



# PHenex Journal/Revue phénEPS

## Mot de l'éditeur

### Laissez-vous « entraîner » par les enfants!

À quelques jours de Noël, je vous invite à profiter pleinement de ce temps de l'année pour prendre un repos bien mérité. Pourquoi ne pas consacrer une partie de ce temps de repos à la lecture du dernier numéro de la *Revue phénEPS-PHENex Journal*? Vous y trouverez des articles forts intéressants.

Un de ces articles traite d'un programme d'activité physique visant à développer la confiance en soi et une meilleure gestion de l'anxiété chez de jeunes handicapés intellectuels. Un autre présente une tentative de modifier les comportements antisociaux d'adolescents en les impliquant dans des activités physiques. Dans un autre domaine, on le sait, la pratique d'activités physique devient de plus en plus dispendieuse surtout pour les familles. Les parents ne disposent pas toujours des ressources financières pour permettre à leurs enfants de s'adonner à des activités physiques. Si une telle situation vous préoccupe, il s'avèrera intéressant de lire l'article publié dans ce numéro sur les stratégies utilisées par des parents pour contourner les obstacles financiers auxquels ils font face. Les lecteurs intéressés par la pratique du sport scolaire liront avec intérêt l'article qui décrit les préférences de jeunes athlètes d'écoles secondaires sur le genre de climat sportif qui les attire et les qualités qu'ils recherchent chez leurs entraîneurs. Enfin, un article aborde le développement de la pensée critique chez les futurs enseignants d'éducation physique et santé; il sera certainement d'un grand intérêt pour les formateurs d'enseignants au niveau universitaire.

Au cours des prochaines semaines, (comme j'ai déjà lu le dernier numéro!) j'aurai la chance de côtoyer de jeunes enfants, mes petits enfants dont l'âge varie de 1 à 6 ans. Je suis toujours émerveillé de l'énergie et de la joie qu'ils apportent dans nos vies de parents et de grands parents. Le mouvement est spontané chez eux. Ils bougent, jouent, courent, au point d'épuiser leurs parents et aussi leurs grands parents. En cette période de festivités et de repas copieux vous cherchez des occasions de pratiquer une ou des activités physiques?

Pourquoi ne pas vous laisser « entraîner » par vos enfants? Pourquoi ne pas « jouer avec eux » dans le coin de nature tout près de chez vous?

Allez-y, céder à la tentation. Céder à cette tentation n'ajoutera aucune calorie à votre total de la journée!

Au plaisir de vous retrouver au prochain numéro et bonne lecture.

*Pierre*

Pierre Boudreau, éditeur  
*Revue phénEPS-PHENex Journal*