

Défi Mission X

Entraîne-toi comme un Parastronaute !

Le projet éducatif international « **Mission X : Entraîne-toi comme un astronaute** » est organisé par les agences spatiales européenne (ESA) et britannique (UK Space Agency) et coordonné en France par le Centre National d'Etudes Spatiales (CNES) dans le cadre du programme éducatif ESERO de l'ESA.

En 2022, le chirurgien britannique **John McFall**, amputé de la jambe droite après un grave accident de moto, est devenu la **première personne en situation de handicap** à intégrer la nouvelle promotion d'astronautes de l'ESA pour rejoindre un programme inédit visant à étudier la « *faisabilité* » de l'accès des vols spatiaux aux « **parastronautes** ». John McFall est aussi un ancien champion du monde parasportif de sprint sur 100 et 200 mètres en 2007, avant de décrocher l'année suivante une médaille de bronze aux Jeux Paralympiques de Pékin ! Il a eu l'honneur de porter le drapeau paralympique lors de la cérémonie d'ouverture des Jeux de Paris le 28 août 2024.

Les **XVII^e Jeux Paralympiques** se déroulent du 28 août au 8 septembre 2024 en France. Durant ces jeux, il est possible d'assister à 23 disciplines sportives différentes comme par exemple l'escrime fauteuil, le goalball, le para-cyclisme sur piste et la para-natation. Contrairement aux disciplines présentées durant les Jeux Olympiques, qui se sont déroulés du 26 juillet au 11 août, beaucoup de ces sports paralympiques sont souvent moins bien connus du grand public.

C'est pourquoi, à l'occasion de cet événement sportif international et de la nomination du premier parastronaute, l'équipe **ESERO France** a décidé de lancer le **défi « Entraîne-toi comme un parastronaute »** pour **les jeunes du 8 à 14 ans accompagnés de leurs professeurs, éducateurs ou parents**. Certaines activités sportives d'entraînement d'astronaute présentes dans le projet Mission X ont été adaptées pour une pratique en situation de handicap. Le défi « Entraîne-toi comme un parastronaute » propose donc de réaliser une ou plusieurs de ces activités pour s'entraîner comme un parastronaute en s'inspirant également des athlètes participants aux jeux paralympiques.

Déroulé du Challenge :

- **9 septembre** : Lancement du défi « Entraîne-toi comme un parastronaute » et [inscription au challenge](#).
 - *Une inscription par équipe avec un minimum de 1 jeune par équipe dans le cadre familial sinon 5 jeunes dans les cadres scolaires ou périscolaires.*
 - *Au moins une personne adulte référente par équipe, cette personne pouvant être la même pour plusieurs équipes mais les jeunes devant être différents dans chaque équipe.*
 - *Peuvent participer des jeunes de 8 à 14 ans dans le cadre scolaire ou périscolaire ou même familial. Une même équipe peut être constituée de jeunes d'âges différents.*

Une confirmation d'inscription indiquant les modalités de déroulement des challenges et du dépôt de vos productions sera envoyée automatiquement par email.

- Les participants sélectionnent et réalisent ensuite une ou plusieurs des activités proposées dans le cadre du défi.



- Les participants produisent un retour en images sur la réalisation de leur défi sous le format de leur choix : soit une vidéo (format standard mp4* - 1min30sec et 200Mo maximum), soit des photos sur une présentation pdf (4 images maximum par activité réalisée). Les formulaires de droit à l'image pour toutes les personnes reconnaissables sur les images seront à joindre à la production déposée (formulaires vierges joints à la confirmation d'inscription).

* Pour convertir les vidéos à des formats standard (1920x1080 (HD 1080p) ou 1280 x 720 (SD 720p)), vous pouvez tester l'utilitaire [MiroVideoConverter](#) facile et gratuit.

- **27 septembre** : Date limite de **soumission de la production** des participants sur la plateforme de dépôt du défi. Les activités peuvent être soumises avant la date de fin du projet. (S'ils le souhaitent, les participants pourront également soumettre les activités réalisées sur le site [Mission X](#) de l'ESA pour faire partie du projet éducatif global de l'édition 2024-2025 et même réaliser d'autres activités jusqu'à fin mai s'ils sont motivés!).
- **17 octobre** : Délibération du jury.
- **18 octobre** : Publication des résultats.

Chaque participant obtiendra un certificat de participation de l'Agence spatiale française. Un jury désignera le prix « Coup de cœur » parmi toutes les productions renvoyées par les équipes participantes avec quelques surprises à la clé !

Les activités disponibles :

- [Le para-cyclisme tandem](#)
- [L'escrime fauteuil](#)
- [Le goalball](#)
- [La para-natation](#)
- [Les handisports de fauteuil](#)



© Gleb Kosarenko

Critères d'évaluation :

- Créativité dans la réalisation de l'activité et fidélité des contraintes liées au handicap correspondant, liens avec la culture spatiale
- Qualité de la production (scénarisation, originalité, dynamisme...)
- Originalité du nom de l'équipe
- Travail en équipe (collaboration, inclusion, diversité...)

Contact : esero.france@cnes.fr

#MISSIONX #TRAINLIKEANASTRONAUT

