

Виховання волі

(корисні поради)

- *Перелічити для себе важкі, але корисні справи (на день) і налаштуватися на їх виконання, намагатися дотримуватися прийнятого рішення.*
- *Поставити мету і поміркувати, який буде результат від цієї справи для себе і для інших.*
- *Після прийняття рішення одразу братися за його виконання.*
- *Займатися фізичними вправами для розвитку сили, витримки, швидкості, спритності.*

