Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 3 (2001)

Heft: 1

Rubrik: Formation continue

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: 02.07.2025

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

Formation continue de l'ASEP

301 Le dos et son bien-être

Objectifs et contenus: dans ce cours vous apprendrez à améliorer votre tenue et à redresser votre colonne vertébrale, à ménager les disques intervertébraux et à les régénérer ainsi qu'à développer la force et la souplesse de votre épine dorsale. Vous découvrirez des exercices simples pour le bien-être de votre dos et pour parvenir à une meilleure décontraction de vos épaules et de votre nuque dans la vie de tous les jours. Vous vous familiariserez avec les cinq règles de base à respecter et les facteurs psychologiques intervenant dans la santé du dos.
Méthodes: exposés, mouvements, imagination
Public cible: enseignants de sport tous niveaux confondus
Finance d'inscription: membres ASEP: 60 francs; non-membres: 120 francs
Direction du cours: Eric Franklin, Mühlestrasse 28, 8623 Wetzikon, tél. (B) 01 / 970 19 66
Date du cours: samedi 9 juin 2001
Délai d'inscription: lundi 26 mars 2001

2601 Jeux et disciplines à la mode pour l'école (CP Polysport J+S)

Idées directrices, objectifs et contenus: découvrir les nouvelles disciplines sportives à la mode. Présenter une série d'exercices progressifs des disciplines sportives à la mode. Connaître les règles de jeu et les principes d'entraînement relatifs à l'aérobic et au fitness. Acquérir les bases techniques et tactiques. Développer de nouvelles idées pour l'enseignement du sport. Echanger des expériences. Faire du sport.
Offre: base-ball, frisbee (ultimate, discathlon, etc.), inter-crosse, lacrosse, touch football, rugby, flag football, american football, patin à roulettes en ligne, hockey en ligne, half-pipe (en cas de nombre suffisant de participants un cours spécial half-pipe sera organisé!), VTT, beach-volley, escalade, aviron, golf, aérobic et fitness ainsi que d'autres disciplines sportives à la mode dans le cadre du programme général. Le cours compte comme CP J+S Polysport.
Méthodes: séries d'exercices progressifs jeu et fitness éprouvés et présentés par des stagiaires. Nouvelles vidéos.
Public cible: enseignants des degrés primaire et secondaire dispensant le sport.
Remarques: hébergement: demi-pension en chambre double: 85 francs/jour; dortoir + demi-pension: 53 francs/jour; dortoir + repas de midi: 39 francs/jour; camping à Sarnen: à réserver soi-même (tél. 041 / 660 18 66). Frais supplémentaires: environ 85 francs pour la location du matériel , les manifestations, la soirée de cours.
Finance d'inscription: membres ASEP: 100 francs; non-membres: 200 francs.
Direction du cours: Rolf Jakob, Allmendlistrasse 11, 6052 Hergiswil, tél. + fax (P): 041 / 630 45 43 (B): 041 / 660 48 44, e-mail (P): rolfcjakob@cs.com.
Lieu du cours: Sarnen (OW, école cantonale)
Date du cours: du lundi 9 au vendredi 13 juillet 2001
Délai d'inscription: lundi 21 mai 2001

Formulaire d'inscription ASEP

Numéro du cours:

Titre du cours:

Nom:

Prénom:

Rue et N°:

NPA/Localité:

Canton:

Téléphone:

Profession:

Pour les cours J+S: indiquer le N° AVS:

Membre de l'ASEP: oui ☐ non ☐

Si «oui», mentionner l'association cantonale:

A retourner à l'adresse suivante:
Secrétariat de l'ASEP, case postale 124, 3000 Berne 26

Sport dans les écoles professionnelles

A. I: Cours de base: Entraînement de la condition physique et des jeux

Buts et contenu: échange d'expériences sur la didactique propre à l'enseignement dans les écoles professionnelles. Apprentissage et perfectionnement personnel. Satisfaire à l'obligation de se perfectionner dans la branche J+S Polysport.
Football, Athlétisme, Badminton, Santé / Prévention / Fitness (WAGUS). Diverses nouveautés.
Public cible: maîtres d'éducation physique au bénéfice d'un diplôme fédéral. Maîtres autorisés à enseigner le sport aux apprentis. Maîtres de langue maternelle italienne avec de bonnes connaissances du français.
Organisation: Office fédéral du sport de Macolin: E. Banzer, chef du secteur Sport dans les écoles professionnelles (032) 327 61 11
Direction du cours: Ernst Banzer / Divers
Lieu: encore ouvert
Date: du 25 au 29 juin 2001
Délai d'inscription: 10 mai 2001