**Доктор Айболит спешит к нам в гости**

**Сценарий совместного физкультурного досуга детей средней группы и**

**их родителей.**

**Цель**: пропаганда здорового образа жизни; воспитание потребности в двигательной активности.

**Задачи:**

- прививать любовь к занятиям физической культурой и спорту;

- воспитывать чувство дружбы и коллективизма;

- развивать спортивные и двигательные навыки у детей.

- использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом

воспитании дошкольников;

- способствовать психологическому сближению детей и родителей,

развитию положительных эмоций;

**Действующие лица:** ведущий, доктор Айболит (взрослые); приглашенные родители и дети; инструктор по физическому воспитанию.

**Реквизиты:** обручи, пособия для полосы препятствий; продукты-угощение; фруктовые соки.

Дети входят за ведущим в зал, встают произвольно.

**Ведущий**: Ребята, посмотрите, у нас сегодня в гостях ваши родители. Давайте с ними поздороваемся.

**Дети:** Здравствуйте.

**Ведущий**: Сегодня мы с вами покажем и расскажем нашим гостям, что же нужно делать, чтоб здоровье сохранить, стать сильным, ловким, смелым. А ещё пригласим родителей поучаствовать в наших состязаниях. Я знаю, что к нам в гости спешит ещё один гость. Отгадайте загадку, и вы его узнаете:

Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и детей.

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор … (Айболит).

Появляется Айболит.

**Айболит**: Очень рад я видеть вас,

Здравствуйте, ребятки.

Я надеюсь, все здоровы?

Всё у вас в порядке?

**Дети**: Да!

**Айболи**т: Очень рад я видеть вас,

Здравствуйте, родители!

В нашем празднике принять

Участья, не хотите ли?

**Родители**: Хотим!

**Айболит:** Я вижу, что у вас всё в порядке. Никто не болен, все веселы, здоровы и никому мои микстуры не нужны. Может быть вы мне расскажите, что вы делаете, чтобы не болеть?

**Ведущий:** Послушайте гости и ты , доктор Айболит, что делают наши дети, чтобы не болеть.

**1-й ребёнок**: Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать!

Приучай себя к порядку-делай каждый день зарядку,

Смейся веселей, будешь здоровей!

**2-й ребёнок:** Спорт и фрукты я люблю,

Тем здоровье берегу.

Все режимы соблюдаю,

И болезней я не знаю.

**3-й ребёнок**: От простуды и ангины

Помогают апельсины,

  Ну а лучше съесть лимон,

Хоть и кислый очень он.

**4-й ребёнок**: Помни истину простую:

Лучше видит только тот,

Кто жуёт морковь сырую

Или сок морковный пьёт.

**5-й ребёнок**: Очень важно спозаранку

Есть за завтраком овсянку.

Чёрный хлеб полезен нам,

И не только по утрам.

**6-й ребёнок**: Чтоб расти нам сильными,

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы разминку делаем.

**Ведущий:** И сейчас ребята вам её покажут.

Дети выполняют упражнения с обручами. Ведущий предлагает родителям и доктору Айболиту принять участие.

**Айболит**: Ой какие мы с вами молодцы, хорошо размялись. А вы знаете, что тот кто спортом занимается, никогда не толкается. А вы на занятиях не толкаетесь? Когда бежите, под ноги глядите?

**Ведущий:** Сейчас ребята тебе, дорогой доктор, и родителям покажут, как умеют физкультурой заниматься и не толкаться.

По скамейке ты иди,

Ровно спинку удержи.

Ну а здесь не зевай –

Мышцы рук укрепляй.

Дети проходят предварительно выставленную полосу препятствий 2-3 раза.

**Айболит:** Молодцы, ребята! Какие вы ловкие и смелые.

**Ведущий:** Айболит, ты присядь, отдохни, да на нас посмотри, как мы занимаемся физкультурой – прыгаем, бегаем, играем.

Наши ножки, наши ножки

Бодро скачут по дорожке.

Мышцы укрепляются -

Силы появляются.

Выполняется эстафета « Запрыгни – выпрыгни».

Раскладывается дорожка из обручей. Родителям предлагается принять участие.

Для детей: Для родителей:

**Ведущий:** А теперь развиваем гибкость в теле.

В обруч пролезай,

Края не задевай.

Выполняется эстафета «Пролезь через трубу».

Родители выстраивают ряд-трубу из обручей. Затем дети берут обручи большего диаметра и также выстраивают ряд-трубу для родителей.

**Ведущий:** Развиваем меткость и глазомер.

Острый глаз,

Меткая рука.

В цель летит наш мячик.

Ни промажем никогда,

Не может быть иначе!

Выполняется эстафета «Перебрось через обруч».

Дети перебрасывают мяч через обруч в корзину. Родители перебрасывают мяч через обруч в корзину, попадая в висящую на обруче цель.

/

**Ведущий:** А теперь укрепляем, развиваем пальцы и кисти рук.

Вот все пальчики мой

Их как хочешь поверни.

И вот эдак, и вот так,

Не обидятся никак.

Раз, два, три, четыре, пять

Не сидится им опять.

Постучали, повертели и работать захотели.

Выполняется эстафета «Пропеллер». Участвуют и дети, и родители.

Обруч вертикально на полу, захват одной рукой. С помощью вращательного движения кисти руки привести обруч в круговое движение вокруг своей оси, успеть поймать обруч не давая ему упасть.

**Ведущий:** Дорогие родители, предлагаю Вам показать детям, как Вы умеете обращаться с обручами.

Родители выполняют различные спортивные манипуляции с обручами.

**Ведущий:** А теперьвсе вместе дружно поиграем, приглашаем и доктора Айболита.

**Игра «Успей занять место**».

На полу по кругу разложены обручи. Количество обручей на один меньше, чем участников. Ваша задача передвигаться бегом в одном направлении вокруг обручей. По сигналу ведущего все игроки должны занять место - запрыгнуть в обруч. Кому не хватило обруча – проигравший, выбывает из игры.

#### **Игра «Бездомный заяц».**

Среди играющих выбираются охотник и бездомный заяц. Остальные играющие – зайцы , которые стоят каждый отдельно в своём обруче. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой обруч; тогда заяц, стоявший в обруче, должен сейчас же убегать, потому что теперь он становится бездомным и охотник будет ловить его. Как только охотник поймал (осалил) зайца, он сам становится зайцем, а бывший заяц – охотником.

**Айболит:** Славно мы поиграли, повеселились. Я очень рад, что вы дружны со спортом. Для здоровья важен спорт,

Чтоб болезням дать отпор.

Нужно спортом заниматься,

И здоровыми остаться!

А за праздник наш весёлый я вас всех благодарю,

Свой подарок витаминный на здоровье вам дарю!

Дети и родители угощаются фруктами и фруктовыми соками.

**Ведущий:** Спасибо тебе, Айболит, мы всё запомнили и будем выполнять твои советы.

**Айболит:** И вам спасибо , ребята. Я очень рад, что побывал у вас в гостях.

Жалко с вами расставаться,

Но настал момент прощаться,

Будет краткой моя речь:

Говорю вам до свидания,

До счастливых, новых встреч !

**Ведущий:** Ребята и вы, дорогие гости, вам понравилось, как мы сегодня поиграли ? Вы поняли, как важен спорт в жизни каждого человека?

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом не разлучен.

Проживешь ты до ста лет!

Вот и весь секрет!

Праздник нам кончать пора,

Крикнем празднику: «Ура!»