



SEKOLAH
PENGGERAK



Lembar Kerja Peserta Didik Hari ke-3 Jam ke-6 sd 7

Materi Diskusi

Pertanyaan	Jawaban
Bagaimana kalian mendefinisikan gizi seimbang? Apa saja komponen utama dari gizi seimbang?	
Mengapa penting untuk menjaga pola makan yang seimbang dan mengandung gizi yang cukup?	
Apa dampak dari konsumsi makanan yang tidak seimbang terhadap kesehatan jangka pendek dan jangka panjang?	
Apa peran berbagai macam nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam mencapai gizi yang seimbang?	
Bagaimana peran gizi seimbang dalam pencegahan penyakit seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung?	

Kelas:

Nama Anggota Kelompok:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Rabu, 13 September 2023

Paraf

Fasilitator: