





Pendekatan Pembelajaran Mendalam



KUISI PIRINGKU DENGAN MAKANAN SEHAT



TK PAUD JATENG TERPADU SEMARANG KELOMPOK B (5-6 TAHUN) TAHUN AJARAN 2025/2026 SEMESTER I (GASAL)

MODUL AJAR PAUD FASE FONDASI

PENULIS : ARLETTA WULANDARI, S.Pd.AUD

TOPIK : KEBUTUHANKU

SUB TOPIK : MAKAN DAN MINUM

TK PAUD JATENG SEMARANG

Jl. Pemuda, Kota Semarang, Prov. Jawa Tengah HP. 0896-6777-0666, Email : paudjateng@yahoo.com

Website: https://www.paud.id

LEMBAR LISENSI MODUL AJAR VERSI GRATIS

Modul ajar ini diperuntukkan untuk jenjang Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) atau Fase Fondasi. Disusun menggunakan revisi Capaian Pembelajaran terbaru berdasar SK BSKAP No. 32/H/KR/2024 tertanggal 11 Juni 2024.

Menggunakan Pendekatan Pembelajaran Mendalam (Deep Learning)

Dokumen ini telah terdaftar hak cipta dengan nomor registrasi Hak Kekayaan Intelektual dari Direktorat Jenderal Kekayaan Intelektual (DJKI) Kementerian Hukum & HAM RI nomor:

REG. NO EC002025066714 TANGGAL 15 JUNI 2025 PENCATATAN 000906975

DILARANG KERAS MENYALIN ATAU MENYEBARKAN FILE INI TANPA IZIN DARI PAUD JATENG

Karena tindakan tersebut melanggar UU No. 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta

1. Semua dokumen yang tersedia di website PAUD Jateng dengan alamat https://www.paud.id adalah GRATIS dan dapat digunakan oleh siapa saja. Tidak untuk diperjual belikan kembali.

Silakan unduh langsung dokumen PROTA PROSEM RPPM dan MODUL AJAR Kurikulum Merdeka dari **PAUD Jateng**.akses melalui https://www.paud.id

- 2. Menyebarkan dokumen versi gratis ini dengan tujuan komersial seperti menjual modul ajar (dengan kemiripan plagiasi diatas 50%) dengan dalih webinar workshop dapat dituntut secara hukum. Sebagai contoh jika ada sebuah yayasan atau perseorangan yang menarik uang dari penyelenggaraan webinar/workshop dan memberikan dokumen modul ajar yang mirip dengan milik PAUD Jateng dengan tingkat kemiripan di atas 50% bisa dituntut secara pidana.
- 3. MENYEBARKAN dokumen modul ajar versi Gratis ini pada kegiatan webinar/workshop atau dimuat dalam website lain DIPERBOLEHKAN selama tidak mengubah isi dokumen modul ajar gratis ini.
- 4. Media ajar tambahan disediakan gratis baik berupa video, lagu, buku cerita, atau lembar kerja anak yang bisa diakses melalui QR Code pada setiap modul ajar.
- 5. Modul ajar yang bisa di edit format Microsoft Word full selama 1 tahun ajaran bisa didapatkan melalui https://guru.paud.id

Silakan follow kami melalui

Kontak dan Saluran Grup WA Telegram melalui https://www.paud.id/sosmed/

and the collecte & state of the

MODUL AJAR PENDIDIKAN ANAK USIA DINI KURIKULUM MERDEKA PERENCANAAN PEMBELAJARAN MENDALAM

Penulis	Arletta Wulandari, S.Pd.AUD	Semester	1 (Gasal)
Asal Sekolah	TK PAUD Jateng	Minggu Ke-	13
Fase	Fondasi	Bulan	Oktober 2025
Jenjang/Kelas	B (5-6 Tahun)	Alokasi Waktu	5 x 3 JP
Model Pembelajaran	PjBL, Kolaboratif	Jumlah Anak	
Topik / Sub Topik	Kebutuhanku / Makan dan Minum (Kuisi Piringku dengan Makanan Sehat)		

A. IDENTIFIKASI

Peserta Didik	Anak kelompok B (5-6 ta makanan dan minuman d serta mampu mengeks bereksplorasi dengan bal praktis, namun masih me manfaat makanan bagi tul	i sekitarnya, mulai me spresikan preferensi nan-bahan makanan emerlukan bimbingan	mahami konsep sel makanan favorit. melalui permainan	nat dan tidak sehat, Mereka senang peran dan aktivitas
Materi Pelajaran	Materi tentang makanan jenis-jenis makanan bergi: untuk pertumbuhan, dan makanan sehat. Materi ini diintegrasikan dengan nila	zi, pengetahuan konse pengetahuan prosed sangat relevan denga	ptual tentang pentin ural dalam memilih n kehidupan sehari-	gnya gizi seimbang serta menyiapkan hari anak dan dapat
Dimensi Profil Lulusan	DPL1 Keimanan dan Ketakwaan terhadap Tuhan YME	DPL3 Penalaran Kritis	DPL5 Kolaborasi	DPL7 Kesehatan
	DPL2 Kewargaan	DPL4 Kreativitas	✓ DPL6 Kemandirian	☑ DPL8 Komunikasi

B DESAIN PEMBEL AJARAN

D. DESAIN	LINDLEADARAIN
Capaian Pembelajaran	 CP Nilai Agama dan Budi Pekerti: Anak berpartisipasi aktif dalam menjaga kebersihan, kesehatan, dan keselamatan diri sebagai bentuk rasa sayang terhadap dirinya dan rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa CP Jati Diri: Anak memahami identitas dirinya yang terbentuk oleh ragam minat, kebutuhan, karakteristik gender, agama, dan sosial budaya
Lintas Disiplin Ilmu	Nilai agama dan moral (mensyukuri nikmat makanan ciptaan Tuhan), Nilai Pancasila (berbagi makanan dengan teman), Fisik motorik (keterampilan menggunakan alat makan dan menyiapkan makanan), Kognitif (mengelompokkan makanan sehat dan bergizi), Bahasa (menceritakan makanan favorit dan manfaatnya), Sosial emosional (berempati saat berbagi makanan dan bekerja sama dalam permainan peran)
Tujuan Pembelajaran	 Anak mampu mengidentifikasi berbagai jenis makanan dan minuman yang sehat serta memahami dampaknya terhadap kesehatan tubuh, Anak dapat mengidentifikasi minimal 4 jenis makanan sehat beserta kandungan gizinya, Anak dapat menjelaskan minimal 2 manfaat air bagi tubuh, dan mampu menunjukkan minimal 3 perilaku positif terkait pola makan sehat.



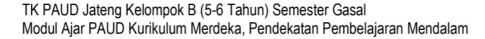
C. PENGALAMAN BELAJAR

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LANGKAH-LANGKAH PEMBELAJARAN

C.1. AWAL (BERKESADARAN, BERMAKNA, MENGGEMBIRAKAN)

Pembuka dari proses pembelajaran yang bertujuan untuk mempersiapkan peserta didik sebelum memasuki inti pembelajaran. Kegiatan dalam tahap ini meliputi orientasi yang bermakna, apersepsi yang kontekstual, dan motivasi yang menggembirakan:

- 1. Salam, doa pembuka, dan penyambutan hangat
- 2. Senam atau gerakan tubuh untuk membangun semangat
- 3. Bernyanyi lagu "Aku Suka Makan Sayur" sesuai tema pembelajaran
- 4. Menyepakati aturan bermain dan keselamatan dalam kegiatan
- Bercerita interaktif menggunakan media buku atau video "Leaflet Isi Piringku"
- 6. Pertanyaan pemantik untuk mengembangkan berbagai aspek:
 - a) "Siapa yang memberi kita makanan enak setiap hari?" (Keimanan dan Ketakwaan)
 - b) "Bagaimana caranya berbagi makanan dengan teman yang tidak membawa bekal?" (Kewargaan)
 - c) "Mengapa tubuh kita butuh makan sayur dan buah?" (Penalaran Kritis)
 - d) "Apa makanan baru yang ingin kamu coba buat?" (Kreativitas)
 - e) "Bagaimana cara memasak bersama keluarga di rumah?" (Kolaborasi)
 - f) "Apa yang bisa kamu lakukan sendiri saat makan?" (Kemandirian)
 - g) "Makanan apa yang membuat tubuh jadi kuat?" (Kesehatan)
 - h) "Ceritakan makanan favorit kamu dan rasanya!" (Komunikasi)







Hari Uraian Kegiatan

- Kegiatan 1: Role Play Memasak Gado-Gado (Kreativitas, Komunikasi). Alat dan Bahan: Kertas origami, Lem, Gunting, Piring kertas, Cara Membuat:
 - Potong kertas origami untuk membuat sayur yang biasa terdapat di gado-gado.
 - Buat bentuk telur dadar menggunakan kertas HVS yang di gunting membentuk lingkaran dan di atsnya di lapisi kertas origami berwarna kuning.
 - Biarkan anak-anak membuat sesuai jreativitas dan imajinasi mereka.
 - Mintalah anak-anak untuk menyebutkan isi dari gado-gado yang mereka buat.





Kegiatan 2: Membuat Menu Makanan Sehat (Penalaran Kritis, Kemandirian). Alat dan Bahan: Kertas, pensil warna, majalah bekas, gunting, lem. Cara Bermain: Anak-anak membuat menu makanan sehat untuk satu hari dengan menggambar atau menempel potongan gambar dari majalah.

Keqiatan 3: Membuat Piramida Makanan (Kesehatan, Kolaborasi). Alat dan bahan: Kertas karton besar, gambar berbagai makanan, lem, gunting. Cara bermain: Anak-anak membuat piramida makanan dengan menempelkan gambar makanan sesuai kelompoknya (karbohidrat, protein, sayur, buah, dll). Manfaat: Mengenalkan kelompok makanan dan porsi yang dianjurkan.

- 2 Kegiatan 1: Lompat Melewati Bola (Kesehatan, Kemandirian). Alat dan Bahan: Bola. Cara Bermain
 - Siapkan bola (untuk ukuran bola disesuaikan dengan usia anak, semakan kecil usia anak maka ukuran bola juga semakin kecil dan semakin besar usia anak maka ukuran bola juga harus semakin besar)
 - Selanjutnya mintalah anak untuk berbaris ke belakang.
 - Kemudian gelundungkan bola dari depan dan anak harus melompat ketika akan lewat.



TK PAUD Jateng Kelompo





menopang tubuh

Kegiatan 2: Eksperimen Air dan Minyak (Penalaran Kritis, Kreativitas). Alat dan Bahan: Gelas transparan, air, minyak sayur, pewarna makanan. Cara Bermain: Anak-anak melakukan eksperimen mencampur air dan minyak, mengamati bahwa keduanya tidak bisa bercampur, dan mendiskusikan pentingnya minum air untuk tubuh.

Kegiatan 3: Membuat Menu Seimbang (Kesehatan, Komunikasi). Alat dan bahan: Kertas, pensil warna, contoh menu seimbang. Cara bermain: Anak-anak diminta membuat menu makanan seimbang untuk satu hari dengan menggambar atau menulis. Manfaat: Mengenalkan konsep gizi seimbang dan melatih kreativitas.

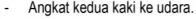
Kegiatan 1: Exercise Games Untuk Anak (Kesehatan, Kemandirian). Alat dan Bahan : Bantal, Bola, Tongkat/bambu.

Cara bermain Exercise Games:

- Menendang Batal dengan kedua kaki bergantian:
- Berbaringlah terlentang di lantai.







- Bergantian menendang ke arah bantal yang sedang di pegangi yang ada di depan menggunakan kedua kaki.
- Usahakan untuk menjaga posisi tubuh tetap stabil dan terlentang selama bermain.







Kegiatan 2: Ular Tangga Gizi (Kolaborasi, Penalaran Kritis). Alat dan Bahan: Papan ular tangga besar dengan gambar makanan sehat dan tidak sehat, dadu besar. Cara Bermain: Anak-anak bermain ular tangga, naik jika mendarat di gambar makanan sehat dan turun jika di makanan tidak sehat.

Kegiatan 3: Detektif Gula (Kreativitas, Komunikasi). Alat dan bahan: Berbagai kemasan minuman, tabel kandungan gula. Cara bermain: Anak-anak menjadi "detektif" yang mencari informasi kandungan gula pada kemasan minuman dan membandingkannya. Manfaat: Meningkatkan kesadaran tentang kandungan gula dalam minuman.

MEREFLEKSI (BERKESADARAN, BERMAKNA)

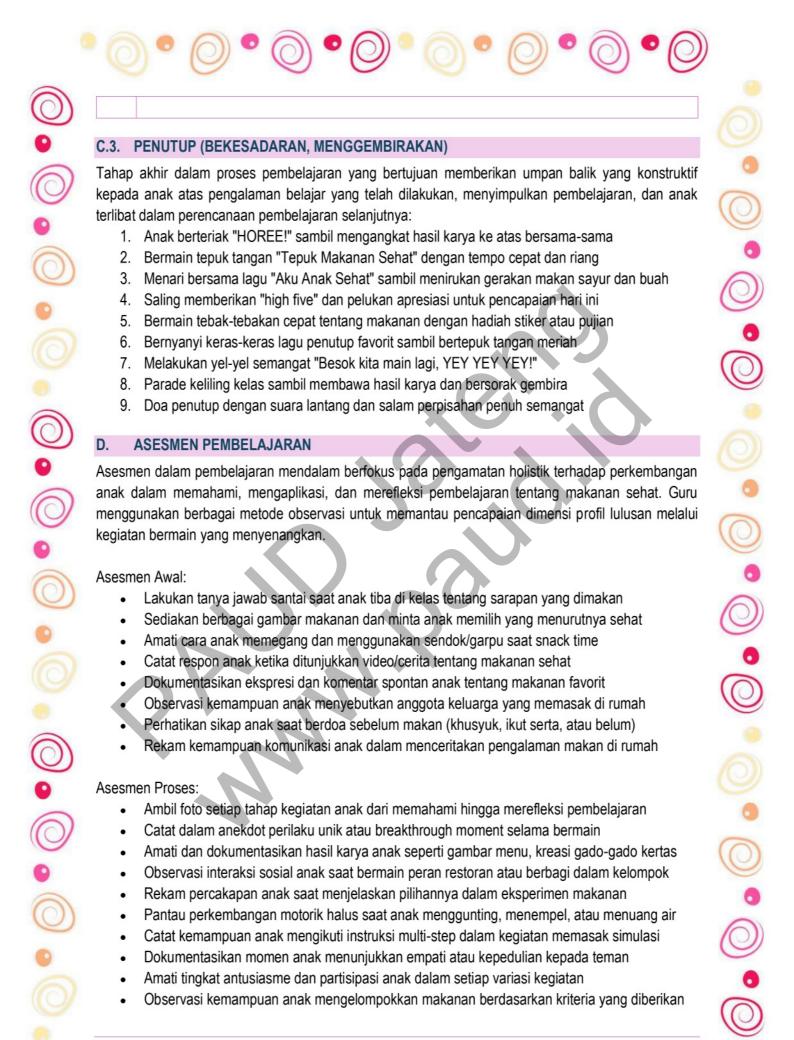
Hari Kegiatan

- 5 Kegiatan 1: Menggiring dan Lari Membawa Bola Dengan Zig-zag (Kesehatan, Kemandirian). Alat dan Bahan, Ban roda Dapat ganti dengan hula hop atau meja atau benda lainnya), Bola, Cara Membuat dan Memainkannya:
 - Siapkan ban roda atau hula hop atau lainnya, lalu susun berbaris dengan rapi dengan di beri jarak antara satu dengan yang lainnya agar dapat di lewati.
 - Kemudian mintalah anak untuk menggiring bola melewati di antara ban roda dengan jalan zig-zag.
 - Jika sudah selesai bawa bola dan lari balik dengan melewati

Kegiatan 2: Membuat Boneka Wortel (Kreativitas, Keimanan dan Ketakwaan). Alat dan Bahan: Kaus kaki oranye, bahan isian, kancing untuk mata, benang hijau untuk daun. Cara Bermain: Anak-anak membuat boneka wortel dari kaus kaki, sambil berdiskusi tentang manfaat wortel untuk kesehatan.

Kegiatan 3: Membuat Kebun Mini (Kewargaan, Kolaborasi). Alat dan bahan: Pot kecil, tanah, biji sayuran cepat tumbuh (bayam, kangkung), alat berkebun mini. Cara bermain: Anak-anak menanam sayuran di pot dan merawatnya hingga dapat dipanen dan dikonsumsi. Manfaat: Mengenalkan proses pertumbuhan makanan dan mendorong konsumsi sayuran.









ASESMEN TK PAUD JATENG TERPADU CATATAN ANEKDOT TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenjang / Kelas : Semester / Minggu :

Guru Kelas : Arletta Wulandari, S.Pd.AUD

3	Tanggal	Nama Anak	Kejadian Teramati	Analisis Capaian
			10	
9)				
9)			7	
<u>a</u>				
9				





ASESMEN TK PAUD JATENG TERPADU CEKLIS IKTP (INDIKATOR KETERCAPAIAN TUJUAN PEMBELAJARAN) TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenjang / Kelas :

Semester / Minggu

Guru Kelas : Arletta Wulandari, S.Pd.AUD

	Nama Anak Kotorangan /			
No	Indikator	Sudah Muncul	Belum Muncul	Keterangan / Kejadian Teramati
1	Anak dapat menyebutkan minimal 3 jenis makanan sehat dan menjelaskan manfaatnya dengan bahasa sederhana			
2	Anak mampu mengelompokkan makanan berdasarkan kandungan gizi (karbohidrat, protein, vitamin) melalui kegiatan piramida makanan			
3	Anak menunjukkan sikap syukur dengan berdoa sebelum dan sesudah makan secara spontan dan khusyuk	10		
4	Anak dapat menggunakan alat makan (sendok, garpu, menuang air) dengan koordinasi yang baik dan mandiri)
5	Anak bersedia berbagi makanan atau alat bermain dengan teman yang membutuhkan tanpa diminta			
6	Anak mampu berperan sebagai koki, pelayan, atau pembeli dalam permainan restoran sehat dengan antusias		O.	
7	Anak menunjukkan kreativitas dalam membuat menu makanan sehat, gado- gado kertas, atau boneka wortel			
8	Anak dapat bekerjasama dalam kegiatan kelompok seperti eksperimen warna makanan atau ular tangga gizi			
9	Anak mampu menjelaskan minimal 2 manfaat minum air putih untuk tubuh berdasarkan eksperimen yang dilakukan			
10	Anak menunjukkan kemandirian dalam memilih makanan sehat dari berbagai pilihan yang disediakan			
11	Anak dapat mengomunikasikan pengalaman bermain dan hasil karyanya dengan kalimat yang jelas dan antusias			
12	Anak mendemonstrasikan perilaku hidup sehat seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan makanan, dan merawat tanaman			



ASESMEN TK PAUD JATENG TERPADU DOKUMENTASI HASIL KARYA TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenjang / Kelas : Semester / Minggu :

Guru Kelas : Arletta Wulandari, S.Pd.AUD

	Tanggal	Nama Anak	Foto Karya Anak	Deskripsi Foto dan Analisis Capaian Perkembangan
			\9	
Let				



ASESMEN TK PAUD JATENG TERPADU FOTO BERSERI TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenjang / Kelas : Semester / Minggu :

Guru Kelas : Arletta Wulandari, S.Pd.AUD

	Tanggal	Nama Anak, dan Dokumentasi Foto (Minimal 3)	Deskripsi Foto dan Analisis CP
•			
 			

Catatan: Foto berseri fokus pada proses perkembangan pada satu keterampilan/kegiatan yang sama dari waktu ke waktu; Menunjukkan progres bertahap dalam penguasaan suatu keterampilan;

Semua Tentang PAUD

Hanya ada di

PAUD JATENG

PEMBELAJARAN MENDALAM

Administrasi PAUD Jateng

Dokumen administrasi PAUD (TK/KB/TPA/SPS)
Kurikulum Merdeka yang bisa didapatkan secara **GRATIS**di PAUD Jateng untuk layanan usia 2 s.d 6 tahun :

Kurikulum PAUD:

- Regulasi Kurmer
- KOSP (Dokumen 1)
- CP PAUD
- Program Tahunan
- Program Semester
- RPPM
- Modul Ajar RPPH
- Modul P5
- Penilaian PAUD
- Aplikasi Rapor
- File Akreditasi
- SOP PAUD

Contact:

Website: www.paud.id
Facebook: PAUD Jateng



Materi Pendukung:

- Media Ajar 600+ Buku Cerita PAUD
- Flashcard/Lembar Kerja Siswa PAUD
- Pedoman Penyelenggaraan TK/KB/TPA/SPS/Holistik
- Buku Panduan Guru Kurikulum Merdeka
- Panduan Kurikulum Merdeka
- Pendekatan Pembelajaran
 Mendalam (Deep Learning)

Versi Berbayar:

https://www.paud.id/guru