

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN 1 CIBODAS
Kelas/ Semester : 5 (lima)/ 1 (satu)
Tema : Sehat Itu Penting (tema 4)
Sub Tema : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia
(Sub Tema 3)
Pembelajaran ke : 1 (Satu)
Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui pengamatan dan tanya jawab peserta didik dapat mengidentifikasi tentang penyebab gangguan organ peredaran darah manusia
2. Dengan berdiskusi dan tanya jawab peserta didik dapat menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

1. Kegiatan Pendahuluan : (3 menit)
 - a. Membaca doa dilanjutkan mengabsen siswa
 - b. Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dalam pengalaman sehari-hari peserta didik.
 - c. Menyampaikan tujuan pembelajaran.
 - d. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari.
2. Kegiatan Inti (5 menit)
 - a. Penjelasan materi pembelajaran dengan menunjukkan alat peraga gambar.
 - b. Pembagian kelompok
 - c. Membimbing dan mengarahkan siswa dalam kerja kelompok.
 - d. Mempresentasikan hasil kerja peserta dan memberikan kesempatan kepada kelompok lain untuk menanggapi.
 - e. Melakukan evaluasi yang berkaitan dengan materi penerapan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
3. Kegiatan Penutup (2 menit)
 - a. Mengadakan penguatan dan menyimpulkan materi pembelajaran
 - b. Memberikan tugas untuk membuat jadwal kegiatan harian selama tiga hari kedepan dengan melakukan penerapan hidup sehat.
 - c. Melakukan refleksi
 - d. Berdoa, dipimpin oleh salah seorang siswa.

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN (lihat lampiran)

1. Mengamati perilaku siswa selama pembelajaran berlangsung(keaktifan siswa)
2. Penilaian pengetahuan berupa butir soal.
3. Presentasi unjuk kerja dengan rubrik penilaian

Kepala Sekolah,



Ninung Komariah
NIP 196705051992122001

Bandung Barat, 7 Maret 2021
Guru Kelas 5,



Ninung Komariah
NIP 196705051992122001

LAMPIRAN

A. MATERI PEMBELAJARAN

Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Sistem peredaran darah, berperan penting dalam kesehatan manusia. Sistem tersebut terdiri dari atas organ peredaran darah, yaitu jantung dan pembuluh darah yang bekerja untuk mengangkut oksigen dan nutrisi lain ke semua organ dan jaringan di tubuh.

Jantung sangat berperan dalam peredaran darah manusia, yaitu sebagai pemompa. Sedangkan berfungsi sebagai pengangkut makanan dan berbagai zat sisa-sisa metabolisme tubuh.

Peredaran darah sangat erat kaitannya dengan kerja dari jantung. Semakin baik kondisi jantung, maka peredaran darah di dalam tubuh juga menjadi semakin baik. Pembuluh darah dan jantung bertanggung jawab untuk mengalirkan darah yang mengandung nutrisi, oksigen, hormon, dan gas-gas lain.

Namun demikian, tidak semua orang memiliki kondisi peredaran darah yang normal dan dapat berfungsi dengan baik. Ada beberapa orang yang memiliki kelainan dan juga penyakit yang berhubungan dengan peredaran darah mereka. Beberapa penyebab yang dimaksud seperti

1. Faktor keturunan, obesitas,
2. Pengaruh timbulnya suatu penyakit kronis,
3. Gaya hidup tidak sehat,
4. Karena asap rokok, baik pada perokok aktif maupun perokok pasif.

Organ peredaran darah memegang peranan penting dalam kelangsungan hidup manusia. Oleh karena itu, sudah seharusnya setiap orang menjaga dan mencegah terjadinya gangguan-gangguan terhadap organ peredaran darah dalam tubuh. Bagaimanakah caranya?

Berdasarkan penyebab yang ada, dapat diidentifikasi cara mencegah timbulnya penyakit seperti berikut:

1. Berolahraga secara teratur.
2. Tidur yang cukup.
3. Atur pola makan.
4. Hindari asap rokok, baik sebagai perokok aktif maupun perokok pasif.

B. METODE PEMBELAJARAN

1. Pendekatan : Saintifik
2. Metode : Ceramah, tanya jawab, diskusi kelompok dan penugasan.

C. PENILAIAN PROSES DAN HASIL BELAJAR

1. Lembar Pengamatan Sikap Siswa

No	Nama	Perubahan Sikap											
		Keaktifan				Ketelitian				Percaya Diri			
		SB	B	C	PB	SB	B	C	PB	SB	B	C	PB
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1
1.													
2.													
3.													
4	Dst.												

2. Mengukur pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mengidentifikasi cara memelihara organ peredaran darah manusia.

a. Rubrik Mempresentasikan Berbagai Gangguan Organ Peredaran Darah

Aspek	Sangat Baik	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Menjelaskan berbagai penyebab gangguan organ peredaran darah manusia dan mengetahui cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia	Mengatahui empat macam penyebab gangguan organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah. manusia dengan benar	Menjelaskan tiga macam penyebab gangguan organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Menjelaskan dua macam penyebab gangguan organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia dengan benar	Belum dapat menjelaskan penyebab gangguan organ peredaran manusia dan menjelaskan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.
Menyajikan bagan untuk menjelaskan cara memelihara organ peredaran darah .	Menyajikan secara sistematis dengan bahasa indonesia yang baik dan benar	Menyajikan cukup sistematis	Menyajikan kurang sistematis	Belum dapat menyajikan secara sistematis

Lembar Kerja Peserta Didik

Nama :.....

No urut :.....

Lengkapi tabel di bawah ini

Banyak contoh penyakit yang dapat mengganggu organ peredaran darah. Sekarang, tugas kamu untuk mencari contoh penyakit yang bisa mengganggu organ peredaran darah manusia beserta cara pencegahannya. Kamu bisa mencari informasi tersebut dari berbagai sumber bacaan, termasuk internet. Tuliskan hasilnya dalam bentuk tabel seperti berikut!

No.	Penyakit	Cara Pencegahannya
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

D. SUMBER DAN MEDIA PEMBELAJARAN

1. Buku Pedoman Guru Tema 1 Kelas 5 dan Buku Siswa Tema 1 Kelas 5 (Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).
2. Gambar kegiatan yang dapat memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.
3. Buku, teks bacaan, dan alat tulis seperti pensil dan pulpen.