

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Conggeang 2

Kelas / Semester : V/ 1

Tema : Sehat Itu Penting

Sub Tema : Cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia

Pembelajaran ke : 4

Alokasi waktu : 10 menit

A. KOMPETENSI INTI

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, santun, percaya diri, peduli, dan bertanggung jawab dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga, dan Negara.
3. Memahami pengetahuan factual, konseptual, prosuderal, dan metakognitif pada tingkat dasar dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.
4. Menunjukkan keterampilan berfikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif. Dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan tindakan yang mencerminkan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

1. Muatan SBdP

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.2 memahami gambar cerita	3.2.1 mengidentifikasi gambar cerita
4.2 membuat gambar cerita	4.2.1 membuat gambar cerita dengan tema yang sudah di tentukan

2. Muatan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA)

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
3.4 memahami peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.	3.4.1 menjelaskan cara menjaga kesehatan peredaran darah manusia
4.4. menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia	4.4.1 membuat bagan tentang peredaran darah pada manusia

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Melalui kegiatan membaca dan mengamati cerita bergambar, peserta didik dapat mengidentifikasi gambar cerita dengan benar
2. Melalui kegiatan berkarya siswa dapat membuat gambar cerita dengan tema yang sudah di tentukan dengan benar
3. Melalui kegiatan diskusi dan Tanya jawab peserta didik dapat menjelaskan cara menjaga kesehatan peredaran darah manusia dengan benar
4. Melalui kegiatan diskusi dan Tanya jawab peserta didik dapat membuat bagan tentang peredaran darah manusia dengan benar

D. MATERI PEMBELAJARAN

- **CARA MEJAGA KESEHATAN PEREDARAN DARAH PADA MANUSIA**

1. Konsumsi Makanan Sehat

Hal pertama yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan organ peredaran darah adalah dengan mengonsumsi makanan sehat. Jantung dan paru-paru termasuk sebagai bagian dari organ peredaran darah, yang bisa dijaga kesehatannya dengan mengonsumsi makanan sehat.

Ada beberapa makanan yang baik untuk jantung dan paru-paru, seperti kacang-kacangan, ikan, hingga sayur dan buah, misalnya tomat. Dengan mengonsumsi makanan sehat, maka hal ini akan membantu untuk menjaga kesehatan organ peredaran darah dan meningkatkan kinerjanya.

2. Rutin Berolahraga

Tidak cukup dengan mengonsumsi makanan sehat, kesehatan organ peredaran darah juga bisa didapatkan dengan cara rutin berolahraga. Berolahraga ringan secara teratur terbukti bisa membuat organ peredaran darah jadi lebih kuat, sehingga tidak mudah sakit. Selain itu, olahraga juga bisa menjaga tubuh tetap bugar, hingga meningkatkan hormon yang membuat perasaan jadi senang.

3. Cukup Tidur

Jika sudah mengonsumsi makanan sehat dan rutin berolahraga, kita juga harus cukup tidur, nih, teman-teman. Rata-rata anak-anak seusia kita membutuhkan durasi tidur sekitar 8-9 jam setiap malamnya. Tidur bukan hanya berguna untuk mengembalikan energi tubuh, hal ini juga membantu produksi hormon yang tepat untuk organ-organ

peredaran darah. Selain itu, tidur cukup pada malam hari juga membantu organ peredaran darah tidak bekerja lebih keras.

4. Kurangi Makanan Berlemak

Lemak dan gula memang contoh asupan yang penting untuk tubuh, namun jumlahnya harus dibatasi. Sebab, kelebihan mengonsumsi lemak dan gula dapat menyebabkan berbagai penyakit atau kerusakan pada organ peredaran darah, Misalnya saja mengonsumsi makanan berlemak bisa meningkatkan risiko tingginya kolesterol dalam tubuh dan bisa menyebabkan gangguan pada jantung.

- **Langkah-langkah Membuat Gambar Cerita**

1. Ide atau Gagasan

Ide merupakan hal dasar dalam membuat gambar cerita. Setelah menentukan suatu ide, disarankan untuk segera menentukan unsur-unsurnya. Unsur-unsur tersebut berupa tokoh, suasana, jenis adegan, latar, dan watak tokoh dalam gambar cerita. Untuk menentukan ide atau tema bisa diperoleh dari berbagai sumber. Misalnya dari bacaan atau buku.

2. Membuat Sketsa

Sketsa adalah sebuah rancangan (desain) gambar yang sesuai dengan gagasan tadi. Saat membuat sketsa, teman-teman perlu teliti dan hati-hati. Karena memperhatikan tata letak dan ukuran objek gambar ilustrasi adalah hal yang penting.

3. Pewarnaan

Jika sketsa gambar cerita sudah selesai, teman-teman bisa mewarnainya.

Ada dua cara dalam proses pewarnaan gambar cerita, yaitu mewarnai sesuai aslinya atau mewarnai sesuai dengan kreativitas sendiri.

4. Mediana

Saat menggambar ilustrasi, teman-teman juga harus memperhatikan media alas gambarnya dan media warnanya.

5. Penyempurnaan Gambar Cerita

Langkah ini merupakan langkah akhir dalam membuat gambar cerita. Jika sudah membuat beberapa sketsa gambar cerita. Kemudian pilih salah satu sketsa yang paling bagus dan baik. Hal ini agar diperoleh gambar cerita yang indah. Setelah itu, hapus garis-garis yang tidak perlu pada sketsa dan pertebal garis-garis untuk menonjolkan gambar.

Fungsi dari menebalkan garis-garis ini berfungsi untuk menghidupkan tokoh pada sketsa gambar cerita. Terakhir, warna gambar dengan pensil pewarna. Pemilihan jenis pensil

warna bebas dan tidak terikat. Yang perlu diperhatikan saat pewarnaan, pemilihan warna harus sesuai dengan tokoh dan alur ceritanya

2. PENDEKATAN DAN MOTODE PEMBELAJARAN

Pendekatan :Saintifik

Metode : diskusi, kerja kelompok, Tanya jawab dan ceramah

Model : *Problem Based Learning*

3. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru bersama peserta didik saling memberi dan menjawab salam serta menyampaikan kabarnya masing-masing. 2. Guru mengecek kehadiran peserta didik. 3. Kelas dilanjutkan dengan berdo'a. Doa dipimpin oleh ketua kelas. 4. Peserta didik melakukan gerakan-gerakan fisik untuk senam otak (tepuk semangat). (Ice Breaking) 5. Peserta didik menyimak apersepsi dari guru tentang pelajaran sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari. (Apersepsi) 6. Peserta didik menyimak penjelasan guru tentang tujuan pembelajaran yang akan dipelajari. (Tujuan Pembelajaran) 7. Peserta didik menyimak motivasi yang disampaikan guru tentang manfaat pembelajaran hari ini. (Motivasi) 	2
Inti	<p style="text-align: center;">Model Problem Based Learning</p> <p>Tahap 1 : Orientasi peserta didik kepada masalah</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mengamati gambar orang yang sakit 2. Peserta didik bertanya jawab dengan guru tentang penyakit yang berkaitan dengan predaran darah dan cara hidup sehat dan mengaitkan dengan apa yang akan menjadi topic permasalahan dalam diskusi kelompok <p>Tahap 2 : Mengorganisasikan peserta didik</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Peserta didik dibagikan LKPD dan berdiskusi tentang pembagian tugas. 4. Peserta didik secara tertib melakukan persiapan pengamatan. <p>Tahap 3 : Membimbing penyelidikan individu dan kelompok</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Peserta didik secara berkelompok mengamati gambar dan membaca materi dari sumber yang tersedia. 6. Peserta didik mengisi LKPD dengan cara berdiskusi dan di bimbing oleh guru. <p>Tahap 4 : Mengembangkan dan menyajikan hasil karya</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Setiap kelompok melakukan diskusi untuk menemukan solusi pemecahan masalah. 9. Peserta didik menyajikan hasil diskusi dalam bentuk laporan pada LKPD yang telah diberikan. 10. Setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusi kelompok. <p>Tahap 5 : Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah</p> <ol style="list-style-type: none"> 11. Peserta didik bersama guru membahas materi yang telah 	6

	dipelajari melalui LKPD. 12. Peserta didik diberikan penguatan dengan memberikan jawaban yang seharusnya. 13. Peserta didik diberi kesempatan bertanya bagi yang masih merasa bingung dan kurang mengerti terkait materi. 14. Peserta didik diberikan penilaian pada hasil karya setiap kelompok.	
Penutup	1. Peserta didik dibimbing guru untuk menyimpulkan pembelajaran yang telah dilakukan. 2. Peserta didik mengerjakan soal evaluasi secara 3. Sebelum pelajaran ditutup guru meminta peserta didik melakukan refleksi tentang kegiatan yang telah dipelajari hari ini, bagian yang paling disukai oleh peserta didik dan hal yang belum dipahami. 4. Guru memberikan tindak lanjut. 5. Peserta didik dengan guru berdoa bersama untuk mengakhiri kegiatan.	2

4. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Teknik Penilaian (Terlampir)
 - a. Penilaian Sikap : Observasi
 - b. Penilaian Pengetahuan : Tes tertulis
 - c. Penilaian Keterampilan : Unjuk kerja

2. Instrumen Penilaian (Terlampir)
 - a. Penilaian Sikap : Lembar Observasi
 - b. Penilaian Pengetahuan : Soal Pilihan Ganda (PG)
 - c. Penilaian Keterampilan : Lembar Observasi

Mengatahui
Kepala Sekolah,

Sumedang, Januari 2022
Guru Kelas 5,

Asep Suherman, S.Pd
NIP. 196510141986101004

Rejial Suryadi, S.Pd
NIP:-

Lampiran

- INSTRUMEN PENILAIAN

INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP

No.	Sikap yang di amati	Kriteria	skor
1	Kedisiplinan	1. Tertib melakukan kegiatan pembelajaran 2. Mengerjakan tugas tepat waktu	2 2
2	Kerjasama	1. Bekerjasama dalam kelompok 2. Berpartisipasi mengemukakan pendapat	2 2

No	Nama Peserta didik	Sikap yang di amati				Skor total	nilai
		Kedisiplinan		Kerjasama			
		1	2	1	2		
1							
2							
3							
4							
Dst.							

Pedoman

$$\text{Penilaian Nilai} = \frac{\text{skor total}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Skor maksimal : 8

INSTRUMEN PENILAIAN PENGETAHUAN

No.	Nama Peserta Didik	Skor		Skor Total	Nilai
		SBdP	IPA		
1					
2					
3					
Dst.					

Pedoman Penilaian

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor total}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Skor maksimal : 8

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Kelompok :

Nama anggota :

Kelas/Semester : V/ 2

Tema/ Topik : Sehat itu Penting

Subtema : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Deskripsi : Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-hari

Alokasi Waktu :

LANGKAH/ PROSDUR KERJA

- a. Perhatikan dan baca secara berkelompok cerita bergambar di bawah ini!
 - b. Setelah peserta didik membaca dan melihat gambar kemudian jawablah pertanyaan atau suruhan yang di sampaikan dibawah!
 - c. Apabila ada sesuatu hal yang belum di pahami bisa menanyakan kepada guru!
1. Perhatikan cerita dibawah ini!

Pak Andi Sakit Jantung Secara Tiba-tiba



Sehari-hari Pak Andi selalu bersantai dan bermalasan-malasan. Dia jarang sekali berolahraga, makan sembarangan kurang bergizi, tidak teratur dan seharian rebahan main hp bahkan sampai begadang.

Suatu hari pada lagi enak bersantai tiba-tiba dia mengalami sakit jantung. Tetapi untungnya ada istrinya yang meminta bantuan kepada tetangganya.

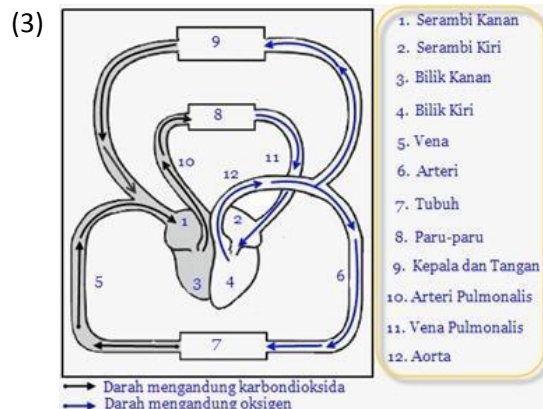


dan akhirnya di bawa ke rumah sakit terdekat untuk ditangani.

2. Dari cerita tersebut coba jawab pertanyaan atau lakukan perintah dibawah ini!
- (1) Apa penyebab Pak Andi sakit jantung?
 - (2) Tuliskan minimal tiga cara menjaga kesehatan jantung/ peredaran tubuh?
 - (3) Gambarlah peredaran darah pada manusia!
 - (4) Dari ilustrasi dia atas, apa amanat yang terkandung di dalamnya?
 - (5) Coba buat gambar cerita dengan tema “contoh menjaga kesehatan peredaran darah”!

Kunci Jawaban LKPD

- (1) Karena sering bermalas-malasan, tidur tidak teratur, makan yang kurang bergizi dan malas olahraga
- (2) Makan-makanan yang bergizi, olah raga teratur, tidur yang cukup, tidak malas-malasan, dll (sesuai kebijakan guru)



- (4) Agar peredaran darah manusia sehat maka kita jangan bermalas-malasan, makan sembarangan dan tidur sembarangan. Maka dari itu kita harus memakai pola hidup sehat dengan cara makan makanan yang bergizi, olahraga teratur dan jangan bergadang atau tidur teratur.
- (5) Peserta didik membuat cerita bergambar

Pedoman Penskoran

No.	muatan	Jawaban	skor
1.	IPA	Menjawab benar 2 atau lebih	3
		Menjawab 1	1
2	IPA	Menjawab benar 3 atau lebih	4
		Menjawab benar 2	2
		Menjawab benar 2	1
3	SBdP	makan gambar cerita benar	3
Skor total			10

Pedoman Penilaian

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor total}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Skor maksimal : 10

INSTRUMEN PENILAIAN KETERAMPILAN

No.	Aspek yang dinilai	Kriteria	Skor
3	IPA	Menggambar secara lengkap dan ada keterangannya	5
		Gambar tidak ada keterangan	3
		Gambar tidak lengkap	2
4	SBdP	Menggambar dengan baik dan benar	5
		Menggambar kurang tepat	3
Jumlah Skor			10

LEMBAR OBSERVASI

No	Nama Peserta Didik	Skor		Total skor	Nilai
		SBdP	IPA		
1					
2					
3					
4					
Dst.					

Pedoman Penilaian

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor total}}{\text{skor maksimal}} \times 100$$

Skor maksimal : 10

Lembar Evaluasi

Nama :

Kelas/Semester : V/ 2

Tema/ Topik : Sehat itu Penting

Subtema : Cara Memelihara Kesehatan Organ Peredaran Darah Manusia

Pilihlah salah satu jawaban yang benar!

1. Cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia adalah
 - a. memakan seblak
 - b. berolahraga secara ekstrim
 - c. meminum minuman bersoda
 - d. mengonsumsi kacang kenari
2. Contoh penerapan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari adalah
 - a. Tidur larut malam
 - b. Berolahraga secara teratur
 - c. Minum kopi sebelum makan
 - d. Makan-makanan yang pedas
3. darah adalah salah satu bagian penting dari tubuh manusia. Organ tubuh manusia yang memompa darah agar tetap mengalir adalah
 - a. paru-paru
 - b. jantung
 - c. hati
 - d. ginjal
4. dibawah ini yang bukan langkah-langkah membuat gambar cerita adalah
 - a. tentukan sampiran
 - b. karakter tokoh utama
 - c. tentukan ide / tema
 - d. alur cerita
5. sketsa gambar biasanya dibuat menggunakan....
 - a. spidol
 - b. kapur tulis
 - c. pensil
 - d. pewarna

Kunci Jawaban

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