

# Jak zmotywować dziecko do nauki?



mgr Izabela Sudowska  
psycholog



Często bywa tak, że dzieci niezbyt chętnie zabierają się za odrabianie prac domowych, ćwiczenia nabytych umiejętności i naukę.

Rodzice uciekają się do różnych metod, w celu zmotywowania dziecka:

- moralizują („Ja w twoim wieku...”),
- straszą („Do niczego w życiu nie dojdiesz”),
- obiecują drogie prezenty, płacą za dobre oceny.

Jednak na dłuższą metę takie sposoby **nie przynoszą trwałego skutku.**

---



**Co zrobić, aby dziecko  
chciało się uczyć?**



# Organizacja czasu pracy



To co bezwzględnie pomaga dziecku w zmobilizowaniu się do pracy to **dobra organizacja czasu**. Każdy człowiek odczuwa potrzebę bycia niezależnym i poczucia sprawczości, dlatego dzieci tak często się buntują, kiedy mają narzucane z góry obowiązki.

Co w takim razie można zrobić?

Zaproś dziecko do wspólnego zaplanowania każdego dnia. Zaplanujcie czas na naukę i czas wolny dla dziecka. Pamiętajcie o uwzględnieniu wspólnych aktywności sprzyjających budowaniu relacji oraz aktywności fizycznych (np. wspólny spacer, wycieczka rowerowa, gra w piłkę itp.).



Bardzo przydatnym gadżetem, ułatwiającym organizowanie pracy jest tygodniowy planer np. magnetyczny który można powiesić na lodówce



PLAN TYGODNIOWY						ARCHISTACJA.PL
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
LISTA ZADAŃ	LISTA ZADAŃ	LISTA ZADAŃ	LISTA ZADAŃ	LISTA ZADAŃ	LISTA ZADAŃ	LISTA ZADAŃ
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____
<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____



# Organizacja miejsca pracy



Dbłość o porządek w miejscu nauki. Miejsce pracy powinno zapewniać ciszę i spokój. Przed rozpoczęciem pracy należy przygotować sobie wszystkie potrzebne książki, zeszyty i przybory.

Niezbędne jest **ograniczenie do minimum ilości bodźców mogących rozpraszać uwagę** dziecka (wyłączony telewizor, radio, czyste biurko, odpowiednie oświetlenie, na czas pracy brak możliwości korzystania z telefonu komórkowego).



# Systematyczność



Niesamowicie ważne jest wypracowanie nawyku systematyczności i umiejętności dzielenia całego materiału na mniejsze partie.

Trudno jest w jeden wieczór przygotować się do sprawdzianu z całego półrocza, ale kiedy naukę rozłoży się w czasie, wówczas okazuje się, że wystarczy każdego dnia opracować jeden czy dwa tematy, aby skutecznie opanować cały materiał.



# Nauka w blokach czasowych



Czas nauki i odpoczynku należy dostosować do indywidualnych możliwości i potrzeb dziecka.

Czas odpoczynku nie może przekraczać 15 minut. **Praca nie może trwać dłużej niż godzinę**, ze względu na to, że nasz umysł najlepiej zapamiętuje pierwsze i ostatnie 20 minut nauki.

Najbardziej polecana jest praca w schemacie

**30 min. nauki – 5 min. przerwy – 30 min. nauki.**







Podczas przerwy ważne jest, aby dziecko wstało od biurka, ponieważ potrzebuje zmiany pozycji ciała a jego umysł jakiejś miłej odmiany.

W trakcie odpoczynku można wywietrzyć pomieszczenie, zaczerpnąć świeżego powietrza, wykonać proste ćwiczenie fizyczne, porozmawiać z kimś, zjeść lub napić się itp.



# Pomoc w odrabianiu prac domowych



Trudności w nauce → wspólna nauka

Samodzielne dziecko → sprawdzanie prac pisemnych, kontrolowanie poprawności toku myślenia podczas nauki

## WAŻNE!

Nie wyręczamy dziecka - rola rodzica powinna ograniczać się do **towarzyszenia** oraz **pomocy** w rozwiązywaniu trudniejszych zadań.

Praca nad wykształceniem nawyku kończenia jednego zadania przed rozpoczęciem następnego.

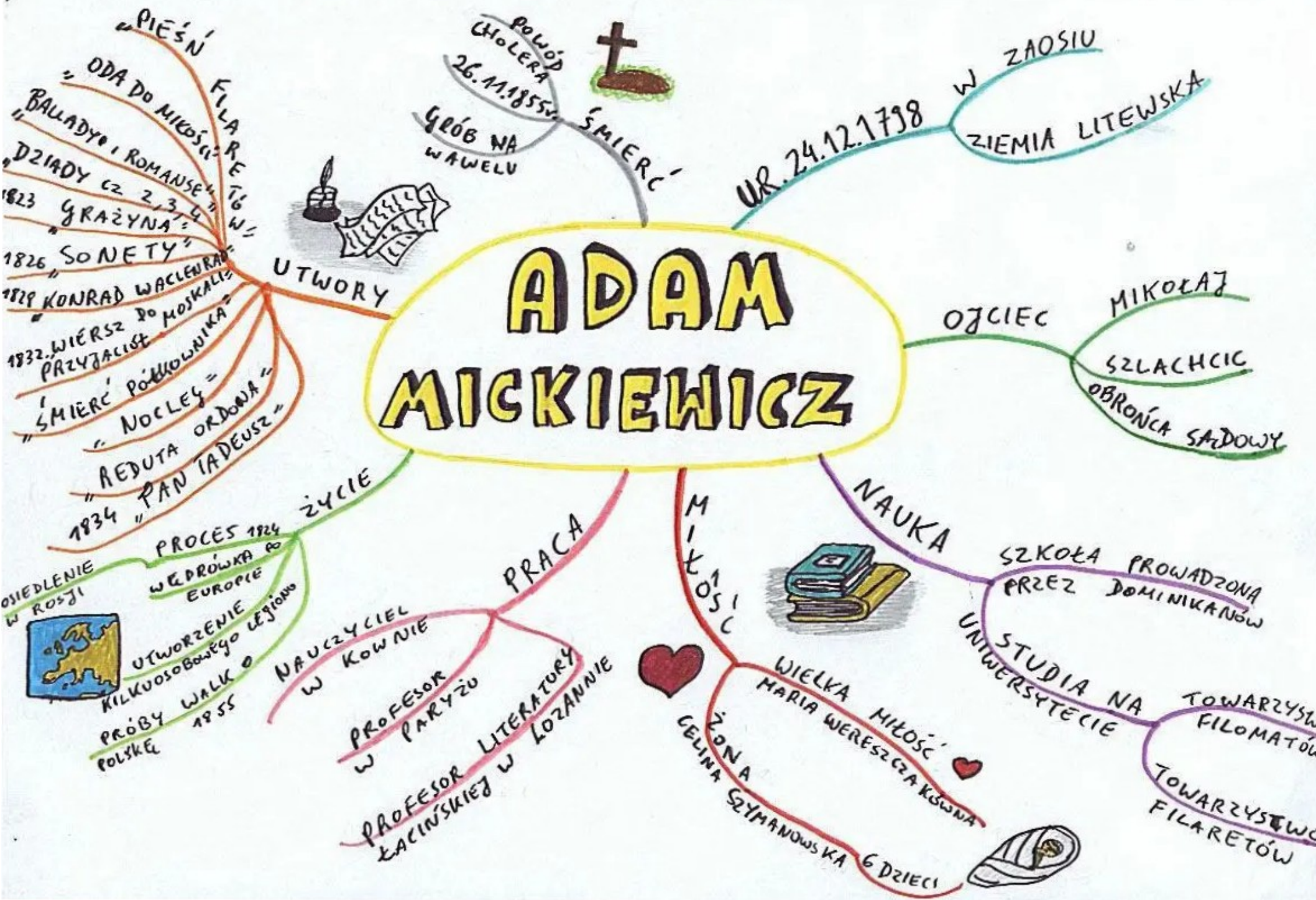


# Wykorzystywanie technik ułatwiających zapamiętywanie



- notatki z wykorzystaniem różnych kolorów
- podkreślenia
- zabawne rysunki
- skojarzenia
- wykresy
- mapy myśli
- umieszczanie kluczowych słów i haseł na tablicy, ścianie, biurku.





# Ocena rezultatów pracy



Każdy lubi, gdy jego starania są doceniane. Pamiętajmy więc, aby zauważać, chwalić i nagradzać włożonych wysiłków i starań, bez względu na uzyskane efekty. Takie zachowanie motywuje dziecko do dalszej pracy oraz podnosi jego samoocenę.

Nie należy stawiać dziecku zbyt wygórowanych wymagań, swoje oczekiwania trzeba dostosować do jego możliwości.



# Emocjonalne wsparcie



Przybieranie postawy wspierającej ułatwia redukcję stresu i wewnętrznego napięcia, a także wzrost motywacji wewnętrznej dziecka.



# Stymulowanie rozwoju dziecka



Praca nad ogólnym rozwojem dziecka poprzez wspólne czytanie książek, poszerzanie zasobu słownictwa, oglądanie programów dotyczących ciekawostek przyrodniczych i/lub technicznych, rozwiązywanie rebusów, krzyżówek, łamigłówek, gry edukacyjne itp.



# Mocne strony i zainteresowania



**Dziecko musi mieć czas wolny przeznaczony na swobodną zabawę i odpoczynek.**

Jest to idealny moment, w którym rodzic może zaobserwować zainteresowania i mocne strony dziecka.





# Stały kontakt z nauczycielami



Należy monitorować sytuację dziecka na bieżąco.  
Rozmawiać o postępach dziecka oraz pojawiających się trudnościach.

W razie występowania jakichkolwiek problemów należy reagować **NATYCHMIAST**.



# Budowa relacji międzyludzkich



Bardzo ważne jest uczenie dziecka umiejętności społecznych takich jak: czekanie na swoją kolej, szacunek do innych osób, przyjmowanie odpowiedzialności za swoje zachowanie.

Należy zwracać szczególną uwagę na utrzymywanie kontaktu wzrokowego i koncentrację uwagi podczas rozmowy.



# „Po co właściwie tego się uczyć?”



Każdy uczeń w jakimś momencie swojej kariery szkolnej zadaje sobie to pytanie.

**Rolą rodzica jest pomóc dziecku dostrzec korzyści, jakie może odnieść z posiadanej wiedzy, pokazać mu, w jaki sposób powiązać ją z codzienną rzeczywistością i jak wykorzystać ją w praktyce.**

Tutaj wsparcie rodziców i dawanie przykładu własnym postępowaniem jest niezastąpione. Zachęcajmy dziecko do rozmów, do myślenia, do wyrażania własnych opinii. Rozbudzajmy w nim zainteresowanie otaczającym światem. Pokażmy mu, że nauka naprawdę może być interesująca i przyjemna.



# Podsumowując...



Rodzicu:

- podkreślaj znaczenie nauki w życiu człowieka,
  - nie przypisuj zbyt dużej wagi ocenom,
  - nie wyrażaj się negatywnie o szkole i o nauczycielach,
  - doceniaj pracę i samodzielność,
  - dostrzegaj osiągnięcia dziecka,
  - nie krytykuj, nie oceniaj,
  - pomagaj, ale nie wyręczaj,
  - nie wyśmiewaj niepowodzeń, ale wskaż jak można uczyć się na błędach,  
nie stawiaj wymagań wobec dziecka ponad jego możliwości,
  - pokazuj praktyczne zastosowania informacji zdobytych w szkole,
  - wzbudzaj w dziecku zainteresowania wieloma dziedzinami życia,
  - stwórz warunki do poszerzenia wiedzy i doświadczeń dziecka,
  - pomagaj w rozwinięciu umiejętności potrzebnych w nauce (czytanie, zapamiętywanie, koncentracja uwagi itp.),
  - wspieraj
-



Pamiętajmy, nawet najlepsze metody i najbardziej usilne próby mogą zawieść, jeśli nie będziemy dawali dziecku przykładu **własnym postępowaniem**.

To od nas - dorosłych zależy, czy dziecko nauczy się systematycznej pracy i obowiązkowości.





# Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Brzeziny



ul. Konstytucji 3 Maja 5  
95-060 Brzeziny

tel./fax: 46 874 21 76    Kom.: 531 838 940

e-mail: [poradnia@pppbrzeziny.pl](mailto:poradnia@pppbrzeziny.pl)

**e-mail: [psychologis@pppbrzeziny.pl](mailto:psychologis@pppbrzeziny.pl)**

