

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ( RPP )



SEKOLAH BANGUN MANDIRI

Nama pengajar : Ms Arum  
Alamat email : arumbangunmandiri2020@gmail.com  
Kelas : 3  
Tema : Sehat itu Penting  
Sub Tema : Menerapkan Hidup Sehat dalam  
Kehidupan Sehari-hari  
Materi : Pentingnya Sarapan

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN ONLINE**  
**SD BANGUN MANDIRI**  
**TEMATIK**



Nama guru : Ms Arum  
Kelas : E3  
Tanggal : 25 Nov 2021  
Alokasi waktu: 2 x 30 menit

Tema : Sehat itu Penting  
Sub tema 1 : Menerapkan Hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-hari  
Materi : Pentingnya Sarapan

**KEGIATAN AWAL**

- Guru menanyakan, apakah para siswa sudah sarapan sebelum ke sekolah dan apa saja menu makanan yang disediakan di rumah
- Siswa menjawab sesuai keadaan di rumah masing-masing, guru mencatat menu apa saja yang disebut siswa

**Tujuan :**

Membangkitkan rasa ingin tahu siswa tentang menu sarapan dan pentingnya sarapan

**KEGIATAN INTI**

**PENGETAHUAN**

**Kompetensi Inti:**

3. Memahami pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif pada tingkat dasar dengan cara mengamati, menanya, dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah, dan tempat bermain.

**Kompetensi Dasar :**

Bahasa Indonesia

3.10 Mencermati ungkapan atau kalimat saran, masukan, dan penyelesaian masalah (sederhana) dalam teks tulis

PJOK

3.9 memahami perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh

SBdP

3.1 mengetahui unsur-unsur rupa dalam karya dekoratif

**Tujuan pembelajaran :**

Mampu mengelompokkan jenis makanan ke setiap kelompok protein, karbohidrat, lemak dan vitamin-mineral dalam bentuk tabel yang diberi hiasan dekoratif.

**Metode :**

Editing

**Kegiatan :**

- Siswa mengamati daftar menu makanan yang sudah ditulis di papan.
- Siswa dibagi dalam kelompok kecil berdasarkan tempat duduk agar dapat bekerja sama untuk mengelompokkan menu.
- Siswa mencoba mengelompokkan jenis makanan berdasarkan pengetahuan masing-masing, bisa berdasarkan rasa, bentuk atau warna.
- Setiap kelompok mempresentasikan hasil pengelompokkan beserta alasannya.
- Berdiskusi bersama untuk membahas setiap alasan pengelompokkan.
- Guru melakukan konfirmasi dengan menjelaskan bahwa setiap jenis makanan dapat dikelompokkan berdasarkan kelompok protein, karbohidrat, lemak, dan vitamin-mineral
- Siswa mengamati contoh tabel yang terdiri dari 4 kolom sesuai kelompok protein, karbohidrat, lemak, dan vitamin-mineral dan diberi hiasan dekoratif sebagai bingkai.
- Siswa menyimak penjelasan guru tentang ciri makanan dari tiap kelompok dan manfaat bagi kesehatan.
- Guru pun menjelaskan jenis-jenis unsur rupa pada hiasan di tepi tabel.
- Setiap kelompok membuat tabel yang sesuai dengan pengelompokkan protein, karbohidrat, lemak, dan vitamin-mineral, untuk memperbaiki hasil pengelompokkan pertama.
- Guru memastikan hasil kerja siswa sudah sesuai.
- Guru memberi saran tentang menu sarapan yang sehat, dimana terdapat unsur protein, karbohidrat, lemak, dan vitamin-mineral.

**Media :**

Tabel berisi kelompok jenis makanan

**Penilaian :**

Karya yang dinilai : tabel

Teknik penilaian : daftar periksa

## **KETRAMPILAN**

### **Kompetensi Inti :**

4. Menunjukkan keterampilan berfikir dan bertindak kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, dan komunikatif. Dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan tindakan yang mencerminkan perilaku anak sesuai dengan tahap perkembangannya.

### **Kompetensi Dasar :**

Bahasa Indonesia

4.10 Memperagakan ungkapan atau kalimat saran, masukan, dan penyelesaian masalah (sederhana) sebagai bentuk ungkapan diri menggunakan kosakata baku dan kalimat efektif yang dibuat sendiri.

PJOK

4.9 Menceritakan perlunya memilih makanan bergizi dan jajanan sehat untuk menjaga kesehatan tubuh

SBdP

4.1 Membuat karya dekoratif

### **Tujuan Pembelajaran :**

Mampu membuat slogan yang terdiri dari gambar menu sarapan yang terdapat contoh protein, karbohidrat, lemak, vitamin-mineral dan kalimat saran untuk menyarankan pembaca agar membiasakan sarapan di pagi hari, serta diberi hiasan dekoratif agar menarik.

### **Metode :**

Praktik

### **Kegiatan :**

- Siswa kembali mengamati daftar menu sarapan yang ditulis di papan.
- Siswa menjawab pertanyaan guru, "Mengapa sarapan itu penting?"
- Guru mengambil kesimpulan dari semua jawaban siswa bahwa sarapan itu penting sebagai asupan energi di pagi hari agar dapat melakukan kegiatan dengan penuh semangat.
- Membagi siswa dalam 4 kelompok besar, dengan cara melihat isi tulisan di kertas yang sudah ditempel di bawah kursi masing-masing siswa.
- Tulisan yang terdapat di kertas adalah contoh jenis makanan dari tiap kelompok protein, karbohidrat, lemak, vitamin-mineral.
- Setiap siswa mencari anggota masing-masing dan menempati area yang sudah ditentukan guru.

- Setiap kelompok diminta untuk menyusun menu sarapan yang sehat dan terdapat protein, karbohidrat, lemak, vitamin-mineral.
- Tugas berikutnya adalah membuat kalimat saran yang menyarankan agar orang lain membiasakan diri untuk melakukan sarapan.
- Langkah berikutnya adalah membuat gambar menu sarapan sehat di selembar kertas A4, diberi warna, dilengkapi dengan kalimat saran dan diberi hiasan dekoratif agar menarik perhatian orang untuk membacanya.
- Hasil karya kelompok dipresentasikan di depan kelas.
- Dalam presentasi terdapat penjelasan menu sehat dan kalimat saran.
- Guru mengapresiasi setiap presentasi kelompok

**Media :**

Contoh slogan

**Penilaian :**

Karya yang dinilai : presentasi lisan dan slogan

Teknik penilaian : rubrik

**KEGIATAN AKHIR**

Siswa dan guru mereview tentang kegiatan yang baru saja dilakukan, dengan menanyakan apakah mulai sekarang siswa tidak lupa untuk sarapan sebelum memulai kegiatan, ataupun mengingatkan/menyarankan orang di rumah untuk selalu sarapan.

**Tujuan :**

Mereview pengetahuan siswa mengenai pentingnya dan menimbulkan semangat untuk berbagi ilmu

**ANALISA KEGIATAN HARI INI**

Mengetahui:

Kepala SD Bangun Mandiri,

Guru Mata Pelajaran,

Arum Nawangwulan, ST

Ms. Arum

## Daftar Periksa Tabel Pengelompokkan Jenis Makanan

no	deskripsi	Ada/tidak
1	Tabel terdiri dari minimal 4 kolom	
2	Terdapat kolom "Protein"	
3	Terdapat kolom "Karbohidrat"	
4	Terdapat kolom "Lemak"	
5	Terdapat kolom "Vitamin-mineral"	
6	Terdapat minimal 5 contoh makanan yang termasuk protein	
7	Terdapat minimal 5 contoh makanan yang termasuk karbohidrat	
8	Terdapat minimal 5 contoh makanan yang termasuk lemak	
9	Terdapat minimal 5 contoh makanan yang termasuk vitamin-mineral	
10	Diberi hiasan dekoratif berupa perpaduan garis lengkung atau zig-zag dan bangun datar	

RUBRIK PENILAIAN

Tugas : Slogan

<b>Materi</b>	<b>Kriteria 1</b> <b>90</b>	<b>Kriteria 2</b> <b>80</b>	<b>Kriteria 3</b> <b>70</b>	<b>nilai</b>
gambar	Terdapat 4 jenis makanan yang mewakili protein, karbohidrat, lemak, vitamin-mineral	Hanya terdapat 3 jenis makanan dari kriteria 1	Terdapat kurang dari 3 jenis makanan dari kriteria 1	= 40% x nilai kriteria = ....
Kalimat saran	Kalimat saran dimulai dengan kata "sebaiknya" dan sesuai dengan tema "sarapan"	Kalimat saran dimulai dengan kata "sebaiknya", tapi kurang sesuai tema "sarapan"	Tidak terdapat kalimat saran	= 40% x nilai kriteria
Hiasan dekoratif	Terdapat unsur garis lengkung atau zig-zag dan bangun datar	Hanya terdapat unsur garis atau unsur bangun datar	Tidak terdapat unsur dekoratif	= 20% x nilai kriteria
			total	Jumlah nilai per deskripsi

Tugas : Presentasi

<b>Materi</b>	<b>Kriteria 1</b> <b>90</b>	<b>Kriteria 2</b> <b>80</b>	<b>Kriteria 3</b> <b>70</b>	<b>nilai</b>
Isi Presentasi	Terdapat dari : - contoh makanan dari protein, karbohidrat, lemak, vitamin-mineral - manfaat protein, karbohidrat, lemak, vitamin-mineral - menyebutkan kalimat saran	Hanya terdapat 2 item presentasi dari kriteria 1	Hanya terdapat 1 item presentasi dari kriteria 1	= 50% x nilai kriteria = ....
Cara presentasi	- menjelaskan dengan artikulasi yang terdengar jelas - menatap lawan bicara - menggunakan bahasa tubuh hanya di kalimat penting	- menjelaskan dengan artikulasi yang terdengar, namun harus diperhatikan sungguh-sungguh - menatap lawan bicara dengan malu-malu - menggunakan bahasa tubuh di semua kalimat	- menjelaskan dengan artikulasi yang kurang terdengar - tidak menatap lawan bicara - tidak menggunakan bahasa tubuh	= 50% x nilai kriteria
			total	Jumlah nilai per deskripsi