







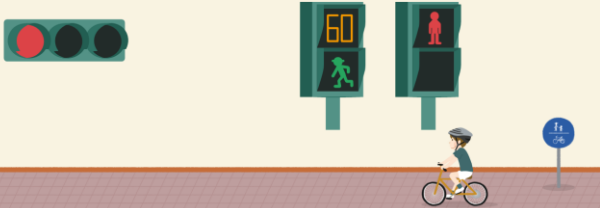


交通安全教材包 使用指引(三)





單元名稱	自行車安全用路與騎乘觀念	適用年段	國中
參考時間	40 分鐘/1 節課	設計者	靖娟基金會
學習目標	1.身為駕駛應有的角色的認知 2.自行車騎乘道路範圍及注意事項 3.騎乘自行車之風險預測		
資源清單	1.教材包教學簡報(PPT) 2.電腦、單槍投影機、音響(擴音機)		
事前準備	1.請先確認資訊設備能正常使用，簡報第 6、12、18、20、28、34 頁中的影片連結能正常運作。 2.簡報中所呈現的問題，可以適時邀請學生進行討論及應答，增加互動及專注力。 3.如教師想以圖文張貼的宣導形式需求，可自行將簡報內容印製成圖片進行宣導。		
使用方式	本教材包簡報可完整運用，亦可自行拆解組合所需單元使用，並結合學校周遭交通環境及學生需求，酌予增刪調整。 1.方式一(10-15 分鐘) (1)宣導重點可放在騎士角色認知、可騎乘道路範圍及騎乘注意事項 (2)宣導重點可放在騎士角色認知及騎乘時之危險感知(可視時間挑選狀況數量) 2.方式二(30 分鐘) 除了騎士角色認知、可騎乘道路的範圍及騎乘注意事項教授外，風險預測可挑選 1-2 種與學生說明及討論 3.學校可於課程後進行延伸活動，活動範例如下： (1)朝會有獎徵答 (2)照片徵集活動(如正確的手勢) (3)解謎活動：教師出題，請學生運用圖書、網路等工具進行查找回答。		
使用時機	1.班會、朝會、早自習、彈性課程、健康與體育課、綜合活動課。 2.可於家長日進行宣導或運用於志工培訓，讓家長亦可以對交通安全有基本認知，以利於日常生活中提醒學生，共同推動交通安全教育。		



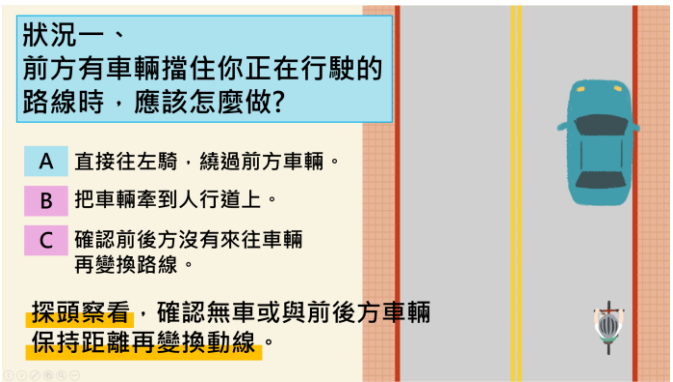
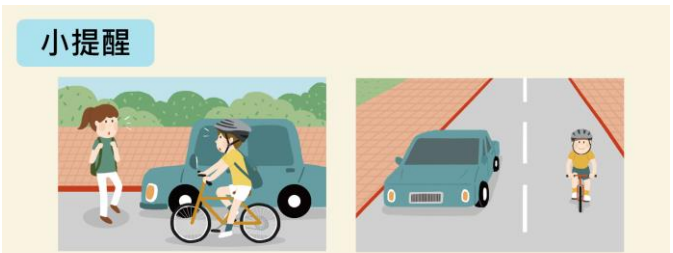
簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
1		教師說明本次宣導主題
2		<p>教師向學生提問，請學生就自身經驗舉手回答。</p> <p>提問一、會騎自行車的舉手？</p> <p>提問二、什麼情況下你會騎車？</p> <p>提問三、請問你會在哪裡騎？</p>
3		<p>教師繼續向學生提問，當騎乘自行車時遇到這幾個情況會怎麼做？</p> <p>提問四、在一般道路騎乘自行車時，你會怎麼騎？</p> <p>可以逆向騎乘呢？還是，依照車行方向騎乘？</p> <p>教師說明：自行車騎乘時應依照車輛方向順向騎乘。</p>
4		<p>提問五、通過路口時，你會直接右轉，還是停等紅燈，待綠燈後再右轉？</p> <p>教師說明：自行車騎士應依號誌騎乘。</p>

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
5	 <p>騎自行車時，你覺得你是...?</p> <p>車輛駕駛 行人</p> <p>禮讓行人，注意其他車輛！</p>	<p>提問六、你覺得自己騎乘自行車時，身分為何？</p> <p>於學生回答後，說明騎自行車時，騎士就是駕駛，須遵守交通規則並禮讓行人。</p>
6	 <p>當騎乘自行車時，當自己是行人任意行進</p> <p>騎乘自行車時應謹記是作為駕駛，遵守號誌通行</p>	<p>學生應會回答自行車是駕駛，教師播放自行車騎士保有行人的心態，逆向騎乘的影片，再次提醒學生。</p>
7	 <p>自行車可以騎在哪裡？</p> <p>自行車專用道 人車共道 慢車道 快車道</p> <p>禮讓行人！</p>	<p>繼續向學生提問：「你們覺得自行車可以騎在哪裡？請說出編號」</p> <p>請 2-3 位學生回答後，教師說明自行車騎乘範圍：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.自行車專用道 2.人車共道(提醒學生應禮讓行人) 3.慢車道 <p>解答為 1.2.3</p> <p>教師說明快車道因為速度較快，且於法規中亦規定自行車不能騎乘於該車道</p>
8	 <p>自行車可以騎在哪裡？</p> <p>普通車道 普通車道，靠右側路邊騎乘</p> <p>普通車道 自行車最常騎在一般道路，但是自行車是所有車輛中最弱勢的，危險性最高。</p>	<p>教師說明騎乘在普通車道，沒有快慢車道區隔的時候，自行車行駛時應靠右側路邊騎乘。</p> <p>備註：可替換成學校周邊的道路環境</p>

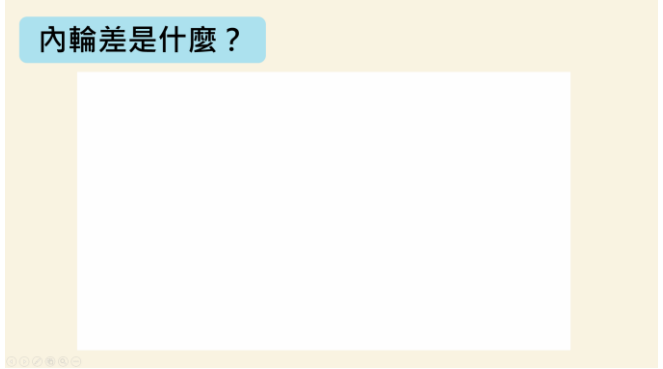
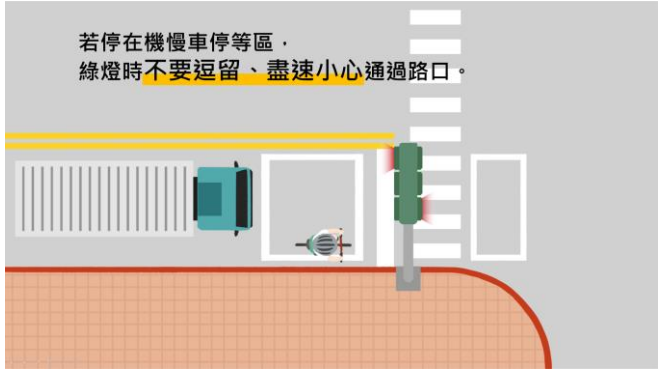
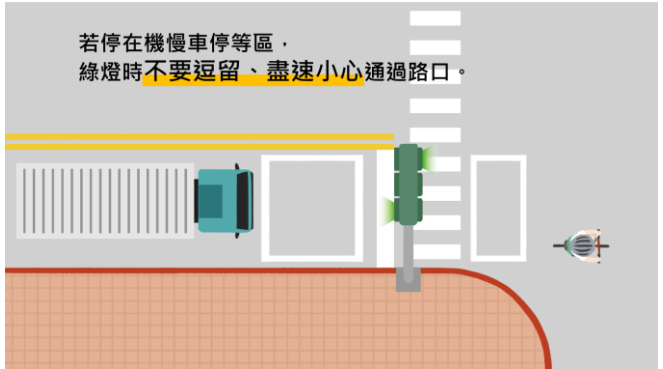

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
9	<p>請依騎乘規畫進行安全選擇順位排列</p>  <p>1.車速慢 車流少 2.車速快 車流多</p> <p>3.車速慢 車流多 4.車速快 車流少</p> <p>1 > 3 > 4 > 2</p> <p>車速是關鍵，車流是輔助選擇</p>	<p>教師提問：「哪一條騎車的路線，你們覺得比較安全？安全度高低的排序是什麼？」</p> <p>教師公布答案是 1>2>3>4，並說明選擇判斷基準以車速為主，因為車速是影響事故發生的關鍵因素，優先選擇車速慢的路線，車流則作為輔助。</p>
10	<p>請依騎乘規畫進行安全路線排列</p>  <p>安全騎乘路線排序</p> <p>4 > 3 > 1 > 2</p>	<p>教師提問：「下面這幾種騎乘的道路區域(範圍)，請你們以安全程度來排序。」</p> <p>教師公布答案 4>3>1>2，前面已有學過騎乘範圍，因此可請學生說出圖片中的騎乘範圍名稱，判斷學生是否有理解。</p>
11	 <p>怎麼騎才安全呢？</p>	<p>教師說明，接下來要介紹騎乘自行車的安全注意事項。</p>
12	<p>開始騎乘時 有哪些安全注意事項？</p>  <p>騎在哪裡？ 怎麼騎？</p>	<p>教師播放影片，請學生觀看了解開始騎乘時須注意的內容。</p>





簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
13	<p>開始騎乘時</p> <p>起步前觀察路況，禮讓通行中的人車，勿逕自衝出</p> <p>確認在正確騎乘空間，且後方無車輛接近</p> <p>善用擺頭觀察周遭環境</p> 	<p>教師小結影片內容，<u>當開始騎乘時</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.觀察路況，勿任意衝出。 2.要在正確道路範圍(第 6-7 張簡報說明處) 3.要擺頭觀察環境及車輛動態。 <p>※擺頭觀察周遭環境重點：</p> <p>(1)有無遮蔽阻擋視線，挑選無遮蔽處或先探頭確認再進入車道。</p> <p>(2)車輛狀態，先讓通行中的車輛通過，勿隨意衝出。</p> <p>(3)有無行人行走中，應先禮讓其通行。</p>
14	<p>正在騎乘時</p> <p>遵守號誌</p> <p>騎乘於車道看行車號誌，騎乘於實體人行道看行人號誌</p> 	<p>教師說明<u>騎乘時要</u>：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.應依騎乘的路況，遵守號誌通行。
15		<p>教師提問：你有聽過跟車距離嗎？</p>
16	<p>騎乘時 跟車距離</p> <p>騎乘自行車時與前車保持的距離與兩個因素有關</p> <p>車速 道路環境</p> 	<p>教師說明：跟車距離就是與前車保持的距離，會與車速和道路環境(乾燥或濕滑)有關係。</p>

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
17	<p>正在騎乘時 乾燥路面需要保持多少安全跟車距離？</p>  <p>時速 20km 5輛自行車</p> <p>時速 10km 3輛自行車</p> <p>濕滑路面則需更多跟車距離</p>	<p>2.保持安全跟車距離</p> <p>接著教師詢問學生在時速 20 km 和 10 km 時應保持幾輛自行車的距離？</p> <p>教師解答：</p> <p>時速 10km：保持至少 3 輛自行車距離</p> <p>時速 20km：保持至少 5 輛自行車距離</p> <p>並提醒學生當騎乘在濕滑路面時，因摩擦係數小，需保留更多跟車距離。</p>
18	<p>騎乘時 安全跟車距離</p> 	<p>教師播放影片，請學生觀看，再複習一次安全跟車距離的概念。</p>
19		<p>教師提問：你覺得車流多的情況下，要怎麼騎才安全？</p>
20	<p>騎乘時 建立預作煞車的觀念</p> 	<p>教師說明</p> <p>3.騎在車流多的地方，雙手要輕扣煞車，保持預做煞車的動作。</p> <p>4.說明後播放預作煞車的影片，讓學生觀看。</p>

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
21	<p>騎乘時</p> <p>車流多處記得預作煞車 將手指輕扣在煞車上，當危險發生時， 可以縮短反應時間，確實煞車</p> 	教師小結影片重點，並請學生試著做看看預作煞車的動作。
22	 <p>遇到這些狀況時 怎麼做才安全呢？</p>	教師說明接下來會有三個情境題，要請學生思考及判斷騎乘時的安全作法。
23	<p>狀況一、 前方有車輛擋住你正在行駛的 路線時，應該怎麼做？</p> <ul style="list-style-type: none"> A 直接往左騎，繞過前方車輛。 B 把車輛牽到人行道上。 C 確認前後方沒有來往車輛 再變換路線。 <p>探頭察看，確認無車或與前後方車輛 保持距離再變換動線。</p> 	<p><u>狀況一：騎車時，前方有車輛擋住你的 路線，應該怎麼做？</u></p> <p>正確做法如下</p> <p>B 把自行車牽到人行道上，越過車輛後 再騎車於車道上</p> <p>C 先確認前後方無車輛後在變換路線， 在變換路線時，一定要探頭察看確認無 車輛才行動。</p>
24	<p>小提醒</p>  <p>當心行人 兒童或動物有突然衝出的可能</p> <p>保持適當距離</p>	<p>教師提醒學生：當騎乘自行車要超過前 方車輛時，應注意事項有以下兩點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 保持適當距離，以免汽車駕駛突然開 門。 2. 減速並留意車輛前是否有行人、兒童 或動物衝出。

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
25	<p>狀況二、 大型車「先」到，你「後」到</p> <p>你應該停在哪裡呢？</p>	<p>狀況二：當開在前面的大型車先停下來等紅燈時，自行車騎士應停在哪裡？</p> <p>答案為 C</p> <p>請教師提問引導學生回答選擇 C 的原因</p>
26	<p>右後方停等、不併排</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 在右後方能觀察前方車輛動向。 ● 避免因為同時起步，動線衝突，而發生視野死角、內輪差事故！ 	<p>教師解說：停在 C 位置能觀察車輛動線，而且因為會比車輛晚起步，可以避免發生因視野死角與內輪差事故。</p>
27	<p>狀況三、 你「先」到，大型車「後」到</p> <p>你應該怎麼做呢？</p>	<p>狀況三：當自行車騎士先停下來等紅燈，大型車後到停於旁邊時，而騎士該怎麼做？</p> <p>答案為 A 和 D</p> <p>教師說明選擇</p> <p>A 停在原地，但禮讓大型車先行</p> <p>D 下車牽引到人行道上，並依照行人專用號誌行進</p> <p>B 和 C 為不安全選擇，因後方可能有其他車輛，無論倒車或逆向行騎車都增加風險。</p>
28	<p>大型車先走 我再走</p> <p>我OK，你先走</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 避免因為同時起步，動線衝突而發生視野死角、內輪差事故！ 	<p>教師進一步說明自行車應禮讓大型車先行的原因：</p> <p>為避免同時起步動線衝突，進而發生視野死角及內輪差事故。</p>

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
29		<p>教師可視宣導時間或評估學生先備知識是否充足(直接詢問學生是否知道內輪差、學校是否有課程教學或宣導過內輪差的概念)，播放內輪差影片輔助說明。</p>
30		<p>教師提醒：當自行車停等在畫面中白色框線範圍的機慢車停等處時，當綠燈亮起後應盡速小心通過。</p>
31		<p>呈上一頁簡報的動畫畫面</p>
32		<p>教師說明：接下來要說明自行車安全的左轉方式</p>

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
33	<p>有兩段式左轉標誌</p>  <ul style="list-style-type: none"> ● 需擺頭確認左側是否有轉彎車輛 	<p>當有兩段式左轉標誌： 應依標誌騎乘，在轉彎時也要擺頭確認是否有轉彎車輛。</p>
34	<p>無兩段式左轉標誌</p> 	<p>教師播放影片，讓學生先觀看理解兩段式左轉的重點。</p>
35	<p>無兩段式左轉標誌</p>  <ul style="list-style-type: none"> ● 手勢提醒後方車輛，擺頭確認 ● 變換至道路中心後再左轉 ● 繞越道路中心處後進入規定之車道 	<p>教師小結影片中的內容，<u>當無兩段式左轉標誌</u>： 以手勢提醒後方車輛並擺頭確認，小心移動至道路中心再左轉進入規定車道內。</p>
36	<p>自行車左轉手勢</p>  <p>我的自行車後輪是右煞</p> <p>我的自行車後輪是左煞</p> <p>依自行車煞車判斷以哪種手勢(二擇一) 若自行車後輪為左煞，應採右手手勢； 後輪右煞則採左手手勢。</p>	<p>教師視時間補充 自行車左轉手勢，當自行車為後輪左煞，應採右手做手勢，後輪為右煞則採左手做手勢。並請學生一起練習左轉手勢。</p>

簡報 頁數	簡報畫面	流程說明
37	<p>小提醒 自行車在路口直接左轉時容易與對向/同向車輛發生碰撞</p>  <ul style="list-style-type: none"> • 建議採兩段式左轉 • 牽行自行車的方式走行人穿越道通過路口 	<p>教師提醒：自行車直接左轉容易與車輛發生碰撞，建議兩段式左轉或是下車牽行自行車，於行穿線通過路口。</p>
38	<p>騎自行車的重點提醒</p> <p>● 自行車騎士=車輛駕駛</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.出發前檢查車輛，確認車輛能安全騎乘。 2.出發前佩戴安全帽，保護自己的安全。 3.騎在車道，遵守交通號誌、標線、標誌指示，在路口時，停讓行人優先通行。 4.騎在人車共道上，禮讓行人。 	<p>教師總結騎乘自行車的重點</p>
39	<p>騎自行車的重點提醒</p> <p>● 注意周圍車輛動向</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.大型車輛的視野死角、轉彎的內輪差，可能造成騎士嚴重傷亡，請保持距離安全騎乘。 2.變換騎乘動線前，必須探頭察看前、後方來車，再變換動線。 	<p>教師總結騎乘自行車的重點</p>
40	<p>禮讓行人，注意車輛</p> <p>自行車安全騎乘有信心</p> 	<p>課程結束</p>