

Стратегии подготовки к Всероссийским проверочным работам

Способы подготовки к проверочным работам

1. Вместе с ребенком ведите календарь, где будут указаны предстоящие проверочные работы.

2. За 5-7 дней до ВПР вместе составьте план подготовки.

3. Используя меню стратегий подготовки, помогите ребенку решить, какие из них он хочет использовать.

4. Помогите ребенку составить план подготовки за 4 дня до ВПР. Психологические исследования, проводящиеся в течение многих лет, показывают, что во время изучения нового материала более эффективны распределенные занятия, а не концентрированные. Иными словами, если вы планируете потратить 2 часа на подготовку, лучше разбить это время на небольшие отрезки (например, 30 минут каждый вечер в течение 4 дней), чем провести 2 часа за учебниками накануне экзамена. Исследования также показывают, что знания усваиваются во время сна, поэтому в ночь перед ВПР лучше хорошо выспаться, а не зубрить допоздна.

5. Детям, имеющим трудности с сосредоточенностью, проще использовать несколько стратегий попеременно, чем одну в течение всего времени подготовки. Можно ставить таймер для каждой стратегии; когда прозвучит сигнал, ребенок перейдет к следующей (если та, которую он использовал, не понравится ему настолько, что он захочет продолжить).

6. Позаботьтесь о правильном питании, и не стоит пренебрегать витаминными добавками к пище. На нашу память и возможность концентрироваться напрямую влияет достаток или дефицит в организме витаминов, особенно группы «В».

7. Устройте мини-экзамен дома, это добавит ребёнку уверенности в своих силах.

Постепенное ослабление контроля

В зависимости от уровня самостоятельности ребенка ему может понадобиться помощь в составлении плана подготовки, напоминания для его соблюдения, а также контроль выполнения всех шагов. Вы сможете постепенно сводить контроль на нет, сначала сохраняя все виды поддержки, но сверяясь с ребенком по итогам использования каждой стратегии. От подсказок при составлении плана подготовки и напоминаний о начале работы вы, скорее всего, сможете отказаться в последнюю очередь.

Модификации-корректировка способов подготовки

1. После прохождения испытания или получения результатов обсудите с ребенком план подготовки. Какие стратегии оказались самыми эффективными? Какие почти не помогли? Какие стратегии он хочет попробовать в следующий раз? Что можно сказать о времени, потраченном на подготовку? Было ли его достаточно? Сделайте пометки в плане, чтобы они помогли ребенку в следующий раз.

2. Если ребенок считает, что он готовился правильно, но результаты все равно не обнадеживают, поговорите с учителем о том, что можно было

сделать иначе. Может, ребенок изучал не тот материал - или не так, как нужно? Можно попросить учителя составить руководство по подготовке, если у вас его еще нет.

3. Если, несмотря на долгую и усердную работу, ребенок продолжает получать плохие оценки, поговорите с учителем о возможности коррекции (например, дать дополнительное время; предусмотреть возможность пересдачи или дополнительные задания, чтобы компенсировать плохую оценку; предложить альтернативы; позволить ребенку подготовить шпаргалку или пользоваться учебниками). Возможно, потребуется оценить ребенка, чтобы выяснить, не требуется ли ему коррекционная программа.

4. Введите систему поощрений - награды за хорошие оценки.