

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SDN SINDANG III
Mata Pelajaran : PJOK
Materi Pokok : Menjaga Kebersihan Diri
Kelas/Semester : I / 1
Pembelajaran ke : 1
Alokasi Waktu : 10 menit

A. Kompetensi Dasar dan Indikator Pembelajaran

Kompetensi Dasar	Indikator Pembelajaran
3.8 Memahami bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya dan kebersihan pakaian.	3.8.3 Memahami cara menjaga kebersihan diri (kuku, tangan, dan rambut).
4.8 Menceritakan bagian-bagian tubuh, bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain, cara menjaga kebersihannya dan kebersihan pakaian.	4.8.3 Menceritakan cara menjaga kebersihan diri (kuku, tangan, dan rambut).

B. Tujuan Pembelajaran

1. Melalui pengamatan video dan eksplorasi, peserta didik dapat memahami cara menjaga kebersihan diri (kuku, tangan, dan rambut) dengan benar dan tepat.
2. Melalui pengamatan dan eksplorasi, peserta didik dapat menceritakan cara menjaga kebersihan diri (kuku, tangan, dan rambut) dengan benar dan tepat.

C. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Langkah-langkah Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru memberi salam, mengontrol kehadiran/kesiapan peserta didik dan diteruskan dengan kegiatan berdoa.2. Guru memberikan ulasan mengenai pembelajaran sebelumnya (bagian tubuh yang boleh dan tidak boleh disentuh orang lain)3. Penyampaian tentang tujuan pembelajaran, dan instruksi belajar & pesan-pesan karakter pelajar Pancasila.	2 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru menampilkan gambar orang yang bersih dan tidak bersih (rambut, kuku, dan badan)2. Guru menyajikan tayangan video mengenai cara menjaga kebersihan diri.3. Berdasarkan tayangan video, guru membimbing peserta didik menjelaskan	6 menit

Kegiatan	Langkah-langkah Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>mengenai cara-cara menjaga kebersihan diri yaitu kuku, tangan, dan rambut.</p> <p>4. Guru menyajikan alat yang dapat digunakan untuk menjaga kebersihan diri (seperti: gunting kuku, sabun, shampo.</p> <p>5. Guru membagi siswa dalam 3 kelompok yaitu kelompok kuku, tangan, dan rambut. Setiap kelompok ditugaskan untuk menceritakan dan mempraktekkan cara menjaga kebersihan diri.</p> <p>6. Perwakilan setiap kelompok maju ke depan kelas untuk menceritakan dan mempraktekkan cara menjaga kebersihan diri.</p>	
Penutup	<p>1. Guru melakukan evaluasi pembelajaran.</p> <p>2. Guru memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran</p> <p>3. Guru menyampaikan rencana kegiatan pembelajaran pada pertemuan berikutnya.</p> <p>4. Guru menutup pembelajaran.</p>	2 menit

D. Sumber Belajar dan Media Pembelajaran

- Hendrifiana, Yusfina dkk. 2017. *Tema 1: Diriku Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013: Buku Guru SD/MI Kelas I*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hendrifiana, Yusfina dkk. 2017. *Tema 1: Diriku Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013: Buku Siswa SD/MI Kelas I*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Media Pembelajaran: video, gunting kuku, shampo, sabun.

E. Penilaian

Pengetahuan	Keterampilan
<ul style="list-style-type: none"> • Teknik penilaian: tes formatif (tulisan) • Instrumen : Soal tes tulis 	<ul style="list-style-type: none"> • Teknik penilaian: penilaian kinerja. • Instrumen: rubrik penilaian kinerja.



Kepala SDN Sindang III,

Eti Sri Mulyani, S.Pd.
NIP. 196704272007012006

Sumedang, 6 Januari 2022
Guru PJOK,


Wandani Wibawa, S.Pd., Gr.
NIP. 19890812 202012 1 002

LAMPIRAN PENILAIAN

1. Soal Tes Tertulis

Lengkapi bacaan berikut dengan benar dan tepat!

Pergi ke Pesta Siaga

Besok Andi akan pergi mengikuti pesta siaga. Dia sangat senang karena akan berlatih Pramuka bersama teman-temannya. Hari ini Andi bersama ibu merapikan perlengkapan untuk pesta siaga. Melihat kuku Andi yang sudah sedikit panjang, ibu bergegas mengambil untuk memotong kuku Andi. Ibu menasehati Andi agar memotong kuku setidaknya kali dalam seminggu. Ibu juga memberitahu Andi untuk selalu menjaga kebersihan rambut dengan mencucinya memakai Selain itu Andi juga harus mandi kali dalam sehari dan menggunakan.....agar kebersihan badannya tetap terjaga sehingga terhindar dari penyakit.

No	Kunci Jawaban	Skor	Keterangan
1.	Gunting kuku	2	Nilai akhir = $\frac{\text{skor aktual}}{10} \times 100$
2.	Satu	2	
3.	Shampo	2	
4.	Dua	2	
5.	Sabun	2	

2. Rubrik Penilaian Kinerja

Keterampilan	Sangat Baik	Baik	Cukup	Perlu Pendampingan
Menjelaskan cara menggosok gigi	Menyikat gigi menggunakan sikat gigi sesuai dengan usia siswa, menyikat gigi menggunakan pasta gigi, menyikat gigi bagian depan dan belakang, berkumur-kumur setelah selesai menyikat gigi.	Hanya memenuhi 3 kriteria	Hanya memenuhi 2 kriteria	Hanya memenuhi 1 kriteria
Menjelaskan cara merawat kebersihan tubuh	Mandi dua kali sehari, menggunakan sabun, membas tubuh dengan air hingga bersih, menggunakan pakaian yang bersih.	Hanya memenuhi 3 kriteria	Hanya memenuhi 2 kriteria	Hanya memenuhi 1 kriteria
Menjelaskan cara kebersihan merawat rambut	Keramas minimal dua hari sekali, menggunakan shampoo, membas rambut hingga bersih, memotong rambut secara berkala.	Hanya memenuhi 3 kriteria	Hanya memenuhi 2 kriteria	Hanya memenuhi 1 kriteria