**HALJALA JALGRATTURIKOOLITUSE TÖÖPLAAN**   
**Õppeaasta: 2024/2025**

**Osaleb: 31 õpilast**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nädal või**  **kuupäev** | **Teema** | **Tegevused või märkused** | **Õpiväljundid** | **Ak t** |
| 1. nädal | Sissejuhatav tund.  Kiiver, kiivri õigesti pähe panemine | Katse munade ja minikiivriga. Korrektne kiivri pähe panemine ja vajalikkus. | Selgitab ja saab aru kiivri kandmise vajalikkusest jalg- ja tõukerattaga, tasakaaluliikuri jms sõitmisel; | 1 |
| 2.-5. nädal | **Mõisted. Sõidutee ületamine. Liiklusviiskus**  Teemad:   * liiklusega seotud mõisted; * sõidukitega seotud mõisted; * liikluskorraldusega seotud mõisted; * taristuga seotud mõisted; * jalgrattaga liiklemisega soetud mõisted; * sõidutee ületamine * enda nähtavaks tegemine * tehniliselt korras jalgratas | „Jalgratturi tööraamat“ lk 2-3 – Mõisted – selgitused märgid ja teekattemärgised.  „Jalgratturi tööraamat“ lk 4-5 – Sõidutee ületamine koos mõistetega. Mõisted välja prinditud lehel.  Ohutu jalgrattasõit“ lk 2 ja 3 kirjalikult  „Jalgratturi tööraamat“ lk 6  Mängud: Pilgumäng – liikumisega, ainult pilk, koos noolega.  Jalgratta magnettahvel, pesulõksu mäng.  Siimu ja helkuri lugu | Õpilane teab ja oskab kasutada liikluse põhimõisteid.  Õpilane teab, kus ja kuidas on ohutum teed ületada ning mida tuleb jälgida nii jalakäija kui ka jalgratturina (kiirus, enda nähtavaks tegemine). | 4 |
| 5. nädal | Suunamärguanded ja asukoht teel   * Sõiduteel sõites asukoht teel. Pimenurgad, küljetuul. * Suunamärguanded (keskendumine vasakpöördele). Peatumis märguanne. | „Jalgratturi tööraamat“ lk 8-10  Vastused küsimustele: miks peab näitama suuna- ja peatumismärguandeid. Miks rattur sõidab paremal pool tee ääres.  Harjutustest 1, tunnikontroll 1 | * Õpilane teab, et sõiduteel peab juht näitama suuna- ja peatumismärguandeid. * Teab, et rattur paikneb alati paremal tee ääres. Õpilane arvestab piki- ja külgvahega. | 1 |
| 6.-8. nädal | Vasak- ja tagasipööre  Vasakpöörde reegel (otse sõitjale tuleb teed anda)  Jalakäijatega arvestamine ja ühissõidukitega arvestamine  Parema käe reegel  Samaliigiliste teede ristmik (parema käe reegel), ringristmik  Sõidueesõigus. | „Jalgratturi tööraamat“ lk 11-18  Vasakpöörde keelumärk, tagasipöördekoht.  Peatusmisteekond  Pöörete ja ristmike läbi mängimine  „Ohutu jalgrattasõit“ lk 11-13  Kodus harjutustest 2  Tunnikontroll 2 | * Õpilane teab vasak- ja tagasipöörde reegleid ja märke. * saab jalakäijana aru, et märjal ja lumisel teel on sõidukite peatumisteekond pikem kui kuival; * väärtustab viisakust liikluskeskkonnas (teiste liiklejatega arvestamine jalakäijana, liikluse „tere“ – pilkkontakt ja tänamine). | 2 |
| 9.-14. nädal | **Valgusfoor. Reguleerija märguanded, liiklusmärgid.**   * - eesõigusmärgid, * hoiatusmärgid, * keelu- ja mõjualamärgi * kohustusmärgid, * osutusmärgid, * juhatusmärgid, * teeninduskohamärgid, lisateatetahvlid * teekattemärgised * foor * reguleerija märguanded | „Jalgratturi tööraamat“ lk 19-34  „Mina liiklen ohutult“ Lk 42, 41, 59  Mäng“ Politseink käsib“  Liiklusmärkide komplekt  Alias  Harjutustestid 3-6  Tunnikontroll 3-6 | * tunneb põhilisi liiklusreegleid ja –märke liikluskorraldusvahendeid oma erinevatest liikleja rollidest lähtudes; * nimetab reeglid, millega on vaja arvestada üksi ja ühiselt liigeldes (nt ekskursioonil, matkal, ühistranspordis, õppekäigul); | 5 |
| 15.-16. nädal | Liiklusõnnetuste analüüs.  Koolitee kaardistamine Google mapsi abil  Erisused liikumises maanteel, kergliiklusteedel, õuealal, raudteel | „Jalgratturi tööraamat“ lk 35-36  Meeskonna töö. JR õnnetuste analüüsimine seoses leidmine põhjus-tagajärg.  Harjutustestid 7-8  Tunnikontrollid 7-8 | * kirjeldab enda teekonda kodust kooli vastavalt oma liikumisviisile ja toob välja, millised on tema jaoks keerulised kohad liikluses, sh kooli ümbruses; * kavandab enda ohutu koolitee * kirjeldab enda kogemuse ja etteantud situatsioonide põhjal eakaaslastest jalakäijate ohukäitumisi erinevates liikluskeskkondades ja toob välja õnnetuste põhjused; | 2 |
| 17. nädal | Jalgratturi esmaabi | Esmaabi õpetaja Punasest ristist | konkreetses ohuolukorras juhib kaaslaste tähelepanu ohutu liikluskäitumise vajalikkusele, vajadusel teavitab täiskasvanut või helistab hädaabinumbril 112, veendudes eelnevalt enda ohutuses; | 1 |
| 18.-19. nädal | Pimenurgad, ohtlikud olukorrad liikluses, kõrvalised tegevused | „ Jalgratturi tööraamat“ lk 37-38  Õues ümber auto pimenurkade otsimine.  Joonlaua katse  Harjutustestid 9-10  Tunnikontrollid 9-10  Eksami harjutust „ Jalgratturi tööraamat“ lk 40-41 | * kirjeldab enda kogemuse ja etteantud situatsioonide põhjal eakaaslastest jalakäijate ohukäitumisi erinevates liikluskeskkondades ja toob välja õnnetuste põhjused; * selgitab, millised kohad liikluses on kõndimiseks, müramiseks ja mängimiseks ohtlikud (nt koostab tagajärgedest tulenevalt ohtlike kohtade pingerea); * nimetab liikluses kõrvaliste tegevustega tegelemise riske; * saab aru, et ohutu käitumine liikluses aitab vältida õnnetusi ning valikute korral eelistab käituda ohutult; | 2 |
| 20. nädal | Jalgratta tehnoseisund | Kontrollida laste jalgrataste tehnline seisund, õpetada kuidas nad seda ise saavad teha:   * puhas ratas * korras pidurid * täis rehvid * juhtraud ei loksu * sadul ei loksu * keti õlitamine   Korrata üle kiivri õige pähe panemine. |  | 1 |
| 21.-22. nädal | Ratta valitsemis oskused | Erinevad jalgratta mängud:   * heeringas, heeringas * tasa sõuad kaugele jõuad | Tasakaalu ja sõidusuuna säilitamist ringjoonelisel liikumisel ja erinevatel kiirustel;  • keha asendit ja pilgu suunamist tasakaalu säilitamiseks,  • kaaslaste jälgimist ja kahe ratturi vahelise pikivahe kontrollimist,  • asjakohast reageerimist saabuvale informatsioonile ja pidurite õigeaegset kasutamist  • pidurite kasutamist,  • pedaalide rütmilist kasutamist,  • sobiva käigu kasutamist aeglasel kiirusel sõitmiseks, | 2 |
| 23.-25. nädal | Asukoht teel, parempööre, vasakpööre, tagasipööre | Harjutamine imiteeritud väljakul  <https://www.youtube.com/watch?v=FSUz33WBwbo> |  | 3 |
| 26. nädal | Reguleerija märguanded | Harjutamine imiteeritud väljakul |  | 1 |
| 27.-29. nädal | Tee andmine ristmikul, ristmike vahelisel alal | Harjutamine imiteeritud väljakul |  | 3 |
| 30. nädal | Ümberpõige | Harjutamine imiteeritud väljakul |  | 1 |
| 31. nädal | Jalgratastel sõita ümber kooli, tuvastada ohtlike ja ohutuid kohti jalgratturitele.  Liiklusreeglid, liiklusmärgid. | Eksamiteks ettevalmistus  <http://www.liikluskasvatus.ee/noored/testid/> |  | 1 |
| 32.-36. nädal | Erinevad sõiduharjutsed:   * konarlik teelõik * ümberpõige * teeandmine * ristmikud | Harjutamine imiteeritud väljakul  Harjutused jalgratta õpperaja elementidega  Jalgratta mängud „Jalgratta õpperada metoodiline juhend“:   * Mäng "Kuula, vaata, mõtle, otsusta!" * Mäng „Kiirus või täpsus“   Eksamiteks ettevalmistus  <http://www.liikluskasvatus.ee/noored/testid/> |  | 5 |
| 20.-21.mai | Teooriaeksam | Eksamil läbi saamise eelduseks 15 küsimusest 13 õiget |  | 1 |
| 27.-28. mai | Sõidueksam | Platsil ja imiteeritud väljakul |  | 2 |
|  | Teooriatunnid kokku (sh eksam) |  |  | 19 |
|  | Sõidutunnid kokku (sh eksam) |  |  | 19 |