

# COLLEGE OF ARTS AND SCIENCES

## COURSE CATALOG

### BATSILYER NG SINING SA FILIPINO / BACHELOR OF ARTS IN FILIPINO

- GEC 1            PAG-UNAWA SA SARILI**  
Mga katangian at elemento ng identidad; mga salik at mga puwersa na nakaapekto sa paghubog at pagpatnubay sa personal na identidad.  
Kredit                         : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo         : 3  
Prerekwisit                    : Wala
- GEC 2            MGA BABASAHIN HINGGIL SA KASAYSAYAN NG PILIPINAS**  
Mga piling primaryang sanggunian ukol sa iba't ibang yugto ng kasaysayan ng Pilipinas kasama ang kasaysayang lokal, pagsusuri at interpretasyon.  
Kredit                         : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo         : 3  
Prerekwisit                    : Wala
- GEC 3            ANG KASALUKUYANG DAIGDIG**  
Globalisasyon at ang epekto nito sa mga indibidwal, mga komunidad at mga nasyon: mga hamon at mga tugon.  
Kredit                         : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo         : 3  
Prerekwisit                    : Wala
- GEC 4            MATEMATIKA SA MAKABAGONG DAIGDIG**  
Mga elemento ng matematika, pagpapahalaga sa mga praktikal, intelektwal, at estetikong dimensyon nito, at gamit ng matematika sa araw-araw na buhay.  
Kredit                         : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo         : 3  
Prerekwisit                    : Wala

- GEC 5 MALAYUNING KOMUNIKASYON**  
Pagsulat, pagsasalita at paglalahad para sa iba't ibang madla at iba't ibang layunin.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala
- GEC 6 PAGPAPAHALAGA SA SINING**  
Kalikasan, tungkulin, at pagpapahalaga sa mga sining sa kasalukuyang lipunan.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala
- GEC 7 AGHAM, TEKNOLOHIYA AT LIPUNAN**  
Interaksyon ng agham at teknolohiya at ang mga kontekstong panlipunan, pangkultura, pampolitika at pangkabuhayan na humuhubog at hinuhubog ng mga ito; mga yamang halimbawa ng mga pagbabago na siyentipiko at teknolohiko sa kasaysayan ng sangkatauhan.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala
- GEC 8 ETIKA**  
Mga simulain ng ugaling pang-etika sa makabagong lipunan sa antas na pantao at panlipunan at sa ugnayan ng mga ito sa kalikasan at sa ibang kolektibong yaman.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala
- GEC 9 ANG BUHAY AT MGA AKDA NI RIZAL**  
Pag-aaral sa buhay ni Rizal at ng kanyang mga likhang panitikan o literatura.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

- GEC 10 KASAYSAYAN NG MGA FILIPINONG MUSLIM AT NG MGA INDEHINUS NA MAMAMAYAN NG MINDANAO**  
Tinatalakay ng kurso ang larawang historikal ng mga Pilipinong Muslim at ng mga indehinus na mga mamamayan ng Mindanao, Sulu at Palawan na nakapokus sa kanilang paglaban sa banyaga at katutubong pananakop.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala
- GEC 11 WIKA, GENDER AT LIPUNAN**  
Suriin at pag-aralan ang kahulugan ng gender sa kontemporaryong lipunan at ang ugnayan ng wika, gender, at lipunan at ang paraan ng paggamit ng wika ng mga babae, lalaki at ng ikatlong kasarian (LGBT) mula sa kros-kultural na perspektibo.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit :Wala
- GEC 12 EKOKRITISISMO AT PAGPAPAHALAGA SA KALIKASAN**  
Mga isyung kontemporaryo sa wika at literatura na tumatalakay sa pagpapahalaga sa kalikasan at kapaligiran sa iba't ibang panahon at pook sa Pilipinas at mga hakbang sa proteksyon ng kapaligiran at pagpapanatili ng ekolohiya.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala
- GEC 13 POKLOR NG PILIPINAS**  
Pag-aaral ang kursong ito ng poklor ng bansa. Tatalakayin ang iba't ibang poklor na may ispesipikong pokus sa Mindanao. Gamit ang interbyu ay magsasagawa ng pananaliksik upang makilala at ipakilala ang kultura ng partikular na lugar at ang mga pagbabago sa kultura bunga ng pag-usad ng panahon. Ang mga pagbabago ay may pokus sa materyal at di-materyal na kultura na masasalamatin sa iba't ibang uri ng poklor.  
Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**GEC 14**

**MGA ANYO NG KONTEMPORARYONG PANITIKANG PILIPINO**

Ang kurso ay sumasaklaw sa pag-aaral ng iba't ibang uri ng kontemporaryong panitikang Pilipino batay sa pilosopikal, sosyal, pulitikal at kultural na perspektibo. Sa pamamagitan ng pagsusuri ay palalabasin ang tugunang impluwensya ng lipunan at panitikan batay sa kontemporaryong paksa at panahon, kabilang na ang kulturang popular.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**FIL 121**

**BATAYANG ESTRUKTURA NG WIKANG FILIPINO**

Ang kurso ay sumasaklaw sa deskriptibong pag-aaral at pagsusuri sa estruktura ng wikang Filipino sa antas ng ponolohiya, morpolohiya, sintaks at semantiks. Bibigyang diin ang pagsusuri sa ginagamit na aklat pambalarila batay sa natutunang makabago at pinalawak na kayarian ng wika. Pangkalahatang layunin ng kurso na mabigyan ng sapat na kaalamang pangkayarian ng Filipino ang mga mag-aaral upang mapaghusay ang kaalaman sa pagpapahayag sa Filipino at kaalamang linggwistika ng mga mag-aaral.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**FIL 122**

**MGA TEORYA SA PAG-AARAL NG WIKA**

Ang kursong ito ay pag-aaral ng mga teorya sa wika. Magiging batayan ito ng pag-aaral at pagkatuto ng wikang Filipino at ng iba't ibang wika sa Pilipinas.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**FIL 123**

**METODO AT PANANALIKSIK SA WIKANG FILIPINO**

Ang kursong ito ay tatalakay sa mga pangunahing isyu kaugnay ng pundasyon ng pamamaraan ng pananaliksik sa/ng wikang Filipino.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**FIL 124**

**KASAYSAYAN NG WIKANG PAMBANSA MULA SA IBA'T IBANG PERSPEKTIBA**

Ang kursong ito ay pagsusuri sa pinagdaanan at daynamiks ng wikang pambansa mula sa iba't ibang lente at papel ng mga pangunahing institusyong may kinalaman dito.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**FIL 181**

**HISTORIKAL NA PAG-UNLAD SA PAG-AARAL NG WIKANG FILIPINO**

Saklaw ng kurso ang pagtalakay sa Filipino bilang wikang Pambansa alinsunod sa daloy ng kasaysayan at ang kritikal na pagsusuri sa ebolusyon nito sa kasalukuyang panahon. Magiging sanggunian ang mga pambansa at panlokal na patakarang pangwika na lumitaw sa bawat administrasyon, bukod sa mga batas, regulasyon, at iba pang kaugnay na bagay na humuhubog sa sistema ng edukasyon at siyang nakaaapekto sa Filipino bilang isa sa mga opisyal na wika ng gobyerno.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 182**

**WIKA, LIPUNAN AT KULTURA**

Ang kursong ito ay kritikal na pag-aaral sa ugnayan ng wika, lipunan at kulturang Pilipino at kung paanong hinuhubog nito ang pagkabansa. Pangunahing batayan ng pag-aaral ang mga kritikal na babasahing inakda ng mga impluwensyal na iskolar ng bansa na tumuon sa wika, lipunan at kultura.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 183**

**PAGSASALING TEKNIKAL**

Saklaw ng kursong ito ang mga pag-aaral ukol sa mga pagsasalang teknikal, at nagtutuon sa mga teorya at praktika ng pagsasalin. Umuugnay ito sa mga espesyalisadong larang, gaya ng agham, agrikultura, batas, inhenyeriya at iba pa. Magiging bahagi ng kurso ang paglinang ng kahusayan sa pagsasalin, at ang paghubog sa mga kakayahang may kaugnayan sa paggagap sa wika.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 184****PAGSASALING PANGMIDYA**

Nakatuon ang kursong ito sa pag-aaral na pagsasaling pangmidya – teorya at praktika ng pagsasalin. Magiging bahagi ng kurso ang paglinang sa kahusayan sa pagsasalin na napakapartikular sa larangang midya na huhubog sa mga tagapagsaling makapag-aambag sa pagbubuo ng leksikong pangmidya sa Filipino.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras/linggo : 3

Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 185****PAGSASALING PAMPANITIKAN**

Saklaw ng kursong ito ang mga pag-aaral hinggil sa pagsasaling pampanitikan, at nagtutuon kung paano magsalin ng teksto mulang banyagang wika tungong Filipino o pabalik. Ang salitang pampanitikan ay tumutukoy sa gaya ng tula, nobela, kuwento, dula, sanaysay, at iba pang kauring prosa na maaaring magtaglay ng mga pambihirang katangiang may bahid ng kultura sa isang tiyak na panahon. Magiging bahagi ng kurso ang teorya at praktika sa pagsasaling may kaugnayan sa panitikan, ngunit pipigilan ang malikhaing pagdulog.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras/linggo : 3

Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 186****BERBAL AT DI-BERBAL NA KOMUNIKASYON SA FILIPINO**

Ang kursong ito ay nakatuon sa mga anyo ng berbal at di-berbal na komunikasyon sa Filipino. Susuriin din ng kurso ang ugnayan ng mga anyong ito ng komunikasyon sa kulturang Pilipino partikular na sa pakikipagkapwa at pakikipag-ugnayan.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras/linggo : 3

Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 187****KALAKARAN AT TUNGUHIN SA PAG-AARAL NG WIKA**

Pagsusuri sa iba't ibang isyu at kalakaran sa pag-aaral ng wika sa kalahatan at sa wikang pambansa at iba pang wika sa Pilipinas sa partikular.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras/linggo : 3

Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 188**

**MGA BARAYTI AT BARYASYON NG WIKANG FILIPINO**

Ang kursong ito ay pagsusuri sa iba't ibang barayti at baryasyon ng wikang Filipino kaugnay ng konsepto nito bilang wikang pambansa na may batayang multilinggwal.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 189**

**PONOLOHIYA AT MORPOLOHIYA NG WIKANG FILIPINO**

Ang kursong ito ay tumatalakay sa mga tunog at paraan ng pagkakabuo ng mga salita sa Filipino.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 190**

**SINTAKS AT SEMANTIKS NG WIKANG FILIPINO**

Ang kurso ay tumatalakay sa mga paraan ng pagbuo ng mga pangungusap sa Filipino at sa mga pananaw at teoryang semantiks/semantika.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 191**

**KRITIKAL NA PAGBASA AT PAGSULAT SA DISIPLINA**

Sumasaklaw ang kurso sa kritikal na pag-aaral sa mga pangunahin at limbag na pananaliksik sa disiplinang Filipino na nagbigay-daan sa higit na malaking espasyo ng Filipino bilang isang disiplina. Saklaw din ng kurso ang pagsulat ng kritikal at mapanaliksik na pag-aaral na ambag sa produksyon at korpus ng karunungan sa disiplinang Filipino.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 192****DISKURSO**

Saklaw ng kurso ang pagsusuri sa diskurso na naglalayong bigyan ng kasanayan ang mga mag-aaral sa paghihimay ng mga diskurso – sa katotohanan at sa hindi katotohanan; sa may katibayan at walang katibayan, kahulugan at iba pa. Bahagi rin ng kurso ang pag-aaral sa metodolohiya ng aktwal na argumentasyon.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 193****TAWID-BANSANG PAG-AARAL NG FILIPINO**

Ang pag-aaral sa teorya at praktika ng pag-aaral ng Filipino sa loob at labas ng bansa. Sakop nito ang talakayan at pagsusuri hindi lamang ng wika kundi maging ang kultura ng bansang Pilipinas at ibang bansa.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 194****LEKSIKOGRAPIYA**

Pag-aaral sa mga leksikon at gamit at kahulugan ng mga salita sa mga tiyak na larangan tungo sa pagbuo ng glosaryo at/o diksyunaryo.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 195****WIKA AT WIKAIN SA PILIPINAS**

Pagsusuri sa katangian ng wika sa kalahatan at sa mga wikain sa Pilipinas sa partikular.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 196****WIKA AT PANITIKAN NG KALIKASAN AT KAPAYAPAAAN**

Pagtuon sa kakayahan ng wika na maging makapangyarihang makabuo ng mga terminong pangkalikasan at pangkapayapaan; at magamit ang panitikan sa pagpapalalim sa pangangalaga ng kalikasan at pagtatamo ng kapayapaan.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)



**FIL 197****PRAKTIKUM**

Aktwal na aplikasyon ng mga kasanayan at kaalaman sa teorya ng Filipino sa edukasyon at midya. Magkakaroon ng eksposyur ang mga estudyante sa aktwal na paggamit ng Filipino sa iba't ibang konteksto at oportunidad lalo na sa larangan ng pagtuturo sa loob at labas ng kampus at gamit ng wika sa mga tanggapan o opisinal panggobyerno o pribado at sa midya.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras : 300 (150 oras sa loob ng kampus at 150 oras sa labas)

Prerekwisit : Lahat maliban sa Fil 199

**FIL 198****SEMINAR SA PANANALIKSIK**

Paghahanda at presentasyon ng proposal sa riserts para sa tesis pangkolehiyo. Ang proposal ay kailangang pagtibayin ng isang nabuong komite o panel pantesis bago ito maging kwalipikadong maging tesis pandigri sa susunod na semester.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras/linggo : 3

Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 199****PAGSULAT NG TESIS**

Pagsulat at presentasyon ng tesis pandigring andergradweyt sa isang oral na depensa sa harap ng mga miyembro ng panel o komite sa tesis. Ang bunga ng kurso ay isang naka-bind na manuskrito matapos ang pagpapatibay ng komite o panel pantesis.

Kredit : 6 yunit

Blg. ng oras/linggo : Sa napagkasunduan

Prerekwisit : Fil 198

**FIL 131****LINGGWISTIKA**

Ang kasaysayan ng linggwistika at ang pag-unlad nito sa Pilipinas kalakip ang estruktural na analisis ng wikang Filipino na ginagamitan ng mga modelong panlinggwistikang natutunan.

Kredit : 3 yunit

Blg. ng oras/linggo : 3

Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 132****KORESPONDENSYA OPISYAL**

Pagkilala at pagbuo ng iba't ibang uri ng korespondensya opisyal na ginagamit sa tanggapan at sa ibang okasyon at pagkakataon. Pagkakaroon ng koleksyon ng iba't ibang uring binuo ng mga estudyante.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 133****PAGSUSULIT PANGWIKA**

Tatalakayin sa kursong ito ang iba't ibang prinsipyo at konsepto sa pagsasagawa ng pagsusulit sa wikang Filipino lalo na sa apat na makrong kasanayan: pakikinig, pagsasalita, pagbasa at pagsulat, at gayundin sa aspektong gramatika. Nakapokus din ito sa mga paraan at teknik sa paghahanda at pagbuo ng iba't ibang pagsusulit pangwika kasama na ang pagsusulit pampanitikan.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 134****TEORYANG PAMPANITIKAN AT KRITISISMO**

Panimulang pag-aaral sa mga teorya at gawaing pampanitikan at teoryang pangkultura at kritisismo. Tatalakayin dito ang historikal at kritikal na pagsisiyasat ng mga pangunahing kaisipan at halimbawa ng mga puna, rebyu, kritisismo at mga sanaysay sa Pilipinas ng iba't ibang pampanitikan at kultural na mga gawain.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 135****PAMAHAYAGANG PANGKAMPUS**

Simulain, etika, at mga anyo ng pamahayagang pangkampus. Pag-aaralan ang mga bahagi ng isang karaniwang pahayagan o pang-estudyanteng publikasyon, ano ang nilalaman ng mga bahaging ito at pagsisikap na makabuo o makapagpalabas ng isang pahayagang pangkampus bilang pangklaseng proyekto.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**FIL 136**

**PAGTUTURO NG FILIPINO BILANG DISIPLINA**

Nakatuon ang kursong ito sa paghahanda sa mga mag-aaral sa ikapagiging matagumpay at epektibong guro. Nilalayong ipaangkin sa mag-aaral ang pagkatuto ng iba't ibang paraan, pamaraan, pagdulog at paghahanda ng mga kagamitan sa pagtuturo ng Filipino bilang isang disiplina at bilang pangalawang wika. Nilalayon ding magkaroon ang mga mag-aaral ng kaalaman sa tama at napapanahong pamamahala sa klasrum bilang isang guro ng/sa wika at panitikan.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Fil 121, 122, 123, 124 (Batayang Kurso)

**CS 1**

**INTRODUCTION TO COMPUTERS**

Skill development in the operation of the keyboard by touch applying proper keyboarding techniques. Emphasis on the development of acceptable speed and accuracy levels and formatting basic documents.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : Wala

**CS 2**

**APPLICATION SOFTWARE**

This is an introduction to the use of computer application software in a variety of work settings. It provides an introduction to the most widely used personal computer tools, often called application software. It covers the role of the system software with respect to application software. It presents an overview of several productivity software applications, graphic design and multimedia and communications software applications.

Kredit : 3 yunit  
Blg. ng oras/linggo : 3  
Prerekwisit : CS 1

**PE 1**                    **PATH-FIT 1 (Physical Activities Toward Health & Fitness 1):  
MOVEMENT COMPETENCY TRAINING**

The course reintroduces the fundamental movement patterns that consist of non-locomotor and locomotor skills, which are integrated with core training (stability, strength and power) to meet the demands of activities of daily living and sports performance. The training shall be in conjunction with fitness concepts, exercise and healthy eating principles. Emphasis will be on exercise progression and regression for the enhancement of fitness; adaptation of movement competencies to independent physical activity pursuits and the periodic evaluation of PA and eating patterns to monitor one's progress and achievement of personal fitness and dietary goals.

Credit                                 : 2 units  
No. of hrs/wk                         : 3                                 Prerequisite : None

**PE 2**                    **PATH-FIT 2 (Physical Activities Toward Health & Fitness 2):  
FITNESS TRAINING**

The course builds on the Movement Competency Training course which focused on the fundamental movement patterns and core training. Based on the primary movements (squat, hinge, lunge, vertical push and pull, horizontal push and pull), fitness training starts with body weight training to improve balance, coordination, endurance and flexibility, the progresses to training for core strength and power, with or without resistance training equipment. Emphasis is on exercise progression and regression for the enhancement of skill-related fitness components in preparation for and/or in conjunction with vigorous physical activities, such as sports participation.

Credit                                 : 2 units  
No. of hrs/wk                         : 3                                 Prerequisite : PE 1

**PE 3**                    **PATH-FIT 3 (Physical Activities Toward Health & Fitness 3): MENU  
OF DANCE, SPORTS, MARTIAL ARTS, GROUP EXERCISE,  
OUTDOOR & ADVENTURE ACTIVITIES**

This course tackles the fundamental skills of the dance/sport/martial arts/group exercise/outdoor and adventure activity that include (specify here activity-specific skills: for example – table tennis-ball control (grip, stance and footwork), strokes (forehand and backhand push), the serve and return of serve). It also engages the learner in game play with some basic strategies or tactics (applicable only to sports). Through skills training in class, pursuit of recreation (or independent physical activities) beyond the classes and in conjunction with fitness and healthy eating concepts, fitness levels are enhanced. PA and eating habits are also periodically evaluated to monitor one's progress and achievement of personal fitness and dietary goals.

Credit                                 : 2 units  
No. of hrs/wk                         : 3                                 Prerequisite : PE 2

PE 4

**PATH-FIT 4 (Physical Activities Toward Health and Fitness 4): MENU OF DANCE, SPORTS, GROUP EXERCISE, OUTDOOR & ADVENTURE ACTIVITIES**

The course tackles the fundamental skills of the dance/sports/martial arts/group exercise/outdoor and adventure activity that include (specify here activity specific skills: for example – table tennis-ball control (grip, stance and footwork), strokes (forehead and backhand drive, forehand and backhand push), the serve and return of serve. It also engages the learner in game play with some basic strategies or tactics (applicable only to sports). Through skills training in class, pursuit of recreation (or independent physical activities) beyond the classes and in conjunction with fitness and healthy eating concepts, fitness levels are enhanced. PA and eating habits are also periodically evaluated to monitor one’s progress and achievement of personal fitness and dietary goals.

Credit : 2 units  
No. of hrs/wk : 3 Prerequisite : PE 3

NSTP 1

**NATIONAL SERVICE TRAINING PROGRAM 1: CIVIC WELFARE TRAINING SERVICE 1**

The National Service Training Program (NSTP) aimed in enhancing civic consciousness and defense preparedness in the youth, by developing the ethics of service and patriotism while undergoing training in any of the three (3) program components (CWTS, LTS, ROTC), specially designed to enhance the youth’s active contribution to the general welfare.

The **Civic Welfare Training Service (CWTS)** is a program component of NSTP contributory to the general welfare and the betterment of life for the members of the community and the enhancement of its facilities, especially those devoted to improving health, education, environment, entrepreneurship, safety, recreation and moral of the citizenry and other social welfare services.

Credit : 3 units  
No. of hrs/wk : 3  
Prerequisite : None

NSTP 2

**NATIONAL SERVICE TRAINING PROGRAM 2: CIVIC WELFARE TRAINING SERVICE 2**

This is a 3-unit course designed to train students on civic consciousness and defense preparedness. This requires the students to develop the ethics of community service and patriotism as well as possess a sense of volunteerism. This course will have the need for the student to be well-informed on the following topics: Citizenship Training, Environmental Protection, Disaster Preparedness, Drugs Addiction and National Security.

Credit : 3 units  
No. of hrs/wk : 3  
Prerequisite : NSTP 2 (CWTS 2)

