

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Satuan Pendidikan : SD Inpres Kapasa
 Kelas/ Semester : V/ I
 Tema / Topik : 6. Sehat itu Penting
 Sub Topik : Menerapkan hidup Sehat dalam Kehidupan Sehari-hari
 Pembelajaran ke 2
 Alokasi Waktu : 10 Menit

A. TUJUAN PEMBELAJARAN

Melalui tanya jawab, pengamatan gambar dan diskusi siswa diharapkan mampu:

1. Menjelaskan 5 contoh penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar.
2. Menjelaskan 5 contoh penerapan perilaku hidup tidak sehat dalam kehidupan sehari-hari dengan benar
3. Menjelaskan 5 manfaat hidup sehat dengan benar

B. KEGIATAN PEMBELAJARAN

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	PPK
Pendahuluan : 2 Menit	<ul style="list-style-type: none"> - Guru mengucapkan salam - Guru mengecek kehadiran peserta didik - Berdo'a yang dipimpin oleh salah seorang peserta didik - Guru menanyakan keadaan dan kesehatan peserta didik - Apersepsi : "Menyanyikan bersama lagu "Bersih dan Sehat " dan tanya jawab tentang isi lagu . - Guru Menuliskan / menayangkan topik yang akan dipelajari. - Penyampaian tujuan, rencana kegiatan dan rencana evaluasi pembelajaran - Memotivasi peserta didik dengan menjelaskan manfaat mempelajari materi yang dipelajari dan mengajanya agar mengikuti pembelajaran dengan baik . 	Religius Religius
Kegiatan Inti : 6 Menit	<ul style="list-style-type: none"> - Guru mengajak peserta didik untuk duduk secara berkelompok yang masing-masing anggotanya terdiri dari 3 orang dan diberi nama kelompok Air, vitamin, mineral, protein, karbohidrat dan lemak. Masing-masing anggota kelompok diberi label A, B, dan C. - Peserta didik mendengarkan penjelasan guru tentang tugas yang akan dikerjakan dengan bantuan gambar yang dipajang guru di papan tulis. - Peserta didik mengambil gambar dan bahan tugas sesuai dengan Lembar Kerja (LK) sebagai berikut : 	Gotong royong /Kerja sama

	<table border="1"> <thead> <tr> <th>No</th> <th>Kegiatan</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Anggota kelompok yang berlabel A, mengambil potongan daun berlabel A dan gambar tentang perilaku hidup sehat. Yang berlabel B mengambil potongan daun berlabel B dan gambar perilaku hidup tidak sehat, sedangkan yang berlabel C mengambil potongan daun berlabel C dan gambar manfaat hidup sehat.</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Tempelkan gambar pada bagian atas potongan daun dan di bawahnya dibuatkan deskripsinya, dan jangan lupa tuliskan namamu di bawahnya</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Setelah selesai menuliskan deskripsi, laksanakan sumbang saran sesama anggota kelompok</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Laporkan hasil diskusi secara bergantian</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Tempelkan dan susun hasil kerja masing masing pada bagan pohon berbentuk kembang doa sesuai dengan pasangan masing- masing yaitu yang A sama A, yang B sama B dan C sama C sehingga terbentuklah tiga daun kembang doa yang berwarna warni (Anggota kelompok menempelkan secara bergantian, mulai dari yang berlabel A, dilanjutkan dengan yang berlabel B dan C)</td> </tr> </tbody> </table> <p>- Menanggapi dan mengkonfirmasikan hasil kerja kelompok</p>	No	Kegiatan	1	Anggota kelompok yang berlabel A, mengambil potongan daun berlabel A dan gambar tentang perilaku hidup sehat. Yang berlabel B mengambil potongan daun berlabel B dan gambar perilaku hidup tidak sehat , sedangkan yang berlabel C mengambil potongan daun berlabel C dan gambar manfaat hidup sehat.	2	Tempelkan gambar pada bagian atas potongan daun dan di bawahnya dibuatkan deskripsinya, dan jangan lupa tuliskan namamu di bawahnya	3	Setelah selesai menuliskan deskripsi, laksanakan sumbang saran sesama anggota kelompok	4	Laporkan hasil diskusi secara bergantian	5	Tempelkan dan susun hasil kerja masing masing pada bagan pohon berbentuk kembang doa sesuai dengan pasangan masing- masing yaitu yang A sama A, yang B sama B dan C sama C sehingga terbentuklah tiga daun kembang doa yang berwarna warni (Anggota kelompok menempelkan secara bergantian, mulai dari yang berlabel A, dilanjutkan dengan yang berlabel B dan C)	Tanggung jawab
No	Kegiatan													
1	Anggota kelompok yang berlabel A, mengambil potongan daun berlabel A dan gambar tentang perilaku hidup sehat. Yang berlabel B mengambil potongan daun berlabel B dan gambar perilaku hidup tidak sehat , sedangkan yang berlabel C mengambil potongan daun berlabel C dan gambar manfaat hidup sehat.													
2	Tempelkan gambar pada bagian atas potongan daun dan di bawahnya dibuatkan deskripsinya, dan jangan lupa tuliskan namamu di bawahnya													
3	Setelah selesai menuliskan deskripsi, laksanakan sumbang saran sesama anggota kelompok													
4	Laporkan hasil diskusi secara bergantian													
5	Tempelkan dan susun hasil kerja masing masing pada bagan pohon berbentuk kembang doa sesuai dengan pasangan masing- masing yaitu yang A sama A, yang B sama B dan C sama C sehingga terbentuklah tiga daun kembang doa yang berwarna warni (Anggota kelompok menempelkan secara bergantian, mulai dari yang berlabel A, dilanjutkan dengan yang berlabel B dan C)													
Kegiatan Akhir : 2 Menit	<ul style="list-style-type: none"> - Di bawah bimbingan guru peserta didik menyimpulkan pembelajaran - Mencatat kesimpulan pada buku catatan - Mengadakan penilaian pengetahuan - Informasi pelajaran berikutnya : membuat poster - Menyanyikan lagu “Gugur Bunga” - Berdo’a bersama - Menutup Pelajaran 	Nasionalis Religius												

C.PENILAIAN PEMBELAJARAN

1. Sikap

Prosedur : Proses

Teknik : Observasi

Bentuk : Lembar Observasi

2. Pengetahuan

Prosedur : Hasil/ Tes akhir

Teknik : Tes

Bentuk : Lembar tes esay

3. Keterampilan

Prosedur : Proses

Teknik : Kinerja

Bentuk : Lembar Observasi

Makassar, 10 November 2021
Kandidat PSP,

SUDIRMAN M, S.Pd.
NIP. 19730720 199703 1 006

Lampiran :

A. Instrumen Penilaian Sikap

No	Nama	Sikap				Nilai Ang ka	Nilai Kon versi
		Religius	Kerja sama / Goro	Nasional is	Integritas		
1							
2							
3							
Dst							

Keterangan : Isi skor 0-3 pada masing-masing kolom

Nilai : $\frac{\text{Skor perolehan} \times 100}{12}$

12

Konversi : 0- 70 (kurang / D), 71-80 (Cukup / C), 81- 90 (Baik/B), 91-100
(sangat baik/A)

B. Instrumen Penilaian Pengetahuan

a. Lembar Soal

Jawablah soal- soal berikut dengan benar !

1. Tulislah 5 contoh perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari- hari !
2. Tulislah 5 contoh perilaku hidup tidak sehat dalam kehidupan sehari- hari !
3. Tulislah 5 manfaat berperilaku hidup sehat !
4. Apa yang akan kamu lakukan jika melihat ada orang yang berperilaku hidup tidak sehat di sekitar tempat tinggalmu ?

b. Kunci Jawaban

1. 5 di antara jawaban berikut :
 - Makan makanan bergizi seimbang
 - Menjaga kebersihan diri dan lingkungan
 - Melakukan imunisasi
 - Menghindari diri dari penyakit menular
 - Menghindari makanan yang mengandung zat aditif
 - Menghindari merokok
 - Seimbang antara kerja dan istirahat
 - Olahraga secara teratur
2. 5 di antara jawaban berikut :
 - Merokok
 - Minum minuman keras
 - Kurang tidur
 - Kurang bergerak/ malas olahraga

- Menghirup udara polusi
- Mengonsumsi gula berlebih

3. 5 di antara jawaban berikut :

- Tubuh menjadi kuat/ memiliki banyak energi
- Meningkatkan produktifitas
- Terhindar dari penyakit
- Dapat beraktifitas dengan lancar
- Kesehatan mental terjaga
- Hidup teratur
- Jiwa jadi tenang dan bahagia

4. Disesuaikan dengan jawaban peserta didik

Misalnya : Menasehati, tidak meniru , menghindari diri dari perbuatan tersebut dll

c. Skor Penilaian

Setiap soal diberi skor tertinggi 5

Nilai = Skor perolehan x 100

20

C. Instrumen Penilaian Keterampilan

No	Nama	Keterampilan				Nilai Angka	Nilai Konversi
		Komunikasi	Kolaborasi	Kreatifitas	Berfikir Kritis		
1							
2							
3							
Dst							

Keterangan : Isi skor 0-3 pada masing-masing kolom

Nilai : Skor perolehan x 100

12

Konversi : 0- 70 (kurang / D), 71-80 (Cukup / C), 81- 90 (Baik/B), 91-100 (sangat baik/A)