

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 4 (2002)  
**Heft:** 3

**Buchbesprechung:** Parutions nouvelles

**Autor:** Nyffenegger, Eveline / Keim, Véronique / Vanay, Joanna

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 10.01.2025

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

## Lu pour vous

Eveline Nyffenegger, Véronique Keim, Joanna Vanay

### Un second souffle pour l'endurance à l'école

Fondée en 1945, la revue Sport, la plus ancienne publication de la communauté francophone belge à vocation scientifique, propose pour son ultime numéro – elle cesse de paraître mais renaîtra dans quelques mois

sous un autre nom – un dossier quasi exhaustif sur la problématique de l'endurance en milieu scolaire. Résolument pratique, cette brochure offre aux enseignants et à leurs élèves des instruments associant pratique et éclairages théoriques. L'auteur, licencié en EP et entraîneur d'athlétisme, s'intéresse aux processus aérobies chez l'enfant et essaie de les intégrer dans une stratégie pédagogique judicieuse. La première partie théorique rappelle les principales notions biologiques et physiologiques de l'endurance et explore les différentes méthodes d'en-



traînement. La partie pratique ouvre les perspectives pédagogiques de l'enseignement de l'endurance. Planification, objectifs, tableaux de référence des performances et des allures, tests d'évaluation, fiches d'observation, etc., les documents didactiques proposés permettent de choisir véritablement la voie – empirique ou scientifique – qui correspond le mieux au profil des élèves. La bibliographie regroupe en fin de volume non seulement les ouvrages de référence sur la question, mais également les articles qui s'y rapportent. Un dossier... à couper le souffle!

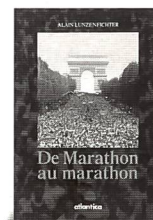
*Padovano, Claudio: L'endurance en milieu scolaire. Bruxelles: Editions de l'ADEPS 2001 dans la revue Sport N° 175/176. Collection Sport. 70.3360*

### Une belle histoire d'amour

Ouvrage dédié à cette grande épreuve d'endurance qu'est le marathon, ce livre devrait ravir tous les passionnés de course à pied. Son auteur, Alain Lunzenfichter, en est un grand spécialiste: il a travaillé au développement de cette discipline athlétique en créant notamment la revue «Courir», et en étant à l'origine de la création, en 1981, de l'association des organisateurs de marathons (l'AIMS). Il a également pratiqué assidûment cette épreuve. Son livre est donc le fruit d'une belle histoire d'amour.

D'une plume passionnée et légère, Alain Lunzenfichter nous emmène dans les coulisses de cette «course qui tue». Il retrace à l'aide d'anecdotes son évolution, la vie et les exploits de ses héros, mais aussi l'envers du décor: les souffrances, physiques et morales, les tricheries, qu'elle a provoquées. C'est donc non seulement la beauté de cette course d'endurance que cherche à nous faire ressentir l'auteur, mais également sa dureté et son intransigeance.

*Lunzenfichter, Alain: De Marathon au marathon. Anglet: atlantica 2001 (310 p.). 73.743*



### Quel sport pour son enfant?

Filles et garçons de tous âges, petits ou grands, maigres ou ronds, enfants handicapés ou non, tous ont droit à l'information la plus lucide sur les principaux sports, leurs avantages et leurs inconvénients. Il n'y a pas de sport supérieur aux autres, il y en a de plus recommandables selon le profil, les attentes, les besoins de votre enfant. L'ouvrage du docteur Bourgat, bien connu des milieux des sports de combat est une synthèse de ce qu'il faut savoir pour bien choisir, avec son enfant, le sport qui l'épanouira. Il va donc tenter d'apporter tous les renseignements nécessaires à un dialogue entre les parents et leurs enfants, pour faciliter les premiers pas de futurs adeptes sportifs. La première partie de cet ouvrage traite de sujets tels que l'éthique, les lois, les droits de l'enfant, l'alimentation, les handicaps, etc. La seconde partie présente de nombreux sports avec leurs spécificités, leurs risques, leurs pathologies et un chapitre consacré au surclassement, pratique pouvant être abusive et destructrice de la santé des jeunes prodiges (en football par exemple).

*Bourgat, Michel: Tout savoir pour bien choisir le sport de votre enfant. Lausanne: Editions Favre S.A. 2001 (160p.). 70.3364*



### Mettez un tigre dans votre moteur!

Dans une excellente petite brochure intitulée «Gérer ses performances», Jean-Paul Pes, psychomotricien d'athlètes de haut niveau (JO et Championnats du monde) et préparateur physique et mental d'une équipe professionnelle de football, propose des voies nouvelles et efficaces pour régénérer le corps et l'esprit. Ne vous laissez pas rebuter par les quelques explications techniques du début. Elles vous permettent de comprendre ce qu'est la physiologie de l'effort et son métabolisme et vous donnent accès aux exercices et tests utiles pour progresser dans la vie sportive et quotidienne. Extrait de la table des matières: l'endurance, le VO<sub>2</sub>max, notion de vitesse maximale aérobie, la fréquence cardiaque, les zones physiologiques de l'entraînement, l'auto-évaluation, les tests avec assistance, améliorer ses performances dans la vie quotidienne, la récupération.

*Pes, Jean-Paul: Gérer ses performances. L'approche de l'endurance. Bernex/Genève: Editions Jouvence 2000 (95 p.) Collection Les pratiques Jouvence. 70.3297*



[www.sportfachbuch.de](http://www.sportfachbuch.de)

### D'un incendie au golf

**A** la suite d'un incendie qui l'a privé de gymnase, Nicolas Lemoine, professeur d'EP dans un collège français, a découvert les éléments potentiels dans l'environnement de son établissement pour ajouter une activité nouvelle au programme de son collège: le golf. Dans son ouvrage, l'auteur propose un ensemble de situations et de jeux de golf allant du simple lancer de balles au drive. Il aidera le lecteur, novice ou non, à mieux aménager ses tâches, à donner du sens aux activités d'apprentissage, et enfin à construire une pédagogie de situation. Il s'adresse essentiellement aux élèves de l'école élémentaire et du secondaire. Sans être exhaustif, il aborde de nombreux cas de figure susceptibles d'être rencontrés sur un parcours de golf. Les jeux sont bien structurés et illustrés par des dessins. Lexique en fin d'ouvrage.

*Lemoine, Nicolas:* Jeux de golf du lancer de balle au drive. Paris: Editions Revue EPS 2001 (80 p.) Collection «Des jeux aux sports» 71.2610-8/Q



## Clap

### Vers une société nouvelle

**L**es femmes ont bataillé plus d'un siècle pour installer progressivement leur présence dans le sport! Le corps médical a longtemps interdit le sport aux femmes sous prétexte de descente d'organes et autres bêtises. La cassette vidéo «Femmes et sport» nous livre, à l'aide d'images d'archives et d'images modernes, le témoignage de l'évolution des pratiques face à une société qui imprime ses tendances et ses orientations. Longtemps, les vêtements de sport féminins entravaient les mouvements, alors que la tenue des hommes était plus adaptée. Le combat des femmes s'est modifié dans le temps. Elles ont acquis plus d'assurance. A partir du moment où la femme est l'égale de l'homme, quels arguments peut-on avancer pour lui interdire certains sports? Un tiers des licenciés sont des femmes, mais très peu d'entre-elles ont des postes à responsabilité dans les clubs et autres fédérations. Aujourd'hui, l'enjeu est de nature humaniste. Il faut repenser la société où le rôle et la place des femmes seront reconsidérés. Ce documentaire nous force à réfléchir et nous entraîne vers l'ébauche d'une société nouvelle.

*Leclercq, A., Petit, D.; Finas-Reille M.; Lagarrigue, S.:* Femmes et sport. Paris: INSEP 2000, 26' VHS, couleur. V 70.335



#### Entraînement

*Krantz, Norbert; Dartnell, Laurent:* Les experts en questions. Savoirs professionnels en matière d'entraînement. INSEP 2001. 70.3380

#### Judo

*Inogai, Tadao; Habersetzer, Roland:* Judo pratique. Du débutant à la ceinture noire (suivant les progressions française et japonaise). Amphora 2002. 76.732

#### Musculation

*Quièvre, Jacques; Thoreau, Jean-Pierre:* La musculation spécifique. Le vécu des lanceurs de javelot de l'INSEP. INSEP 2002. 73.744

#### Orientation

*Cuenin, René:* Comment s'orienter? Ouest-France 2002. 74.1063

#### Physiologie

*Latash, Mark L.:* Bases neurophysiologiques du mouvement. De Boeck Université 2002. 06.2623

#### Psychologie

*Le Deuff, Hervé:* Entraînement mental du sportif. Comment éliminer les freins psychologiques pour atteindre les conditions optimales de performance. Amphora 2002. 01.1199

#### Rugby

*Devaluez, Jean:* Le rugby. Formation et enseignement au club et à l'école. Niveaux I, II, III. Chiron 2002. 71.2779

#### Sociologie

*Bodin, Dominique; Héas, Stéphane:* Introduction à la sociologie des sports. Chiron 2002. 03.2900

*Bodin, Dominique (dir.):* Sports et violences. Chiron 2001. 03.2899

#### Sport féminin

*Carpentier, Caroline (coord.); Forget, Suzanne (coord.); Quintillan, Ghislaine (coord.):* Sport de haut niveau au féminin. Intégrale des conférences et débats du colloque des entretiens de l'INSEP des 14-15-16 novembre 2000. Tomes 1 et 2. INSEP 2002. 9.68-32/1 et 9.68-32/2

#### Sports de combat

*Poy-Tardieu, Nicolas:* Le guide des arts martiaux et des sports de combat. Budo Editions – Les Editions de l'Eveil 2001. 76.730

Les livres présentés ici peuvent être achetés dans toutes les librairies ou empruntés gratuitement pendant un mois à la médiathèque de l'OFSP, en indiquant le numéro en gras. Tél. 032/327 63 08; fax 032/327 64 08; biblio@baspo.admin.ch

Les cassettes vidéo peuvent être achetées ou empruntées gratuitement (durée de prêt de 3 à 5 jours) à la médiathèque de l'OFSP. Tél. 032/327 63 62 (le matin seulement); video@baspo.admin.ch