

REPUBLIQUE DU SENEGAL  
Un Peuple - un But - une Foi  
Ministère de l'Education



UNIVERSITE CHEIKH  
ANTA DIOP DE DAKAR

INSEPS

INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR  
DE L'EDUCATION POPULAIRE  
ET DU SPORT

# MEMOIRE DE MAITRISE ES-SCIENCES ET TECHNIQUES DE L'ACTIVITE PHYSIQUE ET DU SPORT

## S.T.A.P.S

THEME :

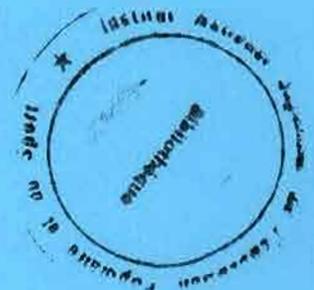
LE SPRINT SENEGALAIS DE 1992 A 2002:  
FORCES ET FAIBLESSES

Présenté et soutenu par

M. Amath SARR

Directeur : Lansana BADJI  
Professeur à l'INSEPS

Année universitaire 2002-2003



REPUBLIQUE DU SENEGAL  
Un Peuple - un But - une Foi  
Ministère de l'Education



UNIVERSITE CHEIKH  
ANTA DIOP DE DAKAR

**INSEPS**

INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR  
DE L'EDUCATION POPULAIRE  
ET DU SPORT

# MEMOIRE DE MASTRISE ES-SCIENCES ET TECHNIQUES DE

L'ACTIVITE PHYSIQUE ET DU SPORT

**S.T.A.P.S**

THEME :

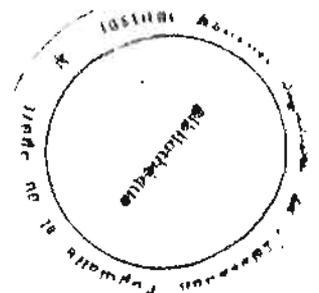
LE SPRINT SENEGALAIS DE 1992 A 2002:  
FORCES ET FAIBLESSES

Présenté et soutenu par

M. Amath SARR

Directeur : Lansana BADJI  
Professeur à l'INSEPS

Année universitaire 2002-2003



# DEDICACES

*Je dédie ce travail à:*

- *Mon regretté père Ndoup SARR qui m'a élevé, a guidé mes pas et n'a ménagé aucun effort pour me permettre d'étudier en toute quiétude*
- *Ma regrettée mère Penda YATT qui m'a toujours conseillé et m'a donné son affection*
- *Mes parents : Mbaye SARR, Moundor SARR, Mbaye LOUM, Serigne LOUM, Mame Khady NDIAYE, Mbade GNING, Fatou MBACKE*
- *Mes voisins de chambre: Ousmane BADJI, Modou DIAWet Amayi BADJI*
- *Mes amis : Ibrahima SAGNA, Papa Serigne DIENE, Ablaye WAGNE, Dame FALL, Talla NIASS, Moustapha CISS, Malang SANE, Issa NDONG, Baba DABO*
- *Tous les étudiants de l'INSEPS*
- *Toute la famille SEYE: Ndoumbé, Daba, Masséne, Modou BADIANE, Ndèye NDIR, Mass, Kara, Pape, Bira*
- *Toute la famille SAGNA: Ibrahima, Ousmane, Coumba, Seydou, Lala*
- *Tous les athlètes du Sénégal*
- *Tous mes amis, copains et copines.*

## REMERCIEMENTS

*C'est le moment pour moi 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 sans ce travail. Mes remerciements vont à l'endroit de :*

- *Allah le tout puissant, le miséricordieux,*
- *Monsieur Lansana BADJI professeur à l'INSEPS pour avoir accepté d'encadrer ce travail de recherche malgré son emploi du temps très chargé. Qu'il trouve au travers de ce travail l'expression de ma profonde gratitude,*
- *Les professeurs qui m'ont encadré en option (athlétisme): Messieurs Jean FAYE et Assane FALL,*
- *Grégoire et Anustasie, bibliothécaire à l'INSEPS,*
- *Monsieur Jean GOMIS, Directeur Administratif de la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme (FSA)*
- *Monsieur Amadou DIAW Directeur Technique de la FSA.*
- *Monsieur Mamadou NDIAYE Directeur Technique de la Confédération Africaine d'Athlétisme,*
- *Monsieur Lamine NDAO, Entraîneur au CIAD pour ses contributions*
- *La ligue de Dakar particulièrement Assane COULIBALY et Aloys NDIAYE.*
- *A Emmanuel TAVAREZ, Khassim NAME, Karamo DABO, Sada DIOP, Biba,*
- *L'ensemble des personnes qui ont bien voulu répondre à mes questionnaires d'enquête.*
- *A tous mes promotionnaires,*
- *A mon ami et frère Papa Serigne DIENE. pour la confection du document.*

*Merci du fond du cœur.*

## SOMMAIRE

INTRODUCTION.....	p.1
CHAPITRE I : REVUE DE LITTERATURE.....	p.2
I-1- Présentation de la course du sprint .....	p.3
I-1-1- Aperçu historique. ....	p.3
I-1-2- les facteurs influant sur la course du sprint .....	p.12
I-1-2-1- Les facteurs externes.....	p.12
A- Les facteurs atmosphériques.....	p.12
B- Matériel et infrastructure.....	p.12
I-1-2-2- Les facteurs internes.....	p.13
A- Les facteurs psychologiques.....	p.13
B- Les facteurs physiologiques.....	p.13
a)- L'échauffement.....	p.13
b)Les caractères héréditaires.....	p.14
c)Les qualités bioénergétiques.....	p.14
I-2- l'évolution du sprint sénégalais de 1992 à 2002.....	p.16
I-3- L'évolution des performances du sprint sénégalais de 1992 à 2002...p.19	
I-4- Palmarès du sprint sénégalais de 1992 à 2002.....	p.23
CHAPITRE II : METHODOLOGIE.....	p.32
II-1- Population.....	p.33
II-2- Cadre de l'enquête.....	p.33
II-3- Administration du questionnaire et de l'entretien.....	p.33
II-4- Collecte des données.....	p.34
II-5- Traitement des données.....	p.35
CHAPITRE : III PRESENTATION DES RESULTATS.....	p.36

*CHAPITRE : IV INTERPRETATION ET DISCUSSION*

*DES RESULTATS.....p.54*

*IV-1- Les forces du sprint sénégalais.....p.55*

*IV-2- Les faiblesses du sprint sénégalais.....p.57*

*CHAPITRE : V PERSPECTIVES ET CONCLUSION.....p. 59*

*V-1- Perspectives.....p.60*

*V-2- Conclusion.....p.62*

*BIBLIOGRAPHIE..... p.63*

*ANNEXES*

*Annexe I*

*Annexe I-a*

*Annexe I-b*

*Annexe II-a*

*Annexe II-b*

# Introduction

La course de sprint, l'une des vieilles disciplines de l'athlétisme est considérée comme un point focal lors des réunions de celui-ci.

Au Sénégal l'athlétisme a apporté beaucoup de satisfactions au peuple, particulièrement dans le domaine du sprint ( 100 m à 400 m ), des courses d'obstacles ( 100 m haies, 110 m haies, 400 m haies )et dans les sauts. Dans les courses les résultats du sprint prolongé semblent être plus satisfaisants que ceux du sprint court (100 m et 200 m plats ).

Cependant, à l'examen des résultats d'ensemble obtenus de 1992 à 2002, il semble que les courses, singulièrement les épreuves de sprint, constituent le fer de lance de l'athlétisme sénégalais.

Nous nous proposons, dans ce travail, d'étudier la part des épreuves de vitesse dans le palmarès de l'athlétisme sénégalais ces 10 dernières années au plan international, d'en déterminer l'évolution, les forces et les faiblesses.

Cette étude s'articule autour de cinq chapitres portant respectivement sur :

- la revue de littérature,
- la Méthodologie,
- la présentation et discussions des résultats,
- interprétation et discussion des résultats,
- perspectives et conclusion.

**CHAPITRE I:**  
**REVUE DE LITTERATURE**

## I-1- PRESENTATION DE LA COURSE DE SPRINT

### I-1-1 - Aperçu historique

Le mot athlétisme vient du grec athlos qui veut dire combat. Cette activité fut codifiée pour devenir un sport de compétition en Grèce Antique et en Irlande. Seuls les lancers et les sauts étaient au programme des compétitions. Les performances chronométrées n'existaient pas, la course à pieds n'étant pas prise.

L'apparition à la fin du XVII<sup>e</sup> siècle de la mesure chronométrique et métrique et la notion de record ont conduit l'athlétisme à s'imposer comme véritable discipline sportive.

En 1866, l'athlétisme moderne naquit en Angleterre. Premier sport olympique de l'ère moderne, il renferme trois familles : la course de vitesse, les lancers et les sauts.

La course à elle seule présente une mosaïque de spécialités : la course de vitesse appelée sprint (court ou prolongé ) le demi-fond, le fond, la course d'obstacles.

La course de vitesse exerce sur le public une étrange fascination, elle n'est pas sans rappeler celle qui émane de grands acteurs. Le talent à l'état pur, dépouillé de tout sacrifice, le génie du geste poussé à son paroxysme subjugué en effet les foules depuis l'Antiquité.

Seule importe d'abord, sur la longueur d'un stade, la lutte d'homme à homme, jusqu'à ce que naisse et s'épanouisse la notion de record, essentiel pour définir, par chronomètre interposé, la supériorité d'un individu sur un autre. De toutes les activités athlétiques la course de vitesse - fait de parcourir un espace donné dans le plus petit laps de temps - est, dès les origines des épreuves olympiques la plus pratiquée.

"La vitesse pure est contraire du travail" a écrit JEAN PREVOST dans la fabuleuse histoire de l'athlétisme publié par PARIENTE. Cet aphorisme qui n'est plus conforme à la réalité comtemporaine où l'entraînement et la préparation méthodique parfois scientifique jouent un rôle prépondérant, colle parfaitement à la peau des héros des temps héroïques.

La vitesse en effet est innée, comme l'a définie au début de ce siècle le journaliste Georges PRADE dans la fabuleuse histoire de l'athlétisme; il la considère comme *«l'aristocratie du mouvement»*.

Si l'on se fit à Homère et aux poètes grecs, la plus ancienne épreuve remonte en effet au XV<sup>e</sup> siècle avant J. Christ : HERCULE organise une course pour ses 4 frères, EPIDEMOS, IDOS, PENEOS et IASUIS, en créant le « stade » ( unité de mesure de l'Antiquité qui vaut environ 177,40 m ).Sept siècles après cette première, en 776 KOEREBOS enlève l'unique course des premiers jeux olympiques précisément le « stade ».

On retiendra aussi l'exploit d'un professionnel américain, petit (1,68 m ) et chauve, Georges SEWARD originaire de New HAVEN, qui effectue presque toute sa carrière en Grande Bretagne et que l'on crédite, le 30 Août 1844 à HAMMESSMITH de 9"1/4 au 100 yards (91,4 m ) soit mieux que le record du monde qui figurera au palmarès officiel un siècle plus tard. SEWARD réussi en 1847 11"sur 120 yards (109,68 m) soit 10"au 100 m et 19 "1/2 pour 220 yards, temps possibles seulement dans la mesure où ils ont été accomplis en départ «lancés»,c'est à dire avec un élan permettant au sprinter d'atteindre sa pleine vitesse dès le point de départ véritable de l'épreuve.

Le 5 mars 1864 un étudiant d'Oxford, B. S DARBYSHIRE est chronométré sur 100 yards en 10"1/2. On admet qu'il est le premier recordman probable, fait cependant contesté par certains historiens d'Outre- manche qui accordent ce titre à Charles Absalom, champion de cricket de Cambridge : le 19 mars 1868,

Absalom court un 100 yards dans des conditions que l'on dit parfaitement régulières en 10".

Avec le 200 m, nous abordons un registre différent, sans réellement changer de spécialité. Nous demeurons en effet dans le domaine de la vitesse pure, même si, pour les techniciens, les nuances sont sensibles comme l'a bien défini André Obey dans l'orgue du stade en ces termes : *«autant la différence entre le conte et la nouvelle le haut bois et la flûte, différence de style, de souffle, timbre et sonorité»*.

C'est une vérité de La Palice d'affirmer que le 200 m est le double de la distance du 100 m. En réalité il s'agit d'une vérité apparente contredite par la nature même de l'épreuve. Le 100 m se déroule avec un départ arrêté, ce qui ne permet pas à l'athlète de trouver sa pleine vitesse avant les 40 mètres où les 50 mètres, parfois les 60 mètres pour les grands gabarits.

L'histoire du 200 mètres, dont l'origine s'apparente au «stade» des Grecs et qui découle directement du découpage du mile anglais (1609,32 m) commence vers 1860.

Disputé à l'origine sur 220 yards en ligne droite, le 200 m ne fut couru sur des pistes circulaires de 400 m ou 500 m qu'aux jeux olympiques ou dans les grandes compétitions avant d'être officialisé avec virage complet sur anneau de 400m à partir de 1958. Chez les amateurs, les premières performances dûment enregistrées datent de 1866. Elles sont accomplies par les Britanniques WILLIAM COLLET (23") et EDWARD COLBECK (22"4/5) temps qui est égalé 6 ans plus tard par son compatriote JOHN REAY. C'est en 1891 que les Américains s'approprient la suprématie mondiale grâce à LUTHER CARY 21"4/5, égalé par JOHN CRUMEN en 1895 et JIM MAYBURY en 1896. Tous les temps sont accomplis en virage.

Du 200 m au 400 m il n'y a plus que du simple au double de la distance. On enregistre un changement de ton, une modification des réactions physiques et psychiques de l'homme. Le 400 m comme l'a décrit ANDRE OBEY dans l'orgue du stade *"a de la clarinette, le son tendu, et comme rauque à l'aiguë, vaste dans le grave et comme fluide"*.

Cette course est rauque n'est ce pas en ce sens qu'elle exige de l'athlète, ce souffle qui bombe sa poitrine en cuirasse, que l'athlète maîtrise et casse à coup de gorge fluide en muscle, cette foulée de jambes véloces mais farouches. Elle n'effleure pas la piste elle la mange. Ceci l'a dramatisé qu'elle est à la fois longue et brève, que l'athlète qui n'a pas une seconde à perdre, a le temps de se voir, de s'écouter de se jauger ».

Le décor ainsi campé, on peut s'interroger sur la nature réelle de cette distance inspirée du diaulique grec (double stade, soit 384 m ) et né du découpage créé par les Britanniques à partir du mile anglais.

Est-ce dès lors une épreuve de sprint pur ? Ou n'est ce pas une spécialité faisant appel au train élevé, plus proche des 800 m que des 200 m ?

Le débat a longtemps passionné les analystes. En vérité le 400 m constitue une épreuve spécifique, dans laquelle les sprinters se sont souvent cassés les pointes, alors que les spécialistes du demi-fond court s'y sont parfois bien adaptés.

La première performance de la course de 400 m a été réalisée par le capitaine BARCLAY ALLARDICE en 1799 sur un hippodrome de 440 yards (402,16m ) en 56". Thomas Burke, un américain, aura le privilège d'être sacré le premier champion des jeux olympiques de la distance. En 1866 à Athènes il courut le 400 m en 54"1/5. Au fil des temps les règlements ont subi des modifications. Longtemps couru avec un seul virage et sans couloir, le 400 m était moins une course de vitesse qu'une course d'endurance. Mais peu à peu l'unique tour de piste sera bouclé de plus en plus vite et descendra dans l'arène des courses de vitesse en gardant une spécificité d'endurance anaérobie lactique.

Epreuve symbolique de la pratique athlétique, la course de vitesse résume en quelque sorte l'esprit et les valeurs véhiculés par ce sport : Engagement total de l'athlète, simplicité de la lutte et rigueur du verdict. La brièveté même de l'action semble s'ajouter au prestige de la spécialité. Il y a quelque chose d'absolu dans cet instant d'effort total où s'expriment à leurs paroxysmes les possibilités physiques humaines les plus valorisées.

De fait, c'est bien au vainqueur des épreuves de sprint que revient la plus grande part de gloire dans toutes les compétitions d'athlétisme, et ce, quelle que soit la période à laquelle on se réfère. La permanence historique de ces courses et les modifications ponctuelles de règlement qui l'organisent, sont des preuves supplémentaires de «légitimité naturelle» au sein des spécialités athlétiques.

La plupart a des bases techniques de la spécialité ont d'ailleurs été mises au point, en particulier le départ debout, et popularisées par l'entraîneur américain MIKE MURPHY (1887 ). Certes, ce départ s'effectue encore à partir de trous creusés dans la cendrée. Le premier grand spécialiste indéniable est sans doute l'Américain CHARLEY PADDOCK, célèbre pour son fameux «bon terminal » par lequel il achève ses courses, mais surtout pour la qualité de ses records : 10"2/5 au 100 m en 1921 mais aussi 10"1/5 au 110 yards (100,58m ).

De nombreux grands sprinters apparaissent, la plupart de nationalité américaine ( EDDIE TOLAN, RALPH METCAFFE... ), jusqu'au phénoménal JESSE OWENS qui reste encore pour beaucoup le plus grand coureur de vitesse de tous les temps. De race noire, JESSE OWENS survole les jeux de Berlin (1936 ) au grand désappointement des organisateurs nazis. Il remporte le 100 m (10"3 ; le 200 m (20"7 ) mais aussi le 4X100 m et le saut en longueur.

Il avait d'ailleurs, avant de triompher aux jeux olympiques, établi un record du monde du 100m en 10"2. La période du sprint moderne commence. Les «starting-blocks» sont officialisés à partir de 1937, et la maîtrise technique, de plus en plus valorisée, s'accompagne d'une approche moins empirique de l'entraînement.

Sur ces nouvelles bases, de nombreux athlètes de classe s'épanouissent ( Harold Davis, Bobby Moorow, triple vainqueur olympique aux jeux de Melbourne en 1956 ) jusqu'à l'apparition d'un sprinter du vieux continent, l'Allemand Harry. Doté d'un départ fulgurant, ce pur spécialiste du 100 m est le premier à atteindre le mur fatidique des 10" au 100 m (Zurich, 1960 ). L'apparition des pistes synthétiques élève les performances du sprint mondial; on peut cependant noter des coureurs exceptionnels comme les américains Greene ou Hines qui portent le record du monde du 100m à 9"9 mais aussi le français Roger Bambuck qui domine le sprint européen et porte le record de France à 10".

Dans les années 1970 c'est l'Europe qui reprend la suprématie par l'intermédiaire du soviétique Valéry BORZOV, technicien hors pair qui remporte le 100 m et le 200 m aux jeux de Munich et sera, à nouveau, médaillé à Montréal quatre années plus tard. Le record était alors de 9"95 au 100 m et 19"78 au 200 m

Depuis de nouveaux progrès ont été réalisés, parfois entachés de graves irrégularités : ainsi, Ben Johnson qui pulvérise par deux fois le record du 100m, et par la suite confondu par des contrôles antidopage positifs. Aujourd'hui le record du monde du 100 m est détenu par l'Américain Tim Montgomery en 9"78.

On a longtemps noté un décalage important entre les performances masculines et les performances féminines. Souffrant d'un désintéressement évident du public, le sprint féminin ne sort vraiment de l'anonymat que dans les années 30.

Sa première héroïne sera la Polonaise Stanislava Walaciewicz, plusieurs fois championne du monde et championne olympique. Lui succède la «hollandaise volante», Fanny Blankers Koen, qui doit être considérée comme la Jesse Owens féminin. Elle triomphe aux jeux de LONDRES en 1948 au 100 m, 200 m, 80 m haies et 4X100 m et réalise 11"5 au 100 m. Il faudra attendre 1960 pour voir apparaître un nouveau «monstre sacré» en la personne de l'Américaine Wilma Rudolph qui va porter le record du 100 m à 11"2 et les 200 m en dessous de la barre des 23" (22 "9 ). Peu après, la polonaise Irina Szewinska va dominer la spécialité (22"5 au 200 m ). C'est ensuite au tour de l'Allemagne de l'Est de dominer le sprint féminin mondial même si de nombreux soupçons pèsent sur le type d'entraînement subi par les athlètes de ce pays. On doit reconnaître malheureusement que ces mêmes soupçons n'épargnent pas l'actuel recordwoman du monde du 100 et du 200 m, l'Américaine Florence Griffith qui, en courant les 100 m en 10"49 (chrono électrique ), a placé le record difficilement accessible pour des athlètes «naturelles ».

Au Sénégal l'athlétisme a été introduit par les militaires 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 58,89 m en 1924.

Taka Gangue fut sacré champion de France sur la même épreuve avec un jet de 58,41 m en 1927.

La pratique du sport se fait 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 (EPS), étaient chargés de l'enseignement du sport dans l'école coloniale et dans les missions. Il faut noter cependant 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'EPS; ceci explique le fait que les clubs les plus anciens du pays furent créés dans la région de DAKAR notamment l'Union Sportive Goréenne (USG 1933) et la Jeanne D'Arc de DAKAR (J A 1921) .

C'est donc en 1929 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) .Ceci, 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 les athlètes sénégalais furent sélectionnés au sein de l'équipe de France qui devait participer aux jeux olympiques de Paris en 1924. Parmi les athlètes africains, les Sénégalais étaient les meilleurs. 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 (2,23 m), son record a vécu 6 ans (23 sélections en équipe de France avec 12 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.

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

. Pendant la colonisation l'instituteur était initié à la pratique sportive 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'athlétisme sénégalais a produit de grands sprinters au plan national et international à l'image de Charles SECK et de Abdou SEYE ...

Actuellement le sprint court reste dominé chez les hommes, par Oumar LOUM qui détient les records nationaux du 100 m (10"17) et du 200 m (20"26). Chez les dames Aida DIOP et Aminata DIOUF dominent cette spécialité. En plus, Aida DIOP est l'actuelle recordwoman du 200 m au niveau national en 22"64 et classée 28<sup>ème</sup> sur "le top 52" au plan international.

Concernant le sprint long, l'histoire retiendra que Amadou GAKOU avait réalisé l'excellent chrono de 45"01 qui constitue jusqu'à présent le record national. Cette performance lui avait permis d'occuper la quatrième place lors de la finale des jeux olympiques de Mexico de 1968.

Vingt-huit années plus tard, le Sénégal ne manquera pas à nouveau de s'illustrer sur le tour de piste en alignant quatre spécialistes du 400 m qui vont se classer quatrième en finale du 4x400 m des jeux olympiques d'Atlanta de 1996. Un sénégalais du nom de Ibrahima WADE avait accédé en demi-finale lors des championnats du monde d'Athènes en 1997.

La plus grande fierté du sprint national est venue de Amy Mbacké THIAM qui sera sacrée Championne du monde avec une performance de 49"86 aux championnats du monde d'Edmonton 2001. Cette performance constitue l'actuel record national.

## **I-1-2 - Les facteurs influant sur la course de sprint**

Tout le monde ne peut pas gagner. Le même individu ne peut pas gagner tout le temps. A chaque vainqueur correspond au moins un perdant et perdre fait parti de la vie, ce qui est particulièrement vrai dans le domaine de la compétition en athlétisme. Tous les concurrents ne sont pas aptes à obtenir une médaille olympique ou à se classer parmi les premiers dans une épreuve d'athlétisme. La réussite de l'athlète dans une compétition dépend donc de nombreux facteurs qui peuvent être définis comme des facteurs internes ou externes.

### **I-1-2-1- Les facteurs externes**

Il est peu fréquent de voir un athlète répéter constamment la même performance d'une compétition à l'autre. Cela pourrait s'expliquer en partie par le fait que toutes les compétitions ne se déroulent pas dans les mêmes conditions atmosphériques et matérielles et que l'environnement diffère d'une compétition à l'autre, outre l'influence de l'entraînement.

#### **A - Les facteurs atmosphériques**

Les conditions atmosphériques jouent un rôle incontournable dans la compétition. Ainsi une compétition sportive peut avoir lieu dans le froid comme dans le chaud ou en altitude, ce qui peut bien affecter le comportement de l'athlète. En outre le vent (résistance de l'air) et l'humidité peuvent modifier les performances de l'athlète.

## **B - Le matériel et les infrastructures**

La révolution dans le matériel sportif et les infrastructures ont beaucoup contribué à créer l'étoffe d'un champion. En plus du développement des qualités spécifiques à l'activité, les athlètes doivent maîtriser les techniques propres à leur discipline et disposer d'un matériel et d'un équipement suffisants et de qualité.

### **I-1-2-2- Les facteurs internes**

L'affrontement dans une compétition nécessite d'incessantes réactions à un univers de stress variés et très divers dans leur nature et leur intensité. Certains n'ont qu'une valeur de stimuli sensoriels ou psychiques (Guillet R ; Genety, J 1979). En plus des facteurs internes, la performance sportive est aussi influencée par le capital psychique et bioénergétique de l'athlète.

### **A - les facteurs psychologiques**

Les facteurs psychiques jouent un rôle déterminant dans la performance sportive. Certains athlètes peuvent, lors d'une compétition importante mobiliser toutes les ressources en un effort presque surhumain. Ils peuvent montrer un étonnant pouvoir de concentration, de sublimation face à l'enjeu de la confrontation et face au public. Par contre d'autres ne le peuvent pas. Ils se laissent gagner par la tension, le stress, le trac, anéantissant ainsi leur capacité motrice au moment crucial. Il est communément admis qu'entre deux athlètes de même niveau de préparation physique, gagne la course celui qui a le plus fort mental.

## **B - les facteurs physiologiques**

### **a) l'échauffement**

Il n'est pas besoin d'être spécialiste en mécanique automobile pour savoir que lorsque l'on met en marche le moteur d'une voiture, on ne le pousse pas à fond, sans lui avoir laissé un certain temps d'échauffement.

Le corps humain, plus encore que la mécanique, a besoin de cette «mise en train» avant d'accomplir un effort quel qu'il soit.

Des auteurs pensent que les muscles sont plus efficaces après la mise en train initiale. Cette mise en train prépare l'athlète à exécuter les coordinations inhérentes à une habileté particulière. L'échauffement préviendrait aussi des accidents. Morehouse et Rash (1974) soutiennent qu'une «mise en train complète» réduit le risque de blessure et augmente la vitesse à laquelle l'athlète peut réagir.

### **b) les caractéristiques héréditaires**

Si vous arrêtez deux sédentaires dans la rue et que vous leur demandez de courir sur 100m l'un sera naturellement plus rapide que l'autre. La faculté de courir vite dépend notamment de la répartition des types de fibres musculaires et des aspects nerveux. C'est ce que l'entraîneur Gérard LACROIX (2002) soutient dans son expression : « *on naît vite mais on devient sprinter* ». La répartition des types de fibres musculaires est essentiellement héréditaire. Certains auteurs ne doutent pas du rapport qui existe entre le type d'activité sportive pratiquée et la prédominance du type de fibres adaptées. On a constaté une prédominance des fibres à contraction rapide chez les sprinters (Lacour J. R 1992). Dans les courses sur courte distance les fibres à contraction rapide seraient plus sollicitées que les fibres à contraction lente.

Cependant l'entraînement spécifique peut entraîner des modifications fonctionnelles au niveau des deux types de fibres.

### c) les qualités bioénergétiques

Selon Richard COURTAY dans son ouvrage intitulé entraînement et performance athlétique, on peut caractériser un exercice à l'aide des trois variables suivantes :

- la vitesse du déplacement ou du mouvement
- la durée du fonctionnement
- les résistances mécaniques du mouvement.

Les résistances mécaniques se traduisent par la force exercée pour les vaincre. Elles peuvent cependant varier au cours du déplacement ; par exemple, en course de vitesse, la force exercée, qui est considérable au moment du départ, diminue au fur et à mesure que la liaison «sortie de blocs-accélération» se réalise jusqu'au plateau de vitesse. On assiste ainsi à un déplacement de l'utilisation de l'énergie disponible de la force maximale vers la vitesse gestuelle. Or la force et la vitesse sont liées à la puissance par le rapport Puissance = Force + Vitesse ( $P = F + V$ ).

Pour une puissance donnée, lorsque la force exercée diminue la vitesse augmente et inversement. Force et vitesse constituent deux manifestations fonctionnelles des qualités physiques d'une même capacité énergétique.

#### ***La puissance***

Le terme de puissance désigne ici le débit énergétique maximal possible d'un sujet; c'est une capacité physique s'exprimant lors des épreuves de force et de vitesse.

La puissance qui est généralement atteinte dans la phase anaérobie alactique où l'adénosine triphosphate (ATP) et la créatine phosphate (CP) sont des substrats essentiellement dégradés, est caractérisée par une bonne qualité de vitesse gestuelle; mais elle ne peut être soutenue que pendant une certaine durée qui est la durée «critique» ; elle est de quelques secondes (7 à 10 secondes) .

Les distances à parcourir au sprint sont classiquement de 100 à 400 m, correspondant à des métabolismes différents :le sprint court fait principalement appel au métabolisme anaérobie alactique utilisant l'ATP et la phosphocréatine, alors que le sprint long a recours au métabolisme anaérobie lactique utilisant le glycogène musculaire et produisant de l'acide lactique.

### ***la capacité***

De nombreuses activités notamment les courses de vitesse (100 m et 200 m) imposent de rechercher à prolonger le maintien de la vitesse maximale bien au-delà de sept secondes ou en d'autres termes d'améliorer l'endurance à vitesse maximale.

Selon Claude Louis GALLIEN, «*La capacité représente à un moment donné la somme des aptitudes et des acquis du sujet* »(in E.P.S n° 157 mai/juin 1979).

Pour Richard COURTAY, on peut interpréter l'acquisition de cette capacité comme étant le fruit d'une utilisation plus précoce de la glycogène acquis par la pratique de la résistance intensité sur fractions courtes permettant de compenser très tôt la baisse du débit phosphogénolytique mais aussi et surtout grâce à une augmentation du taux de phosphogène disponible.

## **1-2- L'EVOLUTION DU SPRINT SENEGALAIS DE 1992 A 2002**

L'année 1992 a été une année de transition pour le sprint sénégalais. Cette date marque le déclin d'une génération de grands sprinters en l'occurrence Boubacar DIALLO, Charles Louis SECK, Mbagnick NDIAYE ...et l'émergence d'une nouvelle classe d'athlètes à savoir les frères LOUM, Aïda DIOP, Amy Mbacké THIAM, Ndéye Bineta DIA; sans oublier les jeunes talents, entre autres, Mahomed CAMARA, Babacar CISSE, Serge ANGRAND, Nicolas NDIAYE, Aminata DIOUF...C'est la période où le sprint court a atteint des niveaux jamais égalés tant au niveau des performances que des titres .

Au 100 comme au 200 m Hommes et Dames les records ont été améliorés à plusieurs reprises. Par exemple le 100 m Hommes passe de 10"19 à 10"17 et le 100 m Dames de 11"34 à 11"24. En plus, tous les relais Hommes et Dames ont été améliorés.

En 1993, aux championnats du monde de STUTTGART le jeune Oumar LOUM avait atteint les demi finales des 100 m, une grande première dans l'histoire du sprint sénégalais.

Les années 1994 et 1995 correspondent à une année charnière pour le sprint sénégalais.

Au 400 m et au relais 4x400 m Ibrahima WADE a été le leader de la génération des Hachim NDIAYE, Moustapha DIARRA, Ibou FAYE. Ces athlètes ont porté haut le flambeau du relais 4x400 m Hommes.

1996, année des championnats d'Afrique de Yaoundé est perçue comme une année faste car la participation était très bonne :

- un titre de champion sur 200 m hommes (Oumar LOUM)
- un titre de champion sur 400 m hommes (Ibrahima WADE)
- un titre de vice-champion d'Afrique sur 4x400m messieurs.
- une troisième place qui équivaut à une médaille de bronze au 4x100 m dames.

Aux jeux olympiques d'Atlanta 1996 l'équipe de relais 4x400 m messieurs a été quatrième avec un nouveau record national en 3'00"64. Il faut donc noter que la traversée du désert a été un peu atténuée par les performances de Oumar LOUM et à un degré moindre par celles de Ndeye Bineta DIA au cours de cette dernière décennie. Ces deux jeunes athlètes vivant à l'époque en Europe (France) ont ainsi donné une bouffée d'oxygène au secteur durant la période de disette.

Cinq ans après avoir effacé des tablettes le record du 100m avec un chrono de 11"40, Ndeye B DIA a laissé la place à Aminata DIOUF qui est incontestablement la reine du sprint féminin sénégalais avec des records de 11"25(100 m) 22"90(200 m). La jeune sociétaire de l'AS DOUANES dont le talent et la grâce rappellent ceux de la gazelle américaine RUDOLPH est promue à un bel avenir. Elle a même fait une entrée spectaculaire dans "le top 50 mondial" de 1998 en s'octroyant la vingt-huitième place et décroche par la même occasion une bourse qui lui permet, depuis cette année, de poursuivre sa carrière à Monaco sous la direction de l'entraîneur italien Elio LOCCATELLI. D'autres sprinteuses comme Aïda DIOP (11"54 au 100 m et 23"24 au 200 m) et Seynabou NDIAYE (11"92 au 100 m) ont également participé au réveil du sprint.

Elles ont pris part de façon honorable aux championnats d'Afrique de DAKAR de 1998 en établissant au passage un nouveau record national du 4x100 m en 44"59. On constate également un frémissement chez les hommes même si Oumar LOUM est le seul sprinter sénégalais à figurer dans le bilan mondial de 1998 à la trente huitième place.

Les nouveaux venus sont les Mohamed CAMARA 10"50, Serge ANGRANG 21"26, Nicolas NDIAYE 10"63 Babacar CISSE 10"44 et 21"30 et Issa KEBE 10"3. Ces résultats prometteurs sont les premiers fruits de l'environnement exceptionnel dans lequel baigne actuellement l'athlétisme sénégalais depuis l'ouverture en 1997 du Centre International d'Athlétisme de Dakar (CIAD). Le CIAD accueille les plus grands espoirs du continent et bénéficie d'un centre permanent d'entraînement avec des structures fonctionnelles et surtout des encadreurs techniques de qualité comme le français Hervé STEPHAN, le russe Victor KOUZINE et le camerounais Emmanuel BITANGA, Notre pays en a tiré un grand profit car en même temps les pensionnaires du centre, un groupe de jeunes athlètes sénégalais (groupe de performance) s'entraîne dans les mêmes conditions.

Selon le responsable du sprint national Lamine NDAO l'arrivée du docteur STEPHAN a été un déclic. Les techniciens travaillaient toujours en vase clos avec leurs athlètes. Mais depuis l'ouverture du CIAD les meilleurs sprinters ont pris conscience de leurs possibilités et ne rechignent pas à la tâche.

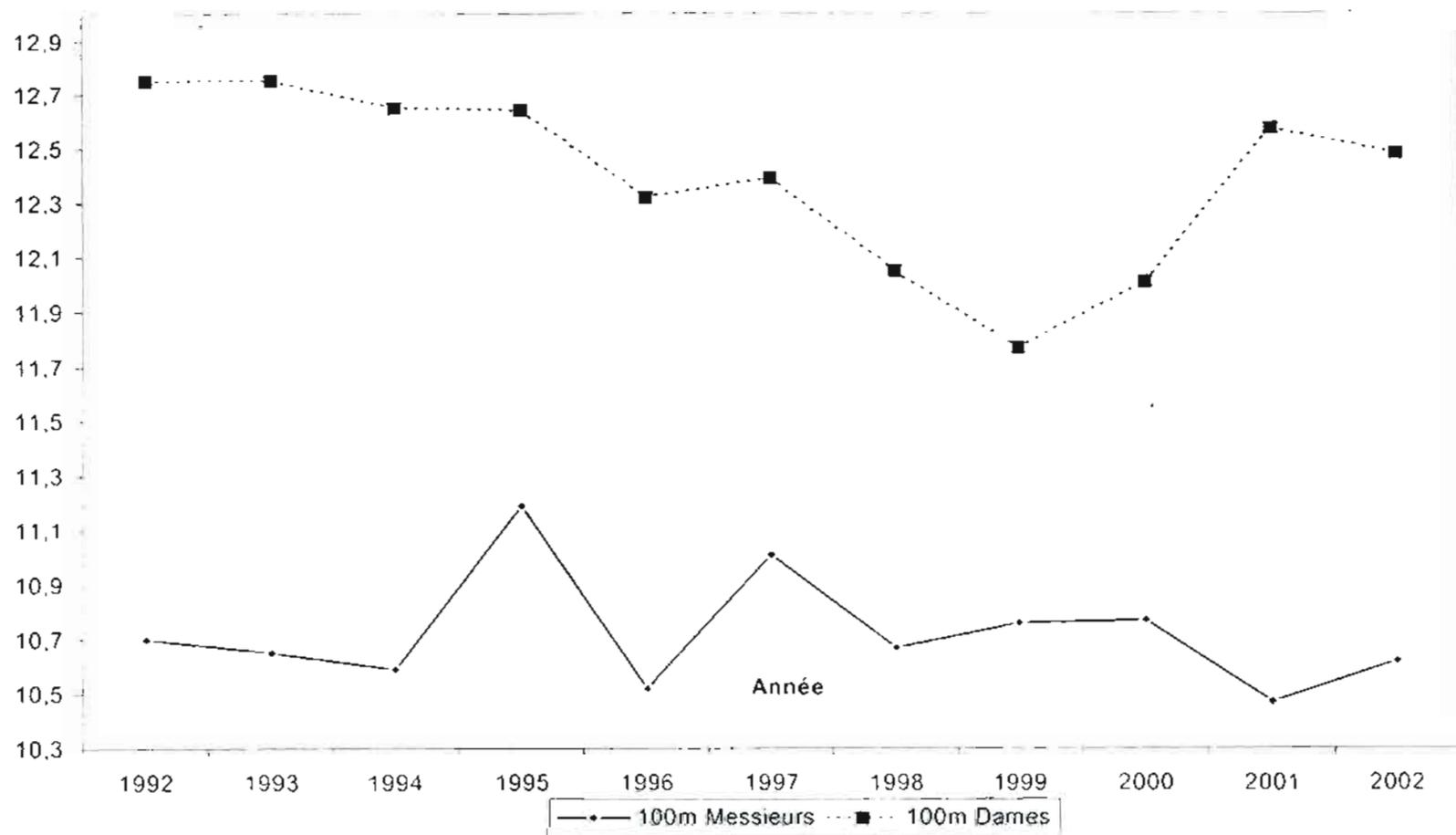
Les années 1999 et 2000 peuvent être considérées comme une période de stabilisation pour le sprint national, avec la même génération de sprinters. Il est vrai que la prestation de nos athlètes aux jeux olympiques de Sydney en 2000 n'a pas été des meilleures. Mais la merveille est venue en 2001 avec Amy Mbacké THIAM championne du monde à Edmonton. Le sprint sénégalais, à l'heure actuelle, renferme de jeunes talents qui permettent de prédire un bel avenir. La montée en puissance de Fatou Bintou FALL est très prometteuse car cette jeune fille dispose des qualités physiques impressionnantes. En somme, le sprint sénégalais dans son ensemble ne manque pas de talents, le seul véritable tendon d'Achille qui se pose est en effet la non prise en charge de tous les jeunes mais nous ne manquons pas d'espoir avec l'ouverture du CIAD.

### **I-3- L'EVOLUTION DES PERFORMANCES DU SPRINT SENEGALAIS DE 1992 A 2002**

Pour étudier l'évolution des performances du sprint national nous avons pris l'ensemble des finalistes des championnats nationaux de 1992 à 2002, puis nous avons fait la moyenne pour chaque épreuve notamment le 100m, le 200m et le 400m. Ceci nous a permis de construire un nuage de points afin de tracer les courbes d'évolution.

Evolution du 100m de 1992 à 2002

Temps en secondes

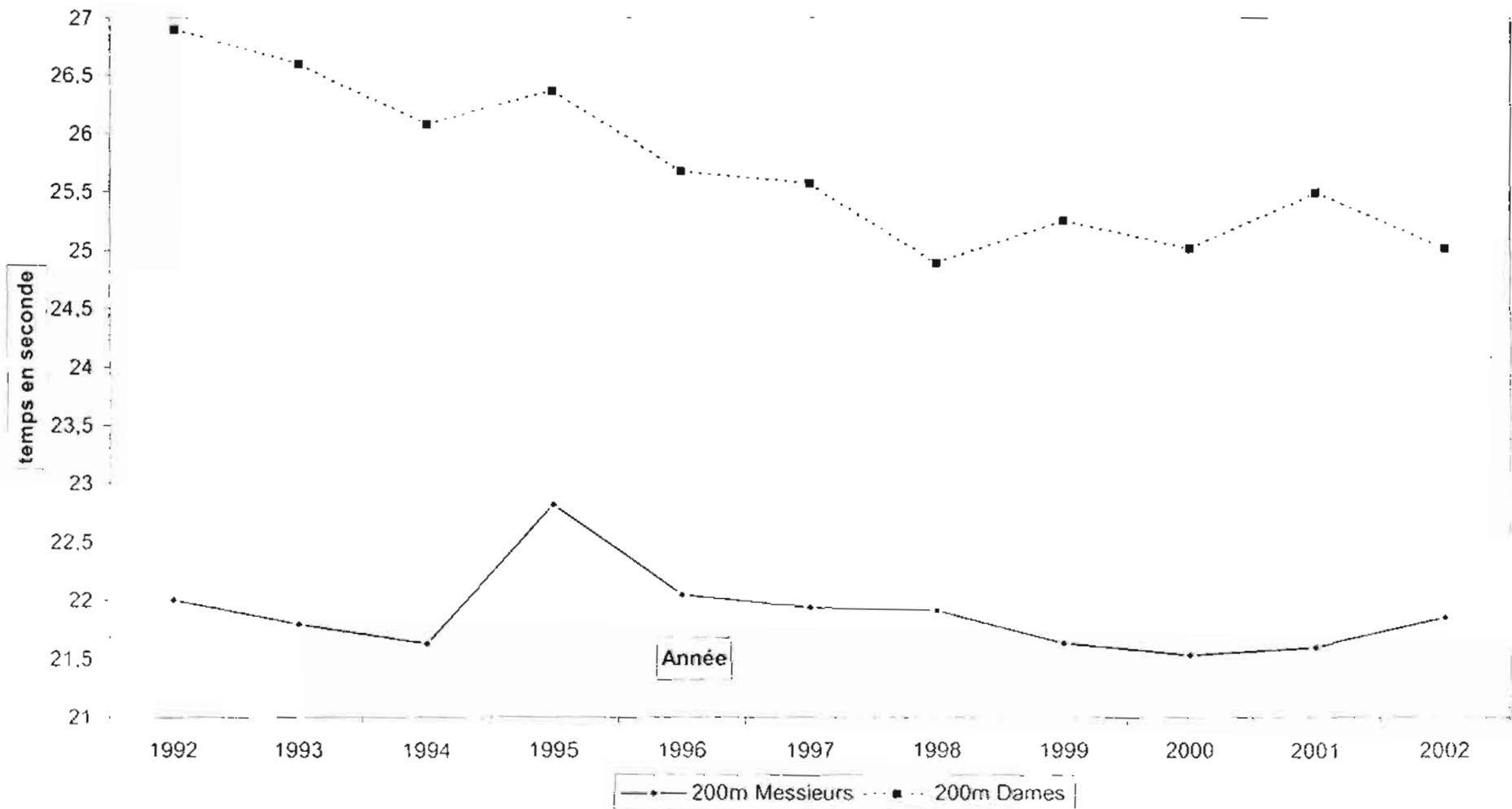


**Commentaire :**

100m Dames : Amélioration de la performance moyenne de 1992 à 1999 passant de 12"7 à 11"9; puis forte régression pour les saisons 1999, 2000, 2001 et 2002 .

100m Hommes : Deux saisons fastes pour le sprint sénégalais (1992/1993-1993/1994) avec à la clef le record national qui passe de 10"19 à 10"17, suivie après d'une période en dents de scie avec un point culminant négatif pour la saison 1994-1995.

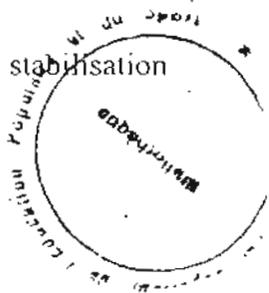
### Evolution du 200m de 1992 à 2002



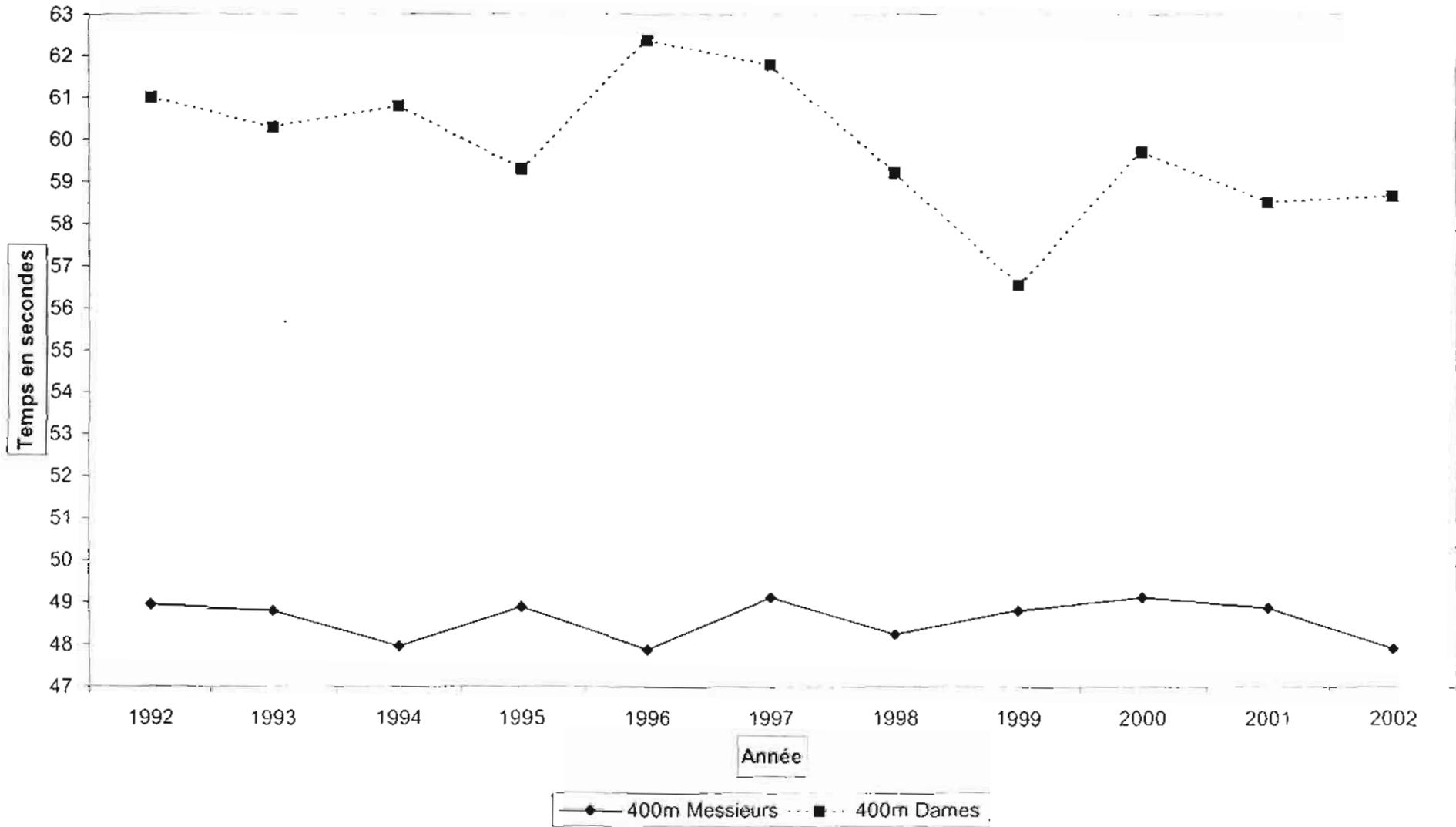
#### Commentaire :

200m Dames : Comme pour le 100m Dames, nous notons une amélioration constante des performances de 1992 à 1998, puis une stabilisation pour les trois saisons suivantes.

200m Hommes : Même phénomène observé au 100m; une stabilisation des performances de 1996 à 2000.



Evolution du 400m de 1992 à 2002



### Commentaire

400m Dames: Amélioration de 1992 à 1999 à l'exception de la saison 1995-1996 et 1999-2000.

400m Hommes: Amélioration de 1992 à 1994; puis maintien des performances avec une tendance à la régression jusqu'en 2000.

#### I-4- PALMARES DE L'ATHLETISME SENEGALAIS DE 1992 A 2002

Il est remarquable de noter que le Sénégal a répondu présent à tous les grands rendez-vous d'athlétisme au plan continental et mondial de 1992 à nos jours. Le palmarès que nous présentons en dessous montre la part prépondérante prise par les courses notamment le sprint dans les résultats obtenus. Ce palmarès a été publié dans les Editions polymédias par Yves Pynaud.

NB: H= Hommes, D= Dames et h= haies

*Jeux olympiques de Barcelone ( 1992 ).*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/H	Charles Seck	10"57	1 <sup>er</sup> (série)
	100m/D	Ndéye Bineta Dia	11"83	5 <sup>eme</sup> (série)
	200m/H	Ibrahima Tamba	21"25	3 <sup>eme</sup> (série)
	400m/D	Aïssatou Tandian	52"29	4 <sup>eme</sup> (série)
	4x100m/H	Equipe nationale	40"13	5 <sup>eme</sup> (série)

#### **Commentaire:**

Dans cette compétition, les athlètes sénégalais ont été présents dans les courses plus précisément au sprint. Ils se sont limités au premier et au deuxième tour.

*Championnats du monde de Stuttgart (1993)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/H	Oumar Loum	10"33	1/2finaliste
	100m/D	Ndéye Bineta Dia	11"60	2 <sup>eme</sup> tour
	200m/H	Oumar Loum	21"12	1 <sup>er</sup> tour
	400m/D	Aïssatou Tandian	52"59	1/2finaliste

#### **Commentaire:**

Là également, le Sénégal n'a été présent que dans le sprint. Deux (2) athlètes ont réalisé une performance remarquable en accédant aux demi-finales. Il s'agit de Oumar Loum (10"33 au 100m) et Aïssatou Tandian (52"59 au 400m).

### *Jeux de la francophonie (France 1994)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/D	Ndèye B Dia	11"48	Finaliste
	100m/H	Oumar Loum	10"37	Finaliste
	4x100m/H	Equipe nationale	40"25	Finaliste
	4x400m/H	Equipe nationale	3'05"73	1 <sup>ère</sup>

#### **Commentaire:**

Dans ces jeux nos athlètes sont arrivés jusqu'en finale avec un titre au 4x400m Hommes. Mais ils n'ont toujours pas été présents dans les épreuves de saut et de lancers.

### *Championnats du monde Göteborg (1995)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	400m/H	Hachim Ndiaye	46"31	2 <sup>ème</sup> tour
	4x400m/H	Equipe nationale	3'05"15	1/2finale

#### **Commentaire:**

La moisson n'a pas été fameuse pour nos athlètes avec une place de demi-finaliste au relais 4x400m Hommes.

1996: Année des championnats d'Afrique de Yaoundé et des Jeux Olympiques d'Atlanta

**Championnats d'Afrique Yaoundé (1996)**

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	200m/H	Oumar loum	20"7	1 <sup>er</sup>
	400m/H	Ibrahima Wade	45"75	1 <sup>er</sup>
	4x100m/H	Equipe Nationale	39"9	2 <sup>eme</sup>
	4x400m/H	Equipe Nationale	3"03"44	1 <sup>er</sup>

**Commentaire:**

Dans cette rencontre africaine, nos athlètes ont remporté trois (3) titres de champion d'Afrique notamment au 200m, 400m, 4x400m masculin et une deuxième place au 4x100m Hommes. Ils n'ont été présents que dans les courses.

**Jeux olympiques d'Atlanta (1996)**

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	200m/H	Oumar Loum	20"69	3 <sup>eme</sup> (série)
	4x400m/H	Equipe Nationale	3'00"64*	4 <sup>eme</sup> (finale)

*\*nouveau record national*

**Commentaire:**

Le sprint était en l'honneur avec un nouveau record national au 4x400m Hommes (3'00"64). Mais il n'y a toujours pas de participation sénégalaise dans les concours de saut et de lancer.

1997: Année des jeux de la francophonie d'Antananarivo, des championnats d'Afrique de l'Ouest du Bénin des championnats du monde d'Athènes.

*Jeux de la francophonie d'Antananarivo (1997)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	200m/D	Aida Diop	23"78	3 <sup>eme</sup>
	400m/H	Ibrahima Wade	45"74	1 <sup>er</sup>
		Hachim Ndiaye	46"6	2 <sup>eme</sup>
	400m/D	Ami Mbacké Thiam	53"25	4 <sup>eme</sup>
	800m/H	Assane Diallo	1'48"26	3 <sup>eme</sup>
	110mh/H	Abdoulaye Sène	14"05	5 <sup>eme</sup>
	400mh/H	Ibou Faye	51"17	8 <sup>eme</sup>
	4x400m/D	Equipe nationale	3'02"00	1 <sup>er</sup>
	100mh/H	Mama Tacko Diouf	13"68	3 <sup>eme</sup>
	400mh/D	Mame Tacko Diouf	57"33	3 <sup>eme</sup>
		Gnima Touré	58"04	4 <sup>eme</sup>
4x400m/D	Equipe Nationale	3'53"98	6 <sup>eme</sup>	
Sauts	Long/H	Cheikh Tidiane Touré	8m19	1 <sup>eme</sup>
Lancers	Javelot/H	Bouna Diop	75m82	1 <sup>er</sup>

**Commentaire:**

Ce fut vraiment une très belle moisson pour l'athlétisme sénégalais avec au total neuf (9) médailles. C'est aussi la compétition où nous étions représentés à la fois dans les courses, les sauts, et les lancers; et avec un titre de champion de la francophonie à la longueur et au javelot. Notre grand regret aujourd'hui est le départ d'athlètes de renommée tels que Ibrahima Wade, Cheikh T Touré et Bouna Diop.

**Championnats d'Afrique de l'ouest du Bénin (1997)**

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	200m/H	Nicolas Ndiaye	21"0	2 <sup>eme</sup>
		Serge Angrand	21"4	3 <sup>eme</sup>
	400m/H	Papa Serigne Diéne	47"3	3 <sup>eme</sup>
	800m/H	Assane Diallo	1'48"00	1 <sup>er</sup>
	200m/D	Aminata Diouf	23"6	1 <sup>er</sup>
	400m/D	Amy Mbacké Thiam	52"8	2 <sup>eme</sup>
	110mh	Abdoulaye Séne	13"7	1 <sup>er</sup>
	400mh/H	Ibrahima B.M.Diouf	51"3	2 <sup>eme</sup>
Sauts	Triple saut/D	Kéne Ndoye	13m03	2 <sup>eme</sup>

**Commentaire:**

C'est en fait une continuation des belles performances accomplies aux jeux de la francophonie d'Antananarivo. Lors de ces championnats, nos athlètes avaient remporté neuf (9) médailles et ont été présents dans les courses et les sauts.

**Championnats du monde d'Athènes (1997)**

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/D	Aida Diop	11"61	1 <sup>er</sup> tour
	200m/H	Oumar Loum	20"95	2 <sup>eme</sup> tour
	200m/D	Aida Diop	23"71	1 <sup>er</sup> tour
	400m/H	Hachim Ndiaye	45"44	2 <sup>eme</sup> tour
Sauts	Long/H	Cheikh Tidiane Touré	7m98	7 <sup>eme</sup> (finale)
Lancers	Javelot/H	Bouna Diop	69m66	1 <sup>er</sup> tour

**Commentaire:**

Nos athlètes ont été présents dans les courses, les lancers, et les sauts. A l'exception de Cheikh T. Touré finaliste à la longueur(7,97m), tous les autres athlètes n'ont pas dépassé le deuxième tour.

### *Championnats d'Afrique de Dakar (1998)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/D	Seynabou Ndiaye	11"94	1/2 finale
	200m/H	Oumar Loum	20"59	2 <sup>eme</sup>
	200m/D	Aminata Diouf	23"12	2 <sup>eme</sup> tour
	400m/H	Ibrahima Wade	45"05	3 <sup>eme</sup>
	400m/D	Ami Mbacké Thiam	52"39	Finaliste
	4x100m/D	Equipe Nationale	44"59	Finaliste
	4x100m/H	Equipe Nationale	39"80	1/2 finale
	4x400m/D	Equipe Nationale	3'31"42	2 <sup>eme</sup>
	4x400m/H	Equipe Nationale	3'04"20	1 <sup>er</sup>
	400mh/H	Ibou Faye	49"59	3 <sup>eme</sup>
400mh/D	Tacko Diouf	55"06	2 <sup>eme</sup>	
Sauts	Triple saut /D	Kéne Ndoye	13m30	3 <sup>eme</sup>
Lancers	Javelot/H	Bouna Diop	72m66	3 <sup>eme</sup>

#### **Commentaire:**

Dans ces championnats organisés au stade Leopold S Senghor, nos athlètes se sont une fois de plus illustrés au niveau africain en enlevant huit (8) médailles: 6 dans les courses, 1 au triple saut et 1 au lancer de javelot.

### *Championnats du monde de Séville (1999)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/D	Aminata Diouf	11"65	1 <sup>er</sup> tour
	200m/D	Aida Diop	23"38	1 <sup>er</sup> tour
	400m/H	Ibrahima Wade	45"53	1/2 finale
	400m/D	Amy mbacké Thiam	50"77	1/2 finale
	4x400m/H	Equipe Nationale	3'03"80	Finaliste
	4x400m/D	Equipe Nationale	3'30"99	1/2 finale

#### **Commentaire:**

Tout comme en 1993, 1995 et l'exception notable de Cheikh Touré en 1997, les athlètes sénégalais ne sont présents que dans les courses. Il faut cependant remarquer qu'ils accèdent difficilement aux finales lors de ces rencontres mondiales. La preuve est qu'à Séville nous n'avons été en finale qu'au relais 4x400 m hommes.

2000: Année des championnats d'Afrique d'Alger et des Jeux Olympiques de Sydney

*Championnats d'Afrique d'Alger (2000)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/D	Aida Diop	11"46	2 <sup>eme</sup>
	200m/D	Aida Diop	23"01	2 <sup>eme</sup>
	400m/H	Ousmane Niang	46"84	Finaliste
	400m/D	Sophie Domenech	55"32	Finaliste
	4x100m/D	Equipe Nationale	44"62	2 <sup>eme</sup>
	4x400m/H	Equipe Nationale	3'06"53	3 <sup>eme</sup>

**Commentaire:**

Nos athlètes n'ont encore été présents que dans les courses notamment au sprint avec deux finalistes et trois (3) titres de vice- champion.

*Jeux olympiques de Sydney (2000)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/D	Aminata Diouf	11"65	Finaliste
	200m/H	Oumar Loum	20"60	2 <sup>eme</sup> tour
	200m/D	Aida Diop	23"46	Finaliste
	4x400m/H	Equipe Nationale	3'02"94	1/2finaliste
	4x400m/D	Equipe Nationale	3'28"02	2 <sup>eme</sup> Serie
Sauts	Triple saut/D	Kéne Ndoye	13m60	1/2finaliste

**Commentaire:**

A Sydney nous avons eu deux (2) finalistes: au 100m et au 200m Dames et deux (2) demi-finalistes dont une au triple saut Dames. Il faut noter ici les remarquables performances de nos athlètes féminines.

2001: Année des championnats du monde d'Edmonton et des jeux de la francophonie d'Ottawa

*Championnats du monde d'Edmonton (2001)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/H	Oumar Loum	10"42	1/2 finale
	200m/H	Oumar Loum	20"43	1/4 finale
	200m/D	Aida Diop	22"94	1/2 finale
	400mh/H	Ibou Faye	50"26	1 <sup>er</sup> tour
	400m/D	Amy Mbacké Thiam	49"86	1 <sup>ere</sup> (finale)
	4x400m/D	Equipe Nationale	3'30"03	1 <sup>ere</sup> tour

**Commentaire:**

Deux athlètes ont accédé aux demi-finales: Oumar Loum et Aida Diop, respectivement au 100 et 200 m. Mais la plus grande satisfaction de l'athlétisme sénégalais lors de ces championnats, vient de l'athlète Amy Mbacké Thiam, avec le titre de championne au 400m avec à la clef un nouveau record national (49"86).

*Jeux de la francophonie d'Ottawa (2001)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/H	Oumar Loum	10"37	5 <sup>eme</sup>
	200m/H	Oumar Loum	20"59	2 <sup>eme</sup>
	200m/D	Aida Diop	23"20	3 <sup>eme</sup>
	400m/D	Amy Mbacké Thiam	50"92	1 <sup>eme</sup>
	100mh/D	Mame Tacko Diouf	14"70	8 <sup>eme</sup>
	400mh/D	Mame Tacko Diouf	56"95	5 <sup>eme</sup>
Sauts	Perche/H	Karim Séné	4m95	7 <sup>eme</sup>

**Commentaire:**

A Ottawa, nos athlètes avaient rempoté trois (3)médailles dans les courses de vitesse dont une en or, une en argent et une autre en bronze.

Remarquons la première participation depuis bien longtemps d'un perchiste sénégalais du nom de Karim Séné (4,95m à la finale).

*Championnats d'Afrique de Tunis (2002)*

Discipline	Epreuve	Athlète	Performance	Classement
Courses	100m/H	Malang Sané	10"44	6 <sup>eme</sup>
	100m/D	Aminata Diouf	11"37	1/2finaliste
	200m/H	Oumar Loum	20"37	3 <sup>eme</sup>
	200m/D	Aida Diop	23"29	2 <sup>eme</sup>
	400m/H	Seydina Doucouré	47"38	1/2finaliste
	400m/D	Ami Mbacké Thiam	54"02	1/2finaliste
	4x100m/H	Equipe Nationale	40"08	2 <sup>eme</sup>
	4x100m/D	Equipe Natinale	-	Disqualifiée
	4x400m/H	Equipe Nationale	3'14"40	3 <sup>eme</sup>
	100mh/D	Kéne Ndoye	14"30	3 <sup>eme</sup>
Sauts	Long/H	Ndiss Kaba Badji	7,45m	6 <sup>eme</sup>
	Triple saut/H	Abdou Demba Lam	16,34m	3 <sup>eme</sup>
	Perche/H	Karim Sène	5,20m	1 <sup>er</sup> finale

**Commentaires:**

Le Sénégal n'a remporté qu'un titre de champion(perche); mais il faut noter le comportement d'ensemble de nos athlètes avec deux secondes places ,quatre troisièmes places et trois demi-finalistes. Nous constatons avec plaisir le retour du triple saut masculin avec Abdou D. Lam, étudiant en STAPS à l'INSEPS de Dakar.

Au regard du palmarès de l'athlétisme sénégalais de 1992 à 2002, nous voyons que le sprint était toujours présent là où les autres épreuves notamment les lancers et les sauts, étaient absentes à l'exception notable des jeux de la francophonie de 1997 à Antananarivo avec la première place obtenue au saut en longueur et au javelot masculin.

Notre grand regret est sans doute le départ d'un certain nombre d'athlètes qui nous ont valu des titres en l'occurrence Ibrahima Wade, Cheikh Touré et Bouna Diop.

# ***CHAPITRE II: METHODOLOGIE***

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 questionnaires et des entretiens. Un questionnaire était adressé aux athlètes et l'autre aux entraîneurs, tandis que pour l'entretien nous avons eu à rencontrer les dirigeants de l'athlétisme sénégalais.

### **II-1-POPULATION**

La population de notre enquête est composée de:

- 35 athlètes licenciés dans les clubs d'athlétisme de DAKAR
- 20 entraîneurs intervenant au niveau des clubs de Dakar.
- 3 dirigeants de l'athlétisme sénégalais.

### **II-2- CADRE DE L'ENQUETE**

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 Sedar SENGHOR
- stade Iba Mar DIOP
- Université Cheikh Anta DIOP
- Ligue d'athlétisme de Dakar
- Confédération Africaine d'Athlétisme (CAA)
- Fédération Sénégalaise d'Athlétisme.

### **II-3-ADMINISTRATION DU QUESTIONNAIRE ET DE L'ENTRETIEN**

Nous avons demandé à nos répondants de répondre par oui ou par non pour les questions fermées. Pour celles ouvertes certains ont développé leurs arguments en multipliant leurs suggestions et d'autres raisons, pour d'autres nous sommes allés les trouver au niveau de leur club, école et autres lieux d'entraînement ou 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 certains documents. Pour l'entretien nous sommes allés voir les dirigeants ciblés pour leur poser nos questions.

### **II-4-LA COLLECTE DES DONNEES**

Notre instrument de collecte des données a été le questionnaire. Nous avons élaboré un questionnaire semi-fermé. Deux types de questionnaires ont été distribués : un pour les athlètes et un autre pour les entraîneurs.

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

Trente-cinq (35) athlètes en ont fait autant de leur côté.

Vingt (20) entraîneurs ont répondu 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 des questionnaires, de même pour le recueil des informations. Certains questionnaires ont été perdus à tous les niveaux où nous les avons distribués réduisant ainsi le nombre de réponses recueillies.

Cependant, dans l'ensemble, les différentes populations ont en grande majorité collaboré.

Nous avons été à la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme (FSA) où nous avons rencontré le Directeur Administratif et le Directeur Technique National pour les informations relatives aux compétitions internationales de 1992 à 2002

## II-5-TRAITEMENT DES DONNEES

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

Pour les questions fermées la tâche a été plutôt facile.

Pour celles ouvertes nous avons procédé à des regroupements de réponses identiques et nous avons dressé des réponses finales, puis calculé la fréquence de ces réponses. Nous avons ensuite établi des tableaux pour chaque population.

# **CHAPITRE III: PRESENTATION DES RESULTATS**

**TABLEAU N°1 :**

Répartition des athlètes selon leur âge ,leur poids et leur taille.

<b>AGE</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
[22-24]	10	28,5
[25-27]	13	37
[28-30]	7	20
[31-32]	5	14,5

<b>POIDS</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
]60-65[	4	11,5
]65-70[	15	42,7
]70-75[	16	45,8
<b>TOTAL</b>	<b>N=35</b>	<b>100</b>

TAILLE (en cm)	N	%
]166-175[	10	28,5
]175-185[	18	51,5
]185-190[	7	20
<b>TOTAL</b>	<b>N=35</b>	<b>100</b>

**Commentaire:**

La majorité des athlètes sont des jeunes; 65,5 % sont âgés de 22 à 27 , 51,5% ont une taille qui se situe entre 1m75 et 1m 85.

## TABLEAU N° 2

Réponse des athlètes à la question suivante:

Quelle est votre profession?

PROFESSION	N	%
Elève/étudiant	10	28,5
Militaire	4	11,5
Sans profession	16	45,7
Artisans	5	14,3
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

### Commentaire :

La plupart de nos sujets n'exercent pas une fonction salariale (74,2%). Ils n'ont pas de moyens financiers propres.

### TABLEAU N° 3

Réponse des athlètes a la question suivante :

Depuis combien d'années pratiquez-vous le sprint ?

ANNEE PRATIQUE	DE N	%
0-5 ans	5	14,3
5-10 ans	25	71,4
10-15 ans	5	14,3
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

#### Commentaire:

30 de nos athlètes ont plus de 5 ans de pratique du sprint (85,7 %). Ce ne sont donc pas des débutants.

## TABLEAU N° 4

Réponse des athlètes aux questions suivantes :

4-1-Vos parents ou/et amis vous aident-ils dans votre discipline

AIDE	N	%
Oui	25	42,8
Non	10	28,6
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

### Commentaire:

La plupart des athlètes reçoivent une aide de leurs parents (71,4%)

#### 4-2- Si oui la nature de l'aide

<b>NATURE</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Morale	15	42,8
Financière	10	28,6
Pas prononcés	10	28,6
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>71,4</b>

#### Commentaire

Les athlètes reçoivent des soutiens moraux et financiers de leurs parents.

## TABLEAU N° 5

Réponse des athlètes à la question suivante:

Qu'est ce qui vous motive le plus à pratiquer le sprint?

MOTIVATION	N	%
L'amour de la vitesse	6	17,2
Défendre les couleurs du Sénégal	25	71,4
Amour des sensations	4	11,4
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

### Commentaire:

Plus d'athlètes ont le souci de défendre les couleurs du pays (71,4%),mais d'autres sont motivés parce qu'ils aiment la vitesse et les sensations.

## TABLEAU N° 6

Réponse des athlètes à la question suivante:

Votre club vous aide -t- il a bien mener votre pratique

REPONSE	N	%
Oui	15	42,8
Non	20	57,2
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

### Commentaire:

La plupart des athlètes ne reçoivent pas d'aide de la part de leur club (57,2%).

## TABLEAU N° 7

Réponse des athlètes à la question suivante:

Dans le sprint que vous avez choisi quelles sont les difficultés que vous rencontrez?

<b>DIFFICULTES RENCONTREES</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Blessures fréquentes	7	20
Absence de moyens	10	28,6
Manque de compétitions de haut niveau	5	14,3
Difficultés d'allier sport et études	6	17,1
Coordination	5	14,3
Absence de plan de carrière	2	5,7
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

### Commentaire

28,6% des athlètes se trouvent confrontés à un manque de moyens. D'autres évoquent des blessures fréquentes, des problèmes liés à leurs occupations notamment aux études(17,1%).

**TABLEAU N° 8**

Réponse des entraîneurs a la question suivante:

Depuis combien d'années exercez-vous le métier d'entraîneur ?

<b>REPOSES</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
0-10 ans	4	20
10-15 ans	10	50
15-20 ans	3	26,5
20-25 ans	3	26,5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

### Commentaire

La moitié des entraîneurs que nous avons rencontré, ont passé presque une décennie dans le métier (50%) tandis que 30% ont atteint 15 ans de métier.

**TABLEAU N° 9:**

Réponse des entraîneurs à la question suivante:

Avec quel diplôme exercez vous le métier d'entraîneur?

DIPLOME	N	%
1 <sup>er</sup> degré	10	50
2 <sup>eme</sup> degré	8	40
3 <sup>eme</sup> degré	2	10
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

**Commentaire**

50% des entraîneurs n'ont que le premier degré et seuls 10% ont le 3eme degré.

**TABLEAU N° 10**

Réponse des entraîneurs à la question suivante:  
Dans quel domaine êtes-vous spécialisé?

<b>DOMAINE DE SPECIALISATION</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Course	15	75
Sauts	4	20
Lancers	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Commentaire:

La plupart des entraîneurs qui ont répondu à notre enquête sont spécialisés dans le domaine des courses (75%).

## TABLEAU N° 11

Réponse des entraîneurs à la question suivante?

Quelle partie du sprint jugez vous plus satisfaisante?

REPOSES	N	%
Sprint court	7	35
Sprint long	13	65
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Commentaire:

65 % des entraîneurs ont jugé que le sprint long est plus satisfaisant.

## TABLEAU N° 12

Réponse des entraîneurs à la question suivante:

Etes-vous rémunéré?

REponses	N	%
Oui	6	30
Non	14	70
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

### Commentaire:

Beaucoup d'entraîneurs exercent leur métier bénévolement (70 % des cas) tandis que seulement 30% des entraîneurs sont rémunérés.

**TABLEAU N°13**

Réponse des entraîneurs à la question suivante:

D'après vous quelles sont les forces du sprint sénégalais?

REPONSES	N	%
Existence de beaucoup de talents	7	35
Le sprint long	5	25
Facteurs anthropométriques	5	25
Techniciens de bon niveau	3	15
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Commentaire:

Un certain nombre d'encadreurs citent le sprint long parmi les forces du sprint sénégalais(25%) .35% des entraîneurs ont noté l'existence de nombreux talents

## TABLEAU N° 14

Réponse des entraîneurs à la question suivante:

D'après vous quelles sont les faiblesses du sprint sénégalais ?

REPONSES	N	%
Manque de pratique	3	15
Non prise en charge des jeunes	5	25
L'absence d'équipes de relais	7	35
Manque d'entraîneurs qualifiés	4	20
Manque de moyens et d'ambition de la nouvelle génération	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

### Commentaire

Les entraîneurs ont signalé en grande partie l'absence d'équipes de relais performantes au 4x100m hommes et dames(35%), tandis que d'autres ont prêté leur attention à la non prise en charge des jeunes (25%).

**TABLEAU N° 15**

Réponse des entraîneurs à la question suivante :

Selon vous que faudrait-il faire pour rendre cette épreuve plus performante?

REPONSES	N	%
Encourager les pratiques dans les milieux scolaires	4	20
Mettre des moyens à la disposition des entraîneurs et des athlètes	3	15
Insister sur les équipes de relais	7	35
Mettre en place une politique de détection	3	15
Former des entraîneurs de niveau supérieur (option sprint)	3	15
TOTAL	20	100

Commentaire:

35%des entraîneurs insistent sur l'absence d'équipe de relais.

**CHAPITRE IV:  
INTERPRETATION  
ET DISCUSSION  
DES RESULTATS**

Notre discussion sera articulée autour de deux axes principaux que sont: les forces et les faiblesses du sprint sénégalais.

#### **IV-1- Les forces du sprint sénégalais**

Le sprint constitue en lui-même un point fort de l'athlétisme sénégalais. (cf tableau du palmares). Les investigations menées auprès de la Fédération Sénégalaise d'Athlétisme, des athlètes et des techniciens ont permis d'identifier un certain nombre de points forts de cet athlétisme.

Dans le domaine de la compétition, l'existence d'un calendrier généralement respecté et comportant notamment les championnats nationaux et le meeting de la ville de Dakar peut être considéré comme une force de l'athlétisme sénégalais du fait de la possibilité d'une préparation planifiée et du caractère incitatif de la compétition. La disposition d'une piste en tartan à Dakar et le bon niveau des officiels de compétition sont des éléments importants.

Les techniciens sénégalais ne manquent pas d'expérience parce que la plupart d'entre eux ont fait dix ans dans le métier (cf tableau n°8). 15% des entraîneurs que nous avons interrogés ont reconnu cette qualification des techniciens (cf tableau n°13).

Au niveau des infrastructures et des équipements nous notons l'existence dans toutes les capitales régionales, à l'exception de MATAM, d'un stade omnisports pouvant permettre la pratique de l'athlétisme.

La possibilité d'utilisation du chronométrage électrique est un atout pour le sprint sénégalais. Elle permet l'homologation des records conformément à la réglementation de l'IAAF (Fédération internationale des associations d'Athlétisme).

Du côté financement, la disposition d'un fonds de relance de l'athlétisme, avec l'octroi de bourses par la solidarité olympique à des athlètes sénégalais méritants, est un facteur motivant. En effet pour cette saison 2003 le Comité International Olympique (CIO) a offert 13 bourses à des sportifs sénégalais dont cinq (5) sprinteurs (Ami Mbacké Thiam - Canada, tacko Diouf - Espagne, Omar Loum, Aida Diop, -CIAD, Aminata Diouf - France ).

Dans le domaine du sport de haute performance, l'ouverture du centre international d'athlétisme de Dakar (CIAD) est aussi un pilier pour le développement du sprint sénégalais. Les pensionnaires de ce centre constituent la crème du sprint national. En outre les bourses octroyées par la solidarité olympique du comité international olympique à certains jeunes (élite), le soutien étatique aux athlètes olympiques du meilleur niveau sont des apports intéressants pour l'athlétisme sénégalais.

En effet c'est dans cette mouvance que nous avons la possibilité d'organiser des camps d'entraînement en France et de participer aux meetings et aux compétitions internationales.

Selon Amadou Diaw Directeur Technique National de la fédération sénégalaise d'athlétisme, la concentration d'entraîneurs dotés d'une certaine expérience est un point fort pour le sprint sénégalais. Ils ont ainsi la possibilité d'échanger entre eux et de mieux suivre les athlètes émergents au sprint .

Pour Lamine Ndao : entraîneur national, et Mamadou Ndiaye : directeur technique de la Confédération Africaine d'Athlétisme (CAA), l'arrivée de jeunes talents constitue un atout pour le sprint puisque préparant la relève de l'élite. La majorité des sprinters sont jeunes et âgés de 22 à 27 ans (65%). Ce sont donc des jeunes qui peuvent faire une carrière parce que disposant d'une marge de progression probable (cf tableau n° 1).

En ce qui concerne les aides, 57% des athlètes affirment qu'ils ne sont pas aidés par leur club (cf tableau n°6). Les entraîneurs rencontrent des difficultés pour bien faire leur travail. 70 % d'entre eux ne sont pas rémunérés (cf tableau n°12). Lors de notre entretien, le DTN a constaté une insuffisance dans le domaine de la formation des encadreurs. Parmi les entraîneurs que nous avons interrogés 10% ont obtenu le troisième degré et 50% exercent leur métier avec le premier degré (cf tableau n°9).

Selon Mamadou NDIAYE, Directeur Technique de la Confédération Africaine d'athlétisme, l'absence d'équipe de relais 4x100 m hommes et dames est un point faible pour le sprint sénégalais. La course de relais comporte en elle-même une forte charge de stimulation pour l'athlète.

#### **IV-2- Les faiblesses du sprint sénégalais.**

A côté des forces constatées, certaines situations peuvent être considérées comme des faiblesses du sprint sénégalais.

L'insuffisance de compétitions nationales pour les jeunes et de rencontres interligues est un véritable tendon d'Achille pour l'athlétisme sénégalais en général et le sprint en particulier si on considère le caractère formateur de la compétition et l'émulation que pourraient engendrer ces rencontres.

Le manque de pistes de compétition de qualité peut être considéré comme un point faible; seule la région de Dakar dispose d'une piste synthétique, alors que dans les autres régions nous avons des pistes sablonneuses. Dans cette lancée il convient de mentionner une insuffisance criarde de compétitions régulières dans la presque totalité des régions. Il faut noter aussi l'inexistence dans la plupart des ligues d'infrastructures destinées à l'athlétisme ainsi que du matériel et des équipements.

D'autres facteurs peuvent être considérés comme des faiblesses du sprint sénégalais notamment: la dégradation totale de la piste du stade Iba Mar DIOP naguère temple de l'athlétisme sénégalais, l'absence d'infrastructures fonctionnelles dans les deux universités et dans les établissements d'enseignement ,le coût élevé du matériel d'importation.

Le manque de moyens suffisants pour la préparation des élites et l'absence de structures de préparation de l'avenir social de l'élite peuvent être aussi considérés comme des points faibles pour le sprint sénégalais.

D'une manière générale l'athlétisme sénégalais souffre d'un manque chronique de moyens notamment financiers.

Cette carence de ressources financières laisse apparaître une faiblesse des clubs dans ce domaine. En effet ces derniers éprouvent des difficultés pour retenir les athlètes et les entraîneurs.

**CHAPITRE V:  
PERSPECTIVES  
ET CONCLUSION**

## V-1- PERSPECTIVES

Après avoir analysé les forces et les faiblesses du sprint sénégalais, nous avons jugé utile de dégager des perspectives dans un souci de participer au développement de l'athlétisme sénégalais en général et du sprint en particulier. Il s'agit ici, d'avancer des suggestions dans le sens de trouver des solutions aux difficultés.

Dans le domaine des compétitions, il convient d'organiser systématiquement tous les ans en plus des championnats nationaux et du meeting de la ville de Dakar,

- les championnats nationaux juniors (préparation de la relève)
- le festival national d'athlétisme des jeunes dans une capitale régionale (détection)
- les championnats nationaux juniors/seniors
- les interligues ou inter-zones
- les différents championnats UASSU.

Au plan de la formation:

- former des cadres en tenant compte des besoins nationaux et régionaux:
- stages de formation, de recyclage, de spécialisation très pointues
- solliciter les possibilités de la coopération internationale pour avoir des bourses de formation en faveur des spécialistes ayant besoin une formation plus poussée.

Au niveau des infrastructures et des équipements sportifs:

- rénover les installations d'athlétisme existantes;
- construire des infrastructures légères d'athlétisme dans les grands centres urbains, dans les universités, dans les établissements d'enseignement et de formation;
- réhabiliter les pistes d'athlétisme en cendrée qui existent dans les stades omnisports des capitales régionales
- réfectionner la piste synthétique du stade Iba Mar DIOP,
- doter la nouvelle région de Matam d'infrastructures fonctionnelles.

Au niveau du financement du sport de haute performance il convient :

- d'octroyer à l'élite des bourses substantielles pour lui permettre de travailler dans des conditions optimales ;ces bourses feront l'objet d'une classification tenant compte du niveau des performances accomplies;
- d'étudier un plan de carrière et de formation professionnelle ainsi que de suivi après la carrière des athlètes ayant atteint un niveau international élevé.(par exemple les 30 ou les 50 meilleurs du monde)

## V-2- CONCLUSION

L'objet de ce travail est d'analyser le sprint sénégalais de 1992 à 2002, d'en dégager les forces et les faiblesses, ainsi que des propositions de solutions dans le but d'apporter une contribution à son développement.

Trente-cinq(35) athlètes et vingt (20) entraîneurs ont participé à cette étude en répondant à des questions mixtes ou en se soumettant à un entretien.

De notre investigation il ressort que :

- le Sénégal a pris part à tous les grands rendez-vous internationaux d'athlétisme de 1992 à 2002;
- le sprint, seule spécialité à être présente dans toutes les rencontres, constitue la force de l'athlétisme sénégalais malgré une évolution en dents de scie ;
- la prépondérance des épreuves de vitesse dans le palmarès de l'athlétisme sénégalais, liée entre autres facteurs à l'organisation régulière de compétitions, à l'existence d'un stade omnisports dans toutes les capitales régionales exceptée Matam, à la présence au Sénégal du Centre régional de Développement (C.R.D) et surtout du C.I.A.D. est notoire
- le sprint sénégalais connaît malgré tout de grosses faiblesses dans les domaines de la formation des cadres ,des infrastructures ,des moyens financiers et didactiques.

Les perspectives que nous avons tracées s'inscrivent dans un souci d'apporter des éléments de renforcement des points forts de notre sprint ou de remédier à ces faiblesses.

# BIBLIOGRAPHIE

1- Astrand P. O., Rodahl K.

Précis de physiologie de l'exercice musculaire;

traduit de l'anglais au français par Lacour J.R., Masson 1980.

2- Pariente R.

La fabuleuse histoire de l'athlétisme;

Edition la martinière, 1995.

3- Pynaud Y.

L'athlétisme africain;

Edition poly media de 1992 à 2002.

4- Pradet M., Hubiche J.

Comprendre l'athlétisme ;

INSEP, 1993.

5- Lacroix G.

On nait vite, mais on devient sprinter;

sport et vie no 75, nov-déc 2002.

6- Guillet R. , Genety J.

Abrégé de Médecine de Sport, Masson, Paris, 1979

7- Lacour J. R.

Biologie de l'exercice musculaire, Masson, 1992

8- Morehouse L. E. , Miller J. A.

Physiologie de l'effort, traduit par la sixième édition américaine par P. Flandrois,

Maloine S. A. Editeur, 1974

9- Courtay R.

Entraînement et performance athlétique, Paris, 1973

# ANNEXES

## ANNEXE I-a

## LES RECORDS DU SPRINT

Epreuve	Sexe	SENEGAL		AFRIQUE		MONDE	
		Recordman ou Record woman	Temps, année et lieu de réalisation	Recordman ou Record woman	Temps, année et lieu de réalisation	Recordman ou record woman	Temps, année et lieu de réalisation
100m	Hommes	Oumar Loum	10''17 Bamako 2000	Frank fredericks (Nam)	9''86 Lausanne 1996	Tim Montgomery (USA)	9''78 Paris 2002
	Dames	Aminata Diouf	11''24 Chaux de fonds	Glory Alozie (NGR)	10''90 La Laguna 1999	Florence Griffith Joyner (USA)	10''49 Indianapolis 1998
200m	Hommes	Oumar Loum	20''21 Mexico 2000	Frank Fredericks (Nam)	19''68 Atlanta 1996	Michael Johnson (USA)	19''32 Atlanta 1996
	Dames	Aida Diop	22''64 Edmonton 2000	Mary Onyiah (NGR)	22''07 zurich 1996	Florence Griffith Joyner (USA)	21''34 Séoul 1988
400m	Hommes	Amadou Gakou	45''01 Mexico 1968	Innocent Egbunike (NGR)	44''17 Zurich 1987	Michael Johnson (USA)	43''18 Séville 1999
	Dames	Ami Mbacké Thiam	45''86 Edmonton 2001	Falilat Ogunkoya	49''10 Atlanta 1996	Maria Koch (G.R.D)	47''60 Camberra 1985
4x100m	Hommes	Equipe nationale	39''36 Nice 1992	Nigeria	37''91 Séville 1999	USA	37''40 Barcelone 1992
	Dames	Equipe Nationale	44''59 Dakar 1998	Nigeria	42''39 Barcelone 1992	Germany	41''37 Camberra 1985
4x400m	Hommes	Equipe Nationale	3'00''64 Atlanta 1996	Nigeria	2'58''68 Sydney 2000	USA	2'54''20 New-york
	Dames	Equipe Nationale	3'28''02 sydney 2000	Nigeria	3'21''04 Atlanta 1996	Germany	3'15''17 Séoul 1988

**ANNEXE I-b**

**COMPARAISON ENTRE LES RECORDS SENEGALAIS, AFRICAINS ET MONDIAUX AU SPRINT**

<b>Epreuv e</b>	<b>Sexe</b>	<i>Records du Sénégal</i>	<i>Records d'Afrique</i>	<i>Records du monde</i>	<i>Différence entre le record du Sénégal et le record d'Afrique</i>	<i>Différence entre le record du Sénégal et le record du monde</i>
<i>100m</i>	<i>Hommes</i>	<i>10"17</i>	<i>9"86</i>	<i>9"78</i>	<i>0"21</i>	<i>0"39</i>
	<i>Dames</i>	<i>11"24</i>	<i>10"90</i>	<i>10"49</i>	<i>0"34</i>	<i>0"75</i>
<i>200m</i>	<i>Hommes</i>	<i>20"26</i>	<i>19"68</i>	<i>19"32</i>	<i>0"57</i>	<i>0"94</i>
	<i>Dames</i>	<i>22"91</i>	<i>22"07</i>	<i>21"34</i>	<i>0"84</i>	<i>1"56</i>
<i>400m</i>	<i>Hommes</i>	<i>45"01</i>	<i>44"17</i>	<i>43"18</i>	<i>0"84</i>	<i>1"83</i>
	<i>Dames</i>	<i>49"86</i>	<i>49"10</i>	<i>47"60</i>	<i>0"76</i>	<i>2"26</i>
<i>4x100m</i>	<i>Hommes</i>	<i>39"36</i>	<i>37"91</i>	<i>37"40</i>	<i>1"45</i>	<i>1"90</i>
	<i>Dames</i>	<i>44"59</i>	<i>42"39</i>	<i>41"37</i>	<i>2"20</i>	<i>3"22</i>
<i>4x400m</i>	<i>Hommes</i>	<i>3'00"64</i>	<i>2'58"68</i>	<i>2'54"20</i>	<i>1"96</i>	<i>6"44</i>
	<i>Dames</i>	<i>3'28"02</i>	<i>3'21"04</i>	<i>3'15"17</i>	<i>6"98</i>	<i>12"85</i>

Le constat qu'on peut faire à priori est l'énorme écart qui existe entre les records sénégalais et africains d'une part, et d'autre part entre les records sénégalais et mondiaux. L'écart est plus grand chez les dames que chez les hommes.

**ANNEXE II-a**

Ce questionnaire destiné aux athlètes sénégalais rentre dans le cadre d'un mémoire de maîtrise es sciences techniques des activités physiques et du sport.

1- Age:

Poids

Taille

2- Quelle est votre profession? .....

3- Depuis combien d'années pratiquez-vous le sprint? .....an(s)

4- Vos parents ou amis vous aident-ils dans votre pratique?

Oui

Non

Si oui, indiquez la nature de cette aide

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

5- Qu'est ce qui vous motive le plus à pratiquer le sprint?

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

6-votre club vous aide-il à bien mener votre pratique?

Oui

Non

Si oui, indiquez la nature de cette aide.

.....  
.....

7- Dans le sprint que vous avez choisi, quelles sont les difficultés que vous rencontrez?

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

**ANNEXE II-b**

Ce questionnaire destiné aux entraîneurs d'athlétisme sénégalais rentre dans le cadre d'un mémoire de maîtrise es sciences techniques des activités physiques et du sport.

1- Depuis combien d'années exercez-vous le métier d'entraîneur? .....ans

2- Avec quel diplôme exercez vous le métier d'entraîneur?

Initiateur  1<sup>er</sup> degré  2<sup>eme</sup> degré  3<sup>eme</sup> degré

3- Dans quel domaine êtes vous spécialisé?

Courses

Lancers

Sauts

4- Comment appréciez vous le sprint sénégalais en général?

Moyen  bon  très bon

5- Quelle partie du sprint jugez-vous plus satisfaisante?

Sprint long

Sprint court

6- Etes vous rémunérés?

Oui

Nom

7- D'après vous, quelles sont les forces du sprint sénégalais?

8- D'après vous, quelles sont les faiblesses du sprint sénégalais?

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

9- Selon vous, que faudrait-il faire pour rendre cette discipline plus performante?

.....  
.....

