UK SPACE AGENCY

France esero

esa

MISSION X

ENTRAINE-TOI 30 MIN/JOUR COMME UN ASTRONAUTE

Missions d'exploration

DESCRIPTION DE LA MISSION

Que ce soit sur la Lune ou sur Mars, les futurs astronautes devront être capables d'explorer les sites d'atterrissage et de récolter des échantillons pour les analyser. Ils/Elles devront également pouvoir déplacer et installer le matériel nécessaire à leurs expériences scientifiques.

Pour cette mission, vous allez devoir rapporter en toute sécurité les échantillons présents sur le site d'exploration jusqu'à la base pour pouvoir les analyser.

Objectifs d'apprentissage :

- Endurance
- Travail d'équipe
- Orientation

PRÉPARATION DE LA MISSION

Organisation de l'activité

- Prévoir un grand espace d'exploration.
- Répartir les élèves en équipes de 3 ou 4.
- Disposer entre 4 et 6 échantillons par groupes dans l'espace d'exploration. Les échantillons doivent être de tailles, formes et masses différentes (petit seau d'eau, petites branches, cailloux, ballon ou balles…).
- Faire attention à ce que les élèves se placent bien pour ne pas se blesser en portant les échantillons.

ÉCHAUFFEMENT

- Tourner 10 fois les bras vers l'avant, puis vers l'arrière.
- 10 flexions de jambes en descendant de plus en plus bas.
- 10 pompes contre un mur.
- Un tour de la zone en trottinant.

DÉROULEMENT DE LA MISSION

- Un premier élève part explorer la zone d'exploration pour recueillir tous les échantillons et les ramener en sécurité à la base.
- Une fois les échantillons ramenés, l'élève retourne les déposer dans la zone d'exploration.
- Tous les élèves effectuent cette tache à tour de rôle.

ADAPTATIONS

Augmenter la difficulté/intensité :

- Faire la mission sous forme de relais. L'équipe la plus rapide a gagné.
- Augmenter le nombre d'échantillons.
- Placer les échantillons plus loin.

Diminuer la difficulté/intensité :

- Diminuer le poids des échantillons.
- Rapprocher les échantillons.

Anecdote : Au cours des 6 missions d'exploration lunaire, les astronautes des missions Apollo ont récupéré et ramené sur Terre 382 kg de roches lunaires !

Fiche adaptée du projet Mission X pour « 30min APQ » par CNES/ESERO FR, 2025