



# ГОТОВИМСЯ К ВПР В 4 классе: Памятка для ученика

Всероссийские проверочные работы — это важный этап в твоей учебе. Эта памятка поможет тебе подготовиться с уверенностью и показать все свои знания!

# Что такое ВПР и зачем к ним готовиться?



## Что такое ВПР

Всероссийские проверочные работы — это специальные тесты, которые проверяют, как хорошо ты усвоил знания за весь учебный год.



## Зачем готовиться

Подготовка помогает понять, какие темы ты знаешь хорошо, а над какими стоит поработать дополнительно.



## Возможность для успеха

Это не страшный экзамен, а отличная возможность показать все свои достижения и успехи!



# Шаг 1: Планируем подготовку

Правильная организация — залог успешной подготовки. Вот несколько важных советов, которые помогут тебе наладить режим и не перегружаться:

01

## Режим дня

Ложись спать вовремя, чтобы мозг хорошо отдыхал и восстанавливался. Достаточный сон помогает лучше запоминать и усваивать информацию.

02

## Регулярность занятий

Лучше заниматься понемногу каждый день, чем много за один раз. Регулярные короткие занятия эффективнее редких длинных сессий.

03

## Перерывы в работе

Делай короткие паузы каждые 20-30 минут, чтобы не уставать. Вставай, потянись, выпей воды — это поможет сохранить концентрацию.

# Шаг 2: Учимся эффективно

## Понимание вместо зубрёжки

Старайся понять, как решаются задачи, а не просто запоминать ответы. Понимание помогает решать похожие задачи, даже если они выглядят по-другому.

## Образцы заданий

Изучай примеры ВПР прошлых лет — демоверсии. Это поможет понять структуру заданий и не удивляться их формату на реальной работе.

## Визуальная память

Если у тебя хорошая зрительная память, используй схемы, рисунки и цветные закладки. Цвета и картинки помогают лучше запоминать важную информацию.



# Шаг 3: Работаем с материалами

Каждый предмет имеет свои особенности. Вот что нужно знать о каждом из них:



## Русский язык

ВПР состоит из двух частей, на каждую отводится 45 минут. Важно внимательно читать все задания и не спешить с ответами.



## Математика

На выполнение работы дается 45 минут. Нельзя пользоваться учебниками или гаджетами — всё нужно решать самому.






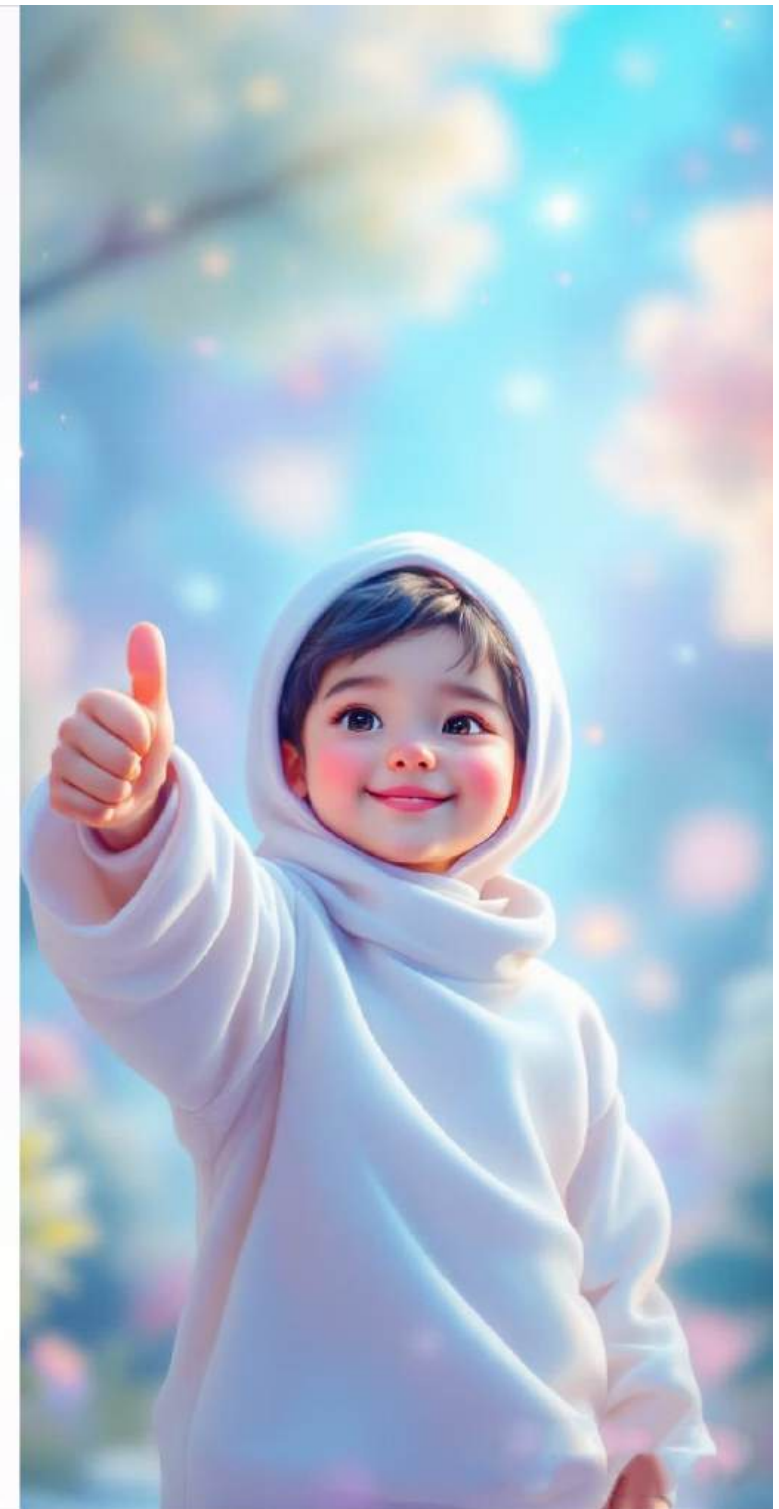
## Окружающий мир

Изучай примеры заданий, чтобы быть готовым к разным типам вопросов — от природы до обществознания.

# Шаг 4: Психологическая подготовка

Правильное настроение — половина успеха! Вот несколько простых, но важных советов для уверенности:

-  **Спокойствие перед работой**  
Глубоко вдохни и выдохни несколько раз. Это поможет успокоить нервы и настроиться на работу.
-  **Позитивный настрой**  
Верь в свои силы! Ты уже многому научился за год, и ВПР — это просто возможность показать свои знания.
-  **Отношение к ошибкам**  
Не бойся ошибок — они бывают у всех. Ошибки — это часть обучения. Главное — сделать выводы и не повторять их в следующий раз.





# Успехов на ВПР!

## Ты не один!

Учителя и родители всегда готовы помочь тебе. Не стесняйся задавать вопросы, если что-то непонятно.

## Спокойствие и уверенность

Главное — сохранять спокойствие, верить в себя и не переживать понапрасну. Ты справишься!

## Хорошее настроение

Подходи к ВПР с позитивным настроением. Это не испытание, а возможность показать, как много ты знаешь!

**Помни:** Ты готовился весь год, и теперь просто покажи всё, что узнал. Удачи! 🌟