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

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

Band: 5 (2003)

Heft: 3

Buchbesprechung: Parutions nouvelles

Autor: Vindret, Nicole / Buchser, Nicole / Vanay, Joanna

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

Nicole Vindret (NV), Nicole Buchser (nib) et Joanna Vanay (JV)

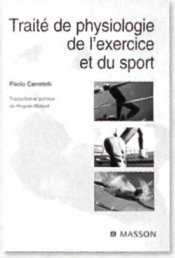
Les **livres** présentés ici peuvent être achetés dans toutes les librairies.

Le corps aux prises avec l'effort

Toute activité physique déclenche, au sein de l'organisme humain, une série de modifications d'ordre biochimique et physiologique. L'ouvrage de Paolo Cerretelli, docteur en médecine et professeur de physiologie humaine de l'Université d'Etat de Milan, présente l'ensemble des bases nécessaires à la compréhension de ces adaptations. Chaque partie décrit et explique les conséquences du travail physique sur les grandes fonctions de l'organisme: contrôle neuro-musculaire, énergétique, musculaire, appareil cardiovasculaire, fonction respiratoire, thermorégulation.

L'auteur traite par ailleurs des adaptations de l'organisme propres à des environnements particuliers tels l'altitude pour les sports de montagne ou le milieu subaquatique pour la plongée en apnée. Il aborde aussi diverses questions d'actualité, comme le rôle de l'alimentation sur la performance sportive, la place de l'apport pharmacologique dans l'amélioration de la prestation, les effets de l'entraînement.

Abondamment illustré de graphiques et de schémas, fondé sur de nombreuses références bibliographiques, ce traité scientifique est un outil pour l'étude et le développement critique de quelques concepts fondamentaux de la physiologie de l'exercice encore en discussion. Il s'adresse en priorité aux médecins du sport, aux enseignants d'éducation physique et aux kinésithérapeutes, ainsi qu'aux étudiants de ces diverses spécialités, mais intéressera aussi toute personne désireuse de mieux comprendre les adaptations de l'organisme induites par la pratique d'un sport. (nib)

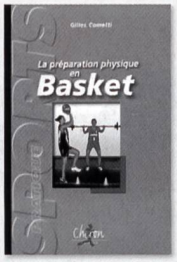


Cerretelli, Paolo: Traité de physiologie de l'exercice et du sport. Paris, Masson, 2002, 481 pages.

Le cercle à portée de main

Quel basketteur n'a pas rêvé de titiller le cercle avec la même insolente aisance qu'un Michael Jordan au sommet de sa forme? Ce rêve n'est pas totalement utopique. De son propre aveu, ses performances athlétiques hors normes ne sont pas tombées du ciel, mais elles résultent d'un travail physique patient et acharné! L'important est de ne pas travailler dans le vide ou à rebours du bon sens, mais de recourir à une méthode de préparation physique intelligente, adaptée aux exigences du basket. Gilles Cometti, maître de conférences à la faculté des sciences du sport de l'université de Bourgogne nous en propose une, inspirée non seulement des techniques utilisées en athlétisme, mais aussi et surtout de l'analyse des actions spécifiques au basketteur. Elle vise essentiellement le travail de la vitesse, de la force et de la détente, afin d'améliorer l'efficacité de chacune des actions, comme sauter plus haut ou démarrer plus vite. La musculation, seul moyen pour atteindre cet objectif selon l'auteur, tient donc la vedette de l'ouvrage qui met entre parenthèse le travail de l'endurance, jugé moins essentiel pour le joueur. Ce livre fournit ainsi une panoplie d'exercices de force poussés en rapport avec les spécificités du basket.

Alors, basketteurs en herbe, ou joueurs expérimentés, ne fantasmez plus devant la détente du numéro 23! Quittez votre canapé et prenez le taureau par les cornes! Si l'ambition de smasher ne se concrétise pas, votre jeu en ressortira de toute façon grandi! (JV)



Cometti, Gilles: La préparation physique en Basket. Paris, Edition Chiron, 2002, 238 pages.

Des jeux pour faire progresser l'enfant

Certains élèves s'épanouissent bien mieux que d'autres dans la pratique des jeux collectifs. Ce constat est à l'origine de ce petit ouvrage richement illustré. Il devrait devenir un outil indispensable aux institutrices et aux instituteurs qui se désolent de voir une partie de leurs élèves mal à l'aise lors des jeux en groupes. Cette activité est, en effet, fondamentale dans l'enseignement et utile dans l'apprentissage de la vie sociale, car elle est révélatrice de la disposition de l'enfant à l'autonomie. Ce guide contient des fiches consacrées aux jeux avec ballon, élaborées en fonction de ces constatations. Elles mettent en relation les éléments nécessaires à la mise en œuvre d'un jeu (le but, les conditions d'exécution, les consignes, les critères de réussite et le matériel) et les points indispensables à la progression des élèves. Les auteurs rapportent différentes observations relatives aux comportements spontanés et peu efficaces que peuvent avoir les enfants et suggèrent des méthodes pour les transformer.

Par sa conception simple, claire et précise, ce guide aidera l'enseignant à mettre en œuvre des situations ludiques tout en lui permettant de les faire évoluer pour faire progresser au maximum les élèves. (NV)

Besson, Martine et Vanroose, Philippe: Des ballons et des jeux. Paris, Editions Revue E.P.S, 2003, 78 pages.

Clap

Basketball – Les fondamentaux offensifs

Les fondamentaux ont toujours eu une grande importance dans la pratique du basketball. Cette importance est d'autant plus grande aujourd'hui avec la modification de la règle concernant le temps de possession du ballon. Le jeu est devenu plus rapide, plus spectaculaire, mais aussi plus exigeant sur le plan cognitif, technique, tactique et physique.

Cette vidéo met en évidence les points clés du tir, du dribble, de la passe et de la réception ainsi que du démarquage.

Utilisée dans les cours de moniteurs J+S Basketball comme complément du manuel J+S, elle constitue aussi un outil didactique efficace pour l'enseignement du basketball aux jeunes.

Chervet, Michel: Basketball. Les fondamentaux offensifs. Macolin, OFSPO, 2003. Prix de vente: Fr. 34.–. Durée: 21 minutes.

Cette cassette vidéo peut être achetée à la vidéothèque de l'OFSPO. Tél. 032 327 63 62 (le matin seulement); video@baspo.admin.ch

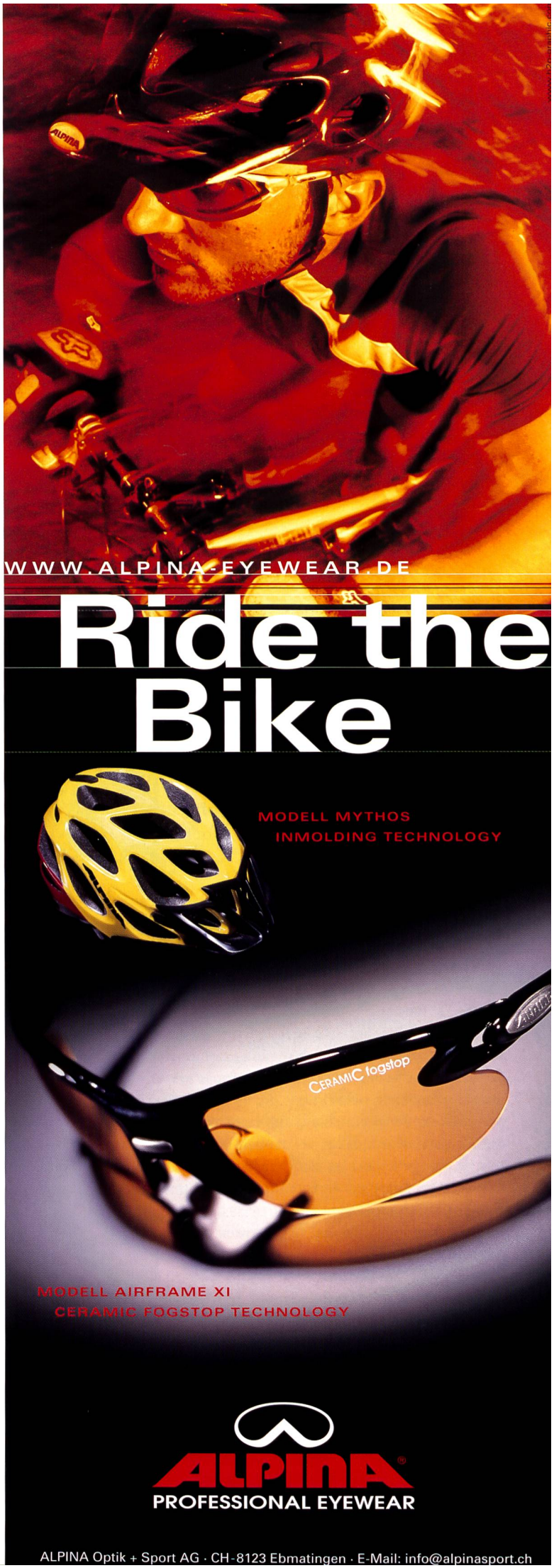
CENTRE INTERNATIONAL D'ENTRAÎNEMENT EN ALTITUDE SAINT-MORITZ

Situé à 1800 m d'altitude, unique, climat vivifiant et sec. Complexe sportif moderne pour toutes les activités estivales et hivernales.

Athlétisme, sports de glace, ski alpin et nordique, sports nautiques, équitation, sports de balle, prise en charge médicale

Renseignements
Sportsekretariat
CH – 7500 St-Moritz
tél. ++41 (0)81 837 33 88
fax ++41 (0)81 837 33 89
e-mail: sports@stmoritz.ch

St. Moritz
TOP OF THE WORLD



rivella Climbing

Schweizer Alpen-Club
Club Alpino Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Suisse CAS
Club Alpin Svizzero
Schweizer Alpen-Club
Club Alpin Svizzer

Escalade sportive à l'école avec le CAS

Le Club Alpin Suisse CAS équipe, pour une ou deux semaines, votre salle de gym avec un mur de grimpe. De cette manière, vous aurez l'occasion de connaître la grimpe comme sport d'école. Le tout pour un prix de CHF 1900.– la semaine (inclus: matériel de grimpe, prise en charge des enfants et transport).
Intéressé? Plus d'infos sous www.sac-cas.ch / Jeunesse, par e-mail tanja.peter@sac-cas.ch ou tél. 031 370 18 30.

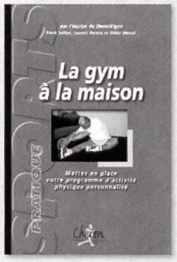
Black Diamond

ENTRE PRISES
Switzerland

Le fitness au salon

Les beaux jours sont de retour... Vous voulez retrouver une bonne forme physique, mais détestez les salles de fitness? Voilà un livre adapté à votre situation et qui résout votre dilemme. Ses atouts sont doubles. Le programme d'activité physique qu'il met en place ne nécessite tout d'abord aucun engin de musculation, il peut donc être effectué chez vous. D'autre part, grâce à une série de tests d'évaluation dont le but est de déterminer votre forme physique et vos habitudes de vie, ce programme sera adapté à votre niveau et votre rythme de vie quotidien. Cet ouvrage, rédigé par des professionnels, remplace donc les services d'un préparateur physique et vous offre un coaching personnalisé.

La méthode préconisée est répartie en sept zones de travail. Elle permet de faire travailler l'ensemble du corps: l'échauffement, le travail musculaire des abdos, du dos, de la ceinture scapulaire, des fessiers et des cuisses, l'effort cardio-vasculaire et le retour au calme. L'organisation du programme sur la semaine et les types d'exercices conseillés ne changent pas, quels que soient votre niveau et votre âge. Seuls changent le nombre des séries et des répétitions, ainsi que le temps réparti entre le travail et le repos. La compréhension et l'application des tests d'évaluation, essentiels pour adapter au mieux les exercices à vos capacités physiques du moment, sont facilités par l'exposition d'exemples concrets. Les auteurs sont tous membres fondateurs de Domicil'Gym, une société de remise en forme à domicile en pleine expansion. (JV)



Saffon, Frank; Pereira, Laurent; Messal, Didier: La gym à la maison. Paris, Edition Chiron, 2002, 190 pages.

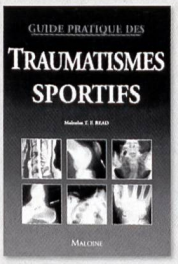
Vivre au mieux l'altitude

Les sports de montagne – randonnées, alpinisme, trekkings, escalade – nécessitent une condition physique irréprochable et une solide connaissance du terrain. Une négligence dans la préparation de l'ascension peut avoir des conséquences tragiques. Les professionnels de la montagne ou les adeptes de ces différentes activités trouveront dans cet ouvrage, rédigé par deux médecins, des réponses scientifiques aux différents problèmes auxquels ils s'exposent – l'altitude notamment. Après avoir pris connaissance de données sur l'environnement de montagne, des différents paramètres atmosphériques et des dangers (avalanches, glaciers), le lecteur se plongera dans les aspects physiologiques liés à la pratique des activités sportives en montagne. Les différentes adaptations sont ensuite répertoriées, suivies d'une liste des diverses pathologies qui peuvent survenir pendant ou après une randonnée en montagne. Prévention des accidents et informations médicales, un manuel particulièrement précieux pour les amoureux de la montagne! (NV)

Richalet, Jean-Paul; Herry, Jean-Pierre: Médecine de l'alpinisme et des sports de montagne. Paris, Masson, 2003, 320 pages.

Le sport et ses traumatismes

Ce guide pratique, conçu pour le diagnostic et le traitement des traumatismes sportifs, s'adresse surtout à des personnes déjà formées: médecins, kinésithérapeutes, physiothérapeutes d'équipes sportives ou de centres de soins sportifs. Malcom Read, consultant en orthopédie et en médecine du sport, décrit chaque traumatisme – classé selon la région anatomique – à l'aide de la démarche suivante: le diagnostic différentiel, l'historique, les signes et symptômes, les différentes options de traitement et la rééducation. Etape fondamentale dans l'optique d'une guérison complète, la rééducation est abordée avec une attention particulière. L'auteur donne par exemple plusieurs recommandations générales relatives à la fréquence et aux différents stades de la récupération des capacités physiques. Des échelles de rééducation définies selon le type de traumatisme sont également à la disposition des thérapeutes pour guider au mieux le patient dans son entraînement. Un dernier chapitre fournit de nombreux conseils aux médecins d'équipe et apporte de brefs aperçus de quelques problèmes auxquels peut être confronté un sportif et par conséquent son médecin: dopage, préparation mentale, dangers, etc. L'ouvrage est complété par un glossaire dans lequel les tests conseillés dans la partie diagnostic des différents articles sont expliqués. (NV)



Read, Malcom T. F.: Guide pratique des traumatismes sportifs. Paris, Editions Maloine, 2002, 328 pages.

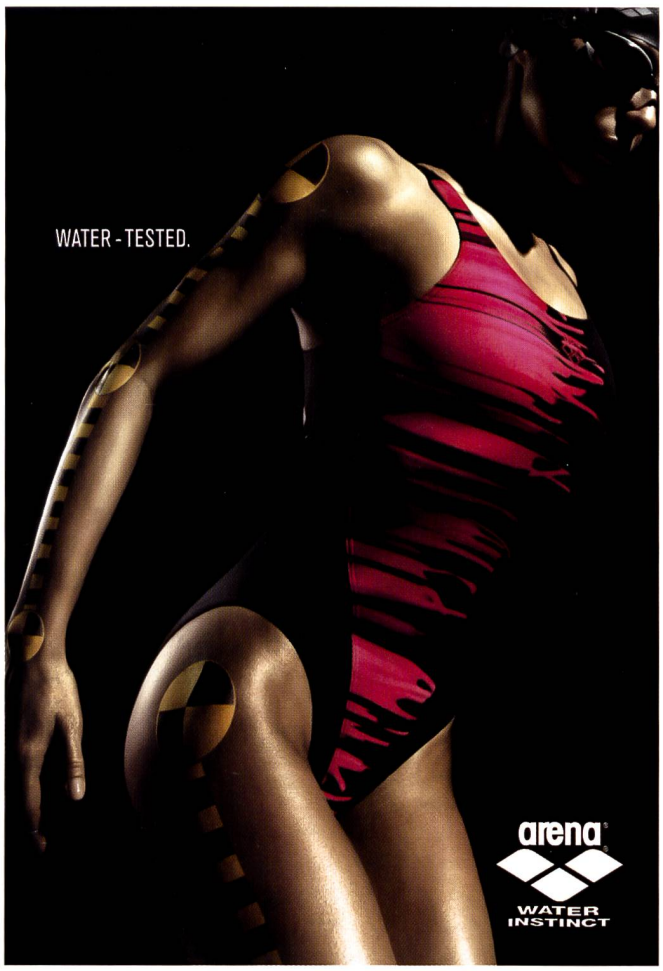
L'homme aliéné par le sport?

Jean-Marie Brohm est connu – et parfois détesté – pour la radicalité de ses thèses. Pour bon nombre, il est devenu l'ennemi public numéro 1 dans le domaine du sport et de la sociologie du sport. C'est dire que le lecteur de la Machinerie sportive doit s'attendre à être bousculé...

Dans ce dernier manifeste du sociologue français, on retrouve, toujours aussi aiguisé, le sens critique qui caractérise sa pensée et son engagement. Jean-Marie Brohm y entreprend une réflexion sur l'institution sportive, qui l'amène à qualifier le monde du sport de profondément aliénant. Selon lui, la performance sportive qu'imposent de plus en plus la société du spectacle, le système des Etats et le monde industriel et financier capitaliste passe par une répression du corps qui oblige le sportif à se doper, à se robotiser. Dans le même temps, on organise le dopage et on l'interdit. Paradoxe qui conduit l'auteur au raisonnement suivant: pour lui, tous les sportifs sont dopés!

Une autre idée fortement argumentée dans son ouvrage, c'est que le sport est concurrence, affrontement, combat, guerre. Selon lui, la logique interne du sport est la mort. Comme on le voit, le sociologue français ne mâche pas ses mots! Impossible donc de ne pas réagir à la lecture de ses affirmations, parfois brutales. Impossible aussi de ne pas s'interroger face à ses dénonciations... (nib)

Brohm, Jean-Marie: La machinerie sportive. Essais d'analyse institutionnelle. Paris, Edition Economica, Collection anthropos, 2002, 212 pages.



SCHWEIZERISCHE ARBEITSGRUPPE FÜR KARDIALE REHABILITATION
GROUPE SUISSE DE TRAVAIL POUR LA READAPTATION CARDIOVASCULAIRE
GRUPPO SVIZZERO DI LAVORO PER LA RIABILITAZIONE CARDIOVASCOLARE

Ecole Cantonale Vaudoise de Physiothérapeutes, Lausanne

Centre jurassien de réadaptation cardiovasculaire, Le Noirmont

Institut des sciences du sport et de l'éducation physique, Université de Lausanne

Certificat en réadaptation cardiovasculaire

pour

physiothérapeutes et maîtres d'éducation physique et de sport

Contenu de la formation

La réadaptation cardiovasculaire occupe une position clé dans la prise en charge des patients cardiaques. Elle vise une restauration optimale de l'intégrité physique et psychique du patient cardiaque et la réinsertion socio-professionnelle la plus rapide et la plus complète possible. Le thérapeute doit être à même d'établir un programme d'activité physiques en collaboration avec le cardiologue, de diriger, de contrôler et d'adapter cette activité en fonction du patient, des répercussions physiques, psychiques, sociales de la maladie cardiaque et des aspects de prévention secondaire.

Dates et lieu du cours

- du 11 au 13 septembre 2003 à Lausanne
- du 30 octobre au 1er novembre 2003 au Noirmont
- du 1 au 6 décembre 2003 au Noirmont
- stage de 2 semaines à faire au choix entre le printemps et l'automne 2004, dans une institution de Réadaptation cardiovasculaire agréée par le GSRC comme centre de formation

Coût

- Formation : 3100.– y compris les supports de cours et le stage
- Repas et hébergement non compris

Inscriptions

Centre jurassien de réadaptation cardiovasculaire
Service médical
2340 Le Noirmont
Tél. 032 957 56 20
Fax. 032 957 56 27
internet : www.cjrc.ch
e-mail : magali.petermann@cjrc.ch

Avec le soutien de :

Bristol-Myers Squibb · MSD · Pfizer · sanofi~synthelabo · Takeda Pharma