**JALGRATTURI KOOLITUSE TÖÖPLAAN**

Kool: Ristiku Põhikool

Õppeaasta: 2023/2024. õa

Koolitusel osaleb 33 õpilast (3.a, 3.b ja 3.c klassist). Õpe toimub igal klassil 1x nädalas kogu õppeaasta vältel.

Koolitust viib läbi Birgit Sagar

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kuupäev**  **/nädal** | **Teema** | **Tunni sisu** | **Märkused** | **Akad tunde** |
| 36-37 | Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond), sõidutee ületamine, liiklusviisakus | Sissejuhatav jalutuskäik kooliümbruses – liikluskeskkonna vaatlemine ja  analüüs.  *Eelnevalt registreeritud osalejate nimekirja kontroll (aluseks eelnevalt*  *lapsevanema poolt täidetud jalgratturi juhiloa taotlusvorm).*  Kes on liiklejad? Liiklusmärgid, kõnnitee, sõidutee, ülekäigurada.  Kus on ohutu liigelda? Miks peab olema tähelepanelik? Millised on ohud  Kooliümbruses liikudes? | Osalejate nimekiri.  Vaatlus liikluskeskkonnas – mida ja keda märkan. | 2 ak |
| 38-39 | Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond), sõidutee ületamine, liiklusviisakus | Sissejuhatav tund jalgratturi koolitusse.  Jalgratturi koolitus = tark liikleja.  Miks on oluline teada liiklusreegleid,  käituda liikluses viisakalt, olla tähelepanelik? Milline on õpilase kodutee  (liikumisviis, keerulised kohad)? | Digitaalsed jalgratturi tööraamatu materjalid.  Maanteeameti videod.  Vestlus kodutee teemal.  Infobrošüür „Tark laps kooliteel“  Fotode kogumisest teavitus. | 2 ak |
| 40-41 | Põhimõisted liikluses (liiklejad, liikluskeskkond), sõidutee ületamine, liiklusviisakus | Kes on liikleja? Jalakäija, juht (jalgrattur, mootorrattur, autojuht).  Liiklusvahend (auto, ühistransport, jalgratas).  Kõnnitee, sõidutee, ülekäigurada, jalgrattatee, jalgrattarada, jalgratta- ja jalgtee, bussirada.  Ülekäiguraja tähistamine (märgid, teekattemärgised).  Sõidutee ületamine – reguleeritud ja reguleerimata ülekäigurada, nende ületamine jalakäijana või jalgratturina. Kuidas ohutult ületada teed?  Liiklusviisakus. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapi tutvustamine  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Maanteeameti videod  Infobrošüür „Jalgratturi meelespea“  Liikumismäng | 2 ak |
| 42 ja 44 | Tehniliselt korras jalgratas, kiiver, enda nähtavaks tegemine liikluses | Jalgratas (tehniliselt korras): kuidas ja mida kontrollida? M-kontroll (m-check). Oluline: jalgratta suurus, riietus, lisavarustus.  Kiiver ja selle vajalikkus: minikiivri katse, kiivri asend, 2V1 reegel.  Enda nähtavaks tegemiseks: selle vajalikkus, vahendid. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Maanteeameti videod  Infokaart  Minikiiver  Tööleht | 2 ak |
| 45-46 | Jalgratturi käemärguanded, jalgratturi asukoht teel (grupis sõitmine) | Käemärguanded pöördel, peatudes. Miks on märguanded vajalikud? Manööver, kui pööre, sõiduraja vahetus või ümberpõige. Takistus teel.  Asukoht teel: jalakäijana kõnniteel; jalgratturi asukoht sõiduteel või jalgratturile mõeldud teel. Sõitmine grupis – külg- ja pikivahe. Ohud teel: rööpad, konarused, äärekivid, augud; pimenurk, küljetuul.  Kohustusmärgid seoses jalgtee, jalgratta- ja jalgtee ning jalgrattateega. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Maanteeameti videod.  Liikumismäng.  Töölehed | 2 ak |
| 47-48 | Vasak- ja tagasipööre. Rattaga ülekäigurajal sõidutee ületamine ning jalakäijatega arvestamine | Vasakpööre kui ohtlik pööre – ohutumad valikud. Ülekäiguraja ületamine jalakäijana. Jalgratturi paiknemine vasakpöördel, reastumine, käemärguanne, ohutuses veendumine. Vasakpööre ühesuunalisel sõiduteel, liiklusmärk.  Vasak- ja tagasipöörde märgid. Vasakpöörde reegel.  Jalakäijaga arvestamine: tee andmine sõiduteed ületavale jalakäijale, pööret lõpetav jalgrattur, tee andmine seoses ühistranspordiga. Ühistranspordiga seotud liiklusmärgid ja teekattemärgistus. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Erinevad liiklusskeemid.  Liikumismäng saalis imiteeritud platsil – pöörete läbimängimine | 2 ak |
| 49-50 | Samaliigiliste teede ristmik (parema käe reegel), ringristmik | Parema käe reegel: mida tähendab, millal kasutada? Samaliigilise ristmiku mõiste, liiklusmärk, teekattemärgis. Ohutu ületamine (eesõigus, hoo maha võtmine). Erandid (tramm). Liiklemine parklas. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Erinevad liiklusskeemid.  Töölehed. Harjutustest  Liikumismäng – ristmiku läbimängimine | 2 ak |
| 2-3 | Sõidu eesõigus.  Liiklusmärgid: - eesõigusmärgid,  hoiatusmärgid, keelu- ja mõjualamärgid. | Eriliigiliste teede ristmik mõiste. Peatee, anna teed, foorituled. Vasakpöörde reegel.  Eesõigusmärgid. Päri- ja vastassuund – märgid, takistus teel, erand.  Hoiatusmärgid – tunnus, hoiatamine eesoleva osas.  Keelumärgid – tunnus, tegevuse keelamine. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Erinevad liiklusskeemid.  Õppemängud „Liiklusmärkide komplekt“, „Tunne liiklusmärke“  Töölehed. Harjutustestid | 2 ak |
| 4-5 | Liiklusmärgid: kohustusmärgid, osutusmärgid, juhatusmärgid, teeninduskohamärgid, lisateatetahvlid. | Kohustusmärgid – tunnus, kohustuslik liikumisviis märgitud teel. Märgi mõju ristmikul, ümberpõige.  Osutusmärgid – tähistavad, näitavad, osutavad. Nt ühesuunaline tee, sõidusuunad, ühistranspordi peatuskoht, umbtee ja jalgrattatee, lõikuv jalgrattatee, parkla, ülekäigurada.  Lisateatetahvlid (peatee-märgi ja „Anna teed“ all olev peatee suuna tahvel; tahvel, mis liiki sõidukile kehtib, märgi mõju suud) | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Erinevad liiklusskeemid.  Õppemängud „Liiklusmärkide komplekt“, „Tunne liiklusmärke“, kaardimäng „Roheline tuli“.  Töölehed. Harjutustestid | 2 ak |
| 6-7 | Foorid, reguleerija märguanded | Foori märguanded, värvide tähendused, ristmiku ületamine. Foori paiknemine ja selle kehtivus parempöördeks. Lisasektsiooni nool ja selle funktsioon. Jalakäija- ja jalgrattafoor. Raudteefoorid.  Reguleerija ja märguanded – selle tähtsus. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Erinevad liiklusskeemid.  Maanteeameti videod.  Läbimängimine (õpilane reguleerijana). Harjutustestid | 2 ak |
| 8 ja10 | Teekattemärgised, liiklusmärkide kordamine | Teekattemärgised ja nende kasutamine (ülekäigurajad, pidev- ja katkendjoon, lõikumine jalgrattateega).  Liiklusmärkide kordamine | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Kordamine. Töölehed, harjutustestid, rühmatöö, joonistamine  Õppemängud | 2 ak |
| 11-12 | Raudtee ohutus. Muud ohtlikud olukorrad liikluses jalgratturile | Raudtee ületamine: ülesõit; kellel eesõigus; miks olla tähelepanelik; raudteefoor, liiklusmärgid.  Ohtlikud olukorrad: pime aeg (tee end nähtavaks!), seisvad autod, rööpad, augud, erinevad teekatted. | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Harjutustestid. | 2 ak |
| 13-14 | Jalgratta tehnilise korrasoleku kontroll  Kiivrite kontroll, reguleerimine  Sõidu harjutamine õppeväljakul | Jalgratta M-check ja parkimine, kiivri kontroll.  Harjutusplatsi paigaldamine.  Sõit harjutusplatsil:  Sõidu alustamine, pidurdamine (tagasivaade, käemärguanded)  Kitsam teelõik, rajalaud.  Slaalom ja kaheksa sõitmine ja tagasipööre.  Ühe käega sõitmine ja märguanne.  Manööverdamine (takistus, raja vahetus), tagasivaatamine.  Erinevad teekatted ja muud ohud. | Praktika platsil:  ratta M-check;  kiivri kinnitamine 2V1;  sõit harjutusplatsil.  Koonused, kriidid, muud vahendid | 2 ak |
| 15-16 | Sõit linnas, maanteel, kergliiklusteel - erisused | Sõit asulas (liiklusmärk, jalgratturi paiknemine teel, ohutu valik)  Asulaväline sõit (liiklusmärk, jalgratturi paiknemine teel, vasak- ja tagasipööre, ohud maanteel) | Jalgratturi tööraamatu harjutuste ja kordamisraamatu mapp.  Digitaalsed jalgratturi tööraama-tu materjalid.  Erinevad liiklusskeemid.  Maanteeameti videod.  Harjutustestid | 2 ak |
| 18-20 | Sõidu harjutamine liikluses ja platsil | Väiksemas grupis sõit liikluses koos lisasaatjaga:  Väikse liikluskoormusega tänaval:  liikluskeskkonna jälgimine;  sõidueesõigus või teeandmine ristmikul;  jalgratta asukoht teel;  piki- ja külgvahe hoidmine;  sõidukiiruse sobiv valik;  fooride, liiklusmärkide, teekattemärgiste järgimine;  käemärguanded;  ettenägelikus, aeglustamine, pidurdamine või peatumine (ohutus) | Ohutusvestid, lisasaatja | 3 ak |
| 21 | Teema- ja harjutustestide lahendamine  Teooria proovieksam | Teematestid, harjutustestid.  Ülevaade, kellel taotlused ja fotod toodud.  Proovieksam (15 küsimust, aeg 30 minutit, üks õige vastus, eksam sooritatud 13 õiget). |  | 1 ak |
| 22 | Teooriaeksam | Eksamil osalejate nimekirja kontroll;  Eksamitestid (Maanteeameti koostatud 15 küsimust, aeg 30 minutit, üks õige vastus, eksam sooritatud 13 õiget).  Protokolli koostamine. | Õpilaste nimekiri;  Maanteeameti koostatud eksamitestid; Õpilaste taotlused ja fotod;  Eksamikomisjon (2);  Eksamiprotokoll | 1 ak |
| 23 | Sõidueksam platsil  sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul | Sõidueksami platsi ettevalmistamine.  Õpilasel eelnevalt sõidueksami platsi läbisõit 1-2 korda.  Jalgratta tehniline seisukord, kiivri õige kasutus  Sõidueksam: sõidu ettevalmistus 10 min lapse kohta + kuni 10 min platsiharjutuste läbimiseks  Kontrollida lapse oskust jalgratast valitseda. | Sõidueksami plats (koonused, liiklusmärgid jm vahendid);  Tehniliselt korras jalgratas, kiivrid.  Eksamiprotokoll. | 1 ak lapse kohta |
| Sõidueksam liikluses või imiteeritud liiklusega väljakul, 25 min lapse kohta:  Kontrollida lapse oskust osaleda liikluses;  Kokku leppida eelnevalt marsruut;  jälgida ja vajadusel saata last jalgsi, jalgrattal või mõnel muul sõidukil;  Eksam sooritatud: järgib liiklusreegleid, ohutut ja kaasliiklejaid arvestavat juhtimisstiili ning käitumisnõudeid.  Tagasiside lapsele (sooritas/ei sooritanud – põhjus)  Eksami protokolli allkirjastamine liikmete poolt. | Imiteeritud liiklusega väljak (koonused, liiklusmärgid jm vahendid);  Tehniliselt korras jalgratas ja kiiver;  Eksamiprotokoll. |
| 24 |  | Juhiloa väljastamise otsuse vormistamine;  Eksami sooritanud laste sisestamine jalgratturi juhilubade andmebaasi läbi Maanteeameti e-teeninduse;  Jalgratturi juhilubade blankettide täitmine;  Juhilubade väljastamine lapsele allkirja vastu. | Väljastamise otsus;  Juhilubade blanketid. |  |

Koolituse maht: Koolituse min. maht on 34 akadeemilist tundi, millest 8 akadeemilist tundi on praktilist sõiduõpet.

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