

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan	: SD Negeri No 104261 Sukajadi
Kelas / Semester	: V / I
Tema 4	: Sehat Itu Penting
Sub Tema 2	: Menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari - hari
Pembelajaran ke	: 1
Alokasi waktu	: 10 Menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan mengamati dan tanya jawab, siswa dapat mengetahui makna sehat itu penting
2. Dengan kegiatan mengamati dan berdiskusi, siswa dapat mengetahui cara-cara pola hidup sehat
3. Dengan kegiatan mengidentifikasi dan tanya jawab, siswa dapat mengetahui jenis pantun
4. Dengan kegiatan berdiskusi dan tanya jawab, siswa dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa</li><li>2. Kemudian berdoa bersama dipimpin oleh salah satu siswa</li><li>3. Guru menanyakan kehadiran siswa</li><li>4. Guru bertanya jawab kepada siswa tentang sarapan pagi dan mengaitkan dengan materi yang akan diajarkan</li><li>5. Menyampaikan gambaran topik pembelajaran hari ini</li></ol>	2 Menit
Inti	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Guru mengajak murid untuk latihan fokus sebelum belajar dengan meminta murid untuk secara bersama – sama menarik nafas dalam – dalam dan mengeluarkannya secara perlahan - lahan</li><li>2. Guru menunjukkan 2 buah gambar tentang keadaan lingkungan</li><li>3. Guru bertanya kepada murid tentang pendapat mereka terkait ke 2 gambar yang ditunjukkan</li><li>4. Guru memberikan apresiasi dan penguatan terhadap jawaban – jawaban murid</li><li>5. Guru memberikan lembar kerja ke setiap murid tentang cara-cara pola hidup sehat melalui media gambar</li><li>6. Guru memberikan kesempatan kepada murid untuk mempresentasikan setiap jawaban</li><li>7. Guru memberikan apresiasi dan penguatan kepada setiap jawaban murid</li><li>8. Guru memberikan lembar kerja ke setiap kelompok tentang penerapan pola hidup sehat yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari – hari dari pagi sampai malam hari</li><li>9. Guru menentukan ketua di setiap kelompok dengan menyanyikan lagu balonku ada lima.</li><li>10. Guru memberikan kesempatan kepada setiap kelompok untuk mempresentasikan jawaban kelompok masing – masing</li><li>11. Guru memberikan apresiasi dan penguatan dari jawaban setiap kelompok</li><li>12. Guru membacakan satu pantun tentang kesehatan, kemudian guru bertanya kepada siswa jenis pantun apa yang telah dibacakan dan saling berdiskusi</li><li>13. Siswa diberi kesempatan untuk menjawab dan bertanya tentang materi yang sudah dijelaskan</li><li>14. Guru menjawab pertanyaan-pertanyaan yang sudah diajukan oleh siswa</li></ol>	6 Menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Secara bersama – sama, guru dan murid menyimpulkan materi yang telah dipelajari</li><li>2. Guru melakukan refleksi dengan bertanya perasaan mereka selama pembelajaran dengan menempelkan kolase diri dan memasukkannya kedalam map refleksi</li><li>3. Melakukan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk soal evaluasi</li><li>4. Kelas ditutup dengan doa bersama</li><li>5. Guru mengucapkan salam penutup</li></ol>	2 menit

## C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

### 1. Kompetensi Sikap

- a. Teknik Penilaian : Jurnal Observasi
- b. Bentuk Instrumen : Lembar Observasi
- c. Instrumen : Terlampir

### 2. Sikap Spritual

- a. Teknik Penilaian : Tes Tertulis
- b. Bentuk Instrumen : Pilihan Berganda
- c. Instrumen : Terlampir

### 3. Kompetensi Keterampilan

- a. Teknik Penilaian : Praktik
- b. Bentuk Instrumen : Menulis paragraf singkat tentang pola hidup sehat yang bisa dilakukan selama berada di sekolah
- c. Instrumen : Terlampir

Mengetahui  
Kepala Sekolah,

Sukajadi, 03 Januari 2022  
Guru Kelas IV

**MISNARDI, S.Pd.I**  
NIP. 19691224 200701 1 003

**SRI WAHYUNI, S.Pd**  
NIP. 19800214 200604 2 005

## Lembar Kerja Siswa

Nama Siswa :

Kelas :

**Instruksi :** Berdasarkan gambar pola hidup sehat di kolom sebelah kiri, buatlah keterangan tentang kegiatan apa yang dilakukan sebagai contoh penerapan pola hidup sehat yang ada di kolom sebelah kanan

No	Gambar Pola Hidup Sehat	Keterangan Gambar
1		<p style="text-align: center;">.....</p>
2		<p style="text-align: center;">.....</p>
3		<p style="text-align: center;">.....</p>
4		<p style="text-align: center;">.....</p>
5		<p style="text-align: center;">.....</p>

## Lembar kerja kelompok

**Nama Kelompok :**

**Kelas :**

Tuliskan ke dalam bentuk paragraph singkat contoh penerapan pola hidup sehat yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari – hari dari pagi sampai malam hari !



### **Pantun**

*Burung pipit makannya biji*

*Burung kolibri makannya nectar*

*Jangan lupa makan yang bergizi*

*Agar tubuh sehat dan bugar*

**Lampiran 1****PENILAIAN SIKAP SPRITUAL**

<b>No</b>	<b>Nama Siswa</b>	<b>Berdoa Sebelum Belajar</b>	<b>Berdoa Sesudah Belajar</b>
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			

**Keterangan Predikat :****SB : Sudah Berkembang****PB : Perlu Bimbingan**

**Lampiran 2****PENILAIAN SIKAP SOSIAL**

<b>No</b>	<b>Nama Siswa</b>	<b>Kerja Sama</b>	<b>Santun</b>	<b>Disiplin</b>	<b>Tanggung Jawab</b>
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					

**Keterangan Predikat :**

- SB : Sangat Baik**
- B : Baik**
- C : Cukup Baik**
- D : Kurang Baik**

### Lampiran 3

### PENILAIAN PENGETAHUAN

- a. Teknik : Tes tertulis
- b. Instrumen : Pilihan Berganda
- c. Soal

#### Soal

***Pilihlah jawaban yang benar !***

1. Apakah yang dimaksud dengan sehat ?
  - a. Suatu keadaan sejahtera yang meliputi fisik
  - b. Tidak kotor dan tidak berbau
  - c. Suatu keadaan sejahtera meliputi fisik, mental, dan sosial yang tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan
  - d. Tidak sakit dan tidak bahagia
2. Salah satu pola hidup sehat berikut ini adalah .....
  - a. Makan kenyang
  - b. Minum yang banyak
  - c. Pergi jalan – jalan
  - d. Tidur tepat waktu
3. Manfaat hidup sehat adalah .....
  - a. Menjadi orang kaya
  - b. Memiliki jiwa dan raga yang sehat
  - c. Menjadi orang terkenal
  - d. Memiliki banyak penggemar olah raga
4. Salah satu pola hidup sehat di sekolah adalah .....
  - a. Membersihkan ruangan kelas sebelum memulai jam pembelajaran
  - b. Membeli makanan di kantin sekolah
  - c. Bermain sepak bola di lapangan
  - d. Membaca buku di perpustakaan
5. Apa yang kita dapatkan jika kita tidak menerapkan pola hidup sehat ?
  - a. Banyak teman dan saudara
  - b. Tubuh dan jiwa yang tidak sehat
  - c. Terhindar dari penyakit
  - d. Kebal dari segala macam penyakit

***Kunci Jawaban:***

1. A
2. A
3. B
4. D
5. C

Rubrik penilaian :

No	Aspek	Skor
1	Jika jawaban benar	2
2	Jika jawaban salah	0
<b>Skor Maksimal</b>		<b>10</b>

**Skor Akhir :  $\frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$**

## Lampiran 4

### PENILAIAN KETRAMPILAN

Tuliskanlah urutan cara penerapan pola hidup sehat yang bisa kamu lakukan selama di sekolah !

Kunci Jawaban: Bervariasi untuk setiap kelompok

Rubrik Penilaian :

No	Aspek yang dinilai	Rubrik		
		( 1 )	( 2 )	( 3 )
1	Isi	Menuliskan 1 – 10 urutan penerapan	Menuliskan 1 - 12 urutan penerapan	Menuliskan 1 - 15 urutan penerapan
2	Tata Bahasa	Menggunakan 10 kalimat dengan tata Bahasa yang benar	Menggunakan 12 kalimat dengan tata Bahasa yang benar	Menggunakan 15 kalimat dengan tata Bahasa yang benar
3	Pilihan Kata	Mengungkapkan 10 kalimat dengan pilihan kata yang tepat	Mengungkapkan 12 kalimat dengan pilihan kata yang tepat	Mengungkapkan 15 kalimat dengan pilihan kata yang tepat
4	Mekanik ( Tanda baca dan huruf capital )	Mengungkapkan 10 kalimat dengan menggunakan tanda baca dan huruf kapital secara tepat	Mengungkapkan 12 kalimat dengan menggunakan tanda baca dan huruf kapital secara tepat	Mengungkapkan 15 kalimat dengan menggunakan tanda baca dan huruf kapital secara tepat

Nilai : **Skor Perolehan X 100**  
Skor maksimal