*Lampiran 8 RPP*

 **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

**(RPP)**

**Mata Pelajaran : Pendidikan jasmani**

**Kelas/Semester : 5(Lima) / 1(Satu)**

**Alokasi Waktu :2x25 menit**

**Jumlah pertemuan : 1**

**I . Standar Kompetensi** : 5.Menerapkan budaya hidup sehat

**II. Kompetensi Dasar** : 5.1. Menjaga Kebersihan Rambut

**III .Indikator** :

* Memahami pengertian rambut
* Menjaga kebersihan rambut

**IV. Tujuan pembelajaran :**

* Siswa dapat memahami apa itu rambut
* Siswa dapat memelihara dan menjaga kebersihan rambut sehat

**V. Materi pokok**

Menjaga kebersihan rambut

**VI.Metode Pembelajaran**

* Ceramah
* Tugas
* Diskusi

**VII. Langkah-langkah pembelajaran**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Gambar/Formasi** | **Uraian Gerak** | **Keterangan** |
|  | **A.Kegiatan awal** 1.Membuka pelajaran* Pemberian salam
* Berdo’a
* Presensi
* Mengecek kesiapan siswa

2.ApersepsiGuru: Anak-anak salah satu bagian tubuh kita yang sering di bersihkan itu apa saja? Siswa: Kebersihan Rambut3Masalah/topik materiNah, pada pagi hari ini kita akan belajar mengenai kebersihan Rambut  |  |
|  | **B. Kegiatan inti** **1.Eksplorasi:**a.Kebersihan rambutGuru menjelaskan apa itu rambut:Rambut adalah sesuatu yang keluar dari dalam kulit dan kulit kepala, yang berfungsi sebagai mahkota dan pelindung dari panas terik matahari atau cuaca dingin.**2.Elaborasi:**a.Jenis karakter rambut* Rambut ikal
* Rambut Keriting
* Rambut lurus
* Rambut kasar
* Rambut halus
* Rambut terkena proses kimiawi

b.Ciri-ciri rambut sehat:* Kulit kepala sehat
* Berkilau
* Elastis
* Kerontokan ringan
* Tidak kusut ketika basah

b.Tanda-tanda rambut rusak:* Rambut kusam
* Rambut mudah rontok
* Berbau tidak sedap
* Terdapat kutu atau ketombe
* Kulit kepala terasa gatal

c.Pencegahan rambut rontok:* Mencuci rambut dengan sampo(keramas)secara teratur
* Menjaga kebersihan sisir
* Tidak menggunakan minyak rambut yang berbau menyengat dan lengket

d.Guru menjelaskan gambar tentang alat untuk menjaga kebersihan rambut.**3.Konfirmasi:**a.Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalah pahaman.-Siapa yang belum jelas? |  |
|  | **C.Kegiatan inti****1.Evaluasi**a.Mengerjakan soal:1.Sebutkan alat untuk memotong rambut?2.Sebutkan alat untuk menyisir rambut?3.Berkeramas menggunakan?4.Sebutkan ciri-ciri rambut sehat?**2.Rangkuman**Anak-anak cara menerapkan hidup sehat yaitu:Membiasakan menjaga kebersihan rambut,Ciri-ciri rambut sehat adalah:* Kulit kepala sehat
* Berkilau
* Elastis
* Kerontokan ringan
* Tidak kusut ketika basah

**3.Tugas yang harus dikerjakan dirumah**Anak-anak di rumah jangan lupa untuk tetap menjaga kebersihan rambut agar terhindar dari penyakit rambut.**4.Pesan**Anak-anak pertemuan yang akan datang kita belajar mengenal makanan bergizi**5.Diakhiri dengan berdoa sikap sempurna dan pemberian salam** |  |

**VIII.Alat dan Sumber
1.Alat**-Gambar sisir-Gambar gunting **2.Sumber bahan**-Buku penjaskes kls 2 aneka ilmu-Buku penjaskes kelas 2 penerbit erlangga

 Yogyakarta,25 juli 2013
Guru penjaskes Praktikan

Winarno,S.Pd Jas Abdul Fattah Birrizqy
NIP: 19630602 198303 1 002 NIM :10604224144