

SESSION GUIDES

Alternative Learning System- Accreditation and Equivalency (ALS-A&E)

Elementary: Critical Thinking

Mga Halamang Gamot



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE



Save the Children®



ASCEND-Mindanao
Assistance for the Comprehensive Educational Development of Mindanao



March 2006

Jointly developed by the DepED BALS and the Save the Children Federation under the ASCEND-Mindanao, a program made possible with the generous support of the American People through the USAID.

Mga Halamang Gamot Session Guide Blg. 1

I. MGA LAYUNIN

1. Nasasabi ang kahalagahan ng halamang gamot
2. Natatalakay ang kahalagahan ng halamang gamot
3. Nakagagawa ng mahahalagang desisyon sa paggamit ng halamang gamot

II. PAKSA

- A. Aralin 1 : Ano ang Kahalagahan ng Halamang Gamot
Pangunahing kasanayan sa pakikipamuhay: paggawa ng desisyon
- B. Kagamitan: Tsart ng mga Halamang Gamot at mga Karamdamang Binibigyang Lunas

III. PAMARAAN

A. Panimulang Gawain

1. Pagganyak

- Pagtatanong sa karaniwang karamdaman ng mga tao sa kanilang lugar.
- Pag-usapan ang pangunahing lunas na karaniwang ibinibigay ng mga kasambahay. Pag-usapan ang mga halamang gamot na ibinibigay.

B. Panlinang na Gawain

1. Paglalahad

Pag-usapan ang mga karaniwang halamang gamot na matatagpuan sa kanilang lugar.

Ano ang ginagawa nila sa mga ito?

2. Pagtatalakayan

Itanong:

- Bakit nakahiligan ng mga taga-rito ang paggamit ng halamang gamot?
- Saan kinukuha ang mga halamang gamot?
- Paano magkakaroon ng karapatan ng mga halamang gamot?
- Paano magkakaroon ng tiwala sa paggamit ng halamang gamot?

Ipabasa ang modyul – Mga Halamang Gamot p. 9-10

3. Paglalahat

Isa-isahin mo ang kabutihang dulot ng halamang gamot.

Nakikilala ang halamang gamot sa gubat o sariling bakuran. Nagagamit itong pangunahing panlunas. Karaniwang walang idinudulot na masama sa katawan ng may karamdaman ang halamang gamot. Nakakatulong ito para matugunan ng mag-anak ang mga pangangailangan sa gamot.

4. Pagpapahalaga

Alam na ninyo na maaaring gamitin ang halamang gamot na panlunas sa ibang karamdaman.

1. Ipalagay mo na biglang nagkasakit o nagkaroon ng sakuna ang iyong kapitbahay. Hindi agad ito madala sa doktor. Paano ka makatutulong?
2. May itinatagong ugat ng halamang gamot ang iyong ama. Ito ang kailangan ng iyong kapitbahay. Ano ang pinakamabuti mong magagawa?
3. Paano ka makatutulong sa kapitbahay na hindi gumagaling sa halamang gamot?

5. Paglalapat

Sitwasyon 1

Patuloy ang pag-ubo ng iyong kapatid, kapos ka na sa pambili ng gamot. Alam mo na ang lagundi ang

pinakamabisang gamot sa ubo. Paano mo siya matutulungan?

Ipahanda ang lagundi at ipakita paraan ng paghahanda.

Sitwasyon 2

Hindi naniniwala sa doktor ang Lolo mo. Laging sa albularyo lamang niya gustong magkonsulta at halamang gamot ang gusto niyang gamitin. Paano mo siya makukumbinsi na gumamit ng gamot sa botika at komunsulta sa doktor?

IV. PAGTATAYA

Papunan ang sumusunod na talahanayan.

Ano ang natutuhan ko?	Ano pa ang dapat kong matutuhan?	Paano ko maibabahagi ang natutunan ko?
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.

V. KARAGDAGANG GAWAIN

1. Gumawa ng pananaliksik ng iba't ibang halamang gamot sa pamamagitan ng pagtatanong sa matatanda. Isulat ang bunga ng pananaliksik.
2. Magmasid sa barangay. Alamin kung sino ang mga gumagamit ng halamang gamot. Mag-interbyu at itala ang mga epekto nito.

Mga Halamang Gamot Session Guide Blg. 2

I. MGA LAYUNIN

1. Natutukoy ang karaniwang ginagamit na halamang gamot
2. Nasasabi ang karaniwang karamdaman na madaling mapagaling ng halamang gamot
3. Naipakikita ang pagkamalikhain sa paggamit ng halamang gamot

II. PAKSA

- A. Aralin 2 : Karaniwang halamang gamot at ang karamdamang nalulu-nasan, p. 12-18
Pangunahing Kasanayan sa Pakikipamuhay:
Pagiging malikhain
- B. Kagamitan: Mga halamang gamot/larawan ng halamang gamot

III. PAMARAAN

A. Panimulang Gawain

1. Balik-Aral

Pagbalik-aralan ang kahulugan ng halamang gamot at ang kahalagahan nito.

2. Pagganyak

Laro: Bugtungan (Halaman at bunga ng halaman)

Halimbawa:

- a) Inilalanggas ang dahon ko para ipang gamot? Mabilog at maraming buto ang aking bunga. Sino ako?
- b) Ginagamit ako pantapal sa bali. Pinapahiran ako ng langis, pina-iinitan sa apoy at itinatapal sa bahaging nasaktan. Sino ako?

B. Panlinang na Gawain

1. Paglalahad

Ipakuha ang mga dalang halamang gamot. Maaaring ipahipo at ipaamoy ang halamang gamot. Ipatukoy ang katawagan sa bawat

halaman. Kung wala sa halamang gamot na nabanggit ang kasama sa pag-aaral, ipakikita ng IM ang larawan ng halamang gamot.

2. Pagtatalakayan

Pag-usapan ang karaniwang sakit na naranasan na ng mga mag-aaral, ng kanyang mga kasambahay o kaya'y ng mga kapitbahay.

Itanong:

- a) Anu-ano ang karaniwang sakit na nagagamot ng halamang gamot?

Sabihin: Maaaring gamitin bilang pangunahing lunas ang halamang gamot sa mga karamdaman tulad ng sumusunod:

- | | |
|-------------------|-----------|
| 1. sakit ng ulo | 4. ubo |
| 2. sakit ng tiyan | 5. sipon |
| 3. pagtatae | 6. lagnat |

Makabubuti rin ba na komonsulta sa doktor upang malaman kung saan nanggagaling ang karamdaman? Bakit?

Papag-aaralan ang mga halamang gamot na maaaring makita sa pamayanan. Ipabasa ang tungkol sa mga halamang ito sa Modyul, p. 12-16.

Talakayin pagkatapos ang isinasaad sa Modyul tungkol sa halamang gamot.

3. Paglalahat

Pag-usapan:

- a. Anu-anong halamang gamot ang subok na ang bisa sa inyong barangay?
b. Paano inihahanda ito para maging mabisang panlunas?

4. Pagpapahalaga

Pasagutan:






Napansin mong matindi ang ubo at lagnat ng anak ng iyong kapitbahay. Hindi madala sa doktor dahil walang perang pambili ng gamot. Paano mo siya matutulungan?

5. Paglalapat

May bakanteng lote sa gawing likod ng iyong bahay. Alamin mo kung anong halamang gamot ang angkop ditong itanim. Paano mo mahihikayat ang mga kaibigan mo o mga kasambahay na tamnan ito ng halamang gamot?

IV. PAGTATAYA

Pag-ugnayin sa pamamagitan ng guhit ang karamdaman at ang halamang gamot na magaling na panlunas dito.

- | | |
|-------------------------------|---|
| a. pagtatae |  lagundi |
| b. pagtaas ng presyon ng dugo |  bayabas |
| c. ubo |  ampalaya |
| d. sakit ng tiyan |  bawang |
| e. diabetes |  tsaang gubat |

V. KARAGDAGANG GAWAIN

1. Gumawa ng hardin ng halamang gamot sa inyong bakuran.
2. Alamin kung aling halamang gamot ang mabibili sa bayan o lungsod. Gawin itong hanapbuhay.

Mga Halamang Gamot Session Guide Blg. 3

I. MGA LAYUNIN

4. Natutukoy ang mga paraan kung paano ginagamit at inihahanda ang mga halamang gamot
5. Naisasagawa ang mga hakbang sa paghahanda ng mga halamang gamot
6. Naipamamahagi ang impormasyong natutuhan sa pamilya, kaibigan at kapitbahay
7. Nagagamit ang kasanayan sa paglutas ng problema

II. PAKSA

C. Aralin 3: Mga Madadali at Praktikal na Paraan ng Paghahanda ng Halamang Gamot, p. 18-39
Pangunahing Kasanayan sa Pakikipamuhay: Kakayahan sa paglutas ng problema

D. Kagamitan: Tsart ng halamang gamot at paghahanda nito

III. PAMARAAN

B. Panimulang Gawain

1. Balik-Aral

Pagbalik-aralan ang mga kilalang mabibisang halamang gamot

2. Pagganyak

Bayaang ipaliwanag ng mga mag-aaral sa pamamagitan ng sariling karanasan.

☺ pakuluan

☺ pantapal

☺ salain

☺ tadtarin

B. Panlinang na Gawain

3. Paglalahad

Ipabasa ang modyul, tungkol sa paghahanda ng halamang gamot, ang mga bahagi at halamang gagamitin sa p. 38-39.

4. Pagtatalakayan

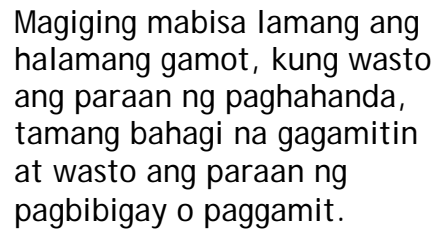
a. Ganyakina ang mga mag-aaral ng pag-usapan ang mga paraang ginagamit kung ang maysakit ay:

- ☹ masakit ang ulo
- ☹ masakit ang tiyan
- ☹ nagtatae
- ☹ may pamamantal at pangangati ng balat
- ☹ ito ay bali o nabalihan

b. Pag-usapan ang paghahanda ng mga gamot na pandikit at pantapal.

3. Paglalahat

Bakit dapat alamin ang wastong paraan ng paghahanda ng halamang gamot?



Magiging mabisa lamang ang halamang gamot, kung wasto ang paraan ng paghahanda, tamang bahagi na gagamitin at wasto ang paraan ng pagbibigay o paggamit.

4. Pagpapahalaga

Ipabasa ang pangyayari.

Ipalagay natin na umiiyak na lumapit ang iyong kapitbahay dahil sa sobrang taas ng lagnat ng kanyang anak. Pinainom na niya ito ng halamang gamot. Ayon sa kuwento niya, nalaman mo na mali ang paraan ng paghahanda na ginawa niya. Ano ang gagawin mo sa sitwasyong iyon?

5. Paglalapat

Patuloy ang pagdapo ng iba't ibang sakit sa inyong barangay gaya ng ubo, lagnat at pagtatae at pagtaas ng presyon ng matatanda. Maraming iba't ibang uri ng halamang gamot ang nakikita dito. Palibhasa'y di kilala ang mga halamang gamut kung kaya hindi pinapansin. Hindi rin alam ang pamaraan kung paano ito

gagamitin. Paano mo kaya ibabahagi ang iyong nalalaman sa pagkilala sa halamang gamot at ang paghahanda ng mga ito?

IV. **PAGTATAYA**

Papunan ang talahanayan ng hakbang sa paghahanda at pagpapainom ng mga halamang gamot.

Halaman	Karamdaman	Bahagi ng Halaman na Gagamitin	Mga Hakbang sa Paghahanda	Paraan at Dosis ng Paggamit
Bayabas	Pagtatae	Dahon	1. 2. 3.	
Akapulko	Buni/alipunga	Sariwang dahon	1. 2. 3.	

V. **KARAGDAGANG GAWAIN**

Pag-aralan ang mga halamang gamot na maaaring imbakin at paraan ng pag-iimbak.

Halimbawa:

- ☞ mga buto
- ☞ ugat at sanga
- ☞ dahon