

Jalgratturi koolituse tööplaani

Õppeaasta: 2024/25

Klassid: 4.

Õpetaja: Katrin Hunt-Illak

Õppekirjandus: Jalgratturi tööraamat, video ja pildimaterjal internetist, alusdokument

https://www.riigiteataja.ee/aktiis/1220/5202/0009/MKM_m30_lisa_4.pdf#, töölehed

<https://www.liikluskasvatus.ee/et/opetajale/3/jalgratturite-koolitamine/toolehed-mangud>

Õppeaasta üldesmärgid:

- Ohutu liiklemise harjumused;
- liiklusreeglite tundmaõppimine nii teoorias kui praktikas;
- ohud liikluses, nende ettenägemise võime ja selle arendamine;
- liiklejate vahelise mõistva ja üksteist arvestava käitumise arendamine;
- jalgrattaõpe;

Õppenädal	Tunni teema	Tegevused	Õpiväljund	Märkused
1.		Õppekäik kooliümbruses – erinevatel suundadel. Nägemisväli, reageerimine. Seos ootamatu teeületuse ja mootorsõiduki peatumisteedkonna vahel. Õpilane	Õpilane tunneb oma kooliümbrust ja mõistab liikluskeskkonnast tulenevaid ohtlikke kohti ja olukordi.	Tund õues (teooria)

	Tähelepanu vaatlusel ka ilmastikule (sademed, temperatuur jne).	tunneb oma kooliümbrust ja mõistab liikluskeskkonnast tulenevaid ohtlikke kohti ja olukordi. www.mnt.ee	Õpilane teab, et kiirustamine ja ohutuses veendumata jätmine liikluses võib põhjustada õnnetuse.	
--	---	--	--	--

<p>2.</p>	<p>Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond). Sõidutee ületamine. Liiklusviisakus. Teemad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • liiklusega seotud mõisted (liikleja, jalakäija, sõitja, juht, sõiduk) • sõidukitega seotud mõisted (mootorsõiduk, haagis, ühistransport, jalgratas, pisimopeed, mopeed, mootorratas, auto) • liikluskorraldusega seotud mõisted (liikluskorraldusvahend, teekattemärgis, liiklusmärk, foor, reguleerija) • taristuga seotud mõisted (tee, sõidutee, sõidurada, eraldusriba, kõnnitee, jalgtee, jalgrattatee, jalgratta- ja jalgtee, jalgrattarada, teepeenar, ülekäigurada, ülekäigukoht, õueala) • jalgrattaga liiklemisega seotud mõisted (teeandmine, eesõigus, peatee, peatumine ja parkimine, möödaskõit ja möödumine, pööre, ümberpõige, liiklusõnnetus) • sõidutee ületamine. 	<p>Tööraamat lk 2 – 5 Maanteeameti kampaania videod</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.liikluskasvatus.ee/et/lapsele-ja-noorele/1/jalgrattur/liiklusreeglid/pohimoisted • https://www.liikluskasvatus.ee/et/taiskasvanule/1/jalakaja/soidutee-uletamine <p>Mäng “PILGUMÄNG (silmside)”</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=ije46p1E_r8</p> <p>Kodus: tööleht www.wizer.me (eelnevalt õpitu kohta).</p>	<p>Õpilane teab põhimõisteid liikluses.</p> <p>Õpilane teab, kus ja kuidas on ohutum teed ületada ning mida tuleb järgida nii jalakäija kui ja jalgratturina (kiirus, enda nähtavaks tegemine).</p>	<p>Tund klassis</p>
-----------	---	--	---	---------------------

<p>3.</p>	<p>Tehniliselt korras jalgratas, kiiver, enda nähtavaks tegemine liikluses.</p>	<p>Tööraamat lk 6 –7. Minikiivri katse, kiiver, jalgratas (tehniliselt korras), vahendid enda nähtavaks tegemiseks Video https://www.youtube.com/watch?v=oLvEMMw5D84&list=PLQMKDpzUPO6BF_QkFvhCsNk8ZR6KNzPyc&index=3&t=0s&app=desktop Abimaterjal https://www.liikluskasvatus.ee/et/oleht/3/jalgratturitekoolitamine/ratas-ja-kiiver Tööleht https://www.liikluskasvatus.ee/site/s/default/files/uploads/2014/02/To_oleht-JALGRATAS-vastustega.pdf https://www.youtube.com/watch?v=e9WIYCKP5h0&ab_channel=MaanteametRiigiasutus</p> <p>Munakatse (tuleb teha valge väikese kiivriga ja kanamunaga).</p>	<p>Õpilane selgitab jalgratturikiivri kandmise vajalikkust jalgratturina kiivrit. Jalgrattur peab teadma jalgratta ehitust ja kohustuslikku varustust.</p>	<p>Tund klassis. Klassis täisvarustuses jalgrattas, jalgratturi kiiver, ohutusvest, rattalipp.</p>
<p>4.</p>	<p>Jalgratturi käemärguanded. Jalgratturi asukoht teel. Grupis sõitmine.</p>	<p>Tööraamat lk 8 – 10. Video https://www.youtube.com/watch?v=wYgCqT6NSo Materjal pildis http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia</p>	<p>Õpilane peab teadma, millal ja kui pikalt käemärguandeid näidata. Neid peab oskama näidata teistele liiklejatele arusaadavalt, seejuures tasakaalu kaotamata.</p>	<p>Tund klassis</p>

		/jalgratas_kodukas/veebilehedeued/034-jalgratta_asukoht_teel.htm	Teab, et rattur paikneb alati paremas tee ääres. Õpilane arvestab piki- ja külgvahet.	
5.	Vasak- ja tagasipööre. Rattaga ülekäigurajal sõidutee ületamine ning jalakäijatega arvestamine.	Tööraamat lk 11 –13. Pöörete läbimängimine, videod Materjal pildis http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia /jalgratas_kodukas/veebilehedeued/076kuidas_sooritada_vasakpooret.htm http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia /jalgratas_kodukas/veebilehedeued/0761-kuidas_sooritada_parempooret.ht m Abimaterjal test https://quizizz.com/join/quiz/5e8b5cfd3ae2e2001cd31daa/start	Õpilane peab oskama valida vasakpöördeks ohutuima viisi, vajadusel jalgrattalt maha tules ja ületades sõidutee jalakäijana. Enne manöövriga alustamist tuleb veenduda selle ohutuses ja 5 anda teistele liiklejatele oma kavatsusest selgelt käega märku, valida õige trajektoor ning olla manöövri lõpetamiseni väga tähelepanelik.	Tund klassis

6.	Samaliigiliste teede ristmik (parema käe reegel). Ringristmik.	Tööraamat lk 15 – 17. Ristmiku läbimängimine Materjal pildis http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebilehedeued/0741-samaliigiliste_teede_ristmik.htm Abistav materjal http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebilehedeued/073-reguleerimata_ristmik.htm	Õpilane peab oskama ära tunda, mis tüüpi ristmikule ta läheneb, ja valima sobiva sõidukiiruse, et vajadusel eesõigust omavale juhile teed anda.	Tund klassis
7.	Reguleerija märguanded. Foorid (ümartuledega foorid, nooltuledega foorid, lisasektsioonidega foorid, kollase vilkuva tulega foorid, ülesõidufoorid, jalgrattafoorid, jalakäijafoorid).	Tööraamat lk 31 – 33 Materjal pildis http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebilehedeued/043-reguleerija_marguanded.htm http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebilehedeued/060-foorid.htm Mäng “Reguleerija”. Põrandale joonistatud ristmik ja reguleerijateks on kordamööda õpilased.	Õpilane peab tundma reguleerija ja foori märguandeid. Nende tähendusi ja lubatud liikumissuundi peab õpetaja selgitama piltide abil.	Tund klassis

8.	Liiklusmärgid: kohustusmärgid, osutusmärgid, juhatusmärgid, teeninduskohamärgid, lisateatetahvlid.	Tööraamat lk 27 –30 Video https://www.youtube.com/watch?v=9YUcjrcEQM8 Liiklusmärkide komplekt; , kaardimäng „Roheline tuli“, liiklusmärkide Alias Täringumäng “Sõpradega kooliteel”	Õpilane teab ja tunneb liiklusmärke.	Tund klassis
----	--	---	--------------------------------------	--------------

9.	Liiklusmärgid: eesõigusmärgid, hoiatusmärgid, keelu- ja mõjualamärgid.	Tööraamat lk 19 - 25 Video https://www.youtube.com/watch?v=9YUcjrcEQM8 Liiklusmärkide komplekt; Tunne liiklusmärke, kaardimäng liiclusest, liiklusmärkide Alias	Õpilane teab ja tunneb liiklusmärke.	Tund klassis
----	--	--	--------------------------------------	--------------

<p>10.</p>	<p>Teekattemärgised (Pidevjoon, katkendlik joon, pidev- ja katkendjoone ühend, ülekäigurada, sõidutee lõikumine jalgrattateega, stoppjoon). Liiklusmärkide kordamine.</p>	<p>Tööraamat lk 34 ja 19 – 30. Video https://www.youtube.com/watch?v=9YUcjrEQM8 Tunnikontroll https://www.liikluskasvatus.ee/sites/default/files/uploads/2014/02/3liiklusm%C3%A4rgid2.pdf</p> <p>Kordamine: Kahoot (mõisted ja reeglid).</p>	<p>Õpilane teab ja tunneb liiklusmärke ja teekattemärgiseid.</p>	<p>Tund klassis</p>
<p>11.</p>	<p>Raudtee ohutus. Muud ohtlikud olukorrad liikluses jalgratturile.</p>	<p>Tööraamat lk 36 - 38. Video https://www.youtube.com/watch?v=xVZLlfB3Rao Materjal pildis http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebileheduued/081-ohtlikud_olukorrad_linnaliikluses.htm</p>	<p>Jalgrattur peab oskama valida ohutuimat viisi rööbastee ületamiseks, järgides liikluskorraldusvahendeid ja valides sobiva sõidukiiruse, samuti järgides ülekäigukohal kohustust jalgrattalt maha tulla.</p>	<p>Tund klassis</p>

		http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebilehedeuued/083ohtlikud_olukorrad_pimedas.htm http://www.vmg.vil.ee/tehnoloogia/jalgratas_kodukas/veebilehedeuued/082-ohtlikud_olukorrad_maanteel.htm		
12.	Sõit linnas, maanteel, kergliiklusteel – erisused.	Läbivalt arvestamine teiste liiklejatega Abistav materjal https://www.mnt.ee/sites/default/files/sisserandajate_infomaterjal_31_okt.pdf	Õpilane teab jalgratta asukohta sõitmisel. Paiknemist sõiduteel, sõidurajal, jalgrattateel, jalgratta- ja jalgteel. Teab erisusi.	Tund klassis
13.	Sõidueesõigus.	Tööraamat lk 18. Abistav materjal selgituste andmisel http://liikluskool.ee/8-ristmikeuletamine/	Õpilane teab, et jalgrattur on juht ja sõiduteel kehtivad talle samad liiklusreeglid nagu teistele juhtidele. Õpilane teab vasakpöörde reeglit. Õpilane teab, kui ristmikul on eesõigusmärgid on eesõigus peateel sõitval juhil.	Tund klassis

14.	Teema- ja harjutustestide lahendamine.	Teematestid, harjutustestid	Meeskonnatöö	Tund klassis
-----	--	-----------------------------	--------------	--------------

		Liiklusviktoriin https://www.slideshare.net/tiasagar/liiklusviktoriin-2010kristina		
15.- 20.	Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll. Kiivrite kontroll ja reguleerimine. Sõidu harjutamine liikluses.	https://www.velomarket.ee/blogpost/kuidas-jalgratast-hooldada/ https://www.youtube.com/watch?v=9WaBxE09BIQ&t=72s&ab_channel=MaanteeametRiigiasutus	Sõiduasend Õpilane peab teadma jalgratta ehitust ja kohustuslikku varustust. Võimalusel praktiline tund Team Rattapoes.	Tund õues (sõit) Ohutusvestid, kaasata lapsevane maid
15.- 20.	Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll. Kiivrite kontroll ja reguleerimine. Sõidu harjutamine õppeväljakul.	Video https://www.youtube.com/watch?v=BRK4yfvWTFI	Õpilane peab teadma jalgratta ehitust ja kohustuslikku varustust. Käikude valimine ja vahetamine. Pidurdamine mitmesugusel teekatel.	Tund õues (sõit) Koonused, kriidid, muud vahendid
21.- 22.	Teooriaeksam.	Jalgratturi eksamit tutvustav video https://www.youtube.com/watch?v=02wYQ5Pa054&list=PLQMKDpzUPO6BF_QkFvhCsNk8ZR6KNzPyc&index=7&t=0s&app=desktop Teooriaeksami testide täitmine.	Õpilane teab hindamiskriteeriumeid.	Eksam klassis

<p>23.- 24.</p>	<p>Sõidueksam platsil. Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul.</p>	<p>Eksamiks ettevalmistav toetav teave https://www.liikluskasvatus.ee/et/l-apsele-ja-noorele/1/jalgrattur/juhiluba/teooria-ja-soidueksami-sisu Sõiduplatsi ettevalmistamine eksamiks. Sõidueksami sooritamise platsil ja siis liikluses.</p>	<p>Õpilane teab hindamiskriteeriumeid.</p>	<p>Eksam õues (sõit) Sõidu ettevalmistus 10 min lapse kohta + kuni 10 min platsiharjutuste läbimiseks Sõit liikluses 25 min õpilase kohta.</p>
<p>25.</p>	<p>Preemiaks rattamatk.</p>			