

République du Sénégal

\*\*\*

Ministère de l'Education Nationale

\*\*\*

Université Cheikh Anta DIOP

\*\*\*

DAKAR

Institut National Supérieur de

l'Education Populaire

et du Sport

\*\*\*

INSEPS

\*\*\*

DAKAR



*Mémoire de Maîtrise en Sciences et Techniques de l'Activité  
Physique et du Sport  
(STAPS)*

**Les facteurs  
limitatifs de la  
pratique de masse du  
400 m haies au  
Sénégal**



*Présenté et soutenu par Ibrahima DIALLO*

*Sous la Direction de Monsieur Jean FAYE, Professeur à l'INSEPS -  
Maître Assistant en STAPS*



Année Universitaire 2001 - 2002

République du Sénégal

\*\*\*

Ministère de l'Education Nationale

\*\*\*

Université Cheikh Anta DIOP

\*\*\*

DAKAR

Institut National Supérieur de

l'Education Populaire

et du Sport

\*\*\*

INSEPS

\*\*\*

DAKAR



*Mémoire de Maîtrise en Sciences et Techniques de l'Activité  
Physique et du Sport  
(STAPS)*

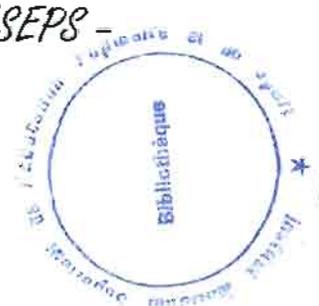
**Les facteurs  
limitatifs de la  
pratique de masse du  
400 m haies au  
Sénégal**



*Présenté et soutenu par Ibrahima DIALLO*

*Sous la Direction de Monsieur Jean FAYE, Professeur à l'INSEPS -*

*Maître Assistant en STAPS*



**Année Universitaire 2001 - 2002**



# DEDICACES

Je dédie ce travail à :

- Mon regretté et bien aimé père Djimé DIALLO, qui m'a élevé, a guidé mes pas et n'a ménagé aucun effort pour me permettre d'étudier en toute quiétude
- Ma mère Gouro DIALLO, Voici mère, l'un des fruits des sacrifices consentis pour tes enfants
- Ma tante Sokhna Sowaré, qui s'est beaucoup occupé de moi, que Dieu le Tout Puissant vous accueille dans son Paradis - Amen
- Ma grande sœur Fatimata DIALLO, que je respecte beaucoup, ainsi qu'à son mari Moussa DIALLO et à toute leur progéniture
- Mes grands frères Yougoudou DIARRA et Bouba DIARRA
- Ma tante Soukeyna DIOP, pour son soutien infailible
- Mon cousin Djibril Alessalam NDIAYE
- Toute la famille de Fea El Hadji Dieub NDIAYE
- Tous mes amis d'enfance



# REMERCIEMENTS

*C'est le moment ici de remercier et d'exprimer toute ma gratitude et ma reconnaissance à ceux qui, de près ou de loin, m'ont beaucoup aidé et soutenu dans ce travail.*

*Mes remerciements vont à l'endroit de :*

- *Monsieur Jean FAYE, qui malgré ses lourdes et nombreuses responsabilités, a bien voulu accepter de diriger ce travail avec méthode, diligence, rigueur et abnégation. Qu'il trouve au travers de ce travail, l'expression de ma profonde gratitude ;*
- *Mes professeurs d'option : Messieurs Lansana BADJI et Assane FALL ;*
- *Grégoire et Anasthasie, Bibliothécaire à L'INSEPS ;*
- *Monsieur Mamadou SARR (Médaillé d'or aux Jeux de l'Amitié de 1963) ;*
- *Monsieur Amadou GAKOU ( Recordman du Sénégal du 400 m plat) ;*
- *Monsieur Jean GOMIS, Directeur Administratif de la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme et de son secrétaire Monsieur Alaise NDIAYE ;*
- *La section d'athlétisme des Saltigués de Rufisque ;*
- *Monsieur Amadou DIAW, Directeur Technique National de l'Athlétisme Sénégalais ;*
- *De tous les clubs d'athlétisme de Dakar ;*
- *Messieurs Defaye NIANG, Arona DIOP, Babacar CISS, Assane COULIBALY, Christophe NASSALAN, tous de la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme ;*
- *Madame Fatou Jupiter SAR, qui a confectionné avec diligence ce document ;*
- *Mon voisin de chambre Mamadou Yéli Dièye SAR ;*
- *Tout le personnel administratif et technique de l'INSEPS*
- *L'ensemble des étudiants de l'INSEPS*
- *L'ensemble des personnes qui ont bien voulu répondre à mes questionnaires d'enquête ;*
- *Toute ma famille*
- *Tous ceux que je n'ai pas cité*

*Merci du fond du cœur*



## SOMMAIRE

<u>INTRODUCTION</u> .....	1
<u>CHAPITRE I</u> .....	4
<u>Chapitre I- REVUE DE LITTERATURE</u> .....	5
I-1 - HISTORIQUE DE L'ATHLETISME .....	5
I-2- ORIGINES DES COURSES DE SAUT D'OBSTACLES .....	5
I-3- INTRODUCTION DE L'ATHLETISME AU SENEGAL.....	6
I-4- HISTORIQUE ET EVOLUTION DU 400 METRES HAIES AU SENEGAL.....	8
I-5- NOTES DE REGLEMENT .....	10
I-6- LES RECORDS DU 400 METRES HAIES .....	12
I-7- RECAPITULATION DES MEDAILLES OBTENUES PAR LES ATHLETES SENEGALAIS AU 400 METRES HAIES HOMMES ET DAMES.....	14
I-8- LE 400 M HAIES : PRESENTATION, DEFINITION ET QUELQUES CARACTERISTIQUES ET LA TECHNIQUE.....	15
<u>CHAPITRE II</u> .....	19
<u>Chapitre II : SITUATION ACTUELLE DU 400 M HAIES AU SENEGAL</u> .....	20
II-1 - Les clubs.....	20
II-2 - Les écoles.....	22
II- 3- Les classements des athlètes sénégalais du 400 m haies sur les plans africains et mondiaux pour les saisons 2000 et 2001 .....	23
II-4 - Les effectifs .....	25
<u>CHAPITRE III</u> .....	27
<u>Chapitre III : METHODOLOGIE - PRESENTATION ET COMMENTAIRES DES RESULTATS</u> .....	28
III-1- Méthodologie.....	28
III- 2 - RESULTATS ET COMMENTAIRES DES TABLEAUX .....	32
III- 3- Résultats des entretiens .....	52
III- 4 - Discussions des résultats .....	55
<u>CONCLUSION ET SUGGESTIONS</u> .....	60
<u>BIBLIOGRAPHIE</u> .....	63
<u>ANNEXES</u> .....	64



## INTRODUCTION

L'athlétisme, première discipline olympique est selon le dictionnaire LAROUSSE [8] : « L'ensemble des sports individuels comprenant des courses de plat et d'obstacles et, des concours de saut et de lancer ».

Son importance qui n'est plus à démontrer lui confère un statut de discipline mère en ce sens qu'il développe des qualités physiques servant de base à la pratique des autres disciplines sportives, qu'elles soient individuelles, d'équipe ou d'opposition duel. Il favorise aussi l'émergence de qualités physiques requises pour la réalisation de bonnes performances. Il apparaît aujourd'hui comme un véritable cadre de compétition où les athlètes rivalisent d'ardeur et d'abnégation dans la quête effrénée de réalisation de meilleures performances, c'est ce qui explique le rythme avec lequel les records sont battus pendant les jeux olympiques, les championnats du monde, les jeux continentaux, régionaux et les « meeting » et autres « Goldens » (réunion d'athlétisme réservée à la crème de l'athlétisme mondial).

Cette discipline fut introduite au Sénégal à partir de 1920 par les militaires et marins étrangers notamment français, donc en pleine période coloniale.

C'est dans ce contexte qu'il allait se développer petit à petit avec d'abord les tirailleurs sénégalais enrôlés dans l'armée française, pour occuper plus tard la place qu'il détient aujourd'hui au sein de l'athlétisme mondial. En effet, l'athlétisme sénégalais a dominé pendant longtemps les compétitions africaines et a, par moment réalisé d'importantes performances sur le plan mondial.

Parmi ces performances, on peut citer avec beaucoup de fierté, celles réalisées par :

- Amy Mbacké THIAM qui remporta la médaille d'or au 400 m plat chez les dames avec un chrono de 49" 86, aux récents championnats du monde d'Edmonton, en 2001,



- El Hadji Amadou Dia BA qui remporta la médaille d'argent au 400 m haies Messieurs à l'occasion des jeux olympiques de SEOUL en 1988, avec une performance de 47" 23, pulvérisant du coup le record d'Afrique alors détenu par le légendaire John Akii BUA (record établi aux jeux olympiques de Munich en 1972 , avec 47" 82).

Ajoutées à celles-ci, les autres performances des athlètes sénégalais de moindre envergure mais tout de même importantes, réalisées pendant ces dernières années.

Et le constat qu'on peut faire à priori, à partir de ces deux plus grandes performances jamais réalisées par des athlètes sénégalais, est que ces dernières ont été obtenues par deux spécialités athlétiques qui appartiennent à la grande famille du 400 m et d'ailleurs en ce qui concerne leur rapport les techniciens ont pendant longtemps entretenu et soutenu l'idée selon laquelle le 400 m haies est un sous produit du 400 m plat, avant que Salvator MORALE[1] et l'école italienne n'apportent un démenti formel à cette affirmation, ce qui donna au 400 m haies sa dimension de spécialité athlétique à part entière.

Le 400 m haies a marqué l'athlétisme sénégalais, dans la mesure où il nous a valu notre première médaille d'or à l'occasion d'une rencontre internationale après les indépendances, en effet, précisément en 1963 pendant les jeux de l'amitié, Mamadou SARR remporta la finale du 400 m haies, devant des athlètes africains mais aussi et surtout devant deux spécialistes français, alors qu'il venait tout juste de découvrir cette spécialité qui jusqu'ici était la chasse gardée des français.

Cette spécialité, comme citée plus haut permet aussi au Sénégal de décrocher sa première médaille olympique à travers celle d'argent d'El Hadji Amadou Dia BA, qui pendant des années aussi détint le record d'Afrique sur la distance.



Au vu de ces performances historiques, le 400 m haies devait normalement susciter beaucoup plus d'importance et de popularité dans le cadre de la pratique de l'athlétisme au Sénégal.

Mais comme on peut le constater, cette épreuve apparaît aujourd'hui comme une spécialité impopulaire. En effet, rares sont les athlètes qui la pratiquent, et le nombre insignifiant, voire très restreint de concurrents inscrits sur la distance lors des compétitions civiles d'athlétisme, en est une parfaite illustration contrairement aux autres spécialités qui semblent plus prisées par les athlètes.

Et c'est tout le sens qu'il faut donner à notre étude qui porte sur les facteurs limitatifs de la pratique de masse du 400 m haies au Sénégal.

A travers ce travail, nous tenterons de connaître les raisons véritables qui président à la non pratique de masse que connaît cette spécialité.

Pour y parvenir, nous nous proposons d'utiliser principalement deux méthodes, à savoir le questionnaire et l'entretien au niveau des clubs et des établissements scolaires et universitaires, mais aussi au niveau des responsables administratifs et techniques ayant à charge l'athlétisme sénégalais. Nous recueillerons aussi les avis du public non pratiquant de l'athlétisme par rapport à l'épreuve.

Le travail comprendra trois chapitres :

- Le chapitre premier sera consacré à la revue de littérature,
- Au deuxième chapitre, nous évoquerons la situation actuelle du 400 m haies au Sénégal,
- Le troisième chapitre servira de cadre à notre méthodologie, à la présentation et aux commentaires de nos résultats.

Avant de conclure et de livrer des suggestions, nous procéderons à la discussion de nos résultats.



## CHAPITRE I



## Chapitre I- REVUE DE LITTERATURE

### I-1 - HISTORIQUE DE L'ATHLETISME

L'athlétisme naquit de la lutte pour la survie menée par les hommes des premiers âges.

Le chasseur qui tuait pour nourrir sa famille ou fuyait devant les bêtes féroces, songe un jour à courir pour son seul plaisir à franchir des obstacles naturels.

Toutes ces activités originelles de l'homme sont de nos jours codifiées dans le domaine des sports, et donnent naissance aux différentes épreuves dont le 400 m haies qui appartient à la grande famille des courses.

Aussi dans la plupart de ses formes, l'athlétisme trouve son fondement dans l'activité originelle du genre humain, qu'elle soit purement pacifique, utilitaire ou guerrière.

### I-2- ORIGINES DES COURSES DE SAUT D'OBSTACLES

Il s'agit de courses comme toutes les autres mais avec la particularité que constituent les obstacles qu'il faut franchir en perdant le moins de temps possible.

Ces épreuves ne faisaient pas partie de la gamme des courses antiques contrairement à la plupart des épreuves athlétiques telles que par exemple les lancers, les sauts, certains types de courses tels que le 100 m, le 200 m, le 400 m ou le 1500 m etc...

On chercherait vainement des traces d'une course d'obstacles dans le monde grec qui fut le théâtre dans lequel les activités physiques connurent un grand épanouissement.

Ce type d'épreuve est apparu pour la première fois dans la première moitié du XIX<sup>ème</sup> siècle en Angleterre par analogie aux courses hippiques.

Le DUC de BEAUFORT [9] fut le premier à penser à une course avec des obstacles à franchir c'était un cent (100) yards soit environ 94,4 mètres (m) avec dix (10) haies solides et rigides, c'est pourquoi il est considéré comme le premier hurdler du monde (c'est à dire



pratiquant des courses de haies, du mot anglais hurdle désignant la haie).

### I-3- INTRODUCTION DE L'ATHLETISME AU SENEGAL

L'athlétisme a été introduit au Sénégal à partir de 1920, par les militaires et marins français.

A ses débuts, il n'était pratiqué que par les colons, ce qui du reste justifiait la formation de clubs au bénéfice exclusif des européens.

Cependant, au sein de l'armée française, les tirailleurs sénégalais commencèrent à découvrir et à pratiquer petit à petit l'athlétisme. C'est ainsi que certains d'entre eux réalisèrent de bonnes performances notamment :

- Ousmane LY, qui battit le record de France de javelot avec un jet de 55,26 m en 1923
- NDIAO, améliora le record de France de javelot avec une performance de 58,89 m en 1924,
- Taka GANGUE fut sacré champion de France sur la même épreuve avec un jet de 58,41 m effectué en 1927.

La pratique du sport se faisait dans les missions catholiques et dans les écoles coloniales.

Les militaires du bataillon de JOINVILLE qui avaient au préalable reçu une formation de moniteur d'éducation physique et sportive (E.P.S), étaient chargés de l'enseignement du sport dans l'école coloniale et dans les missions catholiques. Il faut cependant noter que seuls les centres de l'époque, qui se trouvaient dans la région du Cap-Vert (actuelle région de Dakar), bénéficiaient des services de ces moniteurs d'E.P.S.

Ceci explique le fait que les clubs les plus anciens du pays furent créés dans la région de Dakar notamment la Jeanne d'Arc (JA) de Dakar ( créée en 1921) et l'Union Sportive Goréenne (US GOREE créée en 1933).

Il faut attendre l'année 1929 pour que les indigènes entrèrent dans la danse en créant le premier club officiellement reconnu par les autorités coloniales, il s'agissait de l'Union Sportive Indigène (U.S.I).



Ce qui consacra l'ouverture des clubs européens aux autochtones leur permettant ainsi de prendre une part plus active dans l'essor du sport dans la colonie. C'est dans ce contexte que des athlètes sénégalais furent sélectionnés au sein de l'équipe de France qui devait participer aux jeux olympiques de Paris de 1924.

Parmi ces athlètes africains, les sénégalais étaient les meilleurs puisqu'en effet ils furent les premiers à battre des records français.

Ce fut le cas de :

- Papa Gallo THIAM en 1949 au saut en hauteur (2,03m), son record a vécu six années durant. Vingt trois sélections en équipe nationale de France, avec douze victoires internationales figurant au palmarès de cet athlète de haut niveau.
- Comme autre sénégalais, nous avons Malick MBAYE : celui-ci s'adjugea le record de France au triple saut en 1951 avec 14,49 m et conquiert quatre titres de champion de France dont un à la longueur et trois au triple saut.

Derrière la réussite de ces athlètes, il y avait l'efficacité de la politique coloniale pour le développement du sport en général et de l'athlétisme en particulier. En effet, les sénégalais qui s'adonnaient à la pratique sportive le faisaient, dans la plupart des cas, dans un cadre militaire ou scolaire, bénéficiant d'infrastructures et d'équipements sportifs décentes et où une attention particulière fut accordée à l'athlétisme par les autorités coloniales. Ceci se justifiait en partie par le fait que d'une part, l'athlétisme français était en crise dans la mesure où lors des jeux olympiques de 1924 à Paris et de Berlin en 1936, les français ne connurent pas de succès notoires exceptée une place de finaliste pour les deux événements et, d'autre part, cette époque était marquée par des rivalités d'influences impérialistes dans le monde. Dans un tel contexte, la France aspirait à ressembler aux Etats Unis d'Amérique (USA) qui, eurent beaucoup de médailles aux jeux olympiques de Berlin en 1936, grâce à leurs athlètes dont le plus célèbre fut Jesse OWEN (le premier noir à remporter une médaille d'or au 100 m à des jeux olympiques),



Le développement de l'athlétisme au Sénégal fut favorisé par le fait que :

- pendant la colonisation, l'instituteur était initié à la pratique et aux techniques sportives, et d'une manière plus accentuée en athlétisme ;
- Dakar qui était la capitale de l'Afrique Occidentale Française (AOF), bénéficie de moyens matériels et humains suffisants et en qualité.

L'ensemble de ces facteurs explique le fait que la période coloniale en générale et la décennie de 1950-1960 en particulier sont considérées comme étant des moments phares de l'athlétisme sénégalais qui contribue au relèvement du niveau de l'athlétisme français.

#### **I-4- HISTORIQUE ET EVOLUTION DU 400 METRES HAIES AU SENEGAL**

Pour mieux comprendre l'état dans lequel le 400 m haies se trouve actuellement au Sénégal, on a cru bon d'en faire l'historique dans son contexte.

De toutes les courses d'obstacles existantes, le 400 m haies est le plus récent. En effet, il n'appartient au patrimoine athlétique universel que depuis le siècle dernier. C'est vers la fin de 1959 qu'on assista aux premières courses de 400 m haies au Sénégal, avec les athlètes qu'on considère comme les pionniers de l'épreuve, et qui étaient entre autres Camara Abdoulaye, Adolphe Akoutchou, Ba Sada et Mamadou Sarr.

De 1959 à 1962, on assista aux premiers pas des athlètes sénégalais au 400 m haies. Ceux-ci ont été influencés et même inspirés par les militaires et marins français qui déjà, le connaissaient bien.

Le stade de Fann, actuel stade de l'Université Cheikh Anta Diop, servait de cadre à ses compétitions et à ses entraînements. Il faut



noter qu'avant les indépendances, il n'y avait que le 250 m haies qui était couru, et seulement en scolaire.

C'est après les indépendances que les athlètes sénégalais commencèrent à pratiquer le 400 m haies. A partir de 1963, l'épreuve prend son essor, c'est ainsi qu'à l'occasion de la finale du 400 m haies, aux jeux de l'amitié, Mamadou SARR, fut couronné vainqueur de la finale et son compatriote Ba Sada termina sixième de la course.

En 1965, ce même Mamadou SARR termine deuxième aux premiers jeux africains de Brazzaville.

Jusqu'en 1970, le 400 m haies prit forme dans le pays, il était devenu l'épreuve adorée aussi bien du public que des autorités. Dès lors prisée des athlètes, l'on arrivait à avoir des séries avant la finale pendant les compétitions civiles. Une telle situation résultait du fait que la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme lui réservait une place de choix dans ses activités, il y avait aussi de nombreux cadres formés pour l'encadrement technique des athlètes et ajouté à cela le fait que Mamadou SARR l'ex médaillé d'or de 1963 était à la tête de la direction technique nationale de l'athlétisme sénégalais.

De 1971 à 1981, les courses de haies ont stagné notamment celle du 400 m haies. C'est à cette période que cette dernière connut une crise marquée par une pratique timide, avec de moins en moins d'adeptes ; les athlètes commençant à prendre leur distance vis à vis de cette épreuve.

Ce n'est qu'à partir de 1982 que celle-ci fait parler d'elle de nouveau avec Amadou Dia BA, Champion d'Afrique de 1982 à 1988.

Du côté des dames, il y avait Marianne MENDOZA qui établit le nouveau record du Sénégal en 1980 avec 1'04"9.

Cette relance du 400 m haies sénégalais allait être couronnée à Séoul en 1988 avec El Hadji Amadou Dia BA, qui remporta la médaille d'argent de la finale olympique, offrant ainsi au sport sénégalais sa première médaille à ce niveau de la compétition internationale.



Hamidou MBAYE aussi fut champion d'Afrique au 400 m haies en 1990.

Après 1990, on assiste à une léthargie de la spécialité qui n'a plus de grands champions, ni de nombreux pratiquants. Cependant, de jeunes espoirs annonçaient déjà la couleur. Parmi eux, on peut notamment citer Ibou FAYE, Ibrahima Ben Mady DIOUF, Gnima TOURE, Tacko DIOUF. C'est avec l'arrivée du Docteur Hervé STEPHAN en 1995 que le 400 m haies a essayé de se relever chez les garçons comme chez les filles, mais surtout chez ces dernières.

Il a certes fait de grands pas vers le haut niveau, puisqu'en effet Ibou FAYE et Tacko DIOUF (championne d'Afrique en 2000 et couronnée en 2001 Lionne d'or) ont émergé du lot avec des performances honorables.

## I-5- NOTES DE REGLEMENT

Pour les hommes comme pour les dames, chaque couloir de course comprend dix haies. Celles-ci sont disposées conformément aux indications figurant au tableau en dessous. [2]

SEXE	<i>Hauteur des Haies</i>	<i>Distance entre la ligne de départ et la 1<sup>ère</sup> haie</i>	<i>Distance entre les haies</i>	<i>Distance entre la dernière haie et la ligne d'arrivée</i>
HOMMES	0,91 m	45 m	35 m	40 m
DAMES	0,76 m	45 m	35 m	40 m

Chaque haie devra être placée sur la piste de telle façon que sa base soit située du côté où l'abordera l'athlète.

La haie sera placée de telle façon que le bord de la barre le plus près du coureur lors de l'approche coïncide avec la marque sur la piste la plus proche de l'athlète.

### a) Construction

Les haies sont faites de métal ou de quelques autres matériaux appropriés avec la barre supérieure en bois et consistent en deux



bases et deux montants supportant un cadre rectangulaire renforcé par une ou plusieurs traverses, les montants seront fixés à l'extrémité de chaque base. La haie est conçue de telle manière qu'il faudra exercer une poussée d'au moins 3,600 Kg au centre du bord supérieur de la barre supérieure pour la renverser.

La haie pourra être de hauteur réglable pour chaque épreuve. Les contre-poids doivent être réglés de telle manière qu'à chaque hauteur, il faudra pour renverser la haie, exercer une poussée de 3,600 Kg au moins et de 4 Kg au plus.

### ***b) Dimensions***

La largeur des haies mesurera entre 1,18 m et 1,20 m. La longueur de la base sera de 0,70 m, le poids total de la haie ne doit pas être inférieur à 10 Kg. Pour tenir compte des différences de fabrication, on accepte une tolérance de 3 mm au dessus et au dessous des hauteurs standards.

### ***c) La largeur de la barre supérieure***

Elle sera de 70 mm, l'épaisseur de cette barre sera entre 10 et 25 mm et les bords supérieurs devraient être arrondis. La barre sera fermement attachée aux extrémités.

### ***d) Revêtement***

La barre supérieure sera rayée de noir et blanc ou de n'importe quelles autres couleurs contrastées de telle sorte que les rayures les plus claires se trouvent à l'extrémité de chaque haie et qu'elles mesurent au moins 225 mm de largeur.

### ***e) Couloirs***

Toutes courses se courent en couloirs et chaque concurrent devra se tenir dans son couloir d'un bout à l'autre de la course.

### ***f) Disqualification***

Si un concurrent traîne le pied ou la jambe au dessous du plan horizontal déterminé par le haut de chaque haie au moment du



franchissement ou si de l'avis du juge-arbitre, il renverse délibérément n'importe quelle haie avec la main ou le pied, il sera disqualifié.

### ***g) Renversement haies***

A l'exception des dispositions prévues par l'alinéa 7, le fait de renverser des haies ne fera pas disqualifier un concurrent et n'empêche pas d'homologuer un record.

### ***h) Record***

Pour établir un record du monde, toutes les haies devront être conformes aux spécifications du présent article.

## **I-6- LES RECORDS DU 400 METRES HAIES**

### ***I-6-1- Records sénégalais***

<i>Spécialité</i>	<i>Temps</i>	<i>Recordmen Recordwomen</i>	<i>Pays</i>	<i>Lieu de réalisation</i>	<i>Année</i>
400 m haies J/S DAMES	54"75	Mame Tacko DIOUF	Sénégal	Athènes (Grèce)	16/06/99
400 m haies J/S HOMMES	47"23	Amadou Dia BA	Sénégal	Séoul	25/09/88

### ***I-6-2- Records d'Afrique***

<i>Spécialité</i>	<i>Temps</i>	<i>Recordmen Recordwomen</i>	<i>Pays</i>	<i>Lieu de réalisation</i>	<i>Année</i>
400 m haies J/S DAMES	52"90	Nehza BIDOUANE	Maroc	Séville	28/08/99
400 m haies J/S HOMMES	47"10	Samuel MATETE	Zambie	Zurich	07/08/91



### I-6-3- Records du Monde

Spécialité	Temps	Recordmen	Pays	Lieu de réalisation	Année
400 m haies J/S DAMES	52"61	Kim BATTEN	USA	Stara Zagora	11/08/95
400 m haies J/S HOMMES	46"78	Kevin YOUNG	USA	Stuttgart	06/08/92

### I-6-4- Comparaison des records sénégalais, africains et mondiaux au 400 m haies - Hommes et Dames en Junior/Senior

	Records Sénégal	Records d'Afrique	Records du Monde	Différence Record Sénégal/ Record d'Afrique	Différence Record Sénégal/ Record du Monde
J/S Dames	54"75 (1999)	52"90 (1999)	52"61 (1995)	1" 85	2"14
J/S Hommes	47"23 (1988)	47"10 (1991)	46"78 (1992)	0"13	0"45

Le constat qu'on peut faire à priori est l'énorme fossé qui existe entre les records sénégalais et africains d'une part, et d'autre part entre les records sénégalais et mondiaux. Avec des différences de 1'85" pour les premiers et de 2'14" pour les deuxièmes. Le fossé est plus important chez les Dames et moins important chez les messieurs.



## I-7- RECAPITULATION DES MEDAILLES OBTENUES PAR LES ATHLETES SENEGALAIS AU 400 METRES HAIES HOMMES ET DAMES

NOMS	MEDAILLE	EVENEMENTS	ANNEE
Mamadou SARR	OR	1 <sup>er</sup> Jeux de l'Amitié - Dakar - SENEGAL	1963
Mamadou SARR	ARGENT	1 <sup>er</sup> Jeux Africains - Brazzaville - CONGO	1965
A. Dia BA	OR	2 <sup>ème</sup> Championnats d'Afrique - Caire - EGYPTE	1982
A. Dia BA	OR	3 <sup>ème</sup> Championnats d'Afrique - Rabat- MAROC	1984
A. Dia BA	OR	4 <sup>ème</sup> Championnats d'Afrique - Caire - EGYPTE	1985
A. Dia BA	OR	4 <sup>ème</sup> Jeux Africains - Nairobi - KENYA	1987
A. Dia BA	OR	5 <sup>ème</sup> Championnats d'Afrique - Annaba - ALGERIE	1988
A. Dia BA	ARGENT	Jeux olympiques - Séoul - KOREE DU SUD	1988
Hamidou MBAYE	ARGENT	6 <sup>ème</sup> Championnats d'Afrique - Lagos - NIGERIA	1989
Hamidou MBAYE	OR	7 <sup>ème</sup> Championnats d'Afrique - Caire - EGYPTE	1990
A. Dia BA	BRONZE	5 <sup>ème</sup> Jeux Africains - Caire - EGYPTE	1991
A. Dia BA	ARGENT	6 <sup>ème</sup> Jeux Africains - Iles Maurices	1992
Mame Tacko DIOUF	OR	Championnats d'Afrique - Alger - ALGERIE	2000



## I-8- LE 400 M HAIES : PRESENTATION, DEFINITION ET QUELQUES CARACTERISTIQUES, ET LA TECHNIQUE

### *I-8-1 -Présentation*

L'athlétisme regroupe trois types de courses d'obstacles : 100 et 110 m haies pour le sprint, 3000 m steeple pour le demi fond et pour le sprint prolongé le 400 m haies. Cette épreuve s'apparente par la distance, le temps d'effort et les sollicitations bio-énergétiques au 400 m plat dont elle est issue.

Dans la plupart des classifications, on la considère comme une discipline de type « cyclique ». Pourtant elle se différencie radicalement du 400 m plat par la nature de la tâche sportive beaucoup plus complexe à réaliser puisque l'athlète doit gérer en même temps des franchissements d'obstacles, des espaces inter obstacles, son propre potentiel physique ainsi que sa manière de courir par rapport à ses adversaires.

### *I-8- 2- Définition et quelques caractéristiques de l'épreuve :*

On peut définir l'épreuve du 400 m haies comme un espace rigoureusement codifié par des obstacles que l'athlète doit parcourir le plus rapidement possible en gérant le franchissement de ceux-ci au mieux de son potentiel physique du moment [12].

Réglementairement, le parcours est composé d'une partie initiale ou « approche », du départ à la réception de la première haie soit 45m, de 9 intervalles de 35 m entre les haies et d'une partie terminale ou « Run in » de la réception de la dixième haie à l'arrivée soit 40 m.

Le 400 m haies épreuve d'obstacles et de rythme est considéré aujourd'hui comme une course de sprint par excellence au vu du niveau de performance atteint par les meilleurs athlètes mondiaux au travers des temps très significatifs réalisés durant la dernière décennie et ce, surtout récemment après que la barrière psychologique de 47 secondes longtemps convoitée par l'athlète Edwin MOSES fut dépassée par l'Américain Kevin YOUNG qui réalisa



Edwin MOSES fut dépassée par l'Américain Kevin YOUNG qui réalisa le mythique chrono de 46"87 lors de la finale olympique de Barcelone 1992.

Actuellement dans le processus de préparation de cette épreuve technique, la majorité des entraîneurs spécialisés du 400 m haies s'accordent pour préconiser son approche comme une épreuve de sprint où les qualités de vitesse, d'endurance vitesse et de souplesse sont prédominantes et ce, même s'ils diffèrent dans l'approche méthodologique liée à l'entraînement de cette épreuve.

En effet, certains vantent les mérites de l'orientation de l'entraînement sur la qualité d'endurance comme base de réussite, se basant généralement sur le fait que le succès ou l'échec dans cette épreuve est largement déterminant dans les 150 - 100 derniers mètres de la course.

Selon Janus ISKRA [5], l'entraînement d'endurance interviendrait pour diminuer les effets de l'accumulation d'acide lactique dans les muscles.

Par contre, d'autres comme Max Robertson [5], insistent sur une approche directe du 400 m haies comme épreuve de sprint : l'athlète doit se consacrer de manière spécifique dans l'étape de spécialisation sur l'amélioration constante de la vitesse. Bien entendu, l'athlète doit au préalable développer suffisamment son potentiel endurance dans les différentes étapes de préparation qui précèdent la spécialisation.

### ***I-8- 3 La technique [7]***

La technique de la course du 400 m haies comprend deux phases :

- le franchissement de la haie
- la course entre les haies



## A- Le franchissement de la haie

Il peut être réparti en plusieurs étapes :

- l'impulsion devant la haie
- le franchissement de la haie
- la reprise de la course

### a) L'impulsion

- La jambe d'attaque
- L'impulsion est en grande partie dirigée vers l'avant dans le sens de la course à deux tiers (2/3) de la foulée de franchissement.
- Pour réaliser l'impulsion, l'articulation de la hanche, du genou et de la cheville sont en extension.
- Lancer rapidement la cuisse de la jambe d'attaque à l'horizontale.

### b) Franchissement de la haie

- Tendre rapidement la jambe d'attaque en avant
- Le tronc doit être légèrement fléchi en avant pour franchir les haies

## B- L'action de la jambe d'attaque

- Ramener la jambe d'impulsion entre le corps
- Pendant le franchissement de la haie, la cuisse de la jambe d'appel est à peu près parallèle au sol.

L'angle entre la cuisse et le bas de la jambe est d'environ 90 degrés.

- Les orteils de la jambe d'appel ne doivent pas être pointés vers le sol
- Se recevoir rapidement sur la jambe d'attaque en « frappant » le sol ou le « griffé ».

### c) La réception

- Lancer rapidement et avec force la jambe d'appel en avant
- Reprendre le contact avec le sol sur l'avant pied de la jambe d'attaque
- Le corps ne doit pas se pencher en arrière au moment de la réception
- Prendre très brièvement contact avec le sol et reprendre vite la course.



### C- La course entre les haies

Le 400 m haies est une course à intervalles longs : puissance ou vélocité. Il ne correspond pas obligatoirement à un multiple de la longueur de la foulée de tous les coureurs. Il sera donc nécessaire de jouer sur la longueur des foulées et sur leur fréquence, pour respecter les exigences du franchissement.

La foulée moyenne d'un coureur de vitesse à 10 m/s est d'environ 2,40m.

### D- La course inter-obstacles

La distance inter-obstacles est de 35 m au 400 m haies. En fonction de ses qualités physiques personnelles et de sa morphologie, le coureur de 400 m haies pourra opter pour l'une ou l'autre des deux composantes de la vitesse (amplitude en fréquence).

Noter toutefois qu'une fréquence élevée est difficilement stabilisable sur 400 m du fait de l'intervention de la fatigue. C'est pourquoi à un haut niveau, les coureurs privilégient souvent une grande amplitude de la foulée (nécessitant une grande puissance musculaire et un bon relâchement), une certaine augmentation de la fréquence n'intervenant que sur les foulées (aspects techniques du franchissement) précédant l'attaque de la haie, ceci afin de respecter les aspects techniques du franchissement.

Cela se traduit par un rythme inter-obstacles pouvant varier de 13 à 17 foulées, les meilleurs spécialistes maintenant leur rythme initial jusqu'au bout de la course (exemple : Moses = 13 foulées d'un bout à l'autre), ou augmentant celui-ci le plus harmonieusement possible au fur et à mesure de l'intervention de la fatigue.

### Exemple :

- 13 foulées sur les trois premiers haies, puis
- 14 foulées sur les cinq haies suivantes et
- 15 foulées sur les deux dernières haies.

**N.B :** *Noter qu'il devient alors indispensable de savoir franchir les haies des deux jambes.*



## CHAPITRE II



## Chapitre II : SITUATION ACTUELLE DU 400 M HAIES AU SENEGAL

La situation actuelle du 400 m haies sur le plan national est inconfortable. En effet, si dans le passé il a été une épreuve phare qui nous a valu de nombreuses satisfactions, notamment avec Mamadou SARR, El Hadji Amadou Dia BA et Hamidou MBAYE, force est de reconnaître que de nos jours, cette épreuve traverse une situation difficile caractérisée par une certaine impopularité, d'un manque de performances (alors que les athlètes sénégalais représentent d'importantes dispositions physiques comme la vitesse, la vitesse et la puissance ) et de nombreuses autres difficultés qu'il convient d'identifier. Une telle situation mérite une réflexion approfondie pouvant déboucher sur quelques suggestions devant lui trouver ses solutions à court, moyen et long terme.

L'explication qu'on pourrait à priori apporter à cette situation, est que l'homme, d'une manière naturelle, présente des réticences à l'égard de toute chose qui lui est étrangère. Dans le cas d'espèces, on sait que le 400 m haies est une épreuve que les athlètes sénégalais n'ont découvert que tardivement. Celle-ci se présente comme une épreuve importée avec toute sa complexité, surtout en ce qui concerne sa technique (de passage) qui est très difficile.

Pour la suite à donner à notre réflexion, nous entendons mettre en évidence les différents problèmes auxquels sont confrontés les clubs et les écoles.

### II-1 - Les clubs

Au Sénégal, il existe des clubs civils, militaires et paramilitaires dans lesquels l'athlétisme est pratiqué. Nous avons effectué des recherches au niveau des responsables administratifs des différents clubs et les résultats obtenus sont consignés dans le tableau ci-après.



CLUBS	NOMBRE DE HAIES	NOMBRE DE PRATIQUANTS		
		Garçons	Filles	TOTAL
AS DOUANES	20	6	1	7
DIARAAF	10	1	1	2
SALTIGUES	10	-	1	1
AS POLICE	8	-	-	-
US GOREE	8	2	-	2
DUC	5	1	1	2
ASFA	-	1	-	1
JEANNE D'ARC	-	1	-	1
ESO	-	-	-	-
DIAL DIOP	-	-	-	-
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>16</b>

#### Légende :

- **AS DOUANES** : Associations Sportives de la Douane
- **AS POLICE** : Association Sportive de la Police
- **US GOREE** : Union Sportive de Gorée
- **D.U.C** : Dakar Université Club
- **ASFA** : Association Sportive des Forces Armées
- **ESO** : Entente - Sotrac - Ouakam

Après la lecture de ce tableau, il apparaît qu'au niveau des clubs, le déficit en haies est important dans la mesure où le nombre total de haies recensées est égal à soixante et une (61) dont l'essentiel est détenu par l'AS DOUANES (20 haies), le Diaraaf (10 haies) et les Saltigués (10 haies).

Mis à part l'AS POLICE et l'US GOREE qui en disposent chacun de huit (8) et le DUC cinq (5), le reste des clubs font un décompte nul.

Toutefois, il faut signaler que dans les structures comme le Stade Léopold Sédar Senghor et le Stade Iba Mar DIOP, il existe des haies en quantité importante, environ une centaine pour le premier cité et une vingtaine pour le deuxième. Nous précisons qu'il s'agit uniquement de haies de compétition qui servent aussi à l'entraînement, et que





pratiquement tous les spécialistes du pays s'entraînent au Stade Léopold Sédar SENGHOR qui dispose d'une piste en bonne qualité où l'on trouve les rares entraîneurs spécialistes de haies. Il s'agit du Docteur Hervé STEPHAN (Coopérant français), Babacar CISSE (entraîneur national des haies) et d'El Hadji Amadou Dia BA (entraîneur au centre international d'athlétisme de Dakar) et de Arona DIOP (entraîneur de l'AS DOUANES). Une telle situation explique le fait qu'on retrouve des athlètes dans cette spécialité alors que leur club ne dispose pas de haies.

En dehors du problème lié au manque criard de matériel, on constate aussi que les pratiquants font défaut. En effet, le tableau en dessus montre qu'en tout et pour tout, il n'y a que quinze (15) pratiquants, garçons et filles confondus, sur un effectif total des licenciés qui s'élève à 677 athlètes (toutes disciplines confondues) soit un pourcentage de 2,21%, essentiellement composés de garçons.

L'ESO, le DIAL DIOP et l'AS POLICE n'ont même pas un coureur de 400 m haies.

## II-2 - Les écoles

Ce milieu semble incontournable pour la promotion de la pratique du sport en général dans toute l'étendue du territoire national.

Pour les besoins de notre étude, nous avons jugé opportun de visiter quelques grands établissements scolaires de la région de Dakar, afin de nous enquérir de l'état du matériel (de haies) disponible pour la pratique des courses de haies, même si depuis quelques années, les haies ne sont plus programmées dans les compétitions organisées par l'UASSU, fautes de concurrents réellement initiés à ces genres de courses.



ETABLISSEMENTS (Lycées)	NOMBRE DE HAIES	NOMBRE DE PRATIQUANTS AU 400 M HAIES
Lamine GUEYE	10	-
Blaise DIAGNE	9	-
Maurice DELAFOSSE	-	-
Galandou DIOUF	-	-
Seydou Nourou TALL	-	-
John F. KENNEDY	10	-
Limamoulaye	-	-
Abdoulaye SADJI	-	-
Lycée Moderne de Rufisque	-	-
<b>TOTAL</b>	<b>29</b>	<b>-</b>

L'analyse de ce tableau révèle une quasi inexistence de haies dans les grands établissements scolaires de la région de Dakar. En effet, dans les neuf lycées que nous avons visités, il n'existe au total que 29 haies en bon état et que se partagent les lycées Lamine Guèye (10 haies), John F. Kennedy (10 haies) et Blaise Diagne (9 haies).

Cette situation montre que ce ne sont pas nos établissements scolaires qui vont pouvoir servir de lieux d'initiation pour les élèves. Il en résulte que faute d'avoir découvert très tôt la spécialité, les élèves sont très peu tentés à la pratiquer ou à continuer la pratique en club, alors que toute politique de relance des courses de haies doit nécessairement compter avec l'école qu'il conviendra de doter de haies suffisantes en nombre et en qualité.

## II- 3- Les classements des athlètes sénégalais du 400 m haies sur les plans africains et mondiaux pour les saisons 2000 et 2001

### II-3 -1 Classement 2000

a) Classement africains : « Le Top 100 » (les cent meilleurs hurdlers africains) Hommes et Dames



### Les hommes

Hurdlers (400 m haies)	Performances	Lieux de réalisation	Dates	RANG
Ibou FAYE	48"80	La Chaux de Fonds	13/8/00	3 <sup>ième</sup>
Jean Dominique DIEME	49"48	DAKAR	11/6/00	9 <sup>ième</sup>
Youssoupha SARR	50"85	ALGER	12/7/00	29 <sup>ième</sup>
Souleymane DOUMBIA	51"7	NAIROBI	20/7/00	38 <sup>ième</sup>

**N.B :** Seuls quatre coureurs de 400 m haies Hommes Sénégalais figurent dans le classement des cent (100) meilleurs athlètes pour la saison 2000.

### Les Dames

Hurdlers (400 m haies)	Performances	Lieux de réalisation	Dates	RANG
Mame Tacko DIOUF	55"11	NICE	8/7/00	2 <sup>ième</sup>
Gnima TOURE	57"7	GRON (Suisse)	23/7/00	12 <sup>ième</sup>

**N.B :** Seuls deux athlètes sénégalais figurent dans le classement des cent (100) meilleurs coureurs de 400 m haies Dames pour la saison 2000.

b) Classement mondial : « Le Top 50 » (les cinquante meilleurs du monde) Hommes et Dames

- Aucun sénégalais ne figure dans le « Le Top 50 » de 2000 chez Hommes
- Chez les Dames il n'y a que Mame Tacko DIOUF qui est classée dans le « Le Top 50 » de 2000



HURDLER	PERFORMANCE	LIEU DE RÉALISATION	DATES	RANG
Mame Tacko DIOUF	56" 28	La chaux de Fonds		47 <sup>ième</sup>

### II-3 -2 Classements 2001

Pour cette saison, il n'y a que Ibou FAYE qui est classé dans les cent (100) meilleurs du monde. Il occupe la 69<sup>ième</sup> place avec une performance de 49" 77, alors qu'aucune sénégalaise ne figure dans les cent (100) meilleurs du 400 m haies Dames mondial.

Les meilleurs sénégalais sur l'épreuve du 400 m haies ont connu un recul en ce qui concerne la saison 2001 et celle en cours.

Ils ne parviennent plus à réaliser les performances de la saison 2000, qu'il s'agisse de Ibou Faye ou de Mame Tacko Diouf.

Ils évoluent tous les deux à l'étranger avec le regretté Youssoupha Sarr qui était l'un des espoirs sur cette épreuve où nous avons, Gnima Touré, Souleymane Doumbia.

Sur le plan national, on compte quelques espoirs formant un groupe dit de « performance » qui s'entraînent au Stade Léopold Sédar Senghor et composé d'El Hadji Seth Mbow de l'AS Douanes qui participera aux prochains championnats du monde junior, Babacar Joseph Ba de la JA, Alioune Konaté de l'ASFA, Amadou Dia du Jaraaf et Jean Dominique Dième de l'ASC DOUANES.

### II-4 - Les effectifs

Nous avons recensé les différentes journées où le 400 m haies était inscrit au programme pour cette saison 2001 -2002. Les résultats sont consignés dans le tableau ci-après :



### Saison 2002

Epreuves	Journées du 02-03-02 Nombre de concurrents	Journées du 23-03-02 Nombre de concurrents	Journées du 27-04-02 Nombre de concurrents	Journées du 04-05-02 Nombre de concurrents	Journées du 11-05-02 Nombre de concurrents	Journées du 09-06-02 Nombre de concurrents
400 m haies Hommes	6	6	6	5	7	7
400 m haies Dames	2	3	2	3	2	4

Sur l'ensemble des quinze journées sur pistes organisées par la Ligue d'Athlétisme de Dakar (LADAK), on ne compte que six (6) lors desquelles le 400 m haies a été programmé; le nombre de concurrents par journée ne dépassant pas sept (7) chez les garçons et quatre (4) chez les filles. D'où l'impopularité manifeste de cette spécialité complètement désaffectée par l'écrasante majorité des athlètes sénégalais.



## CHAPITRE III



## Chapitre III : METHODOLOGIE - PRESENTATION ET COMMENTAIRES DES RESULTATS

### III-1- Méthodologie

Dans le cadre de notre étude, nous avons adopté une démarche méthodologique qui s'est appuyée sur une enquête. Cette dernière a été faite à travers deux principaux instruments : le questionnaire et l'entretien.

#### *III-1-1 - La population de l'enquête*

##### Pour le questionnaire

La population de notre enquête est composée de trois types de populations :

- les athlètes pratiquant de l'athlétisme et licenciés dans les clubs d'athlétisme de Dakar et de l'Union des Associations Sportives Scolaires et Universitaires (UASSU),
- les encadreurs techniques intervenant au niveau de clubs, des écoles, lycées et à l'Université de Dakar. Ils sont composés d'entraîneurs et de professeurs d'EPS
- le public non pratiquant de l'athlétisme composé essentiellement d'élèves et d'étudiants

##### Pour l'entretien

Pour recueillir des informations essentielles, on a eu des entretiens avec des responsables administratifs et techniques de l'athlétisme sénégalais, ainsi qu'avec des personnes ressources, des responsables administratifs des clubs de Dakar et de l'UASSU : Tous dans la région de Dakar.

#### *III-1-2- Cadre de l'enquête*

Pour obtenir les données et les informations relatives à notre étude, nous avons eu à effectuer une enquête au niveau des points suivants :

- Stade Léopold Sédar SENGHOR
- Stade Iba Mar DIOP
- Stade de l'Université Cheikh Anta DIOP



- Stade Demba DIOP
- Stade Ngalandou DIOUF de Rufisque
- Terrain de l'École Nationale de Police
- Terrain d'entraînement de l'ESO<sup>1</sup> à la Gendarmerie de Ouakam
- Fédération Sénégalaise d'Athlétisme (FSA)
- Ligue d'Athlétisme de Dakar
- Confédération Africaine d'Athlétisme Amateur (CAAA)
- Lycée Limamoulaye
- Lycée Lamine GUEYE
- Lycée Blaise DIAGNE
- Lycée Maurice DELAFOSSE
- Lycée John F. KENNEDY
- Lycée Abdoulaye SADJI
- Lycée Ngalandou DIOUF
- Lycée Seydou Nourou TALL
- Secrétariat Régional de l'UASSU

Certains de nos questionnaires ont été distribués lors des compétitions civiles d'athlétisme et de l'UASSU.

### ***III-1-3- La collecte des données***

Nos instruments de collecte des données ont été le questionnaire et l'entretien. On a élaboré un questionnaire semi-fermé.

Trois types de questionnaires ont été distribués : un pour les athlètes, un pour les encadreurs techniques et un au public non pratiquant de l'athlétisme.

Nous avons posé des questions fermées spécifiques à chaque type de population et communes par moment aux athlètes et aux encadreurs techniques, mais aussi des questions ouvertes spécifiques à chaque type de population et communes par moment aux athlètes et aux encadreurs techniques.

---

<sup>1</sup> ESO : Entente Sotrac - Ouakam



- Trente quatre encadreur techniques ont répondu au questionnaire qui leur était destiné.
- Soixante athlètes ont répondu au questionnaire qui leur était destiné.
- Quatre vingt quatorze non pratiquant de l'athlétisme ont bien voulu répondre au questionnaire qui leur était destiné.

Par ailleurs, il faut signaler que notre tâche n'a pas été facile en ce qui concerne le dépôt et le retrait des questionnaires, de même pour le recueil d'informations. Certains questionnaires ont été perdus à tous les niveaux où on les a distribués, réduisant ainsi le nombre de réponses recueillies.

Nous avons aussi rencontré la réticence de certains responsables de clubs et parfois un refus catégorique nous a été opposé. Cependant, dans l'ensemble, les différentes populations ont en grande majorité collaboré.

Nous avons été à la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme où nous avons rencontré le directeur administratif pour plus d'informations relatives aux effectifs et pour aussi des informations techniques en rapport avec la problématique du 400 m haies sénégalais.

A la Ligue d'athlétisme de Dakar, on a obtenu les résultats techniques des différentes compétitions du championnat civil d'athlétisme 2001-2002.

A la Confédération Africaine d'Athlétisme Amateur (CAAA), on a reçu les places des hurdlers (du 400 m haies) sénégalais dans les différents classements de la FIAA.

### ***III-1-4 - L'administration du questionnaire***

Nous avons demandé à nos répondants de répondre par Oui ou par Non pour les questions fermées.

Pour les questions ouvertes, certains ont développé leurs arguments en multipliant leurs suggestions et autres raisons, pour d'autres, on



est allé les trouver au niveau de leur club, école et autres lieux d'entraînement et de compétition où ils ont répondu sur place tandis que d'autres ont préféré emporter le questionnaire chez eux, ce qui a occasionné la perte de quelques documents.

### *III- 1 -5 - Le traitement des données*

Nous avons dépouillé les réponses de chaque type de questionnaire d'abord, puis avons regroupé les questions communes à certaines populations, avec comme méthode celle dite du « Pendu » puis avons fait le total et calculé les pourcentages.

Pour les questions fermées, la tâche a été plutôt facile.

Pour celles ouvertes, on a procédé à des recoupements des réponses identiques et avons dressé des réponses finales, puis avons calculé la fréquence de ces réponses (où le nombre de fois que la réponse a été donnée, nombre qui est supérieur à l'effectif total des répondants pour chaque type de questionnaire). Nous avons par la suite établi des tableaux pour chaque population et pour les réponses communes aux athlètes et aux encadreur techniques.



### III- 2 - RESULTATS ET COMMENTAIRES DES TABLEAUX

Le traitement de nos données a donné les résultats que nous avons consignés dans les tableaux commentés ci-après :

**TABLEAU N°I :** Identification des athlètes, encadreur techniques et du public selon l'âge et le sexe :

Sexe Age (ans)	MASCULIN		FEMININ		TOTAL	
	Nombre	%	Nombre	%	Nombre	%
<b>ATHLETES</b>						
[16 - 20]	15	25	13	21,67	28	46,67
[21 - 25]	19	31,66	4	6,66	23	38,33
[26 - 32]	7	11,67	2	3,33	9	15
<b>TOTAUX</b>	<b>41</b>	<b>68,33</b>	<b>19</b>	<b>31,68</b>	<b>60</b>	<b>100</b>
<b>ENCADREURS TECHNIQUES</b>						
[26 - 35]	11	32,35	1	2,95	12	35,30
[36 - 45]	13	38,23	3	8,82	16	47,05
[46 - 54]	3	8,82	1	2,95	4	11,77
[55 - 62]	2	5,88	0	0	2	5,8
<b>TOTAUX</b>	<b>29</b>	<b>85,28</b>	<b>5</b>	<b>14,72</b>	<b>34</b>	<b>100</b>
<b>PUBLIC</b>						
[15 - 20]	49	52,13	33	35,11	82	87,24
[21 - 25]	1	1,06	1	1,06	2	2,12
[26 - 30]	1	1,06	4	4,26	5	5,32
[31 - 35]	4	4,26	1	1,06	5	5,32
<b>TOTAUX</b>	<b>55</b>	<b>58,51</b>	<b>39</b>	<b>41,49</b>	<b>94</b>	<b>100</b>

#### Commentaire :

- L'essentiel des effectifs des athlètes, garçons et filles, est âgé de 16 à 25 ans soit 85% au total. Nous avons donc très peu de pratiquants âgés de 26 ans et plus.
- Au total, 82% des encadreur techniques, avec une très forte majorité d'hommes, sont âgés de 26 à 45 ans.
- Il n'y en a pas à 55 ans et plus.
- Le public non pratiquant est au total composé de 87,24% : 24 jeunes âgés de 15 à 20 ans en garçons comme en filles.



## TABLEAU N° II

Réponses des athlètes aux questions suivantes :

- 1- Etes-vous pratiquant du 400 m haies ?
- 2- Avez-vous déjà été initié aux courses de haies ?

R E P O N S E S	QUESTIONS			
	1		2	
	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)
OUI	9	15	33	55
NON	51	85	27	45
TOTAL	60	100	60	100

### Commentaire :

- Parmi les 60 athlètes interrogés, une faible proportion (15%) pratique le 400 m haies, alors que dans leur majorité (55%), ils ont déjà été initiés à cette course.



### TABLEAU N° III

#### Questions N° 2 : Réponses des athlètes

- 2-1- sur les distances auxquelles ils ont été initiés
- 2-2-1- sur les distances auxquelles ils aimeraient être initiés

DISTANCES (en mètre)	QUESTIONS			
	2-1		2-2-1	
	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)
56	-	-	-	-
80	1	3,03	-	-
200	2	6,06	3	11,11
250	-	-	1	3,7
100	10	30,30	5	18,51
110	14	42,42	4	14,81
400	6	18,19	6	22,22
abstention			8	29,62
<b>TOTAL</b>	<b>33</b>	<b>100</b>	<b>27</b>	<b>100</b>

#### Commentaire :

- C'est aux 100 et 110 m qu'environ trois quart (72,72%) des athlètes ont été initiés. Seuls 18,19% (soit moins d'un quart) l'ont été au 400 m (question 2.1). Parmi ceux qui aimeraient être initiés (question 2.2.1), un peu moins de la moitié (16,66%) ont porté leur choix sur les 100 et 110 m, alors que 33,32% sont attirés par le 400 m ; les 200 et 250 m n'ayant recueilli qu'un peu plus du quart (14,81%).



## TABLEAU N° IV

Réponses à la question commune N°3

- Disposez-vous de haies dans votre club, écoles, lycée ou université ?

R E P O N S E S	Encadreur techniques		Athlètes	
	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)
OUI	11	32,35	44	73,33
NON	23	67,65	15	25
Pas prononcé	-	-	1	1,67
TOTAL	34	100	60	100

### Commentaire :

- Les encadreurs affirment à plus de 67% ne pas disposer de haies, alors qu'environ trois quart des athlètes (73,33%) disent en avoir.



## TABLEAU N° V

Réponses aux questions communes suivantes :

- 3-1- Si Oui , combien en avez-vous ?
- 3-2- Jugez-vous suffisant leur nombre ?

Nombre de haies	Encadreurs techniques		Athlètes	
	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)
4	-	-	3	6,81
5	-	-	5	11,36
6	1	9,09	4	9,09
8	1	9,09	6	13,63
10	8	72,72	12	27,27
12	1	9,09	-	-
13	-	-	5	11,36
Pas prononcé	-	-	9	20,45
Suffisant	1	9,09	-	-
Insuffisant	10	90,9	44	100
<b>TOTAL</b>	<b>11</b>	<b>100</b>	<b>44</b>	<b>100</b>

### Commentaire :

- Le nombre de haies disponibles varie de 4 à 13. Ce nombre est jugé insuffisant par plus de 90,09% des encadreurs, et à 100% par les athlètes. Ceci s'explique par la difficulté à trouver des haies sur marché.



## TABLEAU N° VI

Réponses des athlètes aux questions suivantes :

- 4- Avez-vous des entraîneurs de haies ?
- 4-1- Si Oui, est-ce suffisant ?

REponses	Nombre de réponses (n)	Pourcentage (%)	Suffisant		Insuffisant	
			n	%	n	%
OUI	18	30	2	11,11	16	88,89
NON	42	70				
TOTAL	60	100				

### Commentaire :

- La plupart des athlètes (70%) affirment ne pas avoir d'entraîneurs de haies, contre seulement 30% qui en possèdent. Parmi ces derniers, 88,89% jugent insuffisant le nombre de leurs entraîneurs.



## TABLEAU N° VII

Réponses des athlètes aux questions suivantes :

- 5- Êtes-vous satisfait(e) de votre pratique ?
- 5-1- Si Non, Pourquoi ?

Niveau de satisfaction	Satisfait		Non satisfait		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%
Raisons de non satisfaction :	2	22,22	7	77,78	9	100
- L'existence de beaucoup de contraintes						
- Le manque de compétition						
- La non disponibilité de l'entraîneur						
- Le caractère exigeant de l'épreuve du 400 m						

### Commentaire :

- Une très large majorité (77,78%) des athlètes n'est pas satisfaite de sa pratique. Des contraintes non précisées, le nombre peu élevé de compétition ainsi que des problèmes liés à l'absence de l'entraîneur et aux exigences du 400 m en sont les raisons.



## TABLEAU N° VIII

Réponses des entraîneurs aux questions suivantes :

- 1 - Diplômes et milieux d'intervention des entraîneurs.
- 2 - Avez-vous encadré des coureurs de 400 m haies ?

1-

DIPLOMES	n	%	Milieux d'intervention	n	%
Initiateur	-	-	Club	10	29,41
1 <sup>er</sup> degré	5	14,70	Ecole - Lycée	17	50
2 <sup>ème</sup> degré	9	26,47	Université	2	5,88
3 <sup>ème</sup> degré	4	11,76	Club - Ecole - Lycée	4	11,77
Enseignant d'EPS	16	47,05	Clubs Université	1	2,94
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100</b>

2-

REponses	OUI		NON		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%
	4	11,76	30	88,24	34	100

### Commentaire :

- Parmi nos répondants, nous n'avons pas eu d'initiateurs. Un peu plus de leur quart est titulaire du diplôme du 2<sup>ème</sup> degré ; leur majorité (environ un peu moins de leur moitié) étant composé d'enseignants d'EPS.



- C'est à l'école et au lycée, plus qu'en club, que nous avons plus d'encadreurs. Dans leur ensemble, très peu (11,76%) ont eu à encadrer des coureurs de haies.

### **TABLEAU N° IX**

Réponses des encadreurs aux questions suivantes :

- 4 - Etes-vous satisfait (e) de vos conditions de travail ?
- 4-1 - Si Non, pourquoi ?

Niveau de satisfaction	Satisfait		Non satisfait		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%
Raisons de non satisfaction :	2	5,89	32	94,11	34	11
- Manque de matériel didactique (haies)						
- Manque d'infrastructures opérationnelles						
- Matériel défectueux						
- Problème de temps						
- Problème d'espace						
- Rapport déséquilibré entre le nombre d'élève et le matériel disponible						

### **Commentaire :**

- 94% des encadreurs ne sont pas satisfaits de leurs conditions de travail. Parmi les raisons liées à cette insatisfaction, le manque de matériel didactique, d'infrastructures opérationnelles, et le matériel défectueux semblent être les plus importantes.



## TABLEAU N° X

Réponses des athlètes aux questions suivantes :

- 6 - Connaissez-vous de célèbres coureurs de 400 m haies sénégalais ?
- 6-1 - Si Oui, pouvez-vous en citer au moins deux ?

6 -

Réponses	n	%
OUI	55	91,67
NON	5	8,33
TOTAL	60	100

6 - 1

Réponses	n	%
Ceux qui peuvent en citer au moins deux (2)	12	21,82
Ceux qui ne peuvent pas en citer au moins deux (2)	43	78,18
TOTAL	55	100

### Commentaire :

- La quasi-totalité (91,67%) des athlètes interrogés connaissent des coureurs de 400 m haies célèbres. Cependant, seul le quart environ (21,82%) peut en citer au moins deux (2).



## TABLEAU N° XI

Réponses des encadreurs aux questions suivantes :

- 6- Y a t-il assez d'entraîneurs de haies au Sénégal ?
- 6-1- Si Non, que suggérez-vous pour augmenter leur nombre ?

Réponses	OUI		NON		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%
Suggestions pour augmenter le nombre des entraîneurs :	2	5,89	32	94,11	34	100
- La Fédération sénégalaise d'athlétisme devrait organiser fréquemment des stages de formation interne avec spécialisation en courses de haies						
- Cette Fédération devrait donner des bourses de perfectionnement aux spécialistes pour l'étranger						
- Il faut motiver les techniciens de haies en améliorant leur conditions de travail						

### Commentaire :

- La presque totalité des encadreurs (94,11%) trouve qu'il n'y a pas assez d'entraîneurs de haies au Sénégal. Pour augmenter leur nombre, ils suggèrent l'organisation de stages, l'octroi de bourses et la création de conditions de travail assez motivantes.



## TABLEAU N° XII

Réponses à la question commune N°7 aux athlètes et aux encadreurs

- A votre avis, y a-t'il suffisamment d'athlètes sénégalais qui pratiquent le 400 m haies ?

Réponses	ATHLETES		ENCADREURS	
	n	%	n	%
OUI	4	6,67	1	2,94
NON	54	90	33	97,06
Pas prononcé	2	3,33	-	-
TOTAL	60	100	34	100

### Commentaire :

- Les athlètes, comme les encadreurs estiment, à plus de 90%, insuffisant, le nombre d'athlètes pratiquant le 400 m haies.



## TABLEAU N° XIII

Réponses à la question commune N°7 aux athlètes et aux encadreur

- Si Non, qu'est ce qui justifierait cette insuffisance de pratiquants sénégalais au 400 m haies ?

7-

Réponses	ATHLETES		ENCADREURS	
	n	%	n	%
OUI	4	6,67	1	2,94
NON	54	90	33	97,06
Pas prononcé	2	3,33	-	-
TOTAL	60	100	34	100

7-1

Raisons qui justifient l'insuffisance de pratiquants sénégalais du 400 m haies :	Encadreur	Athlètes
- Manque, voire absence d'initiation dans les écoles et dans les clubs	10	11
- Manque, voire absence de matériel de haies	19	21
- Manque de motivation des entraîneurs	6	4
- Manque de politique de vulgarisation de l'épreuve du 400 m haies	8	3
- Epreuve difficile et dangereuse	15	26
- Manque d'infrastructures (piste en tartan)	5	7

### Commentaire :

- L'insuffisance du nombre de pratiquants sénégalais du 400 m haies s'expliquerait essentiellement par :
  - Le manque de matériel logistique
  - Le fait que l'épreuve est très difficile et dangereuse
  - Le manque d'initiateurs et d'entraîneurs de haies.



## TABLEAU N° XIV

Réponses à la question commune N°8 aux athlètes et aux encadreur

- Trouvez-vous facile ou difficile de réaliser une bonne performance au 400 m haies ?

Appréciations	ENCADREURS		ATHLETES	
	n	%	n	%
Facile	-	-	5	8,33
Difficile	34	100	52	86,67
Pas prononcé	-	-	3	5
<b>TOTAL</b>	<b>34</b>	<b>100</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

### Commentaire :

- L'épreuve du 400 m haies est trouvée difficile de façon unanime par les encadreur. Plus de 86% des athlètes partagent cet avis, contrairement aux 8,33% qui estiment qu'il s'agit d'une épreuve facile.



## TABLEAU N° XV

Réponses à la question commune N°8 aux athlètes et aux encadreur

- Que suggérez-vous pour une pratique de masse plus importante du 400 m haies au Sénégal ?

Suggestions	Encadreur Techniques	Athlètes
Fabriquer des haies à partir de matériaux locaux (de récupération)	5	9
Introduire dans les programmes d'E.P.S des cycles de courses de haies	3	-
Initier à bas âge (à l'école primaire)	10	-
Inscrire le 400 m haies au programme des compétitions de l'UASSU	6	11
Doter les écoles et clubs de matériels suffisants	19	21
Former davantage d'entraîneurs de haies	13	19
Multiplier les infrastructures publiques	5	7
Étendre la pratique du 400 m haies dans toutes les régions du pays	11	9
Inscrire les courses de haies dans le programme des compétitions de la petite catégorie	10	12
Créer des écoles de 400 m haies	4	10
Elire une fédération forte pouvant définir une politique de développement de la discipline pour la pratique de masse	3	5
Médiatiser le 400 m haies	-	3

### Commentaire :

- Parmi les suggestions faites par les encadreur techniques et par les athlètes, les plus pertinentes semblent être :
  - La nécessité de doter les clubs et les écoles de matériel d'équipement suffisant,
  - La formation en plus grand nombre d'entraîneurs de haies,
  - L'initiation précoce (à partir de l'école primaire) aux courses de haies
  - La décentralisation de cette pratique sportive.



## TABLEAU N° XVI

Réponses des encadreurs techniques à la question N°5

- Pensez-vous que le morphotype sénégalais (Taille- Poids) est adapté au 400 m haies

Réponses	n	%
OUI	27	90
NON	3	10
Pas prononcé	4	-
TOTAL	34	100

### Commentaire :

- 90% des encadreurs techniques estiment que le morphotype sénégalais (Taille - Poids) est adapté à l'épreuve du 400 m haies. Seuls 10% d'entre eux soutiennent le contraire.



## TABLEAU N° XVII

Réponses du public aux questions suivantes :

- 1- Aimez-vous les courses de haies ?
- 1-1- Si Oui, laquelle aimez-vous le plus ?
- 1-2- Si Non, pourquoi ?

1-

Réponses	n	%
OUI	18	19,14
NON	76	80,86
TOTAL	94	100

1-1

Différentes courses	n	%
56 m haies	-	-
80 m haies	-	-
200 m haies	2	11,11
250 m haies	1	5,55
100 m haies	5	27,77
110 m haies	4	22,22
400 m haies	6	33,33
TOTAL	18	100

1-2

Raisons pour lesquelles le public n'aime pas les courses de haies :	n	%
Très difficile	26	34,21
Ça demande beaucoup d'entraînement	19	25
Manque de temps	18	23,68
Problème de morphologie	13	17,10
TOTAL	76	100

### Commentaire :

- Moins de 20% du public déclare aimer les courses de haies, plus particulièrement les 400 m haies, les 100 et 110 m haies.
- Aucun d'eux n'a préféré le 56 m et le 80 m haies

Les raisons qui font que plus de 80% du public n'aime pas les haies sont essentiellement :

- Elles sont très difficiles
- Cela demande beaucoup d'entraînement
- Manque de temps



## **TABLEAU N° XVIII**

Réponses du public aux questions suivantes :

- 2- Avez-vous déjà assisté à une course de 400 m haies
- 2-1- Si Oui, Comment la trouvez-vous ?

2-

Réponses	n	%
OUI	57	60,63
NON	37	39,37
TOTAL	94	100

2-1

Appréciations	n	%
Difficile	24	42,10
Très éprouvante	12	21,05
Superbe	8	14,03
Très technique	7	12,28
Attrayante	3	5,26
Intéressante	3	5,26
TOTAL	57	100

### **Commentaire :**

- Plus de la majorité du public (60, 63%) a déjà assisté à une course de 400 m haies qu'elle a trouvé essentiellement difficile car très éprouvante, superbe et très technique



## **TABLEAU N° XIX**

Réponses du public aux questions suivantes :

- 3- Connaissez-vous de célèbres coureurs sénégalais de 400 m haies ?
- 2-1- Si Oui, Citez-en au moins un

3-

Réponses	n	%
OUI	52	55,31
NON	32	54,04
Pas prononcé	10	10,63
TOTAL	94	100

3-1

Réponses	n	%
Peuvent en citer au moins un	49	94,23
Ne peuvent pas en citer au moins un	3	5,77
TOTAL	52	100

### **Commentaire :**

- Plus de la moitié du public connaît des célèbres coureurs sénégalais de 400 m haies et 94,23% d'entre eux peuvent en citer au moins 1.



## TABLEAU N° XX

Réponses du public aux questions suivantes :

- 4- Aimeriez-vous être initié(e) aux courses de haies ?
- 4-1- Si Oui, sur quelle distance ?

4-

Réponses	n	%
OUI	18	19,14
NON	65	69,14
Pas prononcé	11	11,70
TOTAL	94	100

4-1

Distances	n	%
56 m haies	-	-
80 m haies	-	-
200 m haies	2	11,11
250 m haies	1	5,55
100 m haies	5	27,77
110 m haies	3	16,66
400 m haies	5	27,17
Pas prononcé	2	11,11
TOTAL	18	100

### Commentaire :

- La grande majorité du public interrogé déclare qu'elle n'aimerait pas être initiée aux courses de haies soient 69,11% d'entre eux. Alors que pour les 18 qui aimeraient être initiés, ils le voudraient plus sur 100 et 400 m haies
- On note à la question IV un taux d'abstention de 11,70%.



### III- 3- Résultats des entretiens

Des réponses de nos différents répondants, il apparaît que les facteurs limitatifs de la pratique de masse du 400 m haies au Sénégal sont essentiellement liés au manque de matériel (haies), à la déficience de l'encadrement technique et au fait qu'il s'agit une épreuve difficile.

Pour confirmer l'opinion de nos sujets, il nous a semblé nécessaire de recueillir l'opinion des responsables administratifs et techniques qui s'occupent de l'athlétisme aux niveaux civil, scolaire et universitaire. Parmi eux, nous avons rencontré le secrétaire régional de l'UASSU et le Directeur Technique National (DTN) de l'athlétisme sénégalais.

#### Le Secrétaire Régional de l'UASSU

*De notre entretien avec lui, il ressort que les facteurs limitatifs de la pratique de masse du 400 m haies au Sénégal sont liés :*

- Au manque de matériel dans les établissements qu'il considère comme incontournables pour développer une discipline quelconque ;
- Au manque de pistes opérationnelles ;
- A la déficience de l'encadrement.

En réponse à la question : Pourquoi les courses de haies ne sont pas au programme des compétitions de l'UASSU, il nous fait savoir que c'est essentiellement dû au fait que les enseignants d'EPS en très large majorité, n'envisageaient pas les courses de haies à l'école alors qu'ils ont des connaissances dans ce sens pour pouvoir initier les élèves. Selon lui, cela procède d'un manque de volonté.

Cette situation a fait que depuis 1981, huit (8) festivals de l'UASSU ont eu à se tenir, et jamais les courses de haies n'ont été au programme des compétitions d'athlétisme. Ceci pourrait être dû, soutient toujours le secrétaire régional de l'UASSU, au manque de temps des enseignants pour l'entraînement : les deux heures



hebdomadaires réservées aux activités sportives de l'Association Sportive n'étant pas suffisantes. Pour pallier cela, il fait appel à la Direction de l'éducation physique et des activités sportives (DEPAS) afin que celle-ci intervienne auprès des enseignants d'EPS pour relancer les courses de haies dans les écoles. Pour terminer, il a fait un certain nombre de suggestions qui consistent à :

- Doter les établissements scolaires et universitaires de matériel (haies) par l'intermédiaire des autorités du Ministère de l'Education ;
- Attirer l'attention de la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme (FSA) sur la nécessité de s'approcher des structures scolaires et universitaires en dégagant des priorités pour telle ou telle domaine. En effet, si la FSA constate que le niveau de pratique d'une discipline donnée est bas, elle doit interpeller la DEPAS, qui à son tour fera le nécessaire à son niveau pour relancer à la base la pratique de cette discipline ;
- Augmenter les heures d'activités sportives.

### Le Directeur Technique National (DTN)

Pour le DTN de l'athlétisme sénégalais, le problème de l'impopularité du 400 m haies ne se pose pas, malgré les faibles effectifs des pratiquants de cette épreuve, et mis en exergue par notre étude. Cependant, il reconnaît que les autres épreuves, tels que le sprint plat, sont plus prisées par les athlètes.

Pour développer le 400 m haies, il soutient qu'il faudrait d'abord arriver à régler les problèmes liés au matériel (haies), à l'encadrement technique et aux infrastructures, et le reste va tourner autour des facteurs de performance telles que la vitesse, l'endurance vitesse, la résistance, la force, la coordination, la souplesse.

Selon lui, il faut aussi obligatoirement une pratique de base à l'école, qui permettrait aux élèves d'avoir très tôt un vécu qui reste dans leur mémoire et qu'ils pourront toujours sortir plus tard dans le cadre de pratique. Tout ceci pour dire qu'il ne faut pas attendre l'âge



adulte pour initier les enfants à l'athlétisme, notamment aux courses de haies.

Il souligne aussi que malgré le nombre important d'entraîneurs qui ont été formés, il n'y en a pas assez de spécialistes de haies. Il continue pour rappeler que la plupart des entraîneurs formés envahissent de nos jours les écoles privées pour y enseigner l'EPS et ce au détriment de l'encadrement des athlètes civils. D'où le déficit de l'encadrement technique constaté au niveau des clubs.

Pour rehausser le 400 m haies, le DTN soutient qu'il faudrait nécessairement :

- Passer par des écoles d'athlétisme à équiper en matériel adéquat
- Que les techniciens fassent preuve d'invention et de créativité en ce qui concerne le matériel d'entraînement (à confectionner à partir de matériaux locaux).
- Que ces mêmes techniciens pensent aussi à la réorientation vers les courses de haies, de coureurs de sprint court et long qui stagnent dans ces disciplines ;
- Qu'on permette à l'enseignant d'EPS d'utiliser des haies basses et non pas seulement les haies hautes ;
- Que les fonds de relance soient mis à la disposition de la direction technique nationale pour le développement des disciplines techniques dans les régions, et
- Qu'on motive davantage les entraîneurs.

Dans le cadre d'actions concrètes à mener, le DTN fait savoir qu'il y a une nouvelle politique qui est en cours, et qui est chapeautée par la nomination d'un président chargé du développement, qui aura essentiellement pour tâches d'examiner les besoins des régions en matériel didactique, trouver du matériel d'initiation et de procéder à l'équipement des sites déficitaires. Dans cette politique générale, les courses de haies occuperaient une place de choix dans la mesure où tout le monde est d'accord que les courses de haies sont intéressantes et que pour une formation globale de l'enfant, tout peut se retrouver au niveau des haies.



### **III- 4 - Discussions des résultats**

Notre discussion sera orientée autour de quatre axes principaux que sont les caractéristiques (âge et sexe) de nos différents répondants, la pratique de l'épreuve et tout ce qui l'affecte, les problèmes liés aux matériels et à l'encadrement technique.

#### ***III- 4- 1- Caractéristiques des répondants (âge et sexe)***

Les athlètes qui ont répondu à notre enquête sont en grande majorité des jeunes et âgés de 16 à 25 ans. Dans cette fourchette, nous avons 34,16% de garçons et 28,33% de filles. Seuls 15% des athlètes interrogés sont âgés de 26 ans et plus (cf Tableau N° I).

Les encadreurs techniques sont en grande majorité âgés de 26 à 45 ans, soit 82% avec une très forte majorité d'hommes (70,58%) alors que les femmes sont quasiment inexistantes au sein de l'encadrement technique de nos athlètes, elles ne représentent que 11,07% seulement.

On ne rencontre pratiquement pas d'entraîneurs âgés de 55 ans et plus.

En ce qui concerne le public non pratiquant, les jeunes âgés de 15 à 20 ans représentent 87,24% de jeunes (garçons et filles confondus).

#### ***III-4-2- Les problèmes liés à la pratique***

La pratique du 400 m haies souffre d'une certaine pauvreté en ce qui concerne le nombre d'athlètes qui s'y adonnent (cf Tableau I - 1). En effet, sur l'ensemble des soixante (60) athlètes interrogés, seuls les 15% pratiquent l'épreuve du 400 m haies, soit moins du quart de l'effectif total, alors que dans leur grande majorité, ils ont été déjà initiés aux courses de haies, mais seulement aux 100 et 110 m haies (cf Tableau II) et moins du quart au 400 m haies.



Par rapport à leur préférence, s'ils désiraient être initié à telle ou telle autre, course de haies, on note qu'un peu moins de leur moitié est attirée plus par le 100 et 110 m haies, alors que seuls 31,58% d'entre eux optent pour le 400 m haies (cf Tableau III). Cette situation illustre parfaitement le fait que le 400 m haies est relégué au second plan au profit des autres épreuves de l'athlétisme. Et pourtant, cette épreuve est bien connue par les athlètes dans la mesure où ils affirment, à un peu plus de 91%, connaître de célèbres coureurs sénégalais de 400 m haies. Cependant, seul moins du quart parmi eux peut en citer au moins un. Ceci, nous paraît tout de même paradoxal.

Le tableau XII montre clairement qu'il n'y a pas assez d'athlètes sénégalais qui pratiquent le 400 m haies. En effet, 90% d'entre eux l'affirment. Sur la même question, les encadreurs techniques sont du même avis avec une très large majorité à 97,06%. Et pour justifier cette insuffisance de pratiquants, aussi bien les athlètes que les encadreurs avancent les raisons suivantes : le manque de matériel didactique (haies), le fait que cette épreuve soit très difficile et dangereuse et le manque, voire l'absence, d'initiation à la base dans les écoles et dans les clubs.

Les encadreurs techniques et les athlètes trouvent le 400 m haies difficile avec respectivement des pourcentages de 100 et de 86,67% ; d'où le qualificatif qu'on a tendance à coller à l'épreuve qui, effectivement, est considérée comme une épreuve à contraintes multiples du fait de la complexité technique de la tâche à effectuer. Et pourtant, les techniciens dans leur grande majorité, affirment que le morphotype sénégalais (taille - poids) est parfaitement adapté à l'épreuve. L'illustration en est faite au travers du Tableau XVI.

Pour mesurer la capacité de l'épreuve à attirer de nouveaux adeptes, nous avons interrogé le public non pratiquant. Celui-ci est composé d'athlètes potentiels qui, cependant n'aiment pas, en grande majorité, les courses de haies en général (cf Tableau N° XVI - 1).



Les raisons qu'ils avancent pour justifier leur attitude sont, entre autres, le fait qu'il s'agit d'une épreuve très difficile, qui demande beaucoup d'entraînement et en conséquence beaucoup de temps et de travail pour réellement progresser.

Le peu de public non pratiquant de l'athlétisme qui aime les courses de haies, préfère de loin le 100 et le 110 m haies (cf Tableau N° XVIII).

Plus de leur moitié affirme avoir déjà assisté à une course de 400 m haies (cf Tableau N° XVIII - 2) qu'ils trouvent difficile et très éprouvante (cf Tableau N° 18 - 2- 1), ce qui pourrait en partie, justifier le fait que les autres épreuves soient plus prisées par les nouveaux athlètes qui, dans leur grande majorité, préfèrent les courses de plat, les concours de sauts et dans une moindre mesure, les lancers.

Plus de leur moitié affirme aussi connaître de célèbres coureurs sénégalais de 400 m haies et peuvent à plus de 94% en citer au moins un (cf Tableau N° XIX - 3-1).

Il faut cependant dire que la plupart des répondants du public n'aimeraient pas être initiés aux courses de haies contrairement à 19% environ qui en auraient manifesté le désir (cf Tableau N° XX). C'est à dire que le 400 m haies ne laisse indifférent qu'une très nette minorité dudit public.

A plus de 77%, les coureurs du 400 m haies ne sont pas satisfaits de leur pratique à cause de l'existence de beaucoup de contraintes non précisées, du manque de compétitions organisées pour la discipline, de la non disponibilité de l'entraîneur et du caractère très exigeant de l'épreuve aux plans des exigences techniques et de la persévérance requises (cf Tableau VII).

Le tableau N° XIX - 4 montre que les encadreurs aussi à 94% ne sont pas satisfaits de leurs conditions de travail du fait du manque de matériel, manque d'infrastructures opérationnelles (pistes en bon état), de l'état défectueux du très peu de matériel disponible jamais



renouvelé, de la surcharge des emplois du temps scolaires ne permettant pas ainsi aux techniciens de disposer de suffisamment de temps pour encadrer des athlètes qui seraient désireux d'être encadrés dans la discipline dont il est question.

Il se révèle également d'exister un problème d'espace infrastructurel et de rapport déséquilibré entre le nombre d'élèves et le matériel disponible.

### *III-4- 3- Le matériel*

De nos investigations, il ressort que le manque de matériel est le problème fondamental auquel sont confrontés aussi bien les athlètes que les encadreurs techniques dans la pratique du 400 m haies au Sénégal.

En effet, le tableau N°4IV illustre le fait que les encadreurs affirment à plus de 67% ne pas disposer de haies, alors qu'environ trois quart des athlètes soit 73,33% disent en avoir, mais seulement en petite quantité puisque le chiffre avancé aussi bien par les athlètes que par les encadreurs est de treize (13). Ce qui est très nettement insuffisant.

### *III-4-4- L'encadrement technique*

Celui-ci fait défaut, surtout en ce qui concerne les courses de haies en général et le 400 m haies en particulier. En effet, on dénombre deux à trois spécialistes qui sont regroupés au Stade Léopold Sédar Senghor dont l'accès est réglementé et donc, est contrôlé : ceci ne favorise pas une affluence massive de jeunes désireux bénéficier d'une initiation aux courses d'obstacles.

Le tableau N° VI montre que les athlètes affirment à 70% ne pas avoir d'entraîneurs de haies, contre seulement 30% qui soutiennent le contraire. Et parmi ces derniers, plus de trois quart (3/4) jugent insuffisant leur nombre or pour qu'il y ait une pratique de masse, il faut incontestablement des encadreurs techniques, suffisamment



Ceux que nous avons interrogés reconnaissent à plus de 94% qu'ils ne sont pas en nombre suffisant, ne serait-ce pour assurer des tâches d'initiation pour faire acquérir aux jeunes la technique de base des courses de haies, notamment celle qui concerne le 400 m. La plupart d'entre eux sont des enseignants d'Education Physique et Sportive (E.P.S) et des titulaires du diplôme du 2<sup>ième</sup> degré d'entraîneurs et interviennent en majorité dans les écoles et les lycées de Dakar, ainsi que dans les clubs dakarois.

Peu d'entre eux (5,88%) exercent à l'Université .

Les techniciens ayant déjà encadré des coureurs de 400 m haies sont très peu nombreux (11,76) car ils ne représente que 11% environ de cette catégorie de nos répondants. Ce qui du reste participe pour beaucoup à la faiblesse des concurrents lors des compétitions (cf Tableau N° VIII - 2).



## CONCLUSION ET SUGGESTIONS

A travers ce travail que nous voulons être une contribution au développement de l'athlétisme, particulièrement le 400 m haies, nous avons essayé de mettre en évidence les problèmes liés à la pratique de masse de cette épreuve quand on sait qu'elle n'attire plus beaucoup d'athlètes.

Pour mener à bien notre étude, nous avons utilisé des questionnaires mixtes (ouverts et fermés) destinés aux athlètes, aux encadreurs techniques et au public composé de non pratiquants de l'athlétisme, ainsi que des entretiens avec les responsables administratifs et techniques ayant en charge l'athlétisme sénégalais et le sport scolaire et universitaire. Soixante athlètes, trente quatre encadreurs techniques et quatre vingt quatorze personnes du public non pratiquants ont répondu à ces questionnaires.

Nos questionnaires montrent que les facteurs limitatifs de la pratique de masse du 400 m haies au Sénégal sont essentiellement liés :

- Au manque de matériel de haies au niveau des clubs et des établissements scolaires et universitaires ;
- Au manque d'encadreurs techniques qualifiés au nombre suffisant, réduisant ainsi les chances de pouvoir offrir à de nombreux athlètes sénégalais, des possibilités de se faire initier d'abord, se perfectionner ensuite avant de devenir nombreux à être de bons spécialistes du 400 m haies ;
- Au fait que le 400 m haies se présente comme une épreuve très difficile, car présentant de multiples contraintes tant physiques, techniques que psychologiques.

Au demeurant, nous espérons qu'au travers ce travail, avoir modestement contribué à attirer l'attention de qui de droits sur la situation actuelle de cette épreuve.

Dés lors, des mesures idoines doivent être prises pour permettre à celle-ci qui déjà nous a valu de grandes satisfactions sur le plan



international, de sortir de cette impasse caractérisée par une certaine impopularité auprès du mouvement sportif.

Dans ce but, nos répondants ont fait des suggestions à l'endroit des responsables qui seraient chargés de promouvoir et de développer l'athlétisme en général et les courses de haies (400 m haies) en particulier. Il s'agit :

- 1- d'introduire dans les programmes d'EPS, des cycles de courses de haies, avis partagé pratiquement par tous les enseignants d'EPS que nous avons rencontré, ce qui d'ailleurs devrait permettre aux élèves d'être initiés à l'école pour poursuivre plus tard pour ceux qui le désirent dans les clubs ;
- 2- fabriquer des haies à partir de matériaux locaux ou de récupération, ce qui permettrait à un grand nombre de jeunes athlètes d'être initiés aux courses de haies ;
- 3- former davantage des entraîneurs spécialistes des haies à travers des stages internes non bâclés ;
- 4- doter les clubs et les écoles de matériel, de haies suffisantes pour occasionner une pratique à grande échelle des courses de haies en général et du 400 m haies en particulier ;
- 5- d'initier les enfants à bas âge, c'est à dire, à partir de l'école élémentaire, afin que les jeunes athlètes démystifient très tôt les haies grâce à une bonne familiarisation avec celle-ci ;
- 6- inscrire le 400 m haies au programme des compétitions de l'UASSU, auxquelles, depuis de nombreuses années, les courses de haies sont absentes ;
- 7- de multiplier les infrastructures sportives publiques, par la construction de bonnes pistes d'athlétisme ;
- 8- d'étendre la pratique du 400 m haies dans toutes les régions du pays quand on sait que seule Dakar dispose de haies et un peu à Thiès ;



- 9- d'inscrire régulièrement les courses de haies dans les programmes des compétitions des petites catégories, ce qui pourrait permettre aux jeunes athlètes de poursuivre, plus tard leur carrière athlétique dans les courses de haies en cadets, juniors et séniors ;
- 10- d'élaborer par la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme, une véritable politique de développement, de vulgarisation et de massification de la pratique du 400 m haies ;
- 11- de médiatiser l'épreuve à travers la presse pour prouver, comme c'est le cas de beaucoup de vedettes dont entre autres El Hadji Amadou Dia BA, que le sport est un puissant moyen de promotion social ;
- 12- de créer des écoles de Sport-Etudes où le 400 m haies, ne serait pas en reste vis à vis des autres disciplines athlétiques. Des mesures d'accompagnement assez motivants devront être prises à cet effet.



## BIBLIOGRAPHIE

### BIBLIOGRAPHIE

1. BELLOC, O.: Le 400 m haies, les enseignements du 400 m plat, Collection entraînement, INSEP, 1990
2. BLANCHET, R et D. : Le juge Arbitre, Règlements, 1998
3. DIALLO, A.B. : Les facteurs limitatifs de la pratique de masse et de la performance dans l'épreuve du lancer de javelot au Sénégal, Mémoire de Maîtrise es science et technique de l'activité physique et sportive, INSEPS, Université Cheikh Anta DIOP, Dakar, 1999
4. Fédération Sénégalaise d'Athlétisme.: Annuaire, 2000-2001
5. Fédération Internationale d'Athlétisme Amateur.: Bulletin N° 13, mars, 1990, 22 p
6. Fédération Internationale d'Athlétisme Amateur : Bulletin N° 10, juin, 1990, 22 p
7. International Amateur Athletic Fédération.: les techniques en athlétisme et l'enseignement des progressions, Devolpment Department, 1990
8. Librairie LAROUSSE.: LAROUSSE, 1989
9. Mbacké, M. : Les courses d'obstacles au Sénégal : les problèmes liés à leur développement - Cas de la région de Dakar, Mémoire de Maîtrise es science et technique de l'activité physique et sportive, INSEPS, Université Cheikh Anta Diop, Dakar, 1993
10. PARLEBAS, P. : Contribution à un lexique commenté en science de l'action motrice, INSEP, 1991
11. PYNAUD, Y. : L'Athlétisme Africain, Edition Polymédia, 2001
12. STEPHAN, H. HELAL, H. THOMAZO, A. : Le 400 m haies féminin, Collection Entraînement, INSEP, 1990
13. The Association of track and field statisticians.: The international track and field annual, athletic, 2002.



## ANNEXES



## Questions posées au Directeur Technique National de l'Athlétisme Sénégalais

- 1- Pensez-vous que le 400 m haies est une course impopulaire, vu les effectifs réduits de pratiquants ?
- 2- Quelles sont les épreuves les plus prisées par les athlètes sénégalais ?
- 3- Que faut t-il faire pour développer le 400 m haies au Sénégal ?
- 4- Que faut t-il faire pour rehausser la pratique du 400 m haies ?
- 5- Existente t-il des dispositions concrètes à votre niveau qui sont prises pour relancer les courses de haies en général et le 400 m haies en particulier ?

## Questions posées au Secrétaire Régional de l'UASSU

- 1- Selon vous, à quoi sont liés les facteurs limitatifs de la pratique de masse du 400 m haies au Sénégal ?
- 2- Pourquoi les courses de haies ne sont pas au programme des compétitions de l'UASSU ?
- 3- Est ce que les enseignants d'EPS ont suffisamment de temps pour encadrer les élèves aux activités sportives ?
- 4- Qu'est ce qui à votre niveau pourrait être fait pour dépasser cette situation qui fait que les courses de haies ne sont pas enseignées à l'école ?
- 5- Que suggérez-vous pour relancer les courses de haies à l'école ?



## UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport (INSEPS)

Ibrahima DIALLO - Maîtrise / STAPS

Tél : 556 - 04 - 79

Le questionnaire rentre dans le cadre d'un mémoire de Maîtrise és STAPS, il est destiné aux athlètes

**N.B** : Mettre une croix dans la cage de votre choix

Age : .....ans

Sexe : M  ou F

1- Etes vous pratiquant du 400 m haies ? : Oui  / Non

2- Avez-vous déjà été initié aux courses de haies ? Oui  / Non

2-1 Si Oui, sur quelle(s) distance(s) ?

56 m - haies	<input type="checkbox"/>	100 m - haies (Filles)	<input type="checkbox"/>
80 m haies	<input type="checkbox"/>	110 m - haies	<input type="checkbox"/>
200 m haies	<input type="checkbox"/>	400 m - haies (Garçons)	<input type="checkbox"/>
250 m haies	<input type="checkbox"/>		

2-2 Si Non, aimeriez-vous être initié (e) aux courses de haies ?

Oui  / Non

2-2-1 Si Oui, sur quelle distance ?

56 m - haies	<input type="checkbox"/>	100 m - haies (Filles)	<input type="checkbox"/>
80 m haies	<input type="checkbox"/>	110 m - haies	<input type="checkbox"/>
200 m haies	<input type="checkbox"/>	400 m - haies (Garçons)	<input type="checkbox"/>
250 m haies	<input type="checkbox"/>		

3- Disposez-vous des haies dans votre Club  Ecole  Lycée  Université

Oui  / Non

3-1- Si Oui, Combien en avez-vous ?.....

3-2- Est-ce suffisant ? Oui  / Non

4- Avez-vous des entraîneurs de haies dans votre Club  Ecole  Lycée

Université  Oui  / Non

4-1 Si Oui, Est-ce suffisant ? Oui  / Non





5- Si vous êtes pratiquant du 400 m haies, êtes-vous satisfait(e) de votre pratique ?

Oui  / Non

5-1 Si Non, pourquoi ?

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

6 - Connaissez-vous de célèbres coureurs sénégalais(es) du 400 m haies ?

Oui  / Non

6-1 Si Oui, citez en au moins un (1)

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

7- A votre avis, y-a-t-il suffisamment d'athlètes Sénégalais qui pratiquent le 400 m haies ?

Oui  / Non

7-1 Si Non, qu'est ce qui, à votre avis, justifierait cette insuffisance de pratiquants du 400 m haies sénégalais ?

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

8- Trouvez-vous Facile  ou Difficile  de réaliser une bonne performance au 400 m haies ?

Oui  / Non

9- Que suggérez-vous pour une pratique de masse plus importante du 400 m haies au Sénégal ?

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



## UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport (INSEPS)

Ibrahima DIALLO - Maîtrise / STAPS

Tél : 556 - 04 - 79

Le questionnaire rentre dans le cadre d'un mémoire de Maîtrise és STAPS, il est destiné au public non pratiquant de l'athlétisme

**N.B :** Mettre une croix dans la cage de votre choix

Age : .....ans

Sexe : M  ou F

Profession : .....

1- Aimez-vous les courses de haies ? : Oui  / Non

1-1 Si Oui, laquelle aimez-vous le plus ?

56 m - haies

100 m - haies

80 m haies

110 m - haies

200 m haies

400 m - haies

250 m haies

1-2 Si Non,

pourquoi ? : .....

.....  
.....

2- Avez-vous déjà assisté à une course de 400 m haies ? Oui  / Non

2-1 Si oui, comment les trouvez-vous ?

.....  
.....

3- Connaissez-vous de célèbres coureurs sénégalais (es) de 400 m haies ?

Oui  / Non

3-1 Si Oui, citez en au moins un (1)

.....  
.....

4 - Aimerez-vous être initié aux courses de haies ? Oui  / Non

4-1 Si Oui, sur quelle(s) distance(s) ?

56 m - haies

100 m - haies

80 m haies

110 m - haies

200 m haies

400 m - haies

250 m haies



## UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

Institut National Supérieur de l'Éducation Populaire et du Sport (INSEPS)

Ibrahima DIALLO - Maîtrise / STAPS

Tél : 556 - 04 - 79

Le questionnaire rentre dans le cadre d'un mémoire de Maîtrise es STAPS, il est destiné aux encadreurs techniques intervenant dans les clubs et les établissements scolaires et universitaires de Dakar

**N.B :** Mettre une croix dans la cage de votre choix

Age : .....ans

Sexe : M  ou F

Milieu d'intervention : Club

Ecole - Lycée

Université

1. Quel diplôme avez-vous ?

• Initiateur

• 1<sup>er</sup> degré

• 2<sup>ème</sup> degré

• 3<sup>ème</sup> degré

• Enseignant d'EPS

• Préciser autre(s) diplôme(s)

.....

2. Avez-vous encadré des coureurs de 400 m haies ? Oui  / Non

3. Disposez-vous de haies dans votre Club  / Ecole - Lycée  /

Université  ?

3-1 - Si oui, combien en avez-vous ? .....

3-2 - Jugez-vous suffisant leur nombre ? Oui  / Non

4. Etes-vous satisfait (e) de vos conditions de travail ? Oui  / Non





4-1 Si non, pourquoi ?

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

5. Pensez -vous que le morphotype (Taille - Poids) Sénégalais est adapté au 400 m haies ?

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

6. Selon vous, y-a t-il assez d'entraîneurs des haies au Sénégal ?

Oui  / Non

6-1 Si non, que suggérez-vous pour l'augmentation de leur nombre ?

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

7- A votre avis y-a t-il suffisamment d'athlètes sénégalais qui pratiquent le 400 m haies ?

Oui  / Non

7-1 Sin non, qu'est ce qui, à votre avis justifierait cette insuffisance de pratiquants du 400 m haies au Sénégal ?

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



8- Trouvez-vous facile ou difficile de réaliser une bonne performance au 400 m haies

Facile  / Difficile  ?

9- Que suggérez-vous pour une pratique de masse plus importante du 400 m haies au Sénégal ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....