

LKPD Energi dalam Kehidupan Sehari-hari

Lembar Kerja Peserta Didik - Kelas 4 SD

Nama Kelompok:

Contoh: Kelompok Matahari

 **Petunjuk:** Amati gambar aktivitas di bawah ini. Pilih aktivitas yang menurut kelompokmu membutuhkan energi PALING BANYAK, lalu beri penilaian tingkat energi (1-5) dan jelaskan alasannya!

Bagian 1: Analisis Aktivitas Manusia

 Belajar di Kelas	 Membantu Ibu	 Membuat Layangan	 Atlit Berolahraga	 Bermain Sepeda	 Membantu Memasak
Alasan...	Alasan...	Alasan...	Alasan...	Alasan...	Alasan...

Bagian 2: Analisis Kebutuhan Energi Atlit



 **Kalkulator Kalori Makanan Atlit**

 **Petunjuk:** Pilih makanan yang dimakan atlit dalam sehari dan tentukan porsinya. Lihat berapa total kalori yang dibutuhkan!

 Nasi Putih 130 kalori/porsi	 Daging Ayam 165 kalori/porsi	 Ikan 120 kalori/porsi	 Telur 70 kalori/porsi	 Sayuran 25 kalori/porsi	 Buah-buahan 50 kalori/porsi
0 porsi	0 porsi	0 porsi	0 porsi	0 porsi	0 porsi
 Roti 90 kalori/porsi	 Susu 60 kalori/porsi	 Kacang-kacangan 140 kalori/porsi	 Pasta/Mie 110 kalori/porsi		
0 porsi	0 porsi	0 porsi	0 porsi		

Total Kalori Atlit:

0 kalori

Kebutuhan Orang Biasa:

2000 kalori

Selisih:

-2000 kalori

Pilih makanan untuk melihat analisis kalori

Berdasarkan perhitungan kalori di atas, mengapa atlit membutuhkan makanan lebih banyak? Jelaskan hubungan antara aktivitas fisik dan kebutuhan energi!

Tuliskan analisis kelompokmu berdasarkan perhitungan kalori...

Bagian 3: Kesimpulan

Berdasarkan pengamatan kelompokmu, apa yang dimaksud dengan ENERGI?

Tuliskan kesimpulan kelompokmu tentang pengertian energi...

 Simpan Hasil Investigasi

 Hasil Investigasi Kelompok Lain