

LIIKLUS JA OHUTUS TÖÖKAVA

3.a/b/c klass

Õpetaja: Maarika Isotamm

Õppeaasta: 2023/24

Tundide arv: 1 tund nädalas, 35 tundi

Kasutatav õppevara: Töövihik „Jalgtratturi tööraamat“, liiklusmärkiide komplekt ja plakat, <https://www.liikluskasvatvus.ee/et>

Õpitulemused:

Esmabi:

- kirjeldab, kuidas vältida õnnetusjuhtumeid ning kuidas ennast ja teisi abistada õnnetusjuhtumite korral;
- teab, kuidas ohuolukorras turvaliselt käituda ja abi kutsuda ning demonstreerib õpisisuatsiooni lihtsamaid esmaabivõtteid (nt kõhuvalu, külmumine, luumurd, minestamine, nihestus, peapõrutus, palavik, päikesepeiste jm);
- nimetab esmaabivahendeid ja teab, kuidas neid kasutada.

Liiklusalane teooriaõpe:

- oskab mõista ja väärtustada ohutust, iseenda turvalisust ning ohutut käitumist;
- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel;
- teab helkuri vajalikkusest, oskab seda kasutada.

Jalgratta sõiduõpe:

- Õpilasel on iseseisva liiklejana teadmised, oskused ja vilumused liigelda ohutult ja teisi liiklejaid arvestatavalt.

Õppeaine kirjeldus

Õpilasi suunatakse ohutuse valdkonnas:

- 1 tundma eri liikli ohuallikate ja ohtlike olukordade olemust ning nende võimalikku tekkemehhanismi;
- 2 vältima ohuolukordadesse sattumist;
- 3 kujundama turvalisele kooi- ja kodukeskkonnale ning liiklusohutusele suunatud hoiakuid ja käitumist;
- 4 omandama teadmisi ja oskusi ohu- ja kriisiolukordades tõhusalt käituma;
- 5 kujundama õiget liikluskäitumist, harjuma järgima liikluses kehtivaid norme ning arvestama kaasliiklejatega;
- 6 tundma õppima ja väärtustama liikluse ning ohutuse reeglitest tulenevaid õigusi, kohustusi ja vastutust.

Erinevate tegevuste ja olukordade kaudu õpitakse mõistma ja väärtustama ohutust, iseenda turvalisust ning ohutut käitumist. Analüüsitakse ohtlikke olukordi ja tutvustatakse ennetustegevusi. Lõimitakse ohutusalasaid teadmisi, oskusi ja vilumusi. Õpitakse ohutuid ennetama, mis kaasnevad mängides ja kodukeemiat kasutades. Õpitakse looduses ohutult käituma ja ühiselt harjutatakse esmaabi võtteid ja kaaslase abistamist. Õppe lõpetamisel sooritavad jalgratturi juhitumistuse taotlejad vastavalt teede ja sideministri määrusele 22. juuni 2001.nr.70 teooria ja sõidueksami. Eksami sooritanutele väljastatakse vormikohane jalgratturi juhitumistus.

Õppenädal	Õpitulemus	Teema	Õppesisu/õppematerjal
1	<ul style="list-style-type: none"> - oskab käituda rästikuhammustuse, herilase või mesilase nõelamise korral; - oskab hoiduda puukidest; - oskab käituda äikese ajal; - oskab kutsuda abi. 	Ohud looduses. Esmabi.	<p>Õppesisu: ohud looduses (puuk, rästiku hammustus, mesilase või herilase nõelamine, mürgised taimed, haiged loomad, torm, äike, päikesepõletus). Lugusid liiklusest „Pühapäev seenemetsas“, tööleht nr 1 „Ohud looduses“. Aruteluteemad: metsa jõudmise teekond; ohud metsas; kuidas käituda tekkinud ohu/vigastuse korral; kuidas kutsuda abi.</p> <p>Veebimaterjalid: https://www.tlu.ee/opmat/tp/terviseopetus/esmaabi/4tund.html https://www.opiq.ee/kit/3577/chapter/19756</p>
2	<ul style="list-style-type: none"> - oskab kutsuda abi ja helistada häirekeskusesse. 	Hädaabisse helistamine.	<p>Tööleht nr 2 „Hädaabisse helistamine“</p> <p>Kanekõned: Helistamine hädaabisse – kannatanu ja dispetšer.</p> <p>Õppesisu: nõrk jää, veekogud. Aruteluteemad: Kuidas peab käituma talvel veekogu ääres? Millised ohud on külmas vees ujumisega? Kuidas kutsuda abi ja anda esmaabi. Veebimaterjalid: https://www.youtube.com/watch?v=WsYeNiMHZF4 https://www.youtube.com/watch?v=FGPLrLFBXJA https://www.youtube.com/watch?v=MCmtP4_Fj6M https://www.youtube.com/watch?v=x5yK2Xkr5Ll&list=PLXqfEWtAL_YhdfF55QUUpfITWiXsh5I52x&index=9 https://www.minulaps.ee/turvavalisus/uppumine-kuidas-anda-oiget-esmaabi</p>
3	<ul style="list-style-type: none"> - teab ohtudest veekogudel ning oskab käituda selle korral; - oskab kutsuda abi; - kirjeldab, kuidas hoida ära õnnetusjuhtumeid ning kuidas ennast ja teisi abistada õnnetusjuhtumite korral; - demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid. 	Veeohutus. Esmabi.	
4	<ul style="list-style-type: none"> - oskab näha ohtusid batuudil, 	Ohud mängides.	<p>Õppesisu: ohud mängides (batuut, ronimine, mängupüssid, pallimängud,</p>

	<p>mängides, mänguväljakul, kelgutades, suusatahes; - oskab kinni pidada mängureeglitest.</p>		<p>kelgutamine, suusatamine, mänguväljakud, rulluisutamine). Tööleht nr 3 „Ohud mängides“. Aruteluteemad: Missugused ohud tekivad mängides? Kuidas saame ise ohtusid ära hoida?</p>
5	<p>- teab ohtlikumaid keemilisi aineid kodus; - oskab selgitada taaral olevaid märke; - oskab aidata kannatanut õnnetuse korral.</p>	<p>Kodukeemia ning rohud ja sellega kaasnevad ohud.</p>	<p>Õppesisu: Ohtlikud ained, määrgistus kodukeemial, taaskasutus, looduslikud vahendid, retsept, tabletid (rohud), esmaabi, abi kutsumine. Tööleht nr 4, kemikaalide määrgistus. Aruteluteemad: Millised ained on kodus ohtlikud? Kas laps võib kodus puutuda kodukeemiat? Kas võib iseseisvalt võtta rohtusid? Videolingid: https://www.terviseamet.ee/et/kemikaaliohutus-tooteohutus/inimesele/kemikaalide-margistus https://www.youtube.com/playlist?list=PLe4ZnZewrxzppC0_5IkFKOGOlngjpiwF8I</p>
6	<p>- oskab käituda tulekahju korral kodus ja koolis; - oskab ohutult kasutada lihtsamaid kodumasinaid.</p>	<p>Kodumasinad.</p>	<p>Õppesisu: Kodumasinad ja töötamine nendega. Tulekahju ja tule levimine. Elekter, tuleohutuseeskirjad koolis ja kodus. Videolingid: https://www.youtube.com/watch?v=n57hzvUYvXk https://www.youtube.com/watch?v=9ykA0fSLV2o https://www.youtube.com/watch?v=183Uqyhd2_Y&t=54s</p>
7	<p>- teab, kuidas ohuolukorras</p>	<p>Esmabi.</p>	<p>Õppesisu: Esmabi põhimõtted. Esmabi erinevates olukordades. Käitumine</p>

	<p>turvaliselt käituda ja abi kutsuda (nt kõhuvalu, külmmumine, luumurd, minestamine, nihestus, peapõrutus, palavik, päikesepiiste jm);</p> <p>- kirjeldab, kuidas hoida ära õnnetusihtumeid ning kuidas ennast ja teisi abistada õnnetusjuhtumite korral.</p>		<p>õnnetusjuhtumite korral.</p> <p>Videolingid: https://correctio.ee/?page_id=7 http://thhkesmaabi.weebly.com/enesekontrolli-kuumlsimused.html https://artu.ee/sites/default/files/uploads/Sotsiaalabi-ja-tervishoid/Terviseedendus/Esmase%20abi%20%C3%B5petamine%20I-III%20kooliastmes.%20Juhendmaterjal%20kooli%20%C3%B5dedele.%20TAI%202016.pdf</p>
8	<p>- demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid.</p>	Esmabi praktiline õpe.	<p>Õppesisu: Esmabi töövõtted ja rühmades töötamine.</p>
9	<p>- demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid</p>	Esmabi praktiline õpe.	<p>Õppesisu: Esmabi töövõtted ja rühmades töötamine.</p>
10	<p>- demonstreerib õpituatsioonis lihtsamaid esmaabivõtteid.</p>	Esmabi praktiline õpe.	<p>Õppesisu: Esmabi töövõtted ja rühmades töötamine.</p> <p>Veebilingid: https://tammeegymnaasium.ee/esmaabi/haava-esmaabi/ https://learningapps.org/1240535 https://learningapps.org/watch?v=p09heyppa521 https://learningapps.org/1270021</p>
11	<p>- oskab mõista ja väärtustada ohutust, iseenda turvalisust ning ohutut käitumist.</p>	Liiklusalane teooriaõpe	<p>Õppesisu: Liikumise ja liiklemise tähtsus inimese tervisele. Liiklemine üks ja koos kaaslastega, oma kaaslase käitumise kirjeldamine ning hinnangu andmine liikluses.</p> <p>Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatusee/et</p>
12	<p>- oskab osaleda</p>	Liiklusalane teooriaõpe	<p>Õppesisu: Liikluseeskiri kui õigusakt; seadus on täitmiseks. Seaduskuulekus</p>

	<p>diskussioonides ohutu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.</p>		<p>liikluses. https://www.liikluskasvatvus.ee/et/lapsel-ja-noorele/3/videod https://www.youtube.com/watch?v=KKcGMZ7uNzE&list=PL1b4Ux8uE-KY1OIG8X41WBUX0a5UMBTNF Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatvus.ee/et</p>
13	<p>- oskab osaleda diskussioonides ohutu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel; - tunneb õpitud liiklusmärke.</p>	<p>Liiklusalane teooriaõpe</p>	<p>Õppesisu: Liiklusmärkide tutvustamine: liiklusmärgid jalakäijale, jalgratturile, sõidukijuhile. Liiklusmärkide tähenduse lugemise oskus. <i>16 19</i> Töövihik „Jalgratturi tööraamat“, liiklusmärkide komplekt ja plakat. https://www.liikluskasvatvus.ee/et http://www.liiklustestid.ee/liiklusmargid/</p>
14	<p>- oskab osaleda diskussioonides ohutu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.</p>	<p>Liiklusalane teooriaõpe</p>	<p>Õppesisu: Liiklemine liiklusvahendiga, turvanõuded. Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatvus.ee/et https://www.liikluskasvatvus.ee/et/lapsel-ja-noorele/3/videod</p>
15	<p>- oskab osaleda diskussioonides ohutu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel. VAHEAEG</p>	<p>Liiklusalane teooriaõpe</p>	<p>Õppesisu: Ohutu liiklemise juhised õpilasele, käitumisreeglid tunnis; ohutu ja kaaslasi arvestav käitumine erinevate liikumisviisidega tegeledes; ohutu liiklemine õuealal ja kooliteel. Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatvus.ee/et https://www.liikluskasvatvus.ee/et/lapsel-ja-noorele/3/videod</p>
16	<p>- oskab osaleda diskussioonides ohutu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel; - teab helkuri vajalikkusest, oskab seda kasutada.</p>	<p>Liiklusalane teooriaõpe</p>	<p>Õppesisu: Liiklemine pimedal ajal ja helkuri kasutus. Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatvus.ee/et https://www.liikluskasvatvus.ee/et/lapsel-ja-noorele/3/videod https://www.liikluskasvatvus.ee/et/lapsel-ja-noorele/3/ponev-ja-kasulik</p>
17	<p>- oskab osaleda diskussioonides ohutu</p>	<p>Liiklusalane teooriaõpe</p>	<p>Õppesisu: Liiklusalased mõisted. Liikluskorraldus.</p>

	ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.		Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatus.ee/et
18	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklusalane teooriaõpe	Õppesisu: Reguleerija märguanded. Valgusfoorid. Liiklusmärgid ja teekattemärgised. Juhid märguanded. Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ lk 31-34, liiklusmärkide komplekt ja plakat. https://www.liikluskasvatus.ee/et
19	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklusalane teooriaõpe	Õppesisu: Paiknemine sõiduteel, sõidurajal, sõiduraja valik, pöörded. Teeandmise kohustus. Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatus.ee/et
20	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklusalane teooriaõpe	Õppesisu: Mõõdumine, mõõdasõit. Peatumine parkimine. https://www.h5p.arve.ee/node/227
21	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklusalane teooriaõpe	Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatus.ee/et Õppesisu: Eriolist tähelepanu nõudvad olukorrad.
22	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklusalane teooriaõpe	Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatus.ee/et Õppesisu: Raudtee ületamine.
23	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste	Liiklusalane teooriaõpe	Õppesisu: Liiklus õuealal. https://www.youtube.com/watch?v=Vn1J3PO4QU&list=PLKnuoxVJ98s4itOZ2kP6AuG1h1L5gs_vJ0&index=2&

	analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.		ab_channel=EestiRahvusringh%C3%A4%C3%A4ling Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatusee/et
24	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklusalane teooriaõpe	Õppesisu: Liiklusõnnetuste analüüs. Jalgratta ehitus, kontroll, hooldus. Rattakiivri kontroll. Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.h5p.arve.ee/node/231 https://www.youtube.com/watch?v=282U75SVbVc&ab_channel=EestiRahvusringh%C3%A4%C3%A4ling Töövihik „Jalgratturi tööraamat“ https://www.liikluskasvatusee/et
25	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklustestide harjutamine	Jalgratturi koolituse teematestid
26	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Liiklustestide harjutamine	Jalgratturi koolituse teematestid
27	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete hoiakute kujunemisel.	Jalgrattaga sõitmine õppeplatsil	Õppesisu: Vigursõit õppeplatsil (rajalaud, ringid paremale-vasakule, slaalom, rajavahetus, kaldtee, peatumine etteantud kohas).
28	- oskab osaleda diskussioonides ohtu ennetavate tegevuste analüüsimisel ja õigete	Jalgrattaga sõitmine õppeplatsil	Õppesisu: Vigursõit õppeplatsil (rajalaud, ringid paremale-vasakule, slaalom, rajavahetus, kaldtee, peatumine etteantud kohas).

	hoiakute kujunemisel.		
29	- on omandanud iseseisva liiklejana teadmised, oskused ja vilumused liigelda ohutult ja teisi liiklejaid arvestatavalt.	Jalgrattaga sõitmine õppeplatsil	Õppesisu: Vigursõit õppeplatsil (rajalaud, ringid paremale-vasakule, slaalom, rajavaheetus, kaldee, peatumine etteantud kohas).
30	- on omandanud iseseisva liiklejana teadmised, oskused ja vilumused liigelda ohutult ja teisi liiklejaid arvestatavalt.	Jalgrattaga sõitmine õppeplatsil	Õppesisu: Vigursõit õppeplatsil (rajalaud, ringid paremale-vasakule, slaalom, rajavaheetus, kaldee, peatumine etteantud kohas).
31	- on omandanud iseseisva liiklejana teadmised, oskused ja vilumused liigelda ohutult ja teisi liiklejaid arvestatavalt.	Jalgrattaga sõitmine õppeplatsil	Õppesisu: Vigursõit õppeplatsil (rajalaud, ringid paremale-vasakule, slaalom, rajavaheetus, kaldee, peatumine etteantud kohas).
32	- on omandanud iseseisva liiklejana teadmised, oskused ja vilumused liigelda ohutult ja teisi liiklejaid arvestatavalt.	Jalgrattaga sõitmine linnas	Sõit teedel-tänavatel. Paiknemine teel. Suunamärguanded. Reastumine pöördeks. Sõidujätkekord ristmikel. Jalakäijatele tee andmine. Sõitmine ringristmikul. Möödumine takistusest.
33	- on omandanud iseseisva liiklejana teadmised, oskused ja vilumused liigelda ohutult ja teisi liiklejaid arvestatavalt.	Jalgrattaga sõitmine linnas	Sõit teedel-tänavatel. Paiknemine teel. Suunamärguanded. Reastumine pöördeks. Sõidujätkekord ristmikel. Jalakäijatele tee andmine. Sõitmine ringristmikul. Möödumine takistusest.
34	- järjgib liiklusseadust.	Teooriaeksam	Riiklik jalgratta teooriaeksam.
35	- järjgib liiklusseadust.	Sõidueksam	Riiklik jalgratta sõidueksam.

Hindamine: arvestuslik