

REPUBLIQUE DU SENEGAL



Un peuple - un but - une foi

MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR, DES
UNIVERSITES, DES CENTRES UNIVERSITAIRES REGIONAUX
(C.U.R) ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR



**INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE
ET DU SPORT (INSEPS)**

Monographie pour l'obtention du certificat d'aptitude aux fonctions d'inspecteur
de l'éducation populaire, de la jeunesse et des sports

THEME

**LA PRATIQUE DES ACTIVITES PHYSIQUES DANS LE CADRE DU LOISIR
CHEZ LES ENSEIGNANTS DES ETABLISSEMENTS PUBLICS
D'ENSEIGNEMENT SECONDAIRE DE LA COMMUNE URBAINE DE DOSSO
(NIGER)**

Présentée par :

M. Salifou HIMATARA

Sous la direction de :

M. Ousmane SANE,

Ph. D. en Sciences de l'Activité Physique

Promotion 2010-2012

REPUBLIQUE DU SENEGAL



Un peuple - un but - une foi

MINISTRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR, DES
UNIVERSITES, DES CENTRES UNIVERSITAIRES REGIONAUX
(C.U.R) ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR



**INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION POPULAIRE
ET DU SPORT (INSEPS)**

Monographie pour l'obtention du certificat d'aptitude aux fonctions d'inspecteur
de l'éducation populaire, de la jeunesse et des sports

THEME

**LA PRATIQUE DES ACTIVITES PHYSIQUES DANS LE CADRE DU LOISIR
CHEZ LES ENSEIGNANTS DES ETABLISSEMENTS PUBLICS
D'ENSEIGNEMENT SECONDAIRE DE LA COMMUNE URBAINE DE DOSSO
(NIGER)**

Présentée par :

M. Salifou HIMATARA

Sous la direction de :

M. Ousmane SANE,

Ph. D. en Sciences de l'Activité Physique

Promotion 2010-2012

DEDICACES

Je dédie cette œuvre à :

Mon père, feu Hima Tara ;

Ma mère, feu Aissa Taffa ;

Mon épouse, Haissa Tanda ;

Mes enfants :

Kadidja ;

Malika ;

Afissou ;

Fadilatou ;

Safya ;

Sans oublier Roukaya et Fatoumata rappelées toutes deux à Dieu à la fleur de l'âge.

Mes frères et sœurs ;

Tous les amis et connaissances.

REMERCIEMENTS

Mes remerciements vont tout d'abord à l'endroit de Monsieur Ousmane SANE, Docteur en sciences de l'activité physique, pour avoir accepté de nous encadrer, malgré ses multiples préoccupations. Qu'il trouve ici l'expression de notre profonde gratitude.

Mes remerciements vont ensuite à toutes les personnes physiques ou morales qui nous ont aidé dans la réalisation de ce travail. Il s'agit particulièrement de:

- Madame Ibrahim Safya SOGA, inspectrice régionale de l'EPS de Dosso;
- L'adjudant-chef Abdou HIMA, chef de cabinet du haut commandant de la gendarmerie nationale;
- Monsieur Djibrilla TAHIROU, encadreur à l'école normale d'instituteurs de Dosso ;
- Monsieur Moctar Habou Kalla, chef de service régional de la coordination statistique de Dosso;
- Monsieur BRAH Nouri, étudiant en Master production animale et développement durable à l'école inter - Etats en sciences et médecine vétérinaire (EISMV), UCAD/Dakar.

Mes remerciements vont aussi:

- ✓ à tous les professeurs permanents et vacataires de l'INSEPS de Dakar pour la qualité de leurs enseignements;
- ✓ à l'administration de l'INSEPS de Dakar pour la bonne coordination des activités académiques.

TABLE DES MATIERES

DEDICACES

REMERCIEMENTS

SIGLES ET ABREVIATIONS

LISTE DES TABLEAUX

LISTES DES FIGURES

INTRODUCTION.....8

CHAPITRE I - CADRE THEORIQUE.....11

1.1. Définition des concepts.....12

1.1.1. Pratique de l'activité physique.....12

1.1.2. Loisir.....13

1.2. Revue de littérature.....13

1.2.1. Les bienfaits de la pratique des APS.....13

1.2.1.1. L'amélioration de la qualité de vie.....14

1.2.1.2. La prévention des maladies cardiovasculaires.....14

1.2.1.3. La lutte contre l'obésité.....15

1.2.1.4. La prévention du diabète.....15

1.2.1.5. La prévention de l'ostéoporose et de l'arthrose.....16

1.2.1.6. La diminution du risque de certains cancers.....17

1.2.1.7. L'amélioration de la santé mentale.....17

1.2.1.8. L'amélioration de la santé sociale.....18

1.2.2. La pratique des APS au Niger..... 18

1.3. Intérêt de l'étude.....20

1.4. Limites de l'étude.....20

CHAPITRE II - PRESENTATION DU CADRE DE L'ETUDE.....21

2.1. La République du Niger.....22

2.2. La Région de Dosso.....25

2.3. La commune Urbaine de Dosso.....	28
2.4. L'Inspection de l'Enseignement Secondaire de Dosso1.....	31
CHAPITRE III - METHODOLOGIE.....	32
3.1. La population d'étude.....	33
3.2. L'échantillonnage.....	34
3.3. Les instruments de collecte des données.....	35
3.4. La collecte des données.....	35
3.5. Le traitement des données.....	36
3.6. L'exploitation statistique des résultats.....	36
CHAPITRE IV - PRESENTATION ET DISCUSSION DES RESULTATS.....	37
4.1. Présentation des résultats	38
4.1.1. Pratique ou non d'activités physiques pendant le temps libre.....	38
4.1.2. Types d'activités pratiquées pendant le temps libre.....	40
4.1.3. Raisons de la pratique des activités physiques.....	44
4.1.4. Raisons de la non pratique des activités physiques.....	46
4.1.5. Existence ou non de difficultés dans la pratique des activités physiques.....	49
4.1.6. Types de difficultés rencontrées dans la pratique des activités physiques.....	51
4.2. Discussion des résultats.....	54
CONCLUSIONS ET RECOMMANDATIONS.....	60
RECOMMANDATIONS.....	60
CONCLUSIONS.....	62
BIBLIOGRAPHIE.....	64
ANNEXES.....	67

SIGLES ET ABREVIATIONS

AP : Activité Physique

APS : Activité Physique et Sportive

ASCN : Appelé du Service Civique National

CEG : Collège d'Enseignement Général

DECB2/M : Direction de l'Enseignement des Cycles de Base 2 et Moyen

DGE : Direction Générale de l'Enseignement

DRS : Direction Régionale de la Statistique

EC : Enseignant Contractuel

EPS : Education Physique et Sportive

IES : Inspection de l'Enseignement Secondaire

INS : Institut National de la Statistique

INSEPS : Institut National Supérieur d'Education Populaire et du Sport

MESS/RT: Ministère des Enseignements Secondaire et Supérieur, de la Recherche et de la Technologie

MI : Ministère de l'Intérieur

MJS : Ministère de la Jeunesse et des Sports

PCSRD : Président du Conseil Suprême pour la Restauration de la Démocratie

PDIL : Projet de Développement des Infrastructures Locales

RGP/H : Recensement Général de la Population et de l'Habitat

SDRP : Stratégie de Développement de la Réduction de la Pauvreté

LISTE DES TABLEAUX

N° d'ordre	TITRES	PAGES
Tableau 1	Population mère	33
Tableau 2	Répartition des enquêtés selon le sexe et le statut	34
Tableau 3	Répartition des enquêtés par sexe et par tranche d'âge	35
Tableau 4	Répartition des enseignants selon qu'ils pratiquent des APS ou non en fonction du sexe	39
Tableau 5	Répartition des enseignants selon qu'ils pratiquent des APS ou non en fonction de l'âge	39
Tableau 6	Répartition des enseignants selon qu'ils pratiquent des APS ou non en fonction du statut dans le corps	40
Tableau 7	Répartition des activités physiques pratiquées en fonction du sexe	41
Tableau 8	Répartition des activités physiques pratiquées en fonction de l'âge	42
Tableau 9	Répartition des activités physiques pratiquées en fonction du statut	43
Tableau 10	Répartition des raisons de pratique des APS en fonction du sexe	44
Tableau 11	Répartition des raisons de pratique des APS en fonction de l'âge	45
Tableau 12	Répartition des raisons de pratique des APS en fonction du statut dans le corps	45
Tableau 13	Répartition des raisons de non pratique des APS en fonction du sexe	47
Tableau 14	Répartition des raisons de non pratique des APS en fonction de l'âge	47
Tableau 15	Répartition des raisons de non pratique des APS en fonction du statut	48
Tableau 16	Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS en fonction du sexe	49
Tableau 17	Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS en fonction de l'âge	50
Tableau 18	Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS en fonction du statut	50
Tableau 19	Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des APS en fonction du sexe	52
Tableau 20	Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des APS en fonction de l'âge	53
Tableau 21	Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des APS en fonction du statut	54

LISTE DES FIGURES ET GRAPHIQUES

N° d'ordre	TITRES	PAGES
Figure 1	Carte Administrative du Niger	24
Figure 2	Carte Administrative de la Région de Dosso	27
Figure 3	Carte Administrative de la Commune Urbaine de Dosso	30
Graphique 1	Proportion des enseignants selon qu'ils pratiquent ou non des AP	38
Graphique 2	Répartition des activités pratiquées par les enseignants interrogés	40
Graphique 3	Répartition des raisons de pratique des AP évoquées par les enseignants interrogés	44
Graphique 4	Répartition des raisons de non pratique des AP avancées par les enseignants interrogés	46
Graphique 5	Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des AP	49
Graphique 6	Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des AP par les enseignants interrogés	51

INTRODUCTION

Les activités physiques pratiquées dans le cadre du loisir sont d'une grande importance pour le travailleur, surtout si cette pratique s'effectue de façon régulière. En effet, la pratique des loisirs physiques vaut non seulement par ses effets thérapeutiques, mais plus encore par son action préventive (SUE Roger, 1993).

Au vu de leurs vertus multiples, les Activités Physiques et Sportives (APS) font l'objet d'une attention particulière de la part des autorités nigériennes. En effet, les orientations nationales en matière d'APS reconnaissent à ces loisirs une valeur thérapeutique générale. Cette reconnaissance s'est traduite par l'adoption de plusieurs mesures créant ainsi les conditions favorables à la promotion des loisirs physiques. Entre autres mesures, on peut noter:

- la place de choix réservée à la pratique du sport de loisir au séminaire national sur la définition d'une politique sportive au Niger tenu à Dosso du 10 au 14 Août 1989, à travers les orientations générales des équipements sportifs. En effet, l'une des orientations des équipements sportifs est de permettre d'offrir à l'enfance, à la jeunesse et aux adultes des activités de loisir diversifiées.
- l'adoption par l'Assemblée Nationale du Niger de la Loi 98-14 du 1^{er} Juin 1998 portant orientation, organisation et promotion des activités physiques et sportives. Cette Loi stipule en son article 22 que « l'Etat veille à la mise en œuvre des mesures et des moyens susceptibles de favoriser le développement de la pratique sportive récréative accessible à tous et d'inciter la population à s'y adonner » ;
- la création d'une Direction Nationale du Sport pour Tous par décret N°2010-660/PCSRD/MJS du 17 septembre 2010, portant organisation des Directions Générales et des Directions Nationales du Ministère de la Jeunesse et des Sports et déterminant les attributions de leurs responsables. Cette direction est chargée de la conception des stratégies de promotion du sport pour tous, de l'animation et la pratique du sport adapté et d'entretien et du développement des sports et jeux traditionnels, en relation avec les directions et les services concernés.

En plus de ces mesures visant à favoriser la promotion des loisirs physiques, l'Etat nigérien s'est investi dans la construction des infrastructures sportives à même de répondre aux besoins des populations, même si beaucoup reste à faire.

Au niveau de la commune urbaine de Dosso qui nous intéresse ici, parmi les infrastructures sportives existantes on peut citer entre autres :

- le stade omnisport régional ;
- l'arène des jeux traditionnels dénommée « Arène Salma Dan-Rani » ;
- le stade municipal appelé « terrain rouge » situé en plein cœur de la ville ;
- les terrains de sport dans quelques établissements scolaires.

L'adoption des mesures et la mise en place de ces infrastructures sportives par l'Etat ne semblent pas provoquer un engouement autour de la pratique du sport récréatif de la part des populations de Dosso. Mais qu'en est-il des enseignants du secondaire ?

Etant donné que le sport de loisir n'a pas fait l'objet d'étude au niveau de la commune urbaine de Dosso et particulièrement auprès de cette population cible, plusieurs questions restent sans réponses :

Quelles sont les attitudes des enseignants face à la pratique des activités physiques ?

Quels sont les préférences des enseignants en activités physiques ?

Qu'est-ce qui les motive à pratiquer ou à ne pas pratiquer les activités physiques ?

C'est à toutes ces questions que nous allons tenter d'apporter des réponses à travers la présente étude.

De façon plus spécifique, il s'agit de :

- savoir si les enseignants des établissements publics d'enseignement secondaire de la commune urbaine de Dosso pratiquent ou non une activité physique pendant leur temps libre ;
- identifier les types d'activités physiques auxquelles ils s'adonnent ;

- saisir les raisons qui les poussent à pratiquer ou à ne pas pratiquer ces activités ;
- recueillir les difficultés éventuelles rencontrées par les enseignants dans la pratique des activités physiques.

La présente étude s'articule autour de quatre chapitres. Le premier chapitre porte sur le cadre théorique qui précise les concepts et présente la revue de littérature. Le deuxième chapitre présente le cadre de l'étude. Le troisième chapitre est consacré à la méthodologie utilisée pour cette étude. Enfin, le quatrième chapitre fait la présentation et la discussion des résultats. L'étude sera clôturée par les conclusions et les recommandations.

CHAPITRE I:

CADRE THEORIQUE

Ce chapitre traite de la définition des concepts, de la revue de littérature, de l'intérêt de l'étude et de ses limites.

1.1. Définition des concepts

Les concepts que nous utilisons à travers la présente étude peuvent connaître des interprétations diverses, en fonction du cadre de référence du récepteur. Pour éviter cela et aussi dans le souci d'atteindre les objectifs que nous nous sommes fixés, les concepts ci-dessous sont définis ou redéfinis, si besoin est, conformément au contexte de la présente étude.

1.1.1. Pratique de l'activité physique

- **Pratique** : Le dictionnaire encyclopédique le petit Larousse illustré de 1994 a défini la pratique comme étant le fait d'avoir, d'exercer une activité concrète. (p.815).

Cette définition répond correctement au sens que nous avons attribué à « pratique » dans la présente étude.

- **Activité physique** : « L'activité physique se définit généralement comme tout mouvement corporel produit par les muscles du squelette et entraînant une dépense d'énergie supérieure à celle dépensée au repos » (Conférence ministérielle européenne de l'OMS sur la lutte contre l'obésité, Istanbul 2006).

Le dictionnaire des APS (1998) définit, quant à lui, l'activité physique comme l'interaction entre l'individu et sa motricité. Elle peut être exercée à titre utilitaire et professionnel mais également dans le cadre privé des loisirs ; les motivations sous-tendues peuvent être : le besoin d'affiliation, la forme physique, la recherche du vertige, la conquête d'une esthétique, la recherche d'une acène dans l'effort, un éventuel effet cathartique (défoulement). (pp 20-21).

La pratique de l'activité physique signifie donc le fait de s'adonner à des exercices corporels dans le cadre professionnel ou privé, en vue de satisfaire des besoins.

1.1.2. Loisir

Le petit Larousse grand format de 1995 définit le loisir comme « le temps dont quelqu'un peut disposer en dehors de ses occupations ordinaires ».

Dumazedier (1962), dans son ouvrage intitulé **vers une civilisation du loisir ?** a défini le loisir comme étant un « ensemble d'occupations auxquelles l'individu peut s'adonner de plein gré, soit pour se reposer, soit pour se divertir, soit pour développer son information et sa formation désintéressée, sa participation sociale volontaire ou sa libre capacité créatrice après s'être dégagé de ses obligations professionnelles, familiales et sociales ». (p.28).

Dans le contexte de la présente étude, le concept « loisir » est confondu avec le temps libre ; c'est-à-dire le moment dont dispose le travailleur après s'être acquitté de ses obligations professionnelles, familiales et sociales.

1.2. Revue de littérature

Les APS ont fait l'objet d'intérêts manifestes à travers le monde. En effet, beaucoup de littératures et travaux ont été effectués dans ce domaine par divers auteurs.

La présente revue de littérature va porter dans un premier temps sur les résultats des recherches effectuées à travers le monde, par des spécialistes qui se sont intéressés à la pratique des APS, notamment aux bienfaits de cette pratique pour l'individu. Elle portera dans un second temps sur les travaux ayant trait à la pratique des APS réalisés au Niger.

1.2.1. Les bienfaits de la pratique des APS

Les bienfaits de la pratique régulière des activités physiques sur la santé et le bien-être ont été démontrés par plusieurs études. Parmi ces bienfaits, on peut souligner entre autres :

- L'amélioration de la qualité de vie ;
- La prévention des maladies cardiovasculaires ;
- La lutte contre l'obésité ;
- La prévention du diabète ;
- La prévention de l'ostéoporose et de l'arthrose ;
- La diminution du risque de certains cancers ;

- L'amélioration de la santé mentale
- L'amélioration de la santé sociale.

1.2.1.1. L'amélioration de la qualité de vie

Un certain nombre de travaux ont montré que si les préoccupations de santé peuvent dans un premier temps motiver l'implication des individus dans la pratique physique, leur persévérance sur le long terme est liée aux sensations de plaisir et de bien-être qu'ils pourront en tirer (Biddle & Goudas, 1994 ; Délignières, 1994 ; Dishman, Sallis & Orenstein, 1985).

Autrement dit, la pratique régulière d'activités physiques procure du plaisir, génère une plus grande sérénité, un plus grand sentiment de liberté, une meilleure écoute des signaux d'alarme que notre corps et notre esprit peuvent émettre. Elle peut aussi aider à lutter contre l'isolement et la solitude.

1.2.1.2. La prévention des maladies cardiovasculaires

Le rôle positif joué par la pratique d'une activité physique dans la prévention des maladies cardiovasculaires a été mis en évidence par de nombreuses études médicales. Les travaux les plus connus dans le domaine des relations entre l'activité physique et les risques de maladies coronariennes viennent de la Grande-Bretagne et des Etats-Unis.

Selon Blair et al. (1989)¹, le risque relatif de maladie coronarienne est réduit chez les personnes qui pratiquent des activités intenses, lorsqu'on les compare à des personnes sédentaires, en présence ou en l'absence d'autres facteurs de risque tels que l'âge, le tabagisme, l'hypertension, l'obésité, l'hérédité. Bien que ces facteurs de risque peuvent être à l'origine des affections cardiovasculaires, la sédentarité y joue donc un rôle important, car tout organe n'a que la capacité de son niveau de sollicitation (Wolf et Melleroweniez, 1973).

Docteur Schneider (1977), cité par Baba (2010) dans sa monographie (p8), énonce qu'un entraînement ininterrompu provoque un accroissement du dynamisme et une

¹ Blair et al. Cités par Maurice Piéron in « A quoi sert l'Education Physique et Sportive ? » p.89

augmentation du volume du cœur permettant de réaliser les performances voulues, avec moins de palpitations et un besoin moins grand en oxygène.

1.2.1.3. La lutte contre l'obésité

L'obésité correspond à un excès de masse grasse dans le corps. Elle est surtout le résultat de mauvaises habitudes alimentaires associées à un mode de vie sédentaire.

Lorsqu'il ya un déséquilibre entre l'apport énergétique de l'alimentation et les dépenses énergétiques, le surplus est alors stocké sous forme de graisse dans le corps. Toutefois, si le déséquilibre s'amplifie, cela conduit à l'obésité qui est l'un des facteurs de risque d'affections cardiovasculaires.

La pratique régulière d'une activité physique permet l'élimination d'un stock trop important de graisses et de sucres dans l'organisme. Elle a donc un effet sur la perte de poids et permet, pour une personne donnée, de maintenir son poids à un niveau correct, en agissant sur les deux principales sources d'énergie (les lipides et les glucides) pour équilibrer les apports et les dépenses énergétiques.

1.2.1.4. La prévention du diabète

Le dictionnaire de médecine (1975 ; 1982) définit le diabète sucré comme une affection chronique caractérisée par une insuffisance absolue ou relative de la sécrétion en insuline, dont l'une des conséquences est l'hyperglycémie (p237).

On distingue deux types de diabète :

- le diabète de type I ou insulino-dépendant rencontré chez le jeune, maigre et qui est caractérisé par une carence absolue d'insuline. Son traitement requiert nécessairement l'administration de cette hormone ;
- et le diabète de type II appelé diabète gras ou non insulino-dépendant comportant une carence relative en insuline. Dans ce type de diabète, l'insuline est normalement sécrétée par le pancréas, contrairement au diabète de type I mais, elle est mal utilisée par les récepteurs cellulaires, du fait du nombre réduit de transporteurs de glucose dans le tissu cellulaire.

L'activité physique chez le diabétique de type I n'a pas d'effet direct et doit être pratiquée sous contrôle médical. Mais chez le diabétique de type II, l'exercice prolongé permet d'augmenter le nombre de transporteurs, avec pour conséquence l'accroissement de la sensibilité des tissus musculaires et la diminution des besoins en insuline.

1.2.1.5. La prévention de l'ostéoporose et de l'arthrose

L'ostéoporose est une maladie diffuse du squelette caractérisée par une diminution de la masse osseuse et une fragilité des os, avec comme conséquence une augmentation de risque de fracture. L'inactivité est la principale cause de l'ostéoporose. En effet, les os qui ne travaillent pas perdent plus de tissus osseux et deviennent fragiles. Etant donné qu'il n'existe pas encore de traitement curatif satisfaisant pour l'ostéoporose, le mieux, c'est de la prévenir. A ce titre, une augmentation modérée de la consommation de calcium et une pratique régulière et continue d'activité physique entreprise dès le jeune âge permettent de :

- favoriser une masse osseuse maximale ;
- ralentir chez l'adulte la perte physiologique du « capital osseux » (Halm. M. M. et al. 1998) ;
- contribuer à réduire le risque d'ostéoporose de plus de 30% à l'âge de 70 ans.

Pour Edgar Thill et al. (1994), le développement des loisirs physiques chez la personne âgée contribue à modifier sensiblement l'image négative de la vieillesse et le modèle déficitaire qui lui est associé.

Quant à l'arthrose, elle n'est rien que des douleurs qui surviennent au niveau des articulations, une fois que le cartilage est détruit et que les os frottent l'un contre l'autre. Il s'ensuit une inflammation, une perte de mobilité ainsi que des handicaps physiques et fonctionnels.

Les exercices physiques renforcent les muscles qui entourent les articulations menacées et aident à préserver la mobilité et la fonction articulaires.

1.2.1.6. La diminution du risque de certains cancers

Dans une étude épidémiologique, Blair et ses collègues rapportent une relation entre le niveau de condition physique et le taux de mortalité par cancer.

- Le cancer du sein et de l'appareil reproducteur

Les résultats d'une étude menée en Angleterre par Frisch et ses collègues ont montré que les ex-athlètes féminines de niveau collégial ou universitaire ont un taux d'apparition de ces types de cancer significativement plus bas que les non-athlètes.

- Le cancer du colon

Des études ont révélé qu'il existe un lien entre l'augmentation de l'activité physique et la diminution du risque de cancer du colon. L'exercice physique favorise d'ailleurs le transit intestinal et peut réduire de 50% le risque qu'une personne soit atteinte d'un cancer du colon.

- Les cancers dus au tabagisme

Le tabagisme est le facteur de risque de cancer le plus important, car le 1/3 de tous les décès causés par cancer sont associés au tabagisme. La pratique des APS s'accompagne, le plus souvent, d'une amélioration spontanée de l'hygiène de vie globale avec une diminution du tabagisme.

1.2.1.7. L'amélioration de la santé mentale

Les problèmes que l'on associe à la santé mentale sont entre autres le stress destructeur, la drogue, la violence, le suicide. Ces problèmes dont l'ampleur est sans précédent constituent une réelle menace pour nos sociétés.

Il a été prouvé scientifiquement que la pratique physique et la vie active contribuent à améliorer la santé mentale :

- en augmentant le goût de vivre ;
- en réduisant l'impact du mauvais stress ;
- en diminuant le niveau d'anxiété et de la dépression légère ;
- en augmentant l'estime de soi ;
- en acquérant un meilleur équilibre psychologique et émotionnel ;
- et en créant de liens d'amitié ou de réseaux de support.

Selon l'expertise de l'Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale (INSERM) publiée en mars 2008, « Les personnes âgées qui ont pratiqué une activité physique régulière tout au long de leur vie ont une perte de tissus cérébraux moins importante que les personnes sédentaires et ont une meilleure performance cognitive ».

1.2.1.8. L'amélioration de la santé sociale.

La pratique de certaines activités sportives à dominante collectives telles que le football, le handball, le basket-ball, le volley-ball, etc. comme divertissement favorise les relations sociales, car elles permettent des échanges entre les individus. En effet, « dans le cadre d'un groupe, d'une équipe ou au sein du milieu familial, les jeux supposent un échange. Dans cet échange, de cette communication provient du reste l'essentiel du plaisir »²

Dans son article intitulé « Rôles sociaux de la pratique des APS », Sériba (1992), cité par Aboukarim, H, O. (2010) dans sa monographie de fin de formation, écrivait : « En tant qu'éléments de culture, comme supports à la santé et à l'activité de loisirs, les APS peuvent assurer aussi l'acquisition des connaissances relatives à l'acquisition d'aptitude permettant d'accéder à l'autonomie et à l'intégration » (p.18).

La pratique sportive apporte sa part de contribution dans la prévention et la lutte contre diverses formes de violence contre soi-même (suicide, anorexie), contre les autres (agressivité, sexisme, racisme), contre l'environnement physique (vandalisme).

1.2.2. La pratique des APS au Niger

Des études réalisées au Niger par Mariama Soumana Kambeidou et Aïssata Ibrah Kaka révèlent les contraintes auxquelles les populations sont confrontées dans la pratique des APS. Mais il faut préciser que ces études se sont intéressées exclusivement aux femmes.

Kambeidou, S., M. (1992), dans son mémoire de fin d'études, en vue de l'obtention du diplôme de technicienne d'économie familiale et sociale, a tenté d'analyser les causes de la faiblesse de la pratique des activités physiques et sportives chez la femme au Niger. Selon les

² SUE Roger, 1993, p.61

conclusions de son étude, les causes de cette faiblesse sont d'ordre culturel, psychologique, économique, politique et biologique.

Les contraintes culturelles constituent pour Kambeidou, S.M. l'élément clé de cette situation. En effet, dans la société nigérienne fortement islamisée, la pratique des APS est mal perçue par la majorité de la population à cause de son caractère exhibitionniste.

Les facteurs d'ordre psychologique sont liés non seulement au manque d'encouragement mais aussi à la peur, car les femmes nigériennes considèrent que le sport est dangereux pour la femme.

Les contraintes économiques s'expliquent par le faible pouvoir d'achat de la femme, surtout quant on sait que la pratique des APS nécessite, entre autres, l'achat de vêtements et de chaussures de sport.

Sur le plan biologique, des représentations sont souvent utilisées pour justifier les pratiques masculines et féminines des APS, même si l'on peut considérer que jusqu'avant la puberté, les pratiques ne doivent pas être différenciées à partir du seul critère sexuel.

Les contraintes politiques, quant à elles, sont liées à l'absence de textes institutionnels prenant en compte le genre mais aussi à l'insuffisance d'infrastructures adéquates.

Ibrah, K., A. (2010), dans sa monographie de fin de formation pour l'obtention du certificat d'aptitude aux fonctions d'inspecteur de l'éducation populaire, de la jeunesse et des sports a, quant à elle, identifié les facteurs qui limitent les femmes nigériennes dans la pratique des activités physiques. Ces facteurs tournent autour des considérations sociales et religieuses, des charges familiales, et de l'absence de textes institutionnels prenant en compte l'aspect genre.

Par rapport aux considérations sociales et religieuses, il ya d'une part l'intolérance à la tenue idéale de sport que certains trouvent exhibitionniste. Il ya d'autre part certains préjugés culturels qui sous-tendent que la pratique des activités physiques conduit la femme à une vie libertaire, sans oublier les critiques dont fait l'objet la femme de la part du public nigérien. A propos des charges familiales, il s'agit des préoccupations domestiques, du fait du rôle d'épouse et de mère que joue la femme.

1.3. Intérêt de l'étude

A travers cette étude, il s'agit pour nous de tenter de cerner les activités physiques auxquels les enseignants se livrent, d'appréhender les problèmes liés à la pratique de ces activités, afin de dégager des propositions allant dans le sens de la création d'un engouement autour du sport récréatif pour le bonheur des enseignants et des travailleurs en général.

1.4. Limites de l'étude

La présente étude aurait pu intéresser toute la population ou tous les travailleurs de la Région de Dosso, mais pour des raisons économiques, financières, matérielles et temporelles, nous avons choisi de nous limiter aux enseignants des établissements publics du second degré de la Commune Urbaine de Dosso.

CHAPITRE II

PRESENTATION DU CADRE DE L'ETUDE

La commune urbaine de Dosso a servi de cadre à notre étude. Mais nous avons jugé nécessaire de donner un aperçu sur le Niger, avant de présenter la Région de Dosso, la Commune Urbaine de Dosso et l'Inspection de l'Enseignement Secondaire de Dosso1.

2.1. La République du Niger³

La République du Niger est située en Afrique de l'Ouest, entre les parallèles 11°37 et 23°33 de latitude Nord d'une part, et les méridiens 16° de longitude Est et 0°10 de longitude Ouest d'autre part.

Pays pauvre et enclavé, le Niger est l'un des pays le plus vaste de l'Afrique occidentale, avec une superficie de 1.267.000 km². Cependant, les deux tiers (2/3) du territoire sont désertiques.

Le Niger est limité au Nord par l'Algérie et la Libye, à l'Est par le Tchad, au Sud par le Nigéria et le Bénin et à l'Ouest par le Burkina Faso et le Mali. Du fait de son enclavement, le Niger manque de débouchés sur la mer et le port le plus proche se trouve à près de 800km (Port de Cotonou).

Le climat se caractérise par deux (2) saisons très contrastées dont la durée varie selon les zones climatiques : une saison sèche et une saison des pluies. Les températures dépassent les 35° pour une bonne partie de l'année.

La subdivision administrative du pays fait apparaître huit (8) régions : Niamey (la capitale du Niger), Agadez, Dosso, Diffa, Maradi, Tahoua, Tillabéri et Zinder. Ces régions sont quant à elles subdivisées en départements et en communes.

La langue officielle du Niger est le français. Les langues nationales, à l'image des ethnies sont au nombre d'une dizaine.

La population du Niger qui s'élève à 10.790.352 habitants en 2001 (RGP/H) est passée à 15.730.754 habitants en 2011 selon les estimations faites par l'Institut National de la Statistique (INS). Le taux de fécondité est le plus élevé au monde (7,1 enfants par femme) d'où la forte croissance démographique (3,3% par an).

³ Document SDRP 2008-2012

Les jeunes et les femmes représentent respectivement 31% et 51,14% de la population (RGP/H 2001).

La population est composée de différentes ethnies : les Haoussas qui sont majoritaires et qui vivent dans le centre et l'Est du pays, les Djermas, les Songhaïs et les Gourmantchés qui occupent l'Ouest, les Kanouris et les Boudoumas dans l'extrême Est, les Touaregs, les Toubous et les Arabes au Nord et Nord-est, les Peulhs disséminés sur tout le territoire, malgré une forte concentration dans la région de Tillabéry située à l'Ouest du pays.

Les relations de cousinage, les mariages entre les différentes ethnies et l'esprit de solidarité sont les valeurs qui consolident l'unité nationale.

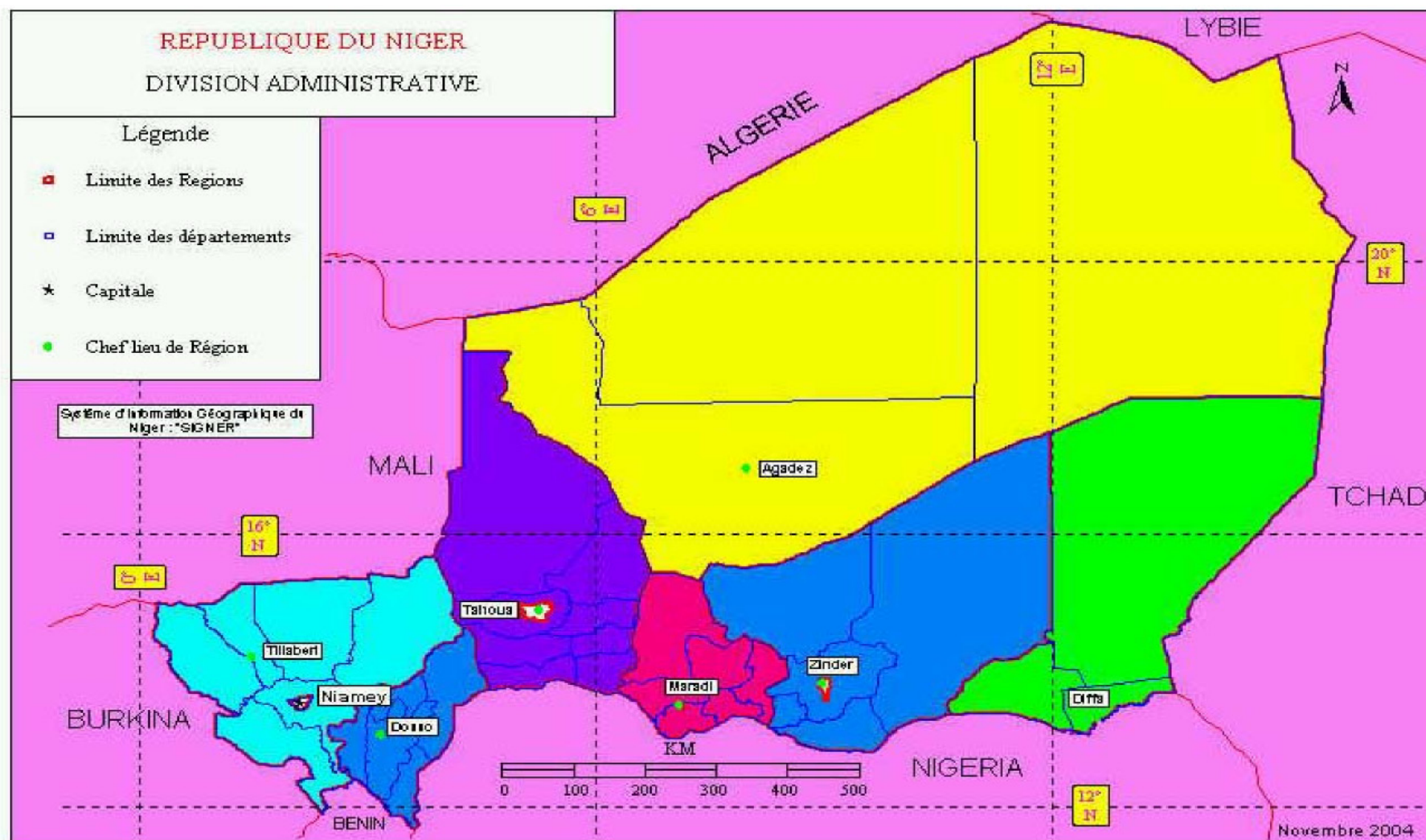
La société nigérienne est composée de 99% de musulmans et pour le reste de chrétiens et d'animistes.

L'économie du pays repose essentiellement sur l'agriculture, l'élevage et les mines. L'artisanat en pleine expansion et la pêche pratiquée de façon traditionnelle participent aussi au développement économique du pays. Le sous-sol nigérien contient des ressources minières considérables :

- Le sel, le natron, les cassitérites, le phosphate, l'uranium, le calcaire, le gypse, l'or, le charbon, le pétrole qui sont exploités ;
- Et le fer, le plomb, l'argent, le cuivre... qui sont inexploités à cause de leur faible teneur.

Le patrimoine historique et culturel du pays est très riche et varié. En effet, l'existence de rares espèces animales, de manuscrits de sculptures rupestres, des ossements de dinosaures et l'organisation régulière de manifestations culturelles et sportives (musique, danse, mode, lutte traditionnelle) offrent des opportunités pour le développement du tourisme au Niger.

Figure 1 : Carte Administrative du Niger



Source : Document SDRP 2008-2012

2.2. La Région de Dosso⁴

La Région de Dosso est située à l'extrême Sud-ouest du Niger et couvre une superficie de 31.000 km², soit 2% du territoire national. Elle s'étend entre les 11°50' et 14°40' de latitude Nord et les 2°30' et 4°40' de longitude Est. Elle est limitée au Nord et à l'Ouest par la région de Tillabéri, au Sud-ouest par la République du Bénin, au Sud- Est par le République Fédérale du Nigeria et à l'Est par la région de Tahoua.

La région de Dosso est administrativement organisée en cinq (5) Départements (Boboye, Dogondoutchi, Dosso, Gaya et Loga), cinq (5) Communes Urbaines et trente huit (38) Communes Rurales et 1385 Villages administratifs (Loi 2002-012 du 11 juin 2002 portant sur la décentralisation). Au plan de l'organisation coutumière, la région de Dosso compte une (1) province, quinze (15) Cantons et trois (3) Groupements nomades.

Selon le 3^{ème} Recensement général de la population et de l'habitat de 2001, la Région de Dosso totalise une population de 1.479.095 habitants. Cette population est estimée à 2.078.339 habitants en 2011 (DRS/Dosso).

La Région de Dosso abrite différents groupes sociaux-culturels. Cependant on note une prédominance de trois groupes à savoir : les Djerma, les Haoussa et les Peul.

L'agriculture et l'élevage constituent l'essentiel des activités de base de l'économie de la région. La part du commerce, de l'industrie et de l'artisanat est marginale.

Sur le plan sanitaire, la région de Dosso dispose d'un centre hospitalier régional, des hôpitaux de district, des centres de santé intégrés auxquels sont rattachées des cases de santé, des cliniques et laboratoires d'analyse privés, des pharmacies populaires et privées.

Dans les domaines de l'éducation et de la formation professionnelle et technique, trois directions régionales ont en charge ces secteurs:

- La Direction Régionale de l'Éducation Nationale qui assume la responsabilité du préscolaire, de l'enseignement du cycle de base 1 (ou enseignement primaire) et de l'alphabétisation ;
- La Direction des Enseignements Secondaire et Supérieur qui assure la tutelle de l'enseignement de cycle de base 2 ou premier cycle de l'enseignement secondaire

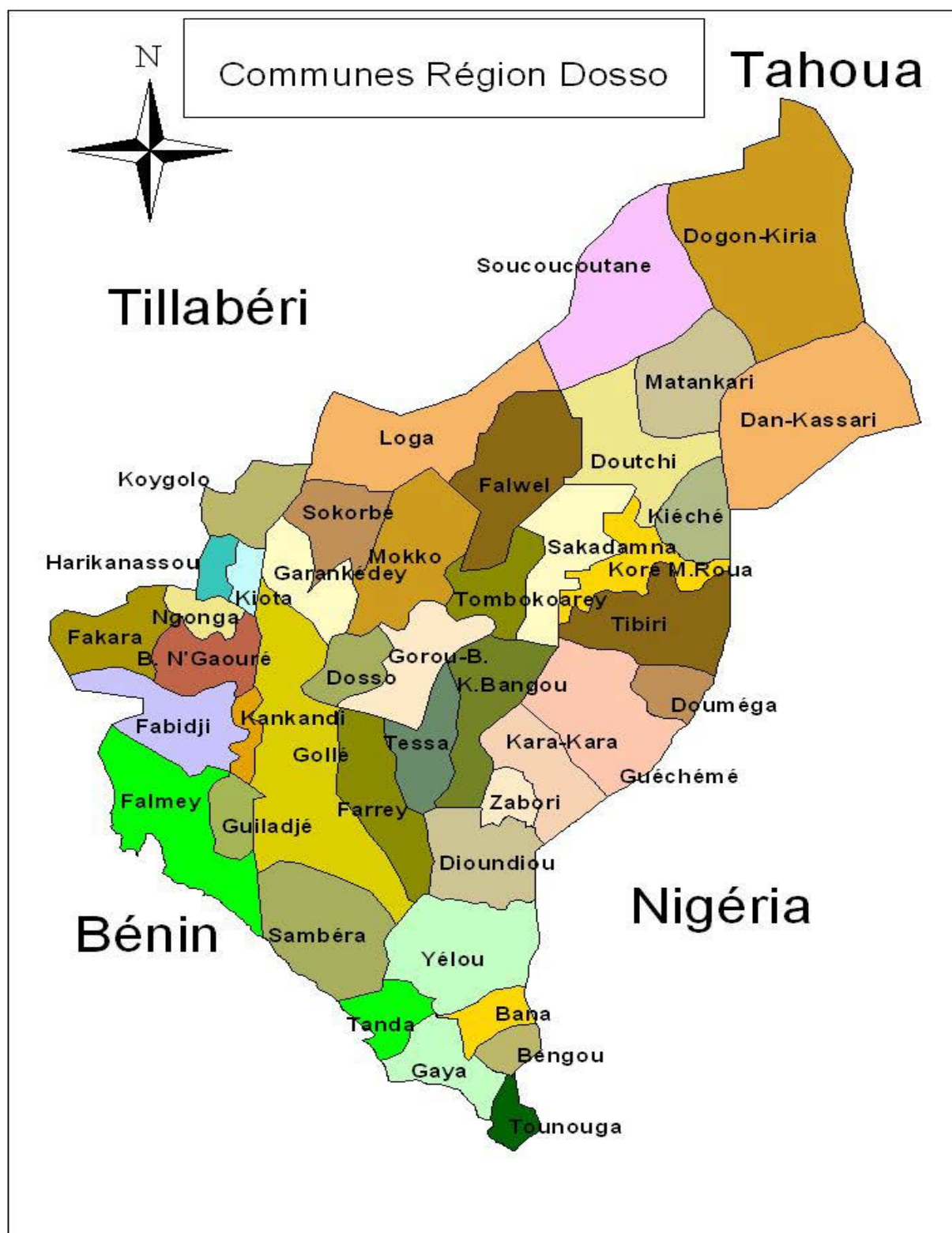
⁴ Rapport sur l'état de la Région de Dosso : DRS/Dosso.2009 ; Actualisation de l'audit urbain de la Commune de Dosso : PDIL.2007

(le collège), l'enseignement moyen ou second cycle de l'enseignement secondaire (le lycée).

- La Direction Régionale de la Formation Professionnelle et Technique qui assure la tutelle de la formation professionnelle et technique, comme son nom l'indique.

Sur le plan socioculturel et sportif, Dosso dispose d'un stade omnisport, des terrains de sport, d'une arène des jeux traditionnels, d'une maison de la culture dans chaque département, des centres d'animation culturelle (maisons de samariya), de plusieurs sites touristiques dont les palais des chefs de cantons, le complexe artisanal, le musée régional, les marchés de bétail, l'île de Lété, Harikanassou (girafes), Albarkaïzé (oiseaux), pour ne citer que ceux-là.

Figure 2 : Carte Administrative de la Région de Dosso.



Source : Lux-development/Dosso

2.3. La Commune Urbaine de Dosso⁵

La commune urbaine de Dosso, à la fois chef lieu de région et chef lieu de département, est située dans l'ouest du Niger à 139km de Niamey (capitale du Niger) sur la route nationale N°1, entre 03°11 de longitude et 13°02 de latitude.

Elle a été créée officiellement par décret 72.190/MI du 21 septembre 1972 et installée sept (7) ans plus tard, avec la nomination du 1^{er} Maire (en 1979) M. Boukari Bawa.

Elle est composée de neuf (9) quartiers, de deux (2) tribus (peulh et touareg) et de vingt trois (23) villages rattachés.

La commune urbaine de Dosso est limitée au Nord par la commune de Mokko, au Sud par les communes de Gollé et Farrey, à l'Est par la commune de Gorou-bankassam et à l'Ouest par la commune de Gollé. Elle couvre une superficie de 541km² et compte une population de 91488 habitants en 2011 et 93150 habitants en 2012, selon les estimations faites sur la base du résultat du RGP/H 2001 et le taux d'accroissement annuel. Cette population, à plus de 90% musulmans, est composée des principaux groupes ethniques et linguistiques rencontrés au Niger à savoir les Djerma qui sont majoritaires, les Haoussa, les Peulh et les Touareg. Le reste de la population est constitué de colonies des pays voisins à savoir le Nigéria, le Ghana, le Bénin, le Togo, le Burkina Faso.

Les principales activités économiques sont l'agriculture, le commerce, l'artisanat etc. Le triple statut de capitale régionale, de chef lieu de département et commune urbaine dans la région fait qu'elle a bénéficié de l'implantation de nombreux équipements et services administratifs régionaux, socioculturels, éducatifs, sanitaires, commerciaux etc.

En 2011, la commune urbaine de Dosso dispose comme infrastructures sanitaires de trois (3) centres de santé intégrés (CSI) de type I, d'un centre hospitalier régional (CHR), de quatre (4) salles de soin privées, d'un (1) laboratoire d'analyse privé, de la croix rouge et de dix (10) cases de santé construites dans le cadre du programme spécial du Président de la République.(District sanitaire de Dosso, septembre 2011).

⁵ *Monographie de la Commune Urbaine de Dosso ; Tondi.G, 2002 ; Actualisation de l'Audit Urbain de la Commune de Dosso : PDIL 2007*

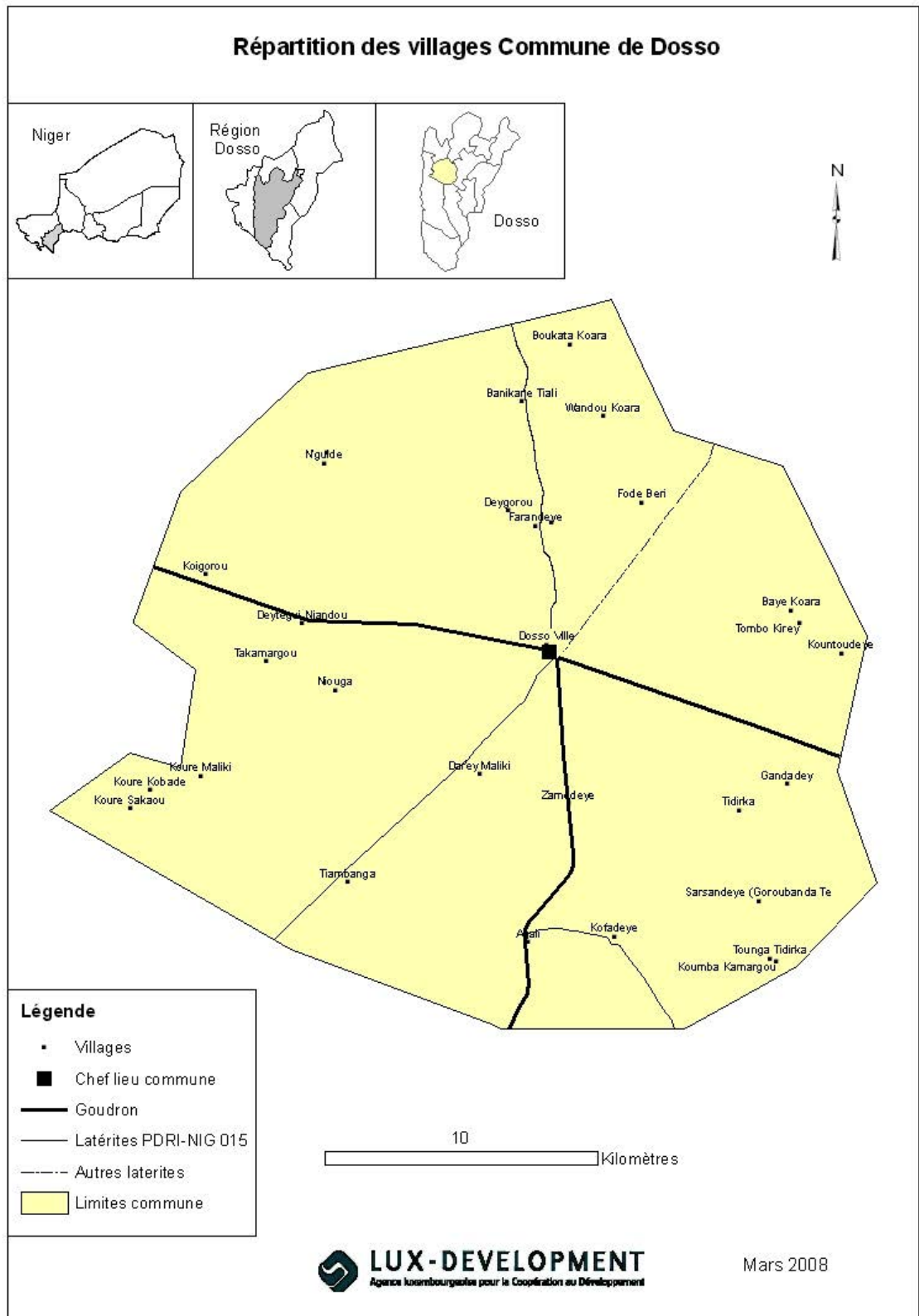
Sur le plan éducatif, la situation des infrastructures dont dispose la commune de Dosso, au titre de l'année 2010-2011, se présente comme suit :

- trente (30) établissements préscolaires dont cinq (5) privés et un (1) établissement franco-arabe en expérimentation ;
- cinquante cinq (55) écoles primaires traditionnelles dont six (6) privées ;
- onze (11) écoles primaires franco-arabes dont une (1) privée ;
- une (1) école normale d'instituteurs ;
- treize (13) établissements d'enseignement secondaire traditionnel (1^{er} et 2nd cycles confondus) dont cinq (5) privés ;
- deux (2) établissements d'enseignement secondaire franco-arabe (1^{er} et 2nd cycles confondus) dont 01 privé ;
- trois (3) centres de formation professionnelle et techniques dont deux (2) Privés ;
- un (1) centre d'alphabétisation.

Sur le plan socioculturel et sportif, la commune de Dosso dispose comme équipements d'un stade omnisport, d'un stade municipal, d'une arène de lutte traditionnelle, d'un hippodrome, de trois (3) terrains de sport au niveau des établissements scolaires (CEG1, CEG2, Lycée), d'une maison des jeunes et de la culture (MJC), de neuf (9) centres d'animation culturelle.

Dans le domaine du tourisme et de l'hôtellerie, la commune de Dosso a comme équipements le palais du chef de province, un musée régional, un village artisanal, des bars restaurants, des structures à caractère hôtelières, des bungalows, des hôtels (Zigui, Zarma et Auberge du carrefour).

Figure 3 : Carte Administrative de la Commune urbaine de Dosso



2.4. L'Inspection de l'Enseignement Secondaire (IES) de Dosso⁶

L'IES de Dosso1 est créée par arrêté N°169/MESS/RT/DGE/DECB2/M du 18 septembre 2006. Elle a, à sa tête, un inspecteur nommé par arrêté du Ministre des enseignements secondaire, supérieur et de la recherche scientifique. L'inspecteur est assisté dans l'accomplissement de ses tâches par un adjoint nommé dans les mêmes conditions.

Outre l'inspecteur et son adjoint, l'IES de Dosso1 compte six (6) agents de bureau, neuf (9) conseillers pédagogiques et un (1) gardien.

L'IES a en charge tous les établissements publics et privés d'enseignement secondaire de la commune urbaine de Dosso, ainsi que le personnel administratif, le personnel enseignant et le personnel auxiliaire exerçant dans ces établissements. Elle compte au titre de l'année académique 2010-2011 treize (13) établissements d'enseignement secondaire dont huit (8) au titre du public et cinq (5) pour le compte du privé. Il s'agit pour les établissements publics du CEG1, du CEG2, du CES/Dosso, du CEG Tondobon, du CEG Banizoumbou, du CEG Koygorou, du CEG Niouga, du Lycée Saraounia Mangou et pour les établissements privés des complexes scolaires Tagour, Dan-tata, Nouvelle humanité, Aoutaga et Espérances.

Les effectifs scolaires, tous cycles confondus, s'élèvent à 6.677 élèves dont 4.499 au public et 2.178 au privé.

Les enseignements sont assurés par 153 enseignants dont 66 titulaires, 84 contractuels et 03 appelés du service civique national.

Dans le cadre de la présente étude, ce sont les enseignants des établissements publics qui nous intéressent.

⁶ *Rapport de rentrée 2010-2011 de l'IES/Dosso1*

CHAPITRE III

METHODOLOGIE

Dans ce chapitre nous présentons la population d'étude, l'échantillonnage, les instruments de collecte des données, la collecte des données, le dépouillement et l'exploitation statistique des résultats.

3.1. La population d'étude

Les enseignants des établissements publics relevant de l'inspection de l'enseignement secondaire (IES) de Dosso1 constituent notre population cible. Parmi ces enseignants on distingue des titulaires, des contractuels et des appelés du service civique national.

L'IES de Dosso1 compte, au titre de l'année académique 2010-2011, 153 enseignants tous cycles confondus dont 104 hommes et 49 femmes repartis dans les 8 établissements publics.

Le tableau ci-dessous fait état des détails statistiques de la population mère, avec ses différentes composantes.

Tableau 1: Population mère

Composantes IES/Dosso1	Titulaires			Contractuels			ASCN			TOTAL		
	H	F	E	H	F	E	H	F	E	H	F	E
CEG1	05	0	05	14	08	22	0	0	0	19	08	27
CEG2	07	01	08	06	05	11	0	01	01	13	07	20
CES/Dosso	17	11	28	09	06	15	01	0	01	27	17	44
CEG Tondobon	02	01	03	05	02	07	0	01	01	07	04	11
CEG Banizoumbou	01	01	02	06	02	08	0	0	0	07	03	10
CEG Koygorou	0	0	0	06	01	07	0	0	0	06	01	07
CEG Niouga	0	0	0	02	01	03	0	0	0	02	01	03
Lycée S.Mangou	13	07	20	10	01	11	0	0	0	23	08	31
TOTAL	45	21	66	58	26	84	01	02	03	104	49	153

H = Homme

F = Femme

E = Ensemble

Source : Rapport de rentrée 2010-2011, IES Dosso1

3.2. L'échantillonnage

L'échantillonnage a consisté à tirer de la population mère des unités statistiques (individus) à interroger.

Les enseignants des établissements publics relevant de l'IES de Dossol étant au nombre de 153 dont 104 hommes et 49 femmes, nous avons retenu un taux de sondage de 50%, soit 77 enseignants. Ces 50% sont choisis de façon à être représentatifs de l'ensemble de la population, de telle sorte que les résultats qui se seront obtenus soient valablement étendus à tout cet ensemble avec de faibles marges d'erreurs.

La méthode de tirage de l'échantillon utilisée est la méthode de choix raisonné. Cette méthode consiste à choisir l'échantillon de façon à ce que les unités statistiques (individus enquêtés) présentent globalement les mêmes caractéristiques que l'ensemble statistique dont elles sont issues. C'est pourquoi, à l'image de la population mère, notre échantillon comprend, comme indiqué dans le tableau 2, des enseignants titulaires, des enseignants contractuels, des appelés du service civique national des deux sexes.

Pour la présente étude nous avons retenu comme variables le sexe, le statut socioprofessionnel et l'âge que nous avons choisi de répartir en quatre (4) tranches (voir tableau 3).

Tableau 2 : Répartition des enquêtés selon le sexe et le statut

Statut	Titulaires	E.C	A.S.C.N	TOTAL
Sexe				
Féminin	11	13	01	25
Masculin	22	29	01	52
TOTAL	33	42	02	77

Tableau 3 : Répartition des enquêtés par sexe et par tranche d'âge

Sexe Tranches d'âge	Féminin		Masculin		Total	
	Nombre	Proportion	Nombre	Proportion	Nombre	Proportion
23 – 29 ans	04	5%	03	4%	07	9%
30 – 39 ans	13	17%	29	38%	42	55%
40 – 49 ans	05	6%	16	21%	21	27%
50 ans et +	03	4%	04	5%	07	9%
Total	25	32%	52	68%	77	100%

3.3. Les instruments de collecte des données

Dans le cadre de cette étude, nous avons choisi d'utiliser comme instrument de recherche un questionnaire qui comporte essentiellement deux rubriques :

- La première concerne l'identification des sujets ;
- La seconde porte sur la pratique des activités physiques.

L'administration du questionnaire s'est effectuée du 1^{er} au 3 novembre 2011 dans les établissements publics relevant de l'IES de Dosso1, conformément à l'échantillon retenu. Avant de procéder à l'administration du questionnaire au niveau de chaque établissement, notre démarche a consisté à nous entretenir d'abord avec le chef d'établissement pour avoir l'autorisation de prendre contact avec les enseignants, afin de mettre le questionnaire à leur disposition.

Cette phase d'administration a été précédée d'une pré enquête en début du mois d'octobre 2011 auprès d'une dizaine d'enseignants appartenant à la population cible, afin de procéder à d'éventuels réajustements des questions posées.

3.4. La collecte des données

La collecte du questionnaire rempli par les enquêtés s'est effectuée du 4 au 7 novembre 2011. Pour faciliter cette opération, il a été demandé aux enquêtés, au moment de l'administration du questionnaire, de bien vouloir le déposer, dans un bref délai, auprès de leurs chefs d'établissements respectifs, avec l'accord de ces derniers. Certains enquêtés qui étaient libres au moment de l'administration ont bien voulu remplir le questionnaire sur le champ. Il faut noter que les 77 questionnaires administrés ont été intégralement collectés.

3.5. Le traitement des données

Le dépouillement s'est effectué de façon manuelle à l'aide de grilles. En ce qui concerne les questions fermées, nous avons procédé aux calculs des fréquences puis des pourcentages. S'agissant du traitement des questions ouvertes, nous avons fait une analyse de contenu. Ainsi la procédure de traitement des données adoptée se présente comme suit :

- Séparation des réponses selon le sexe, l'âge puis le statut socioprofessionnel ;
- Regroupement des réponses qui semblent avoir des similitudes relativement aux questions posées ;
- Vérification pour nous rassurer que les réponses sont bien regroupées suivant les questions ;
- Calcul des fréquences puis des pourcentages.

3.6. L'exploitation statistique des résultats

Les résultats obtenus sont traités et présentés à la fois en valeur absolue et en valeur relative, à l'aide de tableaux et de graphiques dans certains cas. Cependant, nous avons choisi de les interpréter à partir des valeurs relatives. Les proportions sont exprimées de façon globale ensuite suivant le sexe, l'âge et le statut socioprofessionnel des enquêtés.

CHAPITRE IV

PRESENTATION ET DISCUSSION DES RESULTATS

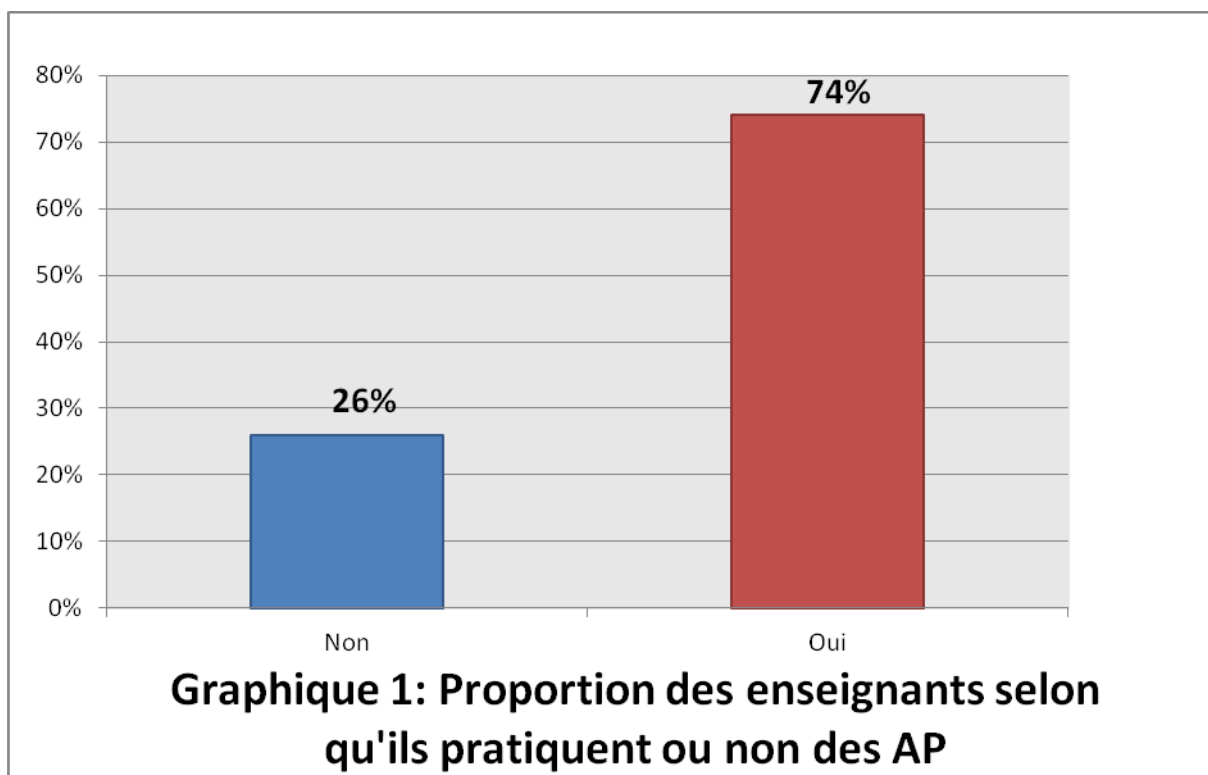
4.1. Présentation des résultats

Les résultats obtenus sont présentés conformément aux questions adressées aux enseignants des établissements publics du second degré de la Commune Urbaine de Dosso. Ils portent sur les aspects suivants :

- La pratique ou non des activités physiques pendant le temps libre ;
- Les types d'activités pratiquées ;
- Les raisons de la pratique des activités ;
- Les raisons de la non pratique des activités ;
- L'existence ou non de difficultés dans la pratique ;
- Les types de difficultés rencontrées dans la pratique.

Les points de vue des enseignants interrogés sont présentés globalement mais aussi en fonction du sexe, de l'âge et du statut dans le corps.

4.1.1. Pratique ou non d'activités physiques pendant le temps libre



Ce graphique 1 montre que 74% des enseignants interrogés disent pratiquer des activités physiques pendant leur temps libre contre 26% qui disent ne pas en pratiquer.

Tableau 4 : Répartition des enseignants selon qu'ils pratiquent des APS ou non en fonction du sexe

Sexe Réponses	Femmes		Hommes	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
OUI	12	48%	45	87%
NON	13	52%	07	13%
TOTAL	25	100%	52	100%

Il ressort du tableau 4 que 87% des hommes ont affirmé qu'ils pratiquent les activités physiques, alors que 52% des femmes disent ne pas en pratiquer.

Tableau 5 : Répartition des enseignants selon qu'ils pratiquent des APS ou non en fonction de l'âge

Age Réponses	23-29 ans		30-39 ans		40-49 ans		50-54 ans	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
OUI	05	71%	32	76%	16	76%	04	57%
NON	02	29%	10	24%	05	24%	03	43%
TOTAL	07	100%	42	100%	21	100%	07	100%

Nbre = Nombre

% = Pourcentage

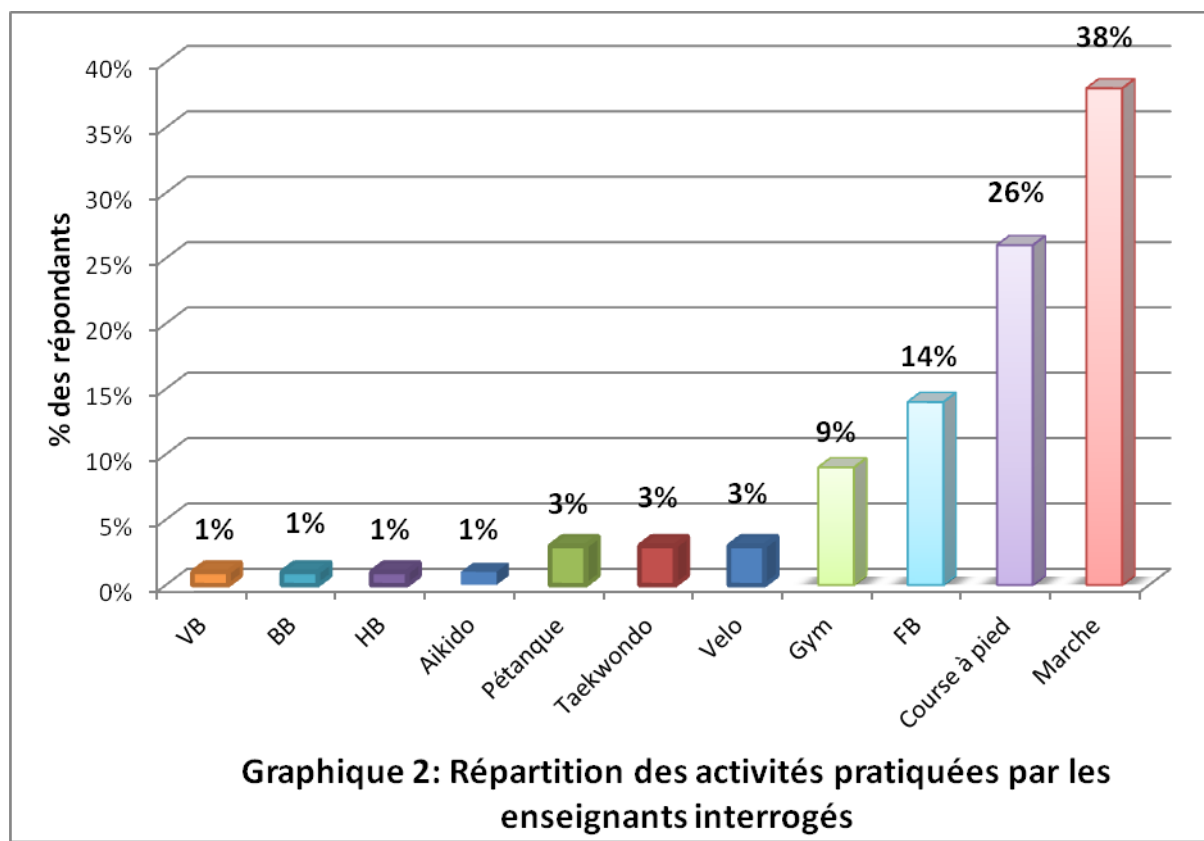
Les résultats ci-dessus révèlent que 71% des sujets âgés de 23 à 29 ans affirment pratiquer les activités physiques contre 76% des sujets âgés de 30 à 39 ans et de 40 ans à 49 ans, 57% de ceux ayant 50 ans et plus.

Tableau 6 : Répartition des enseignants selon qu'ils pratiquent des APS ou non en fonction du statut dans le corps

Statut / Réponses	Titulaires		E.C		A.S.C.N	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
OUI	24	73%	31	74%	02	100%
NON	09	27%	11	26%	00	0%
TOTAL	33	100%	42	100%	02	100%

Les données du tableau 6 montrent que 100% des ASCN disent pratiquer les activités physiques contre 74% des EC et 73% des enseignants titulaires.

4.1.2. Types d'activités pratiquées pendant le temps libre



BB = Basket-ball; HB = Handball; FB = Football; VB = Volley-ball; Gym = Gymnastique.

Le graphique 2 fait ressortir les types d'activités physiques pratiquées par les enseignants interrogés. Il ya 38% des enseignants qui disent s'adonner à la marche, 26% qui pratiquent la course à pied, 14% qui jouent au football et 9% qui font de la gymnastique.

Tableau 7 : Répartition des activités physiques pratiquées en fonction du sexe

Sexe Activités	Femmes		Hommes	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
Marche	10	67%	19	31%
Course à pied	0	0%	20	32%
Gymnastique	05	33%	02	3%
Vélo	0	0%	02	3%
Football	0	0%	11	18%
Volley-ball	0	0%	01	2%
Taekwondo	0	0%	02	3%
Pétanque	0	0%	02	3%
Aikido	0	0%	01	2%
Handball	0	0%	01	2%
Basket-ball	0	0%	01	2%
TOTAL	15	100%	62	100%

Selon ces résultats, 67% des femmes interrogées s'adonnent à la marche et 33% à la gymnastique, tandis que chez les hommes la course à pied est pratiquée à 32% suivie de la marche (31%), du football (18%).

Tableau 8 : Répartition des activités physiques pratiquées en fonction de l'âge

Age \ Activités	23-29 ans		30-39 ans		40-49 ans		50-54 ans	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Marche	02	33%	14	34%	09	39%	04	57%
Course à pied	02	33%	08	20%	09	39%	01	14%
Gymnastique	01	17%	04	10%	02	9%	00	0%
Vélo	00	0%	01	2%	00	0%	01	14%
Football	01	17%	06	15%	03	13%	01	14%
Volley-ball	0	0%	01	2%	00	0%	00	0%
Taekwondo	0	0%	02	5%	00	0%	00	0%
Pétanque	0	0%	02	5%	00	0%	00	0%
Aïkido	0	0%	01	2%	00	0%	00	0%
Handball	0	0%	01	2%	00	0%	00	0%
Basket-ball	0	0%	01	2%	00	0%	00	0%
TOTAL	06	100%	41	100%	23	100%	7	100%

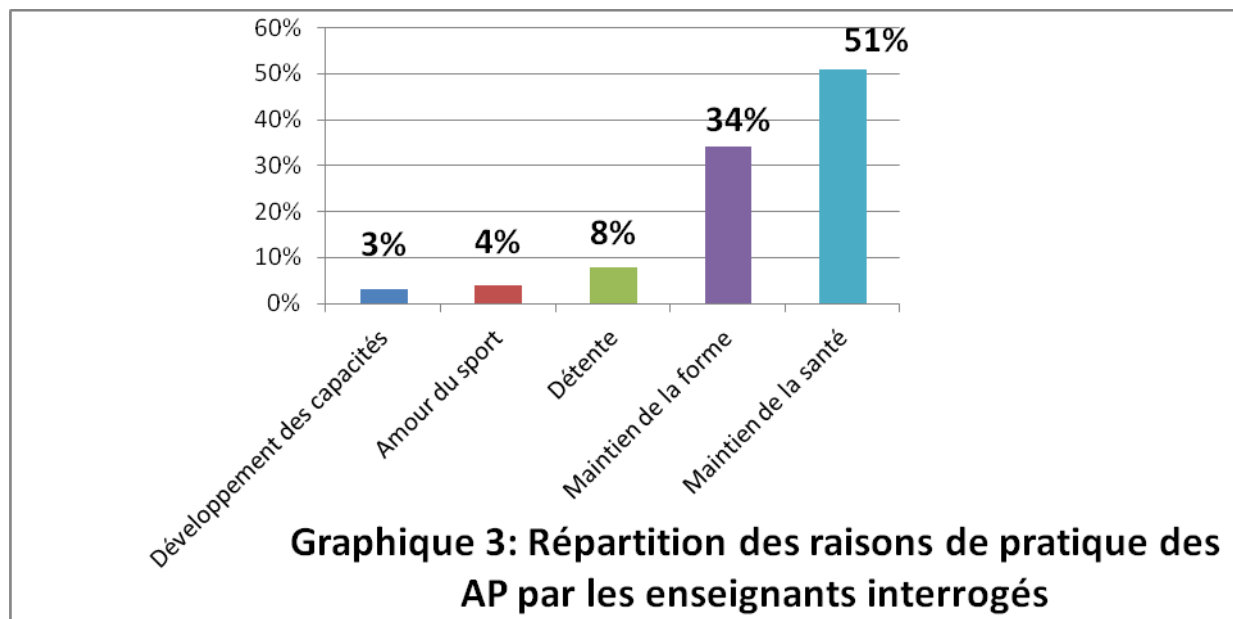
Le tableau 8 révèle que 57% des enseignants interrogés ayant 50 ans et plus disent s'adonner à la marche. Il en est de même pour 39% de 40 à 49 ans, 34% de 30 à 39 ans et 33% de 23 à 29 ans. La course à pied, quant à elle, est pratiquée par 39% des enseignants âgés de 40 à 49 ans, 33% de 23 à 29 ans, 20% de 30 à 39 ans et seulement 14% de 50 ans et plus.

Tableau 9 : Répartition des activités physiques pratiquées en fonction du statut

Statut Activités	Titulaires		E.C		A.S.C.N	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Marche	12	33%	16	41%	01	50%
Course à pied	13	36%	06	15%	01	50%
Gymnastique	02	6%	05	12%	00	0%
Vélo	00	0%	02	5%	00	0%
Football	07	19%	04	10%	00	0%
Volley-ball	01	3%	00	0%	00	0%
Taekwondo	01	3%	01	3%	00	0%
Pétanque	00	0%	02	5%	00	0%
Aïkido	00	0%	01	3%	00	0%
Handball	00	0%	01	3%	00	0%
Basket-ball	00	0%	01	3%	00	0%
TOTAL	36	100%	39	100%	2	100%

Les données contenues dans le tableau 9 montrent que 50% des ASCN, 41% des EC et 33% des enseignants titulaires disent s'adonner à la marche. La course à pied est pratiquée par 50% des ASCN, 36% des enseignants titulaires et 15% des EC, le football par 19% des titulaires et 10% des EC, la gymnastique par 12% des EC et 6% des titulaires.

4.1.3. Raisons de la pratique des activités physiques



Le graphique 3 révèle que 51% des raisons avancées pour expliquer la pratique des activités physiques concernent le maintien de la santé, 34% le maintien de la forme et 8% la détente.

Tableau 10 : Répartition des raisons de pratique des APS en fonction du sexe

Raisons de pratique \ Sexe	Femmes		Hommes	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
Amour du Sport	0	0%	03	5%
Détente	02	12%	04	7%
Développement des capacités	0	0%	02	4%
Maintien de la forme	06	37%	18	33%
Maintien de la santé	08	50%	28	51%
TOTAL	16	100%	55	100%

Le tableau 10 montre que chez les femmes, 50% des raisons avancées pour expliquer la pratique des activités physiques concernent le maintien de la santé et 37% le maintien de la forme. Chez les hommes, 51% des raisons évoquées portent sur le maintien de la santé et 33% sur le maintien de la forme.

Tableau 11 : Répartition des raisons de pratique des APS en fonction de l'âge

Raisons \ Sexe	23-29 ans		30-39 ans		40-49 ans		50-54 ans	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Amour du Sport	0	0%	03	7%	0	0%	0	0%
Détente	01	20%	04	10%	01	5%	0	0%
Développement des capacités	0	0%	02	5%	0	0%	0	0%
Maintien de la forme	01	20%	10	25%	09	41%	04	100%
Maintien de la santé	03	60%	21	52%	12	54%	0	0%
TOTAL	05	100%	40	100%	22	100%	04	100%

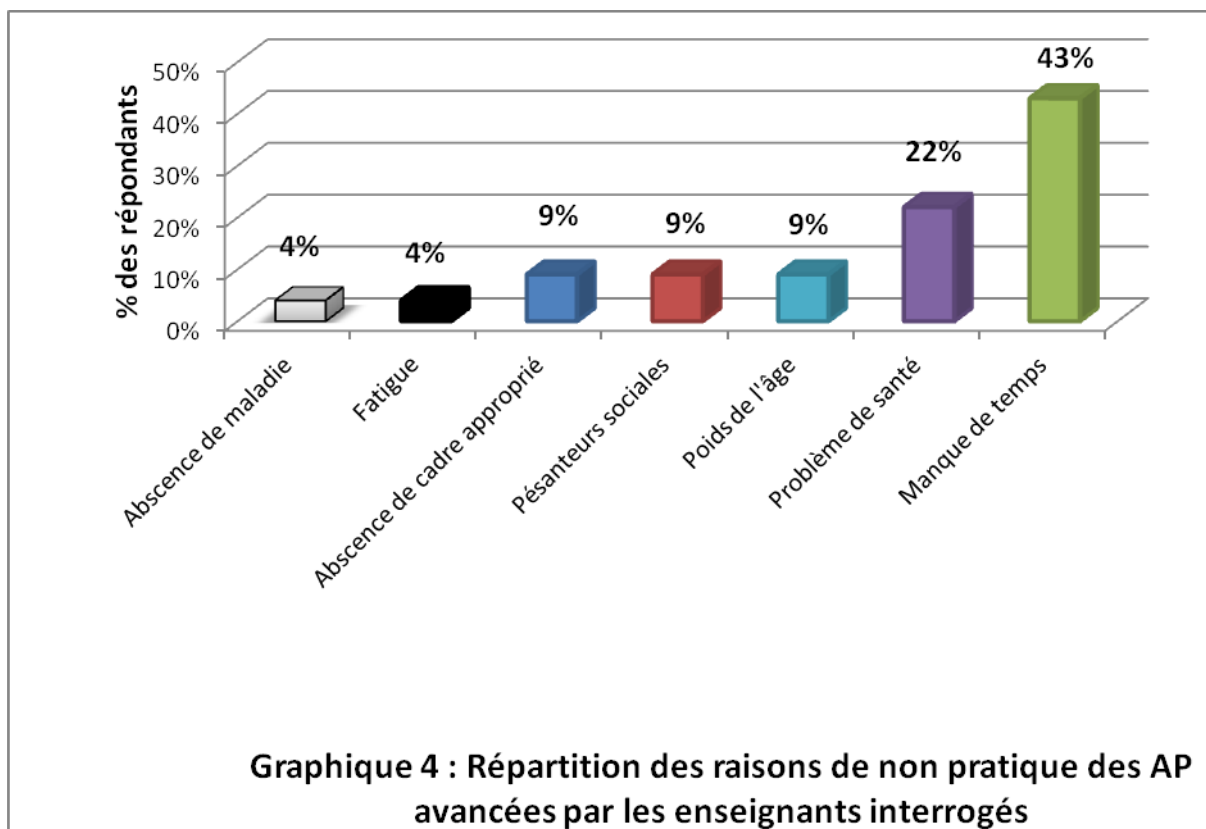
Les données du tableau 11 montrent que chez les sujets âgés de 23 à 29 ans, 60% des raisons évoquées pour justifier la pratique des AP concernent le maintien de santé, 20% le maintien de la forme et la détente. Chez les sujets âgés de 30 à 39 ans, 52% des raisons évoquées sont liées au maintien de la santé, 25% au maintien de la forme et 10% à la détente. Chez les sujets âgés de 40 à 49 ans, 54% et 41% des raisons avancées portent respectivement sur le maintien de la santé et le maintien de la forme. Quant aux raisons avancées par les sujets âgés de 50 ans et plus, elles sont liées à 100% au maintien de la forme.

Tableau 12 : Répartition des raisons de pratique des APS en fonction du statut dans le corps

Raisons \ Statut	Titulaires		EC		ASCN	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Amour du Sport	02	6%	01	3%	0	0%
Détente	03	8%	02	6%	01	50%
Développement des capacités	0	0%	02	6%	0	0%
Maintien de la forme	10	28%	14	41%	0	0%
Maintien de la santé	20	57%	15	44%	01	50%
TOTAL	35	100%	34	100%	02	100%

Les données du tableau 12 révèlent que chez les enseignants titulaires, 57% des raisons de pratique avancées portent sur le maintien de la santé, 28% sur le maintien de la forme et 8% sur la détente. Chez les EC, 44% des raisons concernent le maintien de la santé et 41% le maintien de la forme. Chez les ASCN, 50% des raisons évoquées portent sur le maintien de la santé et la détente.

4.1.4. Raisons de la non pratique des activités physiques



Le graphique 4 montre que 43% des raisons avancées par les enseignants non pratiquants pour justifier la non pratique des AP concernent le manque de temps, 22% le problème de santé et 9% tantôt le manque de cadre approprié, tantôt les pesanteurs sociales ou le poids de l'âge.

Tableau 13 : Répartition des raisons de non pratique des APS en fonction du sexe

Sexe Raisons	Femmes		Hommes	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
Absence de maladie	0	0%	01	14%
Fatigue liée à la pratique	01	6%	0	0%
Manque de temps	06	38%	04	57%
Manque de cadre approprié	02	12%	0	0%
Pesanteurs sociales	02	12%	0	0%
Poids de l'âge	02	12%	0	0%
Problème de santé	03	19%	02	29%
TOTAL	16	100%	07	100%

Le tableau 13 fait ressortir que chez les femmes, 38% des raisons avancées pour justifier la non pratique des APS sont liées au manque de temps, 19% au problème de santé et 12% au manque de cadre, aux pesanteurs sociales et au poids de l'âge.

Chez les hommes, 57% des raisons évoquées concernent le manque de temps, 29% le problème de santé, 14% l'absence de maladie

Tableau 14 : Répartition des raisons de non pratique des APS en fonction de l'âge

Age Raisons	23-29 ans		30-39 ans		40-49 ans		50-54 ans	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Absence de maladie	0	0%	01	9%	0	0%	0	0%
Fatigue liée à la pratique	01	50%	0	0%	0	0%	0	0%
Manque de temps	0	0%	07	64%	02	40%	01	20%
Manque de cadre approprié	01	50%	0	0%	0	0%	01	20%
Pesanteurs sociales	0	0%	01	9%	0	0%	01	20%
Poids de l'âge	0	0%	01	9%	0	0%	01	20%
Problème de santé	0	0%	01	9%	03	60%	01	20%
TOTAL	02	100%	11	100%	05	100%	05	100%

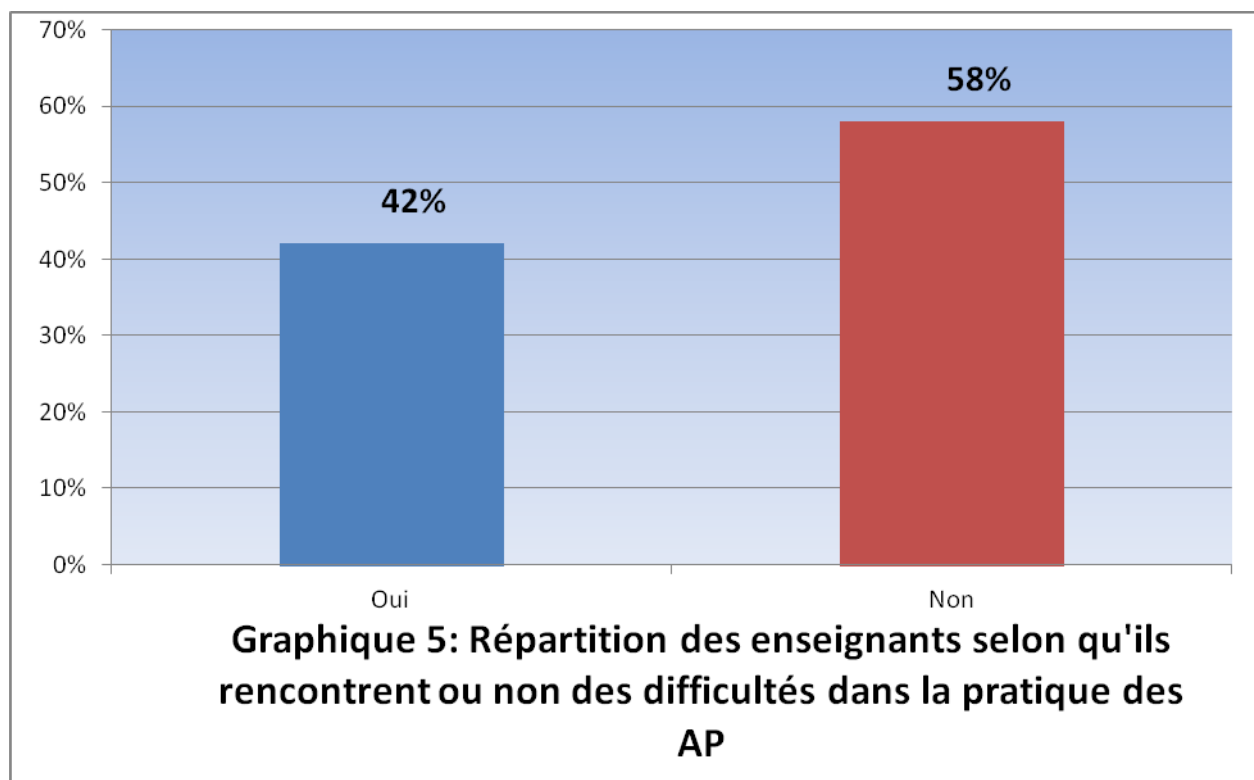
Le tableau 14 montre que chez les sujets âgés de 23 à 29 ans, 50% des raisons avancées pour justifier la non pratique des APS concernent la fatigue et le manque de cadre approprié. Chez les sujets âgés de 30 à 39 ans, 64% des raisons sont liées au manque de temps, 9% au poids de l'âge, aux pesanteurs sociales, au problème de santé et à l'absence de maladie. Chez les sujets âgés de 40 à 49 ans, 60% des raisons portent sur le problème de santé et 40% sur le manque de temps. Chez les sujets âgés de 50 ans et plus, 20% des raisons évoquées sont liées au problème de santé, au poids de l'âge, aux pesanteurs sociales, au manque de cadre approprié et au manque de temps.

Tableau 15 : Répartition des raisons de non pratique des APS en fonction du statut

Statut Raisons de non pratique	Titulaires		E.C		A.S.C.N	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Absence de maladie	0	0%	01	8%	0	0%
Fatigue liée à la pratique	0	0%	01	8%	0	0%
Manque de temps	04	36%	06	50%	0	0%
Manque de cadre approprié	01	9%	01	8%	0	0%
Pesanteurs sociales	01	9%	01	8%	0	0%
Poids de l'âge	01	9%	01	8%	0	0%
Problème de santé	04	36%	01	8%	0	0%
TOTAL	11	100%	12	100%	0	0%

Le tableau 15 révèle que chez les enseignants titulaires, 36% des raisons évoquées pour expliquer la non pratique des APS sont liées au manque de temps et au problème de santé. Chez les EC, 50% des raisons de non pratique portent sur le manque de temps et 8% sur l'absence de maladie, la fatigue, le manque de cadre approprié, les pesanteurs sociales, le poids de l'âge et le problème de santé. Chez les ASNC, aucune raison n'est avancée.

4.1.5. Existence ou non de difficultés dans la pratique des activités physiques



Selon les résultats ci-dessus, 58% des enseignants pratiquants disent ne pas rencontrer de difficultés dans la pratique des activités physiques contre 42% qui ont répondu par l'affirmative.

Tableau 16 : Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS en fonction du sexe

Sexe / Réponses	Femmes		Hommes	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
OUI	04	33%	20	44%
NON	08	67%	25	56%
TOTAL	12	100%	45	100%

Le tableau 16 montre que 67% des femmes et 56% des hommes pratiquants ont affirmé ne pas rencontrer de difficultés dans la pratique des activités physiques.

Tableau 17 : Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS en fonction de l'âge

Réponses \ Age	23-29 ans		30-39 ans		40-49 ans		50-54 ans	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
OUI	01	20%	14	44%	08	50%	01	25%
NON	04	80%	18	56%	08	50%	03	75%
TOTAL	05	100%	32	100%	16	100%	04	100%

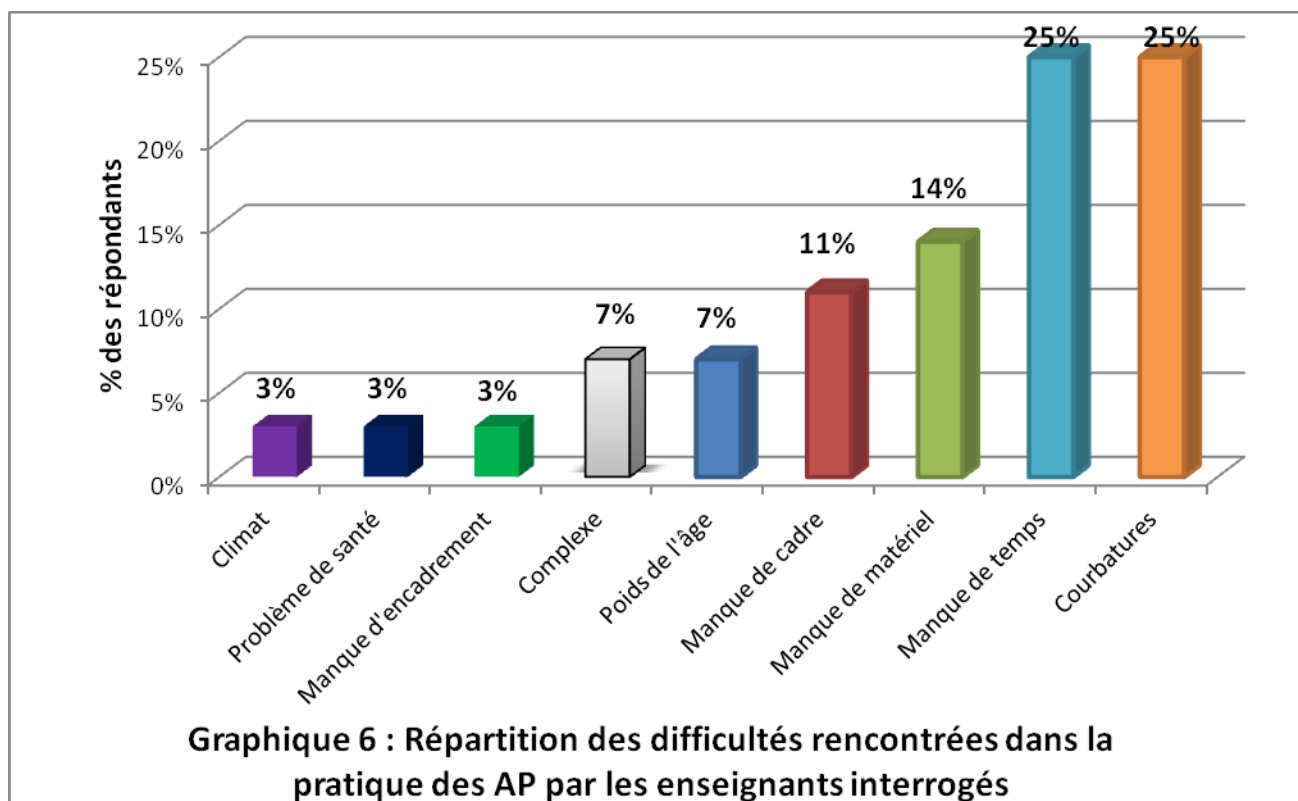
Le tableau 17 montre que 80% des sujets âgés de 23 à 29 ans disent ne pas rencontrer de difficultés dans la pratique des activités physiques contre 75% des sujets âgés de 50 à 54 ans, 56% des sujets âgés de 30 à 39 ans et 50% de ceux âgés de 40 à 49 ans.

Tableau 18 : Répartition des enseignants selon qu'ils rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS en fonction du statut

Réponses \ Statut	Titulaires		E.C		A.S.C.N	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
OUI	11	46%	13	42%	0	0%
NON	13	54%	18	58%	02	100%
TOTAL	24	100%	31	100%	02	100%

Le tableau 18 montre que 100% des ASCN ont affirmé ne pas rencontrer de difficultés dans la pratique des APS contre 58% des EC et 54% des enseignants titulaires.

4.1.6. Types de difficultés rencontrées dans la pratique des activités physiques



Le graphique 6 montre que 25% des difficultés que les enseignants pratiquants disent rencontrer dans la pratique des AP ont pour noms le manque de temps et les courbatures, 14% le manque de matériel et 11% le manque de cadre approprié.

Tableau 19 : Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des APS en fonction du sexe

Sexe Difficultés	Femmes		Hommes	
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage
Climat	0	0%	01	4%
Complexe	01	25%	01	4%
Courbatures	01	25%	06	25%
Manque de cadre approprié	01	25%	02	8%
Manque de matériel	0	0%	04	17%
Manque de temps	01	25%	06	25%
Manque d'encadrement	0	0%	01	4%
Poids de l'âge	0	0%	02	8%
Problèmes respiratoires	0	0%	01	4%
TOTAL	4	100%	24	100%

Le tableau 19 montre que 25% des difficultés que les femmes disent rencontrer dans la pratique des AP ont pour noms le complexe, les courbatures, le manque de cadre approprié et le manque de temps. Chez les hommes, les difficultés liées aux courbatures et au manque de temps sont exprimées aussi dans une proportion de 25%, le manque de matériel dans 17%, le manque de cadre approprié et le poids de l'âge dans 8%.

Tableau 20 : Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des APS en fonction de l'âge

Age \ Difficultés	23-29 ans		30-39 ans		40-49 ans		50-54 ans	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Climat	0	0%	0	0%	0	0%	01	100%
Complexe	0	0%	01	5%	01	12%	0	0%
Courbatures	0	0%	04	22%	03	38%	0	0%
Manque de cadre approprié	0	0%	02	11%	01	12%	0	0%
Manque de matériel	01	100%	03	17%	0	0%	0	0%
Manque de temps	0	0%	05	28%	02	25%	0	0%
Manque d'encadrement	0	0%	01	5%	0	0%	0	0%
Poids de l'âge	0	0%	01	5%	01	12%	0	0%
Problèmes respiratoires	0	0%	01	5%	0	0%	0	0%
TOTAL	01	100%	18	100%	08	100%	01	100%

Il ressort des données du tableau 20 que 100% des difficultés que les enseignants disent rencontrer dans la pratique des AP sont liées au manque de matériel chez ceux âgés de 23 à 29 ans et au climat chez ceux ayant 50 ans et plus. Chez les enseignants âgés de 30 à 39 ans, 28% des difficultés rencontrées concernent le manque de temps, 22% les courbatures et 17% le manque de matériel. Chez les enseignants âgés de 40 à 49 ans, 38% des difficultés sont relatives aux courbatures et 25% au manque de temps.

Tableau 21 : Répartition des difficultés rencontrées dans la pratique des APS en fonction du statut

Statut Difficultés	Titulaires		E.C		A.S.C.N	
	Nbre	%	Nbre	%	Nbre	%
Climat	0	0%	01	6%	0	0%
Complexe	02	17%	0	0%	0	0%
Courbatures	03	25%	04	25%	0	0%
Manque de cadre approprié	02	17%	01	6%	0	0%
Manque de matériel	01	8%	03	19%	0	0%
Manque de temps	03	25%	04	25%	0	0%
Manque d'encadrement	0	0%	01	6%	0	0%
Poids de l'âge	01	8%	01	6%	0	0%
Problèmes respiratoires	0	0%	01	6%	0	0%
TOTAL	12	100%	16	100%	0	0%

Le tableau 21 montre que chez les enseignants titulaires, 25% des difficultés qu'ils disent rencontrer dans la pratique des APS portent sur les courbatures et le manque de temps, 17% sur le complexe et le manque de cadre approprié. Chez les EC, 25% des difficultés évoquées concernent les courbatures et le manque de temps, et 19% le manque de matériel. Les ASCN, quant à eux, disent ne rencontrer aucune difficulté dans la pratique des APS.

4.2. Discussion des résultats

La discussion porte sur les résultats obtenus, conformément aux objectifs poursuivis.

- **De la pratique des APS pendant le temps libre**

L'objectif visé est de savoir si les enseignants pratiquent ou non les APS. Les résultats auxquels nous sommes parvenus révèlent que la majorité des enseignants interrogés (74%) disent s'adonner aux APS pendant leur temps libre. Nous pouvons donc dire que les APS constituent une partie intégrante des activités de la plupart des enseignants du second degré de la Commune Urbaine de Dosso.

Selon le sexe, on constate que le pourcentage des hommes pratiquants est nettement supérieur à celui des femmes pratiquantes (87% contre 48%), conséquemment le pourcentage des femmes non pratiquantes est plus élevé que celui des femmes pratiquantes (52% contre 48%).

Par rapport à l'âge et au statut, le pourcentage des enseignants pratiquants est plus élevé que celui des non pratiquants. Cependant ce taux est relativement faible chez les enseignants âgés de 50 à 54 ans, comparativement aux autres tranches d'âge (cf. Tableau 5).

▪ Des types d'activités physiques pratiquées

Il est question ici d'identifier les activités auxquelles notre population cible s'adonne.

Au nombre des activités que les enseignants interrogés disent pratiquer pendant leur temps libre, il ya la marche, la course à pied, le football, la gymnastique, le vélo, les arts martiaux (taekwondo et aikido), la pétanque, le handball, le basket-ball et le volley-ball. On constate que ces activités sont diverses et variées. Cependant parmi celles-ci, les enseignants privilégient beaucoup plus la marche et la course à pied (cf. Graphique 2). Cela peut s'expliquer, à notre avis, par le fait que ces deux activités sont faciles à pratiquer et nécessitent peu de moyens.

L'analyse des résultats, en fonction du sexe, montre que chez les femmes c'est la marche qui constitue l'activité favorite (67%) suivie de la gymnastique (33%), alors que chez les hommes, ce sont plutôt la course à pied (32%) et la marche (31%), suivies du football (18%).

Selon l'âge, on constate que plus les enseignants avancent en âge, plus ils s'adonnent à la marche. La course à pied est plus pratiquée par les sujets âgés de 30 à 39 ans que par les autres. Aussi certaines activités telles que le volley-ball, le handball, le basket-ball, les arts martiaux, la pétanque ne sont pratiquées que par les enseignants âgés de 30 à 39 ans.

Suivant le statut des enseignants interrogés, on remarque que la marche et la course à pied sont pratiquées dans la même proportion chez les ASCN, mais chez les EC, c'est la marche qui prend le dessus sur la course à pied et chez les enseignants titulaires, c'est l'inverse. Après la marche et la course à pied, c'est le football qui est plus pratiqué chez les enseignants titulaires et chez les EC c'est la gymnastique suivie du football.

▪ **Des raisons de la pratique des APS**

Il s'agit à ce niveau de prendre connaissance des motivations des enseignants vis-à-vis de la pratique des APS.

Les raisons qui poussent les enseignants à pratiquer les APS sont par ordre d'importance le maintien de la santé, le maintien de la forme, la détente, l'amour du sport et le développement des capacités (cf. Graphique 3). De par ces raisons, on constate que les APS sont entreprises par les enseignants pour satisfaire des besoins dont les plus importants sont le maintien de la santé et le maintien de la forme. Ceci nous fait dire que les APS semblent être pratiquées beaucoup plus à des fins sanitaires qu'à d'autres fins, surtout quant on sait qu'un corps en forme et en bonne santé devient de plus en plus un capital précieux. Cependant pour que la pratique des APS ait un effet positif sur la santé, il faut qu'elle soit régulière, comme l'attestent certaines littératures. En effet, selon Chevallier, Bergeron, Lafférière (1979) cités par Ayouba, Z. (2010), un exercice de 20 minutes de jogging répété 3 fois par semaine donne de meilleurs résultats qu'une heure de jogging une fois par semaine.

Par rapport au sexe, les résultats montrent que parmi les raisons avancées, c'est le maintien de la santé qui prime, tant chez les femmes que chez les hommes, suivi du maintien de la forme (cf. Tableau 10). Par ailleurs on constate que les raisons relatives au maintien de la forme augmentent en fonction de l'âge des sujets.

L'analyse des données en fonction du statut montre que, hormis chez les ASCN, ce sont le maintien de la santé et le maintien de la forme qui priment sur les autres raisons avancées par les enseignants pour justifier la pratique des APS. Ces deux raisons sont, à notre avis, fondamentales dans l'accomplissement de l'activité professionnelle.

▪ **Des raisons de non pratique des APS**

L'idée est d'identifier les raisons qui empêchent aux enseignants de s'adonner aux APS.

Pour justifier la non pratique des APS, les raisons suivantes ont été évoquées par les enseignants pratiquants : le manque de temps, le problème de santé, le poids de l'âge, les pesanteurs sociales, l'absence de cadre approprié, la fatigue et l'absence de maladie (cf. Graphique 4). Parmi ces raisons, le manque de temps est celle qui empêche le plus les enseignants à s'adonner aux APS. Mais certaines raisons évoquées telles que le problème de santé et le poids de l'âge traduisent, à notre avis, un manque d'information sur les bienfaits de la pratique des APS pour les personnes âgées et les personnes malades. Il convient cependant

de noter que ces dernières doivent être sous contrôle médical, afin d'éviter que la pratique des APS produise des effets indésirables.

Par rapport au sexe, on constate que les raisons relatives au manque de temps et au problème de santé priment sur les autres raisons évoquées, tant chez les femmes que chez les hommes (cf. Tableau 13). Aussi, on remarque que les raisons liées au manque de cadre approprié, aux pesanteurs sociales, à la fatigue et au poids de l'âge ne sont évoquées que par les femmes. Deux de ces raisons à savoir le manque de cadre approprié et les contraintes sociales figurent au nombre des raisons révélées par les études menées par Mariama Soumana Kambeidou (1992) et Aissata Ibrah Kaka (2010), pour expliquer la faiblesse de la pratique des APS chez la femme au Niger.

L'analyse des résultats en fonction de l'âge montre une prédominance du manque de temps sur les autres raisons de non pratique chez les sujets âgés de 30 à 39 ans, alors que chez ceux âgés de 40 à 49 ans, c'est plutôt le problème de santé. Par ailleurs, chez les sujets les moins âgés et les plus âgés, les raisons de non pratique sont exprimées dans une même proportion (cf. Tableau 14).

En fonction du statut, on observe que chez les enseignants titulaires, ce sont le manque de temps et le problème de santé qui constituent les principales raisons de non pratique évoquées, alors que chez les EC c'est le manque de temps.

▪ **De l'existence ou non de difficultés dans la pratique des APS**

L'objectif recherché ici est de savoir si les enseignants rencontrent ou non des difficultés dans la pratique des APS.

Le constat qui se dégage est que le pourcentage des enseignants pratiquants qui disent ne pas être confrontés à des difficultés est plus élevé que celui des enseignants qui ont répondu par l'affirmative (cf. Graphique 5).

Par rapport au sexe, ce même constat se dégage, tant chez les femmes que chez les hommes. Par ailleurs, le pourcentage des femmes qui disent rencontrer des difficultés dans la pratique des APS est inférieur à celui des hommes (33% contre 44%).

L'analyse des résultats selon l'âge montre que le pourcentage des sujets âgés de 40 à 49 ans qui disent rencontrer de difficultés est plus élevé que celui des autres tranches d'âge. (cf. Tableau 17).

Par rapport au statut, les résultats révèlent que les ASCN disent ne rencontrer aucune difficulté dans la pratique des APS, contrairement aux enseignants titulaires et aux EC.

▪ **Des types de difficultés rencontrées dans la pratique des APS**

Il s'agit pour nous d'identifier les difficultés auxquelles les enseignants font face dans la pratique des APS.

Comme on peut le constater à travers le graphique 6, les difficultés rencontrées par les enseignants pratiquants ont pour noms courbatures, manque de temps, manque de matériel, manque de cadre approprié, poids de l'âge, complexe, manque d'encadrement, problème de santé et climat. Parmi ces difficultés, les courbatures et le manque de temps sont beaucoup plus éprouvés par les enseignants interrogés.

Ces deux difficultés sont exprimées dans une proportion de 25%, tant par les femmes que par les hommes. Par ailleurs, des difficultés telles que le complexe et le manque de cadre approprié sont plus ressenties chez les femmes que chez les hommes, alors que les difficultés liées au climat, au manque de matériel, au manque d'encadrement, au poids de l'âge et aux problèmes respiratoires ne concernent que les hommes.

Par rapport à l'âge, on constate que les principales difficultés rencontrées sont le manque de matériel chez les sujets âgés de 23 à 29 ans, le manque de temps et les courbatures chez les 30 à 39 ans et 40 à 49 ans, le climat chez les 50 ans et plus (cf. Tableau 20).

L'analyse des résultats en fonction du statut montre que les courbatures et le manque de temps constituent les difficultés les plus éprouvées par les enseignants titulaires et les EC, alors que les ASCN, quant à eux, ne sont confrontés à aucune difficulté.

Parmi les difficultés évoquées par les enseignants pratiquants, le manque de cadre approprié, le manque de matériel et le manque d'encadrement sont celles qui interpellent non seulement les autorités politiques, mais aussi les éducateurs physiques que nous sommes.

Quant aux courbatures ressenties par certains enseignants, elles peuvent s'expliquer par le manque de régularité dans la pratique ou par le surentraînement. A propos du manque de temps, il peut être lié à l'absence de programme ou au manque de volonté, surtout chez les hommes. Chez les femmes, particulièrement les mariées, il est normal que le problème de temps soit posé, quant on sait qu'elles sont soumises à une double obligation professionnelle et familiale.

CONCLUSIONS ET RECOMMANDATIONS

RECOMMANDATIONS

Les résultats auxquels nous sommes parvenus, nous amènent à formuler les recommandations suivantes, non seulement à l'égard des enseignants, mais aussi des autorités en charge de l'éducation physique et des sports.

A l'endroit des autorités en charge de l'éducation physique et des sports

Ces autorités doivent œuvrer ensemble pour l'application de la Loi 98-14 du 1^{er} Juin 1998 portant Orientation, Organisation et Promotion des activités physiques et sportives. Elles doivent aussi entreprendre des campagnes de sensibilisation des populations sur les bienfaits de la pratique des APS, en impliquant les professionnels de la santé.

En ce qui concerne particulièrement le ministère en charge des sports, il doit :

- doter la Direction du Sport pour Tous en moyens matériel et humain suffisants, en vue de mener à bien sa mission ;
- affecter un agent compétent au niveau de chaque direction régionale pour animer le sport pour tous en mettant à sa disposition les moyens nécessaires.

Concernant le ministère en charge de l'EPS, il doit :

- doter les inspections régionales d'EPS en matériels didactiques suffisants, en prenant en compte les besoins des enseignants ;
- redéfinir la mission de l'enseignant d'EPS, en prenant en compte l'animation du sport de loisir dans le secteur de l'éducation.

A l'endroit des enseignants d'EPS

En plus de l'enseignement de l'EPS et l'animation du sport scolaire qui constituent leurs tâches principales, les enseignants d'EPS ont aussi un rôle important à jouer dans le domaine de la santé, à travers l'encadrement de la pratique des APS par les populations. A ce titre, nous leur recommandons de:

- sensibiliser les collègues enseignants et les travailleurs en général sur l'importance de la pratique des APS pour la santé et pour l'exercice de l'activité professionnelle ;
- les inciter à entreprendre, à persévérer ou à reprendre cette pratique et à l'intégrer dans leur vie ;
- organiser le corps enseignant de leurs établissements respectifs en association sportive;
- élaborer un programme d'entraînement de commun accord avec les enseignants, en tenant compte de leur disponibilité et de leurs goûts;
- assurer l'animation des activités de façon à les rendre agréables;

A l'endroit des autres enseignants :

- consulter d'abord un médecin pour connaître leur état de santé du moment, avant d'entreprendre la pratique d'une activité physique quelconque ;
- ne pas tenir compte des préjugés sociaux qui ont tendance à constituer un obstacle à la pratique des APS, car la santé n'a pas de prix ;
- prendre part activement aux activités de l'association sportive de l'établissement et s'investir financièrement et matériellement pour la bonne marche des activités ;
- augmenter progressivement la fréquence d'entraînement, en aménageant leur temps libre et en se confiant aux enseignants d'EPS, en vue d'obtenir des conseils pratiques.

CONCLUSIONS

L'objectif recherché à travers la présente étude est de savoir si les enseignants du second degré de la commune urbaine de Dosso se livrent ou non aux APS pendant leur temps libre, d'identifier les types d'activités pratiquées, les raisons de pratique ou de non pratique, ainsi que les difficultés éventuelles rencontrées.

Pour atteindre cet objectif, nous avons choisi d'utiliser comme instrument de collecte de données un questionnaire qui a été administré auprès de 77 enseignants, soit 50% de notre population cible. Cette démarche nous a permis d'aboutir à des résultats et de tirer les conclusions qui s'imposent.

Il ressort des résultats obtenus que la majorité des enseignants (74%) s'adonnent aux APS pendant leur temps libre, même si chez les femmes, le pourcentage des non pratiquantes est plus élevé que celui des pratiquantes (52% contre 48%).

Parmi les activités pratiquées, la marche est celle à laquelle les enseignants s'adonnent le plus (38%), suivie de la course à pied (26%), du football (14%), de la gymnastique (9%). Pour justifier la pratique de ces activités, les enseignants évoquent, suivant l'ordre des motivations, le maintien de la santé (51%), le maintien de la forme (34%), la détente (8%), l'amour du sport (3%) et le développement des capacités (3%). Par contre, le désengagement de la pratique des APS est justifié, entre autres, par le manque de temps (43%), le problème de santé (22%), le poids de l'âge (9%), les pesanteurs sociales (9%), l'absence de cadre approprié (9%).

Par rapport aux difficultés rencontrées dans la pratique des APS, le pourcentage des enseignants pratiquants qui disent éprouver des difficultés est plus élevé que celui de ceux qui affirment le contraire (58% contre 42%). Ces difficultés ont pour noms, selon l'ordre d'importance, les douleurs musculaires et le manque de temps (25%), le manque de matériel (14%), le manque de cadre approprié (11%), le poids de l'âge et le complexe (7%), le manque d'encadrement, le problème de santé et le climat (3%).

Au regard des résultats obtenus, nous pouvons dire que l'objectif visé à travers la présente étude est atteint. Cependant, l'atteinte de cet objectif ne signifie pas que l'étude est complète. En effet, certains aspects liés à la pratique des APS chez les enseignants du second degré de la Commune Urbaine de Dosso restent à cerner et peuvent par conséquent être explorés par d'autres chercheurs.

Cette étude nous a permis de recueillir des informations sur un domaine qui est peu exploré par les chercheurs nigériens. Nous pensons que ces informations vont aider les autorités dans la prise de décisions allant dans le sens de la promotion des APS au Niger.

BIBLIOGRAPHIE

OUVRAGES GENERAUX

A.I.U.E.E.A.P.Q. (1982), **L'Activité Physique : un potentiel, une ressource**, Ed. Bellarmin, Québec.

BOLL, A. (1972), **Les loisirs et l'avenir**, Ed. Olivier Perrin, Paris.

DUMAZEDIER, J. (1962), **Vers une civilisation de loisir ?** Éd. Du Seuil, Paris.

HALM, M.M., LEMPEREUR, M., LOUVARD, A., PARIS, B., PECCARD, A., THOMAS,

R., VERDIER, J-C. (1988), **L'animateur d'activités physiques pour tous**, Ed. Vigot, Paris.

SUE, R. (1993), **Le loisir**, 4^{ème} Ed. Corrigée PUF, Paris.

THILL, E., THOMAS, R., CAJA, J.(1994), **Manuel de l'éducateur sportif, préparation au brevet d'état**, 9ème Ed. Vigot, Paris.

RENE.B.X. (1996), **A quoi sert l'éducation physique et sportive ?** Éd. Revue EPS, Paris.

DOCUMENTS OFFICIELS

Ministère de la Jeunesse et des Sports (MJS) (1989), **Séminaire national sur la définition d'une politique sportive au Niger**, Dosso du 10 au 14 Août.

Secrétariat Permanent de la Stratégie de Réduction de la pauvreté (SRP) (2007), « **Stratégie de Développement Accéléré et de Réduction de la Pauvreté** » 2008-2012.

TONDI, G. (2002), **Monographie de la Commune Urbaine de Dosso**, Service communal du plan de Dosso.

Projet de Développement des Infrastructures Locales (PDIL) (2007), **Actualisation de l'audit urbain de la commune de Dosso**, Rapport final.

Direction Régionale de la Statistique (DRS)/Dosso (2009), **Rapport sur l'état de la Région de Dosso**, Institut National de la Statistique (INS)-Niger.

MEMOIRES

ABDOULKARIM, H, O. (2010), **Situation actuelle et perspectives de l'enseignement de l'EPS à l'école primaire au Niger : cas de l'inspection de l'enseignement de base I de la commune de Dosso**. Monographie pour l'obtention du Certificat d'Aptitude aux fonctions d'Inspecteur de l'Education Populaire, de la Jeunesse et des Sports (CAIEPJS). Département Administration, Gestion et Contrôle des Activités Socio-éducatives. INSEPS, UCAD, Dakar.

AYOUBA, Z. (2010), **Contribution de la pratique des Activités Physiques et Sportives (APS) à la santé des populations : cas des enseignants de Blitta-gare**. Monographie pour l'obtention du Certificat d'Aptitude aux fonctions d'Inspecteur de l'Education Populaire, de la Jeunesse et des Sports (CAIEPJS). Département Administration, Gestion et Contrôle des Activités Socio-éducatives. INSEPS, UCAD, Dakar.

BABA, T., S. (2010), **La pratique des activités physiques pour la santé des populations de la ville de Sokodé au Togo**. Monographie pour l'obtention du Certificat d'Aptitude aux fonctions d'Inspecteur de l'Education Populaire, de la Jeunesse et des Sports (CAIEPJS). Département Administration, Gestion et Contrôle des Activités Socio-éducatives. INSEPS, UCAD, Dakar.

HIMA, S. (2001), **Les pratiques de loisir et leurs fonctions chez les enseignants des établissements publics du second degré de Niamey**. Mémoire pour l'obtention du Certificat d'Aptitude au Professorat d'Education Physique et Sportive (CAPEPS).INJS, Niamey.

KAKA.I.A. (2010), **La pratique des activités physiques par les femmes de la Communauté Urbaine de Niamey, Niger**. Monographie pour l'obtention du Certificat d'Aptitude aux fonctions d'Inspecteur de l'Education Populaire, de la Jeunesse et des Sports (CAIEPJS). Département Administration, Gestion et Contrôle des Activités Socio-éducatives. INSEPS, UCAD, Dakar.

SOUMANA.K.M (1992), **Tentative d'analyse des causes de la faiblesse de la pratique des activités physiques et sportives chez la femme au Niger**. Mémoire pour l'obtention du Brevet d'Etat de Technicienne d'Economie Familiale (BETEF). INJS, Niamey.

WEBOGRAPHIE

www.ac-reims.fr/files/dossier-pnns-activite-physique.pdf; consulté le 29 Août 2011

www.inpes.santé.fr/slh/articles/387/03.htm; consulté le 18 Août 2011

www.marique.com/thm/aps/bienfaits.htm; consulté le 4 Août 2011

www.dicodunet.com; consulté le 14 Janvier 2012

ANNEXES

REPUBLIQUE DU SENEGAL

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE L'EDUCATION

POPULAIRE ET DU SPORT

QUESTIONNAIRE D'ENQUETE

Le présent questionnaire est anonyme. Il vous est soumis dans le cadre de la réalisation d'une monographie de fin d'études pour l'obtention du Certificat d'Aptitude aux fonctions d'Inspecteur de l'Education Populaire, de la Jeunesse et des Sports (C.A.I.E.P.J.S).

Nous vous demandons de bien vouloir répondre à toutes les questions posées et vous remercions d'avance pour avoir partagé votre temps avec nous.

I - IDENTIFICATION

1. SEXE : Féminin ; Masculin :

2. AGE : ans

3. STATUT DANS LE CORPS

- Enseignant titulaire

- Enseignant contractuel

- Appelé du service civique national

II - LA PRATIQUE DES ACTIVITES PHYSIQUES

4. Pratiquez-vous une activité physique pendant votre temps libre ?

Oui Non

4.1. Si oui quelle (s) activité (s) pratiquez-vous ?

.....
.....

4.2. Pour quelle (s) raison (s) pratiquez-vous ces activités physiques ?

.....
.....
.....

4.3. Si non pour quelle (s) raison (s) ne pratiquez-vous pas ?

.....
.....
.....

5. Rencontrez-vous des difficultés dans la pratique des activités physiques ?

Oui Non

Si oui lesquelles ?

.....
.....

Répartition des enseignants interrogés selon l'âge

Enquêtés Age	TITULAIRES			EC			ASCN			TOTAL		
	H	F	E	H	F	E	H	F	E	H	F	E
23 ans	0	0	0	0	0	01	0	0	0	0	01	01
27 ans	0	0	0	01	0	01	01	0	01	02	0	02
28 ans	0	0	0	01	0	01	0	01	01	01	01	02
29 ans	0	0	0	0	02	02	0	0	0	0	02	02
30 ans	0	0	0	01	02	03	0	0	0	01	02	03
31 ans	0	0	0	01	0	01	0	0	0	01	0	01
32 ans	0	0	0	02	01	03	0	0	0	02	01	03
33 ans	0	0	0	01	01	02	0	0	0	01	01	02
34 ans	0	0	0	01	0	01	0	0	0	01	0	01
35 ans	01	0	01	02	0	02	0	0	0	03	0	03
36 ans	01	03	04	08	02	10	0	0	0	09	05	14
37 ans	02	0	02	02	02	04	0	0	0	04	02	06
38 ans	02	01	03	03	01	04	0	0	0	05	02	07
39 ans	01	0	01	01	0	01	0	0	0	02	0	02
40 ans	04	0	04	0	01	01	0	0	0	04	01	05
41 ans	01	01	02	0	0	0	0	0	0	01	01	02
42 ans	04	01	05	0	0	0	0	0	0	04	01	05
43 ans	0	01	01	02	0	02	0	0	0	02	1	03
44 ans	02	0	02	0	0	0	0	0	0	02	0	02
45 ans	0	01	01	0	0	0	0	0	0	0	01	01
47 ans	01	0	01	0	0	0	0	0	0	01	0	01
48 ans	01	0	01	0	0	0	0	0	0	01	0	01
49 ans	01	0	01	0	0	0	0	0	0	01	0	01
50 ans	0	02	02	0	0	0	0	0	0	0	02	02
51 ans	0	0	0	01	0	01	0	0	0	01	0	01
52 ans	01	01	02	0	0	0	0	0	0	01	01	02
53 ans	0	0	0	01	0	01	0	0	0	01	0	01
54 ans	0	0	0	01	0	01	0	0	0	01	0	01
TOTAL	22	11	33	29	13	42	01	01	02	52	25	77