



KELAS 5

TEMA 4

SEHAT ITU PENTING
MUATAN PELAJARAN
ILMU PENGETAHUAN
ALAM

Sub tema 2 pembelajaran ke-1

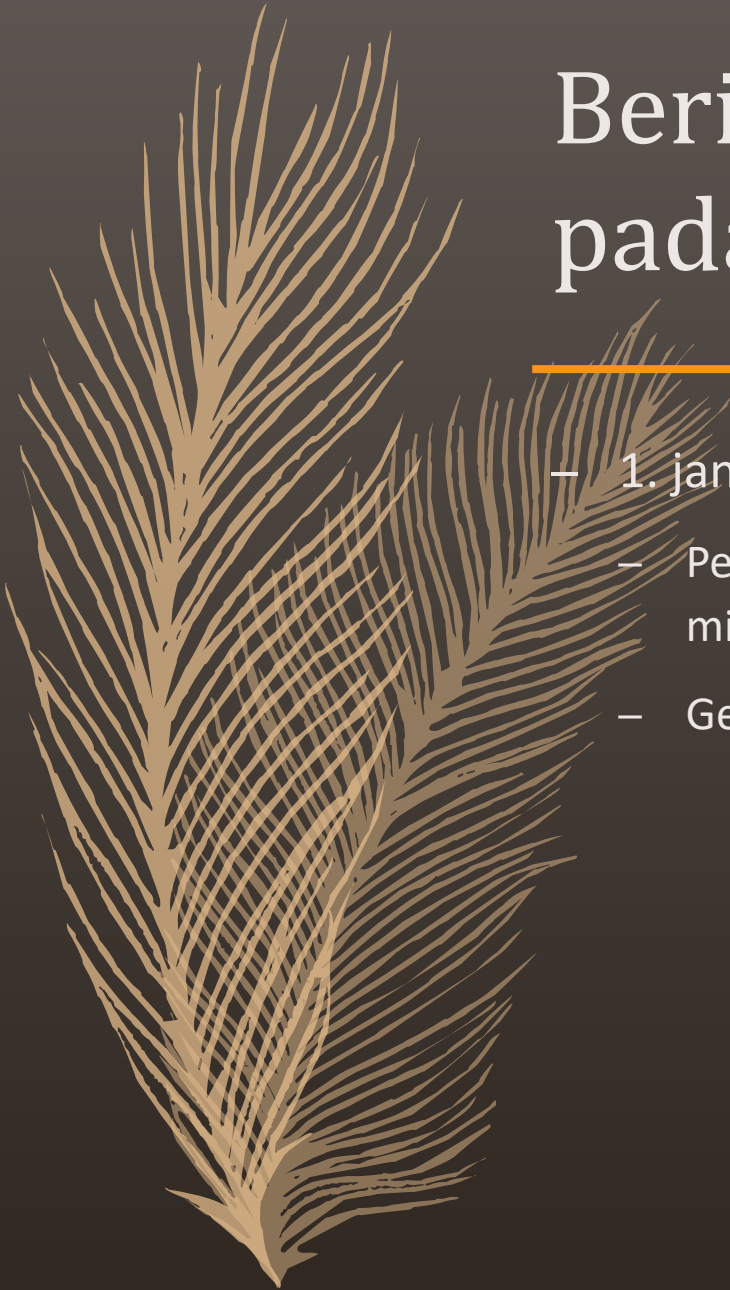


Gangguan Kesehatan pada jantung dan pembuluh darah manusia

- Sistem peredaran darah manusia tersusun atas jantung, pembuluh darah, dan darah
- Jika salah satu organ peredaran darah mengalami gangguan, peredaran darah tidak dapat bekerja dengan baik
- Gangguan Kesehatan dapat terjadi di jantung, pembuluh darah, atau darah.

Berikut beberapa gangguan Kesehatan pada jantung dan pembuluh darah

- 1. jantung coroner
 - Penyebab jantung coroner yaitu penyumbatan pembuluh darah oleh berbagai zat, misalnya lemak darah(kolestrol) dan zat kapur.
 - Gejala jantung coroner yaitu sesak napas, terasa sakit di bagian dada, dan cepat lelah



2. Hipertensi (darah tinggi)

- Hipertensi disebabkan naiknya tekanan darah.
- Hipertensi terjadi karena sering mengonsumsi makanan yang mengandung lemak dan garam.
- Gejala hipertensi yaitu jantung berdebar-debar, badan lemah, dan pusing

Seseorang disebut mempunyai tekanan darah tinggi apabila tekanan darahnya terukur

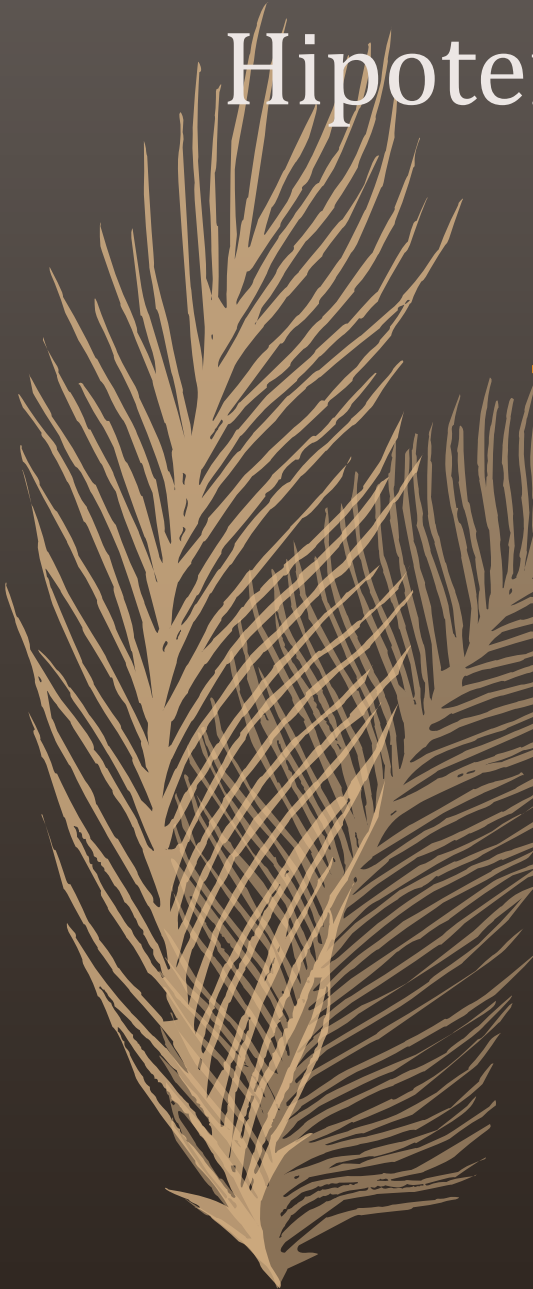
130/80 mmHg

atau lebih tinggi



Hipotensi (darah rendah) dan varises

- Hipotensi Disebabkan turunnya tekanan darah.
- Hipotensi terjadi karena kurang berolahraga dan kurang mengonsumsi makanan yang bergizi
- Gejala hipotensi yaitu mudah Lelah, kaki dan tangan terasa dingin, dan pusing
- Varises disebabkan adanya gangguan atau hambatan pembuluh darah vena dalam mengalirkan darah. Selain itu juga disebabkan factor keturunan dan terlalu lama berdiri atau duduk bersila terus-menerus.
- Gejala varises yaitu adanya benjolan pada kulit kaki berwarna keunguan, pegal-pegal, dan Lelah dibagian tungkai kaki.






Gangguan Kesehatan pada darah manusia

- Gangguan Kesehatan pada darah dapat disebabkan oleh factor keturunan dan non keturunan.
- Hemofilia, adalah penyakit keturunan yang menyebabkan tubuh kekurangan protein yang dibutuhkan dalam proses pembekuan darah, gejala penderita hemofilia adalah darah yang sukar membeku saat terjadi luka.
- Anemia, penyebab anemia yaitu pendarahan yang hebat, kekurangan zat besi, dan gangguan pembuatan sel darah merah pada tulang. Gejala anemia yaitu mudah Lelah, lemas, sakit kepala, dan wajah terlihat pucat. Pencegahan anemia yaitu mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, misalnya bayam, telur, kacang-kacangan, ikan dan daging sapi.



Faktor nonketurunan leukemia(kanker darah) dan demam berdarah

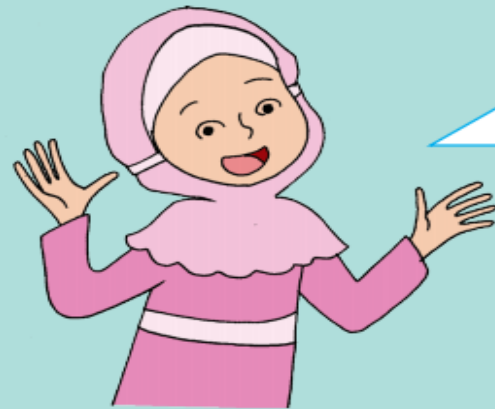
- Leukemia atau disebut juga kanker darah merupakan kondisi Ketika jumlah sel darah putih lebih banyak dibandingkan dengan sel darah merah, gejala leukemia yaitu mudah Lelah, kurangnya nafsu makan, dan timbul rasa nyeri pada tulang.
- Demam berdarah merupakan infeksi virus dengue yang menyerang komponen darah, yaitu trombosit dan keeping darah. Penderita demam berdarah harus segera dibawa ke dokter untuk mendapatkan pertolongan lebih lanjut.



Kelas 5
tema 4 sehat itu penting
muatan pelajaran
Bahasa Indonesia

- subtema 2
- gangguan Kesehatan pada organ peredaran darah
- Pembelajaran ke-1

Mengenal isi pantun dan maknanya



Manusia rentan dengan berbagai macam gangguan pada organ tubuhnya, di antaranya gangguan pada organ peredaran darah. Apa penyebab gangguan pada organ peredaran darah manusia? Apa saja jenis gangguan pada organ peredaran darah manusia?

Ayo Membaca



*Di situ kamu di sini aku
Bergandeng tangan bersuka ria
Sehat selalu ini badanku
Karena rajin berolahraga*

*Si Nana mengayuh sepeda
Di dahinya penuh peluh
Wahai anak-anak muda
Sehat itu pasti kamu butuh*

Pengertian pantun



Pantun adalah sebuah puisi melayu asli yang terikat oleh beberapa aturan yang berlaku

Biasanya di dalam pantun terdapat pesan atau amanat dari sang pembuat pantun.

Ciri-ciri pantun

- Sajak atau rima adalah bunyi akhir pada baris

Pantun atau syair

Pergi ke pasar membeli batik
Jangan lupa pula beli durian
Duhai muridku tampan dan cantik
Bagaimana kabar kalian

CIRI-CIRI PANTUN:

1. Satu bait terdiri dari 4 baris
2. setiap baris terdiri dari 8-12 suku kata
3. Baris 1 dan 2 disebut sampiran
4. Baris 3 dan 4 disebut isi
5. Bersajak atau berrima a-b-a-b

Jenis-jenis pantun



Pantun kanak-
kanak

Pantun nasihat

Pantun jenaka