**Что нужно сделать обязательно до посещения ребенком**

**детского сада**

1. Режим дня дома должен быть похож на режим дня детского сада.
2. Желательно приучить ребенка к горшку (как минимум, чтобы ребенок спокойно садился на него).
3. Научить ребенка есть ложкой. Для годовалых детей – держать ложку, пытаться есть.
4. Отучите ребенка от груди. Кормление грудью сильно привязывает малыша к маме, усложняет адаптацию. Но, если уж, так случилось, что до сада никак не удалось отучить, то во время самой адаптации этого делать не стоит, это слишком стрессирует малыша.
5. Кормите ребенка едой, совпадающей с меню детского сада.
6. Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
7. Повысить роль закаливающих мероприятий.
8. Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.
9. Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
10. Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.
11. И последнее – очень важно, чтобы ребенок много общался с детьми и умел играть самостоятельно.