2023211Z1L1

例1　质量*m*＝70 kg的撑竿跳高运动员从*h*＝5.0 m高处落到海绵垫上，经Δ*t*1＝1 s速度为零，则该运动员身体受到海绵垫的平均冲力约为多少？如果是落到普通沙坑中，经Δ*t*2＝0.1 s速度为零，则沙坑对运动员的平均冲力约为多少？(*g*取10 m/s2，不计空气阻力)