

## Как помочь своему ребёнку подготовиться к Всероссийской проверочной работе?

(рекомендации для родителей)

- Повторять изученный материал, решать задачи и писать диктанты с детьми начальной школы.

- Контролировать выполнение домашнего задания учащимися основной школы, обеспечить его необходимыми учебниками и пособиями или нанять репетитора.

- Обеспечить достаточный сон, хорошее питание, своевременный отдых на свежем воздухе и понимание близких людей.

- Помочь научиться ребёнку распределять время на проверочной работе. Для этого ребёнок даже при выполнении обычной домашней работы должен иметь перед собой часы, чтобы научиться контролировать время. Также родители могут научить ребёнка отложить задание, которое не получается, и потом вернуться к нему, когда всё остальное уже сделано. И, конечно, надо воспитать в ребёнке привычку проверять написанное.

- Особенного внимания требуют старшеклассники, так как они страдают от перегрузок и стресса. Родители должны наблюдать за самочувствием ребёнка и при первых признаках переутомления убедить его в том, что чрезмерные занятия за месяц до проверочной работы дадут посредственный результат, а чередование занятий и отдыха помогут ясно мыслить на ВПР. И родителям, и детям надо помнить, что ущерб, нанесённый здоровью, невосполним.

- Главная задача родителей – помочь понять ребёнку, что не Вам, а ему нужно хорошо написать проверочную работу. Слова взрослого влияют на ребёнка тогда, когда высказываются в разных вариантах, с разными интонациями, учитывают точку зрения самого ребёнка. Авторитарный стиль общения часто даёт негативный результат, поэтому родители должны суметь принять точку зрения ребёнка и обогатить её своим жизненным опытом.

Удачи и самообладания Вам и вашим детям!