

Õppekava	Põhiõppekavad
Õpetamise korralduslikud alused	Jalgratturite koolitus koosneb teooriast loengute vormis ja praktikast sõiduõppe vormis vastavuses koolitaja õppeplaanile. Teoorialoengud viiakse läbi auditoorse õppe vormis. Sõiduõpe toimub üldjuhul koolitatava jalgratta ja kiivriga selleks kohandatud platsil ja tänavaliikluses.
Õpingute alustamise tingimused	Õpingute alustaja peab olema eksamite toimumise ajaks vähemalt 9,5-aastane.
Õppe maht	Teooriakursuse maht on vähemalt 14 tundi ja sõiduõppe maht on vähemalt 6 tundi.
Õppekeskkonna kirjeldus	Teoreetiline osa viiakse läbi koolituse läbiviimiseks sobivas õpperuumis või teooria.ee e-õppe keskkonnas.
Õppematerjalide loend	Õppijal tuleb iseseisvalt täiendavalt läbi töötada liiklusreeglid, jalgratturi tööraamat, lahendada liiklusteste.
Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid	Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid on määratud autokooli poolt kehtestatud dokumendis: „Õppekorralduse ja kvaliteedi tagamise alused“. Teooriaeksam loetakse sooritatuks, kui eksamineeritav vastab 15 küsimusest õigesti 13 küsimusele.
Koolituse läbiviimiseks vajalik kvalifikatsioon, õpi- või töökogemus.	Koolitust viivad läbi mootorsõidukijuhi õpetaja kvalifikatsiooniga lektorid ja sõiduõpetajad või vähemalt 3 aastat A-kategooria või auto juhiluba omavad instruktorid.
Juhendaja roll ja võimalused juhendaja kaasamiseks juhi ettevalmistamisel täiendava sõidupraktika saamisel.	Juhendaja rolli täidab lapsevanem, kes koos lapsega töötavad läbi jalgratturi tööraamatu, kordavad loengutunnis õpitud koolitaja e-õppe keskkonnas ning harjutavad sõitmist.

2. Õppeteemade mahud

Teooria		Praktika	
Koolituseteema	Koolituse tunnid	Praktiline sõit	Sõidutunnid
Sissejuhatus	1	Jalgratturi praktiline õpe	1
Mõisted, märguanded	1	Jalgratturi praktiline õpe	1
Jalgratta ehitus ja hooldus	1	Jalgratturi praktiline õpe	1
Foorid	1	Jalgratturi praktiline õpe	1
Liiklusmärgid	1	Jalgratturi praktiline õpe/proovieksam	1
Liiklusmärgid	1	Jalgratturi praktiline õpe/eksam	1
Liiklusmärgid	1	Praktika sõidutunde kokku	6
Teemärgised, püstmärgised, möödasõit, möödumine, pime ala, kiirus	1		
Paiknemine, pikivahe, külvahe	1		
Tee andmine, kontrollija, reguleerija	1		
Peatumine, parkimine, vähekaitstud liiklejad, raudtee ületamine, õueala	1		
Liiklusohutus, liiklusõnnetus, esmaabi	1		
Kordamine, testid	1		
Jalgratturi teooriaeksam	1		
Teooriat Kokku	14		

3. Õpiväljundid teemade lõikes

Pärast koolitust õpilane teab:

- teab juhiloa saamise tingimusi ja korda;
- teab õppetöö korraldust;
- on omaks võtnud juhi ettevalmistamiseks seatud juhi koolituse eesmärgid;
- on valmis vastutama oma õppimise eest;
- teab kuidas autokool iseseisvat õppimist toetab ja kellelt vajadusel abi saab;
- mõistab liiklust kui süsteemi ja enda rolli selle süsteemi osana;
- teab liiklussüsteemi eri osadega seotud termineid.

Mõisted, märguanded

Pärast koolitust õpilane:

- teab liiklussüsteemi eri osadega seotud termineid;
- teab märguandeid ja nende kasutamise seotud reegleid.

Jalgratta ehitus ja hooldus

Pärast koolitust õpilane:

- teab jalgratta tüüpe, nende erinevusi ja tegureid, mis suurendavad riske; * teab jalgratta eri mehhanismide tööpõhimõtteid;
- teab jalgratta varustusele kehtivaid nõudeid;
- teab turvavarustuse kasutamise nõudeid;
- teab vale riietuse kasutamisega seotud ohte ja on motiveeritud turvavarustust kasutama;
- teab kasutatava lisa- ja mugavusseadmete mõju liiklusohutusele ja jalgratta juhitavusele;
- saab aru jalgratta õige hooldamise vajadusest ja tähtsusest.

Foorid

Pärast koolitust õpilane:

- tunneb eri liiki foore;
- teab fooride järgi liikumise reegleid.

Liiklusmärgid

Pärast koolitust õpilane:

- teab liikluskorraldusega seotud põhimõtteid;
- teab liikluskorraldusvahendite tähendusi ja nende nõuetega seotud reegleid.

Teemärgised, püstmärgised, möödasõit, möödumine, pime ala, kiirus

Pärast koolitust õpilane:

- teab liikluskorraldusega seotud põhimõtteid;
- teab ajutise liikluskorraldusega seotud reegleid;
- teab jalgrattaga möödasõidu, möödumise ja ümberpõikega seotud erisusi;
- teab jalakäijast möödumise ohtusid;
- teab erinevate sõidukiliikidega seotud tegureid, mis võivad suurendada liiklusohu;
- omab motivatsiooni sõita oludele vastava sõidukiirusega.

Paiknemine, külgvahe, pikivahe

Pärast koolitust õpilane:

- teab, kuidas jalgrattaga ohutult sõitmist alustada;
- teab jalgratta asukoha valimise reegleid;
- teab, kuidas valida jalgratta asukohta teel, et vältida riski ja säästa keskkonda;
- teab ühissõidukiraja kasutamise reegleid;
- teab piki- ja külgvahe ning sõidukiiruse valikuga seotud reegleid.

Tee andmine, kontrollija, reguleerija

Pärast koolitust õpilane:

- oskab rakendada probleemülesannete lahendamisel teede lõikumisaladel, teega külgnevatel aladel ja õuealal sõidujärjekorra määramisega seotud liiklusreegleid;
- omab ülevaadet teede lõikumisalade ületamisega seotud riskidest ja nende vältimise võimalustest;
- on motiveeritud teede lõikumisalade ja teega külgnevate alade ületamisega seotud võimalikke ohte vältima;
- teab reguleerija märguandeid ja tema järgi juhendumise reegleid.

Peatumine, parkimine, vähekaitstud liiklejad, raudtee ületamine, õueala

Pärast koolitust õpilane:

- teab, kuidas peatuda ja parkida;
- on motiveeritud peatumise ja parkimisega seotud reegleid järgima; * teab, et liikluses osaleb erinevaid liiklejate rühmi;
- teab erinevate liiklejate rühmade käitumise eripärasid;
- teab erinevate liiklejarühmadega, nt vähekaitstud liiklejatega seotud
- tegureid, mis võivad suurendada liiklusohu;
- mõistab teiste liiklejatega ja sõitjatega arvestamise tähtsust;
- on motiveeritud arvestama teiste liiklejate ja sõitjatega, eelkõige
- vähekaitstud liiklejatega ja tagama oma käitumisega kõigi nende
- ohutuse;
- omab ülevaadet raudtee ületamisega seotud riskidest ja nende vältimise
- võimalustest;
- on motiveeritud raudtee ületamisega seotud võimalikke ohte vältima; * tunneb õuealal liiklemise reegleid.

Liiklusohutus, liiklusõnnetus, esmaabi

Pärast koolitust õpilane:

- saab aru pimedal ajal esinevatest, eriti kergliiklust puudutavatest, ohtudest;
- mõistab, et pimedal ajal on nähtavus palju halvem kui valgel ajal ning teab, et seda puudujääki saab kompenseerida sõidukiiruse vähendamisega;
- teab kuidas liiklusõnnetuse korral õigesti käituda;
- teab liiklusõnnetuse korral vale käitumise tagajärgi;
- teab, kuidas kutsuda liiklusõnnetuses kannatada saanutele abi;
- mõistab esmaabi andmise tähtsust oma teadmiste ja oskuste piires.

Kordamine, testid

Pärast koolitust õpilane:

- on motiveeritud olema korralik jalgrattur;
- teab, mida ei tohi jalgrattur teha;
- teab, kuidas valmistada ette sõitu, et sõit oleks ohutum;
- on harjutanud erinevate liiklussituatsioonide lahendamist.

Jalgratturi teooriaksam

Pärast koolitust õpilane:

- tunneb ennast kindlalt jalgratturi kvalifikatsiooni teoreetilistes teadmistes.

4.Praktika

Jalgratturi praktiline õpe

Pärast koolitust õpilane:

- oskab teha jalgratta sõidueelset kontrolli;
- oskab reguleerida sadula kõrgust juhile sobivaks;
- oskab kasutada jalgratturi turvavarustust, samuti selgitada
- turvavarustuse kasutamise vajalikkust;
- oskab kasutada jalgrattale paigaldatud lisa- ja mugavusseadmeid; * teab turvavarustuse valest kasutamisest põhjustatud ohte;
- on motiveeritud kasutama turvavarustust;
- oskab sujuvat sõitu alustada, jalgratast sujuvalt peatada
- omab erinevates liiklusolukordades teel toimetulekuks vajalikke
- oskusi;
- teab erineva liiklusega teedel sõiduga seotud ohte ja oskab neid ohte
- oma käitumisega vältida;
- mõistab, et juhil kui suurema ohuallika valdajal tuleb võtta vastutus
- enda ja teiste elu ning tervise eest;
- on võimeline kohanema liikluses toimuvate muutustega;
- on võimeline hindama võimaliku liiklusohtriku olukorra tõsidust ja
- reageerima kohaselt.

Jalgratturi praktiline õpe/eksam

Pärast koolitust õpilane:

- omab realistlikku arusaama isiklikest, jalgratta käsitlemisega seotud tugevatest ja nõrkadest külgedest;
- tajub ja teab oma nõrku külgi, mis on seotud jalgratta käsitlemisega, ning oskab oma käitumises nendega arvestada;
- on motiveeritud jalgrattast ohutult käsitlema
- on saavutanud jalgratturi kvalifikatsiooninõuete taseme.

Kinnitatud AV Rae Liikluskooli juhatuse liikme Maarjus Voog poolt 30.06.2026