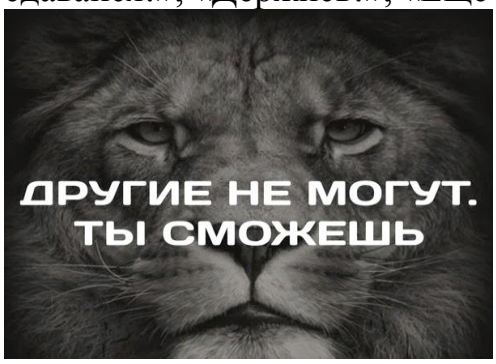
Тренировка воли

Тебе, наверное, часто приходилось вести разговоры о воле и слышать примерно такие высказывания: «Это человек с сильной волей», «Волевой человек», «Слабовольный человек», «Тебе надо воспитывать волю» и другие.

С волей мы встречаемся тогда, когда мы ставим перед собой цель и прилагаем усилия для ее достижения. Воля направлена на достижение цели и преодоление препятствий, которые встречаются на этом пути.

Желания человека исполняются сами собой только в сказках. В жизни желания человека сами собой не исполняются. Для этого необходима воля. Воля проявляется в действиях и поступках человека.

Воля позволяет человеку быть хозяином своего поведения, своих действий. Развитие воли начинается в раннем детстве и проходит длинный путь. Особое значение для развития воли имеет школа.

Учение предъявляет каждому из вас все новые и более серьезные требования. Вы должны выполнять то, что от вас требуют, а это не всегда совпадает с тем, чего вам хочется. Поэтому так важно, чтобы у каждого из вас возникло сильное желание — желание учиться. Ведь так здорово — решать интересные, хоть и сложные задачки, научиться читать, писать, каждый день узнавать новое. Трудности в обучении неизбежны. Но преодолевая их, ты становишься умнее, значительнее, интереснее, взрослее.

Чтобы воспитать в себе волю, нужно изо дня в день сознательно совершать волевые поступки. Сначала научись проявлять свою волю в малом, например, вовремя вставай, вовремя садись за уроки, обедай, отдыхай, принял решение — выполняй, дал слово — держи. Активно побуждай себя действовать в направлении намеченной цели: «Полный вперед!», «Не сдавайся!», «Держись!», «Еще немного!», «Раз решил — действуй!»