1. Определяем высоту подъёма: (v0)2/2g = 20м
2. Определяем время подъёма: t = v0/g= 2c. Значит из 8 с полёта 2с тело подымалось и 6с свободно падало.
3. Определим путь свободного падения: gt2/2 = 10\*36/2=180м. Если за 0 принять точку начала движения, то координата через 8с полёта равна 20-180= -160м.
4. Путь, пройденный телом равен 20+180=200м