

健康與體育領域四上第一單元教案

領域/科目	健體	設計者	
實施年級	四上	教學時間	80分鐘，第一節
主題名稱	壹、健康元氣站		
單元名稱	一、安全生活小當家 活動2：交通安全有一套		
設計依據			
學習重點	學習表現	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1b-II-1 認識健康技能和生活技能對健康維護的重要性。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-2 注意健康問題所帶來的威脅感與嚴重性。 2b-II-1 遵守健康的生活規範。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 4a-II-2 展現促進健康的行為。	總綱與領綱之核心素養
	學習內容	Ba-II-1 居家、交通及戶外環境的潛在危機與安全須知。	
融入議題與其實質內涵	<ul style="list-style-type: none"> ● 安全教育 安 E2 了解危機與安全。 ● 戶外教育 戶 E1 善用教室外、戶外及校外教學，認識生活環境（自然或人為）。 		
與其他領域/科目的連結	無		
教材來源	● 南一版健康與體育第七冊〔四上〕主題壹第一單元		
教學設備/資源	● 電子書及播放設備、素養評量單。		
學習目標			
<ol style="list-style-type: none"> 1. 能知道居家環境容易發生危險的情況。 2. 能知道過馬路的交通規定及注意事項。 3. 能知道視野死角及內輪差的定義。 4. 能知道戶外活動可能潛藏的危險。 5. 能了解居家環境安全、交通環境安全及戶外活動安全的重要性。 6. 能知道改善居家環境危機的應變方式。 7. 能了解如何避免視野死角及內輪差所造成的交通事故。 			

<p>(1)不管還有幾秒，一定要過馬路，才不用等下次綠燈：危險。</p> <p>(2)在人行道上等下一次綠燈，不強行過馬路：安全。</p> <p>(3)教師說明：燈號剩餘秒數不足，可能走到一半變成紅燈，要等下次綠燈再過馬路。</p> <p>3. 情境三：當行人燈號亮起綠燈時，要怎麼過馬路呢？</p> <p>(1)綠燈一亮，就馬上奔跑過馬路：危險。</p> <p>(2)過馬路前，左看、右看再左看，確認車輛停止才起步：安全。</p> <p>(3)教師說明：雖然行人燈號已經是綠燈，仍要確認車輛靜止再過馬路。</p> <p>4. 情境四：正在過馬路時，哪一種行為比較安全？</p> <p>(1)一邊過馬路，一邊滑手機：危險。</p> <p>(2)揮動手臂示意駕駛，注意路況，專心過馬路：安全。</p> <p>(3)教師說明：過馬路要時刻保持專注，不當低頭族，也不戴耳機。</p> <p>5. 情境五：當夜晚或雨天的視線不佳時，應該穿什麼衣服比較安全？</p> <p>(1)穿著暗色系衣服：危險。</p> <p>(2)穿著亮色系衣服或反光背心：安全。</p> <p>(3)教師說明：亮色系衣服能讓駕駛在視線昏暗的天候狀況中，更容易注意到行人。</p> <p>6. 挑戰題：在沒有行人穿越道、天橋或地下道的路口，要怎麼安全過馬路？</p> <p>(1)選擇車流量較少，視野最開闊的位置過馬路。</p> <p>(2)過馬路前，確認左右無來車或車輛已停下再起步。</p> <p>(3)專心、快速的步行過馬路。</p>	10	
<p>(四)教師補充說明</p> <p>1. 注意路況及交通號誌、提高警覺，就是保障自己安全的不二法門。</p> <p>2. 《道路交通安全法規則》第 103 條：汽車行近行人穿越道或未劃設行人穿越道之交岔路口，遇有行人穿越、攜帶白手杖或導盲犬之視覺功能障礙者時，無論有無交通指揮人員指揮或號誌指示，均應暫停讓行人、視覺功能障礙者先行通過。</p> <p>3. 停讓行人條款雖然是保障行人，但是行人也要注意路況及來往車況，才能保護自己的安全。</p>	10	
<p>(五)教師播放電子書情境，引導學童討論搭公車的安全注意事項。</p> <p>1. 等候公車時</p> <p>(1)在站牌或黃線後等車，依序排隊，不插隊。</p> <p>(2)對搭乘的公車招手或按乘車鈕。</p> <p>(3)不追趕已離站的公車。</p> <p>2. 搭乘公車時</p> <p>(1)車停穩才可以上車，遵守先下後上原則。</p> <p>(2)上車踏穩踏階，搭車中緊握扶手或欄杆。</p> <p>(3)不可以站在禁止區域。</p> <p>3. 離開公車時</p> <p>(1)到站前要按下車鈴。</p> <p>(2)下車注意路面，腳步要踏穩。</p>	20	

<p>(3)確認後方無來車才下車。</p> <p>(六)教師歸納說明：使用大眾運輸工具時，要遵守搭車注意事項及禮儀，才能快樂出門，平安回家。</p> <p>～第三至四節結束/共5節～</p>		
參考資料	●南一版健體四上教師手冊	