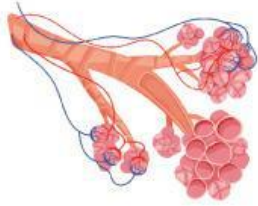


LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

BERBASIS KETERAMPILAN PROSES SAINS

SISTEM PERNAPASAN



UNTUK SD/MI KELAS V



Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Samudra

OLEH:
VENA MELINDA BR SITORUS
210410048



CAPAIAN PEMBELAJARAN

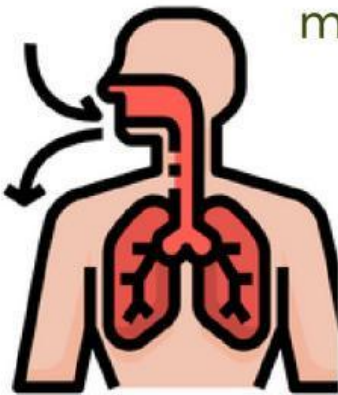
Peserta didik melakukan simulasi dengan menggunakan gambar/ bagan/ alat/ media sederhana tentang sistem organ tubuh manusia (sistem pernapasan) yang dikaitkan dengan cara menjaga kesehatan organ tubuhnya dengan benar.

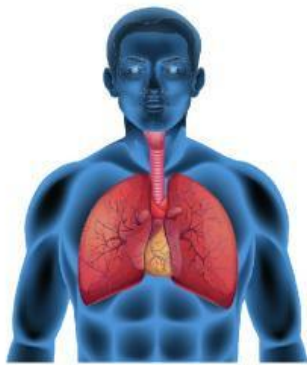


TUJUAN PEMBELAJARAN



Melalui E-LKPD peserta didik dapat mengidentifikasi Kegiatan Olahraga yang menggunakan sistem pernapasan manusia.





Kelompok:

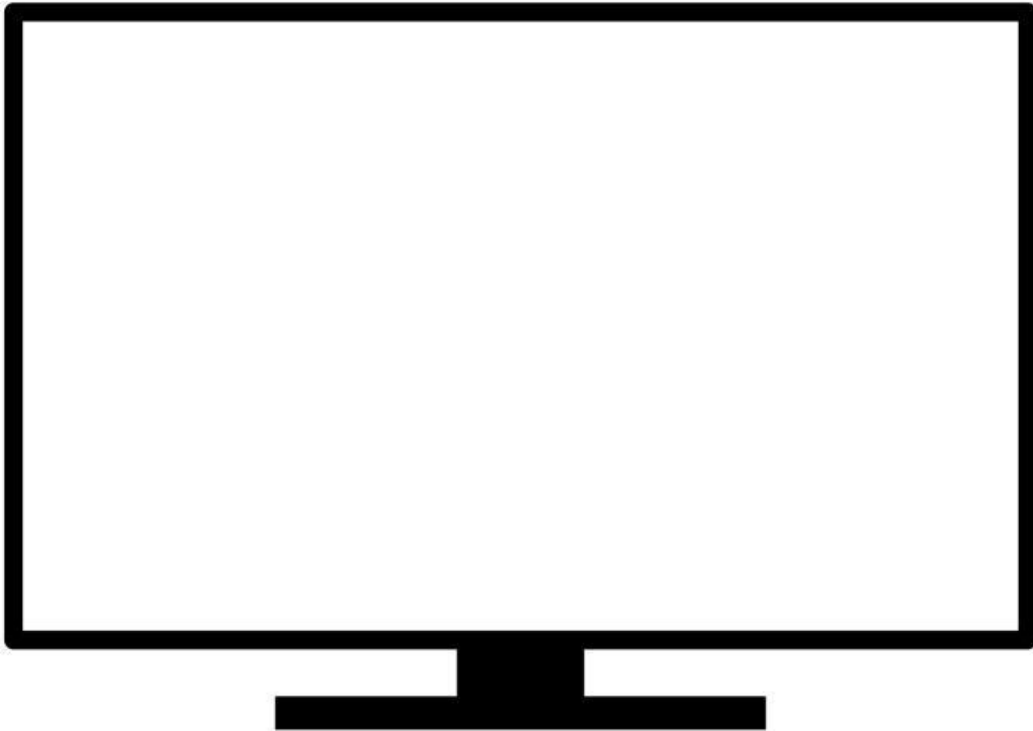
Nama Anggota:

Kelas:

--



Mengamati



Setelah mengamati video di atas, amatilah frekuensi pernapasan saat tubuh dalam keadaan istirahat dan setelah melakukan olahraga ringan.



Mempertanyakan & Memprediksi

KOTAK PERTANYAAN

Apakah frekuensi pernapasan kembali normal dengan cepat setelah beristirahat?

MEMREDIKSI

Prediksikan frekuensi pernapasan meningkat setelah olahraga dan menurun setelah istirahat



Merencanakan dan Melakukan Penyelidikan



ALAT DAN BAHAN

“
Stopwatch atau aplikasi
pengukur waktu
”

LANGKAH KEGIATAN

1. Duduk diam selama 5 menit untuk menenangkan tubuh, lalu hitung jumlah napas dalam 1 menit

2. Lakukan olahraga ringan seperti jalan di tempat selama 2 menit, kemudian hitung frekuensi pernapasan selama 1 menit.

3. Istirahatkan tubuh dan hitung frekuensi pernapasan setiap 1 menit hingga kembali ke kondisi normal.

**Memproses,
Menganalisis Data dan
Informasi**

**Bandingkan perubahan
frekuensi pernapasan pada
masing-masing kondisi.**

Kondisi	Frekuensi Pernapasan
Istirahat (Normal)	
Setelah olahraga berjalan santai mengelilingi ruang kelas (1 menit)	
Setelah 30 detik istirahat	
Setelah olahraga ringan (berlari di tempat) 1 menit	
Setelah 30 detik istirahat	

Mengevaluasi Dan Refleksi

MENGEVALUASI

Apakah hasil yang diperoleh sesuai dengan prediksi?

REFLEKSI

Apa hubungan antara aktivitas fisik dan kebutuhan oksigen tubuh?

**Mengkomunikasikan
Hasil**

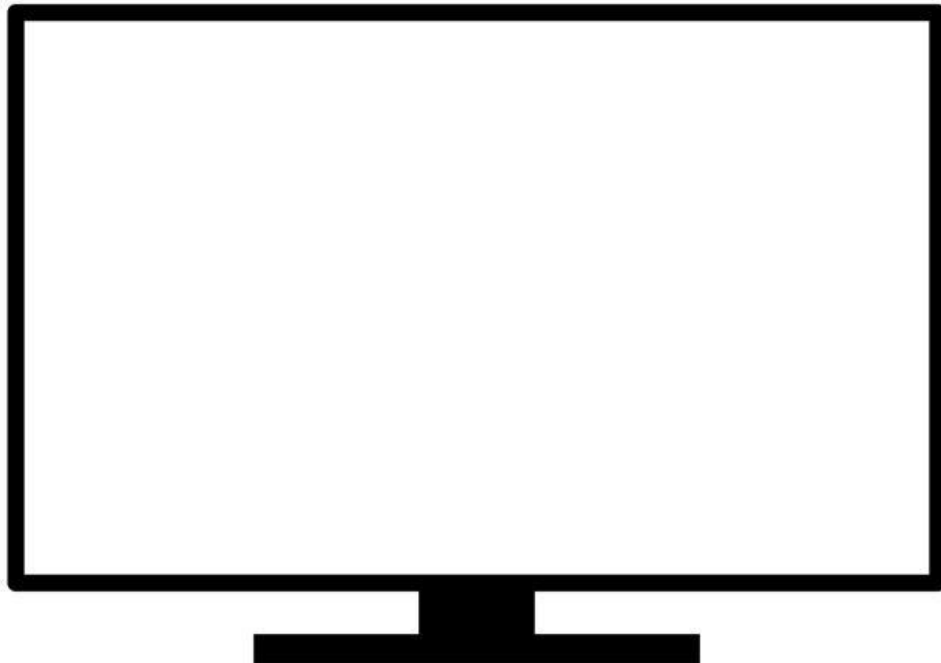
Membuat Kesimpulan



Mengamati



Mari kita lihat
dengan seksama
video ini!



Mempertanyakan dan memprediksi

KOTAK PERTANYAAN



Menurut kalian manakah yang lebih cocok menggunakan mulut atau hidung untuk bernapas pada saat melakukan kegiatan ataupun tidak ?

MEMPREDIKSI



Prediksikan kenyamanan bernapas menggunakan mulut atau hidung pada saat melakukan aktifitas ataupun pada saat kondisi normal.

Merencanakan dan Melakukan Penyelidikan

ALAT DAN BAHAN

- **STOPWATCH**



1 .Cobalah bernapas lewat hidung selama 1 menit dalam kondisi normal.



2. Ulangi hal yang sama dengan bernapas melalui mulut selama 1 menit dalam kondisi normal.



3. Lakukan olahraga yaitu berlari mengelilingi ruangan kelas/lapangan selama 1 menit, lalu coba bernapas melalui hidung selama 1 menit dan rasakan kenyamanannya.



4. Lakukan hal yang sama berlari mengelilingi ruangan kelas/lapangan selama 1 menit, lalu coba bernapas melalui mulut selama 1 menit dan rasakan kenyamanannya.



**Memproses,
Menganalisis Data dan
Informasi**

Bandingkan kenyamanan pernapasan pada masing-masing kondisi.

Hidung	Keterangan	Mulut	Keterangan
Istirahat (Normal)		Istirahat (Normal)	
Berlari mengelilingi kelas atau lapangan		Berlari mengelilingi kelas atau lapangan	

Mengevaluasi Dan Refleksi

MENGEVALUASI



Apakah hasil yang diperoleh sesuai dengan prediksi?

REFLEKSI



Pada saat melakukan aktivitas, manakah lebih nyaman saat bernapas menggunakan hidung atau mulut?

**Mengkomunikasikan
Hasil**

Membuat Kesimpulan