

JALGRATTURI KOOLITUSE TÖÖPLAAN

Kool: Tallinna Rahumäe Põhikool

Koolitaja: Piret Hion

Õppeaasta: 2025/2026. õa

Akad tunde	Teema	Tunni sisu	Märkused
2	Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond), sõidutee ületamine, liiklusviisakus	Kes on liiklejad? Liiklusmärgid, kõnnitee, sõidutee, ülekäigurada. Kus on ohutu liigelda? Miks peab olema tähelepanelik? Millised on ohud kooliümbruses liikudes?	Osalejate nimekiri. (aluseks eelnevalt lapsevanema poolt täidetud jalgratturi juhiloa taotlusvorm ja nõusolek foto jagamiseks dokumendile). Vaatus liikluskeskkonnas – mida ja keda märkan.
2	Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond), sõidutee ületamine, liiklusviisakus	Jalgratturi koolitus = tark liikleja. Miks on oluline teada liiklusreegleid, käituda liikluses viisakalt, olla tähelepanelik? Milline on õpilase kodutee (liikumisviis, keerulised ja ohtlikud kohad)?	Maanteeameti videod. Vestlus koolitee teemal. Infobrošüür „Tark laps kooliteel“ Kahoot.com mäng
2	Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond), sõidutee ületamine, liiklusviisakus	Kes on liikleja? Jalakäija, juht (jalgrattur, mootorrattur, autojuht). Liiklusvahend (auto, ühistransport, jalgratas). Kõnnitee, sõidutee, ülekäigurada, jalgrattatee, jalgrattarada, jalgratta- ja jalgte, bussirada. Ülekäiguraja tähistamine (märgid, teekattemärgised). Sõidutee ületamine – reguleeritud ja reguleerimata ülekäigurada, nende ületamine jalakäijana või jalgratturina. Kuidas ohutult ületada teed? Liiklusviisakus.	Jalgratturi tööraamat lk 2-5 Maanteeameti videod Infobrošüür „Jalgratturi meelespea“ Liikumismäng Liiklusmärkide komplekt Liiklusmärkide Alias, kaardimäng “Roheline tuli”
2	Tehniliselt korras jalgratas, kiiver, enda nähtavaks tegemine liikluses	Jalgratas (tehniliselt korras): kuidas ja mida kontrollida? M-kontroll (m-check). Oluline: jalgratta suurus, riietus, lisavarustus. Kiiver ja selle vajalikkus: minikiivri katse, kiivri asend, 2V1 reegel. Enda nähtavaks tegemiseks: selle vajalikkus, vahendid.	Jalgratturi tööraamat lk 6-7 Maanteeameti videod Infokaart Minikiiver Tööleht

2	Jalgratturi käemärguanded, jalgratturi asukoht teel (grupis sõitmine)	Käemärguanded pöördel, peatudes. Miks on märguanded vajalikud? Manööver, kui pööre, sõiduraja vahetus või überpöige. Takistus teel. Asukoht teel: jalakäijana kõnniteel; jalgratturi asukoht sõiduteel või jalgratturile mõeldud teel. Sõitmine grupis – külg- ja pikivahe. Ohud teel: rööpad, konarused, äärekivid, augud; pimenurk, küljetuul. Kohustusmärgid seoses jalgteel, jalgratta- ja jalgteel ning jalgrattateega.	Jalgratturi tööraamat lk 8-10 Maanteeameti videod. Liikumismäng. Töölehed
2	Vasak- ja tagasipööre. Rattaga ülekäigurajal sõidutee ületamine ning jalakäijatega arvestamine	Vasakpööre kui ohtlik pööre – ohutumad valikud. Ülekäiguraja ületamine jalakäijana. Jalgratturi paiknemine vasakpöörde, reastumine, käemärguande, ohutuses veendumine. Vasakpööre ühesuunalisel sõiduteel, liiklusmärk. Vasak- ja tagasipöörde märgid. Vasakpöörde reegel. Jalakäijaga arvestamine: tee andmine sõiduteed ületavale jalakäijale, pööret lõpetav jalgrattur, tee andmine seoses ühistranspordiga. Ühistranspordiga seotud liiklusmärgid ja teekattemärgistus.	Jalgratturi tööraamat lk 12-14 Maanteeameti videod. Erinevad liiklusskeemid. Liikumismäng saalis imiteeritud platsil – pöörete läbimängimine, videod
2	Samaliigiliste teede ristmik (parema käe reegel), ringristmik	Parema käe reegel: mida tähendab, millal kasutada? Samaliigilise ristmiku mõiste, liiklusmärk, teekattemärgis. Ohutu ületamine (eesõigus, hoo maha võtmine). Erandid (tramm). Liiklemine parklas.	Jalgratturi tööraamat lk 15-17 Maanteeameti videod. Erinevad liiklusskeemid. Harjutustest
2	Sõidu eesõigus. Liiklusmärgid: - eesõigusmärgid, hoiatusmärgid, keelu- ja mõjualamärgid.	Eriliigiliste teede ristmik mõiste. Peatee, anna teed, foorituled. Vasakpöörde reegel. Eesõigusmärgid. Päri- ja vastassuund – märgid, takistus teel, erand. Hoiatusmärgid – tunnus, hoiatamine eesoleva osas. Keelumärgid – tunnus, tegevuse keelamine.	Jalgratturi tööraamat lk 18-26 Erinevad liiklusskeemid. Õppemängud „Liiklusmärkide komplekt“, „Tunne liiklusmärke“ Harjutustestid

2	Liiklusmärgid: kohustusmärgid, osutusmärgid, juhatusmärgid, teeninduskohamärgid, lisateetatähvliid.	Kohustusmärgid – tunnus, kohustuslik liikumisviis märgitud teel. Märgi mõju ristmikul, ümberpöige. Osutusmärgid – tähistavad, näitavad, osutavad. Nt ühesuunaline tee, sõidusuunad, ühistranspordi peatuskoht, umbtee ja jalgrattatee, lõikuv jalgrattatee, parkla, ülekäigurada. Lisateetatähvliid (peattee-märgi ja „Anna teed“ all olev peatee suuna tahvel; tahvel, mis liiki sõidukile kehtib, märgi mõju suud)	Jalgratturi tööraamat lk 27-30 Erinevad liiklusskeemid. Õppemängud „Liiklusmärkide komplekt“, „Tunne liiklusmärke“, kaardimäng „Roheline tuli“. Harjutustestid
2	Foorid, reguleerija märguanded	Foori märguanded, värvide tähendused, ristmiku ületamine. Foori paiknemine ja selle kehtivus parempöördeks. Lisasektsiooni nool ja selle funktsioon. Jalakäija- ja jalgrattafoor. Raudteefoorid. Reguleerija ja märguanded – selle tähtsus.	Jalgratturi tööraamat lk 31-33 Erinevad liiklusskeemid. Harjutustestid
2	Teekattemärgised, liiklusmärkide kordamine	Teekattemärgised ja nende kasutamine (ülekäigurajad, pidev- ja katkendjoon, lõikumine jalgrattateega). Liiklusmärkide kordamine	Jalgratturi tööraamat lk 34 Kordamine. Harjutustestid. Õppemängud.
2	Sõit asulas, maanteel, kergliiklusteel - erisused	Sõit asulas (liiklusmärk, jalgratturi paiknemine teel, ohutu valik) Asulaväline sõit (liiklusmärk, jalgratturi paiknemine teel, vasak- ja tagasipööre, ohud maanteel)	Jalgratturi tööraamat lk 35 Erinevad liiklusskeemid. Transpordiameti õppevideod.
2	Raudtee ohutus. Muud ohtlikud olukorrad liikluses jalgratturile Teema- ja harjutustestide lahendamine	Raudtee ületamine: ülesõit; kellel eesõigus; miks olla tähelepanelik; raudteefoor, liiklusmärgid. Ohtlikud olukorrad: pime aeg (tee end nähtavaks!), seisvad autod, rööpad, augud, erinevad teekatted. Teematestid, harjutustestid.	Jalgratturi tööraamat lk 36-38 Harjutustestid. Maanteeameti videod.

2	Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll Kiivrite kontroll, reguleerimine Sõidu harjutamine õppeväljakul	Jalgratta M-check ja parkimine, kiivri kontroll. Harjutusplatsi paigaldamine. Sõit harjutusplatsil: Sõidu alustamine, pidurdamine (tagasivaade, käemärguanded) Kitsam teelõik, rajalaud. Slaalom ja kaheksa sõitmine ja tagasipööre. Ühe käega sõitmine ja märguanne. Manööverdamine (takistus, raja vahetus), tagasivaatamine. Erinevad teekatted ja muud ohud.	Praktika platsil: ratta M-check; kiivri kinnitamine 2V1; sõit harjutusplatsil. Koonused, kriidid, muud vahendid
4	Sõidu harjutamine liikluses ja platsil	Väiksemas grupis sõit liikluses koos lisasaatjaga: Väikse liikluskoormusega tänaval: liikluskeskkonna jälgimine; sõidueesõigus või teeandmine ristmikul; jalgratta asukoht teel; piki- ja külgsuuna hoidmine; sõidukiiruse sobiv valik; fooride, liiklusmärkide, teekattemärgiste järgimine; käemärguanded; ettenägelikus, aeglustamine, pidurdamine või peatumine (ohutus)	Ohutusvestid, lisasaatja (lapsevanemad), pidevalt arvestamine teiste liiklejatega
1	Teooriaeksam	Eksamitested (Transpordiameti koostatud 15 küsimust, aeg 30 minutit, üks õige vastus, eksam sooritatud 13 õiget). Protokolli koostamine.	Õpilaste nimekiri; Eksamitested; Õpilaste taotlused ja fotod; Eksamikomisjon (2); Eksamiprotokoll
1	Sõidueksam platsil	Sõidueksami platsi ettevalmistamine. Õpilasel eelnevalt sõidueksami platsi läbisõit 1-2 korda. Jalgratta tehniline seisukord, kiivri õige kasutus Sõidueksam: sõidu ettevalmistus 10 min lapse kohta + kuni 10 min platsiharjutuste läbimiseks (iseseisev jalgratta ohutuse kontroll; sooritama platsil ettenähtud harjutused (vea korral 1 korduskatse)) Kontrollida lapse oskust jalgratast valitseda.	Sõidueksami plats (koonused, liiklusmärgid jm vahendid); Tehniliselt korras jalgratas, kiivrid; Eksamiprotokoll.

1	Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul	Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul, 25 min lapse kohta: Kontrollida lapse oskust osaleda liikluses; Kokku leppida eelnevalt marsruut; Eksam sooritatud: järgib liiklusreegleid, ohutut ja kaasliiklejaid arvestavat juhtimisstiili ning käitumisenõudeid. Tagasiside lapsele (sooritas/ei sooritanud – põhjus) Eksami protokoll allkirjastamine liikmete poolt.	Imiteeritud liiklusega väljak (koonused, liiklusmärgid jm vahendid); Tehniliselt korras jalgratas ja kiiver; Eksamiprotokoll.
	Juhiloa väljastamise otsuse vormistamine; Eksami sooritanud laste sisestamine jalgratturi juhilubade andmebaasi läbi Transpordiameti e-teeninduse; Jalgratturi juhilubade blankettide täitmine; Juhilubade väljastamine lapsele allkirja vastu.		Väljastamise otsus; Juhilubade blanketid.

Koolituse maht:

Koolituse maht on 34 akadeemilist tundi, millest 8 akadeemilist tundi on praktilist sõiduõpet.

Eksam:

Teooria 1 akad tund. Sõidueksam toimub kooli territooriumil ja kooliga külgnevatel vähese liiklusega tänavatel.

Koostaja: Piret Hion

Kuupäev: 05.01.2026