# Žádost o uvolnění žáka z vyučování předmětu tělesná výchova

(dle § 50 odst. 2 zákona 561/2004 Sb. v platném znění)

|  |  |
| --- | --- |
| Žák/žákyně: | Zákonný zástupce: |
| Adresa bydliště: | Adresa bydliště: |
| Třída: |  |

Žádám o uvolnění z vyučování předmětu tělesná výchova ode dne                  do dne                  na základě písemného doporučení registrujícího nebo odborného lékaře (viz níže).

|  |  |
| --- | --- |
| Uvolnění z hodiny tělesné výchovy bude bez náhrady. V té době přebírám za své dítě plnou zodpovědnost. | SOUHLASÍM |
| NESOUHLASÍM |

V Jihlavě dne \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

podpis zákonného zástupce/zletilého žáka

## Vyjádření lékaře/lékařky

Pro výše uvedeného žáka/žákyni a období doporučuji:

🞎 úplné osvobození od tělesné výchovy;

🞎 zařazení do zdravotní tělesné výchovy \* viz strana 2;

🞎 částečné osvobození od tělesné výchovy – pohybové aktivity s vynecháním…

🞎 závodění a cviků vyžadujících větší srdeční námahu;

🞎 běhů (více než \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_m);

🞎 skoků, doskoků;

🞎 zdvihání břemen;

🞎 cviků zvyšujících nitrolební tlak;

🞎 cviků ohrožujících dítě nebezpečím úrazů;

🞎 plavání;

🞎 jiné \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

V \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ dne \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

podpis lékaře/lékařky

## Vyjádření ředitele školy

Na základě písemného doporučení praktického lékaře nebo odborného lékaře uvolňuji podle ustanovení § 50 odst. 2 zákona 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání v platném znění, jmenovaného žáka z výuky tělesné výchovy…

🞎 zcela; bez povinnosti docházet v této době do školy.

🞎 částečně dle výše uvedeného vyjádření lékaře.

V Jihlavě dne \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

podpis ředitele školy

## \*Zdravotní tělesná výchova

Na naší škole jsme zavedli předmět zdravotní tělesná výchova. Cvičební jednotka trvá maximálně 40 minut (individuální přístup ke studentům s ohledem na jejich zdravotní omezení).

Zaměření: odstraňování svalové dysbalance, učení správnému a kontrolovanému dýchání, podpora správného držení těla, odbourávání bolestivosti zad.

Používané prostředky:

• zdravotní tělesná cvičení,

• balanční cvičení s míči,

• Pilatesova metoda cvičení,

• speciální rehabilitační cvičení při postižení páteře.

Výuku zajišťuje proškolený učitel tělesné výchovy.