



A large rectangular area with a brown, textured background, a decorative flourish at the top center, and horizontal dashed lines for writing.



踏板踩踏的方法(二)

二、踏板施力方法

兩腳交替施力須平衡，一腳向前踩時，另一腳則隨踏板從下後方移向上方。

(一) 踏墊



(二) 左右兩腳交替平穩施力





A large rectangular area with a dashed border and a decorative flourish at the top center, containing several horizontal dashed lines for writing.



我不飆車，因為我愛惜自己、不讓父母擔心。

七、騎乘自行車的技巧

一、起動方法

人坐穩在座墊上後，雙手握住手把，一腳著地另一腳踩在踏板上，施力起動。



二、煞車操作

煞車的主要目的是降低車速或停車時使用，煞車操作先煞後輪減速再煞前輪，讓車子慢慢停下，儘量不要緊急煞車，以保持騎乘舒適及安全。萬一遇到突發狀況需要緊急煞車時，應該雙手同時用力，操作前後兩輪煞車系統。



三、轉彎方式

自行車在轉彎時，需減慢速度，以免離心力太大，失去控制。若遇十字路口需要轉彎，應在待轉區等候，分兩段式轉彎。





A large rectangular area with a dashed border and horizontal dashed lines for writing, set against a textured brown background. A decorative flourish is at the top center.



開車不喝酒，喝酒不開車，安全是回家唯一的路。

八、騎乘自行車的禁止行為

一、禁止雙載

自行車雙載容易受重心移位影響，造成轉向操作不穩。雙載分為「前載」與「後載」。前載時重心會前移，前輪負載加大，影響轉向操作；後載時重心會後移，前輪著地壓力不足會影響操控性能，而且側坐會造成整個重心偏離腳踏車中心位置。



二、禁止單手或放手騎車

自行車要能維持平穩行駛，完全是依靠騎乘者的操控，如果用單手及放開雙手騎乘會失去平衡控制，容易發生危險。





A large rectangular area with a dashed border and horizontal dashed lines for writing, set against a textured brown background. A decorative flourish is at the top center.



三不政策——不飆車、不超車、不超速。

九、認識交通標誌(一)

標誌是以規定之符號、圖案或簡明文字繪於一定形狀之標牌上，安裝於固定或移動的支撐物體，並設置於適當的地點，用以預告或管制前方路況，促使車輛駕駛人與行人注意、遵守之交通管制設施。在道路上常會看到下面幾種圖案，這些圖案的總名稱叫做警告標誌。它們代表哪些意義？讓我們一起來看下面的說明：

一、警告標誌

用以促使車輛駕駛人及行人瞭解道路上之特殊狀況，以提高警覺，並準備防範應變之措施。

在道路邊常會看到下面幾種圖案，這些圖案的總名稱叫做禁制標誌。禁制標誌分有「遵行標誌」、「禁止標誌」、「限制標誌」三種。一起來看下面說明：



當心腳踏車



岔路



右側來車



左側來車



當心兒童



當心行人



注意號誌



危險

