

# **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)**

**TEMA  
SEHAT ITU PENTING**

**SUB TEMA  
MENERAPKAN HIDUP SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI**



**OLEH :  
WIWIK MALADERITA, M.Pd  
UPT SDN 05 ALANG RAMBAH**



**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
KABUPATEN PESISIR SELATAN  
PROVINSI SUMATERA BARAT**

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : UPT SDN 05 ALANG RAMBAH  
Kelas / Semester : V (Lima) / 1 (Satu)  
Tema : Sehat Itu Penting  
Sub Tema : Menerapkan Hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari  
Pembelajaran ke : 1  
Alokasi waktu : 2 x 35 Menit (Simulasi 10 Menit)

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui pengamatan video tentang lagu “Mars Hidup Sehat”, peserta didik dapat menganalisis makna dari lagu *Mars Hidup Sehat*, yang berkaitan dengan pengamalan Pancasila dengan benar.
2. Setelah melakukan game sederhana, peserta didik dapat membedakan aktivitas yang menyehatkan dan tidak dalam kehidupan sehari-hari dengan benar
3. Melalui diskusi kelompok, peserta didik dapat menjelaskan manfaat pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan tepat.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Peserta didik dan guru melakukan Doa bersama <b>(Religius)</b></li><li>2. Melakukan Pembukaan dengan Salam dan mengecek kehadiran peserta didik <b>(Orientasi)</b></li><li>3. Peserta didik menyanyikan lagu Indonesia Raya</li><li>4. Mengingatkan peserta didik untuk tetap menjaga protokol kesehatan serta manfaatnya, kemudian mengaitkan Materi Sebelumnya dengan Materi yang akan dipelajari <b>(Apersepsi)</b></li><li>5. Memberikan gambaran tentang manfaat mempelajari pelajaran yang akan dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. <b>(Motivasi)</b></li></ol>	2 menit
<b>Inti</b>	<b>Langkah-Langkah Pembelajaran:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pada awal pembelajaran, peserta didik mengamati video tentang lagu <i>Mars Hidup Sehat</i> dan menyanyikannya secara bersama-sama <b>(Saintifik Mengamati)</b></li><li>➤ Peserta didik mengemukakan pendapatnya berdasarkan lagu “<i>Mars Hidup Sehat</i>” yang berkaitan dengan pengamalan pancasila dengan benar</li><li>➤ Peserta didik dapat menyebutkan contoh penerapan hidup sehat berdasarkan video yang telah diamati <b>(Comunication)</b></li><li>➤ Peserta didik mengikuti game sederhana yang telah disediakan guru (Flashcard) berupa kartu yang berisikan tulisan kebiasaan hidup</li></ul>	6 menit

	<p>sehat dan tidak sehat.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik menempelkan kartu yang diberikan oleh guru pada karton yang telah disediakan (mencocokkan kartu) dengan posisi karton kehidupan sehat atau tidak sehat (<b>Creativity</b>)</li> <li>➤ Peserta didik berdiskusi dengan kelompok berdasarkan kartu yang telah ditempel pada karton hidup sehat dan tidak sehat</li> <li>➤ Peserta didik menyampaikan hasil diskusi kelompok (membedakan hidup sehat dan tidak sehat) dan manfaat pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan kartu yang telah ditempel (<b>Critical Thinking</b>)</li> <li>➤ Peserta didik mendapatkan apresiasi setelah menyampaikan hasil diskusi kelompok</li> <li>➤ Masing-masing peserta didik mendapatkan kesempatan membuat poster tentang himbauan pola hidup sehat (<b>Creativity</b>)</li> <li>➤ Peserta didik mendapatkan apresiasi terhadap hasil karyanya</li> </ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik bersama-sama membuat kesimpulan dan bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari.</li> <li>➤ Kegiatan kelas diakhiri dengan berdoa bersama (<b>Religius</b>)</li> </ul>	2 menit
<b>Refleksi dan Konfirmasi</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Peserta didik melakukan Refleksi terhadap proses pembelajaran dengan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimana perasaanmu setelah melakukan kegiatan pembelajaran hari ini</li> <li>• Apakah ada materi yang belum kamu pahami</li> <li>• Keterampilan apa yang kamu kuasai setelah mempelajari materi hari ini</li> </ul> </li> </ul>		

### C. ASESMEN / PENILAIAN

1. Penilaian sikap dilakukan selama proses pembelajaran dengan cara pengamatan keaktifan peserta didik
2. Penilaian pengetahuan dilakukan dengan cara memberikan soal evaluasi kepada peserta didik
3. Penilaian keterampilan dilakukan dengan cara memberikan siswa tugas menyanyikan lagu “*Mars Hidup Sehat*”

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Tapan, 16 Juli 2021  
Guru Kelas V

SUBADRI SINSA, S.Pd  
NIP. 19671217 199005 1 001

WIWIK MALADERITA, M.Pd

## LAMPIRAN PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian terhadap proses dan hasil pembelajaran dilakukan oleh guru untuk mengukur tingkat pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil penilaian dilakukan sebagai bahan penyusunan laporan kemajuan hasil belajar dan memperbaiki proses pembelajaran. Adapun teknik yang digunakan sebagai berikut :

### 1. PENILAIAN SIKAP

No	Kriteria	Skor
1	Keberanian berpendapat, bertanya atau menjawab pertanyaan	
2	Tanggung jawab (Menyelesaikan tugasnya dengan baik)	
3	Jujur (Tidak menyontek dalam mengerjakan tugas dan evaluasi)	

### 2. PENILAIAN PENGETAHUAN

No	Pertanyaan	Kunci Jaawaban
1	Tuliskan 4 contoh cara menjaga pola hidup sehat dengan benar !	<ul style="list-style-type: none"><li>- Makan makanan bergizi</li><li>- Olahraga teratur</li><li>- Mencuci tangan</li><li>- Istirahat yang cukup</li></ul>
2	Tuliskanlah Perbedaan antara manusia yang melakukan pola hidup sehat dan pola hidup tidak sehat !	<ul style="list-style-type: none"><li>- Manusia yang melakukan pola hidup sehat yaitu dengan menerapkan protokol kesehatan, rajin berolahraga dan makan makanan yang bergizi sedangkan pola hidup yang tidak sehat yaitu manusia yang suka merokok dan tidur larut malam serta tidak menerapkan protokol kesehatan</li></ul>
3	Sebutkan 2 manfaat pola hidup sehat dalam	<ul style="list-style-type: none"><li>- Terhindar dari berbagai</li></ul>

	kehidupan sehari-hari !	macam penyakit - Memiliki banyak energi
--	-------------------------	--------------------------------------------

**Kriteria penskoran :**

**Skor 0** jika jika tidak dijawab

**Skor 1** jika dijawab tapi jawaban salah

**Skor 2** jika jawaban benar

**Skore =  $\frac{\text{Skor perolehan Siswa}}{\text{Skor maksimal}} \times 100\%$  Skor**

**maximal**

**3. PENILAIAN KETERAMPILAN**

**Rubrik membuat poster**

Aspek	Baik sekali	Baik	Cukup	Perlu bimbingan
	4	3	2	1
Hasil kreasi	Memuat gambar, keterangan gambar, tulisan tentang cara kerja peredaran darah manusia dan sesuai dengan materi atau teori	Hanya memuat 3 dari 4 hasil yang diharapkan	Hanya memuat 2 dari 4 hasil yang diharapkan	Hanya memuat 1 dari 4 hasil yang diharapkan
Keterampilan penulisan: informasi ditulis dengan benar, sistematis dan jelas, yang menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang sangat baik, di atas rata rata kelas	Keseluruhan hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang baik	Sebagian besar hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang terus berkembang	Hanya sebagian hasil penulisan yang sistematis dan benar menunjukkan keterampilan penulisan yang masih perlu terus ditingkatkan