

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 12

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** Jeannotat, Yves / Nyffenegger, Eveline / 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:** 28.01.2026

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

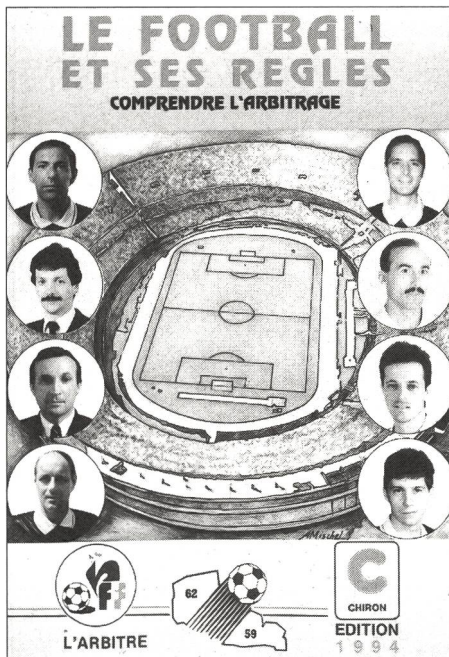
## Pour ma bibliothèque

Yves Jeannotat et Eveline Nyffenegger  
(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.

### Le football... et ses règles

Léon Plaete et Yves-Noël Boulín  
Editions Chiron - 1993  
40, rue de Seine  
F-75006 Paris



La prochaine édition des championnats du monde de football sera organisée aux Etats-Unis: c'est une première curiosité! L'équipe suisse y sera présente: c'en est une deuxième. Mais il y en a d'autres encore, au niveau de l'adaptation des règles notamment, que les spécialistes eux-mêmes ont de la peine à assimiler. Et, il faut bien le reconnaître, lorsqu'on regarde un match palpitant (il y en a!) à la télévision, les commentateurs n'ont pas toujours la formation ni la qualité pédagogique nécessaires pour expliquer certaines décisions auxquelles le commun des mortels n'est pas habitué.

C'est donc un travail utile qu'ont fait Léon Plaete, président et responsable

technique de la Commission des arbitres de la Ligue du Nord-Pas-de-Calais et Yves-Noël Boulín, son secrétaire général, en écrivant «Le football et ses règles», ouvrage qui porte, en sous-titre: «Comprendre l'arbitrage» et qui pourra être régulièrement mis à jour. Ce n'est sans doute pas un roman, mais un livre de référence qui permet, grâce à sa conception, de trouver rapidement la règle non parfaitement comprise et son explication.

Exemples: «Le ballon»! *Le ballon sera sphérique; l'enveloppe extérieure en cuir ou en une autre matière approuvée. Aucune matière susceptible de constituer un danger pour les joueurs ne pourra être utilisée dans sa confection. Le ballon aura une circonférence de 71 cm au plus et de 68 cm au moins. Il pèsera, au début de la partie, 453 g au plus et 396 g au moins. La pression devra être égale à 0,6 - 1,1 atmosphère (600 - 1,100 g/cm<sup>2</sup>) au niveau de la mer. Le ballon ne pourra être changé pendant le match qu'avec l'autorisation de l'arbitre.*

Autre exemple: «La règle de l'avantage»: *Quel que soit l'endroit où la faute est commise, la ligne de conduite demeure la même: l'arbitre s'abstiendra de pénaliser s'il croit, en le faisant, favoriser l'équipe qui a commis la faute, c'est-à-dire que l'arbitre ne devra jamais se rendre complice d'un joueur fautif. Il est difficile, pour l'arbitre, d'appliquer la règle de l'avantage. Il faut, pour cela, que les joueurs évoluent dans l'esprit du jeu.*

Michel Vautrot, arbitre bien connu, dit ceci de son «métier»: *Il n'est pas possible de se déguiser en noir sans avoir potassé et assimilé le règlement et ses subtilités... Je meuble souvent la sieste d'avant-match des grandes rencontres internationales par la révision de certains points capitaux. «Le football et ses règles» est le compagnon fidèle, documenté et simple auquel je me réfère pour les examens, les remises à jour des connaissances ou pendant les moments de doute.*

Prix approximatif: 33 fr.

### Volleyball: l'entraînement par les jeux

Berthold Froehner  
Editions Vigot - 1993  
23, rue de l'Ecole-de-Médecine  
F-75006 Paris

La Suisse, notamment par son équipe féminine, monte lentement mais sûrement dans la hiérarchie mondiale du volleyball. La télévision a contribué à rendre

ce sport populaire. Il est devenu un des préférés des jeunes, mais sa pratique est loin d'être aussi simple qu'il n'y paraît lorsqu'on se contente de «regarder».

«Volleyball», de Berthold Froehner, présente quelque 350 exercices et jeux permettant l'organisation de séances d'entraînement dans des conditions proches de celles de la compétition, et ceci à tous les niveaux. *Les divers exercices proposés, explique l'auteur, se rapportent directement aux exigences motrices et cognitives des situations réelles du jeu de volleyball.* L'ouvrage présente aussi l'énoncé des caractéristiques du volleyball et l'explication des règles qui lui sont propres: trois touches de balle au maximum, ballon frappé et non tenu, ordre de rotation, etc. Un livre utile, donc, pour tous les entraîneurs et moniteurs de volleyball d'abord, mais aussi pour les joueurs et les joueuses.

Prix approximatif: 61 fr.

### Golf: préparation physique et mentale

Monique Morançon  
Editions Amphora - 1993  
14, rue de l'Odéon  
F-75006 Paris

Le golf se popularise. Cela ne signifie pas qu'il est d'ores et déjà, comme certains le prétendent, un sport «populaire» au sens large du terme à savoir, notamment, à portée de toutes les bourses. Mais sa pratique est de plus en plus accessible, il faut le reconnaître, à une couche de population qui a longtemps dû se contenter d'en rêver: les terrains deviennent plus «petits», ils restent plus «naturels», des places «partielles», destinées à entraîner certains gestes spécifiques trouvent place un peu partout. Si je présente le livre de Monique Morançon en «saison morte», c'est parce qu'il traite de la préparation physique et mentale propre à ce sport et que c'est par elle qu'on accède, plus tard, au sport proprement dit.

Professeur d'EPS à l'Université de Nice, Monique Morançon est diplômée de l'INSEP de Paris et elle est au bénéfice d'une formation reconnue en psychologie sociale expérimentale. Elle est également «Master» en sophrologie. Elle pratique elle-même le golf pendant ses loisirs.

Un chapitre de son livre est plus particulièrement consacré aux jeunes: à quel âge peuvent-ils commencer? Comment les initier à la pratique du golf? Etc...

Prix approximatif: 35 fr. ■



# Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

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

## Généralités

par Brady Frank

07.844

**Bobby Fischer**

Paris, Payot, 1993, 390 p., tab.

Echecs Payot.

En 1992, après vingt ans d'absence, Bobby Fischer est sorti de sa retraite pour rejouer contre Boris Spassky, qu'il avait battu en 1972 au championnat du monde.

Grand maître dès l'âge de quatorze ans, Fischer a dû se défendre seul contre les Russes pour accéder au titre mondial. Son aversion du compromis, sa rage de vaincre, ses réclamations incessantes pour améliorer les conditions du jeu ont profondément bouleversé le monde des échecs.

par Hilton Christopher 75.419

**Nigel Mansell**

**Le départ**

Paris, Solar, 1993, 239 p., ill.

La carrière en Formule 1 (1980 - 1992) de Nigel Mansell n'a été qu'une suite de séquences contrastées, tout à tour flamboyantes, déconcertantes, héroïques, dramatiques ou exaltantes. Jamais indifférentes. «Nigel Mansell: le départ», raconte le cheminement tumultueux de Mansell au long de ses quatre-vingt-un Grands Prix...

Ce document dévoile tous les aspects, même les plus secrets, d'un baroudeur d'élite, riche de trente victoires en Formule 1.

## Jeux

par Villepreux Pierre

71.2161

**Formation au rugby de mouvement**

Toulouse, Cépaduès, 1993, 72 p., fig., lit., tab.

Aujourd'hui l'évolution du rugby axée sur la recherche du mouvement ininterrompu des joueurs et du ballon sensibilise tous les éducateurs désireux de proposer aux pratiquants un jeu attrayant et efficace.

Cet ouvrage a pour objet d'analyser objectivement le jeu actuel, et de proposer une méthode de travail avec des

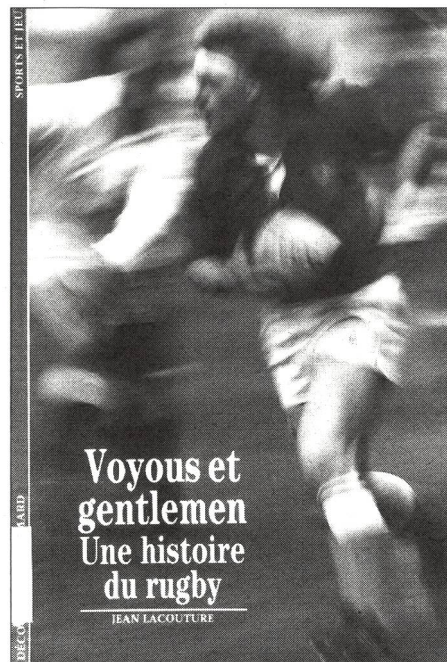
exercices adaptables du débutant au plus haut niveau, ceci quel que soit le lieu d'intervention de l'éducateur, école ou club.

par Lacouture Jean

71.2149

**Voyous et gentlemen. Une histoire du rugby.**

Paris, Gallimard, 1993, 176 p., fig., ill.



Né en Angleterre, sous la pluie et sur la pelouse du collège de Rugby, ce «jeu de voyous pratiqué par des gentlemen» a traversé la Manche pour s'établir – grâce à quelques émigrés britanniques – au Havre, à Paris puis à Bordeaux, avant de conquérir ce qui sera son fief, l'Occitanie. Mais le ballon ovale a suivi une trajectoire bien étonnante que décrit l'auteur: Nouvelle-Zélande, Afrique du Sud, Australie, Argentine, Japon, Roumanie, îles Fidji... autant de pays, autant de styles. En 1987, après un demi-siècle de Tournoi des Cinq nations, la compétition internationale s'est enfin ouverte aux rugbymen des antipodes avec la création de la Coupe du monde.

par Oswald Francine

71.2119

**Le tennis, c'est...**

Genève, Oswald, 1992, 127 p., ill.

Un livre de tennis didactique qui s'adresse à tous les joueurs, du débutant au compétiteur, désirent s'améliorer techniquement, tactiquement, physiquement, mentalement avec 51 thèmes traités, 20 règles, 260 conseils, 125 exercices dont 21 différents jeux d'entraînement pour progresser en s'amusant.

Huit témoignages de spécialistes et de champions pour aider à mieux gérer le tennis de compétition, 53 dessins humoristiques qui rappellent que, pour la grande majorité des joueurs, le tennis n'est qu'un jeu.

## Gymnastique

par Tobias Maxine,  
Sullivan John Patrick

72.1243 q

**Le grand livre du stretching**

Paris, Solar, 1993, 128 p., fig., ill.

La méthode idéale pour accroître l'énergie physique et mentale, pour améliorer la souplesse, embellir et se relaxer.

Une nouvelle approche dynamique du corps par le mouvement, la respiration et la relaxation.

Des programmes progressifs pour améliorer les performances, quelle que soit la discipline sportive exercée.

Des séances d'entraînement et des enchaînements à la portée de tous, pour une pratique quotidienne.

Des étirements spécialement étudiés en fonction de la vie moderne.

Des exercices permettant de remodeler ou de raffermir différentes parties du corps.

Des étirements efficaces pour combattre le stress.

par Cavicchioli R.

72.1244

**Cours de gymnastique douce**

Paris, De Vecchi, 1993, 181 p., ill. lit.

Le «Cours de gymnastique douce» propose une méthode originale et stimulante de remise en forme. S'inspirant du yoga, du training autogène, de l'expression corporelle et de la méthode Feldenkrais, elle est basée sur la relaxation, la circulation de l'énergie et la prise de conscience de la nécessaire harmonie du corps et de l'esprit.

Le lecteur trouvera des conseils pratiques et un programme complet d'exercices simples, efficaces, modulables en fonction de sa personnalité.

## Alpinisme

par Janin Christine

74.876

**Le tour du monde par les cimes**

**La conquête des «7 sommets» du monde par une femme**

Paris, Michel, 1993, 203 p., ill.

Première Française au sommet de l'Everest et du Gasherbraum, première femme au sommet de l'Hidden Peak, Christine Janin se lance en 1992 dans un tour du monde extraordinaire: le tour du monde «par le haut».

Moins d'un an pour conquérir les géants du globe: ce pari, Christine Janin est la première femme à l'avoir gagné. En entrant dans le club très fermé des «7 sommets», elle entre aussi dans la grande histoire de l'alpinisme.

Ce tour du monde par les cimes raconte l'aventure hors du commun d'une femme exceptionnelle qui fait partager sa passion du jamais vécu à tout un chacun. ■