

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 8 (2006)  
**Heft:** 3

**Buchbesprechung:** Parutions nouvelles // Sous la loupe

**Autor:** Keim, Véronique / Fauchère, Cédric / Bao, Miguel

### **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**

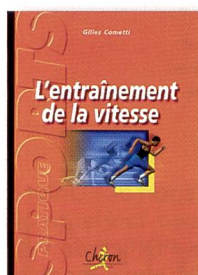
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 15.02.2026

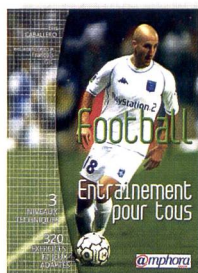
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Cometti, G. (2006).  
**L'entraînement de la vitesse.**  
Paris, Chiron, 295 pages.

► On naît sprinter. Qui n'a pas déjà entendu cette affirmation? Certes, tout le monde ne dispose pas des mêmes atouts au départ. Mais est-ce une raison suffisante pour tomber dans le fatalisme? Non! La vitesse s'entraîne! Gilles Cometti, figure emblématique de la préparation physique, nous explique comment dans son dernier ouvrage consacré à ce thème central. Le maître de conférences de la Faculté des sciences du sport de l'Université de Bourgogne passe d'abord en revue les facteurs qui déterminent la performance: la vitesse de réaction, la vitesse gestuelle, la fréquence des appuis au sol, sans oublier la capacité à mobiliser la source énergétique ATP-CP. Cometti, dans un langage clair et concis, analyse ces facteurs à la lumière de situations concrètes et propose une méthodologie de l'entraînement adaptée. Le chapitre consacré aux aspects biomécaniques du 100 m permet de décortiquer les différentes phases – accélération, maintien, décélération – qui rythment l'épreuve reine. Mais ce qui intéressera plus particulièrement les praticiens, c'est la partie consacrée aux étapes de l'entraînement de la vitesse. Cometti propose une démarche claire et sans équivoque qui place le travail qualitatif de la vitesse au centre des préoccupations de tout entraîneur de sport collectif. À l'aide de conseils méthodologiques et d'exercices illustrés, l'entraîneur peut construire ses séances et mettre les bons accents aux endroits et aux moments opportuns!

Véronique Keim

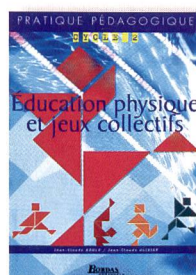


Caballero, E.; Gil, F. (2005).  
**Football. Entraînement pour tous.**  
Paris, Editions Amphora, 256 pages.

► Considéré comme le sport le plus populaire de la planète, le football compte 250 millions de joueurs licenciés, parmi lesquels certains rêvent de devenir les futurs Alexander Frei, Zinedine Zidane ou Ronaldinho et de déchaîner par la même occasion les passions qu'engendre ce sport.

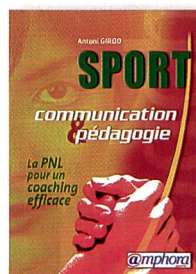
Avec la participation de François Gil, responsable de la préformation au Paris Saint-Germain, le professeur d'éducation physique sportive Eric Caballero a réalisé cet ouvrage dans le but de permettre aux éducateurs et autres entraîneurs de mettre sur pied des séances, quels que soient le niveau et la catégorie des joueurs.

320 exercices et jeux, présentés sous la forme de schémas et de tableaux récapitulatifs, sont regroupés dans «Football. Entraînement pour tous». Ce livre permettra, d'une part, aux joueurs de progresser, d'autre part, à l'éducateur d'être guidé dans les exercices proposés et de l'aider à adapter ses séances en fonction des capacités et progrès réalisés par les participants. Un large éventail de mouvements tels que les passes, tirs, contrôles, dribbles, têtes, volées, techniques défensives sont traités dans ce livre, qui suggère des situations selon que le joueur soit débutant ou affirmé. Miguel Bao



Boulo, J.-C.; Olivier, J.-C. (2005).  
**Education physique et jeux collectifs, cycle 2.**  
Paris, Editions Bordas, 206 pages  
Boulo, J.-C.; Olivier, J.-C. (2005).  
**Education physique et jeux collectifs, cycle 3.**  
Paris, Editions Bordas, 206 pages

► Véritables planifications annuelles, ces ouvrages s'adressent aux enseignants du degré primaire. Le premier tome, réservé aux élèves de six à sept ans, présente six unités d'apprentissage dans les différents domaines de l'éducation physique. Les thèmes traités rassemblent les activités athlétiques, gymniques, de natation, les jeux collectifs et sportifs, les activités d'expression, de communication et le patinage. Le deuxième tome reprend les mêmes sujets, à quelques nuances près, mais est destiné cette fois à des enfants de huit à dix ans. Chaque unité d'apprentissage comporte huit à dix fiches qui seront travaillées sur une ou plusieurs séances. Chaque fiche présente l'objectif poursuivi, le matériel nécessaire, la situation de départ, les variations possibles et les différents moyens d'évaluation. Facilement mis en œuvre, extrêmement diversifiés, tous les exercices proposés convergent vers l'amélioration des capacités physiques et motrices de l'enfant, avec comme motivation principale, le plaisir. A cet âge, il a des dispositions particulièrement favorables à l'acquisition d'habiletés motrices. L'entraînement polysportif doit être une préoccupation centrale. Ces ouvrages, résolument pragmatiques, répondent précisément à ces besoins et pourraient, de plus, enrainer les prémices d'une planification plus globale de l'éducation physique à l'école. Cédric Fauchère




Girod, A. (2005).  
**Sport, communication et pédagogie.**  
La PNL pour un coaching efficace. Paris,  
Editions Amphora, 159 pages.

► Qui n'a jamais entendu parler de PNL? Depuis plus de 30 ans, la Programmation Neuro-Linguistique est utilisée par les plus grandes entreprises, les sportifs d'élite, les enseignants et les parents. L'auteur de cet ouvrage veut ajouter à cette liste toutes les personnes issues du monde sportif et intéressées par la communication et la pédagogie. Selon lui, «[...] le succès de l'apprentissage dépend et dépendra toujours de la qualité de la relation humaine qui s'établit entre l'entraîneur et l'entraîné [...]». Ce n'est pas le seul facteur déterminant la performance, l'auteur en est bien conscient, mais trop longtemps on s'est focalisé sur le message sans véritablement savoir le transmettre. Dans l'apprentissage du sport, la technique, la tactique, la condition physique ou encore le mental sont des sujets déjà abondamment traités dans la littérature spécialisée. L'originalité de cet ouvrage est justement qu'il s'intéresse à la transmission du message, afin qu'il passe du locuteur à l'interlocuteur avec le moins de perturbations possible. Toujours en se basant sur les préceptes de la PNL, il donne aux enseignants des pistes de réflexion sur la communication et lui propose des outils pédagogiques et méthodologiques efficaces et proches de la réalité du terrain. Il présente plusieurs techniques de communication, que chacun saura utiliser selon ses besoins. Cédric Fauchère




100% NORDIC WALKING




BÂTONS EN LONGUEUR FIXE OU TELESCOPIQUES

# CLICK AND GO



SYSTEME DE POIGNEES INNOVATIF



LOWA Schuhe AG, 3800 Interlaken, info@lowa.ch [www.leki.ch](http://www.leki.ch)



www.floortec.ch

## Des sols parfaits pour des performances au top!

Revêtements indoor

Revêtements outdoor

Pelouses artificielles



Des clients satisfaits dans toute la Suisse: prenez contact avec nous pour profiter de notre grande expérience et de nos conseils personnalisés.

## Floortec Sport- und Bodenbelagssysteme AG

Bächelmatt 4 • 3127 Mühlethurnen  
Tél. 031 809 36 86, m.wenger@floortec.ch

**EXPOSITION PERMANENTE  
À MÜHLETHURNEN**



Institut de sport et  
des sciences du sport  
Université de Bâle

L'Institut de sport et des sciences du sport de l'Université de Bâle forme en coopération avec la Haute Ecole Pédagogique Suisse Nord-Ouest et l'Office de l'enseignement secondaire section Bâle, des enseignants pour le secondaire I dans la discipline de l'éducation physique. Pour la nouvelle formation sport conçue selon le nouveau règlement des études, on recherche des chargés de cours. Le lieu de travail est l'Institut de sport et des sciences du sport à Bâle.

### Responsables de la formation pratique et méthodologie dans les branches suivantes:

- Patinage
- Sports tendances et skating
- Fitness et danse
- Jeux de lancer et de tirs au but
- Agrès et acrobatie
- Athlétisme
- Jeux de renvoi
- Natation
- Education à la santé et projets disciplinaires

### Vos missions:

- Planification, organisation et évaluation des cours
- Collaboration à la professionnalisation de la formation dans le domaine du sport pour les enseignants du secondaire
- Elaboration du matériel d'enseignement pour les enseignants
- Instruction professionnelle de la didactique dans le domaine de l'éducation physique
- Collaboration à des projets

### Votre profil:

- Diplôme d'enseignant dans la discipline éducation physique pour le secondaire I
- Au moins trois ans d'expérience de l'enseignement au secondaire I
- Compétence dans le domaine de l'éducation physique avec qualification complémentaire en didactique, dans la formation d'adultes, diplôme d'entraîneur, etc.
- Compétences méthodologiques et didactiques professionnelles
- Capacités de réflexion polyvalente et de travail indépendant
- Prestance
- Capacité de communication et de travail d'équipe
- Bonnes connaissances en informatique

### Adresse de contact:

Pour des informations complémentaires, adressez-vous à Monsieur Andreas Steinegger, tél. +41 61 377 87 81.

Nous nous réjouissons de recevoir votre candidature. Envoyez votre dossier avec un concept de formation dans le domaine de l'éducation physique jusqu'au 30.6.2006 à M. Prof. Dr. Uwe Pühse, Institut de sport et des sciences du sport, Brüglings 33, CH-4052 Bâle.