

Génération 2024 : Le cerveau, muscle privilégié des sportifs

Animation scolaire

Lycée général et technologique Joliot Curie, Romilly/Seine

GPS : 48.93372, 2.37038

Du 1 mars 2022 au 31 mars 2022 | Animation réservée aux élèves du lycée Joliot Curie de Romilly/Seine et aux personnels de l'établissement.

"Le sport a de nombreux effets bénéfiques sur le cerveau, en particulier sur l'humeur et la mémoire. Réciproquement, une préparation mentale poussée peut avoir un impact très favorable sur les performances et l'amélioration des conditions physiques des sportifs. D'ailleurs, ces derniers s'adonnent de plus en plus à des exercices mentaux dans leurs préparations. Pour grappiller quelques centimètres par exemple, ou gagner ces quelques secondes nécessaires à battre des records."

<https://www.franceculture.fr/conferences/popsciences/le-cerveau-cet-autre-muscle-des-sportifs> Les élèves de 2nde 4 du lycée Joliot Curie de Romilly/Seine, inscrits pour certains d'entre eux dans des sections sportives réfléchiront à l'impact du sport sur leur cerveau et inversement tenteront de comprendre comment une meilleure connaissance de leur cerveau pourrait leur permettre d'améliorer leurs performances.

Orateur(s)

Marie Biot