

## ALBU KOOLI JALGRATTURI KOOLITUSE TÖÖPLAAN

Kool: Põhja-Järva kool, Albu õppekoht

Õppeaasta: 2025-2026

Õpilasi: 10

Koolitaja: Brigitta Krasavin

Tund, kuupäev	Teema	Märkused	Akad tunde
1. 07.jaanuar	<b>Liiklusviisakus ja liikluskeskkond põhimõisted liikluses-</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Liiklejatega seotud mõisted.</li><li>• Sõidukitega seotud mõisted.</li><li>• Teedega seotud mõisted.</li><li>• Liikluskorraldusvahenditega seotud mõisted.</li><li>• Tee ületamisega seotud mõisted.</li><li>• Liiklusreeglitega seotud mõisted.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pilgumäng- räägime liiklusviisakusest, miks on reegleid vaja.</li><li>• Teematest 1- liiklusreeglid</li><li>• <a href="#">Tunnen liiklusvahendeid   Liiklusharidus</a></li><li>• Näitan kohe ära, kus võimalik kogu aeg ise teste lahendada: <a href="#">Testid   Liiklusharidus</a></li></ul>	1 teooria
2. 14. jaanuar	<b>Tehniliselt korras jalgratas, kiiver, enda nähtavaks tegemine liikluses ja sõit pimedal ajal.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Minikiivri katse</li><li>• Kiivri õigesti kandmine (2v1)</li><li>• <a href="#">Kiiver   Liiklusharidus</a></li><li>• <a href="#">Jalgratas   Liiklusharidus</a></li><li>• <a href="#">Helkur   Liiklusharidus</a></li><li>• Vahendid enda nähtavaks tegemiseks</li><li>• Jalgratturi tööraamat lk 17-20 ja lk 108.</li></ul>	1 teooria
3. 21. jaanuar	<b>Liiklusmärgid</b> Liiklusmärkide keel- värvus, kuju ja piltkujutis. <ul style="list-style-type: none"><li>• Liiklusmärkide rühmad ja nende põhitunnused.</li></ul> Hoiatusmärgid, eesõigusmärgid, keelumärgid,	<ul style="list-style-type: none"><li>• Liiklusmärkide plakatid kõigile-pilt ja tähendus.</li></ul>	1 teooria

	<p>kohustusmärgid, osutusmärgid, juhatusmärgid, teeninduskohamärgid, lisateadetetahvlid, ajutised märgid.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 47-69 (teen valiku, millest räägime ja mis harjutused sealt)</li> <li>• Liiklusmärkide mäng- värvus, kuju-liigitamine.</li> <li>• <a href="#">Liiklusmärgid tänaval   Liiklusharidus</a></li> <li>• <a href="#">Liiklusmärgid   Liiklusharidus</a></li> <li>• <a href="#">Eesõigusedmärgid   Liiklusharidus</a></li> <li>• Teematest 3- liiklusmärgid</li> <li>• Kodus: LearningApps liiklusmärkide mängud, tunne liiklusmärke kodukohas</li> </ul>	
4. 28. jaanuar	<p><b>Ohutus-ja liikluskeskkond minu ümber</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Liikluse vaatlemine kooli ümbruses, ohtlikud kohad kooliümbuses (kooli juurest rahvamaja poole sõitmine, kooli tulemine kergliiklusteelt, parkla läbimine).</li> <li>• <b>Liiklusmärgid</b> kooli ümbruses.</li> <li>• Ühissõidukitega arvestamine.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õppekäik kooliümbuses,</li> <li>• paiknemine teel jalakäijana/ratturina, erinevad liiklusmärgid.</li> <li>• Liiklusaabits lk 4.</li> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 10</li> <li>• Arutelu bussi ootamisest.</li> <li>• Teematest 4- liiklusmärgid ristmikel</li> </ul>	1 teooria
5. 04.veebruar	<p><b>Jalgratturi märguanded</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Takistusest ümberpõige</li> <li>• jalgratturi käemärguanded (parem- ja vasak suunamärguanded, peatumine)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 21-23, märguanded</li> <li>• Kõik teevad ise käemärguanded läbi.</li> <li>• Prinditud ristmikel mudelautodega liiklemine.</li> </ul>	1.teooria

6. 11.veebruar	<b>Asukoht teel, teistega arvestamine, tee ületamine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 24-30</li> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 31-38</li> <li>• Learningapps: Jalgrattur:jalakäijaga arvestamine</li> <li>• <a href="#">Juhi kohustused jalakäijate ohutuse tagamisel   Liiklusharidus</a></li> </ul>	1 teooria
7. 18.veebruar	<b>Sõidueesõigus.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vasakpöörde reegel</li> <li>• Parempöörde reegel</li> <li>• Õuealalt või parklast välja sõitmine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 42-46</li> <li>• Teematest 5- ristmikud</li> <li>• <a href="#">Liiklemine ristmikel   Liiklusharidus</a></li> </ul>	1 teooria
8. 04.märts	<b>Parema käe reegel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teematest 2- Parema käe reegel</li> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 76-79</li> <li>• <a href="#">Parema käe reegel   Liiklusharidus</a></li> </ul>	1 teooria
9. 11.märts	<b>Vasak- ja tagasipööre, ümberpõige</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teeületus ja vasakpöörde vältimine tiheda liiklusega teedel.</li> <li>• Vasak- või tagasipööre tiheda liiklusega ristmikul.</li> <li>• Vasak- ja tagasipööret reguleerivad liiklusmärgid.</li> <li>• Sõidurajad ja suunad.</li> <li>• Tagasipöördekoht.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 80-85, vasak, tagasipööre, ümberpõige</li> <li>• <a href="#">Vasak- ja tagasipööre   Liiklusharidus</a></li> <li>• <a href="#">Ümberpõige   Liiklusharidus</a></li> </ul>	1 teooria
10. 18.märts	<b>Foorid, Reguleerija märguanded</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 70-75-foorid</li> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 86-87</li> <li>• Teematest 6- Foorid ja reguleerija</li> </ul>	1 teooria

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Reguleerija   Liiklusharidus</a></li> </ul>	
11. 25.märts	<b>Teekattemärgised</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kergliiklusteedega seotud märgised;</li> <li>• sõiduteega seotud märgised;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 88-93- teekattemärgised</li> <li>• Kodus: learningapps- teesad- ja märgised</li> </ul>	1 teooria
12. 01.aprill	<b>Ohtlikud olukorrad jalgratturile, Harjutustestide lahendamine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalgratturi tööraamat lk 106-110</li> <li>• Teematest 7- ohud liikluses</li> <li>• Harjutustest 8</li> <li>• <a href="#">Ohtlikud olukorrad jalgratturile   Liiklusharidus</a></li> </ul>	1 teooria
13. 08.aprill	<b>Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll Kiivrite kontroll, reguleerimine (2v1) Pidurdusharjutused ja sujuv käiguvahetus.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sirge sõidujoone hoidmine ja käikude sujuva vahetamise (ka pikivahe) harjutamine.</li> <li>• pidurduskatsed enne mängu, (ptk18)</li> <li>• sõiduoskusi arendavad mängud- takistusrada, heeringas-heeringas, kõrvalepõige</li> <li>• <a href="#">Jalgratta sõiduoskusi arendavad mängud   Liiklusharidus</a></li> </ul>	1 sõit
14. 22.aprill	<b>Sõidu ja osavuse harjutamine- mängud jalgratastel</b>	Harjutused ja rattakontroll, <ul style="list-style-type: none"> <li>• pidurdusharjutused,</li> <li>• suunamärguannete andmine ja ühe käega sõitmine,</li> <li>• pikivahe hoidmine platsil,</li> <li>• Kodus: harjutustest 9</li> </ul>	1 sõit

15. 23.aprill	<b>Sõiduvilumuse harjutamine- mängud jalgratastel ja liikluse õpperada</b>	Harjutused ja mängud <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pidurdused</li> <li>• „puu“ alt läbi sõit</li> <li>• Suunamärgannete näitamine</li> <li>• Ajalehepoiss, plaksumäng</li> <li>• Õpperada (korvpalliplatsil/õuesõppeklassi juures- erinevad teekatted)</li> <li>• Kodus: harjutustest 10</li> </ul>	1 sõit
16. 06.mai	<b>Teooriaeksam</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iseseisev testi lahendamine, aega 30min, 15 küsimusest peab olema vähemalt 13 õiget. (Võimalik teha 1 järeleksam)</li> </ul>	1 teooria (eksam)
17. 06.mai	<b>Kolme sõidueksami I järgu platsiharjutuse harjutamine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Slaalom</li> <li>• Koridor</li> <li>• Kaheksa</li> </ul>	1 sõit
18. 06.mai	<b>Sõidu harjutamine liikluses</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sõidu alustamine,</li> <li>• liiklemine õueala teedel ja kergliiklusteel</li> <li>• pikivahe hoidmine,</li> <li>• õigeaegne märguande andmine, paiknemine teel, kiiruse valik jalakäija läheduses,</li> <li>• ohutum teeületus,</li> <li>• parempöörded,</li> <li>• sõidu lõpetamine ja parkimine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lepitakse kokku grupis liikumise reeglid, märguanded ja tegutsemine võimaliku kukkumise korral.</li> <li>• Sõidu harjutamine liikluses: lubatud max 5 õpilast grupis. Helkurvestid ja kiivrid!</li> </ul>	1 sõit
19. 13.mai	<b>Sõidu harjutamine liikluses</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• liiklemine madala liiklussedusega teedel (Ojaküla, Männi, Albu)</li> <li>• Eesõigus ristmiku ületamisel ja õige asukoht teel pöörde ajal,</li> <li>• õige kiiruse valik erinevates oludes,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ristmikel liiklemine</li> <li>• vasakpöörded</li> <li>• eesõigused</li> <li>• asukoht teel manöövrite ajal</li> </ul>	1 sõit

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vasakpöörde ja ümberpõike harjutamine sh miks on ohutum neid manöövreid vältida.</li> <li>• Ohutuma teekonna valik.</li> </ul>		
20. 18.mai ja 21.mai	<p><b>Jalgratturi sõidueksam</b></p> <p><b>I järk: slaalom, kaheksa, koridor (kooli ees (Albu mõis) või korvpalliplatsil rada (Ojaküla tee 1))</b></p> <p><b>I järk: sõidueksam liikluses (Albu-Männi-Ojaküla)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> <li>• II järk: Pärast I järgu läbimist lubatakse II järku. 15-25 min lapse kohta sõit madala liiklusega teedel (Albu, Männi, Ojaküla).</li> </ul>	1 sõit (eksam)

**Koolituse min maht on 20 akadeemilist tundi, millest 7 akadeemilist tundi on praktilist sõiduõpet.** Teooriatunde vähemalt 12 ja lisaks 1 tund teorieksamiks. Praktilist sõiduõpet vähemalt 6 tundi ja 1 tund sõidueksamiks.

Koostas: Brigitta Krasavin

Kuupäev: 05.12.2025

Tööplaani koostamisel aluseks võetud: „Jalgratturi ja pisimopeedijuhi ettevalmistamise, eksamineerimise ning juhiloa väljastamise korda, jalgratta juhiloa vorm ning nõuded õppevahenditele ja õppeväljakule ning jalgratturi kvalifikatsioonile“ Lisa 4