

南投縣立鹿谷國民中學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第一學期】

課程名稱	自行車上路趣		年級/班級	七年級/共 1 班
彈性學習課程 類別	☒ 統整性(☐ 主題 ☐ 專題 ☒ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	2 節課
			設計教師	交通部、教育部、財團法人靖娟兒童安全文教基金會/蘇暉玲 編修
配合融入之 領域及議題 (統整性課程必 須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請將勾選議題之實質內涵填入學習表現欄位※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點 例如:交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	活力-健康實踐 品格-公益關懷 卓越-創造探索	與學校願景 呼應之說明	1. 透過情境討論、口頭發表、影片欣賞等方式，引導學生探索出交通事故常見的原因，藉以訓練對危險情境感知的敏銳度及問題解決能力。 2. 培養學生尊重每一位用路人權益的態度，關心自己與他人的生命安全，並在日常生活中表現出合乎道路交通規範的行為。	

表件 3-3 (國中小各年級適用)

設計理念	1. 本學期課程以國中階段騎乘自行車的相關面向與概念作為學習標的。自行車是國中生可自行操作且運用的交通工具，根據靖娟基金會(2021)調查，具騎乘自行車經驗的中、小學生中，有將近六成發生過自行車事故，其中三成學生未受過相關的學習課程，所以本學期課程主要針對幾個極為重要的觀念，引導學生建構內容，包括：國中生身心特質與騎乘的關聯、環境的危險情境感知、自行車與交通情境的交互狀態等。 2. 為了因應國中生的學習特質，學習設計以多元化、體驗性與深度的思考為主，教學活動包括：體驗活動、小組與大團體討論、情境探討、資料蒐集等，另外在教學實質內涵方面，於認知的設計上，著重青少年本身的身心特質理解、各種危險情境的認識；於情意層面特別強化危險覺察與同理心的內容；技能層面則是重在自人與人討論與溝通及問題解決等技能。		
總綱核心素養 具體內涵	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	領綱核心素養 具體內涵	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
課程目標	1. 從青春期的身心特質與用路行為間的關聯，理解自行車違規行為可能引發交通事故，並同理其他用路人的感受。 2. 騎乘自行車可能的風險意識與危險情境感知能力，擁有自我保護的方式。		

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會審查通過
二十	做足準備 再上路 /1 節課	健 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。	健 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。	1. 學生能理性發現青春期的特性可能引發交通事故。 2. 學生能了解違規行為的錯誤及危險因子。 3. 學生能同理其他用路人的感受。	【引起動機】 一、體驗活動：節奏與速度體驗。 (本活動取自交通安全教案手冊國中篇) (一)速度練習：教師請學生隨意在空間站開，要求學生跟著教師的鈴鼓聲踏步，打一下踩一步(左、右腳皆可)，教師可先用極慢的速度測試，當教師喊停時，學生不再移動。 (二)速度共識：教師將速度定義為 1-10，「1」是慢速，「5」是中速，「10」是快速，並透過「慢、中、快」的鈴鼓聲，建立學生對於速度與數字的共識。 (三)變速紅綠燈：教師依班級學生數徵求 1-4 位學生當鬼，進行紅綠燈遊戲。在遊戲過程中，教師藉由喊出數字(例如：1、5、9)來控制	實作評量 能依據指定的速度進行移動。	114. 04. 30 課發會 審查通過 1. 教具：鈴鼓。 2. 影片： (1) 華視新聞 CH52 (民 101)。省道騎單車 併排占道還闖紅燈！。取自 https://www.youtube.com/watch?v=eEqQe0RIj1M (2) 東森新聞 CH51 (民 106)。Ubike 這樣騎嗎？高中生路上狂飆速度超越機車。取自 https://www.youtube.com/watch?v=
		健 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。	輔 Ab-IV-1 少年身心發展歷程與調適。			口語評量 能說出其他學生在活動進行中的反應及感受。	
		綜 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。				實作評量 能討論青少年騎乘自行車的違規行為與身心狀況之間的相關性，寫出答案後繳交並分享討論。	

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現 須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	學習內容 可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源 自選/編教材須經 課發會審查通過
週次	單元名稱 /節數						
					學生的移動速度。學生則藉由數字，做出個人認為相對應的動作速度。 (四)活動回饋：教師詢問學生在剛剛的活動，看到了什麼？（例如：尖叫）為什麼同學會有這個反應？（例如：快要被鬼抓到很緊張刺激。）這個反應當時心理感受的速度是多少？（例如：8） (五)教師總結：不同的速度及不同的事件會讓每個人產生不同的身心狀態，例如：速度慢的時候無趣、快被鬼抓到的時候最刺激)。但相反的，有時候是身心狀態影響自己的行為表現。 【發展活動】 教師帶領學生觀看影片(擷取片段)並引導學生討論青少年騎乘自行車的違規行為與身心狀況之間的相關性。(例如：蛇行、用火箭筒載同		9B70xz9WZsU&t=13s (3)東森新聞 CH51 (民107)。屁孩騎單車蛇行挑釁下一秒慘摔 笑翻網友。取自 https://www.youtube.com/watch?v=sJ0cqHBRNdA

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會審查通過
		安 J3 了解日常生活容易發生事故的原因。 安 J4 探討日常生活發生事故的影響因素。			【發展活動】 教師透過 168 交通安全入口網之宣導圖檔講解「交通安全五守則」之意涵。 【總結活動】 以提問方式複習本節課之重點。	口語評量 學生能回答教師提問。	

南投縣立鹿谷國民中學 114 學年度彈性學習課程計畫

【第二學期】

課程名稱	自行車上路趣		年級/班級	七年級/共 1 班
彈性學習課程 類別	☒ 統整性(☐ 主題 ☐ 專題 ☒ 議題)探究課程 ☐ 社團活動與技藝課程 ☐ 特殊需求領域課程 ☐ 其他類課程		上課節數	2 節課
			設計教師	交通部、教育部、財團法人靖娟兒童安全文教基金會/蘇曄玲 編修
配合融入之 領域及議題 (統整性課程必須 2 領域以上)	☐ 國語文 ☐ 英語文(不含國小低年級) ☐ 本土語文 ☐ 臺灣手語 ☐ 新住民語文 ☐ 數學 ☐ 生活課程 ☒ 健康與體育 ☐ 社會 ☐ 自然科學 ☐ 藝術 ☒ 綜合活動 ☐ 資訊科技(國小) ☐ 科技(國中)		☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☒ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 閱讀素養 ☐ 家庭教育 ☐ 戶外教育 ☐ 原住民教育 ☐ 國際教育 ☐ 性別平等教育 ☐ 多元文化教育 ☐ 生涯規劃教育 ※請將勾選議題之實質內涵填入學習表現欄位※ ※交通安全請於學習表現欄位填入主題內容重點 例如:交 A-I-3 辨識社區道路環境的常見危險。※	
對應的學校願景 (統整性探究課程)	活力-健康實踐 品格-公益關懷 卓越-創造探索	與學校願景 呼應之說明	1. 透過情境討論、口頭發表、影片欣賞等方式，引導學生探索出交通事故常見的原因，藉以訓練對危險情境感知的敏銳度及問題解決能力。 2. 培養學生尊重每一位用路人權益的態度，關心自己與他人的生命安全，並在日常生活中表現出合乎道路交通規範的行為。	

表件 3-3 (國中小各年級適用)

設計理念	1. 本學期課程以國中階段騎乘自行車的相關面向與概念作為學習標的。自行車是國中生可自行操作且運用的交通工具，根據靖娟基金會(2021)調查，具騎乘自行車經驗的中、小學生中，有將近六成發生過自行車事故，其中三成學生未受過相關的學習課程，所以本學期課程主要針對幾個極為重要的觀念，引導學生建構內容，包括：環境的危險情境感知、自行車與交通情境的交互狀態以及面對事故傷害時的處理方式等等。 2. 為了因應國中生的學習特質，學習設計以多元化、體驗性與深度的思考為主，教學活動包括：體驗活動、小組與大團體討論、情境探討、資料蒐集等，另外在教學實質內涵方面，於認知的設計上，著重青少年本身的身心特質理解、各種危險情境的認識及事故傷害的處理程序；於情意層面特別強化危險覺察與同理心的內容；技能層面則是重在自人與人討論與溝通及問題解決等技能。		
總綱核心素養 具體內涵	J-A2 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。 J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 J-C1 培養道德思辨與實踐能力，具備民主素養、法治觀念與環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷生命倫理議題與生態環境。 J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。	領綱核心素養 具體內涵	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。 健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動，關懷社會。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。
課程目標	1. 覺察路口危險狀況之問題意識、理解常見的危險情境樣態，並具備執行安全騎乘於路口的知能。 2. 交通事故之處理程序與不同傷害的處理方法。		

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會 審查通過
七	交道好運/ 1 節課	健 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 綜 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。	健 Ba-IV-1 居家、學校、社區環境潛在危機的評估方法。 健 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 能覺察路口危險狀況之問題意識並理解常見的路口危險樣態。 2. 模擬演練路口危險的情境感知，以理解執行於路口安全騎乘的知能與行為。	【引起動機】 一、影片播放：分析自行車行經路口時，可能出現的危險。(本活動取自交通安全教案手冊國中篇) 1. 以「自行車直行，同向大車右轉」為例。 (1)內輪差釀禍？單車騎士命喪混凝土車下。 (2)東區死亡車禍！砂石車疑「視線死角」輾斃單車婦。 陳述重點著重於大車的「內輪差」與「視野死角」兩項說明。 2. 以「自行車左轉，同向汽車直行」為例	口語評量 能說出影片中危險的情境。	114. 04. 30 課發會審查通過 影片： (1)民視新聞網 (民 108)。內輪差釀禍？單車騎士命喪混凝土車下。取自 https://youtu.be/4Wuxz891OoU (2)東森新聞 (民 108)。東區死亡車禍！砂石車疑「視線死角」輾斃單車婦。取自 https://youtu.be/DC1BdaeIeeM

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少 包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會 審查通過
					腳踏車突向左偏！後車全急煞騎士疑未保持安全距離重摔地。 陳述重點著重於「減速確認有無後方來車」說明。 3. 以「自行車左轉，同向公車直行」為例 烏石港車禍「單車左騎」捲砂石車底！八旬嬭「出血性休克」晚間離世。 陳述重點著重於「視野死角」與「確認有無後方來車」兩項說明。 4. 以「自行車左轉，對向汽車直行」為例 「開到路口竄出單車」A 柱死角？	實作評量 能討論自行車騎士在生活情境中自我保護與安全騎乘自行車的作法，寫出答案後繳交及分享討論。	(3)即新聞（民 109）。腳踏車突向左偏！後車全急煞騎士疑未保持安全距離重摔地。取自 https://youtu.be/mdlV9n9TZO4 (4)Hi 宜蘭（民 109）。烏石港車禍「單車左騎」捲砂石車底！八旬嬭「出血性休克」晚間離世。取自 https://youtu.be/PQmRLzBMing (5)東森新聞（民 105）。「開到路口竄出單車」A 柱死角？撞死單車男。取自

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會 審查通過
					撞死單車男。 陳述重點著重於「路口讓車」。 【發展活動】 教師帶領學生討論自行車騎士在生活情境中自我保護與安全騎乘自行車的作法，並請學生在 Padlet 上寫出答案。 【總結活動】 展示全班同學的答案並作分享與討論。		https://youtu.be/PhNEsfxBtVM

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會 審查通過
十四	交通事故處理與四大簡易急救的應用/ 1 節課	交 E-IV-2 了解交通事故的基本處理方式。 健 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 綜 3a-IV-1 覺察人為或自然環境的危險情境, 評估並運用最佳處理策略, 以保護自己或他人。	健 Ba-IV-2 居家、學校及社區安全的防護守則與相關法令。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 能知道遇到交通事故後的處理程序。	【引起動機】 播放交通安全事故時事影片。 【發展活動】 一、討論發生交通安全事故時(各種車禍情況、拋錨…), 可以怎麼處理? 二、說明事故處理五步驟。(取自交通安全教案手冊國中篇) (一)教師說明事故處理五步驟「放、撥、劃、移、等」: 1. 放: 在事故車輛後方 100 公尺處擺放警告牌。(放置結束後, 不要站在事故車輛後方的車道上, 儘量站在相對安全的位置, 避免二次事	口語評量 能說出發生交通事故時的處理方式。 實作評量 能討論減少交通事故發生的方式, 寫出答案後繳交及分享討論。	影片: (1)華視新聞(民 104)。近 6 成國中小學生曾遇單車事故。取自 https://www.youtube.com/watch?v=hHAZYtfhliQ (2)中視新聞(民 106)。以為私下和解了騎士挨撞還被告肇逃。取自 https://www.youtube.com/watch?v=LlQaq9nCcT0 (3)民視新聞網

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂，若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會 審查通過
					故發生。) 2. 撥：有人傷亡，優先撥打 119，再撥打 110；無人傷亡則撥打 110。 3. 劃：將事故的位置標示出來（若現場沒有蠟筆或粉筆，可以使用鑰匙或尖銳的石頭） (1)標繪汽車四個車角或輪胎，並以三角形標明車輛行進方向。 (2)標繪機車、自行車兩個輪胎半圓與手把的位置。（若無人傷亡，且車輛尚能行駛，除上述標繪方式，亦可採取拍照或錄影等方式，將現場全景、碰撞點、車損部位及掉落物等相關跡證拍攝存證。） 4. 移（移動車輛的條件）： (1)可移動： A. 有人受傷但當事人均同意移置車		(民 109)。車禍私下和解好嗎?警:留照片聯絡方式護權益。取自 https://www.youtube.com/watch?v=FnbSwHEGYLE

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經課發會 審查通過
					輛。 B. 無人傷亡，且車輛能行駛。 (2)不可移動： A. 有人死亡。 B. 有人受傷但當事人不同意移置車輛。 C. 無人傷亡但車輛無法行駛。 5. 等：等待警察到來，警察完成「道路交通事故初步分析研判表」及相關程序後，記得仔細確認填寫事項再簽名，並索取道路交通事故當事人登記聯單。 三、教師帶領學生討論如何減少交通事故發生，並請學生在 Padlet 上寫出答案。		

表件 3-3 (國中小各年級適用)

教學進度		學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	評量方式	教材 學習資源
週次	單元名稱 /節數	須選用正確學習階段之 2 以上領域，請完整寫出「領域名稱+數字編碼+內容」	可由學校自訂 若參考領綱，至少包含 2 領域以上				自選/編教材須經 課發會 審查通過
					【總結活動】 展示全班同學的答案並作分享與討論。		

註：

1. 本表格係依〈國民中學及國民小學課程計畫備查作業參考原則〉設計而成。
2. 依課程設計理念，可採擇高度相關之總綱各教育階段核心素養或各領域/科目核心素養，以敘寫課程目標。
3. 計畫可依實際教學進度填列，週次得合併填列。