



**RENCANA PELAKSANAAN
PEMBELAJARAN
KURIKULUM 2013**



TEMA 4 SEHAT ITU PENTING

KASMAWATI, S.Pd. SD., M.Pd

UPT SPF SD NEGERI KOMPLEKS IKIP

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : UPT SPF SDN Kompleks IKIP
Kelas /Semester : V(Lima) /I (Satu)
Tema : 4. Sehat Itu Penting
Sub Tema : 2/ peredaran darahku sehat
Pembelajaran ke- : 2 (dua)
Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengamati gambar siswa dapat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
2. Setelah mengamati gambar dan membaca teks siswa dapat menyebutkan cara menjaga kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.
3. Setelah mengamati gambar dan membaca teks siswa dapat menyebutkan manfaat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none">▪ Guru memberikan salam dan mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing. <i>Religius</i>▪ Guru mengecek kesiapan, kerapian dan posisi tempat duduk siswa disesuaikan dengan dengan kegiatan pembelajaran▪ Guru mengecek kehadiran siswa▪ Apersepsi, tanya jawab dengan siswa tentang teman kelas nya yang tidak hadir .dan mengajukan pertanyaan “apakah kita bisa kesekolah jika kita sedang sakit ? nah materi kita hari ini tentang “<i>sehat itu penting</i>” Penerapan hidup sehat dalam kehidupan sehari –hari▪ Kemudian guru menyampaikan tujuan pembelajaran	2 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none">▪ Guru menunjukkan sebuah gambar kegiatan orang yang tidak menjaga kesehatan <i>Creativity and Innovation</i>▪ Guru kemudian mengajak siswa untuk curah pendapat mengenai gambar	7 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ “Apa yang kalian lihat dari gambar?”(gambar orang yang malas berolah raga hanya makan tidur) ▪ “Apa yang terjadi jika itu kita lakukan terus menerus? “ ▪ “Sebaiknya apa yang harus kita lakukan untuk menjaga kesehatan? “ ▪ Guru memimpin curah pendapat dan menyampaikan kepada siswa bahwa hari ini kita belajar pentingnya menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. <i>Communication</i> ▪ Guru kemudian menunjukkan “kotak misteri” dan bertanya kepada siswa isi dari “kotak misteri “ tersebut, setelah itu meminta salah satu siswa untuk membuka “kotak misteri” dimana didalamnya berisi amplop yang isinya gambar-gambar penerapan hidup sehat dan tidak sehat dan meminta siswa secara berkelompok berpasangan menepelkan gambar yang menunjukkan perilaku hidup sehat dan tidak sehat dan memberi komentar di setiap gambar tersebut pada kertas yang telah disediakan <i>Collaboration</i> ▪ Guru berkeliling untuk memastikan bahwa setiap siswa ikut aktif berpartisipasi. ▪ Setelah selesai siswa kemudian tampil ke depan untuk membacakan hasil kerja kelompoknya. ▪ Guru memberikan apresiasi dan masukan terhadap hasil kerja kelompok ▪ Kemudian Secara mandiri siswa mengamati gambar dan melanjutkan membaca teks dalam hati (bacaan pada hal. 11 tema 4 sub tema 1 pb 2) <i>Literasi</i> ▪ Setelah mengamati siswa kemudian menjawab soal pada lembar kerja peserta didik (LKPD) . ▪ <i>Critical Thinking and Problem Solving</i> ▪ Setelah selesai mengerjakan tugas, Secara mandiri Siswa diminta untuk menulis pengalamannya 	

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
	<p>tentang manfaat menjaga kesehatan dalam kehidupan sehari-hari .</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Produk dinilai dengan menggunakan daftar periksa yang disosialisasikan sebelumnya. 	
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Guru bersama siswa membuat kesimpulan / rangkuman hasil belajar yang telah dipelajari ▪ Bertanya jawab tentang materi yang telah dipelajari ▪ (untuk mengetahui hasil ketercapaian materi) ▪ Refleksi kegiatan pembelajaran dengan memberi kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pembelajaran yang telah diikuti. ▪ Melakukan penilaian hasil belajar ▪ Mengajak semua siswa berdo'a menurut agama dan keyakinan masing-masing (untuk mengakhiri kegiatan pembelajaran) Religius 	1 menit

C. PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Penilaian Sikap: pengamatan sikap pada proses pembelajaran (terlampir)
2. Penilaian Pengetahuan: tes tertulis (terlampir)
3. Penilaian Keterampilan: produk siswa (terlampir)

D. LAMPIRAN

1. Penilaian sikap, pengetahuan dan keterampilan
2. Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Mengetahui :
Kepala Sekolah,

Makassar, 1 Januari 2022
Guru Kelas,

Nurliah, S.Pd.
NIP 196809161989012005

Kasmawati, S.Pd.SD.,M.Pd.
NIP 198205012008012013

Penilaian sikap, pengetahuan dan keterampilan

1. Penilaian sikap

No	Nama Siswa	Kerjasama				Predikat
		Aktif dalam kerja kelompok	Memusatkan perhatian pada tujuan kelompok	Tidak mendahulukan kepentingan pribadi	Skor	
1					
2					
3					
Dst					

Rubrik penilaian sikap kerjasama

Sikap	Rubrik			
	Belum Terlihat (1)	Mulai Terlihat (2)	Mulai berkembang (3)	Sudah berkembang (4)
Aktif dalam kerja kelompok				
Memusatkan perhatian pada tujuan kelompok				
Tidak mendahulukan kepentingan pribadi				

2. Penilaian Pengetahuan

Penilaian pengetahuan melalui evaluasi berupa soal tertulis

Jawablah soal berikut:

1. Beni dan Siti sangat senang menjaga kesehatan, berdasarkan bacaan tuliskan kebiasaan Siti dan Beni untuk menjaga kesehatan ?
2. Berdasarkan bacaan tuliskan kebiasaan Beni setiap bangun pagi, dan mengapa itu dia lakukan?
3. Menjaga Kesehatan sangat penting untuk kita, tuliskan 3 (tiga) cara menjaga kesehatan!
4. Tuliskan 3 (tiga) manfaat dari menjaga kesehatan !

Jawaban dan skor

Kunci Jawaban	Skor	Rubrik
1. naik sepeda saat berangkat sekolah	0-1	Skor 1 jika jawaban lengkap Skor 0 jika jawaban salah/tidak menjawab
2. Berolahraga untuk menjaga kesehatan tubuhnya	0-2	Skor 2 jika jawaban lengkap Skor 1 jika jawaban kurang lengkap Skor 0 jika jawaban salah/tidak menjawab
3 Contoh cara menjaga kesehatan 1. berolahraga 2. mengkomsumsi makanan yang bergizi dan seimbang 3. menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar (jawaban siswa bisa beragam)	0-3	Skor 3 jika menulis 3 contoh Skor 2 jika menulis 2 contoh Skor 1 jika menulis 1 contoh Skor 0 jika jawaban salah/tidak menjawab
4. Contoh manfaat menjaga kesehatan yaitu 1. Menyehatkan tubuh 2. Mencegah penyakit berbahaya 3. Meningkatkan energy (jawaban siswa bisa beragam)	0-3	Skor 3 jika menulis 3 contoh Skor 2 jika menulis 2 contoh Skor 1 jika menulis 1 contoh Skor 0 jika jawaban salah/tidak menjawab
Skor Total	9	

$$\frac{9}{9} \times 100$$

Penilaian Keterampilan (Produk siswa dinilai dengan daftar periksa)

Indikator Penilaian	Ada	Tidak Ada	Catatan
cara penerapan hidup sehat			
manfaat dari penerapan hidup sehat			
akibat jika tidak menerapkan hidup sehat			

LAMPIRAN 2

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Satuan Pendidikan : UPT SPF SDN Kompleks Ikip
Kelas /Semeste : V(Lima) /I (Satu)
Tema : Sehat Itu Penting
Sub Tema : 2 peredaran darahku sehat
Pembelajaran ke- : 2 (dua)
Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah mengamati gambar siswa dapat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari
2. Setelah mengamati gambar dan membaca teks siswa dapat menyebutkan cara menjaga kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.
3. Setelah mengamati gambar dan membaca teks siswa dapat menyebutkan manfaat menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

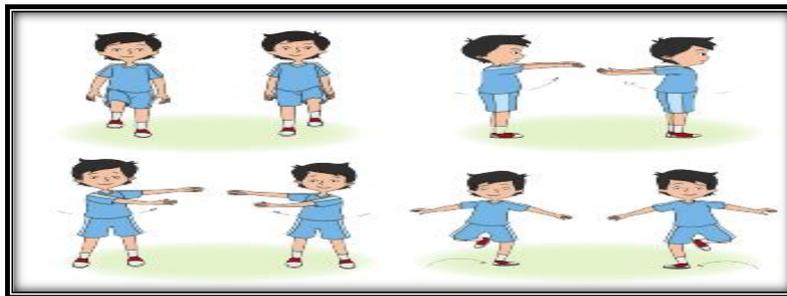
B. ALAT DAN BAHAN

1. Gambar- gambar yang menunjukkan perilaku hidup sehat dan tidak sehat
2. Lem
3. Kertas karton



Petunjuk mengerjakan tugas!

1. Bersama teman kelompokmu, klasifikasikanlah gambar yang termasuk perilaku hidup sehat dan perilaku hidup tidak sehat dan berilah alasan atas pemilihan gambar tersebut!
2. Kemudian tempelkan pada kertas karton yang telah disediakan!
3. Setelah selesai bacakan hasil kerja kelompok kalian di depan!
4. Setelah kalian mengerjakan tugas secara kelompok, lanjutkan dengan mengerjakan tugas secara mandiri dengan membaca teks pada buku tema 2 halaman 11, sub tema 1, pb 1.



Siti dan Beni berteman. Keduanya sama-sama kelas V. Siti duduk di bangku depan, sedangkan Beni duduk di bangku belakang. Kebiasaan berangkat ke sekolah naik sepeda. Karena mengayuh sepeda merupakan olahraga. Kebiasaan Beni setiap bangun tidur pagi menyempatkan diri berolahraga. Olahraga dilakukan Beni sebelum mandi. Olahraga sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Terutama kesehatan organ-organ tubuh dan organ peredaran darah.

Jawablah soal di bawah ini!

1. Beni dan Siti sangat senang menjaga kesehatan, berdasarkan bacaan tuliskan kebiasaan Siti dan Beni untuk menjaga kesehatan ?
2. Berdasarkan bacaan tuliskan kebiasaan Beni setiap bangun pagi, dan mengapa itu dia lakukan?
3. Menjaga Kesehatan sangat penting untuk kita, tuliskan 3 (tiga) cara menjaga kesehatan!
4. Tuliskan 3 (tiga) manfaat dari menjaga kesehatan !
5. Tulislah pengalamanmu menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari . Ceritamu harus memuat:
 - cara penerapan hidup sehat
 - manfaat dari penerapan hidup sehat
 - akibat jika tidak menerapkan hidup sehat

SELAMAT BEKERJA DAN TETAP SEMANGAT NAK

MATERI

Menjaga kesehatan itu sangat penting, ada berbagai cara menjaga kesehatan, seperti mengkomsumsi makanan sehat bergizi dan seimbang, berolahraga, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, istirahat yang cukup dan sebagainya.

Manfaat dengan kita menjaga kesehatan yaitu dengan kita menerapkan hidup sehat dapat mencegah penyakit berbahaya, meningkatkan energi, membuat tubuh nmejadi kuat dan sehat.

Di bawah ini adalah gambar orang yang tidak menerapkan hidup sehat



Berdasarkan gambar dapat kita lihat bahwa orang tersebut tidak menerapkan hidup sehat karena yang dia lakukan yaitu makan sambil tidur dan membuang sampah sembarangan, dengan makan sambil tidur dapat menimbulkan berbagai macam penyakit. Sebaiknya agar kesehatan terjaga dan peredaran darah terjaga kita harus sering berolahraga dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan.

Di bawah ini ada beberapa gambar orang yang menerapkan hidup sehat dan tidak sehat

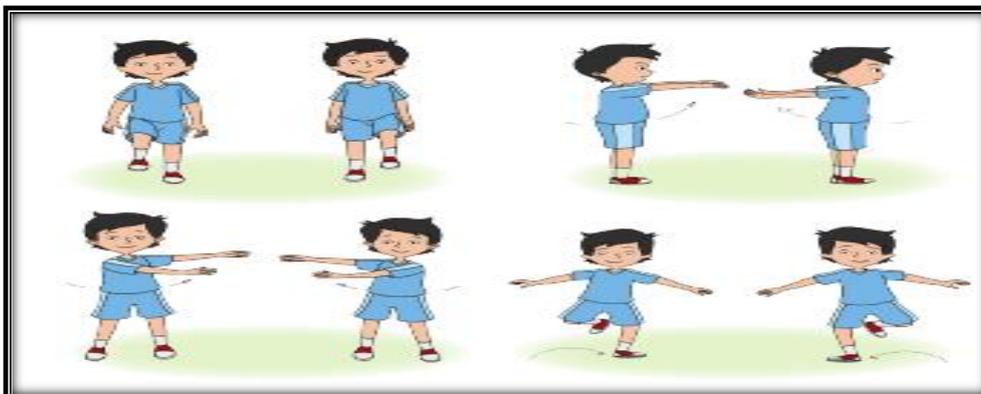
- **Perilaku Hidup sehat**



Perilaku Hidup tidak sehat



- Membaca teks pada buku tema Perilaku Hidup sehat



Siti dan Beni berteman. Keduanya sama-sama kelas V. Siti duduk di bangku depan, sedangkan Beni duduk di bangku belakang. Kebiasaan berangkat ke sekolah naik sepeda. Karena mengayuh sepeda merupakan olahraga. Kebiasaan Beni setiap bangun tidur pagi menyempatkan diri berolahraga. Olahraga dilakukan Beni sebelum mandi. Olahraga sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Terutama kesehatan organ-organ tubuh dan organ peredaran darah.