



# CATALOGUE CRITIQUE

d'ouvrages de  
vulgarisation  
scientifique  
enfants/adultes  
sur le thème:



# LA SCIENCE DANS LE SPORT



A s s o c i a t i o n  
S c i e n c e E t L i v r e

F o r u m D é p a r t e m e n t a l  
d e s S c i e n c e s

M é d i a t h è q u e s :  
A g g l o m é r a t i o n d e C a m b r a i  
V i l l e n e u v e d ' A s c q  
L I L L I A D L e a r n i n g c e n t e r

# AVANT-PROPOS

L'Association Science et Livre (ASEL) a choisi pour son 8ème festival d'associer Science, Livre et Sport ! Pourtant sport et lecture semblent deux activités tellement à l'opposé l'une, dynamique et énergivore, de l'autre qui est davantage statique et synonyme de calme et sérénité.

La science est un excellent vecteur pour créer le lien, comme le montre la sélection de livres proposée dans ce catalogue. On voit bien que le sport, par la recherche de la performance, de la santé ou du bien-être qu'il procure, intéresse toutes les sciences, théoriques et expérimentales, « dures » et humaines et sociales. La science et le livre permettent de comprendre en conscience le sport dans toutes ses facettes.

Plus fondamentalement, le livre, la science et aussi le sport contribuent autant les uns que les autres à l'ouverture au monde, à l'éducation, à la culture. L'article premier de la Charte olympique ne dit pas autre chose : *« L'Olympisme est une philosophie de vie, exaltant et combinant en un ensemble équilibré les qualités du corps, de la volonté et de l'esprit. Alliant le sport à la culture et à l'éducation, l'Olympisme se veut créateur d'un style de vie fondé sur la joie dans l'effort, la valeur éducative du bon exemple, la responsabilité sociale et le respect des principes éthiques fondamentaux universels ».*

L'Olympisme c'est en effet l'universalité. Au-delà de la vitrine médiatique que sont les Jeux Olympiques qui viennent d'être attribués à Paris en 2024, Jeux qui s'ouvrent à tous les pays et souvent malgré les conflits ou les tensions de tous ordres, il faut se souvenir que l'Olympisme est d'abord l'accès au sport pour tous.

Le sport est universel aussi par les valeurs qu'il véhicule. Ce sont des vecteurs indispensables de la vie en société face à la violence, à l'incivilité, au racisme, à l'intolérance, aux excès et dérives de toutes sortes... Les trois premières valeurs prônées par le Mouvement Olympique sont l'Excellence (donner le meilleur de soi, pour l'effort et le plaisir et non pour le résultat), le Respect (de soi-même, des autres, des règles, du fair-play et de l'environnement), et l'Amitié (pour édifier un monde meilleur et pacifique). Pratiquer un sport, c'est accepter ces valeurs et les faire accepter. C'est aussi en raison de cette universalité qu'à l'école le sport ne doit pas être considéré comme une discipline supplémentaire. A l'instar de la lecture, il concerne toutes les disciplines, comme l'a



rappelé le Conseil Économique, Social et Environnemental en 2007. Une étude a montré que le sport est l'activité pour laquelle 36 % des jeunes (garçons et filles dans les mêmes proportions) sont persuadés d'avoir les meilleures dispositions personnelles, loin devant les qualités manuelles (17 %), littéraires (16 %) ou scientifiques (13 %). Dès lors, quand on se rappelle que, chaque année, 130 000 adolescents quittent le système éducatif sans le moindre diplôme, on peut penser que le sport pourrait contribuer à lutter contre le décrochage scolaire en général, le décrochage vis-à-vis des sciences en particulier, l'activité physique et sportive permettant d'articuler l'abstrait et le concret, l'enfant en étant l'acteur. Le sport et le livre sont par nature des facilitateurs d'accès à la science.

Les ouvrages présentés dans ce catalogue illustrent tous ces liens entre sport, science et société. Merci à l'ASEL de vulgariser la science à travers le livre et, souhaitons-le, le sport auprès des jeunes et moins jeunes.

Bonne lecture !

Jean Cosléou

Président du Comité Départemental Olympique et Sportif du Nord

Professeur des Universités à l'Université de Lille

# CLÉS de LECTURE

Ces clés de lecture indiquent les grandes lignes de ce catalogue et aident à l'exploiter au mieux.

## LES OBJECTIFS :

- Favoriser le choix de livres pour une thématique sous ses différents angles scientifiques et amener à la découvrir au travers d'une sélection d'ouvrages destinés aux publics scolaires de tous niveaux (dès 3 ans) et plus largement à tous les publics, curieux, intéressés, particuliers ou professionnels.
- Promouvoir « Le livre de Sciences », de fiction ou bien documentaire, en précisant son intérêt particulier pour chaque lecteur cible
- Favoriser les initiatives ou la réalisation de projets culturels, éducatifs ou de loisirs selon le thème retenu : ateliers, lectures, débats, séances en classe, animations, etc.
- Transmettre la culture scientifique en s'appuyant sur les réseaux du livre, de l'édition, de la lecture publique, du monde éducatif et associatif.

## Les PUBLICS :

- Les professionnels : enseignants, éducateurs, animateurs, bibliothécaires et tous ceux qui participent à la diffusion des savoirs.
- Les particuliers intéressés au monde scientifique.

## Les OUVRAGES pour cette édition 2018 :

- Pour les jeunes : essentiellement des albums documentaires et quelques fictions.
- Pour les adultes : beaucoup de documentaires, essais ou études et un hors-série de revue.

## La STRUCTURE de l'édition 2018 :

Quatre grandes parties sont proposées. Les fiches sont classées par ordre croissant de public, du plus jeune au public adulte averti.

- 1 : généralités sur le sport. Les origines du sport et des JO, la représentation culturelle du sport, l'évolution des disciplines et leurs variétés suivant les pays.
- 2 : physiologie et activité sportive. Pour découvrir l'anatomie et la physiologie humaines (un cerveau pour commander et coordonner, un corps en mouvement, la biomécanique) et explorer les sciences de l'activité physique et de la pratique sportive (santé, bien être, nutrition, sommeil).
- 3 : innovations et performances sportives montrent comment la science et les technologies contribuent à améliorer les performances sportives : équipements, vêtements, matériaux, prothèses, médicaments et dopage, objets connectés, corps augmenté, prévisions et stratégies.
- 4 : sciences humaines et sport. Cette partie aborde la psychologie (dépassement de soi, force mentale, gestion du stress et des émotions), la sociologie (intégration sociale, discriminations, valeurs humaines), l'économie (marchandisation, médiatisation, mondialisation).

## FICHES DU CATALOGUE :

© Editions, date d'édition

Page de  
couverture  
du livre

### TITRE

Sous-titre

AUTEUR (S)

ÉDITION (Collection), date d'édition

N° ISBN

sous-thème pour préciser  
(mots clés)

### **Présentation du contenu et des illustrations**

#### **Critique documentaire**

Focale sur :

- l'intérêt de ce titre dans l'édition de vulgarisation scientifique,
- les qualités documentaires intrinsèques (apport d'informations, clarté de l'organisation du texte, pertinence des illustrations, présentation de la collection...),
- la valeur qu'on y attribue au regard de la lisibilité du contenu et de l'accessibilité aux publics définis, des indications sur l'usage que l'on peut en faire,
- le ressenti global propre au critique.

Note sur 5

#### **Critique scientifique**

Avis éclairé d'un scientifique du domaine de la thématique : fiabilité scientifique, qualité des informations et de la vulgarisation, pertinence et validité des références et schémas, etc ; en dernier, ressenti propre au critique.

Note sur 5

Note :  5/5  0/5

Attention : Les critiques n'engagent que leurs auteurs et non la structure qu'ils représentent. La sélection des ouvrages a été réalisée suivant certains critères définis en fonction de l'édition et la parution d'ouvrages sur la thématique.

qualificatifs sur :  
la présentation générale  
des éléments de l'intérêt documentaire et scientifique  
la valeur globale ou l'utilisation finale

Cible et âge

Pour cette édition 2018, nous vous invitons à nous faire part de vos remarques ou de votre retour négatif ou positif, sur :

- le choix des ouvrages : chacun a-t-il pu en fonction de ses intérêts, de son public, de son contexte trouver des ouvrages appropriés ?
- la pluralité des sciences : chacun a-t-il trouvé des angles intéressants suivant son propre domaine d'intérêt ou ses domaines connexes ?
- la multiplicité des supports : chacun a-t-il pu exploiter au moins une catégorie de ressources (fictions, documentaires, guides d'expériences...)?
- l'usage des ressources proposées : chacun a-t-il pu s'approprier le livre de vulgarisation scientifique par rapport à ses objectifs ou à ses propres projets ?

**POUR TOUT RETOUR SUR CE CATALOGUE**

(sa rédaction, son exploitation, ses usages)

**MAIS AUSSI POUR TOUTE IDÉE DE PARTICIPATION OU DE COLLABORATION FUTURE,**

**ÉCRIRE À : [catalogue@scienceenlivre.org](mailto:catalogue@scienceenlivre.org)**

# Sommaire

## 1. Généralités sur le sport

Les jeux olympiques	p 10
Les sports racontés aux enfants	p 11
Vive le sport	p 12
Copain des sports : le guide des jeunes sportifs	p 13
Le tour du monde des sports : pour partir à la découverte des sports... d'ici et d'ailleurs !	p 14
Le très grand livre des sports	p 15
Histoire des jeux olympiques	p 16
Le sport par les gestes	p 17
Dictionnaire culturel du sport	p 18

## 2. Physiologie et activité sportive

Le cerveau, à quoi ça sert ?	p 22
Le corps humain	p 23
Le corps humain en 3 minutes chrono	p 24
Le cerveau	p 25
Le corps humain	p 26
Chapeau, C3RV34U	p 27
A vos marques, prêts... bougez ! Et sportifiez-vous ! : la santé et le bien-être par l'activité physique	p 28
Nutrition du sportif : du loisir à la compétition : santé, bien-être et performance	p 29
Pour votre santé, bougez ! : pour les sportifs et tous les autres	p 30
En forme en 12 semaines : sport et alimentation	p 31
Sport et sommeil : les mécanismes du sommeil	p 32
La pratique du sport	p 33
Anatomie du corps en mouvement : manuel pratique	p 34
Qu'est-ce que la biomécanique ?	p 35

## 3. Innovations et performances sportives

Ben super-héros : vive le sport !	p 38
Rien n'est impossible ! Comment surmonter ton handicap	p 39
Les sports d'hiver	p 40

Le livre des sports : découvrir et pratiquer plus de 100 activités sportives	p 41
Les sports extrêmes racontés aux enfants	p 42
Le corps humain : de la science aux sports	p 43
Quantified self : les apprentis sorciers du « moi connecté »	p 44
La chimie dans le sport	p 45
Mieux gérer sa vie, sa santé, sa productivité : le guide pratique du Quantified self	p 46
Sportifs high tech	p 47
Le gène du sport : la science explore les performances extraordinaires des athlètes	p 48
Du souci de soi au sport augmenté : essais sur le corps entraîné, dopé, appareillé	p 49
La chimie et le sport	p 50
Maths et sports : le sport en équations	p 51
Le sport ou la passion de détruire : dopage, souffrance et dépression	p 52
Se doper ou pas ? : les jeunes sportifs face à la tentation du dopage	p 53

#### **4. Sciences humaines et sport**

Poka & Mine : le football	p 56
Maître de tes émotions : attitude, la 5ème compétence	p 57
Le football : que nous apprend-il de notre vie sociale ?	p 58
Sports alternatifs, sports d'aujourd'hui	p 59
La leçon de sport : des valeurs en partage	p 60
Préparation mentale du sportif : méditer, se concentrer, gagner	p 61
Sport et société, entre mythe et réalité	p 62
Sport : l'imposture absolue : idées reçues sur l'« idéal » sportif	p 63
Libérer le sport : 20 débats essentiels	p 64
Du sexisme dans le sport	p 65
Après quoi tu cours ? : enquête sur la nature humaine	p 66
Psychologie du sport	p 67
Le sport barbare : critique d'un fléau mondial	p 68
Sportifs en danger : la condition des travailleurs sportifs	p 69
Le sport fait mâle : la fabrique des filles et garçons dans les cités	p 70



An open book is shown from a low angle, with its pages fanned out. A large, light gray circular graphic is superimposed over the center of the book. Inside this circle, the title is written in bold, black, uppercase letters, centered and arranged in three lines.

**GÉNÉRALITÉS**  
**SUR**  
**LE SPORT**

# LES JEUX OLYMPIQUES

LEDU Stéphanie, GRAND Aurélie

MILAN (Mes P'tits DOCS), 2016

ISBN : 9782745979759

## Histoire des JO et identité culturelle

(origines des JO, les disciplines sportives y compris paralympiques)

### **Critique documentaire**

Cet album documentaire au papier « indéchirable » est référencé pour les enfants à partir de 3 ans. Il présente l'histoire et l'identité culturelle des Jeux Olympiques. Avec des illustrations en pleine page et un texte très court, chaque double page aborde un des aspects des JO : le voyage de la flamme olympique, la cérémonie d'ouverture, les disciplines sportives de l'époque, les jeux paralympiques...

Cet album offre un contenu documentaire très simple avec des éléments essentiels qui sont le propre de la collection « Mes P'tits DOCS ». On y découvre en effet des informations basiques et de fait facilement mémorisables par les petits : la naissance des JO dans la Grèce antique, leur renaissance sous l'égide de Pierre de Coubertin, l'institution du Comité Olympique, le symbole de la torche allumée, la participation de chaque pays, les principales disciplines et leur retransmission dans le monde entier... Le plus, en terme de contenu par rapport à d'autres albums, réside dans la focale sur les jeux paralympiques : la notion de handicap est clairement explicitée et accessible aux petits tel que « il faut avoir énormément de force dans les bras ». En revanche, les illustrations nécessitent d'être rectifiées et enrichies en présence d'une documentation visuelle plus riche et réaliste. Le contrat est toutefois rempli pour cet album sélectionné ici pour son édition récente et pour sa représentativité du sport, de son histoire et de sa culture.

### **Critique scientifique**

« 3-6 ans » en 1ère de couverture annonce l'éditeur. D'accord pour 3 ans, au delà de 6 ans, l'attente du jeune lecteur serait insatisfaisante. Un petit jeu de recherche aurait pu maintenir son attention et même le pousser à poser des questions. D'autant plus que la présentation des épreuves est nécessairement incomplète.

Le livre commence naturellement pas les jeux antiques. Malheureusement, l'illustration ne correspond pas à la réalité de l'époque : les femmes n'y assistaient pas. Ces jeux ne se sont pas arrêtés « avec le temps » mais brutalement par ordre impérial. En revanche, on trouve bien ces personnages habillés de pourpre qui sont chargés de surveiller le bon déroulement des épreuves. Même chose page suivante, en 1894, les départs se faisaient debout, pas comme maintenant.

Plus loin encore, on assiste à une arrivée en courbe et dans le mauvais sens. Les auteurs n'ont sans doute pas souvent fréquenté les stades.

Ah ! Encore une chose, il n'y a pas de panneau publicitaire dans le stade olympique.

---

*Simple aéré, peu documenté et un visuel trop simplifié  
Un basique avec accompagnement d'un parent ou de l'enseignant  
Les plus jeunes lecteurs méritent la même rigueur que leurs aînés*

De 3 à 6 ans



## LES SPORTS RACONTÉS AUX ENFANTS

BERTOLAZZI Alberto, DE PIERI Erika

NUINUI, 2017

ISBN : 9782889356201

### Description des différents sports accessibles aux enfants

(sport individuel, sport collectif, entraînement, capacités physiques)

#### **Critique documentaire**

Ce documentaire présente un panorama large des différents sports qui peuvent être pratiqués par les enfants. Quatorze sports et leurs dérivés sont présentés de façon à la fois claire, précise et simple, sur 6 à 10 pages. Pour chaque sport, une description détaillée élaborée sur le même schéma insiste sur les objectifs, les règles et les principaux rôles et fonctions (pour les sports collectifs). Chaque description est construite en 4 parties : présentation, règles, vocabulaire employé, exercices pratiques. Une partie tutorielle indique comment débiter dans le sport, sans omettre les qualités requises.

Ce genre de documentaire est peu représenté dans l'édition enfantine. La présentation ludique et les illustrations amusantes donnent envie de prolonger la lecture des encarts.



#### **Critique scientifique**

Pas d'introduction, pas de sommaire, on entre dans le vif du sujet dès la première page. Pas non plus de lexique en fin de volume. Chaque discipline sportive est accompagnée d'un petit monstre dont on cherche en vain la signification.

Pourtant, on trouve à peu près tout ce qu'on cherche dans les sports les plus populaires et on en découvre quelques autres également. On y apprend le vocabulaire spécifique, le rôle de chaque participant, les règles de base et on découvre les équipements associés. La bonne idée : présenter clairement les interdits. En bref : on sait où on met les pieds. Et ici, le sport - malgré ses règles strictes - est avant tout un jeu.

Comme souvent dans ce genre d'ouvrage, l'aspect scientifique est oublié, on trouve malgré tout quelques données chiffrées présentées correctement.



---

*Un documentaire ludique, clair, bien illustré et précis*

*Une vue d'ensemble qui insiste sur l'esprit d'équipe et de compétition*

*Un peu désarmant mais plaisant pour son dynamisme graphique et rédactionnel*

**À partir de 6 ans**



## VIVE LE SPORT

BILLIoud Jean-Michel, MÉHÉE Loïc

FLEURUS (Cherche et trouve), 2016

ISBN : 9782215156635

### Le sport dans tous ses états

#### **Critique documentaire**

Un ouvrage amusant qui fourmille d'informations sur le sport dans tous ses états, il n'en faut pas plus pour plaire aux enfants dès 6 ans. Dans chaque double page colorée et richement illustrée, il s'agit de retrouver des personnages cachés. Le jeu de cache-cache est un merveilleux prétexte pour parcourir avec avidité les courts textes informatifs qui jalonnent l'ouvrage. Ainsi, en onze tableaux détaillés, on apprend de nombreuses informations intéressantes sur des disciplines aussi diverses que le football ou l'athlétisme, les arts martiaux ou les sports d'hiver. Un tableau est même consacré aux Jeux Olympiques.

On aime le côté ludique d'une part, la concision du contenu documentaire d'autre part. Un mix qui conviendra parfaitement aux plus jeunes.



#### **Critique scientifique**

Ce livre tente de nous faire découvrir beaucoup de sports en 11 tableaux.

Les auteurs y présentent les règles de jeux et les noms des champions les plus célèbres et aussi quelques renseignements sur les équipements. L'ensemble est exposé dans une confusion voulue : la collection s'appelle "cherche et trouve" et en introduction il y a cette consigne « Quelle pagaille ! ».

La bonne idée : chercher des personnages, des objets et une mascotte cachés dans chaque grande planche illustrée. Ce jeu permet de découvrir des détails intéressants. Mais le texte est déséquilibré par rapport au dessin. Ainsi certains des détails dessinés ne sont pas exploités et d'autres laissent dubitatifs. Y aurait-il d'autres jeux cachés ?



---

*Intéressant par son côté ludique*

*Ce livre n'est pas indispensable mais reste agréable à feuilleter*

**À partir de 6 ans**

# COPAIN DES SPORTS

## Le guide des jeunes sportifs

GUÉRIN Serge, AUDOUIN Laurent, CHENEL Roland

MILAN (Copain), 2016

ISBN : 9782745965073

### Les disciplines sportives

(conditions d'exercices, conseils pour progresser)

#### **Critique documentaire**

Voici un guide à destination « des jeunes sportifs » qui passe au crible plus d'une centaine de sports, très connus ou moins médiatisés, ou pouvant être considérés comme des activités de loisir (la pêche, jeux de boule, boomerang...). 15 pages introduisent brièvement les notions de sport et santé, sport et société, sport et handicap. En fin d'ouvrage un « cahier pratique » recense les adresses utiles et les métiers du secteur, et présente un glossaire et index de 5 pages.

Ce document, à la fois copieux en contenu et en illustrations, est un vrai guide pour aider au choix du sport. Chaque sport est regroupé par famille sportive (« à chacun son ballon », « à cheval », « jeux d'eau », « passion glisse » ...) permettant de mettre en perspective chacune d'entre elles au regard de son histoire, de ses conditions de pratique, des qualités physiques ou humaines qu'elle développe. On apprécie : la structure du document, les dessins mettant en situation des enfants, la clarté des informations, les focales particulières dans les encadrés, les propositions d'activité afférente, ce qui est la force de la collection « Copain ». Mais ce gros document reste avant tout (et seulement !) un guide recensant les disciplines sportives où la science apparaît peu, trop peu d'informations sur les efforts musculaires ou sur les matériaux utilisés, des raccourcis un peu caricaturaux tels « le rugby n'est pas pour toi si tu es douillet » ou placer la gymnastique acrobatique dans la famille « des sports d'artiste ».



#### **Critique scientifique**

Issu d'une collection que Milan développe depuis longtemps, voici une véritable petite encyclopédie des sports. On y trouve un éventail impressionnant de sports, des classiques olympiques aux plus rares comme le cerf-volant ou la pêche. Les règles de jeux basiques sont bien expliquées (présentation de phases de jeux, conseils). On y trouve aussi le vocabulaire spécifique et des règles d'hygiène de vie.

Pourtant un bémol important doit être apporté : tout cela conduit essentiellement à la compétition et à la performance en oubliant que le sport est aussi un outil de socialisation et de mixité ou plus simplement une activité ludique. On peut aussi regretter que les aspects technologiques (la nature des matériaux, par exemple) et scientifiques y soient rarement présents. En revanche, la présence du cahier pratique en fin de volume est très appréciée. On y trouve entre autre une liste intéressante de métiers du sport.



*Clair, bien structuré et illustré*

*Peu de valeur documentaire au sens strict, un guide à usage de loisir  
Un classique qu'il faudra néanmoins compléter par d'autres ouvrages*

À partir de 7 ans





# LE TRÈS GRAND LIVRE DES SPORTS

MAINCENT Géraldine, ARLÈNE Alexandre

LAROUSSE, 2016

ISBN : 9782035925770

## Les disciplines sportives (histoire, pratique, équipement...)

### **Critique documentaire**

Avec un format tout en hauteur, ce « très grand livre » apporte une multitude d'informations sur les disciplines sportives regroupées ici par famille (sports de balle, de ballon, de combat, d'eau, de nature, athlétisme, y compris handisport). Quatre chapitres ouvrent sur l'origine du sport, les sports typiquement nationaux et les sports nouveaux, les grands rendez-vous (JO, Roland-Garros...) et enfin les « trucs » des champions.

Cet album documentaire affiche son intention très ambitieuse en 4ème page de couverture : être « l'encyclopédie stupéfiante, incroyable... ». Les informations sont de fait généreuses, variées, fouillées, aussi bien d'ordre culturel (cf. les focales sur l'ancêtre des sports), linguistique (cf. « le kiaï » ou « parler snow »), technique (règles et matériel) et parfois scientifique (les gestes, le kit de survie). Toutefois, on est invité plus à zapper ici qu'à comprendre comme dans une encyclopédie. Un index permet d'aller à l'essentiel mais il est réducteur par rapport à la masse des informations. La forme est bien équilibrée avec un texte entrecoupé d'illustrations drôles et de nombreux encadrés attractifs « le scoop », « l'objet », « le chiffre », « la carte d'identité ». Les enfants se réjouiront de ce document moderne et visuel.



### **Critique scientifique**

On trouve dans cet ouvrage tous les sports connus mais beaucoup d'autres, parfois carrément inconnus.

Il apporte une multitude de réponses à des questions qu'on s'est tous posées un jour. Des lieux, des époques, des gens et des histoires - petites ou grandes. Mais aussi des chiffres !

On y évoque les sciences. Alors, parlons-en : si on apprend que nos vieux pneus deviennent écologiques et si on y compare des performances de façon fantaisiste, on parle aussi matériaux, mesures et résultats avec - et c'est remarquable - les symboles universels bien écrits (... enfin, presque toujours). On nous explique l'évolution des accessoires ou des équipements. On parle même de l'histoire des unités. On comprend, par exemple, le pourquoi de ces drôles de distances, comme celle du marathon.



---

**Moderne, dense, attractif, contenu très foisonnant et pertinent**  
**Très bien adapté aux enfants**  
**Un livre de taille dans tous les sens du terme**

**À partir de 8 ans**

# HISTOIRE DES JEUX OLYMPIQUES

OXLADE Chris, BALLHEIMER David

GALLIMARD JEUNESSE (Les yeux de la découverte), 2016

ISBN : 9782070588855

## Évolution des JO et autres manifestations sportives

(origines, organisation, jeux paralympiques, sites, épreuves, équipement)

### **Critique documentaire**

Ce documentaire abondamment illustré comporte 25 chapitres sur double page que l'on peut regrouper en 4 parties : les origines de l'olympisme et des jeux antiques, le rétablissement des JO et leur transposition moderne, les conditions des épreuves et les matériels d'entraînement, et enfin les sites olympiques, l'équipement et la technologie afférente.

Voici l'occasion d'une découverte riche et dense en contenu documentaire et iconographique. Les informations sont claires car bien structurées et uniformisées dans chaque chapitre : une approche générale, puis des focales particulières visualisables et précisées par un titre-clef tels « les femmes aux jeux antiques », « le père fondateur ».

La valeur intrinsèque de l'ouvrage vient aussi du fait qu'on ne croise pas uniquement la dimension historique et culturelle des JO mais aussi l'évolution du sport sous l'angle scientifique et technologique. Les chapitres sur la forme des athlètes, leurs « tailles et gabarits » sont très pertinents ainsi que ceux sur la nature des tissus, les matières des chaussures et matériaux des équipements. Le bémol est que l'information s'arrête en apparence au mieux aux années 2000 alors que l'édition - certes issue d'une traduction - est récente. On regrette donc un manque de focale sur l'actualité ou une projection du futur. C'est assez frustrant et cela pourrait limiter l'usage de ce documentaire aux seuls enfants alors que les adolescents pourraient aussi être captifs !

### **Critique scientifique**

On commence bien sûr par les jeux antiques qui y sont décrits avec précision et en regard du contexte historique. Quant aux jeux modernes, une frise du temps nous rappelle toutes les étapes du voyage de la flamme olympique depuis 1896 à 2020. Elle permet de saisir les évolutions : choix des dates, apparition des jeux d'hiver, jeux paralympiques ou des nouveaux sports. De plus, le contexte politique n'est pas négligé. Suit une présentation des différents sports qui là paraît un peu superficielle, mais c'est dans les petits détails que ces pages trouvent leur intérêt. La troisième partie du livre traite de la « forme olympique » (régime, morphologie, sans oublier le dopage), de l'importance des matériaux et des méthodes de mesure, de l'évolution du matériel et des accessoires et aussi de l'exploitation politique à travers la vitrine qu'offrent les JO. On y apprend aussi tous les à-côtés des jeux : organisation, médiatisation, conception des stades. On peut regretter que l'apparition des femmes dans les stades olympiques soit si discrète.

En conclusion, quelques informations inattendues, un jeu de questions/réponses : qui sont ces athlètes qui ont marqué les jeux ? des conseils pour en savoir plus et un glossaire.

**Aperçu très visuel, complet et rigoureux de l'histoire des sports que représentent les JO**  
**Approche généraliste et transversale du sport inattendue et riche**  
**Incontournable culturel ou à usage scolaire diversifié (sciences/technologie/histoire)**

**À partir de 9 ans**



## LE SPORT PAR LES GESTES

BEGAUDEAU François, DE LA PORTE Xavier

CALMANN-LÉVY, 2007

ISBN : 9782702138373

### Essai littéraire à 28 mains pour décrypter les gestes du sport

(gestuelle sportive, description, entraînement, précision, sport dans la société)

#### **Critique documentaire**

Quatorze auteurs, tous non-spécialistes du sport, tous amateurs d'une cause : mettre en lumière la question du geste sportif dans ce qu'il a de plus particulier. Il dénote en cela de ce que nous sollicitons de notre corps pour le quotidien, où la règle est la spontanéité pour de la réflexion et de l'entraînement. Avec l'avènement de la télévision, le geste sportif est devenu une farandole d'observations néophytes ou argumentées. Qu'il ait eu une fonction d'apprentissage, une instance décisive, le sport a énormément alimenté les imaginaires télévisuels. En proposant des analyses cousues aux subjectivités des uns et des autres, ce travail collectif atteste que pour notre génération et les suivantes, le sport fait partie du patrimoine intellectuel et affectif de chacun. Parmi leurs propres travaux d'écriture, cette parenthèse sportive n'est en fait pas si exceptionnelle : restituer des gestes et le contexte dans lequel ils ont été exécutés ne déroge en rien au programme que chacun réalise ou analyse par ailleurs. Décrire, raconter, informer : trois desseins qui confirment que l'écriture gagne parfois à s'en tenir à la surface des choses. Un ouvrage inattendu pour un tel sujet.



#### **Critique scientifique**

Un drôle de livre : une compilation de courts textes jouant avec des gestes de sportifs vus à la télévision. Les textes sont littéraires puisque écrits par des romanciers, philosophes, et autres personnalités du livre, des métiers, ou de rien de particulier. Le contenu scientifique est extrêmement réduit, voire inexistant. Cela en fait-il un livre inintéressant pour autant ? Pas tout à fait : on y lit au détour des pages les noms d'Aristote ou Galilée, on y apprend des bouts de l'histoire du sport, on y lit en filigrane récits personnels et expériences collectives. Un livre pas très sérieux, mais écrit sérieusement et avec goût

---

**Un essai surprenant qui ouvre le champ du sport auprès d'amateurs de littérature  
Croise l'art de la description littéraire à la technique sportive  
Un OVNI comme on en voit rarement mais qui ne parle pas de science**

Adultes



# DICTIONNAIRE CULTUREL DU SPORT

ATTALI Michaël, SAINT-MARTIN Jean

ARMAND COLIN, 2010

ISBN : 9782200355470

## Définition du sport

(aspect politique, aspect économique, compétition)

### **Critique documentaire**

Déjouant la forme codifiée propre aux dictionnaires, cet ouvrage original a plutôt prétention à faire un état des lieux des savoirs sur le sujet en insistant sur ses manifestations culturelles et sociales. Divisé en 4 parties (Activités physiques et sportives ; Institutions et compétitions ; Enjeux et Idéologies ; Représentations), ce dictionnaire atypique, qui mériterait plus le nom d'encyclopédie, a réuni plus de 100 auteurs pour explorer toutes les facettes d'un phénomène social présent dans chaque communauté humaine de la planète. Une liste des entrées par ordre alphabétique couplée à une liste des entrées par partie permet au lecteur une agréable balade au fil d'articles tour à tour émouvants ou inquiétants mais toujours didactiques et étonnamment linéaires eu égard au nombre de contributeurs. Quelques illustrations auraient néanmoins pu apporter un côté moins scolaire à cet outil.



### **Critique scientifique**

Ce dictionnaire dessine une définition enrichie du sport. Il est divisé en quatre parties : 1) activités physiques et sociales du sport (escalade, gymnastique...) : est montrée ici la diversité des sports. 2) institutions, compétitions, diffusion (CIO, coupes de foot, scoutisme...) : la pluralité est bien présentée. 3) enjeux, structuration socio-culturelle (accident, loisirs, mécénat, réussite...). 4) représentations, voire idéologies (hygiénistes, nationalistes, socialisantes, dépassement de soi...) dans lesquelles le sport s'inscrit et qui lui donnent sens. Chaque entrée bénéficie d'un traitement identique : évocation d'un pan du sport ; évolution historique et débats induits ; problématiques essentielles. Ce dictionnaire est précieux : il montre l'état des lieux et des savoirs, les principales manifestations, en les inscrivant dans une histoire et leurs contextes. Les sciences exactes y sont peu représentées, mais les sciences humaines telles l'ethnologie, la sociologie, la psychologie... beaucoup.



---

### *Originalité de la forme*

*Originalité de l'angle d'étude d'un phénomène mondial et protéiforme*  
*Dictionnaire descriptif, critique et structuré indispensable*

**Tous publics motivés**





An open book is shown from a low angle, with the pages fanning out. A large, white circle with a grey border is centered over the book. Inside the circle, the title is written in bold, black, uppercase letters.

**PHYSIOLOGIE  
ET  
ACTIVITÉ SPORTIVE**

# LE CERVEAU, À QUOI ÇA SERT ?

BENCHETRIT André, SABATHIÉ Laurent, DAUTREMER Rébecca

BELIN (Les questions de Justine), 2007

ISBN : 9782701146027

**Expliquer au jeune public les premiers rudiments des mécanismes du cerveau**  
(cerveau, réfléchir, apprendre, émotions, imaginaire, mouvement)

## ***Critique documentaire***

Le fait de poser une question en guise de titre aiguise déjà la curiosité. Ce titre accrocheur et l'illustration de la couverture (enfant-animal) dédramatisent un sujet difficile à appréhender avec le jeune public.

Cet album documentaire mélangeant illustrations et photographies permet une approche structurée des fonctions du cerveau et une compréhension mieux adaptée pour le jeune lecteur. Les gestes du quotidien de l'enfant sont judicieusement mis en juxtaposition avec le cerveau et ses fonctions cognitives.

Les parents ou les professionnels de l'éducation peuvent ainsi initier les jeunes enfants aux notions de froid-chaud, haut-bas, gauche-droite, etc.

Un ouvrage bien accessible où l'imaginaire de l'enfant a sa place.



## ***Critique scientifique***

Les auteurs sont partis d'une petite histoire dessinée de la vie quotidienne avec des incrustations photographiques ayant l'ambition de faire comprendre le rôle du cerveau dans ces situations ordinaires.

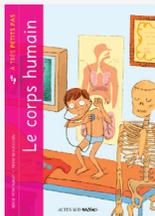
L'ensemble apparaît un peu confus. La cible (enfants à partir de 3 ans) devra être accompagnée dans cette lecture ... et il est à parier que les enfants seront plus curieux que les auteurs.



---

*Un livre au format adapté à l'enfant, facile à manipuler*  
*Un livre pas très utile*  
*Chacun peut utiliser son propre quotidien pour faire mieux*

**À partir de 3 ans**



## LE CORPS HUMAIN À TRÈS PETITS PAS

MONTAGNAT Serge, BEAUCOUSIN Pierre

ACTES SUD JUNIOR (À très petits pas), 2013

ISBN : 9782330019860

### Le corps humain expliqué en questions

#### **Critique documentaire**

Un petit ouvrage illustré en couleurs qui propose de traiter 12 questions sur le corps humain, en 34 pages. Il se termine par un quiz qui permet à l'enfant, dès 5 ans, de vérifier les connaissances acquises suite à sa lecture. Le vocabulaire est simple et clair. La mise en page aérée et agrémentée d'une iconographie adaptée aux jeunes lecteurs rend la lecture agréable. Certains mots ou phrases sont mis en avant par une typographie différenciée et permettent de focaliser l'attention sur les informations les plus pertinentes.

On aime le format pratique, la simplicité du vocabulaire et la clarté des chapitres. Un bon début pour faire le tour du corps humain dans les grandes lignes.



#### **Critique scientifique**

Expliquer le corps en 12 questions : voilà un défi qui est gagné.

Ce livre dynamique et sans tabou donne envie d'en apprendre plus par des petites questions illustrées, des digressions inattendues et un quiz en clôture de l'ouvrage.

Une petite critique : si le CO<sub>2</sub> a enfin son vrai nom, le dioxygène reste oublié.



---

**Contenu clair et simple**  
**Un livre à emporter partout et facile à utiliser ... et pas cher du tout**  
**Ne pas s'en priver**

**À partir de 5 ans**



## LE CORPS HUMAIN EN 3 MINUTES CHRONO

CLAYBOURNE Anna, ROBINS Wesley

LE COURRIER DU LIVRE (En 3 minutes chrono), 2016

ISBN : 9782702911532

### Sport et corps humain

(organes, squelette, cerveau, respiration, vue...)

#### **Critique documentaire**

Ce livre explore les parties du corps humain, la structure corporelle, les systèmes de survie (la respiration, le cœur, le sang), le système nerveux (dont l'envoi des signaux), les sens et enfin le cycle vital d'un organisme (croissance, reproduction, vieillesse).

Chaque organe, partie ou aptitude du corps humain est présentée sur une double page thématique avec d'un côté un texte et des encadrés de résumé, et de l'autre, un schéma très descriptif sur la forme et la fonction (ex. : « les cellules musculaires sont de longs tubes qui se contractent »). Le contenu documentaire et visuel est ainsi particulièrement clair et explicite. L'œil de l'enfant va imprimer facilement et rapidement les représentations très colorées et attractives. À noter que les notions de rapidité de lecture telles que le « 3 minutes chrono » du nom de la collection, ou les résumés « en 3 ou 30 secondes » ne sont pour nous que de l'ordre de l'affichage, tant l'ouvrage est riche et mérite temps et plaisir pour la découverte. Une mention particulière est attribuée à l'index général et surtout au glossaire sur 2 pages qui introduit chaque chapitre : c'est inédit ! En résumé, on trouve rarement dans l'édition pour enfants une alliance aussi harmonieuse entre texte et illustration, et une diffusion des connaissances aussi réussie qu'avec ce titre !

#### **Critique scientifique**

Un livre qu'on prend et qu'on repose à volonté. Chacune des 6 grandes parties commence par un glossaire très bien venu. Découpée en plusieurs chapitres très courts, on y trouve une page de texte accompagnée d'une page de schémas qui ouvrent la curiosité et d'un résumé ou d'un mini-quiz ou encore d'une expérience à réaliser.

Le vocabulaire est parfois trop ambitieux pour la tranche d'âge visé.

2 erreurs à corriger :

- les molécules d'air n'existent pas.
- l'air contient du dioxygène.

Les parents apprendront avec plaisir en même temps que les enfants

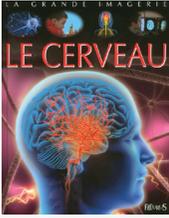
---

*Très clair, concis et visuel*

*Un livre facile à manipuler et rapide d'utilisation*

*Un bel exemple de vulgarisation scientifique pour enfants*

**À partir de 6 ans**



## LE CERVEAU

BEAUMONT Émilie, FRANCO Cathy, DAYAN Jacques

FLEURUS (La grande imagerie), 2016

ISBN : 9782215144571

### Le rôle du cerveau dans la pratique sportive (système nerveux, cortex cérébral, mémoire, émotions...)

#### **Critique documentaire**

Ce court documentaire d'une trentaine de pages présente en 9 parties notre cerveau « tour de contrôle de notre corps », son fonctionnement (système nerveux), sa structure (cortex cérébral), ses principales fonctions (mémoire, émotions...). Les informations visuelles et textuelles très didactiques et denses sont bien réparties sur chaque double page avec parfois une focale plus précise au sein d'un encadré (ex. : moelle épinière)

La collection porte bien son nom « la grande imagerie » avec une mise en page très bien structurée et des visuels réalistes et pertinents, facilitant la compréhension et mémorisation de connaissances clefs. L'activité sportive est étroitement liée au fonctionnement du cerveau, c'est tout cela que l'enfant dès 6-7 ans peut découvrir, seul ou avec l'appui d'un adulte. À noter que l'ouvrage peut convenir également aux enfants plus grands et pourquoi pas aux adultes curieux du sujet !

Cette édition récente incorpore de plus des informations actualisées notamment le chapitre « prouesses de la médecine » dont les prothèses robotisées ou les greffes de neurones...

Pour autant, il manque à cet ouvrage un index et/ou un glossaire du vocabulaire scientifique au regard de mots clefs importants comme IRM, hypothalamus...



#### **Critique scientifique**

Une approche du cerveau en 9 thèmes bien développés. Mais sur un fond touffu qui dessert le texte. Les schémas sont très bien faits et les photographies illustrent bien le propos.

Le vocabulaire est riche et bien présenté (hormis l'éternelle confusion entre oxygène et dioxygène). Dans les pages intérieures de la couverture quelques illusions d'optique très bien imprimées et très efficaces auraient gagné à être accompagnées de questions. Elles sont spectaculaires mais, sans explication, à quoi servent-elles ?

Un point positif : quelques tests en conclusion permettent de revoir le contenu et aussi de le comprendre encore plus en profondeur.



---

**Très complet, clair et visuel**  
**Un livre très bien documenté qui aiguisé la curiosité**  
**Usage scolaire ou de loisirs et pour tous !**

**À partir de 7 ans**



## LE CORPS HUMAIN

ROGERS Simon, GRUNDY Peter

AUTREMENT JEUNESSE (Le plein de choses), 2014

ISBN : 9782746736863

### Les organes du corps humain

(organes sensoriels, cœur, cerveau, squelette...)

#### **Critique documentaire**

Ce documentaire est truffé d'infographies et de pages de textes très colorés avec une homogénéité et harmonie de couleurs. Sous le titre « corps humain », il agrège 7 chapitres de taille équivalente : les sens, le cœur, le cerveau, la digestion, le squelette, et le corps comme « incroyable machine ». Seul le chapitre sur la reproduction est hors propos de ce catalogue.

Voici un documentaire adapté au regard des enfants où l'infographie est omniprésente. La mise en forme de ce contenu ne s'arrête pas là : la présentation par onglets et le signalement par un schéma de la partie du corps humain abordée permettent de choisir rapidement son chapitre dans le cas d'une lecture non linéaire. La présentation des différents sens de l'homme englobe bien sous la forme d'une cartographie nos 5 sens (dont l'ouïe, la vision et le toucher essentiels à la pratique sportive) mais ici, on va plus loin encore en évoquant la proprioception, l'équilibre et la douleur ; ce qui est assez original voire inédit. Deux très petits bémols tout de même : au vu de la qualité des entrées documentaires ou des mots-clefs (ex. micronutriments, sueur...), pourquoi ne pas avoir ajouté un glossaire ou un index ? De même, les informations sont claires, accessibles et étayées d'analogies ou d'exemples, alors pourquoi les rédiger en caractères si petits et parfois peu lisibles ?

#### **Critique scientifique**

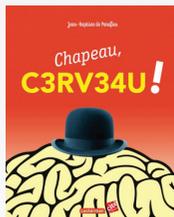
La structure des paragraphes ne se retrouve pas d'une page à l'autre. On aurait par exemple aimé suivre la comparaison entre le chien et l'homme, commencée pour la vue abandonnée aussitôt. Choisir une présentation rapide ne justifie pas certains oublis : toujours pour la vue pas un mot sur la myopie et l'hypermétropie, c'est une erreur regrettable.

Passons aux données chiffrées. Là, on va de surprise en surprise. En voici quelques unes : le micron est une vieille unité, les échelles de mesure cohérentes existent et évoluent, les auteurs restent accrochés à leurs vieilles habitudes ; parler de décibels sans donner les conditions de mesure ne sert pas à grand chose, le bruit fait par un jet n'est pas le même s'il passe à 100 m ou à 12 000 m. À quoi bon comparer la vitesse d'un spermatozoïde avec celle d'un pingouin en vol ou celle d'Usain Bolt, vitesses que l'on mesurerait avec une règle graduée ! ou dire que « 9 394 736 842 cellules humaines pourraient rentrer dans un terrain de football ». À quoi servent-elles ? Ce livre étatsunien n'a même pas été adapté par son traducteur, les données françaises resteront inconnues du lecteur. Quelques pages utiles ne parviennent pas à sauver l'ensemble.

---

*Livre soigné et structuré*  
*Livre déconcertant à bien des égards*  
*Intérêt scientifique limité*

À partir de 8 ans



## CHAPEAU, C3RV34U !

DE PANAFIEU Jean-Baptiste

CASTERMAN, 2015

ISBN : 9782203080614

### Les fonctions du cerveau

(perception, coordination, mouvement, ...)

#### **Critique documentaire**

25 verbes d'action, 25 entrées différentes pour aborder de manière assez complète cette merveilleuse machine qu'est le cerveau. Sa nécessité pour vivre, son fonctionnement complexe, même pour les gestes les plus simples de la vie courante, l'implication que peuvent avoir ses dysfonctionnements. 55 pages richement illustrées de photos, de schémas et de dessins. Des tests à réaliser facilement en famille ou entre amis. Un surlignage judicieux des informations les plus significatives. Autant d'atouts pour un ouvrage destiné aux jeunes dès 8 ans.

On aime la multiplicité des thèmes abordés, la qualité du contenu et les tests à réaliser à chaque double page.



#### **Critique scientifique**

Une première approche complète des fonctions du cerveau.

Le livre est découpé en 25 thèmes présentés en double page : une présentation rapide de la fonction et un développement accompagnés d'un test et de la rubrique "la panne".

Bien que ce livre n'ait pas pour but premier le sport, il rentre sans contestation dans notre catalogue.

On y trouve les fonctions qu'un sportif utilisera : se percevoir, coordonner, bouger, penser, et bien d'autres.

Les sens y ont bien sûr leur place et permettront de comprendre la place du cerveau entre les perceptions et les actions mais aussi le cheminement des informations et des ordres. La cité des Sciences qui présente une exposition permanente sur le sujet permettra d'en apprendre plus.

Un petit bémol : une présentation typée « manuel scolaire ». Les enfants vont-ils l'ouvrir sans arrière-pensée ?

Un point positif : le sommaire situé au début de l'ouvrage présente la piste qui sera suivie dans chaque chapitre.



---

***Un incontournable si on s'intéresse au cerveau dès 8 ans  
Un livre rigoureux qui ne manquera pas d'aiguiser la curiosité***

**À partir de 8 ans**



## À VOS MARQUES, PRÊTS... BOUGEZ ! ET SPORTIFIEZ-VOUS !

La santé et le bien-être par l'activité physique

BACQUAERT Patrick, MATON Frédéric

CHIRON (Sport et santé), 2009

ISBN : 9782702712788

### Les bienfaits de l'activité physique

(condition physique, sports, aspect physiologique)

#### **Critique documentaire**

Les auteurs, médecins du sport et acteurs de la promotion du sport santé exposent dans ce livre leurs savoirs et expériences sur l'action thérapeutique du sport. Ils évaluent notre état de santé et nos mauvaises habitudes de vie, les effets négatifs de la sédentarité et positifs du sport, abordent les maladies pouvant « bénéficier des bienfaits d'une activité sportive et physique », dénoncent « les vraies et fausses excuses pour ne pas bouger » et donnent des conseils pour bien choisir sa pratique sportive quelle que soit sa condition de départ. Un court glossaire de mots spécialisés ou inattendus dans le contexte enrichit encore le contenu (périostite, fibromyalgie, mort subite...). Ce document riche en contenu se présente de façon aérée avec de gros caractères et bien dynamisée par des rubriques de couleur telles que « Le saviez-vous » « Pour en savoir plus ». Les titres très parlants des nombreux chapitres sont repris dans une table des matières précieuse pour une lecture transverse, en pointillé ou même linéaire. Les informations ou données sont toujours claires et pédagogiques, jamais moralisatrices malgré l'engagement des auteurs pour le sport santé et le slogan dont l'un des deux est à l'origine « Bougez, c'est la santé ». Responsabilisant plutôt que culpabilisant, vivifiant et incitateur, ce documentaire s'adresse à tous : adolescents, adultes, parents, personnes fragiles ou fragilisées, professionnels de la santé...

#### **Critique scientifique**

Ces deux médecins de l'Institut de recherche du bien-être, de la médecine et du sport santé (IRBMS) suivent leur trajectoire commencée depuis 1979 sur le conseil, le suivi, l'information et la prévention sport - santé (<https://www.irbms.com/>).

Ce recueil reprend ces principales thématiques en les développant. Avant de prendre son départ pour la pratique physique prenons le temps de faire le bilan sur nos habitudes de vie et notre santé afin de lutter contre toutes ces maladies qui perturbent notre idéal de vie : asthme, cholestérol, diabète, hypertension, obésité... Le livre est un appel à la nécessité de « se bouger ! » pour trouver santé et bien-être, car la sédentarité est aujourd'hui le quatrième facteur de risque de mortalité dans le monde... Les pistes pour tester les bienfaits de la pratique physique ne manquent pas depuis la découverte de lieux par la promenade, le jogging, le vélo, le skateboard, les Roller Skates. Mais il y a aussi la natation et d'autres activités comme le jardinage et le bricolage... qui sont autant de prétextes à la pratique que sujets à la discussion sur les pratiques et les techniques. C'est parti ! « sportifiez-vous ! » pour mieux connaître votre corps dans le plaisir de l'effort.

***Bien calibré et lecture facile, contenu pertinent, riche et pédagogique***

***Un fondamental sur un aspect un peu décalé***

***Une allégorie pour la pratique physique et rénover ses habitudes***

**À partir de 15 ans**



## LA NUTRITION DU SPORTIF

### Du loisir à la compétition : santé, bien-être et performance

MATON Frédéric, BACQUAERT Patrick

CHIRON (Sport et santé), 2012

ISBN : 9782702712863

#### Sport et alimentation

(effort physique, nutrition, sportifs toutes catégories)

##### **Critique documentaire**

Ce documentaire aborde la diététique de la performance et de l'effort sportif. Il montre également les possibilités d'adaptation nutritionnelle chez tous les sportifs.

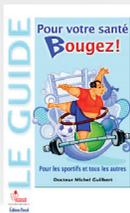
Cet ouvrage équilibré et aéré, de par ses titres et sous-titres de couleurs et ses gros caractères, offre une belle lisibilité. On apprécie aussi beaucoup les encadrés « astuce » ou « conseil du pro » ou les questions en filigrane : « le pain est-il un féculent pour les sportifs ? ». La riche table des matières, placée malencontreusement à la fin, peut servir de signalement voire d'index. On y repère des focales singulières telles « le sportif végétalien ou végétarien » ou « le sportif et le décalage horaire », etc. Le ton est parfois un peu militant ou préventif. Ceci est juste en cohérence avec le parcours professionnel des auteurs et la co-fondation pour l'un de la Société Française de Nutrition du Sport et pour l'autre de l'Institut Régional de Biologie et de Médecine du Sport du Nord/Pas-de-Calais. Bien que complet cet ouvrage nécessite une mise à jour des prescriptions. Ce titre a été choisi parmi d'autres ouvrages pour son accessibilité et son approche des diverses catégories de pratiquants, y compris les sédentaires et malades chroniques. C'est un plus !

##### **Critique scientifique**

L'ouvrage débute par les fondamentaux sur les nutriments. Puis il nous renseigne sur les principes généraux de nutrition à respecter et les particularités nutritionnelles associées aux différentes disciplines sportives. L'ouvrage se termine par des propositions d'adaptations nutritionnelles selon son état de santé et sa pratique physique quotidienne. L'organisation de l'ouvrage est pertinente. Cependant, les préconisations nutritionnelles, qui s'appuient sur le schéma de prévention du Programme National de Nutrition Santé 2007-2010, ont évolué ce qui rend certaines classifications et recommandations caduques. Par exemple, les préconisations pour favoriser la récupération après l'effort sont éloignées des pratiques et connaissances scientifiques actuelles. Outre la nutrition, l'ouvrage intègre des concepts sur l'entraînement et la physiologie de l'exercice. Certaines de ces parties contiennent des approximations et des erreurs pouvant aboutir à de mauvaises interprétations de la part du lecteur. Les auteurs suggèrent par exemple que les radicaux libres produits au cours de l'exercice participent à l'apparition de crampes ce qui n'est pas, aujourd'hui, scientifiquement démontré.

*Clair, pratique, complet  
Des facettes décalées et particulières  
Bonne vulgarisation mais à étoffer*

À partir de 15 ans



## **POUR VOTRE SANTÉ, BOUGEZ !**

**Pour les sportifs et tous les autres**

**GUILBERT Michel**

**PASCAL (Le guide), 2010**

ISBN : 9782350190839

### **Activité physique et bien être**

(pratiques sportives, sport et maladies chroniques, bienfaits du sport)

#### **Critique documentaire**

Cet ouvrage, non illustré hormis quelques tableaux, étudie l'impact de l'activité sportive sur le bien être des hommes et des femmes, jeunes ou moins jeunes, actifs ou non. La table des matières est prolixe et détaillée. Cependant quelques grands sujets s'en détachent clairement : les freins à l'activité physique, les conditions physiques pour une pratique saine, le sport et les maladies chroniques, le choix d'un sport qui correspond à notre profil.

À mi-chemin entre une étude et un guide, on sent la patte et la compétence du médecin généraliste derrière l'auteur. Cette approche est importante puisqu'elle permet dans l'écriture et la forme d'intéresser tous les publics, tel que l'affiche le sous-titre. La lecture est donc simple, agréable et même captivante avec au sein des chapitres des titres accrocheurs : « qu'appelle-t-on un vieux ? » « la question qui fâche... ». Ce livre est bien documenté (cf. tableaux, annexes, bibliographie). Il est coédité avec la Mutualité Française, organisme qui affiche clairement en introduction sa volonté de sensibilisation et de prévention santé. Certes un peu daté (2010), peut-être quelque peu militant, ce guide semble une bonne base d'information généraliste, pratique et utilitaire.



#### **Critique scientifique**

Chaque cinq ans l'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses), publie son étude sur les habitudes et les modes de consommation, mais son message sonne le tocsin : « Les Français manquent d'activité physique, ils sont trop sédentaires ! ». Michel Guilbert, médecin généraliste, auteur et producteur de documentaires sur la prévention de la santé, signe avec ce livre une incitation au mouvement comme moteur de vie. Le titre du livre véritable slogan de l'Organisation Mondiale de la Santé, évoque sur plusieurs exemples originaux les conséquences désastreuses de la sédentarité. En véritable guide régénérateur de santé, il nous interpelle sur nos attitudes passives qui freinent nos dépenses énergétiques et nos fausses idées devant les maladies (Alzheimer, arthrose, asthme, cancer).

Oui, avec intelligence et modération l'activité physique prépare à franchir avec plus d'aisance les contraintes de la vie de tous les jours. Des exercices simples et souvent sans matériel éveillent à la connaissance de son corps pour déplacer raisonnablement ses limites, toujours propédeutique de santé. Quel que soit son âge et sa condition physique, il est encore temps de se lancer avec plaisir et régulièrement dans cette aventure du prolongement de la vie.



*Simple, clair, efficace*

*Approche médicale et pratique très appréciable*

*Stimule la connaissance, l'intérêt et le goût à la pratique physique*

**À partir de 15 ans**

# EN FORME EN 12 SEMAINES

## Sport et alimentation

TODESCHINI Julien

VIGOT, 2017

ISBN : 9782711424429

### Sport et alimentation

(nutrition, physiologie et entraînement)

#### **Critique documentaire**

Voici un document bien articulé : un 1<sup>ère</sup> partie sur les sciences de l'alimentation ; une 2<sup>ème</sup> sur l'activité physique et sportive, apportant toutes deux des connaissances basiques ou plus complexes (macronutriments, relations muscles-protéines ; modes de contractions musculaires, modalités de stimulations des fibres musculaires, principes d'entraînement, méthodes de récupération). La dernière partie combine les deux aspects et propose un programme de mise en forme accompagné de 20 pages d'exercices et de descriptifs des mouvements.

Ce document est assez inédit de par sa forme : une partie très informative, une plus pratique soit autant un documentaire didactique qu'un guide/manual. Le sujet est bien vulgarisé avec un texte clair, entrecoupé de titres significatifs et d'encadrés synthétiques tels « ce qu'il faut retenir », « concrètement ». Les figures et tableaux demandent plus de concentration (cf. calcul de dépense énergétique ou illustration des adaptations physiologiques). L'auteur possède un double cursus universitaire en sport et en nutrition. On ressent cette expertise couplée qu'il transmet dans cet ouvrage très récent tout comme, on suppose, au sein de son entreprise en coaching sportif. Un ouvrage bien à propos sur ce nouveau phénomène de société, à suivre au niveau scientifique !

#### **Critique scientifique**

L'ouvrage présente les concepts importants en nutrition et dans le domaine de l'activité physique, en s'appuyant sur des études scientifiques récentes et bien sélectionnées. Parmi ces concepts et pour ce qui concerne la nutrition, on peut noter ceux de l'index glycémique ou d'effets alcalinisants-acidifiants des aliments, et pour ce qui concerne l'exercice, le débit maximal d'oxydation des lipides. Du point de vue des effets de l'entraînement, l'auteur s'est également attaché à éclairer les effets bénéfiques pour la santé des entraînements intermittents de haute densité à partir d'études les comparant aux effets des entraînements plus traditionnels en endurance. Le sujet est pertinent compte tenu du fort engouement pour des pratiques connues sous le nom de HIIT, tabata ou crossfit.

Du point de vue scientifique « en forme en 12 semaines » s'adresse plutôt aux lecteurs néophytes curieux qu'aux experts en diététique ou physiologie de l'exercice. Dans le cas où le lecteur ne réussirait pas à atteindre l'objectif promis dans l'ouvrage, il pourra à défaut se consoler en ayant une meilleure compréhension des facteurs qui lui permettront d'être en forme tout au long de la vie.

---

*Clair, dense, didactique*  
*Double thématique bien vulgarisée*  
*Bonne source d'exploitation en lycées*

**Lycéens et tout public**



## SPORT ET SOMMEIL

Les mécanismes du sommeil

LÉGER Damien, DUFORÉZ François

CHIRON (Sport et santé), 2012

ISBN : 9782702713938

### Liens entre le sommeil et le sport

#### **Critique documentaire**

Cet ouvrage est accessible et simple alors que le sujet peut vite devenir complexe. Les auteurs écrivent « en famille » puis se proposent comme les spécialistes du sommeil en France. Ils décrivent et balayent les interactions entre sommeil, santé et sport à travers une belle panoplie d'exemples tirés de leur expertise dans les domaines de la santé, de l'activité physique, du sport de haut niveau et des milieux militaires.

En annexe du livre, une série d'outils d'évaluation du sommeil et de la somnolence est disponible. La lecture est toutefois un peu longue au cours de certains chapitres dépendant de l'intérêt que le lecteur porte au sujet traité.



#### **Critique scientifique**

Si la majeure partie du livre est complet et intéressant, certains chapitres peuvent souffrir de faible qualité scientifique. En particulier, dans le chapitre sur le sommeil des navigateurs en solitaire on a parfois l'impression que l'actualité s'est arrêtée à l'époque des études menées par les auteurs dans les années 90 (tout comme les illustrations choisies). Or, il aurait été judicieux d'associer ce chapitre avec d'autres activités « extrêmes » pour lui donner un caractère plus scientifique qu'empirique et plus moderne. Avec une conclusion reprenant les 10 règles d'or du sommeil du sportif, ce livre convient à ceux qui souhaitent bien dormir pour réaliser une performance en compétition. La qualité des chapitres étant hétérogène, c'est un ouvrage dont on a parfois du mal à savoir s'il se destine à la vulgarisation grand public ou au domaine universitaire tout en restant séduisant pour quiconque s'intéresse au sujet.




---

*Ouvrage accessible et simple  
Plus empirique que scientifique*

**Tout public adulte**

# LA PRATIQUE DU SPORT

DÈCLE-LACOSTE Corinne, ALEZRA Gérard, DUGAL,  
Jean-Paul, RICHARD Daniel

**NATHAN (Repères Pratiques), 2014**

ISBN : 9782091631523

## Une approche physique et physiologique de la pratique sportive

(adaptation, santé, motricité, entraînement)

### **Critique documentaire**

Voulu comme un tour d'horizon complet autour de la pratique sportive et structuré en six unités, cet ouvrage est consacré à l'aspect physiologique du sport. En proposant une organisation en doubles pages thématiques, les auteurs réussissent le pari d'un sujet pratique et fouillé sans être fouillis : à gauche, une page de synthèse apporte toutes les informations pour comprendre le sujet, à droite, une page d'explication développe un point spécifique du sujet qui illustre et complète la précédente. Le sujet bien détaillé aurait gagné à être un peu aéré dans sa mise en page

L'ouvrage est complété en annexes par la liste des substances dopantes et les adresses des fédérations sportives françaises. Une référence sur la question.



### **Critique scientifique**

Une collection de fiches synthétiques et techniques sur de nombreux thèmes traitant de la pratique du sport. L'ouvrage est essentiellement destiné à un public souhaitant des repères rapides afin de préparer des examens. Les thèmes traités abordent les institutions et organisations sportives, anatomie et physiologie du sport, ou santé. Les fiches traitant des aspects biologiques et médicaux du sport sont de loin les plus nombreuses. Les fiches sont de bonne qualité, bien structurées, claires et accessibles, même au grand public. On pourra trouver étonnant que pas ou peu de fiches aient été consacrées à l'économie, la géographie, l'histoire, la sociologie du sport. Aussi, pas ou peu de regards critiques sont apportés quant aux bénéfices supposés du sport, aux échelles individuelle ou sociale. Peut-être est-ce dû à la volonté des auteurs de vouloir coller aux programmes des formations et des examens, ce qu'il aurait fallu préciser. Un certain manque de hauteur s'en ressent. On pourra également regretter toute référence bibliographique : aucune source d'information n'est fournie.

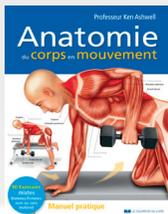
### **Critique lycéenne cf page 71**



---

**Pour ceux qui se posent des questions sur la pratique sportive en lien avec leur santé  
Bon ouvrage, très pédagogique, envergure limitée**

**Tout public adulte**



# ANATOMIE DU CORPS EN MOUVEMENT

## Manuel pratique

ASHWELL Ken

LE COURRIER DU LIVRE, 2013

ISBN : 9782702910368

### Exercice musculaire

(squelette, muscles, nerfs, anatomie générale)

#### **Critique documentaire**

Ce manuel pratique propose « 50 exercices mixtes hommes/femmes avec ou sans matériel ». Au début de l'ouvrage, le mode d'utilisation est donné : les exercices par groupe de muscles (poitrine, dos, bras et épaules, jambes et fesses, tronc) sont précédés de vues anatomiques d'ensemble en couleur. L'anatomie générale est abordée avec des explications sur les systèmes musculaire, squelettique, nerveux, circulatoire et respiratoire. Un glossaire et surtout un index très précis permettent une lecture rapide ou approfondie suivant ses préoccupations.

La structure de l'ouvrage est repérable par un code couleur pour chaque groupe de muscles à travailler. Les représentations anatomiques ne sont ni trop médicales et détaillées ni trop simplifiées. Les exercices sont bien explicités avec des informations basiques, des avertissements et des recommandations suivant le niveau de pratique. L'auteur de l'ouvrage met en garde sur la nécessité de consulter un médecin avant toute pratique. L'objectif de l'ouvrage est atteint : réunir des conseils pratiques « fiables » quant à la manière « d'effectuer les exercices les plus importants, accompagnés de détails anatomiques ». C'est assez inédit dans l'édition de trouver ce type de document sur la physiologie sportive s'adressant à tous les publics. Cet ouvrage peut intéresser les sportifs ou les professionnels de la santé mais aussi les lycéens, les particuliers désireux d'améliorer leur forme physique, de découvrir l'anatomie ou d'évaluer leurs connaissances en la matière (cf. le cahier d'exercices avec des planches d'anatomie à colorier pour se tester).

#### **Critique scientifique**

Voici un manuel qui recense cinquante exercices à pratiquer par hommes et femmes, disposant ou non de matériel. Il est illustré de planches en couleur fort démonstratives. Ses trois sections concernent : 1) l'anatomie générale du corps humain : dénominations des muscles, os, nerfs, mouvements possibles. Elles sont réparties selon les zones concernées du corps ; 2) un guide d'exercices à pratiquer, bien expliqués ; 3) un cahier d'exercices à colorier qui permet de bien vérifier la bonne compréhension de ce qui précède et facilite l'étude des systèmes du corps (muscles, os, nerfs...)

---

*Clair, attractif, visuel*

*Un bon basique plutôt inédit sur le sujet*

*Manuel descriptif et pratique qui facilite la connaissance du corps et son entretien*

**Tout public adulte**



## QU'EST-CE QUE LA BIOMÉCANIQUE ?

KAPANDJI Adalbert Ibrahim

SAURAMPS MÉDICAL, 2011

ISBN : 9782840237372

### Sport et anatomie

(locomotion, équilibre, stabilité du corps)

#### **Critique documentaire**

Avec une multitude d'illustrations, dont 882 dessins de l'auteur, cet ouvrage présente l'appareil locomoteur de l'homme : squelette, articulations, muscles, tendons ainsi que les rouages entre eux qui amènent l'auteur à faire l'analogie avec la mécanique industrielle. Une bibliographie abondante ainsi qu'un index très riche facilitent l'accès aux connaissances.

Ce manuel d'anatomie est aussi, comme l'indique la préface, une synthèse sur la biomécanique, accompagnée « de réflexions philosophiques sur les sciences et l'être vivant en particulier ». Ce dernier aspect intéressera avant tout les initiés. Du point de vue forme et contenu documentaires, on y voit plutôt une illustration de ce que peut être la vulgarisation scientifique : des textes aérés, un vocabulaire spécialisé mis en exergue par du gras, une mise en page bien organisée avec des repères visuels forts ce qui facilite la lecture. Chacun pourra y glaner des informations : pratiques (posture assise/debout ; maladies professionnelles), insolites (cf. la comparaison équilibre humain et sculptures de l'artiste Calder) ou inédites telles que le concept de « tenségrité » comme « science nouvelle » dont un exemple est ici donné avec les haltérophiles.

#### **Critique scientifique**

Voici un manuel, œuvre d'un universitaire (chirurgien), qui relate, très bien, belles planches à l'appui, ce que sont appareil locomoteur, squelette, articulations, ligaments, muscles, tendons, comment ils fonctionnent et dans quels buts. Tout ce que vous voulez savoir sur la biomécanique, sur les ressemblances et différences avec la mécanique (utilisée pour faire comprendre leviers, rotations, etc.) est parfaitement expliqué. La différence entre vivant (adaptable, renouvelable en partie) et machine (donnée) est bien montrée. Mais le livre veut aussi enrichir cette belle description de la biomécanique par des réflexions « d'ordre culturel et philosophique », voire concernant d'autres sciences. Dans ces propos, parsemés ici ou là et qui ne constituent pas l'essentiel, attention ! Caricatures, contre-sens, extrapolations osées ou fausses sont légion. L'auteur aurait dû se limiter à ce qu'il sait et ne pas s'aventurer dans de nombreux domaines scientifiques et épistémologiques qui le dépassent.

Indispensable pour comprendre les mouvements du corps, inepte hors de ce champ.

---

*Lourd, dense, mais aéré*

*Approche scientifique, philosophique et pratique*

*Indispensable pour comprendre les mouvements du corps, inepte hors de ce champ*

Tous publics motivés



An open book is shown from a low angle, with its pages fanned out. A large, light gray circular graphic is superimposed over the center of the book. Inside the circle, the text "INNOVATIONS ET PERFORMANCES SPORTIVES" is written in a bold, black, sans-serif font, centered and arranged in four lines.

**INNOVATIONS  
ET  
PERFORMANCES  
SPORTIVES**



## BEN SUPER-HÉROS

**Vive le sport !**

**SARDOU Francesca, SARDOU Romain, LA BALEINE Lili**

**HACHETTE (Ben), 2017**

ISBN : 9782013983846

### Sport et compétition

(dépassement de soi, volonté, sport en équipe)

#### **Critique documentaire**

Un petit album au ton coloré et vif qui entraîne le tout jeune lecteur dans les pas du petit garçon Ben, tout fier de relever le défi d'une compétition de triathlon en équipe.

C'est assez rare de trouver, dans l'édition, des albums pour les petits évoquant le sujet de la compétition. On ne boudera pas celui-là d'autant plus qu'il aborde de nombreuses notions liées à la pratique du sport et à la compétition en équipe. Ainsi, on croise les émotions de ce petit garçon : le sentiment d'être fort, le désir de progresser, le besoin d'être soutenu par ses parents, la solidarité de l'équipe, mais aussi l'idée de vouloir tout arrêter. Toujours avec les mots simples du récit, on traverse aussi la dimension santé du sport : la fatigue « j'ai mal à la tête », l'entraînement régulier « je fais des efforts et je me sens plus fort », la nutrition « je connais la combine, il faut des vitamines ». On aborde aussi au travers des images et du texte l'aspect sociétal du sport « nous formons une super équipe », « tous les élèves y participent ». Enfin, la notion de sport et performance physique au cœur de cette partie du catalogue est aussi bien présentée : « j'ai appris une bonne leçon, il ne faut jamais se décourager », « j'ai découvert l'effort ; toi aussi, tu peux y arriver » sans oublier celle du respect de l'autre « pas besoin de tricher pour l'emporter ». Un album idéal sur la thématique, à lire aux tout petits et laisser lire aux petits lecteurs de 6 à 8 ans ; un album à mettre dans le rayon sport des bibliothèques ou dans le coin lecture des écoles, des établissements de santé...

#### **Critique scientifique**

Une aventure bien sympathique pour Ben, le petit loustic.

Il découvre que la course à pied c'est fatiguant et la trottinette pas du tout marrant.

Découragé, il abandonne. Mais la présence des parents, ça l'aiguillonne.

Et sans prendre une goutte de benzodinium, c'est lui qui monte sur le podium.

Accompagné par son doudou, il devient super-boutchou.

Les auteurs, eux, ont fait 24 pages comme ça ; plein de rimes avec en plus des illustrations plaisantes.

Un bémol quand même. On peut faire du sport sans être obligé de gagner.

*Réaliste, joli, tendre*

*Notions basiques et transversales du sujet*

*Un incontournable vraiment agréable !*

**À lire aux petits ou seul à partir de 6 ans**



## **RIEN N'EST IMPOSSIBLE ! Comment surmonter ton handicap**

**MULDOON Kathleen M., ALLEY Robert W.**

**ÉDITIONS DU SIGNE (Lutin-conseil pour enfants), 2010**

ISBN : 9782746826205

### **Sport et handicap**

(handicap physique, émotions, confiance en soi)

#### **Critique documentaire**

Ce petit livre album d'auteurs américains est élaboré comme un guide pour aider les enfants à « surmonter leur handicap » ; c'est-à-dire à « affronter les réactions des autres », à « prendre confiance en leurs capacités », à « optimiser leurs compétences » et « affronter la vie avec un état d'esprit positif ».

Voici un livre sélectionné pour son titre et pour sa page de couverture (illustration d'une équipe d'enfants en fauteuil roulant soulevant un trophée de champions). Dès les premières pages, on est un peu étonné du style de l'ouvrage : pas un récit, pas une histoire, pas un documentaire mais oui, un livre plutôt de conseils de grandes personnes aux enfants mais de quels adultes parle-t-on ? : des lutins ? des médecins ? des enseignants ? Pas vraiment car la réponse une page plus loin apparaît au grand jour : « Dieu » ! Ensuite, malgré certainement des informations et conseils pouvant être intéressants, impossible d'aller plus loin pour votre serviteur : je suis horrifiée par le ton moralisateur et le mot de « Dieu » qui apparaît dans certaines pages. Quel dommage : les livres enfants sur le handicap ne sont déjà pas très nombreux et là, on s'attendait vraiment à un document sur les enfants handicapés et le sport. C'est raté de bout en bout !

#### **Critique scientifique**

Voilà un livre agréable à feuilleter. Les illustrations y sont soignées et le texte très lisible. Il est issu d'une collection très large « Lutin-conseil pour enfants » dont le concept est de s'adresser directement aux enfants concernés mais aussi à leur entourage familial et scolaire. Celui-ci vise le handicap essentiellement physique et le sport fait bien sûr partie des moyens de s'épanouir avec son handicap. Mais tout ça dans un monde un peu trop idéalisé. Un monde de bonté où la prière joue un rôle important et où Dieu est plus présent que la science.

---

**Partisan et ambigu  
Contenu documentaire détourné  
Un livre prosélyte qui n'a pas sa place en science**

**À partir de 6 ans**

# LES SPORTS D'HIVER

GUILLER Audrey, SPÉNALE Marie

MILAN (Mes p'tites questions), 2017

ISBN : 9782745981615

## La pratique des sports d'hiver

(sports de neige, de glace, stations de ski, équipement)

### **Critique documentaire**

Cet album documentaire aborde les sports de neige (ski, surf, glisse, luge, raquettes) sous la forme de questions : qui les a inventés, quels équipements, quels dangers. Chaque réponse se déploie sur une double page d'illustrations réalistes (avec principalement des enfants mis en situation) et de textes informatifs.

On souligne ici la qualité de la collection « mes p'tites questions » : notamment tous les sujets abordés par le documentaire sont recensés ici dans une table des matières sous la forme de grosses bulles ! La présence d'un tel sommaire est assez inédite dans l'édition documentaire pour les petits et peut être l'occasion d'initier les enfants à l'importance de son utilisation et aux prémices d'une recherche documentaire. L'alternance illustration et texte est très claire. Le vocabulaire est simple et précis. Certains mots importants sont soulignés en gras pour un repérage et une mémorisation visuelle efficaces : avalanches, hors-piste, règles de circulation, s'oxygéner, efforts, sommeil, handiski. Enfin, on apprécie la pertinence du contenu documentaire au regard de cette partie du catalogue sur les technologies du sport : les remontées mécaniques, le domaine skiable, la piste indoor, le métier de daineur et surtout les explications sur le principe des chaussures de ski, du glissement des skis sur la neige et de la pratique d'un sport en altitude.

### **Critique scientifique**

Ce livre ne semble pas construit. C'est un empilement de questions déversées au hasard. Certaines sont sans intérêt, d'autres plus pertinentes. Malheureusement, les réponses apportées manquent de rigueur scientifique et le vocabulaire utilisé est très approximatif.

Les éditions Milan sombrent avec ce livre dans une facilité qu'il faut espérer accidentelle.

---

*Simple, réaliste, efficace*  
*Contenu généraliste assez approximatif*  
*À utiliser avec parcimonie*

À partir de 6 ans

# LE LIVRE DES SPORTS

## Découvrir et pratiquer plus de 100 activités sportives

GALLIMARD JEUNESSE, 2012

ISBN : 9782070643714

### Les disciplines sportives

(l'équipement, les gestes, le matériel, les techniques)

#### **Critique documentaire**

Ce documentaire, agrémenté de très nombreuses photographies, présente les disciplines sportives - leurs épreuves, règles du jeu, jargon professionnel - rassemblées par famille : sports d'équipe, de raquettes, de précision, de combat, d'hiver, athlétisme et gym, sports aquatiques, équestres, mécaniques, extrêmes. Une partie en fin de parcours évoque les JO d'été, d'hiver et paralympiques.

Ce pourrait être un énième livre sur la présentation des disciplines sportives, sauf qu'ici il a été délibérément sélectionné pour illustrer la partie « technologies du sport » de ce catalogue. Les entrées du glossaire sur les matériaux : fibre de carbone, fibre de verre, terre battue vont bien dans ce sens. On y trouve aussi un encadré spécifique sur l'équipement pour chaque discipline et des photographies amplement légendées sur le matériel et les gestes des sportifs. Toutefois, si cela constitue un plus par rapport aux autres documentaires, les informations y sont souvent raccourcies. Par exemple les matériaux décrits comme « super-légers » de la raquette de tennis, ou le principe de « la science du putt ». Au final, plutôt que des entrées exhaustives des disciplines dans l'index (cf. les entrées VTT freeride, skeleton, pickleball de l'index), on aurait préféré des occurrences sur les matériaux du sport telles que graphite, titane, kevlar !



#### **Critique scientifique**

Quand elle s'ouvre sur le football, on se dit que cette encyclopédie qu'on va feuilleter va ressembler aux autres. Mais très vite, on découvre un sport inconnu cousin d'un autre plus connu, un sport qu'on aurait aimé tâter dans sa jeunesse comme le boulingrin, la lacrosse ou le cliff-diving (pour les plus téméraires).

Chaque rubrique respecte un plan simple : règle du jeu - équipement (où les matériaux ne sont pas oubliés) - jargon. L'iconographie y est riche, les photos sont choisies avec soin et savent traduire le côté spectaculaire de bien des sports.

Les sports mécaniques, extrêmes ou encore de précision (et oui, on parle même du curling !) y ont toute leur place.



---

**Contenu bien construit, pertinent mais un peu court**  
**A exploiter en lecture d'images et recherche documentaire**

**Livre qui n'a pas vieilli et dont on peut équiper la bibliothèque des enfants**

**À partir de 9 ans**

# LES SPORTS EXTRÊMES RACONTÉS AUX ENFANTS

JANKÉLIOWITCH Anne

DE LA MARTINIÈRE JEUNESSE (Raconté aux enfants), 2016

ISBN : 9782732478012

## Une façon d'aborder les sports qui repoussent les lois de la physique (sports extrêmes, découverte, défi physique)

### **Critique documentaire**

Cet ouvrage recense une trentaine de sports extrêmes. Du saut à l'élastique à l'alpinisme, en passant par la plongée ou le canyoning pour les plus connus, on découvre aussi le parkour ou le skyrunning.

Des liens avec les sciences sont ici et là proposés. Quelques références sont faites, notamment à l'aérologie, à la météorologie, la géologie sans véritablement rentrer dans les détails ou l'explication de ces phénomènes ou principes scientifiques.

Chaque double page présente un sport, illustré par des photographies souvent très impressionnantes et qui corroborent le côté « extrême » de ces sports.

Y sont détaillés le matériel, les prérequis techniques et physiques nécessaires à chaque pratique.

Pour certains termes spécifiques, des annotations de vocabulaire ont été ajoutées en bas de page.

Pour en apprendre un peu plus sur ces sports qu'on dit « extrêmes » et qui sont peu médiatisés et donc peu connus.



### **Critique scientifique**

Des photos à couper le souffle, un texte à ficher le vertige. C'est le but du livre ! On comprend vite qu'il n'est pas question de laisser un enfant de 9 ans pratiquer seul une activité sportive (les sports de rue par exemple).

Des extraits d'interviews en introduction, un corps de texte bref et clair et des notes en bas de page ; le texte est à la mesure de l'iconographie.

On découvre combien ces sports participent à l'évolution des technologies et des matériaux.

C'est un aspect rarement présenté dans les autres ouvrages encyclopédiques. Et ceci mérite d'être souligné. Peu de compétitions et de records, mais une connaissance du corps et de ses limites et une exploitation du matériel et des matériaux.

C'est l'esthétique du mouvement qui l'emporte sur le chronomètre.

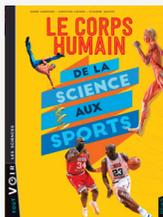


---

**Des informations simples et accessibles pour aborder ce thème  
Pour une première approche des sports extrêmes**

**Un très bon livre et surtout un "beau livre" que beaucoup d'adultes apprécieront aussi**

**À partir de 9 ans**



# LE CORPS HUMAIN

## De la science aux sports

SENDRANÉ André, CAMARA Christian, GASTON Claudine

FLEURUS (Tout voir), 2015

ISBN : 9782215155904

### Effets physiologiques du sport sur le corps humain (corps humain, sciences de la vie, sports)

#### **Critique documentaire**

Christian Camara, Claudine Gaston et André Sendrané nous proposent dans leur ouvrage de partir à la découverte du fonctionnement physiologique du corps et d'observer les effets du sport sur ce dernier.

Dans la première partie « Le corps humain », le lecteur découvre le corps de l'infiniment petit (la cellule) au plus grand de tous ses organes : la peau. Sont ainsi présentés le fonctionnement du cœur, des poumons, des muscles ou encore des sens. Dans la seconde partie « Les secrets des athlètes », les auteurs présentent les conséquences sur le corps d'une vingtaine de disciplines sportives. Pour chacune d'entre elles une présentation générale est proposée (règles du jeu, mouvements de base, effets physiologiques). Le livre aborde également des aspects transdisciplinaires : le dopage et ses effets, le handicap ou encore le stress.

Les informations sont structurées sous forme de courts paragraphes. Sur les pages, les textes alternent avec des illustrations, ce qui permet une lecture facile. Les bas de pages apportent des informations complémentaires qui sont classées grâce à un système de pictogrammes. Un court lexique et un index sont également disponibles à la fin de l'ouvrage.

#### **Critique scientifique**

Comment recycler deux livres ? En les compilant pour en faire un "nouveau". Choix de l'éditeur peut-être.

A peine ouvert et sans trop chercher, voici quelques erreurs qui sautent tout de suite aux yeux : bien sûr le dioxygène s'y appelle encore oxygène. Ce qu'un enfant apprend au collège ne semble pas connu des auteurs. C'est LA faute classique et ils ne sont pas les seuls à la faire. C'est pourtant en 1811 qu'Avogadro évoque la différence entre molécule et atome ! Plus loin : 9'9 au lieu de 9,9 s. Cette abréviation employée jadis sur les stades par les reporters sportifs semblait disparue depuis des décennies ... Sauf ici ! Plus grave pour un ouvrage qui se revendique scientifique : la force centrifuge ! Encore un vieux concept abandonné depuis longtemps. Ce livre est un musée des erreurs.

Quant au reste ? Des renseignements qu'on trouvera dans la plupart des livres sur le sport ou sur le corps humain.

---

*Nombreuses illustrations en couleurs*  
*Structuration de l'information*  
*À éviter*

■

À partir de 10 ans



## QUANTIFIED SELF

### Les apprentis sorciers du « moi connecté »

GICQUEL Camille, GUYOT Pierre

FYP ÉDITIONS, 2015

ISBN : 9782364051201

### Sport et objets connectés

(mesure des activités physiques, relation homme et machine)

#### **Critique documentaire**

Dans ce court essai, deux spécialistes des cultures numériques décortiquent la notion de « quantified self » ou « mesure de soi ». Si l'autoévaluation existe depuis longtemps, ils étudient ce phénomène propre à la société moderne, avec les technologies des capteurs couplées à celles des smartphones qui permettent de mesurer. Mais ici les auteurs s'interrogent et tentent des réponses : mesurer tout et jusqu'où ? Pourquoi et pour qui ?

Nul doute : on est bien dans l'ère du numérique avec cet ouvrage bardé de jargons techniques anglais à tout va. On regrette d'ailleurs qu'il n'y ait pas un lexique ou index. La table des matières n'est guère plus indicative. De fait, la lecture ne peut être que linéaire. On ne dispose pas non plus de graphiques pour avoir une vue globale de ces outils de mesure des activités physiques, pour ce qui se raccroche à notre présent catalogue. Pour autant, quand on arrive à dépasser cela, on trouve beaucoup d'informations et surtout une approche transversale, une réflexion intelligente et argumentée sur l'*homo economicus*, une interrogation sociologique de notre relation aux outils connectés (asservissement, privation du libre arbitre, menace de la vie privée). C'est un très bon complément au livre de la page 46 paru, chez le même éditeur, 3 ans plus tôt.

#### **Critique scientifique**

Deux journalistes nous parlent de la numérisation de notre corps, de notre vie, que fournissent les capteurs corporels connectés envahissant notre quotidien. Big Brother se dissimule-t-il derrière les big data ? La baisse des coûts des capteurs, leur généralisation laisse quantité de traces qui permettent de connaître un individu, ses pratiques, d'en déduire des analyses prédictives pour la société. De nouveaux modes de pratiques, de comportements, de gouvernances, naissent, déterminent de nouveaux espaces, interrogent l'éthique. Des forces économiques, sociales, politiques s'affrontent dans ces nouveaux champs. Ces pratiques vont-elles aboutir à de meilleures connaissances de soi, des autres ? Vont-elles tourner au cauchemar ? Tous ces possibles cohabitent. Le petit livre relève les dimensions de ce thème, les met en perspective, pointe les contradictions, décrit les stratégies à l'œuvre, afin de nous permettre de comprendre les enjeux qui se cachent derrière nos pratiques spontanées. Plus que du sport, ce sont des choix à opérer que nous parle ce bel ouvrage.

**Structure et accès difficiles**

**Des informations de qualité mais dispersées**

**Un ouvrage clair sur les enjeux de la multiplication des capteurs**

**À partir de 14 ans**



## LA CHIMIE DANS LE SPORT

AGOURIDAS Constantin, BERNIER Jean-Claude,

OLIVIER Danièle, RIGNY Paul

EDP SCIENCES (Chimie et ... junior), 2014

ISBN : 9782759812387

### Applications de la chimie dans le sport

(chimie du corps, du cerveau, matériel sportif)

#### Critique documentaire

Ce documentaire sous la forme d'un classeur spiralé comporte 2 parties d'informations très didactiques et illustrées : performances physiques et chimie du sport (dont le dopage), performances sportives et chimie du matériel (matériaux, textiles, skis, moteurs de Formule 1). Les parties 3 et 4 d'ordre pratique invitent aux jeux/énigmes et à la connaissance de la recherche et des métiers de la chimie au service du sport.

Cet ouvrage est une vraie pépite documentaire : des textes clairs, des titres accrocheurs, des schémas et figures très pédagogiques, des termes scientifiques explicités de façon très visible en marge, des encadrés « remarque » ou « de question » très informatifs ou percutants, un résumé en fin de chapitre. Au final, tout ceci donne un contenu à la fois rarement abordé et de manière aussi accessible pour les jeunes. Cette collection « chimie et ...junior » atteint donc pleinement son objectif de clarté et intérêt pour son public cible : les collégiens. Du point de vue documentaire, un index serait un plus et attirerait un public potentiel bien plus large.

#### Critique scientifique

Ce livre commence par la chimie du corps humain. Comment fonctionnent les muscles ou le système endocrinien ? On y présente des substances, des réactions chimiques, des méthodes d'analyse... Le sport est ensuite le laboratoire qui permet de mettre au point nouveaux matériaux (les polymères et les matériaux composites), d'améliorer les gestes ou les positions. Malheureusement, la chimie est aussi au service de la tricherie par le dopage. Cet aspect n'est pas occulté, mais au contraire longuement décrypté.

On termine par deux bonnes idées :

- les métiers de la chimie présentés en fiches simples mais complètes ;
- de véritables petits problèmes de réflexion et de calcul déguisés en jeux.

On notera quand même la présence de cette erreur récurrente : la confusion entre molécule de dioxygène et atome d'oxygène.

Son format et sa brochure en hélice permettent d'emporter ce livre partout et il ne faut surtout pas s'en priver

---

**Complet, clair, pédagogique**  
**Lecture à entrées et exploitations multiples**  
**Un contenu rare dans l'édition jeunesse**

**À partir de 14 ans**



# MIEUX GÉRER SA VIE, SA SANTÉ, SA PRODUCTIVITÉ

Le guide pratique du Quantified Self

GADENNE Emmanuel

FYP ÉDITIONS (Entreprendre / PraTIC), 2012

ISBN : 9782916571744

## Sport et objets connectés

(mesure des activités physiques, outils d'évaluation des capacités)

### Critique documentaire

Un avant-propos définit clairement le sujet du livre : le « Quantified Self » (QS) ou la « mesure de soi ». Ce concept novateur est précisé sur plusieurs chapitres : ses principes et méthodes, ses mille et un usages, ses limites et risques, ses différents types d'outils et ses liens avec les objets connectés (capteurs et cadre législatif). Le tout est complété par 3 pages de ressources en ligne. L'auteur, à l'origine de l'introduction du QS en France, se montre ici d'une clarté exemplaire pour transmettre les connaissances d'une technologie encore peu répandue. L'ouvrage est très bien structuré et permet une lecture linéaire ou par centre d'intérêt. Les informations distillées sont confortées par des témoignages ou « des conseils de l'expert ». Enfin, plus de la moitié de l'ouvrage est très pratique et recense ainsi une cinquantaine d'outils de QS, tous en libellé anglais avec une traduction juxtaposée : podomètre, pèse-personne, tensiomètre, compteur de calories. Chacun de ces outils permet une évaluation de son activité suivant divers critères dont le sport, la capacité cérébrale et la santé pour ce qui concerne cette partie du catalogue. Au final, c'est un ouvrage pertinent d'un éditeur encore peu connu et qu'on a plaisir à mettre en exergue ici.

### Critique scientifique

Cet ouvrage n'a pas la prétention d'être un livre de vulgarisation scientifique, mais plutôt un guide pratique destiné à celles et ceux qui veulent mieux gérer leur vie grâce aux outils numériques. Sur ce point, il remplit parfaitement son objectif, en montrant comment utiliser les capteurs, outils connectés, applications et autres sites web consacrés à ce domaine. La science est présente en filigrane, puisqu'il y est beaucoup question de santé physique et mentale, de numérique ou encore d'organisation sociale. L'approche est très concrète, avec un descriptif détaillé des nombreux outils examinés, leurs avantages et leurs inconvénients, et des conseils pour les utiliser au mieux. Malheureusement, l'ouvrage date de 2012, et nombreux sont les outils décrits ici qui ont déjà disparu. L'ouvrage est émaillé de nombreux témoignages montrant les bienfaits apportés par ces technologies ; à l'inverse, l'espace consacré aux travers de ces technologies, en particulier concernant l'acquisition par des entreprises des données personnelles, est bien mince !

*Accessible, structuré, clair, informations de base et pratiques  
Un sujet rarement traité dans l'édition*

*Un plaidoyer convaincant pour la pratique de la mesure de soi*

**À partir de 15 ans**

# SPORTIFS HIGH TECH

LANOTTE Nunzio, LEM Sophie

BELIN – POUR LA SCIENCE (Bibliothèque scientifique), 2012

ISBN : 9782701159669

## Technologies et sport

(équipement, vêtements, mesure d'effort)

### **Critique documentaire**

L'objet de ce documentaire abondamment illustré est de présenter les innovations technologiques et vestimentaires ainsi que les caractéristiques physiologiques des effets du sport, d'une part communes à chaque discipline sportive, d'autre part spécifiques au cyclisme, natation, football, ski.

On retrouve ici toute la qualité du documentaire de la collection « Pour la science » : une présentation aérée, rythmée par des encadrés, des photographies, des schémas. Le contenu est abordé par un texte clair, des informations à la portée du « tout public » y compris les explications mathématiques et physiques. Ceci induit plusieurs niveaux de lecture : à partir des libellés toujours pertinents des paragraphes, des légendes des images ou au fil des chapitres. Peu importe, l'information est foisonnante et captivante : on peut passer ainsi des technologies des skis, des GPS ou des bassins de nage à contre-courant, aux matériaux fibre de carbone, puces électroniques, sans oublier le décorticage des mouvements du sportif. Quelle richesse sur un sujet rarement étudié dans l'édition, surtout de façon aussi approfondie et accessible !



### **Critique scientifique**

Cet ouvrage passe en revue les technologies utilisées dans 4 sports : le cyclisme, le football, la natation et le ski. Cependant, un premier chapitre aborde des notions plus générales concernant les paramètres pertinents à mesurer pour comprendre les performances et la technique d'un sportif, et les procédés utilisés pour effectuer ces mesures. Il s'agit donc d'un ouvrage très technique, dans lequel les aspects scientifiques sont abordés de façon approximative et superficielle, voire pas abordés du tout. Il reste néanmoins une excellente référence pour qui s'intéresse à l'évolution des technologies mises en œuvre dans ces sports, tant pour mesurer les gestes et la technique du sportif que pour améliorer le matériel utilisé. Les descriptions techniques sont très détaillées, depuis les caractéristiques des microcontrôleurs ou des capteurs utilisés, jusqu'aux algorithmes d'analyse ou de modélisation. Les notions les plus complexes sont reprises dans des encarts très pédagogiques. Malgré tout, on reste sur sa faim sur certains aspects scientifiques, notamment dans le domaine de la biologie. On peut aussi regretter que certains sports pourtant très technologiques, comme la voile, aient été délaissés, sans doute au profit d'une profusion de détails ou de redites pas toujours nécessaires.



*Aéré, clair, attractif  
Terminologie riche  
Aspects scientifiques très légers*

À partir de 15 ans



## LE GÈNE DU SPORT

La science explore les performances extraordinaires des athlètes

EPSTEIN David

TALENT SPORT, 2014

ISBN : 9791093463063

### Origine des performances sportives ?

(récits de sportifs, psychologie, génétique, physiologie...)

#### **Critique documentaire**

L'ouvrage, très complet, permet l'exploration scientifique d'un éternel stéréotype autour de l'inné ou l'acquis dans le monde du sport de haut niveau.

Ce livre semble au premier abord volumineux pour un domaine riche comme la génétique mais se révèle facile à lire, passionnant et incroyablement riche quant à son contenu. Quelques termes techniques nécessaires sont utilisés mais l'ensemble est rendu accessible pour la plupart des lecteurs.

L'auteur a effectué une enquête richement détaillée, alimentée par de nombreuses histoires et informations relevées au fur et à mesure de ses recherches. Le propos est clair et rigoureusement présenté, très complet. On peut cependant regretter l'absence d'illustrations ou de figures qui auraient apporté un autre éclairage à la lecture.

Il constitue un livre à lire pour toute personne s'intéressant au croisement entre science et sport.

#### **Critique scientifique**

Un livre-enquête écrit par un journaliste spécialisé dans le sport, qui traite la question de l'origine des performances des sportifs : nature ou culture ? L'ouvrage est très bien documenté, s'appuie à la fois sur des interviews de sportifs, de chercheurs et des articles scientifiques de nombreux domaines : psychologue, généticien, physiologiste, etc. L'auteur parvient au final à faire passer le sport au second plan : ce n'est qu'un prétexte pour réfléchir à l'importance relative de la biologie et de l'environnement, y compris socio-culturel, problème sans doute vieux comme *Homo sapiens*. Les arguments sont détaillés et approfondis, les exemples nombreux, les interprétations nuancées, les sources précises. Les spécialistes ne seront pas surpris par la réponse : évidemment ni nature ni culture, mais les deux à la fois, mais ils pourront trouver dans cet ouvrage des illustrations originales. Les néophytes y trouveront multiples occasions de questionner leurs préjugés, et sur des sujets parfois très polémiques, par exemple concernant la différence entre sexes. Un livre chaudement recommandé pour tout public, grâce à ses multiples niveaux de lecture.

---

**Bon ouvrage pour curieux du sport sur fond de science**  
**Très documenté, détaillé, nuancé**  
**Fortement recommandable**

Tout public



## DU SOUCI DE SOI AU SPORT AUGMENTÉ Essais sur le corps entraîné, dopé, appareillé

QUEVAL Isabelle

PRESSES DES MINES (Libres opinions), 2016

ISBN : 9782356713841

### Performances sportives

(sport, handicap et technologie ; corps dopé/transformé)

#### **Critique documentaire**

Cet essai rassemblant les contributions d'auteurs universitaires philosophes ou sociologues, tous chercheurs dans leur discipline respective, offre une approche plurielle et variée du sujet. On y croise ainsi des notions multiples du « corps sportif » : « hyper-corps », corps maltraité, réparé, hybride, prothétique ou encore bionique. La sociologie du « corps sportif » est également abordée au travers des réflexions sur le sport et la méritocratie, les ambivalences du sport paralympique, l'échec de la politique anti-dopage, les limites biologiques.

Voici un essai à la forme très équilibrée et au contenu très sérieux. *A contrario* de ce que peut suggérer le titre de la collection « Libres opinions », ici si les idées et visions se déploient librement, elles n'en sont pas moins fortement étayées. Du point de vue documentaire, on regrette l'âpreté des textes, le vocabulaire spécifique sans index et parfois un peu trop soutenu, un effort de vulgarisation moindre. Ce sont certes des travaux d'universitaires, mais à l'image de ce que fait le préfacier, l'historien Vigarello, dans ses ouvrages, on aimerait une transposition pour le public non spécialisé. Au vu de l'actualité du sujet, de son ampleur et de sa richesse ici développées, ce serait un beau challenge.



#### **Critique scientifique**

Ce bel ouvrage collectif témoigne d'un séminaire universitaire « Sports et Humanités ». Les différentes contributions explorent ce qui, depuis le « souci de soi » de l'Antiquité au corps augmenté (par les matériaux, engins, contrôles et actions sur divers paramètres, prothèses, dopage...) des compétitions actuelles, constitue (sociologiquement, psychologiquement, culturellement) le dépassement de soi, des limites, de l'identité humaine. Les diverses contributions évoquent la performance (dans un corps valide ou appareillé), la quête des records, la quantification du « progrès », les fantasmes d'éternelle jeunesse, les pathologies induites. La mondialisation et l'institutionnalisation du sport, la focalisation sur de nouveaux héros, la démesure qui s'ensuit ont des répercussions sur les conduites amateurs et personnelles. C'est la société entière, qui, *in fine*, est modelée par cette recherche d'une improbable « excellence », recherchée à tout prix, fût-ce au prix du transhumanisme.

Un ouvrage essentiel.



*Exigeant, sérieux, structuré  
Très riche et très informatif*

*L'excellence revisitée par des spécialistes de sciences humaines*

Étudiants ou adultes passionnés



## LA CHIMIE ET LE SPORT

DINH-AUDOUIN Minh-Thu, JACQUESY Rose-Agnès,  
OLIVIER Danièle, RIGNY Paul

EDP SCIENCES (L'actualité chimique), 2010

ISBN : 9782759805969

### Apport de la chimie dans l'étude du sport (biochimie, neurochimie, chimie des matériaux...)

#### **Critique documentaire**

L'objectif de l'ouvrage est de présenter l'apport de la chimie dans l'étude du sport et cela à partir de différents sous-champs disciplinaires : la chimie des matériaux, la neurochimie cérébrale, la thermodynamique ou encore la physico-chimie. L'ouvrage dispose d'une mise en page dynamique faite d'encarts, d'illustrations et de schémas qui visent à rendre accessible le contenu scientifique. Un court glossaire est également à la disposition du lecteur.

Écrit par une vingtaine d'universitaires, l'ouvrage « La chimie et le sport » appartient à une collection intitulée « La chimie et... » qui vise à faire connaître à un large public les apports de la chimie dans notre quotidien. Malgré le haut niveau intellectuel des auteurs, l'ouvrage se veut

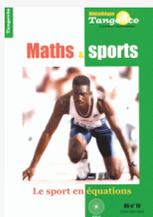
#### **Critique scientifique**

La relation entre chimie et sport revêt de nombreux aspects. La biochimie aide à comprendre les mécanismes de la performance chez un sportif, la neurochimie permet d'étudier les effets de l'exercice physique sur le cerveau et la santé mentale, la chimie analytique traque les molécules dopantes, la chimie des matériaux conçoit de nouveaux textiles ou améliore le matériel des sportifs. Le présent ouvrage aborde toutes ces thématiques, et bien d'autres, à travers 12 chapitres écrits par des spécialistes de chaque domaine. D'une rigueur scientifique irréprochable, très bien documentée et richement illustrée, il nous fait découvrir les dernières avancées de la recherche dans le domaine, tout en s'attardant sur les notions plus fondamentales, qui font souvent l'objet d'un encart très pédagogique. Un ouvrage passionnant, accessible à tous, à se procurer sans attendre.

---

**Haut niveau intellectuel avec une réelle volonté de vulgarisation scientifique**  
**Mise en page dynamique et pédagogique**  
**Un état de l'art exhaustif à la portée de tous par les spécialistes du domaine**

**Tout public**



## MATHS & SPORTS

### Le sport en équations (Tangente HS n°19)

POLE (Bibliothèque Tangente), 2004

ISBN : 2848840234

### Sports et mathématiques

(améliorer, mesurer, évaluer, prévoir les performances)

#### **Critique documentaire**

Ce document, un Hors-Série de la revue « Tangente, l'aventure mathématique », présente tout d'abord un dossier historique (naissance en Grèce des maths et des JO, scientifiques sportifs tels Turing ou Bohr). 4 autres dossiers abordent ensuite l'intérêt des maths dans le sport pour organiser et classer (comparaison des compétiteurs), définir sa tactique (d'attaque ou de défense face à l'adversaire), améliorer les techniques sportives (placement du centre de gravité par exemple), ou mesurer (science du pronostic, probabilités et limites des records).

On ne pouvait manquer ce HS pour montrer que les mathématiques depuis longtemps sont présentes dans la société et servent concrètement le sport. Les articles sont très courts avec des illustrations, photographies et schémas. Chacun d'eux met en contexte et pose le principe d'un sport de façon mathématique (ex. la constitution d'une équipe, c'est « optimiser une fonction » ; transformer un essai, c'est « maximiser un angle »). Les lecteurs juste curieux en resteront là ; les plus férus iront bien sûr jusqu'au bout des démonstrations. De nombreux sports sont passés au crible. Un HS indispensable en lycées, et à actualiser avec le numéro 168 de Tangente de janvier-février 2016.

#### **Critique scientifique**

Ce numéro hors série du magazine Tangente fait le point sur les nombreuses relations existantes entre les mathématiques et le sport. Quelques anecdotes historiques montrent que ces connections sont anciennes, mais dans le sport moderne, les mathématiques sont au cœur de problématiques aussi diverses que les algorithmes d'organisation d'un tournoi ou d'un championnat, les règles de comptage des points dans des disciplines aussi variées que le football ou le patinage artistique, ou encore le classement des joueurs, comme au tennis. La géométrie entre en scène quand il s'agit par exemple de choisir la meilleure stratégie de déplacement au tennis ou de choisir le meilleur emplacement pour transformer un essai au rugby. Et bien sûr, c'est encore les mathématiques qui permettent de résoudre les problèmes qui relèvent initialement de la physique, comme les trajectoires des balles ou les effets qu'on leur donne. Un ouvrage très complet donc, qui requiert parfois de solides bases en mathématiques, mais que le néophyte appréciera très largement par la diversité des problèmes traités.

#### **Critique lycéenne cf page 71**

*Clair, intéressant, concis  
Approche pratique et théorique*

*Des articles courts sur des aspects du sport souvent méconnus*

*lycéens et adultes curieux ou passionnés*



## LE SPORT OU LA PASSION DE DÉTRUIRE Dopage, souffrance et dépression

VASSORT Patrick

LE BORD DE L'EAU (Altérité critique Sport), 2015

ISBN : 9782356873774

### Les dérives du sport pratiqué à haut niveau

(dopage, performance, compétition, enquêtes, pathologies, souffrance, violence)

#### **Critique documentaire**

Cet ouvrage synthétique et critique décrit le sport de haut niveau et ses dérives : dopage et destructivité. Le constat de la dangerosité du sport pratiqué de manière intensive et compétitive est alarmant. Par des affaires et des enquêtes touchant plusieurs sports et sur différentes périodes, l'auteur montre la généralisation de la pratique de dopage et sa systématisation. La médecine du sport est décrite comme une médecine pour le sport et la performance continue, plutôt que pour les sportifs et la santé. L'auteur montre également les dangers psychologiques de la centration sportive et sociale et de la violence des préparations. La compétition est source de souffrance, déséquilibres psychologiques, et elle peut détruire. Le propos est bien documenté, les affirmations sont accompagnées de la citation de sources. L'auteur est maître de conférences, conférant au texte un style d'écriture universitaire et rigoureux. Ce livre s'adresse à un public intéressé, il fournit des connaissances support de réflexion, argumentation et débat sur les dangers de la pratique sportive.

#### **Critique scientifique**

L'angle que développe l'auteur est de « démontrer que l'idéologie sportive forme, déforme et manipule toutes les conditions du vivre-là-ensemble ». Deux chapitres composent ce petit livre : « Histoires de dopages » et « Fous de sport et sports de fous ». Ils illustrent un sport de compétition régenté par des « institutions sportives qui ont régulièrement accepté les collaborations... avec les régimes (totalitaires)... », surveillé par des agences anti-dopage hypocrites constituant « un macro-système englobant les médecins et soigneurs, les dirigeants, les entraîneurs, les journalistes et les consultants ». Les cas cités sont indubitables, de même que l'organisation régionale et mondiale du dopage, les relations coupables avec les laboratoires pharmaceutiques, le jeu de chat et de souris entre réglementation et transgression, les dégâts engendrés sur les sportifs eux-mêmes. Mais le livre n'est que factuel : on aurait aimé des analyses et la limitation du sujet. Tout le sport ne se réduit pas aux compétitions médiatisées.

---

*Très documenté, précis, analytique, synthétique, critique, rigoureux  
Un support de réflexion argumenté qui ouvre le débat  
Un cri du cœur contre le dopage, insuffisamment étayé*

Adultes



## **SE DOPER OU PAS ?**

### **Les jeunes sportifs face à la tentation du dopage**

**BODIN Dominique, JAVERLHIAC Sophie, RENAUD Jean-Nicolas**

**PRESSES UNIVERSITAIRES DE GRENOBLE (Sports, cultures, sociétés), 2015**

ISBN : 9782706122385

### **Dopage et sport**

(désir de performance, facteurs de risques, lutte anti-dopage)

#### ***Critique documentaire***

Voici une analyse fine et sectorielle sur les liens des jeunes sportifs avec le dopage. La première partie s'intéresse au cadre législatif, la suivante à la notion de performance ; s'ensuivent les politiques de prévention pour terminer sur les préconisations de lutte contre le dopage.

Les livres sur le dopage sont nombreux ; nous avons choisi celui-ci en contrepoint du précédent. Il s'agit d'un travail de recherches menées auprès des jeunes sportifs, ici problématisé et théorisé. La lecture est ardue, voire même ennuyeuse avec toutes ses notes de bas de page et références bibliographiques. Pour autant, la structuration est celle d'un ouvrage plus didactique qu'à visée d'enseignement universitaire dans la mesure où elle laisse la place aux témoignages des entraîneurs, des parents et des sportifs ; et ce, dans leur langage propre. L'ouvrage est à destination prioritaire des étudiants de STAPS (Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives) ou des acteurs du monde sportif, il pourra intéresser aussi les étudiants en sciences sociales et politiques de par son approche transversale juridique, psychosociale et historique. Le 2ème chapitre semble vraiment très approprié dans cette partie du catalogue : l'analyse des justifications du dopage ou du non-dopage des sportifs est assez frappante.

#### ***Critique scientifique***

Ce livre résulte d'un travail universitaire (entretiens) mené sur trois années et analyse les problèmes de dopage, depuis 1975, en athlétisme, basket et cyclisme. Il croise trois niveaux. 1 - le cadre juridique définit la législation, son évolution en fonction des politiques menées et des pratiques du dopage, recense les points d'achoppement, envisage la possibilité d'une réglementation préventive. 2 - l'évolution des sports et des pratiques en fonction de la recherche des performances, de l'argent, de la notoriété etc. 3 - les comportements des jeunes en fonction des pratiques, de l'entourage, des sollicitations ou du désir d'accomplissement personnel. Des préconisations terminent l'ouvrage : elles ouvrent des pistes quant à la prévention. Ce livre, fort bien écrit et articulé, qui fait place à la parole des jeunes, identifie les paramètres, les strates qui s'entrecroisent, aide à réfléchir et propose des pistes. Il est indispensable à tout responsable ayant à agir avec des jeunes ou à définir des politiques.

---

**Accès ardu et contraint**  
**Analyse transversale et percutante**  
**Une exploration du dopage, qui ouvre des pistes d'interventions**

**Responsables éducatifs, public motivé**





**SCIENCES HUMAINES**

**ET**

**SPORT**



## **POKA & MINE** **Le football**

**CROWTHER Kitty**

**ÉCOLE DES LOISIRS (Pastel), 2010**

ISBN : 9782211200097

### **Intégration sociétale du sport** (différences garçons/filles)

#### ***Critique documentaire***

Cet album aux dessins naïfs et doux met en scène une petite souris fille, Mine, qui veut pratiquer le football. Son papa l'en dissuade mais elle s'y prépare, s'inscrit au club, et essaie de s'intégrer à l'équipe composée uniquement de garçons.

Voici un récit tout simple qui met en exergue le cliché : sports pour filles, sports pour garçons. Il expose aussi les valeurs du sport : l'intégration, l'acceptation de l'autre dans sa différence. Enfin, c'est l'aspect mental et psychologique qui est également entrevu : Mine est volontaire et déterminée, elle s'entraîne et contribue à faire gagner son équipe. Cette histoire expose en définitive finement des faits, des réalités, un vécu sans jugement et sans ton moralisateur. C'est extrêmement juste et agréable.

#### ***Critique scientifique***

Une belle histoire de passion dans le monde des insectes. On y évoque le sport roi et la recherche du matériel hors de prix, mais à la mode. L'intérêt est bien sûr ailleurs, ce livre est une petite leçon de sociologie à propos de cette théorie du genre qui défrayait la chronique il y a peu de temps encore.

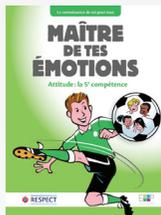
Une fille se met en tête de faire du football et rencontre les obstacles que chacun imagine sans peine. Mais notre héroïne a du caractère !

À lire absolument (autant avec les garçons qu'avec les filles) dans notre époque qui tâtonne tant sur l'égalité homme/femme.

---

*Simple et juste*  
*Contenu très concis mais signifiant*  
*Un aspect rarement traité dans l'édition enfants*

**À lire aux petits ou à partir de 5 ans**



## MAÎTRE DE TES ÉMOTIONS

### Attitude, la 5ème compétence

ÉDUCATION 4 PEACE, 2014

ISBN : 978294053902

#### Comportement et sport

(émotions, concentration, performance)

##### **Critique documentaire**

Préfacé par le psychiatre Boris Cyrulnik, ce documentaire présente une thématique inédite dans l'édition : l'émotion ici appliquée au sport et en particulier au football. On y trouve 2 chapitres didactiques et pédagogiques avec des explications claires sur ce que sont les émotions, leur impact sur la performance physique, les moyens de les appréhender et de les gérer avec des outils concrets. Un chapitre spécial s'adresse aux adultes sur les objectifs d'éducation et de la relation à l'autre dans le sport (écoute, respect...).

Des schémas colorés en pleine page, des informations synthétiques et accessibles, des illustrations à la fois figuratives et drôles, font de ce documentaire une pépite en la matière. Tout est fait pour que l'enfant s'identifie et s'approprie la démarche pour « devenir maître de ses émotions ». La lecture peut se faire à deux entrées : on peut passer des informations aux exercices pratiques et inversement grâce à un index thématique (renvoyant à des familles d'émotions : autorité, estime de soi, colère...). Comme l'indique la collection (« la connaissance de soi pour tous »), ce livre peut intéresser un public bien plus large que les sportifs et éducateurs...

##### **Critique scientifique**

Les initiateurs de ce livre (la fondation Education 4 Peace) ont eu l'ambition de développer la connaissance de soi par le sport (plus particulièrement le football). Ils s'en sont donné les moyens en travaillant entre autre avec l'UEFA. On peut le trouver également en numérique.

Un enfant n'y arrivera pas seul, aussi cet ouvrage à la disposition du jeune public a une seconde cible : parents et éducateurs - avec des chapitres spécifiques et d'autres qui visent les deux cibles à la fois.

Il a pour but d'apprendre à maîtriser ses émotions (les positives mais aussi les moins honorables) pour améliorer ses performances. Il s'inspire de l'expérience et du savoir-faire de professionnels du sport qu'on découvre au fil des pages et propose des exercices de mise en pratique égrenés tout au long du texte. Là aussi, les deux cibles sont sollicitées.

Un livre utile pour les sportifs en herbe et que pas mal de professionnels pourraient feuilleter également avec profit.

*Forme et illustrations soignées  
Didactique, pédagogique et pratique !*

*Un ouvrage indispensable et rare, véritable manuel de savoir vivre*

**À partir de 9 ans**

## LE FOOTBALL

### Que nous apprend-il de notre vie sociale ?

DELEULE Didier, KOECHLIN Lionel

GALLIMARD JEUNESSE GIBOULÉES (Chouette ! penser), 2008

ISBN : 9782070619085

#### Le football sous le prisme de la philosophie

(philosophie, sport, football, société)

##### **Critique documentaire**

À partir d'un dialogue fictif entre un jeune garçon et un footballeur brésilien célèbre, l'auteur développe un discours philosophique sur le football reposant sur trois axes : l'historique du jeu, les raisons de son succès mondial et son utilité. Son objectif est de mettre la philosophie à la portée des jeunes lecteurs.

Le dialogue est accompagné de dessins à la ligne simple en noir et blanc qui illustrent les idées sur lesquelles reposent le développement de l'auteur. Mais en dépit de cette riche illustration et d'une explication des mots compliqués à la marge, le propos général reste difficile d'accès pour les enfants. Certes, les concepts développés sont relativement simples mais ils s'insèrent dans des phrases trop longues et trop complexes. Quant au dialogue fictif, il est peu crédible car le niveau de langage de l'enfant correspond à celui d'un adulte.

Néanmoins, les informations transmises sur les origines du football, son évolution et les rapports sociaux en jeu, sont très instructives et constituent un support idéal de travail pour des enseignants ou des médiateurs.



##### **Critique scientifique**

Un roman sur les pages de gauche et des dessins originaux ou des citations philosophiques à droite.

On trouve aussi un lexique en bord de page, bien présenté et très large.

Une belle mise en page pour tenter de sortir ce sport de ses outrances et s'en servir comme d'une leçon de vie. Bien sûr, il ne s'agit pas que du sport spectacle inondé d'argent que nous présente la télévision ou les grands stades, mais cette face sombre (dopage, corruption, argent sale) est bel et bien présente.

Associer le sport et la sociologie n'est pas une idée nouvelle, mais ici, c'est le public visé qui en fait l'originalité.

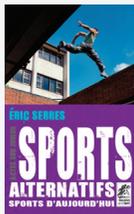
Le point faible : le texte est peu réaliste et parfois un peu trop statique. Quant aux notes de la page voisine, elles sont quelquefois hermétiques.



---

**Un ouvrage court et attractif grâce à l'originalité du dessin  
Instructif et richement référencé  
Trop complexe pour des enfants, un support idéal d'enseignement**

**À partir de 13 ans**



## SPORTS ALTERNATIFS, SPORTS D'AUJOURD'HUI

SERRES Éric

ACTES SUD JUNIOR (Le sens du sport), 2010

ISBN : 9782742787074

### Nouvelles disciplines sportives (sports hors JO, sports hors cadre)

#### **Critique documentaire**

Cet essai illustré de 4 pages de photographies analyse la montée en puissance et l'adhésion des jeunes à de nouvelles formes de sport, en dehors de la sphère traditionnelle. On citera les plus connus : kitesurf, skateboard, snowboard mais un lexique en fin de parcours en recense et définit une vingtaine.

Cet essai, coédité par l'Agence pour l'éducation par le sport, organisation qui se présente comme militante en la matière, n'offre rien de partisan ou moralisateur. Au contraire, l'auteur étudie de façon méthodique et factuelle ce phénomène de société. Il interroge son origine et identité (cf. chapitre sur le refus de la compétition) ; il étudie l'angle socio-économique (ex. : le rapport à l'argent de ces nouveaux sports, leur côté « spectacle » ou « mode et esthétisme »). Mais surtout, la forme de l'essai est intéressante : l'auteur laisse la place à de nombreux témoignages et points de vue de tous horizons : sportifs de ces nouvelles disciplines, sociologues ou spécialistes du sport, responsables d'entreprises... Un livre essentiel sur un thème rarement étudié et ici intégré à une collection décalée et pertinente (« le sens du sport »).



#### **Critique scientifique**

Voici un petit livre de poche qui veut traiter de sports originaux, parfois extrêmes. Le format poche est intéressant (comme son prix) mais l'iconographie est trop limitée et concentrée au centre du volume, elle ne sert pas à grand chose.

On y découvre malgré tout des sports méconnus qui ont le mérite de mettre en valeur la concentration et la nécessité de bien connaître son corps.

On nous y explique l'apparition de la plupart d'entre eux. On comprend ainsi que ces sports sont sans doute les plus exigeants tout en étant les moins contraignants : pas de structure, pas de licence mais pas non plus de club et d'assurance.

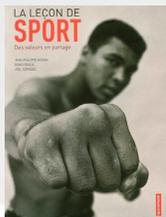
Ce petit livre complète parfaitement l'autre ouvrage présent dans la catalogue « Les sports extrêmes racontés aux enfants ».



---

**Concis, pertinent, neutre**  
**Approche sociétale, économique et culturelle**  
**Un livre très accessible pour tous**

À partir de 13 ans



## LA LEÇON DE SPORT

Des valeurs en partage

ACENSI Jean-Philippe, SOULA Denis, SZPINDEL Joël

AUTREMENT (Monde/Photographie), 2006

ISBN : 9782746709074

### Témoignages divers sur les valeurs du sport

(rapport au sport, valeurs sportives, inclusion, sport fédérateur)

#### **Critique documentaire**

Agréablement mis en page, richement illustré par des clichés de qualité, cet ouvrage propose les témoignages de personnalités qui ont connu un rapport spécial au sport. Qu'ils soient champions, artistes, chefs d'entreprise, journalistes ou dirigeants politiques, responsables associatifs, bénévoles, éducateurs ou entraîneurs, ils racontent le club et les terrains de leur enfance, leurs stars, ils évoquent avec émotion ces instants d'apprentissage, cette époque où ils jouaient et partageaient, dans la candeur et la douleur, le bonheur et la délivrance du sport salvateur. Aucun d'entre eux n'a oublié la leçon, cela se ressent dans leurs mots comme dans le plaisir évident de partager leurs souvenirs.

Un regard sur le sport par le spectre de l'intégration sociale et de l'envie de réussir



#### **Critique scientifique**

Une collection de témoignages par des sportifs, personnalités politiques, artistes ou simples personnes actives dans les institutions et organisations sportives. A réserver aux lecteurs n'ayant pas peur des clichés les plus fades et mielleux à propos du sport. Rien ne nous est épargné : dépassement de soi, intégration, lien social, école de la vie, etc. Aucun regard critique, aucune analyse objective : évidemment le sport ne peut être que formidable pour ceux qui ont réussi grâce à lui, ou ceux qui espèrent réussir grâce à lui. Comme si cela ne suffisait pas, une bonne moitié du livre est consacrée à des photos, en noir et blanc bien sûr.

---

**Un documentaire soigné pour découvrir le sport autrement  
Ouvrage sans contenu scientifique**

**À partir de 14 ans**

# PRÉPARATION MENTALE DU SPORTIF

## Méditer, se concentrer, gagner

METTE Anthony

VIGOT, 2017

ISBN : 9782711424528

### Psychologie et sport

(confiance en soi, gestion du stress, concentration)

#### **Critique documentaire**

Ce document étudie la notion de mental des champions et celle, en corollaire, d'apprentissage mental permettant la performance sportive. La première partie transmet des informations concises sur les profils psychologiques des sportifs : les divers types de personnalité, les compétences attentionnelles, les capacités d'imagerie mentale, le rapport à l'anxiété et aux émotions, la gestion de l'énergie. S'ensuivent une évaluation de son profil et un programme d'entraînement pour augmenter ses compétences mentales. Une bibliographie de 3 pages complète le tout.

On apprécie beaucoup ce document : non seulement un manuel d'auto-évaluation et d'exercices, mais aussi une bonne base d'initiation aux caractéristiques psychologiques des sportifs ; non seulement un exposé théorique puis de mise en pratique, mais aussi une présentation de témoignages de sportifs. Et plus largement encore, c'est un outil de connaissance de soi qui interroge l'intelligence émotionnelle à l'exemple de ce que pratique l'auteur, Docteur en psychologie spécialisé en sport. Au final, gageons que ce livre intéressera les sportifs et acteurs du secteur mais aussi les lycéens voire tout public.



#### **Critique scientifique**

Voici le livre d'un « gagneur » qui n'a pas réussi à gérer son stress en judo, a dû abandonner la compétition, a réfléchi sur sa déficience. Il est devenu psychologue du sport, a travaillé avec de nombreux entraîneurs et sportifs, veut communiquer aux autres ce qu'il a appris pour maîtriser ses émotions, se mettre en condition psychologique afin de savoir se dépasser et gagner. Le travail s'appuie sur des autobiographies de champions, mais surtout sur les études qu'il a menées. Entre l'inné et l'acquis, l'auteur donne une part belle à l'acquis et dans celui-ci au mental que l'on est capable de forger. Pour cela, le livre distingue différents niveaux (dispositions – l'inné ; situationnelle – l'influence du contexte, des contingences ; socio-cognitives - l'apprentissage ; interactionnistes - perception qu'a l'individu). Ce sont sur les trois derniers items et leurs interactions qu'est basé l'ouvrage : il étudie successivement tous les paramètres psychologiques qui interviennent. Il veut apprendre à les dépasser en proposant soixante exercices pour devenir tous champions. Rien sur la joie, le bonheur, l'harmonie...



---

*Une forme originale mixant théorie et pratique  
A proposer aux lycéens et éducateurs*

*Sportifs voici comment gérer votre mental, avoir envie de gagner et réussir !*

**À partir de 15 ans**



# SPORT ET SOCIÉTÉ, ENTRE MYTHE ET RÉALITÉ

CANOPÉ ÉDITIONS (Éclairer), 2016

ISBN : 9782240037022

## Évolution de la pratique sportive

(histoire, sociologie, économie, pédagogie)

### **Critique documentaire**

Cet ouvrage collectif aborde l'histoire et l'évolution sociologique du sport en France, du 19<sup>ème</sup> siècle limité aux hommes et aux classes sociales aisées, jusqu'au siècle suivant ouvert aux femmes et à tous. Puis, il analyse précisément les valeurs et les usages sociaux contemporains du sport : ses pratiquants en fédération ou hors fédérations, ses nouvelles pratiques pour entretenir son « capital santé » ou pour « s'offrir plus de liberté » comme les sports de glisse, la dualité sport de loisirs et sport de compétition, etc. Enfin, la dernière partie interroge les perspectives et limites du sport en classes. Chaque partie fait l'objet d'une bibliographie sélective.

L'introduction pertinente et claire, de même que le sommaire aux intitulés de chapitres très significatifs (tel « le sport miroir de l'histoire ») donnent une bonne vision d'ensemble et nous plongent au cœur du documentaire. Chaque chapitre décrivant une des facettes du sport : historique, économique, sociale et éducative, écrite par un spécialiste dans un style non jargonnant ni péremptoire. Le propos est factuel et argumenté. On sent la volonté de l'éditeur - une présence nouvelle dans notre catalogue - d'« éclairer » le lecteur suivant le libellé de sa collection. Une belle occasion pour un public large de s'emparer de la thématique sport et société.

### **Critique scientifique**

Quelle déception. Un titre alléchant et grandement trompeur. On y parle de sport, certes, de société, bien sûr, mais bien peu des mythes et réalités. Certes on y pose des questions « le sport est-il intégrateur ? », mais aucune réponse précise n'est réellement apportée : cela manque de sources, de références, de données, de point de comparaison. Autre limite du titre : l'ouvrage ne parle que du sport en France (2 pages sont tout de même consacrées à des informations internationales, bien maigres). C'est de plus un ouvrage collectif, constitué de chapitres très inégaux. Cela aurait pu constituer un atout, si les auteurs s'étaient attachés chacun, avec leur spécialité, à répondre à la question implicite posée dans le titre de l'ouvrage. Le premier chapitre, qui présente l'histoire récente du sport en France est excellent. Le second chapitre est une liste de chiffres sans réelles analyses et sans grand intérêt. Le troisième chapitre oublie de se baser sur des faits avant d'asséner des vérités préconçues. Le dernier chapitre, intéressant, est un cas concret de mise en pratique d'une activité sportive, mais qui semble bien loin des objectifs de l'ouvrage.

*Clair, concis, didactique*

*Approche pluridisciplinaire très accessible*

*Un sujet passionnant, mais bien mieux traité dans d'autres ouvrages*

**Lycéens et tout public**



## **SPORT : L'IMPOSTURE ABSOLUE** **Idées reçues sur l'« idéal » sportif**

**CAILLAT Michel**

**LE CAVALIER BLEU (Idées reçues), 2014**

ISBN : 9782846705172

### **Sociologie du sport**

(santé, éducation, idéologie du sport)

#### ***Critique documentaire***

Il s'agit ici d'analyser le sport sous un angle sociologique et voir ses implications dans notre société. Le livre se présente sous la forme de 15 courts chapitres qui questionnent des idées reçues autour du sport telles que « Le sport soigne les maux de la société », « Le sport est bon pour la santé » ou « le sport est éducatif ». La lecture est simplifiée car chaque chapitre est bien distinct des autres. Le lecteur peut donc lire « à la carte » ce qui l'intéresse.

Par des exemples concrets issus de multiples disciplines, l'auteur incite le lecteur à s'interroger sur la réalité de l'idéologie sportive. L'ouvrage permet de mettre en perspective les différentes polémiques que le sport a suscitées ces dernières années (corruption à la FIFA, rumeur de favoritisme dans l'attribution des jeux olympiques, dopage institutionnalisé en Russie, etc).

Comme l'indique son éditeur, Michel Caillat n'est pas sociologue de formation mais a écrit de nombreux ouvrages sur le sport et l'olympisme. La bibliographie riche et structurée de l'ouvrage témoigne du professionnalisme de sa recherche.



#### ***Critique scientifique***

Dans cet essai, l'auteur propose d'analyser et de défaire un certain nombre d'idées reçues sur le sport telle que « le sport est bon pour la santé » par exemple. L'auteur énonce effectivement certaines bonnes questions, qui méritent d'être posées et soumises à la réflexion du lecteur. Les différents chapitres, traitant chacun d'une « idée reçue », sont cependant de qualité très inégale. Le principal argument de l'auteur tournant autour de la définition du « sport » et de sa construction culturelle. Au final, à trop vouloir dénoncer les clichés, difficile de ne pas y tomber soi-même, à coups notamment de dénonciation du capitalisme. Les propos sont partiellement argumentés et documentés, les sources fournies étant peu nombreuses. On peut relever quelques inexactitudes voire erreurs de citations : impossible de trouver par exemple la citation (p.146) « [...] idée mythique [...] » dans la source citée. L'auteur tombe également dans l'erreur de confondre corrélation et cause, par exemple lorsqu'il prétend qu'a été démontré que le sport « prédispose à la violence ». Dommage : analyser les idées reçues sur le sport aurait mérité bien plus de hauteur et de profondeur.



---

***Approche pédagogique***  
***Multiples cas concrets***

***Thème intéressant, qui aurait mérité plus de sérieux***

**Lycéens et tout public**



## LIBÉRER LE SPORT 20 débats essentiels

BONNET-OUALDJ Nicolas, PÉCOUT Adrien

LES ÉDITIONS DE L'ATELIER, 2015

ISBN : 9782708243286

### Sport et société

(discriminations, corruption, marchandisation, dopage)

#### **Critique documentaire**

Issu en partie d'entretiens et de reportages d'acteurs du monde sportif, cet essai est organisé sous la forme de 20 questions sur la place du sport dans la société (son financement, sa démocratisation, le bénévolat) et son accessibilité à tous (EPS et école, sport et garçons/filles, sport et handicap). Les 2 chapitres suivants interrogent les dérives du sport (salaires des professionnels, paris truqués, dopage) et son enjeu de civilisation (progrès humain, solidarité internationale).

Il ne fait aucun doute que ce livre a toute sa place ici. Chaque question soulevée fait l'objet d'un état des lieux à partir d'un exemple sportif significatif, puis des failles du système avant de trouver une proposition de solutions. C'est précis et concis. Toutefois, la problématisation des auteurs est plutôt simple voire superficielle. Elle prend des raccourcis : ce n'est pas une étude théorique, mais de terrain comme l'indiquent les notes de bas de page. Les auteurs ont le mérite de dénoncer ici un large ensemble de problématiques du sport professionnel ou amateur. C'est courageux (cf. « des mafias à éradiquer »). Cette démarche concrète rencontrera probablement ses lecteurs et sera une bonne base de départ pour des débats publics et un travail en classes de lycées.

#### **Critique scientifique**

Un essai structuré en 20 questions très variées à propos de l'état actuel du sport, essentiellement en France. Libérer, mais de quoi ? De l'emprise de l'argent et de la marchandisation. Mais finalement seuls quelques chapitres traitent explicitement de cette question. Les autres chapitres traitent de thème comme les genres dans le sport ou le handisport. Bien qu'abondamment documenté, en grande partie des articles de quotidiens, le livre n'échappe pas à deux problèmes. Tout d'abord, les questions posées et leur traitement sonnent comme des clichés, sans beaucoup de hauteur. Ensuite, les arguments du livre sont basés sur des prémisses jamais mis en doute : le sport serait évidemment émancipateur, médiateur de paix, pourfendeur d'inégalité sociale, moteur d'évolution progressiste de la société, etc. Si c'est effectivement le cas, alors on pourrait être d'accord avec les auteurs que l'éducation sportive devrait prendre plus de place dans les écoles. Mais est-ce effectivement le cas ou est-ce un vœu pieu ? Il ne semble pas clair, au vu des ouvrages écrits par des sociologues, que cela soit aussi simple. L'essentiel du livre devient alors beaucoup moins convaincant.

---

**Concis, clair, concret**  
**Approche très large mais superficielle du sujet**  
**Limité, manque de hauteur et de profondeur, dispensable**

**Lycéens et tous publics**



## DU SEXISME DANS LE SPORT

BARBUSSE Béatrice

ANAMOSA, 2016

ISBN : 9791095772132

### Décryptage et analyse de la réalité du sexisme dans le milieu sportif (femme, sport, sexisme, sociologie du sport, discrimination sexuelle)

#### **Critique documentaire**

Ancienne sportive de haut niveau et sociologue, l'auteur nous livre un document alliant expérience personnelle et analyse sociologique. Elle interroge la place des femmes dans le sport, ne la limitant pas à la pratique sportive mais l'étendant à la sphère institutionnelle, économique et médiatique. A travers cet essai elle entend combattre le sexisme, les inégalités et les discriminations de genre à l'œuvre dans le milieu sportif.

Les six chapitres de l'ouvrage analysent progressivement la réalité du sexisme dans la sphère sportive, des terrains au sport-business en passant par le monde journalistique. Pour appuyer son propos, l'auteur fait référence à de nombreux travaux académiques et nous livre des exemples très concrets issus de son expérience de sportive de haut niveau et de dirigeante d'un club professionnel de handball masculin. Des extraits d'entretiens, de notes de terrain à partir de son journal de bord nous donne à voir les matériaux qui ont permis à Béatrice Barbusse de construire sa démonstration. En conclusion, en reprenant cette citation d'Einstein « il est plus facile de désintégrer un atome qu'un préjugé », elle reconnaît que le chemin sera long mais entend, avec cet essai, participer à la lutte contre les stéréotypes de genre dans le monde sportif.

#### **Critique scientifique**

Cet essai propose d'apporter une analyse anthropologique et sociologique des rapports et rôles entre sexes dans le sport. Au final, l'ouvrage est quasi-exclusivement une critique de la domination masculine dans le sport et l'on s'éloigne très vite des intentions exposées dans le titre et l'introduction. La démarche employée par l'auteure est loin d'être claire : elle expose avoir adoptée des méthodes classiques de l'anthropologie, dont les résultats sont mélangés à des expériences personnelles. L'utilisation des sources est limitée et consiste en grande partie en citation de site internet, articles de journaux, quotidiens ou autres périodiques. Des ouvrages classiques de sociologie et anthropologie sont également utilisés mais de manière vague. Au final, on sort de la lecture de cet ouvrage plus avec la sensation d'avoir lu des sentiments personnels qu'une analyse sociologique. On peut penser que l'un ne peut aller sans l'autre, certes, mais l'analyse aurait mérité un traitement plus sérieux, général et faisant appel à toutes les disciplines scientifiques : sociologie, psychologie, biologie, etc.

---

**Ouvrage de belle facture**  
**Un sujet important, une analyse superficielle**  
**Dispensable.**

Tous publics adultes



## APRÈS QUOI TU COURS ? Enquête sur la nature humaine

DORTIER Jean-François

SCIENCES HUMAINES ÉDITIONS, 2016

ISBN : 9782361063504

### Comportement humain

(sociologie du sport , philosophie, psychologie, course à pied)

#### **Critique documentaire**

A travers l'exploration d'un phénomène de société émergeant : le running, cet essai tente de décrypter ce qu'est la nature humaine. Dans un premier temps l'auteur retrace les grandes étapes du développement de la pratique de la course à pieds, l'explosion du phénomène dans les années 1970 et l'émergence d'un vrai marché économique autour de « jogging ». Ensuite, s'appuyant sur différentes théories psychologiques et sociologiques, l'auteur expose une réflexion sur les moteurs de l'action humaine et sur les motivations qui guident nos comportements.

En alternant récit personnel et références érudites, l'auteur nous entraîne dans sa foulée à la recherche du sens de nos comportements : « culte du corps », « quête de bien-être », « recherche d'identité », « culte de la performance », après quoi courent les adeptes de la course à pieds ? L'auteur ne tranche pas mais nous invite à réfléchir à la signification de nos passions ordinaires. Érudition et expérience personnelle s'entrelacent pour nous offrir un essai de vulgarisation de qualité.

#### **Critique scientifique**

Cet essai se propose de répondre à cette question à double sens, à travers une exploration de ce qu'en disent les sciences humaines et sociales : psychologie, psychanalyse, histoire, sociologie, anthropologie, etc. Comme l'auteur le dit lui-même, analyser le pourquoi de la course à pied n'est qu'un prétexte pour évaluer ce que les sciences humaines, dans leur diversité, savent dire sur les comportements humains, aussi bien à l'échelle individuelle que collective. L'auteur survole un grand nombre de théories, les confrontent, met en évidence paradoxes et contradictions, il prend de la hauteur, et c'est très appréciable. Parfois drôle ou grinçant vis-à-vis des sciences humaines, l'auteur parle bien de leurs écueils, écarts et limites, tout en admettant leurs vouer une certaine passion. Le lecteur pourra ressentir une frustration bienvenue à la fin du livre puisque l'auteur, sans le dire explicitement, fait un constat d'échec : on ne sait pas expliquer pourquoi on court. Mais alors, de quoi sont capables sciences humaines et sociales ? La question, en filigrane, est excellente, ce qui rend ce livre très stimulant, et donne un nouveau sens au « tu » du titre.

---

*Ouvrage clair dans lequel on se laisse facilement embarquer  
Stimulant, honnête et documenté  
Très bien écrit*

Tous publics adultes



## PSYCHOLOGIE DU SPORT

DELIGNIÈRES Didier

PRESSES UNIVERSITAIRES DE FRANCE (Que sais-je ?), 2017

ISBN : 9782130792826

### Sport et psychologie

(préparation mentale, préparation physique)

#### **Critique documentaire**

Issue de travaux de recherches, voici une étude très précise sur la psychologie appliquée au secteur sportif, notamment sous l'angle « des exigences qu'elles imposent aux pratiquants ». À partir de la table des matières, on peut regrouper les thèmes étudiés en trois parties. La première analyse la préparation mentale des sportifs autour des notions « d'anxiété compétitive », de motivation, de « fixation de but », d'estime de soi. La seconde est orientée sur l'analyse de la pratique physique et technique (principe de performance sportive, étapes de l'apprentissage moteur). Enfin, la troisième partie explicite le concept de « groupe sportif » : cohésion, leadership, détection de talents.

Ce documentaire est très classique dans sa forme : chapitres et sous-chapitres bien libellés et apparents, notes de bas de pages, bibliographie et recension de revues spécialisées. Il en va de même pour le contenu, synthétique avec une rédaction et un vocabulaire précis et rigoureux. Il offre ainsi un sujet assez peu vulgarisé dans l'édition, et ici intégré à une collection fiable et de qualité. Toutefois, pour faciliter son exploitation documentaire et favoriser son utilisation, il pourrait être complété d'un index voire un lexique des termes mis en italique dans le texte ou *a minima* d'un glossaire des notions clefs et/ou des chercheurs cités.

#### **Critique scientifique**

Une synthèse des connaissances actuelles des études scientifiques cherchant à comprendre et expliquer les comportements des sportifs. L'ouvrage fait le point sur les facteurs liés à la motivation, l'anxiété, l'estime de soi ou l'apprentissage, entre autres. L'auteur fait état des théories, des modèles et expérimentations récentes, en s'appuyant sur de nombreuses sources bibliographiques. Le propos est très bien construit et clair, sans réussir cependant à éviter un certain jargon technique. L'ouvrage sera sans doute difficilement accessible au grand public. Les lecteurs un tant soit peu avertis y feront sans doute de nombreuses découvertes. Le format nécessairement très contraint de la collection ne permet pas à l'auteur de développer la pratique de la psychologie du sport : comment les psychologues agissent sur le comportement des sportifs afin d'améliorer les performances. Un dernier très court chapitre n'en donne qu'un bref aperçu, ce qui peut s'avérer frustrant. On aurait également pu apprécier une mise en perspective plus large : comment la recherche en psychologie du sport est-elle influencée par les théories psychologiques plus générales ? Et vice versa ? Très bon ouvrage, sans doute difficile d'accès au grand public.

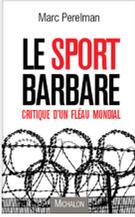
#### **Critique lycéenne cf page 71**

*Classique, concis, bien structuré*

*Sujet rarement abordé*

*Accès et exploitation un peu difficiles en dehors des publics intéressés*

**Public intéressé ou concerné**



## LE SPORT BARBARE

### Critique d'un fléau mondial

PERELMAN Marc

MICHALON, 2012

ISBN : 9782841866472

### Sport et société

(sociologie du sport, identité culturelle)

#### **Critique documentaire**

Cet essai interroge le sport dans son rapport à la société : le phénomène de sa mondialisation, sa massification, sa médiatisation, son idéalisation voire sa religiosité ainsi que les effets qui en découlent : addiction et dopage, sexualité et sport, sport assimilé à un « projet de société ».

Voici une édition entièrement refondue avec actualisation régulière des rubriques sur le site internet de l'auteur ayant déjà signé plusieurs documents sur la question du sport, notamment sur le football et les stades. Ici, il nous livre un manifeste contre ce qu'est devenu selon lui, le sport. D'entrée de jeu, l'auteur assume sa position critique et polémique avec les deux mots-clés du titre, fléau et barbare. Pour lui le fléau, c'est la masse des individus qui se laissent contaminer par le sport au point de ne plus avoir d'autres projets ou d'autres idéaux. Il poursuit en la démontrant au fur et à mesure des pages. Cet essai n'est pas simplement dénonciateur, mais aussi une étude argumentée, comme en témoignent les notes de bas de page, la riche bibliographie très éclectique, les citations et références d'horizons variés : culture, politique, sociologie, psychanalyse. Au final, on se laisse prendre au jeu par le regard très décalé et transgressif de l'auteur et on apprécie la cohérence avec laquelle il livre sa vision.

#### **Critique scientifique**

Vous en avez assez de lire ou entendre toujours les mêmes lieux communs à propos du sport ? Un regard critique vous intéresserait ? Voici le livre qu'il vous faut. Une critique acerbe, précise, argumentée, violente des dimensions politiques du sport. L'auteur utilise des arguments historiques, sociologiques, écologiques, pour analyser ce qui constitue aujourd'hui le sport, le rôle qu'on lui donne dans les sociétés actuelles, et les nombreux paradoxes qui lui sont inhérents dans ses principes fondateurs et ses fonctionnements. Alors bien sûr on peut reprocher à l'auteur de trop être influencé par les intellectuels marxistes, de donner trop d'importance aux institutions, organisations, états et capitalisme pour condamner le sport, mais ce serait passer à côté d'arguments plus originaux : par exemple les conséquences urbaines de l'organisation des Jeux Olympiques. Un autre aspect intéressant : l'auteur propose une critique historique et sociologique de la critique du sport. Un très bon ouvrage si l'on n'est pas réfractaire à un argumentaire très politique et politisé.

*Cohérent, structuré, pertinent, vision décalée, inédite et croisée  
Très politique, très critique, rare et rafraîchissant  
Très recommandable*

**Adultes intéressés**



## **SPORTIFS EN DANGER** **La condition des travailleurs sportifs**

**FLEURIEL Sébastien, SCHOTTÉ Manuel**

**ÉDITIONS DU CROQUANT (Savoir/agir), 2008**

ISBN : 9782914968386

### **Le sportif est un « prolétaire de la performance »**

(sociologie du travail, conditions de travail, carrière professionnelle/précarité)

#### ***Critique documentaire***

Bien que n'étant pas un ouvrage de vulgarisation, le petit opus que nous livrent Sébastien Fleuriel et Manuel Schotté reste accessible à tous lecteurs habitués à lire des sciences sociales. Les auteurs exposent une thèse : entre la vision paternaliste des Fédérations sportives défendant le désintéressement du sport amateur et la vision libérale des promoteurs du sport-spectacle, les sportifs peinent à exister en tant que travailleurs et à défendre leurs droits.

Portrait du sportif en travailleur, tel pourrait-être le sous-titre de cet essai percutant et engagé décrivant les mécanismes à l'œuvre dans la précarisation des travailleurs du sport.

Essai sociologique s'appuyant sur de solides références théoriques – attestées par la richesse de la bibliographie, ce texte scientifiquement rigoureux et engagé reste toutefois accessible pour un public motivé et féru de sciences sociales.



#### ***Critique scientifique***

Cet ouvrage de sociologie montre à quel point l'affrontement politique et médiatique entre les deux visions classiques du sport, le sport comme divertissement et enjeux économiques vs le sport comme objet et outil vertueux, en oublie l'essentiel : le sportif, l'individu avant-tout travailleur du sport. C'est un livre très intéressant, très documenté, très argumenté qui d'une part questionne les lieux communs accolés au sport et aux activités sportives et d'autre part met en lumière les aspects méconnus, car peu médiatique, de la vie de la plupart des sportifs. Un ouvrage rafraîchissant. On pourra regretter un style et un parti pris relevant d'une certaine catégorie de la sociologie, qui accuse des systèmes ou organisations sociales comme emprise sur l'individu. Mais considérer le sportif comme un individu qui travaille permet aux auteurs d'éviter la critique partisane. Les auteurs ont un point de vue, certes, mais ils ont également des éléments originaux et empiriques à apporter.



---

***Essai sociologique***  
***Documenté, original et argumenté***

**Adultes motivés**



## LE SPORT FAIT MÂLE La fabrique des filles et des garçons dans les cités

GUÉRANDEL Carine

PRESSES UNIVERSITAIRES DE GRENOBLE (Sports, cultures,  
sociétés), 2016

ISBN : 9782706125485

### Sport et mixité

(intégration sociale, mixité garçons/filles, discriminations)

#### **Critique documentaire**

Ce document étudie les politiques d'intégration par le sport des filles et garçons issus de quartiers populaires urbains, interroge leur pratique sportive (notamment football pour les uns, hip-hop pour les autres) et trace les perspectives possibles de la mixité dans les espaces de la cité.

Le contenu de l'ouvrage prend pour base une enquête ethnographique de plusieurs années mais aussi d'autres études d'après les notes de bas de page qui font référence à des sociologues de renom (Bourdieu au 1er rang), des chercheurs de laboratoires (dont le CERIES de Lille) mais aussi d'autres acteurs (éducation scolaire, UNSS...). Le public visé est sans conteste des étudiants ou spécialistes. Pour autant, les chapitres distillant des témoignages de jeunes pratiquants ou d'encadrants et expériences de terrain peuvent intéresser un autre public : bacheliers section économie, éducateurs. De même, les libellés clairs et porteurs de sens des nombreux sous-chapitres incitent à en découvrir certains en particulier : « la danse hip-hop : libérer le corps des filles ? », « la violence des garçons issus de l'immigration », « la classe option sport, un lieu de distinction ». A noter que ce document est une approche assez rare et exigeante dans l'édition et que sa transversalité correspond à l'intention de la collection « sports, culture, sociétés ».

#### **Critique scientifique**

Une question simple : les politiques sportives remplissent-elles leur objectif affiché d'intégration culturelle et sociale des jeunes des quartiers populaires ? Telle est la question principale traitée dans cet ouvrage, essentiellement par le prisme des pratiques sportives des jeunes garçons et filles, des potentielles discriminations, différenciations et reproductions des archétypes sociaux. L'ouvrage est essentiellement destiné au monde de la recherche, même s'il est accessible à tout lecteur un minimum averti. Les arguments sont très détaillés et documentés, les sources nombreuses. Les éléments nouveaux sont basés sur des enquêtes ethnographiques, méthode classiquement utilisée en anthropologie sociale, avec ses avantages et limites, (notamment le biais idéologique qui rend les conclusions prévisibles). On peut regretter une utilisation de la littérature quasi-exclusivement française, ce qui n'est ni étonnant ni gênant quand il s'agit de la situation des quartiers populaires en France, mais qui s'avère problématique quand il est question d'aborder des questions générales telles que les facteurs sous-jacents aux différences de performance sportive entre sexes.

***Très précis et très documenté, accessibilité moyenne sur un sujet sensible***

***Une étude récente et rare dans l'édition***

***Thème précis et bien traité, quelques limites***

**Public averti**

## Critiques lycéennes

### **La pratique du sport (p 33)**

J'ai trouvé ce livre très bénéfique, c'est un ouvrage excellent pour s'instruire dans le domaine de la pratique sportive.

Le livre est bien organisé, simple et agréable à lire. Les explications physiques et physiologiques restent compréhensibles et permettent d'en apprendre beaucoup sur l'aspect scientifique du sport. Ce livre donne également d'excellents conseils pour s'entraîner et bien combiner sport et santé ce qui est essentiel pour une pratique sportive équilibrée. L E

### **Maths & sports : le sport en équations (p 51)**

Ce livre mélange le thème des sports et des mathématiques. L'ouvrage est une référence pour qui s'intéresse aux mathématiques, à la physique et particulièrement à leurs applications dans le sport. C'est une mine d'informations et il me semble pas de livre plus complet sur le sujet, tout au moins en ce qui concerne les sciences à travers le sport depuis l'antiquité. Ce livre est accessible à tous les scientifiques même de bas niveau qui ne sont pas forcément de grands sportifs. Tout est clairement expliqué. On peut retrouver les maths dans la vie de tous les jours. Ici, on peut les retrouver dans le hockey sur glace, le tennis, le foot, ... Je conseille vraiment ce livre aux gens qui voudraient élargir leur culture scientifique ou aux spécialistes dans ce domaine. C. C

### **Psychologie du sport (p 67)**

J'ai trouvé ce livre très intéressant, c'est une très bonne base pour mieux appréhender la psychologie du sport. Le livre est sérieux (reposant sur diverses études), bien structuré par différentes parties, clair par l'expression simple et l'agréable explication des termes scientifiques, concis. Les sujets essentiels sont bien traités : activation de l'organisme, anxiété, émotions, motivation, fixation des buts, estime de soi, cohésion du groupe, leadership, contrôle moteur, apprentissage moteur, aptitudes... Dans tous ces domaines, les informations données dans ce livre peuvent donner lieu à des mises en application pratiques qui peuvent aider les sportifs à optimiser leur développement et leurs performances. V D O

### **La force du mental (non répertorié)**

« La force du mental » écrit par Pier Gauthier et Jean-Marc Sabatier qui sont deux coaches préparateurs dans le tennis. La couverture du livre laisse penser que le livre s'intéresse à la science du cerveau, donc la neurologie. En effet, on y retrouve des connexions lumineuses qui ressemblent à des neurones. Après lecture du livre, les conseils prodigués sont basés sur des « expériences vécues », donc durant la vie professionnelle du coach. Ils en tirent des constats, des conseils avec lesquels ils en font une généralité. Ce livre n'a aucune base scientifique mais le point à préciser est le fait qu'il n'y a en aucun cas de la part des auteurs, une ou des références scientifiques. Néanmoins, ce livre peut être intéressant et utile dans le domaine de la maîtrise de soi dans le sport ou dans le monde du travail. B M

### **La société dopée. Peut-on lutter contre le dopage sportif dans une société de marché**

Pour ce qui est du livre de Jean-François Bourg et Jean-Jacques Gouguet intitulé « La société dopée. Peut-on lutter contre le dopage sportif dans une société de marché », je pense que c'est un livre que l'on peut qualifier de scientifique. Tout d'abord parce qu'ils ont su donner une réponse à la question présente dans le titre à l'issue d'un développement complet et concret. Celui-ci est aussi sûr dans la mesure où il y a systématiquement la présence de référence lorsqu'une recherche ou un fait est utilisé comme argument. Enfin les auteurs de cet ouvrage savent de qui ils parlent, (M. Bourg est docteur en sciences économiques et chercheur à l'université de Limoges, M. Gouguet est professeur, d'économie, d'aménagement et d'urbanisme à l'université de Limoges). Ce sont des spécialistes internationalement reconnus de l'économie du sport qui ont publié, dans ce domaine, une quinzaine d'ouvrages et de nombreux articles, traduits en plusieurs langues. F K J-J



## **Avant-propos**

Jean COSLÉOU

## **Critiques documentaires**

### **Forum Départemental des Sciences**

Maryline BLONDEAU

### **Médiathèque de l'Agglomération de Cambrai**

David DECLERCQ, Gérald DELFOLIE, Marie GEORGE, Marie-Odile GREAUME,  
Valérie MINET, Béatrice SAUVAGE, Christelle VANDEMAELE

### **Lilliad - Learning Center Innovation**

Anne DOURLENS, Hélène MISTRETTA, Daniéla MUSCALU, Frédéric ROSSEEL

### **Médiathèque de Villeneuve d'Ascq**

Valérie SMAGALA-DOLLINGER

## **Critiques scientifiques**

Julien AUCOUTURIER, Sylvain BILLIARD, Philippe CAMPILLO, Frédéric DAUSSIN,  
Daniel HENNEQUIN, Rémy HURDIEL, Bernard JOLY, Bernard MAITTE

## **Gestion des droits**

Sylvie RINGOT (Forum départemental des Sciences)

## **Mise en page et finalisation**

Edith BROWAEYS

Association Science Et Livre (ASEL)  
Directeur de la publication : Jean-Claude D'HALLUIN  
Courriel : [contact@scienceenlivre.org](mailto:contact@scienceenlivre.org)  
Tel : 06 28 27 26 28  
Web : <http://www.scienceenlivre.org>

Imprimerie l'Artésienne  
Z.I. de l'Alouette, BP 99 -62802- LIÉVIN

ISBN : 9782953920908  
Dépôt légal : mars 2018  
© ASEL, mars 2018

L'Association  
Science Et Livre  
et ses partenaires  
vous donnent  
rendez-vous  
en 2019

