SDS PANTAI INDAH

Belajar Bersama Menemukan Ilmu!

LKPD

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Jaga Kesehatan Pencernaan Kita!

SISTEM PENCERNAAN MANUSIA

Ilmu Pengetahuan Alam (IPA)

Kelas VI – Perkelompok

Kelompok : _____

Anggota Kelompok :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

Guru :
Achmad Kurniawan, S.Pd.

LKPD KELOMPOK 1

MENYELIDIKI PERJALANAN MAKANAN DALAM TUBUH

Sistem Pencernaan Manusia

Nama Kelompok : _____

Anggota
1. _____ 3. _____
2. _____ 4. _____
5. _____

Tujuan

Setelah melakukan kegiatan ini, kalian dapat:
- menjelaskan perjalanan makanan dalam tubuh;
- mengidentifikasi organ-organ utama sistem pencernaan;
- menjelaskan fungsi organ pencernaan berdasarkan hasil pengamatan.

1 AYOO PREDIKSI!

Bayangkan kalian baru saja memakan nasi, ayam, sayur, dan buah. Menurut kelompok kalian, bagaimana perjalanan makanan tersebut di dalam tubuh?

Tuliskan urutan organ yang kalian perkirakan akan dilewati makanan.

Mulut → [ ] → [ ] → [ ] → [ ] → [ ] → [ ]

Alasan kelompok kami:

_____

_____

_____

2 JELAJAHI!

Buka website pembelajaran: sistempencernaan.sdspi.my.id

Amati bagian sistem pencernaan dan telusuri perjalanan makanan dari awal hingga akhir.
Lengkapi tabel berikut bersama kelompok!

No.	Organ Pencernaan	Apa yang Terjadi pada Makanan?
1	Mulut	_____
2	Kerongkongan	_____
3	Lambung	_____
4	Usus Halus	_____
5	Usus Besar	_____
6	Rektum	_____
7	Anus	_____

Kesimpulan sementara kelompok:

Makanan yang kita makan mengalami proses _____ sebelum akhirnya _____.

Belajar Hari Ini, Untuk Hidup Sehat Nanti

LKPD KELOMPOK 2

MENJAGA KESEHATAN SISTEM PENCERNAAN

Pola Makan Sehat, Tubuh Kuat!

1 ANALISIS KASUS

Bacalah kasus berikut dengan teliti!

Budi adalah siswa kelas 6. Ia sering makan makanan cepat saji, jarang makan sayur dan buah, serta kurang minum air putih. Beberapa hari terakhir, Budi mengalami perut terasa tidak nyaman, sulit buang air besar, dan cepat lelah saat beraktivitas.

A. Apa yang mungkin terjadi pada sistem pencernaannya?

Diskusikan bersama kelompok dan tuliskan pendapat kalian!

_____

_____

_____

B. Temukan Solusinya!

Menurut kelompok kalian, kebiasaan apa yang sebaiknya diubah oleh Budi? Tuliskan minimal 3 solusi yang bisa dilakukan!

1. _____
2. _____
3. _____

Ingat ya!

- Makan makanan bergizi seimbang
- Minum air putih yang cukup
- Makan teratur
- Membatasi makanan cepat saji dan makanan manis
- Menjaga kebersihan makanan dan tangan

C. Refleksi dan Aksi Nyata

a. Setelah mempelajari materi ini, apa yang paling kalian pahami tentang sistem pencernaan?

_____

_____

_____

b. Tuliskan 1 kebiasaan yang akan kalian ubah mulai hari ini untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan!

_____

_____

_____

Kesimpulan Kelompok

Sistem pencernaan dapat bekerja dengan baik jika kita mengonsumsi makanan yang _____, minum air yang _____, dan menerapkan pola hidup _____.

Jaga Pencernaan Jaga Masa Depan!

Belajar Hari Ini, Untuk Hidup Sehat Nanti

Halaman 1

Makanan dan Minuman Sehat

Gunting kartu berikut untuk dimainkan.

Nasi

Sayur-sayuran

Ikan

Buah-buahan

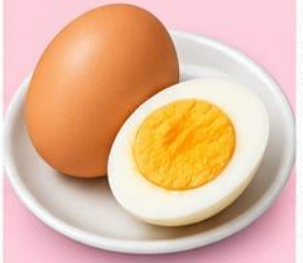
Air Putih

Susu

Kacang-kacangan

Oatmeal

Teh Hijau



Telur

Halaman 2

Makanan dan Minuman Sehat

Gunting kartu berikut untuk dimainkan.

Buah-buahan Segar

Sayur-sayuran Segar

Tempe

Yogurt Plain

Air Kelapa Muda

Nasi Merah

Ayam Panggang

Sup Sayur

Teh Herbal (jahe)

Telur Rebus

Halaman 3

Makanan dan Minuman Kurang Sehat

Gunting kartu berikut untuk dimainkan.

Burger

Kentang Goreng

Mi Instan

Donat

Minuman Bersoda

Keripik Kemasan

Es Krim

Mie Instan Cup

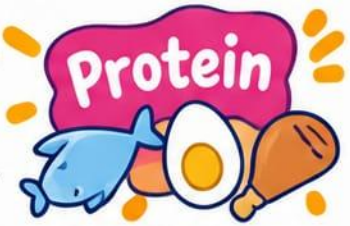
Kue Manis

Bubble Tea

Halaman 2

Makanan Mengandung Protein

Gunting kartu berikut untuk dimainkan.



Ayam

Ikan

Telur

Tahu dan Tempe

Kacang-kacangan

Makanan Mengandung Karbohidrat

Gunting kartu berikut untuk dimainkan.

Nasi

Roti Gandum

Ubi

Jagung

Kentang

Sayur Buah & Minuman Sehat

Makanan Sehat untuk Tubuhku

Pilih dan kumpulkan makanan bergizi untuk isi piringku!

Makan Sehat Tubuh Kuat Prestasi Hebat!

Brokoli

Wortel

Apel

Pisang

Jeruk

Air Putih

Susu

Teh Hijau

Jus Jeruk Tanpa Gula

Infused Water (air lemon)

Kartu Buah

Sayur dan Buah

Pilih dan kumpulkan kartu buah dan sayur untuk isi piringku!

Makan Sehat
Tubuh Kuat
Prestasi Hebat!

Anggur

Pepaya

Kiwi

Stroberi

Semangka

Bayam

Brokoli

Paprika

Kembang Kol

Jagung Manis