

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 6

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** 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:** 29.01.2026

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

## Pour ma bibliothèque

Eveline Nyffenegger  
(Bibliographie établie avec le concours  
de la librairie Payot SA, Lausanne)

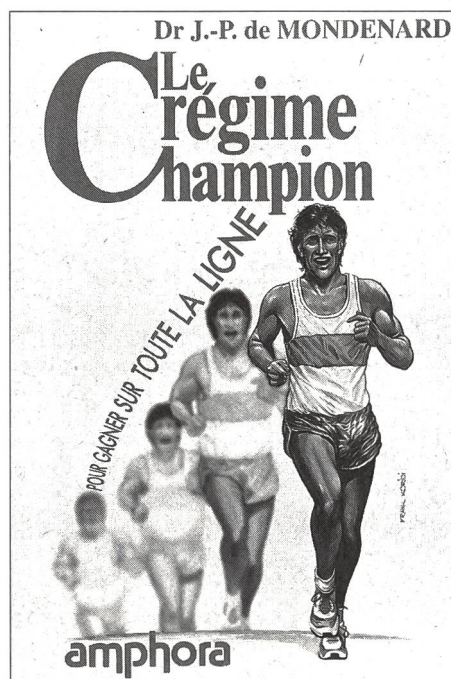
Les livres analysés à cette page ont été  
lus et trouvés suffisamment intéressants  
et utiles pour mériter d'être achetés.

### Le régime champion

«pour gagner sur toute la ligne»

Jean-Pierre de Mondenard  
Editions Amphora S.A. – 1995  
14, rue de l'Odéon  
F-75006 Paris

Le Dr Jean-Pierre de Mondenard n'est pas un inconnu pour les lecteurs de MACOLIN. Notre revue a en effet publié à plusieurs reprises des articles de son cru, notamment sur le sport et l'enfant «malade» (1991/1992). Son régime champion pour gagner sur toute la ligne fourmille de conseils, de mises en garde, de renseignements, d'exemples à ne pas suivre et d'erreurs qui ont eu la vie longue. L'auteur préconise de manger pendant l'effort. C'est là où réside la différence avec tous les programmes habituellement proposés. *Le régime champion* est un programme tonique associant activité physique, sport et alimentation équilibrée.



Extraits du sommaire (21 chapitres):

- Perte de poids et perte de forme
  - Surpoids et exercice physique
  - Quelques exemples intersports
  - A faire et à ne pas faire
  - Surcharges pondérales chez l'enfant
  - L'alimentation de la forme
  - Travaux pratiques: comment s'alimenter pour une activité physique
- Prix approximatif: 43 fr.

### Les footballeurs professionnels

des années trente à nos jours

Alfred Wahl, Pierre Lanfranchi  
Editions Hachette – 1995  
79, boulevard Saint-Germain  
F-75288 Paris cedex 06

L'histoire des footballeurs professionnels depuis les années trente jusqu'à nos jours est indéniablement le reflet de certains changements dans notre société. Le football, comme chacun le sait, est né en Grande-Bretagne, dans les écoles publiques, au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle. Il fit son apparition en France vers 1890 où il suscita un véritable engouement. Il se développa alors rapidement pour devenir spectacle. Les efforts déployés par les initiateurs – tant britanniques que français – pour lui garder l'esprit amateur restèrent vains. Le football tout naturellement s'accommoda aux règles d'économie de marché. Les auteurs de l'ouvrage que je présente sont tous deux historiens réputés, spécialisés dans l'histoire du football (Alfred Wahl a publié entre autres, chez Gallimard, *La Balle au pied, histoire du football* et *Les Archives du football*). Ils se sont penchés sur l'évolution de ce sport devenu peu à peu un «métier de spectacle» avec ses vedettes, ses scénarios, ses décors et ses scènes aux enjeux médiatiques et financiers considérables. Ils nous livrent le fruit de leurs recherches sur les points communs entre les premiers footballeurs, des jeunes gens des classes aisées qui ont tout loisir de pratiquer une discipline sportive distinctive et les jeunes d'aujourd'hui, qui entrent en apprentissage dès l'adolescence pour devenir des joueurs professionnels. Quelque 290 pages passionnantes comblent ce raccourci. Elles permettent de comprendre l'évolution des modes de recrutement, des conditions de travail et d'entraînement des joueurs, elles font la lumière sur les transferts, les salaires, les magouilles, elles parlent de l'entrave aux études, du chômage chez

les professionnels qui se résignent à descendre d'un cran sportivement et financièrement, des perspectives de carrière et de reconversion.

*Les footballeurs professionnels*: une étude passionnante, qui se lit comme un roman.

Prix approximatif: 30 fr.

### Cahiers

Nijinski

Vaslav Nijinski  
Editions Actes Sud – 1995  
Le Méjan  
F-13200 Arles

Depuis mon adolescence, je suis fascinée par Nijinski, le personnage et son destin. Etoile des Ballets russes, ce danseur exceptionnel et chorégraphe révolutionnaire a débuté sa fulgurante carrière au Théâtre Mariinski de Saint-Petersbourg. Ses origines russes, avec tout ce que cela comporte: exaltation, fougue, démesure, générosité, nourrissaient aussi, pour une bonne part, le mythe. Son étoile pâlit après sa rupture avec Diaghilev, rupture tant affective que professionnelle. Malgré sa «maladie de l'âme» il continua à créer et à dessiner. Il a vraisemblablement écrit ses quatre cahiers entre le 19 janvier et le 4 mars 1919. Une première version en anglais a été publiée en 1936, version amputée de 30 000 mots, de tous les poèmes ainsi que des passages érotiques. Trois de ces cahiers et quatre lettres du quatrième sont réunis, en version non expurgée, en un volume intitulé tout simplement *Cahiers*. C'est un ouvrage véritablement bouleversant, capital pour l'histoire, pour la danse et pour la psychiatrie. Nijinski s'y autoanalyse. D'une écriture pathétique, avec une lucidité aveuglante ou dans une obscurité terrifiante, il dévoile son quotidien, ses fantasmes, ses souvenirs, en associations libres. Le quatrième cahier est déposé à la Bibliothèque nationale à Paris.

Nijinski est mort à Londres en 1950, après 30 ans de souffrances. Ses filles ont été sollicitées à plusieurs reprises pour une édition non expurgée des cahiers. Elles s'y étaient toujours refusées, craignant d'abîmer l'image de leur père. *N'y aurait-il pas de l'indécence, voire de l'obscénité, à montrer toute la souffrance de cet homme, toute sa misère?* Heureusement pour nous, Christian Dumais-Lvowski, qui a traduit du russe avec Galina Pogojeva, a pu vaincre la résistance des deux sœurs.

Prix approximatif: 43 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 David Paulo

03.2268-6

### La protection des droits de l'enfant dans le sport de haute compétition

Grand-Lancy, Défense des Enfants-International (DEI), Section Suisse, 1993, 48 p., fig., lit.

Les cahiers des droits de l'enfant

S'il est vrai que le sport est une merveilleuse école de la vie, il peut également dans certaines situations perturber l'épanouissement des enfants qui le pratiquent. Cet opuscule a pour but de sensibiliser tous les milieux intéressés à la question des droits de l'enfant dans le sport de haute compétition. A la lumière de la Convention des Nations unies relative aux droits de l'enfant, l'auteur relève que, dans certaines situations, les droits de l'enfant sportif ne sont pas respectés et même parfois violés. Quelles mesures de protection de l'enfance les Etats prennent-ils au moment où l'argent, la violence, le nationalisme et le dopage dénaturent le sport de compétition? Quelles sont les politiques à suivre pour que l'intérêt supérieur de l'enfant soit respecté?

C'est à de telles questions que cet ouvrage tente d'apporter une réponse.

par Coopers & Lybrand pour la direction générale X, Commission des communautés européennes

03.2367 q

### L'impact des activités de l'Union européenne sur le sport

Edition de 1994, Bruxelles, UE, 1994, 117 p.

L'étude décrit la législation et les politiques de l'Union européenne ainsi que leurs incidences réelles ou potentielles sur l'organisation ou la pratique du sport.

Voici les chapitres traités:

La libre circulation des personnes et des services; Santé et sécurité; La libre circulation des biens; Politique de la concurrence; Les animaux dans le sport; Sources communautaires de financement du sport; La politique de l'environnement; Fiscalité; L'unité monétaire européenne et le sport; Le sport pour les personnes handicapées.

## Jeux

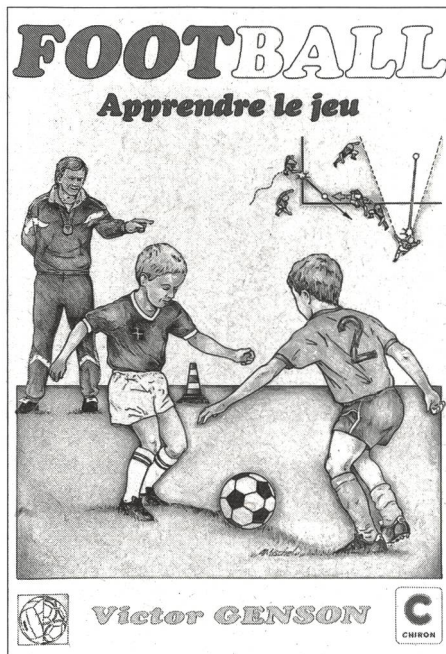
par Genson Victor

71.2298

### Football. Apprendre le jeu

Paris, Chiron, 1994, 280 p., fig., tab.

Chaque chapitre s'ordonne autour d'une situation fondamentale: que faire selon que sa propre équipe ou l'équipe adverse possède le ballon, ou bien selon que l'adversaire est derrière ou devant soi? Chacune des situations décrites entraîne tout un éventail de stratégies possibles, à la fois pour toute l'équipe et pour chaque joueur.



Chaque situation nouvelle est une totale remise en cause pour le joueur qui doit instantanément s'adapter au problème auquel il doit maintenant faire face.

L'auteur développe ainsi une pédagogie du football particulièrement unifiante, dans laquelle les aptitudes physiques du joueur viennent s'harmoniser avec ses qualités morales et intellectuelles pour assurer la victoire de son équipe.

par Taelman René, Saint-Jean Philippe (collaboration)

71.2220

### Football: entraînement spécifique. 517 exercices de la préformation (5 à 10 ans) au perfectionnement individuel

Paris, Amphora, 1994, 287 p., ill., fig., tab. Collection Sports et Loisirs

Alors que dans le cadre de ses ouvrages précédents, l'auteur a consacré beaucoup de temps et de recherches au domaine de la condition physique, il a préféré aborder, cette fois-ci, des sujets plus techniques ou technico-tactiques:

- Le perfectionnement individuel
- L'échauffement collectif spécifique avec ballon
- Les tirs au but
- Les mouvements de base d'animation - tactique offensive
- Les démarquages et jeux technico-tactiques
- La préformation

Il a par ailleurs fait appel à la collaboration d'un jeune technicien, Ph. Saint-Jean, qui est à la fois le précurseur et le meilleur spécialiste belge de la préformation et dont les conceptions révolutionnaires méritent un maximum d'attention de la part des entraîneurs et des joueurs.

## Cyclisme

par Angeli Massimiliano

75.442

### Cours de cyclisme sportif

Paris, De Vecchi, 1994, 154 p., fig., ill.

Cet ouvrage apporte tous les renseignements nécessaires pour pratiquer ce sport dans les meilleures conditions. De nombreuses illustrations rendent tous ces conseils pratiques très clairs et accessibles à chacun. On y trouve également des informations sur les techniques d'entraînement et le régime à suivre pour être au meilleur de sa forme.

Ainsi conseillé, il ne restera plus qu'à baisser la tête, foncer et se lancer enfin dans les traces des plus grands cyclistes. ■



## Hôtel-Restaurant Kühboden

Un restaurant de montagne familial et accueillant, situé à 2200 mètres d'altitude sur l'Alpe de Fiesch proche du glacier d'Aletsch, au cœur d'un véritable paradis pour les promeneurs et les skieurs.

Renseignez-vous sur nos possibilités d'hébergement convenant aux groupes tels camps de ski, courses d'école et sorties de sociétés.

Une adresse à recommander:

Cornelia et Beat Schmid  
3984 Fiesch / Kühboden

Téléphone 028 / 71 13 77  
Fax 028 / 71 36 22