa:

- | | |
|-------------|--|
| Pangkat I | <ul style="list-style-type: none"> - "Pantomine" ang mga situwasyon sa Magbalik Aral Tayo pahina 6 - Ipalista ang mga posibleng epekto kung ang may pagtitimpi sa sarili/walang pagtitimpi sa sarili - Ipahambing ang sagot sa mga paliwanag sa pahina 7 |
| Pangkat II | <ul style="list-style-type: none"> - Ipabasa ang kuwento sa pahina 8 at batay sa kuwento sagutin ang mga tanong sa Pag-isipan Natin Ito sa pahina 9 ng Modyul - Ipasulat ang kanilang mga sagot sa journal |
| Pangkat III | <ul style="list-style-type: none"> - Ipabasa ang kuwento sa pahina 10 at pasagutan ang Magbalik-Aral Tayo sa pahina 10 at 11 - Ipahambing ang mga sagot sa halimbawa sa pahina 11-12 - Ipaulat ang kanilang sagot sa klase |
| Pangkat IV | <ul style="list-style-type: none"> - Ipatalakay ang mga salik na nakakaapekto sa mga saloobin, emosyon at pakikipagkapwa sa pamamagitan ng larawan sa pahina 13-14 - Ipahambing ang bawat situwasyon sa Subukan Natin Ito sa pahina 12 ng Modyul. Ipasulat ang resulta ng talakayan. |

Pangkat V - Ipabasa kung paano maiiwasan ang galit, nasa pahina 16-17 ng Modyul.

- Ipasulat sa kalse ng mga natuklasa

- Matapos ang pangkatang gawain gawin ang mga sumusunod:

- Pag-usapan ang bawat kilos na ipinakita ng bawat pangkat
- Ipabuod ang mga paksang tinalakay.
- Pabigyang- diin ang pangunahing kasanayan sa pakikipamuhay; kasanayang pagpasiya, paglutas sa suliranin, pag-angkop sa sariling emosyon, pansariling kamalayan

3. Paglalahat

- Itanong:

- Ano ang natutuhan ninyo sa mga napag-aralan?
- Anong paksa ang ibig mong linawin?
- Anong paksa ang nakaaantig sa inyong damdamin?
- Ipabasa ang Alamin Natin sa pahina 19-20 at ipahambing ang sagot sa Batayan ng Pagwawasto sa pahina 37
- Ipabasa at ipakopya ang Tandaan Natin na nasa pahina 20. Ipasaulo ang mga dapat tandaan.

4. Pagpapahalaga

- Paupuin ang mga mag-aaral sa isang bilog. Tanungin isa-isa ang kahulugan ng aralin na ito sa kanila.
- Pagtulungang buuin ang mga kuro-kuro nila at pagbigayin ng isang konklusyon ukol sa kahalagahan ng araling ito.

5. Paglalapat

- Magsagawa ng isang “role palying”
 - Hatiin ang mag-aaral sa 3 pangkat at gamitin ang sitwasyong itinalaga sa bawat pangkat.

Pangkat 1 - Naipit ka sa trapiko
Huli ka na sa trabaho

Pangkat 2 - Masyadong mainit ang panahon

Pangkat 3 - Nadukot ang pitaka mo sa bulsa

- Ipasalaysay ang gagawin ng bawat pangkat sa mga sitwasyon nabanggit.
- Ipapaliwanag ang ginawa sa role playing.

IV. PAGTATAYA

- Pasagutan ang Alamin natin Ang Iyong Natutuhan sa pahina 19-20.
- Ipahambing ang mga sagot sa Batayan sa pagwawasto sa pahina 37.
- Magpagawa ng ilang poster na magbibigay linaw sa pagtitimpi o pagkontrol sa sarili.

V. KARAGDAGANG GAWAIN

- Ipabasa ang Tandaan natin sa pahina 20 ng Modyul.
- Ipabahagi sa iba ang natutuhan.
- Magpabuo ng ilang karanasan ng mga kasambahay o sa pamayanan na nagpapakita ng pagtitimpi. Ipunin ito sa inyong Journal.

Nasa Iyong Mga Kamay ang Kapayapaan

Session Guide Blg. 2

I. MGA LAYUNIN

1. Naisasagawa ang pananatili ng kapayapaan sa sarili, pamilya, komunidad at bansa
2. Natutukoy ang mga paraan upang makatulong sa pananatili ng kapayapaan
3. Natutukoy ang kahalagahan ng pananagutan ng bawat isa bilang kasapi ng lipunan
4. Naipapakita ang pangunahing kasanayan sa pakikipamuhay kasanayang makipagkapwa, pag-aangkop ng sarili sa mga saloobin, pansariling kamlayan, kasanayang magpasiya at mabisang komunikasyon

II. PAKSA

- A. Aralin 2: Paano Natin Makakamit ang Kapayapaan sa Ating Lipunan, p. 21-31

Pangunahing Kasanayan sa Pakikipamuhay : kasanayang makipagkapwa, pag-aangkop ng sarili sa mga saloobin, pansariling kamlayan, kasanayang magpasiya at mabisang komunikasyon

- B. Kagamitan: Mga larawan, Radio cassette at tape

III. PAMARAAN

A. Panimulang Gawain

1. Balik-Aral

- Maisagawa ang isang pagsusuri sa sarili.
- Itanong sa sarili ang ilang tanong tulad ng:

	Oo	Hindi
a. Ako ba ay madaling magalit?	_____	_____
b. Ako ba ay maraming kaibigan?	_____	_____
c. Ako ba ay mahinahong makipag-usap?	_____	_____
d. may pagtitimpi ba ako sa aking sarili?	_____	_____
e. May disiplina ba ako sa aking sarili?	_____	_____

2. Pagganyak

- Ipakita ang larawan sa pahina 21 ng modyul.
- Pag-aralan at suriing mabuti ang larawan.
- Isipin ninyo na kayo ang nasa larawan na.
 - tumutulong sa pananatili ng kapayapaan sa pamilya, komunidad at bansa.
 - malaki ang paniwala na nagsisimula ang kapayapaan sa aking sarili.
 - Ipinaiiiral ang disiplina para sa kapayapaan.

B. Panlinang na Gawain

1. Paglalahad

- Kilalanin ang sarili sa pamamagitan ng isang “Refelction activity”.
- Paupuin ng maayos ang mga mag-aaral.
- Patugtugin ng mahinang-mahina ang isang malambing na tugtugin.
- Ipikit ang inyong mga mata.
- Isiping muli ang ipinakitang larawan na nasa pahina 21 ng modyul.
- Isipin na naroroon kayo sa larawan.
- Ipasalaysay o ilarawan o isulat ang maaaring gawin nila upang masiguro ang kapayapaan.
- Suriin at pag-usapan ang kinalabasan ng “Reflection Activity”.
- Sipiin ang mga nakita nila sa kanilang refelction.
- Batiin sila sa kanilang reflection.

2. Pagtatalakayan

- Ipabasa sa kanila ang strip na nasa pahina 24-25. Basahin Natin Ito ng modyul.
- Ipasadula ang comic strip.
- Talakayin ang kinalabasan ng pagsasadula sang-ayon sa mga tanong sa Subukan Natin Ito sa pahina 26 ng modyul. Pagkatapos ay ihambing ang sagot sa Batayan sa Pagwawasto sa pahina 37-38.
- Ipabasa ang Alamin Natin sa pahina 26 at ang isang maikling balita sa Pag-isipan Natin sa pahina 27.

- Matapos na mabasa ang dalawang babasahin ay ipasagot ang mga tanong na ito:
 - a. Tungkol saan ang artikulo?
 - b. Paano kaya magaganap ang ganitong pangyayari?
- Ipasulat ang mga sagot sa journal at ihambing ang mga ito sa mga halimbawang sagot sa pahina 27-28 ng modyul.
- Ibigay ang buod ng aralin at dapat tandaan

3. Paglalahat

- Ano ang pinakamahalaga para sa inyong natutuhan sa araling ito?
- Ano sa mga paksa ang ibig mo pang linawin?
- Sa anong paksang tinalakay naantig ang iyong damdamin?

4. Pagpapahalaga

- Ano ang binibigyan mo na pagpapahalaga upang patuloy na makatulong ka sa pananatili ng kapayapaan sa pamilya, pamayanan at bansa?
- Isalarawan ang binibigyan mo ng halaga upang mapanatili ang kapayapaan sa pamilya, pamayanan at bansa.

5. Paglalapat

- Bumuo ng 3 pangkat at ipatalakay ang sitwasyong ito:

Bilang kasapi o miyembro ng isang pamilya, komunidad at bansa, ano ang mga paraan na inyong gagawin sa pananatili ng kapayapaan.

- Bigyan ng 5 minuto upang matalakay ito.
- Ipalista ang mga paraan upang inyong mapanatili ang kapayapaan sa pamilya, komunidad at bansa. (Bigyan ng manila paper at pentel pen ang bawat pangkat)

Pangkat 1
Pangkat 2
Pangkat 3

- Basahin at sagutin ang Subukan Natin ito na nasa pahina 28.

- Ikumpara ang inyong sagot sa listahan sa pahina 28.

IV. PAGTATAYA

- Sagutin ang mga tanong at sitwasyon sa Alamin Natin ang iyong mga Natutuhan sa pahina 30 ng modyul.
-
- Ipasuri ang sagot at iwasto ang hindi wasto.

V. KARAGDAGANG GAWAIN

- Basahin at intindihiing mabuti ang tsart sa Alamin Natin pahina 29 ng modyul.
- Pag-usapan ang kaibahan ng mapayapa at marahan na tao. Ito ang gagabay sa iyo na maging mabuting magulang, asawa, kapatid, kaibigan, mamamayan o pinuno.
- Ibahagi ang natutuhan sa iba.

Nasa Iyong Mga Kamay ang Kapayapaan

Session Guide Blg. 2

I. MGA LAYUNIN

1. Naisagagawa ang pananatili ng kapayapaan sa sarili, pamilya, komunidad at bansa
2. Natutukoy ang mga paraan upang makatulong sa pananatili ng kapayapaan
3. Natutukoy ang kahalagahan ng pananagutan ng bawat isa bilang kasapi ng lipunan
4. Naipakikita ang pangunahing kasanayan sa pakikipamuhay

II. PAKSA

- A. Aralin 2: Paano Natin Makakamit ang Kapayapaan sa Ating Lipunan, p. 21-31

Pangunahing Kasanayan sa Pakikipamuhay : kasanayang makipagkapwa, pag-aangkop ng sarili sa mga saloobin, pansariling kamlayan, kasanayang magpasiya at mabisang komunikasyon

- B. Kagamitan: Mga larawan, Radio cassette at tape

III. PAMARAAN

A. Panimulang Gawain

1. Balik-Aral

- Magsagawa ng isang pagsusuri sa sarili.
- Itanong sa sarili ang ilang katanungan tulad ng:

	Oo	Hindi
a. Ako ba ay madaling magalit?	_____	_____
b. Ako ba ay maraming kaibigan?	_____	_____
c. Ako ba ay mahinahong makipag-usap?	_____	_____
d. May pagtitimpi ba ako sa aking sarili?	_____	_____
e. May disiplina ba ako sa aking sarili?	_____	_____

2. Pagganyak

- Ipakita ang larawan sa pahina 21 ng modyul.
- Pag-aralan at suriing mabuti ang larawan.
- Isipin ninyo na kayo ang nasa larawan na.
 - tumutulong sa pananatili ng kapayapaan sa pamilya, komunidad at bansa.
 - malaki ang iyong paniwala na nagsisimula ang kapayapaan sa aking sarili.
 - Ipinairal ang disiplina para sa kapayapaan.

B. Panlinang na Gawain

1. Paglalahad

- Kilalanin ang sarili sa pamamagitan ng isang “Reflection Activity”.
- Paupuin nang maayos ang mga mag-aaral.
- Patugtugin nang mahinang-mahina ang isang malambing na tugtugin.

Sabihin:

- Ipikit ang inyong mga mata.
- Isiping muli ang ipinakitang larawan na nasa pahina 21 ng modyul.
- Isipin na naroroon kayo sa larawan.
- Ipasalaysay o ilarawan o isulat ang maaaring gawin ninyo upang masiguro ang kapayapaan.
- Suriin at pag-usapan ang kinalabasan ng “Reflection Activity”.
- Itala ang mga nakita ninyo sa inyong ‘reflection activity’.
- Batiin sila sa kanilang “reflection”.

2. Pagtatalakayan

- Ipabasa sa kanila ang strip na nasa pahina 24-25. “Basahin Natin Ito” ng modyul.
- Ipasadula ang comic strip.
- Talakayin ang kinalabasan ng pagsasadula sang-ayon sa mga tanong sa Subukan Natin Ito sa pahina 26 ng modyul.

Pagkatapos ay ihambing ang sagot sa Batayan sa Pagwawasto sa pahina 37-38.

- Ipabasa ang Alamin Natin sa pahina 26 at ang isang maikling balita sa Pag-isipan Natin sa pahina 27.
- Matapos na mabasa ang dalawang babasahin ay ipasagot ang mga tanong na ito:
 - a. Tungkol saan ang artikulo?
 - b. Paano kaya magaganap ang ganitong pangyayari?
- Ipasulat ang mga sagot sa journal at ipahambing ang mga ito sa mga halimbawang sagot sa pahina 27-28 ng modyul.
- Ipabigay ang buod ng aralin at dapat tandaan sa mga aralin.

3. Paglalahat

- Ano ang pinakamahalaga tungkol sa inyong natutuhan sa araling ito? Bakit nasabing mahalaga ito?
- Ano sa mga paksa ang ibig mo pang linawin?
- Sa anong paksang tinalakay naantig ang iyong damdamin?

4. Pagpapahalaga

- Ano ang binibigyan mo ng pagpapahalaga upang patuloy na makatulong ka sa pagpapanatili ng kapayapaan sa pamilya, pamayanan at bansa?
- Isalarawan sa pamamagitan ng pagguhit o drawing ang binibigyan mo ng halaga upang mapanatili ang kapayapaan sa pamilya, pamayanan at bansa.

5. Paglalapat

- Bumuo ng 3 pangkat at ipatalakay ang sitwasyong ito:

Bilang kasapi o miyembro ng isang pamilya, komunidad at bansa, ano ang mga paraan na inyong gagawin sa pagpapanatili ng kapayapaan.

- Bigyan ng 5 minuto ang mga mag-aaral upang makapagtalakayan.
- Ipalista ang mga paraan upang inyong mapanatili ang kapayapaan sa pamilya, komunidad at bansa. (Bigyan ng manila paper at pentel pen ang bawat pangkat).

Pangkat 1

Pangkat 2
Pangkat 3

- Basahin at sagutin ang Subukan Natin ito na nasa pahina 28.
- Ipahambing ang sagot sa talaan sa pahina 28.

IV. PAGTATAYA

- Sagutin ang mga tanong at sitwasyon sa Alamin Natin ang Iyong mga Natutuhan sa pahina 30 ng modyul.
- Ipahambing ang sagot sa Batayan sa pagwawasto sa pahina 38-39.

V. KARAGDAGANG GAWAIN

- Basahin at intindihing mabuti ang tsart sa Alamin Natin pahina 29 ng modyul.
- Pag-usapan ang kaibahan ng mapayapa at marahan na tao. Ito ang gagabay sa inyo upang kayo ay maging isang mabuting magulang, asawa, kapatid, kaibigan, mamamayan o pinuno.
- Ibahagi ang natutuhan ninyo sa iba.