



SD DARUL HIKAM BANDUNG
LEMBAR KERJA SISWA
Tahun Pelajaran 2021-2022

Bidang Pembelajaran : Tematik
Hari/Tanggal : Kamis, 19 Agustus 2021
Kelas : III (Tiga)
Nama :



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Simak Video Berikut ini!

Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia

Manusia merupakan salah satu makhluk hidup. Manusia memiliki ciri-ciri yang sama dengan makhluk hidup lainnya. Salah satu ciri manusia sebagai makhluk hidup adalah mengalami pertumbuhan dan perkembangan.

Pertumbuhan manusia terjadi sejak di dalam kandungan. Setelah lahir, pertumbuhan manusia bertambah besar dari bayi hingga dewasa. Setelah dewasa pertumbuhan manusia berhenti. Namun, perkembangan emosi dan pikiran manusia terus berkembang.

Pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi beberapa faktor, diantaranya makanan yang bergizi, kesehatan, istirahat, olah raga dan hiburan. Pertumbuhan dan perkembangan manusia sangat dipengaruhi oleh

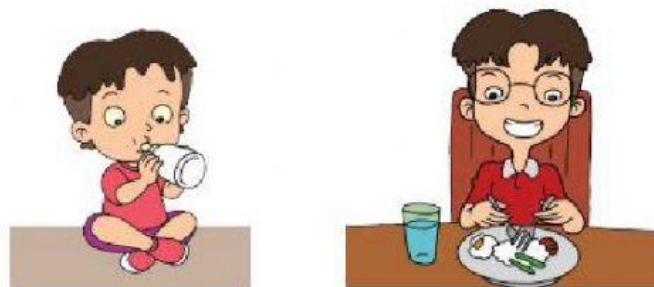
faktor-faktor tersebut. Manusia memerlukan makanan yang bergizi dan seimbang agar tubuhnya sehat dan kuat. Zat-zat makanan yang diperlukan oleh tubuh kita antara lain, karbohidrat, vitamin, mineral, dan protein.

Perhatikan gambar berikut ini

Apa kamu dapat menemukan perubahan yang dialami berdasarkan gambar tersebut?



Perubahan yang dialami anak tersebut sejak bayi sampai saat ini adalah



Perubahan yang dialami anak tersebut sejak bayi sampai saat ini adalah

Amati gambar makanan berikut ini.

Beri tanda (√) pada makanan yang sebaiknya dimakan setiap hari!

Beri tanda (x) pada makanan yang sebaiknya dimakan sesekali saja atau bahkan dihindari!

Tuliskan pula alasan pada tempat yang tersedia!



Alasan:



Alasan:



Alasan:



Alasan:



Alasan:

Simak Kembali Video Berikut!

Makanan yang kita makan harus merupakan makanan yang sehat. Ciri makanan sehat adalah mengandung nilai gizi yang seimbang. Bahan makanan yang bisa kita makan ada yang mengandung **karbohidrat, protein dan vitamin**.

Lengkapilah tabel di bawah ini dengan memberi tanda (V)

No.	Jenis Makanan	Zat yang terkandung dalam makanan		
		Karbohidrat	Protein	Vitamin
1.	Jagung			
2.	Tahu goreng			
3.	Gandum			
4.	Tempe goreng			
5.	Ikan goreng			
6.	Jeruk			
7.	Susu			
8.	Mangga			
9.	Kentang			
10.	Sayur Bayam			

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ