Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 8 (2006)

Heft: 2

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

- 7 Plattform // Standpunkte Matthias Remund // Torino o6 – Darauf wollen wir aufbauen! Arturo Hotz // Torino o6 – Was bleibt?
- 8 Schaufenster // News
- 10 Fokus // Tägliche Bewegung
- 20 Gesundheit // Ernährung Antioxidantien // Freie Radikale unter Kontrolle Véronique Keim
- 22 Training // Kräftigung
 Beschwerden // Rücken und Schwangerschaft
 Lorenza Leonardi Sacino
- 24 Gesundheit // Female Athlete Triad
 Leistungssport // Ein gefährliches Dreieck
 Lorenza Leonardi Sacino
- 27 Gesundheit // Observatorium Fragen und Fakten // Wie aktiv sind wir?
- 28 Wissenschaft und Forschung //
 Motivation im Sportunterricht
 Studie der EHSM // Leistung macht Spass
 Daniel Birrer
- 33 mobileclub
- 35 Neuerscheinungen
- 36 Dossier // Fitte Erwachsene
- 46 Projekt // Mobilität
 Strassenverkehr // Keine Macht den «Mama-Taxis»
 Ralph Hunziker
- 48 Brennpunkt // Sportunterricht
 Zurück zum Wesentlichen // Taten statt Klagen
 Kurt Murer
- 52 Vis-à-vis // Richard Reich
 Kunstfertiger Kolumnist // «Dem Sportjournalismus
 fehlt das Gedächtnis»
 Interview: Roland Gautschi
- 54 Schaufenster // Vorschau

Fokus



Tägliche Bewegung

- 10 Übersicht // Starke Argumente für eine stärkere Schule
- 12 Motorik // Geschickter werden
- 13 Gesundheit // Für langes Wohlbefinden
- 14 Persönlichkeit // Stark und selbstsicher werden
- 15 Kognition // Besser lernen
 Ganzheitliche Bildung // Kopf, Herz und Hand
- 16 Sozialkompetenz // Gemeinsam spielen, zusammen lernen Unfallprävention // Sicher durch den Alltag
- 17 Schulentwicklung // Hin zu einer gesunden Schule Weitere Wirkungen // Vielfältige Effekte ermöglichen
- 18 Fazit // Die Sache ins Rollen bringen Christoph Conz

Dossier



Fitte Erwachsene

- **36** Die neuen Alten // Adieu Seniorensport Janina Sakobielski
- 38 Sport im Alter // Den Jahren Leben geben Alfred Aebi
- 39 Nachgefragt // 60 Lenze jung ...

 Andres Schneider
- **40** Moderate Bewegungsformen // Sanft und sicher Ellen Leister
- **42** Wie viel wovon? // Mit einer Prise Kondition Andres Schneider
- 44 Unfallprävention // Achtung Sturzgefahr
- 44 Motivationsstrategien // Angebote mit Profil
 Matthias Brunner

Beilagen

Spielstart

Dem Alter angepasst // Auch Kinder auf der Unterstufe wollen dribbeln, schiessen und punkten! «mobilepraxis» zeigt Lehrerinnen und Lehrern, wie Spielfertigkeiten erworben, angewendet und gestaltet werden können.

Dominik Owassapian, Christin Aeberhard

Tippfitt

Bewegungsberater // Kinder und Jugendliche sollten mindestens eine Stunde täglich körperlich aktiv sein. Erfüllst du diese Richtlinie? Wenn nicht, dann lasse dich von dieser Praxisbeilage zu mehr Bewegung inspirieren. Aber auch Sportskanonen finden darin vielfältige Bewegungsmöglichkeiten für ihren Alltag.

Christine Imhof, Alexa Partoll, Thomas Wyss, Ralph Hunziker



Gibt es knackigere Wege schlank zu bleiben?

Schweizer Früchte – ich weiss warum www.swissfruit.ch