

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**TEMA SEHAT ITU PENTING**  
**SUBTEMA MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI**  
**KELAS V SEMESTER I ( SATU )**  
**TAPEL. 2021/2022**



**OLEH :**  
**SITI FATONAH, S Pd SD**  
**NIP. 197208041999032005**

**SDN PAREMONO 4**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
**KORWIL KECAMATAN MUNGKID**  
**KAB MAGELANG**

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )

**Satuan Pendidikan** : SD Negeri Paremono 4  
**Kelas / Semester** : 5 / 1  
**Tema** : 4. Sehat Itu Penting  
**Sub Tema** : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-hari  
**Pembelajaran ke** : 3  
**Alokasi waktu** : 1 kali pertemuan

## A. TUJUAN

1. Setelah mengamati gambar, siswa dapat menyebutkan ciri ciri hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
2. Setelah berdiskusi kelompok, siswa dapat menjelaskan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
3. Setelah mencari informasi, siswa dapat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

## B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Awal (2 Menit)
  - a) Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa
  - b) Guru menyuruh salah satu siswa untuk memimpin do'a.
  - c) Guru Bersama murid meneriakkan yel yel sebagai penyemangat memulai pembelajaran.
  - d) Guru mengingatkan tentang 5M
  - e) Guru memeriksa kebersihan kelas, kerapian berpakaian, posisi tempat duduk disesuaikan dengan kegiatan pembelajaran.
  - f) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.
  - g) Guru mempersiapkan media/ alat peraga / alat bantu berupa gambar pola hidup sehat.
  - h) Bersama-sama menyanyikan lagu ' Aku Anak Sehat '
  - i) Guru mengajukan pertanyaan apersepsi " Siapa yang tadi pagi sarapan ? "  
" Siapa tadi pagi yang mandi terus gosok gigi? "
2. Kegiatan Inti (6 Menit)
  - a) Guru membagi peserta didik menjadi 4 kelompok dan ditunjuk salah satu untuk menjadi ketua..
  - b) Guru menyuruh salah satu murid untuk membagikan LKPD kepada tiap kelompok..
  - c) Peserta didik berdiskusi secara kelompok untuk mengerjakan tugas yang telah diberikan guru.
  - d) Guru memantau dan berkeliling untuk memastikan tidak ada kelompok yang kesulitan memahami soal yang diterima.
  - e) Ketua kelompok dan anggotanya maju di depan kelas untuk mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya.
  - f) Kelompok yang lain ikut menanggapi dan mencocokkan dengan hasil pengerjaan kelompoknya.
  - g) Guru Bersama siswa menyimpulkan dari hasil pengerjaan LKPD.
  - h) Guru memberikan penguatan kepada peserta didik dengan memberikan pertanyaan " Kenapa kita perlu menjaga hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari ?"
  - i) Guru bersama siswa membuat papan kendali kesehatan dan berjanji melakukan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Kegiatan Akhir (2 Menit)
  - a) Guru bersama peserta didik menarik kesimpulan pentingnya menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
  - b) Peserta didik mengerjakan soal evaluasi yang dibagikan oleh guru. Setelah selesai dikumpulkan.
  - c) Guru menutup pembelajaran dengan membaca doa bersama dan mengucapkan salam

## C. PENILAIAN (ASESMEN)

1. Penilaian Pengetahuan melalui tes tertulis
2. Penilaian Sikap sosial melalui lembar observasi
3. Penilaian Keterampilan praktek hidup sehat dengan mengisi kartu kendali kesehatan.

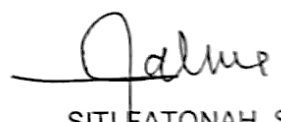
Paremono, 8 November 2021

Mengetahui  
Korwil Disdikbud  
Kec. Mungkid Kab. Magelang



SALAMAH HIDAYATUN, S Pd  
NIP. 196212101983042023

Guru Kelas V



SITI FATONAH, S Pd  
NIP. 197208041999032005

## LAMPIRAN 1

### LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK ( LKPD )

KERJAKAN BERSAMA KELOMPOKMU DENGAN BERDISKUSI .

KELOMPOK.....

KETUA .....

ANGGOTA 1.....

2.....

3.....

4.....

A. Bandingkan kedua gambar di bawah ini !



GAMBAR A



GAMBAR B

Jawablah pertanyaan berikut !

1. Gambar yang manakah yang paling kalian sukai? Mengapa ?
2. Menurut kalian yang manakah gambar kuku yang sehat?
3. Cara apa saja yang bisa kita lakukan agar kuku tetap bersih?
4. Apakah kalian bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari cara menjaga kebersihan kuku ?

B. Bandingkan kedua gambar di bawah ini



GAMBAR A



GAMBAR B

Jawablah pertanyaan berikut !

1. Gambar yang manakah yang paling kalian sukai? Mengapa ?
2. Menurut kalian gambar yang manakah gambar membuang sampah yang sehat?
3. Apa akibatnya jika membuang sampah sembarangan ?
4. Apakah kalian bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari cara membuang sampah yang benar ?

C. Bandingkan kedua gambar di bawah ini



GAMBAR A



GAMBAR B

Jawablah pertanyaan berikut !

1. Gambar yang manakah yang paling kalian sukai? Mengapa ?
2. Menurut kalian yang manakah gambar rumah yang bersih ?
3. Cara apa saja yang bisa kita lakukan agar rumah tetap bersih ?
4. Apakah kalian bisa menerapkan dalam kehidupan sehari-hari cara menjaga kebersihan rumah kalian ?

## LAMPIRAN 2

# PENILAIAN PENGETAHUAN

## SOAL EVALUASI

KERJAKAN SOAL DIBAWAH INI DENGAN TELITI !

1. Sebutkan 3 contoh pola hidup sehat !
2. Jelaskan penerapan pola hidup sehat hari !
3. Bedakanlah ciri orang yang melaksanakan pola hidup sehat dengan yang tidak sehat !
4. Apa akibatnya jika kita makan makanan yang tidak bergizi seimbang ?
5. Mengapa kita harus rajin berolahraga ?

## KUNCI JAWABAN

- 1, Dengan makan makanan yang bergizi/seimbang, berolahraga teratur, istirahat yang cukup
2. Cuci tangan sebelum makan, sarapan setiap pagi, olahraga yang cukup, jangan terlalu banyak begadang
3. Perilaku Sehat adalah suka berolahraga, makan-makanan yang bergizi, menerapkan protok kesehatan Sedangkan yang tidak sehat tidak suka berolahraga, suka merokok, suka bergadang
4. Akibat dari makan makanan yang tidak bergizi seimbang adalah kita akan mengalami kekurangan gizi dan akan menimbulkan penyakit .
5. Supaya otot kita sehat dan badan menjadi sehat juga.

PEDOMAN PENSKORAN.

Skor 0 jika tidak dijawab

Skor 1 jika dijawab tapi jawaban kurang lengkap

Skor 2 jika jawaban benar

Skore maksimal =  $5 \times 2 \times 10 = 100$

### LAMPIRAN 3

## **PENILAIAN SIKAP SOSIAL**

LEMBAR OBSERVASI

DILAKSANAKAN PADA SAAT KEGIATAN PEMBELAJARAN BERLANGSUNG.

NO	KRITERIA	SKOR
1	Keberanian mengungkapkan pendapat	
2	Kerjasama	
3	Semangat / kemauan untuk maju	
4	Presentasi	
5	Disiplin	
	Jumlah skor	
	Nilai = Jumlah skor : 5	

Rentang 0-100

Skor maksimal =  $500 : 5$

= 100

LAMPIRAN 4

**KARTU KENDALI KESEHATAN**

NAMA :

KELAS : V

TANGGAL ;

NO	INDIKATOR	YA	TIDAK	KET
1	Mencuci tangan menggunakan sabun			
2	Memotong Kuku			
3	Sikat gigi			
4	Memakai masker			
5	Makan makanan yang bergizi			
6	Olah raga			
7	Membersihkan kamar sendiri			
8	Membersihkan lingkungan kelas			
9	Menjaga Jarak			
10	Tidak jajan sembarangan			

Paremono,.....

Mengetahui

Guru Kelas V

SITI FATONAH, S Pd

Nip. 197208041999032005