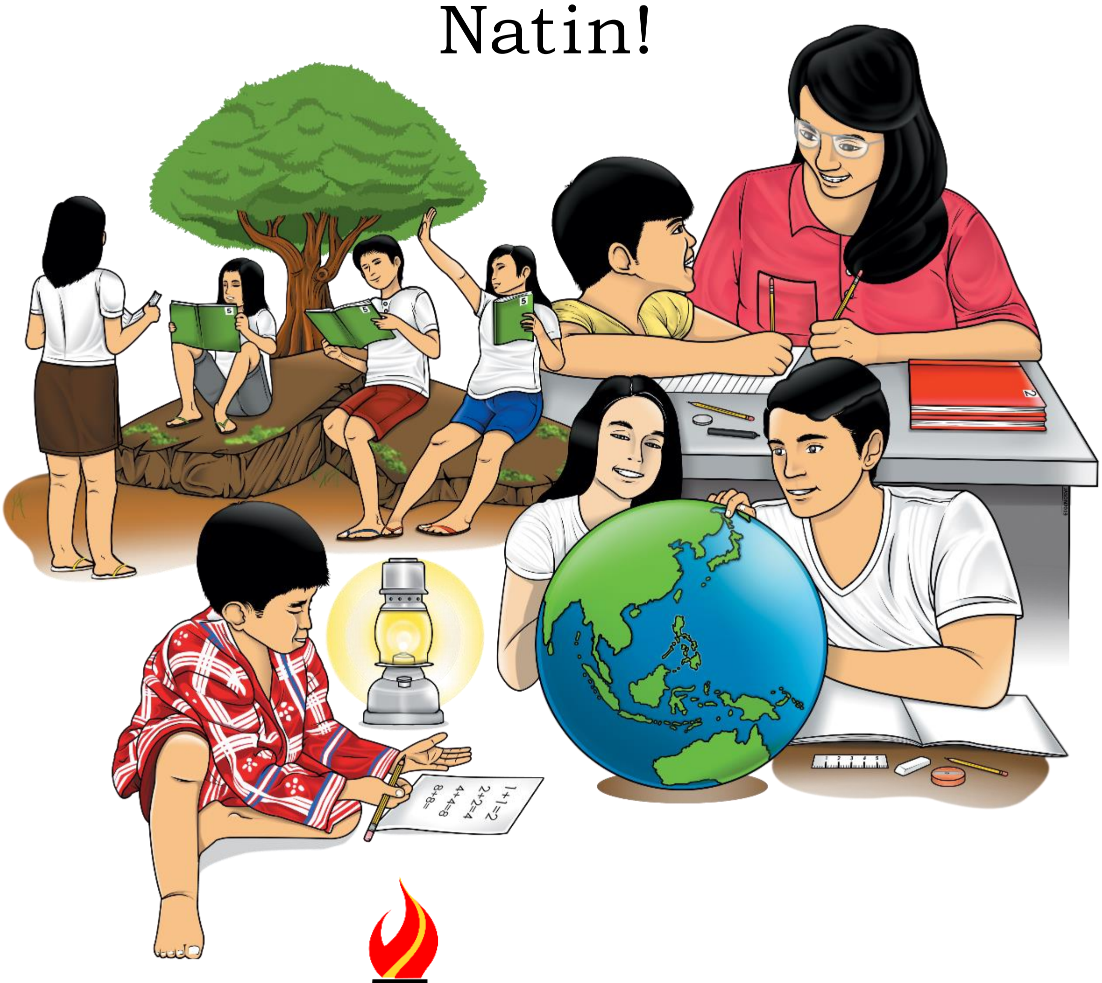
4

Edukasyong Pangkatawan

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



ALTERNATIVE DELIVERY MODE

ADM

CO_Q2_PE 4_Module 2

PAG-AARI NG PAMAHALAAN
HINDI IPINAGBIBILI

Filipino – Ikaapat na Baitang
Alternative Delivery Mode
Ikalawang Markahan – Modyul 2: Agawang Base-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. Montanez

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 2: Agawang Base-Laruin at Pahalagahan Natin!

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 **invasion games** Agawan Panyo. Ang modyul ding ito ang magpapaliwanag nang mabuti tungkol sa pangalawang halimbawa ng ***invasion games*** na **Agawan Base** .

Ang modyul na ito ay may dalawang aralin. Ang unang aralin ay magpapaliwanag nang mabuti kung ano ang Larong Agawan Base at mga gawaing pisikal na nagpapaunlad ng kasanayan sa paglalaro nito. Ang pangalawang aralin ay magpapaliwanag tungkol sa mga tuntunin at pamamaraan ng larong Agawan Base.

Layunin ng modyul na ito ang mga sumusunod:

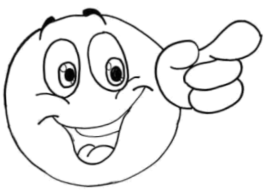
1. Naisasagawa ang ibat-ibang kasanayan sa paglalaro ng invasion games tulad ng Agawan Base.
2. Natataya kung anong kaangkupang pisikal ang napapaunlad sa pagsali sa laro.
3. Nasusunod nang may pag-iingat ang mga kasanayan sa laro;
4. Nagpapakita nang may paggalang at kagalakan habang nakikipaglaro.

Subukin

Maliban sa larong Agawan Panyo, ano pa ang alam mong halimbawa ng **invasion games**? Subukin mong sagutin ang mga sumusunod na katanungan.

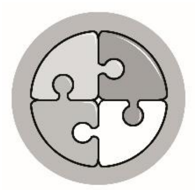
Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat sa inyong sagutang papel.

1. Alin sa mga ito ang isa pang halimbawa ng invasion games?
   A. Tumbang preso
   B. Syato
   C. Kickball
   D. Agawan Base
2. Anong kasanayan ang kailangan mong linangin upang makapaglaro ka ng larong Agawan Base?
   A. Tatag ng kalamnan, bilis at liksi
   B. Kahutukan
   C. Kalakasan ng puso at baga
   D. Kalakasan ng kamay
3. Bago magsagawa ng mga gawaing pisikal, ano ang dapat mo munang isagawa upang maihanda ang katawan?
   A. Pag-ehersisyo
   B. Pagpahinga
   C. Pagkain ng marami
   D. Tumakbo nang tumakbo
4. Alin sa mga sumusunod na gawain ang dapat isagawa upang laong mapaunlad ang bilis, liksi at tatag ng kalamnan ng paa?
   A. Paglaro ng patintero
   B. Paglaro ng habulan
   C. Pagbibisekleta
   D. Lahat ng nabanggit



Magaling!! Maari ka nang tumungo sa sunod na gawain.

Aralin 1 — Mga Kasanayang Nalilinang sa Larong Agawang Base



Balikan

Maalala mo pa kaya ang napag-aralan mo sa unang modyul?

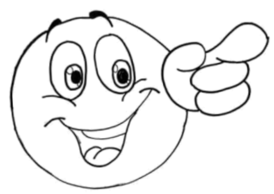
Bago tayo tumungo sa susunod na aralin, balikan mo muna ang napag-aralan mo sa nakalipas na aralin sa unang modyul.

1. Ito ay uri ng laro na ang layunin ay lusubin o sakupin ang teritoryo ng kalaban.
   A. Target Games B. Striking Games
   B. Fielding Games D. Invasion games

2. Isang halimbawa ng invasion games na gumagamit ng panyo.
   A. Syato C. Agawan Base
   B. Agawan Panyo D. Kickball

3. Alin sa mga kasanayang ito ay kailangang taglayin mo upang makapaglaro ng Agawan Panyo?

   A. Liksi at bilis ng mata
   B. Liksi at bilis ng paa at kamay
   C. Lakas at bilis ng kamay at bisig
   D. Lakas ng kalamnan na paa



Nasagutan mo ba ng lahat na katanungan?
Magaling!!

Tuklasin

Alam mo ba na na marami pang halimbawa ng invasion games? Sabik ka na bang malaman kung ano ano pa ang mga ito?

Tingnan ang larawan sa ibaba. Basahing mabuti ang mga talata na nagpapaliwanag ng isa pang halimbawa ng invasion games at kung anong kaangkupang pisikal ang napapaunlad sa paglalaro ng mga ito. Pagkatapos sagutin ang kasunod na mga tanong.

Source: "Agawan Base - A Traditional Philippine Game", https://steemkr.com/philippinegames/@leebaong/agawan-base-a-traditional-philippine-game

Ang larong **Agawang Base**, ay isa ring halimbawa ng invasion games. Ito ay nagpapaunlad ng bilis sa pagtakbo at liksi ng paggalaw. Sa paglalaro, kailangan ang pag-ingat upang hindi mataya ng kalaban. Ang layunin ng larong ito ay maagaw ng grupo ang base ng kalaban nang hindi natataya.

Ang habulan, patintero at iba pang laro ay nakalilinang din sa iba't ibang mga sangkap ng f*itness* tulad ng lakas at kalamnan ng paa, bilis at liksi ng kamay.

1. Ano anong kasanayan ang dapat mong linangin sa larong Agawan Base?

2. Ano ang layunin ng larong ito?

A. maagaw ng grupo ang base
B. Maagaw ng grupo ang panyo
C. maagaw ng grupo ang bola
D. Maagaw ng grupo ang lata

3. Alin sa mga laro sa ibaba ang kailangan mong isagawa upang malinang ang iba't ibang mga sangkap ng fitness tulad ng lakas at tatag ng kalamnan ng paa, bilis at liksi ng kamay?

A. Sack race
B. Relay
C. habulan
D. tumbang preso

Nasagutan mo ba ng lahat na katanungan?
Magaling!!

Suriin

Suriin at pag-aralan ang mga larawan sa ibaba.

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

1.

A.

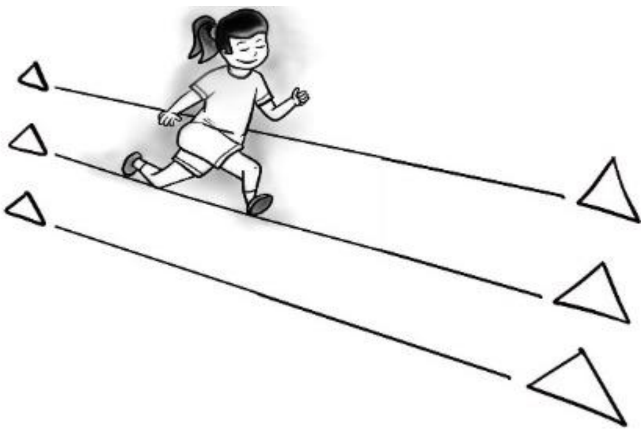
3 Minute Step Test

C.

Stork Stand Test

B.

Sit and Reach

D. 

Shuttle Run

2. Masdang mabuti ang ginagawa ng mga bata sa larawan sa ibaba. Ano kaya ang kanilang ginagawa?

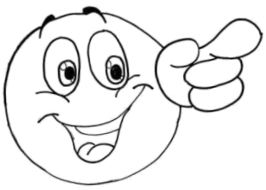
Source: Edukasyong Pangkatawan at Pangkalusugan 4, pahina 107.

Ilista ang mga ginagawa ng mga bata sa iyong sagutang papel.

____

____

____



Naisagawa mo ba ang mga gawain sa itaas?
Binababai kita!!

Pagyamanin

Atin pang palawakin ang iyong natutunan sa pamamagitan sa pagsagawa ng mga sumusunod na gawain. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Alin sa mga pang-araw araw mong gawain sa ibaba ang nagpapakita ng lakas at tatag ng kalamnan?

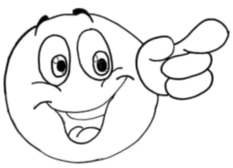
A. paglaba ng mga damit
B. pagtupi ng nilabahan
C. pag-igib ng tubig
D. pagwalis ng sahig

2. Alin naman ang nagpapakita ng bilis at liksi sa pagkilos?

A. pagbunot ng sahig
B. pag-igib ng tubig
C. pagtulak ng kabinet
D. pagputol ng panggatong

3. Anong pagsubok naman ang dapat isagawa kung nais mong masukat ang kalakasan at katatagan ng kalamnan ng mga bs?

A. 50 M Run
B. Sit and Reach
C. 10 M Run
D. Push-Up



Nakuha mo ba ang lahat na tamang sagot?
Magaling!!

Isaisip

Marami ka na bang natutunan? Nais mo pa bang lalong palawakin ito? Upang lalong pang mapalawak ang iyong natutunanan sa ating aralin, isagawa ang gawain sa ibaba. Basahing mabuti ang pangungusap, pagkatapos, piliin ang titik ng tamang sagot.

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

   A. Agawan Base — C. Syato
   B. Tumbang Preso — D. Agawan Panyo

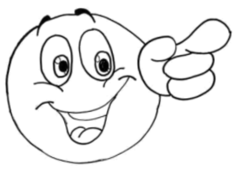
2. Ang __________________________ ay isang gawain na nakakatulong upang mapaunlad ang kalakasan at katatagan ng kalamnan ng mga bisig.

   A. Pagbunot ng sahig — C. Pagtulak ng mabigat na bagay
   B. Pagdidilig na halaman — D. Pagputol ng panggatong

3. Anong pagsubok ang kailangan mong isagawa upang upang masukat ang bilis at liksi ng iyong pagkilos?

   A. Shuttle Run — C. Stork Balance
   B. Curl Up — D. 50 M Run

4. Ano ang layunin ng larong Agawan Base?
   A. Upang maagaw ng grupo ang base ng kalaban
   B. Upang maagaw ang bola ng kalaban
   C. Upang maagaw ang panyo ng kalaban
   D. Upang maagaw ang lata ng kalaban



Naisagawa mo ba ang mga gawain sa itaas?
Mahusay!!

Isagawa

Ngayon alam mo na kung anong laro ang Agawan Base? Napag-aralan mo rin kung ano ano ang mga gawaing nagpapaunlad sa bilis, liksi, kalakasan at katatagan ng kalamnan. Hikayatin mo ang iyong kapatid, pinsan o kapitbahay at isagawa ninyo ang laro na ipinapakita sa larawan sa ibaba. Siguraduhing masunod ang mga pamantayan bago magsimula ng laro tulad ng mga sumusunod:

1. Magsagawa muna ng mga pang warm-up na ehersisyo.
2. Magsuot ng wastong kasuotan.
3. Sumunod sa panuto ng laro.

Source: Edukasyong Pangkatawan at Pangkalusugan 4, pahina 107.

Pagkatapos maglaro, basahin ang mga katanungan sa ibaba at isulat sa inyong sagutang papel ang inyong sagot.

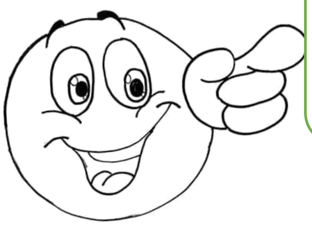
1. Ano ang naramdaman mo pagkatapos maisagawa ang larong Habulan?____

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

3. Ano anong kasanayan ang napaunlad pagkatapos mong laruin ang larong ito? ____

____

4. Paano ninyo naiwasan ang sakuna habang naglalaro?____
____
____



Binabati kita dahil naisagawa ninyo nang maayos ang laro.

Tayahin

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

1. Ito ay isang laro na ang layunin ay agawin ang base ng kalaban nang hindi natataya?

   A. Patintero C. Agawan Panyo
   B. Syato D. Agawan Base

2. Ang pagkilos sa maliksing paraan ay sukatan ng_____________.

   A. agility C. balance
   B. coordination D. flexibilty

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

   A. bilis at liksi ng kamay
   B. bilis at liksi ng paggalaw
   C. lakas at tatag ng kalamnan
   D. kalakasan ng puso at baga

4. Alin sa mga pang-araw araw na gawain ang nakakatulong upang malinang ang kalakasan at katatagan ng kalamnan at ng kamay at paa?

   A. pagbunot ng sahig C. Pagsibak ng kahoy
   B. Pag-iigib ng tubig D. paglaba ng damit

5. Ano ang kailangan mong gawin upang maiwasan ang sakuna habang naglalaro?
   A. Sumunod sa pamantayan ng laro
   B. Sundin ang sariling kagustuhan
   C. Magsuot ng mga masisikip na damit
   D. Gumamit ng mga kwentas at relo habang naglalaro

Karagdagang Gawain

Ayon sa iyong napag-aralan sa unang bahagi ng modyul na ito, kung gusto mong maging mabilis at maliksi, kailangang sumali ka sa iba't ibang laro tulad ng Agawan Base.

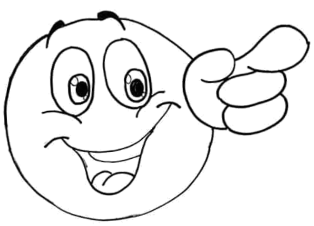
Upang lalo pang madagdagan ang iyong kaalaman gawin mo ang susunod na gawain.

Isulat ang salitang **TAMA** kung ang pangungusap ay tama at **MALI** kung ang pangungusap ay mali. Isulat sa iyong sagutang papel ang sagot.

1. Ang layunin ng larong Agawan Base ay maagaw ang panyo ng kalaban.____________

2. Upang mapaunlad ang liksi, bilis, kalakasan at katatagan ng kalamnan, kailangang maglaro ng mga larong nagpapaunald ng mga ito tulad ng larong Habulan. _______________

3. Ang larong Agawan Base ay nakapagpaunlad din ng kalakasan at katatagan ng kalamnan. _____________



Mahusay!!!

Binabati kita dahil napagtagumpayan mo ang Unang Aralin ng Modyul na ito!

Alamin

Magandang araw saiyo.

Ang ikalawang aralin sa modyul na ito ang magpapaliwanag nang mabuti ng mga pamamaraan at tuntunin na dapat sundin sa paglalaro ng Larong Agawan Base.

Layunin ng modyul na ito ang mga sumusunod:

1. Naisasagawa ang ibat-ibang kasanayan sa paglalaro ng invasion games tulad ng Agawan Base.
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

Naranasan mo na bang maagawan ng laruan? Alam mo na ba kung paano nilalaro ang Agawan Base? Subukin mong sagutin ang mga sumusunod na katanungan upang malaman mo kung gaano na kalawak ang iyong kaalaman tungkol sa larong ito. Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat sa iyong sagutang papel.

1. Alin sa mga ito ang unang pamamaraan ng Larong Agawan Base?

   A. Bumuo ng dalawang pangkat na may pantay na bilang.
   B. Mag- Jack and Poy para malaman kung sino -sino ang magkakampi.
   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. Ano ang inilalagay sa gitna o pagitan ng base ng dalawang pangkat?

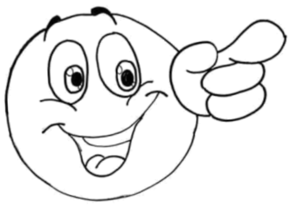
   A. lata   C. numero
   B. guhit   D. panyo

3. Paano ang pagpili ng mga kakampi ng bawat pangkat o koponan?

   A. Mag Jack and Poy   C. Magbilang ng 1-5
   B. Magbilang ng 1-10   D. Pipiliin ng lider

4. Alin sa mga ito ang nagpapakita ng kabutihang asal habang naglalaro?

   A. Kutyain ang kalaban   C. Maglaro ng patas
   B. Dayain ang kalaro   D.Tawanan ang kalaban



Magaling! Nasagutan mo ang unang pagsubok na ibinigay.

Aralin 2 Mga Pamamaraan at Tuntunin ng Larong Agawang Base

Balikan

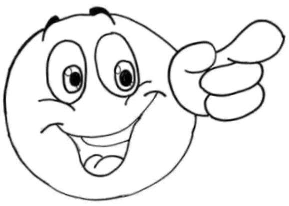
Tingnan naman natin kung naalala mo pa ang napag-aralan mo sa unang aralin. Basahin mong mabuti ang mga pangungusap sa ibaba, pagkatapos piliin mo ang nawawalang salita o parirala na nasa loob ng kahon upang mabuo ang pangungusap

Agawan Base	Push-up
Stork Stand Test	bilis at liksi
Sit and Reach	Habulan

1. Ang ______________________ ay kaangkupang pisikal na sumusukat ka kalakasan at katatagan ng kalamnan ng mga bisig.

2. Ang__________________ ay isang laro na nakakatulong upang malinang ang iba't ibang fitness tulad ng bilis, liksi, tatag at lakas ng kalamnan.

3. Ang layunin ng larong ______________________ ay maagaw ang base ng kalaban. Ito rin ay nagpapaunlad ng bilis sa pagtakbo at liksi sa paggalaw.



Mukhang handa ka na sa susunod na aralin. Maari ka nang tumungo sa bagong aralin.

Tuklasin

Alam kong marami ka nang natutunan tungkol sa larong Agawan Base. Ang bawat laro ay may mga pamamaraan upang maisagawa ito nang wasto. Kinakailangan mo ring matutunan ang mga tuntunin ng laro upang maiwasan ang anumang sakuna. Sa modyul na ito, ay maipapaliwanag saiyo nang mabuti ang mga pamamaraan ng larong Agawan Base at ang mga tuntunin at pamantayan sa paglalaro.

Basahin at unawain mong mabuti ang mga pamamaraan at pagkatapos sagutin mo ang mga tanong.

1. Bumuo ng dalawang pangkat na may pantay na bilang.
2. Mag-Jack and Poy para malaman kung sino sino ang magkakampi. Mas maraming manlalaro, mas masaya.
3. Kailangan ng bawat pangkat na may base o bahay. Ito ay maaring puno ng kahoy o malaking bato, o anumang pwedeng gawing base ng bawat pangkat.
4. May guhit na linya sa gitna na maghahati sa dalawang base ang bawat pangkat.
5. May maiiwang isa na magbabantay sa knailang base para hindi ito maagaw, habang ang ibang kasapi ng pangkat ay susubukang agawin ang base ng kalaban.
6. Kapag lumampas sa linya ang manlalaro, kailangang habulin ng kalaban upang hulihin. Ito ay dadalhin sa kanilang base bilang preso at kailangang bantayan upang hindi makatakas.
7. Maari lamang makalaya ang presong manlalaro kung mahahawakan o matatapik ng kakampi at maaari na itong maglaro muli.
8. Kapag ang baseline ng pangkat ay nataya ng kalaban nang hindi sya natataya, maari ding manalo kung lahat ng kasapi sa kabilang koponan ay nahuli.

1. Ilang pangkat ng manlalaro ang karaniwang naglalaro sa Agawan Base?

A. 8
B. 4
C. 2
D. 6

2. Ano ang dapat gawin ng manlalaro sa kabilang koponan kapag nakalagpas ang manlalaro sa linya ?

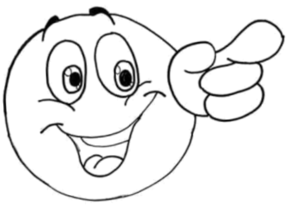
A. Kailangang itulak ang manlalaro sa kabilang base
B. Kailangang hawakan ang manlalaro at itali
C. Kailangang habulin ng kalaban upang mahuli ito
D. Kailangang samahan pabalik sa kabilang base

3. Paano makakalaya ang nahuling manlalaro bilang preso.

A. Kailangang maitulak pabalik sa kanilang base
B. Kailangang mahawakan o matapik ng kakampi
C. Kailangang maapakan ang paa
D. Kailangang maitali ang kamay

4. Paano ba manalo sa larong Agawan Base?

A. Kapag baseline ng pangkat ay nataya ng kalaban nang hindi siya natataya.
B. Kapag ang kabilang koponan ay nakapasok sa base ng kalaban
C. Kapag ang kabilang koponan ay nakapasok sa gitnang linya
D. Kapag ang kalaban ay mahawakan ang bantay



Magaling ! Nasagutan mo ang lahat ng mga katanungan. Handa ka na nga sa susunod na aralin.

Suriin

Masdan at pag-aralang mabuti ang mga larawan sa ibaba. Pagkatapos sagutin ang kasunod na tanong.

1. Alin dito ang nagpapakita ng larong Agawan Base?

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/

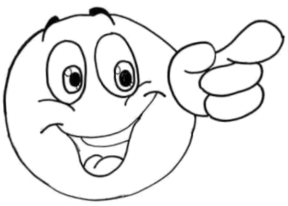
B.

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

C.

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

Source: Beverly L. Saez, "Pagdiriwang ng Buwan ng Wika at Kasaysayan: " Wikang Katutubo: Tungo sa Isang Bansang Filipino", 05 September 2019,



Mahusay ang iyong ang ginawa! Binabati kita!

Pagyamanin

Naunawaan mo na ba kung paano isasagawa ang larong Agawan Base?

Tingnan natin kung handa ka na ngang maglaro nito. Isagawa ang mga sumusunod na gawain. Basahing mabuti ang mga pamamaraan ng laro at piliin ang nawawalang salita na nasa loob ng biluhaba upang mabuo ang mga ito.

base	makalaya	matatapik
magbabantay	presong	kasapi
puno	linya	dalawang
kakampi		

A. Kailangan ng bawat pangkat na may 1. ___________________o bahay. Ito ay maaring 2. _________________ ng kahoy na pwedeng gawing base ng bawat pangkat.

B. May maiiwang isa na 3._________________________ sa kanilang 4. ______________________para hindi ito maagaw, habang ang ibang 5.___________________ng pangkat ay susbukang agawin ang base ng kalaban.

C. May guhit na 6.______________________ sa gitna na maghahati sa 7.________________________ base ng bawat pangkat

D. Maari lamang 8. ____________________ ang 9. ________________ manlalaro kung mahahawakan o 10. ____________________ng kakampi.

Isaisip

Kaya mo na bang laruin ang Agawan Base? Hindi sapat na alam mo lang ang kung paano laruin ang isang laro. Mahalaga ring matutunan mo ang mga tuntuin 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.

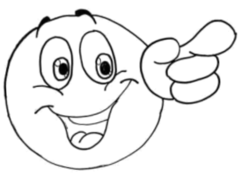
1. Ano ang dapat mong gawin kung natalo ka sa laro?

A. Batin ang kalaban
B. Kutyain ang kalaban
C. Tanggapin ng bukal sa loob ang pagkatalo
D. A at C

2. Ano ang mainam mong gawin bago isagawa ang laro?
A. manood ng TV
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. dayain ang kalaban
D. awayin 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 masikip na damit



Labis akong nasisiyahan sa resulta.
Nasagutan mo ang lahat ng mga katanungan.
Muli kitang binabati kita!

Isagawa

Ngayon alam mo na kung ano -ano ang mga pamamaraan ng larong Agawan Base. Napag-aralan mo rin kung paano maiiwasan ang pagkakaroon ng sakuna habang naglalaro. Subukan nga natin kung kaya mo na isagawa ang larong ito.

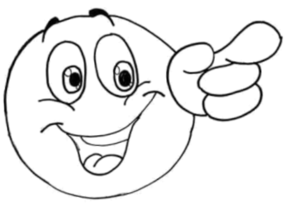
Hikayatin mo ang iyong kapatid, pinsan o kapitbahay at subukan ninyong laruin ang Agawan Base.

Bago magsimula sa laro, kailangan mong sundin ang mga pamamaran, tuntunin at pamantayan ng laro upang maiwasan ang anumang sakuna.

Pagkatapos isagawa ang laro, sagutan ang mga sumusunod na tseklist at isumite.

Iguhit ang araw sa tapat ng kolum kung paano mo nagawa ang gawain sa ibaba.

Mga Gawain	**Mahina**	**Katamtaman**	**Mabilis**
Pagtakbo ng mabilis			
Maliksing pag-iwas na mataya			
Paghuli ng kalaban			
Pagligtas ng kakampi			



Mahusay! Malawak na nga ang natutunan mo sa mga araling iyong napag-aralan.

Tayahin

Tapos mo nang mapag-aralan ang mga pamamaraan at tuntunin na dapat mong sundin upang maiwasan ang sakuna habang naglalaro ng Agawan Base. Tingnan natin kung masasagutan mo ang pagtataya. Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat sa sagutang papel.

1. Ano ang dapat mong gawin bago magsimula ang laro?

    A. Manood ng TV
    B. Kumain nga marami
    C. Magsagawa ng ehersisyo
    D. Humiga nang matagal

2. Ano ang pangalawang pamamaraan sa larong Agawan Base?

    A. Bumuo ng dalawang pangkat na may pantay na kasapi
    B. Pumila ng magkaharap ang dalawang koponan
    C. Kailangan ng bawat pangkat na base o bahay
    D. Mag Jack and Poy para malaman kung sino sino ang magkakampi

3. Sa palaruan ng Agawan Base, ano ang inilalagay sa gitna na naghahati sa dalawang base ng bawat pangkat?

    A. malapad na panyo
    B. malaking sombrero
    C. tuwid na kahoy
    D. guhit na linya

4. Ano pa ang isa pang paraan para manalo sa larong Agawan Base?

    A. kung lahat na kasapi sa koponan ay nahuli na
    B. kung ang bantay sa koponan at nahuli na
    C. kung ang lider ng koponan ay nahuli na
    D. kung ang presong manlalaro ay nakalaya na

5. Ano ang dapat gawin upang maiwasan ang sakuna sa laro?

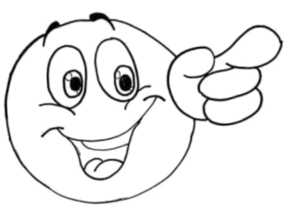
    A. Sumunod sa tuntunin ng laro
    B. Igalang ang kalaro
    C. Sundin ang mga pamamaraan ng laro
    D. Lahat na nabanggit

Karagdagang Gawain

Tandaan: Kung gusto mong maging maayos ang paglalaro ng Agawan Base, kailangang masunod mo ang mga pamamaraan at ganun din 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 nalinang mo sa paglalaro ng Agawan Base? Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.



Mahusay! Binabati kita dahil napagtagumpayan mo ang lahat na gawain sa modyul na ito.

Susi sa Pagwawasto
Aralin I

Subukin

1. D
2. A
3. A
4. D

Balikan

1. D
2. B
3. B

Tuklasin

1. listo at liksi ng kamay
2. A
3. C

Suriin

1. D
2. Naghahabulan
   Nag-uunahan sa base

Maaring magkaiba –iba ang sagot dito

Pagyamanin

1. C
2. A
3. D

Isaisip

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

Isagawa

1. nasisiyahan
2. Oo
3. Bilis, liksi, tatag at lakad ng kalamnan
4. Wala
5.

Maaring magkaiba-iba ang sagot dito.

Tayahin

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

Karagdagang Gawain

1. MALI
2. TAMA
3. TAMA

Susi sa Pagwawasto
Aralin 2

Subukin

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

Balikan

1. Push-Up
2. Habulan
3. Agawan Base

Tuklasin

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

Suriin

1. B

Pagyamanin

1. base
2. puno
3. magkasabay
4. base
5. kasapi
6. linya
7. dalawang
8. makalaya
9. presong
10. matatapik

Isaisip

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

Isagawa

1. Katamtaman
2. Katamtaman
3. Katamtaman
4. Mabilis

Maaring magkaiba –-iba ang sagot

Tayahin

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

Karagdagang Gawain

1. Kalakasan, katatagan , bilis at liksi

Sanggunian

LM – Edukasyong Pangkatawan at Kalusugan -2015
K-12 Curriculum Guide- 2016

K-12 Gabay ng Guro- 2016

Other Sources:

Source: "Agawan Base - A Traditional Philippine Game", https://steemkr.com/philippinegames/@leebaong/agawan-base-a-traditional-philippine-game

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

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

Source: Beverly L. Saez, "Pagdiriwang ng Buwan ng Wika at Kasaysayan: " Wikang Katutubo: Tungo sa Isang Bansang Filipino", 05 September 2019,

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