

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan	: SDN 1 KAREMOTINGGE
Kelas/Semester	: V/1
Topik	: Sehat Itu Penting
Sub Topik	: Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-Hari
Pembelajaran Ke	: 1
Tujuan Pembelajaran	: <ol style="list-style-type: none">1. Setelah mengamati gambar, peserta didik dapat menemukan contoh gambar yang sesuai dengan pola hidup sehat.2. Melalui diskusi kelompok, peserta didik dapat membedakan perilaku hidup sehat dan perilaku hidup tidak sehat.3. Setelah diskusi kelompok, peserta didik dapat menjelaskan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
Indikator Pembelajaran	: <ol style="list-style-type: none">1. Menemukan gambar yang sesuai dengan pola hidup sehat.2. Mampu membedakan perilaku hidup sehat dengan hidup tidak sehat3. Menjelaskan pentingnya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
Alokasi Waktu	: 10 menit

A. PENDAHULUAN (2 menit)

1. Mengucapkan salam dan berdo'a
2. Mengecek kehadiran siswa
3. Mengaitkan materi dengan pengalaman peserta didik (apersepsi)
4. Menyampaikan tujuan pembelajaran
5. Membagi peserta didik menjadi 4 kelompok

B. KEGIATAN INTI (6 menit)

1. Peserta didik diminta mengamati gambar yang ditampilkan oleh guru
2. Peserta didik secara berkelompok memilih gambar yang ditampilkan guru
3. Guru kemudian menanyakan kepada tiap kelompok siswa mengapa memilih gambar tersebut
4. Peserta didik mencurahkan pendapatnya secara berkelompok terhadap gambar yang berkaitan dengan pola hidup sehat yang ditampilkan oleh guru
5. Peserta didik secara berkelompok mengemukakan pendapatnya terhadap pertanyaan yang diberikan guru yaitu apa pentingnya menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

C. PENUTUP (2 menit)

1. Peserta didik diberikan evaluasi hasil belajar dalam bentuk tes tertulis
2. Guru bersama peserta didik menyimpulkan pentingnya menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.
3. Menugaskan siswa dalam bentuk proyek untuk membuat papan kontrol hidup sehat sebagai bagian program membiasakan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
4. Mengajak siswa berdoa bersama sebagai penutup pembelajaran

D. PENILAIAN (ASESMEN)

Penilaian Sikap

Lembar Penilaian Sikap Melalui Observasi

No	Nama Peserta didik	Aspek yang diamati			Skor
		Kerjasama	Percaya diri	Tanggungjawab	

Penilaian pengetahuan

Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut dengan jawaban yang benar!

1. Tuliskan minimal 4 contoh pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari!
2. Kemukakan bagaimana cara kamu membedakan orang yang menerapkan pola hidup sehat dengan orang yang tidak menerapkan pola hidup tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari!
3. Jelaskan apa pentingnya menjaga pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari?

Kunci Jawaban

1. 4 contoh pola hidup sehat
 - Makan makanan yang sehat dan bergizi seimbang
 - Mengatur waktu makan / makan yang teratur
 - Istirahat atau tidur yang cukup
 - Banyak minum air putih minimal 8 gelas sehari
2. Orang yang menerapkan pola hidup sehat apabila membiasakan diri makan makanan yang sehat dan bergizi seimbang, berolahraga dengan teratur, menjaga kebersihan diri. Sedangkan orang yang tidak menerapkan pola hidup tidak sehat terlihat dari sering begadang, malas berolahraga, pola makan yang tidak teratur, kecanduan perangkat teknologi seperti bermain gadget sepanjang hari.
3. Dengan pola hidup sehat akan menciptakan harapan hidup lebih lama, meningkatkan imun tubuh sehingga dapat mencegah penyakit yang masuk ke tubuh kita termasuk virus covid-19. Kita juga dapat berpikir sehat dan belajar lebih baik dengan kondisi badan yang lebih bugar.

Penilaian Keterampilan

Membiasakan praktek pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan membuat papan kontrol sehat

Mengetahui
Ka. SDN 1 Karemotingge

Guru Kelas V

MARHABANG, S.Pd.
NIP. 196812312005021028

ISRAMID MUHAMMAD, S.Pd.
NIP. 198703282015041001