

Kohtla-Nõmme Kool jalgratturikoolituse tööplaan

Õppeaasta: 2024/2025

Õpilaste arv : ~18 õpilast

Koolitust läbiviija: Ege Jool

Nädal	Teema	Tegevused või märkused	Õpiväljundid	Ak t
1. tund	Sissejuhatus: ülevaade jalgrattakoolitusest. Teadmiste kontroll. Liikluskeskkond	Jalgratta koolituse ajakava tutvustamine. Kui palju lapsed teavad liiklusest. Lihtsustatult rääkimine, millist rolli omab liikluses jalakäija, juht ja sõiduk. Jalgratturi tööraamatu tutvustus. E-raamat lk 1-5	Õpilane teab jalgrattakoolituse plaani. Teab millist rolli omab liikluses jalakäija, juht ja sõiduk. Liiklusviisakus ja üksteisega arvestamine	1

2. tund	<p>Mõisted. Teemad:</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 6-14 – Sõidutee ületamine koos mõistetega.</p> <p>Mõisted veebilehel: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noore/ele/3/testid</p> <p>Peatüki “Mõisted” harjutused</p>	<p>Õpilane teab, kus ja kuidas on ohutum teed ületada ning mida tuleb jälgida nii jalakäija kui ka jalgratturina (kiirus, enda nähtavaks tegemine).</p>	1
3. tund	<p>Jalgrattakiivri vajalikkus</p> <p>Korralik jalgratas ja jalgratturikiiver</p>	<p>Kiivri kasutamine (muna katse) ja korralik jalgratas. Video: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/kiiver</p> <p>Jalgratturi tööraamat lk 17-20 ja siis praktilises tunnis vaatame üle jalgrattad ja selgitame jalgratta nõuded: pidurid, signaalkell, vähemalt ühe ratta mõlemal küljel kollane või valge helkur (kodarahelkur), ees valge ja taga punane helkur; ees valge ja taga punane tuli . Ristsõna</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noore/ele/3/testid</p>	<p>Teab, milleks kiiver on vajalik, oskab kiivrit valida ja seda õigesti kasutada.</p> <p>Õpilane teab milline on sõidukorras jalgratas.</p>	1

4. tund	<p>Jalgratturi märguanded</p> <ul style="list-style-type: none"> ● parema suunamärguande kaks võimalust ● vasaku suunamärguande kaks võimalust ● takistusest ümberpõige ● Peatumismärguanne. 	<p>Jalgratturi tööraamat lk 21-23, ja Liiklusdoomino</p> <p>Vastused küsimustele: miks peab näitama suuna- ja peatumismärguandeid. Miks rattur sõidab paremal pool tee ääres. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Õpilane teab, et sõiduteel peab juht näitama suuna- ja peatumismärguandeid, oskab teha takistustest ümbersõitu.</p>	1
5. ja 6 tund	<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 24-30, piltmõistatus</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone ristmikel, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Õpilane tunneb põhilisi liiklusmärke ja liiklusreegleid. Teab, et teiste liiklejatega tuleb arvestada liikleb ohutult. Teab, kus ta peab paiknema teel. Teab, et liikluses on olemas pimenurk.</p>	2

7. ja 8. tund	<p>Tee ületamine</p> <ul style="list-style-type: none"> • tee ületamine kõnniteel liikudes • tee ületamine jalgratta- ja jalgteel liikudes • tee ületamine reguleerimata (foorita) ülekäigurajal • tee ületamine fooriga ülekäigurajal • tee ületus ja alarmsõidukile tee andmine • sõidutee ületamine ülekäigukoha kaudu • raudtee ületamine 	<p>Tööraamat LK 31-38,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone ristmikel, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noore/3/testid</p>	<p>Õpilane tunneb põhilisi liiklusmärke ja liiklusreegleid</p> <p>Teab, et teiste liiklejatega tuleb arvestada liikleb ohutult.</p> <p>Teab, kuidas ületada teed/raudteed, reguleeritud ja reguleerimata ülekäigurajal ja seda erinevates situatsioonides.</p>	2
9. tund	<p>Ühissõidukitega arvestamine</p> <ul style="list-style-type: none"> • peatuses jalakäijatega arvestamine • ühissõidukitele tee andmine • ühissõidukirajal liiklemine 	<p>Tööraamat LK 39-41,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noore/3/testid</p>	<p>Õpilane on omandanud teadmised erinevate liiklusmärkide kohta.</p> <p>Teab, kuidas käituda peatustes ja ühissõidukirajal.</p>	1

10.-11. tund	<p>Sõidueesõigus</p> <ul style="list-style-type: none"> ● liikluskorralduses on oma tähtsuse järjekord, mida kõik liiklejad teadma peavad ● vasakpöörde reegel ● parempöörde reegel ● rööbastranspordile tee andmine ● sõidueesõigus õuealalt või parklast välja sõites 	<p>Tööraamat LK 42-46,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noore/3/testid</p>	<p>Teab ja oskab jälgida valgusfoore, mõistab reguleerija juhiseid. Saab aru teekattemärgistustest, oskab ületada rööbastranspordi teed ning oskab liigelda õuealal ja parklas.</p>	2
12.-15. tund	<p>Liiklusmärgid</p> <ul style="list-style-type: none"> ● liiklusmärkide rühmad ja nende põhitunnused ● eesõigusmärgid ● eriliigiliste teede ristmik ● eesõigusmärkidega „peatee“ ja „anna teed“ eriliigiliste teede ristmik ● pärisuuna ja vastassuuna eesõigus ● teekitsus või takistus teel ilma eesõigusmärkideta ● keelu- ja mõjualamärgid 	<p>Tööraamat LK 47-69,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noore/3/testid</p>	<p>Õpilane on omandanud teadmised erinevate liiklusmärkide kohta õpilane on omandanud teadmised erinevate liiklusmärkide kohta</p> <p>Eesõigusmärgid hoiatusmärgid Keelumärgid, , kohustusmärgid, ohutusmärgid, lisateatetahvel Juhatusmärgid Teeninduskohamärgid</p>	4

	<ul style="list-style-type: none"> ● mõjualamärgid ● hoiatusmärgid ● kohustusmärgid ● kohustusmärgid ristmikel ● osutusmärgid ● lisateatetahvlid 			
16. tund	<p>Foorid</p> <ul style="list-style-type: none"> ● fooride tähendused ● erinevad olukorrad fooriga ristmikel 	<p>Tööraamat LK 70-75,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Teab ja oskab jälgida valgusfoore, mõistab juhiseid.</p>	1
17. tund	<p>Parema käe reegel</p> <ul style="list-style-type: none"> ● parema käe reegel parklas või õuealal 	<p>Tööraamat LK 76-79,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Õpilane tunneb põhilisi liiklusmärke ja liiklusreegleid teab, et teiste liiklejatega tuleb arvestada liikleb ohutult.</p>	1

18. tund	<p>Vasak- või tagasipööre ja ümberpõige</p> <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 • tagasipööre koht • ümberpõige 	<p>Tööraamat LK 80-85,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Õpilane tunneb põhilisi liiklusmärke ja liiklusreegleid teab kuidas sooritada vasak ja tagasipööret liikleb ohutult.</p>	1
19. -20. tund	<p>Reguleerija märguanded</p> <p>Teekattemärgised</p>	<p>Tööraamat LK 86-87,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p> <p>Tööraamat LK 88-93,</p>	<p>Mõistab reguleerija juhiseid.</p> <p>Saab aru teekattemärgistustest.</p>	2

		<p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>		
21. tund	<p>Sõit asulas ja asulavälisel teel</p> <ul style="list-style-type: none"> • osutusmärgid asulas ja asulavälisel teel • asulas sõitmine • asulavälisel teel sõitmine • peatumine ja parkimine asulas ja asulavälisel teel 	<p>Tööraamat LK 94-102,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Tunneb liiklusmärke. Oskab liigelda nii asulas kui ka asulavälisel teel.</p>	1
22. tund	<p>Enda nähtavaks tegemine ja sõit pimedal ajal</p> <ul style="list-style-type: none"> • pimedal ajal sõiduteel liiklemine 	<p>Tööraamat LK 103-105,</p> <p>Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused.</p> <p>https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/3/testid</p>	<p>Teab, et kiirustamine ja ohutuses veendumata jätmise liikluses võib põhjustada õnnetuse. Teab, kui oluline on helkurite kandmine ja nähtav olemine liikluses.</p>	1

23. tund	Ohtlikud olukorrad jalgratturi jaoks	Tööraamat LK 106-110, Tutvustada erinevaid situatsioone, läbi mängude. Kordamisküsimused. https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noor-ele/3/testid	Teab, et kiirustamine ja ohutuses veendumata jätmine liikluses võib põhjustada õnnetuse.	1
24.-27. tund	<p>Praktiline tund:</p> <p>Erinevad ristmikud, vasak ja tagasipööre</p> <p>Praktiline tund: Sõiduõpe platsil.</p> <p>Oskuste omandamine</p> <p>Harjutame suunamärguandeid.</p>	<p>Tutvustada erinevaid situatsioone ristmikel, läbi mängude,</p> <p>Praktiline tund: Oskus valitseda jalgratast erinevate raskusastmetega olukordades. Jalgrataste tehniline kontroll, jalgratta valitsemise kontrolli harjutused.</p> <p>Suunamärguanded paremale/vasakule sõites.</p> <p>Mängud: "Heeringas", "Kõige aeglasem on võitja" ja "Ajaleht".</p>	<p>Õpilane tunneb põhilisi liiklusreegleid ja liikleb ohutult</p> <p>Õpilane on omandanud teadmised, liiklusreegleid ja liiklusmärgid. Oskab valitseda ratast.</p> <p>Õpilane teab, et kiirustamine ja ohutuses veendumata jätmine liikluses võib põhjustada õnnetuse.</p>	4

28.-30. tund	Praktilises tunnis harjutame eksamiks.	Jalgratturi koolitus – mõisted ja reeglid Eksamiks harjutamine: https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/soidu-harjutamine	Meeskonnatöö Õpilane on valmistunud teooria- ja sõidueksamiks.	3
	Teooriaeksam (kogu klassile)	30 min, 15 st küsimusest 13 peab olema õigesti vastatud. Võib erivajaduste korral läbi viia ka suuliselt, märgi see eksamiprotokolli. Testid telli Transpordiametist (Liikluskasvatus.ee /tellimiskeskus)		1
	Sõidueksam (kokku 1 akad tund lapse kohta) 1. Platsiharjutused (3) 2. Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul	Plats: sõidu ettevalmistus 10 min lapse kohta (kiiver, rattakontroll, reeglid) + kuni 10 min platsiharjutuste läbimiseks (lapsel 2 katset). Ca 15-25 min lapse kohta (madala liikluskasvatusega tänavad või imiteeritud väljak) Vt määruse lisa 2		1

Kokku tööplaanis teooriatunde (a 45 min): 45 x 23; praktiline sõiduõpe (a' 45 min): 45 x 7.

Eksam: teooria 1 akad tund, sõit ca 1 akad tund lapse kohta.