



Психологическая ГОТОВНОСТЬ детей и родителей к ВПР

*подготовила
педагог-психолог*



Это страшная аббревиатура «ВПР»!

ВПР показывает качество усвоения знаний, умений, это проверка способностей и возможностей ребенка, дает возможность понять и оценить себя.



Что такое «ВПР»!

- ВПР — это диагностические работы для оценки индивидуальных достижений обучающихся;
- ВПР не являются государственной итоговой аттестацией;
- ВПР проводятся с использованием единых вариантов заданий для всей Российской Федерации, разрабатываемых на федеральном уровне в строгом соответствии с ФГОС;
- ВПР проводятся образовательной организацией самостоятельно.



- Рособрнадзор не рекомендует использовать результаты ВПР для выставления годовых отметок обучающимся;
- результаты ВПР могут быть полезны родителям для определения образовательной траектории своих детей;
- ВПР позволит осуществлять мониторинг результатов введения ФГОС, а также послужит развитию единого образовательного пространства в Российской Федерации.

Взрослые! Не пугайте детей!



- Дети не боятся экзаменов, для них это скорее новое приключение !
- Детям нужна моральная поддержка, настрой на спокойное и уверенное отношение к ВПР!



Составляющие готовности к сдаче ВПР:

- информационная готовность (знание о правилах поведения и т.д.);
- предметная готовность или содержательная (готовность по определенному предмету, умение решать задания);
- психологическая готовность ("настрой", состояние внутренней готовности к определенному поведению, ориентированность на целесообразные действия).

Как поддержать тревожного ученика?



Создайте ситуацию эмоционального комфорта для ребенка!



Не нагнетайте
обстановку,
напоминая о
серьезности
предстоящего
экзамена и
значимости его
результатов.

Создайте для ребенка ситуацию успеха, поощрения, поддержки!



- Ты у меня все сможешь!
- Я уверена, ты справишься с экзаменами!
- Я тобой горжусь!
- Чтобы ни случилось, ты для меня самый лучший!



Научите ребенка приемам саморегуляции, релаксации, аутотренинга.

- Переключение (с одного вида деятельности на другой).
- Сравнение (сравнить свое состояние с положением других людей).
- Накопление радости (вспомнить приятные события).
- Мобилизация юмора (смех противодействует стрессу).
- Разрядка (физическая работа, игра, любимые занятия).





Полноценный сон
и хорошее
питание
необходимы для
того чтобы
справляться с
трудностями.



**Все ПОБЕДЫ
начинаются
с ПОБЕДЫ
над САМИМ СОБОЙ!**

