


**SATUAN ACARA PELATIHAN**  
**Oleh. ARIEF RAKHMAD WAHYUDI, S.Pd.SD**

Nama Pelatihan : Program Pendidikan Guru Penggerak  
 Nama Mata Diklat : Seleksi Pengajar Praktik  
 Tujuan Pelatihan : Topik 6. Sehat Itu Penting  
 Indikator Pelatihan : Menerapkan Hidup Sehat Dalam Kehidupan Sehari-Hari  
 Alokasi Waktu : 10 menit

**LANGKAH-LANGKAH KEGIATAN PEMBELAJARAN**

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
A. Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guru mengucapkan salam dan salah satu siswa memimpin do'a sebelum pelajaran dimulai</li> <li>• Guru memastikan siswa menjaga protokol kesehatan (pakai masker dan jaga jarak)</li> <li>• Siswa diajak untuk menjaga kebersihan lingkungan sekolah</li> <li>• Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai</li> <li>• Kegiatan awal guru mengukur kemampuan siswa tentang topik "sehat itu penting"</li> </ul>	2 menit
B. Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan tanya jawab dengan peserta didik tentang pengertian perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>• Peserta didik mengamati poster kemudian menentukan mana yang termasuk perilaku hidup sehat mana yang bukan perilaku hidup sehat</li> </ul> <div style="text-align: center;">  <p><b>PERILAKU HIDUP SEHAT DAN TIDAK SEHAT DALAM KEHIDUPAN SEHARI-HARI</b></p> <p><b>CUCI TANGAN</b>      <b>MEROKOK</b>      <b>RUTIN OLAHRAGA</b></p> <p><b>PAKAI MASKER</b>      <b>BUANG SAMPAH SEMBARANGAN</b>      <b>MAKAN MAKANAN BERGIZI</b></p> <p><b>ISTIRAHAT YANG CUKUP</b>      <b>NONTON TV TERLALU DEKAT</b>      <b>MEMBACA BUKU SAMPIL TIDURAN</b></p> <p><b>TANDA V PERILAKU HIDUP SEHAT</b>  <b>TANDA X PERILAKU TIDAK SEHAT</b></p> </div>	6 menit

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	AW
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siswa mempresentasikan hasil tugas yang dikerjakan</li> <li>Guru membagikan tugas pada siswa untuk dikerjakan dirumah</li> </ul>	
C. Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>Guru menyimpulkan materi yang telah disampaikan pada siswa</li> <li>Guru berpesan agar siswa selalu rajin belajar dan selalu menerapkan hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.</li> <li>Siswa melakukan operasi semut untuk menjaga kebersihan kelas</li> <li>Guru memberikan penguatan dan kesimpulan tentang</li> <li>Guru mengucapkan salam</li> </ul>	2 menit

### TEKNIK PENILAIAN

Sikap : percaya diri, peduli, tanggung jawab, disiplin  
 Pengetahuan : Tes tulis  
 Keterampilan : Kinerja

### Bentuk Soal (LEMBAR KERJA SISWA)

Nama Siswa : . . . . .  
 No. Absen : . . . . .

Isilah tabel berikut!

No	Perilaku Hidup Sehat Yang Telah Dilakukan dalam Kehidupan Sehari-hari
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

Sumber Belajar :

- 1 Lingkungan Sekolah
- 2 Buku Siswa Kelas V Tema 4 Sehat Itu Penting Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017
- 3 <https://realfood.co.id/id/artikel/tips-dan-cara-menerapkan-pola-hidup-sehat>

Alat Peraga :

- 1 Poster perilaku hidup sehat dan tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari

Refleksi Guru

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Mengetahui  
Kepala SD Negeri Kangenan 1

**SAHRUL BAHRI, S.Pd.SD**  
NIP. 19690616 198803 1 001

Pamekasan, .....

Guru Kelas V A

**ARIEF RAKHMAD WAHYUDI, S.Pd.SD**  
NIP. 19840314 200903 1 001