



MISSION X

TRAIN LIKE AN ASTRONAUT

Informativna brošura za šolsko
leto 2024/2025

Že desetletja si človeštvo želi potovati v vesolje, da bi raziskali neznano. Preden se astronauti podajo v vesolje, jih čaka obsežno usposabljanje, s katerim se pripravijo na življenje v vesolju.

Astronavti morajo imeti številne kompetence, sposobnosti in poglobljeno znanje na mnogih področjih. Hkrati morajo biti v vrhunski fizični kondiciji. Za pripravo na polet v vesolje so potrebna leta urjenja, zato je dobro, da se prvi koraki k razvoju ključnih veščin pričnejo že v mladosti.

V projektu **Misija X: treniraj kot astronaut** se boste naučili ključnih elementov za ohranjanje kondicije in zdravja, tako v vesolju kot na Zemlji. Temelj projekta, ki so ga razvili vesoljski znanstveniki in strokovnjaki za fitness, je navdušenje nad raziskovanjem vesolja, ki študente navdihne za učenje o znanosti, prehrani, vadbi in vesolju. Projekt je mogoče izvajati znotraj učnega načrta, v obliki športnega dne ali projektnega tedna, lahko se ga vključi v domače naloge ali krožke.

CILJI PROJEKTA

Namen projekta je spodbujanje vključevanja področij STEM (znanost, tehnologija, inženirstvo, matematika) v šolski vsakdan z dvema sklopoma dejavnosti:

- **Športne dejavnosti** ciljajo na moč, vzdržljivost, koordinacijo, ravnotežje, prostorsko zavedanje in druge fizične sposobnosti.
- **Znanstvene dejavnosti** v razredu se osredotočajo na predmete STEM in učencem omogočajo spoznavanje znanstvenih raziskovalnih pristopov, kritičnega razmišljanja, spretnosti timskega dela itd.

IZZIV “SPREHOD DO LUNE-Walk to the Moon”

V celoletnem izzivu SPREHOD DO LUNE-*Walk to the Moon* lahko ekipe po vsem svetu izvajajo aktivnosti *Misije X*. Posamezna ekipa mora opraviti aktivnosti in rezultate vnesti na splet. Ti se nato pretvorijo v korake. Koraki, ki jih predložijo vse sodelujoče ekipe, pomagajo maskotama *Misije X*, Luni in Leu, prehoditi 384.400 km – razdaljo od Zemlje do Lune.

Kako sodelovati?

- Vodje ekip [registrirajo](#) svoje skupine.
- Vodje ekip pregledajo aktivnosti in pripravijo načrt.
- Ekipe izvedejo aktivnosti in jih vpišejo v spletno platformo.

Pridobite korake, da pomagate Luni in Leu prehoditi pot do Lune!

Časovnica

Prijave za šolsko leto 2024/25 so odprte od **11. septembra 2024** do **11. avgusta 2025**. V tem obdobju je možen vnos aktivnosti in pridobivanje korakov.

Izziv je zasnovan tako, da se v celoti izvede v 6 tednih, vendar ga lahko prilagodite. Ni minimalnega ali maksimalnega števila aktivnosti, ki jih je treba izvesti za sodelovanje v izzivu.

Kdo se lahko udeleži?

- **STAROST:** aktivnosti *Misije X* so razvite za starost do 14 let, vendar jih je mogoče enostavno prilagoditi za druge starostne skupine in stopnje spretnosti.
- **EKIPA:** število članov ekipe ni določeno. Spodbuja se medsebojno sodelovanje. Vsaka ekipa potrebuje vodjo, ki je lahko učitelj, mentor, trener ali starš. Kot ekipa lahko šteje tudi družina.
- Sodelujejo lahko ekipe iz vseh držav sveta. Nacionalni organizatorji pomagajo pri izvajanju projekta.

Kako pridobiti korake?

Kalkulator izziva SPREHOD DO LUNE – *Walk to the Moon* bo odprt za vnose od začetka prijav, tj. 11. septembra 2024.

1. **KORAK:** prijava v vaš 'Team Leader' račun.
2. **KORAK:** izberite 'Submit Activities' za vsako vašo ekipo.
3. **KORAK:** Izberite izvedeno aktivnost in ocenite delo vaše ekipe. Kliknite 'Submit'
4. **KORAK:** pridobljeni koraki bodo avtomatsko generirani in dodani strani izziva SPREHOD DO LUNE-*Walk to the Moon*.

Člani ekip lahko svoj napredek spremljajo tudi posamezno s pomočjo [Evidenca misije: dnevnik učenca](#).

PREDPRIPRAVA NA IZZIV

Praktično usposabljanje bo potekalo **22. novembra 2024 na CŠOD Prvine**. Prijave bodo možne prek sistema Katis.

DODATNE INFORMACIJE

Spletna platforma za prijave in vpis izvedenih aktivnosti:

<https://trainlikeanastronaut.org>

Zbirka navodil za dejavnosti (v angleščini) najdete na naslovu:

<https://trainlikeanastronaut.org/educational-activities/>

Udeleženci svoje dejavnosti beležijo v poseben dnevnik, ki se nahaja na naslovu

https://missionx.esa.int/wp-content/uploads/2021/09/20.21_MissionJournal-Student-Logbook-for-students.pdf.

Spletna stran nacionalne podpore – ESERO Slovenija:

<https://projekti.csod.si/esero/predstavitev-esero/>

Nacionalni kontakt: aleksandra.krumpak@csod.si ali monika@center-noordung.si