

L'actu du jour

Mets tes baskets pour aller au musée !

À la Cité des sciences et de l'industrie à Paris, l'exposition « Corps et sport » permet au visiteur de comprendre ce qu'il se passe dans son corps et dans sa tête lorsqu'il fait du sport. Et pour ça, rien de tel qu'un peu d'exercice ! *1jour1actu* te présente une expo qui va te faire bouger.



Dans le musée, tu pourras découvrir comment fonctionne ton corps quand tu fais du sport, mais tu pourras aussi tester tes capacités ! (©Ph.Levy – EPPDCSI)

Pourquoi en parle-t-on ?
Parce que les 22 et 23 juin, c'est la Fête du sport ! À cette occasion, des activités sont prévues partout en France.



Dans l'exposition, entraîne-toi à servir aussi bien que les plus grands joueurs de tennis. (© E.Laurent – EPPDCSI) Que se passe-t-il dans ton corps quand tu fais du sport ? Pour répondre à cette question, des **ateliers sportifs** sont proposés dans le musée pour faire **travailler ton mental et ton physique**.

Contrôle de ballon sur un **parcours clignotant**, **murs d'escalade**, **punching-ball futuriste** : transformée en un grand tapis de sport, l'exposition t'invite à **tester tes compétences**. Un radar peut même **calculer la vitesse de ta frappe** dans une balle de tennis !

Compare tes performances à celles des grands athlètes

Dribble au basket, enchaînement à la boxe anglaise, coup de pied du taekwondo... Tu peux **imiter** devant une caméra **certaines gestes techniques**. C'est l'occasion de comparer ton service au tennis avec ceux de **sportifs professionnels** !

Savais-tu que le **biathlon**, ce sport qui alterne ski et tir, sollicitait **90 % des muscles** ? Avec chaque atelier, l'exposition **t'explique les muscles que tu as utilisés** et les **qualités mentales** dont tu as eu besoin. Au **football**, par exemple, il faut avoir un **bon esprit d'équipe** et une **grande combativité**.

« *Les enfants peuvent **tester leur réactivité, leur endurance et leur coordination**, ou même prendre du **plaisir à regarder les autres faire** », explique Françoise Vallas-Nougaret, la commissaire de l'exposition.*



Ces enfants s'entraînent au biathlon : après avoir couru pour imiter la course de ski, ils doivent tirer à la carabine (ici c'est un pistolet laser). Ce sport demande beaucoup de précision et de calme. (© Ph.Levy – EPPDCSI)

Découvre l'évolution du sport à travers le temps

Après l'effort, tu pourras suivre **l'évolution du sport** dans la société au fil de l'histoire. Par exemple l'histoire du ballon de foot : il était **en caoutchouc et en cuir marron** il y a deux cents ans, mais il est devenu **noir et blanc** pour être **plus visible** pendant les matchs retransmis à la télévision. Tu comprendras aussi les **secrets des champions** pour se dépasser et les **règles** à suivre pour ne pas se blesser.

« *L'exposition montre que **le sport, c'est l'affaire de tous**, et qu'il faut le **pratiquer pour sa santé** mais pas n'importe comment* », précise Françoise Vallas-Nougaret. Une raison de plus pour s'y mettre avant les Jeux olympiques, qui auront lieu à Paris dans cinq ans ! Et pour découvrir un **sport insolite et presque magique**, retrouve bientôt un **reportage sur le quidditch**, à lire sur *1jour1actu*.

Perrine Debacker

Découvre d'autres photos de l'exposition que tu peux voir jusqu'au 5 janvier 2020, à la Cité des sciences et de l'industrie à Paris :

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)