



PONDOK
IBU

MENGENAL BUAH – BUAHAN
DARI ABJAD J – R
VOLUME 2

SERI MEDIA PEMBELAJARAN

PERHATIAN!

Anda boleh menyebarkan E-Book ini kepada siapapun, bahkan menjualnya dengan keuntungan 100% untuk anda. Namun anda **TIDAK BOLEH** mengubah atau mengedit isi E-Book ini.

lembar kerja ini bisa anda peroleh secara **GRATIS** di :

www.PondokIbu.com

PENGANTAR

Assalamu'alaikum!

Senang rasanya dapat menemani si kecil belajar kembali. Nah, kali ini, kami hadir dengan menyuguhkan E-Book pembelajaran tentang macam – macam buah - buahan dengan judul, **“Mengenal Buah – Buahhan Dari Abjad J – R”**

Jangan lupa, ingatkan putra-putri Anda untuk membaca Basmalah sebelum memulai dan mengucapkan Hamdalah setelah membacanya. Semoga diberi kemudahan oleh Allah dalam mencari ilmu yang bermanfaat.

Selamat belajar, ya!

Wassalamu'alaikum

Yogyakarta, November 2016

Pondok Ibu

Jj



Jambu Biji Merah

Berikut ini beberapa manfaat jambu biji merah :

1. Menyehatkan Tiroid
2. Mengurangi Hipertensi
3. Mengoptimalkan Penglihatan
4. Mengobati Sembelit



Jambu Air

Berikut ini beberapa manfaat jambu air :

1. Mengontrol Diabetes
2. Menyehatkan Pencernaan
3. Pencegahan Kanker
4. Meningkatkan Sistem Kekebalan



Jeruk Bali

Manfaat jeruk bali antara lain :

1. Sebagai antioksidan
2. Dapat mencegah kanker
3. Mencegah penyakit jantung
4. Memperbaiki sel tubuh yang rusak



Jeruk

Manfaat jeruk antara lain :

1. Menjaga sitem imun
2. Meningkatkan fungsi otak
3. Dapat menurunkan resiko stroke
4. Mencegah kerusakan kulit

Kk



Kelengkeng

Manfaat buah kelengkeng antara lain :

1. Melancarkan sirkulasi darah
2. Membantu kerja jantung
3. Mencegah anemia
4. Mengatasi racun ular



Kesemek

Manfaat dari buah kesemek antara lain :

1. Menjaga kesehatan organ paru – paru
2. Melancarkan sistem sirkulasi darah
3. Menjaga kesehatan organ jantung
4. Memperlambat penuaan dini



Kedondong

Manfaat dari buah kedondong antara lain :

1. Menjadi obat batuk
2. Obat penyembuh diare
3. Menjaga kesehatan tulang dan gigi
4. Meningkatkan kandungan darah



Kiwi

Manfaat dari buah kiwi antara lain :

1. Dapat mencegah kanker
2. Dapat mencegah penyakit kardiovaskular
3. Menjaga kesehatan organ jantung
4. Dapat menyetatkan kulit

LI



Leci

Manfaat dari buah leci antara lain :

1. Membantu metabolisme tubuh
2. Memberikan nutrisi kulit
3. Menangkal radikal bebas
4. Meningkatkan imunitas



Lemon

Manfaat dari buah lemon antara lain :

1. Mengatasi sakit tenggorokan
2. Detoksifikasi racun dalam tubuh
3. Menstabilkan tekanan darah tinggi
4. Mengatasi sakit tenggorokan



Lobi – Lobi

Manfaat buah lobi – lobi antara lain :

1. Mengatasi radang tenggorokan
2. Mengatasi diare
3. Mengatasi asma
4. Mengatasi radang perut

Mm



Mangga

Manfaat dari buah mangga antara lain :

1. Mencegah penyakit jantung
2. Mengurangi diabetes
3. Mencegah penyakit jantung
4. Pencegahan asma



Markisa

Manfaat buah markisa antara lain :

1. Melancarkan peredaran darah
2. Mencegah hipertensi
3. Menurunkan kolesterol
4. Melancarkan ASI



Manggis

Manfaat buah manggis antara lain :

1. Mencegah kanker
2. Kaya antioksidan
3. Baik untuk tekanan darah tinggi
4. Mencegah penyakit alzheimer



Melon

Manfaat melon antara lain :

1. Mencegah serangan jantung
2. Menjaga kesehatan mata
3. Mencegah penyakit stroke
4. Membasmi radikal bebas

Nn



Nanas

Manfaat buah nanas antara lain :

1. Dapat menurunkan tekanan darah
2. Sebagai obat asam urat
3. Mengatasi radang tenggorokan
4. Membantu pertumbuhan tulang



Nangka

Manfaat dari buah nangka antara lain :

1. Mencegah kanker usus besar
2. Menjadi antioksidan
3. Dapat mengoptimalkan penglihatan
4. Dapat mencegah kanker rongga mulut

Oo



Orange

Manfaat Buah Orange antara lain :

1. Mampu mencegah osteoporosis
2. Mengurangi resiko terkena kanker
3. Mencegah diabetes
4. Mengurangi terjadinya peradangan

Pp



Persik

Manfaat buah persik antara lain :

1. Mampu membersihkan ginjal dan kandung kemih
2. Memiliki kandungan zat anti kanker
3. Menyehatkan kulit kepala
4. Mengurangi resiko rematik



Pisang

Manfaat buah pisang antara lain :

1. Melancarkan peredaran darah
2. Menormalkan fungsi jantung
3. Menjaga kesehatan mata
4. Membantu pencernaan pada usus



Pepaya

Manfaat buah pepaya antara lain :

1. Mencegah penyakit jantung
2. Pencegahan asma
3. Mempercepat penyembuhan luka
4. Memperkuat sistem imun



Pir

Manfaat buah pir antara lain :

1. Pencegahan penyakit stroke
2. Mengontrol tekanan darah
3. Meningkatkan imunitas
4. Pencegahan osteoporosis

Qq



Quince

Manfaat buah quince antara lain :

1. Mengontrol sistem syaraf
2. Menurunkan tekanan darah tinggi
3. Mengaktifkan fungsi otak
4. Memperbaiki lambung dan menguatkan hati



Quenepa

Manfaat dari buah quenepa antara lain :

1. Mendukung penciptaan sel darah merah
2. Meningkatkan sistem reproduksi
3. Mendukung perkembangan tulang
4. Mempertahankan jaringan mukosa dan epitel

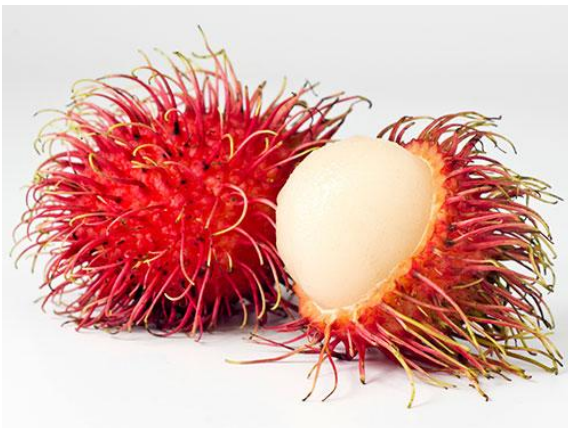
Rr



Rambai

Manfaat buah rambai antara lain :

1. Dapat menyembuhkan penyakit kulit
2. Menjaga seistem pencernaan tubuh
3. Daopat mengatasi mata merah
4. Menjaga sistem pencernaan tubuh



Rambutan

Manfaat buah rambutan antara lain :

1. Menyembuhkan penyakit hipertensi
2. Menyembuhkan penyakit kolesterol
3. Dapat menyembuhkan penyakit radang
4. Dapat menyembuhkan penyakit diare



Rambusa

Manfaat dari buah rambusa antara lain :

1. Menjaga kesehatan gusi dan gigi
2. Mengontrol tekanan darah
3. Mencegah anemia
4. Menyembuhkan gangguan ginjal

Latihan Soal

Berikut ini ada beberapa soal yang mencocokkan nama dan buah. Dengan membuat garis menyalang pada nama dan buah yang cocok.

Selamat Belajar...



Quince



Melon



Kesemek



Rambutan

Latihan Soal

Lengkapilah nama buah pada gambar dibawah ini.

Selamat Belajar...



N N S



 I



L I



K I



J R K



R B I



P S A



 A G A