

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Satuan Pendidikan : **SDN 1 SINDANGSARI**
 Muatan Pelajaran : **PJOK**
 Kelas / Semester : **III / 1 (Ganjil)**
 Tema 4 : **Kewajiban dan Hakku**
 Sub Tema 3 : **Kewajiban dan Hakku Dalam Bertetangga**
 Materi Pembelajaran : **Makanan Sehat**
 Pembelajaran ke : **4**
 Alokasi waktu : **1 x Pertemuan (10 menit)**

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan memahami saran-saran memilih makanan sehat, siswa dapat menjelaskan manfaat memilih makanan bergizi untuk menjaga kesehatan tubuh dengan tepat.
2. Dengan berdiskusi tentang manfaat memilih makanan yang sehat, siswa dapat menceritakan manfaat memilih makanan yang sehat untuk menjaga kesehatan tubuh dengan percaya diri.
3. Dengan mengamati gambar siswa dapat membedakan mana makanan yang sehat dan baik bagi tubuh dan mana yang berbahaya bagi tubuh.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

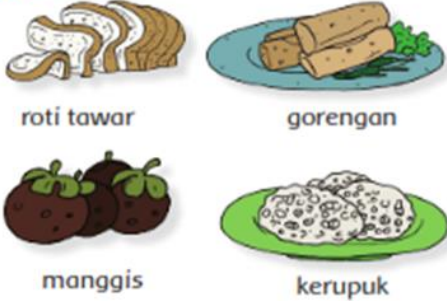
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru melakukan pembukaan dengan salam dan Dilanjutkan dengan membaca do'a bersama sama dan dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa (Orientasi) 2. Mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari dan diharapkan dikaitkan dengan pengalaman peserta didik. (Apersepsi) 3. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Motivasi) 	2 Menit
(Model Pembelajaran Pendekatan Saintifik)		
Kegiatan Inti	<p>Langkah-Langkah kegiatan Pembelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa bertanya jawab tentang apa saja yang mereka makan kemarin. Meminta siswa memberikan pendapat mana makanan yang layak dikonsumsi dan mana yang tidak, (Menanyakan) 2. Siswa mengeluarkan salah satu jajanan yang dibawanya yang masih utuh dengan kemasan. (tugas membawa jajanan di berikan saat pembelajaran sebelumnya). (mencoba) 3. Siswa diberi kesempatan menceritakan jajanan yang dibawanya dan kemasanya kepada teman disebelahnya , siswa bercerita tentang makanan apa yang ia bawa, apakah makanan itu baik untuk kesehatan mereka, bagaimana makanan itu dikemas, apakah kemasanya baik untuk kesehatan (Mengumpulkan Informasi) 	6 Menit

4. Siswa bercerita secara bergantian
5. Beberapa siswa mendapat kesempatan menceritakan makanan yang dibawa temannya (**Mengolah Informasi**)

Amatilah kemasan jajan di bawah ini!
Kemasan jajan mana yang menurutmu paling baik?
Ceritakan pengalamanmu ketika mengamati kemasan jajanmu!
Apakah makanan itu baik untuk kesehatanmu?



6. Siswa mencoba menjelaskan dan memilih kemasan yang baik bagi kesehatan. (**Mengkomunikasikan**)
7. Mintalah siswa membaca teks pengantar kegiatan pada buku. Mintalah mereka mengamati gambar yang ada. Mintalah siswa menyampaikan saran makanan yang sebaiknya dipilih kepada teman-temannya. Siswa juga menyampaikan mengapa makanan tersebut mereka sarankan, apa alasannya? Ingatkan siswa untuk percaya diri saat menyampaikan saran di hadapan teman-temannya

	<p>Amati gambar makanan yang disuguhkan tetangga baru Lani!</p>  <p>roti tawar gorengan</p> <p>manggis kerupuk</p> <p>Makanan apa yang sebaiknya Lani pilih? Saran apa yang dapat kamu berikan? Jelaskan alasanmu! Lakukan secara lisan!</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #e0f2f1;"> <p>Tahukah kamu manfaat memilih makanan untuk kesehatan tubuhmu?</p> <p>Anak-anak memerlukan makanan bergizi. Makanan bergizi membuat anak memiliki tubuh yang sehat. Makanan bergizi mengandung karbohidrat, protein, dan vitamin.</p> <p>Makanan yang mengandung karbohidrat misalnya nasi, roti, dan kentang. Makanan yang mengandung protein misalnya ikan, daging, telur, kacang-kacangan, dan susu. Buah-buahan dan sayur-sayuran banyak mengandung vitamin.</p> </div>	
<p>Kegiatan Penutup</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan diakhiri dengan mengulas kembali apa yang sudah mereka lakukan sejak pagi dan ditutup dengan bersyukur kepada Tuhan dan menyimpulkan bahwa Tuhan menciptakan manusia untuk bertanggung jawab atas segala karunia yang telah diberi, bekerja sama dan saling tolong menolong untuk memelihara semua karunia Tuhan. (Refleksi) 2. Membuat resume dengan bimbingan guru tentang poin-poin penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru saja diberikan. (Creativitas) 3. Guru memberi penguatan dan kesimpulan dari materi pembelajaran (Motivasi) 4. Salam dan Berdo'a penutup dipimpin oleh salah satu siswa (Religius) 	<p>2 Menit</p>

C. PENILAIAN

No	Aspek	Teknik	Bentuk
1	Spiritual	Observasi	Lembar Observasi
2	Sosial	Observasi	Lembar Observasi
3	Pengetahuan	Test Tulis	Soal Uraian
4	Keterampilan	Unit Kerja	Rubik Penyampaian Pendapat

1. Penilaian Sikap

Lembar Hasil Observasi Sikap Spiritual

No	Nama Siswa	Ketaatan Beribadah	Perilaku Bersyukur	Kebiasaan Berdoa	Toleransi

Lembar Hasil Observasi Sikap Sosial

No	Nama Siswa	Jujur	Disiplin	Tanggung Jawab	Santun	Peduli	Percaya Diri

2. Penilaian Pengetahuan

- Test Tulis : Menjawab manfaat makanan sehat bagi tubuh
- Test Lisan : Menyebutkan lima jenis makanan sehat dan lima jenis makanan tidak sehat

3. Penilaian Keterampilan

Rubik Penyampaian pendapat

No	Kriteria	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
1	Penampilan	Ada kontak mata, lancar, menarik perhatian pendengar, suara terdengar seluruh kelas	Memenuhi tiga kriteria	Memenuhi dua kriteria	Memenuhi satu kriteria
2	Bahasa	Menggunakan kosa kata baku, kalimat efektif, kata terucap dengan benar, intonasi sesuai kalimat	Memenuhi tiga kriteria	Memenuhi dua kriteria	Belum memenuhi kriteria
3	Isi	Ada pembukaan, banyak kalimat di atas 15 kalimat, sesuai dengan tema, ada penutup	Banyak kalimat antara 12-14 kalimat, memenuhi ketiga kriteria lain	Banyak kalimat di atas 5-10 kalimat, memenuhi dua kriteria lain	Banyak kalimat kurang dari 5 kalimat, tidak memenuhi kriteria lain