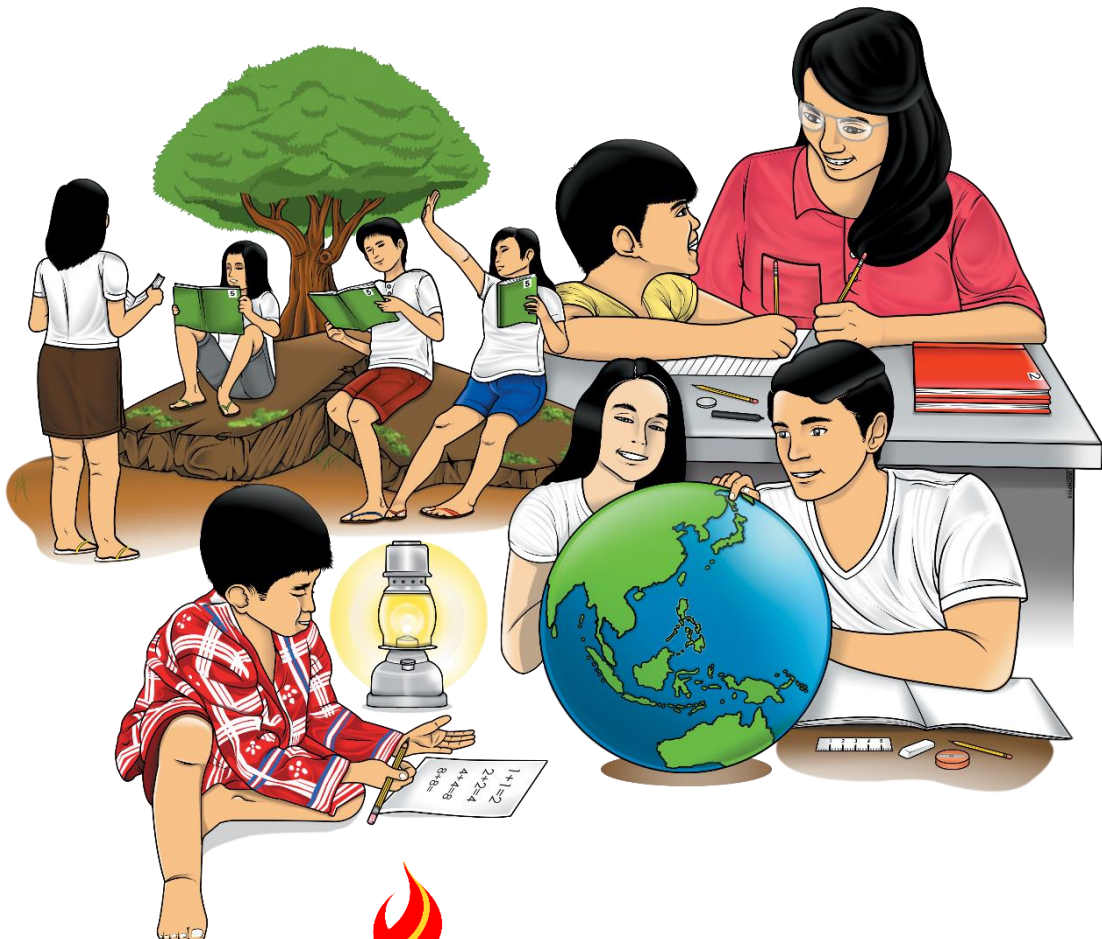


2

# Physical Education

Unang Markahan – Modyul 1:  
Mga Hugis at Kilos ng Katawan



**Physical Education – Ikalawang Baitang  
Alternative Delivery Mode  
Unang Markahan – Modyul 1: Mga Hugis at Kilos ng Katawan  
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 telebisyon, 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:** Gemmaruth G. Castro, Mario E. Dojillo Jr., Benjie M. Manila,  
Jim Allan L. Canare

**Editor:** Ronie M. Baldos, Zenaida S. Dela Cruz

**Tagasuri:** Carolyn R. Reyes

**Tagaguhit:** Marlon Q. Diego

**Tagalapat:** Emmanuel S. Gimena Jr.

**Tagapamahala:** Nicolas T. Capulong, Librada M. Rubio, Ma. Editha R. Caparas  
Nestor P. Nuesca, Milagros M. Peñaflor, Edgar E. Garcia  
Romeo M. Layug

**Inilimbag sa Pilipinas ng \_\_\_\_\_**

**Kagawaran ng Edukasyon – Rehiyon III**

Office Address: Diosdado Macapagal Government Center,  
Maimpis, City of San Fernando, (P)

Telefax: (045) 598-8580

E-mail Address: region3@deped.gov.ph

# Physical Education

Unang Markahan – Modyul 1:  
Mga Hugis at Kilos ng Katawan

## 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 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-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 modyul na ito ay idinisenyo at isinulat upang tulungan kang mabigyang-pansin at mapahalagahan ang iyong katawan pati na ang mga hugis at kilos na ginagawa nito para sa iyo sa araw-araw.

Matapos ang modyul na ito, inaasahang matutuhan mo ang:

1. nakalilikha ng mga hugis at kilos ng katawan (PE2BM-Ie-f-2)
2. naipakikita ang wastong kasanayan sa pagkilos katugon ng tunog at musika(PE2MS-Ia-h-1); at
  - a. natutukoy ang mga hugis ng katawan ;
  - b. nakalilikha ng mga simpleng kilos;
3. nakalalahok sa masasaya at kawili-wiling gawaing pisikal (PE2PF-Ia-h-2).



## Subukin

**Panuto:** Ayusin ang mga letra upang mabuo ang hinihinging salita na may kinalaman sa mga hugis at kilos ng katawan. Isulat ang sagot sa sagutang papel.



1 D W U T I

1 T



2 A L A M D A P

2 M



3 T T O K B U L A

3 B



4 T U N A A N A K

4 N



5 I I T I L P P A K A N

5 N

## Aralin

# 1

## Mga Hugis ng Katawan

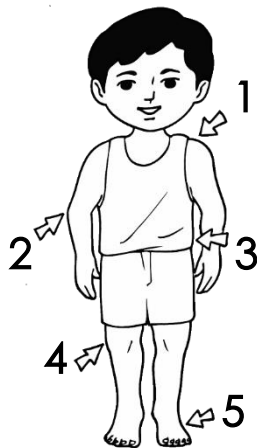
Ang iba't-ibang bahagi ng katawan ay gumagalaw at nagsasagawa ng mga kilos habang tayo ay nabubuhay. Ang bawat bahagi ng katawang ito ay nakabubuo ng iba't-ibang hugis kahit hindi natin namamalayan.

Ang simpleng pagtayo ay nakabubuo ng hugis na tuwid. Ang paglakad ay nakabubuo ng hugis mula sa katawan at mga paa at indayog ng mga kamay.



### *Balikan*

**Panuto:** Pangalanan ang mga bahagi ng katawan na may *arrow*. Pumili sa mga bahaging nasa kanan. Isulat ang sagot sa iyong sagutang papel.



paa

balikat

tuhod

kamay

beywang

siko



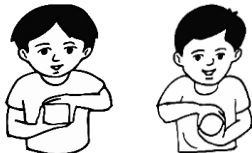
### *Mga Tala para sa Guro*

Ang modyul na ito ay naghahanda sa mga mag-aaral upang makalikha at mailarawan ang mga hugis ng katawan ayon sa kung paano ito ginagawa o inilalahad sa isang larawan.



### *Tuklasin*

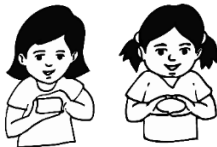
**Panuto:** Awitin nang may kilos sa tono ng “Are You Sleeping, Lazy Juan?”



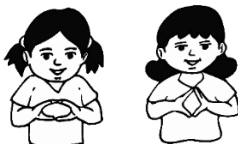
Square and circle. Square and circle.



Triangle. Triangle.



Rectangle and oblong. Rectangle and oblong.



O-oval. Diamond.



## Suriin

**Panuto:** Ano-ano ang mga hugis na nabanggit sa awit? Hanapin sa kanan ng talahanayan ang pangalan ng mga hugis sa Filipino. Isulat ang titik ng tamang sagot sa papel.

Bilang	English	Filipino
1	■ Square	
2	● Circle	
3	▲ Triangle	
4	■ Rectangle	
5	● Oblong/Oval	
6	◆ Diamond	

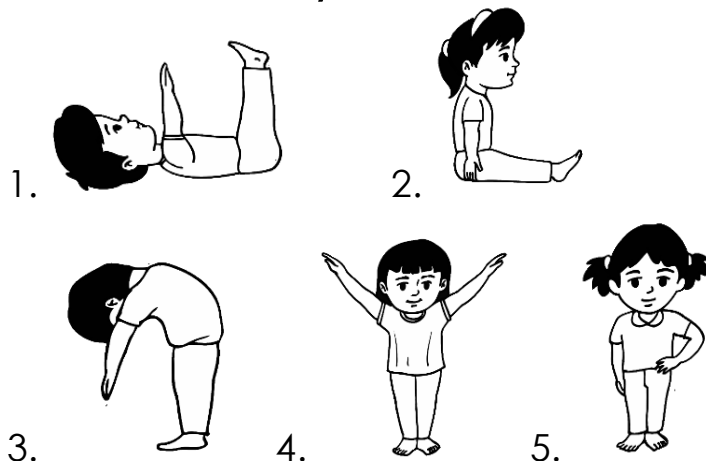
A. bilog  
 B. bilohaba  
 C. hugis dayamon  
 D. parihaba  
 E. parisukat  
 F. tatsulok



## Pagyamanin

**Panuto:** Piliin sa Hanay B ang tinutukoy ng larawan sa Hanay A. Isulat ang titik ng tamang sagot sa sagutang papel.

### Hanay A



### Hanay B

- A. tulad ng isang kahong nakabukas
- B. tulad ng letrang L
- C. tulad ng letrang P
- D. tulad ng letrang Y
- E. tulad ng nakabaligtad na letrang J





## *Isaisip*

Ang bawat pagkilos ng mga bahagi ng ating katawan ay nakalilikha ng mga hugis.

Ang mga hugis ng katawan ay maaaring:

- Nakatuwid
- Nakabaluktot
- Nakapilipit
- Palapad



## *Isagawa*

**Panuto:** Awitin at isayaw ang “Pizza Hut.”

### **Pizza Hut**

A Pizza hut...A Pizza hut  
Kentucky Fried Chicken and a Pizza Hut.  
Mc Donald's, Mc Donald's  
Kentucky Fried Chicken and a Pizza Hut.

Ito ang mga kilos ng awit.

*Pizza Hut* – kamay nakaunat ang dalawang kamay sa ulo na nagtatagpo ang mga daliri.

*Kentucky Fried Chicken* – ikinakampay ang dalawang braso sa tagiliran.

*Mc Donalds* – ang dalawang kamay ay nakataas at ang mga daliri ay nakabaluktot sa itaas ng ulo.

**Panuto:** Iguhit ang hugis na nabuo sa mga kilos na ginawa sa awit. Isulat sa sagutang papel.

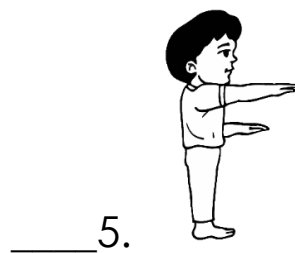
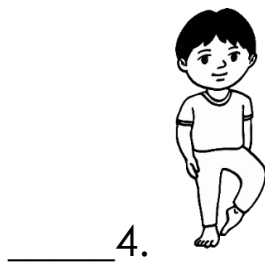
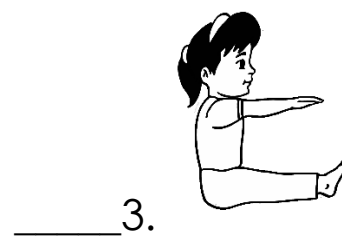
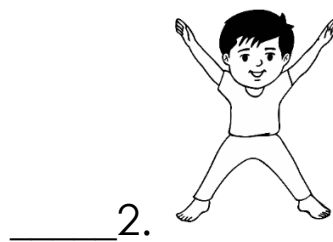
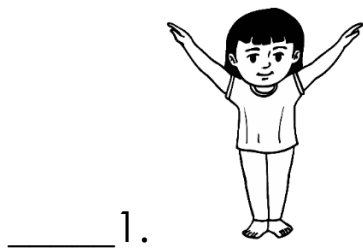
	Bahagi ng Awit	Hugis na Nabuo
1	Pizza Hut	
2	Kentucky Fried Chicken	
3	Mc Donald's	



## Tayahin

**Panuto:** Anong hugis ang nabubuo ng bawat pagkilos? Isulat ang titik na naihugis ng bawat pagkilos matapos mo itong maisagawa. Pumili ng sagot sa kahon.

Bb	Cc	Ff	Xx	Yy
----	----	----	----	----





## *Karagdagang Gawain*

**Gawain 1.** Isulat ang mga sumusunod na salita sa hangin gamit ang iyong mga daliri. Siguruhing tama ang mga hugis na iyong gagawin sa bawat letra.

1. ISDA

2. KAMATIS

3. KALABAW

**Gawain 2.** Sagutin ng **Oo, Hindi** o **Ilan lang** ang mga tanong nang buong katapatan. Isulat sa sagutang papel.

1. Naihugis ko ba ng tama ang lahat ng letra?
2. Nahirapan ba ako sa pagsulat ng hugis?
3. Ang lahat ba ng letra ay naihugis ng aking daliri?

Aralin

2

## Mga Hugis ng Katawan



### Balikan

**Panuto:** Tukuyin sa mga sumusunod na larawan kung anong letra ang nabuo gamit ang bahagi ng katawan. Piliin ang sagot sa loob ng kahon. Isulat ang titik ng tamang sagot.

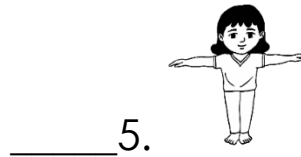
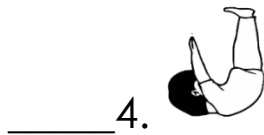
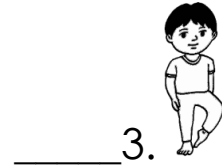
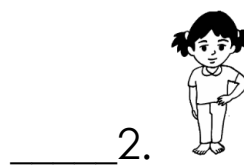
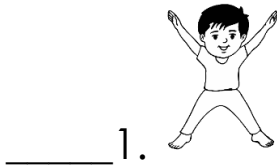
A. titik B

B. titik J

C. titik P

D. titik T

E. titik X



### Suriin

**Panuto:** Awitin ang pambatang awit na pinamagatang "Paa, Tuhod" at pag-aralang mabuti kung ano-ano ang mabubuong hugis ng katawan.

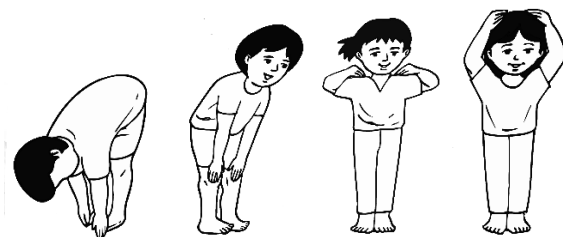
#### Paa, Tuhod

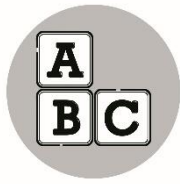
Paa, tuhod, balikat, ulo.

Paa, tuhod, balikat, ulo.

Paa, tuhod, balikat, ulo.

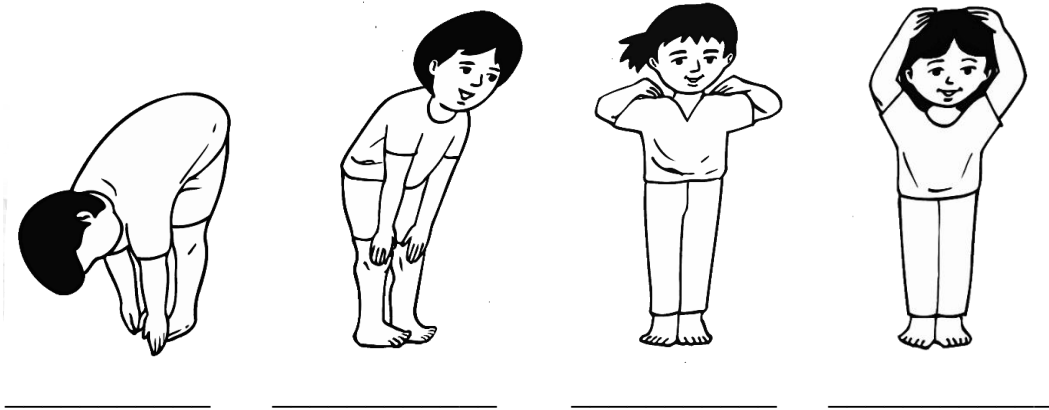
Pumadyak tayo at magpalakpakan





## Pagyamanin

**Panuto:** Ano-ano ang mga hugis na nabuo sa mga kilos na ginawa habang inaawit ang “Paa, Tuhod?” Iguhit ang iyong sagot sa sagutang papel.



## Isaisip

Gamit ang mga awiting nakaiindak o awiting pambata tulad ng *Bahay Kubo*, *Magtanim ay Di Biro*, *Leron Leron Sinta*, at *Pizza Hut*, maaaring sabayan ang mga ito ng iba't-ibang galaw at posisyon ng katawan upang makabuo ng mga hugis. Ito ay sa pamamagitan ng pagbaluktot ng katawan, pagpilipit at pagtaas ng mga kamay at paa, at iba pang paraan upang makabuo ng isang hugis gamit ang mga bahagi ng katawan.

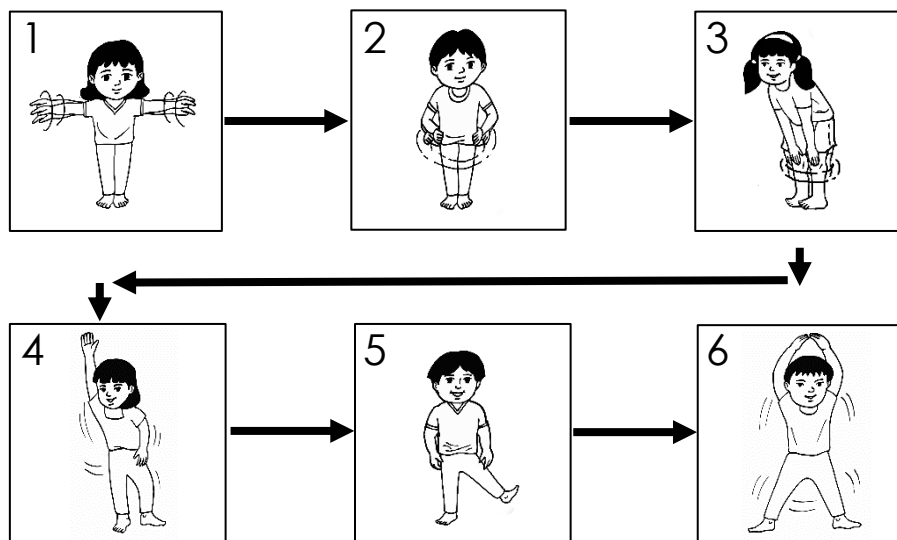
Kung ang iyong katawan ay naigagalaw mo at nakabubuo ka ng iba't-ibang hugis sa maraming paraan, siguradong ikaw ay malilibang at magiging malusog na bata.



## Isagawa

Halina at mag-ehersisyo! Awitin ang Leron Leron Sinta habang ginagawa ang mga sumusunod na larawan. Pagkatapos mag-unat ng katawan.

**Panuto:** Tukuyin kung ano-ano ang mga hugis na nagawa gamit ang iba't-ibang parte ng katawan. Isulat sa sagutang papel.



## Tayahin

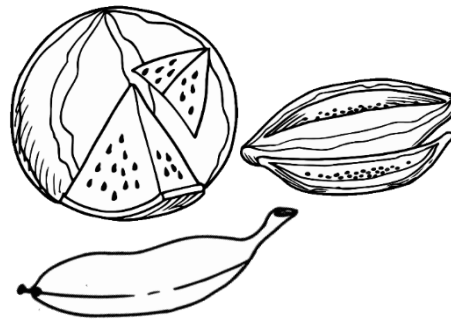
**Panuto:** Awitin ang "Fruit Salad Song." Ang bawat prutas na nabanggit sa awitin ay may katumbas na posisyon ng katawan.

*Watermelon* – itaas ang dalawang kamay habang magkadikit ang mga paa

*Papaya* – iunat nang pantay sa balikat ang mga kamay habang magkadikit ang mga paa

*Banana* – ilagay ang mga kamay sa gilid, itaas ang kanang paa at ilagay ito sa kaliwang tuhod.

**Fruit Salad Song**  
 Watermelon,  
 watermelon  
 Papaya, papaya  
 Banana, banana  
 Banana, banana  
 Fruit salad, fruit salad



**Panuto:** Tukuyin kung anong hugis o titik ang nabuo sa mga kilos na ginawa sa awit. Isulat sa sagutang papel.

	Bahagi ng Awit	Hugis na Nabuo
1	Watermelon	
2	Papaya	
3	Banana	

Nagawa mo ba ang mga kilos na dapat gawin sa awiting “Fruit Salad Song”? Paano mo ito nagawa?

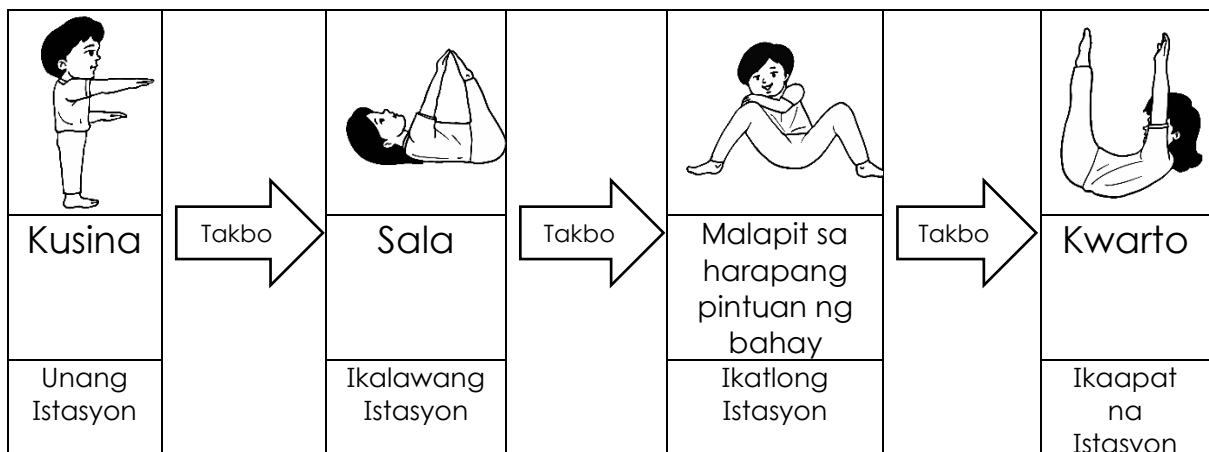
**Panuto:** Isulat sa sagutang papel ang **Oo** kung nagawa ng maayos ang bawat kilos at **Hindi** kung hindi ito nagawa. Maging tapat sa pagsagot.

1. Nagawa mo ba nang maayos ang mga sumusunod na kilos?
  - a. itaas ang dalawang kamay habang magkadikit ang mga paa
  - b. iunat nang pantay sa balikat ang mga kamay habang magkahiwalay ang mga paa
  - c. ilagay ang mga kamay sa gilid, itaas ang kanang paa at ilagay ito sa kaliwang tuhod
2. Nabuo mo ba nang maayos ang mga sumusunod na hugis?
  - a. Palapad
  - b. Tuwid
  - c. Baluktot
3. Nag-enjoy ka ba sa ginawang activity?



## Karagdagang Gawain

**Panuto:** Maghanap ng kapareha, ito ay maaaring nanay, tatay, kapatid o pinsan at maglaro ng “Hulaan Mo!” Gayahin ang makikitang larawan sa bawat istasyon at huhulaan ng kapareha kung anong hugis o titik ang ipinapakita. Hindi maaaring umalis sa istasyon hanggat hindi ito nahuhulaan. Ang pinakamaiksing oras na matapos, ay siyang panalo!







## *Subukin*

**Gawain 1.** Isagawa nang wasto ang mga sumusunod na pagkilos. (Mainam kung haharap sa salamin habang ginagawa ang mga kilos na ito upang makita mo kung wasto ang hugis ng iyong katawan.)

1. Wastong paglakad

2. Wastong pagtayo

3. Wastong pag-upo

**Gawain 2.** Isulat sa sagutang papel kung **Palagi**, **Paminsan-minsan** or **Hinding-hindi** pagkatapos gawin ang mga kilos. Maging tapat sa pagsagot.

1. Nakatuwid ba ang aking likod?
2. Madali ko bang nagawa ang bawat kilos?
3. Nakaramdam ba ako ng sakit habang ginagawa at pagkatapos gawin ang mga kilos?
4. Ginagawa ko ba ang mga gawaing ito araw-araw?
5. Alam ko na ba ang kahalagahan ng pagiging malusog at malakas upang agawa ang mga gawaing ito?

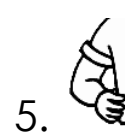
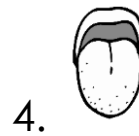
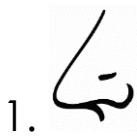
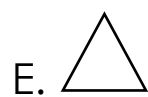
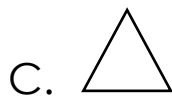
## Mga Kilos ng Katawan

Matapos nating mapag-aralan sa Aralin 1 na ang mga bahagi ng ating katawan ay nakabubuo ng mga hugis (na maaaring hindi naman natin napapansin sa pang-araw-araw na buhay), ang bawat hugis ay nabubuo sa mga kilos ng katawan.

Ang mga kilos ng ating katawan ay maaaring mula sa pinakasimpleng gawain sa bahay, paaralan o komunidad o mga kilos ng katawan na halos hindi na natin napapansin na nagagawa pala natin.

**Balikan**

**Panuto:** Pagtambalin ang mga bahagi ng katawan at ang hugis sa bawat bilang. Isulat sa iyong papel ang titik ng tamang sagot.

**Mga Tala para sa Guro**

Ang modyul na ito ay naghahanda sa mga mag-aaral upang makalikha at mailarawan ang mga kilos ng katawan ayon sa kung paano ito ginagawa o inilalahad sa isang larawan.



## Tuklasin

**Panuto:** Hanapin sa puzzle ang mga salita sa bilohaba. Maaaring nakasulat nang pahilis, pahalang o pabalik. Lagyan ng tsek (/) kung ang salita ay mahahanap sa puzzle at ekis (x) kung hindi. Isulat sa sagutang papel.

- |             |             |            |
|-------------|-------------|------------|
| 1. paglakad | 2. pagtakbo | 3. pagbasa |
| 4. pagluhod | 5. pagsulat | 6. paghiga |

### Mga Kilos ng Katawan

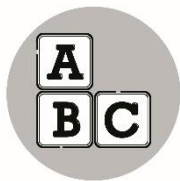
P	E	O	D	S	T	D	U	O
A	U	A	T	W	S	A	B	J
G	M	R	G	X	P	K	J	R
L	G	R	B	I	A	C	V	U
U	G	W	L	T	H	D	X	H
H	G	W	G	Q	Q	G	C	V
O	P	A	G	L	A	K	A	D
D	P	G	J	N	D	V	I	P
T	A	L	U	S	G	A	P	P



## *Suriin*

**Panuto:** Isulat ang mga bahagi ng katawan na ginamit sa mga kilos sa puzzle. Isulat sa sagutang papel.

	KILOS	BAHAGI NG KATAWAN NA GINAMIT
1	Hal. Paghiga	Likuran ng katawan mula ulo hanggang paa
2	Paglakad	
3	Pagluhod	
4	Pagsulat	
5	Pagtakbo	



## *Pagyamanin*

**Panuto:** Maingat na isagawa ang mga gawaing ito. Pagkatapos ay sagutin ang mga tanong sa talahanayan. Isulat sa sagutang papel.

1. Umupo sa sahig nang nakaunat ang mga hita nang magkahiwalay (hanggang sa iyong makakayanan). Pagkatapos ay iunat ang mga braso sa magkabilang tagiliran.

2. Tumayo nang tuwid na magkalapit ang mga paa. Pagkatapos ay ilagay ang iyong mga kamay sa magkabilang beywang.

Mga Tanong	Oo	Hindi
Iisang bahagi lamang ba ng katawan ang ginamit sa bawat gawain?		
Ang mga bahagi ba ng katawan ay maginhawang nakakilos at nakasunod sa takdang kilos?		
Madali bang ulit-ulitin ang mga takdang kilos?		



### *Isaisip*

Ang mga ginagawa ng ating katawan ay hindi lamang mga kilos na sinasadya at itinatakda nating gawin. Mayroon ding mga kilos na kusang ginagawa ng katawan kahit hindi natin isipin at hindi natin napapansin.

Mahalagang lagi tayong maingat sa pagsasagawa ng mga kilos ng ating katawan bilang pag-aalaga sa ating sarili at sa iba.

Ang bawat pagkilos din ay ibinabagay sa lugar na pagsasagawaan ng kilos.



## *Isagawa*

**Panuto:** Sundin ang mga sumusunod na direksyon. Lumikha ng mga hugis at kilos ng katawan. Iguhit sa sagutang papel ang hugis na iyong mabubuo sa bawat pagkilos.

- \_\_\_\_\_ 1. Tumayo nang tuwid at ibaluktot ang itaas na bahagi ng iyong katawan pababa.
- \_\_\_\_\_ 2. Iunat ang iyong mga braso nang nakatikom ang mga kamay. Pagkatapos ay ilahad ang iyong hinlalaki at hintuturo sa magkabilang kamay. Paglapatin ang parehong hinlalaki at parehong hintuturo.
- \_\_\_\_\_ 3. Tumayo nang tuwid na magkalapit ang mga paa. Pagkatapos ay itaas ang iyong mga braso pataas na medyo nakahilis. Paghiwalayin ang mga paa nang halos may dalawang ruler ang layo. (Hindi mo na kailangang kumuha ng ruler. Tanyahin.)



## *Tayahin*

**Panuto:** Pangkatin ang mga kilos ng katawan at ang lugar kung saan ito pinakaangkop gawin. Titik lamang ng sagot ang ilagay sa sagutang papel.

- A. Paghahabulan
- B. Paglalaba ng maruruming damit
- C. Pagliligpit ng higaan
- D. Pagsulat ng mga itinuro ng guro sa pisara
- E. Pagtatawanan nang malakas dahil nagkakasayahan
- F. Pakikinig sa guro
- G. Panonood ng TV kasama ang pamilya

Sa Tahanan	Sa Paaralan	Sa Parke at Palaruan
1.	4.	6.
2.	5.	7.
3.		



## Karagdagang Gawain

**Panuto:** Isipin mo na ikaw ay pupunta sa isang bukid na tulad ng nasa larawan. Ano- anong mga kilos ng katawan at mga gawain ang maaari mong gawin sa lugar na ito? Magbigay ng apat na kilos o gawain na maaari mong isagawa rito. Isulat sa sagutang papel.



Bilang	Kilos ng Katawan o Gawain
1	Hal. Umakyat sa puno.
2	
3	
4	
5	



Aralin

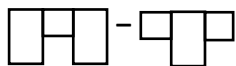
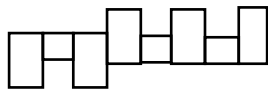
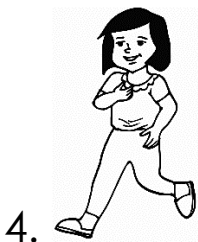
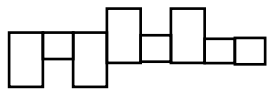
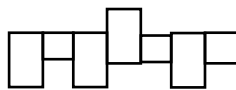
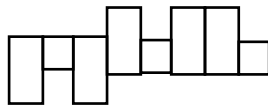
4

# Mga Kilos ng Katawan



## Balikan

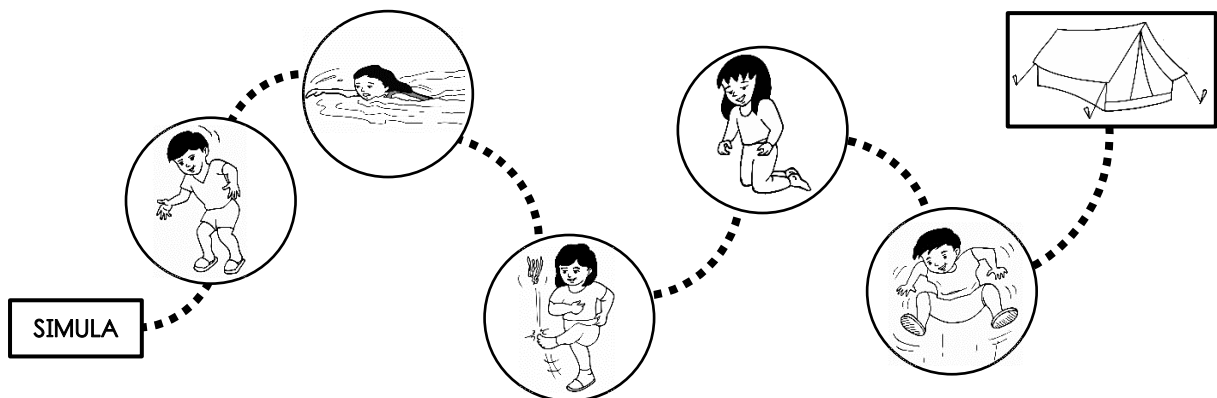
**Panuto:** Tukuyin ang kilos na ipinapakita sa larawan. Isulat ang mabubuong salita sa iyong sagutang papel.



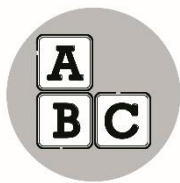


## Suriin

**Panuto:** Tuntunin ng daliri ang daan papunta sa campsite. Mayroong mga istasyon kung saan gagayahin mo ang kilos na makikita sa larawan upang makapunta sa susunod na istasyon.



**Panuto:** Ano-ano ang mga kilos na iyong ginawa habang tinutunton ang daan papuntang campsite? Isulat ito sa iyong sagutang papel.



## Pagyamanin

**Panuto:** Awitin nang may kilos ang kantang “Kung Ikaw ay Masaya.” Gamiting pamalit sa mga bahaging may salungguhit ang mga kilos na naisulat.

### KUNG IKAW AY MASAYA

Kung ikaw ay masaya tumawa ka! Ha! Ha!  
Kung ikaw ay masaya tumawa ka! Ha! Ha!  
Kung ikaw ay masaya, buhay mo ay sisigla  
Kung ikaw ay masaya tumawa ka.





## *Isaisip*

Ang mga kilos o galaw ng katawan ay maaaring maisagawa sa mga gawain sa bahay, paaralan o pamayanan. Ang mga kilos na ito kapag naisagawa nang maayos ay nakapagpapabuti ng ating kalusugang pangkatawan at pangkaisipan.



## *Isagawa*

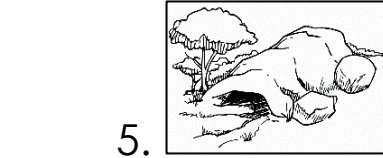
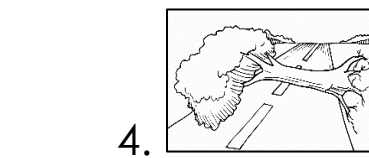
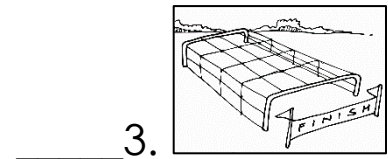
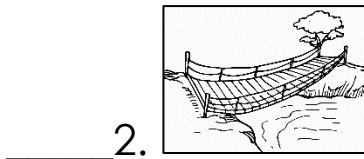
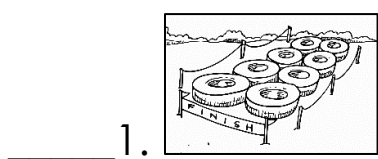
**Panuto:** Anong kilos ang maaaring gawin sa pagsasagawa ng bawat sumusunod na gawain? Isulat ang titik ng tamang sagot sa iyong sagutang papel.

1. Pagsalok ng tubig  
A. paghiga    B. paglukso    C. pagtakbo    D. pagyuko
2. Pagtatanim  
A. paghiga    B. pag-ikot    C. pagtalon    D. pag-upo
3. Pagsasampay ng damit  
A. paghiga    B. pagsipa    C. pagsulat    D. pagtayo



## Tayahin

**Panuto:** Tingnan ang mga larawan. Anong kilos ang dapat mong gawin upang makadaan sa mga ito? Maaaring isagawa ang kilos habang nagsasagot sa sagutang papel.



- A. paggapang    B. paglakad    C. paglukso  
D. pagtalon    E. pagyuko






## Karagdagang Gawain

**Panuto:** Subukang isulat ang mga titik ng iyong pangalan sa pamamagitan ng pagpapagalaw sa iba't-ibang bahagi ng katawan. Maaaring humarap sa salamin o magpakuha ng video habang isinasagawa ito.



# Susi sa Pagwawasto




## Aralin 1

<p><b>Subukin:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tuwid</li> <li>2. Malapad</li> <li>3. Baluktot</li> <li>4. Nakangat</li> <li>5. Nakapilipit</li> </ol>	<p><b>Balikin:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. balikat</li> <li>2. siko</li> <li>3. baywang</li> <li>4. tuhod</li> <li>5. paa</li> </ol>	<p><b>Suriin:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. E</li> <li>2. A</li> <li>3. F</li> <li>4. D</li> <li>5. B</li> <li>6. C</li> </ol>	<p><b>Pagymananin:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. A</li> <li>2. B</li> <li>3. E</li> <li>4. D</li> <li>5. C</li> </ol>
<p><b>Isagawa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. </li> <li>2. </li> <li>3. </li> </ol>	<p><b>Tayahin:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Y</li> <li>2. X</li> <li>3. C</li> <li>4. B</li> <li>5. F</li> </ol>	<p><b>Karagdagang Gawain:</b></p> <p>- depende sa sagot ng bata</p>	

## Aralin 2

<p><b>Balikin:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. E</li> <li>2. C</li> <li>3. A</li> <li>4. B</li> <li>5. D</li> </ol>	<p><b>Pagymananin:</b></p> <p>- depende sa sagot ng bata</p>	<p><b>Isagawa:</b></p> <p>- depende sa sagot ng bata</p>	<p><b>Tayahin:</b></p> <p>I T B</p>
---	--	--	---

### Aralin 3

<p><b>Subukin:</b> - depende sa sagot ng bata</p>	<p><b>Balikan:</b> 1. CORE 2. D 3. A 4. B 5. CORE</p>	<p><b>Tuklasin:</b> 1. / 2. / 3. x 4. / 5. / 6. /</p>	<p><b>Suriin:</b> -Maaring kahaintulad ng mga ito: 2. paa, binti, hita 3. tuhod, binti 4. kamay, braso, daliri 5. paa, binti, tuhod</p>
<p><b>Pagayamanin:</b> - depende sa sagot ng bata</p>	<p><b>Isagawa:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li></li> <li></li> <li></li> </ol>	<p><b>Tayahin:</b> 1. B 2. C 3. G Sa Paaralan 4. D 5. F Sa Parke at Palaruan 6. A 7. E</p>	<p><b>Pagayamanin:</b> - depende sa sagot ng bata</p>

### Aralin 4

<p><b>Balikan:</b> 1. Pagtakbo 2. Paghiga 3. Pagtalon 4. Paglakad Pag-upo</p>	<p><b>Pagayamanin:</b> (Kahit ilan sa mga ito) Yuko, langoy, sipa, luhod, talon</p>	<p><b>Isagawa:</b> 1. D 2. D 3. D</p>	<p><b>Tayahin :</b> 1. C at D 2. B 3. A 4. C at D 5. E</p>
---	---	---	--

## *Sanggunian*

*Music, Art, Physical Education And Health 2 - Patnubay Ng Guro.*  
1st ed. Reprint, Department of Education, 2013.

*Music, Art, Physical Education And Health 2 - Kagamitan ng Mag-aaral.* 1st ed. Reprint, Department of Education, 2013.

*K to 12 Curriculum Guide - Physical Education.* Reprint,  
Department of Education, 2016.

**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](mailto:blr.lrqad@deped.gov.ph) \* [blr.lrpd@deped.gov.ph](mailto:blr.lrpd@deped.gov.ph)