

BAHAN AJAR DARING

Oleh : SULAIHA A., S.Pd

KELAS 5



TEMA 4. SEHAT ITU PENTING

Sub Tema 1. Peredaran Darahku Sehat

PEMBELAJARAN 1



PESAN UNTUK ORANG TUA

Assalamuallaikum wr.wb.

Selamat pagi, apa kabar Ayah/Bunda? Semoga Ayah/Bunda senantiasa dalam keadaan sehat selalu ya, mengingat kondisi daerah kita saat ini masih pandemi virus COVID-19, maka pada hari ini kita masih melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), oleh karena itu dimohon Ayah/Bunda untuk mendampingi ananda dalam melakukan aktivitas pembelajaran, karena kita tidak libur sekolah melainkan *Home Learning* (HL).

Ayah/Bunda dimohon untuk selalu mengingatkan ananda agar mematuhi protokol kesehatan dalam melakukan setiap aktivitas dan selalu menjaga kebersihan di lingkungan rumah supaya terhindar dari penyebaran virus COVID-19 dan Demam Berdarah. Terima kasih.

MODUL PINTAR

**KELAS 5 SEKOLAH
DASAR**



NAMA :

KELAS :

NO ABSEN :

Kata Pengantar

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan modul Belajar dari Rumah untuk siswa kelas 5 Sekolah Dasar.

Modul ini disusun berdasarkan Buku Guru dan Buku Siswa kelas 5 Tema 4 : Sehat itu Penting Sub Tema 1 : Peredaran darahku sehat Pembelajaran 1 dilengkapi dengan latihan soal yang menarik dan interaktif untuk memotivasi siswa belajar dengan lebih menyenangkan dari rumah. Modul ini di susun sebagai salah satu tugas PPG Dalam Jabatan Angkatan 2 PGSD Universitas Negeri Jember Tahun 2020

Kami menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan modul ini. Oleh karena itu, kami sangat mengharapkan kritik dan saran demi perbaikan dan kesempurnaan modul ini. Kami mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah membantu proses penyelesaian modul ini. Semoga modul ini dapat bermanfaat kita semua, khususnya siswa.

Penulis

PANDUAN PENDAMPING

1. Penjelasan tentang Modul:
 - a. Modul Belajar Mandiri kelas V ini memuat pembelajaran pada Tema 4 : Sehat itu Penting
 - b. Modul ini dikembangkan dari Buku Guru dan Buku Siswa Kelas V Pembelajaran Tematik Terpadu Kurikulum 2013.
 - c. Untuk memudahkan anak belajar mandiri, kegiatan pembelajaran dilakukan untuk setiap KD (Pengetahuan dan Keterampilan) dari setiap mata pelajaran.
 - d. Pada awal unit kegiatan tersedia keterangan Kompetensi Dasar yang akan dicapai, aktivitas belajar dan evaluasi.
 - e. Bapak/ibu diharapkan mengembangkan ide-ide pembelajaran kreatif sesuai dengan situasi dan kondisi di lapangan.
 - f. Dalam setiap kegiatan, mohon menekankan pentingnya motivasi dan juga nilai-nilai karakter yang akan dikembangkan oleh anak.
2. Penjelasan Pendampingan Kegiatan Belajar Mandiri :
 - a. Berikan gambaran besar tujuan pembelajaran dan kegiatan pembelajaran berdasarkan modul
 - b. Bantulah anak untuk memahami cara menggunakan modul
 - c. Ajaklah anak menuliskan nama, asal sekolah, kelas pada halaman "Identitas".
 - d. Upayakan tidak berpindah dari satu kegiatan ke kegiatan lain sebelum kegiatan tersebut dituntaskan oleh anak.
3. Selamat bertugas, semoga kesehatan dan kesuksesan senantiasa menyertai Bapak/Ibu semua.

Terima kasih

PANDUAN PENGGUNAAN MODUL

1. Berdoa dulu sebelum dan sesudah membaca modul



3. Bacalah petunjuk terlebih dahulu

2. Kerjakan soal dengan sungguh-sungguh



4. tanyakan hal yang sulit kepada orang tua kalian



KOMPETENSI INTI

- 1. Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.**
- 2. Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman dan guru.**
- 3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati [mendengar, melihat, membaca] dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah.**
- 4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas dan logis dan sistematis, dalam karya yang estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia**



BAHASA INDONESIA

3.6 Menggali isi dan amanat pantun yang disajikan secara lisan dan tulis dengan tujuan untuk kesenangan.

4.6 Melisankan pantun hasil karya pribadi dengan lafal, intonasi, dan ekspresi yang tepat sebagai bentuk ungkapan diri

Pembelajaran

1

IPA

3.4 Menjelaskan organ peredaran darah dan fungsinya pada hewan dan manusia serta cara memelihara kesehatan organ peredaran darah manusia.

4.4 Menyajikan karya tentang organ peredaran darah pada manusia.

TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Dengan kegiatan memperhatikan materi organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia yang disajikan dalam bentuk powerpoint, peserta didik dapat membuat peta pikiran tentang organ peredaran darah dan fungsinya pada manusia dengan rinci.(HOTS dan TPACK)
2. Melalui tayangan video dari youtube, peserta didik dapat menggambar cara kerja organ peredaran darah manusia dengan tepat.(mengintegrasikan ICT)
3. Dengan kegiatan memperhatikan materi pantun yang disajikan dalam powerpoint, peserta didik dapat menyebutkan bagian-bagian dan ciri-ciri pantun dengan tepat.(mengintegrasikan ICT)
4. Dengan kegiatan mencari tahu tentang pantun melalui internet, peserta didik dapat membuat pantun dengan tema sehat itu penting.(mengintegrasikan ICT)

PETUNJUK

1. Bacalah materi yang ada pada modul ini
2. Tanyakan kepada guru/orang tua jika ada hal yang sulit
3. Kerjakan soal yang ada dengan benar

1. Bacalah pantun di bawah ini!



Apa isi pantun di atas?

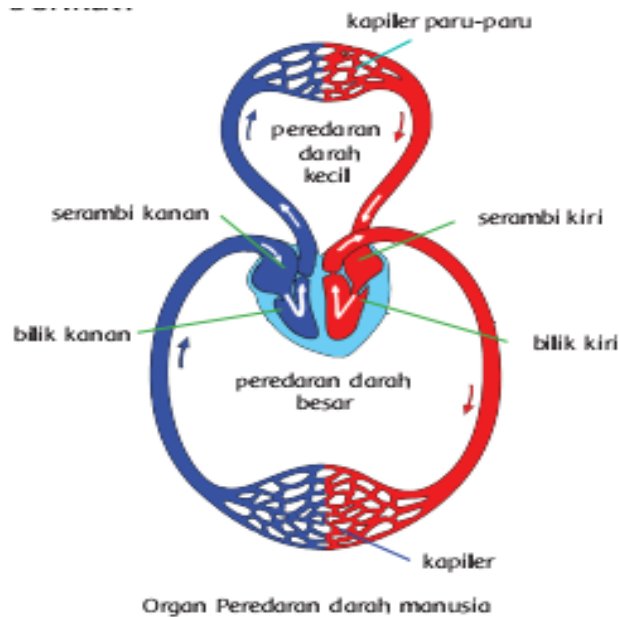
Catatan:

Kegiatan ini dimaksudkan sebagai pra-test dan merangsang keingintahuan siswa untuk belajar tentang sikap peduli terhadap kesehatan tubuh melalui isi pantun. Dengan demikian, kegiatan awal pembelajaran awal ini dilakukan secara menarik dan interaktif.

Ayo Mengamati



Perhatikan gambar berikut!



Mengalirnya darah di dalam tubuh disebut sistem peredaran darah. Sistem peredaran darah dalam tubuh ada dua, yaitu peredaran darah kecil dan peredaran darah besar. Sistem peredaran darah kecil, yaitu darah mengalir dari bilik kanan menuju paru-paru melalui arteri pulmonalis. Dalam paru-paru terjadi pertukaran darah yang banyak mengandung karbon dioksida (CO_2) dengan darah yang banyak mengandung oksigen (O_2). Darah yang banyak mengandung O_2 kembali ke jantung melalui vena pulmonalis. Sistem peredaran darah kecil sebagai berikut.

Bilik kanan → arteri pulmonalis → paru-paru → vena pulmonalis → serambi kiri

Sistem peredaran darah besar, yaitu darah yang banyak mengandung oksigen (O_2) mengalir dari bilik kiri jantung ke seluruh tubuh (kecuali paru-paru) melalui arteri besar (aorta). Selanjutnya, terjadi pertukaran darah yang banyak mengandung oksigen dengan darah yang banyak mengandung karbon dioksida di seluruh tubuh. Darah yang banyak mengandung karbon dioksida kembali ke jantung melalui vena ke serambi kanan. Sistem peredaran darah besar adalah sebagai berikut.

Bilik kiri → arteri besar (aorta) → arteri → seluruh tubuh → vena → serambi kanan

Ayo Menulis



Setelah membaca uraian di atas. Ternyata ada beberapa organ tubuh dalam peredaran darah manusia. Coba tuliskan organ tubuh manusia dalam peredaran darah.

Organ tubuh manusia yang berperan dalam peredaran darah adalah.....

.....

.....

.....

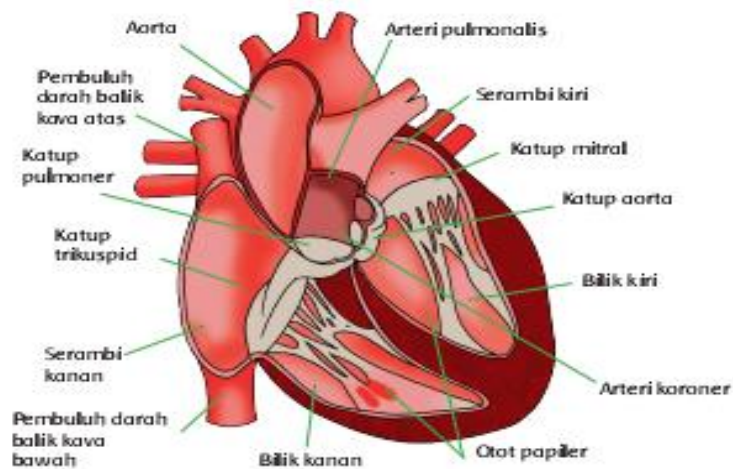
.....

Ayo Membaca



1. Jantung

Jantung adalah organ tubuh manusia yang berfungsi memompa darah ke seluruh tubuh. Jantung memompa darah dengan cara berkontraksi dan berelaksasi secara bergantian, sehingga jantung berdenyut, mengembang, dan mengempis. Jantung terletak di dalam rongga dada sebelah kiri. Ukuran jantung kira-kira sebesar kepalan tangan pemiliknya. Jantung tersusun atas kumpulan otot-otot yang sangat kuat yang disebut **miokardium**. Jantung terdiri atas empat ruang, yaitu serambi kanan, serambi kiri, bilik kanan, dan bilik kiri.

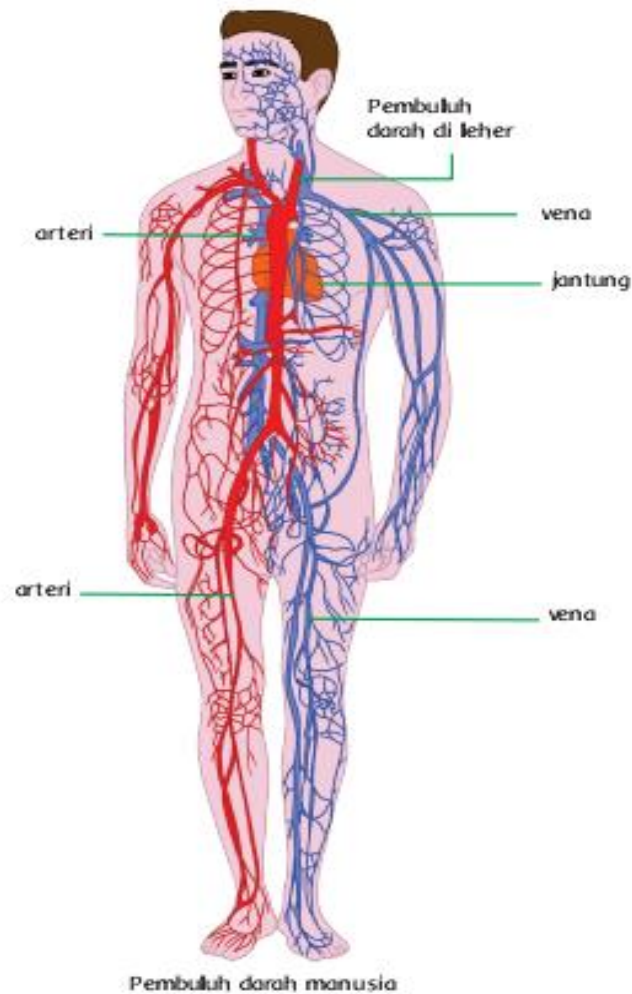


Antara bagian kanan dan kiri jantung dibatasi oleh sekat jantung yang disebut **katup jantung**. Katup jantung berfungsi untuk mencegah bercampurnya darah yang mengandung oksigen dengan darah yang mengandung karbon dioksida. Otot penyusun bilik jantung lebih tebal daripada otot pada serambi jantung. Hal ini disebabkan tugas bilik jantung lebih berat. Tugasnya, yaitu memompa darah keluar dari jantung ke seluruh bagian tubuh.

Kontraksi dan relaksasi pada jantung mengakibatkan terjadinya denyut jantung atau denyut nadi. Ketika jantung memompa darah ke dalam pembuluh nadi, pembuluh tersebut ikut berdenyut. Dengan demikian, melalui denyut nadi kamu dapat mengetahui denyut jantung. Denyut nadi akan terasa jelas dengan menekan pembuluh nadi pada pergelangan tangan dan bagian leher di bawah telinga. Untuk dapat menghitung denyut nadi, ayo lakukan percobaan berikut,

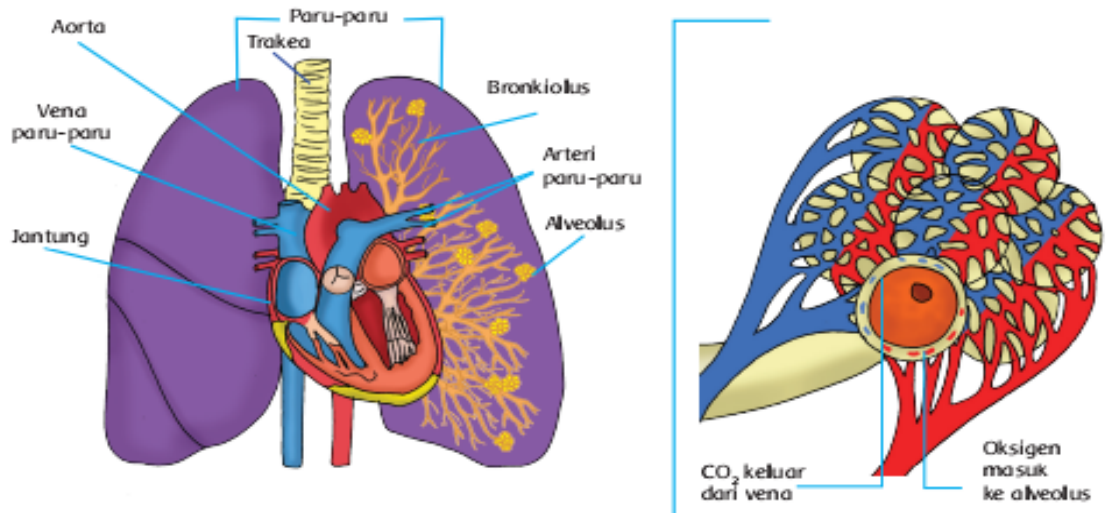
2. Pembuluh Darah

Pembuluh darah merupakan saluran tempat mengalirnya darah dari jantung ke seluruh tubuh dan dari seluruh tubuh kembali ke jantung. Pembuluh darah terdiri atas dua jenis, yaitu pembuluh nadi dan pembuluh balik. Pembuluh nadi disebut **arteri**. Pembuluh balik disebut **vena**. Pembuluh nadi atau arteri yaitu pembuluh yang membawa darah yang kaya akan oksigen keluar dari jantung ke seluruh tubuh. Pembuluh nadi yang paling besar disebut **aorta**. Pembuluh balik yaitu pembuluh darah yang membawa darah yang kaya akan karbon dioksida dari seluruh tubuh menuju jantung.



Pembuluh nadi dan pembuluh balik bercabang-cabang. Ujung cabang pembuluh terkecil disebut, **pembuluh kapiler**. Pembuluh kapiler sangat halus ber dinding tipis dan berpori. Dalam pembuluh kapiler ini terjadi pertukaran dua zat, yaitu antara oksigen dan karbon dioksida. Panjang seluruh pembuluh darah manusia jika dihubungkan dari satu ujung ke ujung yang lain dapat mencapai sekitar 160.000 km. Kamu telah mempelajari tentang pembuluh darah. Untuk lebih memahami ayo lakukan kegiatan menulis berikut ini.

3. Paru-Paru



Organ paru-paru dan mekanisme pertukaran O₂ dan CO₂

Paru-paru juga memiliki peranan yang penting dalam proses peredaran darah. Dalam proses peredaran darah, paru-paru berperan sebagai penyuplai oksigen ke dalam darah. Darah yang telah diedarkan ke seluruh tubuh tidak lagi mengandung oksigen. Akan tetapi banyak mengandung karbon dioksida. Setelah kembali ke jantung, darah yang akan mengandung karbon dioksida tersebut dipompa ke dalam paru-paru. Selanjutnya, karbon dioksida diambil dan diganti dengan oksigen melalui proses pernapasan.

Paru-paru terdiri atas ribuan tabung bercabang. Tabung bercabang yang jumlahnya ribuan semakin ke ujung semakin mengecil. Pada ujung yang mengecil terdapat kantong udara. Kantong udara tersebut dinamakan "alveoli". Masing-masing alveoli memiliki jaringan halus kapiler. Pada jaringan halus kapiler inilah tempat terjadinya pertukaran oksigen dan karbon dioksida.

Setelah membaca materi di atas, buatlah peta konsep atau peta pikiran tentang organ peredaran darah beserta fungsinya. Kerjakan secara kelompok! Hasilnya di foto dan dikirim ke group WA kelas!

Ayo mencoba!

- Pada kegiatan Ayo Mencoba: Siswa telah memahami bahwa jantung merupakan salah satu organ yang terlibat dalam peredaran darah. Jantung berfungsi untuk memompa darah. Selanjutnya, siswa diminta mencoba merasakan denyut nadi atau denyut jantungnya. Denyut nadi terjadi karena jantung memompa darah ke dalam pembuluh nadi. Oleh karena itu, pembuluh nadi ikut berdenyut. Denyut nadi dapat terasa jelas dengan menekan pembuluh nadi pada pergelangan tangan dan bagian leher di bawah telinga.
- Peserta didik diminta untuk menempelkan ketiga jari tangan kanan (telunjuk, tengah, dan manis) pada pergelangan tangan kiri, lalu menekannya secara perlahan.
- Siswa diminta merasakan dan menghitung denyut nadinya selama 15 detik.
- Siswa diminta menghitung kecepatan denyut jantung dengan cara, hasil penghitungan denyut jantung selama 15 detik dikalikan 4.

Ayo Mengamati



Amatilah video tentang organ peredaran darah pada link youtube di bawah ini!

<https://www.youtube.com/watch?v=QLoqMruGbkc>

Ayo Berkreasi



setelah menyaksikan video pada link youtube di atas, gambarlah organ peredaran darah manusia serta jelaskan cara kerjanya

Cara kerja organ peredaran darah manusia.

Ayo Membaca



Menjaga organ peredaran darah merupakan wujud syukur kepada Tuhan. Cara mengungkapkan rasa syukur banyak sekali, salah satu diantaranya dengan cara membaca pantun.

Bacalah pantun di bawah ini!

Rambutku lebat rambutku subur
Tidak dapat dipasang
Tubuhku sehat kuucap syukur
Darah mengalir tanpa hambatan



Ayo Berlatih



Setelah membaca pantun di atas, jawablah pertanyaan di bawah ini!

1. Apa isi pantun di atas?
2. Sebutkan ciri-ciri pantun?

selanjutnya carilah pemahaman tentang pantun pada link dibawah ini :

<https://www.google.com/search?q=pantun+tentang+peredaran+darah&oq=pantun+peredara&aqs=chrome.3.0j69i57j0l6.10426j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>

TUGAS !



JANGAN LUPA



Fotokan hasil pekerjaan kalian, dan kirim melalui WA Pribadi paling lambat
pukul 19.00 WIB
Tetap semangat ya!

Lembar Refleksi

1. Apa yang telah kamu pelajari hari ini?

.....
.....

2. Apa manfaat yang kalian dapatkan setelah mengikuti pembelajaran hari ini?

.....
.....

3. Apa kesulitan yang kamu hadapi dalam pembelajaran hari ini?

.....
.....

4. Berilah tanda centang (✓) pada salah satu ekspresi berikut yang sesuai dengan perasaan kalian setelah mempelajari modul ini!

