

Superskoky



Astronauti na Měsíci mohli skákat poměrně vysoko díky menší gravitaci - ta je tam ve srovnání se Zemí 6x menší. Člověk se pak na měsíčním povrchu cítí lehčí, jelikož je tělo méně přitahováno a po výskoku dosáhneme vyšších výšek.

Kvůli cestě na Měsíc je třeba naučit se správně skákat, abychom si při dopadu neublížili a také abychom mohli zkusit pokořit rekord ve skoku do výšky.



<https://www.youtube.com/watch?v=NHeOpJh5Q-M>

Zadání úkolu

- vezměte si švihadlo, se kterým provedete dvě cvičení
 1. budete přes něj skákat 30 s 3x na místě
 2. budete přes něj skákat 30 s 3x a u toho chodit kolem tělocvičny

Rozšíření úkolu

- pokud na to máte ve škole vybavení, zkuste skoky do dálky
- postavte si překážky a skákejte přes ně



Do svého logbooku si poznamenejte, jestli vám skákání přes švihadlo šlo hned, nebo jste potřebovali trénink a proč je toto cvičení pro cestu na Měsíc důležité.

Při zapisování svých kroků zaškrtněte aktivitu "Jump for the Moon".



trainlikeanastronaut.org