



NOVALIA ARISKA, S.Pd.,Gr.

CALON KEPALA SEKOLAH PROGRAM SEKOLAH PENGGERAK 2021

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Sequoia Nasional Plus Kota Bandung
Kelas / Semester	: 5 / 1
Tema 4	: Sehat Itu Penting
Sub Tema 3	: Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah
Pembelajaran ke	: 1
Alokasi Waktu	: 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Setelah mendengarkan penjelasan menggunakan media gambar dan torso anatomi manusia, siswa dapat membuat peta pikiran mengenai cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan mandiri dan percaya diri. **(HOTS)**

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Pendahuluan

- Guru dan siswa saling memberi dan menjawab salam serta menyampaikan kabar sambil memeriksa kehadiran siswa.
- Kelas dilanjutkan dengan berdoa. Doa dipimpin oleh siswa yang bergabung pada zoom meeting paling awal. **(PPK: Disiplin dan Religius)**
- Guru memberikan kejutan dengan membuka penutup torso anatomi manusia lalu bertanya kepada siswa mengenai jantung sebagai salah satu organ peredaran darah. **(Apersepsi, Literasi, Penggunaan media konkret)**
- Setelah guru memberikan apersepsi sebagai bekal pelajaran berikutnya, guru mengaitkannya dengan menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai. **(Communication)**

2. Kegiatan Inti

- Guru menampilkan gambar gangguan peredaran darah yaitu jantung koroner, hipertensi dan varises pada papan tulis dan siswa diminta untuk mengamati, mendiagnosis dan menganalisis. **(Problem statement, Saintifik, Literasi Digital, Pertanyaan Pemantik, Stimulation, C4-HOTS, Kontekstual)**
- Guru meminta siswa untuk mendiagnosis apakah siswa atau salah satu keluarganya pernah memiliki salah satu dari gangguan/penyakit tersebut. **(4C-Critical Thinking, Reflective Thinking, memanfaatkan permasalahan kehidupan nyata yang menarik dan relevan dengan materi ajar, serta karakteristik siswa)**
- Guru dan siswa melakukan diskusi dan tanya jawab serta membuat data hasil analisis mengenai penyakit pada gambar dan cara mencegahnya. **(4C-Communication, Collaboration, Data collection, Data Processing, Verification)**
- Siswa bersama-sama dengan guru memperjelas pengetahuan yang diperoleh melalui diskusi tentang mengenai cara mencegah gangguan kesehatan pada peredaran darah. **(Comunication, Collaboration, Creating-4C, Data Processing, Verification)**
- Guru dan siswa bersama-sama menarik simpulan/generalisasi mengenai pengetahuan yang sudah didapat hari ini. **(Generalization)**
- Guru memberikan umpan balik positif dan penguatan dalam bentuk lisan serta pemberian poin/bintang untuk seluruh siswa yang telah berperan aktif dalam proses pembelajaran. **(Apresiasi)**

3. Penutup

- Sebelum pelajaran ditutup guru meminta siswa melakukan refleksi mengenai kegiatan hari ini. Kegiatan refleksi berikut ini (**Critical Thinking and Communication-4C**):
 - ✓ Apa yang telah kamu pelajari hari ini?
 - ✓ Apa yang paling kalian sukai dari pembelajaran hari ini?
 - ✓ Apa yang belum kalian pahami pada pembelajaran hari ini?
- Guru menginformasikan evaluasi pembelajaran yang akan dikerjakan siswa yaitu mengerjakan **LKPD** yang telah disiapkan dan akan dikumpulkan pada pertemuan selanjutnya. (**Evaluasi/Penilaian/Tindak Lanjut**).
- Guru menginformasikan rencana kegiatan pembelajaran untuk pertemuan selanjutnya. (**Tindak Lanjut**)
- Secara bersama-sama guru dan siswa menutup pelajaran dengan membaca doa serta mengucapkan salam (**PPK-Religius**).

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Sikap

- Dinilai dari keaktifan dan kesopanan dalam berkomunikasi selama proses pembelajaran.
- Dinilai dari adanya rasa disiplin, tanggung jawab, percaya diri, rasa ingin tahu, mandiri dan pantang menyerah siswa dalam proses pembelajaran.

2. Pengetahuan

- Dinilai dari pengetahuan tentang cara memelihara kesehatan organ peredaran darah serta melalui: Proses diskusi, tanya jawab, pemberian tugas siswa (**LKPD**)

3. Keterampilan

- Dinilai dari keterampilan dalam:
 - ❖ Membuat serta menjelaskan peta pikiran mengenai cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia yang sudah dibuat oleh masing-masing siswa.
 - ❖ Kemampuan mengemukakan pendapat, dan keterampilan dalam berdiskusi.

Bandung, 8 April 2021
Kepala SD Sequoia Nasional Plus



Novalia Ariska, S.Pd.,Gr.
NUPTK 0737770671130032



LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK 1 (LKPD)

Kelas/Semester : V/1
Tema 4 : Sehat itu Penting
Subtema 3 : Cara Memelihara Organ Peredaran Darah Manusia
Pembelajaran : 1
Alokasi Waktu : 30 Menit
Identitas Siswa

Nama	:	
Kelas	:	

NILAI

A. Judul Kegiatan:

Membuat peta pikiran mengenai cara memelihara organ peredaran darah manusia.

B. Tujuan Kegiatan:

Setelah mendengarkan penjelasan menggunakan media gambar dan torso anatomi manusia, siswa dapat membuat peta pikiran mengenai cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan mandiri dan percaya diri.

C. Ringkasan Materi

CARA MEMELIHARA KESEHATAN ORGAN PEREDARAN DARAH MANUSIA:



Agar alat peredaran kita dapat bekerja dengan baik pada saat mengedarkan oksigen dan sari-sari makanan ke seluruh tubuh maka kita perlu menjaga dan memeliharanya dengan baik. Hal ini juga dapat mencegah munculnya penyakit atau gangguan yang menyerang alat peredaran darah tersebut.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk memelihara alat peredaran darah kita adalah dengan melakukan pola hidup yang sehat. Beberapa upaya lainnya yang dapat dilakukan di antaranya adalah sebagai berikut:

- ✓ Olahraga secara teratur
Olahraga dapat meningkatkan daya tahan tubuh kita terhadap berbagai penyakit. Selain itu, olahraga juga dapat membuat jantung yang merupakan alat peredaran darah dapat berfungsi dengan baik.
- ✓ Menghindari makanan berlemak
Lemak di dalam darah dapat mengakibatkan penyempitan pembuluh darah. Akibat penyempitan pembuluh darah akan timbul penyakit jantung dan pendarahan otak
- ✓ Konsumsi buah dan sayur
- ✓ Menghindari rokok dan minuman beralkohol
Zat-zat yang terkandung di dalam rokok dapat menyebabkan penyakit jantung. Selain merokok, konsumsi minuman beralkohol juga dapat mempengaruhi alat peredaran darah. Jumlah alkohol yang terlalu banyak di dalam darah dapat mengakibatkan tubuh menjadi lemah dan mudah terserang penyakit.
- ✓ Makan makanan yang bergizi cukup dan seimbang
- ✓ Tidur dan istirahat yang cukup
- ✓ Minum air putih 8 gelas per hari

D. Alat bahan, dan media:

Pensil, penghapus, penggaris, Pensil warna.

E. Langkah Kegiatan

- Sebelum memulai kegiatan, ananda disarankan duduk dengan posisi yang tegap dan berdoa terlebih dahulu.
- Siapkan alat bahan dan media yang dibutuhkan untuk membuat peta pikiran cara memelihara kesehatan organ peredaran darah..
- Gambar dan warnailah peta pikiran yang dibuat agar menjadi lebih menarik pada lembar Jawaban yang disediakan.
- Selamat mengerjakan!



**SELAMAT
MENERJAKAN**

LEMBAR JAWABAN PESERTA DIDIK

Nama	:	
Kelas	:	