

JALGRATTURI KOOLITUSE TÖÖPLAAN (sh teooria- ja sõidueksam)

Kool ja õppeaasta: Väana Mõisakool, 2025/2026, 4. klass (ja 5. klass)

Koolituse alguskuupäev: 22.09.2025

Koolitaja: Kerttu Aaring (ja Evelyn
Vahtramäe)

Tundide arv: 30 ak tundi

Sõidutundide asukoht: II järk kooli ümbrus ja kooli ümbruse teed-tänavad (Väana), I järgu harjutused kooliõuel ja staadionil. Lisaks II järgu sõidutund Keila linnas.

Sõidueksami korraldus: I järgu harjutused kooli staadionil. II järk Väana küla teedel-tänavatel.

Tund	Teema	Tegevused/ märkused	Õpiväljundid
1. 22.09 (1)	Sissejuhatus. <ul style="list-style-type: none">Ohtlikud kohad kooli-koolitee ümbruses (halb nähtavus heki/puu tõttu, maastik, erinevad teekatted jm).Info koolituse ülesehitusest, eksamist, sõidutundidest jms. Liikluskeskkond <ul style="list-style-type: none">Liikluses suhtlemine (pilkkontakt).Liiklusviisakus ja üksteisega arvestamine.Keskkonnasõbralik liiklemine.	<p>Virtuaalne jalutuskäik kooliümbruses ja õpilaste koduteedel/koolibussile mineku teedel Google Maps Street view abil – ohukohtade leidmine erinevate liiklejate vaatest (jalakäija, jalgrattur, autojuht jms).</p> <p>Mõisted ülekäigurada ning ülekäigukoht - mis on erinevused ja kuidas nendes kohtades käituda.</p> <p>Jalgratturi tööraamat lk 4-8 liikluskeskkond, suhtlemine ja ohutum koolitee - suuline arutus.</p> <p><u>Kodus:</u> vaatele enda koduümbrust ja teekonda koolini. Mõttele millised ohtlikud olukorrad võivad tekkida jalakäijana ja/või jalgratturina liigeldes. Kokkuvõtte järgmises teooriatunnis.</p>	<p><i>Õpilane tunneb oma kooli- ja koduümbrust ja mõistab miks on oluline liikluskeskkonda jälgida ja oskab märgata võimalikke ohtlikke kohti ja olukordi.</i></p> <p><i>Õpilane teab, et kiirustamine ja ohutuses veendumata jätmine liikluses võib põhjustada õnnetuse.</i></p> <p><i>Õpilane väärtustab viisakust</i></p>

			<i>liikluskeskkonnas (teiste liiklejatega arvestamine jalakäijana, liikluse „tere“ - pilkkontakt ja tänamine).</i>
2. 29.09 (1)	Korras jalgratas ja jalgrattakiiver <ul style="list-style-type: none"> ● Jalgratta ehitus ja suurus, lisavarustus. ● Jalgratturi riietus sh jalanõude valik. ● Jalgratta parkimine ja lukustamine. ● Jalgratturi turvavarustus - kiiver. Missugune kiiver peab olema? Kuidas kiivrit õigesti reguleerida? Valem „2V1“. Missugused peakatted kiivri alla sobivad? Kas üldse? ● Katse minikiivri ja toore munaga. 	<u>Jalgratturi tööraamat</u> lk 20-23 (ptk 3) Liikluskasvatuse koduleht: <u>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/kiiver</u> Jalgratturi õppevideo: <u>ratta valimine ja hooldamine</u> Jalgratturi õppevideo: <u>kiivri valimine</u> <u>Minikiiver</u> ja muna katse. <u>Kodus:</u> Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 3. “Korras jalgratas ja jalgrattakiiver”	<i>Õpilane teab, millised on liiklemiseks korras jalgrattale esitatavad nõuded.</i> <i>Õpilane teab nimetada hea kiivri omadusi ja õiget kandmisviisi.</i> <i>Õpilane mõistab, miks on vaja kiivrit kanda.</i> <i>Õpilane oskab oma kiivrit hoida kukkumise eest ja hoiustab seda kohas, kus seda liigne päike ei kahjusta.</i>

<p>3.- 4. 06.10 (sõit 2)</p>	<p>1.- 2. Sõidutund</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll. • Kiiivrite kontroll, reguleerimine. • Sõidu harjutamine õppeväljakul. • Pidurdusharjutused. • Sõidueksami ülesannetega tutvumine. 	<p>Vahendid: tehniliselt korras jalgratas, varukiiver, koonused.</p> <p><u>Praktika:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - sirge sõidujoone hoidmine; - pidurduskatsed; - harjutus 8 harjutamine; - jalgratta ja kiivri kontroll. <p><u>Kodus:</u> ema-isaga läbiarutamine ja ülevaatamine, kas kevadiseks rattasõidu hooajaks on kõik olemas ja tehniliselt korras. Vajadusel uute asjade ostmise plaani tegemine.</p>	<p><i>Õpilane oskab kontrollida jalgratta tehnilist seisukorda, oskab korrigeerida helkurite/tulede asendit.</i></p> <p><i>Õpilane oskab kiivrit õigesti pähe panna sh reguleerida selle rihmasid (valem 2V1).</i></p> <p><i>Õpilane oskab valitseda jalgratast, vahetada käike, sujuvalt pidurdada ja hoida sirget sõidujoont (sh pilgu õige suunamine).</i></p>
<p>5. 27.10 (1)</p>	<p>Mõisted</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liiklejatega seotud mõisted. • Sõidukitega seotud mõisted. • Teedega seotud mõisted. • Liikluskorraldusvahenditega seotud mõisted. • Tee ületamisega seotud mõisted. • Liiklusreeglitega seotud mõisted. 	<p>Jalgratturi tööraamat lk 9-19 (ptk 2)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide mapi harjutused: 2. “Mõisted”.</p> <p>Kodus (või kui jõuab tunnis): Learningsapp: mõisted https://learningapps.org/31942236; https://learningapps.org/display?v=pkg6efe2n21</p> <p>Mõisted ja enesekontroll veebilehel: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/pohimoisted</p>	<p><i>Õpilane teab ja oskab oma sõnadega selgitada liiklusega seotud põhimõisteid:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>liiklejad;</i> ▪ <i>sõidukid;</i> ▪ <i>teed;</i> ▪ <i>liikluskorraldusvahendid;</i> ▪ <i>tee ületamine;</i> ▪ <i>üldised liiklusreeglid</i> <p><i>Õpilane teab erinevaid ristmike liike.</i></p>

<p>6. 03.11 (1)</p>	<p>Jalgratturi märguanded</p> <ul style="list-style-type: none"> • Parem- ja vasakuunamärguanded. • Takistusest ümberpõige. <p>Enda nähtavaks tegemine ja sõit pimedal ajal</p>	<p>Jalgratturi tööraamat lk 24-26 (ptk 4)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 4. “Jalgratturi märguanded” kordamisküsimused.</p> <p>Jalgratturi tööraamat lk 106-108 enda nähtavaks tegemine ja sõit pimedal ajal (ptk 16)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide mapi harjutused: Ptk 16. “Enda nähtavaks tegemine ja sõit pimedal ajal” harjutused</p> <p>Jalgratturi õppevideo: enda nähtavaks tegemine</p>	<p><i>Õpilane teab, et sõiduteel peab juht näitama suuna- ja peatumismärguandeid.</i></p> <p><i>Õpilane oskab anda suuna- ja peatumismärguandeid.</i></p> <p><i>Õpilane oskab end nii jalakäija kui jalgratturina nii päeval kui ka pimedal ajal nähtavaks teha ning mõistab ohtusid.</i></p>
<p>7. 17.11 (1)</p>	<p>Asukoht teel ja jalakäijatega arvestamine</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jalakäija asukoht teel. • Jalgratturi asukoht teel. • Asukoht teel pöörde ajal. • Asukoht teel pöörde ajal ühesuunalise tee lõppedes. • Teiste liiklejatega arvestamine. • Jalakäijatele tee andmine. • Sõiduauto ja veoauto pimenurk. 	<p>Jalgratturi tööraamat lk 27-33 (ptk 5)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide mapi harjutused: 5. “Asukoht teel ja jalakäijatega arvestamine” kordamisküsimused.</p>	<p><i>Õpilane teab, kuidas ratturina erinevatel teedel (või teosadel) sõites õigesti paikneda ning teiste ratturite ja jalakäijatega arvestavalt liigelda.</i></p> <p><i>Õpilane mõistab ohutu piki- ja külgsuuna hoidmise olulisust.</i></p> <p><i>Õpilane teab, erinevate sõidukite pimenurkade ohust.</i></p>

<p>8. 24.11 (1)</p>	<p>Tee ületamine</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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. 	<p>Jalgratturi tööraamat lk 33-41 (ptk 6)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 6. “Tee ületamine” harjutused.</p>	<p><i>Õpilane teab erinevate teeületuse kohtade puhul kehtivaid jalakäijate ja juhtide/ratturi liiklusreegleid sh alarmsõidukitele teeandmise kohustust.</i></p> <p><i>Õpilane teab, et „Rong on alati peateel“ ja rongil on jalakäijate ja juhtide/ratturite ees alati eesõigus.</i></p>
<p>9. 01.12 (1)</p>	<p>Ühissõidukitega arvestamine</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Peatuses jalakäijatega arvestamine. ● Ühissõidukitele tee andmine. ● Ühissõidukirajal liiklemine. 	<p>Jalgratturi tööraamat lk 42-44 (ptk 7)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 7. “Ühissõidukitega arvestamine” harjutused.</p> <p>Kordamiseks: Virtuaaltuur: https://liiklusohutus.agamina.ee/</p>	<p><i>Õpilane teab, et asulas peab andma teed peatusest väljuvale ühissõidukijuhile ja oskab ühissõidukipeatustes jalakäijatega arvestada.</i></p> <p><i>Õpilane teab, et võib sõita asulas ühissõidukirajal ja on teadlik siin sõitmise ohtudest (kiirus/pimenurk).</i></p>

<p>10. 08.12 (1)</p>	<p>Sõidueesõigus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vasakpöörde reegel. • Parempöörde reegel. • Sõidueesõigus õuealalt või parklast välja sõites. <p>Eelnevalt õpitu kordamine</p>	<p>Jalgratturi tööraamat lk 45-49 (ptk 8)</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 8. "Sõidueesõigus" harjutused</p> <p>Erinevad kordavad testid õpitud teemade peale: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p><i>Õpilane oskab oma sõnadega selgitada sõidueesõiguse mõistet ja tuua näiteid erinevate situatsioonide kohta sh eesõigus pöörete korral.</i></p>
------------------------------	---	--	--

<p>11.- 12. 15.12 ja 22.12 (2)</p>	<p>Liiklusmärgid</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liiklusmärkide keel- värvus, kuju ja piltkujutis. • Liiklusmärkide rühmad ja nende põhitunnused. <p>Liiklusmärkide mäng (värvus, kuju, piktogramm).</p>	<p>Jalgratturi tööraamat lk 50-72 (ptk 9)</p> <p>Video “Märka märki!”: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/videod</p> <p>Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 9. “Liiklusmärgid” harjutused.</p> <p>Õppemäng „Tunne liiklusmärke“, liiklusmärkide kordamine!</p> <p>Õppemäng „Liiklusmärkide komplekt“.</p> <p>Learningsapp: eesõigus https://learningapps.org/display?v=p0fcnqoxc21; keelumärgid https://learningapps.org/display?v=p5hec5mpn21</p> <p>Kodus: vaheajal liiklusmärkide märkamina ja õppimine. Kordavate mängude mängimine ja harjutuste tegemine.</p>	<p><i>Õpilane teab ja oskab oma sõnadega selgitada põhilisi kuue liiklusmärkide rühma märkide tähendusi.</i></p>
---	--	---	--

13. 12.01 (1)	Foorid <ul style="list-style-type: none"> Fooride tähendused. Erinevad olukorrad fooriga ristmikel. 	Jalgratturi tööraamat lk 73-78 (ptk 10) Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 10. "Foorid" harjutused	<i>Õpilane teab valgusfoori värvide tähendusi ja oskab oma sõnadega selgitada erinevate fooride tähendusi. Õpilane teab, kuidas jalakäijad ja juhid reguleeritud ristmikul fooride järgi liiklema peavad.</i>
14. 19.01 (1)	Parema käe reegel Parema käe reegel parklas või õuealal.	Jalgratturi tööraamat lk 79-82 (ptk 11) Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 11. "Parema käe reegel" harjutused Tööleht Liiklemine erinevatel ristmikel.	<i>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.</i>
15. 02.02 (1)	Vasak- või tagasipööre ja ümberpõige <ul style="list-style-type: none"> Teeületus ja vasakpöörde vältimine tiheda liiklusega teedel. Vasak- või tagasipööre tiheda liiklusega ristmikul. Vasak- ja tagasipööret reguleerivad liiklusmärgid. Sõidurajad ja suunad. Tagasipöördekoht. 	Jalgratturi tööraamat lk 83-88 (ptk 12) Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 12. "Vasak- või tagasipööre ja ümberpõige" harjutused	<i>Õpilane teab, et enne vasak- või tagasipööret peab juht andma teed vastuliikuvatele ja parepööret sooritavatele juhtidele ning sõiduteed ületavatele liiklejatele. Õpilane teab, et sõiduteel tagasi-või vasakpöörde</i>

	<ul style="list-style-type: none"> • Ümberpöige. 		<i>sooritamine ohtlik, oskab selgitada miks, on ohutum neid manöövreid vältida.</i>
16. 09.02 (1)	Reguleerija märguanded. Ohtlikud olukorrad jalgratturi jaoks.	Jalgratturi tööraamat lk 89-90 (ptk 13) Jalgratturi tööraamat lk 109-112 (ptk 17) Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 13.”Reguleerija märguanded” ja 17. “Ohtlikud olukorrad jalgratturi jaoks” harjutused. https://liiklusohutus.agamina.ee/360-teeuletus/ virtuaaltuurid ja lisateave teületuse kohta. Jalgratturi õppevideo: ohud	<i>Õpilane teab, kes on reguleerija, miks ta on vajalik ning tunneb reguleerija märguandeid.</i> <i>Õpilane teab ja tunneb ära ohtlikud olukorrad liikluses ja teab, kuidas võimalikke ohuolukordi ennetada.</i>
17. 16.02 (1)	Teekattemärgised: - kergliiklusteedega seotud märgised; - sõiduteega seotud märgised;	Jalgratturi tööraamat lk 91-96 (ptk 14) Õppemäng Tunne liiklusmärke. teekattemärgiste ja liiklusmärkide kordamine! Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 14. “Teekattemärgised” harjutused	<i>Õpilane tunneb erinevaid sõidutee ja jalgratta- ja jalgteeteekattemärgiseid ning oskab nende tähendust oma sõnadega selgitada.</i>

18. 02.03 (1)	Sõitmine asulas ja asulavälisel teel. <ul style="list-style-type: none"> • Osutusmärgid asulas ja asulavälisel teel. • Asulas sõitmine. • Asulavälisel teel sõitmine. • Peatumine ja parkimine asulas ja asulavälisel teel. 	Jalgratturi tööraamat lk 97-105 (ptk 15) https://liiklusohutus.agamina.ee/ Agamina keskkonnas koduõue- ja kooliõuetuuridega tutvumine. Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 15. "Sõitmine asulas ja asulavälisel teel" harjutused	<i>Õpilane teab asulas ja asulavälisel teel liiklemise erisusi.</i>
19. 09.03 (1)	Kordamistund ja jalgratturi eksami lühike ülevaade.	„Jalgratturi tööraamat“ lk 124 (ptk 18) Jalgratturi õppevideo: jalgratturi eksam Jalgratturi tööraamatu peatükkide harjutused: 18. "Sõidu harjutamine" harjutuste ülevaade.	<i>Õpilane tutvub sõidu harjutamise, teooriaeksami ja sõidueksami nõuetega. Kordamine.</i>
20. - 21. 16.03 ja 30.03 (1+1)	Õpitud teemade kohta liiklustestide lahendamine. Kordamine	Testid lastele paber kandjal tellimiseks SIIN . Erinevad Kahoodid ja mängud. Näiteks: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid	<i>Õpilane kasutab õpitud teadmisi enesekontrolliks ja kinnistab õpitud teooriat.</i>
22. 06.04 (1)	Jalgratturi teooriaeksam	<i>Aeg: kuni 30 min.</i> <i>Positiivne tulemus - 15st küsimusest peab korrektselt vastama vähemalt 13le.</i> Testid tellida SIIT. 10 testi komplektis.	<i>Õpilane sooritab jalgratturi teooriaeksami positiivsele tulemusele.</i>

<p>23. - 26. 20.04 ja 27.04 (sõit 2+2)</p>	<p>3.-6. sõidutund</p> <p>Sõidu harjutamine platsil (4 ak t): rattakontroll, pidurdusharjutused, suunamärguannete andmine ja ühe käega sõitmine, pikivahe hoidmine platsil, erinevad teekatted (kruus, muru, pinnastee), sõiduvilumuse harjutamine, platsiharjutused. Lisaks jalgrattamängud.</p>	<p>Jalgratta korrasoleku ja rattakiivri kontroll (ptk 3, kiivri valem 2V1).</p> <p>Jalgrattamängud.</p> <p>Jalgratturi õppevideo: sõitmine jalgratta- ja jalgteel</p> <p>Jalgratturi õppevideo: sõidu harjutamine platsil</p>	<p><i>Õpilane oskab oma sõidukit vilunult valitseda sh ettenägelikult ja täpselt pidurdada ning peatuda, kindlal sõidujoonel püsida, õigesti märguandeid anda, säilitada tasakaal erinevatel kiirustel ja teeoludes, sujuvalt pöördeid sooritada ja teiste õpilastega arvestavalt platsil liigelda.</i></p>
<p>27. - 28. 04.05 ja 11.05 (sõit 2)</p>	<p>7.-8. sõidutund</p> <p>Sõidu harjutamine liikluses (2 ak t) - Keila ja Vääna</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ sõidu alustamine, liiklemine õueala teedel ja kõnni-või kergliiklusteedel: pikivahe hoidmine, õigeaegne märguande andmine, paiknemine teel, kiiruse valik jalakäija läheduses, ohutum teeületus, parempöördeid, sõidu lõpetamine, parkimine (ka ratta lukustamine). ▪ Grupis liiklemine madala liiklussagedusega teedel. Eesõigus 	<p>Lepitakse kokku grupis liikumise reeglid, märguanded ja tegutsemine võimaliku kukkumise korral.</p> <p>Sõidu harjutamine Keila või Tabasalu liikluses. Parem- ja vasakpöördeid, paiknemine teel, eesõigus, ohtut liiklemine.</p> <p>Jalgratturi õppevideo: sõitmine väikese liiklussagedusega teel</p> <p><u>(PS! Lapsevanemad ja helkurvestid!)</u></p>	<p><i>Õpilane oskab liikuda grupis ja hoida tähelepanu liikluses (kõik suunad), teel õigesti paikneda, oludele sobivat sõidukiirust valida, anda õigeid ja õigeaegseid märguandeid, järgida eesõigust ristmikel ja erinevates teeületuskohtades (sh võimalusel reguleerija ja liikluskorraldusvahendite järgimine), arvestada jalakäijatega ja tagada nende ohutus, sooritada pöördeid ilma vastassuunda kaldumata, valida ohutum teekond sh teeületus ja</i></p>

	<p>ristmiku ületamisel ja õige asukoht teel pöörde ajal, õige kiiruse valik erinevates oludes, vasakpöörde ja ümberpõike harjutamine sh miks on ohutum neid manöövreid vältida. Ohutuma teekonna valik.</p>		<p><i>võimalusel vältida vasak- või tagasipööret, õigeaegselt enne peatumist aeglustada ning ohutult sõidukit parkida.</i></p>
<p>29. - 30. 16.05 ja 27.05 (1+1)</p>	<p>Jalgratturi sõidueksam</p> <p>I järk: sõidueksam platsil (koridor, slaalom, kaheksa – järjekord ei ole määratud). Vt määruse lisa 2.</p> <p>II järk: Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul. Vt määruse lisa 2. - Väana</p> <p>Jalgratturi õppevideo: jalgratturi eksam</p>	<p>I järk: õpilane paneb pähe kiivri ning vajadusel 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.</p> <p>II järk: Pärast I järgu läbimist lubatakse II järku. 15-25 min lapse kohta imiteeritud liiklusega platsil või sõit madala liiklusega teedel.</p>	<p><i>Õpilane sooritab sõidueksami I ja II järgu, talle antakse eksamikomisjoni otsusega jalgratta juhtimisõigus ning väljastatakse jalgrattajuhiluba.</i></p>