LKPD

Ilmu Pengetahuan Alam

Sistem Rangka Manusia

LIVEWORKSHEETS

Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD)

Mata Pelajaran : IPAS

Materi : Rangka Manusia

Model : PBL

Fase / kelas : C / VI

Alokasi waktu : 20 menit

Kelompok :

Anggota kelompok :

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....

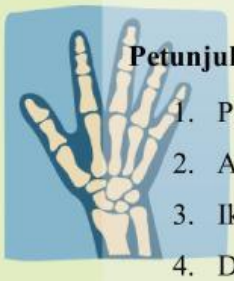
Tujuan LKPD

Setelah mengerjakan LKPD ini, peserta didik diharapkan mampu:

- Mengidentifikasi bagian-bagian rangka manusia (rangka kepala, badan, dan anggota gerak) dengan benar melalui pengamatan gambar atau model.
- Menjelaskan fungsi rangka bagi tubuh manusia, seperti penopang tubuh, pelindung organ, alat gerak pasif, dan tempat melekatnya otot.
- Menganalisis hubungan antara rangka, otot, dan sendi dalam menghasilkan gerak tubuh secara sederhana.
- Merefleksikan pentingnya menjaga kesehatan rangka, seperti menjaga postur tubuh, mengonsumsi makanan bergizi (kalsium dan vitamin D), serta berolahraga.
- Mengidentifikasi gangguan atau penyakit pada rangka (misalnya skoliosis, kifosis, lordosis, dan osteoporosis) serta cara pencegahannya.

Menyajikan hasil pengamatan atau informasi tentang cara menjaga kesehatan rangka dalam bentuk laporan sederhana, poster, atau presentasi.

LIVEWORKSHEETS



Petunjuk kerja

1. Perhatikan penjelasan dan demonstrasi yang diberikan oleh guru.
2. Amati gambar rangka manusia yang tersedia dengan teliti dan seksama.
3. Ikuti langkah-langkah kegiatan yang telah dicontohkan.
4. Diskusikan setiap pertanyaan dan tugas bersama kelompok.
5. Kerjakan setiap tugas dengan teliti, sistematis, dan bertanggung jawab.
6. Tuliskan hasil pengamatan dan diskusi pada kolom yang telah disediakan.

Langkah Kerja

Sintak 1 Orientasi pada masalah

Bacalah wacana berikut ini dengan seksama!

> Sinta, seorang pelajar kelas VIII, sering duduk membungkuk saat belajar dan jarang berolahraga. Suatu hari, ia merasakan punggungnya sakit dan mudah lelah. Setelah diperiksa dokter, ternyata postur tulang belakangnya tidak lurus. Dokter juga mengingatkan bahwa kebiasaan duduk yang salah dan kurang konsumsi kalsium dapat menyebabkan gangguan pada rangka tubuh.
>
> **Permasalahan: Bagaimana cara menjaga kesehatan rangka agar terhindar dari gangguan seperti yang dialami Sinta?**

Sintak 2 Mengorganisasikan peserta didik

Diskusikan dalam kelompok dan jawab pertanyaan berikut:

1. Apa yang ingin kamu ketahui dari permasalahan di atas? (Rumusan Pertanyaan)

_____

_____

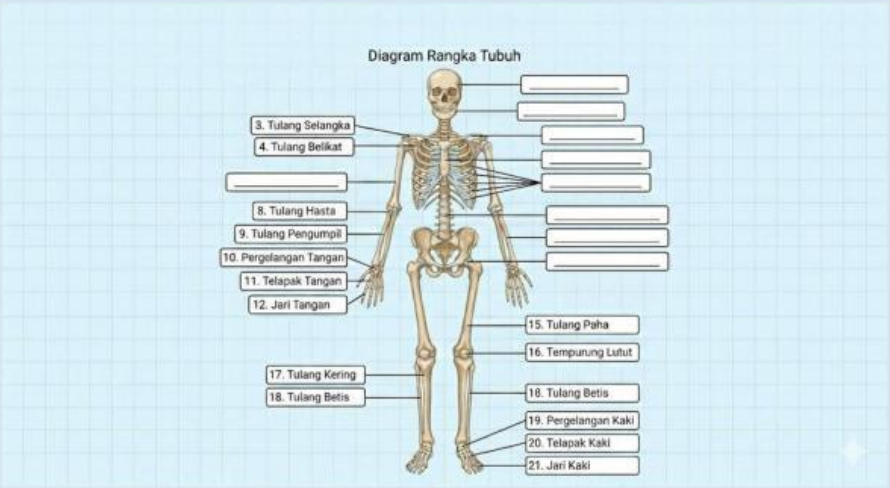
_____

2. Apa yang kelompokmu ketahui tentang rangka manusia sebelum pembelajaran ini?

_____

LIVEWORKSHEETS

Sintak 3 Membimbing Penyelidikan



Amati gambar rangka manusia yang disediakan guru/buku, lalu lengkapi tabel berikut:

No	Nama Tulang	Letak / Bagian Rangka	Fungsi Khusus
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

LIVEWORKSHEETS

Pertanyaan Penyelidikan:

3. Dari hasil pengamatan, tulang manakah yang paling besar? Mengapa demikian?

4. Jelaskan perbedaan antara tulang pada rangka kepala dan rangka badan!

Lakukan aktivitas berikut dan jawab pertanyaan yang diberikan:

AKTIVITAS:

1. Tekuklah siku tanganmu! Amati apa yang terjadi pada otot lengan atasmu.
2. Cobalah memutar pergelangan tanganmu! Amati jenis gerakan apa yang dapat dilakukan.
3. Berdiri dan tekuklah lututmu! Amati bagaimana sendimu bekerja.

5. Saat kamu menekuk siku, apa yang terjadi pada otot bisep dan trisep?

6. Jelaskan hubungan antara rangka, otot, dan sendi dalam menghasilkan gerak!

LIVEWORKSHEETS

Lengkapi tabel gangguan pada rangka berikut berdasarkan referensi yang kamu miliki:

No	Nama Gangguan	Deskripsi / Ciri-ciri	Penyebab	Pencegahan
1	**Skoliosis**			
2	**Kifosis**			
3	**Lordosis**			
4	**Osteoporosis**			
5	**Fraktur (Patah Tulang)**			

7. Berdasarkan tabel di atas, menurutmu gangguan rangka mana yang paling berbahaya? Berikan alasanmu!

LIVEWORKSHEETS

Sintak 4 dan 5 Mengembangkan dan menyajikan hasil

Berdasarkan hasil diskusi dan penyelidikan kelompokmu, jawablah pertanyaan berikut:

Tuliskan 5 cara menjaga kesehatan rangka yang dapat kamu lakukan dalam kehidupan sehari-hari!

1

2

3

4

5

Makanan apa saja yang mengandung kalsium dan vitamin D yang penting untuk kesehatan rangka?

Makanan Sumber Kalsium	Makanan Sumber Vitamin D

LIVEWORKSHEETS

Tugasmu:

Bersama kelompokmu, buatlah SALAH SATU dari produk berikut:

- Laporan Sederhana: Tuliskan laporan tentang cara menjaga kesehatan rangka (min. 1 halaman, berisi pendahuluan, isi, dan kesimpulan)
- Poster Informatif: Buat poster kreatif tentang tips menjaga kesehatan tulang dengan ilustrasi dan informasi menarik
- Presentasi Singkat: Siapkan presentasi 5 menit tentang rangka manusia dan cara menjaga kesehatannya

Rencana Produk Kelompok Kami:

Jenis produk yang dipilih:

Pembagian tugas anggota kelompok:

No	Nama Anggota	Tugas / Tanggung Jawab
1		
2		
3		
4		

LIVEWORKSHEETS

REFERENSI

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 2022. *Ilmu Pengetahuan Alam dan Sosial untuk SD/MI Kelas IV*. Jakarta: Kemendikbudristek.

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. 2024. *Capaian Pembelajaran IPAS Fase B Kurikulum Merdeka*. Jakarta: Kemendikbudristek.

Susanto, Ahmad. 2023. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Pratiwi, D. A., dkk. 2022. *Konsep Dasar IPA di Sekolah Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara.

Widodo, Tri. 2024. *Anatomi dan Fisiologi Dasar untuk Pendidikan Dasar*. Yogyakarta: Deepublish.

LIVEWORKSHEETS