



# Baczność!

## Cel doświadczenia:

Jak to się dzieje, że zachowujesz równowagę? Czy umiesz kontrolować położenie swojego ciała w każdej sytuacji? Kiedy jest łatwiej, a kiedy trudniej? Przekonaj się wykonując poniższe doświadczenia.

## Problem do rozwiązania

Jak to się dzieje, że zachowujesz równowagę? Czy umiesz kontrolować położenie swojego ciała w każdej sytuacji? Kiedy jest łatwiej, a kiedy trudniej? Przekonaj się wykonując poniższe doświadczenia.

## Spis materiałów

- 1 chustka do zasłaniania oczu
- 2 kreda

## Etapy przeprowadzania doświadczenia

### I Doświadczenie

- 1 Stań prosto i rozłóż ręce na boki tak, by tworzyły 90 stopni z resztą ciała.
- 2 Nie poruszając się, wytrzymaj w takiej pozycji 1 minutę.
- 3 Spuść ręce i odczekaj chwilę.
- 4 Powtórz to samo doświadczenie z zamkniętymi oczami. Poproś inną osobę, by obserwuje twoje zachowanie.

### II Doświadczenie

- 1 Narysuj na podłodze (np. kredą) kwadrat o boku 0,5 m.
- 2 Stań na jego środku i maszeruj w miejscu przez 1 minutę.
- 3 Powtórz to samo z zamkniętymi oczami. Poproś inną osobę, by obserwuje twoje zachowanie.

### III Doświadczenie

- 1 Narysuj na podłodze prostą linię o długości ok. 10 m.
- 2 Wyciągnij przed siebie ręce i przejdź się wyznaczoną trasą.
- 3 Zrób to samo jeszcze dwa razy, za każdym razem trzymając głowę odwróconą w inną stronę, na bok. Na końcu przejdź się po linii prosto, ale z zamkniętymi oczami.

## **Pytania do doświadczenia**

- 1 Jak czułeś się podczas eksperymentów?
- 2 Czy łatwo było ci wykonać zadania mając zamknięte oczy?
- 3 Co jest przyczyną zaburzeń równowagi? Co na nie wpływa najbardziej?