



Как быстро подготовиться к ВПР

- настроиться на серьезную деятельность. Осознание успешного написания работы и получение хорошей оценки является прекрасной мотивацией;
- организуйте себе пространство, где вы будете готовиться. Выключите телевизор, музыку, телефон. Постарайтесь устранить все раздражители, которые будут отвлекать вас от работы. Приготовьте учебник, тетрадь и ручку.
- если времени на подготовку осталось совсем мало, вам необходимо составить четкий план работы и максимально его придерживаться. Кратко опишите те разделы или темы, которые вам надобно выучить. Сначала изучайте то, что является для вас наиболее сложным. По ходу повторения отмечайте то, что уже изучили. Это поможет вам не запутаться и, к тому же сэкономит время.

- вы можете смело пользоваться подсказками во время подготовки, например, используя готовые домашние задания (gdz-otvet.ru), решебники.

- обязательно делайте пометки и записи. Можете сделать несколько шпаргалок. Так вы сможете задействовать еще и зрительную память, что значительно облегчит вам процесс запоминания. А вот пользоваться ими

непосредственно во время ВПР лучше не стоит. Во-первых, они будут отвлекать внимание, а во-вторых, если преподаватель их заметит, вам наверняка снизят бал.

- однозначно нет смысла готовиться к ВПР ночью. Вы должны полноценно отдохнуть, иначе наутро не сможете вспомнить и половины того, что учили накануне. Перед сном еще раз повторите формулы и правила, проговорите наиболее сложные для вас понятия.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
СЛУЖБА

И помните, всегда
есть люди
готовые вам
помочь!



Психологическая подготовка к ВПР

Советы по ПОДГОТОВКЕ

- Готовься планомерно
- Соблюдай режим дня
- Питайся правильно
- Во время подготовки чередуй занятия и отдых

НАКАНУНЕ проверочной работы

С вечера перестань готовиться. Выспись как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением своего здоровья, силы, «боевого» настроя.

Советы ВО ВРЕМЯ проверочной работы

- Соблюдай правила поведения на проверочной работе!
- Слушай как правильно заполнять бланк!
- Работай самостоятельно!
- Используй время полностью!

При работе с заданиями:

- Сосредоточься
- Читай задание до конца!
- Думай только о текущем задании!
- Начни с легкого!
- Пропускай!
- Исключай!
- Запланируй два круга!
- Проверь!
- Не оставляй задание без ответа!
- Не огорчайся!



Советы ПОСЛЕ проверочной работы

Способы снятия напряжения, негативного влияния стресса:

- Занятия спортом;
- Танцы;
- Йога;
- Рисование;
- Пение
- И многие другие занятия интересные для человека

«Скорая помощь» в стрессовой ситуации

1. Необходимо оглядеться вокруг и очень медленно и внимательно осмотреть все, что находится вокруг. Это отвлекает от стрессового напряжения.

2. Перед проверочной работой произнесите: «Я все знаю, Я учился хорошо, Я уверен в своих знаниях. Спокойно»

3. Дыхание: глубокий вдох и медленный выдох.

4. Чтобы снять стресс нужно как можно более активнее включаться в какую-либо деятельность., например, физический труд.

График проведения ВПР-2025

Класс	Предметы	Время
4	Русский язык	Один урок
	Математика	Один урок
	<u>Один из предметов:</u> окружающий мир, литературное чтение, иностранный язык	Один урок
5	Русский язык	Один урок
	Математика	Два урока
	<u>Один из предметов:</u> история, литература, иностранный язык	Один урок
	<u>Один из предметов:</u> география, биология	Два урока
6	Русский язык	Один урок
	Математика	Два урока
	<u>Один из предметов:</u> история, литература, обществознание, иностранный язык	Один урок
	<u>Один из предметов:</u> география, биология	Два урока
7	Русский язык	Один урок
	Математика	Два урока
	<u>Один из предметов:</u> история, литература, обществознание, иностранный язык	Один урок
	<u>Один из предметов:</u> география, биология, физика, информатика	Два урока
8	Русский язык	Один урок
	Математика	Два урока
	<u>Один из предметов:</u> история, литература, обществознание, иностранный язык	Один урок
	<u>Один из предметов:</u> физика, география, биология, химия, информатика	Два урока
10	Русский язык	Два урока
	Математика	Два урока
	<u>Два из предметов:</u> история, литература, обществознание, иностранный язык, география, физика, химия	Два урока

Где можно получить более подробную информацию?

На официальных сайтах:



ФГБУ «ФИОКО»
в разделе «Навигатор ВПР ОО»
(<https://fisoco.ru/nav-vpr-oo>):

- федеральные нормативные документы по организации и проведению ВПР
- методические материалы по организации и проведению ВПР
- образцы и описания проверочных работ в 2025 году
- перечень учебных изданий по тематике ВПР, прошедших экспертизу и получивших положительную экспертную оценку ФГБУ «ФИОКО»



ГАУ ИО ЦОПМКиМКО
в разделе «Оценка качества
подготовки обучающихся»
«Диагностика образовательных
достижений обучающихся»
(<https://coko38.ru/index.php>)

или

у сотрудников сектора оценки качества
подготовки обучающихся по:

тел.: 8(3952)500-287 (доб. 6)
эл. почта: mkro@coko38.ru



ГАУ ИО ЦОПМКиМКО
Центр мониторинга качества образования
Сектор оценки качества подготовки
обучающихся

ВСЕРОССИЙСКИЕ ПРОВЕРОЧНЫЕ РАБОТЫ



2025

БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые родители!

С 11 апреля по 16 мая 2025 года обучающиеся 4-х, 5-х, 6-х, 7-х, 8-х и 10-х классов примут участие во всероссийских проверочных работах.

Региональным координатором ВПР в Иркутской области является ГАУ ИО ЦОПМКИМКО.

На что направлены работы?

На обеспечение эффективной реализации федеральных государственных образовательных стандартов начального, основного и среднего общего образования за счет предоставления организациям, осуществляющим образовательную деятельность, единых проверочных материалов, единых критериев оценивания учебных достижений обучающихся.

С какой целью проводятся работы?

С целью обеспечения единства образовательного пространства.

Задания ВПР:

- проверяют знания и умения, наиболее важные с точки зрения общего развития, использования в повседневной жизни и продолжения обучения; 
- разработаны лучшими специалистами с учетом российского и мирового опыта; 
- побуждают школьников систематически заниматься на протяжении всего учебного процесса, а не только в выпускных классах;
- психологически готовят учащихся к экзаменам в 9-х и 11-х классах (ОГЭ и ЕГЭ).

Всероссийские проверочные работы
НЕ влекут дополнительной нагрузки

Как проводятся ВПР в Иркутской области?



Проверочные работы обучающиеся пишут в своих школах.



На выполнение работы отводится один урок 45 минут или два урока по 45 минут каждый. Задания первой и второй части могут выполняться в один день с перерывом не менее 10 минут или в разные дни.



Работы для каждой школы формируются индивидуально из закрытого банка заданий.



В целях обеспечения соблюдения правил поведения и объективности результатов ВПР привлекаются независимые наблюдатели из представителей органов исполнительной власти.



Проверку работ осуществляет школьная комиссия.



Проверка проводится по специальным критериям, которые позволяют оценить в баллах каждое задание. Баллы суммируются и переводятся в отметку по пятибалльной шкале.

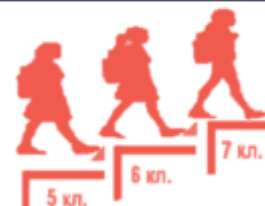


Результаты ВПР всех участников направляются в Федеральный институт оценки качества образования для дальнейшей обработки и анализа.

Что даст родителям участие ребенка в ВПР?

- Оценку уровня учебных достижений ребенка.
- Выявление существующих проблем в усвоении основных образовательных программ по предметам. 
- Возможность принять участие в построении индивидуальной образовательной траектории ребенка.

Результаты ВПР:



НЕ влияют на перевод в следующий класс



НЕ влияют на получение аттестата

Советы родителям

Не нагнетайте обстановку, напоминая о серьезности предстоящей проверочной работы и значимости ее результата!



Ваш эмоционально ровный настрой обеспечит ребенку спокойное и уверенное отношение к ВПР!

Не следует огорчаться, если Ваш ребенок показал не такие высокие результаты, как Вам хотелось бы.

Профессиональные рекомендации специалистов помогут скорректировать его дальнейшую учебную деятельность.

