

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SDN Juku Eja  
 Kelas / Semester : V (lima) /Genap  
 Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
 Materi : Pola Hidup Sehat  
 Pertemuan/Alokasi waktu : (2)/10 menit

### A. TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Setelah melakukan pengamatan, siswa mampu memahami pemeliharaan diri sendiri dan orang lain .
2. Setelah berdiskusi, siswa mampu menerapkan pola hidup sehat untuk menghindari penyakit sejak dini.

### B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Kegiatan Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyapa siswa dan memandu siswa untuk mengawali pembelajaran dengan berdoa. (<b>Religius dan Integritas</b>)</li> <li>2. Guru memeriksa kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran dan berdo'a. (<b>Karakter dan Life Skills</b>).</li> <li>3. Guru menanyakan dan memotivasi siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran hari ini. (<b>Pengalaman belajar dan Variasi Aktivitas</b>)</li> <li>4. Guru Memberi gambaran tentang manfaat pembelajaran hari ini.</li> <li>5. Guru mengulang materi sebelumnya untuk melanjutkan ke materi hari ini.</li> </ol>	2 menit
Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> <li>a) <b>Mengamati</b> (Melalui Fitur Rumah Belajar; Sumber Belajar)                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mengamati media pembelajaran interaktif berbentuk web pada fitur Sumber Belajar di Portal Rumah Belajar Kemendikbud.</li> <li>2. Guru menjelaskan tentang penerapan pola hidup sehat.</li> </ol> </li> <li>b) <b>Menanya</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan kesempatan siswa untuk bertanya tentang materi yang disampaikan</li> <li>2. Siswa menanyakan penjelasan guru yang belum di pahami. (<b>Communication</b>)</li> </ol> </li> <li>c) <b>Menalar</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa mencoba berdiskusi dengan temannya tentang materi yang disampaikan. (<b>Critical Thinking</b>)</li> <li>2. Siswa melakukan pengamatan dan menyimpulkan pemahamannya terkait materi.</li> <li>3. Guru menyatakan bahwa siswa telah paham tentang kegiatan yang akan dilakukan.</li> </ol> </li> <li>d) <b>Mencoba</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberikan latihan guna mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan menggunakan media pembelajaran interaktif berbasis web pada fitur sumber belajar.</li> <li>2. Dengan bimbingan guru, siswa membentuk kelompok dan membuat rencana kegiatan sehari-hari dengan menerapkan konsep pola hidup sehat yang sudah dipahami. (<b>Collaboration, Creativity</b>)</li> </ol> </li> <li>e) <b>Mengkomunikasikan</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa menyampaikan hasil kerja kelompok yang telah dibuat.</li> <li>2. Siswa melakukan tanya jawab dengan sesama siswa serta guru hasil kerja kelompok.</li> </ol> </li> </ol>	6 menit
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menanyakan kepada siswa terkait materi untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi yang sudah diajarkan</li> <li>2. Siswa menyampaikan pemahaman mereka terkait materi. (<b>Variasi Aktivitas</b>)</li> <li>3. Belajar menyanyikan salah satu lagu daerah untuk menumbuhkan <b>nasionalisme, persatuan, dan toleransi</b>.</li> <li>4. Guru melakukan evaluasi dan refleksi hasil belajar siswa hari ini untuk menghubungkannya dengan materi yang akan datang.</li> </ol>	2 menit

### C. PENILAIAN

Penilaian terhadap materi ini dapat dilakukan sesuai kebutuhan guru yaitu dari pengamatan sikap, tes pengetahuan dan kerja atau hasil karya/projek.

### D. SUMBER DAN MEDIA

1. Buku Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 5 Kurikulum 2013, Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).
2. Portal Rumah Belajar Fitur Kelas Maya
3. Video Permainan olahraga tradisional balogo sumber: Youtube



Kusan Hilir, 23 Desember 2021  
 Guru PJOK

IRWANSYAH, S.Pd  
 NIP.199007072015041001