А.А. Лобанова,

*Педагог-психолог МБОУ “Луховицкая средняя общеобразовательная школа №2” г.о.Луховицы Московской области*

**Психологические аспекты подготовки школьников к Всероссийским проверочным работам**

*«Если ребенку удается добиться успеха в школе,*

*у него есть все шансы на успех в жизни».*

*У.Гласер*

Всероссийская проверочная работа вошла в нашу жизнь в 2016 году. После отмены выпускных и промежуточных экзаменов, волне успеха Национальных исследований качества образования, в России решили восполнить этот пробел с помощью единых для всей страны контрольных.

Всероссийская проверочная работа( ВПР) – это не экзамен, а мониторинг, который проводится, чтобы определить уровень подготовки школьников во всех регионах России.

ВПР показывает  качество усвоения знаний, умений, это проверка способностей и возможностей ребенка, дает ему возможность понять и оценить себя.

Работа учителя по подготовке к ВПР включает несколько **этапов:**

* методическая и организационная работа;
* контроль за подготовкой к ВПР;
* работа с учащимися, мотивированными к обучению;
* работа со слабыми учащимися;
* работа с родителями.

Кажется, что путь прост – выучи, напиши и все. Но нет, мы с вами говорим о младших школьниках, о детях, для которых любая проверка их знаний – это испытание, требующие как физических, так и психологических усилий.

Каждый год в рамках классно-обобщающего контроля я изучаю уровень учебной тревожности учащихся. В результате диагностики  общей школьной тревожности учащихся 3-4 классов получила следующие результаты (диагностика проводилась весной 2018 года):

3 А – 13%

3 Б – 22%

3 В – 35%

4 А – 33%

4 Б – 38%

4 В – 16%

Школьная тревожность  — это самое широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого школьного эмоционального неблагополучия. Прежде всего она выражается в волнении, повышенном беспокойстве в учебных ситуациях.

Поэтому необходимо выработать совместную стратегию подготовки учащихся к ВПР, включающую в себя:

* развитие у обучающихся познавательного компонента психологической готовности к ВПР: отработка навыков самоорганизации и самоконтроля, волевой саморегуляции, развитие внимания, памяти, мышления;
* уменьшение уровня тревожности у обучающихся с помощью овладения навыками психофизической саморегуляции;
* создание необходимого психологического настроя у педагогов, классных руководителей, обучающихся и их родителей во время подготовки и проведения ВПР [1].

Для родителей первостепенную важность приобретает вопрос о том, как помочь детям успешно справиться с этими традиционными испытаниями. Что значит – быть психологически готовыми к проверочной работе? В какой помощи и поддержке со стороны взрослых нуждаются обучающиеся, которым предстоит выполнить ВПР?

Для успешного выполнения любой ответственной контрольной работы важны как знания, которыми обладает ученик, так и соответствующий психологический настрой. Исследования психологов показывают, что успех на контрольной работе зависит от четырех факторов: интеллектуальных способностей ребенка, его знаний по предмету, навыков владения самостоятельного выполнения заданий, уверенности в своих силах.

 Родители могут помочь школьнику снизить эмоциональное напряжение, оградив его от своих переживаний, сохраняя дома спокойную доброжелательную атмосферу. Ребенку всегда передается волнение взрослых. Но если мама в ответственный момент может успешно справиться со своими эмоциями, то сын (или дочь) наблюдают и усваивают модель стойкого, разумного и уверенного поведения.

Не следует запугивать ребенка, постоянно напоминая ему о сложности и ответственности предстоящей работы. Это не повышает учебную мотивацию и интерес к урокам, а только создает эмоциональные барьеры, которые сам школьник преодолеть не может. С другой стороны, не следует относиться к проверочным работам излишне легкомысленно и расслабленно.

Оптимальным настроем является сбалансированное рабочее состояние. Родители могут помочь ребенку эффективно распорядиться временем и силами при регулярном выполнении домашних заданий, при подготовке к ВПР. В течение всего учебного года взрослым необходимо заботится о том, чтобы ребенок придерживался сбалансированного питания и разумного распорядка дня. Несмотря на важность учебных занятий, у него должно оставаться достаточное время для сна, отдыха, прогулок на свежем воздухе, общения с друзьями. Учащихся четвертых классов еще нуждаются в регулярном напоминании о необходимости правильно организовать свое рабочее пространство: убрать с письменного стола лишние вещи, удобно расположить нужные учебники, пособия, тетради, включить настольную лампу, чтобы обеспечить необходимую освещенность.

Для младшего подростка оптимально заниматься периодами по 30 - 40 минут с десятиминутным перерывом. Следует заметить, что родительская помощь не должна превращаться в гиперопеку. Не стоит отказываться от семейных традиций в распределении обязанностей, отстранять ребенка от обычных домашних забот и поручений, создавать больничную тишину во время выполнения домашних заданий. Больше всего дети нуждаются в доброжелательном понимании их проблем и переживаний, в родительской вере в их возможности [2].

Слова: «Ты постараешься и справишься», - это лаконичная и очень действенная формула, помогающая настроить ребенка на рабочий лад, на спокойное и последовательное решение, стоящих перед ним задач.

*Используемые источники*

1. <http://uchitelya.com/pedagogika/115579-psihologicheskaya-gotovnost-detey-i-roditeley-k-vpr.html>
2. <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2018/12/24/psihologicheskaya-podgotovka-detey-k-vpr>