

# Médiathèque du sport

Autor(en): **Peter, Ariane**

Objekttyp: **BookReview**

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

Band (Jahr): **12 (2010)**

Heft 3

PDF erstellt am: **06.08.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

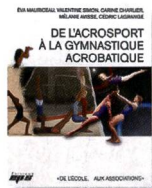
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## De l'acroport à la gymnastique acrobatique

Au vu du succès de la gymnastique acrobatique dans le milieu scolaire et des divergences sur le traitement de l'activité, il nous semble incontournable d'analyser les caractéristiques de cette discipline, en particulier à travers son évolution historique et réglementaire. Ainsi, nous pourrions définir une terminologie spécifique à l'activité et, par ailleurs, en comprendre la logique afin de mieux la pratiquer et/ou l'enseigner. La deuxième partie de ce livre est consacrée à l'aspect purement technique de l'activité: après avoir détaillé les principales prises entre acrobates et les postures des porteurs, nous présentons dans des tableaux de progression plus



de 400 pyramides statiques et dynamiques (duos, trios et quatuors), dont une soixantaine font l'objet d'une fiche pédagogique détaillée. Enfin, la troisième partie fournit des outils concrets pour construire des cycles en EPS.

Mauriceau, E. [et al.] (2010): *De l'acroport à la gymnastique acrobatique*. Paris, Ed. EP&S, 271 pages.

## La bible de la voile

À l'origine, la voile était réservée à ceux qui vivaient de la mer. Curieusement, cet outil de travail a survécu à travers les yachts des milliardaires, avant de devenir un sport pratiqué par des millions de passionnés. Parce qu'elle repose sur deux éléments naturels inépuisables et gratuits – l'eau et le vent – la voile est un sport fantastique. C'est le résultat des progrès combinés de la démocratie et de la technologie. Aujourd'hui, d'une manière ou d'une autre, tout le monde peut pratiquer la voile. Les différents chapitres qui composent cet ouvrage vous indiquent tout ce que vous devez savoir pour apprécier la plaisance sous toutes ses formes, du dériveur au catamaran de course. Grâce aux nombreux dessins techniques, aux pas-à-pas, aux démonstrations

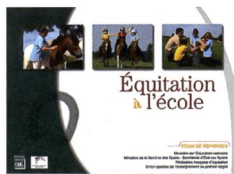


et à de multiples mises en situation et photographies, apprenez à gérer toutes les situations possibles à bord d'un bateau à voile.

Evans, J.; Manley, P.; Smith, B. (2010): *La bible de la voile: du débutant au skipper confirmé, un guide pratique pour tous les marins*. Grenoble, Glénat, 399 pages.

## Équitation à l'école

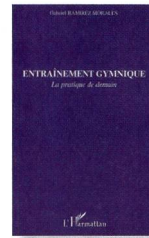
Apprendre à monter à poney à l'école? C'est possible! Grâce à ce livre, les élèves de primaire découvriront la richesse de l'équitation. Vous y trouverez les informations utiles pour mettre en place un projet d'équitation à l'école, programmer les séances et définir leur contenu en concertation avec des professionnels de l'activité. Les situations des trois unités d'apprentissage proposées ici s'organisent en trois ateliers: le premier est consacré à la pratique équestre, le deuxième aux soins aux poneys et le troisième, qui est transversal avec d'autres disciplines scolaires (arts, sciences, géographie, etc.), fait référence aux programmes du cycle 3 de l'école primaire. Cet enseignement est accessible à tous les élèves, même novices, et offre de nombreuses occasions d'éducation au respect, à la sécurité, à la citoyenneté: le poney-club se révèle être une véritable école de la vie.



Ministère de l'éducation nationale (France) (2009): *Équitation à l'école: éducation physique et sportive*. Paris, Ed. EP&S, 88 pages.

## Entraînement gymnique

De la fin du XIX<sup>e</sup> siècle à nos jours, les clubs de gymnastique se structurent et la pratique gymnique voit naître de nouvelles formes. Nous assistons au développement et à la pratique de disciplines nouvelles comme la gymnastique rythmique acrobatique, le trampoline, le tumbling et même des formes adaptées aux divers publics comme la «Baby Gym». Mais nous constatons dans le même temps une fuite significative des pratiquants. Est-ce dû à un fonctionnement trop conservateur sans volonté marquée d'innovation, à une mauvaise image des activités, au comportement d'une partie de ses cadres ou à des activités et structures en décalage avec notre société? Comment peuvent évoluer les clubs et pratiques gymniques dans leur fonctionnement et dans ce qui est proposé au public? Comment devraient se comporter les entraîneurs actuels et futurs dans leur fonction?



Ramirez Morales, G. (2010): *Entraînement gymnique: la pratique de demain*. Paris, L'Harmattan, 207 pages.

## Vaincre le stress

Grâce à la méthode du training autogène, basée sur le pouvoir de l'inconscient et la visualisation intérieure, apprenez à vaincre le stress et à lâcher prise en douceur. Cette méthode de relaxation reconnue s'assimile facilement et rapidement et elle peut être employée dans de nombreuses situations. Que vous souhaitiez évacuer efficacement le stress quotidien et soulager des douleurs physiques et psychiques ou développer votre créativité, vos facultés de concentration et concrétiser vos objectifs, vous découvrirez comment surmonter vos blocages et instaurer dans votre vie l'harmonie à laquelle vous aspirez.



Grasberger, D. (2010): *Vaincre le stress: le training autogène expliqué pas à pas, un programme de 7 semaines pour atteindre ses objectifs, un professeur à domicile grâce au CD inclus*. Paris, Vigot, 80 pages.

## Activité physique et alimentation

Cette enquête avait pour objectif d'avoir une conception précise des comportements relatifs à l'alimentation, à l'activité physique et au maintien d'un poids corporel sain dans les écoles suisses. Les assertions des directeurs d'écoles sur les comportements décrits au sein de leur établissement se laissent résumer sur la base de 14 points: introduction des thèmes de l'alimentation, de l'activité physique et du poids; mesure de promotion; thèmes abordés lors des réunions du corps enseignant; importance des thèmes «alimentation et activité physique»; possibilités de se procurer à boire et à manger pour les pauses; types de produits pour les pauses; recommandations et règles pour les pauses; mesures d'encouragement à boire de l'eau; heures de gymnastique obligatoires et effectives; mise en place des heures de sport obligatoires; mesures d'encouragement de l'activité physique; prise de contact avec les parents; contact avec les institutions; adhésion à des réseaux.



Ehmig, S.C.; Furrer, C.; Lenares, J. (2009): *Activité physique et alimentation dans les écoles suisses: résultats de l'étude comparative menée auprès des directions d'écoles en Suisse et dans la principauté du Liechtenstein*. Lugano, Institut pour la communication dans le domaine de la santé, 103 pages.

