

主 題	自転車に乗るときの基本的な心得～自分の乗り方を振り返り、安全な乗り方を心がけよう	
ねらい	交通ルール等の必要性や交通事故の危険性など、自転車に乗車する際の基本的な心得を理解し、安全な自転車利用ができるようにさせる。	
評 価	①交通ルール等を守ることの大切さが理解できたか。 ②交通事故の危険性や怖さを知り、安全な自転車乗用を実践しようとする意欲が持てたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
<p>1. 交通事故の危険</p> <p>2. 危険な理由と安全な乗り方</p> <p>3. 自転車に乗るときの基本的な心得</p> <p>4. まとめ</p>	<p>危険な通り方の交通場面を見て、どのような危険が考えられるのか、発表させる。</p> <p>●資料1（交通場面） ○信号機のない交差点</p> <p>●資料2（危険な場面） ①右からくる車とぶつかる ②左から歩いてくる歩行者とぶつかる</p> <p>危険の理由と安全な乗り方について考え、発表させる。 〈なぜ危ないのか？〉 ①一時不停止 ③スピードの出し過ぎ ②安全不確認 ④車の運転者の見落とし</p> <p>●資料3（信号機のない交差点の正しい通り方） ①一時停止 ②安全確認 ③左折車注意</p> <p>自転車に乗るときの基本的な心得を理解させる。</p> <p>●資料5（基本的な心得） ①自転車も車の仲間 ②歩行者など（交通弱者）への思いやり ③自転車の正しい止め方</p> <p>自転車に乗るときの約束ごとをまとめ、心構えを発表させる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○交差点では事故が多く発生していることを伝え、注意が必要なことを理解させる。</p> <p>○事故の怖さを知らせる。</p> <p>○加害者になることもあるということに気付かせる。</p> <p>○車や歩行者からの視点を示し、なぜ危険なのかについても考えさせる。</p> <p>○急ぎや焦りなど心理的な原因にも気付かせる。</p> <p>○自転車の特性（すぐに止まれない、車の運転者から発見されにくい、倒れやすい）についても理解させる。</p> <p>○車の特性（死角、内輪差）についても触れる。</p> <p>●資料4（死角、内輪差）</p> <p>○自転車も車の一種で、交通ルールを守ることの必要性を理解させる。</p> <p>○楽しみながら、学習した内容を確認させる。</p>

小学生(4～6年生)ー1 (自転車に乗るときの基本的な心得)

●資料1 (交通場面)

信号機のない交差点



自転車が、信号機のない交差点を右折しようとしています。
この交通場面から、どのような危険が考えられるでしょうか？
みんなで考えてみましょう。

●資料2 (危険な場面)

①右からくる車とぶつかる



右から走ってくる車とぶつかる危険があります。

②左から歩いてくる歩行者とぶつかる



左から歩いてくる歩行者と衝突する危険があります。

●資料3 (信号機のない交差点の正しい通り方)

①



②



③



④



⑤



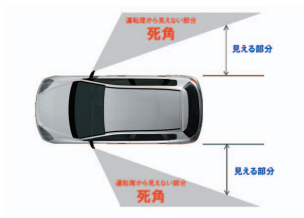
一時停止の標識・標示を守らないで止まらなかったことや、周りの安全をよく確かめなかったことなどが危険の原因として考えられます。

このような交差点を右折するときは、停止線で一時停止をし、前後左右の安全を確かめ、できるだけ道路の左端に寄って交差点の向こう側までまっすぐ進み、十分にスピードを落として曲がりましょう。

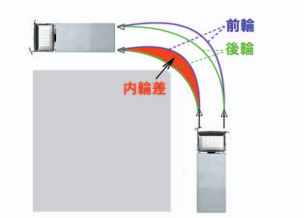
また、狭い道路から広い道路に出る場合や見通しの悪い曲がり角でも一時停止をして、安全を確認してから通行するようにしましょう。後ろから、左に曲がろうとしている車がある場合は、その車を先に通してから通行するようにしましょう。

●資料4（死角、内輪差）

死角



内輪差



車には運転者から見えない部分いわゆる死角があります。特にミラーによる死角に入ってしまうと、こちらからは運転者の顔が見えていても気付かれていない場合があります危険です。常に車の死角に入らないように注意しましょう。

車には曲がる時に後輪が前輪よりも内側を通るいわゆる内輪差という特性があります。この内輪差は大型の車ほど大きくなります。特に交差点では後方からの左折車に十分注意しましょう。

●資料5（基本的な心得）

①自転車も車の仲間



②歩行者など（交通弱者）への思いやり



③自転車の正しい止め方



①自転車も車の仲間です。交通ルールを守って、安全に乗るようにしましょう。

②自転車で走っているときに、小さな子どもやお年寄り、身体の不自由な人などがいたら、思いやりの気持ちを持って行動するようにしましょう。

③自転車を止めておくときは、他の人や車の迷惑にならないように、決められた場所に止めるようにしましょう。

MEMO

主 題	自転車に乗るときの注意～事故に遭わないように、自転車に乗るときの注意を守ろう	
ねらい	自転車に乗るときに守るべき色々な注意事項を理解し、安全な自転車利用ができるようにさせる。	
評 価	①正しくない乗り方をした場合の危険性に気付き、安全に乗るために必要な注意事項が理解できたか。 ②安全に乗るための諸注意の大切さを知り、日常の自転車利用において実践しようとする心構えができたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
1. 故障している自転車に乗ることの危険	<p>自転車の絵を見て、壊れている所を見つけ、この後どのような危険が考えられるか、発表させる。</p> <p>●資料1（壊れている自転車に乗る）</p> <p>①ブレーキが故障している自転車 ②後部反射器材と尾灯が壊れている自転車</p> <p>●資料2（危険な場面）</p> <p>①交差点で車とぶつかる ②夜間、後ろからくる車に追突される</p>	<p>○自分達のヒヤリ体験からも考えさせる。</p>
2. 危ない理由と安全な乗り方	<p>危険に遭わないためにはどうしたらよいのか考え、発表させる。</p> <p><なぜ危ないのか？></p> <p>①ブレーキの故障 ②乗る前の点検・整備の不備</p> <p>●資料3（安全な乗り方）</p>	<p>○乗る前の点検・整備の大切さに気付かせる。</p> <p>○自転車点検表を示し、正しい点検・整備の仕方を理解させる。</p>
3. 自転車に乗るときの注意	<p>その他の自転車に乗るときの場面を見て、乗るときの注意事項を理解させる。</p> <p>●資料4（自転車に乗るときの注意）</p> <p>①体に合った自転車に乗る ②ヘルメットを着用して乗る ③雨の日はレインコートを着て乗る ④荷台のひもはしっかり巻いてから乗る</p>	<p>○傘を自転車に固定するのは、不安定な運転になり、視野が妨げられて危険であることを理解させる。</p> <p>○服装や履き物（サンダル・げたなど）にも注意が必要であることに気付かせる。</p>
4. まとめ	<p>自転車に乗るときの注意を理解し、日常の点検・整備に努め、安全に乗る心構えを発表させる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○楽しみながら、学習した内容を確認させる。</p>

小学生(4～6年生)ー2 (自転車に乗るときの注意事項)

●資料1 (壊れている自転車に乗る)

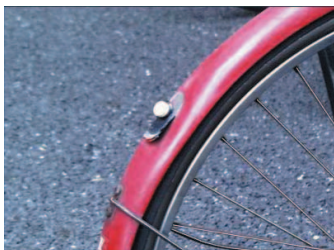
交通場面全体

自転車の絵を見て、壊れている所を見つけ、もしこの自転車に乗って走ったら、どのような危険が考えられるか、みんなで考えてみましょう。

①ブレーキが故障している自転車



②後部反射器材と尾灯が壊れている自転車



●資料2 (危険な場面)

①交差点で車とぶつかる



交差点で車とぶつかる危険があります。

②夜間、後ろからくる車に追突される



後ろから走ってくる車とぶつかる危険があります。

●資料3 (安全な乗り方)

自転車に乗る前の点検の仕方



自転車の安全な乗り方の第一歩は、自転車に乗る前の点検です。

点検の仕方をしっかりと覚えましょう。

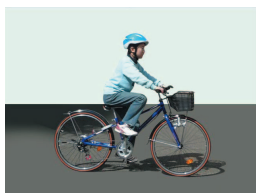
- ①ブレーキが前後ともきくか確認します。
- ②ベルやブザーがよく鳴るか確認します
- ③ライトは明るく点灯するか確認します。
- ④タイヤの空気は十分か確認します。
- ⑤ハンドルが曲がっていないか確認します。
- ⑥反射器材や反射材が汚れていないか確認します。

自転車点検表

点検箇所	点検のポイント	月/日	月/日	月/日	月/日
1	ブレーキ ブレーキが前後ともよくきくか確認します。				
2	ベル・ブザー ベルやブザーがよく鳴るか確認します。				
3	ライト ライトは明るく点灯するか確認します。				
4	タイヤ タイヤの空気は十分か確認します。				
5	ハンドル ハンドルが曲がっていないか確認します。				
6	反射器材・尾灯 反射器材や尾灯が後方や側方からよく見えるか確認します。				

●資料4 (自転車に乗るときの注意)

①体に合った自転車に乗る



②ヘルメットを着用して乗る



③雨の日はレインコートを着用して乗る



④荷台のひもはしっかり巻いてから乗る



自転車に乗るときは、次のことに注意しましょう。

- ①自分の体に合った自転車に乗りましょう。
- ②自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶりましょう。
- ③雨の日は、できるだけ明るい目立つ色のレインコートを着ましょう。
- ④ズボンのすそや荷台のひもがチェーンやスポークに巻き込まれないように注意しましょう。

主 題	自転車の安全な乗り方～自転車に乗るときの決まりを守り、安全に乗ろう	
ねらい	自転車の危険な乗り方をすると交通事故を起こしやすいことを知り、自転車乗用時の決まりを守り、安全に乗用することができるようにさせる。	
評 価	①危険な乗り方をすると、交通事故を起こしやすいことが理解できたか。 ②決まりを守り、安全に自転車に乗ろうとする意欲が持てたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
<p>1. 交通事故の危険</p> <p>2. 危ない理由と安全な乗り方</p> <p>3. 自転車の安全な乗り方</p> <p>4. まとめ</p>	<p>自転車の危険な乗り方の場面を見て、どのような危険が予測されるかを考え、発表させる。</p> <p>●資料1（危険な乗り方）</p> <p>①狭い道路での競走 ②歩道での並進</p> <p>●資料2（危険な場面）</p> <p>①後ろからくる車とぶつかる ②前からくる歩行者とぶつかる</p> <p>危険に遭わないためにはどうしたらよいのか考え、発表させる。 〈なぜ危ないのか？〉</p> <p>①狭い道路で見通しが悪い ②競走や友だちとの会話に夢中で、周囲への注意がおろそか ③決められた場所以外での並進</p> <p>●資料3（安全な乗り方）</p> <p>①一列になって車道の左端を通る ②一列になって歩道の車道寄りを通る</p> <p>危険な乗り方の場面を見て、その危険性を知るとともに、どうすれば安全なのかを理解させる。</p> <p>●資料4（危険な乗り方）</p> <p>①自転車の右側からの乗車 ②車と車の間に割り込む ③二人乗り ④ジグザグ走行 ⑤傘をさして乗る ⑥物をハンドルにかけて乗る ⑦夜間ライトをつけないで乗る ⑧踏切の手前で止まらないで渡る ⑨ブレーキが故障している自転車に乗る</p> <p>●資料5（安全な乗り方）</p> <p>①自転車の左側からの乗車 ⑤雨の日はレインコートを着て乗る ⑥荷物はかごや荷台に正しく積む ⑦夜間は必ずライトをつけて乗る ⑧踏切の手前で止まって、安全を確認してから、自転車から降りて渡る</p> <p>日常の自転車の乗り方を振り返り、決まりを守り安全に乗用することをまとめる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○自分たちが見たことや危険な目に遭ったことについても考えさせる。</p> <p>○車からの視点を示し、なぜ危険なのかについても考えさせる。</p> <p>○並進ができる場所についても触れる。</p> <p>○合図は車から分かるように行い、合図をする場合の他は片手運転をしないようにさせる。</p> <p>○楽しみながら、学習した内容を確認させる</p>

小学生(4～6年生)－3 (自転車の安全な乗り方)

●資料1 (危険な乗り方)

自転車の危険な乗り方の絵を見て、どのような危険が考えられるか、みんなで考えてみましょう。

①狭い道路での競走



②歩道での並進



●資料2 (危険な場面)

①後ろからくる車とぶつかる



前の自転車を追い越そうとすると、後ろから走ってくる車とぶつかって危ないですね。

②前からくる歩者とぶつかる



前から歩いてくる歩者とぶつかって危ないですね。

●資料3 (安全な乗り方)

①一列になって車道の左端を通る



②一列になって歩道の車道寄りを通る



- ①自転車での競走は、周囲の安全確認がおろそかになり危険なので、やめましょう。車道では一列になって車道の左端を通りましょう。
②また、並んで走るのは道をふさいだり、会話に夢中になって注意がおろそかになったり、車や歩行者にとっても迷惑で危険な乗り方です。歩道では一列になって歩道の車道寄りを歩行者に注意しながら通りましょう。

●資料4 (危険な乗り方)

①自転車の右側からの乗車



②車と車の間に割り込む



③二人乗り



④ジグザグ走行



⑤傘をさして乗る



●資料4（危険な乗り方）

⑥物をハンドルにかけて乗る



⑦夜間ライトをつけないで乗る



⑧踏切の手前で止まらな
いで渡る



⑨ブレーキが故障してい
る自転車に乗る



- ①自転車の右側からの乗り降りは、車とぶつかる危険があります。
自転車の左側から乗り降りしましょう。
- ②車のすぐ後ろに続いて走ったり、車と車の間に割り込むのは、車とぶつかる危険があるので、やめましょう。
- ③二人乗りはバランスを崩しやすく、ハンドル操作が不安定になり危険なので、やめましょう。
- ④ジグザグ走行は、車や歩行者の迷惑になります。やめましょう。
- ⑤傘をさして自転車に乗るのは、片手運転になったり、周りが見えにくくなったりして危険です。
雨の日は、車の運転者から見られやすい明るい目立つ色のレインコートを着るようにしましょう。
- ⑥物を持ったり、ハンドルにかけたりして乗るのは、片手運転や不安定な運転になりやすく危険です。
荷物は、かごや荷台に正しく積むようにしましょう。
- ⑦夜間、ライトをつけないで走行するのは、車の運転者から見落とされやすく非常に危険です。
前方の安全確認だけでなく、車や歩行者に自転車の存在を知らせるためにも、夜間は必ずライトをつけて走行しましょう。
- ⑧踏切を一時停止しないで走行するのは、電車や列車と事故になる危険があります。
踏切では、必ず一時停止をして安全を確認し、自転車を押して渡るようにしましょう。
- ⑨走行中にブレーキやライトが故障したり、道路が凍っていたり、雨や風が強いときは、自転車を押して歩きましょう。

●資料5（安全な乗り方）

①自転車の左側からの乗車



⑤雨の日はレインコートを着
て乗る



⑥荷物はかごや荷台に正しく
積む



⑦夜間は必ずライトをつけて
乗る



⑧踏切の手前で止まって、安
全を確認してから、自転車
から降りて渡る



⑨走行中にブレーキなどが故障し
たときは、自転車を押して歩く



MEMO

主 題	自転車の通行場所と正しい通行方法～自転車の正しい通り方を知って、安全に乗ろう	
ねらい	自転車も車両であり、決められた通行場所と通行方法を守らなければならないことを理解し、安全な自転車利用ができるようにさせる。	
評 価	①自転車に乗るときの通行場所と正しい通行方法が理解できたか。 ②自転車も車両であることを理解し、守るべき交通ルールを日常の自転車利用において実践しようとする心構えができたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
<p>1. 歩道を通るときの危険</p> <p>2. 危ない理由と安全な乗り方</p> <p>3. 自転車の通る所と正しい通り方</p> <p>4. まとめ</p>	<p>自転車で歩道を通る場面を見て、間違っている通り方を見つけて、それがどのような危険につながるかを考え、発表させる。</p> <p>●資料1（危険な通り方をしている自転車は？）</p> <p>①車道の右側を通る ②歩道の中央を通る ③歩行者がいるのに横断歩道を乗車して通る</p> <p>●資料2（危険な場面）</p> <p>①前からくる車とぶつかる ②歩道で前からくる歩行者とぶつかる ③横断歩道で前からくる歩行者とぶつかる</p> <p>危険に遭わないためにはどうしたらよいのか考え、発表させる。 〈なぜ危ないのか？〉</p> <p>①車道の左端走行違反 ②通行区分違反 ③歩行者優先の無視</p> <p>●資料3（自転車の通る所と正しい通り方）</p> <p>①車道の左側の端を通る ②歩道の車道寄りを通る ③歩行者がいる場合は横断歩道は降りて渡る ④自転車横断帯を通る</p> <p>自転車の通る所と正しい通り方を理解させる。</p> <p>●資料4（車道を通るとき）</p> <p>①止まっている車の右側を通るとき ②自転車道があるとき ③路側帯を通るとき（白1本線）、（白の点線と1本線）、自転車を通れない路側帯（白の2本線）</p> <p>●資料5（歩道を通るとき）</p> <p>①中学生になって歩道を通るとき ②歩道から車道へ移るとき ③自転車同士が行き違うとき</p> <p>●資料6（信号機のある交差点を通るとき）</p> <p>①歩行者・自転車専用の信号機 ②右折するとき</p> <p>●資料7（信号機のない交差点を通るとき）</p> <p>①一時停止の標識・標示 ②右折するとき ③左折するとき</p> <p>自転車の通行場所と正しい通行方法を改めて確認し、日常の安全な自転車利用に役立てるように努めさせる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○普段、自分たちがどのように自転車に乗っているか考えさせる。</p> <p>○人・車からの視点を示し、なぜ危険なのかについても考えさせる。</p> <p>○危険を予測した行動の大切さに気付かせる。</p> <p>○歩道から交差点に速いスピードで進入した場合の危険性に触れる。 ○速いスピードで走るときは、車道を通行すべきことを理解させる。</p> <p>○飛び出しの危険と安全確認の大切さを理解させる。 ○死角、内輪差の危険に触れる。 ○信号の見方を理解させる。</p> <p>●資料8（信号の見方） ○合図の仕方を理解させる。</p> <p>●資料9（自転車の合図の仕方） ○正しい横断の仕方を理解させる。</p> <p>●資料10（正しい横断の仕方） ○楽しみながら、学習した内容を確認させる。</p>

小学生(4～6年生)ー4 (自転車の通行場所と正しい通行方法)

●資料1 (危険な通り方をしている自転車は?)

交通場面の絵を見て、危険な通り方をしている自転車を見つけ、どのような危険が考えられるか、みんなで考えてみましょう。

- ①車道の右側を通る (㊦)
- ②歩道の中央を通る (㊧)
- ③歩行者がいるのに横断歩道を乗車して通る (㊨)
- ④



●資料2 (危険な場面)

- ①前からくる車とぶつかる (㊩)



右側を通っている自転車が、前からくる車とぶつかる危険がありますね。

- ②歩道で前からくる歩行者とぶつかる (㊪)



歩道の中央を走っている自転車が、前から歩いてくる歩行者とぶつかる危険がありますね。

- ③横断歩道で前からくる歩行者とぶつかる (㊫)



横断歩道を走っている自転車が、前から歩いてくる歩行者とぶつかる危険がありますね。

●資料3 (自転車の通る所と正しい通行方)

- ①車道の左側の端を通る



- ②歩道の車道寄りを通る



- ③歩行者がいる場合は、横断歩道は降りて渡る

- ④自転車横断帯を通る



車道で右側を通ることや歩道の中央を通ること、横断歩道を自転車に乗って歩行者に迷惑をかけることは交通ルール違反です。

- ①車道を通るときは、道路の左端を通るようにしましょう。
- ②自転車で歩道を通るときは、車道寄りまたは、白線と自転車のマークで指定された所を、いつでも止まれるスピードで通り、歩行者の迷惑になりそうな場合は一時停止し、歩行者が多いときは降りて押して歩きましょう。
- ③横断歩道を渡るときに、歩行者がいる場合は、歩行者の迷惑にならないように、自転車から降りて押して歩くようにしましょう。
- ④近くに自転車横断帯があるときは、そこを通りましょう。

●資料4（車道を通るとき）

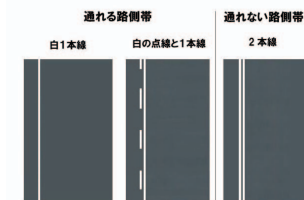
①止まっている車の右側を通るとき



②自転車道があるとき



③路側帯を通るとき



- ①止まっている車の右側を通らなければならない場合は、車の手前でいったん止まり、前や後ろの安全を確かめてから、止まっている車の周りをよく注意しながら、ゆっくり走行するようにしましょう。
- ②自転車道がある場合は、そこを通るようにしましょう。
- ③路側帯を通るときは、歩行者の迷惑にならないように注意して、場合によっては降りて通らしましょう。また、白の2本線の路側帯は通行できないことも覚えておきましょう。

●資料5（歩道を通るとき）

①中学生になって歩道を通るとき



自転車歩道通行可の標識



②歩道から車道へ移るとき



③自転車同士が行き違うとき



- ①小学生は歩道を通ることができますが、中学生になると自転車能够通过いい標識のある歩道以外は、原則車道を通らなくてははいけません。よく覚えておきましょう。また、むやみにベルを鳴らしながら走るのはやめましょう。歩道では歩行者優先であることを忘れないようにしてください。

- ②歩道から車道へ移る場合は、後ろからくる車などに十分注意して安全を確認しましょう。また車道に出たときに右側を通らないように注意しましょう。特に頻繁な乗り入れや交差点付近で歩道から車道へ移るのは非常に危険であることを理解しておきましょう。
- ③歩道で自転車同士が行き違うときは、相手の自転車を右に見ながらスピードを落としてお互いにぶつからないように、歩行者に注意して通ります。その他、警察官や交通巡視員の指示があった場合は、その指示に従いましょう。

●資料6（信号機のある交差点を通るとき）

①歩行者・自転車専用の信号機



②右折するとき



- ①信号機のある交差点を通るときは、信号に従って通らしましょう。「歩行者・自転車専用」と表示されている信号機がある場合は、その信号機の信号に従います。
- ②信号機のある交差点で右折するときは、青信号で交差点の向こう側までまっすぐに進み、その地点で止まり右に向きを変え、前方の信号が青になってから進みます。
- ③左折するときは、前後左右の安全を確かめ、できるだけ道路の左端に沿って十分スピードを落とし、横断中の歩行者に注意して曲がります。

●資料7（信号機のない交差点を通るとき）

①見通しの悪い曲がり角



②右折するとき



③左折するとき



- ①一時停止の標識・標示がある所はもちろん、狭い道路から広い道路に出る場合や見通しの悪い曲がり角でも一時停止をして、安全を確認してから通るようにしましょう。
- ②信号機のない交差点で右折するときは、停止線で一時停止し、前後左右の安全を確認め、できるだけ道路の左端に寄って交差点の向こう側までまっすぐに進み、十分にスピードを落として曲がりましょう。
- ③左折するときは、停止線で一時停止し、前後左右の安全を確認めて曲がりましょう。

●資料8（信号の見方）

①青信号



②青信号のチカチカ



③赤信号



横断歩道を通るときは、「歩行者・自転車専用」の表示がなくても、歩行者用信号に従うようにしましょう。

- ①青信号は、進むことができるという意味です。右、左の安全を確認めて進みましょう。
- ②青信号のチカチカは、進み始めてはいけないという意味です。次の青信号まで待ちましょう。黄色の信号も同じ意味です。
- ③赤信号は、進んではいけないという意味です。安全な場所で次の青信号まで待ちましょう。

●資料9（自転車の合図の仕方）



道路はみんなが利用する所だからお互いの安全のために、これからしようとする行動を他の車などに知らせることがとても重要です。自転車に乗っているときの合図の仕方を覚えましょう。

- ①これから止まるは、右腕を斜め下に出しましょう。
- ②これから右に曲がるは、手のひらを下にして右腕を横に水平に出しましょう。
- ③これから左に曲がるは、右腕のひじを垂直に上に曲げましょう。

●資料10（正しい横断の仕方）

①横断歩道や自転車横断帯がないとき



②走ってきた道に戻るとき



- ①近くに横断歩道や自転車横断帯がないときは、右左の見通しのきく所を選んで、車のとぎれたときに直角に横断します。斜め横断は危険なのでやめましょう。
- ②走ってきた道に戻るときも、いったん止まって、正しい横断の仕方でも道路の反対側に渡り、自転車の向きを変えるようにしましょう。