

Livret enseignant 2016-2017

mise à jour le 19/10/2016



 *De l'Espace pour la Terre*

Inciter les jeunes à une bonne hygiène de vie : manger équilibré, pratiquer une activité physique comme un astronaute.

Un challenge international d'éducation à la santé pour les 8-14 ans

Mission eXplore

Entraîne-toi comme un astronaute !



 

MISSION EXPLORE : mode d'emploi

Sommaire

DESCRIPTION DU PROJET.....	3
CALENDRIER.....	4
INSCRIPTIONS.....	5
SOMMAIRE DES ACTIVITÉS.....	6
EVALUATION.....	7
EVÉNEMENTS DE CLÔTURES.....	7
RESSOURCES.....	8

Description du projet

Mission X propose un challenge, au 2^e trimestre de l'année scolaire, du **16 janvier au 27 avril 2017 (Walk to the Moon)**, pour sensibiliser les jeunes, à l'éducation à la santé (bien manger, bien bouger), en s'appuyant sur le modèle de l'astronaute qui se prépare à partir dans l'espace.

Les astronautes sont soumis à une période de préparation intense pour pouvoir appréhender le voyage spatial dans les meilleures conditions physiques et psychologiques. Ils participent à un entraînement sportif strict et suivent un régime alimentaire spécifique et équilibré.

Vingt-quatre activités permettent de pratiquer et d'apprendre à rester en pleine forme physique et, de mieux comprendre le rôle de l'alimentation pour notre santé physique et psychique.

➤ Comment se déroule le challenge ?

Le challenge se déroule du 16 janvier au 27 avril 2017. C'est la période pendant laquelle les classes de tous les pays participent au projet, mènent à bien les missions qu'ils ont choisies, **partagent leurs expériences et inscrivent leurs points sur le blog** Mission X : <http://trainlikeanastronaut.org/fr>

➤ Comment se déroulent les activités ?

Vous organisez les activités sur la base des fiches proposées par la NASA, en adéquation avec les programmes de CE2, CM1, CM2, 6^{ème}, 5^{ème} et en fonction de votre emploi du temps. Vous pouvez adapter le contenu des activités en fonction de vos ressources, du matériel à disposition et du niveau de vos classes.

Pour chaque activité, vous téléchargez des fiches « enseignants » et/ou des fiches « élèves ». Toutes les fiches « élèves » ont été traduites en français sur le site du projet, certaines fiches « enseignants » ne sont pas traduites. Dans ce cas, les fiches « élèves » deviennent la base de cours pour l'enseignant.

➤ **Faut-il réaliser l'ensemble des activités ? Quand faut-il effectuer ces activités avec la classe ?**

Il n'est pas obligatoire de faire toutes les activités. Vous pouvez choisir les activités qui correspondent à votre programme et aux moyens de votre classe parmi les 24 activités proposées par la NASA.

Vous pouvez commencer les activités avant la date du challenge. Dans ce cas, il faut absolument **conserver les évaluations pour les reporter**, ainsi que les messages des élèves (impressions, photos, vidéos), sur le blog Mission X, **au moment du challenge entre le 16 janvier et le 27 avril 2017.**

➤ **De quoi ai-je besoin pour organiser les activités avec mes élèves ?**

Pour accéder au programme, compléter le blog par vos impressions, photos, etc., et marquer les points : un ordinateur et un accès Internet (au moins pour l'enseignant, au mieux pour chaque élève)

Pour les activités sportives : gymnase, terrain de sport, cours et matériels de sports divers (plots, ballons, espaliers, vélos, poids, etc..).

Pour les activités SVT : salle de classe avec accès à l'eau, l'électricité (+ petits matériels spécifiques à chaque activité, cf. fiches d'activités)

Matériel facultatif : appareil photo, caméra, cardio-fréquence-mètres, etc.

➤ **Quel est le rôle du CNES ?**

Le CNES est le coordinateur du projet en France. Il reçoit les informations provenant de la NASA (agence spatiale américaine) et/ou de l'ESA (l'agence spatiale européenne) et les transmet aux enseignants français. Le CNES propose des ressources documentaires aux enseignants qui souhaitent aller plus loin dans leur démarche et **envoie aux classes participantes des stickers et drapeaux au logo de Mission X (courant janvier 2017)**. Il organise également la clôture de l'événement en France et réalise le bilan français pour la NASA. **Enfin, tout au long de l'année scolaire, vous serez informés par mail sur le déroulement du projet et sur les principales actualités de la mission Proxima de l'astronaute français Thomas Pesquet.**

Calendrier

Début octobre au 2 décembre 2016 : **inscription** des enseignants auprès du **CNES**.

Après l'accusé de réception de l'inscription par le CNES, **inscription, avant le 30 décembre 2016, auprès de la NASA sur le site** : <https://trainlikeanastronaut.org/>

17 janvier 2017 : **coup d'envoi** du challenge international et ouverture du site de Mission X (pour l'inscription des points) – Thomas Pesquet lancera ce challenge depuis la station spatiale internationale

28 avril 2017 : **fermeture du site de Mission X**

Dates à confirmer en 2017 : **événement(s) de clôture** (dates et lieux à déterminer)

Inscriptions

1. Inscrivez-vous **auprès de la Nasa (site Mission X)** : www.trainlikeanastronaut.org
 - A.** Cliquez en haut à droite sur CONNEXION/INSCRIPTION
 - B.** Cliquez sur CREER UN COMPTE (même pour les enseignants qui renouvellent le projet)
 - C.** Complétez le questionnaire et dans la rubrique REGISTRATION CODE, entrer le mot de passe : **RUBINS2017**
 - D.** Vous recevrez une confirmation d'inscription sur votre mail provenant de missionx@trainlikeanastronaut.org, puis, quelques jours plus tard, un mot de passe pour ouvrir votre compte personnel.

Dès que votre espace personnel sera ouvert vous pourrez, du 16 janvier au 27 avril 2017 :

1. **entrer les points** que la classe ou les équipes vont obtenir au cours des activités choisies (de plus amples informations sur le système d'évaluation vous seront communiquées par mail ultérieurement).
2. **écrire sur le blog** pour que les élèves partagent leurs impressions avec les élèves des autres pays du monde, un peu comme un carnet de voyage (photos, films, anecdotes, etc.). Nous attirons votre attention sur l'importance de participer à la mise en ligne de ces blogs, pour la réussite et la valorisation que nous pouvons faire de vos projets

Activités

Parmi les activités proposées en 2017, vous trouverez sur le site de Mission X une description des activités suivantes :

	Activités	Enseignants		Elèves	Discipline
		Fiches	Annexes	Fiches	
	L'énergie chez les astronautes	X		X	SVT
	Retour à la base		X	X	EPS
	Force physique de l'équipage			X	EPS
	Station d'hydratation	X		X	SVT
	Saute jusqu'à la Lune			X	
	Contrôle de la mission			X	EPS
	A la découverte de la gravité		X	X	EPS
	Roll'n roll spatial			X	EPS
	La vitesse de la lumière			X	EPS
	Astro-Course : améliore ton agilité		X	X	EPS
Nouveauté	Le goût dans l'espace	X		X	SVT
	Mission d'exploration			X	EPS
	Gravissons (escaladons) une montagne martienne			X	EPS
	Bâtis-toi un tronc d'astronaute			X	EPS
	Assemblage un puzzle			X	EPS
	Un pas dans l'espace			X	EPS
	Enfourche ta bicyclette spatiale			X	EPS
	Os vivants, os solides	X		X	SVT
	Gravité réduite, alimentation pauvre en graisse	X			SVT

Légende : X = fiche existante

Vous constaterez que sur le site Mission X, certaines fiches « enseignants » n'ont pas été traduites en français. Les fiches « activités élèves » ont toutes été traduites et sont suffisamment complètes pour réaliser de façon pédagogique les activités sportives.

En sciences, **les fiches « enseignants » mises à disposition par la NASA contiennent des annexes indispensables** pour réaliser l'activité avec votre classe. Pensez donc à télécharger les fiches « sciences » et leurs annexes (exemple : pyramide alimentaire) **sur** la partie en langue anglaise (<http://trainlikeanastronaut.org/mission-data>). De même, **certaines activités ont été rajoutées pour cette édition 2017** et n'ont pas été reportées sur la version française du site. **Veillez consulter la version anglaise pour plus d'activités.**

Evaluation

La NASA propose un système d'évaluation des activités dont vous trouverez les fiches à télécharger sur le site de Mission X. Il s'agit de prendre en compte 5 « indices de performance » et de les noter sur 100.

Vous évaluez la classe ou l'équipe (pas de note individuelle). La notation se fait en 3 étapes :

Une note explicative vous sera envoyée ultérieurement par mail.

Evénements de clôtures

Le CNES prévoit d'organiser les événements de clôture dans divers centres de culture scientifique. Ces événements de clôture auront lieux **sous réserve de faisabilité** (programme et dates à confirmer) dans les 3 villes suivantes :

- Paris
- Toulouse

Conditions de participation :

1. Le nombre de places étant limité, le CNES appliquera la règle du « premier inscrit, premier servi » au moment de l'appel à candidature.
2. Les classes devront prendre en charge les transports et les hébergements si nécessaires.
3. L'accueil sur place sera pris en charge par le CNES.

RESSOURCES

Sur le site du CNES :

Tout sur la mission Proxima de l'astronaute Thomas Pesquet

<https://proxima.cnes.fr/fr/proxima-et-les-jeunes>

Vidéos :

<https://videotheque.cnes.fr/>

Photos :

<http://cnes.photonpro.net/cnes/categories>

Sur le site de l'ESA :

<http://thomaspesquet.esa.int/>

le kit pédagogique ISS (vous sera envoyé par courrier en nov/décembre 2016)

http://www.esa.int/Our_Activities/Human_Spaceflight/Education/Le_kit_pedagogique_ISS_-_download

Sur Facebook :

<https://www.facebook.com/ESAThomasPesquet>

Sur le site de la NASA

Deux documents PDF sur la nutrition et les astronautes

http://www.nasa.gov/sites/default/files/space_nutrition_book.pdf

<http://www.nasa.gov/sites/default/files/human-adaptation-to-spaceflight-the-role-of-nutrition.pdf>

Sur le site Mission X (<http://trainlikeanastronaut.org/fr/mission-data>)

- fiches activités élèves
- fiches activités enseignants

Autres sites :

- Lacq Odyssée (association de culture scientifique -64) propose une exposition-animations sur l'alimentation : « bien vivre, bien manger » : <http://lacqodysee.fr/bien-vivre-bien-manger/>
- Le ministère de la santé : <http://www.mangerbouger.fr/>

