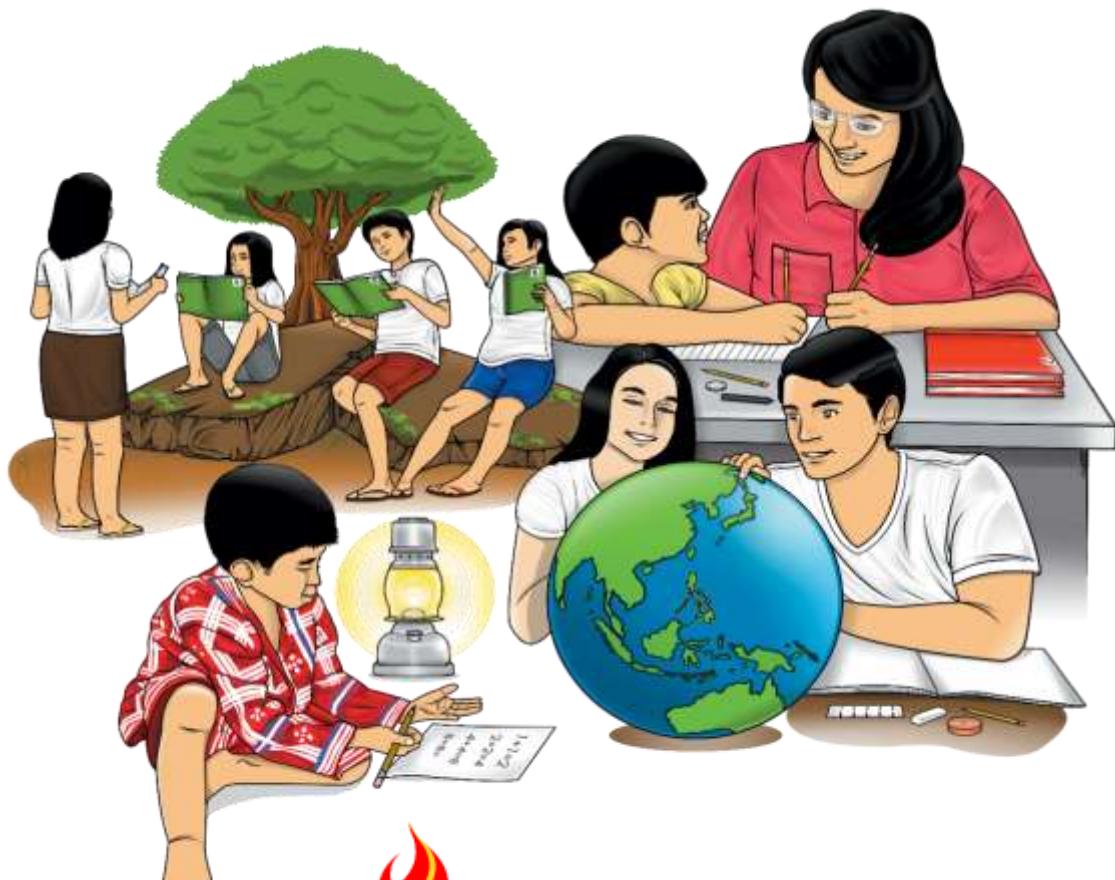


Edukasyon sa Pagpapakatao

Ikaapat na Markahan – Modyul 48
Tamang Kilos ng Nagbibinata at Nagdadalaga



Edukasyon sa Pagpapakatao – Ikawalang Baitang

Alternative Delivery Mode

Ikaapat na Markahan – Modyul 48: Tamang Kilos ng Nagbibinata at Nagdadalaga Unang Edisyon, 2020

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anumang akda ng Pamahalaan ng Pilipinas. Gayunpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kwento, seleksyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o *brand name*, tatak o *trademark*, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyul na ito ay nagtagtaglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anumang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga oriinal na may-akda ng mga ito.

Walang anumang parte ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anumang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon

Kalihim: Leonor Magtolis Briones

Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Mga Manunulat: John Rey C. Clarion, Jessine F. Salar

Editor: Emelinda L. Raza, Mark Lorenz C. Luib

Tagasuri: Judith E. Ecoben, Rashiel Joy F. Lepaopao, Megie M. Lillo

Tagaguhit: Alim V. Eviota, Mark Lorenz C. Luib, Merlinda W. Malimit

Jay S. Mateo, Adonis P. Umipig, Jubell C. Cababat

Tagalapat: Nerissa G. Ga, Mark Lorenz C. Luib, Ivan Paul V. Damalerio

Tagapamahala: Francis Cesar B. Bringas, Isidro M. Biol Jr., Maripaz F. Magno

Josephine Chonie M. Obseñares, Lope C. Papelaras

Michael C. Paso, Juan Jr. L. Espina

Inilimbag sa: _____

Department of Education - Caraga Region

Office Address: Teacher Development Center
J.P. Rosales Avenue Butuan City, Philippines 8600

Telefax No.: (085) 342-5969

Email Address: caraga@deped.gov.ph

8

Edukasyon sa Pagpapakatao

**Ikaapat na Markahan – Modyul 48
Tamang Kilos ng Nagbibinata at
Nagdadalaga**

Paunang Salita

Ang Self-Learning Module o SLM na ito ay maingat na inihanda para sa ating mag-aaral sa kanilang pag-aaral sa tahanan. Binubuo ito ng iba't ibang bahagi na gagabay sa kanila upang maunawaan ang bawat aralin at malinang ang mga kasanayang itinakda ng kurikulum.

Ang modyul na ito ay may inilaang Gabay sa Guro/Tagapagdaloy na naglalaman ng mga paalala, pantulong o estratehiyang magagamit ng mga magulang o kung sinumang gagabay at tutulong sa pag-aaral ng mga mag-aaral sa kani-kanilang tahanan.

Ito ay may kalakip na paunang pagsusulit upang masukat ang nalalaman ng mag-aaral na may kinalaman sa inihandang aralin. Ito ang magsasabi kung kailangan niya ng ibayong tulog mula sa tagapagdaloy o sa guro. Mayroon ding pagsusulit sa bawat pagtatapos ng aralin upang masukat naman ang natutuhan. May susi ng pagwawasto upang makita kung tama o mali ang mga sagot sa bawat gawain at pagsusulit. Inaasahan namin na magiging matapat ang bawat isa sa paggamit nito.

Pinapaalalahanan din ang mga mag-aaral na ingatan ang SLM na ito upang magamit pa ng ibang mangangailangan. Huwag susulatan o mamarkahan ang anumang bahagi ng modyul. Gumamit lamang ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.

Hinihikayat ang mga mag-aaral na makipag-ugnayan agad sa kanilang guro kung sila ay makararanas ng suliranin sa pag-unawa sa mga aralin at paggamit ng SLM na ito.

Sa pamamagitan ng modyul na ito at sa tulong ng ating mga tagapagdaloy, umaasa kami na matututo ang ating mag-aaral kahit wala sila sa paaralan.



Alamin

“Ang landas ng matuwid ay palayo sa kasamaan; ang maingat sa paglakad ay nag-iingat sa kanyang buhay”. Ang kawikaang ito ay nagpapahayag na kaakibat sa pagtahak sa tamang landas ng buhay ay ang ibayong pag-iingat sa bawat pagkilos at pagganap.

Sa yugtong ito ng iyong buhay ay maraming pisikal at emosyonal na pagbabago kang nararanasan sa iyong sarili. Maaaring ang mga dating gawain na kinatutuwaan ay nalaos na sa iyong panlasa. Ang mga gawaing dating nais gawin ay nabawas na ang interes. Ang pansin ay napunta na sa pakikisalamuha at pakikipagkapwa sa iba na halos karamihan ay nasa parehong edad. Unti-unti mo nang nililisan ang iyong munting kabataan at dahan-dahang niyayakap ang panibagong yugto ng iyong buhay, ang pagiging binata at dalaga.

Handa ka ba na gampanan at maisagawa nang maayos ang mga angkop at inaasahang kilos ng mga nagbibinata at nagdadalaga?

Sa modyul na ito ay mapapalalim pa ang iyong kaalaman ukol sa kaugnayan ng seksuwalidad, pagmamahal at pagsisilbi sa kapuwa.

Sa modyul na ito ay malilinang ang kasanayang pampagkatuto na:

- a. Naisasagawa ang tamang kilos tungo sa paghahanda sa susunod na yugto ng buhay bilang nagdadalaga at nagbibinata at sa pagtupad niya ng kanyang bokasyon na magmahal. (EsP8IP-IVb-13.4)



Subukin

Maraming Pagpipilian

Panuto: Basahing mabuti ang bawat tanong o sitwasyon. Iisang titik lamang ang isulat sa sagutang papel bilang sagot sa mga katanungan.

1. Bakit kailangang mapaghandaan ang pagtupad sa bokasyon na magmahal?
 - A. dahil mas mauunawaan nila ito habang sila ay bata pa
 - B. upang maiwasan ng mga kabataan ang kalituhan sa pagtupad ng bokasyon na magmahal.
 - C. sapagkat ang pagdadala at pagbibinata ay ang tamang panahon sa paghahanda para sa bokasyon na magmahal
 - D. upang malinang ang kakayahan at maisasakatuparan nang maayos ng mga nagdadala at nagbibinata ang bokasyon sa pagmamahal
2. Paano mapaghahandaan ng mga nagbibinata at nagdadala ang bokasyon na magmahal?
 - A. sa pamamagitan ng pagsisilbi sa pamilya at pakikipagkaibigan sa kapwa
 - B. sa pamamagitan ng pagtupad ng kanilang mga tungkulin na magmahal ng kapwa
 - C. sa pamamagitan ng pagkilos nang tama at pagsunod sa mabuting itinuro ng magulang o nakatatanda
 - D. sa pamamagitan ng pagkakaroon ng malayang kaisipan at pananaw na may kaugnayan sa pagmamahal at pakikipagrelasyon
3. Bakit kailangang paghandaan ng mga nagbibinata at nagdadala ang paghahanap-buhay at sa kanilang bokasyon na magmahal?
 - A. upang mapaghandaan ang buhay pag-aasawa
 - B. upang makamit ang masayang kinabukasan na walang problema
 - C. upang magampanan nang maayos ang tungkulin sa pamilya at kapwa
 - D. upang maging marangya at masagana ang buhay kasama ang pamilya at mga kaibigan
4. Bakit kailangang magkaroon ng kaalaman at pang-unawa sa pananaw ng iyong kapwa tungkol sa paghahanda sa pagbibinata at pagdadala?
 - A. para mas umunlad ang mga pananaw sa mga bagay-bagay
 - B. para mas maintindihan ang kanilang pananaw at saloobin sa buhay
 - C. upang ito ay kapupulutan ng mga aral na magagamit sa sariling buhay
 - D. upang maigalang ang kanilang pananaw at maiwasan ang hindi pagkaintindihan

5. Alin sa mga sumusunod ang bahagi ng paggawa ng maingat na pagpapasya?
 - A. pag-aaral nang mabuti
 - B. pagkakaroon ng tiwala sa sarili
 - C. pagtuklas ng mga kakayahan at talento sa sarili
 - D. pagiging magalang sa kapwa lalong-lalo na sa nakakatanda at awtoridad
6. Alin sa sumusunod ang bahagi ng pamantayan sa pakikipag-kapwa?
 - A. hindi handa sa pagtulong sa kapwa
 - B. pagkakaroon ng hindi mabuting asal
 - C. pagiging sensitibo sa sekswalidad ng tao
 - D. pagtamo ng ganap na pakikipag-ugnayan sa mga kasing edad
7. Si Diana ay palakaibigan, wala siyang pinipili kahit anong kasarian lalo na sa mga LGBTQ na kasamahan. Anong kilos ng pagdadalaga ang naisagawa ni Diana?
 - A. pagsisilbi sa kapwa
 - B. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - C. pagtamo ng ganap o *mature* na pakikipag-ugnayan
 - D. nagagampanan ang papel sa lipunan bilang ganap na dalaga
8. Ang tao ay tinawag upang magmahal. Bakit kaya ng ang tao ay pinili upang magmahal?
 - A. dahil ito ay may sariling pag-iisip
 - B. dahil likas itong masunurin sa Panginoon at sa kapwa
 - C. dahil nilikha niya itong kawangis ng kanyang mukha at pagkatao
 - D. dahil ang tao ay rasyonal na nilalang na may kakayahang magmahal
9. Bakit kailangan ang tamang kilos ng nagbibinata at nagdadalaga sa pagtuklas sa kanilang mga kakayahan at talento?
 - A. upang mapaunlad ang isip at pangangatawan
 - B. upang maging aktibo sa pamayanan at pakikipagkapwa
 - C. para magkaroon ng pagkakataon na makihalubilo sa kapwa
 - D. upang mapaunlad ang mga kakayahan sa paghahanda sa susunod na yugto ng buhay
10. Si Ela ay aktibo sa pakikiisa sa mga gawain ng kanilang pamayanan. Anong kilos ng pagdadalaga ang isinasagawa ni Ela?
 - A. pamantayan sa pakikipagkapwa
 - B. pagsisilbi sa mga mahal sa buhay at kakilala
 - C. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - D. pagganap sa kanyang tungkulin sa pamayanan bilang babae

11. Bakit mahalagang matutunan ng nagbibinata at nagdadalaga ang mga pamantayang asal sa pakikipagkapwa?
 - A. para maging katangi-tanging nilalang
 - B. para maisakatuparan ang pagiging mabuting nilalang
 - C. upang mas mapalawak ang kakayahang sa pakikipagkapwa
 - D. upang magkaroon ng kakayahang magdesisyon para sa sarili
12. Paano nakatutulong ang pagkakaroon ng tamang edukasyon sa paghahanda sa pagbibinata at pagdadalaga?
 - A. upang makilala sa buong paaralan at maging sa lipunang ginagalawan
 - B. para makakuha ng matataas na marka na magpasaya sa magulang
 - C. upang mapalawak ang karunungan magagamit sa pansariling layunin
 - D. para malinang ang kasanayang kinakailangan at matuklasan ang sariling kakayahang
13. May talento sa pag-awit si Dina kaya panay ang kanyang pag-eensayo para sa darating na patimpalak na sasalihan. Anong kilos ng pagdadalaga ang naisagawa ni Dina?
 - A. mga pamantayan sa asal ng pakikipagkapwa
 - B. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - C. paglinang at pagpapahalaga sa sariling kakayahang
 - D. papel sa lipunan ng mga nagdadalaga at nagbibinata
14. Kasalukuyang nagpupulong ang mga mag-aaral sa pangkat *Apple* sa pamamagitan ng online webinar upang mapag-usapan ang gagawing patimpalak sa darating na Buwan ng Wika sa pamamagitan ng *social media* dahil sa pandemya ngunit hindi sila magkasundo sa kani-kanilang mga mungkahi kaya idinaan sa botohan na pinangunahan ng pangulo sa klase. Anong kilos ng pangulo ang naisagawa?
 - A. papel sa paaralan
 - B. mga pamantayan sa asal ng pakikipagkapwa
 - C. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - D. papel sa lipunan ng mga nagdadalaga at nagbibinata
15. Nagtatrabajo habang nag-aaral si Lando. Sa kabilang tungkulin sa trabaho at pag-aaral ay madiskarte at determinado siyang maisakatuparan ang kanyang pangarap. Anong tamang kilos bilang nagbibinata ang kanyang ipinakita?
 - A. pagiging responsible sa pag-aaral
 - B. mga pamantayan sa asal ng pakikipagkapwa
 - C. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - D. papel sa lipunan ng mga nagdadalaga at nagbibinata

Aralin
1

Tamang Kilos ng Nagbibinata at Nagdadalaga

“Ang pagmamahal ay karapatan, gampanin at kalayaan ng bawat isa.”

John Rey C. Clarion

Ngayon, subukin sa **Balikan** ang natutunan mo sa nakaraang modyul upang hindi ka mahirapan sa pag-unawa sa konseptong tatalakayin sa panibagong aralin. Alam kong kayang-kaya mo ito! Ngayon pa lang binabati na kita.



Balikan

Gawain 1: Ayusin Mo!

Panuto: Tukuyin ang elemento ng tunay na pag-ibig. Ayusin lamang ang pinaghaling salita at gawing gabay o palatandaan ang kahulugan. Isulat ang sagot sa sagutang papel.

1. Isang natural na karanasan, subalit kailangan itong mapamahalaan ng maayos upang ito ay makatulong sa ating paghahanda bilang babae o lalaki. Ito rin ay bunga ng pagpili, may tuon at nag-uugat sa pagmamahal. _____

N	A	G	A	P	A	N	G	S	A	N		L	A	S	K	W	E	S
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	---

2. Ito ay kadalasang napagkakamalang tunay na pagmamahal, ito ay bunga ng senswalidad na pinupukaw ng pandama at damdamin. _____

P	Y	P	U	P		V	E	L	O
---	---	---	---	---	--	---	---	---	---

3. Ito ay isang behikulo tungo sa lubusang pagkilala at pag-unawa sa sarili o *true self*. _____

K	U	W	S	A	L	D	I	D	A	S	E
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

4. Paraan sa pagtupad ng bokasyon kung saan walang asawa subalit patuloy na nagsisilbi at nagpapamalas ng malasakit at pagmamahal sa kapwa.
-

C	L	E	B	I	C	A	Y
---	---	---	---	---	---	---	---

5. Ito ang nagbubuklod sa bawat isa. Karapatan at kalaayan na maipahayag ang nararamdaman sa taong iyong mahal. _____

M	A	M	A	H	A	L	G	A	P
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---



Mga Tala para sa Guro

Kung matagumpay na naisagawa ng bata ang gawaing nasa **Balikan** ay hayaan siyang magpatuloy sa kasunod na gawain.
Kung hindi naman, pabalikan ang sinundang modyul.



Tuklasin

Gawain 2: Ang Bagong Yugto!

Sa panahon ng pagbibinata at pagdadalaga, marami kang maaaring maranasang suliranin katulad ng mga sitwasyon sa ibaba. Basahin ang mga sitwasyon at tanong na nasa Kolumn A at ilagay ang iyong sagot sa Kolumn B. Sagutin din ang mga gabay na tanong. Ilagay ito sa iyong sagutang papel.

Sitwasyon	Sagot
1. Si Arlene ay nasa ikawalong baitang na at lubos siyang naguguluhan dahil nagkakaroon na siya ng paghanga sa kanyang kaklase na si Kevin. Nakararamdam siya ng kakaibang tuwa kapag kasama at kausap niya ito. Kung ikaw ay kaibigan ni Arlene, ano ang nais mong ipaalala sa kaniya lalo na sa pangangasiwa ng sarili sa ganitong mga pagkakataon?	
2. Ang klase nina Joselito ay nagkaroon ng diskusyon patungkol sa seksuwalidad at pagbabagong biyolohikal ng mga nagdadalaga at nagbibinata. Hindi maitago ni Joselito ang pagtawa at pagkahiya habang tinatalakay nila ang ilang bahaging seksuwal sa katawan ng parehong kasarian. May ilan namang mag-aaral ay nahihiya rin at tila ayaw mapag-usapan ang diskusyon na iyon. Kung ikaw ay kapwa-mag-aaral nina Joselito, ano ang nararapat mong ipaalala sa iyong kamag-aran ukol sa mga ganitong usapin?	
3. Si Roy ay kaibigan mong mayroong ugali na kinakausap lamang ang kanyang mga kaibigan kapag siya ay may kailangan dito halimbawa ay manghihiram ng pera o gamit o kaya ay tuwing magpapatulong lang sa mga takdang-aranlin kung kaya siya ay walang maituturing na matalik na kaibigan. Bilang isang kaibigan, ano ang maipapayo mo tungkol sa ugali ni Roy?	

Gabay na Tanong:

1. Ano ang pagkakahalintulad ng mga sitwasyon na iyong nasuri?
2. Kung ikaw ay malalagay sa mga sitwasyong nabanggit, ano ang iyong mararamdam? Bakit?
3. Sa iyong palagay, ano ang dapat taglayin ng mga nagbibinata at nagdadalaga upang mapangangasiwaan ang sarili sa pagharap ng iba't ibang suliranin?



Suriin

Sinasabing ang yugto ng pagdadalaga at pagbibinata ay yugto ng kalituhan. Ito ang panahon na mas kinikilala mo ang iyong sarili at nililinang ang iyong kakayahang maging mapanagutan sa iyong mga pakikipag-ugnayan sa sarili at kapwa, pagpapasiya para sa sariling pag-unlad, at paghahanda para sa buhay na nais sa hinaharap. Marami ring suliraning ang yugto na ito na dapat mong malaman at maunawaan. Ang ilan sa mga ito ay kaugnay ng mga nabanggit na sitwasyon sa Tuklasin.

Bilang isang binata o dalaga, may mga bagay pa rin na dapat paghandaan upang higit na mapaglingkuran ang pamilya at kapwa at may mga angkop at tamang kilos ang mga kabataan na tulad mo na kailangang matutuhan at malinang upang maging handa sa susunod na yugto ng buhay at sa pagtupad ng bokasyon na magmahal. Ilan din sa mga inaabanganan kilos o *developmental tasks* sa iyo ay natalakay noong ikaw ay nasa Baitang 7. Ito ay ang mga sumusunod:

- Pagiging responsible sa pag-aaral bilang paghahanda sa susunod na yugto ng buhay.
- Pagtuklas at paglinang ng mga kakayahang at talento sa sarili (gaya ng pag-awit, pag-sayaw, pagluluto, pagdidisenyo at iba pa).
- Pagtamo ng ganap o *mature* na pakikipag-ugnayan sa mga kasing-edad (pakikiisa sa mga programa ng paaralan o pamayanan kasama ang ibang mga kabataan).
- Pagiging responsible sa pagsunod sa alituntunin ng mga magulang, paaralan at pamahalaan.

Ayon kay Lawlor at Setaysha (2021), ang mga sumusunod ay mga tamang kilos na dapat maisagawa ng mga nagdadalaga at nagbibinata sa aspekto ng pakikipagkapwa at magbuo ng maingat na pagpapasiya.

Pakikipagkapwa

- Pagiging magalang sa pakikipag-usap at pagkakaroon ng kabutihang asal.
- Pagiging malaya at malawak ng pag-iisip na may paggalang sa pananaw ng iba.
- Pagiging sensitibo sa sekswalidad ng tao batay sa pagkakakilanlang sekswal o sekwal na oryentasyon nito.
- Handang tumulong sa kapwa at pakikiisa sa mga gawaing panlipunan.
- Pakikipag-ugnayan sa kasing edad.

Maingat na pagpapasiya

- Pagkakaroon ng tiwala sa sarili.
- Pagiging mabuti at mapanagutan o responsableng indibidwal.
- Pagiging handa sa paghahanap-buhay para sa pamilya o paglilingkod sa kapwa.
- Pagpapakita ng makabuluhang mga kilos at gawi.

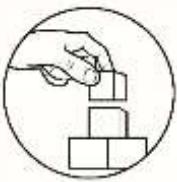
Upang magkaroon ng epektibong pangangasiwa at pagsasabuhay ng mga tamang kilos at gawin sa yugto ng pagbibinata at pagdadalaga, narito ang ilang mga gabay.

- Gumamit ng mga angkop na salita sa pakikipag-usap.
- Maglaan ng oras at panahon upang mapag-usapan ng masinsinan kung ano ang seksuwalidad at mga pagbabago sa bayolohikal sa perspektiba at pananaw ng isang kabataang nagdadalaga at nagbibinata.
- Kapag ang kabataan ay nagdadalaga o nagbibinata mas mainam na mapag-usapan ang isyung seksuwalidad at kung paano malilinang ang tamang gawi upang maisakatuparan ang bokasyon pagdating sa pagmamahal.
- Kung nasa isang ugnayan, pag-usapan ang mga dapat at di-dapat gawin. Ipaalalang "Maghintay para sa tamang tao" at "Magsanay ng mabuting kalusugang sekswal."
- Maging simple ngunit maging totoo.
- Gamitin ang *social media* sa mabuting gawain bilang pagtugon upang maihanda ang kabataan sa yugto ng pagdadalaga at pagbibinata.
- Ipaalala ang napakalaking gampanin ng pag-ibig sa paghubog ng bokasyong magmahal sa mga nagdadalaga at nagbibinata.

Ang tao ay tinawag upang magmahal. Ito ang natatanging bokasyon ng tao. Hindi lamang sa pag-aasawa at pagpaparami ng sangkatauhan ang paraan upang maisakatuparan ang bokasyong ito. Ang pagsisilbi sa kapwa ay isa ring tanda ng pagmamahal na maaring magpasakatuparan ng bokasyong magmahal na kayang gawin ninoman kahit walang asawa o kapareha.

Gaano man kalaki ang hamon ng pagdadalaga at pagbibinata, kailangan harapin at gampanan nang maayos ang mga ito. Dapat maging handa at taglayin ang mga kaalaman na makatutulong upang maging matatag sa pagharap ng hamon.

Sa mga nakaraang baitang ay binigyang-diin ang kahalagan na maunawaan na ang bawat nilalang ay may inaasahang kakayaan at kilos (*developmental tasks*) sa bawat yugto ng buhay na dapat tugunan o gampanan. Kailangan ito upang malinang ang mga kakayaan para sa susunod na yugto ng buhay, sa pagtupad ng bokasyon na magmahal at sa pagpapairal ng kaayusan sa lipunan.



Pagyamanin

Gawain 3: Pangatwiranang Mo!

Panuto: Basahin at unawaing mabuti ang sumusunod na mga pahayag. Isulat ang pagpapaliwanag sa sagutang papel.

Ang tao ay tinawag upang magmahal.
Nakikita ito sa pagsisilbi ng isa sa kaniyang
kapwa bilang tanda sa pagsasakatuparan
ng bokasyong magmahal ano man ang
relasyon at kasarian.

Gaano man kalaki ang hamon ng
pagdadala at pagbibinata, kailangan
harapin at gampanan ng wastong kilos ito
ayon sa papel ng nagdadala at
nagbibinata sa lipunan, pakikipagkapwa, at
maingat na pagpapasya.

Rubriks sa Pagmamarka ng Pagpapaliwanag

Pamantayan	Higit sa Inaasahan (5 puntos)	Nakamit ang Inaasahan (3 puntos)	Hindi Nakamit ang Inaasahan (1 puntos)
Pagpapaliwanag sa Konsepto	Napakahusay at makabuluhan ang pagpapaliwanag sa ideya ng bawat pahayag. May sapat na detalye ang pagpaliwanag.	Makabuluhan ang pagpapaliwanag sa ideya ng bawat pahayag. May sapat na detalye ang pagpapaliwanag.	Hindi naipaliwanag ang bawat pahayag. Hindi sapat ang detalye ng pagpapaliwanag.
Organisasyon ng mga ideya	Lohikal at napakahusay ang pagkakasunod-sunod ng mga ideya.	Lohikal subalit hindi mahusay ang pagkakasunod-sunod ng mga ideya.	Magulo at hindi nagkakasunod-sunod ang mga ideya.
Kabuoan = 10 puntos			



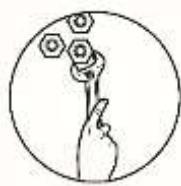
Isaisip

Gawain 4: Dugtungan Mo!

Panuto: Dugtungan ang pangungusap upang makabuo ng isang makabuluhang talata na may kaugnayan sa paksa. Isulat ang sagot sa sagutang papel.

1. Ako ay magiging responsible sa pagsunod sa mga alituntunin ng aking magulang sa pamamagitan ng _____.
2. Ang pagdadalaga at pagbibinata ng isang indibidwal ay mapaghandaan kung maisagawa ang tamang kilos gaya ng _____.
3. Bilang nagdadalaga at nagbibinata mapaghandaan ko ang pagtupad sa bokasyon na magmahal sa pamamagitan ng _____.
4. Bilang dalaga o binata sa kasalukuyang panahon kung saan hinaharap ng bawat tao ang pandemya, maipalalaganap ko ang pagmamahal sa lipunan sa pamamagitan ng: _____.

Pamantayan	Napakahusay (10 puntos)	Mahusay (8 puntos)	Katamtamang Husay (5 puntos)	Kailangan pang Paghusayan (3 puntos)
Nilalaman	Kompleto at angkop ang mga impormasyong isinulat.	Kompleto bagaman hindi masyadong angkop ang impormasyong isinulat.	Kulang at hindi masyadong angkop ang impormasyong isinulat.	Kulang at hindi angkop ang impormasyong isinulat.
Paglalahad sa Bagong Kaalaman/ Interes	Napakaayos at angkop ang pagkalahad ng kaalaman at interes sa paksa.	Maayos at angkop ang pagkalahad ng kaalaman at interes sa paksa.	Di-gaanong maayos at angkop ang pagkalahad ng kaalaman at interes sa paksa.	May nailahad na kaalaman at interes bagaman malayo sa paksang tinalakay.
Kaangkupan sa Paksa	Angkop na angkop sa paksa.	Angkop sa paksa.	Di-gaanong angkop sa paksa.	Hindi angkop sa paksa.
Kabuoan = 30 puntos				



Isagawa

Gawain 5: Scrapbook

Panuto: Gumawa ng isang *scrapbook* na naglalaman ng larawan at pagpapaliwanag hinggil sa tamang kilos bilang paghahanda sa buhay ng nagdadalaga at nagbibinata upang maihanda sa pagtupad ng bokasyon na magmahal. Magbigay ng pagpapaliwanag sa nilalaman ng *scrapbook*. Ipakita ang pagiging malikhain sa paggawa.

Rubrik sa Pagmamarka

Kraytirya	Higit na inaasahan (5 puntos)	Nakamit na inaasahan (3 puntos)	Bahagyang nakamit na inaasahan (2 puntos)	Hindi nakamit na inaasahan (1 puntos)
Nilalaman ng Scrapbook ukol sa tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	Komprehensibo at malinaw ang pagkakalahad sa mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	Kompleto at maayos ang pagkakalahad sa mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	May ilang kakulangan at di-gaanong maayos ang pagkakalahad sa mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	Maraming kakulangan at walang kaayusan ang pagkakalahad sa mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata
Mga halimbawang larawan na nagpapahayag ng mga tamang kilos	Mas malawak at malinaw ang mga halimbawang lawaran na nagpapahayag ng mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	Kompleto at malinaw ang mga halimbawang lawaran na nagpapahayag ng mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	May ilang kakulangan at di-gaanong malinaw ang mga halimbawang lawaran na nagpapahayag ng mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata	Maraming kakulangan at hindi malinaw ang mga halimbawang lawaran na nagpapahayag ng mga tamang kilos ng nagdadalaga at nagbibinata
Pagkamalikhain	Kakaiba at maganda ng likhang sining	Maganda ng likhang sining.	May kagandahan ngunit di-gaanong maayos ang likhang sining	Hindi maayos ang likhang sining

Kabuoan = 15 puntos



Tayahin

Maraming Pagpipilian

Panuto: Basahing mabuti ang bawat tanong o sitwasyon at piliin ang tamang sagot. Titik lamang ang isulat sa sagutang papel.

1. Bakit mahalagang matutunan ng nagbibinata at nagdadalaga ang mga pamantayang asal sa pakikipagkapwa?
 - A. para maging katangi-tanging nilalang
 - B. para maisakatuparan ang pagiging mabuting nilalang
 - C. upang mas mapalawak ang kakayahang pakikipagkapwa
 - D. upang magkaroon ng kakayahang magdesisyon para sa sarili
2. Bakit kailangang mapaghandaan ang pagtupad sa bokasyon na magmahal?
 - A. dahil mas mauunawaan nila ito habang sila ay bata pa
 - B. upang maiwasan ng mga kabataan ang kalituhan sa pagtupad ng bokasyon na magmahal.
 - C. sapagkat ang pagdadalaga at pagbibinata ay ang tamang panahon sa paghahanda para sa bokasyon na magmahal
 - D. upang malinang ang kakayahang maisasakatuparan nang maayos ng mga nagdadalaga at nagbibinata ang bokasyon sa pagmamahal
3. Paano mapaghahandaan ng mga nagbibinata at nagdadalaga ang bokasyon na magmahal?
 - A. sa pamamagitan ng pagsisilbi sa pamilya at pakikipagkaibigan sa kapwa
 - B. sa pamamagitan ng pagtupad ng kanilang mga tungkulin na magmahal ng kapwa
 - C. sa pamamagitan ng pagkilos nang tama at pagsunod sa mabuting itinuro ng magulang o nakatatanda
 - D. sa pamamagitan ng pagkakaroon ng malayang kaisipan at pananaw na may kaugnayan sa pagmamahal at pakikipagrelasyon
4. Bakit kailangang paghandaan ng mga nagbibinata at nagdadalaga ang paghahanap-buhay at sa kanilang bokasyon na magmahal?
 - A. upang mapaghandaan ang buhay pag-aasawa
 - B. upang makamit ang masayang kinabukasan na walang problema
 - C. upang magampanan nang maayos ang tungkulin sa pamilya at kapwa
 - D. upang maging marangya at masagana ang buhay kasama ang pamilya at mga kaibigan

5. Bakit kailangang magkaroon ng malawak na pang-unawa sa pananaw ng iyong kapwa tungkol sa paghahanda sa pagbibinata at pagdadalaga?
 - A. para mas umunlad ang mga pananaw sa mga bagay-bagay
 - B. para mas maintindihan ang kanilang pananaw at saloobin sa buhay
 - C. upang ito ay kapupulutan ng mga aral na magagamit sa sariling buhay
 - D. upang maigalang ang kanilang pananaw at maiwasan ang hindi pagkakaintindihan
6. Alin sa mga sumusunod ang bahagi ng paggawa ng maingat na pagpapasya?
 - A. pag-aaral nang mabuti
 - B. pagkakaroon ng tiwala sa sarili
 - C. pagtuklas ng mga kakayahahan at talento sa sarili
 - D. pagiging magalang sa kapwa lalong-lalo na sa nakakatanda at awtoridad
7. Alin sa sumusunod ang bahagi ng pamantayan sa pakikipag-kapwa?
 - A. hindi handa sa pagtulong sa kapwa
 - B. pagkakaroon ng hindi mabuting asal
 - C. pagiging sensitibo sa sekswalidad ng tao
 - D. pagtamo ng ganap na pakikipag-ugnayan sa mga kasing edad
8. Si Diana ay palakaibigan, wala siyang pinipili kahit anong kasarian lalo na sa mga LGBTQ na kasamahan. Anong kilos ng pagdadalaga ang naisagawa ni Diana?
 - A. pagsisilbi sa kapwa
 - B. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - C. pagtamo ng ganap o *mature* na pakikipag-ugnayan
 - D. nagagampanan ang papel sa lipunan bilang ganap na dalaga
9. Ang tao ay tinawag upang magmahal. Bakit kaya tao ang pinili ng Diyos upang magmahal?
 - A. dahil ito ay may sariling pag-iisip
 - B. dahil likas itong masunurin sa Panginoon at sa kapwa
 - C. dahil nilikha niya itong kawangis ng kanyang mukha at pagkatao
 - D. dahil ang tao ay rasyonal na nilalang na may kakayahang magmahal
10. Bakit kailangan ang tamang kilos ng nagbibinata at nagdadalaga sa pagtuklas sa kanilang mga kakayahahan at talento?
 - A. upang mapaunlad ang isip at pangangatawan
 - B. upang maging aktibo sa pamayanan at pakikipagkapwa
 - C. para magkaroon ng pagkakataon na makihalubilo sa kapwa
 - D. upang mapaunlad ang mga kakayahahan sa paghahanda sa susunod na yugto ng buhay

11. Si Ela ay aktibo sa pakikiisa sa mga gawain ng kanilang pamayanan. Anong kilos ng pagdadalaga ang isinasagawa ni Ela?
- A. pamantayan sa pakikipagkapwa
 - B. pagsisilbi sa mga mahal sa buhay at kakilala
 - C. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - D. pagganap sa kanyang tungkulin sa pamayanan bilang babae
12. Paano nakatutulong ang pagkakaroon ng tamang edukasyon sa paghahanda sa pagbibinata at pagdadalaga?
- A. upang makilala sa buong paaralan at maging sa lipunang ginagalawan
 - B. para makakuha ng matataas na marka na magpapasaya sa magulang
 - C. upang mapalawak ang karunungan magagamit sa pansariling layunin
 - D. para malinang ang kasanayang kinakailangan at matuklasan ang sariling kakayahang
13. May talento sa pag-awit si Dina kaya panay ang kanyang pag-eensayo para sa darating na patimpalak na sasalihan. Anong kilos ng pagdadalaga ang naisagawa ni Dina?
- A. mga pamantayan sa asal ng pakikipagkapwa
 - B. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - C. paglinang at pagpapahalaga sa sariling kakayahang
 - D. papel sa lipunan ng mga nagdadalaga at nagbibinata
14. Kasalukuyang nagpupulong ang mga mag-aaral sa pangkat *Apple* sa pamamagitan ng online webinar upang mapag-usapan ang gagawing patimpalak sa darating na Buwan ng Wika sa pamamagitan ng *social media* dahil sa pandemya ngunit hindi sila magkasundo sa kani-kanilang mga mungkahi kaya idinaan sa botohan na pinangunahan ng pangulo sa klase. Anong kilos ng pangulo ang naisagawa?
- A. papel sa paaralan
 - B. mga pamantayan sa asal ng pakikipagkapwa
 - C. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - D. papel sa lipunan ng mga nagdadalaga at nagbibinata
15. Nagtatrabaho habang nag-aaral si Lando. Sa kabilang tungkulin sa trabaho at pag-aaral ay madiskarte at determinado siyang maisakatuparan ang kanyang pangarap. Anong tamang kilos bilang nagbibinata ang kanyang ipinakita?
- A. pagiging responsible sa pag-aaral
 - B. mga pamantayan sa asal ng pakikipagkapwa
 - C. kakayahang gumawa ng maingat na pagpapasya
 - D. papel sa lipunan ng mga nagdadalaga at nagbibinata



Karagdagang Gawain

Gawain 6: Iguhit Mo!

Panuto: Gumawa ng poster at islogan na nagpapakita sa kahalagahan ng bokasyon na magmahal bilang isang dalaga o binata.

Mga kagamitan:

- long size bond paper
- lapis
- Pentel pen
- krayola / pastel
- ruler

Rubrik sa Paggawa ng Poster at Islogan

Pamantayan	Napakahusay (5 puntos)	Mahusay (3 puntos)	Nangangailangan ng Pag-unlad (1 puntos)
Kaangkupan ng nilalaman sa Tema	Napakahusay at Angkop sa tema ang desinyo at islogan	Mahusay ngunit hindi masyadong angkop sa tema ang desinyo at islogan	Hindi angkop sa tema ang desinyo at islogan
Pagkamalikhain at orihinalidad sa pagguhit at islogan	Napakamalikhain at 100 % orihinal ang iginuhit at islogan	Malikhain at 75% na orihinal ang iginuhit at islogan	Hindi malikhain at 50% na orihinal ang iginuhit at islogan
Malinaw na naipahayag ang mensahe sa iginuhit	Napakalinaw ang pagkalahad sa mensahing “kahalagahan ng bokasyon na magmahal” sa iginuhit	Malinaw ang pagkalahad sa mensahing “kahalagahan ng bokasyon na magmahal sa iginuhit	Hindi malinaw ang pagkalahad sa mensahing “kahalagahan ng bokasyon na magmahal” sa iginuhit
Kabuoan = 15 puntos			



Susi sa Pagwawasto

Tayahin	Balikan	Subukin
1. C	1. Pag-nanasa ng Sekswal	15. A
2. D	2. Puppy Love	14. C
3. C	3. Seksualidad	13. C
4. C	4. Celibacy	12. D
5. D	5. Pagmamahal	11. C
6. B		10. D
7. C		9. D
8. C		8. D
9. D		7. C
10. D		6. C
11. D		5. B
12. D		4. D
13. C		3. C
14. C		2. C
15. A		1. D

Sanggunian

Aklat

Bognot, Regina et.Al. 2014. *Edukasyon sa Pagpapakatao Modyul para sa mag-aaral.* 5th Floor Mabini Building. Meralco Avenue, Pasig City.

Hanguang Elektroniko

Abello, J.(n.d.). Ways To Respect Your Parents.

<https://inspiringtips.com/ways-to-respect-your-parents/> (accessed June 6, 2020).

Gupta, Parama. (2020, May 27). Ways To Teach Children To Respect Law and Authority.

<https://www.parentcircle.com/article/5-ways-to-teach-children-to-respect-law-and-authority/> (accessed June 6, 2020).

Mahoney, K. (2019, March 18). Tips For Obeying Your Parents.

<https://www.learnreligions.com/tips-for-obeying-your-parents-712224> (accessed June 6, 2020).

Parker, Wayne. (2018, February 15).Teaching Children to Respect Law.

<https://www.liveabout.com/teaching-children-to-respect-law-1271031> (accessed June 6, 2020).

Jenna Lawlor. (2021).Preparing for Puberty.

<https://www.chelomleavitt.com/preparing-for-puberty/>

Oceana Setaysha. (n.d.).The Simple Guide for Sex and Puberty to your Kids.

<https://www.stayathomemum.com.au/my-kids/the-simple-guide-sex-and-puberty -to-your-kids/>

Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex
Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: blr.lrqad@deped.gov.ph * blr.lrpd@deped.gov.ph