

13. 42 km koos Tim'ga



Ülevaade

Sihtrühm: I–II kooliaste, 2.–4. klass (sobib ka vanematele õpilastele).

Õppetööks vajalik aeg: sõltub teepikkusest, liikumise kiirusest.

Ülesande lahendamiseks sobiv koht: kool, kodu, jõusaal, ükskõik kus.

Vajalikud vahendid: hea tuju ja sobiv riietus.

Õppetöö eesmärgid

- Õpilane sooritab keha arengut toetavaid tegevusi: arendab kiirust, jõudu ja vastupidavust.
- Õpilane teab, et liikumine on tervist edendav tegevus.

Seos kosmosega

Kosmoses peavad astronautid olema võimelised sooritama tegevusi, mis nõuavad tugevaid lihaseid ja koordineerimist. Astronaut peab suutma teha kosmosekõndi, see annab meeskonnaliikmetele võimaluse uurida õhusõidukeid väljaspoolt (näiteks kosmosesüstikut või rahvusvahelist kosmosejaama). Vajadusel tuleb tal teostada ka parandustöid.

Ehkki kosmosekõnd on tehtud turvaliseks, siis tingimused, milles seda sooritatakse, on keerulised. Astronaut peab mõnikord tegutsema mitmeid tunde kosmosesõidukist väljaspool. Liikudes peab koordineerima käte ja jalgade tööd. Astronautid valmistuvad kosmosekõnniks (NASA) kosmoskeskuse laboris vee all harjutades.

Sissejuhatus

Tim Peake jookseb Londoni maratoni (42 km) rahvusvahelise kosmosejaama pardal. Ühendage jõud ja jookske kaasa!

Ülesanne

Läbi 42 kilomeetrit endale sobival viisil klassiga, üksi või koos perega.

VIDEO: <https://youtu.be/Go0mKKWoweA>

