

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 01 Ponolawen  
Kelas / Semester : 5 /1  
Tema : 4. Sehat Itu Penting  
Sub Tema : Peredaran Darahku Sehat  
Topik : Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-hari  
Pembelajaran ke : 5  
Alokasi waktu : 1 JP (10 menit)  
Muatan Pelajaran : SBdP dan IPA

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mencari tahu lagu anak bertangga nada mayor, siswa mampu mengidentifikasi tangga nada secara tepat.
2. Dengan kegiatan mencari tahu contoh tangga lagu bernada mayor dan minor, siswa mampu menentukan tangga nada mayor dan minor dengan benar.
3. Dengan kegiatan menyanyikan lagu bertangga nada mayor dan minor, siswa mampu menyanyikan lagu bertangga nada mayor dan minor.
4. Dengan permainan tebak kuis lagu, siswa mampu membedakan tangga nada mayor dan minor dengan benar.
5. Dengan kegiatan membaca dan penjelasan dari guru, siswa dapat menjelaskan fungsi organ peredaran darah pada manusia dan manfaat kesehatan.
6. Dengan kegiatan melihat gambar, siswa dapat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
<b>Kegiatan Pembukaan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru menyapa siswa dengan mengucapkan salam dan mengawali pembelajaran dengan berdoa dengan dipandu oleh salah satu siswa yang piket pada hari itu secara bergiliran. Dilanjutkan menanyakan kehadiran peserta didik. (<b>Orientasi</b>)</li><li>2. Guru menanyakan kepada siswa tentang keberangkatan siswa menggunakan kendaraan atau jalan kaki.</li><li>3. Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari. (<b>Apersepsi</b>)</li><li>4. Guru menyampaikan materi yang akan dibahas dan manfaat dari pembelajaran untuk kehidupan sehari-hari. (<b>Motivasi</b>)</li></ol>	2 m
<b>Kegiatan Inti</b>	<p><b>Langkah-Langkah Pembelajaran:</b></p> <p><b>Ayo Mencari Tahu</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Siswa mengamati gambar dan membaca narasi di buku siswa hal. 35 tentang tangga nada mayor dan minor dan peserta didik dan mencari informasi mengenai lagu anak-anak pada buku siswa, internet atau sumber lain yang bertangga nada mayor dan minor.</li></ol> <p><b>Ayo Bernyanyi</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>2. Siswa menyanyikan lagu bertangga nada mayor atau minor yang dipilihnya di depan kelas dan alasannya memilih lagu tersebut. (<b>Creativity and Inovation</b>)</li><li>3. Siswa menjawab permainan kuis tebak lagu apakah tangga nada mayor atau minor yang dinyanyikan oleh guru secara sepele dengan benar. Yang berhasil menjawab mendapatkan hadiah tepuk tangan. (<b>Berpikir Kritis</b>)</li></ol> <p><b>Ayo membaca</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Guru menjelaskan mengenai fungsi organ peredaran darah dan pentingnya menjaga kesehatan organ peredaran darah serta dengan menunjukkan gambar-gambar cara menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.</li><li>5. Siswa membaca bacaan yang ada di buku siswa hal 38 mengenai</li></ol>	6 m

	<p>manfaat kesehatan bagi manusia.</p> <p><b>Ayo Menulis</b></p> <p>6. Setelah membaca dan mendapat penjelasan dari guru, siswa menuliskan informasi yang ia dapat dari bacaan. Siswa juga menuliskan jawaban soal berdasarkan bacaan. Kemudian, peserta didik menuliskan jawaban pada tempat yang disediakan.</p> <p><b>Ayo Renungkan</b></p> <p>7. Secara mandiri siswa diminta untuk mengemukakan pendapatnya berdasarkan pemahaman yang sudah didapatkannya</p> <p><b>Mengkomunikasikan</b></p> <p>8. Siswa melakukan tanya jawab dengan guru tentang materi yang telah dipelajari.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Siswa dengan bimbingan guru menyimpulkan secara singkat materi yang dipelajari. (<b>Menyimpulkan</b>)</p> <p>2. Belajar menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan rasa nasionalisme, persatuan, dan toleransi.</p> <p>3. Guru melakukan evaluasi dengan membagikan lembar LKS dan melakukan refleksi dari hasil belajar hari ini.</p> <p>4. Membaca doa dan kegiatan pembelajaran diakhiri</p>	2 m

### **C. PENILAIAN PEMBELAJARAN**

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan dari tes pengetahuan dan tes ketrampilan berdasarkan presentasi, dan unjuk kerja dengan rubrik penilaian.

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

**Joko Siswoyo, S.Pd.SD**  
NIP. 19621003 198304 1004

Ponolawen, 5 Januari 2021

Guru Kelas V

**Kartiyasih, S.Pd.SD**  
NIP. 19820822 200801 2 022

Lampiran  
Mengamati gambar



Membaca dan menulis

Ayo Membaca



**Manfaat Kesehatan bagi Manusia**

Kesehatan memang sangat bermanfaat. Kesehatan dapat membuat kita lebih menghargai hidup. Bagi kehidupan, kesehatan mempunyai manfaat, baik secara langsung maupun tidak langsung.

**Manfaat Kesehatan Secara Langsung**

Ada berbagai manfaat kesehatan yang kita peroleh secara langsung. di antaranya kita dapat melakukan kegiatan sehari-hari dengan semangat tanpa ada gangguan. Kita patut bersyukur karena telah diberikan hikmah dan nikmat kesehatan yang sangat berharga. Berikut adalah manfaat kesehatan yang secara langsung dapat kita nikmati.

1. Mengurangi pengeluaran. Bayangkan jika kamu sedang sakit tentu akan mengeluarkan biaya yang tidak sedikit untuk ke rumah sakit dan membeli obat.
2. Menambah pemasukan. Jika tubuh dalam keadaan sehat alami tentu kita dapat bekerja secara baik dan segar bugar seperti biasa. Hal ini tentu akan menambah pemasukkan dibandingkan kita sedang sakit.
3. Menghemat waktu. Mengapa salah satu manfaat kesehatan adalah untuk menghemat waktu? Hal ini dikarenakan banyaknya kegiatan dan tugas yang akan tertunda jika kita sedang sakit. Bayangkan berapa banyak tugas yang akan tertunda jika kita sakit dan berapa banyak tugas yang akan kita kerjakan jika kita dalam keadaan sehat.

**Manfaat Kesehatan Secara Tidak Langsung**

Manfaat kesehatan secara tidak langsung tidak kalah pentingnya dengan manfaat sehat secara langsung. Manfaat kesehatan secara tidak langsung di antaranya menjernihkan setiap pikiran, tindakan, dan mendorong kita untuk berbuat sesuatu yang positif. Selain itu, beberapa manfaat yang akan kita peroleh secara tidak langsung jika dalam kondisi sehat adalah sebagai berikut.

1. Peluang untuk sukses. Sukses hanya dapat kita peroleh dengan dukungan kesehatan pada diri kita. Kegiatan harian kita tidak akan terganggu jika kita dalam keadaan sehat.
2. Tabungan masa depan. Dengan sehat maka kita akan menabung untuk masa depan kita, tabungan ini dapat berupa kegiatan positif ataupun kegiatan amal yang kita lakukan sehari-hari.
3. Kesempatan untuk berbagi. Kesehatan akan membuat kita lebih menghargai hidup. Oleh karena itu, kita akan diberi kesempatan lebih untuk berbagi antarsesama untuk berbuat pahala.

## Ayo Menulis



1. Informasi apakah yang kamu dapat dari bacaan di atas? Tuliskan pada kolom berikut.

Jawaban: .....

.....

.....

2. Mengapa kesehatan organ peredaran darah itu penting? Bagaimana upaya yang dapat dilakukan supaya organ peredaran darah tetap sehat? Tuliskan dalam kolom berikut.

Jawaban: .....

.....

.....

### Alternatif Jawaban:

1. Informasi yang didapat dari bacaan: Manfaat kesehatan secara langsung dan secara tidak langsung. Manfaat kesehatan secara langsung meliputi mengurangi pengeluaran, menambah pemasukkan, dan menghemat waktu. Sedangkan manfaat kesehatan secara tidak langsung meliputi peluang untuk sukses, tabungan masa depan, dan kesempatan untuk berbagi.
2. a. Pentingnya kesehatan organ peredaran darah: Kesehatan peredaran darah sangat mempengaruhi tubuh kita. Apabila organ peredaran darah terganggu, aliran darah menjadi tidak lancar dan dapat menimbulkan penyakit. Dengan demikian tubuh menjadi tidak sehat.  
b. Upaya yang dilakukan supaya organ peredaran darah tetap sehat: Olahraga dapat membuat organ peredaran darah tetap sehat. Misalnya, untuk menjaga kebugaran jantung, kamu dapat melakukan dengan makan makanan yang bergizi, tidur yang cukup, meluangkan waktu untuk berolahraga selama 30 menit setiap hari. Aktivitas fisik dapat membuat aliran darah dalam tubuh menjadi lancar selain itu dengan bernyanyi juga sangat bermanfaat untuk kesehatan paru-paru dan jantung .

### Rubrik Penilaian IPA

Aspek	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
	4	3	2	1
Tulis: informasi ditulis dengan benar, sistematis dan jelas, yang menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Keseluruhan hasil penulisan sesuai dengan indikator yang sangat baik, di atas rata rata kelas	Keseluruhan hasil penulisan yang benar sesuai indikator penulisan yang baik	Sebagian besar hasil penulisan yang benar sesuai indikator yang cukup baik	Hanya sebagian hasil penulisan yang benar sesuai indikator masih perlu terus ditingkatkan

### Gambar-gambar cara menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dalam menjaga kesehatan organ peredaran darah



### Rubrik Penilaian Menyanyikan lagu

No	Kriteria	Baik Sekali (86-100)	Baik (71-85)	Cukup (61-70)	Perlu Bimbingan ( $\leq 60$ )
1.	Penguasaan lagu	Siswa hafal seluruh syair lagu, irama tepat.	Siswa hafal seluruh syair lagu, irama kurang tepat atau sebaliknya.	Siswa hafal sebagian kecil syair lagu.	Siswa belum hafal syair lagu.
2.	Ekspresi	Mimik wajah dan gerakan sesuai dengan isi lagu	Mimik wajah dan gerakan sesuai dengan isi lagu namun belum konsisten.	Mimik wajah dan gerakan belum sesuai dengan isi lagu	Belum mampu menunjukkan mimik wajah dan gerakan yang sesuai dengan isi lagu

No	Nama Siswa	Kriteria 1				Kriteria 2				JL	NA
		4	3	2	1	4	3	2	1		
1											
2											
3											
4											
5											
dst	dst										

**Nilai Akhir**

$$\frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

## LEMBAR KERJA SISWA

Kelas / Semester : 5 / 1  
Tema : Sehat Itu Penting (Tema 4)  
Sub Tema : Peredaran Darahku Sehat (Sub Tema 1)

---

Nama : Mupel : SBdP  
No Urut : Kelas : V ( Lima )

---

### Petunjuk Umum :

1. Tulislah terlebih dahulu namamu dan nomor urut pada tempat yang disediakan!
  2. Bacalah dengan teliti setiap petunjuk pengerjaan soal!
  3. Kerjakan tugas/ perintah yang ada pada soal!
  4. Periksalah pekerjaanmu sebelum diserahkan kepada Bapak/ Ibu guru!
- 

### Berilah tanda silang (x) pada salah satu huruf A,B,C, atau D pada jawaban yang paling benar !

1. Marcus mendapat tugas untuk menyanyikan dua lagu daerah yang menggunakan tangga nada diatonis mayor. Maka pilihan lagu yang paling sesuai untuk dinyanyikan oleh Marcus adalah . . .
  - A. Ampar-ampar pisang dan Es lilin
  - B. Es lilin dan Anak kambing saya
  - C. Bangun pemuda pemuda dan Maju tak gentar
  - D. Ampar-ampar pisang dan Anak kambing saya
2. Lagu anak-anak yang menggunakan tangga nada diatonis mayor adalah ....
  - A. Kasih ibu dan Desaku
  - B. Bintang kecil dan Kasih ibu
  - C. Desaku dan Paman datang
  - D. Bintang kecil dan Paman datang
3. Lagu Berkibarlah Benderaku memiliki nuansa ceria, semangat dan menyenangkan. Dari ciri – ciri tersebut, maka lagu Berkibarlah Benderaku menggunakan tangga nada ....
  - A. diatonis mayor
  - B. diatonis minor
  - C. pentatonis mayor
  - D. pentatonis minor
4. Di kelas 5, kamu diminta gurumu untuk menyanyikan dua lagu daerah yang menggunakan tangga nada diatonis minor, maka pilahan lagu yang paling tepat kamu nyanyikan adalah ....
  - A. Apuse dan Ampar-ampar pisang
  - B. Apuse dan O ina ni keke
  - C. Burung kakatua dan O ina ni keke
  - D. Kampuang nan jauh di mato dan Yamko rambe yamko
5.
  1. Kasih ibu
  2. Nina bobo
  3. Balonku
  4. Abang tukang bakso

Dari lagu-lagu anak tersebut di atas, yang menggunakan tangga diatonis minor adalah....

- A. 1 dan 3
- B. 2 dan 3
- C. 1 dan 2
- D. 3 dan 4

### KUNCI JAWABAN PILIHAN GANDA

KUNCI	KD
1. D	3.2
2. D	3.2
3. A	3.2
4. B	3.2
5. C	3.2

### PEDOMAN PENSKORAN

PILIHAN GANDA	
No. Soal	SKOR
1	20
2	20
3	20
4	20
5	20
<b>Skor Max</b>	100

Jml skor	x	100	=	NA
100				

**KISI-KISI SOAL LEMBAR KERJA SISWA SEKOLAH DASAR  
TAHUN PELAJARAN 2021 / 2022**

Mata/ Muatan Pelajaran : SBdP  
 Kelas : V (Lima)  
 Semester : I ( Ganjil )  
 Soal PG : 5 butir

NO.	KOMPETENSI DASAR	MATERI	INDIKATOR SOAL	LEVEL KOGNITIF	BENTUK DAN SOAL		
					PG	ISIAN	URAIAN
1	2	3	5		6	7	8
	3.2 Memahami tangga nada	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Tangga nada diatonis mayor</li> <li>➤ Tangga nada diatonis minor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik menyebutkan lagu daerah yang menggunakan tangga nada diatonis mayor.</li> </ul>	L 1	1		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik menyebutkan lagu anak-anak yang menggunakan tangga nada diatonis mayor.</li> </ul>	L 1	2		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik menyebutkan jenis tangga nada yang digunakan dari ciri-ciri yang dijabarkan dalam uraian.</li> </ul>	L 1	3		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik menyebutkan lagu daerah yang menggunakan tangga nada diatonis minor dari uraian cerita yang dijabarkan.</li> </ul>	L 1	4		
			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik menyebutkan lagu anak-anak yang menggunakan tangga nada diatonis minor.</li> </ul>	L 1	5		