Jalgratturi ettevalmistus Uhtna Põhikoolis 2023/24 õ-a.

Jalgratturiõppe ettevalmistus kestab Uhtna Põhikoolis septembrist – aprillini, selle ajal toimub teoreetiline õpe üks kord nädalas ehk 35 teooria tundi, millele kevadel lisandub 6 sõidutundi.

Eksamile kulub tavaliselt 3 tundi.

Sel aastal osaleb jalgrattaõppes 15 õpilast, sihtgrupp 3. klass.

Õp. Margit Lichtfeldt

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kuu | Teema | Märkused, vahendid |
| September  2 tundi | Sissejuhatus. Jalgratas-+ jalgrattur, kiiver + varustus, riietus | tv lk 4-5, 6- 7 + munakiivri katse, jalgratta + varustuse vaatlus, riietus (kindad, kingad, püksid, jalgratas, eredavärvilised riided)  <https://www.youtube.com/watch?v=e9WIYCKP5h0&list=PLQMKDpzUPO6AhZWaH9c0UqBIiUEfflO3k&index=5>  Märka märki, 5.osa |
| September  2 tundi | Liiklusmärgid (hoiatus, -eesõigus-, kohustus,-keelumärgid). Helkur. | Liiklusmärkide komplekt + tv lk 38  <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/liiklusmargid>  Kui kaugele peegeldub helkur- Youtube.com  Helkurkatsed, töölehed, Bingo. |
| Oktoober  3 tundi | Mõisted (jalakäija, jalgrattur, juht, sõiduk, sõidutee, kõnnitee, asula, eesõigus, anda teed, ohutussaar, eraldusriba, pööre, jalgratta- jalgtee. | Liiklusseadus 2011 15(liiklusreeglistiku muudatused ja täiendused)  Harjutustest nr 1  <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/pohimoisted> |
| November 4 tundi  Detsember  1 tund | Valgusfoor, teekattemärgistused, reguleerija. | <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/foorid-ja-teekattemargised>  harjutustest nr 2,  harjutustest nr 3  harjutustest nr 4 |
| Detsember  2 tundi | Nõuded jalgrattale ja jalgratturile. | <https://www.youtube.com/watch?v=8ENUSloSHy4>  harjutustest nr 5  harjutustest nr 6, |
| Jaanuar  4 tundi | Ristmikud –reguleerimata, reguleeritud, parema käe reegel, ristmiku ületamine, muutuva suunaga peateel liikumine | Tv lk 27-28, 29- 30, 32-34  harjutustest nr7  harjutustest nr 8  harjutustest nr 9  harjutustest nr 10  <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid>  ristmiku joonised, mänguautod, liiklusmärgid |
| Veebruar  3 tundi | Jalgratturi märguanded  Esmaabi | Test nr 1  Test nr 2  Test nr 3  Test nr 4  <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/teiste-liiklejatega-arvestamine>  <https://www.youtube.com/watch?v=282U75SVbVc> |
| Märts  4 tundi | Sõidu alustamine, takistusest möödumine, ohud teel, pimeala | Tv lk 8-9, 10- 16, 17-18  Test 5, 6, 7  <https://www.youtube.com/watch?v=98kpr43h8Nk>  <https://www.youtube.com/watch?v=FSUz33WBwbo&list=PLQMKDpzUPO6AhZWaH9c0UqBIiUEfflO3k&index=11>  ristmiku joonised, liiklusmärgid |
| Aprill –mai  7 tundi +  4 sõidutundi | Liiklemine tänaval, pikivahe hoidmine, sõidutee ületamine- sõites, jalakäijana, vasakpööre jalgratturina | Tv lk 19- 22  Tv lk 23  Tv lk 24-26  Test 8, 9, 10  <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/teiste-liiklejatega-arvestamine> |
| juuni  3 teooriatundi  2 sõidutundi | Kordamine, praktiline õpe  Jalgrattaeksam  teooria (1 tund),  sõidueksam (2 tundi) | <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/soidu-harjutamine>  Õppesõit (toimub külaväljakul, rulaplatsil, lisaks individuaalne sõit koos õpetajaga)  <https://www.youtube.com/watch?v=zl8iNcw1BME>  <https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/juhiluba/teooria-ja-soidueksami-sisu> |