

Školy, které posilují odolnost

Inspirace pro předškolní vzdělávání

PhDr. Irena Borkovcová, MBA, oddělení kanceláře ústředního školního inspektora

Konference Škola jako místo setkávání 2026 | 6. října 2026





Vzpomeňte si na dítě, které Vás v poslední době překvapilo...

- nevzdalo se
- požádalo o pomoc
- zkusilo to znovu
- překonalo strach
- zvládlo neúspěch

Co mu pomohlo?



Co potřebuje dítě více?

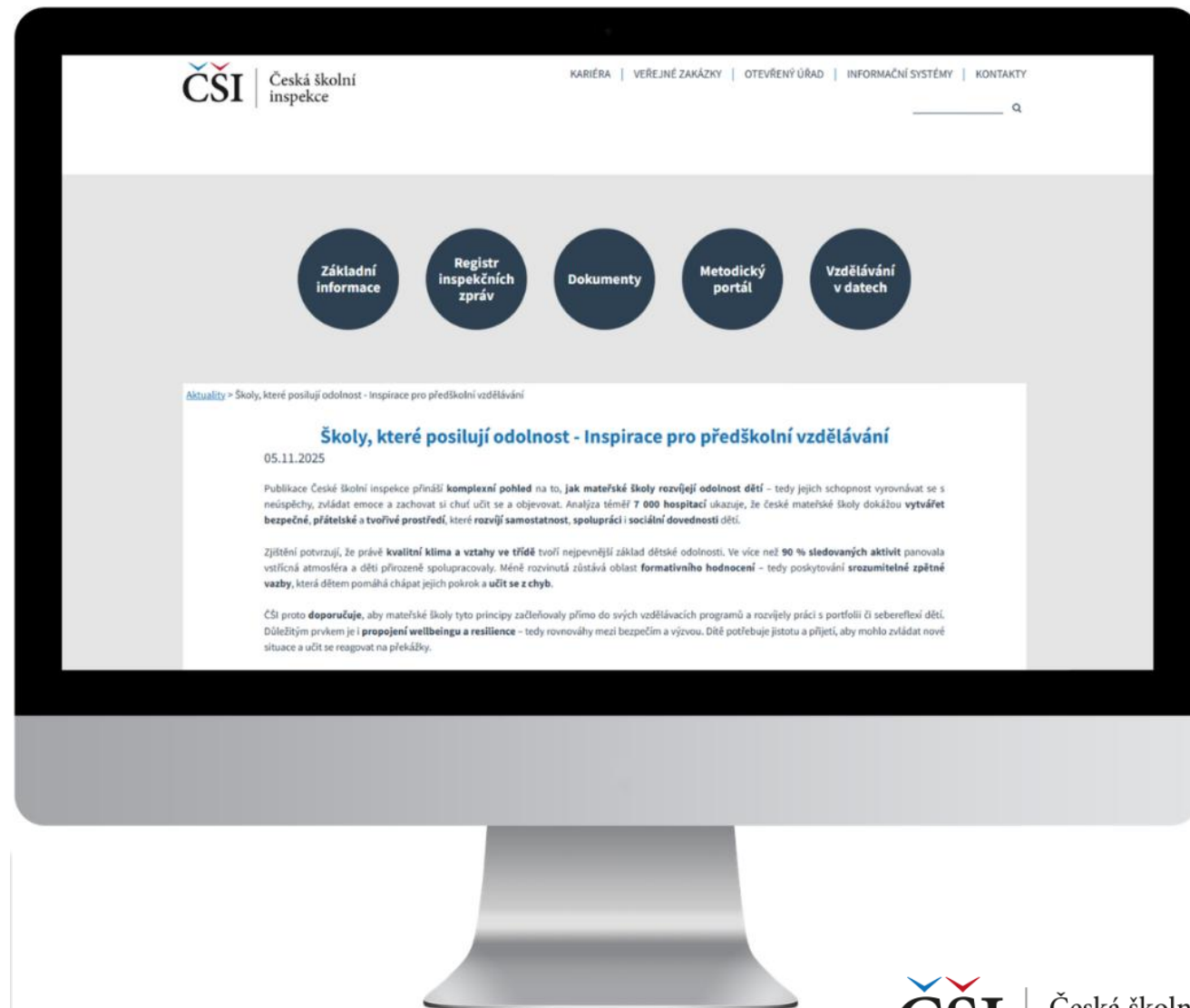
Abychom mu odstraňovali všechny překážky?
Nebo aby se je postupně učilo zvládat?

**Odpověď hledejme společně v
tématu odolnosti.**

Odolnost nevzniká navzdory obtížím.
Odolnost vzniká jejich bezpečným zvládnáním.



<https://www.csicr.cz/cz/Aktuality/Skoly,-ktere-posiluji-odolnost-Inspirace-pro-preds>





Odolnost

Schopnost dítěte vyrovnat se s různými obtížemi či stresovými situacemi tak, aby se zachovalo jeho psychické zdraví, sebevědomí a chuť objevovat a učit se. Jde o dovednost, díky níž dítě dokáže překonávat běžné i mimořádné překážky a poučit se z nich.

Je jedním z rozhodujících faktorů dlouhodobého vzdělávacího i osobního úspěchu dítěte

- ✓ pomáhá zvládat stres a neúspěch
- ✓ učí dítě reagovat na náročné situace
- ✓ buduje sebedůvěru a vytrvalost
- ✓ rozvíjí víru ve vlastní schopnosti
- ✓ připravuje na budoucí výzvy
- ✓ vytváří základ pro celoživotní učení

Propojení s RVP PV



- [Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání \(RVP PV\)](#)
- Odolnost prolíná všemi vzdělávacími oblastmi
- Konkrétní vazby na očekávané výsledky učení (VO)
- Odolnost prolíná klíčovými kompetencemi, projevuje se v dosahování očekávaných výsledků učení klíčových kompetencí
- Integrace do běžné vzdělávací nabídky
- Příklady z praxe MŠ

OBSAH

1	ÚVOD	6
2	CO JE TO ODOLNOST A PROČ SE ZABÝVAT TÉMATEM ODOLNOSTI V MATEŘSKÉ ŠKOLE	8
3	CO NÁM K TÉMATU ODOLNOSTI V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ ŘÍKAJÍ MEZINÁRODNÍ STUDIE	10
4	PROPOJENÍ ODOLNOSTI A WELLBEINGU – DVĚ STRANY TĚŽE MINCE.....	14
5	ODOLNOST V RÁMCOVÉM VZDĚLÁVACÍM PROGRAMU PRO PŘEDŠKOLNÍ VZDĚLÁVÁNÍ	16
6	TEMATICKÉ LISTY – JAK PODPOROVAT ODOLNOST	20
6.1	POSKYTOVÁNÍ BEZPEČNÉHO A PŘÁTELSKÉHO PROSTŘEDÍ	21
6.2	PODPORA SEBEDŮVĚRY A SEBEPOJETÍ DÍTĚTE	23
6.3	POSKYTOVÁNÍ PŘIMĚŘENÉ MÍRY VOLNOSTI A SAMOSTATNOSTI PŘI VZDĚLÁVÁNÍ	25
6.4	RŮSTOVÉ MYŠLENÍ A PRÁCE S CHYBOU	27
6.5	KOMUNIKACE, VZTAHY A SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI	29
6.6	TĚLESNÁ ZDATNOST	32
7	SPOLUPRÁCE S RODINOU	36
8	ŘEDITEL MATEŘSKÉ ŠKOLY A JEHO ROLE PŘI POSILOVÁNÍ ODOLNOSTI DĚTÍ ANEB ODOLNOST DĚTÍ ZAČÍNÁ U SILNÉHO VEDENÍ ŠKOLY	40
8.1	KVALITNÍ ŠKOLA JE VŽDY ODOLNÁ.....	40
8.2	POSTUPNÉ KROKY VEDENÍ ŠKOL K POSÍLENÍ ODOLNOSTI DĚTÍ.....	41
8.3	ZÁVĚREČNÉ SHRNUTÍ.....	47
9	ZÁVĚREM.....	50
	PŘÍLOHA 1 ZDROJE A POUŽITÁ LITERATURA	52
	PŘÍLOHA 2 PŘEHLED VYBRANÝCH ZJIŠTĚNÍ Z NAVŠTÍVENÝCH ŠKOL VE ŠKOLNÍM ROCE 2023/2024	53
	PŘÍLOHA 3 ANALÝZY A PUBLIKACE ČESKÉ ŠKOLNÍ INSPEKCE	55

Struktura publikace

Teoretický základ – Co je odolnost a proč je důležitá

Inspirace ze zahraničí – Co nám k tématu odolnosti v předškolním vzdělávání říkají mezinárodní studie

Propojení odolnosti a wellbeingu

Odolnost v RVP PV – obsah vzdělávání

Tematické listy

- Poskytování bezpečného a přátelského prostředí
- Podpora sebedůvěry a sebepojetí dítěte
- Umožnění přiměřené míry volnosti a samostatnosti při vzdělávání
- Růstové myšlení a práce s chybou
- Komunikace, vztahy a sociální dovednosti
- Tělesná zdatnost

Kapitoly:

- ☐ Spolupráce s rodinou a jak na to
- ☐ Ředitel mateřské školy a jeho role při posilování odolnosti dětí

6 pilířů pro podporu odolnosti

1 Poskytování bezpečného a přátelského prostředí

2 Podpora sebedůvěry a sebepojetí dítěte

3 Umožnění přiměřené míry volnosti a samostatnosti při vzdělávání

4 Růstové myšlení a práce s chybou

5 Komunikace, vztahy a sociální dovednosti

6 Tělesná zdatnost



**Každý z nich má svůj specifický význam,
ale společně tvoří komplexní systém**

Co už dělají MŠ skvěle



- **70 %** MŠ cíleně podporuje sociální a emocionální rozvoj dětí
- **81 %** pedagogů používá nemanipulativní komunikaci
- **93 %** tříd má příjemnou atmosféru MŠ velmi dobře vytvářejí pozitivní klima



1. Poskytování bezpečného a přátelského prostředí

- Psychická bezpečnost = základ odolnosti
- Jasná, ale přátelská pravidla
- Prostor pro autonomii a volbu
- Respektující komunikace

2. Podpora sebedůvěry a sebepojetí dítěte

- Posilování pozitivního sebepojetí
- Konkrétní, popisná zpětná vazba
- Formativní hodnocení
- Podpora dětského sebehodnocení
- Oceňování procesu, nejen výsledku
- Portfolio jako nástroj

▶ Učitel se mnohdy soustředí na to, „co dítě neumí“, méně na to, jak reaguje na zátěž, chybu nebo neúspěch – proto je důležité vyhodnocovat OVU kompetencí.

3. Poskytování přiměřené míry volnosti a samostatnosti

- Spontánní učení a volná hra
- Prožitkové a situační učení
- Učitel jako průvodce a podněcovatel
- Otevřené a podnětné prostředí

► Můžeme pozorovat zvědavost, rozvoj kreativity, samostatného myšlení a schopnosti řešit problémy v reálném životě (OVU KK).



4. Růstové myšlení a práce s chybou

- Chyba = příležitost k učení
- „Ještě to neumím“ místo „to nedokážu“
- Oceňování úsilí, ne jen výsledku
- Podpora vytrvalosti
- Chyba jako přirozená součást učení
- Bezpečné prostředí pro experimentování
- „Co jsi se z toho naučil/a?“
- Modelování vlastních chyb učitelem

▶ Reakce dítěte na chybu je jedním z nejcennějších diagnostických momentů. Sledujeme při diagnostice výsledek, nebo způsob, jak dítě zvládá nezdar?

5. Komunikace, vztahy a sociální dovednosti

- Rozpoznávání a regulace emocí
- Empatie a prosociální chování
- Kooperativní učení
- Řešení konfliktů

▶ Osobnostní a sociální kompetence jsou základem odolnosti (OVU KKOS).

▶ **Metodika Society for All** - od 'koutku klidu' po strukturované rozhovory o pocitech.

6. Tělesná zdatnost

- Pohyb a pobyt venku
- Radost z pohybu, ne soutěživost
- Překonávání fyzických výzev
- Propojení tělesné a psychické odolnosti
- Tipy, jak podporovat vytrvalost bez zbytečného tlaku na výkon



Role ředitele – strategické vedení

- Odolnost jako strategický cíl školy
- Model Kvalitní školy (6 oblastí)
- Od mapování k akčnímu plánu
- Podpora pedagogů = podpora dětí



ZATÍM NEREALIZUJEME	ZAČÍNÁME	ZVLÁDÁME
Opatření / Aktivita / Pozorovaný jev		
Individuální přístup je součástí vzdělávacího procesu, podpora silných stránek dětí je východiskem.		
Vzdělávání zahrnuje úkoly a aktivity rozvíjející týmovou spolupráci a řešení problémů.		
Učitelé pravidelně využívají formativní hodnocení včetně sebehodnocení.		
Učitelé sledují vliv vzdělávacího procesu na emoční pohodu a stabilitu dětí.		
Děti mají prostor sdílet své názory, pocity a aktivně se podílet na tvorbě pravidel či rozhodnutí.		
...		
Oblast 6 Podpora dětí při vzdělávání		
Opatření / Aktivita / Pozorovaný jev		
Systém včasného rozpoznání rizik u dětí přináší rychlou a efektivní pomoc.		
Poradenské a krizové služby jsou dostupné každému dítěti.		
Inkluze je pedagogy vnímána jako příležitost pro posílení resilience všech dětí, nejen znevýhodněných.		
Pedagogická diagnostika sleduje i projevy odolnosti dětí a způsoby zvládání zátěže.		
Komunikace s rodiči je pravidelná a cíleně zaměřená na podporu dětí včetně jejich odolnosti.		
Učitelé při řešení obtížných situací spolupracují s odborníky.		
Škola má zavedené funkční krizové postupy, které učitelé znají a dokážou je použít v praxi.		
...		

Nástroje pro ředitele

- Sebehodnotící dotazníky pro učitele
- Akční plán s indikátory úspěchu
- Kontrolní listy pro autoevaluaci
- Plán profesního rozvoje pedagogů

Co publikace konkrétně přináší?

- Teoretický rámec + praktické nástroje

- Zjištění ČŠI z reálných MŠ

- Konkrétní tipy „Jak na to“

- Otázky pro sebereflexi učitelů

- Odkazy na další zdroje a inspiraci

- Propojení s modelem Kvalitní školy



Proč by měly MŠ publikaci používat?

1. Systematický přístup – ne náhodné aktivity, ale promyšlený systém
2. Podpora kvality – propojení s kritérii ČŠI
3. Praktičnost – okamžitě použitelné nástroje
4. Komplexnost – od učitele přes ředitele po rodiče
5. Prevence – investice do budoucnosti dětí



Základem pro posilování odolnosti je vnímání a přijetí dítěte takového, jaké je, a vytváření pevné, bezpečné citové vazby

- Odolnost lze systematicky rozvíjet
- Začíná u bezpečného prostředí a vztahů
- Je součástí kvalitního vzdělávání
- Vyžaduje spolupráci školy a rodiny
- Investice do odolnosti = investice do budoucnosti dětí

Inspirace pro posilování odolnosti žáků



[Školy, které posilují odolnost Inspirace pro základní a střední vzdělávání](#)

OBSAH

1	ÚVOD	6
2	PROČ SE ZABÝVAT TÉMATEM ODOLNOSTI VE ŠKOLE	8
2.1	TÉMA ODOLNOSTI V NOVÉM RVP ZV	8
2.2	ZÁKLADNÍ DATOVÝ POHLED	9
3	PROPOJENÍ ODOLNOSTI A WELLBEINGU	14
3.1	ODOLNOST A WELLBEING: DVĚ STRANY TĚŽE MINCE	14
3.2	JAK VYPADÁ PROPOJENÍ V PRAXI?	14
4	PSYCHICKÁ ODOLNOST	16
4.1	HOUŽEVNATOST	18
4.2	EMOČNÍ STABILITA	22
4.3	ODOLNOST VŮČI STRESU	26
5	FYZICKÁ ODOLNOST	32
6	ROZMANITÉ CESTY PODPORY – S TVOŘIVOSTÍ A VNÍMAVOSTÍ K ODOLNOSTI	38
7	ŘEDITEL ŠKOLY A JEHO ROLE PŘI POSILOVÁNÍ ODOLNOSTI ŽÁKŮ ANEB ODOLNOST ŽÁKŮ ZAČÍNÁ U SILNÉHO VEDENÍ ŠKOLY	42
7.1	KVALITNÍ ŠKOLA JE VŽDY ODOLNÁ	42
7.2	POSTUPNÉ KROKY VEDENÍ ŠKOL K POSÍLENÍ ODOLNOSTI ŽÁKŮ	43
	PŘÍLOHA 1 ZDROJE A POUŽITÁ LITERATURA	54
	PŘÍLOHA 2 ODPOVĚDI ŽÁKŮ NA DOTAZNÍKOVÉ POLOŽKY	57
	PŘÍLOHA 3 ANALÝZY A PUBLIKACE ČESKÉ ŠKOLNÍ INSPEKCE	62

**Vaše zpětná vazba
nás zajímá 😊**

Padlet
➡



Kvalitní škola



Děkuji za pozornost

PhDr. Irena Borkovcová, MBA

oddělení kanceláře ústředního školního inspektora

irena.borkovcova@csicr.cz

www.csicr.cz | www.kvalitniskola.cz | www.vzdelavanivdatech.cz

