

BUKU TEMATIK KURIKULUM 2013

DALAM KONTEKS KE INDONESIAAN UNTUK KELAS

5 SD



TEMA3

MAKANAN SEHAT

*Dudu Suhandi Saputra, M.Pd. Dr. Yunus Abidin, M.Pd. Sigil Vebrianlo Susilo, M.Pd.
Dr. Tita Mulyati, M.Pd.*

**BUKU TEMATIK KURIKULUM 2013 DALAM KONTEKS
KE INDONESIAAN UNTUK KELAS 5 SD
TEMA 3: MAKANAN SEHAT**

Dudu Suhandi Saputra, M.Pd.
Dr. Yunus Abidin, M.Pd.
Sigit Vebrianto Susilo, M.Pd.
Dr. Tita Mulyati, M.Pd.



BUKU TEMATIK KURIKULUM 2013 DALAM KONTEKS KE INDONESIAAN UNTUK KELAS 5 SD TEMA 3: MAKANAN SEHAT

Penulis:

Dudu Suhandi Saputra, M.Pd.

Dr. Yunus Abidin, M.Pd.

Sigit Vebrianto Susilo, M.Pd.

Dr. Tita Mulyati, M.Pd.

Editor:

Yuyu Yuliati, M.Pd.

Layouter :

Tim Kreatif PRCI

Cover:

Rusli

Cetakan Pertama : November 2022

Hak Cipta 2022, pada Penulis. Diterbitkan pertama kali oleh:

Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia

ANGGOTA IKAPI JAWA BARAT

Pondok Karisma Residence Jalan Raflesia VI D.151

Panglayungan, Cipedes Tasikmalaya – 085223186009

Website : www.rcipress.rcipublisher.org

E-mail : rumahcemerlangindonesia@gmail.com

Copyright © 2022 by Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia
All Right Reserved

- Cet. I – : Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia, 2022
; 14,8 x 21 cm
ISBN : -

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak buku ini dalam bentuk dan dengan
cara apapun tanpa izin tertulis dari penulis dan penerbit

Undang-undang No.19 Tahun 2002 Tentang
Hak Cipta Pasal 72

Undang-undang No.19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta
Pasal 72

Barang siapa dengan sengaja melanggar dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal ayat (1) atau pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling sedikit 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp.1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp.5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).

Barang siapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta terkait sebagai dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp.500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya kepada kami sehingga kami berhasil menyelesaikan Buku dengan judul: Buku Tematik Kurikulum 2013 Dalam Konteks Ke Indonesiaan Untuk Kelas 5 SD Tema 3: Makanan Sehat

Buku dengan judul Buku Tematik Kurikulum 2013 Dalam Konteks Ke Indonesiaan Untuk Kelas 5 SD Tema 3: Makanan Sehat merupakan buku yang bisa dijadikan pegangan bagi siswa dalam memahami pentingnya makanan sehat bagi manusia. Melalui buku ini siswa mampu memilih makanan sehat yang dapat dimakan oleh manusia sehingga tidak menimbulkan penyakit. Kami menyadari bahwa Buku ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun selalu kami harapkan demi kesempurnaan buku ini.

Akhir kata, kami sampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan Buku ini dari awal sampai akhir. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa meridhoi segala usaha kita. Amin.

November 2022, Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	I
DAFTAR ISI	II
SUBTEMA 1 BAGAIMANA TUBUH MENGEOLAH MAKANAN	1
SUBTEMA 2 PENTINGNYA MAKANAN SEHAT BAGI MANUSIA	15
SUBTEMA 3 MENJAGA ASUPAN MAKANAN BAGI MANUSIA	30
SUBTEMA 4 KARYAKU PRESTASIKU	37

Subtema 1

Bagaimana Tubuh Mengeolah Makanan



Kita dianugrahkan berbagai organ tubuh memiliki fungsinya tersendiri. Begitu pula ketika kita mengonsumsi makanan ada organ-organ yang akan mengolah makananan kita.

Taukah kamu bagaimana tubuh mengolah makanannya?

Mari kita bahas bersama-sama.

Pembelajaran I



Ayo Membaca

Bacalah percakapan dibawah ini bawah ini dengan seksama! Dan isilah titik-titik tersebut!



:Salah satu ciri dari makhluk hidup adalah memerlukan Sekarang ini banyak makanan yang tidak sehat banyak yang terkena debu.



: Iya, kita harus membeli makanan yang tidak terkena lalat agar terhindar dari berbagai macam .

: Hari ini ibuku membawakan bekal makanan.



: Membawa bekal apakah kamu?

: Saya membawa bekal

, yaitu nasi, ayam, sayuran dan tempe. Kamu membawa bekal apa hari ini?



: Saya membawa bekal roti dengan susu. Karena terinspirasi dari klian di TV.

:Kita harus makan-makanan yang



supaya dapat membantu proses pencernaan makanan.: Apa itu sistem pencernaan makanan?



: Proses pengubahan makanan dengan memecah molekul makanan yang kompleks menjadi sederhana, dengan bantuan enzim dan menyerap sari makanan yang dibutuhkan oleh manusia. Hari kamu membawa bekal apa?



: Aku membawa bekal yakult, supaya ususku baik.
: Wah, ternyata makanan yang kita bawa ini banyak membantu proses pencernaan makanan. Juga, banyak terinspirasi dari iklan. Bagaimana kalau kita membuat iklan?



: boleh itu hal menarik.

Isilah jawabanmu dalam kolom berikut ini!

1.
2.
3.
4.

Setelah kalian membaca percakapan, dalam kegiatan kali ini, kalian diminta untuk membuat cerita bekal makanan, dalam kolom berikut dan hasilnya dibacakan didepan teman-temanmu!

[illegible]