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

**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin

**Band:** 42 (1985)

**Heft:** 7

**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:** 20.07.2025

**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)

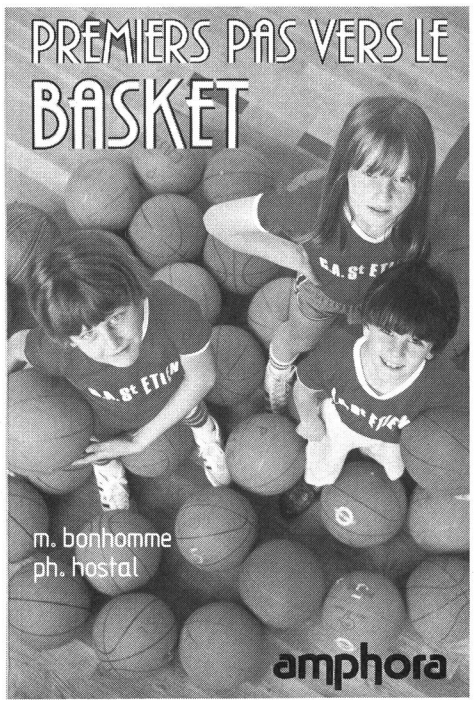
Les livres analysés à cette page ont été lus et trouvés suffisamment intéressants et utiles pour mériter d'être achetés.

### Premiers pas vers le basket

Michel Bonhomme/Philippe Hostal
Editions Amphora
14, rue de l'Odéon
F-75006 Paris

La photo de couverture de ce livre suffit pratiquement pour faire connaître son contenu, au sujet duquel il faut ajouter qu'il est excellent. C'est à partir d'une observation pratique que les auteurs proposent une analyse à la fois fine et astucieuse débouchant sur un traitement de l'activité et qui conviendra à tous les éducateurs, quelles que soient leurs origines et le genre de leur formation.

Prix approximatif: 34 fr.




### Musculation et entretien musculaire du sportif

Eric Viel/Michèle Esnault/Henri Neiger
Editions Chiron – 1984
40, rue de Seine
F-75006 Paris

J'ai lu ce livre avec attention et je l'ai trouvé de bonne qualité. Ce que je pourrais en dire ne serait pas meilleur que l'analyse qu'en a fait Chantal Ferrando-Durfort, responsable qualifiée et consciencieuse du Service de presse des Editions Chiron. Je lui emprunte donc, pour l'essentiel, le contenu de ce texte et le livre à l'appréciation des lecteurs de MACOLIN.

Le «body-building», importé de Californie, fleurit un peu partout, mais ses techniques de musculation sont souvent empiriques et sans bases scientifiques.

Le mérite de l'ouvrage d'Eric Viel, directeur de l'Ecole des cadres de kinésithérapie de Bois-Larris, de Michèle Esnault, qui enseigne dans cet établissement, et d'Henri Neiger, professeur à l'école de kinésithérapie de Rennes, est de prendre ce mouvement à contre-pied.
Leur travail représente un apport personnel original et important, qui explique de manière approfondie les diverses modalités, avantages et inconvénients du renforcement musculaire appliqué, ici, à l'entraînement du sportif. Ce dernier, en effet, ne peut se contenter d'une simple musculation, qui agit, on le sait, uniquement sur la force pure; bien au contraire, son renforcement musculaire, pour être de qualité, va impliquer un travail de toutes les propriétés du muscle. Son entraînement restera donc multifactoriel, développant simultanément, mais dans des proportions adaptées, sa force, mais aussi son endurance, sa résistance et sa souplesse articulaire et musculaire.
Pour être «dans le vent» – et à juste titre – les auteurs de «Musculation et entretien musculaire du sportif» consacrent tout un chapitre au stretching, en insistant sur la protection lombaire. Autre originalité du livre: son approche globale et dynamique du «muscle», approche basée sur des concepts d'histologie et de biomécanique. Bref, cet ouvrage doit intéresser les sportifs, mais aussi les entraîneurs, les enseignants, de même que les physiothérapeutes ouverts au milieu sportif, sans parler, bien sûr, des médecins du sport.

Prix approximatif: 38 fr.

### Anatomie fonctionnelle du sportif

Jürgen Weineck
Editions Masson – 1985
120, boulevard Saint-Germain
F-75280 Paris Cedex 06

Jürgen Weineck, on le connaît bien par son livre «Manuel d'entraînement». Mais voici que les Editions Masson publient, de lui, en traduction également, «Anatomie fonctionnelle du sportif». Depuis des années, ce sujet fait partie des matières enseignées dans la formation des futurs professeurs d'éducation physique et elle est considérée comme indispensable à la préparation de l'entraîneur.
Jusqu'à présent, il n'existait aucune publication qui l'appliquât au sport. Grâce au livre de Weineck, cette lacune est comblée. L'ouvrage prend en considération presque toutes les disciplines olympiques d'hiver et d'été. Le but de l'auteur est de permettre l'accès à l'anatomie du sport aux lecteurs pour lesquels le langage scientifique constituerait un obstacle insurmontable. Dans une première partie, l'auteur présente, d'une manière extrêmement concise, les informations élémentaires qui semblent indispensables pour l'étude des chapitres suivants. Toute sollicitation musculaire est transmise à la cellule et tout mouvement y prend son origine; il a donc paru logique d'introduire le livre par un bref rappel de cytologie et d'histologie. La deuxième partie offre un aperçu général des composantes de l'appareil locomoteur actif et passif. Il a semblé utile de l'introduire par une liste des notions les plus usuelles de l'anatomie. La troisième partie est consacrée à l'anatomie descriptive des muscles les plus importants de l'appareil locomoteur actif. Les systèmes osseux et ligamentaire sont décrits dans la mesure où leur étude est nécessaire à la compréhension des actions musculaires.
La quatrième partie essaie d'intégrer les muscles selon leur participation aux mouvements simples du tronc et des membres, afin de combler le fossé existant entre la théorie et la pratique du sport. La cinquième partie étudie certains gestes sportifs plus complexes. Une sixième et dernière partie propose brièvement quelques «trucs» pour le renforcement musculaire, à la fois dynamique et statique. Elle s'adresse en tout premier lieu à l'amateur sportif sans connaissances spécialisées.
Bref: un livre à garder sous la main!

Prix approximatif: 38 fr. ■

# Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

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

## Généralités

*Société Française de Sociologie du Sport* **03.1660**

**Sports et sociétés contemporaines**
VIIIe Symposium de l'ICSS

Paris, 6 au 10 juillet 1983

Paris, Société Française de Sociologie du Sport, 1984, 638 p. fig. ill. tab.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 2/1985.

*Art* **07.654q**

**Art et Sport**
Arts plastiques, affiches, sports moteurs, photographies, jeux vidéos. Musée des Beaux-Arts de Mons, 23 mars au 3 juin 1984.

Mons, Centre de Création artistique, 285 p. fig. ill.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 3/1985.

*par Lucy Lidell* **02.67**

**Le yoga**
Guide complet et progressif

Paris, Laffont, 1984, 192 p. fig. ill. tab.

Ce livre vous donne toutes les informations dont vous avez besoin pour commencer à pratiquer le yoga chez vous. L'essentiel de votre pratique est exposé dans la «Séance de base». Aux pages 66 et 67, un tableau montre aux débutants comment procéder; dans le «Cycle de la Vie», vous trouverez des exercices adaptés aux âges ou aux conditions physiques particulières, notamment la grossesse et le troisième âge.

## Alpinisme

*par Ballu Yves* **74.645**

**Les alpinistes**

Paris, Arthaud, 1984, 464 p.

A partir d'une masse de documents souvent inédits – correspondance, archives privées, journaux du temps, textes peu connus d'écrivains célèbres – de Rabelais à Bachelard – et de témoignages contemporains de première main, l'auteur propose une reconstitution quasi cinématographique de l'histoire alpine, de 1492 à 1984. Un index des alpinistes cités – plus de 2000 – et de leurs ascensions dans les Alpes et les Pyrénées fait de ce livre un ouvrage de référence.

## Médecine

*par Fox Edward L., Mathews Donald* **06.1561q**

**Bases physiologiques de l'activité physique**

Paris, Vigot, 1984, 405 p. fig. ill. tab.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 1/1985.

*par Krejci V., Koch P.* **06.1565**

**Lésions musculaires et tendineuses du sportif**

Diagnostic-Traitement
Entraînement musculaire
Réadaptation

Paris, Masson, 1985, 128 p. fig. ill. tab.

Au sommaire:
Définition et mécanisme du claquage musculaire (déchirure musculaire partielle). Elongations musculaires. Contractures musculaires («myogélose»). Les courbatures musculaires. Ossification musculaire (myosite ossifiante). Le massage dans la prévention et le traitement de relais des lésions musculaires. Les tendinopathies. Principes de l'entraînement musculaire. L'échauffement: préparation à l'entraînement et à la compétition. Entraînement de réadaptation après blessures musculaires.

*par Monod Hugues, Flandrois Roland* **06.1562**

**Physiologie du sport**
Bases physiologiques des activités physiques et sportives

Paris, Masson, 1985, 216 p. fig. ill. tab.

La lecture du présent ouvrage est à la fois utile et aisée: utile puisque l'ouvrage est bien au fait des progrès récents dans le domaine de la physiologie du sport, qui sont remarquablement amalgamés avec les notions plus anciennes devenues classiques; aisée grâce à la clarté du style et à la qualité des illustrations.
Cet ouvrage est recommandé non seulement aux physiologistes professionnels, aux médecins du sport, mais aussi à tous ceux que celui-ci intéresse, qu'ils en enseignent les modalités ou le pratiquent eux-mêmes.

## Sports de combat

*par Habersetzer Roland* **76.427**

**Défense pour tous «à main nue»**

Paris, Amphora, 1984, 199 p. fig.

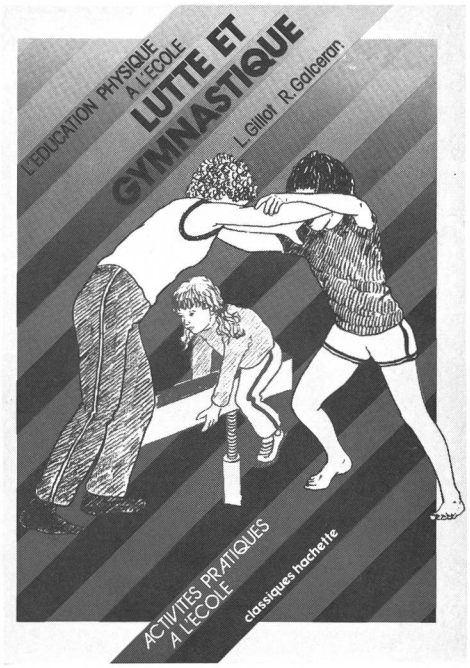
L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 1/1985.

*par Gillot L., Galceran R.* **76.419-2q**

**Lutte et gymnastique**

Paris, Hachette, 1984, 95 p. fig.

Conscients des difficultés que tout enseignant rencontre dans le domaine de l'éducation physique à l'école, les auteurs ont mis tout en œuvre, dans cet ouvrage, pour




lui permettre de résoudre, d'une manière concrète, ses problèmes de préparation et d'enseignement.
C'est pourquoi ils proposent une série de «séances toutes faites» que l'enseignant mettra en place sans aucune difficulté. Avec les jeux adaptés à la discipline concernée, il pourra satisfaire le besoin d'activité ludique indispensable aux enfants.

## Cyclisme

*par Hochart G., Roussel A., Tusseau G.* **75.272**

**Cyclisme moderne**
Les secrets d'un entraînement méthodique

Paris, Chiron, 1984, 135 p. fig. ill.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 3/1985.

## Jeux

*par Crèvecœur G., Smets A.* **71.1419**

**Jouer au basket**
Enseignement et pratique
Avec lexique franco-anglais des termes les plus usuels

Paris, Amphora, 1984, 208 p. fig.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 9/1984.

*par During Bertrand* **9.76-77**

**Des jeux aux sports**
Repères et documents en histoire des activités physiques

Paris, Vigot, 1984, 114 p. fig. tab.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 3/1985.

*par Choquet Jack* **71.1476**

**Tennis pour les jeunes**

Paris, Amphora, 1985, 119 p. fig. ill.

L'analyse de cet ouvrage figure dans la revue MACOLIN 4/1985. ■