

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Penusupan 02
 Kelas / Semester : V/ 1
 Tema : Sehat itu Penting
 Sub Tema : Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-hari
 Pembelajaran ke : 1
 Alokasi waktu : 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Peserta didik dapat menjelaskan pengertian budaya hidup bersih dan sehat.
2. Peserta didik dapat memberikan tiga contoh budaya hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Peserta didik memahami keuntungan dan manfaat menerapkan pola hidup sehat

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	a. Guru mengucapkan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa. b. Sebelum pembelajaran dimulai, salah seorang peserta didik memimpin do'a. c. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.	2 menit
Kegiatan Inti	a. Melakukan tanya jawab dengan peserta didik tentang materi yang diberikan minggu lalu dan dikaitkan dengan materi yang akan dibahas dalam pertemuan hari ini. b. Peserta didik mengamati video tentang penerapan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari di masa pandemi. <div style="text-align: center;">  </div> c. Guru membagi peserta didik ke dalam empat kelompok besar. Dan setiap anggota dalam kelompok diberi nomor 1 sampai 3 (dengan model pembelajaran NHT “Number Head Together”	6 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	d. Guru memberi tugas dalam kelompok berdasar nomor urut, yaitu : <ol style="list-style-type: none"> 1. Materi pengertian budaya hidup bersih dan sehat 2. Materi contoh budaya bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari 3. Materi keuntungan dan manfaat pola hidup sehat e. Masing-masing kelompok memperdalam dan mempelajari materi yang diberikan sesuai nomor. f. Guru menunjuk salah satu nomor dari suatu kelompok dengan cara mengambil kloting/undian berisi nomor anggota dan kelompok. g. Peserta didik yang nomornya terpilih, maka maju ke depan untuk mempresentasikan hasil belajarnya sesuai materi h. Guru memberikan masukan dan saran atas presentasi yang telah dilakukan peserta didik	
Kegiatan Penutup	a. Guru melakukan Tanya jawab dengan peserta didik terkait materi pembelajaran yang telah diberikan. b. Guru memberikan penguatan dan kesimpulan terkait materi yang telah diberikan. c. Guru membagikan soal evaluasi kepada peserta didik terkait materi pembelajaran. d. Peserta didik ditugaskan membuat kliping tentang perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kliping harus dikumpulkan kembali pada pertemuan berikutnya e. Salam dan do'a penutup yang dipimpin oleh salah seorang peserta didik.	2 menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

- a. Penilaian sikap
Observasi selama kegiatan pembelajaran berlangsung.
- b. Penilaian Pengetahuan
Menjawab soal evaluasi
- c. Penilaian Keterampilan
Peserta didik ditugaskan untuk membuat kliping gambar-gambar yang menunjukkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

D. SUMBER DAN MEDIA

- Sumber : buku siswa
Media : video pembelajaran penerapan hidup sehat di masa pandemi

Mengetahui,
Kepala SDN Penusupan 02

Penusupan, 16 Juli 2021
Guru Kelas V

SRI TORISNI, S.Pd.SD
NIP. 19630107 198304 2 002

MOHAMAD RIZKI ZAMZAMI, S.Pd
NIP. 19920523 202012 1 005

LAMPIRAN

MATERI PEMBELAJARAN :

VIDEO “ MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI DI MASA PENDEMI “



PENGERTIAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat.

CONTOH BUDAYA BERSIH DAN SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI

- (1) melakukan olahraga secara teratur/aktifitas fisik,
- (2) mencuci tangan dengan air bersih dan sabun sebelum makan dan sesudah buang air besar dan buang air kecil,
- (3) memberantas jentik nyamuk di lingkungan sekitar,
- (4) menggunakan air bersih,
- (5) menggunakan jamban saat buang air besar dan kecil,
- (6) membuang sampah pada tempatnya,
- (7) mempergunakan alat pelindung diri (APD) sesuai jenis pekerjaan,

KEUNTUNGAN DAN MANFAAT POLA HIDUP SEHAT

- (1) Terhindar dari berbagai macam penyakit
- (2) Memiliki banyak energi
- (3) Meningkatkan produktivitas
- (4) Berat badan terjaga
- (5) Hidup teratur
- (6) Bersikap lebih positif
- (7) Kesehatan mental terjaga
- (8) Mempertahankan kulit
- (9) Meningkatkan kepercayaan diri
- (10) Bisa menikmati hidup secara optimal

PENILAIAN SIKAP

1. Petunjuk penilaian

Penilaian aspek perilaku (sikap) dilakukan dengan pengamatan selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan pola hidup sehat. Aspek-aspek yang dinilai meliputi : kerja sama, tanggungjawab, menghargai teman, disiplin dan toleransi.

Berikan tanda cek (V) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan / menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang dicek (V) dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 3. (Amat Baik = 3, Baik = 2, dan Cukup = 1)

2. Rubrik penilaian sikap

NAMA SISWA	SIKAP YANG DINILAI														
	Kerjasama			Tanggung jawab			Menghargai teman			Disiplin			Toleransi		
	SB	B	C	SB	B	C	SB	B	C	SB	B	C	SB	B	C

Keterangan :

SB : Sangat Baik

B : Baik

C : Cukup

PENILAIAN PENGETAHUAN

1. Petunjuk penilaian

Setelah mempelajari pola hidup sehat, peserta didik diberi tugas berupa mengerjakan soal evaluasi guna mengukur tingkat pemahaman siswa terkait bab menerapkan pola hidup sehat.

2. Butir soal pengetahuan

NO	Butir pertanyaan	Kriteria penskoran					Nilai akhir
		1	2	3	4	5	
1.	Apakah yang dimaksud dengan pola hidup sehat ?						
2.	Sebutkan 3 keuntungan dan manfaat menerapkan pola hidup sehat !						
3.	Sebutkan 3 contoh budaya hidup sehat !						
4.	Sebutkan macam – macam penyakit yang diakibatkan pola hidup tidak sehat !						
5.	Jelaskan cara memulai hidup sehat!						

3. Kriteria penilaian pengetahuan :

Skor 4 : jika peserta didik mampu menjelaskan semua pernyataan diatas dengan tepat dan benar

Skor 3 : jika peserta didik mampu menjelaskan dua pertanyaan diatas

Skor 2 : jika peserta didik mampu menjelaskan satu pertanyaan diatas

Skor 1 : jika peserta didik tidak satupun pertanyaan diatas mampu menjelaskan

PENILAIAN KETERAMPILAN

Kriteria Penilaian ketrampilan (Membuat klipping)

Skor

1. Keruntutan penyajian keterangan klipping	20
2. Sumber pustaka	10
3. Ketepatan mengumpulkan tugas	5
4. Kerapihan	5
Total Skor	40

Keterangan:

1. Keruntutan penyajian keterangan klipping:

- Skornya 20, jika siswa menyajikan klipping secara runtut dan lengkap. Keruntutan klipping meliputi keterangan: Pengertian hidup sehat, contoh, manfaat beserta gambarnya.
- Skor 15, jika siswa tidak runtut dalam penyajian keterangan hanya menuliskan minimal 3 kriteria keruntutan klipping.
- Skor 10, jika tidak runtut dalam penyajian keterangan hanya menuliskan minimal 2 kriteria keruntutan klipping.
- Skor 5, jika siswa memberi keterangan pada klipping, tetapi salah.

2. Sumber pustaka:

- Skornya 10, jika siswa mencantumkan sumber pustaka atau daftar buku pengambilan klipping disertai tanggal ataupun halaman.
- Skor 5, jika siswa mencantumkan sumber pustaka tetapi tidak disertai tanggal atau halaman.
- Skor 2, jika siswa tidak mencantumkan sumber pustaka.

3. Ketepatan mengumpulkan tugas :

- Skornya 5, jika siswa mengumpulkan tugas tepat waktu
- Skor 3, jika siswa mengumpulkan tugas setelah presentasi kelompok.

4. Kerapihan:

- Skor 5, jika siswa mampu menampilkan klipping dengan rapi.
- Skor 3, jika siswa tidak rapi dalam penyajian hasil klipping.