



*Памятка для родителей при подготовке детей к  
всероссийским проверочным работам*

1. Экстренной мерой борьбы со стрессом у детей младшего школьного возраста является откровенная беседа. При этом Вам, уважаемые родители, не стоит давить на ребенка, надо, во что бы то ни стало, сделать так, чтобы он сам, по своей воле, всё Вам рассказал.
2. В процессе беседы по душам Вы должны постараться убедить ребенка в том, что, то новое дело, которое ему предстоит сделать, позволит проявить себя, свои способности, и даже если, что-то не получится, это значит, есть к чему стремиться.
3. У ребенка небольшой жизненный опыт, у него нет представлений о путях выхода из стрессового состояния, он беспомощен перед стрессом. Чтобы помочь ему справиться, Вы должны вспомнить свои детские переживания и поделиться с ним личными способами и мерами борьбы со стрессом. Если даже Ваш опыт окажется непригодным в его ситуации, всё равно ребёнок немного успокоится, узнав, что не только у него бывают проблемы.
4. Чем больше информации имеет ребенок о том, новом деле, которое ему предстоит (в частности, контрольной работе в новой форме – ВПР), тем увереннее он себя будет чувствовать при его выполнении.
5. Прочные знания по изучаемым предметам, также являются условием отсутствия повышенной тревожности у ребенка и успешного выполнения контрольной работы.
6. Моральная поддержка ребенка, формирование уверенности в собственных силах и способностях, но не захваливание, также являются условием успешного выполнения контрольной работы.

*Уверенности и успехов нашим детям!*