E-LK

Bagian-bagian Rangka Manusia

Berbasis Deep Learning

MINDFUL • MEANINGFUL • JOYFUL

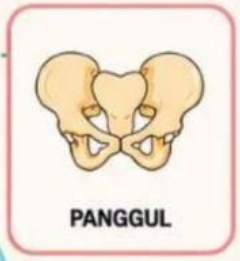
TENGKORAK

TULANG RUSUK

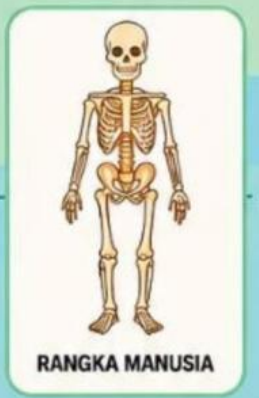
TULANG BELAKANG

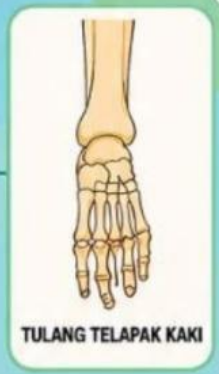
TULANG LENGAN

TULANG TANGAN


PANGGUL

TULANG KAKI


RANGKA MANUSIA


TULANG TELAPAK KAKI

Disusun Oleh:

Desi Eka Pratiwi (1119210005)

Pendidikan Guru Sekolah Dasar

LIVEWORKSHEETS

E-LK
Bagian-bagian Rangka Manusia

Berbasis Deep Learning

MINDFUL • MEANINGFUL • JOYFUL

TENGKORAK

TULANG RUSUK

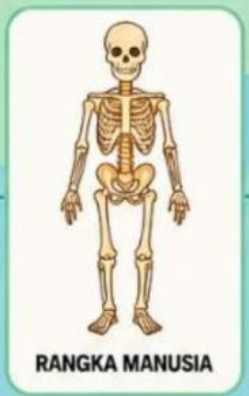
TULANG BELAKANG

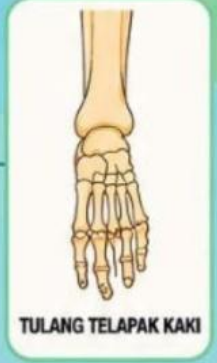
TULANG LENGAN

TULANG TANGAN

PANGGUL

TULANG KAKI


RANGKA MANUSIA


TULANG TELAPAK KAKI

Nama:

Kelas:

LIVEWORKSHEETS

PETUNJUK PENGGUNAAN E-LK

1. Petunjuk Penggunaan E-LK
2. Berdoalah sebelum memulai pembelajaran.
3. Siapkan perangkat dan pastikan terhubung dengan internet.
4. Buka E-LK melalui tautan atau QR Code yang diberikan guru.
5. Isilah identitas diri pada kolom yang tersedia.
6. Bacalah capaian dan tujuan pembelajaran dan petunjuk kegiatan.
7. Pelajari materi secara berurutan melalui teks, gambar, dan video.
8. Kerjakan setiap aktivitas dan diskusi sesuai petunjuk dengan teliti.
9. Tuliskan jawaban pada kolom yang telah disediakan.
10. Kerjakan latihan dan evaluasi secara mandiri.
11. Lakukan refleksi, kirim jawaban jika sudah selesai, kemudian akhiri pembelajaran dengan berdoa.

MINDFUL • MEANINGFUL • JOYFUL LEARNING

"SELAMAT BELAJAR DAN SEMOGA MENYENANGKAN!"

LIVEWORKSHEETS

CAPAIAN PEMBELAJARAN

Murid mampu merefleksikan
sistem organ tubuh manusia
yang dikaitkan dengan
cara menjaga kesehatan tubuhnya

TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Murid mampu menyebutkan fungsi rangka, sendi, dan otot.
2. Murid mampu membuat model sederhana untuk menjelaskan cara kerja sistem gerak.
3. Murid mampu membedakan jenis-jenis sendi berdasarkan arah geraknya.
4. Murid mampu menjelaskan bagaimana perintah dari otak sampai ke otot untuk menghasilkan gerakan.
5. Murid mampu memberikan contoh minimal tiga penyakit pada sistem gerak dan cara pencegahannya.
6. Murid mampu menerapkan pola hidup sehat untuk menjaga kesehatan sistem gerak.

LIVEWORKSHEETS

PETA KONSEP
BAGIAN-BAGIAN RANGKA MANUSIA

1. RANGKA KEPALA

Melindungi otak dan organ indera.

Terdiri dari:

- Tengkorak
- Tulang wajah
- Tulang rahang

2. RANGKA BADAN

Melindungi organ dalam dan menyangga tubuh.

Terdiri dari:

- Tulang belakang
- Tulang rusuk
- Tulang dada

3. RANGKA ANGGOTA ATAS

Digunakan untuk bergerak dan melakukan aktivitas.

Terdiri dari:

- Tulang gelang bahu
- Tulang lengan atas
- Tulang hasta dan pengumpil
- Tulang pergelangan tangan
- Tulang telapak tangan
- Tulang jari tangan

5. RANGKA APENDIKULAR

Menghubungkan anggota gerak dengan rangka aksial.

Terdiri dari:

- Gelang bahu
- Gelang panggul

4. RANGKA ANGGOTA BAWAH

Digunakan untuk bergerak, berdiri, dan berjalan.

Terdiri dari:

- Tulang gelang panggul
- Tulang paha
- Tulang kering dan betis
- Tulang pergelangan kaki
- Tulang telapak kaki
- Tulang jari kaki

Rangka manusia tersusun dari berbagai bagian yang bekerja sama untuk melindungi organ tubuh, menopang tubuh, dan membantu kita bergerak.

LIVEWORKSHEETS

APERSEPSI

Kasus Nyata!

Menurutmu...

1. Bagian tubuh apa saja yang membantu kita bergerak?
2. Mengapa membawa beban terlalu berat dapat menyebabkan pegal?
3. Apa yang akan terjadi jika tulang, sendi, atau otot mengalami gangguan?
4. Bagaimana cara menjaga kesehatan sistem gerak agar tetap kuat dan sehat?

Hari ini kita akan mempelajari bagaimana **rangka**, **sendi**, dan **otot** bekerja sama sehingga tubuh dapat berdiri, berjalan, berlari, menulis, dan melakukan berbagai aktivitas sehari-hari.

LIVEWORKSHEETS

Sistem Gerak Pada Manusia

A. Rangka (Tulang)

Rangka adalah susunan tulang yang membentuk tubuh manusia. Orang dewasa memiliki sekitar 206 tulang.

Pembagian rangka manusia

1. Rangka kepala

terdiri atas tulang tengkorak yang berfungsi melindungi otak dan membentuk wajah.

2. Rangka badan .

terdiri atas tulang belakang, tulang rusuk dan tulang dada berfungsi melindungi jantung dan paru-paru

3. Rangka anggota gerak

.

terdiri atas tulang lengan, tulang tangan, tulang panggul, dan tulang kaki berfungsi membantu manusia bergerak berpindah tempat

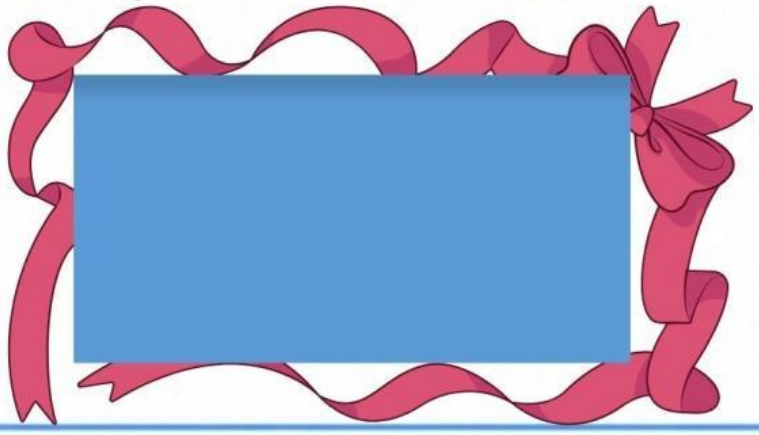
LIVEWORKSHEETS

Video Pembelajaran

SISTEM GERAK PADA MANUSIA

PETUNJUK KERJA:

1. Klik tombol "Sistem Gerak pada Manusia" untuk menonton video.
2. Amati video dengan saksama.
3. Catat informasi penting pada kolom Note.
4. Diskusikan hasil pengamatan bersama kelompok.
5. Buat kesimpulan dan presentasikan hasil diskusi.



Refleksi

Tuliskan Hasil Pengamatanmu!

- Apa informasi baru yang kamu peroleh?
- Mengapa proses sistem pencernaan bagi tubuh?
- Apa yang masih belum kamu ketahui pada proses sistem pencernaan?

LIVEWORKSHEETS

Ayo Berdiskusi!

- **Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan benar!**

Pertanyaan:

1. Apa yang dimaksud dengan sistem gerak pada manusia? Sebutkan tiga komponen utama penyusunnya!
   Jawab: _____
2. Jelaskan tiga fungsi utama rangka bagi tubuh manusia!
   Jawab: _____
3. Mengapa tulang disebut sebagai alat gerak pasif? Jelaskan alasanmu!
   Jawab: _____
4. Sebutkan lima contoh tulang penyusun rangka manusia beserta letaknya!
   Jawab: _____
5. Apa yang dimaksud dengan sendi? Mengapa sendi sangat penting dalam proses gerak tubuh?
   Jawab: _____
6. Sebutkan tiga jenis sendi berdasarkan arah geraknya, kemudian berikan masing-masing satu contoh letaknya pada tubuh manusia!
   Jawab: _____
7. Mengapa otot disebut sebagai alat gerak aktif? Jelaskan hubungan otot dengan tulang saat tubuh bergerak!
   Jawab: _____
8. Jelaskan perbedaan antara otot polos, otot lurik, dan otot jantung berdasarkan letak, cara kerja, dan ciri-cirinya!
   Jawab: _____
9. Bagaimana proses terjadinya gerakan ketika seseorang menekuk siku? Jelaskan kerja sama antara tulang, sendi, dan otot!
   Jawab: _____
10. Sebutkan tiga cara menjaga kesehatan sistem gerak agar tulang, sendi, dan otot tetap kuat dan sehat! Jelaskan manfaatnya!
    Jawab: _____

LIVEWORKSHEETS

REFLEKSI DIRI

Refleksi Diri

Tuliskan jawabanmu pada tempat yang tersedia!

1 Hal baru apa yang kamu pelajari hari ini?

2 Gangguan pencernaan apa yang pernah kamu alami?

3 Bagaimana cara kamu menjaga kesehatan sistem pencernaan agar tetap baik?

Tingkat Pemahaman

Belum Paham

Saya masih belum memahami materi dengan baik.

Cukup Paham

Saya memahami sebagian materi, namun masih perlu belajar lagi.

Paham

Saya memahami sebagian besar materi dengan baik.

Sangat Paham

Saya memahami seluruh materi dengan sangat baik.

LIVEWORKSHEETS