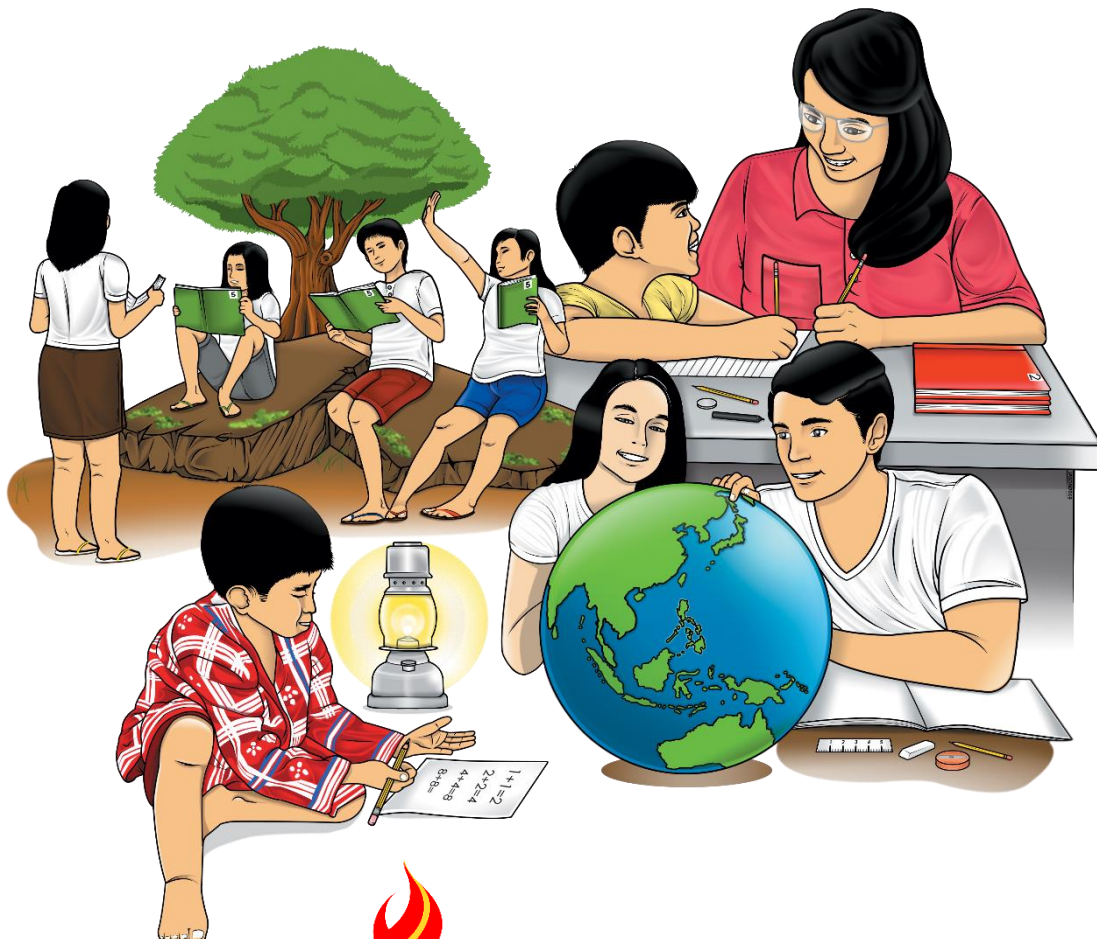


Health

Ikatlong Markahan – Modyul 1: Gateway Drugs



**Health – Ikalimang Baitang
Alternative Delivery Mode
Ikatlong Markahan – Modyul 1: Gateway Drugs
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: Ma. Theresa E. Quillo

Editor: Julie Christie P. Paano

Tagasuri: Gilda C. Baleña

Tagaguhit: Norman L. Montes, Anne Hazel J. Arma

Tagalapat: Arielyn Mae A. Gudisan, Ma. Jayvee A. Garapan

Tagapamahala: Ma. Gemma M. Ledesma Carmelino P. Bernadas

Arnulfo M. Balane Rey F. Bulawan

Rosemarie M. Guino Nicolas G. Baylan

Joy B. Bihag Neil G. Alas

Ryan R. Tiu Imelda E. Gayda

Nova P. Jorge Abelardo G. Campani

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – Region VIII

Office Address: Government Center, Cadahug, Palo, Leyte

Telefax: 053 – 832 – 2997

E-mail Address: region8@deped.gov.ph

5

Health

**Ikatlong Markahan – Modyul 1:
Gateway Drugs**

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

Likas sa mga kabataan sa panahon ngayon ang pagiging maeksperimento upang alamin at mapatunayan ang mga bagong bagay o kaalaman na kanilang natuklasan, kaya naman inihanda ang modyul na ito upang mabigyan ng tama at wastong kaalaman ang mga mag-aaral sa ikalimang baitang tungkol sa *gateway drugs* para ang mga kabataang ito ay maging responsable sa anumang desisyong kanilang gagawin sa kanilang buhay.

Layunin ng modyul na ito ay ang mga sumusunod:

- Naipaliliwanag ang konsepto ng *gateway drugs*.
- Napahahalagahan ang kaalamang natutuhan tungkol sa konsepto ng *gateway drugs*.
- Naibabahagi ang kaalaman tungkol sa *gateway drugs*. (H5SU-IIIa-7)



Subukin

Panuto: Pag-aralan ang mga sumusunod na produkto na naglalaman ng *caffeine*, *nikotina*, at *alkohol*. Isulat ang pangalan ng produkto sa tamang pangkat sa isang malinis na papel.



CAFFEINE	NIKOTINA	ALKOHOL

Aralin

1

Gateway Drugs

Ang *gateway drugs* ay isa sa mga kinahihiligan ng mga tao na madalas gamitin. Hindi nila alintana ang masamang epekto nito. Sa patuloy na paggamit ng *gateway drugs* maaaring maging sanhi ito ng pagka-adik na hindi namamalayan ng gumagamit nito. Kaya mabisang malaman natin ang malalim na pag-aaral at pang-unawa ukol sa *gateway drugs* upang mapangalagaan natin ang ating katawan maging ang mga taong nasa paligid natin at kasa-kasama araw-araw.



Balikan

Panuto: Tukuyin kung tama o mali ang nilalaman ng mga pahayag. Isulat ang TAMA kung wasto ang nilalaman ng pangungusap at MALI naman kung hindi wasto. Isulat sa isang malinis na papel ang iyong sagot.

- _____ 1. Isang pisikal na epekto ang maling paggamit ng gamot ay ang pagkabingi.
- _____ 2. Ang maling paggamit ng gamot ay nagdudulot ng panghihina ng *immune system*.
- _____ 3. Nakabubuti ang pag-inom ng gamot sa mga bata kahit hindi kumukunsulta sa doktor.
- _____ 4. Ang pamamaga ng mukha, labi at dila ay sanhi ng sobrang pag-inom ng gamot.
- _____ 5. Ang pagkakaroon ng malusog pangangatawan ay epekto ng sobrang paggamit ng gamot.



Mga Tala para sa Guro

Ang modyul na ito ay dinisenyo na may isang aralin at dapat pag-aralan sa loob ng isang linggo.



Tuklasin

Panuto: Iguhit ang bituin ★ kung ikaw ay sumasang-ayon sa pangungusap at bilog ● naman kung hindi ka sumasang-ayon. Isulat ang inyong sagot sa isang malinis na papel.

- _____ 1. Uminom ng kape palagi sa umaga, tanghali at sa gabi.
- _____ 2. Iwasan ang paninigarilyo.
- _____ 3. Iwasan ang madalas na pag-inom ng malamig na *soda* sa umaga.
- _____ 4. Sumali sa mga makabuluhang gawain na makatutulong sa iyong sarili upang maiwasan ang paggamit ng *gateway drugs*.
- _____ 5. Sumali sa mga makabuluhang gawain sa inyong barangay upang maiwasan ang pagkalulong sa *gateway drugs*.



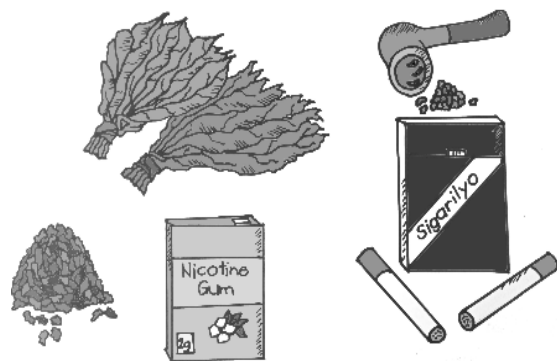
Suriin



Ang *gateway drugs* ay anumang legal na gamot na may katamtamang epekto sa mga gumagamit nito gaya ng *caffeine*, nikotina, at alkohol. Ang paggamit nito ay nagiging daan sa pagkalulong o paggamit ng ipinagbabawal na gamot gaya ng *cocaine* o *heroin*e. Inihahanda ng *gateway drugs* ang ating utak upang gumamit pa ng mas malalakas na droga.



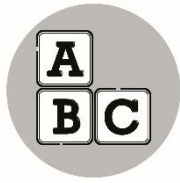
Ang **caffeine o kapena** ay isang karaniwang substansya na kadalasang sangkap na matatagpuan sa maraming inumin gaya ng kape, tsaa, *softdrinks* o soda, cacao, o tsokolate, cola, *nuts* at ilan pang mga produkto na kung tawagin ay *stimulants*. Ito ay nagbibigay ng karagdagang enerhiya at pansamantalang tulong sa pagiging alerto o gising sa mahabang oras dahil sa dami ng dapat tapusing trabaho.



Ang **nikotina** ay isang *alkaloid* na matatagpuan sa *night shade plants* partikular sa *tobacco plant* na tinatawag ding *Nicotiana*. Ang ibang *night shade plants*, gaya ng patatas, kamatis, at talong, ay mayroon ding nikotina ngunit mas mababa ang nilalaman nito kung ihahambing sa tabako. Ang nikotina ay matatagpuan sa sigarilyo at iba pang produktong tabako. Ang bawat piraso ng sigarilyo ay tinatayang may 1 mg na nikotina.



Ang **alkohol** ay nilikha mula sa katas ng prutas, o gulay na tinatawag na *fermented*. Ang alkohol ay parang tubig o kristal dahil sa puti nitong kulay. Ang pagbuburo ay isang proseso na gumagamit ng *yeast* o bakterya upang baguhin ang *sugars* sa pagkain sa alak. Ito rin ay ginagamit upang makagawa ng maraming mga kinakailangang mga aytem o produkto. Ang alkohol ay may iba't ibang mga porma at maaaring magamit bilang panlinis o isang antiseptiko, o di kaya'y gamot na pampakalma.



Pagyamanin

Panuto: Kumpletuhin ang mga sumusunod na pangungusap. Piliin sa loob ng kahon ang wastong salita na kukumpleto sa pangungusap. Isulat ang tamang sagot sa sagutang papel.

<i>Nicotiana</i>	alkohol
pagbuburo	<i>gateway drugs</i>
<i>caffeine</i>	

1. Ang _____ ay isang proseso na gumagamit ng *yeast* o bakterya upang baguhin ang *sugars* sa pagkain sa alak.
2. Ang _____ ay nagbibigay nga karagdagang enerhiya.
3. Ang _____ ay parang tubig o kristal dahil sa kulay nitong puti.
4. _____ ang iba pang tawag ng nikotina.
5. Ang _____ ay anumang legal na gamot na may katamtamang epekto.



Isaisip

Gateway Drugs – ito ay ang unang hakbang sa paggamit ng mga ipinagbabawal na gamot tulad ng *caffeine*, nikotina, at alkohol. Ang paggamit ng sobra sa mga ito ay nagiging sanhi ng adiksyon.



Isagawa

Panuto: Pag-aralan ang mga nakalistang produkto at tukuyin kung ito ba ay naglalaman ng nikotina, *caffeine* o alkohol. Isulat sa isang malinis na papel ang iyong tamang sagot.

1. *Nicotine gum*
2. Mainit na tsokolate
3. Beer Grandy
4. Energy Drinks
5. Vodka



Tayahin

Panuto: Pagtambalin ang **Hanay A** sa **Hanay B**. Piliin ang titik ng tamang sagot at isulat sa isang malinis na sagutang papel.

Hanay A

1. Ito ay nilikha mula sa katas ng prutas o gulay na tinatawag na *fermented*.
2. Uri ng produkto na nagbibigay ng karagdagang enerhiya at pansamantalang tulong sa pagiging alerto.
3. Ito ay karaniwang matatagpuan sa mga produktong *tobacco* at sigarilyo.
4. Ang paggamit nito ay nagiging daan sa pagkagumon o paggamit ng ipinagbabawal na gamot gaya ng *cocaine* o *heroine*.
5. Ang substansyang kadalasang sangkap na nakahalo sa produktong kagaya ng *energy drinks*.
6. Ito ang karagadagang naibibigay ng *caffeine* sa ating katawan.
7. Uri ng produkto na naglalaman ng alkohol.
8. Ang parte ng katawan na inihahanda ng *gateway drugs* upang gumamit pa ng malalakas na droga.
9. Ito ay ang ibang tawag sa nikotina.
10. Ang sigarilyo ay may nikotina at ang *wine* naman ay may alkohol samantalang ang _____ ay may *caffeine*.

Hanay B

- a. *Caffeine*
- b. *Gateway drugs*
- c. Alkohol
- d. Nikotina
- e. Kape
- f. Tsokolate
- g. Enerhiya
- h. Nicotiana
- i. Utak
- j. Vodka



Karagdagang Gawain

Panuto: Basahin ang mga sumusunod na sitwasyon. Kopyahin ang talahanayan sa iyong sagutang papel. Lagyan ng tsek ang kolum kung saan kayo komportable. Maging matapat sa pagsagot.

Mga Sitwasyon	Hindi	Minsan	Madalas	Palagi
1. Pag-inom ng softdrinks sa oras ng meryenda				
2. Pag-inom ng energy drinks kapag maraming proyektong ibinibigay ang guro.				
3. Pagkain ng champorado.				
4. Patagong paninigarilyo				
5. Patagong pag-inom ng alak				

RUBRIKS PARA SA KARAGDAGANG GAWAIN

	HINDI	MINSAN	MADALAS	PALAGI
Mahigpit na naiiwasan ang paggamit ng gateway drugs	5			
Minsan naiiwasan ang paggamit ng gateway drugs		4		
Madalas hindi naiiwasan ang paggamit ng gateway drugs			3-2	
Hindi naiiwasan ang paggamit ng gateway drugs.				1



Susi sa Pagwawasto

<p>1. brandy 2. beer 3. wine</p>	<p>1. sigarilyo 2. nicotine gum</p>	<p>1. cola 2. kape 3. tsaa 4. tsokolate</p>	<p>Alkohol</p>	<p>Nicotina</p>	<p>Caffeine</p>	<p>Subukin</p>
<p>1. ● 2. ● 3. ● 4. ★ 5. ★</p> <p>Tuklasin</p>	<p>1. TAMA 2. TAMA 3. MALI 4. TAMA 5. MALI</p> <p>Balikan</p>					

<p>1. Pagbuburo 2. Caffeine 3. Alkohol 4. Nicotiana 5. Gateway Drugs</p> <p>Pagyamanin</p>	<p>1. Nikotina 2. Caffeine 3. Alkohol 4. Caffeine 5. Alkohol</p> <p>Isagawa</p>	<p>Iwasto ng guro at ang sagot ay nakadepende sa mag-aaral.</p> <p>Karagdagang Gawain</p>	<p>1. c. Alkohol 2. f. tsokolate 3. d. Nikotina 4. b. Gateway Drugs 5. a. Caffeine 6. g. Enerhiya 7. j. vodka 8. i. Utak 9. h. Nicotiana 10. e. kape</p> <p>Tayahin</p>
---	--	--	--

Sanggunian

Department of Education. 2016, K to 12 Curriculum Guide in Health, pp. 51

DepEd R8.2017, Gabay sa Pagtuturo Health 5, *Yunit 3-Gateway Drugs*, pp. 1-8

Department of Education. 2018, Health5 Learner's Materials, *Gateway Drugs*,
Yunit 3, Aralin 1, pp. 1-10.

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