
meno a priezvisko zákonného zástupcu, adresa bydliska a tel. č.

**Riaditeľstvo školy
SOŠ polnohospodárstva a služieb na vidieku
Zavarská 9
917 28 Trnava**

V dňa.....

Vec

Žiadosť o oslobodenie z vyučovania telesnej výchovy

Na základe návrhu lekára žiadam riaditeľstvo školy o úplné* / čiastočné* oslobodenie nášho syna/dcéry, nar.
žiaka/žiačky triedy od vyučovania telesnej výchovy od do

K žiadosti prikladám „*Odporučenie na osloboedenie od povinnej telesnej výchovy*“ potvrdené príslušným lekárom.

.....
podpis zákonného zástupcu

Príloha:

Odporučenie lekára na osloboedenie od povinnej telesnej výchovy
Športové aktivity na TV a ŠV

POZNÁMKA: Ak žiak dovršil 18 rokov, žiadosť vybavuje vo svojom mene.

* nehodiace sa prečiarknite

**Odporučenie
na osloboodenie od povinnej telesnej výchovy**

V zmysle § 31 ods. 4 zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a podľa § 5 ods. 1 vyhlášky Ministerstva školstva Slovenskej republiky č. 282/2009 Z. z. o stredných školách v znení vyhlášky č. 209/2011 Z. z.

Meno a priezvisko:	
Bydlisko:	
Dátum a miesto narodenia:	
Diagnóza:	
Zdravotná skupina:	
Odporučenie na:	oslobodenie od povinnej telesnej výchovy ¹⁾ preradenie na osobitnú telesnú výchovu ¹⁾
od:	do:
V dňa	odtlačok pečiatky a podpis lekára

¹⁾ Nehodiace sa prečiarknite

ZDRAVOTNÉ SKUPINY V TELESNEJ A BRANNEJ VÝCHOVE

Skupina	Zdravotnícky charakter skupiny	Povolený druh telesnej a brannej výchovy
1	Jedinci telesne a psychicky zdraví, s vysokým stupňom trénovanosti, schopní veľkej telesnej námahy.	a) Vrcholový tréning a pretekárské vykonávanie športu v plnom rozsahu. b) Telesná výchova, rekreačný a výkonnostný šport, turistika a záujmová branná športová činnosť v plnom rozsahu. c) Telesná a branná výchova v školách podľa osnov.
2	Jedinci zdraví, alebo s minimálnymi odchýlkami zdravotného stavu bez podstatných zmien, alebo menej pripravení (trénovaní) na veľkú telesnú námahu.	a) Špecializovaný tréning a pretekárské vykonávanie športu v plnom rozsahu, b) Telesná výchova rekreačná, výkonnostný šport, turistika a záujmová činnosť, športová činnosť v plnom rozsahu. c) Telesná a branná výchova v školách podľa osnov.
3	Jedinci s význačnými odchýlkami zdravotného stavu, telesného rozvoja, trvalého alebo dočasného charakteru, ktoré nie sú prekážkou pre účasť na vyučovaní alebo výkon zamestnania, ale ktoré sú kontraindikáciou zvýšenej telesnej námahy.	a) Školská povinná telesná a branná výchova s účavami podľa druhu oslabenia. b) Telesná výchova v školách, v oddeleniach alebo oddieloch telesnej výchovy oslabených. c) Cvičenie, šport, turistika a záujmová športová činnosť podľa osobitných osnov, alebo prispôsobeného programu (s výnimkou leteckých, parašutistických a potápačských činností).
4	Jedinci chorí.	a) Liečebná telesná výchova akb súčasť komplexnej liečebno-preventívnej starostlivosti. b) Zákaz tréningu a pretekania sa, zákaz povinnej školskej telesnej výchovy.

POVINNÉ DISCIPLÍNY pre hodnotenie TSV

Test všeobecnej pohybovej zdatnosti - (žiak môže byť osloboodený iba z jednej disciplíny)

Šprint - 4 x 10 m	áno - nie
Skok do diaľky z miesta	áno - nie
Hod granátom	áno - nie
Beh na - 500 m – D / 1000 m – Ch	áno - nie
Sed – ľah za 1 min.	áno - nie

Žiak môže byť osloboodený iba z jednej z nasledujúcich disciplín

Behy : 50, 60 m	áno - nie
100, 200 m	áno - nie

Loptové hry

- volejbal (1. a 3.ročník)	áno - nie
- basketbal (2. a 4. ročník)	áno - nie

Gymnastika

- prostné (kotúle, stojky, premety,...)	áno - nie
- preskok cez kozu	áno - nie

❖ Nehodiace prečiarknut'

Doplnkové – dobrovoľné – nepovinné disciplíny

Pohybové hry na kordináciu a obratnosť'	áno - nie
Cvičenia na rozvoj rýchlosťi, vytrvalosti, sily..	áno - nie
Behy - 400, 800, 1500 m	áno - nie
- vrh guľou	áno - nie
- hod oštepom, diskom	áno - nie
Hrazda – zhyby – chlapci, výdrž vo vise- dievčatá	áno - nie
Hod plnou loptou - medicimbalom	áno - nie
Šplh na lane a tyči	áno - nie
Pohybové hry na kordináciu a obratnosť'	áno - nie
Cvičenia na rozvoj rýchlosťi, vytrvalosti, sily..	áno - nie
Hry - Stolný tenis	áno - nie
- Bedminton	áno - nie
- Frisbee (Lietajúci tanier)	áno - nie
- Floorball	áno - nie
- Vybíjaná	áno - nie
- Fotball	áno - nie
- Bezkontaktné rugby	áno - nie

v dňa

❖ Nehodiace prečiarknut'

Pečiatka a podpis lekára