Материальная точка движется прямолинейно по закону $x(t) = \frac{1}{4}t^3 - t^2 - 3t + 19$ (где x — расстояние от точки отсчета в метрах, t — время в секундах, измеренное с начала движения). Найдите ее скорость (в м/с) в момент времени $t = 10$ с.