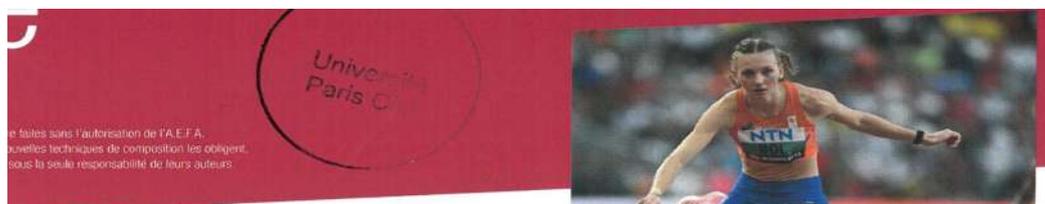
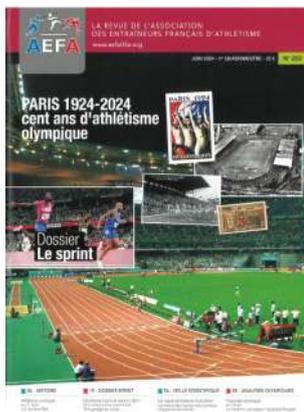


Les revues de juin de la BU STAPS

AEFA – La revue des entraîneurs français d'athlétisme #253 Juin 2024



3 Edito

Par Jean-Claude Farault et Hervé Delarras

6 Histoire

Athlétisme et Antiquité

Par Jean-Claude Farault

Jeux olympiques de Paris 1924

Par Luc Volland

DOSSIER SPRINT Entraînement sprint

19 Les étapes de construction d'un sprinteur

Par Laurent Meuwly

22 Gestion et stratégie de l'entraînement sprint long vs sprint court

Par Laurent Meuwly

26 Exemple de séance de renforcement

Par Laurent Meuwly

28 Point sur les méthodes de renforcement musculaire en sprint

Par Jacques Duchateau

Témoignage de coach

31 L'affûtage à l'approche d'une compétition majeure

Interview de Dan Pfaff traduit par Didier Le Gall

33 Quarante années d'entraînement en sprint et en sauts, centrées sur l'athlète

Interview de Randy Huntington
traduit par Didier Le Gall

36 Arnaud Starck entraîneur de Patrizia Van Der Weken

Par Arnaud Starck

39 Changer quand tout fonctionne bien

Par Laurent Meuwly

42 Histoire

Les petites histoires du 100 mètres

Par Pierre-Jean Vazel

49 Relais

Relais 4 x 100 m, technique et stratégie

Par Richard Coursaz

Relais 4 x 100, une discipline d'équipe
dans un sport individuel

Par Laurent Meuwly

56 Veille scientifique

Le risque de blessures musculaires
sur 100 m et 200 m

Les lésions des muscles ischio-
jambiers en athlétisme

Par Pascal Edouard

58 Analyses olympiques

Turpitudes olympiques !

Par Jérôme Nicault

Le marathon, une passion olympique
française

Par Jean-Bernard Paillisser

49 Lu pour vous

Par Jean-Claude Farault

64 Tristesse

Par Gérard Goriot et Philippe Leynier

Cerveau & Psycho #166 Juin 2024



Retrouvez également la revue en ligne via le site des bibliothèques



SOMMAIRE

N°166 JUIN 2024



p. 6-33

DÉCOUVERTES

p. 6 ACTUALITÉS

- « Contre la douleur, l'anxiété et la déprime... des câlins ! »
- « Vieillesse comme un superpouvoir »
- « Le microbiote stimule l'immunité des tout-petits »
- « Grossesse et antidépresseurs : quel impact sur le bébé ? »
- « Mmmh... Les bonnes frites ! »
- « Des règles synchro avec la Lune ? »

p. 16 FOCUS

Malaise : quand le cœur dit stop au cerveau

Quand on fait un malaise, le cœur commande au cerveau de se mettre en veilleuse !

Jalil Barou

p. 18 PSYCHIATRIE

Un « facteur p » à l'origine des maladies mentales ?

Dépression, schizophrénie ou TOC se concentreraient chez les mêmes personnes. D'où l'hypothèse d'un facteur de vulnérabilité générale, le « facteur p ».

Ingrid Wickelgren

p. 24 NEUROSCIENCES

L'étonnant pouvoir des électrochocs

Malgré leur mauvaise réputation, les électrochocs sont souvent efficaces contre la dépression - et on a peut-être compris pourquoi.

Elizabeth Landau

p. 28 MICROBIOTE

Comment notre ventre façonne notre personnalité

Les différences de personnalité entre individus pourraient être dues en partie à la composition de leur flore intestinale.

Christian Wolf

p. 35-51

Dossier



p. 35

COMMENT GÉRER SA COLÈRE

OBJECTIF : GARDER SON CALME

Les occasions de s'énerver ne manquent pas. Comment endlicher les bonnes pensées qui régulent l'émotion ?

Gérald Delclès

p. 36 PSYCHOLOGIE

« EXPRIMER SES BESOINS APAISE LA COLÈRE »

La colère révèle l'existence d'un obstacle à nos besoins ou nos souhaits.

Les formuler change tout.

Entretien avec Frédéric Panget

p. 48 COMPORTEMENT

QUAND LA RAGE LIBÈRE

Dans certains cas, s'énerver dope les performances. Mais cette stratégie est à prendre avec des pincettes.

Heather Leuch

1-5



p. 52-76

ÉCLAIRAGES

p. 52 PSYCHOLOGIE COMPORTIMENTALE

Le syndrome du prix Nobel

Géniaux, célèbres... puis à côté de la plaque : pourquoi certains lauréats déçoivent-ils ?

Nicolas Gauvrit et Hayat Zoghbi

p. 58 PSYCHOLOGIE

L'enfance du crime

Le passé des criminels porte souvent la trace de carences affectives profondes.

Tiphaine Ploger

p. 64 BAISON ET DÉRAISON

États prédateurs : comment les arrêter ?

La théorie des jeux permet de répondre en partie à cette question.

Nicolas Gauvrit

p. 68 NEUROLOGIE

Foot : gare aux têtes !

Pour le cerveau, le foot n'est pas sans risque.

Laurice Young

p. 74 L'UNIVERS DU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Apprenons-nous vraiment de nos erreurs ?

Cette idée aboutit de plus en plus à dire n'importe quoi.



p. 78-91

VIE QUOTIDIENNE

p. 78 BIEN-ÊTRE

Comment repenser l'« open space »

Fatigant, nuisible à la communication, l'open space est un échec. Des solutions urgentes sont attendues - et parfois imaginées.

George Messer

p. 86 L'ÉCOLE DES CERVEAUX



Le rap des maths dope les apprentissages

Un pool de maths rappe sur des opérations d'arithmétique, et ça marche ! Il active deux circuits neuronaux de traitement du langage dans le cerveau de ses élèves...

p. 90 LA QUESTION DU MOIS

D'où vient l'odeur des ados ?

Leur sueur contient des acides carboxyliques aux odeurs d'herbe coupée, de fromage ou de muse de chèvre.

Joanna Thompson



p. 92-97

LIVRES

p. 92 SÉLECTION DE LIVRES

- « Schizophrénie et génétique »
- « Qu'est-ce que l'intelligence ? »
- « Deux têtes »
- « Science et école : ensemble pour mieux apprendre »
- « Pourquoi nous rêvons »
- « La Santé mentale de mon enfant »

p. 94 NEUROSCIENCES ET LITTÉRATURE



« L'Établi » : quand les humains obéissent aux machines

Dans les entrepôts d'Amazon, les humains sont commandés par des machines. Une robotisation dont les prémices se lisent déjà dans le récit du sociologue Robert Lythart, *L'Établi*, il y a presque cinquante ans...

Sport & Vie – Hors Série #60 Juin 2024



SOMMAIRE

- 03 Éditorial**
- 04-07 Préface**
Glenn Denning, l'ami des malnutris
- 08-13 Génétique**
La graisse est dans le gène
- 14-16 Récits**
Ca se passe comme ça chez l'Onde Sam!
- 17 Question idiote et pertinente**
Peut-on se fier à l'IMC?
- 18-23 Santé**
Le sport fait-il (vraiment) maigrir?
- 24-26 Natation**
Aux bons soins du docteur Ice
- 27 Question idiote et pertinente**
Certaines personnes ont-elles vraiment des os plus lourds que les autres?
- 28-34 Physiologie**
L'énigme du Wager
- 35 Question idiote et pertinente**
Et si on mangeait les bébés?
- 36-38 Dopage**
Les produits qui font grossir...
- 39-45 Pharmacologie**
... et ceux qui font maigrir
- 46-50 Entretien**
Rozenn Le Saint, auteure de *Chantage sur*
- 51 Question idiote et pertinente**
La corruption fait-elle grossir?
- 52-60 Grossophobie**
Enquête sur un nouveau fléau
- 61 Question idiote et pertinente**
Pourquoi tant de haine?
- 62-69 Environnement**
Comment les obésogènes nous empoisonnent
- 70-73 Entretien**
Joël Doré nous parle d'*Homo symbiosus*
- 74 Question idiote et pertinente**
Le cerveau des obèses diffère-t-il de celui des non-obèses?





Retrouvez également
la revue en ligne via
le site des
bibliothèques



SOMMAIRE

- 04-08 Humains et associés**
Les animaux sont des champions
- 09 Courrier des lecteurs**
- 10-13 Brève du monde**
Mardini aux Jeux olympiques
- 14-17 Livres**
Au grand marché des bio
- 18-23 Urgences**
Les entorses du genou ne se ressemblent pas
L'astragale, briseur de rêve
9 secondes, cela suffit!
Des lunettes de soleil révolutionnaires
Comment perdre du poids vite, vite, vite?
Pan! Dans les dents!
Football, une hécatombe hautement prévisible
- 24-29 Santé**
Parlons enfin de l'endométriose
- 30-33 Société**
Les 50 ans de l'aspartame
- 34-37 C'est l'économie, idiot!**
La leçon de Balzac
Imbruglio en Premier League
Deux bonnes raisons de pleurer
Un assassin en maillot de bain
Nadal à vendre!
Grosse magouille au pays du basket
Une affaire qui fait «psyops»
Le sumo a le seum
- 38-39 Histoire**
Le retour du Red Star
- 40-45 Testostérone**
Un dosage à la grosse louche
- 46-49 Nutrition**
La vérité sur les poudres de protéines
- 50-54 Entraînement par intervalles (EPI)**
Comment concevoir les séances?
- 55-57 CUBE5D**
Un jouet extraordinaire
- 58-63 Cher disparu**
Gustave Caillebotte, un peintre à l'eau
- 64-69 Sur le Front du Dopage**
Escrime passionnelle
Des SARMs de destruction massive
Hasta Luego
Simona Halep reprend du service
Game of naréthistérone
Des Jeux «dopage admis»
Un Saruni peut en cacher un autre
La piste dépassée par la route!
Encore un accident de sibutramine
- 70-74 Dopage**
Nos aïeux étaient-ils plus vertueux que nous?

EP&S #403 Avril-Mai-Juin 2024



Retrouvez également
la revue en ligne via
le site des
bibliothèques



MÉTIERS

- 6... **Didactique.** Pour une approche «minimaliste» de la musculation *M. QUIDU, B. FAVIER-AMBROSINI*
- 12... **Formation.** Formation et développement durable *L. DASTUGUE, S. CHALIÈS*
- 16... **Sécurité.** Éducation aux risques majeurs par l'EPS *M. BELLEC*
- 20... **Sport urbain.** L'art et le sport à la conquête de l'espace public *B. VASSAUX*

DOSSIER - BÂTI ET MATÉRIEL SCOLAIRE

- 26... Jeux de transparence *A. DIZERBO*
- 31... De la classe à tous les espaces *M. MUSSET*
- 36... La cour : du bitume à la verdure *S. LEVRARD*
- 40... Équipements sportifs : usage et environnement *S. QUIRION*
- 43... Les friperies Sport Planète *C. CARFANTAN, F. MARGUERITE*
- 45... Le matériel pédagogique : un partenaire ambivalent *D. ADÉ, N. TERRÉ,*
- 50... L'enseignant d'EP : un architecte d'attentions *G. GUIRONNET*
- 55... Le matériel en EPS et au sein d'une section santé *G. MOULINE, P. MALHEUVRE*

PRATIQUES

- 58... **Danse.** Danse inclusive *N. TEODORESCO* **6-12 ans**
- 61... **Tennis de table.** De l'intégration à l'inclusion *A. BOISSIÈRE* **12-15 ans**
- 64... **Triathlon.** Épreuve combinée en salle *Y. POULIQUEN, S. HUDO, P. ROVAULT* **12-15 ans**

PARCOURS ÉDUCATIFS

- 68... **Interdisciplinarité.** Liaison école/collège *V. BRULÉ*

TÉMOIGNAGES

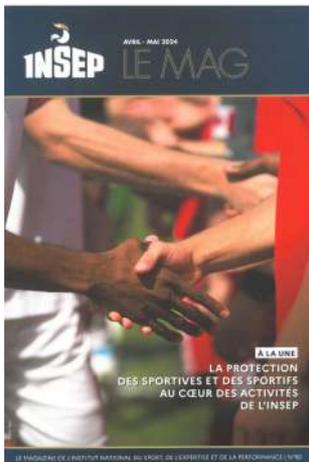
- 74... **Projet éducatif.** Bac EPS *T. THOMAS*
- 78... **Paris 2024.** Les JOP par les enfants et pour les enfants *RÉDACTION REVUE EP&S*

PUBLICATIONS

- 80... **Recension,** vient de paraître, ouvrage signalé



INSEP Le Mag #60 Avril-Mai 2024



Retrouvez également
la revue en ligne sur
le site de l'éditeur



4 • SOMMAIRE



14

À LA UNE

La protection des sportives et des sportifs au cœur des activités de l'INSEP

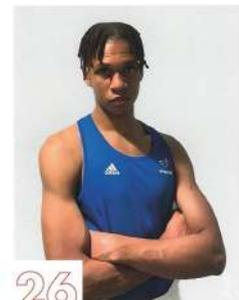
EDITO	3
LA VIE DE L'INSEP	6
À LA UNE	14
RENCONTRES	22
ESPOIRS OLYMPIQUES	26
ENTRAÎNEMENT	28
SCIENCES ET SPORT	34
PARTENAIRE	38

PUBLICATION BIMESTRIELLE | ISSN 1283-9915

Directeur de la publication : **Fabien Camu**
 Rédaction en chef : **Laure Veyrier**
 Rédaction : **Frédéric Rogel**
 Graphisme & Mise en page : **Nicolas Belfoyal**
 Imprimeur : **Imprimerie LE RÉVEREND**



INSEP LE MAG | N°60 | AVRIL - MAI 2024



26

ESPOIRS OLYMPIQUES

Yajerlin César a du cœur

SOMMAIRE • 5



28

ENTRAÎNEMENT

La légitimité des entraîneurs, une question légitime ?



22

RENCONTRES

Mathieu Roumégous



34

SCIENCES ET SPORT

Savoir freiner, c'est aussi de la performance

AVRIL - MAI 2024 | N°60 | INSEP LE MAG

Grimper #235 Mars-Avril 2024



MARS/AVRIL 2024 SOMMAIRE

GRIMPER 235 PAGE 4

Anthony Norbert remonte le beau 7b Émile fait ses nuits sur la face dévotant du Roc Felip, nouveau secteur majeur de granite sur le territoire Cerdan, à deux pas de l'Andorre et de l'Espagne.
© Hubert Mast

06 IN VIVO
On revient sur les principales performances des dernières semaines à commencer par celle de Jakob Schubert, qui est devenu le seul grimpeur au monde avec du 9c et du 9A bloc dans la besace. En bonus: les incontournables mots fléchés de Nico Pelorson et le Strip Culture de Bluegilles!

20 ANALYSE DE PERFORMANCES
Dans ce numéro, Lucien Martinez pose la question de l'avenir du haut niveau en bloc naturel, et tente d'y répondre.

22 LIFESTYLE : DANS LES COULISSES DU 9A BLOC
Cécile Charlier nous propose un magnifique portfolio sur les dessous du périple finlandais de Simon Lorenzi, à l'issue duquel il a réussi Burden of Dreams (9A).

28 PHILO DE COMPTOIR
Tom Martin saute à pieds joints dans les nombreuses contradictions et paradoxes reliant notre activité et la question écologique.

32 PROGRESSER À VUE
Anatole Bosio nous délivre ses meilleurs conseils pour s'améliorer dans le domaine du à vue.

34 FACE DE BLEAU
En philosophe, Stéphan Denys aborde l'épineuse question des conventions en escalade.

38 UNE TISANE AVEC ORIANE
Dans une interview exclusive au micro d'Arthur Delicque, Oriane Bertone raconte son quotidien d'athlète olympique.

44 JOYAUX DE CERDAGNE
C'est le gros dossier de ce magazine! Saviez-vous que ce plateau pyrénéen ensoleillé, coincé entre Perpignan, l'Espagne et l'Andorre, abrite certains des plus beaux sites de granite français? L'incontournable chaos de Targasonne, bien sûr, mais aussi le Roc d'Aude et le Roc Felip pour la voie ainsi que le Cambre d'Aze pour la grande voie. Sans oublier deux sites de calcaire exceptionnels côté espagnol: Bellver et la Cova del serrat.

80 CHRONIQUE INDOOR : LA FILIÈRE ESCALADE
Martin Baudry tente de nous aider à y voir un peu plus clair dans l'inextricable forêt des diplômes permettant de donner des cours d'escalade. Accrochez-vous!

Enseigner l'EPS #294 Avril 2024



Sommaire

Notre métier

Vers « une pédagogie de la liberté » en EPS
2^e partie - Illustrations concrètes en collège
Gérard Samuel BRAON 2

Enseignement scolaire

**La natation de vitesse,
une activité pour tous les élèves
« L'odyssée d'Abdourhamane »**
2^e partie
Cédric DUPRAT 9

**Prendre en compte l'hétérogénéité
des élèves dans l'enseignement
des activités de raquette en EPS**
Jérôme VISIOLI, Stéphanie LEROY 14

**Le cross-training en CA5 :
une activité « cardio/renfo »**
Ludovic NOGUES 19

Je pare donc je suis...
Raphaël DOLLEANS 24

**Les ressources AE-EPS au service
d'une pensée dialectique**
Emmanuel TESTUD 30

**Passer d'élèves qui assurent un rôle social
à des élèves qui assument un rôle d'arbitre
en basket-ball**
Chloé CORTINOVIS BÉGLOT 33

Savoir s'entraîner, vers un Yoga scolaire
Juliette MARCHAL et Virginie MEYNOT 38

Point de vue

**Le processus de création artistique :
quels enjeux pour l'EPS ?**
Thierry TRIBALAT 42

Contre Pied #34 Mai 2024



Édito

La question écologique par le bout de l'EPS (J. Lafontan) p.3

Problématique

L'EPS face au défi écologique (A. Majewski) p.4

Le dessous des mots

Vert (J.-P. Lepoix) p.8

Des pratiques

Il faut changer radicalement de perspective pour tous les championnats UNSS (D. Huguet) p.9

Au lycée agricole l'avenir sera écologique ou ne sera pas (J.B. Lepuissant) p.12

Réaliser un bilan carbone pour prendre conscience de l'impact de notre activité professionnelle (G. Aulard) p.15

Reconnecter nos élèves à la nature, les sensibiliser à l'environnement (M. Mulliez) p.18

Des petits riens qui changent tout !

Mettre en action les éco-délégués (V. Waqué) p.20

Prendre la main sur le choix du matériel (T. Placette) p.21

Regard sur les pratiques

Former à une citoyenneté sportive et éco-critique, une équation difficile ! (B. Lebouvier) p.22

Regard

Vision poétique des glaciers et pratique *freeride* dans les Alpes (V. Galluchot) p.24

Équipements sportifs et transition environnementale (N. François) p.26

Activer l'existence de laboratoires récréatifs en EPS (J. Corneloup) p.28

Aller en montagne sur la pointe des pieds ! (F. Meignan) p.30

L'EPS dans l'anthropocène ? (N. Wallenhorst) p.32

Le climat ET la fin du mois (G. Rotillon) p.35

Controverses

S'appliquer à un « néolibéralisme » de la vertu (V. Boyle) p.38

Il convient d'apprendre à vivre après le capitalisme (A. Becker) p.40

Résonance

Et si les femmes avaient beaucoup à perdre avec les crises écologiques et énergétiques (V. Nikolski) p.42

La thématique écologique pilote les enseignements (M. Plard) p.45

Quoi de neuf, chercheur ?

Éduquer au développement soutenable, quelles implications pour l'EPS ? * (C. Schnitzler) p.46

*Version longue sur le site *Actu Sport* www.epsetsociete.fr

Actu EPS

Un héritage ? Non, une conquête ! (J. Lafontan) p.48

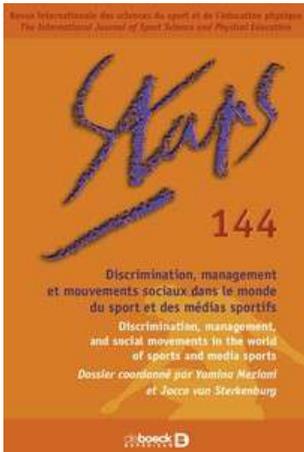
Magazine

Rencontre La coopération franco-palestinienne EPS en danger (C. Pontais) p.50

Trois questions à... Végétalisation des cours d'école et EPS (C. Brun) p.53

Kiosque p.54

STAPS #144 2024/1



La revue *STAPS* est désormais disponible en ligne uniquement. Retrouvez la sur le site des bibliothèques



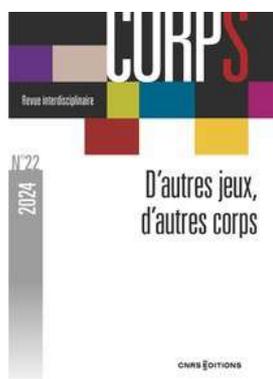
<p>Page 5 à 13 Introduction Discrimination, management et mouvements sociaux dans le monde du sport et des médias sportifs Yamina Meziani, Jacco van Sterkenburg</p> <p>Page 15 à 22 Introduction Discrimination, management and social movements in the world of sports and mediated sports Yamina Meziani, Jacco van Sterkenburg</p> <p>Page 23 à 42 Les athlètes kényan·e·s sur le marché des courses sur route françaises : des perspectives d'émancipation au poids des discriminations Cyril Thomas</p> <p>Page 43 à 51 Les femmes trans dans le rugby : une réelle impossibilité ? Ludivine Brunès</p>	<p>Page 53 à 74 Quand le sport discrimine : la formation au recrutement ou la construction d'une déviance dans le secteur de la distribution sportive Julie Duflos</p> <p>Page 75 à 92 L'utile, le juste et l'efficace. La justification parlementaire relative à la discrimination positive dans la direction du sport Annabelle Caprais</p> <p>Page 93 à 113 Journalism or activism? Black journalists' collaboration with the Brazilian Observatory of Racial Discrimination in Football in the Brazilian sports media Júlia Belas Trindade</p> <p>Page 117 à 119 Will Roberts, Stuart Whigham, Alex Culvin and Daniel Parnell, <i>Critical issues in football. A sociological Analysis of the Beautiful Game</i>, London, Routledge, 2023, 218 p. Matys Verlant</p>
---	---

Pour aller plus loin...

En complément des revues papiers disponibles à la bibliothèque nous vous proposons une sélection de revues numériques. Ces revues sont accessibles via le site des bibliothèques avec vos identifiants habituels.



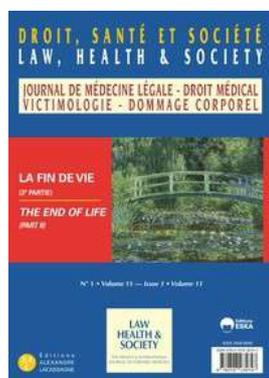
Cahiers de danse (anciennement Repères, cahiers de danse)
Jeux 2023/2 (N° 1)



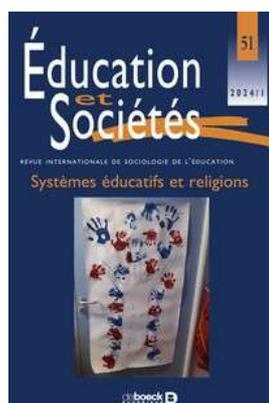
Corps
D'autres jeux, d'autres corps 2024/1 (N° 22)



Retrouvez dans ce numéro les articles de Bernard Andrieu, Luc Collard, Iman Nefil et Alexandre Oboeuf

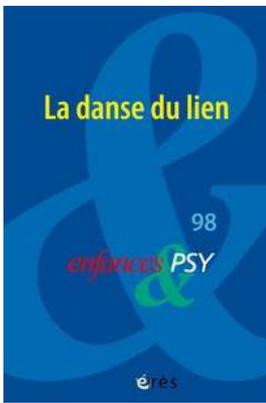


Droit, Santé et Société
La fin de vie (2ème partie) 2024/1 (N° 5)



Éducation et sociétés - Revue internationale de sociologie de l'éducation
Systèmes éducatifs et religions 2024/1 (n° 51)

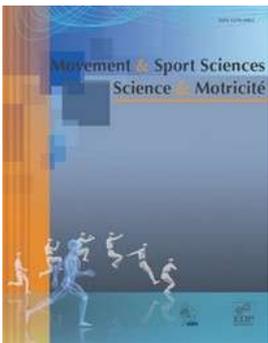




Enfances & Psy
La danse du lien 2023/4 (N° 98)



Genèses – Science sociale et histoire
Élection et tirage au sort, pratiques d'hybridation 2024/1 (n° 134)



Movement & Sport Sciences – Science & Motricité
Varia 2024/1 (n° 123)



Panard
Olympiades culturelles : Quand l'art et le sport entrent en résonance 2024/1 (N° 5)



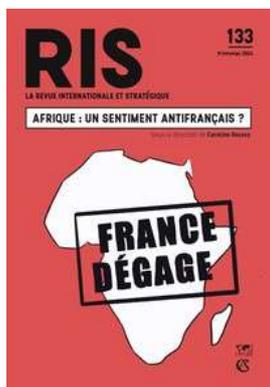
Revue Projet
Écologie : Les langages de la transition 2024/3 (N° 400)





Revue CONFLUENCE : Sciences & Humanités

La musique, les hommes et les dieux 2023/2 (N° 4)



Revue internationales et stratégiques

Afrique : un sentiment antifrçais ? 2024/1 (N° 133)



Sciences sociales et sport

Varia 2023/2 (N° 22)



Les revues papiers sont disponibles en libre accès à la bibliothèque
du lundi au vendredi de 9h à 18h.
N'hésitez pas à venir les consulter !