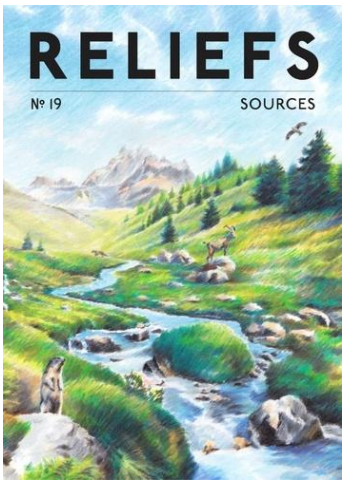
La Nuit de l'Eau

Organisée par le SUAPS en co-organisation avec les étudiants de deuxième année de Deust STAPS parcours "natation, activités aquatiques et surveillance"

Source : Pixabay

Retrouvez une sélection de documents disponibles **en rayon à la bibliothèque** ou **en ligne sur Calypso**, l'interface unique pour vos Recherches documentaires.

Pour toute question, contactez Linda Huddlestone et/ou Eulalie Hocquette,
Chargées de la Valorisation des Collections et de la Circulation.
BU Calais : Linda.huddlestone@univ-littoral.fr Eulaliehocquette@univ-littoral.fr

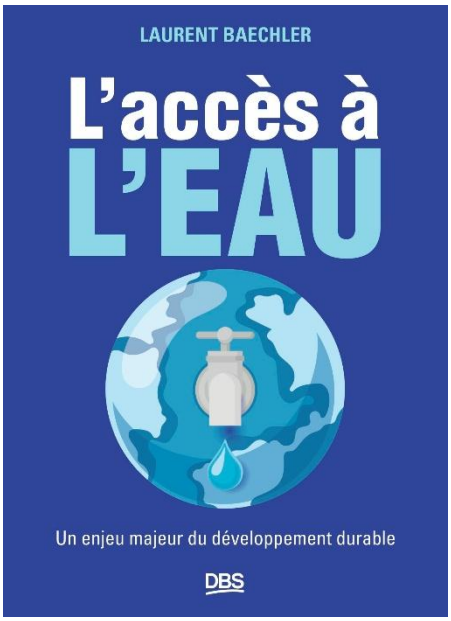


FAHIS Pierre, *Sources,*

Paris. Reliefs éditions.2024. 184 Pages.

A Calais, 551.49 SOU.

« L'eau source de vie » n'est pas seulement un slogan publicitaire, c'est une réalité indiscutable. Aucun être vivant sur Terre, animal, végétal ou microbien, ne peut survivre sans eau. La vie est apparue dans l'océan primitif, il y a trois milliards d'années, sous forme de micro-organismes unicellulaires qui se sont développés, diversifiés et complexifiés pendant plus de deux milliards d'années pour donner des êtres vivants pluricellulaires, nos lointains ancêtres. Il y a 400 millions d'années, la terre ferme a été colonisée par des êtres vivants qui ne se sont pas pour autant affranchis de l'eau. « L'eau n'est pas nécessaire à la vie, elle est la vie » (Antoine de Saint-Exupéry). Rappelons enfin que les milieux aquatiques et les zones humides en bon état stockent 30 % du carbone terrestre et atténuent les inondations, et qu'une partie du cycle vital de 40 % des espèces animales et végétales se déroule dans l'eau. [...].



BAECHLER Laurent,

L'Accès à l'eau : enjeu majeur du développement durable

Louvain-la-Neuve. De Boeck supérieur.2017. 205 Pages.

A Calais, 333.91 BAE A

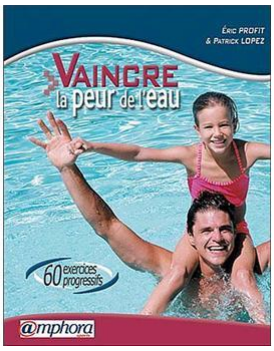
La 4e de couverture indique : « Parmi toutes les ressources naturelles sur lesquelles reposent les activités humaines, l'eau se distingue par le fait qu'elle est vitale, et sans substitut. Ces spécificités fondent le droit à l'eau, reconnu depuis peu comme un droit humain fondamental. Mais l'eau est également rare, et soumise à des pressions croissantes du fait de l'expansion démographique et économique mondiale, de sorte que l'accès à l'eau est de plus en plus un défi quotidien pour une grande partie de la population mondiale, principalement dans les pays pauvres. Au-delà, ce sont les équilibres entre écosystèmes et activités humaines qui sont menacés par la détérioration des ressources en eau, en quantité comme en qualité. À n'en pas douter, l'accès à l'eau fait partie des grands enjeux du développement durable pour les décennies à venir, aux côtés de la lutte contre le changement climatique et de la protection de la biodiversité. »

BRAULT Aurélie, LE MESTRE Manu,

Camille découvre la piscine : Tome 1

Thorigné-Fouillard. Keraqua. 2023. 26 Pages. A Calais, 797.21 LE C1

Camille veut des brassards mais Papa lui explique que cela va l'empêcher d'apprendre à nager. Mais comment flotter sans bouée ? Elle va découvrir qu'il faut aller vers le fond de la piscine pour ressentir que l'eau la porte sans avoir besoin de faire des mouvements. Comme Camille, découvre les étapes incontournables pour être à l'aise dans l'eau. Une histoire pour les enfants... un guide pour les adultes !



LOPEZ Patrick, PROFIT Eric, *Vaincre la peur de l'eau : 60 exercices progressifs*

Paris. Éditions Amphora. 2005. 127 Pages. A Calais, 797.21 PRO V.

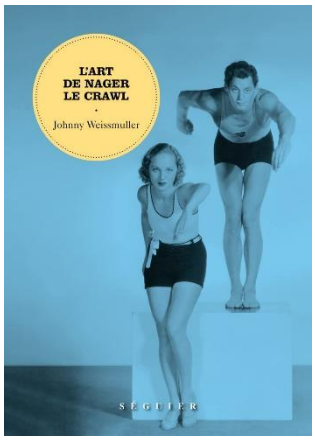
Dans les différentes animations proposées en piscine, « vaincre la peur de l'eau » fait partie des activités en plein essor. L'objectif des auteurs est de proposer un manuel simple et concret pour permettre à toute personne de dépasser sa peur du milieu aquatique. Les premiers chapitres théoriques, qui resituent la relation entre l'Homme et le milieu aquatique, permettent de mieux appréhender cette peur. Les auteurs donnent également les clés pour concevoir des séances efficaces et cohérentes. 60 exercices simples et spécifiques sont présentés sous forme de fiches conçues selon une organisation unique (position de départ, réalisation, consignes particulières) et illustrées de dessins didactiques. Ces exercices sont regroupés autour de thèmes à la difficulté progressive (acceptation du milieu aquatique, maîtrise de la respiration, travail de l'équilibre, repérage corporel, immersion...) pour aller jusqu'à l'autonomie complète.

FAUQUET Claude, *La Natation de demain : une pédagogie de l'action : l'activité natatoire, conquête, réussite, progrès : outil multimédia à l'intention des éducateurs, entraîneurs, animateurs...*

Biarritz Pantin. Atlantica. Les cahiers du sport populaire. 2008. 159 Pages et 1 DVD (1h25).

A Calais, 797.21 CAT N

Claude Fauquet est directeur technique national de la Fédération française de natation. L'ouvrage explore les trois étapes de la construction du nageur - corps flottant, corps projectile, corps propulseur - et dont le lecteur se saisira à partir des pages "Fondements" (physique, physiologique, psychologique, pédagogique), mais aussi directement par les pages "Mise en œuvre didactiques" dans lesquelles il trouvera une série d'objectifs précis et de tâches à proposer au débutant comme au nageur de haut niveau.

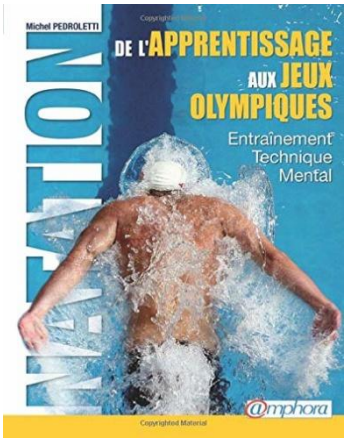


VAUCAIRE Michel, WEISSMULLER Johny, *L'Art de nager le crawl*

Paris. Seguier. 2023. 163 Pages.

A Calais, 797.21 WEI A

Dans la vie, il existe deux catégories de personnes : celles qui barbotent gentiment et celles qui nagent vraiment. Recordman du 100 mètres nage libre et plusieurs fois champion olympique, Johnny Weissmuller (1904-1984) faisait indéniablement partie du second camp. Mais le Tarzan le plus célèbre d'Hollywood n'avait rien d'un homme-singe perdu dans la jungle. Il se voyait plutôt comme un pédagogue en slip de bain, motivé par l'envie de partager son art. En 1931, il écrit donc *L'Art de nager le crawl*. L'ouvrage rassemble tous ses conseils pour parvenir au mouvement parfait et goûter à cette sensation unique dans l'eau, cette fluidité des grands champions. Guide pratique pour tous ceux qui veulent passer l'été la tête haute tout en contribuant à rendre nos plages plus élégantes, *L'Art de nager le crawl* est aussi un délicieux et iconoclaste traité d'art de vivre. Un livre original qui plaira à tous les nageurs – débutants ou confirmés – ainsi qu'aux amateurs de curiosités littéraires.



PEDROLETTI Michel,

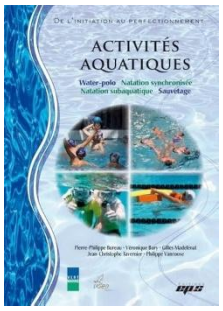
Natation : de l'apprentissage aux Jeux olympiques : technique, entraînement, mental

Paris. Amphora. 2009. 415 Pages.

A Calais, 797.21 PED N

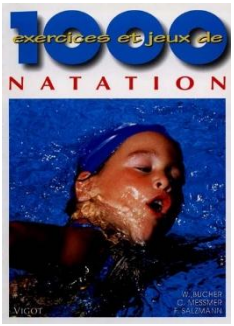
L'objectif de Michel Pedroletti est de proposer un guide pour aider, conforter et donner les réponses aux questions que se posent inévitablement l'entraîneur pour préparer un entraînement.

Pour chaque thème, il détaille les connaissances théoriques fondamentales et propose des solutions concrètes pour une transposition cohérente et efficace sur le terrain. Après avoir rappelé le rôle de l'entraîneur et détaillé les bases fondamentales de l'entraînement, il développe les approches techniques d'apprentissage, propose différents entraînements spécifiques, des méthodologies, des organisations et une planification adaptée aux objectifs et aux niveaux des nageurs.



BURY Véronique**,** *Activités aquatiques : water-polo, natation synchronisée, natation subaquatique, sauvetage*

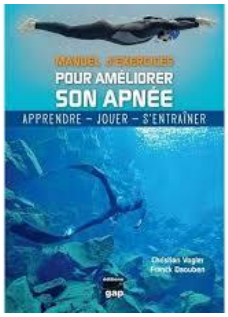
Paris. Éditions EP&S. 2012. A Calais, 797.25 ACT



BUCHER Walter, *1000 exercices et jeux de natation*

Paris. Vigot. 1986. 241 Pages.

A Calais, 791.21 BUC M



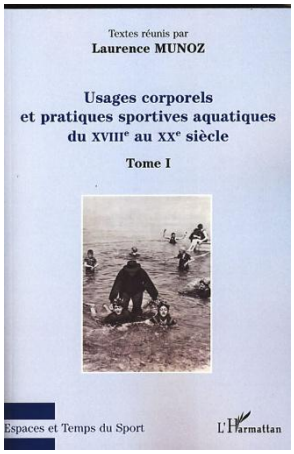
VOGLER Christian

Manuel d'exercices pour améliorer son apnée : apprendre, jouer, s'entraîner

Challes-les-Eaux. Éditions Gap. Dépôt légal : 2017

A Calais, 797.23 VOG M.

Christian Vogler est vainqueur de la coupe de France à trois reprises et actuel entraîneur (avec Arnaud Ponche) de l'équipe de France d'apnée. Les auteurs nous livrent dans cet ouvrage le fruit de leurs travaux et pratiques sur l'apnée et la préparation physique pendant des décennies. Près de 750 jeux et exercices, en piscine, en pleine mer, à sec ou en plein air permettront à chacun quel que soit son niveau d'améliorer ses capacités physiques. Ils s'adressent à tous ceux qui pourraient être amenés à intégrer des exercices d'apnée dans les entraînements qu'ils proposent : apnéistes bien sûr, mais aussi nageurs, cyclistes, coureurs, bien d'autres encore.



MUNOZ Laurence

Usages corporels et pratiques sportives aquatiques du XVIIIe au XXe siècle
Paris. L'Harmattan. 2008. 306 Pages.

A Calais, 796.09 USA

Les articles réunis dans ces deux tomes reprennent, après expertise, des communications proposées dans le cadre du XIIe carrefour d'histoire du sport, organisé à Calais sur le thème : les pratiques corporelles et l'eau. Présenté en huit parties, ce travail montre combien les pratiques corporelles aquatiques et nautiques ont été et restent un lieu d'expressions multiples où se lisent la sociabilité, les modes de vie, l'avancée des techniques et des idées, où se révèlent en somme les dimensions politiques, économiques, culturelles et sociales dans un lieu et un temps donnés. Lorsque l'eau devient support de l'activité humaine, elle apparaît comme une contrainte et son usage requiert des stratégies d'adaptation. En effet, l'homme, envisagé hors de son milieu de vie ordinaire, doit imaginer les conditions de son accommodation. Il met alors en place des moyens de maîtrise de l'élément, règles de sécurité, outils, techniques, institutions, pédagogies...