

PUASA

LKPD
(Lembar Kerja Peserta Didik)

NAMA :

KELAS :

KELAS
III

FIQIH

SD NEGERI BRANGOL 1

Elemen : Fiqih
Materi : Aku Bangga karena aku
mampu berpuasa
Fase / Kelas : B/III



Capaian Pembelajaran

Memahami puasa, sholat jum'at dan sholat sunnah, baligh dan tanggungjawab yang menyertainya



CP

Tujuan
Pembelajaran

ATP

Tujuan Pembelajaran

- 1.1 Menjelaskan pengertian dan ketentuan puasa
- 1.2 Menjelaskan hikmah puasa dengan benar

Alur Tujuan Pembelajaran

- 1.1.1 peserta didik mampu menjelaskan pengertian dan ketentuan puasa.
- 1.2.1 peserta didik mampu menjelaskan hikmah puasa dengan benar dan jelas

Petunjuk :

- Baca setiap petunjuk yang ada pada LKPD dengan teliti.
- Setiap latihan dikerjakan secara individu
- pahami setiap materi yang disampaikan agar tidak mengalami kesulitan dalam memahami dan mengerjakan soal
- jika ada yang belum dipahami mintalah petunjuk guru

Bahan Ajar :
Laptop
LCD Proyektor
Buku modul PAI



AYO MEMBACA

Pengertian Puasa

Puasa (dalam bahasa Arab: صوم - sawm) adalah ibadah yang mengharuskan seseorang untuk menahan diri dari makan, minum, dan hal-hal yang membatalkan puasa lainnya, seperti berhubungan suami-istri, sejak terbit fajar hingga terbenam matahari.

Hal-hal yang Membatalkan Puasa

Beberapa hal yang membatalkan puasa antara lain:

- Makan dan minum secara sengaja.
- Berhubungan seksual.
- Muntah secara sengaja.
- Menstruasi atau nifas pada wanita.
- Gila atau hilang kesadaran.

Batal Puasa dengan Keringanan

Ada beberapa kondisi yang membolehkan seseorang untuk tidak berpuasa dan menggantinya dengan puasa qadha (mengganti di lain hari) atau membayar fidyah, seperti:

- Sakit berat atau kondisi medis yang membahayakan.
- Perjalanan jauh (safar).
- Wanita hamil atau menyusui yang merasa kesulitan berpuasa.

Maqasid (Tujuan) Puasa

Tujuan utama puasa adalah untuk mencapai ketakwaan dan meningkatkan kedekatan dengan Allah, seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an Surah Al-Baqarah: 183:

- "Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa."

Puasa bukan hanya sekadar menahan lapar dan haus, tetapi juga merupakan latihan untuk menahan hawa nafsu, meningkatkan disiplin, dan berbagi dengan sesama.

**Langkah
pertama**



**Petunjuk: ambil
hp/crombook kalian
kemudian simak video
dibawah ini**



**Setelah melihat video diatas,
kerjakanlah soal" dibawah ini!**



**HAVE
A GREAT
DAY**



Berilah tanda silang (x) a, b, c dan d pada jawaban yang paling benar!

1. Apa yang terjadi dalam tubuh seseorang yang menjalani puasa selama beberapa hari?
 - a. Peningkatan kadar gula darah secara mendalam
 - b. Proses autophagy atau pembersihan sel-sel tubuh
 - c. Peningkatan kadar kolesterol secara signifikan
 - d. Penurunan metabolisme tubuh secara drastis

2. Bagaimana puasa dapat meningkatkan daya konsentrasi dan fokus mental?
 - a. Puasa memperbaiki kualitas tidur dan meningkatkan energi
 - b. Karena tubuh selalu dalam keadaan lapar dan lesu
 - c. Puasa mengurangi stres dan membantu menenangkan pikiran
 - d. Karena perut kosong menyebabkan gangguan berpikir

3. Jika Anda ingin mengaitkan puasa dengan peningkatan pengendalian diri, manakah yang paling tepat?
 - a. Puasa membuat kita merasa lemas dan tidak mampu bekerja dengan baik
 - b. Puasa mengajarkan kita untuk menahan keinginan dan meningkatkan kesabaran
 - c. Puasa mengurangi rasa lapar yang dapat meningkatkan kontrol diri secara alami
 - d. Puasa tidak ada hubungannya dengan pengendalian diri

4. Apa manfaat utama puasa bagi tubuh jika dilakukan dengan benar?
 - a. Mengurangi risiko obesitas dan memperbaiki sistem pencernaan
 - b. Meningkatkan rasa lapar dan rasa haus sepanjang hari
 - c. Menurunkan tingkat stres dengan cara meningkatkan konsumsi kafein
 - d. Mengganggu keseimbangan elektrolit tubuh

5. Menurut penelitian, puasa dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan mental. Manakah dari pernyataan berikut yang paling sesuai dengan hasil penelitian tersebut?
 - a. Puasa meningkatkan kecemasan dan gangguan emosional
 - b. Puasa mengurangi kemampuan berpikir secara kritis
 - c. Puasa dapat meningkatkan perasaan tenang dan kesadaran diri
 - d. Puasa mempengaruhi mood secara negatif sepanjang hari



AYO BERCERITA!

Coba ceritakan pengalaman hari pertama puasa mu !

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Berilah tanda centang (v) pada jawaban yang benar

Hal - hal yang membatalkan Puasa



makan dan minum
dengan sengaja



sekolah



muntah dengan sengaja



Mengaji



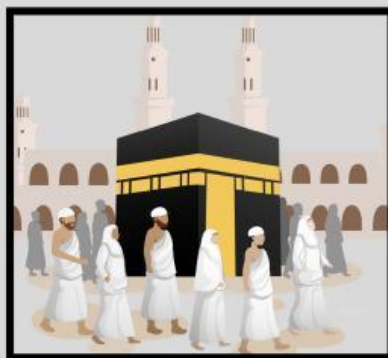
Tidur



sakit berat



menstruasi



Thowaf



Gila



**Puasa rukun
islam ke..**

Puasa
sunnah



**Bulan diwajibkannya
puasa Ramadan
adalah...**

Sebelum fajar
(waktu sahur)



**Niat puasa Ramadan
dilakukan pada
waktu...**

Tiga



**Waktu berbuka
puasa adalah
saat..**

Bulan
Ramadhan



**Puasa yang
disunnahkan pada hari
Senin dan Kamis
disebut...**

Maghrib