

**8 июня 2022 год**

Сегодня середина рабочей недели летнего лагеря "Олимп." Наши ребята после завтрака отправились на экскурсию в музей велосипедов, по дороге любуясь красотами нашей набережной. В музее ребятам рассказали про историю возникновения двухколесного транспорта, познакомили с первым в мире велосипедом, а также показали всю эволюцию от начала до современности. После интересного рассказа экскурсовода, ребятам разрешили прокатиться на всех необычных экспонатах музея. От самого огромного до самого маленького. Дети с удовольствием включились в данный процесс. Новые познавательные факты узнали про своих "двухколесных" друзей. После музея, отправились на обед. После обеда играли в подвижные игры на свежем воздухе. А ещё у пловцов остались силы для проведения тренировки в зале. Ребята выполняли упражнения на расслабление и растяжку. Эти упражнения помогают спортсменам быстро восстанавливаться после высоких нагрузок, укреплять связочно - мышечный аппарат, и активизировать подвижность суставов. Вот так насыщенно прошел день в спортивно-оздоровительном лагере "Олимп"