JALGRATTURIKOOLITUSE TÖÖPLAAN Laulasmaa Koolis

Õppeaasta: 2022/23 õ.a.

Tundide arv: 35 tundi (45min). Lisanduvad eraldi teooria-, sõidu- ning järeleksamid.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nädal või kuupäev** | **Teema** | **Tegevused või märkused** | **Õpiväljundid** | **Ak t** |
| 1 nädal | Sissejuhatav tund (teooriatund)   * Tutvumine;  - Kes käib koolis jalgrattaga? Kes oskab jalgrattaga sõita? Kui hästi tunnevad õpilased kooli ümbrust, märke; | Vestlusring.  Lisaks: https://lasteekraan.err.ee/913028/marka-marki | Õpilane mõistab, milleks on vaja liikuluskasvatust; Milleks on vaja jalgrattalube; Mida on vaja teha, et saada jalgratta load; Milliseid teadmisi selleks on vaja;  Õpilane tunneb oma kooliümbrust ja mõistab liikluskeskkonnast tulenevaid ohtlikke kohti ja olukordi. | 1 |
| 2 nädal | **Liiklusviisakus (sh jalakäija liiklusreeglite kordamine sh enda nähtavaks tegemine)**  **Mõisted. Sõidutee ületamine.**  Teemad:   * liiklusega seotud mõisted; * sõidukitega seotud mõisted; * liikluskorraldusega seotud mõisted; * taristuga seotud mõisted; * jalgrattaga liiklemisega soetud mõisted; * sõidutee ületamine. | „Jalgratturi tööraamat“ lk 2–3 – Mõisted – selgitused märgid ja teekattemärgised.  „Jalgratturi tööraamat“ lk 4–5 – Sõidutee ületamine koos mõistetega. Kordamisküsimused lk 5. Video:  https://lasteekraan.err.ee/947360/marka-marki | Õpilane teab ja oskab kasutada liikluse põhimõisteid.  Õpilane teab, kus ja kuidas on ohutum teed ületada ning mida tuleb jälgida nii jalakäija kui ka jalgratturina (kiirus, enda nähtavaks tegemine).  Õpilane teab, et kiirustamine ja ohutuses veendumata jätmine liikluses võib põhjustada õnnetuse. | 1 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 nädal | Teooria ja praktiline tund  **Korralik jalgrattas. Turvavarustus.**  Teemad:   * Jalgratta suurus ja riietus * Lisavarustus * Kiiver | „Jalgratturi tööraamat“ lk 6–7 Video: <https://lasteekraan.err.ee/945101/marka-marki>  Praktiliselt: - Katse „Muna kiivris“   * Kiivri pähe proovimine ja kontrollimine, kas on õigesti * Kooli jalgrattale tulede, helkurite jms lisamine | Õpilane teab, et turvavarustus on tähtis ja mis peab olema jalgrattal liiklusseaduse järgi. Oskab õigesti kasutada kiivrit. | 1 |
| 4 nädal | **Suunamärguanded ja asukoht teel**   * Sõiduteel sõites asukoht teel. Pimenurgad, küljetuul.   Suunamärguanded (keskendumine vasakpöördele). Peatumis märguanne.  **Vasak- ja tagasipööre**  Vasakpöörde reegel (otse sõitjale tuleb teed anda) | „Jalgratturi tööraamat“ lk 8–10  Vastused küsimustele: miks peab näitama suuna- ja peatumismärguandeid. Miks rattur sõidab paremal pool tee ääres.  Kordamisküsimused lk 10.  „Jalgratturi tööraamat“ lk 11–12 Vasakpöörde keelumärk, tagasipöördekoht.  Video: https://lasteekraan.err.ee/951960/marka-marki | Õpilane teab, et sõiduteel peab juht näitama suuna- ja peatumismärguandeid.  Teab, et rattur paikneb alati paremal tee ääres. Õpilane arvestab piki- ja külgvahega.  Õpilane teab vasak- ja tagasipöörde reegleid ja märke. | 1 |
| 5 nädal | **Jalakäijatega ja ühissõidukitega arvestamine**  Jalakäijatega arvestamine ja ühissõidukitega arvestamine | „Jalgratturi tööraamat“ lk 13–14  Video: https://lasteekraan.err.ee/954438/marka-marki | Õpilane teab, kuidas on vaja käituda jalakäijate ning ühistranspordiga. | 1 |
| 6 nädal | **Parema käe reegel**  Parema käe reegel (paremalt lähenevale juhile tuleb anda teed)  **Sõidu eesõigus** | „Jalgratturi tööraamat“ lk 15–16  Kordamisküsimused lk 16–17  „Jalgratturi tööraamat“ lk 18  Mänguliselt mängime ristmikuid läbi kooli peal. | Õpilane teab parema käe märki ja kuidas tuleb käituda selles olukorras liikluses.  On teadlik, kus asub tema parem käsi ning kellel on sõidu eesõigus. | 1 |
| 7 -9 nädal | **Liiklusmärgid**  Eesõigusmärgid – määravad sõiduõiguse.  Keelumärgid – keelavad midagi.  Hoiatusmärgid – hoiatavad.  Kohustusmärgid – kohustavad.  Osutusmärgid – osutavad.  Lisatahvlid – annavad lisainfot. | „Jalgratturi tööraamat“ lk 19–22   Kordamisküsimused lk 22–23  „Jalgratturi tööraamat“ lk 24–26  Kordamisküsimused lk 26  Kordamisküsimused lk 27–30  Kordamisküsimused lk 30 | Õpilased teavad liiklusmärke. |  |
| 10 - 11 nädal | Foorid  Reguleerija  Teekattemärgised  Sõit asulas/asulavalisel teel  Raudtee  Sõit pimedal ajal | „Jalgratturi tööraamat“ lk 31–32  Kordamisküsimused lk 30  Kordamisküsimused lk 33–37  Videod:  <https://lasteekraan.err.ee/920133/marka-marki>  <https://lasteekraan.err.ee/920110/marka-marki>  <https://lasteekraan.err.ee/924643/marka-marki> | Õpilane teab, et punane tuli valgusfooris tähendab, et sõita ei ole lubatud.  Õpilane on teadlik, mis tähendavad erinevad reguleerija märguanded. |  |
| 12 nädal | **Harjutame teste** | <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid>  Testid suurelt ekraanilt ja iga õpilane käib tahvli ees ning vajutab vastusele, mis arvab, et on õige. | Õpilased muutuvad julgemaks seoses teooria eksamiga.  Meeskonnatöö. |  |
| 13 – 18 nädal | **Harjutame teste** | Harjutame teste teooria eksamiks. Parandame neid koos ja arutame, kui midagi on valesti. | Õpilased muutuvad julgemaks seoses teooria eksamiga. |  |
| 19 – 20 nädal Kokku 8.tundi. | **Harjutame jalgratta sõitmist (ettevalmistumine eksamiks)**   * Sõidu alustamine ja pidurdamine * Jalgrattaga takistuste vahel manööverdamine ning tagasipööre; * Teiste sõitjatega arvestamine; * Ühe käega sõitmine ja käemärguanded; * Üle õla tagasivaatamine ja tasakaalu hoidmine; | Tähelepanu- ja ohutusmäng: Rajad, kus lapsed saavad sõita, tee peal on takistused, näiteks koonused või mänguasjad. Õpilased annavad kätega märku ja õppivad õigesti käituma liikluses.  Number kaheksa harjutamine.  Mäng "Ratta-Jänes ja Ratta-Kilpkonn": Mäng, kus osa õpilastest on "jänesed" ja ülejäänud "kilpkonnad". Kilpkonnad alustavad ees ja jänesed peavad nad kätte saama. See aitab lastel treenida oma kiirust ja manööverdamisoskusi.  Harjutame sõidueksami platsiharjutusi ning võimalusel sõidame ka vähese liikluse teedel. | Õpilased on enesekindlamad jalgratta seljas, oskavad hoida tasakaalu, anda käemärguandeid, tunnevad liiklus eesmärke jms. |  |
| 13.05 | Teooriaeksam | Koostöö Lääne-Harjumaa politseiga. | Õpilane sooritab teooriaeksami. | 1 |
| 20.05 | Järeleksam teoorias. | Koostöö Lääne-Harjumaa politseiga. | Õpilane sooritab teooriaeksami. | 1 |
| 15.05 – 23.05 | Sõidueksam platsil/järeleksam  Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul | Sõidu ettevalmistus 10 min lapse kohta + kuni 10 min platsiharjutuste läbimiseks | Õpilane sooritab sõidueksami. | 1 |
| 25 min lapse kohta |  |