

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 12 (2010)
Heft: 3

Buchbesprechung: Médiathèque du sport

Autor: Peter, Ariane

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: 06.02.2026

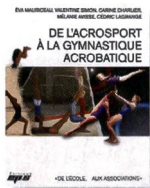
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

De l'acroport à la gymnastique acrobatique

Au vu du succès de la gymnastique acrobatique dans le milieu scolaire et des divergences sur le traitement de l'activité, il nous semble incontournable d'analyser les caractéristiques de cette discipline, en particulier à travers son évolution historique et réglementaire. Ainsi, nous pourrions définir une terminologie spécifique à l'activité et, par ailleurs, en comprendre la logique afin de mieux la pratiquer et/ou l'enseigner. La deuxième partie de ce livre est consacrée à l'aspect purement technique de l'activité: après avoir détaillé les principales prises entre acrobates et les postures des porteurs, nous présentons dans des tableaux de progression plus de 400 pyramides statiques et dynamiques (duos, trios et quatuors), dont une soixantaine font l'objet d'une

fiche pédagogique détaillée. Enfin, la troisième partie fournit des outils concrets pour construire des cycles en EPS.

Mauriceau, E. [et al.] (2010): *De l'acroport à la gymnastique acrobatique*. Paris, Ed. EP&S, 271 pages.



La bible de la voile

À l'origine, la voile était réservée à ceux qui vivaient de la mer. Curieusement, cet outil de travail a survécu à travers les yachts des milliardaires, avant de devenir un sport pratiqué par des millions de passionnés. Parce qu'elle repose sur deux éléments naturels inépuisables et gratuits – l'eau et le vent – la voile est un sport fantastique. C'est le résultat des progrès combinés de la démocratie et de la technologie. Aujourd'hui, d'une manière ou d'une autre, tout le monde peut pratiquer la voile. Les différents chapitres qui composent cet ouvrage vous indiquent tout ce que vous devez savoir pour apprécier la plaisance sous toutes ses formes, du dériveur au catamaran de course. Grâce aux nombreux dessins techniques, aux pas-à-pas, aux démonstrations

et à de multiples mises en situation et photographies, apprenez à gérer toutes les situations possibles à bord d'un bateau à voile.

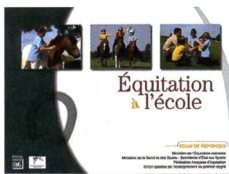
Evans, J.; Manley, P.; Smith, B. (2010): *La bible de la voile: du débutant au skipper confirmé, un guide pratique pour tous les marins*. Grenoble, Glénat, 399 pages.



Equitation à l'école

Apprendre à monter à poney à l'école? C'est possible! Grâce à ce livre, les élèves de primaire découvriront la richesse de l'équitation. Vous y trouverez les informations utiles pour mettre en place un projet d'équitation à l'école, programmer les séances et définir leur contenu en concertation avec des professionnels de l'activité. Les situations des trois unités d'apprentissage proposées ici s'organisent en trois ateliers: le premier est consacré à la pratique équestre, le deuxième aux soins aux poneys et le troisième, qui est transversal avec d'autres disciplines scolaires (arts, sciences, géographie, etc.), fait référence aux programmes du cycle 3 de l'école primaire. Cet enseignement est accessible à tous les élèves, même novices, et offre de nombreuses occasions d'éducation au respect, à la sécurité, à la citoyenneté: le poney-club se révèle être une véritable école de la vie.

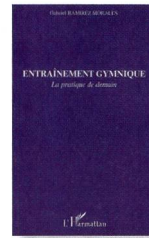
Ministère de l'éducation nationale (France) (2009): *Equitation à l'école: éducation physique et sportive*. Paris, Ed. EP&S, 88 pages.



Entraînement gymnique

De la fin du XIX^e siècle à nos jours, les clubs de gymnastique se structurent et la pratique gymnique voit naître de nouvelles formes. Nous assistons au développement et à la pratique de disciplines nouvelles comme la gymnastique rythmique acrobatique, le trampoline, le tumbling et même des formes adaptées aux divers publics comme la «Baby Gym». Mais nous constatons dans le même temps une fuite significative des pratiquants. Est-ce dû à un fonctionnement trop conservateur sans volonté marquée d'innovation, à une mauvaise image des activités, au comportement d'une partie de ses cadres ou à des activités et structures en décalage avec notre société? Comment peuvent évoluer les clubs et pratiques gymniques dans leur fonctionnement et dans ce qui est proposé au public? Comment devraient se comporter les entraîneurs actuels et futurs dans leur fonction?

Ramirez Morales, G. (2010): *Entraînement gymnique: la pratique de demain*. Paris, L'Harmattan, 207 pages.



Vaincre le stress

Grâce à la méthode du training autogène, basée sur le pouvoir de l'inconscient et la visualisation intérieure, apprenez à vaincre le stress et à lâcher prise en douceur. Cette méthode de relaxation reconnue s'assimile facilement et rapidement et elle peut être employée dans de nombreuses situations. Que vous souhaitiez évacuer efficacement le stress quotidien et soulager des douleurs physiques et psychiques ou développer votre créativité, vos facultés de concentration et concrétiser vos objectifs, vous découvrirez comment surmonter vos blocages et instaurer dans votre vie l'harmonie à laquelle vous aspirez.

Grasberger, D. (2010): *Vaincre le stress: le training autogène expliqué pas à pas, un programme de 7 semaines pour atteindre ses objectifs, un professeur à domicile grâce au CD inclus*. Paris, Vigot, 80 pages.

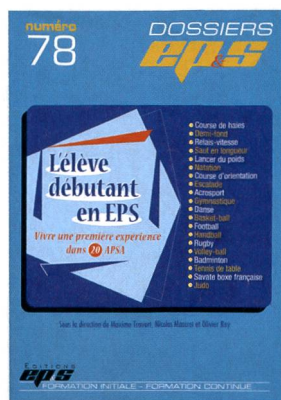


Activité physique et alimentation

Cette enquête avait pour objectif d'avoir une conception précise des comportements relatifs à l'alimentation, à l'activité physique et au maintien d'un poids corporel sain dans les écoles suisses. Les assertions des directeurs d'écoles sur les comportements décrits au sein de leur établissement se laissent résumer sur la base de 14 points: introduction des thèmes de l'alimentation, de l'activité physique et du poids; mesure de promotion; thèmes abordés lors des réunions du corps enseignant; importance des thèmes «alimentation et activité physique»; possibilités de se procurer à boire et à manger pour les pauses; types de produits pour les pauses; recommandations et règles pour les pauses; mesures d'encouragement à boire de l'eau; heures de gymnastique obligatoires et effectives; mise en place des heures de sport obligatoires; mesures d'encouragement de l'activité physique; prise de contact avec les parents; contact avec les institutions; adhésion à des réseaux.

Ehmig, S.C.; Furrer, C.; Lenares, J. (2009): *Activité physique et alimentation dans les écoles suisses: résultats de l'étude comparative menée auprès des directions d'écoles en Suisse et dans la principauté du Liechtenstein*. Lugano, Institut pour la communication dans le domaine de la santé, 103 pages.





Réussir le grand saut

Cet ouvrage, fruit du travail de 17 auteurs spécialisés dans une, voire deux disciplines différentes, est le dernier paru de la collection «Dossiers EP&S». Il s'adresse aux enseignants d'éducation physique du secondaire et sert de trait d'union avec les leçons dispensées à l'école primaire. Force est de constater que les disciplines abordées dans les deux niveaux ne sont pas forcément les mêmes. Souvent, les enseignants du secondaire sont confrontés à des élèves qui débutent dans un sport. Comment dès lors planifier au mieux cette première leçon

capitale qui, si elle est bien réussie, permet de dépasser le stade de «l'éternel débutant»? Ce livre s'attache à répondre à cette question grâce à une foule d'exemples pratiques.

Parmi toutes les activités physiques et sportives existantes, les auteurs ont pris le parti de retenir celles qui, selon les nombreuses enquêtes menées sur les pratiques enseignantes dans les établissements scolaires français, apparaissent comme les plus présentes au niveau secondaire. Il en ressort un large panorama de 20 disciplines différentes recouvrant aussi bien les sports de balle que ceux de défense, l'athlétisme que l'acroport ou les activités de pleine nature. Toutes les disciplines présentées font l'objet d'un chapitre à part, construit selon une logique commune – ce qui assure une cohérence de l'ensemble. Chaque chapitre propose une situation de départ, des profils d'élèves avec la description des erreurs les plus courantes, des compétences réalistes à atteindre, des obstacles à surmonter pour se les approprier, des contenus d'enseignement, des situations d'apprentissage permettant aux élèves de progresser.

De plus, deux types d'indices sont proposés: les indicateurs de progrès donnent à l'enseignant et à l'élève des repères fiables permettant d'apprécier l'acquisition des aptitudes nouvelles. Quant aux indicateurs de fin d'étape, ils permettent de vérifier si la compétence visée a effectivement été acquise. Un outil d'évaluation et de notation complète cette grille d'analyse. Et un tableau synthétisant sur une page l'ensemble des ressources proposées clôt la présentation de chacune des disciplines.

Travert, M.; Mascaret, N.; Rey, O. (dir.) (2010): *L'élève débutant en EPS: vivre une première expérience dans 20 APSA*. Paris, Ed. Revue EPS, 276 pages. (Dossiers EP&S; no 78). ISBN: 978-2-86713-376-3

Ariane Peter

www.mediatheque-sport.ch

30 000 ouvrages et brochures
10 000 articles de revue
300 revues
600 DVD
200 CD-ROM + DVD-ROM

Prêt et réservation: www.mediatheque-sport.ch > Catalogue en ligne

Contact:
biblio@baspo.admin.ch
Tél. +41 (0)32 327 63 08

Acrosport

Mauriceau, E. [et al.] (2010): *De l'acroport à la gymnastique acrobatique*. Paris, Ed. EP&S, 271 pages.

Cyclisme

Romeur, J.-P. (2009): *Bien pratiquer le vélo: en tout terrain, sur route, sur piste: choisir son matériel, les bons réglages, les pathologies, bien s'équiper, bien s'alimenter*. Cumières, Ed. C. Geoffroy, 147 pages.

Entraînement

Maquet, T.; Ziane, R. (2010): *Sport, santé et préparation physique: contributions techniques et éclairages scientifiques pour des pratiques optimisées*. Paris, Amphora, 383 pages.

Equitation

Ministère de l'éducation nationale (France) (2009): *Equitation à l'école: éducation physique et sportive*. Paris, Ed. EP&S, 88 pages.

Fitness

Raisin, L. (2010): *Sport, soyez efficace! les bons mouvements pour un corps parfait en toute sécurité*. Paris, Leduc.s éd., 238 pages.

Gymnastique artistique

Ramirez Morales, G. (2010): *Entraînement gymnique: la pratique de demain*. Paris, L'Harmattan, 207 pages.

Gymnastique respiratoire

Choque, J.; Gaudin, L. (2010): *Bien respirer: un nouveau souffle pour votre bien-être*. Paris, Amphora, 190 pages.

Musculation

Legeard, E. (2007): *Musculation: les fondamentaux pour tous: les réponses à toutes vos questions*. Paris, Amphora, 255 pages.

Promotion de la santé

Ehmig, S.C.; Furrer, C.; Lenares, J. (2009): *Activité physique et alimentation dans les écoles suisses: résultats de l'étude comparative menée auprès des directions d'écoles en Suisse et dans la principauté du Liechtenstein*. Lugano, Institut pour la communication dans le domaine de la santé, 103 pages.

Psychologie

Pia, M. (2010): *Gérer la pression en compétition: vos solutions pour performer, vos fiches pratiques tous sports*. Paris, Amphora, 160 pages.

Sociologie

Dugas, E. (coord.) (2008): *Jeu, sport & éducation physique: les différentes formes sociales de pratiques physiques*. Montpellier, Ed. AFRAPS, 126 pages.

Théorie du mouvement

Hug, F. (coord.) (2009): *Le mouvement: sport de haut niveau, éducation physique, réhabilitation par les APS*. Paris, Ed. EP&S, 128 pages.

Training autogène

Grasberger, D. (2010): *Vaincre le stress: le training autogène expliqué pas à pas, un programme de 7 semaines pour atteindre ses objectifs, un professeur à domicile grâce au CD inclus*. Paris, Vigot, 80 pages.

Voile

Evans, J.; Manley, P.; Smith, B. (2010): *La bible de la voile: du débutant au skipper confirmé, un guide pratique pour tous les marins*. Grenoble, Glénat, 399 pages.

Volleyball

Thévenot, J.-C.; Droujininsky, D. (2010): *Le guide du volley-ball: échauffement, technique, tactique, évaluation: 80 fiches*. Paris, Ed. EP&S, 160 pages.

Yogilates

Wolff, C. (2010): *Yoga Pilates: raffermissez votre silhouette en douceur, améliorez votre souplesse et votre posture, entraînez-vous avec votre coach grâce au DVD inclus*. Paris, Vigot, 80 pages.