

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	:
Kelas / Semester	: 5 / 2
Tema / Topik	: Sehat Itu Penting
Sub Tema	: Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
Pembelajaran ke	: 2 (Dua)
Alokasi Waktu	: 10 menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan tanya jawab tentang hidup sehat siswa dapat menyebutkan kegiatan-kegiatan yang erat hubungannya dengan pola hidup sehat.
2. Dengan tanya jawab tentang hidup sehat siswa dapat menjelaskan cara menjaga kesehatan organ-organ tubuh.
3. Dengan penjelasan guru tentang menerapkan hidup sehat, siswa dapat menceritakan pola hidup sehat yang dilakukan dari bangun tidur sampai berangkat sekolah dengan benar.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengajak semua siswa berdo'a menurut Agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengawali kegiatan pembelajaran) 2. Melakukan komunikasi tentang kehadiran siswa 3. Meminta informasi dari siswa mengenai kegiatan piket yang telah dilaksanakan pada pagi hari dan bertanya tentang hubungan antara kebersihan kelas dengan kenyamanan kegiatan pembelajaran. 4. Apersepsi dengan menyanyikan lagu "Bangun Tidur" 5. Menyampaikan tema dan tujuan pembelajaran 	1 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"> 6. Guru mengajak bertanya jawab tentang makna lagu "Bangun Tidur". Didalam lagu tersebut tersirat makna bahwa mandi, serta membersihkan tempat tidur merupakan salah satu pola hidup sehat. 7. Siswa dan guru bertanya jawab tentang pola hidup sehat yang dilakukan sehari-hari. 8. Guru dan siswa bersama-sama bertanyajawab tentang cara menjaga kesehatan organ-organ tubuh 9. Guru menyuruh siswa menceritakan pola hidup sehat dari bangun tidur sampai berangkat sekolah 10. Dilanjutkan dengan menasehati siswa agar membiasakan hidup sehat 	8 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 11. Bersama-sama siswa membuat kesimpulan / rangkuman hasil belajar 12. Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi) 13. Melakukan penilaian hasil belajar 14. Mengajak semua siswa berdo'a menurut Agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran) 	1 menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Prosedur Penilaian

a. Penilaian Proses

Menggunakan format pengamatan dilakukan dalam kegiatan pembelajaran sejak dari kegiatan awal sampai dengan kegiatan akhir

b. Penilaian Hasil Belajar

Menggunakan instrumen penilaian hasil belajar dengan tes tulis dan lisan (terlampir)

2. Instrumen Penilaian

a. Penilaian Proses

- Penilaian Sikap

b. Penilaian Hasil Belajar

- Esai atau uraian

Mengetahui

Kepala Sekolah,

Kebumen, 31 Desember 2020

Praktikan

(_____)

NIP

Rusnadi, S.Pd.M.Pd

NIP. 197210161996031003

Lampiran 1

Lembar Pengamatan

	Nama	Perubahan Tingkah Laku											
		Keaktifan				Cermat				Mandiri			
		K	C	B	SB	K	C	B	SB	K	C	B	SB
1	Andriyani												
2	Anindya												
3												
dst												

Lampiran 2

Lembar Evaluasi

Jawablah pertanyaan berikut dengan jawaban yang benar !

1. Sebutkan kegiatan yang erat hubungannya dengan pola hidup sehat ! (3 kegiatan)
2. Hal apa yang perlu kita perhatikan jika akan membeli jajan di kantin sekolah?
3. Jelaskan cara menjaga kesehatan mata kita !
4. Bagaimana agar badan kita tetap sehat ?
5. Ceritakan pola hidup sehat yang kalian lakukan dari bangun tidur sampai berangkat sekolah !

Lampiran 3

Materi

1. Kegiatan sehari hari yang erat hubungannya dengan pola hidup sehat diantaranya makan makanan bergizi dan sehat, istirahat yang cukup, rutin berolah raga, tidur sesuai jam tidur, jajanan sehat, keadaan rumah yang bersih dan tertata dengan rapih, mandi teratur, menyediakan waktu untuk bermain atau rekreasi dll.
2. Cara menjaga kesehatan dengan berolah raga secara teratur. Menjaga organ tubuh kita diantaranya kesehatan mata adalah makanan mengandung vitamin A, membaca dengan jarak yang benar, siapkan obat tetes mata jika sakit mata, jika mata lelah karena sering di depan laptop atau hp, kurangi pencahayaan, dan istirahat jika mata sudah lelah, dll