

Strona znajduje się w archiwum.

Mission X. Kosmiczne wyzwanie, w którym dzieci trenują jak astronauta!

06.02.2025

Uczysz w szkole? Prowadzisz zajęcia edukacyjne dla dzieci i młodzieży w innej placówce? A może Twoje dziecko kształci się w systemie edukacji domowej? Centrum Nauki Kopernik oraz Europejska Agencja Kosmiczna (ESA) zapraszają dzieci i młodzież do uczestnictwa w międzynarodowym wyzwaniu Mission X! To znakomita okazja, by zadbać o kondycję fizyczną, rozwijać umiejętność współpracy w zespole oraz odkrywać fascynujący świat Kosmosu.

Wyzwanie Mission X: podróż na Księżyc

Drużyny z całego świata pomagają bohaterom wyzwania - maskotkom Lunie i Leo - dotrzeć na Księżyc. **Podejmując różnorodne aktywności fizyczne i naukowe, zdobywają punkty**, które z kolei przeliczane są na kroki Luny i Leo.

Wyzwanie podzielone jest na kilka etapów. Po osiągnięciu każdego z nich drużyny otrzymują **nagrody** takie jak pakiet startowy czy lekcja online z profesjonalnym trenerem lub z ekspertem kosmicznym. Na najbardziej aktywne zespoły czekają też **nagrody specjalne**.

Na odsiecz zdrowiu - Wasz ruch!

Dzieci i młodzież w Polsce mają za mało ruchu. Minimalny zalecany poziom ogólnej aktywności fizycznej zdolny zaspokoić potrzeby zdrowotne i rozwojowe osób w wieku od 5 do 17 lat wynosi co najmniej 60 minut umiarkowanego wysiłku fizycznego codziennie. Tymczasem aż **85% dzieci w wieku przedszkolnym** i niemal **19% uczniów klas drugich nie osiąga zalecanego poziomu aktywności ruchowej**.

Alarmujące są także ostatnie badania zrealizowane przez Ministerstwo Edukacji Narodowej oraz Ministerstwo Sportu i Turystyki. Wynika z nich, że **sprawność fizyczna dzisiejszych uczniów i uczennic jest dużo niższa niż ich rówieśników z lat 1999 i 2009**. Najwyższy czas to zmienić.

Uczestnictwo w wyzwaniu Mission X może w tym pomóc!

Co daje udział w wyzwaniu?

Uczniowie uczestniczący w wyzwaniu mają okazję **ćwiczyć jak prawdziwi astronauta**: trenują siłę, wytrzymałość, koordynację i orientację przestrzenną. Rozwijają też **umiejętności z zakresu nauk przyrodniczych i współpracy zespołowej**. Liderzy zespołów otrzymują **dostęp do materiałów edukacyjnych ESA** i mogą korzystać ze **szkoleń, spotkań online i warsztatów z ekspertami**, organizowanych przez **Biuro Edukacji Kosmicznej ESERO-Polska**.

Natomiast nauczyciele będący liderami zespołów w Mission X mogą wprowadzić w swoich szkołach **innowację pedagogiczną w ramach ścieżki awansu zawodowego**. Ich udział w wyzwaniu wpisuje się też w jeden z kierunków rozwoju polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2024/25. Dotyczy on **edukacji prozdrowotnej w szkole**, polegającej na kształtowaniu zachowań służących zdrowiu, rozwijaniu sprawności fizycznej i budowaniu nawyku aktywności ruchowej.

Dołączcie do Mission X!

W wyzwaniu biorą już udział 43 zespoły z Polski. Kolejne mogą dołączyć w dowolnym momencie przed końcem maja 2025 roku. Zespół może zgłosić każda osoba pełnoletnia. Można to zrobić w ramach działalności edukacyjnej realizowanej na przykład w **szkole, drużynie harcerskiej, domu kultury, bibliotece** czy **edukacji domowej**.

7 i 19 lutego, o godz. 18.00 odbędą się **spotkania informacyjne online**, dotyczące tegorocznej edycji Mission X. Zapisy przez [FORMULARZ](#).

19 marca dla wszystkich zespołów uczestniczących w wyzwaniu Mission X odbędzie się wyjątkowe **wydarzenie online**, w którym weźmie udział **astrofizyczka i analogowa astronautka**, Justyna Średzińska. Opowie ona o symulowanej na Ziemi misji kosmicznej, w której brała udział. Podczas takich misji analogowi astronauta testują technologie, procedury i wytrzymałość ludzkiego organizmu w warunkach podobnych do tych, jakie panują w Kosmosie na Marcie czy na czy Księżycu.

Więcej informacji o wyzwaniu Mission X: [Mission X 2024/2025](#).

Źródło ESERO-Polska: [ESERO-Polska | Pomysły na kosmiczne lekcje w szkole](#).

Data publikacji 06.02.2025
Data modyfikacji 06.02.2025

Osoba wytwarzająca/odpowiadająca za informację:
Eliza Trzęślewicz

Osoba udostępniająca informację:
Bartłomiej Hopko