

REPUBLIQUE DU SENEGAL

Un Peuple - Un But - Une Foi



MINISTRE DE L'EDUCATION, CHARGE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR, DES
C.U.R ET DES UNIVERSITES

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR



INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR
DE L'EDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT
(I.N.S.E.P.S)

Mémoire de Maîtrise ès Sciences et Techniques
Des Activités Physiques et du Sport
(S.T.A.P.S.)

THEME

**LE TAEKWONDO FEMININ AU SENEGAL :
PROFIL - MOTIVATION ET DIFFICULTES DES FILLES
PRATIQUANT LE TAEKWONDO
(Cas des régions de Dakar et Thiès)**

Présenté et soutenu par :

PAPA LATYR NDIONE

Sous la direction de :

M. AMADOU ANNA SEYE
Professeur à L'I.N.S.E.P.S



ANNEE UNIVERSITAIRE 2008-2009

DÉDICACES

Je dédie ce modeste travail à mon jeune frère **MBAYE NDIONE** très tôt arraché à notre affection. Ceci est une occasion cher petit frère, de prière, d'expression de mes sentiments les plus profonds en devant supporter ton absence ici bas. On ne cessera de prier pour le repos de votre âme. Que la terre de Tassette te soit léger frérot amen.

A mon père **MODOU NDIONE** : Papa je suis conscient de votre détermination, de vos sacrifices et de votre volonté à faire de nous des personnes dignes et ambitieuses.

A ma mère **SALY SECK** : Maman ! Ton amour, ta tendresse et ton humilité nous a permis d'en arriver là. Les mots me manquent pour vous exprimer toute ma gratitude, toute ma reconnaissance.

Chers parents, que le tout puissant vous garde encore des décennies ici bas et vous accorde une santé de fer amen.

A tous mes frères et sœurs : Grands **Malick, Ndiér, Dame, Mbossé, Coumba, Thiémokho, Gana, Allassane, Adama, Matty, Dior ; Jule sombel, Ngomac et Fatou Sow**. J'ai grandi avec fierté parmi vous.

A mes copains, mes frères d'armes et complices : **Doudou Pouye et Moussa Thiandoum**.

A Maman **Penda Diop** (Que la terre vous soit légère).

A toute la famille Dia à Thiès (**Al Ousseynou Dia, Fatou Diallo, Aïcha, khady...**)

A mes cousins, nièces et neveux : Mansour, Mame séne, Demba, Samba(GMI), Assane, Cheikh Faye, Malick séne, El hadji (Hitler), Khady séne, Maimouna Dione, Maguette et mon Homonyme Latyr

A mes amis et camarade : Aby Diao (bocande), Anne Mari Fall, Daouda Diop, Cheikh Mbodji, Mari Hélène Niakh, Pape Mbodj, Bamba Ngom, Mor Ndiaye, Daga, Ibrahima Seck.

A Ouli et la petite Maman Sally, Tonton Seck, grand Bab's, que Dieu vous accompagne dans vos projets.

REMERCIEMENTS

Nous voudrions par cette page remercier très sincèrement le bon Dieu, le tout puissant, le très miséricordieux. Grace à qui ce travail a débuté et est arrivé à son terme. Je te rends grâce alors mon Dieu, toi qui est le clément et détenteur de l'unique vérité qui tienne.

Remercier toutes les personnes qui ont eu à contribuer à ce modeste travail. Qu'il nous soit permis de citer :

M. Anna SEYE qui a accepté de diriger ce travail avec disponibilité, rigueur et générosité.

Maitre **Wally Ndong** qui, au-delà des relations maitre-élève n'a ménagé aucun effort pour la réussite de ce travail.

Maître **Doudou Diouf** pour sa disponibilité et ses conseils.

Mari Helene Niakh pour tout

Et ses voisines **Fatou Guéye, Margo** et **Faba kane** au 120 b3 pour leur attention.

Anne Marie Fall pour sa disponibilité

Merci à toutes les filles qui ont accepté de répondre à nos questionnaires.

Sommaire

Dédicace.....	1
Remerciements.....	3
Motivation.....	6
INTRODUCTION.....	7
<u>CHAPITRE I :</u>	
Essai de définition :.....	10
I - 2 TAEKWONDO	
I -3 Les arts martiaux dans le sport	
I -4 Classification des arts martiaux dans les sports de combat :...12	
I -5 Le Taekwondo, un sport martial :.....13	
I -6 Profil14	
I -7 Motivation15	
<u>Chapitre II :</u>	
Origines et évolution du Taekwondo à travers le monde...17	
II-1 En Asie :.....18	
II-2 l'émergence du Taekwondo.....19	
II-3 Evolution dans le monde :20	
II- 4 HISTORIQUE DU TAEKWONDO AU SENEGAL :.....22	
II-5 Historique et évolution du sport féminin :.....23	
II-6 Le Taekwondo féminin au Sénégal :.....25	

Chapitre III :

Méthodologie27

III-1 Le cadre de l'enquête :

III-3 L'échantillonnage :.....28

III-4 La collecte des données29

III-5 Le traitement des données :

III-6 L'analyse documentaire :

III-7 Difficultés et limites de notre recherche :.....30

Chapitre IV :

Présentation, analyse et commentaires des résultats.....31

IV-2 L'aspect socioculturel :.....36

IV-3 L'aspect socioéconomique.....40

IV-4 Les Motivations.....42

**IV-5 Les raisons de la pratique et les avantages tirés
du Taekwondo:.....44**

IV-6 Les difficultés des pratiquantes :.....49

Recommandations51

Conclusion.....53

Bibliographie.....55

Sources référentielles.....56

Annexe

Motivations

Devoir et obligation ; telles sont les raisons qui nous ont incité à jeter notre dévolu sur le thème de notre mémoire : profil, motivation et difficultés des filles pratiquant le Taekwondo au Sénégal.

Devoir de nous «vouer corps et âme» pour le développement du Taekwondo. Par extension nous avons d'une part mis en exergue notre expérience en tant que pratiquant de Taekwondo, celle qui constamment fait le tour des dodjangs (salle d'entraînement) à Dakar comme à Thiès, et d'autre part, celle du professionnel en herbe des **A.P.S** (Activités Physiques et du Sport) que nous nous réclamons de par la formation que nous recevons à l'INSEPS de Dakar, laquelle formation nous confère des compétences dans différents domaines du sport.

Obligation de traiter un sujet de mémoire en tant qu'étudiant en année de maîtrise en STAPS. Ainsi notre proposition de réfléchir sur la question de la pratique du Taekwondo féminin nous paraît légitime, car le constat est que de nos jours, la discipline connaît de plus en plus une adhésion des filles.

INTRODUCTION

L'histoire nous renseigne qu'autrefois, l'homme était obligé de promouvoir sa survie. Il eut à combattre la nature, les animaux et surtout ses semblables. Nés dans cet esprit d'autodéfense, les arts martiaux ont pendant longtemps été pratiqués dans les sociétés Asiatiques avant de s'étendre dans le monde.

Les jeux, les activités physiques de délassements pratiqués par un groupe social font partie intégrante de ses manières de vivre, de penser et d'être. A travers l'évolution de ceux-là, on retrouve les traits dominants de cette société.

Le Taekwondo est un art martial qui témoigne de plusieurs siècles d'histoire, puisqu'il représente le souffle des ancêtres et la brillante histoire de la race Coréenne. Cet art martial s'est développé au cours des siècles et à travers le monde pour devenir un sport moderne tout en gardant son aspect traditionnel, son esprit d'autodéfense. En effet le Taekwondo est un sport qui s'adresse à toutes les catégories de personnes eu égard à sa pratique, qui offre des champs et une dynamique d'évolution propres à chacun. Il n'en demeure pas moins que la compétition sportive reste le premier vecteur médiatique de ce sport de contact spectaculaire. Son ascension est particulière dans l'histoire du sport puisque vingt cinq ans seulement se sont écoulés entre le premier championnat du monde officiel de Taekwondo et son inscription au tableau des disciplines olympiques pour l'an 2000. Pays de haute diplomatie, le Sénégal a su tisser d'excellentes relations avec de nombreuses nations à travers le monde. A travers la coopération Sénégal-coréenne, le Taekwondo est introduit au Sénégal le **03 mars 1983**. L'évolution du Taekwondo sénégalais s'est faite aussi brillamment que celle du Taekwondo mondial.

Affilié à la Fédération Sénégalaise de Judo et disciplines associées (**FSJDA**), le Taekwondo s'est vu attribuer une fédération dans notre pays le 22 décembre 1995.

Selon le rapport d'activités de la fédération sénégalaise de Taekwondo de 2007-2008, il y'a **230** clubs et environ **15 000** licenciés à l'échelle nationale. Ce chiffre nous permet d'affirmer que le Taekwondo fait partie des disciplines qui attirent plus de monde au Sénégal.

Aujourd'hui, ce qu'on peut constater, c'est que les femmes jadis « **inactives** », sont bien représentées dans toutes ces formes de pratiques sportives (aussi bien en sport de compétition qu'au niveau des activités physiques d'entretien). Dans le contexte de notre pays, la participation des femmes aux activités physiques à fait l'objet de plusieurs études : (Faye C., « *Contribution du sport à l'amélioration de la condition de la femme.* » **INSEPS 1986** ; Sagna Y., « *Les femmes sénégalaises dans la pratique des activités physiques en salle : profil-motivations- difficultés* »...) **INSEPS 2004**.

Ces études ont cependant privilégié les activités physiques d'entretien, le judo et le karaté. Au Sénégal comme dans la plupart des autres pays, les arts martiaux connaissent un essor considérable. On y note une présence massive des femmes, et le Taekwondo sénégalais n'échappe pas à la règle. On constate également la présence de plus en plus fréquente de filles voilées.

Aujourd'hui l'effectif de la population féminine qui adhère à la pratique du Taekwondo ne cesse de croître. Ce constat nous a incité à méditer sur le Taekwondo féminin au Sénégal, sur le profil, la motivation et les difficultés des filles pratiquant le Taekwondo. Il s'agit donc pour nous, d'aller à la découverte de cette population féminine qui adhère au Taekwondo, de connaître les raisons pour lesquelles celle-ci choisit cette discipline et les difficultés qu'elle rencontre.

Les questions de recherches qui ont émané de notre réflexion peuvent se libeller comme suit :

- *Cette implication des filles ressort-elle du hasard ?*
- *Quelles sont les caractéristiques et les spécificités de ces filles ?*
- *Qu'est ce qui les motive ?*
- *Est-ce une prise de conscience générale des bienfaits de l'activité physique ?*

Ce que l'on peut affirmer c'est que les filles sont plus que jamais préoccupées par leur esthétique corporelle, leur santé physique et morale, bref, par leur bien être. Néanmoins les réponses à ces questions conditionneront notre souhait de mener cette étude. Pour y parvenir, nous nous sommes fixé comme objectif de contribuer à une meilleure connaissance du Taekwondo Sénégalais en général et du Taekwondo féminin en particulier.

Pour apporter des réponses à ces questions, nous avons divisé notre travail de recherche en quatre chapitres avec tout d'abord une tentative de clarification des concepts constituant notre sujet de recherche au chapitre **(I)**; ensuite nous avons l'historique et l'évolution du Taekwondo à travers le monde au chapitre **(II)**, puis la démarche utilisée pour faire le travail au chapitre **(III)**. Et enfin nous avons terminé par la présentation et la discussion des résultats au chapitre **(IV)**.

Nous ne manquerons cependant pas de donner quelques recommandations mais aussi une conclusion générale.

CHAPITRE I Essai de définition :

I-1 ART MARTIAL :

Le terme Art Martial est une création récente. C'est la traduction littérale de l'anglais « Martial Art ». Et définir de façon rigoureuse des pratiques, par la plupart très anciennes, à l'aide d'une domination contemporaine n'est pas chose facile.

Si on se réfère au Dictionnaire des Arts Martiaux de Louis Frédéric (Edition Félin 1988), on donne le nom d'art martial à toutes les activités physiques et mentales dont le but était autrefois l'entraînement aux arts et techniques de la guerre, avec ou sans armes.

Cette définition limiterait les arts martiaux d'origines Européennes à l'escrime et elle ferait la part belle aux sports de combat d'origines Asiatiques en particuliers aux sports issus du Japon. Dans les pays d'Europe, les arts martiaux orientaux ont pris leur essor, au départ, comme technique d'autodéfense pour devenir graduellement des sports de combat par le biais de la compétition.

La pratique moderne avec son côté le plus spectaculaire, la compétition, a conduit à intégrer les arts martiaux dans un groupe plus large que celui des sports de combat.

I - 2 TAEKWONDO

(Voie des pieds et des poings)

Le Taekwondo a été un sport de démonstration en 1988 aux Jeux Olympiques de Séoul. Art Martial Coréen, issu d'une synthèse de Taekyon, de Karaté et de Kempo, codifié dans sa forme moderne en 1965.

C'est un sport de défense dont la devise est de ne jamais attaquer le premier.

En compétition, on remarque un très faible nombre de blessures du visage.

Cela s'explique par le port obligatoire d'un casque et l'interdiction de frapper au visage avec le poing. Cependant, le coup de pied à la tête est autorisé, c'est pourquoi il arrive que des K.O se produisent de temps en temps. Ce sport de combat comporte beaucoup de coups de pieds sautés, mais pas de corps à corps. Parfois on y pratique la casse de matériaux. La gestion du poids dans ce sport se rapproche de celle de la boxe. Recherche du poids minimum avec perte de poids dans les jours qui précèdent la compétition. Des compétitions se déroulent en 3 rounds de trois minutes séparées par un temps de repos de 30 secondes.

I -3 Les arts martiaux dans le sport

Arts martiaux et sport présentent des caractéristiques, qui, quoique apparemment rapprochés, sont éloignés l'un de l'autre dans leur représentation.

Généralement, le sport prend peu en compte les capacités d'auto méditation. L'idéal martial tend à affirmer une dimension personnelle afin de résister à ses peurs, de développer loyauté et courage tout en intégrant une dimension médicale, et même métaphysique. La dimension extérieure des arts martiaux a pour objet de former le citoyen. Associer les arts martiaux au domaine du sport (de combat) signifie que les caractéristiques traditionnelles des arts martiaux ont été réduites pour permettre son intégration dans le système sportif moderne. La propagation et le développement des arts martiaux pour une pratique de masse entraînent de nombreuses modifications et déformations tant au niveau de la pratique, qu'au niveau du contenu technique et conceptuel. Mais peut on introduire directement les arts martiaux dans le cadre des sports de combat ? Si oui, d'après quels paramètres ?

Pour répondre à ces questions, nous allons procéder à la définition d'un cadre conceptuel.

I -4 Classification des arts martiaux dans les sports de combat :

Pour comprendre le sens épistémologique du sport de combat, il nous sera tout d'abord utile de définir les concepts de sport et de combat.

P. Parlebas, donne une définition du sport moderne : « *Le sport est un système institutionnalisé de pratiques compétitives, à dominante physique, délimité, codifié, réglé conventionnellement dont l'objectif avoué est, sur la base d'une comparaison de performances, d'exploits, de démonstrations, de prestations physiques, de désigner le meilleur concurrent (le champion) ou d'enregistrer la meilleure performance record. Le sport est donc un système de compétition physique généralisée, universelle, par principe. Ouverte à tous, qui s'étend dans l'espace (toutes les nations, tous les groupes sociaux, tous les individus peuvent y participer) ou dans le temps (comparaison des records entre diverses générations successives) et dont l'objectif est de mesurer, de comparer les performances du corps humain conçu comme puissance sans cesse perfectible* ». Par conséquent, l'effort physique, les règles et l'aspect compétitif forment la trilogie du sport moderne institutionnalisé.

Le terme combat est quant à lui défini par le dictionnaire Petit Robert comme une « *action de deux ou plusieurs adversaires armés, de deux armées qui se battent* ».

Alors quand le mot « combat » se marie avec sport, il prend une charge sémantique de jeu, de passe temps, d'amusement, consistant à trouver une opposition à travers un adversaire. Dans ce sens, le sport de combat comprend les caractéristiques de sport moderne.

I -5 Le Taekwondo, un sport martial :

L'organisation de Taekwondo a atteint son objectif de mondialisation en devenant un sport à part entière. Son développement sur la scène nationale et internationale s'est appuyé sur l'organisation de compétitions régionales et mondiales et sur la volonté d'intégration aux jeux olympiques. Mais le Taekwondo risque de perdre son esprit martial à cause de la compétition. Pour conserver cet esprit les maîtres ont décrit le Taekwondo comme un « *sport martial* ». « *Le taekwondo s'édifie sur une base solide comme un sport international. De nos jours, il revêt deux aspects parallèles: sport et art martiaux* ». Autrement dit, techniquement le Taekwondo insiste sur les techniques de compétitions. Mais, l'organisation du Taekwondo insiste sur l'esprit traditionnel. « *Le taekwondo n'est pas un simple art martial mais il est le do martial* » Actuellement, le do est reconnu parmi les pratiquants comme « *un des grands caractères du taekwondo. Pour ceux qui le pratiquent, il a été créé au travers des caractères religieux et éducatifs* ». L'organisation du Taekwondo a pour but de former les jeunes, les éduquer comme de futurs citoyens attachés au patriotisme et à l'éthique (respect des parents et des anciens, humilité).

I-6 Profil :

On peut rencontrer plusieurs définitions de la notion de profil selon qu'on l'applique à tel ou tel domaine de la vie.

Ainsi le dictionnaire le Robert définira le concept de profil suivant (3) plans

- **Au plan psychologique :**

« *Une courbe* » dont les éléments proviennent des résultats de tests et donnent la « *physionomie mentale* » d'une personne.

- **Au plan médical :**

Ici le profil est selon le Robert (3) « *l'ensemble des caractéristiques, psychiques, anatomiques et physiologiques établies sur la base de tests et de mensurations en vue de déterminer l'aptitude d'un individu au service militaire.* »

- **Au plan socio professionnel :**

Dans le cadre de la formation professionnelle, le profil est défini comme « la somme des unités modulaires essentielles pour accomplir toutes les tâches d'une fonction type à compétence professionnelle ». Donc par extension, le profil renvoie à une esquisse psychologique d'un individu quant aux aptitudes professionnelles.

- **Au plan sociologique :**

En parlant de profil au plan sociologique, dans cette étude nous mettrons l'accent essentiellement sur les aspects sociodémographiques (âge, situation matrimoniale), socioculturels (nationalité, groupe ethnique, niveau d'instruction scolaire), et socioéconomiques (emploi, type d'emploi, lieu de résidence).

Ces aspects nous permettront de cerner le profil des pratiquants au plan sociologique ; en mettant un lien particulier entre le profil que nous venons de voir, avec le statut et la fonction du pratiquant :

Nous dirons que le statut est souvent utilisé pour désigner la position de l'individu dans la vie sociale, quant à la fonction, elle renvoie aux différents rôles et responsabilités d'un individu selon sa position dans le groupe.

I -7 Motivation :

La motivation est définie dans différentes disciplines et explique plus ou moins certains choix de la part des pratiquantes. Pour notre étude il s'agira de savoir pourquoi ces filles pratiquent la discipline. Les premiers écrits qui se rapportent à la motivation viennent des philosophes grecs (Vallerant R.J et Thill E., 1993). Le sophiste Thrasymache, postulait que « *Le comportement de l'organisme était motivé par un intérêt personnel, plus précisément par la recherche du plaisir et de l'évitement de douleur (ou du mécontentement)* ».

Selon Weinberg RS., « *la motivation est un concept beaucoup plus large que les comportements qu'elle déclenche et elle se définit par la direction, l'intensité et la force de l'effort. Elle permet de surmonter les obstacles, de continuer à se battre malgré les frustrations.* »

Selon le dictionnaire actuel de l'éducation le concept de motivation vient du latin « *motivus* » qui signifie « *mobile, qui met en mouvement* » et se définit comme « *un construit hypothétique utilisé afin de décrire les forces internes et ou externes traduisant le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement* ». (Legendre, 1993, p882).

D'une manière générale, nous pouvons dire que la motivation est perçue comme un processus interne ou externe qui influence la direction, la persistance et la vigueur du comportement dirigé vers un but.

La motivation d'une personne est la tendance de cette personne, à faire ou à ne pas faire une certaine chose.

Elle peut donc être définie comme une caractéristique latente et relativement stable de la personnalité qui entraîne le sujet à être particulièrement attiré ou rebuté par les conséquences de certains types d'actions ou de comportements. En somme, le concept de motivation se présente sous des formes tellement variées qu'il est difficile de lui trouver une définition univoque. Ainsi nous avons plusieurs théories qui traitent sur la motivation. Il nous est permis de citer : SINGER, 1972 ; SHILLING, 1978 ; BOUET, 1969 ; MASLOW, 1954, ALDRMAN et WOOD, 1976 ...

C'est ainsi que nous distinguerons deux types de motivations : la motivation extrinsèque et celle intrinsèque que nous allons voir dans les lignes qui suivent.

- **La motivation extrinsèque :**

Elle dépend des facteurs extrinsèques et elle permet à l'individu de pratiquer l'activité pour en tirer indirectement quelque chose de plaisant ou pour éviter quelque chose de déplaisant. Par exemple nous pouvons participer à une compétition sportive pour gagner une coupe, de l'argent ou un trophée. Nous pouvons pratiquer du sport pour faire plaisir à la famille, à l'entourage. Comme nous pouvons aussi le faire pour imiter une vedette. En effet selon **M. Segré** l'influence de l'origine familiale est certaine quant à la nature des activités sportives pratiquées par les sujets. Pour lui la famille exerce très rapidement son action socialisatrice sur les sujets pratiquants dont le père était sportif et la pratique est précoce et également différenciée compte tenu de la nature distincte des activités familiales pratiquées en fonction des milieux familiaux.

Tout se passe comme si en l'absence de toute contrainte, la pratique du père dans ce qu'il impose du déplacement, de discussions, de mode de vie et auxquels l'enfant participe, tend à produire une activité « naturelle » bien que dépendant de l'action culturelle du milieu. Dans ce sens en rapport avec notre étude, nous allons voir si effectivement les facteurs extérieurs contribuent à jouer un rôle déterminant dans la pratique du Taekwondo chez les filles.

- **La motivation intrinsèque :**

Pour la motivation intrinsèque elle prend ses sources dans les désirs du sujet. Elle permet aussi à l'individu d'effectuer volontairement une activité par intérêt. Par exemple nous pouvons faire une activité pour le besoin de nous réaliser ou pour le besoin de nous accomplir. Vivant dans une communauté à laquelle il fait partie intégrante, l'homme éprouve naturellement le besoin de se réaliser pour s'affirmer dignement au sein de ses semblables. Il en fut toujours ainsi dans les sociétés humaines ; l'être humain est également gagné par le désir de domination de l'homme par l'homme qui peut se manifester par-delà les intérêts du groupe, ceux personnels de chaque individu. Le sport constitue un excellent champ d'expression de ses pulsions, où les acteurs peuvent prouver leurs talents, leur existence et gaieté du profit. Nous pouvons aussi le faire pour le désir d'apprendre à se déplacer ou tout simplement par sensation à la pratique de l'activité. Seulement avec la différence que le facteur intrinsèque serait la dose supplémentaire de motivation qui pousserait le pratiquant à sa discipline. Une dose qui ne proviendrait ni du milieu, ni d'une personne influente mais seulement du pratiquant lui-même.

Après analyse des différentes approches du concept de motivation, il nous paraît plus pertinent dans le cadre de ce travail, de considérer la motivation comme étant le phénomène qui pousse notre population à faire du Taekwondo.

Et ceci afin d'en tirer des avantages certains.

Chapitre II : Origines et évolution du Taekwondo à travers le monde

II-1 En Asie :

Comme beaucoup d'arts martiaux, le Taekwondo s'appuie sur une tradition très ancienne et existait bien avant le Moyen Age. Son passé peut être connu à travers l'histoire orale, les monuments et les peintures que le temps a épargnés en Asie. C'est un art martial qui témoigne de cinq mille ans d'histoire, puisqu'il représente un souffle des ancêtres de la race Coréenne. Si l'on remonte dans le temps, avant notre ère, on nous apprend dans l'histoire de la Corée qu'il y eut une période dite des trois royaumes : **Koguryo** (37 avant J.C. à 668), **Silla** (57 avant J.C. à 676) et **Paekje** (18 avant J.C. à 661). Les royaumes ont rivalisé par l'affrontement de corps militaires tels que les « Son baes » pour Koguryo, les «**Ku sons** » pour Paekje, et les « **Hwarang** » pour Silla. L'art martial pratiqué alors s'appelait SUBAK.

C'est au 4^{ème} siècle que cette pratique martiale va être systématisée au sein des corps d'élites militaires de Silla « **Hwarang** ». Ces corps d'élites de Hwarang vont repousser les attaques des pirates Japonais et amener la signature d'un traité d'alliance avec la Chine permettant d'unifier la péninsule en un seul royaume Koryo (918 à 1392). Puis les joutes de Subak suscitèrent de l'engouement sur la population de Silla. Toutefois, durant cette période d'unification on relève une pratique martiale appelée Subakdo selon que l'on utilisait des techniques de mains ou Taekyon selon que l'on utilisait des techniques de pieds. Un certain mixage des techniques se produit alors dans ce que l'on va appeler selon les lieux, Subakdo, Taekyon, Tangsudo...

Pendant l'occupation japonaise (1910 à 1945) les arts martiaux Coréens étaient interdits. Les japonais introduirent le Karaté et le Judo pendant 35ans ; assimilés par la culture Coréenne ils devinrent le Konsudo survivance du Taekyon. La Corée devenue libre après 1945 souhaite revaloriser sa culture. Les arts martiaux refleurissent. Diverses écoles réapparaissent sous de nombreux noms. Tangsudo, konsudo, Subakdo sont pratiqués dans tout le pays puis unifiés en Taekwondo le 11 Avril 1955. Des origines purement Coréennes, qui remontent à des temps très anciens ; le Taekwondo s'enracine profondément dans les traditions et la culture du Pays du Matin Calme.

II-2 L'EMERGENCE DU TAEKWONDO :

D'après nos recherches, le Taekwondo a des origines anciennes et est dérivé des arts Asiatiques. Cet art martial Coréen unique a conservé sa popularité à travers les dynasties postérieures et à l'époque moderne est devenu un sport courant, incorporé dans les programmes des jeux olympiques. En effet durant l'occupation de la Corée, les activités liées à la nation et aux traditions Coréennes furent abolies. Les arts martiaux n'échappent à la règle, le Taekyon est quasiment disparu. L'armée Japonaise introduit le Judo et le Karaté dans la péninsule. Les jeunes Coréens ayant vécu sous l'occupation Nipponne et de la guerre ont été formés à Tokyo (Japon). La plupart des maîtres de l'après guerre ont été formés aux arts martiaux japonais (judo, karaté, kendo). La Corée devenue libre après 1945 souhaite revaloriser sa culture, occultée par l'occupation Japonaise. Les arts martiaux connaissent une mutation avec beaucoup d'écoles et de noms. Chaque école portant une attention particulière à telle ou telle technique (coup de pied fouetter, technique de bras, poomses ...) Ainsi se fonde la certitude pour certains maîtres quelque soit leur style que pour un développement de ces arts, l'unification doit se faire au tour d'une seule et unique discipline.

Un déclic se produit en 1952(en pleine guerre de Corée) lors d'une démonstration effectuée par des experts de Tangsudo devant le président de la République d'alors **Lee Sung Man**. Impressionné, celui ci demanda de faire de cet art une obligation dans la formation de l'armée Coréenne sous le nom de Taesudo par référence au Taekyon. Le mot Taekwondo sera officiellement adopté par des experts et maîtres pour qualifier l'ensemble des styles de combat pratiqués en Coréen le **11 avril 1955**.

II-3 Evolution dans le monde :

Le Taekwondo est né officiellement le 11 avril 1955 après un long travail de développement et d'unification des différentes écoles martiales Coréennes. En effet après la libération de l'occupation Japonaise, une véritable fièvre s'empare des milieux de pratique des arts martiaux Coréens. Après la naissance du Taekwondo, des équipes de démonstration furent constituées. Ces équipes étaient composées des meilleurs représentants de cet art martial nouveau et pilotées par le général **Choi Hong Hi**. Ces équipes avaient pour objectif d'effectuer des tournées à travers le monde pour la promotion du Taekwondo et pour établir des associations nationales dans beaucoup de pays. Le 22 mars 1966, se réunirent ces associations pour former la Fédération Internationale de Taekwondo (**FIT**) à Séoul (Corée du sud). Confronté à des difficultés particulièrement politiques, le général Choi fut contraint à l'exil. Avec l'accord des membres de la FIT, il déplaça le siège au Canada d'où il espérait pouvoir diffuser plus aisément le Taekwondo dans les pays de l'Est. Le gouvernement de la Corée du sud, qui ne voulait pas, lui non plus, perdre le Taekwondo, qui était devenu un extraordinaire outil de propagande pour le pays, créa le (**WTF**) ou Fédération Mondiale de Taekwondo en 1973.

Bénéficiant de l'appui du gouvernement, cet art martial se développa très rapidement surtout dans les pays de l'Ouest.

Dès lors, deux Taekwondos cohabitent plus ou moins pacifiques. Le maintien d'un seul nom pour désigner ces deux disciplines, est à la base de nombreuses confusions. Ces deux arts martiaux sont très différents dans leurs formes de pratique. Si le Taekwondo du général **Choi** a poursuivi son évolution scientifique, celui de la WTF a pris une toute autre direction, celle de l'olympisme.

Le 17 juin 1980, lors de la 83^{ème} assemblée générale du **C. I .O**, le WTF est reconnu par ce dernier. C'est ainsi qu'en 1988 à Séoul, le Taekwondo participe pour la première fois aux J.O à titre de sport de démonstration. Les 25^{ème} J.O de Barcelone en 1992 seront également marqués par la deuxième participation du Taekwondo, toujours en tant que sport de démonstration. C'est en 1994 à Paris, que le Taekwondo fut déclaré discipline Olympique. Ainsi il fut présenté lors des 27^e J.O de Sydney (2000) pour la première fois comme discipline officielle.

II- 4 HISTORIQUE DU TAEKWONDO AU SENEGAL :

Le Taekwondo fut introduit au Sénégal le jeudi 03mars 1983 par Me **Lee Sang Jin** (expert Coréen et ceinture noire 7^e dan). Me **Lee** était en mission au Sénégal, à l'école nationale de police (E.N.P), suite à une coopération Sénégal-Coréenne. Dans ses débuts au Sénégal, le Taekwondo était exclusivement réservé à la police. Ensuite à l'armée d'une manière générale et aux autres corps paramilitaires. C'est dans ce contexte qu'une implantation dans les casernes militaires a suivi avec l'appui du chef d'Etat-major Général des Armées et du Haut Commandant de la Gendarmerie d'alors. Dès 1985 un comité d'initiative a été mis sur place pour son développement sur le plan national. Ce qui favorisera en 1986 son ouverture au monde civil, ainsi que son rattachement à la Fédération Sénégalaise de Judo et Discipline Associées (F.S.J.D.A.). En 1988, le Comité National Provisoire (C.N.P) fut chargé de la gestion du Taekwondo Sénégalais. La première coupe et le premier championnat du Sénégal de Taekwondo ont été organisés sous l'ère du C.N.P.

La remarquable évolution du Taekwondo Sénégalais aboutit à la transformation du C.N.P en Fédération Sénégalaise de Taekwondo (F.S.TKD) le vendredi 22 décembre 1995. Aujourd'hui le Sénégal est représenté dans toutes les grandes réunions internationales de Taekwondo.

II-5 Historique et évolution du sport féminin :

De nos jours on remarque qu'il y a un éclatement des activités physiques en plusieurs modalités : Sport de Compétition, Education physique et Sportive, Sport d'entretien et de Loisir. En conséquence les individus disposent d'un champ de pratique d'activités physiques très diversifiées. L'observateur indique cependant que les acteurs s'impliquent de manière différenciée suivant les différentes modalités. Le sport était initialement une affaire d'hommes. A la fin du 19^e siècle, bien peu de sportswomen osaient affronter leur regard culpabilisateur ou braver les interdits moraux. Quelques femmes ont dû d'abord conquérir le champ de bataille sportif pour permettre à d'autres d'accéder de plein droit à des affrontements codifiés dont on a pensé longtemps qu'ils ne convenaient à la « **nature féminine** ».

Les rapports entre le sport et la femme relèvent de processus complexes et assurément évolutifs. **Reine Dégarnie** affirmait que La participation des femmes dans les sports est une histoire aux racines anciennes, méconnues et pourtant neuve pour nous. Sans risque de trop se tromper, on pourrait ajouter qu'elle comporte des épisodes ahurissants. Dans la Grèce antique, les femmes n'avaient même pas le droit d'assister comme spectatrices aux Jeux olympiques et encore moins de prendre part aux épreuves. Certaines se sont déguisées pour entrer au stade, se sont fait prendre et ont été exécutées. Au cours des deux millénaires qui ont suivi, la situation n'a guère été plus reluisante. « *De tous les temps, les femmes ont pratiqué des activités physiques, mais l'histoire n'en fait pas mention* », affirme Geneviève Rail, **sociologue des sports et professeur à l'École des sciences de l'activité physique d'Ottawa**. Par contre, précise-t-elle, l'art lève un coin du rideau. Ainsi, des tableaux de la Renaissance montrent des baigneuses et des femmes faisant de l'aviron ou du vélo.

« *Cependant, la notion de loisir est une invention assez moderne et réservée à une très petite classe de gens privilégiés* », précise M^{me} Rail. En 1896 aux premiers jeux olympiques modernes, «**Les choses n'ont guère évolué**», rappelle M^{me} Rail. Le baron Pierre de Coubertin, fondateur des jeux olympiques modernes, considère que les femmes devaient se limiter à applaudir les athlètes masculins. » L'influence de la religion, catholique ou musulmane, contribue aussi à bloquer la participation des femmes, précise-t-elle. Le 18^e siècle ouvre certaines portes aux jeunes filles mais « **à des fins très instrumentales** », explique M^{me} Rail.

Toutefois, tout au long des 18^e et 19^e siècles, les médecins décourageaient les femmes de la pratique des sports car elles deviendraient trop musclées, ce qui pourrait nuire à l'enfantement, déplaire à leurs maris. Vers les années 1910-1915, parallèlement au mouvement des suffragettes, des femmes commencent à défier les contraintes traditionnelles. Elles participent aux compétitions nationales et internationales, mais dans des disciplines socialement convenables, telles que le patin artistique, la gymnastique, l'athlétisme et les sports aquatiques. Selon M^{me} Rail, une nouvelle tendance émerge depuis peu. « *Les sports ont été inventés pour et par des hommes en mettant l'accent sur la compétition et le besoin de gagner à tout prix. Après les avoir adoptées, les femmes commencent à remettre ces valeurs en question.* » Il est plus probable que ces changements auront lieu lorsque le pouvoir sera plus équitablement réparti entre les hommes et les femmes. Dans le monde entier, les femmes doivent réaliser que les jeux et les sports sont parmi les agents d'oppression les plus puissants de nos sociétés mais, paradoxalement, qu'ils sont aussi parmi les plus grands libérateurs.

II-6 Le Taekwondo féminin au Sénégal :

Par sa diversité technique, le Taekwondo permet à ses pratiquants de bénéficier à la fois de l'art martial, de son bagage de self défense et des bienfaits d'une pratique gymnique. La souplesse, la tonicité musculaire et la concentration sont naturellement développées par une pratique régulière. Les enfants comme les adultes, les femmes comme les hommes, trouvent dans la pratique du taekwondo une activité permettant de résister au stress de la vie moderne. Cependant comme tous les arts martiaux d'une manière générale, le Taekwondo est très représentatif des valeurs masculines. N. MIWAKO écrit à ce propos en parlant du judo « *Il n'y a jamais eu beaucoup de femmes à pratiquer le judo au Japon parce que celui-ci est avant tout un art martial donc une méthode de guerre essentiellement virile* »

Et si aujourd'hui la progression du genre féminin dans le domaine du sport en général et du Taekwondo en particulier paraît très importante, il n'en demeure pas moins vrai que le nombre de pratiquantes reste nettement inférieur à celui des pratiquants. En effet les filles traînent derrière elles une image de douceur et de passivité à tel enseigne qu'elles se sentent plus concernées par des activités centrées sur l'esthétique corporelle, la forme physique ...

Pour beaucoup de filles les arts martiaux sont des pratiques masculines. C'est la raison pour laquelle, par timidité ou par manque d'assurance, elles se privent de pratiques martiales telle que le Taekwondo. Le manque de temps constitue également un facteur bloquant pour beaucoup de filles. En effet les filles accordent une partie croissante de leur temps au travail scolaire ou professionnel et aux travaux domestiques ; d'où la difficulté de s'adonner à une activité comme le Taekwondo qui impose ses heures de pratique.

Mais aujourd'hui s'il est vrai que le Taekwondo paraît encore réservé aux hommes ; il reste également vrai que les filles y participent aujourd'hui d'une façon qui varie en fonction de l'âge et du milieu. Ainsi en 2008 **Binta Diédhiou** (athlète Sénégalaise de Taekwondo) a été challenge du lion d'or national à travers cette discipline. La même année l'athlète a participé aux 29^e jeux olympiques de Beijing (Chine). La discipline a encore deux médailles d'or à la coupe du monde francophone au Gabon en 2008. La liste est loin d'être exhaustive dans les années précédentes.

On peut noter aussi que le Taekwondo est intégré dans la formation des jeunes filles gendarmes à la base militaire de Ouakam situé à l'ouest de Dakar. Cependant si le nombre de pratiquantes ne cesse d'augmenter, il se trouve que ces dernières ne participent pas de la même manière aux compétitions de Taekwondo. Si on prend l'exemple du mémorial **KHADIM GUEYE 7^{ém} édition**, cette compétition est tenue le 16 mai 2009 au stadium Lat Dior de Thiès par toutes les ligues régionales. Sur les **252** combattants inscrits en catégorie juniors et seniors, 23 sont des filles ; soit **09,13%**. Ces chiffres nous permettent d'affirmer que les filles ne participent pas aux compétitions.

Chapitre III **Méthodologie :**

Cette partie consiste à définir les procédés et les démarches utilisées pour faire ce travail. Pour bien mener cette recherche, nous avons jugé nécessaire tout d'abord d'élaborer un questionnaire comme instrument de collecte. Nous avons pensé qu'il constitue la meilleure méthode pour recueillir des données quantitatives eues égard au temps dont nous disposons. Ensuite nous avons élaboré un guide d'entretien pour recueillir l'opinion des dirigeants du Taekwondo Sénégalais. Notre questionnaire traite du thème « profil, motivation et difficultés des filles pratiquant le Taekwondo au Sénégal. Nous l'avons soumis d'abord à un pré-test au niveau des salles suivantes: la salle de l'ESP (école supérieure polytechnique) à l'Université Cheikh Anta Diop de Dakar et à la salle du camp GMI (groupement mobil d'intervention) de Thiès. Le questionnaire est composé de 14 questions portant sur :

- **L'aspect socio démographique** : âge, situation matrimoniale.
- **L'aspect socioculturel** : nationalité, ethnie, langue, niveau d'étude.
- **L'aspect socioéconomique** : emploi et types d'emploi.
- **Des questions portant sur la motivation des pratiquants.**
- Et des questions sur **les problèmes que rencontre notre population d'étude.**

III-1 Le cadre de l'enquête :

Notre enquête s'est réalisée dans les régions de Dakar et Thiès. Le choix de ces régions s'explique par le fait que sur les 11 ligues régionales qui existent au Sénégal, seules ces deux fonctionnent de façon permanente et assurent les versements des affiliations.

Par ailleurs parmi les **15 000** licenciés à l'échelle nationale, plus de la moitié est concentrée dans ces dites régions. Ainsi notre population est composée de **120** sujets interrogés à travers ces deux régions.

Dakar est la capitale du Sénégal et est Situé dans la presqu'île du cap vert. Avec une population d'environ **2 452 656** habitants et une superficie de **550** km² ; la forte concentration économique et démographique dans cette région en fait un important centre d'affaire ; sans occulter que Dakar est la principale ouverture du Sénégal vers l'étranger grâce à un port et un aéroport de statut international.

Thiès est la deuxième région du Sénégal tant au plan économique que démographique. Sa population est estimée a près de **1 299 265** habitants pour une superficie de **6607** km². Capital du rail, Thiès est aussi un carrefour routier situé sur l'axe saint louis à 70km de la capitale (Dakar).

III-3 L'échantillonnage :

Nous avons déposé nos questionnaires dans ces salles de Taekwondo suivants leurs appartenances régionales.

Dakar : Aline Sitoé Diatta, ESP, DUC ; Boussan, E.N.P, Empire des enfants, Daihan, Stade Léopold .S. Senghor, Complexe Léopold s. senghor.

Thiès : Solingen, Lat Dior, Camp GMI, Camp Michel le Grand, Centre des handicapés.

Nous avons aussi rencontré une partie de notre population d'étude lors de l'assemblée générale annuelle de la fédération Sénégalaise de Taekwondo. Celle-ci est tenue le 08 janvier 2009 au stade Léopold Sédar Senghor où ces ligues régionales précitées ont été représentées. Par cette occasion, nous avons rencontré sur place plusieurs personnes ressources du Taekwondo Sénégalais.

III-4 La collecte des données :

Nous avons d'abord établi un pré questionnaire qui a subi un test dans deux salles dans les régions précitées avant d'être validé. Pour veiller aux problèmes d'incompréhension des questions, nous avons jugé nécessaire de se déplacer personnellement sur le terrain afin de distribuer les questionnaires à notre population. Nous prenions à chaque fois la peine de leurs expliquer les buts de la recherche. Face à certains sujets analphabètes, une traduction du questionnaire a facilité sa compréhension. Les interrogées répondaient sur place aux questionnaires pour éviter une éventuelle perte de ces derniers.

III-5 Le traitement des données :

Le traitement des questions est fait suivant ces différents points à savoir le profil-la motivation et les difficultés des filles pratiquant le Taekwondo. Pour les questions ouvertes, nous avons procédé par l'analyse des réponses sous forme thématique suivi des commentaires.

III-6 L'analyse documentaire :

Nous avons entrepris une recherche bibliographique en lisant des ouvrages pouvant nous orienter pour atteindre nos objectifs mais aussi eu recours aux mémoires ayant traité des thèmes relatifs à notre sujet. C'est le cas des mémoires de DIOUF Ahmadou Doudou : (le Taekwondo Sénégalais : présentation et perspectives de développement, 2007-2008), de SAGNA Y [...] Seulement nous ne sommes pas limité à adresser nos questions aux pratiquantes de Taekwondo. En effet nous avons aussi consulté des documents de la fédération, effectué des recherches sur le net mais aussi nous avons recueilli des témoignages de personnes ressources du Taekwondo Sénégalais à travers les entretiens.

III-7 Difficultés et limites de notre recherche :

Très souvent, nous nous étions confrontés à quelques difficultés. Tout d'abord il est impossible de passer sous silence le fait que certains de nos enquêtés ne maîtrisaient pas assez la langue française. Du coup, nous étions parfois obligés de traduire certaines questions en wolof et de remplir certains questionnaires mais sous la direction de la personne enquêtée. Par ailleurs nous avons constaté que dans l'ensemble des salles que nous avons visité, l'accueil n'était pas toujours chaleureux car certains maîtres de salles et certaines pratiquantes étaient très difficiles à convaincre par rapport au but de notre recherche tout en croyant que c'était à des fins lucratives.

Notre étude peut être l'objet de critique portant sur le fait que nous n'avons pas pu avoir le nombre exact de filles qui pratiquent le Taekwondo au Sénégal. En effet la fédération sénégalaise de Taekwondo souffre d'un problème de talons pour confectionner des licences depuis plusieurs années. A partir de ce moment, un réel problème se pose pour recenser l'ensemble des pratiquants à travers le pays, encore moins les pratiquantes. Ainsi nous nous sommes contenté d'un chiffre par approximation obtenu auprès de la fédération sénégalaise de Taekwondo qui est de **15 000 (quinze milles)** pratiquants à l'échelle national.

Chapitre IV : présentation, analyse et commentaires des résultats

Dans cette partie, notre travail consistera à présenter et à discuter les résultats de notre enquête.

IV -1 l'aspect sociodémographique :

Dans cette partie, nous étudierons l'âge et la situation matrimoniale de notre population.

Tableau n°1 : L'âge des pratiquantes

Ages	-12 ans	Entre 12 et 18 ans	Entre 18 et 25ans	Entre 25 et 35 ans	Plus de 35ans	Total
Effectifs (ni)	12	27	42	38	1	120
Pourcentages (%)	10	22,5	35	31,66	0,83	100

Sur ce tableau, le premier constat qui se dégage est que sur les 120 filles interrogées, une seule a plus de 35 ans et que 12 ont moins de 12ans. Ce qui veut dire que le Taekwondo féminin est composé d'une population jeune. En effet le Taekwondo est un sport qui fait appel à une implication physiologique qui demande de la fraîcheur physique, beaucoup de souplesse et une bonne coordination.

Ce qui expliquerait cette forte représentation des jeunes par rapport aux personnes âgées. Ainsi il faut avoir l'idée que la pratique du Taekwondo paraît pour l'enfant un moyen idéal pour satisfaire ses désirs d'exécuter des mouvements. Ce qui constitue un élément naturel de sa croissance. En plus du fait que beaucoup de parents ont tendance à envoyer leurs enfants dans les salles, dans le but de leurs assurer une bonne éducation. C'est sous la responsabilité d'instructeurs compétents dont le rôle est d'aider ces enfants à se développer physiquement et à mieux forger les bases de leur personnalité. Ainsi la fourchette des (- de 12 ans) est plus ou moins représentée avec **10 %**. Quant à l'adolescence, elle est l'âge d'or, de la compétition, de la défense ; par conséquent, les préadolescents et les adolescents sont animés par un désir de s'affirmer, de s'opposer, de se construire et de trouver dans le Taekwondo un moyen d'expression qui leur convient parfaitement. Ce qui justifie les **22,5 %** de la tranche d'âge de (12 et 18 ans) indiqués sur le tableau ci-dessus. Par les **35%** de pratiquantes pour la tranche d'âge de (18 et 25 ans) et les **31,66 %** pour la tranche de (25 à 35 ans) sont significatifs d'une prise de conscience des intérêts du sport de nos jours. En effet si le Taekwondo suscite une telle popularité auprès des adultes, cela est dû en grande partie à son aspect spectaculaire, au désir d'apprendre à se défendre contre les agressions, les vols, les viols, le stress... Au niveau de la tranche des (plus de 35 ans), nous avons **00,83%**. La faible représentativité de cette catégorie s'explique par les réalités socioculturelles et économiques que nous vivons. En effet au Sénégal, à un certain âge, les femmes traînent derrière elles une image de passivité à tel enseigne qu'elles se sentent plus concernées par des activités centrées sur les tâches ménagères, l'esthétique corporelle, la forme physique ...

Le manque de temps constitue également un facteur bloquant pour beaucoup de femmes à s'adonner à la pratique d'une telle discipline. En effet les filles accordent une partie croissante de leur temps au travail scolaire ou professionnel et aux travaux domestiques ; d'où la difficulté de s'adonner à une activité comme le Taekwondo qui impose ses heures de pratique.

Tableau n°2: Situation matrimoniale

Situation matrimoniale	Effectifs (ni)	Pourcentages (%)
Mariées sans enfants	03	2,5
Célibataires sans enfants	114	95
Célibataires avec enfants	00	00
Divorcées	00	00
Total	120	100

Sur ce tableau les résultats présentés nous permettent de dire que **95%** des filles interrogées sont des célibataires sans enfants. En effet le Taekwondo est un sport basé sur la vitesse d'exécution, rigueur et la souplesse des mouvements. Ce qui n'est pas toujours à la portée d'une femme mariée.

Contrairement aux travaux de **Sagna .Y** (mémoire de maîtrise INSEPS 2003-2004) qui portaient sur les femmes Sénégalaises dans la pratique du sport en salle : profil- motivation -difficultés. Ce dernier affirmait que la population interrogée était composée majoritairement d'adultes, de femmes mariées avec des enfants.

Nous voyons donc que les résultats de ces deux tableaux précédents montrent deux populations de tranches d'âges et de situations matrimoniales différentes.

Par ailleurs lorsqu' on a des charges, ou si le travail que nous menons exige le maximum de temps possible, il devient difficile pour les femmes mariées de s'adonner régulièrement à certaines disciplines telles que le Taekwondo. Ce qui explique le faible taux de femmes mariées sans enfants **2,5 %**. Celui des femmes mariées avec enfants est moins important avec 1,66 %. Notons aussi que le taux des divorcées est nul.

La conclusion de ces parties concernant l'âge et la situation matrimoniale, nous a permis de voir le profil des pratiquantes au plan sociodémographique. Nous dirons donc pour ces parties que notre population est composée de en grande partie de jeunes, célibataires et sans enfants.

Mais ce profil sociodémographique ne nous permet d'avoir une idée complète sur notre population. Il serait donc intéressant de voir l'aspect socioculturel composé de la nationalité, du groupe ethnique et du niveau d'instruction.

IV-2 L'aspect socioculturel :

Dans cette partie, nous verrons d'abord la nationalité de nos pratiquantes, ensuite leur appartenance ethnique, leur niveau de scolarité, leur grade etc.

Tableau n°3 : La Nationalité :

Pays	Sénégalais	Cap Verdiennes	Maliennes	Total
Effectifs (ni)	117	02	01	120
Pourcentages (%)	97,5	01,66	00,86	100

Sur ce tableau, nous pouvons percevoir que notre population est majoritairement composée de filles Sénégalaises avec un taux significatif de **97,5%**. Ce qui ne serait pas forcément évident pour l'opinion dans la mesure où présentement le Sénégal connaît une présence massive de personnes étrangères qui viennent de partout à travers le monde et particulièrement de la sous région. En effet si aujourd'hui nous parlons de l'unité africaine, de l'intégration des étrangers dans le domaine du sport en général cela n'est pas prouvé par enquête. Dès lors nous nous posons les questions de savoir qu'est ce qui justifie cette absence de personnes étrangères dans ce domaine? Le Taekwondo est il moins pratiqué chez eux qu'ici? Ainsi nous avons enregistré **1,66%** de Cap Verdiennes, et une très faible représentation de Maliennes avec un pourcentage de **00,86%**.

Tableau n°4 : L'appartenance ethnique :

Ethnies	Wolofs	Sérères	Pulars	Diolas	Mandings	Autres	Total
Effectifs (ni)	35	30	27	19	05	4	120
Pourcentages%	29,16	25	22,5	15,83	4,16	3,33	100

Sur ce tableau, nous constatons qu'il existe dans le domaine du Taekwondo une diversité ethnique avec le wolof comme étant l'ethnie la plus représentée avec un taux de **29,16%** suivie du sérère avec **25%**, du Poular **22,5%**, du diola **15,83%**, du manding **04,16%** et de quelques autres ethnies plus ou moins significatif **03,33%**.

Au niveau des résultats, nous pouvons percevoir que pratiquement les ethnies sont représentées avec des pourcentages variés. Il y'a par conséquent une certaine ouverture de la discipline pour tous les groupes ethniques. Ainsi apparaît le brassage culturel dans le Taekwondo Sénégalais.

Tableau n°5 la scolarisation des pratiquantes

Niveaux d'étude	Aucun	Primaire	Moyen	Secondaire	Supérieur	Total
Effectifs (ni)	10	21	30	24	35	120
Pourcent ages (%)	08,33	17,5	25	20	29,16	100

Nos résultats révèlent à travers ce tableau qu'une bonne partie de notre population est scolarisée avec des taux plus ou moins variés selon les niveaux. En effet nous avons **17,5 %** qui sont au primaire, **20%** au secondaire, **25 %** au moyen et **29,16%** au supérieur. Nous constatons alors que la population estudiantine ou qui a obtenu le baccalauréat occupe la première place suivie du moyen et du secondaire. Notons à coté une population qui n'a pas fréquenté l'école avec un taux plus ou moins significatif de **08,33%**.

En définitive nous pouvons dire que notre population est majoritairement scolarisée.

TABLEAU n°6 les niveaux des pratiquantes en terme de grades :

Grades	Inférieures	Bleues	Rouges	Noires	Total
Effectifs (ni)	66	15	20	19	120
Pourcentages (%)	55	12,5	16,66	15.83	100

Sur ce tableau, la première impression est le considérable nombre des ceintures inférieures. En effet, **55%** nos pratiquantes sont dans la catégorie des personnes qui ont intégré la discipline il n’y a pas très longtemps.

Nous appelons ceintures inférieures toutes les pratiquantes qui n’ont pas obtenu la ceinture bleue. Alors on fait allusion aux ceintures blanches, jaunes et vertes. On peut constater aussi un taux des ceintures noires moins importants. Ce qui expliquerait la rigueur et les exigences soumises aux pratiquantes pour accéder au grade de supérieures.

Mais s’il est vrai que le pourcentage des ceintures inférieures dépasse la moyenne de notre population, celui des ceintures noires pourrait être revu à la hausse dans les prochaines années. En effet nous pouvons percevoir que **12%** de notre population sont des ceintures bleues et **16,66%** sont des ceintures rouges.

Soit **28,66%** qui ne sont plus loin de l’obtention de la ceinture noire. Donc globalement le taux des ceintures supérieures s’élève à **45%**. Notons ici que dans la salle de combat, l’étiquette, le respect et la hiérarchie dictent les comportements et les manières de s’exprimer entre les pratiquants et avec le maître que tous doivent suivre sous peine de sanction.

IV-3 L'aspect socioéconomique

TABLEAU n°7 : Profession des pratiquantes

Professions	Elèves ou étudiantes	Couturières	Coiffeuses	Chômeurs	Autres	Total
Effectifs (ni)	100	03	01	05	41	120
Pourcentages (%)	83,33	02,5	00,83	04,16	34,16	100

Sur ce tableau, nous pouvons percevoir en premier lieu l'importance du taux des élèves et étudiantes avec un pourcentage de **83,33 %**. Contrairement à la classe occupant le secteur informel avec **02,5 %** qui font couture, **0,83 %** qui sont des coiffeuses. Par ailleurs nous pouvons noter aussi une population peu élevée de chômeurs avec **04,16 %**. Cependant une importante partie de nos enquêtées **34,16%** affirment avoir une profession mais ne l'ayant pas précisé.

En effet cette discipline exige ses heures d'entraînement que beaucoup de fonctionnaires ne sauraient respecter. Alors l'élève ou l'étudiant disposant de plus de temps libre par rapport au fonctionnaire fréquente logiquement plus une discipline telle que le Taekwondo. Par ailleurs la pratique sportive serait un moyen de lutte contre le stress, l'anxiété chez l'élève.

Rousseau J. J 1966 :« vous voulez donc cultiver l'intelligence de votre élève, cultiver les forces qu'elle doit gouverner.

Exercer continuellement son corps,...., qu'il soit toujours en mouvement, qu'il soit un homme par la rigueur et bientôt il le sera par la raison ».

Markin G., 1981 parlant des personnes qui pratiquent l'activité physique affirme : « elles sont plus en mesure de se concentrer, obtiennent un meilleur rendement soit dans leurs études soit dans leur travail ».

Cireron, écrivain latin, 1^e siècle avant J- C : « c'est l'exercice seul qui conserve et entretient la vigueur intellectuelle.

Cependant, le taux plus ou moins élevé des ceintures noires de notre population s'explique d'une part par l'intensité des entraînements et le volume horaire à consacrer à une discipline telle que le Taekwondo. Ainsi nous avons enregistré **12,83%** de ceintures noires.

IV-4 Les Motivations

TABLEAU n°8 : Les proches qui pratiquent la discipline

Proches	Père ou mère	Frère(s) ou sœur(s)	Ami(s) ou autre(s)	Néant	Total
Effectifs (ni)	9	20	57	34	120
Pourcentages (%)	07,5	16,66	47,5	28,33	100

Sur ce tableau, nous pouvons percevoir que les liens de parenté et d'amitiés occupent une place très importante dans le milieu du Taekwondo Sénégalais. En effet nous avons enregistré **7,5%** à travers notre enquête, des filles qui leurs parents (père ou mère) ont une fois pratiqué ce sport. D'autre part nous avons **16,66%** de nos sujets qui affirment avoir dans leur milieu de pratique sportive un frère ou une sœur. Nous avons aussi **47,5%** de notre population qui entretient des relations d'amitiés et de camaraderies. Ce qui nous permet de partager l'idée selon laquelle le Taekwondo est une famille dans notre pays.

Cependant nous avons enregistré une importante partie de notre population soit **28,33%**, qui n'a ni parents ni amis dans le milieu du Taekwondo. Nous pouvons dire donc que l'influence de l'origine familiale existe quant à la nature des activités sportives pratiquées par les sujets. En effet la famille exerce très rapidement son action socialisatrice sur les sujets pratiquant dont le père était sportif et la pratique est précoce et également différenciée compte tenu de la nature distincte des activités familiales pratiquées en fonction des milieux familiaux.

TABLEAU n°9 La durée de la pratique

Durée de la pratique	0 à 1an	1 à 2ans	2 à 3ans	3 à 4ans	5ans et plus	Total
Effectifs (ni)	20	28	22	18	32	120
Pourcentages (%)	16,66	23,66	18,33	15	26,66	100

Sur ce tableau, nous pouvons constater une suite plus ou moins logique par rapport au tableau n°6. En effet le nombre de ceintures inférieures est plus élevé, soit **55%** que les ceintures supérieures qui s'élèvent à **45%**. Alors, il serait logique de voir le taux d'adhésion des filles augmenté ces toutes dernières années. Ainsi **16,66 %** de nos enquêtées ont intégré le Taekwondo au cours de cette année 2009 alors que **23,66 %** il n'a pas plus de 2ans. Au-delà des deux dernières années, les taux de participation sont plus ou moins significatif ; soit **18,33%** il y'a 3 ans et **15%** il y'a 4 ans. Cette participation des filles dans le milieu du sport d'une manière générale et des arts martiaux en particulier, est un résultat d'une prise de conscience des effets positifs du sport de nos jours. Cette prise de conscience se manifeste en fonction de l'âge mais aussi du sexe.

Cependant face aux besoins d'exercices corporels, à la recherche d'une santé physique et morale, les dodjangs ne constituent pas les seuls milieux favorables. Dans les parcours sportifs, dans les terrains municipaux, dans les salles de gymnastique, le taux de participation est de plus en plus croissant.

IV-5 Les raisons de la pratique et les avantages tirés du Taekwondo:

Pour comprendre les motivations respectives de la pratique et du choix des pratiquants, nous devons nous baser sur les rapports entre la pratique et la motivation des pratiquantes.

Il s'agit ici de dégager l'ensemble des raisons qui ont poussé ou motivé nos sujets à la pratique du Taekwondo. Les motifs qui les poussent à la pratique naissent d'une réaction à des problèmes de la vie quotidienne, au stress, au sentiment d'insécurité, à l'accroissement des marchés économiques et des loisirs. Les transformations rapides de la société, le souci de santé, la recherche d'évasion trouvent des réponses dans les multiples formes qu'offre la pratique martiale. Concernant les premiers motifs d'un choix d'une discipline, le rôle des masses médias à travers les revues, les séries télévisées, les films, les démonstrations, prend une place importante. En outre, le spectacle enrichit l'image des arts martiaux. Les novices rêvent de grands héros et s'identifient à tel maître ou à tel mythe.

La séduction des imaginations n'est pas seulement liée au niveau martial de ces personnages, mais elle est aussi attachée à leur psyché : sérénité, tranquillité. En revanche, la quête personnelle est décisive dans le choix de la pratique. De plus, des facteurs comme l'ambiance et l'esprit d'appartenance à un groupe interviennent dans la direction de la pratique. Nous classons les motifs en plusieurs catégories : Les soucis de défense liés à l'acquisition des techniques de combat, la canalisation de l'agressivité, l'entretien de la santé psychique et physique, une bonne éducation, l'affiliation à un groupe de pratiquants et le désir de gagner...

- **Le souci de défense :**

Les pratiquants dirigent leur entraînement vers la protection contre les dangers réels et supposés. Ce sentiment d'angoisse et d'insécurité est plus accentué dans notre pays. L'acquisition d'une bonne santé va atténuer la peur d'être attaqué chez les pratiquantes. Cette logique entraîne d'abord, à améliorer leur santé, ce qui les permet d'être courageux. Par la suite, la deuxième raison est la self-défense « se protéger » contre les agressions, se défendre en cas de menace constitue aujourd'hui pour nos sujets une source de motivation à la pratique du Taekwondo.

- **La canalisation de l'agressivité :**

Le caractère agressif du Taekwondo ou des arts martiaux d'une manière générale est toléré par la société qui veut les utiliser comme un moyen de control social. Beaucoup de filles ont répondu « *je pratique parce que j'étais trop nerveuse* » Dans les arts martiaux, cette violence s'exprime par le combat codifié, ou l'exécution des enchaînements, ainsi que par l'ambiance collective. Les pratiquants cherchent la confrontation entre partenaires pour s'exprimer. En ce qui concerne l'agressivité et la compétition dans le Taekwondo, selon **Monneret** « agressivité et compétition », le fait d'exprimer son agressivité doit provoquer un apaisement plus ou moins durable de celle-ci.

Ainsi, la pratique vise à canaliser le non contrôle des comportements de révolte et à les adoucir. La provocation de la violence par la fréquence des combats est canalisée par la ritualisation des cours. En résumé, l'agressivité exprimée par le combat permet aux pratiquants d'acquérir une certaine capacité à se contrôler.

- **Pour la santé :**

De nos jours, un des grands rôles assumés par les arts martiaux est la recherche du bien être et de la santé. Ce phénomène est étroitement lié à la vie moderne. On vit dans une société pressée, stressée. Mais grâce à l'amélioration de la vie, les hommes s'intéressent plus à leur corps. Ils cherchent une activité physique qui leur permet de conserver une bonne forme physique tout en gagnant des connaissances en divers domaines : self défense, recherche philosophique, exotisme. Les arts martiaux présentent donc pour eux un caractère thérapeutique. Selon un vieux maître Chinois, parmi les quatre douleurs de la vie (la naissance, le vieillissement, la maladie et la mort), la mort et la naissance dépendent du ciel, mais la maladie et le vieillissement sont les fléaux de l'humanité. On peut s'en libérer par la pratique des arts martiaux. Se découvrir, s'exprimer avec son corps, être bien dans sa peau, mieux vivre sont les slogans généraux des activités physiques et sportives.

Au Sénégal les nouvelles pratiques corporelles dont les arts martiaux prennent une nouvelle dimension. Les pratiquants croient qu'à travers ces exercices, ils peuvent obtenir un bien être physique.

- **Pour l'éducation physique :**

Ce point concerne, en particulier les jeunes pratiquantes, envoyées dans les salles par leurs parents dans le but de former leur personnalité et leur corps. Selon **Kim Min Ho** (l'origine et le développement des arts martiaux) ; « *en Coréen, la pratique joue un double rôle. Elle est la gardienne des traditions et elle concourt à l'éducation des jeunes* ». Dans la salle, les jeunes se socialisent, s'associent à leurs aînés. L'entraînement se déroule dans une ambiance conviviale aux règles préétablies, et il leur permet de vivre continuellement des situations où il est possible de s'affirmer face à autrui.

La salle est le lieu d'établissement de ce système de relations. C'est une étape importante de la socialisation de l'enfant et de l'adolescent.

Les jeunes pratiquants apprennent des normes relatives à la diversité des conduites et aux manières de raisonner. Les conduites exigées au sein de la pratique telles que le respect, l'humilité, sont des modèles que notre société préconise. L'expérience obtenue par la participation à l'entraînement permet aux jeunes de mieux s'adapter à la vie quotidienne. La pratique permet au pratiquant d'avoir: l'équilibre physique et psychique, la préparation à des situations quotidiennes.

Sur le plan physique, les enfants acquièrent une prise de conscience du corps, une qualité d'attention et de concentration. Sur le plan psychique, la pratique martiale permet de développer la volonté. Elle se manifeste dans l'entraînement collectif pendant lequel ils apprennent à surmonter les difficultés sous le contrôle du maître.

- **Pour l'affiliation :**

Dans le domaine de la psychologie du sport, l'affiliation se traduit par le manque d'affection dans l'enfance et le désir de sortir de l'angoisse occasionnée par celui-ci. **Alderman R.B** « *Le besoin d'affiliation est une pulsion de dépendance provenant des besoins de protection, de soins et de conditionnement positif de l'enfant, vis-à-vis de ses parents et particulièrement de sa mère* ». Ainsi il existe plusieurs motifs d'affiliations pour les pratiquantes. Pour beaucoup, le simple fait d'être pratiquante peut satisfaire un sentiment d'auto appréciation. D'autres pensent acquérir un prestige et se sentent différentes par l'intermédiaire de leur affiliation. Ici la pratique est un moyen d'intégration, de différenciation et de recherche d'expressivité. L'affiliation est aussi un moyen de sortir de son isolement social, de lier et d'entretenir des relations affectives et sociales avec d'autres.

- **Pour le loisir :**

Le loisir constitue une source de motivation pour nos pratiquantes. En effet pour beaucoup de filles, la pratique est une activité de loisir permettant de passer un moment agréable, de défoulement, de lutte contre le stress. Ce qui expliquerait la présence massive des élèves et des étudiantes dans les milieux du Taekwondo.

- **Pour gagner de l'argent :**

Selon G DIOP (professeur à l'INSEPS de Dakar) « *la tension entre la loi économique et celle éthique pose le problème des finalités du sport, sa sauvegarde, sa crédibilité voire sa survie* ».

En effet beaucoup de personnes pratiquent non seulement le Taekwondo mais le sport d'une manière générale dans le dessein d'en faire leur gagne pain, de gagner de l'argent. Cela n'est pas déplorable, du moment que cela se fasse en respectant une certaine éthique qui fait la noblesse de tout sport. Mais si ce désir de tirer un profit économique de sa pratique martiale prend le dessus sur l'esprit et la philosophie du Taekwondo, nous passons complètement à côté de la voie martiale, du **DO**. Néanmoins il n'est pas dit que ceux qui ne pensent pas gagner leur vie par le biais du Taekwondo respectent d'avantage l'esprit martial que les autres. Le développement ne peut se faire sans évolution, tant au point de vue physique et sanitaire mais aussi économique, de ceux que (le développement du taekwondo) favorise.

- **Pour remporter un trophée**

Il n'est pas étonnant d'entendre des filles répondre par, « **je veux être championne** » remporter des médailles car qui parle de sport, parle de concurrence, d'un désir de vaincre.

En effet devenir champion de nos jours est synonyme de réussir sa vie grâce aux avantages qu'on en tire. Par exemple certains pratiquants se sont vus octroyer des bourses étrangères du fait de leur titre de champion.

Nous terminerons cette partie en constatant l'absence de l'aspect philosophique dans la motivation de notre population. En effet en Corée, les pratiquants considèrent que la pratique martiale est étroitement liée à la recherche philosophique. Ils pensent que les arts martiaux à la maîtrise et à la recherche de soi. Elle offre aux pratiquants une autre dimension. Elles les dirigent vers une recherche introspective centrée sur la connaissance de soi. Ce qui n'est nullement recherché par notre population.

IV-6 Les difficultés des pratiquantes :

Nous n'avons pas jugé nécessaire, de préciser le chiffre exact des personnes qui sont confrontées à des difficultés. Alors nous avons juste énuméré celles qu'ont déclarées nos enquêtées. Ces difficultés que rencontrent nos pratiquantes sont plutôt personnelles. En effet certaines filles disent qu'elles ne sont pas régulières aux entraînements à cause d'un manque de temps. D'autres affirment par ailleurs la coïncidence des heures d'entraînement à des heures d'occupation professionnelles, de repos après le boulot, ou très encore à des heures d'études chez certaines pratiquantes élèves ou étudiantes.

Quant aux difficultés liées à la pratique de la discipline, à l'exécution des mouvements, certaines filles nous signalent des difficultés qui sont typiquement physiques telles qu'un manque de souplesse, d'une vitesse d'exécution et d'un dosage de force liées quelque part à la nature féminine.

Mais cette différence de nature est très souvent négligée par certains maîtres ou animateurs de salle. Une de nos fille enquêtées plaide : « *mon maître oublie souvent que je suis une fille* ».

Le Taekwondo étant basée sur des coups de pieds en l'air, chaque technique doit être armée avec souplesse selon les coups et se terminer avec fermeté et précision selon la hauteur définie. La trajectoire des coups doit être nette, ample et rapide. Les techniques doivent dégager une grande impression d'efficacité.

Dés lors un réel problème se pose en ce qui concerne les entraîneurs de salles. En effet très souvent après l'obtention de leur ceinture noire, ces derniers ne se préoccupent plus d'une formation concernant les méthodologies d'entraînement physique. C'est ainsi qu'au cours de nos entretiens, un maître répondait « *ma ceinture noire me suffit pour diriger un entraînement* ».

Au plan financier, nos sujets nous ont fait part du coût très élevé des droits d'inscription et de renouvellement annuels pour la validité de leurs licences.

D'autres précisent que les droits de passage, la tenue d'entraînement du Taekwondo, les protections nécessitent un investissement non négligeable.

D'autres problèmes sont soulevés. Il s'agit d'un manque de compétition, mais aussi d'un problème administratif tel que l'arbitrage qui est souvent partial pendant les compétitions. Le manque d'information vis à vis des instances dirigeantes du Taekwondo Sénégalais est aussi souligné.

Recommandations

D'après nos résultats une grande partie de notre population est composée d'élève et d'étudiants. Dès lors, on peut dire que le Taekwondo intéresse particulièrement le monde scolaire et universitaire. De ce fait pour promouvoir le développement de la discipline dans ces milieux précités, la fédération doit collaborer avec l'U.A.S.S.U. Ce travail doit se faire en organisant des compétitions inter scolaires et inter universitaires.

Dans sa politique de vulgarisation du Taekwondo au niveau national, la fédération doit baisser les tarifs d'adhésion des pratiquants dans les clubs. Il y'a par ailleurs le problème des licences et l'achat des tenues (les kimonos) dont beaucoup de nos enquêtées déplorent leur cherté. Alors les membres de la fédération doivent désormais penser à subventionner les tenues à travers le pays. Ceci est bien possible à travers la coopération de la fédération et l'ambassadeur de la Corée.

Rappelons que la compétition annuelle de ce dernier attire beaucoup de monde.

D'autre part en tenant compte de l'assignation des caractéristiques masculines aux sports de combat induites par des représentations différentes du corps sexué, et qui consacre aux jeunes filles et aux femmes une morphologie plus ou moins faible pour une pratique telle que le Taekwondo ; nous tenons pour essentielle la différenciation sexuelle dans les processus d'enseignement de la discipline. En effet les différences d'aptitudes doivent être prises en compte. Même si la souplesse articulaire est plus grande, la protection musculaire est moins bien assurée que pour les hommes.

On notera aussi que la pratique féminine des sports de combat semble jouir d'une perception négative au niveau de nos sujets. En effet la pratique des arts martiaux étroitement associée à l'image du corps mâle serait déconseillée à la femme.

C'est ainsi donc que nous jugeons, que la fédération a pour devoir d'exiger dans les dossiers d'obtention de licences un certificat d'aptitude à l'effort physique signé par un médecin afin de prévenir d'éventuels accidents cardiovasculaires ou respiratoires.

La couverture médiatique peut aussi jouer un rôle important à travers des émissions télévisées ou à la retransmission des compétitions ou des démonstrations de Taekwondo. La fédération doit aussi mener une politique pour une participation massive des tout-petits en ouvrant des salles spécifiquement réservées aux enfants. Ainsi nous avons l'exemple du club (**empire des enfants**) de médina à Dakar. En effet d'après nos résultats le taux des (moins de 12a ans) est loin d'être satisfaisant.

Cette politique de vulgarisation de cette pratique féminine ne pourra se réaliser qu'avec une étroite collaboration des spécialistes de la discipline (dirigeants, entraîneurs, pratiquants). Ce ne sera qu'après des efforts soutenus des uns et des autres que cette forme pratique telle quelle émerge sur le plan international trouvera sa place au Sénégal.

Voilà notre modeste pierre que nous apportons à l'édifice du développement des sport de combats et du Taekwondo Sénégalais en particulier dont nous souhaitons devenir le militant ardent et conséquent. Nous espérons que notre contribution sera acceptée au moment où le clivage entre les activités « masculines et féminines » tend à s'aplanir. L'actualité de tous les jours foisonne d'exemples, car nombreux sont les hommes qui investissent dans des secteurs autrefois réservés aux femmes et vice versa.

Conclusion

En choisissant ce thème comme objet de recherche, nous nous sommes fixé d'une part comme objectif de mieux connaître le Taekwondo depuis sa naissance jusqu'à son introduction au Sénégal. D'autre part, pour avoir une idée sur la population féminine qui adhère dans cette discipline. Comme beaucoup d'arts martiaux, ce sport s'appuie sur une tradition très ancienne. Mais grâce à un long travail de développement et d'unification des différentes écoles d'arts martiaux Coréennes, le Taekwondo est devenu un sport à part entière et est aujourd'hui pratiqué un peu partout dans le monde. Dans notre pays, la fédération Sénégalaise de Taekwondo fait parti des premières fédérations avec son nombre considérable de licenciés. Par ailleurs le taux de la participation féminine dans ce domaine ne cesse de croître. D'après nos résultats, cette population est particulièrement composée de jeunes Sénégalaises, de célibataires, d'élèves et d'étudiantes. Néanmoins, il existe parmi elles des coiffeuses, des couturières et quelques unes qui sont au chômage. Notons aussi qu'une importante partie de notre population est porteuse de voile. Et si nous nous référons à la motivation des pratiquantes, nous dirons que notre population pratique à travers des objectifs variés. D'aucunes aspirent à être championnes, ou pratiquent pour des fins lucratives tandis que d'autres visent la santé physique ou morale, l'affiliation et le loisir. De nos jours, les bienfaits des arts martiaux ou du sport en général, pour le développement de l'homme ou de sa société ne sont plus à prouver. Dés lors, l'implication de l'Etat est nécessaire pour le développement des fédérations, disciplines sportives.

Le Taekwondo est un art martial d'origine coréenne qui connaît actuellement un développement sans précédent car il allie à la fois : perfection, tradition et modernité. Quel que soit son âge ou sa condition physique, chacun peut le pratiquer et profiter ainsi de ses bienfaits : maîtrise, confiance en soi, bien-être, c'est aussi un excellent moyen de lutter contre le stress tout en acquérant des notions essentielles d'autodéfense. L'élégance gestuelle des techniques et des poomsés (katas), qui va de pair avec la puissance des mouvements en fait un sport très spectaculaire et très agréable à pratiquer. La recherche de l'esthétisme, et de la maîtrise de soi, est des éléments très importants du Taekwondo féminin. Lors de l'apprentissage, les filles doivent porter toutes les protections adaptées (casque, plastron, coquille, protège avant-bras, protégés tibias... Conclure une œuvre n'est pas ce pas là une tâche aussi délicate que de la construire. Un édifice sans toit, sachant attirer les regards des passants ; nous nous sommes attelés à la finition de ce modeste travail sans être sûr d'avoir été irréprochable, mais en étant persuadé d'avoir essayé de donner le meilleur de nous même.

Bibliographie

1 **Alderman R.B**, manuel de psychologie du sport, paris, Vigo, 1987

2 **André Pérotin AIKIDO**, un art martial, une autre manière d'être, collection horizons spirituel

3 **Annick DAVISSE, Catherine LOUVEAU** : sport, école, société : la différence des sexes. Féminin, masculin et activités sportives.

4 **G. Diop**, support de cours sur les problèmes contemporains de l'éducation physique, année de maîtrise à l'INSEPS de Dakar (2009).

5 **H. Tisat**, Arts martiaux et sport de combat, le guide du pratiquant, tome 1.

6 **Kim Min Ho** : l'origine et le développement des arts martiaux : pour une anthropologie des techniques du corps. (1999)

7 **Les cahiers de l'INSEP** ; sport de haut niveau au féminin n°40. tome3.

8 **Louis Frédéric** : dictionnaire des arts martiaux (édition félin 1988)

9 **M. Serge**, les enfants et les adolescents face au temps « libre » Ed. E.S.F., 1981.

10 **N. Miwako**, le judo féminin, coll. Judo par ceinture, Ed la maison du judoka, Asnières, 1974.

11 **Patrick Mandelanat**. Ere femme et sportive. 1991

12 **R. Haberstzer** : self-défense. Encyclopédie des arts martiaux. Techniques de défense à main nue pour tous 1990.

Mémoires consultés

BODIAN. Famara I. Amine : Profil et motivation des pratiquants de Karaté au Sénégal, INSEPS 2006/2007

Diouf A Doudou : le Taekwondo Sénégalais : présentation et perspectives de développement, INSEPS 2007/2008

Manga J.J : la pratique féminine des sports de combat vue par les élèves de quatre lycées de Dakar : l'exemple de la lutte et du Judo INSEPS 1993/1994

Sagna Y : les femmes Sénégalaises dans la pratique des activités physiques en salle, INSEPS 2004/2005

Ndiaye M : les motivations liées à la participation des femmes Sénégalaises au sport, INSEPS 1997/1998