



Sehat Itu Penting

Kelas V Tema 4 Subtema 2 Pembelajaran 2

TUJUAN PEMBELAJARAN

- Setelah membaca pantun, siswa dapat menuliskan amanat pantun dengan tepat.
- Setelah membaca pantun, siswa dapat membuat pantun dan menunjukkan ciri-ciri dengan benar.
- Setelah melihat video pembelajaran, siswa dapat menjelaskan organ peredaran darah pada manusia dengan tepat.
- Setelah melihat video pembelajaran dan membaca teks, siswa dapat membuat diagram alur organ peredaran darah manusia dengan runtut.
- Setelah mengamati gambar, siswa dapat mengidentifikasi berbagai properti tari sesuai gambar dengan benar.
- Setelah mengamati gambar, siswa dapat menuliskan berbagai properti karya tari daerah yang menggunakan properti tari dengan tepat.



Pantun adalah jenis puisi lama yang setiap baitnya terdiri dari empat baris, memiliki sampiran, dan isi serta sangat luas dikenal dalam bahasa-bahasa Nusantara. Selain itu pantun juga mempunyai sebuah aturan dan ketentuan yang mengikat.

- Pantun terdiri atas empat baris, berirama silang (a-b-a-b), disusun dengan irama yang indah, dan memiliki makna yang penting.
- Pantun termasuk karya yang dapat menghibur sekaligus menegur.
- Pantun merupakan ungkapan perasaan dan pikiran yang disusun dengan kata-kata indah, sehingga sangat menarik untuk didengar atau dibaca.
- Pantun menjadi ciri khas bangsa Indonesia dalam mendidik dan menyampaikan hal-hal yang bermanfaat



Pantun bersajak a-b-a-b



Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata

Ciri-Ciri Pantun

Satu bait terdiri atas empat baris.



Dua baris pertama adalah sampiran dan dua baris berikutnya adalah isi pantun.



Ayo Berlatih
Saat malas dan tak bertenaga
Jangan diam seperti pagar
Sebaiknya lakukan olahraga
Agar peredaran darah lancar



Ciri Pantun Penjelasan

Pantun bersajak a-b-a-b
Saat malas dan tak bertenaga (a)
Jangan diam seperti pagar (r)
Sebaiknya lakukan olahraga (a)
Agar peredaran darah lancar (r)

Satu bait terdiri atas empat baris
Baris 1 : Saat malas dan tak bertenaga
Baris 2 : Jangan diam seperti pagar
Baris 3 : Sebaiknya lakukan olahraga
Baris 4 : Agar peredaran darah lancar

Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata.
Sa-at ma-las dan tak ber-te-na-ga (10 suku kata)
Ja-ngan di-am se-per-ti pa-gar (9 suku kata)
Se-ba-ik-nya la-ku-kan o-lah-ra-ga (11 suku kata)
A-gar per-e-dar-an da-rah lan-car (10 suku kata)

Dua baris pertama adalah sampiran dan dua baris berikutnya adalah isi pantun.

Saat malas dan tak bertenaga (Sampiran)
Jangan diam seperti pagar (Sampiran)
Sebaiknya lakukan olahraga (Isi)
Agar peredaran darah lancar (Isi)



· Apa amanat pantun di atas?
Amanat pantun diatas adalah
sebaiknya melakukan olahraga agar
peredaran darah menjadi lancar.

Saat malas tak bertenaga
Jangan diam seperti patung
Ayo kita berolahraga
Bersepeda keliling gunung

| No | Ciri Pantun | Penjelasan |
|----|---|---|
| 1 | Pantun bersajak a-b-a-b | Saat malas tak bertenaga (a) Jangan diam seperti patung (g) Ayo kita berolahraga (a) Bersepeda keliling gunung (g) |
| 2 | Satu bait terdiri atas empat baris | Baris 1 : Saat malas tak bertenaga Baris 2 : Jangan diam seperti patung Baris 3 : Ayo kita berolahraga Baris 4 : Bersepeda keliling gunung |
| 3 | Tiap baris terdiri atas 8 sampai 12 suku kata. | Sa-at ma-las tak ber-te-na-ga (9 suku kata) Ja-ngan di-am se-per-ti pat-ung (9 suku kata) A-yo ki-ta ber-o-lah-ra-ga (9 suku kata) Ber-se-pe-da ke-li-ling gu-nung (9 suku kata) |
| 4 | Dua baris pertama adalah sampiran dan dua baris berikutnya adalah isi pantun. | Saat malas tak bertenaga (sampiran) Jangan diam seperti patung (sampiran) Ayo kita berolahraga (Isi) Bersepeda keliling gunung (Isi) |

Amanat : Berolahraga merupakan salah satu kegiatan untuk menjaga kesehatan. Olahraga yang dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, misalnya bersepeda.

Organ peredaran darah manusia

Organ peredaran darah pada manusia terdiri atas pembuluh darah dan jantung. Keduanya memiliki fungsi berbeda-beda. Namun, membahas kedua organ pembuluh darah itu saja tidaklah lengkap tanpa membahas tentang darah. Darah, pembuluh darah, dan jantung merupakan suatu komponen yang berperan penting dalam kehidupan manusia.

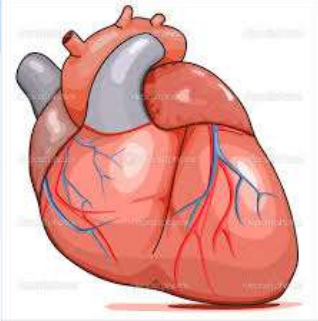
1. Darah

Fungsi darah adalah sebagai berikut.

- a. Sebagai alat pengangkut sari makanan dan O_2 ke seluruh tubuh dan sisa-sisa metabolisme ke organ ekskresi.
- b. Menjaga agar temperatur tubuh tetap.
- c. Mengedarkan air yang berfungsi untuk reaksi enzimatik atau untuk menjaga tekanan osmosis tubuh.
- d. Mengedarkan getah bening.
- e. Menghindarkan tubuh dari infeksi (membentuk antibodi berupa sel darah putih dan sel darah pembeku).
- f. Menjaga kestabilan suhu tubuh.
- g. Mengatur keseimbangan asam basa (Hb).

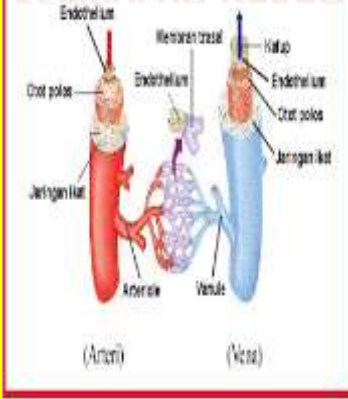


JANTUNG



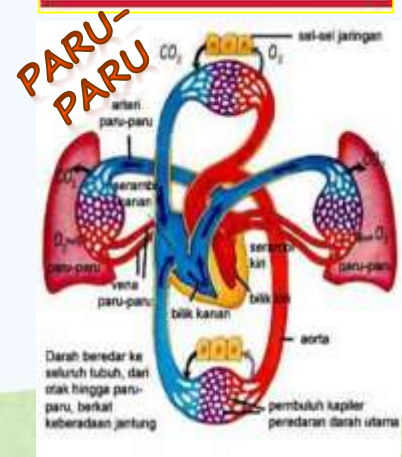
2. Jantung adalah organ tubuh yang berfungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Jantung manusia terletak di dalam rongga dada sebelah kiri. Ukuran jantung orang dewasa kira-kira sebesar kepalan tangan. Jantung memompa darah dengan cara berkontraksi dan berelaksasi secara bergantian sehingga jantung berdenyut, mengembang dan mengempis. Pada kondisi normal, jantung orang dewasa berdenyut 70 kali dalam satu menit. Kecepatan denyut jantung dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, tingkat aktifitas, dan kondisi kesehatan. Alat yang digunakan untuk mengukur kecepatan denyut jantung adalah *elektrokardiograf*. Jantung manusia terdiri atas empat ruang, yaitu serambi kiri, serambi kanan, bilik kiri dan bilik kanan. Masing-masing bagian dihubungkan dengan sekat yang disebut katup jantung

PEMBULUH DARAH



3. Pembuluh darah merupakan saluran tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh, juga dari seluruh tubuh kembali ke jantung. Berdasarkan arah aliran darahnya, pembuluh darah dibedakan menjadi dua, yaitu pembuluh nadi (arteri) dan pembuluh balik (vena). Pembuluh nadi (arteri) membawa darah dari jantung ke seluruh tubuh. Pembuluh balik (vena) membawa darah dari seluruh tubuh kembali ke jantung. Pembuluh nadi dan pembuluh balik bercabang-cabang. Pembuluh nadi yang terbesar disebut aorta. Cabang pembuluh yang terkecil disebut pembuluh kapiler. Pembuluh kapiler sangat halus dan ber dinding tipis serta berpori. Dalam pembuluh kapiler inilah terjadi pertukaran antara Oksigen dan Karbondioksida.

4. Dalam proses peredaran darah, paru-paru berperan untuk mensuplai oksigen ke dalam darah. Darah yang telah diedarkan ke seluruh tubuh, tidak lagi mengandung Oksigen, tetapi justru banyak mengandung Karbondioksida, setelah kembali ke jantung, darah yang telah kotor tersebut dipompa ke dalam paru-paru untuk kemudian Karbondioksida diambil dan diganti dengan oksigen melalui proses pernafasan.





- Negara kita Indonesia terkenal sebagai negara yang kaya akan beragam budaya. Salah satu kekayaan budaya Indonesia tersebut adalah Tarian daerah. Setiap suku bangsa memiliki bentuk tarian mereka masing-masing. Dengan ribuan jumlah suku yang ada di Indonesia, maka ribuan pula ragam tari daerah yang ada.

Properti merupakan salah satu unsur pendukung dalam tari. Ada tari yang menggunakan properti tetapi ada juga tidak menggunakan. Properti yang digunakan ada yang menjadi nama tarian tersebut. Contoh tari Payung menggunakan payung, tari Piring menggunakan piring sebagai properti. Kedua tarian ini berasal dari Sumatra Barat. Tari Lawung dari keraton Yogyakarta menggunakan Lawung (tombak) sebagai properti tarinya

Properti tarian identik dengan nama tarian.



Tari Payung-Sumatera Barat menggunakan payung



Tari Lilin menggunakan lilin



Tari Topeng menggunakan Topeng



Tari Jaranan-Jawa Timur menggunakan Kuda Kepang

Namun tahukah anak-anak jenis tari yang menggunakan properti tetapi tidak digunakan sebagai nama tarinya



Tari Pakarena-Sulawesi selatan menggunakan kipas



Tari Merak menggunakan Selendang



Mari Lestarikan Budaya Kesenian Tari

