

教案主題：腳踏車上路前的準備

教學對象：國中生

教學時間：45 分鐘

教學目標：

- 1. 學生能掌握腳踏車基本操作及檢查技巧。
- 2. 學生能理解如何覺察交通及環境風險。
- 3. 學生能學會判斷潛在危險並採取正確的因應措施。

教學流程與時間分配

教學步驟	教學內容	教學方法	時間分配
引起動機	問學生們是否經常騎腳踏車，分享自己或他人遇到的危險情境，強調學習如何安全騎車的重要性。	問答互動、討論分享	5 分鐘
操作車輛	1. 腳踏車上路前的基本檢查（煞車、輪胎氣壓、鏈條、車燈）。 2. 正確的座椅高度和車把調整。 3. 基本騎行姿勢與煞車技巧。	教師示範，學生實際操作車輛	10 分鐘
覺察風險	1. 認識常見交通標誌及其意義。 2. 注意天氣、路況（如濕滑路面、坑洞等）和周邊車輛及行人動向。 3. 學會保持視線清晰和安全距離。	圖片展示、情境模擬	10 分鐘
判斷危險與因應	1. 辨別危險場景，如十字路口、轉彎處、盲點。 2. 碰到突發狀況（如行人突然出現、車輛急停）時如何正確反應（減速、煞車、避讓）。 3. 使用手勢溝通。	分組情境演練、模擬突發狀況	15 分鐘
課程總結	1. 回顧今天課堂重點：車輛操作、風險覺察與危險因應。 2. 問答互動，請學生分享今天的收穫。	教師總結、學生分享	5 分鐘

教學活動詳細內容：

1. 引起動機（5 分鐘）

- **教學活動：**教師詢問學生是否經常騎腳踏車，讓學生分享自己或他人騎車時遇到的危險情境，並討論當時的應對方法。通過這些分享，強調騎腳踏車上路前準備的重要性，激發學生的學習動機。
- **教學目標：**讓學生理解課程與實際生活的相關性，激發學習興趣。

2. 操作車輛（10 分鐘）

- **教學活動：**教師示範腳踏車檢查步驟，逐一介紹如何檢查煞車、輪胎氣壓、鏈條鬆緊度及車燈是否正常運作。接著講解如何調整座椅高度和車把位置，讓學生了解騎乘姿勢的重要性。學生在教師指導下，實際操作檢查自己的腳踏車（若無腳踏車則可用道具模擬）。
- **教學目標：**學生能夠正確檢查腳踏車的基本功能，並了解保持良好車輛狀態對於騎乘安全的重要性。

3. 覺察風險（10 分鐘）

- **教學活動：**教師透過圖片或投影片展示常見的交通標誌，並逐一解說其意義與作用。接著討論上路時應注意的環境風險，如天氣變化（雨天、風天）、路面狀況（濕滑、坑洞）、以及周邊的車輛與行人動向。提醒學生如何保持視線清晰、注意盲點並保持安全距離。
- **教學目標：**學生能辨識交通標誌並學會覺察可能的環境風險，提升騎行安全意識。

4. 判斷危險與因應（15 分鐘）

- **教學活動：**分組進行情境模擬演練，讓學生扮演不同角色，模擬在實際騎車過程中遇到的突發情況，例如在十字路口遇到車輛突然轉彎或行人突然穿越馬路。每組學生輪流扮演騎車者和其他道路使用者，進行突發狀況的反應演練，並練習使用手勢與其他車輛或行人進行溝通。教師指導學生如何冷靜處理危險情境。
- **教學目標：**學生能判斷危險場景並學習在突發狀況下做出正確反應，強化快速應對與溝通能力。

5. 課程總結（5 分鐘）

- **教學活動：**教師總結課堂內容，重點回顧腳踏車的檢查步驟、風險覺察技巧和危險因應措施。鼓勵學生回顧學習過程，並分享今天學到的最重

要知識或感受。教師最後進行簡單的問答，確認學生對課程內容的掌握。

- **教學目標：**幫助學生鞏固所學知識，強化安全意識，並透過反思加深學習效果。
-

教學工具：

- 實際腳踏車或腳踏車模型
- 交通標誌及道路情境圖片
- 演練道具（如行人標誌、模擬突發情境的小道具）

教學重點：

- 學生在實際操作與情境模擬中學習如何保持車輛狀態良好，如何有效地覺察風險並及時應對道路上的潛在危險，以增強實際騎行中的安全性和應變能力。