
Подготовка к ВПР

— родительское собрание 2021 —

Педагог-психолог
Васильева Ю.А.

«Если ребенку удастся добиться успеха в школе, у него есть все шансы на успех в жизни»

У. Гласер





Ошибки родителей учащихся в ходе подготовки к Всероссийской проверочной работе

Реакция

Отношение к ВПР, как к испытанию, которое можно пройти только ценой больших жертв и, прежде всего, ценой здоровья.

Очень часто родители используют запугивание и «страшилки», обещая беды в настоящем и будущем, которые грозят при получении низкой оценки на ВПР

Сравнение своего ребенка с более успешными сверстниками, старшими братьями и сестрами, подчеркивание их успехов, положительных качеств.

Последствия

Подобная установка родителей часто создает дополнительные проблемы у ребенка.

Страх - плохой помощник в преодолении стресса.

На деле это редко приводит к желанию победить соперника или «взять с него пример», но чаще всего может создать конфликтную ситуацию.

Реакция

Излишняя суета, опека, тотальный контроль и требование интенсивной подготовки, нарушающие режим труда и отдыха («Почему не занимаешься?», «Сколько выучил?», «Почему делаешь не то, а это?»). Родителей часто возмущает желание ребенка прогуляться, отвлечься, пойти в кино или просто поваляться на диване, слушая музыку.

Подчеркивание ответственности, которая лежит на плечах ребенка, - перед школой, учителями, родителями. «Мама этого не переживет», «Бабушку это добьет», «Перед родителями будет стыдно».

Использование перед экзаменом медикаментозных средств как стимулирующего, так и успокаивающего действия.

Последствия

В основном вызывает раздражение и протест.

Усиление волнения и тревоги.

Влияние лекарств может быть непредсказуемым, и неуправляемым. Есть риск негативного влияния на процессы мышления, восприятия, памяти.

Как помочь ребенку подготовиться к ВПР?



Психологическая поддержка.

Поддерживать ребенка –
значит верить в него.

1 – продемонстрировать Ваше удовлетворение от его достижений или усилий:

«Ты уже так многого достиг!».

2 – научить ребенка справляться с различными задачами, создав у него установку:

«Ты сможешь это сделать!».

«Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо», «Ты знаешь это очень хорошо».

3 – телесная поддержка: прикосновения, совместные действия, выражение лица.

Организация режима дня и питания



- ❖ *Не следует резко менять режим дня:* необходимо сохранить привычное время пробуждения и отдыха ко сну, продолжительность и порядок занятий, часы приема пищи и пребывания на свежем воздухе.
- ❖ Полноценное питание! Рыба, творог, орехи, курага и т. д. стимулируют работу головного мозга.
- ❖ Старайтесь не допускать перегрузок ребенка.
- ❖ Следите чтобы ночной сон был не менее 8 часов.
- ❖ Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал. Через каждые 30-40 минут занятий обязательно нужно делать перерывы на 10-15 минут.
- ❖ Ограничьте доступ к тв и компьютерным играм, т.к. они увеличивают и без того большую умственную нагрузку.

УСПЕХОВ ВАМ!

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!

