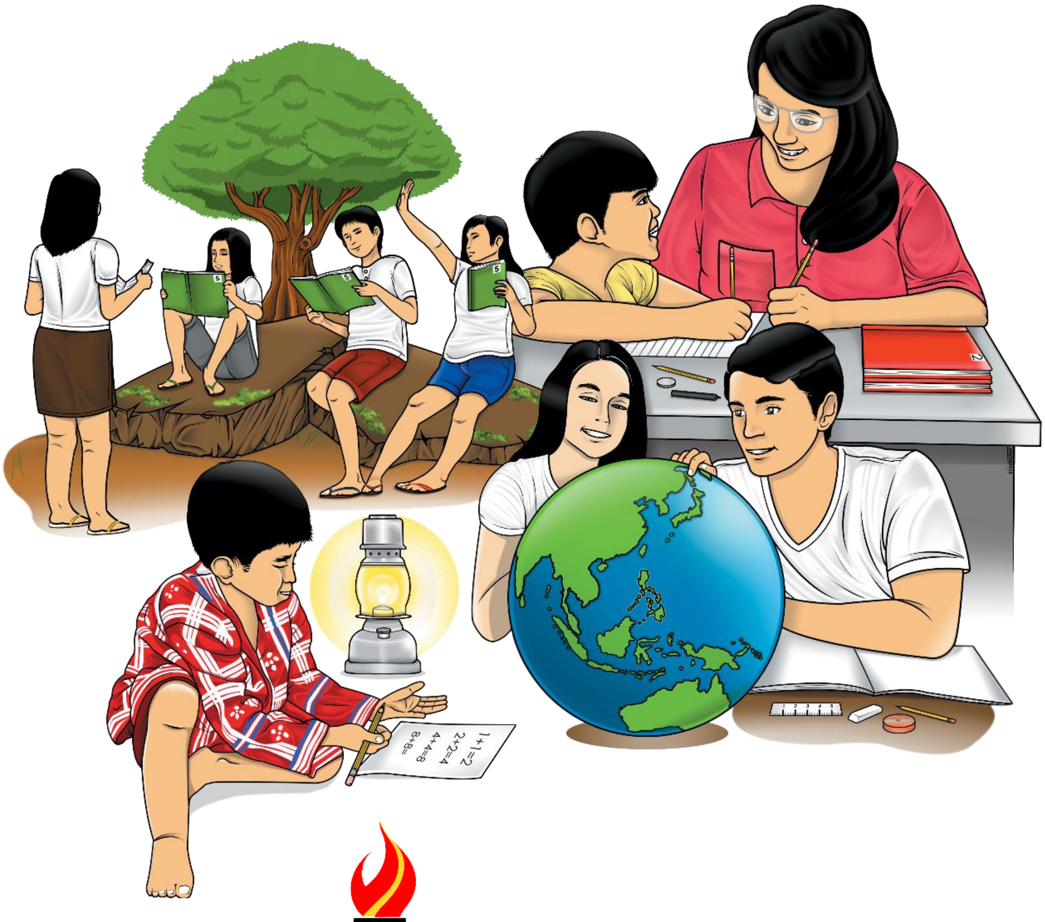
4

Edukasyong Pangkatawan

Kwarter 2 – Modyul 1: Agawang Panyo-Laruin at Pahalagahan Natin!



ALTERNATIVE DELIVERY MODE

CO_Q2_PE 4_Module 1

PAG-AARI NG PAMAHALAAN
HINDI IPINAGBIBILI

Edukasyong Pangkatawan– Ikaapat na Baitang
Alternative Delivery Mode
Ikalawang Markahan – Modyul 1: Agawang Panyo-Laruin at Pahalagahan Natin!
Unang Edisyon, 2020

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

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisiyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyul na ito ay nagtataglay 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 anomang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anomang parte ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anomang 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

Manunulat: Maribel A. Vargas
Editor: Rafael A. Balde
Tagasuri: Cynthia T. Montañez
Tagaguhit: Emma N. Malapo
Tagalapat: Maribel C. Vargas
Tagapamahala: Regional Director: Gilbert T. Sadsad
CLMD Chief: Francisco B. Bulalacao, Jr.
Regional EPS In Charge of LRMS: Grace U. Rabelas
Regional ADM Coordinator: Ma. Leilani R. Lorico
CID Chief: Jerson V. Toralde
Division EPS In Charge of LRMS: Belen B. Pili
Division ADM Coordinator: Cynthia T. Monatnez

Inilimbag sa Pilipinas ng ________________________

Department of Education – Region V

Office Address: Regional Center Site, Rawis, Legazpi City 4500
Telefax: 0917 178 1288
E-mail Address: region5@deped.gov.ph

4

Edukasyong Pangkatawan

Kwarter 2 – Modyul 1: Agawang Panyo-Laruin at Pahalagahan Natin!

DepED
DEPARTMENT OF EDUCATION

Paunang Salita

Ang Self-Learning Module o SLM 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.

And 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 masasabi kung kailangan ng ibayong tulong 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-aaralna 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 makakaranas ng suliranin sa pag-unawa sa mga Aralin sa 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

Magandang araw saiyo.

Sa modyul na ito, iyong mababalik-aralan ang tungkol sa mga halimbawa ng larong pinapalo at binabato “target at striking/fielding games. Ang modyul na ito ay magpapaliwanag nang mabuti kung ano ang **invasion games** at ang isang halimbawa nito na tinatawag na Agawan Panyo.

Ang modyul na ito ay may dalawang aralin. Ang unang aralin ay magpapaliwanag nang mabuti kung ano ang Larong Agawan Panyo at mga kasanayang napapaunlad sa paglaro nito. Ang pangalawang aralin ay magpapaliwanag tungkol sa mga tuntunin at pamamaraan ng larong Agawan Panyo.

Layunin ng modyul na ito ang mga sumusunod

1. Naisasagawa ang ibat-ibang kasanayan sa paglalaro ng invasion games tulad ng Agawan Panyo.
2. Natataya kung anong kaangkupang pisikal ang napapaunlad sa pagsali sa laro.
3. Nasusunod nang may pag-iingat ang mga kasanayan sa laro;
4. Nagpapakita nang may paggalang at kagalakan habang nakikipaglaro.

Subukin

May alam ka bang halimbawa ng mga invasion games? Ano kaya ang pagkakaiba nito sa ibang uri ng laro tulad ng target games at striking games? Subukin mong sagutin ang mga sumusunod na katanungan.

Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat sa inyong sagutang papel.

1. Alin sa mga ito ang naglalarawan ng invasion games?
   A. Ito ay mga larong may target na tatamaan.
   B. Ito ang mga larong may pinapalong bola
   C. Ito ang mga larong gumagamit ng malambot na bola
   D. Ito ang mga larong ang layunin ay lusubin ang teritoryo ng kalaban
2. Alin sa mga ito ang halimbawa ng invasion games?
   A. Tumbang preso C. Kickball
   B. Syato D. Agawan Panyo
3. Ang pakikilahok sa gawaing pisikal tulad ng laro ay mahalaga dahil ito ay________________.
   A. nagpapalakas ng katawan
   B. nakaktulong sa magandang pakikipag-kapuwa
   C. nagpapatatag ng katawan
   D. lahat ng nabanggit
4. Nakita mong natumba ang iyong kalaro, alin sa mga sumusunod ang gagawin mo?
   A. pagtawanan sya C. tulungan siyang tumayo
   B. kutyain siya D. Itulak siya muli

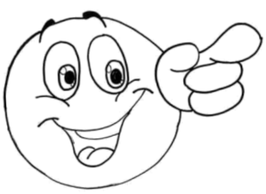
5. Alin sa mga ito ang dapat mong isagawa upang maiwasan ang sakuna habang naglalaro?

A. huwag makinig sa guro

B. sumunod sa panuto

C. magsuot ng masikip na damit

D. makinig sa sabi ng kalaro



Nasagutan mo ba ang lahat na katanungan?
Magaling!!

Aralin 1	Mga Kasanayang Nalilinang sa Larong Agawang Panyo

Balikan

Tingnan natin kung kaya mong gawin ito.

Pag-aralan ang Loop-A-Word" Kard sa ibaba. Hanapin at bilugan ang mga halimbawa ng mga larong Pinoy**.**

LOOP-A -WORD

J	A	B	B	K	A	T	A	W	A	N	L	I	K	A	S	F	I	B	L
E	M	O	I	A	K	A	U	K	I	B	A	S	O	B	B	I	M	I	T
N	U	Z	L	L	A	A	O	M	A	N	A	Y	N	A	H	K	U	N	K
B	U	K	I	I	N	A	S	I	B	O	N	A	K	T	I	A	S	G	I
H	C	A	S	G	G	N	I	N	O	A	S	T	O	U	L	H	C	A	C
C	U	T	I	L	Z	G	N	A	G	G	N	0	W	H	A	U	U	G	K
D	L	A	L	I	I	A	G	I	L	T	Y	G	X	A	S	H	L	A	B
K	A	W	A	K	Y	G	G	G	N	A	A	O	P	N	H	T	A	W	A
K	R	A	W	G	N	A	L	R	A	K	A	M	S	R	A	U	R	A	L
L	E	N	I	S	L	W	A	M	E	O	K	A	N	L	E	K	S	N	L
G	N	N	N	H	I	A	W	A	T	L	O	N	N	A	G	S	T	G	G
N	D	G	A	A	K	N	I	N	A	S	E	O	A	T	N	N	O	P	O
I	U	B	T	N	S	G	N	O	N	I	N	Y	N	A	B	K	E	A	R
P	R	A	S	B	I	B	A	K	D	Y	A	O	A	A	I	A	N	N	L
D	A	T	I	A	S	A	N	N	A	A	Y	K	M	N	S	L	G	Y	O
F	N	A	S	S	A	S	G	A	N	A	O	A	A	G	I	A	T	O	J
J	C	N	I	E	R	E	A	C	T	I	O	N	T	I	M	E	H	I	G
I	E	G	W	K	A	A	S	I	G	I	N	A	N	G	G	N	A	S	N
X	A	M	T	A	N	S	I	N	I	T	A	T	A	G	A	A	N	I	O
A	N	A	O	L	G	O	W	A	N	O	E	A	N	O	N	N	G	P	P

1. Ilan ang nahanap mong halimbawa ng target games? ___________Fielding games?__________
2. Ilista ang mga larong nahanap mo sa "Loop-A-Word Kard" sainyong sagutang papel.
3. Alin sa mga ito ang nasubukan mo nang laruin?______________________________

Tuklasin

Alam mo ba na napakaraming iba't ibang klase ng laro sa ating lugar? Sabik ka na bang malaman kung ano ano ang mga ito?

Basahing mabuti ang talata na nagpapaliwanag kung ano - ano ang mga halimbawa ng **invasion games** at kung ano ang napapaunlad sa paglalaro ng mga ito. Pagkatapos sagutin ang kasunod na mga tanong.

Ang **invasion games** ay uri ng mga laro na ang layunin ay lusubin o pasukin ng kalaban ang iyong teritoryo. Narito ang isa mga halimbawa ng invasion games.

Source: "Larong Pinoy! It's More Fun in the Philippines.", https://akosixander-blog.tumblr.com/post/22107543418/agawang-panyo/amp

Ang **Agawang Panyo** ay isang larong may kaugnayan sa pag-agaw o pagdampot ng isang bagay. Sa paglahok sa larong ito, dapat maging maging maliksi at mabilis ang iyong mga paa at kamay. Masusubok din sa larong ito ang bilis at liksi sa pagdampot o pag-agaw ng isang bagay.

Dapat mong tandaan na sa paglahok sa larong may agawan ng mga bagay, dapat maging maliksi at mabilis ang iyong paa at kamay. Kailangan ding masanay ang iyong katawan sa wastong paninimbang habang nagbabago-bago ang direksyon at bilis ng pagkilos.

Ang layunin ng larong ito ay higit pang malinang ang mga gawaing nakapagpapapunlad ng kalusugang pisikal upang magkaroon ng sapat na liksi at bilis.

Ang bilis (speed) at liksi (agility) bilang mga kasanayan kaugnay ng mga sangkap ng fitness ay bibigyang pansin upang lubos na maunawaan ang kahalagahan nito sa paglalaro at paggawa ng mga pang-araw-araw na gawain.

1. Ano- anong kakayahan ang dapat mong taglayin kung sasali ka sa larong Agawan Panyo?

   ____
____
____

2. Anong kagamitan ang ginagamit sa larong ito?

   A. lata   C. panyo
   B. tsinelas   D. banderita

3. Anong kasanayan ang napapaunlad sa pakikilahok sa larong ito?

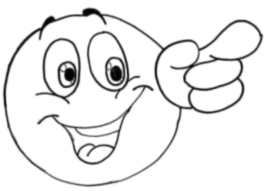
   A. bilis at liksi sa pagsalo   C. bilis at liksi sa pagpalo
   B. bilis at liksi sa paggalaw   D. bilis at liksi sa paglundag

4. Anong uri ng laro ay may layuning lusubin ang teritoryo ng kalaban?

A. target games
B. striking games
C. invasion games
D. fielding games

5. Maliban sa liksi at bilis sa pagdampot at pag-agaw, kailangan mo ring sanayin ang iyong ______________ habang nagpapabago-bago ng direksyon.

A. kahutukan
B. panimbang
C. kalisksihan
D. kalakasan



Magaling! Binabati kita dahil nasagutan mo ang mga katanungan.

Suriin

Tingnan at pag-aralan ang mga larawan sa ibaba.

Alin sa mga ito ang dapat isagawa upang malinang ang iyong bilis at liksi na kailangan upang makapaglaro ng mga invasion ng games tulad ng Agawan Panyo. Piliin ang titik na tamang sagot at isulat sa iyong sagutang papel.

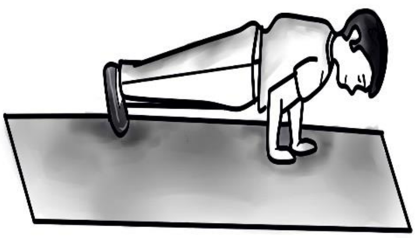
1.

A.

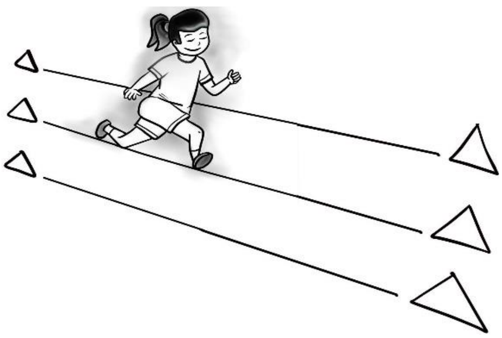
Curl- up

C.

Sit and Reach

B. 

push- up

D. 

Shuttle run

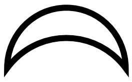
2. Maliban sa pagpapaunlad sa bilis at liksi, ano -ano pang kakayahang pisikal ang dapat malinang upang maging mahusay ka sa paglaro ng Agawan Panyo?

______________________________ ______________________________

____

Pagyamanin

Atin pang palawakin ang iyong kaalaman sa pamamagitan ng mga susunod na gawain.

Iguhit ang kung ang mga gawain ay nagpapaunlad ng kaangkupang pisikal at  kung hindi sa linya pagkatapos ng gawain.

1. pagsali sa mga laro _____________
2. panonood ng TV nang matagal ______________
3. pagtulog sa tamang oras at tamang pahinga ______________
4. pag- ehersisyo _________________
5. pagsakay lagi kung may pupuntahan ___________

Ilagay ang salitang **TAMA** kung ang pangungusap ay tama at **MALI** kung ang pangungusap ay mali.

6. Ang **Shuttle Run** ay sumusubok sa katatagan ng puso at baga. ______________
7. Ang larong **Agawan Panyo** ay nangangailangan ng liksi at bilis._____________
8. Ang manlalaro ng **Invasion Games** ay kailangang may mabilis at maliksi ang kamay._______________
9. Ang larong *relay* na may kasamang pagdampot ng bagay ay ilan sa mga larong nagpapaunlad ng kasanayan sa bilis at liksi.________________.

Isaisip

Marami ka na bang natutunan? Nais mo pa bang lalong palawakin ito? Subukan mo ngang sagutin ito.

Agawan Panyo	mata at kamay
invasion games	bisig at kamay
physical fitness	paa at kamay
Patintero	

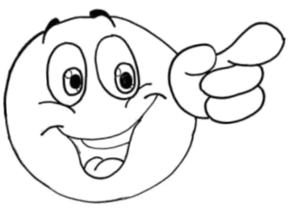
Isulat mo ang nawawalang salita o parirala upang mabuo ang mga pangungusap sa ibaba. Piliin mo ang sagot sa mga salita o parirala na nasa loob na kahon.

1. Ang larong ________________________ ay nagpapaunlad sa bilis sa pagtakbo at liksi sa paggalaw.

2. Ang ________________________ ay isang uri ng mga laro na ang layunin ay lusubin o pasukin ng kalaban ang iyong teritoryo.

3. Ang mga laro ay nakakatulong sa pagsasanay ng mga sangkap ng _________________________.

4. Sa paglalaro ng **Agawan Panyo** kailangang maging listo at maliksi ang mga __________ upang maagaw ang panyo.



Magaling!! Binabati kita. Handa ka na nga sa mga susunod pang gawain.

Isagawa

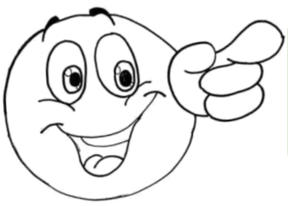
Ngayon alam mo na ba kung ano ang invasion games at Agawan Panyo? Naipaliwanag din sayo sa unang bahagi ng aralin na ito na upang makapaglaro ka ng larong ito kailangang sumali ka sa laro na nakapagpapaunlad sa bilis at liksi tulad ng *relay*. Pag-aralan mong mabuti ang larawan sa ibaba. Pagkatapos hikayatin mo ang iyong kapatid, pinsan o kapitbahay at subukan ninyong laruin ito. Pagkatapos sagutin ang kasunod na tanong.

Source: **Edukasyong Pangkatawan at Pangkalusugan 4, pahina 101**

1. Anong naramdaman mo pagkatapos maisagawa ang larong sack race ?____

2. Naisagawa mo ba nang maayos kasama ng iyong mga kalaro ang larong ito?____

3. Ano-anong kasanayan ang napaunlad pagkatapos mong maglaro?____



Nasiyahan ka ba habang isinagawa ang laro? Tiyak ako na handa ka na sa mga susunod pang gawain. Binabati kita!

Tayahin

Ngayon, tingnan natin kung masasagutan mo ang mga susunod na tanong. Piliin ang titik ng tamang sagot.

1. Ito ay isang uri ng laro na ang layunin ay lusubin o pasukin ng kalaban ang iyong teritoryo?

   A. striking games C. invasion games
   B. wide games D. community games

2. Anong laro ang nangangailangan ng liksi at bilis ng upang maagaw ang panyo sa kalaban?
   A. Agawan Panyo C. Syato
   B. Agawan Base D. Lawin at Sisiw

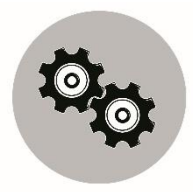
3. Ano anong sangkap ng skill- related fitness ang pinauunlad sa paglaro ng Agawan Panyo?

   A. bilis at liksi ng paggalaw
   B. bilis ng pagkilos
   C. lakas at tatag ng kalamnan
   D. kahutukan

4. Anong pagsubok sa kaangkupang pisikal ang dapat isagawa upang upang masubok ang likis at bilis?

   A. Curl-Up C. shuttle run
   B. Sit and Reach D. Push Up

5. Ano ang kahalagahan ng paglahok sa mga gawaing pisikal tulad ng pagsali sa laro?
   A. nagpapalakas sa katawan
   B. nakakapagpapahina ng loob
   C. nagpapatamlay ng katawan
   D. nakakapag –pabagot



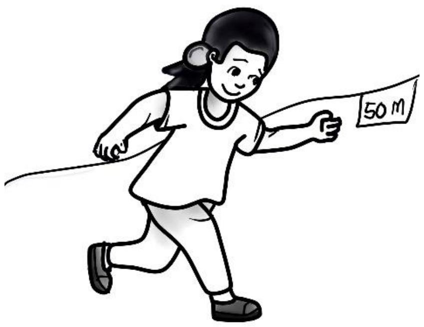
Karagdagang Gawain

Ayon sa iyong napag-aralan sa unang bahagi ng modyul na na ito, kung gusto mong mging malusog at malakas, kailangang sumali ka sa iba't ibang laro. Ang ***physical fitness*** ay nasusubok sa pamamagitan ng mga ***physical fitness test.***

Upang lalo pang mapalawak ang iyong kaalaman gawin mo ang susunod na gawain.

Kulayan ang mga larawan ng mga pagsubok na naglilinang ng bilis at kalakasan ng mga kalamnan sa paa.

A.



50 M Sprint

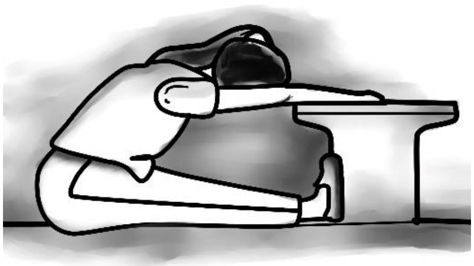
C.

Standing Long Jump

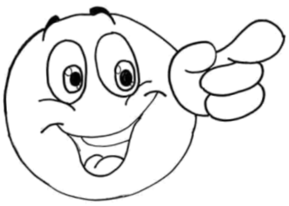
B.

Stork Stand Test

D.



Sit and Reach



Mahusay! Binabati kita dahil napagtagumpayan mo ang araling ito!

Alamin

Magandang araw saiyo.

Sa modyul na ito, iyong mababalik-aralan ang tungkol sa mga halimbawa ng invasion games. Ang modyul na ito ang magpapaliwanag nang mabuti ng mga pamamaraan o altuntunin sa paglalaro ng Larong Agawan Panyo.

Layunin ng modyul na ito ang mga sumusunod:

1. Naisasagawa ang ibat-ibang kasanayan sa paglalaro ng invasion games tulad ng Agawan Panyo.
2. Nasusunod nang may pag-iingat ang mga kasanayan sa laro;
3. Nagpapakita nang may paggalang at kagalakan sa mga kasapi ng koponan.
4. Natataya ang kaangkupang pisikal ayon sa mga gawain sa Philippine Physical Pyramid.

Subukin

Naranasan mo na bang maglaro ng habulan at pagtakbo ng pakis-ekis tulad ng Agawan Panyo? Alam nyo na ba kung pano laruin ang mga ito? Subukin mong sagutin ang mga sumusunod na katanungan.

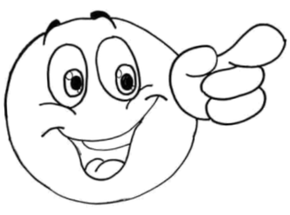
Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat sa inyong sagutang papel.

1. Alin sa mga ito ang isa sa mga pamamaraan ng Larong Agawan Panyo?

   A. Ang manlalaro ay may dalawang grupo na may lima o higit pang kasapi.
   B. Ang manlalaro ay dapat apat na grupo na may limang o higit pang kasapi.
   C. Ang manlalaro ay dapat apat na grupo na may limang o higit pang kasapi
   D. Ang manlalaro ay dapat apat na grupo na may limang o higit pang kasapi

2. Paano pipila ang mga manlalaro bago magsimula ang larong ito?

   A. Ayon sa pagkakasunod –sunod ng bilang
   B. Ayon sa pagkakasunod-sunod ng apelyido
   C. Ayon sa pagkakasunod –sunod ng pangalan
   D. Ayon sa pagkasunod –sunod ng taas



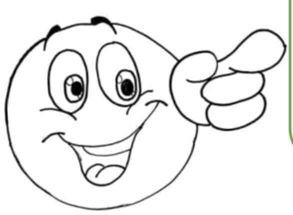
Ilang tamang sagot ang nakuha mo? Mukhang handa ka na sa susunod na aralin. Binabati kita!

Aralin 2 Mga Pamamaraan sa Larong Agawang Panyo

Balikan

Naalalala mo pa ba ang napag-aralan mo sa unang aralin? Tingnan natin kung kaya mong gawin ito. Pagtambalin ang mga salita sa **Hanay A** at mga pangungusap o parirala sa **Hanay B.** Isulat ang titik ng tamang sagot sa iyong sagutang papel.

Hanay A	Hanay B
1. Agawan Panyo	A. Ito ay may layuning pasukin ang teritoryo ng kalaban.
2. Invasion Games	B. kasanayang napapaunlad sa Larong Agawan Panyo
3. bilis at liksi	C. Ito ay larong nangangailangan ng bilis at liksi ng kamay.
4. relay	D. Ito ay ilan sa mga laro na may may kasamang pagdampot ng bagay at nagpapaunlad ng kasanayan sa bilis at liksi.



Magaling ! Nasagutan mo ang mga gawaing ibinigay . Handa ka na nga sa susunod na aralin!

Tuklasin

Ngayong alam mo na kung ano ang Agawan Panyo at kung ano –ano ang mga kasayanang napapaunlad sa paglaro nito tumungo na tayo sa susunod na aralin. Ang bawat laro ay may mga pamamaraan na dapat sundin upang maging maayos ang paglalaro. Sa modyul na ito, pag-aaralan mo ang mga pamamaraan ng larong Agawan Panyo.

Basahing mabuti ang mga talata sa ibaba at pagkatapos sa sagutin ang kasunod na tanong.

Narito ang pamamamaraan ng larong Agawang Panyo.

1. Bumuo ng dalawang grupo na may lima o higit pang kasapi.
2. Bigyan ng bilang ang bawat manlalaro ng bawat pangkat at pumila ayon sa pagakasunod –sunod ng bilang.
3. Pumila nang magkaharap ang magkabilang panig na magkatapat ang bawat bilang na initaas.
4. Ang guro o sinumang napiling tagahudyat ang hahawak ng panyo at tatawag sa numero ng manlalaro.
5. Sa senyas ng tagahudyat, tatakbo sa gitna ang manlalaro, lalapitsa hinahawakang panyo at damdamputin o aagawin ang panyo at babalik sa puwesto.
6. Siguraduhing hindi mataya ng kalaban upang makapuntos ang grupo.

Note: Hikayatin ang sinumang nakakatatanda sa iyong mga pinsan, kapatid o kasapi ng pamilya ang magsisilbing tagahudyat.

1. Ilang grupo ng manlalaro ang karaniwang naglalaro sa Agawang Panyo?

A. 4　　C. 5
B. 2　　D. 6

2. Ano ang dapat gawin ng mga kasapi sa bawat pangkat bago magsimula ang laro?

A. Pumila ayon sa pagkakasunod-sunod ng bilang
B. Pumila ayon sa pagkakasunod-sunod pangalan
C. Pumila ayon sa pagkakasunod –sunod ng apelyido
D. Pumila ayon sa pagkakasunod –sunod ng taas

3. Anong gagawin ng mga manlalaro kapag narinig na ang hudyat?

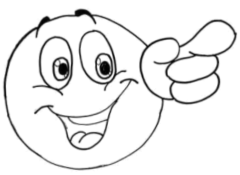
A. Tatakbo sa gitna at lalapit sa hinahawakang panyo
B. Tatakbo sa linya at lalapit sa hinahawakang panyo
C. Tatakbo sa kasapi at lalapit sa hinahawakang panyo
D. Tatakbo sa kalaban at lalapit sa hinahawakang panyo

4. Ano ang panimulang posisyon ng mga manlalaro bago magsimula ng laro?

A. Pumila ng magkatagiliran ang magkabilang panig
B. Pumila ng magkaharap ang magkabilang panig
C. Pumila ng magkatalikod ang magkabilang panig
D. Pumila ng magkasalisihan ang magkabilang panig

5. Kung wala ang guro kapag isasagawa na ang laro, sino ang pwede mong kuning kapalit bilang tagahudyat?

A. Kahit sino sa kapitbahay　　C. Nakatatanda sa koponan
B. Kahit sino sa kalaro　　D.Nakakabata sa koponan



Magaling !! Handa ka na nga sa susunod na aralin.

Suriin

Tingnan at pag-aralang mabuti ang mga larawan sa ibaba. Pagkatapos isagawa ang susunod na gawain at sagutin ang kasunod na tanong.

1. Alin dito ang nagpapakita ng larong Agawan Panyo?

Iguhit ang smiley face sa katapat ng larawang nagpapakita ng larong Agawan Panyo.

A.

Source: Ana del Rosario, "10 Reasons Why It's Cool To Play Pinoy Games", MAY 22, 2015, https://funranch.wordpress.com/tag/filipino-games/

B.

Source: "AGAWAN BASE/BATANG 90'S #LARONG PINOY", https://steemit.com/philippines/@valedjiemedellin/agawan-base-batang-90-s-larong-pinoy

2. Anong kagamitan ang ginagamit sa larong Agawan Panyo?

A. lata
B. tsinelas
C. bato
D. panyo

Pagyamanin

Atin pang palawakin ang iyong kaalaman sa pamamagitan ng mga susunod na gawain. Basahin muli ang mga pamamaraan ng larong Agawan Panyo. Pagsunod-sunurin mo ito. Ilagay mo ang bilang 1-6 ayon sa wastong pagkakasunod sunod nito.

________Pumila nang magkaharap ang magkabilang panig na magkatapat ang bawat bilang na initaas.

________Siguraduhing hindi mataya ng kalaban upang makapuntos ang grupo.

________Bumuo ng dalawang grupo na may lima o higit pang kasapi.

________Ang guro ang hahawak ng panyo at tatawag sa numero ng manlalaro.

_________Sa hudyat ng guro, tatakbo sa gitna ang manlalaro, lalapitsa hinahawakang panyo at damdamputin o aagawin ang panyo at babalik sa puwesto.

_________ Bigyan ng bilang ang bawat manlalaro ng bawat pangkat at pumila ayon sa pagakasunod –sunod ng bilang.

Isaisip

Alam mo na ba ngayon kung paano laruin ang larong Agawan Panyo? Hindi sapat na alam mo lang ang kung paano laruin ang isang laro. Mahalaga ring matutunan mo ang mga tuntunin na dapat sundin upang maiwasan ang sakuna habang naglalaro. Dapat mo ring malaman kung ano -ano ang mga dapat gawin bago magsimula ng laro. Upang lalong mapalawak ang kaalaman mo tungkol dito, subukan mong sagutin ang sumusunod na tanong sa ibaba.

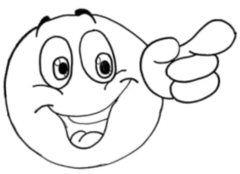
1. Ano ang dapat mong gawin kung nadapa ang iyong kalaban?

A. Pagtawanan sya
B. wag pansinin
C. Tulungang makatayo
D. kutyain sya

2. Ano ang dapat mong gawin bago magsagawa ng laro?
A. umupo ng matagal
B. matulog muna
C. magsagawa ng ehersisyo
D. kumain ng marami

3. Ano ang dapat mong gawin upang manalo sa laro?
A. makipagtulungan sa koponan
B. itulak ang kalaban
C. mandaya
D. kutyain ang kalaban

4. Alin sa mga ito ang dapat isagawa upang maiwasan ang sakuna?
A. Sumunod sa tuntunin ng laro
B. Magsuot ng mga alahas habang naglalaro
C. Sundin ang sariling tuntunin
D. Magsuot ng mga masisikip na damit



Labis akong nasisiyahan sa resulta.
Nasagutan mo ang lahat ng mga katanungan.
Binabati kita!

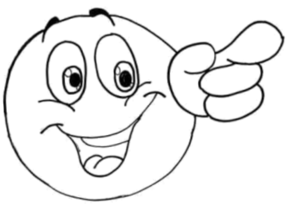
Isagawa

Ngayon alam mo na kung ano -ano ang mga pamamaraan ng larong Agawan Panyo.Natutunan mo rin kung paano maiiwasan ang pagkakaroon ng sakuna habang naglalaro. Hikayatin mo ang iyong kapatid o pinsan at subukan ninyong laruin ang Agawan Panyo.

Bago magsimula sa laro, kailangan mong tandaan ang mga tuntunin ng laro upang maiwasan ang anumang sakuna. Sagutan ang mga sumusunod na tseklist pagkatapos isagawa ang laro.

Lagyan ng tsek ang kolum ng iyong sagot sa mga katanungan.

	Oo	**Hindi**
1. Nagsagawa ka ba ng warm-up na ehersisyo bago naglaro?		
2. Nasunod mo ba ang mga tuntunin ng laro?		
3. Nasunod mo ba ang mga pamamaraan ng laro?		
4. Nasiyahan ka ba habang nakikipaglaro?		
5. Nakatulong ba sa paglinang ng physical fitness ang paglalaro mo?		



Lahat bang sagot mo ay Oo sa mga katanungan? Magaling! Malawak na nga ang iyong natutunan sa aralin ito.

Tayahin

Tapos mo nang mapag-aralan ang mga pamamaraan ng larong Agawan Panyo at kung ano- ano mga tuntunin na dapat sundin upang maiwasan ang sakuna. Tingnan natin kung masasagutan mo ang mga susunod na tanong. Piliin ang titik ng tamang sagot.

1. Ano ang pinakaunang pamamaraan sa larong Agawan Panyo?

A. Bumuo ng dalawang grupo ng may lima o higit pang kasapi
B. Pumila ng magkaharap ang dalawang koponan
C. Bigyan ng numero ang bawat kasapi
D. Tatakbo sa gitna ang manlalaro

2. Ano ang dapat mong gawin bago magsimula ang laro?
A. Umupo ng matagal   C. Magsagawa ng ehersisyo
B. Kumain nga marami   D. Matulog muna

3. Sino ang hahawak ng panyo at tatawag sa numero ng manlalaro?
A. nakatatandang kasama sa bahay   C. kahit sino sa kalaban
B. Kahit sino sa kalaro   D. kahit sino sa kapitbahay

4. Kailan tatakbo sa gitna ang manlalaro para agawin ang panyo sa may hawak ng panyo?
A. Kapag narinig na ang hudyat ng guro o nakatatanda
B. Kapag narinig na ang sigaw ng guro o nakatatanda
C.Kapag narinig na nag palakpak ng guro o nakatatanda
D. Kapag narinig na padyak ng guro o nakatatanda

5. Ano ang dapat gawin upang maiwasan ang sakuna sa laro?
A. Sumunod sa tuntunin ng laro
B. Igalang ang kalaro
C. Sundin ang mga pamamaraan ng laro
D. lahat na nabanggit

Karagdagang Gawain

Ayon sa iyong napag-aralan ikalawang aralin sa modyul na ito, kung gusto mong maging maayos ang paglalaro ng Agawan Panyo, kailangang masunod mo ang mga pamamaraan ng laro. Kailangan din sundin ang mga tuntunin ng laro.

Upang lalo pang mapalawak ang iyong kaalaman gawin mo ang susunod na gawain.

1. Ano ano pang ibang kasanayan ang maari mong malinang sa paglalaro ng Agawan Panyo? Isulat ang mga ito sa inyong sagutang papel.

Aralin 1
Susi sa Pagwawasto

Subukin

1. D
2. D
3. D
4. C
5. B

Balikan

1. 2
2. 2
3. Tumbang preso

Note: Maaring magkakaiba ang sagot

Tuklasin

1. bilis at liksi ng paa at kamay
2. C
3. B
4. C

B

Suriin

1. D
2. Bilis at liksi sa pagdampot at pag-agaw

Pagyamanin

1.
2.
3.
4.
5.
6. Mali
7. Tama
8. Tama
9. Tama

Isaisip

1. Agawan Panyo
2. Invasion Games
3. Physical Fitness
4. paa at kamay

Isagawa

1. Bilis at liksi ng paa
2. Bilis at liksi ng kamay

Maaring magkaiba-iba ang sagot

Tayahin

3. C
4. A
5. A
6. C

A

Karagdagang Gawain

1. C

Aralin 2
Susi sa Pagwawasto

Subukin

1. A
2. A

Balikan

1. C
2. A
3. B
4. D

Tuklasin

1. B
2. A
3. A
4. B
5. C

Suriin

1. A

2. D

Pagyamanin

3
6
1
4
5
2

Isaisip

1. C
2. C
3. A
4. A

Tayahin

1. A
2. C
3. A
4. A
5. D

Isagawa

Inaasahang sagot:

1. Oo
2. Oo
3. Oo
4. O0
5. Oo

Maaring magkaiba-iba ang sagot.

Karagdagang Gawain

1. Kasanayan sa wastong panimbang at bilis

Sanggunian

LM – Edukasyong Pangkatawan at Kalusugan -2015

K-12 Curriculum Guide- 2016

K-12 Gabay ng Guro- 2016

Other Sources:

Source: "Larong Pinoy! It's More Fun in the Philippines.", https://akosixander-blog.tumblr.com/post/22107543418/agawang-panyo/amp

Source: Ana del Rosario, "10 Reasons Why It's Cool To Play Pinoy Games", MAY 22, 2015, https://funranch.wordpress.com/tag/filipino-games/

Source: **"**AGAWAN BASE/BATANG 90'S #LARONG PINOY", https://steemit.com/philippines/@valedjiemedellin/agawan-base-batang-90-s-larong-pinoy

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