

E - LKPD

IPAS

(ILMU PENGETAHUAN ALAM DAN SOSIAL)

BAB V TOPIK B. MENGAPA KITA PERLU MAKAN DAN MINUM



Untuk Kelas 5 Sekolah Dasar



Topik B

Mengapa Kita Perlu Makan dan Minum



Nama Anggota Kelompok



CAPAIAN & TUJUAN PEMBELAJARAN

IPAS FASE C TOPIK B -MENGAPA KITA PERLU MAKAN DAN MINUM

CAPAIAN PEMBELAJARAN

- Pada Fase ini, Peserta didik melakukan simulasi dengan (pernafasan/pencernaan/peredaran darah) yang dikaitkan dengan cara menjaga kesehatan organ tubuhnya dengan benar

TUJUAN PEMBELAJARAN

- Mencari tahu peran makanan dan organ pencernaan untuk membantu manusia tetap hidup.

DISUSUN OLEH :
**ROMAITO ABIGAIL
SINAGA**



Perjalanan

SISTEM PENCERNAAN

① MULUT

Mengubah makanan menjadi potongan-potongan kecil dengan bantuan gigi dan air liur.

②

KERONGKONGAN

Membawa makanan dari mulut ke lambung

Hati
Menghasilkan empedu, memecah lemak, dan membuang racun

Kantong empedu
Menyimpan empedu yang diproduksi hati

Pankreas
Menghasilkan enzim yang membantu memecah makanan

③ LAMBUNG

Mengaduk dan mencampur makanan dengan cairan lambung

④

USUS HALUS

Mencerna dan menyerap protein, lemak, dan karbohidrat

⑤

USUS BESAR

Menyerap garam dan air dari makanan, meninggalkan massa lunak yang disebut tinja (feses)

⑥ REKTUM

menampung feses sebelum dikeluarkan melalui anus

⑦ ANUS

Tempat keluarnya feses dari tubuh



6 Nutrisi Penting



Protein

Setiap sel dalam tubuh membutuhkan protein agar dapat berfungsi dengan baik.

Karbohidrat

Sumber energi utama tubuh Anda menyediakan energi untuk semua sel.



Lemak

Membantu penyerapan vitamin, melindungi organ-organ penting didalam tubuh serta membantu tubuh agar tetap hangat

Vitamin

Vitamin sangat penting untuk menangkal penyakit dan tetap sehat.



Air

Membantu melarutkan makanan yang dimakan dan juga membantu produksi air liur

Petunjuk Penggunaan

UNTUK GURU



1

Guru memberikan link E-LKPD kepada peserta didik

2

Guru menyampaikan tujuan pembelajaran

3

Guru membantu peserta didik memahami konsep dan penyelesaian masalah dalam pembelajaran yang ada dalam E-LKPD

4

Guru membimbing peserta didik untuk melakukan langkah-langkah kegiatan yang terdapat dalam E-LKPD

Petunjuk Penggunaan

UNTUK SISWA



1

Berdoa sebelum memulai kegiatan

2

Klik link E-LKPD yang telah diberikan guru

3

Isi terlebih dahulu identitas diri pada kolom yang sudah disediakan

4

Baca dan pahami dengan seksama capaian dan tujuan pembelajaran

5

Pahami konsep yang mendukung pemahaman dengan materi yang berkaitan dengan teori pendukung

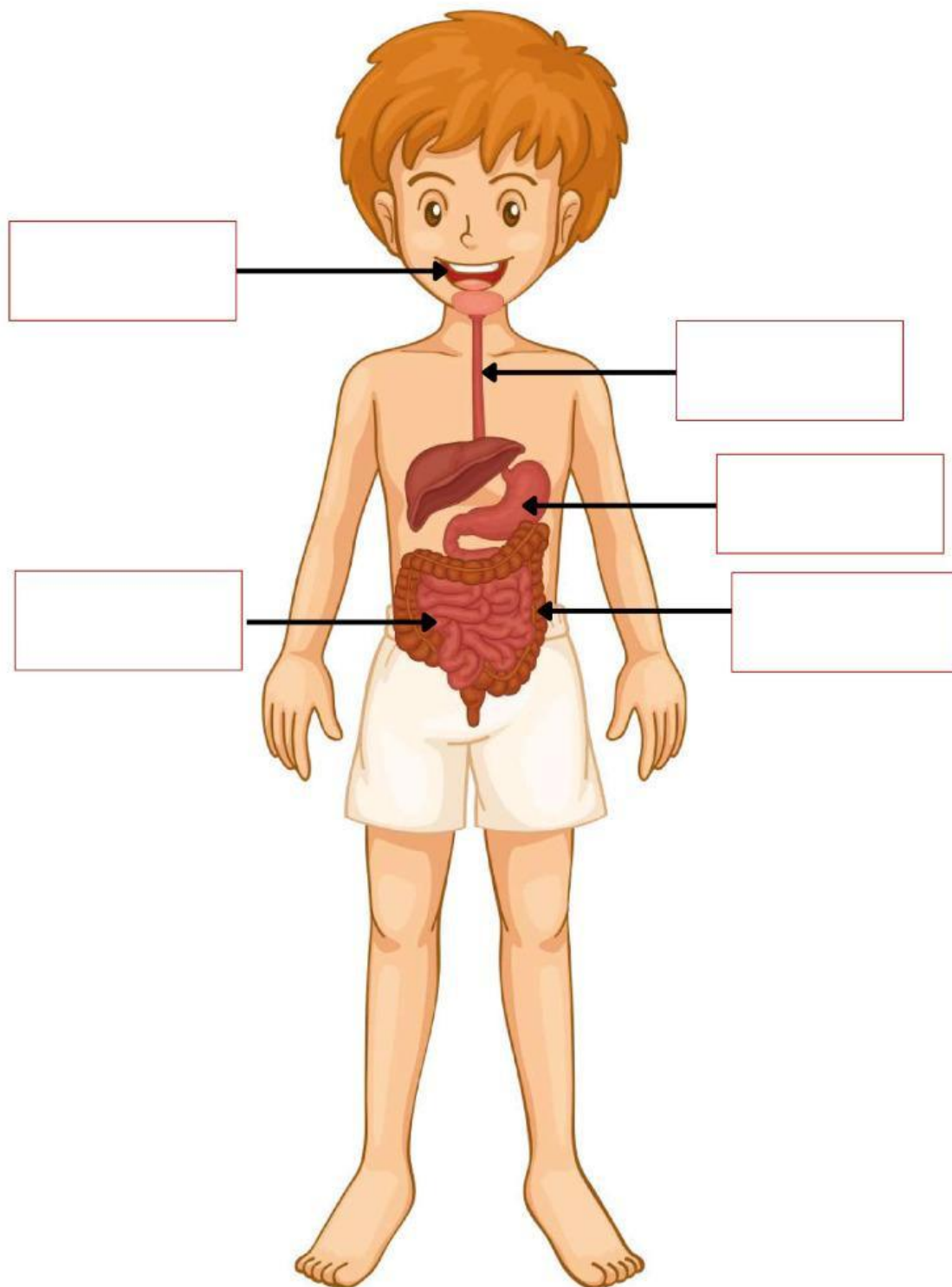
6

Kerjakan E-LKPD sesuai tahapan dan perintah yang diberikan

1 SISTEM PENCERNAAN

Beri label pada gambar menggunakan kata yang ada pada kolom berikut :

Mulut	Usus Halus	Usus Besar	Kerongkongan	Lambung
-------	------------	------------	--------------	---------





2

Hubungkan gambar organ sistem pencernaan makanan manusia dengan fungsinya dengan tepat!

Organ Pencernaan

Fungsi Organ Pencernaan



Menyerap sari makanan
kedalam tubuh



Tempat masuknya makanan,
mengunyah makanan dengan
bantuan gigi



Menghubungkan mulut dengan
lambung



Mengeluarkan zat sisa dari
makanan yang dicerna



Mengolah, menyimpan, dan
menyerap zat-zat yang baik
untuk tubuh

3

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini, yang menurut anda benar!!

1. Perhatikan Gambar dibawah ini!

Makanan A

Burger, sosis, keripik, serta es krim berisi krim dan coklat



Makanan B

Ikan, tomat, nasi, sayuran segar, dan susu



Dinda bingung untuk memilih menu makanan. Ibu Dinda berpesan agar dia memakan makanan yang paling sehat. Dinda harus memilih..

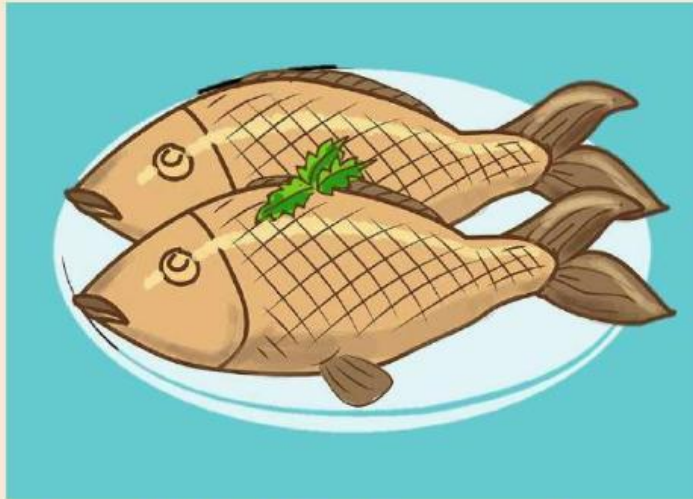
- a. Makanan A, karena mengandung Protein
- b. Makanan B, karena tidak mengandung vitamin
- c. Makanan A, karena tidak mengandung nutrisi seimbang
- d. Makanan B, karena mengandung nutrisi seimbang



3

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini, yang menurut anda benar!!

2. Perhatikan Gambar dibawah ini!



Kebanyakan siswa kelas V suka memakan makanan seperti gambar diatas, makanan tersebut banyak mengandung...

- a. Protein
- b. Karbohidrat
- c. Lemak
- d. Vitamin

3. Aku adalah salah satu organ pencernaan manusia. Aku membunuh kuman dan bakteri yang ikut dalam makanan, Aku adalah...

- a. Kerongkongan
- b. Usus Halus
- c. Usus Besar
- d. Lambung



4

Pada hari senin, Naufal disuruh oleh ibunya untuk kepasar untuk membeli makanan yang tinggi protein, karbohidrat, serat dan lemak. Dapatkah kalian membantu Naufal menentukan makanan apa saja yang harus di beli dengan mencocokkan pilihan dibawah ini!

Karbohidrat ●



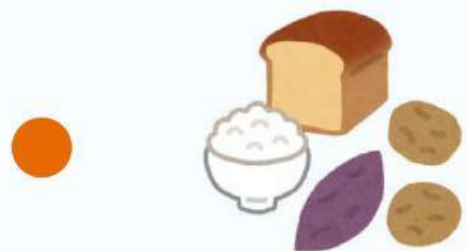
Protein ●



Serat ●



Lemak ●



5

Amatilah video dibawah ini!
(Untuk menjawab soal no 5-6)



Berdasarkan video yang baru saja kamu lihat,
bagaimana proses pencernaan pada manusia?

“

”



Berdasarkan video yang baru saja kamu lihat, Jelaskan Apa-apa saja yang menjadi zat atau Nutrisi dalam makanan yang diperlukan oleh tubuh?

“

”



REFERENSI

- Amalia Fitri Ghaniem,dkk. (2021). Ilmu Pengetahuan Alam dan Sosial SD

Kelas 5.Jakarta: Pusat Perbukuan Badan Standar,Kurikulum dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan,Kebudayaan,Riset dan Teknologi.

- Choiril A, Wigati H O, dan Rohana K. (2008). IPA Salingtemas untuk kelas V

SD/MI. Jakarta: Pusat Perbukuan, Departemen Pendidikan Nasional.

- Edy Tarwoko dan Yani Muharomah. (2009). Mengenal Alam Sekitar 5 :

Untuk SD/MI.Jakarta : Pusat Perbukuan, Departemen Pendidikan Nasional.

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). Makanan Sehat / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Edisi Revisi Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

- <https://youtu.be/R2BYo3clJzo?si=yl0B5n3alHxm8ynT>

