



# ФОРМУЄМО ВОЛЮ ДИТИНИ ЗМАЛЕЧКУ

**Воля – це психічна функція, яка відповідає за контролювання людиною своєї поведінки – вчинків та емоцій. Саме завдяки волі формуються такі особистісні якості, як самостійність, стриманість, рішучість, цілеспрямованість, відповідальність тощо.**

## Крок 1. Режим дня



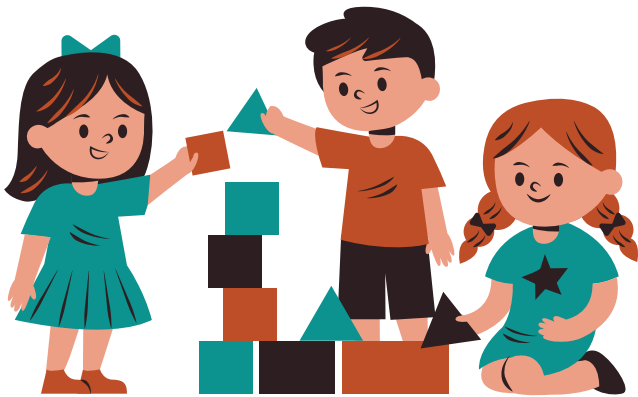
Корисним для розвитку вольової сфери дошкільника є режим дня. Так дитина змалечку привчається, що часом потрібно робити те, що треба, а не хочеться - потрібно прокинутись раніше і піти до дитячого садочка, навіть якщо хочеться довше поспати або погратись; потрібно спинити гру, аби відвідати приватні заняття; потрібно вимкнути мультфільм, бо вже час спати. Також дуже корисним є включення у режим ранкової зарядки, адже щоденна фізична активність не лише робить здоровішим тіло, а ще й формує самодисципліну.

## Крок 2. Заохочуємо самостійність

Дуже часто батьки, самі того не бажаючи, власними вчинками стримують розвиток вольової сфери дитини, намагаючись полегшити життя і дошкільника, і своє. Вдягають та взувають дитину до дитячого садочка й на прогулянку, бо так швидше і простіше, годують дитину, аби вона не забруднилась. Однак такими вчинками батьки гальмують не лише розвиток самостійності дитини, а й вчать її тому, що не потрібно докладати вольових зусиль, аби елементарно подбати про себе - це зроблять інші. Натомість потрібно набратись терпіння і навпаки заохочувати дитину до самообслуговування, як би повільно та невміло це не було на початку.



## Крок 3. Завдання відповідно віку та розвитку дитини



Доцільним для розвитку вольової сфери дошкільника є виконання різноманітних завдань відповідно його віку та розвитку. Таким чином дитина вчиться спрямовувати свою увагу, докладати зусилля для подолання труднощів або вирішення поставленої проблеми. Досягнутий результат не лише даруватиме позитивні емоції, але й сповнюватиме мотивацією до нових звершень. Батьки також можуть заохотити дитину, нагородивши за виконання завдання корисним смаколиками, грою тощо.

## Крок 4. Відтерміноване задоволення.

Відтерміноване задоволення — психологічний феномен, коли людина не піддається спокусі отримати негайну винагороду, щоб згодом отримати іншу винагороду. Як сформувати - можна використати гру "Смаколик". Покладіть перед дитиною шматочок смаколика й повідомте умову "ти можеш або отримати зараз цей 1 шматочок смаколика, або дочекатись мого повернення, не з'ївши смаколик, і отримати вже два шматочки". Якщо дитині наодинці буде важко виконати умову, можна змінити гру - запропонувати або зараз з'їсти шматочок, або після виконання завдання з'їсти два шматочки.

