

JALGRATTAGA LIIKLUSES

Sissejuhatus

Jalgrattal sõitma õpivad lapsed harilikult ilma suurema vaevata. Raskused ilmnevad siis kui laps läheb rattaga liiklusse.

Liiklus on üllatavalt mitmetahuline, kui selle üle täpsemalt mõelda. Rattaga sõites peab laps pidevalt tähele panema palju asju: missugune on ilm ja liikluskeskkond, kes veel kasutavad seda teed, millised liiklusvahendeid teel liigub, kas on autosid ja ka jalakäijaid ning kuidas nad liikleavad. Laps peab tundma ka ennast ja oma ratast: oma teadmisi, võimeid ja hetkeseisundit, samuti on oluline tunda liikluseeskirja.

Jälgimist vajavaid asju on palju, seepärast võib ette tulla ka ohtlikke olukordi ja isegi õnnetusi. Neid saab õppida vältima, lapsevanemad ja õpetajad peavad õpetamiseks valmis olema ja tahtma lapsi õpetada.

LAPSED EI OLE VÄIKESED TÄISKASVANUD

Üks laste suuremaid probleeme liikluses on see, et nad on liiga väikesed. Seepärast on ka autojuhtidel raske neid tähele panna.

Nägemisvõime ei ole veel lõplikult välja arenenud. Kuna lapsed näevad külgedele mõnevõrra halvasti on neil ka raske märgata kõrvalt tulevaid autosid. Lastel on samuti raskusi nägemise "ümberlülitamisega" lähedalt kaugele ja vastupidi ning kaugust ja kiirust hinnata on neil raske. Puudulike kogemuste tõttu nad ka lihtsalt ei tea kuhu vaadata, miks nad peavad vaatama ja mille järgi vaadata.

Alustades laste õpetamist tuleb meeles pidada, et lapsed ei näe liikluses sedasama mida märkavad ja näevad täiskasvanud.

Kuidas lapsed kuulavad ja mida nad kuulevad.

Kus heli tuleb? Esimesel hetkel heli kuuldes ei suuda laps määrata heli suunda. Seetõttu ei tohi täiskasvanud mitte kunagi arvestada sellega, et teeserval seisev, liikuv laps autosignaali heli kuuldes käitub nii nagu seda eeldab täiskasvanud.

Tuleb meeles pidada, et laps on liikluses rohkem haaratud üksikasjadest kui tervikust. Loogilise mõtlemise võime ja oskus koondada tähelepanu olulisele areneb järk-järgult koos küpsuse ja kogemustega. Lapsed on impulsiivsed ja spontaansed. Me võime neid harjutada teatud tavaolukordades käituma, kuid me ei või kunagi kindlad olla, et laps käitub alati nii, nagu teda on õpetatud.

Miks on jalgrattaga kasulik sõita:

- * jalgratas on keskkonnasõbralik ja efektiivne liiklusvahend
- *jalgratas aitab kaasa laste omavahelisele suhtlemisele
- *jalgrattal on suur tähtsus laste mängudes
- *jalgratas sobib hästi füüsiliseks treeninguks ja mootorsete oskuste omandamiseks (lihaste treening, tasakaal, meelte koordineerimine)
- *mis puutub nägemisoskustesse, distantsti ja kiiruse hindamisse ja arusaamisse, siis pakub jalgratas hea võimaluse anda algõpetust tulevasele autojuhile.

Kas jalgrattasõit võib olla ohtlik?

Kui vaadata milliseid probleeme liiklejad peavad lahendama ja kuidas tuleb toimida erinevais liiklussituatsioonides, on selge et lastele esitatakse liiga suuri nõudmisi. Suur hulk asju tõmbab lapse tähelepanu endale ning tal pole kuigivõrd kogemusi, millele toetuda, ei jalgratta valitsemisel ega kohanemiseks liiklus- ja teoludega.

Kuni teatud kiiruse saavutamiseni on jalgratas ebakindel ning võib kergesti vibama hakata. Jalgrattad on väga tundlikud külgtuule suhtes ja enamasti sõidetakse tiheda liiklusega teel, kus sõidukid tekitavad arvestatava "tõmbetuule". Sageli on jalgrataste pidurid liiga halvad ning seetõttu võib ratas järsul pidurdamisel kergesti libiseda. Eriti laste puhul kanduvad kehaliigutused kergesti jalgrattale üle. "Ära unusta tagasi vaadata!" ütleme sageli, kuid selle liigutuse tagajärjel võib ratas kergesti tasakaalu kaotada. Jalgratas on ka lapsele sageli ostetud liiga suur - et oleks kasvuruumi - mis muudab jalgratta valitsemise veelgi raskemaks. Muuhulgas peab jalgrattur liiklus- ja teolude kontrollimiseks ja nendega kohanemiseks oskama orienteeruda, hinnata ohte liikluses ja olema valmis kiirelt otsuseid langetama. Lastel võib tekkida raskusi jalgratturitele kehtestatud reeglite järgimisega.

Iseseisvalt tohib sõiduteel jalgratast juhtida alates 10-aastaselt ning 10-15-aastaselt jalgratturil peab selleks olema jalgratturi juhiluba

Lapsevanema, seadusliku esindaja või tema poolt volitatud täiskasvanu vahetu järelevalve all tohib sõiduteel liigelda vähemalt 8-aastane jalgrattur.

1.juulist 2011 a. kehtima hakkava uue liiklusseaduse kohaselt peavad alla 16-aastane jalgrattur ja sõitja teel jalgrattaga sõites kandma kinnirihmatud jalgratturikiivrit (LS § 31 lg 1, LS § 30 lg 6). Jalgratturikiiver peab vastama standardi EVS-EN 1078 „Kiivrid jalgratturitele ja rulade ning rulluisude kasutajatele“ nõuetele.

Korras varustus tagab turvalisuse.

Jalgratas on nõudlik sõiduvahend. See on konstrueeritud täiskasvanute tarbeks ja on ainult vähendatud lapsesõitmisel. Jalgrattatüübi valik on tähtis, nagu seegi, millises seisukorras on ratas.

JALGRATAS PEAB:

- olema sobiva suurusega
- sobima selleks, milleks teda kasutatakse
- olema korras lenkstangi, istme, pidurite ja rehvidega
- vastama liiklusvahenditele kehtestatud nõuetele:

- Jalgrattal peab olema töökorras pidur ja signaalkell; ees valge ja taga punane helkur ning vähemalt ühe ratta mõlemal küljel kollane või valge helkur (kodarahelkurid).
- Jalgrattal peab põlema pimedal ajal või halva nähtavuse korral sõites ees valge ja taga punane tuli.
- Jalgratturi märgatavust parandab ja tema ohutust suurendab nii pimedas kui valge ajal sõites ohutusvest või helkurmaterjaliga varustatud erksavärviline riietus.



JALGRATTAL EI TOHI olla lisavarustust, millel on teravad nurgad või servad või mis tõmbab rattalt tähelepanu endale.

JALGRATTUR PEAB ALATI KASUTAMA KONTROLLITUD KIIVRIT

JALGRATTUR ei tohiks kunagi kanda sõites puukingi või teisi kergesti äratulevaid jalatseid.

Õpetused ja treening annavad tulemusi.

Varajase ja süstemaatilise õpetuse abil võime ära hoida vigasid, mida laps muidu võib omandada. Samas on tähtis täpselt järele mõelda, kuidas last õpetada. Siiani on algajatele jalgrattasõidu õpetamine olnud üsna juhuslik ning järgitud on printsiipe, mis ilmselt ei anna häid tulemusi.

Näiteks on teada, et harjutamine simuleeritud keskkonnas on tegelikkusest erinev ja “ohutu” ega aita omandada oskust langetada kiireid otsuseid, mis on vajalikud liikluses. Õpetamisel on tihti keskendunud teadmiste reeglite päheõppimisele ja oskustele, mis annavad punkte võistlustel, kuid pole piisavalt arvestatud nõudmistega, mida tegelik liiklus esitab igale lapsele. Laps kallatakse üle üldiste nõuannetega, käskudega olla ettevaatlik ja keeldudega, mille järgimise keegi ei kontrolli. Kõik need on vaid teoreetilised, abstraktsed ja ideaalsed teadmised ja juhend, mida on kerge pidada lihtsalt tühjaks sõnademulinaks ja mis seetõttu ei anna soovitud tulemust.

Kuidas peaks last õpetama?

Jalgrattasõitu tuleb õpetada praktiliselt ning seda tuleb teha lapsele tuttavas ümbruses, nii et laps kõik õpitu kergesti taas ära tunneb. Lapse hooldaja vastutab algõpetuse eest. Tema otsustab, millal võib laps saada oma esimese jalgratta. Koolil, mitmesugustel organisatsioonide ja huvialaringidel on selles protsessis vaid toetaja roll.

Tähtis on järele mõelda - Milline on Sinu laps? - Millist käitumist liikluses võin temalt oodata? - Kus Sinu laps sõidab? - Milline on sealne liikluskeskkond, millised probleemid seisavad minu jalgratturist lapse ees? - Kui suur on lõhe selle vahel, kuidas me soovime, et meie laps jalgratturina käituks, ja mida me võime temalt realselt oodata? - Mida võin saavutada tehes koostööd teiste lastevanematega naabruses, sõpruskonnas, klassis?

Õpetus tuleks läbi viia kolmeastmelisena vastutust järkjärgult lapsele üle andes.

I. Laps peab kandma kiivrit ka harjutades. Lõpetage treening mingite katsetega ja hea oleks ka mingisugune premeerimine.

Jalgrattaga lihtsalt sõitma õppimine peab aset leidma alal, kus ei ole autosi ning ei tohi keskenduda ainult tasakaaluhoidmisele. Kõige parem on maha märkida lihtne õpperada, kus laps saab harjutada puhtalt sõidutehnikat. Võimalik õpperaja skeem käesoleva teksti lõpus.

Jalgrattaga otse sõitmine.

Märgi poolemeetrisega vahega kaks paralleelset joont. Laps peab tasakaalu hoides aeglaselt kahe joone vahel sõitma.

Pidurdamine

Laps peab õppima jalgratta üle kontrolli kaotamata joone ees peatuma. Harjutage mõlema piduri kasutamist ja ühtlaselt pidurdamist. Proovige pidurdamist erinevatel kiirustel.

II Kui laps oskab juba üsna hästi jalgrattaga sõita, tuleb tema oskusi proovida tavalises liikluses, tehes sada järkjärgult temale tuttavas keskkonnas. Täiskasvanu peaks sõitma lapsega koos ja tuleks ette võtta mitmeid lühikesi retki, et lapsel oleks aega õpitud omandada. Alguses vastutab täiskasvanu selle eest, kuidas toimida, kuid ajapikku võib laps ise määrata käitumise. Õppimisfaasis omandatud kogemused muutuvad sageli hiljem harjumusteks. Seetõttu on eriti tähtis läbi mõelda, kuidas me last juhendame ja mida me talle õpetame. eelkõige peab laps õppima, aru saama ja aktsepteerima, et liikluses peab jalgratast kui üht sõidukitest kasutama teatud reegleid järgides. nii lapsed kui ka täiskasvanud peaksid kandma kiivrit. See, mida treenida, sõltub paiga liikluskeskkonnas, kuid ilmingimata tuleks läbi võtta järgmised punktid:

- *jalgratta asend sõidurajal
- *käega märku andmine ja sõit ristmikul (otse, parem- ja vasakpööre)
- *tee andmise kohustus (variantidega lähiümbruses)
- *liiklusmärgid lähiümbruses
- *sõidutee ületamine

Kõikide harjutuste puhul tuleb tähelepanu pöörata oskusele jälgida ümbrust ning arvestada kiirust.

III Ei ole võimalik kehtestada reegleid selle kohta, millal võib kogu vastutuse lapsele üle anda ning lubada ta üksinda liiklema. **Hoolega peab hindama iga üksikut last, ümbrust, liikluse tihedust ja ohtlikkust jms. ning selle põhjal otsuse langetama.**

JALGRATTURI LIIKLUSREEGLID 1. juulist 2011 a. jõustavas liiklusseaduses

(sulgudes on toodud viited liiklusseaduse paragrahvidele)

- Jalgrattaga liiklemiseks on ette nähtud jalgrattatee, jalgratta- ja jalgteel ning sõiduteele märgitud jalgrattarada (LS § 2 p 15-17). Samuti võib sõita õuealal, sõiduteel ning teepeenral (LS § 31 lg 2). Jalgrattaga võib sõita ka ühissõidukirajal ning ühesuunalisel teel vastassuunas, kui seda lubab vastav liiklusmärk (LS § 2 p 98), (Majandus- ja kommunikatsiooniministri määrus liiklusmärkide, teemärgiste ja fooride kohta).
- Kõnniteel tohib jalgrattaga sõita alla 13-aastane jalgrattur ja tema kuni kaks saatjat ning väikelast rattatoolis sõidutat jalgrattur. Samuti jalgrattur, kui sõiduteel sõitmise tee seisukorra tõttu on oluliselt raskendatud (LS § 32 lg 1 p 1).
- Sõiduteel peab jalgrattaga sõitma võimalikult selle parema ääre lähedal. Erandiks on vaid ümberpaiknemine vasak- või tagasipöörde sooritamiseks (LS § 31 lg 2). Nõue tähendab ühtlasi ka seda, et jalgrattaga sõidetakse ühes reas üksteise järel.
- Enne pööret ja sõiduraja vahetust peab jalgrattur oma kavatsusest käega märku andma ning veenduma, et eest- ja tagantpoolt lähenevad sõidukid teda ei ohusta (LS § 39 lg 1). Pöörates vasakule või tagasi peab jalgrattur andma teed juhile, kes sõidab vastassuunast otse või paremale või on temast möödasõidul (LS § 17 lg 5 p 3). Pöörde lõpul peab teed andma sõiduteed ületavale jalakäijale (LS § 17 lg 5 p 2).
- Ristmikule lähenedes peab jalgrattur olema tähelepanelik, arvestama liiklusoludega ning andma teed eesõigust omavale liiklejale (LS § 56 lg 1).
- Omaette jalgrattatee ning jalgratta- ja jalgteel sõiduteega lõikumise kohal, välja arvatud parkla, õueala, puhkekoha ja teega külgneva ala juurdesõidutee lõikumiskoht, peab jalgrattur andma teed sõiduteel liiklejale, kui teeandmise kohustus pole liikluskorraldusvahenditega seatud teisiti (LS § 31 lg 6-7).
- Ülekäigurajal võib sõidutee ületada jalgrattalt maha tulemata, kuid sel juhul ei ole sõidukijuht kohustatud jalgratturile teed andma (LS § 2 p 100). Sõiduteel liiklev juht peab jalgratturile teed andma juhul, kui jalgrattur ületab sõiduteed, millele sõidukijuht pöörab (LS § 17 lg 5 p 2). Tee andmisel tuleb juhendada eesõigusmärkidest, juhul kui need on paigaldatud (LS § 17 lg 1).
- Sõiduteega lõikumise kohale mööda jalgrattaga liiklemiseks ettenähtud teed lähenev jalgrattur peab vähendama kiirust ning ületama sõidutee jalakäija tavakiirusega (LS § 31 lg 9). Jalakäija tavakiirus on orienteeruvalt 3-7 km/h. Jalgrattur peab siiski arvestama, et jalgrattaga sõites tee ületamisest ohutum on sõidutee ületada jalakäijana.
- Jalgrattur võib mööduda seisvast või aeglaselt liikuvast sõidukist ka paremalt poolt, kui selleks on piisavalt ruumi ja selle sõiduki juht ei ole andnud märku parempöördeks (LS § 31 lg 8).
- Jalgrattaga liiklemiseks ettenähtud teel sõites peab jalgrattur andma teed trammi- või bussipeatuses ühissõidukile minevale või sellelt tulevale jalakäijale (LS § 32 lg 4).
- Jalakäija vahetus läheduses tohib jalgrattaga sõita jalakäija tavakiirusega. Kõnniteel, jalgratta- ja jalgteel ja õuealal sõites ning ülekäigurajal ja ülekäigukohal sõiduteed ületades ei tohi jalgrattur ohustada jalakäijat (LS § 31 lg 5).
- Kolonnis sõitmisel ei tohi jalgrattur tekitada ohtu teistele liiklejatele (LS § 32 lg 1 p 7).
- Jalgrattur ei tohi sõita juhtrauast käega kinni hoidmata (st sõita käed lahti) (LS § 32 lg 1 p 2); laskma vedada tema juhitava sõidukit (LS § 32 lg 1 p 3); vedada esemeid, mis takistavad juhtimist või tekitavad ohtu teistele liiklejatele (LS § 32 lg 1 p 4); vedada haagist, mis ei ole valmistatud jalgrattaga vedamiseks (LS § 32 lg 1 p 5); sõidutada sõitjat, kes ei istu sõitjale ettenähtud istmel või ei kannu kinnirihmatud nõuetekohast kiivrit (LS § 32 lg 1 p 6).

- Jalgrattaga võib vedada üheteljelist kuni 50 kilogrammise täismassiga jalgrattahaagist (LS § 87 lg 4).
- Lapsevanema, seadusliku esindaja või tema poolt volitatud täiskasvanu vahetu järelevalve all tohib sõiduteel liigelda vähemalt 8-aastane jalgrattur (LS § 148 lg 1).

Urve Sellenberg

Plats (muru) mõõdetega 25 x 50 m

VIGURIVÄNT 2005 RAJASKEEM

Kurvi pikkus 8 m.
siseraadius 3,5 m.

