



## **Adaptační plán Mateřské školy Harmonie, V Olšinkách 700, okres Mělník**

Č.j.	Spisový / skartační znak	MŠ 19/2026	2-5 ZOP 25/2026	S 5
Vydala:	Mgr. Šárka Polívková, ředitelka školy			
Projednáno na pedagogické radě dne:	2.2.2026			
<b>Plán nabývá platnosti a účinnosti dnem:</b>	<b>2.2.2026</b>			
Změny ve směrnici jsou prováděny formou číslovaných písemných dodatků nebo aktualizací, které tvoří součást tohoto plánu.				

### **Úvod**

Adaptace je nejdůležitějším obdobím v celé docházce do mateřské školy (dále jen MŠ). Všechny děti, které nastoupí do MŠ, musí mít možnost se postupně adaptovat na nové prostředí školy (RVP PV, str.32).

To, jakým způsobem dítě zvládne vstup do mateřské školy celoživotně ovlivní jeho vztah ke vzdělávání, a proto je pro úspěšné zvládnutí adaptačního procesu zcela nezbytná spolupráce ze strany rodičů. Vstupem do mateřské školy se zásadním způsobem mění život dítěte. Vystupuje z bezpečného prostředí své rodiny do zcela neznámého, nového prostředí vzdělávací instituce. Tento přechod klade na dítě zcela nové požadavky, nároky a vyžaduje od něj dodržování nových pravidel společenského soužití, která si musí postupně osvojit. Dítě si musí vytvořit velké množství nových návyků a k tomu od nás potřebuje podporu a především čas. Dopřejte tedy svým dětem dostatek času, dle jejich individuálních potřeb k tomu, aby si mohly postupně zvyknout na novou situaci a měly ji spojenou s pozitivními prožitky.

Škola při zpracování tohoto dokumentu vycházela z těchto odborných zdrojů:

- Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání
- Baránková, N. (2022). *Adaptační plán MŠ*. Dostupné z: [inkluzivniskola.cz](http://inkluzivniskola.cz)
- Národní pedagogický institut, <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/23247/adaptace-deti-v-materske-skole-jako-dulezity->
- Sokolová, H., Pokorná, A. (2024). *Adaptace dítěte v mateřské škole aneb budování emočního bezpečí dítěte*
- Koťátková, S. (2008). *Dítě a mateřská škola*



Časový harmonogram adaptace		
Aktivita	Zapojení / Zodpovědnost	Období
<b>Dne otevřených dveří</b> – seznámení s pracovišti školy, zaměstnanci, poskytnutí informací o provozu, vzdělávacím programu školy a adaptaci, předání informačních letáků rodičům	Zástupkyně ředitelky, učitelé	Únor–březen
<b>Zápis do mateřské školy</b> – komunikace o zapojení rodičů do adaptačního programu mateřské školy, seznámení s adaptačním plánem, předání dokumentu adaptační plán školy oproti podpisu	Vedení MŠ, učitelé, rodiče	Březen–duben
<b>Organizační schůzka pro rodiče nově přijatých dětí</b> – seznámení s pracovníky školy, provozem, podrobné seznámení s adaptačním programem školy; diskuze s rodiči o nastavení adaptačního plánu; odpovědi na dotazy rodičů; dotazník o dítěti	Zástupkyně ředitelky, učitelé	Květen
<b>Individuální návštěvy ve školce</b> - na zahradě školy	Zástupkyně ředitelky, učitelé, rodiče	Červen
<b>Nástup do MŠ</b> -zahájení adaptačního programu, realizace – setkávání jednotlivých aktérů, krátké informační schůzky učitel–rodič; individuální nastavování procesu adaptace	učitelé, zástupkyně ředitelky, rodiče,	Září–říjen
<b>Třídní schůzky</b> -provoz MŠ, povinné platby, informování o připravovaných akcích a činnostech MŠ, seznámení s dokumenty MŠ (Školní řád, ŠVP, Plán akcí, Vnitřní řád ŠJ), průběhem adaptace dětí, režimem dne v MŠ, diskuse s rodiči.	Vedení MŠ, učitelé, rodiče	Září
<b>Průběžná a závěrečná evaluace</b> adaptačního procesu – vyhodnocování adaptace dětí - průběžné záznamy, náslechy ve třídách, pedagogická porada, dotazníkové šetření/rodiče/	Učitelé, rodiče, vedení MŠ	Září–leden

**Nástup a adaptaci dětí řešíme vždy individuálně** ve spolupráci se zákonnými zástupci v závislosti na stupni socializace dítěte, jeho potřebách a reakcích na tuto zásadní změnu v jeho životě. Jednotlivé posuny v procesu adaptace jsou nastavovány postupně po dohodě mezi třídní učitelkou a rodičem dítěte.

### **1. Co má dítě umět před vstupem do mateřské školy**

- **REAGOVAT NA SVÉ JMÉNO**  
tzn. dítě se zastaví, otočí se, když na něj učitelka zavolá; na vyzvání přijde
- **JÍST LŽICÍ A PÍT Z HRNKU/SKLENICE**  
u této dovednosti je vhodné dodržovat alespoň základní pravidla stolování a sedět u stolečku



Mateřská škola Harmonie Neratovice, V Olšinkách 700, okres Mělník, IČO: 750 01 497

- **SAMOSTATNĚ POUŽÍVAT TOALETU**  
i malé 3leté dítě se dokáže samo utřít po vykonání potřeby, trénujte to s nimi, jde o intimní zónu dítěte
- **UMÝT SI RUCE A UTRÍT SE DO RUČNÍKU**  
je třeba děti naučit používat mýdlo
- **VYSMRKAT SE DO KAPESNÍKU**  
kromě hygienických aspektů má tato dovednost přímou souvislost se správnou výslovností, artikulací a celkovým rozvojem řečových schopností
- **OBLÉKNOUT SE A OBOUT SI BOTY**  
volte tedy vždy dostatečně pohodlné a veliké oblečení i obuv; vše dětem podepište
- **CHODIT PO SCHODECH**  
ve všech našich MŠ jsou schody, proto trénujte

**Všechny tyto dovednosti jsou základním předpokladem pro úspěšnou adaptaci dítěte na mateřskou školu. Proto je vaším základním úkolem maximálně podporovat samostatnost svých dětí již před nástupem do MŠ. S případnou dopomocí dětem samozřejmě počítáme.**

## ***2. Jak se na adaptaci připravit***

- **MLUVTE S DÍTĚTEM O TOM, CO SE V MATEŘSKÉ ŠKOLE DĚLÁ A JAKÉ TO TAM JE**
  - povídejte si s dětmi o tom, co je v MŠ čeká – paní učitelky, hračky, děti
  - chodte na procházky kolem školky
  - vyhněte se negativním popisům – děti školkou nestrašte
- **ZVYKEJTE DÍTĚ NA ODLOUČENÍ**
  - při odchodu (např. do kina) mile a s jistotou řekněte, že odcházíte, ale ujistěte dítě, že se zase vrátíte – dítě potřebuje pocit, že se na vás může spolehnout
  - chybou je, vyplížit se tajně z domu, dítě se cítí zrazené a strach z odloučení se jen prohlubuje
- **VEĎTE DÍTĚ K SAMOSTATNOSTI**
  - období vstupu dítěte do mateřské školy je samo o sobě velmi náročné
  - samostatné zvládnání základní sebeobsluhy výrazně posiluje jeho sebevědomí a zjednodušuje dítěti již tak náročné období adaptace na MŠ
- **DEJTE DÍTĚTI NAJEVO, ŽE ROZUMÍTE JEHO OBAVÁM Z NÁSTUPU DO MŠ**
  - ujistěte dítě, že mu věříte a že to určitě zvládne
  - pokud má dítě chodit do školky rádo, musí k ní mít kladný vztah



- **POKUD BUDE PLAKAT, BUĎTE TRPĚLIVÍ, ALE ROZHODNÍ**
  - rozloučení by se nemělo příliš protahovat – vytvořte si ranní loučící rituál
  - rituál probíhá v šatně, těsně před vstupem do třídy; je rychlý, krátký, spojený s pohybem
  
- **PLŇTE SVÉ SLIBY**
  - nikdy neodcházejte tajně, narychlo, bez rozloučení
  - když řeknete, že přijdete po obědě, slib splňte
  
- **DEJTE DÍTĚTI S SEBOU NĚCO DŮVĚRNÉHO**
  
- **UDĚLEJTE SI JASNO V TOM, JAK PROŽÍVÁTE NASTÁVAJÍCÍ SITUACI VY**
  - nepřenášejte svou úzkost a obavy na dítě
  - dítě to vždy vycítí
  - dítě do MŠ vodí ten z rodičů, který situaci lépe zvládá
  
- **ZA POBYT VE ŠKOLCE NESLIBUJTE DÍTĚTI ODMĚNU**
  
- **KOMUNIKUJTE S UČITELKOU**
  - seznamte se předem s adaptačním plánem školy
  - jakékoliv obavy a dotazy řešte hned od začátku, vzájemná komunikace je velmi důležitá
  
- **VYTVOŘTE SI PRO OBDOBÍ ADAPTACE DOSTATEK ČASU**
  - Dítě se neorientuje v čase, potřebuje, aby se pobyt v MŠ pomalu prodlužoval.
  - Nespěchejte, počítejte s postupnou adaptací dítěte na MŠ
  - zapojte celou rodinu
  - uzpůsobte své pracovní povinnosti tomu, že si Vaše dítě bude zvykat na MŠ

### **3. Co s sebou do MŠ**

- **POHODLNÉ OBLEČENÍ DO TŘÍDY**  
bez zbytečných zipů, knoflíků apod. – tričko, tepláky, šortky, sukýnka aj.
- **PŘEZUVKY DO TŘÍDY**  
bačkory, sandály s pevnou patou, **NEPŘÍPUSTNÉ** jsou pantofle, Crocsy
- **NÁHRADNÍ OBLEČENÍ PRO PŘÍPAD NEHODY**  
spodní prádlo, ponožky, tričko, legíny
- **OBLEČENÍ NA ŠKOLNÍ ZAHRADU DLE ROČNÍHO OBDOBÍ**  
tepláky, mikina – vše dostatečně veliké, pohodlná obuv

**VŠECHNY VĚCI MUSÍ BÝT OZNAČENÉ (JMÉNEM NEBO ZNAČKOU DÍTĚTE)**



## ORIENTAČNÍ ČASOVÁ OSA ADAPTAČNÍHO PLÁNU

Počáteční fáze	Seznamovací fáze	Stabilizační fáze	Závěrečná fáze
<p><b>1. týden</b></p> <p>Rodič přichází s dítětem do MŠ.</p> <p><b>První, druhý den – rodič se s dítětem rozloučí v šatně, mezi dveřmi – ranní rituál, ujistí dítě, že za chvíli přijde a předá jej učitelce. Rodič zavírá dveře a zůstává v šatně 15/30 min., poté si dítě vyzvedne.</b></p> <p><b>Jestliže dítě nevládne rozloučení mezi dveřmi – vstoupí do třídy společně s rodičem, zůstanou ve třídě 15/30 min. a společně odchází.</b></p> <p>Reakce dětí jsou měřítkem pro pokračování nebo přerušeni tohoto pokusu o odloučení.</p> <p>Počáteční odloučení trvá maximálně 1/2 hodiny. To platí i v případě, že dítě začne plakat, ale rychle a natrvalo se nechá utiшит učitelem.</p> <p>Postupně je doba odloučení individuálně prodloužována až na cca 2 hodiny pobytu dítěte v MŠ.</p> <p><b>Pokud dítě po odchodu rodiče působí rozrušené, vystrašené, sklíčené nebo začne plakat a je k neutěšení, je třeba rodiče ihned přivolat.</b></p>	<p><b>2. – 3. týden</b></p> <p><b>V případě, že dítě již zvládne dvouhodinové odloučení od rodiče bez problému, je možné přistoupit k postupnému prodlužování dopoledního pobytu dítěte ve školce o pobyt na zahradě, následně pobyt včetně oběda.</b></p> <p>Tak je tomu například v případě, když dítě ráno protestuje proti odchodu rodiče, avšak nechá se učitelem rychle utěšit a v dobré náladě si hraje, zvládá přechody mezi činnostmi.</p> <p>Rodič je však dosažitelný pro případ, že by dítě výjimečně potřebovalo jeho podporu. V případě potřeby její učitelka telefonicky kontaktuje a on si své dítě vyzvedne z MŠ dříve.</p>	<p><b>4. týden</b></p> <p><b>Během této fáze již dítě zvládá dopolední pobyt v MŠ včetně oběda bez pláče a akceptuje učitele jako „bezpečnou základnu“, nechá se od něj uklidnit, hraje si a zapojuje se samostatně do činnosti s ostatními dětmi, svačí i obědvá.</b></p> <p><b>V takovém případě je možné přistoupit k prvnímu pokusu o přespaní dítěte v MŠ. Rodič musí dítě na tento další krok dopředu připravit.</b></p> <p>Pokud dítě při prvním pokusu o spaní pláče a je k neutěšení, je potřeba s dalším pokusem spaní několik dnů vyčkat.</p> <p>Rodič je však dosažitelný pro případ, že by dítě výjimečně potřebovalo jeho podporu. V případě potřeby její učitelka telefonicky kontaktuje.</p>	<p><b>Proces adaptace je ukončen až tehdy, když se dítě cítí v MŠ bezpečně, nepláče, nemá strach je klidné, hraje si, stravuje se, zkouší nové činnosti a pokouší se navazovat kontakty s ostatními dětmi</b></p> <p><b>Do mateřské školy můžete přivést pouze zdravé dítě.</b></p> <p><b>Jestliže dítě v průběhu adaptace onemocní, vrací se po uzdravení v adaptačním plánu minimálně o krok zpět – vycházíme z individuální potřeby a reakce dítěte po návratu do školky.</b></p> <p><b>Při dlouhodobém přetrvávání adaptačních obtíží může být rodičům doporučen odklad docházky do mateřské školy z důvodu nezralosti dítěte.</b></p>

**PRŮBĚH ADAPTAČNÍ FÁZE JE PRO KAŽDÉ DÍTĚ NASTAVOVÁN INDIVIDUÁLNĚ, DLE JEHO POTŘEB A REAKCÍ NA ZMĚNU, PO DOHODĚ S RODIČI**



## Závěr

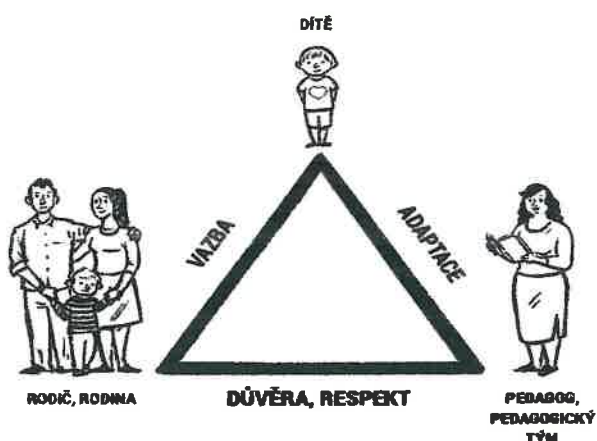
Adaptační období je nezbytnou a významnou součástí ve vývoji dítěte. Naším společným cílem je spokojené dítě, které se v mateřské škole cítí bezpečně, má zde kamarády a cítí se spokojeně. Jen takové dítě se může dále rozvíjet dle svých individuálních potřeb a možností. Úkolem nás, dospělých, v tomto procesu, je toto našim dětem umožnit.

### 1. CÍL ADAPTACE

Dítě se cítí bezpečně, orientuje se v prostoru MŠ, v jejích pravidlech a rituálech. V pedagogovi nachází oporu, pomoc a přijetí.



### 2. VZTAHY V PROCESU ADAPTACE



### 3. PROCES UČENÍ

Z POHLEDU DÍTĚTE:

Pro vzbuzení zájmu je důležitá vizualizace, hravost, a dostatek času věci jen pozorovat.



SPOKOJENOST



ZÁJEM



ZAPOJENÍ

V Neratovicích dne 2.2.2026

Mateřská škola Harmonie Neratovice,  
V Olšinkách 700, okres Mělník  
277 11 Neratovice -2-  
IČO:75001497 Tel.: 315 688 673-5

Mgr. Šárka Polívková – ředitelka školy