



Jakob Westholmi
Sihtasutus

LIIKLUSRING JALGRATTAJUHI KURSUSED

Koolitus viiakse läbi vastavalt Majandus - ja kommunikatsiooniministri määrusega kehtestatud jalgratturi ja pisimopeedijuhi õppekavale.

Jalgrattajuhi kursustel saavad osaleda 10 – 15 aastased õpilased.

Eesmärk: *Kujundada üksteisega arvestavaid liiklejaid, kes hoiduvad käitumast inimesi ohustavalt. Anda konkreetseid teadmisi liikluseeskirjadest, mis toetavad toimetulekut erinevates liiklusolukordades nii jalakäija kui ka juhina. Võimalus sooritada jalgratturi teooria ja praktilise sõidu eksam.*

Kursus sisaldab: Teoriaõpet koos teooriaeksamiga kokku 10 auditoorset tundi. Teoriaõpe toimub 1x nädalas. Sõiduõpet koos eksamiga 5 korda. Sõiduõpe seisneb õpilase vahetus ja aktiivses osalemises sõidukijuhina ja sõiduki tehnilise seisukorra hindajana. Platsisõidul läbitakse takistuste rada ja harjutused liikluses osalemiseks.

Eeldatavad tulemused: Õpilased omandavad vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud, mis on vajalikud jalgratta juhtimiseks. Õpilased teavad, kuidas ennast ohtude eest kaitsta ning õnnetustest hoiduda. Õpilased oskavad liikluseeskirju arvestades jalgrattaga tänaval sõita.

Koolituse lõppedes on võimalik õpilasel sooritada teooria ja sõidueksam, mille edukal läbimisel väljastatakse (lapsevanema nõusolekul) jalgratturi juhiluba.

Teoriaõpe: sissejuhatus, liiklusreeglid, märguanded, liikluskorraldusvahendid ja käitumine liikluses; Sõiduki ehitus, hooldus ja nõuded varustusele; Liiklusohutus, liikluspsühholoogia ja liiklusohutust mõjutavad lisategurid.

Sõiduõpe: tasakaalu hoidmine. Elementaarne sõiduoskus. Vaade üle öla nii, et ratas ei muuda suunda. Sõitmine kallakul. Kohalt võtt kallakul. Kohalt võtt, pidurdamine. Sujuv kohaltvõtt ja pidurdamine. Ekstreemne pidurdamine. Ettenähtud kohas peatumine suuremal kiirusel sealjuures kontrolli säilitamine jalgratta üle. Sõit aeglasel kiirusel. Jalakäija kiirusel-õpetaja jalutab kõrval. Slaalom Koonuste samm 3 m. Kaheksa sõitmine. Ringis sõit. Soovitatavalt maha joonistatud ring, raadiusega 3- 4m. Väravad manööverdus harjutused. Vigursõit väravate vahel. Sõit piiratud alal. Kitsas koridor . Sõit üle takistuse. Risti takistus teel. Laud. Suuna märguande käega. Sõit imiteeritud liikluses. Paiknemine teel. Oskus asetseda sõiduraja piires, paiknemine sõidurajal enne pööret. Sobiv kurvi läbimise tehnika. Kohtumine vastuliikva sõidukiga (jalgrattaga). Õige kiiruse valik vastavalt liiklussituatsioonile. Sõidurea vahetus. Sõitmine teise sõiduki ees, oskus vaadata tagasi , oskus lasta teist sõidukit mööda. Sõit ristmikel, pöörded ristmikul. Ülekäiguraja ületamine, tee andmiskohustus jalakäijale. Jalgratturina tegevus ülekäiguraja ületamisel. Sõit jalgratta ja jalakäijate teel. Tagasipööre. Möödumine takistusest, teel olev takistus, teine sõiduk. Raudtee ületamine. Reguleerija märguanded sh. Foor

Kursuse toimumise aeg: Kevad 2017 (märts- mai 2017.a.)

Õppematerjalid: Ohutu jalgrattasõit; Rattaga terveks; Liikluseeskiri; Jalgratturi liiklustestid.

Kursuse juhendaja: Õp. Kaido Tiislar (kaido.tiislar@westholm.ee ; 56455461)

Kursuse tasu: 20 eurot