

ПАМЯТКА ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Семь правил, которые помогут успешно написать ВПР		
1	Соблюдай режим дня	Во время подготовки чередуй занятия и отдых. Питайся правильно. Вечером накануне ВПР постарайся выспаться. На сон удели минимум 8 часов.
2	Сосредоточься	Перед тем, как вписать ответ, перечитай вопрос дважды и убедись, что ты правильно понял(а) вопрос, что от тебя требуется.
3	Пропускай трудные задания	Можешь пропустить задания, если ты испытываешь трудность. Затем вернись к ним, после того, как решил остальные задания.
4	Используй черновик	Он поможет тебе решить задание, проверить себя и безошибочно переписать в бланк для ответов.
5	Читай задание до конца	Старайся понять условия задания и внимательно читай концовку и вопрос задания. Когда ты торопишься, то можешь совершить досадную ошибку.
6	Проверяй	Оставь время для проверки своей работы, хотя бы, чтобы успеть пробежать глазами и заметить ошибки.
7	Успокойся	Если чувствуешь волнение, то примени дыхательные упражнения. И помни, что задания рассчитаны на максимальный уровень трудности, и количество решенных заданий вполне может оказаться достаточным для хорошей оценки.