

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
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: 29.01.2026

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

7 Agora // Voix libres

Patrick Badoux // Accepter le défi
Xavier Blanc // Se mettre au diapason

8 A la une // Coup d'œil**10 Focus // Quotidien en mouvement****20 Santé // Alimentation**

Antioxydants // Radicaux libres sous surveillance
Véronique Keim

22 Entraînement // Renforcement

Dos et grossesse // Programme pour toutes
Lorenza Leonardi Sacino

24 Santé // Femme et sport

Triade de l'athlète féminine // Spirale dangereuse
Lorenza Leonardi Sacino

27 Santé // Observatoire

Faits et chiffres // Activités à l'œil

28 Sciences et recherches // Motivation en éducation physique

Etude // Le plaisir de la performance
Daniel Birrer

33 mobileclub**35 Parutions nouvelles****36 Dossier // Adultes au top****46 Projet // Mobilité**

Trafic // Halte aux taxis familiaux
Ralph Hunziker

48 Education physique // Quo vadis?

Retour aux sources // La vérité du terrain
Kurt Murer

52 Face à face // Bernard Challandes

Passion // Un ultrasensible, roi de la motivation
Fabrice Zwahlen

54 Vitrine // Avant-première**Cahiers pratiques****Objectif jeux**

Comme les grands // Les jeux avec balles fascinent les enfants. Lancer, viser, se faire des passes... ça s'apprend déjà dans les petites classes. Ce cahier pratique donne un aperçu des exercices et formes de jeu qui conviennent aux petits pour développer leurs habiletés motrices.

*Dominik Owassapian, Christin Aeberhard
Traduction: Véronique Keim*

Focus**Quotidien en mouvement**

- 10 Panorama // Pour une école forte**
- 12 Aptitudes motrices // Améliorer son potentiel**
- 13 Santé // Pour un bien-être durable**
- 14 Personnalité // Fort et plus sûr de soi**
- 15 Cognition // Mieux apprendre**
Formation complète // Les jambes et la tête
- 16 Compétences sociales // Jouer ensemble**
Prévention des accidents // Sécurité au quotidien
- 17 Evolution // Vers une école plus saine**
Action globale // Effets en cascade
- 18 Bilan // La balle est dans notre camp**
Christoph Conz

Dossier**Adultes au top**

- 36 Nouvelle donne // Super seniors en piste**
Janina Sakobielski
- 38 Portrait // L'étincelle contagieuse**
Marianne Chapuisat
- 39 Le point // Réviser les clichés**
Andres Schneider
- 40 Mouvement // Sûr et en douceur**
Ellen Leister
- 42 Aspects conditionnels // Une douce alchimie**
Andres Schneider
- 44 Prévention // Attention aux chutes**
- 44 Pro Senectute // Reculer l'âge de la retraite... sportive**
Cédric Fauchère

En forme

Bouger plus // Une heure par jour! C'est le temps que les jeunes devraient consacrer à l'activité physique. Utopique? Non, au contraire. Avec les idées distillées dans ce cahier, c'est plutôt un jeu d'enfant!

*Christine Imhof, Alexa Partoll, Thomas Wyss,
Ralph Hunziker
Traduction: Véronique Keim*



**Y a-t-il des moyens plus
craquants de rester mince?**

Les fruits suisses – Je sais pourquoi

www.swissfruit.ch