


## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SD Negeri 14 Teminabuan  
 Mata Pelajaran : PJOK  
 Kelas/Semester : I / I ( Ganjil )  
 Tema : I ( Diriku )  
 Sub Tema : 3 ( Aku Merawat Tubuhku )  
 Alokasi Waktu : 10 menit ( Pembelajaran 1 )

### A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat mengetahui bagian – bagian tubuh.
2. Dengan mengamati gambar urutan mencuci tangan, siswa dapat mengetahui cara mencuci tangan dengan benar sebagai aturan dalam kehidupan sehari-hari.
3. Setelah melihat contoh dari guru, siswa dapat mengetahui peralatan dan mempraktikkan cara mencuci tangan dan memotong kuku dengan benar.

### B. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Pendahuluan</b>	1. Guru mengucapkan salam, menanyakan kabar dan berdoa untuk mengawali proses pembelajaran. 2. Guru mengecek kehadiran peserta didik. 3. Guru menginformasikan tema yang akan dibelajarkan yaitu tentang " <b>Menjaga Kebersihan Diri (Rambut, Tangan, dan Kuku)</b> "	2 Menit
<b>Inti</b>	<p><b>KEGIATAN INTI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru menjelaskan pentingnya menjaga kebersihan diri sendiri maupun lingkungan khususnya kebersihan rambut, tangan, dan kuku. (<i>Mengamati</i>)</li> <li>• Peserta didik mengamati gambar yang ditunjukkan oleh guru seperti sampo, sabun / handsanitizer dan gunting kuku. (<i>Mengamati</i>)</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menanyakan tentang cara-cara merawat kebersihan rambut, tangan, dan kuku sesuai dengan gambar yang disajikan oleh guru. (<i>Menanya</i>)</li> <li>• Siswa bertanya tentang peralatan yang digunakan untuk menjaga kebersihan, manfaat menjaga kebersihan rambut, tangan, dan kuku serta akibat tidak menjaga kebersihan rambut, tangan, dan kuku. (<i>Menanya</i>)</li> <li>• Guru mendemonstrasikan cara mencuci tangan yang baik dan benar. (<i>Mengkomunikasikan</i>)</li> <li>• Guru menyampaikan pentingnya merawat dan menjaga kebersihan tubuh adalah salah satu bentuk syukur pada Tuhan atas nikmat yang telah diberikan-Nya. (<i>Mengkomunikasikan</i>)</li> </ul>	6 Menit
<b>Penutup</b>	1. Guru dan siswa menyimpulkan materi pembelajaran. 2. Guru menyampaikan rencana pembelajaran untuk pertemuan berikutnya. 3. Guru menutup pelajaran dengan berdoa dan mengucapkan salam.	2 Menit

### C. Penilaian Pembelajaran (Asesmen)

#### 1. Penilaian sikap (Afektif)

No	Nama Siswa	Perubahan Tingkah Laku											
		Percaya Diri				Disiplin				Bekerjasama			
		BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM	BT	MT	MB	SM
1													

**Keterangan:** BT : Belum Terlihat  
 MT : Mulai Terlihat  
 MB : Mulai Berkembang  
 SM : Sudah Membudaya

Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai

#### 2. Penilaian Pengetahuan (Kognitif)

No	Pertanyaan	Benar	Salah	Nilai
1	Budaya hidup bersih akan membuat badan menjadi sehat	√		3
s/d				
5				

#### Format Penilaian

No	Nama Siswa	Nilai					skor	Nilai	Predikat
		1	2	3	4	5			
1	Boas	3	3	3	3	3	15/15x100	100	Sangat baik

Nilai = Skor perolehan/Skor maksimum x 100

#### 3. Penilaian keterampilan (Psikomotor)

#### Format Penilaian

No	Nama Siswa	Membasahi tangan dan memakai sabun	Menggosok telapak tangan, sela – sela jari dan ujung kuku	Membilas dengan air bersih	Mengeringkan tangan menggunakan tisu atau lap tangan	Predikat
1	Boas	√	√	√	√	Sangat baik
2	Bayu					

Kepala Sekolah  
 SD Negeri 14 Teminabuan

Teminabuan, 4 Mei 2021  
 Guru PJOK

MUH. NUR RUMBUS, S.Pd  
 NIP 196407131985101003

ISWANDI, S.Pd  
 NIP 198605042015051001