

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : SD Negeri 2 Deggungan
Kelas / Semester : 5 / 1
Tema : 3. Makanan Sehat
Sub Tema : 2. Pentingnya Makanan Sehat Bagi Tubuh
Pembelajaran ke : 2
Alokasi waktu : 10 Menit
Muatan Terpadu : IPA, Bahasa Indonesia, SBdP

A. TUJUAN

1. Dengan membaca teks bacaan, siswa mampu mencari informasi tentang penyebab gangguan pada organ pencernaan
2. Dengan berdiskusi bersama kelompok, siswa mengidentifikasi ciri-ciri bahasa iklan.
3. Dengan mencermati teks bacaan, siswa mencari informasi tentang properti tari.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">➤ Guru mengkondisikan kelas, mengucapkan salam menanyakan kabar siswa dan mengecek kehadiran siswa.➤ Berdo'a bersama dipimpin oleh salah seorang siswa yang datangnya paling awal.➤ Guru mengecek kehadiran siswa dan mengingatkan tentang 5 M (prokes covid-19)➤ Menyanyikan lagu nasional "Garuda Pancasila" dipimpin oleh salah satu siswa.➤ Guru menyampaikan tujuan pembelajaran➤ Guru mengajukan pertanyaan apersepsi "Siapa yang tadi pagi sudah makan"?➤ Siswa membaca buku materi non pelajaran selama 1 menit	2 Menit
Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none">➤ Guru Menjelaskan tentang makanan sehat dan gangguan pencernaan (diare) karena makanan yang tercemar. Guru juga menjelaskan tentang iklan dan properti tari.➤ Yel-yel Tepuk semangat➤ Melalui pengamatan gambar siswa dapat membedakan makanan sehat dan tidak sehat.➤ Siswa melihat gambar perilaku hidup bersih dan sehat➤ Siswa dibagi menjadi 3 kelompok➤ Siswa mendiskusikan tentang penyebab gangguan pencernaan (diare),➤ Siswa mempresentasikan hasil diskusi kelompoknya masing-masing di depan kelas.➤ Siswa mengerjakan lembar evaluasi	6 Menit
Kegiatan Penutup	<ul style="list-style-type: none">➤ Guru memberikan apresiasi atas hasil kerja siswa➤ Guru melakukan refleksi pembelajaran➤ Guru bersama siswa menarik kesimpulan.➤ Menyampaikan pelajaran untuk hari berikutnya➤ Menutup pembelajaran dengan membaca do'a bersama dan mengucapkan salam	2 Menit

C. PENILAIAN (ASSESMEN)

1. Penilaian Pengetahuan melalui tes tertulis
2. Penilaian Sikap sosial melalui jurnal
3. Penilaian Keterampilan Presentasi

PENDEKATAN DAN METODE :

- Pendekatan : Scientific
- Strategi : Cooperative Learning
- Teknik : Example Non Example
- Metode : Penugasan, Pengamatan, Tanya Jawab, Diskusi dan Cerama.

SUMBER DAN MEDIA :

1. Buku Pedoman Guru Tema 3 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 3 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).
2. Buku teks, gambar-gambar makanan, bacaan tentang gangguan organ pencernaan, contoh-contoh iklan baik media cetak maupun elektronik, gambar dan artikel tentang properti tari

Mengetahui
Kepala Sekolah

Denggungan, 19 Nopember 2021
Calon Kepala Sekolah Penggerak

Husen, S.Pd.SD
NIP.19690623 199502 1 001

Husen, S.Pd.SD
NIP.19690623 199502 1 001

MATERI AJAR

- ❖ Makanan sehat adalah makanan yang bergizi dan tidak tercemar oleh bibit penyakit.
- ❖ Tujuan dari mengkonsumsi makanan sehat adalah untuk menjaga kesehatan tubuh supaya sehat dan tidak mudah terserang penyakit..
- ❖ Manfaat dari makanan sehat :
 1. Meningkatkan daya tahan tubuh
 2. Membuat pikiran lebih fresh dan tubuh lebih fit
 3. Membuat tidur lebih berkualitas
 4. Membuat penampilan lebih segar
- ❖ Cara mengkonsumsi makanan seimbang :

1. Menjaga pola makan bergizi seimbang

Konsumsi makanan yang memenuhi standar kesehatan adalah harus bisa memenuhi kebutuhan tubuh. Untuk itu kita harus mengetahui tentang makanan yang dibutuhkan oleh tubuh.

2. Makan tepat waktu

Biasakanlah makan tepat waktu secara rutin yaitu pagi, siang, dan malam.

3. Makanlah ketika masih segar

Mengkonsumsi makanan hendaknya ketika masih baru (belum kedaluarsa).

4. Kelengkapan 4 sehat 5 sempurna

Hendaknya selalu mengkonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat (nasi, jagung, roti), protein/lemak (lauk), vitamin dan mineral (sayur-sayuran, buah-buahan) dan susu.

RUBRIK PENILAIAN

1. Diskusi

Guru menilai siswa saat diskusi dengan menggunakan rubrik.

Kriteria	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan (1)
Mendengarkan	Selalu mendengarkan teman yang sedang berbicara. ()	Mendengarkan teman yang berbicara, namun sesekali masih perlu diingatkan. ()	Masih perlu diingatkan untuk mendengarkan teman yang sedang berbicara. (✓)	Sering diingatkan untuk mendengarkan teman yang sedang berbicara, namun tidak mengindahkan. ()
Komunikasi nonverbal (kontak mata, bahasa tubuh, postur, ekspresi wajah, suara).	Merespons dan menerapkan komunikasi nonverbal dengan tepat. ()	Merespons dengan tepat terhadap komunikasi nonverbal yang ditunjukkan teman. (✓)	Sering merespons kurang tepat terhadap komunikasi nonverbal yang ditunjukkan teman. ()	Membutuhkan bantuan dalam memahami bentuk komunikasi nonverbal yang ditunjukkan teman. ()

Kriteria	Sangat Baik (4)	Baik (3)	Cukup (2)	Perlu Pendampingan (1)
Partisipasi (menyampaikan ide, perasaan, pikiran)	Isi pembicaraan menginspirasi teman. Selalu mendukung dan memimpin lainnya saat diskusi. ()	Berbicara dan menerangkan secara rinci, merespons sesuai dengan topik. ()	Berbicara dan menerangkan secara rinci, namun terkadang merespons kurang sesuai dengan topik. ()	Jarang berbicara selama proses diskusi berlangsung. (✓)

Catatan : Centang (✓) pada bagian yang memenuhi kriteria.

Penilaian : $\frac{\text{total skor perolehan}}{\text{total skor maksimal}} \times 10$

Contoh : $\frac{2+3+1}{12} = \frac{6}{12} \times 10 = 5$

Jurnal

No	Tanggal	Nama Siswa	Catatan Prilaku	Butir Sikap	Tindak Lanjut

PENILAIAN PENGETAHUAN

NO	NAMA SISWA	NILAI	KETUNTASAN		KET
			Tuntas	Tidak tuntas	

LEMBAR KERJA

Diskusikanlah bersama dengan teman sekelompokmu !

A Membandingkan gambar



A



B

Jawablah pertanyaan berikut !

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

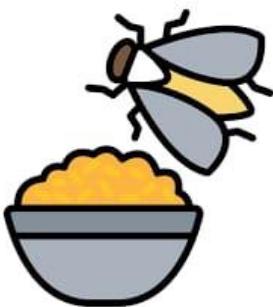
B. Perhatikan gambar di bawah ini



Jawablah pertanyaan berikut !

1. Pada Gambar diatas yang manakah yang banyak mengandung vitamin C?
2. Menurut kalian yang manakah yang termasuk kacang-kacangan pada gambar diatas?
3. Manakah yang termasuk sayur-sayuran pada gambit di atas ?
4. Makanan Apa saja yang banyak mengandung protein dan lemak pada gambar diatas?

C. Makna tersirat dari gambar



Jawablah pertanyaan berikut !

1. Gambar diatas mengandung pesan
2. Menurut kalian pada gambar diatas apakah termasuk makanan sehat?
3. Mengapa makanan tersebut tidak baik untuk di makan?
4. Apa akibatnya jika makanan tersebut kita makan?
5. Kalau kita sering terlambat makan akan mengakibatkan penyakit

LEMBAR DISKUSI SISWA

Nama Sekolah :
Kelas :
Kelompok :
Anggota :

1. Makna apa yang tersirat dalam iklan di bawah ini ;



A



B

HASIL DISKUSI

Gambar A :

Gambar B :

2. Sebutkan nama property tari yang ada pada gambar di bawah ini !

Nomor	Gambar	Nama Gambar
1		
2		
3		
4		
5		

Nama :.....
No Absen :.....
Kelas :.....

SOAL EVALUASI

Berilah tanda silang (X) Huruf a, b, c, dan d pada jawaban yang benar!

1. Salah satu ciri makanan yang sehat adalah

 - a. Harganya mahal
 - b. Bersih
 - c. Berwarna warni
 - d. Dingin

2. Makanan yang sudah dihindari lalat dapat menimbulkan sakit.....

 - a. Kepala
 - b. Kaki
 - c. Perut
 - d. Tangan

3. Makanan yang sudah kedaluwarga, dapat menimbulkan....

 - a. Keracunan
 - b. Batuk
 - c. Influenza
 - d. Tipes

4. Kriteria air minum yang sehat adalah.....

 - a. Air yang bebas dari racun/bibit penyakit dan cukup mengandung mineral
 - b. Air yang bebas dari racun/bibit penyakit dan tidak mengandung mineral
 - c. Air yang mengandung racun/bibit penyakit dan cukup mengandung mineral
 - d. Air yang tidak mengandung racun/bibit penyakit dan tidak mengandung mineral

5. Yang termasuk 4 sehat 5 sempurna terdiri dari dari.....

 - a. Nasi, ikan, sayur kerupuk dan buah-buahan.
 - b. Jagung, daging, sayur, es teh, dan buah-buahan
 - c. Nasi, telur, sayur, buah-buahan dan susu
 - d. Singkong, udang, sayur buah-buahan dan es krim.

Nama Pembuat RPP : HUSEN, S.Pd.SD
Nama Sekolah : SD Negeri 2 Denggungan
Surel Pembuat RPP : husenupikas@gmail.com
RPP untuk jenjang : SD kelas 5
Topik/Tema Pembelajaran : Makanan Sehat

.

