



# 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.



- Росособрнадзор 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!**

