Laboratorní práce

**MŮJ VÝKON**

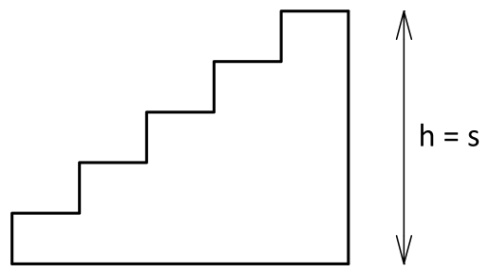
**Úkol:**

1. Změř svůj výkon při chůzi a vyběhnutí do schodů**.**
2. Urči svoji účinnost při vynesení batohu do schodů.

**Pomůcky:** osobní váha, batoh naplněný učebnicemi (asi 8 kg), stopky, pásmo, schody.

**Postup + vypracování:**

**Úkol č. 1**

1. Zjisti svoji hmotnost:
2. Změř výšku schodů, po kterých budeš chodit (běhat):
3. Vypočítej práci, kterou vykonáš při výstupu do schodů ().
4. Změř čas, který potřebuješ
5. k výstupu do schodů
6. k vyběhnutí do schodů
7. Vypočítej svůj výkon
8. při výstupu do schodů
9. při vyběhnutí do schodů

**Závěr:**

Můj výkon při výstupu do schodů je asi a při vyběhnutí do schodů je .

**Úkol č. 2**

1. Urči hmotnost batohu s učebnicemi:
2. Změř čas, který potřebuješ k výstupu do schodů s batohem naplněným učebnicemi:
3. Vypočítej užitečnou práci (potřebnou na vynesení batohu):
4. Vypočítej svůj výkon:
5. Vypočítej skutečnou práci (vynesení batohu a sebe), *m* je tvoje hmotnost: ∙g∙s
6. Vypočítej svůj příkon:
7. Vypočítej svoji účinnost:

**Závěr:**

Moje účinnost je asi ……………..%.

****