

ВСЕРОССИЙСКИЕ ПРОВЕРОЧНЫЕ РАБОТЫ

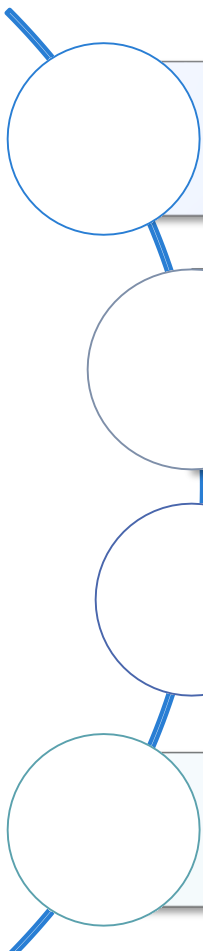
Муниципальная акция
«ВПР для родителей»
Всё решают только знания!

*Начальник информационно-методического отдела
МКУ Управление образования
Федорова Наталья Николаевна*

Единая система оценки качества школьного образования в России



Всероссийские проверочные работы (ВПР) – это контрольные работы по различным предметам, проводимые для школьников всей страны



ВПР направлены на обеспечение единства образовательного пространства

ВПР позволяют осуществлять мониторинг введения ФГОС за счет предоставления образовательным организациям единых проверочных материалов и единых критериев оценивания учебных достижений

ВПР способствуют формированию единых ориентиров в оценке результатов обучения и образовательных достижений обучающихся

ВПР помогают выявлять проблемы в школьном образовании и работать над их устранением

Информация на сайте МКУ Управление образования (→ вкладка ИМО, → Вкладка МСОКО, → вкладка Система оценки качества подготовки обучающихся)



МКУ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА МЕЛЕУЗОВСКИЙ
РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

Главная | ФГОС | ОГЭ, ЕГЭ | Проекты | ИМО | МКУ ЦБ | Профсоюз | Справочная информация

Добро пожаловать на сайт МКУ Управление образования муниципального района Мелеузовский район Республики Башкортостан

- Сотрудники
- Цели, задачи
- План работы
- Дистанционное обучение
- Аттестация
- Учитель будущего
- Полезные ссылки
- Методическая копилка
- Олимпиады
- Конкурсы
- ВПР
- МСОКО
- Механизмы управления качеством образовательных результатов
- Система оценки качества подготовки обучающихся
- Система работы со школами с низкими результатами обучения и/или школами, функционирующими в неблагоприятных социальных условиях
- Система выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи
- Система работы по самоопределению и профессиональной ориентации обучающихся
- Механизмы управления качеством образовательной деятельности
- Система мониторинга эффективности руководителей всех образовательных организаций
- Система обеспечения профессионального развития педагогических работников

Система оценки качества подготовки обучающихся

[План работы по повышению объективности оценивания и повышению результатов ВПР в Муниципальном районе Мелеузовский район](#)

[Система оценки качества подготовки обучающихся](#)

[Анализ выполнения заданий ЕГЭ по истории, обществознанию с адресными рекомендациями](#)

[Направление «Система оценки качества подготовки обучающихся»](#)

[Анализ качества выполнения диагностических работ по оценке функциональной грамотности в МР Мелеузовский район РБ](#)

[Справка по анализу причин необъективности результатов ВПР учащихся МОБУ СОШ с. Дарыно МР Мелеузовский район Республики Башкортостан](#)

[Справка о реализации мер по обеспечению оптимизации графиков проверочных и диагностических работ в соответствии с рекомендациями Минпросвещения и Рособрандзора в образовательных организациях МР Мелеузовский район РБ в 2021-2022 учебном году](#)

[Анализ результатов ЕГЭ по ГЕОГРАФИИ 2020 и 2021 годы](#)

[Анализ результатов ЕГЭ по предмету «Математика» \(профильный уровень\) МР Мелеузовский район](#)

[Предметный анализ результатов ЕГЭ по русскому языку \(за 3 года\)](#)

[Предметный анализ результатов ЕГЭ по химии \(за 3 года\)](#)

[Результаты ВПР 2020](#)

[Информационно-аналитический отчет ВПР 2020-2021](#)

[Анализ ВПР по английскому языку 2020-2021](#)

[Анализ ВПР по биологии 2020-2021](#)

[Анализ ВПР по истории 2020-2021](#)

[Анализ ВПР по математике 2020-2021 \(4 класс\)](#)

[Анализ ВПР по обществознанию 2020-2021](#)

[Анализ ВПР по окружающему миру 2020-2021 \(4 класс\)](#)

[Анализ ВПР по математике 2020-2021](#)

[Анализ ВПР по русскому языку 2020-2021](#)

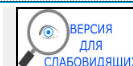
[Анализ ВПР по русскому языку 2020-2021 \(4 класс\)](#)

[Анализ ВПР по физике 2020-2021 \(4 класс\)](#)

[Приказ №111 от 28.02.2022 Об организации и проведении Всероссийских проверочных работ для учащихся 4-8, 10-11 классов общеобразовательных организаций МР Мелеузовский район РБ](#)

[Приказ №154 от 23.03.2022 О переносе сроков проведения Всероссийских проверочных работ для учащихся 4-8, 10-11 классов общеобразовательных организаций МР Мелеузовский район РБ](#)

По всем возникающим вопросам можно обращаться
по тел. 8(34764)32090
или по электронной почте fnn@meleuzobr.ru



Горячая линия по
вопросам приема
в 1 класс

Вопросы по
организации
дистанционного
обучения
fnn@meleuzobr.ru



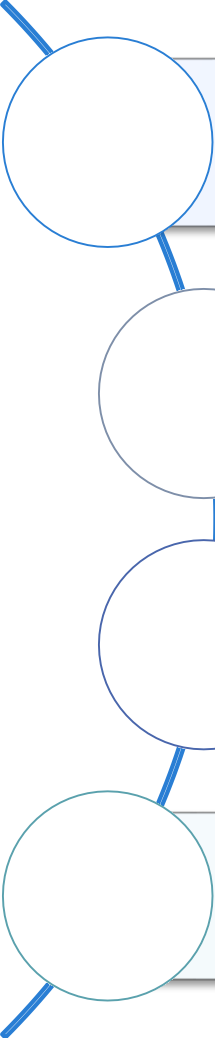
ОБРАЗОВАНИЕ



Администрация
Муниципального района
Мелеузовский район
Республика Башкортостан

Всероссийский
интернет-педсовет

В чем заключаются особенности ВПР?



По результатам ВПР не принимается никаких решений, влияющих на дальнейшую судьбу ребенка, получение аттестата, перевод в следующий класс, поступление в вуз

ВПР не влекут за собой дополнительной нагрузки так, как они заменяют традиционные итоговые контрольные работы в школе

ВПР не должны проводиться во время каникул или после уроков

ВПР для обучающихся 11-х классов проводятся для выпускников, которые не выбирают данные предметы для сдачи ЕГЭ

Кто и как может использовать результаты ВПР?

Образовательные организации

- корректировка образовательного процесса (совершенствование образовательных программ, методик, технологий обучения)
- информирование родителей о результатах ВПР
- проведение педагогических советов по результатам ВПР

Учителя

- планирование индивидуального маршрута обучения для каждого учащегося
- выявление существующих проблем в усвоении начальной, основной образовательной программы по предметам
- самооценка профессиональной деятельности
- формирование направлений совершенствования

Родители и ученики

- объективная оценка уровня учебных достижений ребёнка
- возможность принять участие в построении индивидуальной образовательной траектории ребёнка
- возможность выбора образовательной организации

Где можно найти образцы ВПР?

- Федеральный институт оценки качества образования
https://fioco.ru/obraztsi_i_opisaniya_vpr_2022

Всероссийские проверочные работы в ОО



Образцы и описания проверочных работ для проведения ВПР в 2022 году

4 класс

Образец проверочной работы по русскому языку. 4 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по русскому языку. 4 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по окружающему миру. 4 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по окружающему миру. 4 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по математике. 4 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по математике. 4 класс. 2022 г.

5 класс

Образец проверочной работы по русскому языку. 5 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по русскому языку. 5 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по математике. 5 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по математике. 5 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по истории. 5 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по истории. 5 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по биологии. 5 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по биологии. 5 класс. 2022 г.

6 класс

Образец проверочной работы по русскому языку. 6 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по русскому языку. 6 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по обществознанию. 6 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по обществознанию. 6 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по математике. 6 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по математике. 6 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по истории. 6 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по истории. 6 класс. 2022 г.
Образец проверочной работы по географии. 6 класс. 2022 г.
Описание проверочной работы по географии. 6 класс. 2022 г.

Всероссийские проверочные работы (ВПР) – это комплексный проект в области оценки качества образовательного пространства в Российской Федерации, мониторинг введения федеральных госуд (ФГОС), формирование единых ориентиров в оценке результатов обучения, единых стандартизованных достижений обучающихся.

Указанные цели достигаются за счет проведения ВПР в единое время по единым комплектам заданий, с всей страны критериев оценивания.

В 2021 году Всероссийские проверочные работы проводятся в 4-8 и 10-11 классах образовательных органов Порядку и Плану-графику проведения ВПР.

Методические
рекомендации по
проведению ВПР

Рекомендации по
повышению
объективности оценки
образовательных
результатов

План-график
проведения ВПР
в 2022 году

Образцы и описания
проверочных работ для
проведения ВПР

ОО с признаками
необъективных
результатов


Вебинары по
использованию банка
оценочных средств для
проведения ВПР

Где можно найти ответы на вопросы по ВПР?

- Региональная система оценки качества образования
<https://rsoko.bashkortostan.ru/>

Региональные порталы

Войти



Региональная система оценки качества образования Республики Башкортостан

Организация

Деятельность

Документы


Пресс-центр

ОБЪЯСНЯЕМ.БАШКОРТОСТАН

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ ВОЛНУЮТ ВСЕХ

ОБЪЯСНЯЕМ.РФ

Новости



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ АВГУСТОВСКОЕ СОВЕЩАНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

28 сентября 2022 27

Четыре общеобразовательные организации Республики Башкортостан принимают участие во Всероссийской апробации контрольных измерительных материалов по оценке читательской грамотности

23 сентября 2022 10

С 21 по 23 сентября 2022 года прошли консультации для школ – участниц апробации региональной елиной модели

Решим вместе!

ВПР. Математика. 4 класс. Образец

Код

Проверочная работа по МАТЕМАТИКЕ

4 КЛАСС
Образец

Вариант 1

Инструкция по выполнению работы

На выполнение работы по математике дается 45 минут. Работа содержит 11 заданий.

В заданиях, после которых есть поле со словом «Ответ», запиши ответ в указанном месте.

В заданиях 5 (пункт 2) и 10 нужно сделать чертёж или рисунок.

В заданиях, после которых есть поле со словами «Решение» и «Ответ», запиши решение и ответ в указанном месте.

Если так хочешь изменить ответ, то зачеркни его и запиши рядом новый. При выполнении работы нельзя пользоваться учебниками, рабочими тетрадями, справочниками, калькулятором.

При необходимости можно пользоваться черновиком. Записи в черновике проверяются и оцениваться не будут.

Советуем выполнять задания в том порядке, в котором они даны. Для экономии времени пропускай задание, которое не удаётся выполнить сразу, и переходи к следующему. Постарайся выполнить как можно больше заданий.

ВПР. Математика. 4 класс. Образец

Код

- 1 Найди значение выражения $43 - 27$.

Ответ:

- 2 Найди значение выражения $7 + 3 \cdot (8 + 12)$.

Ответ:

- 3 Рассмотри рисунок и ответь на вопрос: сколько рублей сдачи получит покупатель, расплатившийся за пакет молока и батон хлеба купурой в 100 рублей?



Запиши решение и ответ.

Решение:

Ответ:

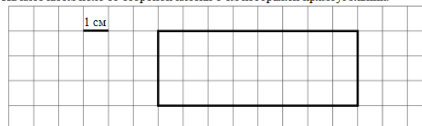
ВПР. Математика. 4 класс. Образец

Код

- 4 Во сколько начались занятия спортивной секции, если они длились 1 час 30 минут и закончились в 17 часов 15 минут?

Ответ:

- 5 На клетчатом поле со стороной клетки 1 см изображён прямоугольник.



- 1) Найди площадь этого прямоугольника.

Ответ:

- 2) Проведи на рисунке выше прямую линию так, чтобы этот прямоугольник оказался разбит на квадрат и ещё один прямоугольник.

- 6 В спортивных соревнованиях по нескольким видам спорта приняли участие 4 команды. Количество медалей, полученных командами, представлено в таблице. Используя эти данные, ответь на вопросы.

Команда	Золотые	Серебряные	Бронзовые
Спартак	7		
Орион	6		
Заря	4		
Весна	3		

- 1) Сколько серебряных медалей завоевала команда «Заря»?

Ответ:

- 2) Какая команда заняла 3 место по сумме медалей?

Ответ:

© 2018 Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки Российской Федерации

ВПР. Математика. 4 класс. Образец

Код

- 10 Миша написал на футболке своё имя (см. рис. 1). Затем он подошел к зеркалу. Нарисуй, как будет выглядеть отражение его имени в зеркале (рис. 2).



Рис. 1



Рис. 2

- 11 В «Детском мире» продавали двухколесные и трёхколесные велосипеды. Максим пересчитал все рули и все колёса. Получилось 12 рулей и 27 колёс. Сколько трёхколесных велосипедов продавали в «Детском мире»?

Запиши решение и ответ.

Решение:

Ответ:

ВПР. Математика. 4 класс. Образец

Код

Система оценивания проверочной работы

Оценивание отдельных заданий

Номер задания	1	2	3	4	5.1	5.2	6.1	6.2	7	8	9.1	9.2	10	11	Итого
Балл	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	18

Ответы

Номер задания	Правильный ответ
1	16
2	67
3	35 или 35 руб.
4	В 15 часов 45 минут или в 15:45
5 пункт 1	24 см ²
5 пункт 2	или
6 пункт 1	8
6 пункт 2	Орион
7	3324
8	7
9 пункт 1	У прогностиста
9 пункт 2	К бухгалтеру
10	
11	3

Решим вместе!

ВПР. География. 6 класс. Образец

Код

Проверочная работа по ГЕОГРАФИИ

6 КЛАСС

Образец

Инструкция по выполнению работы

На выполнение работы по географии даётся 60 минут. Работа включает в себя 10 заданий.

Ответы на задания записывайте в поля ответов в тексте работы. В случае записи неверного ответа зачеркните его и запишите рядом новый.

При выполнении работы не разрешается пользоваться учебником, рабочими тетрадями, атласом и другим справочным материалом.

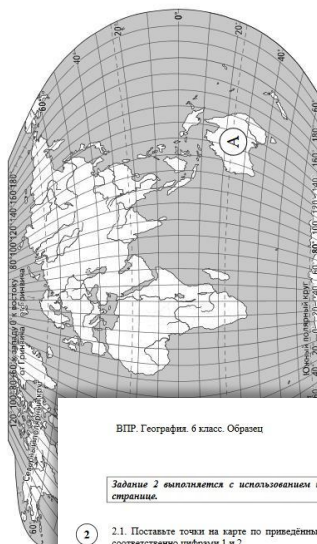
При необходимости можно пользоваться черновиком. Записи в черновике проверяются и оцениваться не будут. Для выполнения заданий с использованием карт Вам потребуются линейка и карандаш.

Советуем выполнять задания в том порядке, в котором они даны. В целях экономии времени пропускайте задание, которое не удаётся выполнить сразу, и переходите к следующему. Если после выполнения всей работы у Вас останется время, то Вы сможете вернуться к пропущенным заданиям.

Желаем успеха!

ВПР. География. 6 класс. Образец

Код



ВПР. География. 6 класс. Образец

Код

Задание 2 выполняется с использованием карты мира, приведённой на предыдущей странице.

2.1. Поставьте точки на карте по приведённым ниже координатам. Обозначьте эти точки соответствующими цифрами 1 и 2.

Точка 1 – 19° ю. ш. 45° в. д.

Точка 2 – 43° с. ш. 45° в. д.

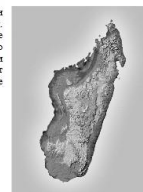
В каком направлении от точки 1 расположена точка 2?

Ответ: _____

2.2. Точка 1 расположена на территории крупного географического объекта. Прочитайте текст, рассмотрите космический снимок и укажите название этого географического объекта.

Это четвёртый по величине остров мира. Он расположен к востоку от Африки и отделён от неё широким проливом. В центральной части острова расположено высокогорное плато, круто обрамляющееся в сторону Индийского океана. Остров уникален по составу растительного и животного мира. Здесь обитают животные, которых нет больше нигде на планете, например леопарды и некоторые виды хамелеонов.

Ответ: _____



ВПР. География. 6 класс. Образец

Код

3.3. Какой из изображённых на photographs объект может быть сооружён на участке, по которому проходит маршрут А–В? Обоснуйте свой ответ.



А – футбольное поле



Б – санный спуск

Содержание верного ответа и указания по оцениванию

Содержание верного ответа и указания по оцениванию	Баллы
Правильный ответ должен содержать следующие элементы: 1) указание объекта: Б – санный спуск; 2) обоснование, например: маршрут проложен по склону с достаточным для санного спуска уклоном, на склоне нет никаких объектов, которые могут помешать спуску, а для сооружения футбольного поля необходим ровный участок. Обоснование может быть приведено в иной, близкой по смыслу формулировке	
Правильно указан объект, дано обоснование	2
Правильно указан только объект	1
Объект указан неправильно независимо от наличия/отсутствия обоснования. ИЛИ Ответ неправильный	0
Максимальный балл	2

ВПР. География. 6 класс. Образец

Код

Задание 1 выполняется с использованием карты мира, приведённой на следующей странице.

1. Рассмотрите карту мира. На ней буквами А и Б отмечены два материка.

1.1. Запишите названия материков в соответствующее поле.

Название материка (А): _____ Название материка (Б): _____

1.2. С каких из названных Вами материков связаны открытия путешественников и исследователей, изображённых на портретах? Укажите название материка.



А. Тасман



Н.Н. Миссури-Максид

Ответ: _____

Подпишите на карте океаны, омывающие берега указанного выше материка.

Решим вместе!

ВПР. Биология. 5 класс. Образец

Код

Проверочная работа
по БИОЛОГИИ

5 КЛАСС

Образец

Инструкция по выполнению работы

На выполнение работы по биологии дается 45 минут. Работа включает в себя 10 заданий.

Ответы на задания записываете в поля ответов в тексте работы. В случае записи неверного ответа исправляйте его и записите рядом новый.

При выполнении работы не разрешается пользоваться учебником, рабочими тетрадями и другими справочными материалами.

При необходимости можно пользоваться черновиком. Записи в черновике проверяются и оцениваться не будут.

Советую выполнять задания в том порядке, в котором они даны. В целях экономии времени пропускайте задания, которые не удается выполнить сразу, и переходите к следующему. Если после выполнения всей работы у Вас останется время, то Вы сможете вернуться к пропущенным заданиям.

Желаем успеха!

В образце представлено по два примера заданий 3 и 4. В реальных вариантах проверочной работы на каждую из этих позиций будет предложено только одно задание.

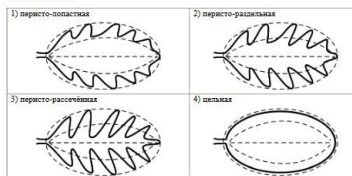
ВПР. Биология. 5 класс. Образец

Код

- 3 Рассмотрите изображение листа сирени и опишите его по следующему плану: форма листа, жилкование листа, тип листа по соотношению длины и ширины листовой пластинки (без черешка) и по расположению наиболее широкой части. Используйте при выполнении задания линейку и карандаш.



А. Форма листа



ВПР. Биология. 5 класс. Образец

Код

- 1 Рассмотрите изображение чёрной смородины и выполните задания.



1.1. Покажите стрелками и подпишите на рисунке *стебель*, *лист*, *цветок (соцветие)*, *плод чёрной смородины*.

1.2. В каком из этих органов в течение всего лета происходит фотосинтез?

Ответ: _____

1.3. В приведённом ниже списке назованы органы растения. Все они, за исключением одного, выполняют функцию полового размножения. Выпишите название органа растения, который «выпадает» из общего ряда и выполняет другую функцию. Объясните свой выбор.

Лист, плод, семя, цветок.

Ответ: _____

- 2 У смородины ранней весной появляются молодые стебли с листьями. Найдите в приведённом ниже списке и запишите название этого процесса.

Дыхание, питание, рост, плодоношение.

Ответ: _____

© 2018 Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки Российской Федерации

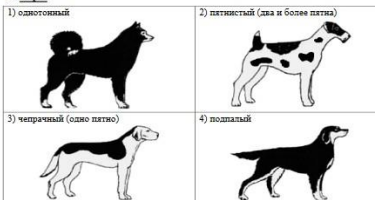
ВПР. Биология. 5 класс. Образец

Код

- 3 Рассмотрите фотографии собак породы немецкий пинчер и опишите её по следующему плану: окрас собаки, форма ушей, форма хвоста.



А. Окрас

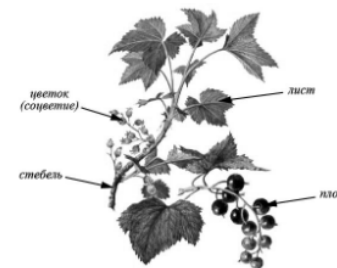


© 2018 Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки Российской Федерации

ВПР. Биология. 5 класс. Образец

Код

- 1.1. Покажите стрелками и подпишите на рисунке *стебель*, *лист*, *цветок (соцветие)*, *плод чёрной смородины*.



Содержание верного ответа и указания по оцениванию	Баллы
Верно подписаны четыре органа растения	2
Верно подписаны только два-три органа растения	1
Верно подписан только один орган растения. ИЛИ Ответ неправильный	0
Максимальный балл	2

1.3. В приведённом ниже списке назованы органы растения. Все они, за исключением одного, выполняют функцию полового размножения. Выпишите название органа растения, который «выпадает» из общего ряда и выполняет другую функцию. Объясните свой выбор.

Лист, плод, семя, цветок.

Содержание верного ответа и указания по оцениванию (допускаются иные формулировки ответа, не искажающие его смысла)	Баллы
Правильный ответ должен содержать следующие элементы: 1) «выпадающий» из логического ряда орган растения: лист; 2) объяснение, например: лист обеспечивает фотосинтез/дыхание/испарение. Объяснение может быть приведено в иной, близкой по смыслу формулировке	
Правильно указан орган растения, дано объяснение	2
Правильно указан только орган растения	1
Орган растения указан неправильно независимо от наличия/отсутствия объяснения. ИЛИ Ответ неправильный	0
Максимальный балл	2

© 2018 Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки Российской Федерации

Составляющие готовности к сдаче ВПР:

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



На фото: учащиеся МОБУ Гимназия №1 - во время проведения ВПР

информационная готовность

(знание о правилах поведения и



?

Как проводятся Всероссийские проверочные работы?

Где?

- В своих школах

В какое время?

- На 2 - 3 уроке

Сколько
длятся?

- От 45 до 90 минут



По каким предметам проводятся Всероссийские проверочные работы?

4 класс

- русский язык
- математика
- окружающий мир

5 класс

- русский язык
- математика
- история
- биология

6 класс

- русский язык
- математика
- география
- обществознание
- биология

7 класс

- русский язык
- математика
- иностранный язык
- обществознание
- биология
- география
- физика
- история

8 класс

- русский язык
- математика
- биология
- обществознание
- физика
- химия
- история
- география

11 класс

- иностранный язык
- география (может проводиться в 10 классе)
- химия
- физика
- история
- биология



Где узнать результаты Всероссийских проверочных работ?

Индивидуальные результаты

- У классного руководителя/учителя-предметника

Результаты класса/школы

- У учителя-предметника
- У заместителя директора по учебной работе
- В методическом отделе или на сайте МКУ
Управление образования

В целях получения объективных результатов ведется контроль за процедурой проведения Всероссийских проверочных работ



Общественным наблюдателем может стать любой гражданин Российской Федерации. Родители (законные представители) могут наблюдать за процедурой проведения ВПР, но только не в день проведения ВПР, когда в процедуре принимает участие их ребенок

При проведении ВПР
в кабинетах организуется
видеонаблюдение в режиме оффлайн



Проверка работ проводится:

- учителями школы
- по единым критериям
- все работы шифруются

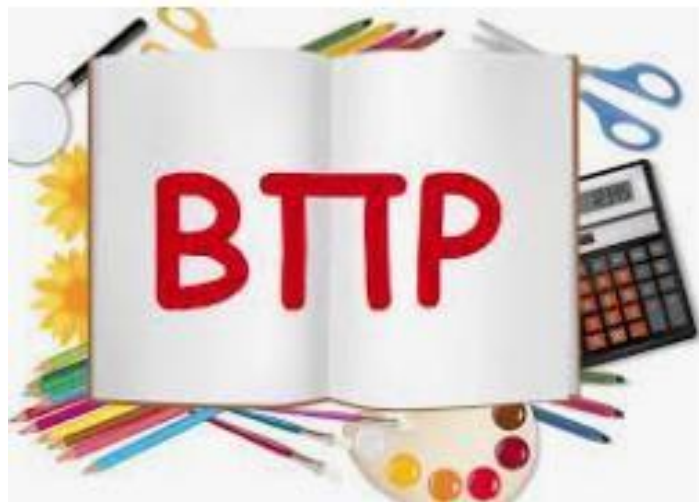


Результаты

вносятся школами в единую
информационную систему

Согласно приказу об участии в проведении ВПР
результаты ВПР (осень 2022)

засчитываются как результаты входной контрольной работы.



Для **ВПР** не требуется
специализированная подготовка!

Все темы изучаются в процессе освоения
основной образовательной программы
начального общего образования в полном
объёме.

Нужна лишь актуализация знаний!



предметная готовность или
содержательная (готовность по
определённому предмету, умение
выполнять задания)



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ
("настрой", состояние внутренней
готовности к определённому поведению,
ориентированность на целесообразные
действия).



Памятка для родителей по подготовке детей к участию во Всероссийских проверочных работах



Всероссийские проверочные работы - это не выпускной экзамен в школе и не государственная итоговая аттестация выпускников.

ВПР проводятся на школьном уровне и представляют собой аналог годовых контрольных работ, традиционно проводившихся ранее в школах.

ВПР - это стандартизированная контрольная работа, чтобы школы и конкретный учитель могли оценить, на каком уровне освоения образовательной программы находится его класс.

Принципы ВПР — это новые технологии, которые обеспечивают единую работу учащихся всех школ страны, и единая система проведения оценки и подхода к формированию заданий.

Важнейший фактор, определяющий успешность Вашего ребенка в ВПР – это психологическая поддержка. Поддерживать ребенка – значит верить в него. Оказывать психологическую поддержку ребенку можно разными способами.



Как помочь ребенку подготовиться к ВПР?

Организация режима дня и питания во время подготовки к ВПР

- ✓ В период подготовки к ВПР учащимся не следует резко менять режим дня. Родителям необходимо позаботиться об организации режима дня, полноценном питании и пребывании ребёнка на свежем воздухе.
- ✓ Старайтесь не допускать перегрузок ребенка. Следите, чтобы ночной сон был не менее 8 часов.
- ✓ Обеспечьте дома удобное место для занятий.
- ✓ Через каждые 30-40 минут занятий обязательно нужно делать перерывы на 10-15 минут.
- ✓ Желательно избегать в этот период просмотров кинофильмов и телевизионных передач, т.к. они увеличивают и без того большую умственную нагрузку.

Как снять стресс перед ВПР?

Если до ВПР еще есть время можно выполнить ряд упражнений мозговой гимнастики, которые занимают буквально по 5 минут, но очень помогают снять эмоциональное напряжение и развивают целый ряд психических процессов. Дети с удовольствием их выполняют как на уроках, так и дома.

Памятка «Подготовка к ВПР»

А) Некоторые закономерности запоминания

- Трудность запоминания растёт непропорционально объёму
- Лучше учить с перерывами, чем подряд, лучше понемногу, чем сразу.
- Распределённое заучивание лучше концентрированного.
- Из двух материалов, большего и меньшего, разумно начинать с большего.

Б) Условия поддержки работоспособности

- Чередование умственного и физического труда.
- Беречь глаза, делать перерыв каждые 20-30 минут.
- Минимум телевизионных передач.

В) Приёмы психологической защиты

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



Памятка «Как поддержать тревожного ученика»

- А) Создайте ситуацию эмоционального комфорта для ребёнка.
- Б) Не нагнетайте обстановку, напоминая о серьёзности предстоящей работы и значимости её результатов. Чрезмерное повышение тревоги у детей приведёт к дезорганизации деятельности.
- В) Создайте для ребёнка ситуацию успеха, поощрения, поддержки.
- Г) Научите ребёнка приёмам само регуляции, релаксации, аутотренинга.
- Д) Познакомьте ребёнка с процессом проведения ВПР.
- Е) Обеспечьте детям ощущение эмоциональной поддержки во время проведения ВПР.



Советы, как вести себя во время ВПР

-Сосредоточься!

Для тебя должны существовать только текст заданий и часы, регламентирующие время выполнения теста.

-Торопись не спеша!

Жёсткие рамки времени не должны влиять на качество твоих ответов. Перед тем, как вписать ответ, перечитай вопрос дважды и убедись, что ты правильно понял, что от тебя требуется.

-Начни с лёгкого!

Начни отвечать на те вопросы, в знании которых ты не сомневаешься, не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Тогда ты успокоишься, голова начнёт работать более ясно и чётко, и ты войдёшь в рабочий ритм. Ты как бы освободишься от нервозности, и вся твоя энергия потом будет направлена на более трудные вопросы.

Советы, как вести себя во время ВПР

-Пропускай!

Надо научиться пропускать трудные или непонятные задания. Затем можно будет к ним вернуться.

-Читай задание до конца!

Спешка не должна приводить к тому, что ты стараешься понять условия задания «по первым словам» и достраиваешь концовку в собственном воображении. Это верный способ совершить досадные ошибки в самых лёгких вопросах.

-Думай только о текущем задании!

Когда ты видишь новое задание, забудь все, что было в предыдущем. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом, поэтому знания, которые ты применил в одном, как правило, не помогают, а только мешают сконцентрироваться и правильно решить новое задание. Этот совет даёт тебе и другой бесценный психологический эффект - забудь о неудаче в прошлом задании (если оно оказалось тебе не по зубам).

Советы, как вести себя во время ВПР

-Исключай!

Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание всего на одном - двух вариантах, а не на всех.

-Запланируй два круга!

Рассчитай время так, чтобы за две трети всего отведённого времени пройти по всем лёгким заданиям («первый круг»), а потом спокойно вернись и подумай над трудными, которые тебе вначале пришлось пропустить («второй круг»).

Советы, как вести себя во время ВПР

-Проверь!

Оставь время для проверки своей работы, хотя бы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить явные ошибки.

-Не огорчайся!

Стремись выполнить все задания. Учитывай, что тестовые задания рассчитаны на максимальный уровень трудности, и количество решённых тобой заданий вполне может оказаться достаточным для хорошей оценки.

Спасибо за внимание !

*«Если ребёнку удаётся добиться
успеха в школе, у него есть все
шансы на успех в жизни»*

Уильям Глассер