Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 40 (1983)

Heft: 10

Buchbesprechung: Bibliographie et audiovisuel

Autor: Jeannotat, Yves / Huguenin, Françoise

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: 15.07.2025

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

BIBLIOGRAPHIE ET AUDIOVISUEL

Pour ma bibliothèque

Yves Jeannotat
(Bibliographie établie avec le concours de la Librairie PAYOT SA, Lausanne)

Les livres analysés à cette page ont été lus et trouvés suffisamment intéressants et utiles pour mériter d'être achetés.

Préparation à la gymnastique sportive

Anton Gajdos
Editions Amphora – 1983
14, rue de l'Odéon
F-75006 Paris

Je ne suis pas suffisamment spécialisé en gymnastique artistique pour parler de la valeur intrinsèque de cet ouvrage. Malgré cela, je suis persuadé qu'il vaut la peine d'être recommandé aux entraîneurs et aux maîtres d'éducation physique qui ont à enseigner ce sport, car sa conception pédagogique semble excellente. Traduit par B. Siskova et L. Charles, le livre d'Anton Gajdos parle d'abord des diverses étapes de la préparation sportive, avant d'aborder les caractéristiques morpho-fonctionnelles de l'organisme en rapport avec l'évolution du processus d'entraînement selon les classes d'âge. Les chapitres suivants portent sur les composantes de la préparation sportive (force, vitesse, coordination, endurance, souplesse), sur la préparation technique (contenu moteur de base au niveau des différentes étapes de la préparation sportive chez les garçons et chez les filles), sur la préparation morale et psychique enfin, de même que sur l'éducation de la volonté.
Quatre autres chapitres sont consacrés à l'entraînement proprement dit, partant de sa structure et aboutissant à la technique des éléments, après avoir passé par la phase indispensable de planification et de contrôle.

Prix approximatif: 37 fr.

Jouer au ping-pong

François Orfeuil
Editions Amphora – 1983
14, rue de l'Odéon
F-75006 Paris

François Orfeuil est «pour une pratique simple du tennis de table». En effet, des millions de personnes jouent au ping-pong de par le monde. Or, beaucoup n'ont jamais bénéficié des conseils d'un entraîneur et aimeraient en connaître un peu plus sur la technique pour mieux pouvoir s'amuser et marquer plus de points. L'auteur du livre «Jouer au ping-pong» est animateur de club, mais il a aussi côtoyé les meilleurs pongistes du monde, ce qui lui permet de donner, dans son livre, une multitude de conseils pratiques, des éléments simples de technique et une méthode permettant de progresser, quel que soit le niveau de jeu. Il révèle aussi les «secrets» des Chinois, les meilleurs joueurs du monde.

Au sommaire: Le jeu et ses règles – Le matériel – Compétition et animation – La technique à la portée de tous.

Prix approximatif: 24 fr.

Fascinante planche à voile

Karl Neeser
Editions «Edita» – 1983
10, rue du Valentin
1000 Lausanne

Dans le no 6 de MACOLIN, j'ai publié un article de Karl Neeser, maître d'éducation physique à l'Université de Lausanne, article intitulé «La planche à voile et l'enfant». Il a éveillé un intérêt considérable auprès des lecteurs. Or, ce n'était qu'un avant goût, car Karl Neeser vient de terminer un ouvrage merveilleux intitulé «fascinante planche à voile».
«Les Anciens, Grecs et Romains, connaissaient quatre Eléments: la Terre, l'Eau, l'Air et le Feu. Ils les ordonnaient du bas vers le haut, de l'inférieur vers le supérieur, et l'homme était à l'image de ces Eléments.
Par la planche à voile, le sportif s'élève le long de cette hiérarchie: car sur l'eau et mue par l'air, la ‹planche› cesse d'être un produit de la Terre; et le véliplanchiste, sur elle, cesse d'être terrien pour ne plus vivre qu'à l'intersection de l'Eau et de l'Air, sous le Feu du Soleil.
Ainsi la planche à voile est-elle libération: elle dégage le corps de la pesanteur terrestre et le hisse au niveau de cette liberté joyeuse de l'âme, enivrée de lumière: sic itur ad astra.»
Ce texte de Jean-Claude Piguet, professeur de philosophie à l'Université de Lausanne suffit à mettre dans l'ambiance. Ce qui suit est un travail didactique de haute valeur pour «apprendre à enseigner la nouvelle technique» de la planche à voile. L'auteur explique lui-même quel est le but de son ouvrage: «De nombreux livres de planche à voile parus à ce jour se limitent à la description de ce sport sur les plans pratique et théorique, à l'apprentissage, et s'adressent surtout au débutant-autodidacte.
Celui-ci va plus loin par l'intégration d'une nouvelle rubrique concernant *l'enseignement.* Il s'adresse aussi bien au professeur qu'à l'élève.
Il permettra à *l'autodidacte* de se faire une idée de la matière pratique et théorique nécessaire à la maîtrise de sa planche, matière qu'il pourra assimiler seul s'il le désire. Il trouvera, dans ce manuel, l'origine de ses fautes et la façon correcte de les corriger, ainsi qu'un guide efficace pour résoudre tous ses problèmes à terre et sur l'eau.
La matière, les buts et méthodes d'enseignement ainsi que d'autres critères importants sont également élaborés pour *le professeur.* Celui-ci pourra y puiser toutes les informations nécessaires à la compréhension et à la connaissance des problèmes d'enseignement.
L'élève recevra un aperçu du contenu de son programme d'apprentissage et comprendra mieux les décisions de son professeur. Au fur et à mesure, il répétera l'acquis et complétera sa formation technique et théorique.
En pratique, le planchiste est souvent autodidacte, à la fois professeur et élève. Il s'instruit parfois par lui-même puis apprend dans le cadre d'un groupe, en famille, avec des amis ou des connaissances: les conseils, les corrections seront alors réciproques.
Apprendre doit être un plaisir, mais certains principes sont à respecter. Gageons que cet ouvrage permettra d'y parvenir.»

Prix approximatif: 36 fr. ■

Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

Les livres de la bibliothèque de l'EFGS ne peuvent pas être achetés, mais empruntés gratuitement pendant 1 mois.

LIVRES

Généralités

par Faurobert Louis **72.846**

Vos enfants en pleine forme

Du berceau à l'adolescence, de l'éveil musculaire à la pratique sportive

St-Jean-de-Braye, Dangles 1982, 140 p. fig. ill.

Fruit d'une longue expérience d'enseignant sur des enfants de tous âges, cet ouvrage a d'abord un intérêt pratique. Pour les parents qui, sans connaissance spéciale, veulent mener à bien l'éducation physique de leurs enfants, c'est un outil de travail complet.
Dans la première partie: Du berceau aux premiers pas, l'auteur montre dans quelles conditions et selon quelles techniques les parents peuvent susciter l'éveil musculaire du tout-petit par un ensemble de mouvements où, de passif, bébé devient rapidement très actif. Ces exercices intéressent à la fois les poumons, le cœur, les articulations et les muscles.
La deuxième partie: Des premiers pas à l'école, donne les conseils nécessaires et indique de nouveaux exercices pour développer le corps durant la seconde enfance.
Puis, la troisième partie: De l'école au stade, propose d'autres séries d'exercices avec, en plus, ceux destinés à prévenir les attitudes vertébrales vicieuses (scoliose, lordose, cyphose) guettant l'enfant dès qu'il fréquente l'école.
Enfin, la dernière partie: Du stade à la performance, est un véritable manuel d'initiation sportive. Elle indique comment et pourquoi on doit choisir tel ou tel sport, en fonction de la morphologie, de l'effort cardiaque qu'il demande et surtout de l'âge. Un diagramme mis au point par l'auteur permet de suivre les progrès de l'enfant dans les diverses disciplines et de mieux l'orienter, et un indice de robustesse de chiffrer les aptitudes morphologiques en même temps que la valeur fonctionnelle du sujet.
Des conseils d'hygiène pratique, touchant le someil, les loisirs, l'alimentation, les substances dangereuses... et la mentalité complètent ce guide pratique qui devrait être entre les mains de tous les parents et éducateurs souhaitant avoir des enfants en pleine forme et mieux armés pour la vie.

par Monroche, Defoligny Catherine, Canu Michel **06.1417**

Sport et santé au féminin

Paris, Chiron, 1982, 178 p. fig. ill.

L'analyse de cet ouvrage figure dans le no 9/1982, page 22.

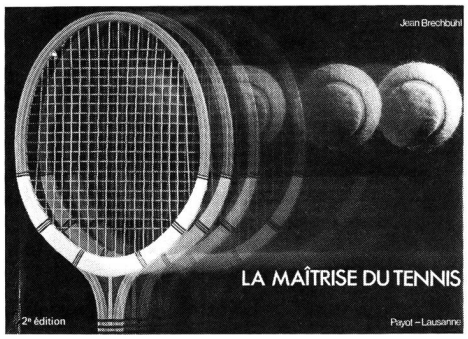
Jeux

par Douglas Paul **71.1295**

Le guide pratique et illustré du tennis

Paris, Fanal, 1982, 288 p. fig. ill.

Le guide pratique et illustré du tennis est un ouvrage sans précédent sur l'enseignement de ce sport. Illustré de centaines de photos et de croquis clairs et précis, il offre à tout amateur, débutant ou joueur confirmé, la possibilité d'atteindre la perfection dans la réalisation des nombreux coups de tennis dont il couvre par ailleurs tous les aspects.



Paul Douglas, l'un des instructeurs-entraîneurs de tennis les plus renommés de Grande-Bretagne, a conçu ce guide de telle sorte que le joueur de tout niveau puisse améliorer son jeu.
La majeure partie du livre est consacrée à l'enseignement pratique du tennis à l'aide de croquis et de figures illustrant la technique des différents coups. Chacun d'entre eux fait l'objet d'explications très détaillées afin que toute faute ou mauvaise habitude soit identifiée et corrigée. Ce guide abonde en conseils sur l'utilisation tactique en match de chaque coup, agrémentés d'exercices d'entraînement individuel ou avec partenaire. Suivent des exemples photographiques soigneusement sélectionnés de la mise en pratique de ces coups par les champions au cours des grands tournois afin de montrer comment acquérir un style personnel et dépasser la technique pure.
La tactique sur le court pour les matches de simple et de double respectivement fait l'objet d'un long chapitre. Plus d'une centaine de croquis illustrent les possibilités de placement face à divers types d'adversaires, tels le volleyeur ou le joueur de fond de court.
Dans la dernière partie de l'ouvrage, Paul Douglas informe le lecteur sur l'adaptation de son jeu en diverses circonstances, telles des conditions météorologiques défavorables ou le changement de types de surface de court. Il fournit également des conseils pratiques en matière de forme physique et d'entraînement ainsi que sur les blessures les plus communes et leurs soins, et met l'accent sur l'importance de l'attitude psychologique en compétition.
Le guide pratique et illustré du tennis offre au joueur désireux de se perfectionner le moyen de le faire aussi bien qu'avec un excellent professeur. Sa présentation agréable et ses illustrations abondantes en font un des ouvrages les plus remarquables dans sa catégorie.

par Cleusix Albert **70.1120-39**

Le gardien de but

Paris, Fleury, 1981, 64 p. ill.
Football carnets techniques 2

L'entraînement représente l'ensemble des activités auxquelles se livre un individu afin de développer progressivement ses qualités – tant mentales que physiques – en s'attachant toutefois plus particulièrement à celles qui le caractérisent. Ce développement est limité par les possibilités particulières déterminées par l'hérédité de chacun.
Le but de cet entraînement – dans le cas qui nous occupe – est d'amener le gardien à réaliser en compétition, et logiquement dans une branche qui fait largement appel aux dons physiques ainsi qu'à la mentalité qui le caractérise, les meilleures performances possibles.
En conséquence, l'auteur a envisagé plus particulièrement

1. D'énumérer les «moyens» dont on dispose actuellement pour conduire cet entraînement.
2. De décrire les «modalités d'utilisation» de ces «moyens».
3. De déterminer le «cadre psychologique» le plus favorable à cet entraînement.

Psychologie

par Fernandez Luis **9.76-60**

Sophrologie et compétition sportive

Paris, Vigot, 1982, 248 p. fig.

«Les athlètes français de haut niveau ont de plus en plus de mal à se situer dans l'élite internationale. Bien qu'ils progressent par rapport à eux-mêmes, ils progressent moins que la plupart de leurs concurrents et peu sont exacts lors des grands rendez-vous.»
Parmi toutes les raisons évoquées devant cet état de fait, il en est une qui revient sans cesse: «Les athlètes craquent psychologiquement.»
L'objectif de cet ouvrage, *Sophrologie et compétition sportive,* est de proposer une solution pour remédier à cette cause.
Après une analyse de la «préparation psychologique» actuelle et la constatation que ce terme est usurpé, nous verrons quels sont les principes à respecter afin que la préparation psychologique soit en harmonie avec la conception éducative du sport qui nous anime tous (1re partie). L'auteur décrira ensuite un des outils capables de nos aider à mener à bien cette tâche: la sophrologie et les méthodes sophrologiques (2e partie). Puis, pour vérifier l'application des principes énoncés précédemment et l'utilisation de cet outil, le lecteur suivra, au jour le jour, compétition par compétition, le cheminement d'un athlète se préparant aux Jeux Olympiques (3e partie). Enfin, les trois derniers chapitres nous permettrons de montrer l'apport des méthodes sophrologiques, en sports individuels et collectifs, dans l'amélioration de la performance, la facilitation de l'apprentissage et le renforcement de la personnalité (4e partie). Ce dernier chapitre amènera le lecteur à terminer cet ouvrage sur une interrogation: N'est-il pas possible d'utiliser cet outil dans toute la pédagogie?