

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

**Band:** 39 (1982)

**Heft:** 10

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** Jeannotat, Yves / Huguenin, Françoise

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

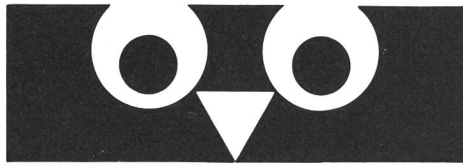
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

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



## 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.

### Dictionnaire du tennis

Collectif  
Editions Fernand Nathan – 1982  
9, rue Méchain  
F-75680 Paris Cédex 14

Voici enfin offert au million de pratiquants francophones du tennis le livre de référence indispensable au joueur débutant comme au plus confirmé.

Cet ouvrage est en effet la mémoire du tennis, des origines à nos jours : à travers les vies de tous les champions passés et actuels, leurs palmarès, les grandes compétitions auxquelles ils ont participé, le lecteur pourra tout savoir de l'histoire et de l'évolution de ce sport. Il trouvera en outre une documentation précieuse, facilement accessible, abondamment illustrée, qui lui permettra de découvrir ou de connaître parfaitement les éléments techniques et tactiques, les accessoires, les règles de ce jeu qui, dans le monde entier, fait de plus en plus d'adeptes, de plus en plus de passionnés.

Prix approximatif : 67 fr.

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

Annick Louvard  
Editions Amphora – 1982  
14, rue de l'Odéon  
F-75006 Paris

A l'heure où l'activité physique constitue pour beaucoup une découverte ou une redécouverte, où le paysage traditionnel et traditionneliste du sport se modifie par la pratique sauvage et individuelle, ce livre présente un maintien en forme du corps hors du cadre de la confrontation avec quelqu'un d'autre.

Le danger serait d'y trouver les motifs et les prétextes d'une compétition avec soi-

même, avec tous les dangers qu'elle implique si elle est mal conduite. Mais l'avantage est qu'il s'adresse à un double public :

- les animateurs de séances organisées, qui y trouveront matière à réflexion sur leur pédagogie et idées pour renouveler leurs exercices et l'éventail de ces derniers
- les retraités, qui pourront y puiser de quoi nourrir leur maintien en forme personnel, donc leur mieux-être, en utilisant chez eux des objets quotidiens (bâlais, annuaires téléphoniques, bouteilles en plastique, chaises, etc.)

Mais ce livre a une autre qualité, celle d'être un « éveillé », la liste des exercices et des loisirs sportifs qu'il présente n'étant pas limitative. Il ne donne pas de recettes mais des exemples et des conseils de base qui permettront à l'imagination de chacune et de chacun de prendre le pouvoir, d'inventer, de créer, dans le cadre d'une pratique adaptée à son propre corps et à son propre tempérament, en évitant d'aller trop loin.

#### Au sommaire

Mise en train – Guide d'exercices physiques : anneau – annuaire – balle – ballon – ballon de baudruche – bâton – bâtonnet – cerceau – chaise – banc – exercices par deux ou plusieurs – équilibre – massue – danses – jeux.

Les loisirs : course d'orientation – le cyclotourisme – la natation – le parcours de santé – la randonnée pédestre – le ski de fond.

Prix approximatif : 24 fr.

### Médecine du football

A. Durey et A. Boëda et collaborateurs  
Editions Masson – 1982  
120, Bd St-Germain  
F-75280 Paris Cédex 06

Le football, jeu universel, le plus pratiqué dans le monde, doit faire face à un plus grand nombre d'exigences dues à des considérations parfois extra-sportives, à une augmentation de fréquence des compétitions, et à une augmentation de la charge de l'entraînement dès le plus jeune âge. Il concerne un vaste monde qui braque ses yeux sur ce « sport roi ».

Il paraissait logique de porter à la connaissance des pratiquants, des entraîneurs, des éducateurs, des médecins généralistes ou spécialistes, des kinésithérapeutes, des

arbitres, des dirigeants, les données nouvelles sur la médecine et la traumatologie du football.

Les docteurs Durey et Boëda, hommes de terrain et leurs collaborateurs ont apporté le fruit de leurs connaissances pour réaliser un ouvrage qui se veut à la fois scientifique et pratique, dans l'intérêt des joueurs amateurs et professionnels.

C'est à la fois un livre d'éducation, de prévention, de diagnostic et de thérapeutique, où les auteurs ont cherché à apporter beaucoup de rigueur dans la précocité de détection de la lésion, dans la conduite à tenir devant le traumatisme, dans la précision des critères de reprise de compétition, dans les soins de réadaptation.

Ce souci de sérieux doit éviter en matière de traumatologie les séquelles secondaires, sachant que les interventions palliatives réalisées à distance de l'accident sont souvent grevées d'échec.

Ce livre transporte le lecteur dans les domaines les plus variés qui concernent les qualités physiques, physiologiques, psychologiques nécessaires à la pratique de ce sport, l'hygiène sportive, les bases physiologiques de l'entraînement, les moyens de préparer les jeunes à la compétition et les thérapeutiques mises à la disposition des joueurs pour assurer une meilleure prévention des traumatismes.

Ce livre, dont on dit qu'il est le premier livre français – et sans doute mondial – consacré exclusivement à ce sujet, en est à sa deuxième édition.

Prix approximatif : 45 fr. ■

### Les mots pris au piège!

Le prince Modupé raconte comment il a découvert l'écriture, au temps où il vivait encore dans son Afrique natale : « *Le seul endroit encombré de la maison du Père Perry, c'était sa bibliothèque. Je finis peu à peu par comprendre que les signes qu'il y avait sur les pages des livres étaient des mots pris au piège. L'encre emprisonnait des pensées : elles ne pouvaient pas davantage s'échapper que le « doumbou » ne peut sortir de la fosse où il est tombé. Quand je compris pleinement la signification de tout cela, j'éprouvai la même émotion et le même étonnement que lorsque je vis les lumières brillantes de Conakry!* »

# Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

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

## LIVRES

### Généralités

par Harichaux Pierre, Rougier Gilberte, Palis Michèle **70.1711**

#### Activités physiques et troisième âge

Paris, Chiron, 1982, 175 p. fig. ill.

Les auteurs, qui sont tous les trois des spécialistes, répondent, dans cet ouvrage, à la question: comment doit-on agir lorsque l'on veut conserver des activités physiques épanouies?

Essentiellement pratiques, ils vous expliquent d'abord les aspects biologiques et morphologiques du vieillissement puis vous proposent des activités physiques adaptées à vos possibilités, des conseils pratiques et tout ce que vous devez savoir pour *vivre mieux*.

#### Extrait du sommaire

Pourquoi ce livre?

Espérance de vie: nous sommes tous concernés.

Aspects biologiques et morphologiques du vieillissement.

Conséquences physiologiques et psychiques du vieillissement.

Comment l'exercice physique agit-il sur nous?

Principes généraux. Quels impératifs respecter?

Pratique des activités physiques. Quels choix?

Modalités: où pratiquer?

Indications et contre-indications médicales. Epilogue.

Annexes: adresses utiles, régime alimentaire, formulaires médicaux.

par Gravel Pierre **70.1694**

#### En superforme grâce à la méthode Aerobix

Paris, Editions de l'Homme, 1970, 94 p. fig. ill. tab.

Soyez en superforme grâce à Aérobox. C'est la méthode la plus facile et la moins onéreuse de toutes, puisqu'elle n'exige qu'un minimum d'effort et qu'elle ne requiert aucun équipement spécial.

Aérobox: la méthode d'entraînement physique des astronautes de la Nasa (sa mise au point a coûté des millions et des millions au gouvernement américain).

Aérobox: la santé, la bonne condition physique, l'équilibre au prix de quelques minutes de délasserment par jour. Ce programme pour être en superforme ne remplace pas les sports, mais les complète. Grâce à lui, vous pourrez pratiquer tous les sports que vous voudrez mais mieux. De plus, Aérobox supplante la plupart des mé-

thodes de conditionnement connues, car elle s'adresse à tous, quel que soit leur âge ou leur sexe.

La petite gymnastique suédoise du matin? La culture physique? Le jogging? Dépassé, tout ça. Avec Aérobox, vous serez toujours en superforme.

## Médecine

par P. Berteau **06.1399**

### Electrocardiographie du sportif

Paris, Masson, 1982, 103 p. fig. lit.

Bien que traitant un sujet limité à l'électrocardiographie, le docteur Berteau a su en étendre la rédaction et, partant de l'électrocardiographie, envisager les divers problèmes soulevés par le cœur du sportif. Ils restent actuels.

Au sommaire

Introduction

Généralités

Rappel de quelques notions de physiologie cardiaque à l'effort

Technique et interprétation de l'électrocardiogramme

Enregistrement continu par méthode de Holter

Télémetrie

Intervalles de temps systoliques

Indice systolic-tension-time

Les épreuves d'effort

L'électrocardiogramme du sportif

Surveillance électrocardiographique de l'entraînement

Responsabilité médicale en matière d'examen électrocardiographique du sportif

Conclusions

## Nautisme

par Gorjup Pierre **78.765q**

### Guide nautique de la Yougoslavie

Paris, Arthaud, 1982, 260 p. fig.

Longtemps connue d'une poignée d'initiés, l'Adriatique, et en particulier la Yougoslavie, est maintenant chaque année découverte par un nombre grandissant de navigateurs. Passé riche et prestigieux, ports et abris innombrables, conditions de navigation excellentes, la côte de Yougoslavie est un paradis plus proche de nous

que la Grèce, la Turquie, la Sicile ou la majeure partie de l'Espagne. Si à vol d'oiseau cette côte extraordinairement découpée ne s'allonge que sur 610 kilomètres, ce sont en fait plus de 6000 kilomètres de rochers, de plages, de baies abritées et de paysages somptueux qu'elle offre aux plaisanciers. Et avec sept-cent-vingt-cinq îles et îlots dont soixante-cinq environ sont habités, et plus de cinq-cents rochers et récifs, l'Adriatique yougoslave est un véritable univers dont ce guide ouvre les portes.

## Littérature

par Jean-Paul Besse **76.363-4**

### Pour la boxe

Essai sur le noble art

Paris, La pensée universelle, 1982, 94 p.

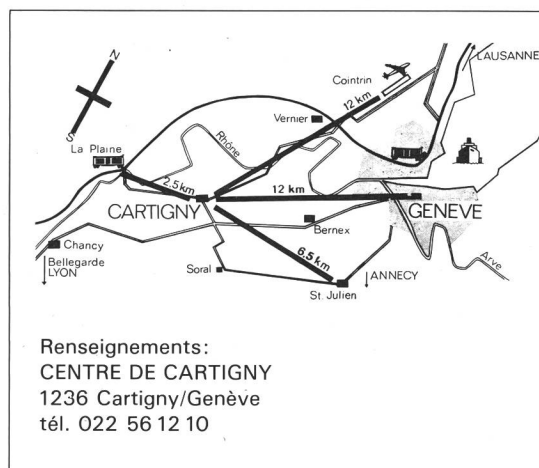
Jean-Paul Besse, tout en étant de formation littéraire, s'est tôt intéressé à la boxe, qu'il a d'ailleurs apprise pour son plaisir. En fait, il n'y a pas d'exercice physique plus complet.

«Pour la boxe»: voilà un titre singulièrement provocant! Au moment où ce sport est attaqué de toutes parts, il est temps de relever le défi. Homère déjà chantait les combats livrés à la mémoire de Patrocle. Mais, le sait-on, nombre d'autres grands esprits ont fait l'éloge du Noble Art, de Bryon, Jack London, Hemingway, Giraudoux, Montherlant et Camus à Jean Cau et Guy Lagorce aujourd'hui...

Tels sont les témoignages qu'a voulu produire l'auteur. Ce vibrant plaidoyer contre-attaque et répond aux questions du lecteur:

- Comment expliquer l'intérêt que suscite encore un sport si dur?
- Comment le laver des préjugés qui le discréditent?
- Comment mieux le faire apprécier à notre époque de facilité?
- En quoi la boxe est-elle une réponse à la violence aveugle?

C'est parce qu'il croit aux vertus physiques et morales qu'elle développe et à l'entraînement exigeant et viril qu'elle suppose, que Jean-Paul Besse a tenté cette démonstration. A partir d'un thème particulier, cet ouvrage se veut une méditation sur le déclin de la civilisation occidentale, où le confort et les loisirs de masse annihilent l'honneur, la volonté et l'effort. ■



**Le centre de Cartigny**  
(à 15 min. en voiture de Genève)  
se prête à des

### séminaires conférences rencontres

Choisissez le calme de la belle campagne genevoise, où se trouve notre CENTRE entouré d'un grand parc.

Chambres à 1 et 2 lits, dortoirs, salles de conférences, le tout bien équipé et moderne. Cuisine soignée. Ouvert toute l'année.