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: 1

Buchbesprechung: Parutions nouvelles // Sous la loupe

Autor: Vindret, Nicole / Bao, Miguel

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

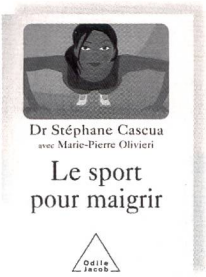
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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

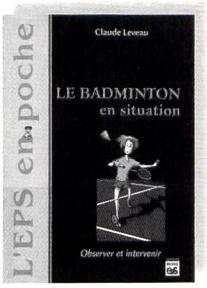


Chasse aux calories

Cascua, S. (2005). Le Sport pour maigrir. Paris, Editions Odile Jacob, 297 pages.

▶ Qui doit faire du sport pour mincir? Quelles sont les périodes à risque pour la prise de poids? Pourquoi le sport est-il efficace pour maigrir? Comment régule-t-il l'appétit? En résumé, le sport pour maigrir, qui, quand, comment? Jeunes, moins jeunes, hommes, femmes, vous saurez tout sur toutes les questions que vous vous posez sur le sujet sans jamais trouver de réponses convaincantes. Une seule certitude: le sport est nécessaire pour être bien dans son corps, quel que soit son poids. Reste à trouver celui qui convient! Cet ouvrage sera alors un outil précieux.

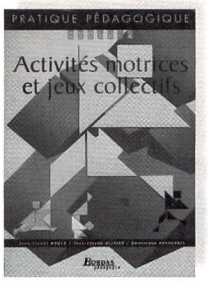
Divisé en trois parties, ce livre présente tout d'abord une partie théorique en quelques chapitres expliquant la relation entre activité physique et perte de poids, activités physiques et maladies liées au surpoids comme l'arthrose, le mal de dos, etc. L'auteur présente également une courte partie concernant l'alimentation liée à la perte de poids et à l'activité physique, comprenant quelques exemples de menus à consommer avant ou après le sport, combien de temps avant, pendant ou après une activité. Théorie, alimentation, cela ne suffit pas, l'ouvrage présente surtout une série d'idées d'activités, adaptées à chacun, que ce soit au club de sport, entre amis, tranquillement à la maison ou en famille. Grâce à ce dernier chapitre très bien illustré, il est désormais facile de se concocter un programme d'entraînement adapté à chacun, dans le but principal de perdre du poids... *Nicole Vindret*



L'art de maîtriser le volant

Leveau, C. (2005). Le badminton en situation, observer et intervenir. Paris, Editions Revue EPS, 238 pages.

▶ Service, lob, amorti de fond de court, coup avec effet coupé, smash, défense, attaque à outrance, le tout sur une surface de jeu de 13m de long sur 6 m de large et un filet à mi-terrain placé à 1m55 du sol... A l'instar de l'unihockey, le badminton est une activité physique souvent pratiquée à l'école et très efficace en termes de dépenses d'énergies. Ludique et motivant pour les petits comme pour les grands, il est facile à organiser dans un gymnase où l'on peut mettre en place un grand nombre d'ateliers, et par conséquent faire jouer en même temps beaucoup d'élèves. Réparti en quatre axes de travail (éloigner l'adversaire du point d'impact, varier le rythme des frappes, chercher à rompre l'échange, gérer le rapport de force), cet ouvrage donne les outils nécessaires à l'enseignant, qu'il soit un novice ou un expert de ce sport, pour préparer sa leçon et lui permettre de faire progresser les participants. L'auteur, Claude Leveau, propose une stratégie d'apprentissage (comment organiser, observer et intervenir?) qui analyse l'activité en répondant à de multiples niveaux de pratique. Cet ouvrage, illustré par de nombreux tableaux et schémas explicatifs, s'adresse aux enseignants qui trouveront des réponses concrètes pour mettre sur pied leurs séances. *Miguel Bao*



Les petits en mouvement

Boulo, J.-C.; Olivier, J.C.; Varvarais, D. (2005). Activités motrices et jeux collectifs, Paris, Editions Bordas, 272 pages

▶ L'île au trésor, les baudruches, le douanier et le contrebandier... Quel peut être le point commun de ces divers univers? Les enfants bien sûr! L'objectif de la rencontre de ces univers? Un ouvrage pour trouver les moyens les plus adaptés à faire bouger les tout petits. Pour que la découverte du mouvement à l'école primordial à tous les âges mais surtout avant 7 ans rime avec jeu et divertissement, avec plaisir donc!

Cet ouvrage couvre l'ensemble des activités motrices et sportives pour le cycle 1, sous forme de fiches pratiques pour l'enseignant. Il regroupe trois titres publiés antérieurement pour la maternelle: «Pratiquer les activités motrices en petite et moyenne sections», «Pratiquer les activités motrices en moyenne et grande sections» et «Les jeux collectifs au cycle 1».

Il consiste en un ensemble complet de fiches, de la petite à la grande section de maternelle, comprenant des activités diversifiées ayant comme thèmes et objectifs principaux: la locomotion, l'équilibre, la gymnastique rythmique, la manipulation, le patinage, le cyclisme, les mimes, les jeux dansés et les jeux collectifs de socialisation. Vous y trouverez les effets recherchés des exercices, le matériel utilisé, la situation de départ et les différentes étapes à ajouter pour rendre l'objectif plus difficile mais surtout, et c'est là le but ultime, plus attrayant pour les enfants. *Nicole Vindret*

Quand le sport dépasse son cadre

Foulon, C.-L. (2005). Les métamorphoses du sport du XXe au XXIe siècle, héritage, éthique et performances. Paris, Presses Universitaires Septentrion, 205 pages.

▶ Le sport a subi ce dernier siècle une transformation spectaculaire avec toutes les dérives que cela comporte. De simple activité physique, il a dérivé au fil des années vers un professionnalisme extrême débouchant sur la compétition à outrance. Le tout avec comme toile de fond le dopage, les pressions médiatiques ou encore les intérêts financiers toujours plus importants.

Cet ouvrage, réalisé à l'occasion du centenaire du Tour de France, revivifie les mémoires, aide à comprendre ces grandes évolutions et à tenter de saisir les ambiguïtés du sport de haut de niveau. Divisé en deux parties, il est destiné avant tout à des étudiants, anthropologues ou sociologues désireux d'avoir des éléments sur cette métamorphose. Il retrace tout d'abord «la belle époque». Une période, au début du XXe siècle, au cours de laquelle le sport véhiculait une image «naïve» mais qui commençait à développer des maux. Ainsi, lorsque la politique se mêle au sport, elle tend vers un nationalisme exacerbé avec les dérapages que cela amène. La deuxième moitié de cet ouvrage, évoque les enjeux du sport (faire toujours mieux, en allant au bout de soi, coûte que coûte) et pose sur la table certains thèmes récurrents tels que le dépassement de soi, la santé et la performance extrême ou encore le dopage et l'éthique. *Miguel Bao*