

JALGRATTURI KOOLITUSE TÖÖPLAAN 2025/26. õa

Lümanda Põhikool, 3. klass

Koolituse kestvus: 01.11.2025 - 31.05.2026

Koolitaja: õp Kairit Kiisla

Tundide arv: 33 ak tundi (koos eksamitega)

Peamised õppematerjalid:

- Jalgratturi tööraamat
- Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisküsimuste mapp
- Liiklusmärkide komplekt + seinatabel
- Jalgratturi koolituse harjutustestid
- Infokaart „Jalgratta ja kiivri kontrollkaart“
- Jalgratturi harjutustestid ja eksamitestid
- Kaardimäng “Tunne liiklusmärke”
- Liiklusmemoriin
- Munakiiver, kleepsud
- Krista Kinkar “Mina liiklen ohutult” (lõiming eesti keele tundides)

Tund	Teema	Tegevused / märkused	Õpiväljundid
1.	Sissejuhatav tund - ohutu koolitee • Liikluse vaatlemine kooli ümbruses • Ohtlikud kohad kooliümbruses • Tähelepanu pööramine ilmastikule	■ Jalutuskäik kooliümbruses ■ Paiknemine teel jalakäijana/ratturina, erinevad liiklusmärgid ja teekattemärgised, teeületuse ABC	■ Õpilane tunneb oma kooliümbruse liikluskeskkonda ja teab, kus temal jalakäija või jalgratturina on ohutum liigelda.
2.	Korras jalgratas ja jalgratturikiiver • Jalgratta ehitus ja suurus, lisavarustus • Jalgratturi riietus sh jalanõude valik • Jalgratta parkimine ja lukustamine • Jalgratturi turvavarustus - kiiver	■ Jalgratturi tööraamat lk 20-23 (ptk 3) ■ Töölehtede mapp (ptk 3) ■ Õppevideo: Ratta valimine ja hooldamine ■ Õppevideo: Kiivri valimine	■ Õpilane teab, millised on liiklemiseks korras jalgrattale esitatavad nõuded. ■ Õpilane teab nimetada hea kiivri omadusi ja õiget kandmisviisi.

			■ Õpilane oskab oma kiivrit hoida kukkumise eest ja hoiustab seda kohas, kus seda liigne päike ei kahjusta.
3.	Liikluskeskkond • Liikluses suhtlemine (pilkkontakt) • Liiklusviisakus ja üksteisega arvestamine • Keskkonnasõbralik liiklemine • Enda nähtavaks tegemine ja sõit pimedal ajal	■ Jalgratturi tööraamat lk 4-8 (ptk 1) ■ Jalgratturi tööraamat lk 106-108 (ptk 16) ■ Töölehtede mapp (ptk 1 ja 16) ■ Õppevideo: Enda nähtavaks tegemine	■ Õpilane väärtustab viisakust liikluskeskkonnas (teiste liiklejatega arvestamine jalakäijana, liikluse „tere“ - pilkkontakt ja tänamine). ■ Õpilane oskab end nii jalakäija kui ka jalgratturina päeval ja pimedal ajal nähtavaks teha ning mõistab ohtusid.
4. 5.	Mõisted • Liiklejatega seotud mõisted • Sõidukitega seotud mõisted • Teedega seotud mõisted • Liikluskorraldusvahenditega seotud mõisted • Tee ületamisega seotud mõisted • Liiklusreeglitega seotud mõisted	■ Jalgratturi tööraamat lk 9-19 (ptk 2) ■ Töölehtede mapp (ptk 2)	■ Õpilane teab ja oskab oma sõnadega selgitada liiklusega seotud põhimõisteid: liiklejad; sõidukid; teed; liikluskorraldusvahendid; tee ületamine; üldised liiklusreeglid. ■ Õpilane teab erinevaid ristmike liike ning tunneb liiklusega seotud mõisteid ära liikluskeskkonnas.
6.	Jalgratturi märguanded • Parem- ja vasakuunamärguanded • Takistusest überpõige	■ Jalgratturi tööraamat lk 24-26 (ptk 4) ■ Töölehtede mapp (ptk 4)	■ Õpilane teab, et sõiduteel peab juht näitama suuna- ja peatumismärguandeid. ■ Õpilane oskab anda suuna- ja peatumismärguandeid.
7. 8.	Asukoht teel ja jalakäijatega arvestamine • Jalakäija asukoht teel	■ Jalgratturi tööraamat lk 27-33 (ptk 5) ■ Töölehtede mapp (ptk 5) ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks:	■ Õpilane teab, kuidas ratturina erinevatel teedel (või teeosadel) sõites õigesti paikneda ning

	● Jalgratturi asukoht teel ● Asukoht teel pöörde ajal ● Asukoht teel pöörde ajal ühesuunalise tee lõppedes ● Teiste liiklejatega arvestamine ● Jalakäijatele tee andmine ● Sõiduauto ja veoauto pimenurk	https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	<i>teiste ratturite ja jalakäijatega arvestavalt liigelda.</i> ■ Õpilane mõistab ohutu piki- ja külgyahe hoidmise olulisust. ■ Õpilane teab, erinevate sõidukite pimenurkade ulatusest ja oskab neisse sattumist vältida.
9. 10.	Tee ületamine ● Tee ületamine kõnniteel liikudes ● Tee ületamine jalgratta- ja jalgteel liikudes ● Tee ületamine reguleerimata ülekäigurajal ● Tee ületamine fooriga ülekäigurajal ● Tee ületus ja alarmsõidukile tee andmine ● Sõidutee ületamine ülekäigukoha kaudu ● Raudtee ületamine	■ Jalgratturi tööraamat lk 33-41 (ptk 6) ■ Töölehtede mapp (ptk 6) ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane teab erinevate teeületuse kohtade puhul kehtivaid jalakäijate ja juhtide/ratturi liiklusreegleid sh alarmsõidukitele teeandmise kohustust. ■ Õpilane teab, et „Rong on alati peateel“ ja rongil on jalakäijate ja juhtide/ratturite ees alati eesõigus.
11.	Ühissõidukitega arvestamine ● Peatuses jalakäijatega arvestamine ● Ühissõidukitele tee andmine ● Ühissõidukirajal liiklemine	■ Jalgratturi tööraamat lk 42-44 (ptk 7) ■ Töölehtede mapp (ptk 7) ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane teab, et asulas peab andma teed peatusest väljuvale ühissõidukijuhile ja oskab ühissõidukipeatustes jalakäijatega arvestada. ■ Õpilane teab, et võib sõita asulas ühissõidukirajal ja on teadlik siin sõitmise ohtudest (kiirus/pimenurk).
12.	Sõidueesõigus ● Vasakpöörde reegel ● Parempöörde reegel ● Sõidueesõigus õuealalt või parklast välja sõites	■ Jalgratturi tööraamat lk 45-49 (ptk 8) ■ Töölehtede mapp (ptk 8) ■ Tee ületamine ja eesõigus https://wordwall.net/et/resource/83900289 ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane oskab oma sõnadega selgitada sõidueesõiguse mõistet ja tuua näiteid erinevate situatsioonide kohta sh eesõigus pöörete korral.

		/collection/154	
13. 14. 15.	Liiklusmärgid - Liiklusmärkide keel- värvus, kuju ja piltkujutis - Liiklusmärkide rühmad ja nende põhitunnused	Jalgratturi tööraamat lk 50-72 (ptk 9) - Töölehtede mapp (ptk 9) - Õppemäng „Tunne liiklusmärke“ - Kohustusmärgid: https://wordwall.net/et/resource/83902067/kohustusm%C3%A4rgid-jalgratturi-koolitus - Osutusmärgid: https://wordwall.net/et/resource/79096123/osutusm%C3%A4rgid-jalgratturi-koolitus - Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	- Õpilane oskab liikluskeskkonnas märgata erinevaid märgirühmi. - Õpilane mõistab liiklusmärkide vajadust liikluse korraldamisel. - Õpilane teab ja oskab oma sõnadega selgitada põhilisi kuue liiklusmärkide rühma märkide tähendusi ehk mida märk liiklejatele teada annab.
16.	Foorid - Fooride tähendused - Erinevad olukorrad fooriga ristmikel	Jalgratturi tööraamat lk 73-78 (ptk 10) - Töölehtede mapp (ptk 10) - Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	- Õpilane teab valgusfoori värvide tähendusi ja oskab oma sõnadega edasi anda käitumisjuhiseid. - Õpilane teab, kuidas jalakäijad ja juhid reguleeritud ristmikul fooride järgi liiklema peavad.
17.	Parema käe reegel - Parema käe reegel liikluses - Parema käe reegel parklas või õuealal	Jalgratturi tööraamat lk 79-82 (ptk 11) - Töölehtede mapp (ptk 11) - Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	- Õpilane teab, mida tähendab samaliigiliste teede ristmik nn parema käe reegel ja kus reeglit tihti kasutatakse. - Õpilane teab, kuidas ära ristmikku, kus kehtib parema käe reegel.
18.	Vasak- või tagasipööre ja ümberpöige - Teeületus ja vasakpöörde vältimine tiheda liiklusega teedel - Vasak- või tagasipööre tiheda liiklusega ristmikul	Jalgratturi tööraamat lk 83-88 (ptk 12) - Töölehtede mapp (ptk 12) - Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	Õpilane teab, et enne vasak- või tagasipööret peab juht andma teed vastuliikuvatele ja parepööret sooritavatele juhtidele ning sõiduteed

	• Vasak- ja tagasipööret reguleerivad liiklusmärgid • Sõidurajad ja suunad • Tagasipöördekoht • Ümberpöige		<i>ületavatele jalakäijatele, jalgratturitele ja kergliikurijuhtidele.</i> ■ Õpilane teab, et sõiduteel tagasi-või vasakpöörde sooritamine on ohtlik ja oskab selgitada, miks on ohutum neid manöövreid vältida.
19.	Reguleerija märguanded Ohtlikud olukorrad jalgratturi jaoks	■ Jalgratturi tööraamat lk 89-90 (ptk 13) ■ Jalgratturi tööraamat lk 109-112 (ptk 17) ■ Töölehtede mapp (ptk 13 ja 17) ■ Õppevideo: Ohud ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane teab, kes on reguleerija, miks ta on vajalik ning tunneb reguleerija märguandeid. ■ Õpilane teab ja tunneb ära ohtlikud olukorrad liikluses ja teab, kuidas võimalikke ohuolukordi ennetada.
20.	Teekattemärgised: • Kergliiklusteedega seotud märgised • Sõiduteega seotud märgised	■ Jalgratturi tööraamat lk 91-96 (ptk 14) ■ Õppemäng “Tunne liiklusmärke” ■ Töölehtede mapp (ptk 14) ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane tunneb erinevaid sõidutee ja jalgratta- ja jalgteede teekattemärgiseid ning oskab nende tähendust oma sõnadega selgitada.
21.	Sõitmine asulas ja asulavälisel teel • Osutusmärgid asulas ja asulavälisel teel • Asulas sõitmine • Asulavälisel teel sõitmine • Peatumine ja parkimine asulas ja asulavälisel teel	■ Jalgratturi tööraamat lk 97-105 (ptk 15) ■ Töölehtede mapp (ptk 15) ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane teab asulas ja asulavälisel teel liiklemise erisusi.
22.	Kordamistund ja jalgratturi eksami lühike ülevaade	■ „Jalgratturi tööraamat“ lk 124 (ptk 18) ■ Õppevideo: Jalgratturi eksam ■ Töölehtede mapp (ptk 18) ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks:	■ Õpilane tutvub sõidu harjutamise, teooriaeksami ja sõidueksami nõuetega.

		https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	
23. 24.	Õpitud teemade kohta liiklustestide lahendamine	■ Kahoot keskkonnas otsisõna „jalgratturi koollitus“- kahootid märkide ja reeglite kohta. ■ Testid kodus ja koolis harjutamiseks: https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/collections/collection/154	■ Õpilane kasutab õpitud teadmisi enesekontrolliks ja kinnistab liiklusreegleid ja liikluskorraldusvahendite tähendusi.
25.	Jalgratturi teooriaeksam	■ Teooriaeksami testid Transpordiameti tellimiskeskusest	■ Õpilane sooritab jalgratturi teooriaeksami positiivsele tulemusele.
26.	1. sõidutund ● Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll ● Kiivrite kontroll, reguleerimine ● Sõidu harjutamine platsil ● Pidurdusharjutused ja sujuv käiguvaetus	<u>Vahendid</u>: tehniliselt korras jalgratas, kiiver, koonused, kriit, helkurvestid selga ■ sirge sõidujoone hoidmine erinevatel kiirustel (õige pilgu suunamine) ja käikude sujuva vahetamise (ka pikivahe) harjutamine ■ pidurduskatsed (tööraamatu ptk 18) ■ sõiduoskusi arendavad <u>mängud</u>: „Aeglussõit“, „Takistusrada/ täpsusrada“.	■ Õpilane oskab kontrollida jalgratta tehnilist seisukorda, oskab korrigeerida helkurite/tulede asendit. ■ Õpilane oskab kiivrit õigesti pähe panna sh reguleerida selle rihmasid (valem 2V1). ■ Õpilane oskab valitseda jalgratast, vahetada käike, sujuvalt pidurdada ja hoida sirget sõidujoont (sh pilgu õige suunamine).
27. 28. 29.	2.-4. sõidutund (platsil) ● kordame rattakontrolli, pidurdusharjutusi, sõidusuuna hoidmist erinevatel kiirustel, suunamärguannete andmine ja ühe käega sõitmine, pikivahe hoidmine platsil, erinevad teekatted (kruus, muru, pinnastee). ● sõiduvilumuse harjutamine, jalgrattamängud ● sõidueksami I järgu platsiharjutuse harjutamine	Jalgratta korrasoleku ja rattakiivri kontroll (ptk 3, kiivri valem 2V1). ■ Õppevideo: Sõitmine jalgratta- ja jalgteel ■ Õppevideo: Sõidu harjutamine platsil	■ Õpilane oskab: - sõidukit vilunult valitseda sh ettenägelikult ja täpselt pidurdada ning peatuda; - kindlal sõidujoonel püsida; - õigesti ja õigeid märguandeid anda; - oskab enne vasak- või tagasipööret ilma sõidujoont kaotamata üle õla tagasi vaadata ja manöövri ohutuses veenduda;

			- õigesti teel paiknedes pöörded sooritada; - säilitada tasakaalu erinevatel kiirustel ja teeoludes; - teiste õpilastega arvestavalt platsil liigelda; - sõidueksami harjutusi veatult sooritada.
30. 31.	5.-6. sõidutund (liikluses) • Sõidu alustamine, liiklemine õueala teedel ja kõnni-või kergliiklusteedel: pikivahe hoidmine, õigeaegne märguande andmine, paiknemine teel, kiiruse valik jalakäija läheduses, ohutum teeületus, parempöörded, sõidu lõpetamine, parkimine (ka ratta lukustamine). • Liiklemine madala liiklussagedusega teedel. Eesõigus ristmiku ületamisel ja õige asukoht teel pöörde ajal, õige kiiruse valik erinevates oludes, vasakpöörde ja ümberpöike harjutamine. Ohutuma teekonna valik.	■ Õppevideo: Sõitmine väikese liiklussagedusega teel Lepitakse kokku grupis liikumise reeglid, märguanded ja tegutsemine võimaliku kukkumise korral. Sõidu harjutamine liikluses: max 5 õpilast grupis ja vähemalt 2 saatjat. Liikluses läbiviidavates tundides on kõikidel grupis liikujatel <u>helkurvestid</u> kohustuslikud. Soovitused: 5. tund marsruut on parempöõretega (vältide tee paremast äärest väljasõitu). 6. tund sisaldab ka madala liikluskoormusega ristmikel liiklemist ning vasak- ja/või tagasipöörded. Keskendutakse eesõigusele ja asukohale teel manöövrile ajal (õpitakse vältida pöõretel „lõikamisi“, et õpilane ei satuks pöõrde lõpus vastassuunavööndisse, kus kokkupõrke oht kõrge).	■ Õpilane oskab: - hoida tähelepanu liikluses (kõik suunad); - teedel õigesti paikneda, - valida oludele sobiva sõidukiiruse; - anda õigeid ja õigeaegseid märguandeid; - järgida eesõigust ristmikel ja erinevates teeületuskohtades (sh võimalusel reguleerija ja liikluskorraldusvahendite järgimine); - arvestada jalakäijatega ja tagada nende ohutus sh hoida ohutu külgvahet; - sooritada pöörded ilma vastassuunda kaldumata; - valida ohutum teekond sh teeületus ja võimalusel vältida vasak- või tagasipöõret; - liikuda grupis ja hoida ohutut pikivahet; - õigeaegselt enne peatumist aeglustada ning ohutult sõidukit parkida.
32.	Jalgratturi sõidueksam	I järk: õpilane paneb pähe kiivri ning vajadusel	■ Õpilane sooritab sõidueksami I

33.	• I järk: sõidueksam platsil (koridor, slaalom, kaheksa). Vt määruse lisa 2. • II järk: Sõidueksam liikluses. Vt määruse lisa 2. • Jalgratturi õppevideo: Jalgratturi eksam	reguleerib, seejärel viib iseseisvalt läbi jalgratta kontrolli (pidurite kontroll, helkurid, tuled, kell töökorras). Õpilasel on platsiharjutuste läbimiseks aega kuni 10 min. Lubatud on 2 katset. I järk toimub Lümada kooli hoovis. II järk: Pärast I järgu läbimist lubatakse II järku. Marsruut: kooli parkla - pööre vasakule (möödumine koolimaja eest) - ristmikul pööre vasakule - sebra ületamine jalgratas käekõrval - sõit mööda jalgratta- ja jalgteed - koolihoov	<i>ja II järgu, talle antakse eksamikomisjoni otsusega jalgratta juhtimisõigus (kui ta on 10. a, vähemalt 9 a 6 k õpilastele antakse juhtimisõigus ja väljastatakse luba kõige varasemalt 10. sünnipäeval) ning väljastatakse jalgrattajuhiluba.</i>
	Vajadusel teooria ja/või sõidu korduseksam		
	Jalgrattamatk		

Veebilingid:

[Learingapps](#): märksõnad „liiklus“ või „jalgratturi koolitus“.

[Kahoot](#): märksõnad jalgratturi koolitus“ või „liiklus“.

Liiklushariduse õpikeskkond: <https://liiklusharidus.transpordiamet.ee/>

Väljastatud jalgrattajuhilubade info edastamine liiklusregistrisse: <https://eteenindus.mnt.ee/main.jsf>

Õigusaktid:

[Jalgratturi ja pisimopeedijahi eksamineerimise, jalgratta juhtimisõiguse andmise ning juhiloa väljastamise kord, jalgratturi juhiloa vorm ning nõuded jalgratturi kvalifikatsioonile](#)

[Liiklusseadus](#);

[Liiklusmärkide ja teemärgiste tähendused ning nõuded fooride](#)