



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
KELAS 5 SEMESTER 1

TOPIK : SEHAT ITU PENTING  
CARA MEMELIHARA KESEHATAN ORGAN  
PEREDARAN DARAH MANUSIA

Disusun Oleh :  
HANNY HANDAYANI, S.Pd.  
SD NEGERI CIKONENG 1 KAB. SUMEDANG

CALON GURU PENGGERAK  
PENDIDIKAN GURU PENGGERAK ANGKATAN  
5  
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
INDONESIA 2022

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

### TOPIK : SEHAT ITU PENTING

Satuan Pendidikan	:	SDN CIKONENG 1
Kelas/Semester	:	V/1
Tema	:	Sehat Itu Penting
Muatan Terpadu	:	IPA, IPS
Alokasi Waktu	:	10 menit

KOMPETENSI DASAR	3.4 memahami organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah  3.2 memahami interaksi manusia dengan lingkungan dan pengaruhnya terhadap pembangunan sosial, budaya dan ekonomi masyarakat Indonesia.
INDIKATOR	1. Siswa dapat mengklasifikasikan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar 2. Siswa dapat mendemonstrasikan cara memelihara kesehatan jantung dengan benar 3. Siswa dapat merencanakan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dengan benar. 4. Siswa dapat merencanakan melakukan interaksi dengan lingkungan alam atau sosial dengan benar.

#### A. Tujuan Pembelajaran :

1. Dengan melakukan gerakan dari lagu yang disiapkan oleh guru siswa dapat mendemonstrasikan cara memelihara kesehatan jantung dengan benar.
2. Melalui media gambar, siswa dapat mengklasifikasikan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
3. Melalui lembar kerja yang disiapkan oleh guru, siswa secara berkelompok dapat merencanakan cara memelihara kesehatan organ peredaran darah dengan benar
4. Melalui lembar kerja yang disiapkan oleh guru, siswa secara berkelompok dapat merencanakan melaksanakan aktifitas sosial dengan benar.

#### B. Kegiatan Pembelajaran

1. Kegiatan Awal (2 menit)
  - Guru melakukan salam dan sapa kepada siswa serta mengajak siswa membaca do'a sebelum belajar
  - Guru mengecek kehadiran siswa
  - Apersepsi :
    - a. Siswa dan guru bertanya jawab tentang fungsi dari organ jantung
    - b. Siswa menyimak satu informasi tentang gangguan pada peredaran darah dan memotivasi siswa untuk berperilaku hidup sehat
  - Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dipelajari
2. Kegiatan inti (7 menit)
  - Siswa bersama guru melakukan mendemonstrasikan gerakan senam sederhana sebagai cara menjaga kesehatan jantung
  - Siswa dan guru bertanya jawab manfaat dari senam yang dilakukan
  - Guru menyajikan media *flipchart* dan gambar untuk diidentifikasi sebagai bagian pola hidup yang sehat atau tidak sehat.
  - Siswa melakukan klasifikasi gambar pada *flipchart* yang disediakan, gambar diambil dari kontekstual siswa sehari hari.
  - Siswa menceritakan pengalaman dalam menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari hari
  - Siswa menyimak penjelasan guru tentang aktifitas menolong sesama atau bergotong royong yang bisa membuat jiwa dan pikiran sehat  
<https://blog.wecare.id/2020/11/manfaat-tolong-menolong/>
  - Guru membagikan lembar kerja untuk diisi oleh tiap kelompok tentang cara mengatur jadwal untuk menerapkan pola hidup sehat.
3. Kegiatan akhir (1 menit)
  - Bersama sama membuat kesimpulan hasil belajar
  - Refleksi : Tanyajawab tentang materi yang telah dipelajari
  - Guru menutup pembelajaran

### C. Penilaian

1. Penilaian sikap : Observasi saat pembelajaran berlangsung

No	Nama Siswa	Perubahan Perilaku							
		Disiplin				Percaya Diri			
		K	C	B	S	K	C	B	S
		1	2	3	4	1	2	3	4
1									
2									
3									
4									
5									

Keterangan : K (kurang = 1), C (Cukup = 2), B (Baik=3), SB (Sangat Baik=4)

## 2. Penilaian pengetahuan

Aspek	Baik Sekali	Baik	Cukup	Perlu Bimbingan
	4	3	2	1
Pengetahuan	Mampu merencanakan 5 kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat	Mampu merencanakan 3-4 kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat	Mampu merencanakan 1-2 kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat	Tidak Mampu merencanakan kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat
	Mampu menuliskan 5 manfaat kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat	Mampu menuliskan 3-4 manfaat kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat	Mampu menuliskan 1-2 manfaat kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat	Tidak Mampu menuliskan manfaat kegiatan yang berkaitan dengan pola hidup sehat

Mengetahui  
Kepala SDN CIKONENG I

Sumedang, 5 Januari 2022  
Calon Guru Penggerak


Ahmad, S.Pd.SD  
NIP. 19620211 198305 1 004

Hanny Handayani, S.Pd.  
NIP. 19851014 200902 2 003


## LEMBAR KERJA KELOMPOK

Perhatian :

1. Kerjakan tugas secara kelompok
2. Perhatikan gambar pada kolom 1 dengan seksama
3. Isilah dengan jadwal kegiatan yang akan dilaksanakan pada waktu sepekan ini
4. Buatlah catatan manfaat saat kegiatan tersebut dilakukan

Perhatikan gambar	Kegiatan yang akan dilakukan	Jadwal yang akan dilakukan	Manfaat
 Sultranow.com			
 Hallosehat.com			
 Znews.id			

--	--	--	--

Perhatikan gambar	Kegiatan Yang Dilakukan	Jadwal yang direncanakan	Manfaat
 <p data-bbox="236 1104 336 1137">Grid.id</p>			
 <p data-bbox="236 1697 507 1731">Aneka wisata.com</p>			