**JALGRATTURI KOOLITUSE TÖÖPLAAN**

Kool: Rakvere Waldorfkool (III klass)  
Õppeaasta: 2024/2025

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kuupäev** | **Teema** | **Märkused** | **Õpiväljundid** | **Ak.**  **tunde** |
| 6.09  13.09  20.09  27.09 | Põhimõisted liikluses:   * *Liikleja, jalakäija, sõitja, juht, sõiduk* * *Mootorsõiduk, haagis, jalgratas, mopeed, mootorratas, ühistransport, auto* * *Liikluskorraldusvahend, liiklusmärk, foor, reguleerija, teekattemärgis* * *Tee, sõidutee, sõidurada, eraldusriba, kõnnitee, jalg- ja jalgrattatee, teepeenar, ülekäigurada, ülekäigukoht, õueala* * *Teeandmine, eesõigus, peatee, peatumine ja parkimine, möödasõit ja möödumine, pööre, ümberpõige, liiklusõnnetus* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 2-3 – Mõisted; lk 4-5 – Sõidutee ületamine   * „Liiklusaabits“ lk 7 * „Mina liiklen ohutult“ lk 24 – Avarii * „Mina liiklen ohutult“ lk 57 – Kes ma olen? | Õpilane teab ja oskab kasutada liikluse põhimõisteid. | 4 |
| 4.10 | Liiklusviisakus  Ohutus:   * *Jalakäijatega arvestamine* * *Sõidukiirus, arvestades teeolusid, teekatteid, teisi liiklejaid ja liikluskorraldust* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 13 – Jalakäijatega arvestamine; lk 14 – Ühistranspordiga arvestamine  „Ohutu jalgrattasõit“ lk 8 – Eraldatud liiklusega jalgratta- ja jalgtee; lk 9 – Ühisliiklusega jalgratta- ja jalgtee | Õpilane oskab liikluses arvestada jalakäijate ja teiste liiklejatega.  Õpilane oskab valida sõidukiirust, arvestades erinevaid teekatteid, teeolusid ja teiste liiklejatega. | 1 |
| 11.10 | Rattaga ülekäigurajal / ülekäigukohas sõidutee ületamine:   * *Ülekäigukoht* * *Ülekäigurada* * *Fooriga ristmik* * *Jalakäijate tunnel / käigusild* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 4-5 – Sõidutee ületamine  „Liiklusaabits“ lk 20-22 – Liiklemine tänaval. Tee ületamise võimalused  „Alustame turvaliselt kooliteed“ lk 9 – Oota ära paus liikluses; lk 11 – Ma ületan tänavat: tähistatud ülekäigurada; lk 12 – Ma ületan tänavat: valgusfoor   * „Mina liiklen ohutult“ lk 12 – Sõidutee ületamine; lk 16 – Kas oskad ületada sõiduteed? | Õpilane teab erinevaid tee ületamise viise ning oskab valida ohutuima. | 1 |
| 18.10 | Tehniliselt korras jalgratas  Kiiver | „Jalgratturi tööraamat“ lk 3 – Korralik jalgratas; lk 4 – Kiiver   * „Turvaliselt tänaval“ lk 8 – Jalgratta kontroll * „Ohutu jalgrattasõit“ lk 4 – Jalgratta ohutusvarustus; lk 5 – Arukad pead on kaitstud   Kiiver, munakiivri katse | Õpilane teab jalgratta ehitust ja kohustuslikku varustust.  Õpilane teab, miks on kiivri kandmine kohustuslik. | 1 |
| 1.11 | Jalgratturi käemärguanded:   * *Suunamärguanded* * *Peatumismärguanne – kus tohib/ei tohi peatuda/parkida* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 8 – Jalgratturi käemärguanded | Õpilane teab, millal ja kui pikalt käemärguandeid näidata.  Õpilane oskab käemärguandeid näidata teistele liiklejatele arusaadavalt, seejuures tasakaalu kaotamata.  Õpilane teab, millises olukorras helisignaali anda.  Õpilane teab, kus tohib/ei tohi peatuda ja kus on/ei ole jalgratast ohutu parkida. | 1 |
| 8.11 | Jalgratturi asukoht teel:   * *Grupis sõitmine* * *Paiknemine sõiduteel / sõidurajal / jalgrattateel / jalgratta- ja jalgteel* * *Paiknemine manöövri sooritamisel* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 9-10 – Asukoht teel | Õpilane teab, kuidas paikneda erinevatel teedel ja mitmekesi sõites.  Õpilane arvestab piki- ja külgvahega. | 1 |
| 15.11  22.11 | Manöövrid, möödumine, möödasõit:   * *Takistusest / ees liikuvast aeglasest sõidukist möödumine* * *Ohtlikud kohad (piiratud nähtavusega teelõik, kui tagasõitja on alustanud möödumist või möödasõitu; eessõitja annab vasaksuunamärku; vastutuleva sõiduki korral; reguleerimata ülekäigurada; raudteeülesõidukoht ja selle lähedus; ristmik ja selle lähedus* |  | Õpilane teab kohti, kus möödumine ja möödasõit on ohtlikud.  Õpilane teab, mis juhul tuleb takistusest mööduda paremalt ja mis juhul vasakult. | 2 |
| 29.11 | Vasak- ja tagasipööre ristmikul ja ristmikevahelisel ala | „Jalgratturi tööraamat“ lk 11-12 – Vasak- ja tagasipööre  „Ohutu jalgrattasõit“ lk 11 – Vasakule pööramine   * „Ohutu jalgrattasõit“ lk 12 – Vasakule pööramise harjutus; lk 13 – Ohutum vasakpööre * Olukordade läbimängimine | Õpilane oskab valida vasakpöördeks ohutuima viisi, vajadusel jalgrattalt maha tulles ja ületades sõidutee jalakäijana.  Õpilane veendub enne manöövri sooritamist selle ohutuses ja annab teistele liiklejatele oma kavatsusest selgelt käega märku.  Õpilane valib pöörde sooritamiseks õige trajektoori ning on manöövri lõpetamiseni väga tähelepanelik. | 1 |
| 6.12  13.12 | Sõitmine ristmikel:   * *Samaliigiliste teede ristmik (parema käe reegel)* * *Ringristmik* * *Sõidu eesõigus* * *Sõiduteele sõit hoovist, teega külgnevalt alalt ja teepeenralt* * *Liiklus ristumisel trammi- või raudteega (rööbaste ületamine)* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 15-17 – Parema käe reegel; lk 18 – Sõidu eesõigus   * „Mina liiklen ohutult“ lk 50-51 – Ristmik * Teematest – Parema käe reegel * Olukordade läbimängimine | Õpilane tunneb ära ristmiku liigi, millele ta läheneb ja valib sobiva sõidukiiruse.  Õpilane annab vajadusel teed teistele liiklejatele.  Õpilane teab, mida tähendab teeandmise kohustus ja tunneb ära liikluses olukorrad, kus ta peab teeandmiseks kiirust vähendama või peatuma.  Õpilane oskab valida ohutuimat viisi rööbastee ületamiseks, järgides liikluskorraldusvahendeid ja valides sobiva liikluskiiruse, samuti järgides ülekäigukohas kohustust jalgrattalt maha tulla. | 2 |
| 10.01  17.01  24.01  31.01  7.02  14.02 | Liiklusmärgid:   * *Eesõigusmärgid* * *Hoiatusmärgid* * *Keelu- ja mõjualamärgid* * *Kohustusmärgid* * *Osutusmärgid* * *Juhatusmärgid* * *Teeninduskohamärgid* * *Lisateatetahvlid* * *Ajutised märgid* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 19-30 – Liiklusmärgid   * „Liiklusaabits“ lk 8 * „Turvaliselt tänaval“ lk 6-7 – Liiklusmärgid * „Mina liiklen ohutult“ lk 10 – Liiklusmärgid; lk 31 – Tunnen liiklusmärke; lk 42 – Liiklusmärgid; lk 58 – Kas tunned liiklusmärke?; lk 59 – Tunnen liiklusmärke * Tööleht – Liiklusmärgid * Teematest – Liiklusmärgid * Teematest – Liiklusmärgid ristmikel * Teematest – Ristmikud * „Mina liiklen ohutult“ lk 47 – Arva ära liiklusmärk! * „Mina liiklen ohutult“ lk 68 – Tunne liiklusmärke! * „Tunne liiklusmärke“ * „Liiklusmärgid“ * „Roheline tuli“ * „Doomino“ | Õpilane teab erinevate liiklusmärkide tähendust, oskab eristada märgitüüpe ja nende järgi liigelda. | 6 |
| 21.02 | Foorid:   * *Ümartuledega foor, nooltuledega foor, lisasektsioonidega foor* * *Kollase vilkuva tulega foor* * *Ülesõidufoor* * *Jalgrattafoor, jalakäijafoor*   Reguleerija märguanded | „Jalgratturi tööraamat“ lk 31-32 – Foorid; lk 33 - Reguleerija  „Ohutum jalgrattasõit“ lk 14 – Stopp   * Teematest – Foorid ja reguleerija * Olukordade läbimängimine * „Roheline tuli“ | Õpilane tunneb erinevate fooride tähendusi ja oskab nende järgi liigelda. | 1 |
| 7.03 | Teekattemärgised:   * *Pidevjoon, katkendlik joon, pidev- ja katkendjoone ühend* * *Ülekäigurada* * *Sõidutee lõikumine jalgrattateega* * *Stoppjoon* | „Jalgratturi tööraamat“ lk 34 – Teekattemärgised | Õpilane teab erinevaid teekattemärgiseid ja nende tähendusi. | 1 |
| 14.03 | Sõit linnas, maanteel, kergliiklusteel - erisused | „Jalgratturi tööraamat“ lk 35 – Sõit asulas; Sõit asulavälisel teel | Õpilane oskab nimetada erisusi asulas ja asulavälisel teel sõites. | 1 |
| 21.03  28.03 | Raudtee ohutus  Muud ohtlikud olukorrad liikluses jalgratturile:   * *Pikivahe hoidmine* * *Pidurdusteekond (erinevad ilmastikuolud ja teekatted)* * *Sõitmine pimedas ja halva nähtavusega tingimustes* * *„Pime nurk“*   Enda nähtavaks tegemine liikluses | „Jalgratturi tööraamat“ lk 36 – Raudtee; lk 37 – Sõit pimeda ajal; lk 38 – Jalgratturile ohtlikud olukorrad  „Liiklusaabits“ lk 25 – Tähtis teada!  „Turvaliselt tänaval“ lk 11 – Ettevaatust, „pime nurk“!  „Ohutu jalgrattasõit“ lk 22 – Ettevaatust, tagarattad!   * „Ohutu jalgrattasõit“ lk 25 – Pidurdamine * Helkuri töölehed * Teematest – Ohud liikluses   Nähtavaks tegemise vahendid/võimalused | Õpilane oskab nimetada jalgratturile ohtlike olukordi.  Õpilane oskab valida vastavalt olukordadele sobivaima kiiruse ja arvestab piki- ja külgvahega.  Õpilane teab, kuidas ennast nähtavaks muuta. | 2 |
| 4.04  11.04  17.04 | Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll  Kiivrite kontroll, reguleerimine  Sõidu harjutamine õppeväljakul:   * *Sõidu alustamine ja pidurdamine* * *Jalgrattaga takistuste vahel manööverdamine, tagasipööre* * *Teiste sõitjatega arvestamine (piki- ja külgvahe hoidmine)* * *Ühe käega sõitmine, käemärguanded* * *Üle õla tagasivaatamine* | „Ohutu jalgrattasõit“ lk 27 – Kumm on tühi!  Koonused, kriidid, muud vahendid  Tehniliselt korras jalgratta kontrollkaart ja kleeps  Keda kaasata: Jalgratta spetsialist kutsuda rääkima jalgratta tehnilisest korraolekust (kuidas rehvi pumbata, kuidas ketti peale panna jne); vigurraja ehitamiseks kaasata õpilasi | Õpilane teab jalgratta ehitust ja kohustuslikku varustust.  Õpilane oskab reguleerida vastavalt endale kiivrit. | 3 |
| 2.05  9.05  16.05 | Sõidu harjutamine liikluses:   * *Jalgratta valitsemine* * *Tähelepanelikkus* * *Sõidu eesõigus / teeandmine* * *Asukoht teel* * *Piki- ja külgvahe hoidmine* * *Kiiruse valimine* * *Liiklusmärkide, fooride jm jälgimine* * *Pidurdamine ja peatumine* | Ohutusvestid  Keda kaasata: lapsevanemad, kolleegid | Õpilane oskab tänaval jalgrattaga sõita, arvestades teiste liiklejatega, liikluskorraldusvahenditega ja valides sobiva sõidukiiruse. | 3 |
| 23.05  30.05 | Kordamine | * „Alustame turvaliselt kooliteed“ lk 26-27 – Õige või vale?; lk 31 – Reeglid * „Ohutu jalgrattasõit“ lk 28-29 – Harjuta, mida oled õppinud * „Mina liiklen ohutult“ lk 65 – Liiklen ohutult * Teematestid 8, 9, 10 * Harjutustestid * „Liiklusmemoriin“ * „Tunne liiklusmärke“ * „Liiklusmärgid“ * „Roheline tuli“ * „Doomino“ |  | 2 |
| 2.06 | Teooriaeksam |  |  | 1 |
| 4.06 | Sõidueksam platsil  Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul | Sõidu ettevalmistus 10 min lapse kohta + kuni 10 min platsiharjutuste läbimiseks |  | 1 |
| 25 min lapse kohta |  |

Lisaks teha erinevaid tähelepanu mänge (nt „Noolemäng“) ja käia õpilastega tänaval liiklust jälgimas, märke vaatamas jne.

Akadeemilisi tunde kokku: 35, millest 7 ak. tundi on praktiline sõiduõpe

Koostas: Maili Jaaska  
Kuupäev: 4.09.2024