

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 40 (1983)  
**Heft:** 12

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** Jeannotat, Yves / Hueguenin, 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**

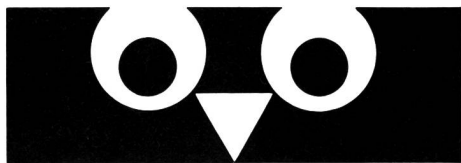
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 01.05.2026

**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.

### Les cyclistes en «questions»

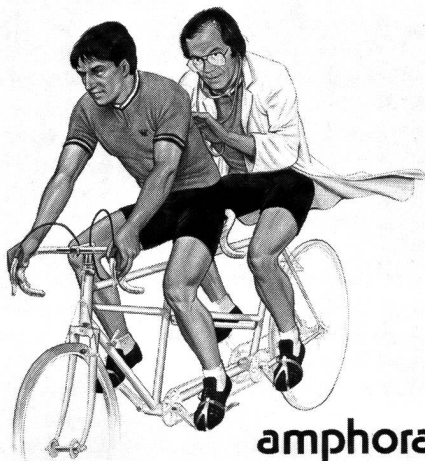
Dr J.-P. Mondenard  
Editions Amphora – 1983  
14, rue de l'Odéon  
F-75006 Paris

Jean-Pierre Mondenard, médecin des sports, a exercé à l'Institut national de Paris et il a suivi la plupart des grandes épreuves cyclistes, notamment le Tour de France. Il est lui-même un pratiquant assidu. Il a publié plusieurs ouvrages et de nombreux articles de médecine sportive. Celui-ci s'adresse aux cyclo-touristes (et à ceux qui font du vélo pour leur santé) de tous âges et des deux sexes. Il est le troi-

les réponses du spécialiste : tome 3

## LES CYCLISTES EN "QUESTIONS"

dr.j.p.de mondenard



amphora

sième d'une collection intitulée «Les réponses du spécialiste», les deux premiers étant «La consultation médicale du cycliste» et le deuxième «La santé des cyclistes».

«Les cyclistes en questions» adopte le principe des questions-réponses. Il est facilement accessible à tous et présente en 44 «consultations», les principaux problèmes de santé en relation avec la pratique du vélo: diététique, cœur, prostate, pied, chaleur, etc.

Le Dr Mondenard a été assez fortement contesté lorsqu'il s'est mis à parler de domaines qui lui sont moins familiers, de la course à pied en particulier. Par contre, dès qu'il est aux pieds de la «petite reine», son expérience complète à merveille sa qualité de médecin.

Prix approximatif: 30 fr.

### Le sport populaire

René Moustard  
Editions sociales – 1983  
146, rue du Faubourg-Poissonnière  
F-75010 Paris

René Moustard a 48 ans et il est professeur d'éducation physique et sportive. Il est aussi, depuis 1976, président de la Fédération sportive et gymnique du travail. L'ouvrage qu'il vient de publier dans la collection «notre temps/société» s'adresse à tous: à ceux qui aiment le sport comme à ceux qui s'en trouvent éloignés. Il s'agit de considérer les activités physiques et sportives dans leur relation avec tout ce qui fait la vie des gens et de saisir leur place originale dans la logique des rapports sociaux. Aujourd'hui, de grands efforts doivent être consentis pour changer le sport et changer la vie.

Le livre de René Moustard vous entraîne dans une description étendue des aspects historiques, sociaux, pédagogiques et institutionnels du sport. Rendre le sport «populaire»: voilà le centre de gravité fondamental de l'ouvrage. Une «pratique de la réussite» et le «plaisir de progresser» sont, à l'évidence, ce qui stimule l'accès au sport. A travers tous les changements, même les plus profonds, une grande vérité reste établie: l'épanouissement du corps et de la personnalité constitue un besoin social essentiel en même temps qu'il favorise le bonheur humain.

Prix approximatif: 22 fr.

### Le stretching du sportif

Sven-A. Sölveborn  
Editions Chiron-Sports – 1983  
40, rue de Seine  
F-75006 Paris

Sven-A. Sölveborn est un jeune médecin de 32 ans, joueur et entraîneur de handball. Sa méthode repose sur 3 phases:

1. La *contraction* préalable du muscle, ou d'un groupe de muscles pendant 10 à 30 secondes
2. Le relâchement du muscle pendant deux ou trois secondes
3. La traction du muscle, en douceur, aussi loin que possible, sans que la douleur apparaisse, position à conserver pendant 10 à 30 secondes.

Le stretching n'est pas seulement à la mode, il est utile pour tous les sportifs. La méthode de Sölveborn:

# CONTRACTÉZ DECONTRACTEZ TENDEZ

mérite d'être étudiée à fond avant d'être appliquée.

#### Extrait du sommaire

- Une méthode facile et efficace
- Connaissance de la musculature
- Ensemble des exercices
- Pour chaque branche sportive
- Course, ski, natation, cyclisme
- Football
- Handball, tennis
- Badminton, squash, volleyball
- Sports de combat
- Stretching et prévention
- Stretching statique et dynamique
- Les six méthodes américaines
- Facteur de durée dans le stretching

Voilà, de toute évidence, satisfaire à la curiosité des plus exigeants. De quoi combler une lacune de la préparation sportive née du fait que l'on ne voulait pas croire, auparavant, aux vertus de l'étirement, un mot beaucoup trop simple, pensez donc!

Prix approximatif: 25 fr.

# Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

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

## LIVRES

### Gymnastique

par *Le Camus Christiane* 72.839

#### La gymnastique rythmique sportive et sa valeur éducative

Paris, VRIN, 1982, 132 p. fig. ill.

*Au sommaire*

Avant-propos

Les dimensions de l'activité G.R.S.

Les capacités motrices en G.R.S.

Apprentissage en G.R.S.

L'espace et la G.R.S.

Le rythme et l'accompagnement musical en G.R.S.

La création en G.R.S.

Pour une pédagogie de la découverte et de la créativité

Conclusion

Bibliographie

par *Louvard Annick* 72.838

#### Guide pratique d'exercices physiques du 3e âge

Paris, Amphora, 1982, 172 p. fig. ill.

L'analyse de cet ouvrage figure dans le no 10/1982.

par *Piard Claude* 72.843

#### Fondements de la gymnastique

Technologie et pédagogie

Paris, Vigot, 1982, 179 p. fig.

Ce livre a été guidé par le souci d'induire une réflexion fondamentale auprès des pratiquants et des jeunes cadres tout en leur donnant un certain nombre de moyens, de recettes rationnelles qui leur permettent de commencer à œuvrer tout de suite.

*Au sommaire*

Introduction

#### Mécanique générale des figures acrobatiques

Les figures quadrupédiques en acrobatie au sol («renversements»)

Les saltos et les vrilles en acrobatie

L'acrobatie sur la poutre

Le saut de cheval

#### Mécanique générale du travail aux agrès

Préparation physique générale

La barre fixe et les barres asymétriques

Les barres asymétriques (particularités)

Les anneaux

Les barres parallèles

Le cheval-arçons

*L'analyse du geste*

Conclusion

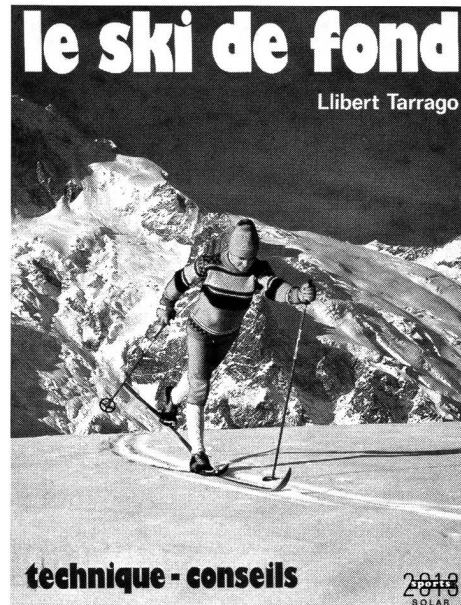
### Sports d'hiver

par *Tarragot Llibert*

77.635

#### Le ski de fond

Paris, Solar, 1982, 122 p. fig. ill. tab.



*Au sommaire*

Découverte des skis allumettes

L'habit du fondeur

Les skis et la neige

Un, deux, trois, partez

Une valse à quatre temps

Suivez le code

Ski de fond et santé

La randonnée nordique: un parfum

d'aventure

Le sport ski de fond

Les marathons de plaisir ou la fièvre du dimanche matin

La Worldloppet: pour tous les fondeurs du monde

Vasaloppet: une marche royale pour

12 000 skieurs

#### Ski de fond pratique

Etoiles des neiges

Fédération française de ski

Une école nationale

L'A.N.C.E.F.S.F.

Revus

par *Gagnon Gérard*

77.653

#### Hockey

Système de jeu et tactiques

Québec, Presses de l'université de Montréal, 1982, 2 bde, 164 p. fig.

Ce livre répond aux attentes maintes fois exprimées autant par l'entraîneur débutant que par l'entraîneur d'expérience et est susceptible de les guider dans l'enseignement de la tactique collective en hockey. L'auteur aborde des thèmes tels que: système de jeu, principe de base, règle d'opération, structure d'attaque, action collective, etc., thèmes qui sont les fondements mêmes du jeu d'équipe. Cet ouvrage s'avère l'outil par excellence de l'entraîneur et du joueur désireux d'élargir sa conception du jeu collectif en hockey.

23

### Jeux

par *Brechbühl Jean*

71.1291

#### La maîtrise du tennis

Lausanne, Payot, 1982, 255 p. fig. lit.

Le présent ouvrage a été écrit après une longue activité de compétition et près de quarante ans d'enseignement. Insatisfait des résultats obtenus par les méthodes traditionnelles, l'auteur cherchait depuis longtemps une méthode réellement efficace d'enseignement du tennis. Il a tenté de nombreux essais dans diverses directions et les expériences qu'il a pu faire lui ont permis de formuler certaines hypothèses qu'il expose dans le présent ouvrage. Pour étayer ces hypothèses, il a dû étudier en détail les problèmes de l'adresse ainsi que les moyens permettant de l'acquérir. Il a également tenté de discerner quelles sont les données objectives et idéales du jeu de tennis et, dans la partie pratique, il a proposé une suite d'exercices pour les diverses catégories de joueurs.

L'auteur espère que l'exposé de ses hypothèses intéressera aussi bien les professeurs de tennis que les joueurs qui désirent se perfectionner.

Cet ouvrage est conçu à l'usage des pratiquants aussi bien que des enseignants. L'accent est mis sur l'apprentissage non pas de gestes, mais d'«actions», toujours liées à une situation de jeu concrète.

Du point de vue pédagogique, il s'agit là d'une recherche très approfondie de tous les facteurs qui peuvent influencer le jeu. D'ailleurs l'expérience a prouvé que les résultats de cette méthode sont nettement supérieurs à ceux que l'on peut obtenir par un enseignement traditionnel.

Cela n'a rien d'étonnant si l'on sait que le tennis est pour Jean Brechbühl une passion qu'il ne cesse de cultiver par de nombreuses lectures et des contacts permanents avec des spécialistes du tennis, du sport en général comme de la pédagogie et de la psychologie.

D'ailleurs, la psychologie intéresse de plus en plus l'ensemble du sport, depuis que l'on a enfin pris conscience que l'homme se compose d'une âme et d'un corps.

### Cyclisme

par *Ollivier Jean-Paul*

75.252

#### Hugo Koblet - Le pédaleur de charme

Paris, PAC, 1982, 175 p. 16 tab.

Il était une sorte de divinité auréolant un troupeau nommé peloton. Sa beauté, sa classe éclataient partout. Sa position à bicyclette donnait envie d'enfourcher l'engin et l'humoriste Jacques Grello le baptisa: «Le pédaleur de charme.»

Vainqueur du Tour de France, sa séduction entraînait dans la légende quand une maladie mystérieuse le frappa. Il avait soudain perdu son envol souverain.

Un destin brutal l'attendait. Lui, enfant prodige qui respirait la gentillesse, l'élégance, n'avait jamais su compter ni avec la ruse, ni avec l'argent. Il rata totalement sa reconversion et sa vie prit fin de la manière la plus tragique. S'était-il donné la mort? Avait-il été victime d'un accident? Cet ouvrage est le seul document vrai sur la vie du dernier romantique des pelotons.