Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Одной из важнейших задач детского сада и является создание условий для первого социального опыта малышей поступающих в дошкольное учреждение.

Раньше педагоги параметрами готовности ребенка к поступлению в детский сад считали владение навыками самообслуживания и привычку к режиму дня, приближенному к групповому. Даже не обсуждался вопрос о том, в какой мере ребенок готов к разлуке с матерью, к установлению контактов с незнакомыми взрослыми и детьми, к принятию и соблюдению сложных и не всегда понятных для малыша социальных норм и правил. Родители же, отмечая у малыша отсутствие навыков общения, стремились отдать его в детский сад именно для того, чтобы он этому научился. Игнорирование проблемы психологической готовности ребенка раннего возраста к поступлению в ДОУ порождало в дальнейшем так называемого «несадовского» ребенка, который не может и не желает принять более жесткие, чем в семье, социальные нормы и выдвигает в качестве защитного механизма бесконечные соматические и нервные заболевания. При этом  испытывал стресс не только ребенок, но и вся семья в целом.

Комфортность пребывания ребенка  в детском саду достигается через:

- максимальное эффективное использование пространства  детского сада: детские группы должны иметь удобную детскую мебель, красочное оформление в соответствии  с особенностями детского восприятия, современное игровое оборудование.

- установление партнерских отношений и взаимодействия педагогов ДОУ с родителями. Основной лейтмотив – помочь родителям и педагогам научиться  видеть   друг в друге не оппонентов, а единомышленников, ведь конечная цель и у тех и у других одна – полноценное развитие ребенка дома и в детском саду.

- правильная организация игровой деятельности в адаптационный период, направленной на формирование эмоциональных контактов "ребенок - взрослый" и "ребенок – ребенок" и обязательно включающей игры и упражнения,

- обеспечение личностно ориентированного подхода всех специалистов ДОУ к каждой семье и каждому ребёнку на всех ступенях дошкольного образования.

Успешная адаптация детей обеспечивается благодаря внедрению в практику комплекса мероприятий, отвечающим различным требованиям:  
- эффективное использование пространства ДОУ и специальной предметно-развивающей среды, способствующей полноценному развитию ребёнка, удовлетворяющей его двигательную и познавательную активность, обеспечивающей психическую и физическую безопасность воспитанников;  
- формирование доверительного отношения родителей к ДОУ путём тесного взаимодействия с семьями, организованного на базе новых вариативных форм (семейных гостиных, родительских клубов и т. д.; предварительного ознакомления детей и родителей с условиями пребывания в дошкольном учреждении во время проведения Дня открытых дверей, знакомства с будущими воспитателями и специалистами, работающими с детьми раннего возраста;  
- современное информирование родителей о необходимости подготовки ребёнка к поступлению в детский сад, по вопросам формирования у него познавательной активности, умения общаться доступными ему средствами, а также оздоровления и физического развития в домашних условиях;  
- обеспечение личностно ориентированного подхода всех специалистов ДОУ к каждой семье и каждому ребёнку на всех ступенях дошкольного образования.

Существует множество традиционных форм установления партнёрских отношений с родителями, например, такие как ниже приведенные:  
- тематические встречи с родителями, семинары, конференции;  
- ознакомление с условиями пребывания детей в детском саду в День открытых дверей, знакомство с образовательным процессом и разнообразием видов деятельности через «поляну игр», продуктивную деятельность;  
- оформление родительских уголков для оперативного информирования о событиях и представления информации по темам воспитания и развития детей, размещение информации, фото-коллажей на сайте ДОУ;  
- индивидуальное и групповое консультирование родителей специалистами ДОУ;  
- совместные мероприятия, праздники, досуги, литературные викторины, игры.  
 Но любая традиционная форма может иметь разные внешние проявления. Другими словами, всегда есть возможность, «не меняя основного вкуса, заключить конфетку в новую привлекательную оболочку». Опыт показывает, что доверительные отношения легче выстраиваются на ранних этапах знакомства с детским садом именно в период адаптации. Когда родители постепенно учатся отпускать ребёнка, оставлять в новых для него условиях, в коллективе с другими детьми и педагогом. И это очень благодатная почва для установления доверительных партнёрских отношений.   
 Проведение совместных детско-родительских встреч, на которых дети, родители и педагоги вместе играют, танцуют, поют, оформляют коллективные творческие работы — ещё одна ступень на пути преодоления проблем в семейном воспитании. Столь интересная форма работы помогает наладить эмоциональный контакт детей с родителями, способствует формированию таких свойств личности, как самостоятельность, уверенность в себе, активность, доброжелательное отношение к окружающим, умение работать в команде, способность радоваться удачам других, повышает самооценку детей.

Создание условий для комфортной адаптации детей в ДОУ будет способствовать и согласованности действий родителей и педагогов, учитывающих индивидуальные особенности ребёнка, что особенно важно в адаптационный период.