



Escalade : les clés pour un apprentissage réussi

Livres papier

[Yankova, Liliya - Auteur](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue

français

Editeur

[Grenoble](#) ; [Glénat](#) ; [DL 2019](#)

Description physique

1 vol. (167 p.). ill. en coul., couv. ill. en coul.. 23 cm

ISBN

978-2-344-03318-0

Sujets

- [Alpinisme](#)
- [Escalade de rocher pour enfants](#)
- [Escalade sur paroi artificielle](#)
- [Escalade de rocher](#)

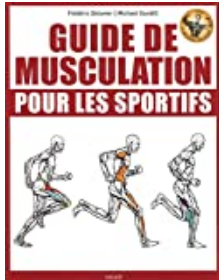
Note générale

- La couv. porte en plus : "conseils et exercices pour les parents, les bénévoles et les professionnels"
- Bibliogr. p. [167]

Résumé

- Le manuel pédagogique pour tous les passionnés d'escalade. Les fondamentaux et des dizaines d'exercices pour un apprentissage réussi. Quel grimpeur, quel que soit son niveau, ne s'est pas trouvé démuné en accompagnant un débutant, ne sachant par où commencer et comment s'y prendre ? Quel parent n'a pas perdu son calme avec son enfant arc-bouté sur les prises, tétanisé par la peur ? Quel professeur d'EPS, quel professionnel ou bénévole de l'escalade ou de la montagne n'a pas été à court d'idées pour animer ses séances ? Ce guide, résolument pratique, est une "boîte à outils" qui devrait vous sortir de ce mauvais pas... Destiné aux personnes déjà autonomes et compétentes en termes de sécurité, il va tout d'abord vous permettre de comprendre les étapes clés de l'enseignement de l'escalade en rappelant les règles d'or de la pédagogie, en insistant sur l'importance d'une démarche ludique, le tout en tenant compte des spécificités liées à l'âge. Ensuite, les fiches pratiques vous proposent de multiples situations réelles d'apprentissage, testées et éprouvées par l'auteur, que vous pourrez mettre en oeuvre ou faire évoluer grâce aux variantes suggérées ou selon vos envies et inspirations. En bloc ou avec corde, en individuel, en binôme ou en groupe, en salle d'escalade ou en extérieur, tous les terrains et toutes les situations sont abordés et personne n'a été oublié, des "pitchouns" aux adultes !

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	796.522 07 YAN



Guide de musculation pour les sportifs

Livres papier

[Delavier, Frédéric - Auteur](#) | [Gundill, Michael - Auteur](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français

Editeur

[Paris](#) ; [Vigot](#) ; [DL 2019](#)

Description physique

1 vol. (288 p.). ill. en coul., couv. ill. en coul.. 26 cm

ISBN

978-2-7114-2528-0

Sujets

- [Force musculaire -- Guides pratiques](#)
- [Force musculaire -- Entraînement](#)
- [Musculation \(exercices physiques\)](#)
- [Anatomie fonctionnelle](#)

Note générale

- Bibliogr. p. 281-287. Index

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	613.711 DEL
BU Droit-Lettres	Sciences 1er étage	613.76 DEL



Marionnettes et pouvoir : censures, propagandes, résistances

Livres papier

[Fleury, Raphaèle \(1979-\) - Directeur de publication](#) | [Sermon, Julie \(1978-\) - Directeur de publication](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français

Editeur

[Montpellier](#) ; [\[Charleville-Mézières\]](#) ; [éditions Deuxième époque](#) ;

[Institut international de la marionnette](#) ; [DL 2019](#)

Description physique

1 vol. (411 p.-[40] p. de pl.). ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul.. 22

cm

ISBN

978-2-37769-066-4

Sujets

- [Marionnettes -- Aspect politique](#)
- [Théâtre de marionnettes -- Aspect politique](#)
- [Théâtre de marionnettes -- Production et mise en scène](#)
- [Théâtre et propagande](#)

Note générale

• Bibliogr. p. [371]-374. Notes bibliogr. Index

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	791.5 FLE

Nutrition du sportif

Livres papier

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français

Editeur

[Issy-les-Moulineaux](#) ; [Elsevier Masson](#) ; [DL 2017](#)

Edition

3e édition

Description physique

1 vol. (XII-288 p.). tabl., sch., graph., couv.ill. en coul.. 21 cm

Collection

[Collection Sport](#)

Auteur(s) secondaire(s)

- Bigard, Xavier (1951-) - Directeur de publication
- Guézennec, Charles-Yannick - Directeur de publication

Autre éd. autre support

- Nutrition du sportif

ISBN

978-2-294-75433-3

Sujets

- [Sportifs -- Alimentation](#)
- [Sports -- Aspect physiologique](#)
- [Médecine du sport](#)
- [Phénomènes physiologiques nutritionnels du sport](#)
- [Sciences de la nutrition du sport](#)
- [Sports -- physiologie](#)

Note générale

- Bibliogr. en fin de chapitres. Liste des abréviations. Index

Site	Emplacement	Cote
BU Santé	Salle de lecture	QT 260 NUT
BU Le Creusot	Rez-de-chaussée des Sciences et Techniques	613.2 BIG

10 cas pratiques en psychologie du sport

Livres papier

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français
Editeur

[Malakoff](#) ; [Dunod](#) ; [DL 2019](#)

Description physique

1 vol. (211 p.). ill.. 24 cm

Collection

[Univers psy](#) ; [2556-4137](#)

Auteur(s) secondaire(s)

- Antonini, Roberta - Directeur de publication
- Hauw, Denis (1964-) - Directeur de publication

Variante de titre

- Dix cas pratiques en psychologie du sport

ISBN

978-2-10-079879-7

Sujets

- [Sports -- Aspect psychologique -- Études de cas](#)

Note générale

- Bibliogr. en fin de chapitres. Index

Résumé

- La 4ème de couv. indique : "Cet ouvrage présente des expériences vécues par des sportifs, en formant une histoire cohérente des questions psychologiques rencontrées en sport aujourd'hui. Ces expériences provenant de différents milieux sportifs rendent aussi compte de l'éventail des formes de problématiques et d'accompagnement psychologiques. Véritable état des lieux de la pratique actuelle de la psychologie du sport, ce livre rappelle pour chaque expérience le contexte scientifique actuel en l'illustrant d'un cas typique. Ce regard ainsi porté sur l'accompagnement psychologique à partir de 10 cas cliniques fait un tour d'horizon des suivis mis en place par les intervenants en psychologie du sport dans différents types de sport, sur des thématiques différentes et avec des techniques variées et originales."

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	796.019 ANT



Dictionnaire du théâtre

Livres papier

[Pavis, Patrice \(1947-\) - Auteur](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne

- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue

français

Editeur

[Malakoff](#) ; [Armand Colin](#) ; [DL 2019](#)

Edition

4e édition augmentée

Description physique

1 vol. (697 p.). couv. ill. en coul.. 24 cm

Auteur(s) secondaire(s)

- Ubersfeld, Anne (1921-2010) - Préfacier, etc.

ISBN

978-2-200-62334-0

Sujets

- [Art dramatique -- Dictionnaires](#)
- [Théâtre \(genre littéraire\) -- Dictionnaires](#)
- [Théâtre -- Dictionnaires](#)



Note générale

- Bibliogr. p. 655-680. Notes bibliogr. Index

Résumé

- La 4e de couv. indique : "Ce dictionnaire déjà traduit dans une dizaine de langues présente les grandes questions de dramaturgie, d'esthétique, de sémiologie et d'anthropologie théâtrale. Il constitue une somme sur l'histoire, la théorie et la pratique des arts de la scène et un outil particulièrement précieux pour l'étudiant tout au long de son parcours en études théâtrales ou au conservatoire. Les notions clés de l'analyse textuelle et scénique y sont définies et explicitées à travers des exemples pris à la fois dans la dramaturgie classique et dans les mises en scène contemporaines. En traitant également des expériences interculturelles et interartistiques, ce dictionnaire encyclopédique permet une approche actuelle et plurielle des textes dramatiques et des représentations"

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	792.03 PAV



En forme en 12 semaines : sport et alimentation

Livres papier

[Todeschini, Julien - Auteur](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français

Editeur

[Paris](#) ; [Vigot](#) ; [DL 2017](#)

Description physique

1 vol. (160 p.). ill. en coul., couv. ill. en coul.. 24 cm

Variante de titre

- En forme en douze semaines
- sport et alimentation

ISBN

978-2-7114-2442-9

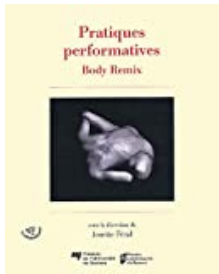
Sujets

- [Sportifs -- Alimentation](#)

Note générale

- Bibliogr. p. 154-159

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	613.2 TOD
BU Droit-Lettres	Sciences 1er étage	613.281 TOD



Pratiques performatives : body remix

Livres papier

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français
Editeur

[Rennes](#) ; [\[Québec\]](#) ; [Presses Universitaires de Rennes](#) ; [Presses de l'Université du Québec](#) ; 2012

Description physique

1 vol. (352 p.-XV p. de pl.). ill. en noir et en coul., couv. ill.. 22 cm

Collection

[Le spectaculaire](#) ; [Série Théâtre](#) ; [1953-2342](#)

Auteur(s) secondaire(s)

- Féral, Josette - Directeur de publication

ISBN

978-2-7535-1727-1 ; 978-2-7605-3392-9

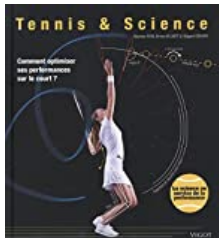
Sujets

- [Art de performance](#)
- [Corps humain -- Dans l'art](#)
- [Art -- Thèmes, motifs](#)
- [Corps humain -- Au théâtre](#)
- [Arts du spectacle et technologie](#)

Note générale

- Bibliogr. en fin de contributions. Notes bibliogr.

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	792.025 FER



Tennis & science : comment optimiser ses performances sur le court ?

Livres papier

[Reid, Machar - Auteur](#) | [Elliott, Bruce - Auteur](#) | [Crespo, Miguel - Auteur](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne



- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue
français
Editeur

[Paris](#) ; [Vigot](#) ; [DL 2016](#)

Description physique

1 vol. (192 p.). ill. en coul., couv. ill. en coul.. 26 cm

Auteur(s) secondaire(s)

- Chaplain, Idriss - Traducteur

Traduit de

- Tennis science

Variante de titre

- Tennis et science

ISBN

978-2-7114-2437-5

Sujets

- [Tennis -- Entraînement](#)

Note générale

- Bibliogr. p. 178-183. Glossaire. Index

Résumé

- Quel est l'impact du jeu de jambes sur l'efficacité du mouvement ? Qu'est-ce que la rupture de la chaîne cinétique ? Quel niveau de vitesse un joueur de tennis peut-il atteindre ? En quoi la surface de jeu influence-t-elle les rebonds ? Quels aliments favorisent la performance ? Comment les propriétés de la raquette permettent-elles à la balle d'aller plus vite ? Science et nouvelles technologies s'invitent de plus en plus sur les courts de tennis. Les joueurs comme les entraîneurs attendent des scientifiques qu'ils décryptent les phénomènes physiques, physiologiques et psychologiques à l'œuvre dans ce sport exigeant. Or, aujourd'hui, en étudiant notamment la nutrition, les techniques d'apprentissage ou encore les facteurs de risques de blessure, les chercheurs sont en mesure de proposer des pistes pour améliorer ses performances sportives. Cet ouvrage répond aux questions que se pose tout joueur de tennis amateur ou professionnel qui souhaite progresser intelligemment. Qu'il s'agisse d'aborder correctement la préparation mentale, de découvrir les apports des équipements de pointe ou encore de mettre en place l'entraînement le plus adéquat pour allier vitesse, force et endurance, l'analyse des données scientifiques délivrée ici dans un langage clair, assorti de nombreuses infographies, fournira les clés essentielles à qui veut développer son potentiel de jeu et prendre un maximum de plaisir sur le court !
[Source : 4ème de couverture]

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	796.342 077 REI



Révolte ! : les rebelles du sport

Livres papier

[Ewanjé-Épée, Maryse \(1964-\) - Auteur](#)

Catalogue des bibliothèques de l'université de Bourgogne

- [Description](#)
- [Sujet](#)
- [Notes et résumé](#)

Langue

français

Editeur

[Paris](#) ; [Hugo Image](#) ; [DL 2019](#)

Description physique

1 vol. (201 p.). ill. en noir et en coul., couv. ill.. 34 cm

ISBN

978-2-7556-4364-0

Sujets

- [Sportifs](#)
- [Sports -- Histoire](#)
- [Sports -- Aspect social](#)

Site	Emplacement	Cote
BU Le Creusot	Mezzanine des sports	796.01 EWA

