

UN PEUPLE UN BUT UNE FOI



MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION



UNIVERSITÉ CHEIKH ANTA DIOP  
DE DAKAR (U.C.A.D.)



Institut National Supérieur  
de l'Éducation Populaire  
et du Sport  
(I.N.S.E.P.S.)

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

Thème :

*Le taekwondo sénégalais :  
Présentation et perspectives  
de développement*

Présenté et soutenu par :

AHMADOU DOUDOU  
DIOUF

Sous la direction de :

M. AMADOU ANNA  
SÉYE  
Professeur à l'I.N.S.E.P.S.

Année universitaire 2007-2008

# *Dédicaces*

---

A notre naissance nous étions déjà une bouteille, mais vide. Aujourd'hui, bien que n'étant pas encore entièrement pleine, cette bouteille à laquelle nous nous représentons est remplie de savoir à tel enseigne qu'on veuille évaluer son contenu à travers ce modeste travail. Seulement, erroné serait de penser que la bouteille s'est remplie d'elle-même.

En effet, son premier contenu est l'œuvre de nos parents :

- notre père **Alioune Badara DJOUF**, à qui nous devons la base de notre éducation et notre amour du travail bien fait ;
- notre mère **Arame DIAKHATÉ**, qui a su inculquer en nous les valeurs de « diom », « soutoura », « kersa » et le respect envers toute personne ;
- notre grand-mère **Adama DIAKHATÉ**, qui nous a fait intégrer la notion de persévérance dans nos valeurs.

Qu'Allah le tout puissant les accorde une longue vie ainsi qu'une santé de fer.

S'il est vrai que nos parents nous ont donné un corps et une éducation, il demeure que notre Maître a fait de nous un Homme ; nous voulons nommer :

- Me **Ndjamé DJOP** ceinture noire 3<sup>e</sup> dan WTF, qui, au-delà des rapports maître disciple qui nous lient, est un grand frère pour nous.

Par la suite, le cours de la vie nous a fait rencontrer des instituteurs, des enseignants et des professeurs qui ont su faire valoir leur expertise pour accroître le contenu de la bouteille. Nous ne saurons faire une liste exhaustive de tous ces éducateurs et formateurs, néanmoins nous allons en citer quelques uns parmi lesquels l'ensemble du corps professoral de l'INSEPS, en particulier :

- M. **Amadou Anna SÉDÉ**, Directeur de ce mémoire ;
- M. **Lansana BADI**, chef du département EPS à l'INSEPS.

Devant l'incapacité de rémunérer toutes ces personnes que nous venons de citer ci-dessus pour leur précieuse contribution à notre formation, nous leur dédions exclusivement ce travail tout en souhaitant qu'elles trouvent à travers ces quelques lignes **L'EXPRESSION DE NOTRE HAUTE GRATITUDE.**

# Remerciements

---

Pour venir à bout du défi que constitue ce présent document, il nous a fallu du **COURAGE**, de la **PERSÉVÉRANCE**, de la **CONFIANCE**, mais surtout du **SOUTIEN**...

- ❖ soutien du tout puissant **ALLAH** ; donc qu'il nous plaise avant tout de remercier DIEU, le miséricordieux, garant de tous les succès, de nous avoir accordé la grâce de jouir de toutes nos facultés mentales et physiques afin de mener à bon port la tâche qui nous était assignée.
  
- ❖ Nous avons également bénéficié du soutien :
  - de nos parents biologiques, père et mère ;
  - de nos parents substitutifs à l'image de notre grand-mère maternelle Adama **DIABATE**, de notre grand père El Hadji **ABBE** et de notre oncle Mamadou alias Lakha **ABBE** ainsi que de son épouse Fanta **GURASSY** ;
  - de notre homonyme Père Vieux et de son épouse Awa **DIARRA** ;
  - de nos frères Mamadou, Babacar et Doudou ;
  - de nos sœurs Aminata **DIOUF** et son époux Sidy **FALL**, Fatou Sélbé **DIOUF** alias Mamy Astou **NDIYE** et Madjiguène alias Ndata ;
  - d'une amie et conseillère Khady **SOW** ;
  - de notre Maître Ndiamé **DIOP** ;
  - de notre professeur encadreur M. Amadou Anna **SÈNE** ;
  - de tout le corps professoral de l'INSEPS en l'occurrence M. Lansana **BADJI**, chef du département EPS ;

- du corps administratif de l'INSEPS : Mme Anastasia THIAM, M. Grégoire, les comptables Raimond et Grand Ass, M. Ousmane Niang,... ;
- de nos frères d'arme : Sidy Mactar DIOP, Simba, Fana, Fadhel,... ;
- de tous les étudiants de l'INSEPS en particuliers les étudiants de notre promotion : Moustapha DIATTA, Souleymane DIALLO, Souleymane SAGNA, Kalifa COLY, Anta Badiane GANE, Seynabou DIOP, Ndéye Fatou GUEDE, Penda Néné KANE, Mariama D. DIEME DIOUF,... ;
- de notre sœur à l'INSEPS Adama SECK ;
- de tous les pratiquants de taekwondo du Sénégal en particulier les membres du Tropical Taekwondo Club de Thiès : Abdou KÂ, Amadou SY, Talla SAMB, Grand Adama DIALLO, Galo BOÏ etc.

En effet, toutes ces personnes nous ont été d'un grand soutien d'ordre moral, intellectuel, financier ou matériel. Pourvu qu'elles trouvent à travers ces quelques lignes L'EXPRESSION DE NOTRE HAUTE RECONNAISSANCE.

# Motivation

**DEVOIR** et **OBLIGATION**, telles sont les raisons qui nous ont incité à jeter notre dévolu sur notre thème de mémoire : « Le taekwondo sénégalais ».

En effet, en tant que pratiquant de la discipline, nous sommes investis du **DEVOIR** de « vouer notre corps et âme » au développement du taekwondo ; et en tant qu'étudiant en année de maîtrise à l'I.N.S.E.P.S. de Dakar, nous sommes investi de l'**OBLIGATION** de traiter un sujet portant sur les S.T.A.P.S. en guise de mémoire de maîtrise. Ainsi, dans le souci de joindre le devoir à l'obligation ou vice versa, nous avons axé notre étude sur le taekwondo sénégalais ; et devant le constat que nous étions les pionniers sur ce thème, nous avons opté d'en faire la présentation et de dégager éventuellement des perspectives de développement. C'est pourquoi nous avons intitulé notre sujet de travail :

**Le taekwondo sénégalais : présentation et perspectives de développement.**

# SOMMAIRE

Dédicaces

Remerciements

Motivation

<b><u>INTRODUCTION</u></b> .....	1
<b><u>CHAPITRE I : Historique du Taekwondo</u></b> .....	4
<i>1.1. ORIGINES DU TAEKWONDO</i> .....	5
<i>1.2. ÉVOLUTION DU TAEKWONDO</i> .....	7
<b><u>CHAPITRE II : Revue de la littérature</u></b> .....	9
<i>II.1. DÉFINITION DES CONCEPTS</i> .....	10
<i>II.2. LES VALEURS DU TAEKWONDO</i> .....	11
<b><u>CHAPITRE III : Etat des lieux</u></b> .....	14
<i>III.1. STRUCTURES ET FONCTIONNEMENT DE LA FÉDÉRATION</i> .....	15
<i>III.2. LES ACTIVITÉS DE LA FÉDÉRATION</i> .....	16
<i>III.3. RESSOURCES HUMAINES</i> .....	17
<i>III.4. PALMARÉS DU SÉNÉGAL</i> .....	17
<b><u>CHAPITRE IV : Généralités sur le Taekwondo au Sénégal</u></b> .....	19
<i>IV.1. LA TENUE DE TAEKWONDO</i> .....	20
<i>IV.2. LES GRADES, DEGRÉS ET CEINTURES</i> .....	20
<i>IV.3. LES PRINCIPALES TECHNIQUES DE BASE</i> .....	21
<i>IV.4. LA COMPÉTITION TECHNIQUE</i> .....	24
<i>IV.5. LA COMPÉTITION COMBAT</i> .....	27

<b><i>CHAPITRE V: Méthodologie</i></b> .....	<b>33</b>
<i>V.1. LE CADRE DE L'ENQUÊTE</i> .....	<b>34</b>
<i>V.2. L'ÉCHANTILLONNAGE</i> .....	<b>34</b>
<i>V.3. L'OUTIL DE COLLECTE DE DONNÉES</i> .....	<b>35</b>
<i>V.4. LA COLLECTE DES DONNÉES</i> .....	<b>35</b>
<i>V.5. LE TRAITEMENT DES DONNÉES</i> .....	<b>36</b>
<i>V.6. LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES ET LES LIMITES DE NOTRE ÉTUDE</i> .....	<b>36</b>

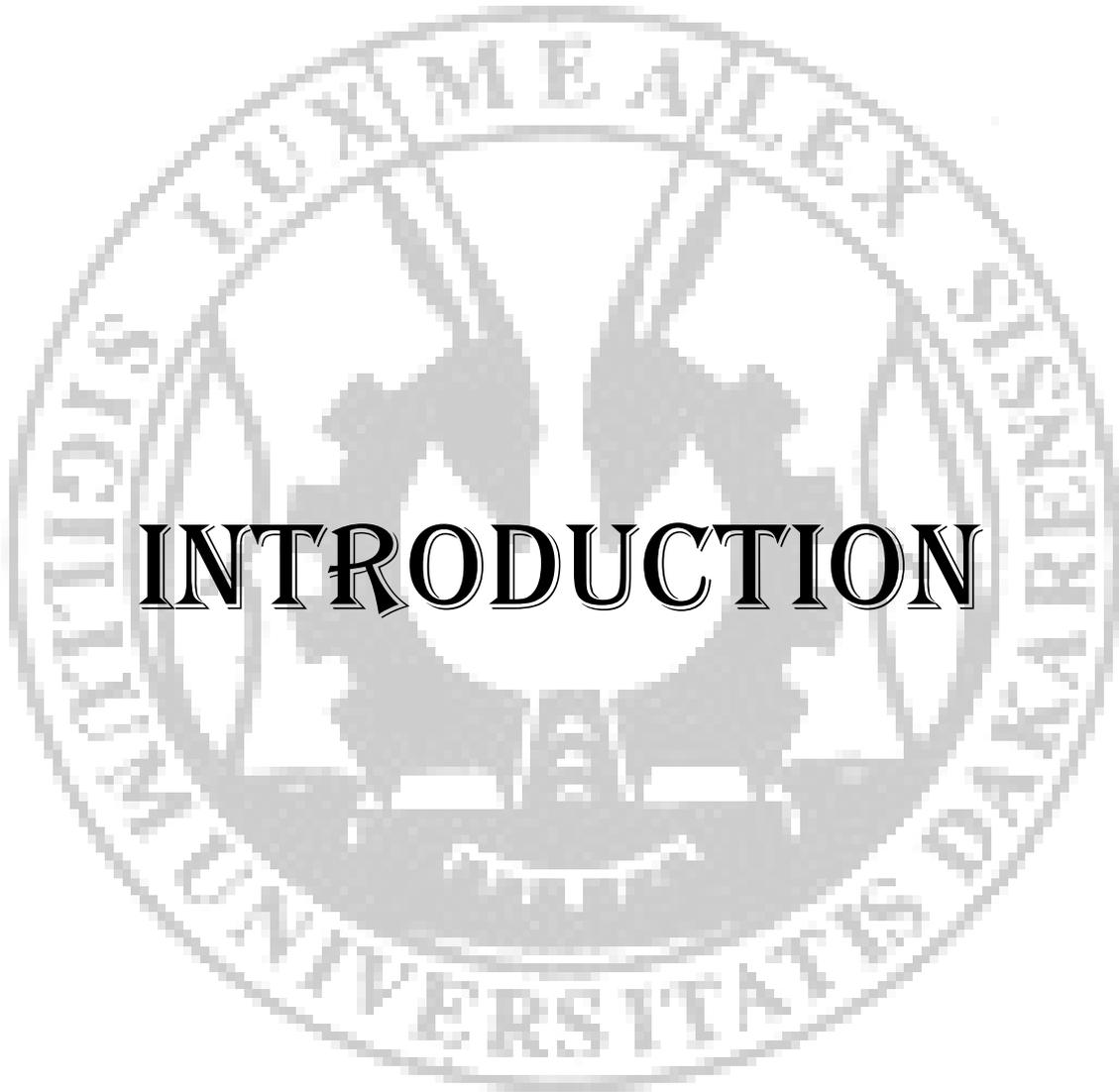
<b><i>CHAPITRE VI: Présentation, Analyse et Commentaire des Résultats</i></b> .....	<b>38</b>
---	-----------

<b><i>RECOMMANDATIONS</i></b> .....	<b>57</b>
-------------------------------------	-----------

<b><i>CONCLUSION</i></b> .....	<b>60</b>
--------------------------------	-----------

**Bibliographie**

**Annexes**



# INTRODUCTION

Selon l'adage, « se défendre en temps de guerre et vivre plus longtemps en temps de paix », les arts martiaux avaient à l'origine ce double aspect à savoir l'autodéfense et la santé.

Art martial d'origine coréenne, le taekwondo n'a cessé de se développer pour devenir un sport moderne tout en gardant son aspect traditionnel. En effet, le taekwondo est un sport qui s'adresse à toutes les catégories de personnes eu égard à sa pratique qui offre des champs et une dynamique d'évolution propre à chacun. Il n'en demeure pas moins que la compétition sportive reste le premier vecteur médiatique de ce sport de contact spectaculaire. Son ascension est unique dans l'histoire du sport puisque vingt cinq (25) ans seulement se sont écoulés entre le premier championnat du monde officiel et son inscription au tableau des disciplines olympiques pour l'an 2000.

Pays de haute diplomatie, le Sénégal a su tisser d'excellentes relations avec de nombreuses nations à travers le monde. Ainsi, suite à une coopération sénégalo coréenne, le taekwondo est introduit au Sénégal en 1983. L'évolution du taekwondo sénégalais s'est faite aussi brillamment que celle du taekwondo mondial. Neuf (09) ans seulement après son ouverture au monde civil sénégalais, le taekwondo se voit attribuer une fédération dans notre pays : la Fédération Sénégalaise de Taekwondo (FSTKD).

Cependant, comme toute discipline vivante et qui évolue, le taekwondo sénégalais n'est pas exempt de difficultés pouvant limiter son développement.

Ce constat nous a incité à méditer sur des perspectives de développement du taekwondo au Sénégal. Ainsi, les questions de recherche qui ont émané de notre réflexion peuvent se libeller comme suit :

- pourquoi cet engouement pour le taekwondo au Sénégal ?
- quels sont les problèmes auxquels le taekwondo sénégalais est confronté ?
- quelles sont les solutions à retenir pour un meilleur développement du taekwondo sénégalais ?

La réponse à ces questions conditionne notre souhait de mener cette étude. Pour ce faire, nous nous sommes fixés comme objectifs généraux :

- ✓ de contribuer à une meilleure connaissance du taekwondo ;

- ✓ d'analyser la situation actuelle du taekwondo sénégalais afin d'en déduire les problèmes auxquels il est confronté ;
- ✓ de contribuer à la promotion du sport sénégalais en général et du taekwondo en particulier en préconisant des perspectives de développement pour le taekwondo sénégalais.

C'est ainsi que pour parvenir à nos objectifs, nous allons essayer tout d'abord de faire l'historique du taekwondo depuis ses origines jusqu'à nos jours (I) ; ensuite nous allons passer en revue certains concepts tels que les sports de combat, les arts martiaux, le taekwondo, pour ne citer que ceux-là (II) ; à la suite de cette revue de littérature, nous allons faire l'état des lieux (III) avant de procéder à une présentation des généralités sur le taekwondo au Sénégal (IV) ; pour finir nous allons décliner la méthodologie que nous avons adopté pour la collecte et le traitement des données (V) avant de présenter les résultats avec leurs analyses afin d'exposer les commentaires que nous en avons fait (VI) et tenter de dégager des perspectives.



*Chapitre I :*

HISTORIQUE  
DU  
TÆKWONDO

## I.1. Origines du Taekwondo

### I.1.A. LES ARTS MARTIAUX ANCÊTRES DU TÆKWONDO :

L'étude de l'histoire de la Corée nous a appris qu'il eut en Corée, avant notre ère, une période dite des « Trois royaumes ». Ces royaumes ont rivalisé par l'affrontement de corps militaires. Cependant, c'est surtout dans le royaume de Koguryo que l'art martial s'est développé de façon importante en raison de sa situation géographique limitrophe avec la Chine ; mais aussi à cause de la pratique de joutes martiales à mains nues qui étaient très prisées par la population lors de festivités. L'art martial pratiqué alors s'appelait SUBAK.

L'art martial du subak va être introduit au royaume de Shilla par le biais d'une action commune des royaumes Shilla et Koguryo pour repousser une invasion de pirates nippons.

L'évolution du subak dans le royaume de Shilla va donner naissance à ce que l'on va appeler DOKKYOMI et TAEKKONI. C'est autour du 4<sup>e</sup> siècle que cette pratique martiale va être systématisée au sein des corps d'élites militaires de Shilla. Elle devient alors le HWARANG-DO, mode de combat et mode de vie empreint de valeurs philosophiques proches du bouddhisme, possédant un code de conduite.

L'unification de la Corée en un seul royaume Shilla (676 à 985) puis Koryo (918 à 1392) sera l'œuvre des corps d'élites de hwarang. Cependant, durant cette période d'unification on relève une pratique d'arts martiaux appelée SUBAKDO selon que l'on utilisait des techniques de mains ou TAEKYON selon que l'on utilisait des techniques de pieds. C'est aussi durant cette période qu'est introduit dans la péninsule coréenne l'art martial du TANGSUDO. Un certain mixage des techniques se produit alors dans ce que l'on va appeler, selon les lieux, KWONBEOP, SUBAKDO, TANGSUDO, TAEKYON,...

Pendant l'occupation de la Corée (1910 à 1945), les arts martiaux coréens sont interdits. Les japonais introduisent le KARATÉ et le JUDO pendant 35 ans qui, assimilés par la culture coréenne, deviennent le KONGSUDO survivance du TAEKYON.

Dès la naissance de la République de Corée (1945), KONGSUDO, TANGSUDO, TAESUDO, SUBAKDO,... sont pratiqués dans tout le pays puis unifiés en TAEKWONDO le 05 août 1965.

### **I.1.B. LES CONTEXTES D'ÉMERGENCE DU TAEKWONDO :**

Le taekwondo, tel que nous le connaissons, est donc un art martial récent mais il constitue la synthèse de plusieurs arts martiaux dont certains sont très anciens en Corée.

Durant l'occupation de la Corée, les activités liées à la nation et aux traditions coréennes furent abolies, les arts martiaux n'échappèrent pas à la règle ; le TAEKYON fut interdit et sa pratique disparut quasiment. Le KARATÉ et le JUDO furent introduits dans la péninsule par l'armée d'occupation du Japon. Les jeunes coréens ayant vécu sous l'occupation nipponne et de la guerre ont été formés au Shotokan à Tokyo sous la direction de Funakoshi. La plupart des maîtres de l'après guerre ont été formés aux arts martiaux japonais (judo, karaté, kendo).

La Corée devenue libre après 1945 souhaite revaloriser sa culture, occultée par l'occupation japonaise. Les arts martiaux refleurissent ; diverses écoles réapparaissent sous de nombreux noms, chaque école portant une attention particulière à telle ou telle technique (coups de pieds fouettés ou lourds, techniques de bras, poomses,...). Mais peu à peu se fonde la certitude pour tous les maîtres, quelque soit leur style, que pour populariser ces arts martiaux l'unification doit se faire autour d'une seule et unique discipline. Il ne restait alors qu'à trouver un nom.

Suite à une démonstration devant le président Syng Man RHEE, en pleine guerre de Corée, le taekwondo est rendu obligatoire dans l'armée coréenne mais sous le nom de TAESUDO. C'est ainsi que pour donner un nom typiquement coréen à cet art martial récent, et par référence au TAEKYON, le mot Tae Kwon Do ou la «voie du poing et du pied » sera adopté par les maîtres et experts pour qualifier l'ensemble des styles de combat coréens dans les années 50.

## 1.2. Évolution du Taekwondo

### 1.2.A. ÉVOLUTION DANS LE MONDE :

À la libération de la Corée, et après un long travail de développement et d'unification des différentes écoles d'arts martiaux coréennes, le taekwondo est officiellement né le 05 août 1965.

Après la création officielle du taekwondo, des équipes de démonstration furent constituées. Composées des meilleurs représentants de cet art martial nouveau et pilotées par le Général Choi Hong Hi, ces équipes avaient pour objectif d'effectuer des tournées dans le monde entier afin de faire connaître le taekwondo. Ce fut l'occasion de faire connaître le taekwondo dans plusieurs pays, ainsi que d'établir les associations nationales qui, le 22 mars 1966 se réunirent pour créer la Fédération Internationale de Taekwondo (F.I.T.). Le siège de la F.I.T. est alors installé à Séoul.

Confronté à une situation politique particulièrement difficile dans son pays, le Général Choi fut contraint à l'exil. Afin de ne pas perdre le taekwondo, le Général Choi déplaça le siège de la F.I.T. à Toronto au Canada, d'où il espérait pouvoir diffuser plus aisément le taekwondo dans les pays de l'Est.

Le gouvernement de la Corée du Sud qui ne voulait pas, lui non plus, perdre le taekwondo qui était devenu un extraordinaire outil de propagande pour le pays, créa la Fédération Mondiale de Taekwondo (F.M.T.). Bénéficiant de l'appui du gouvernement, cet art martial put se développer très rapidement, surtout dans les pays de l'Ouest.

Dés lors, les deux taekwondos cohabitent plus ou moins pacifiquement. Le maintien d'un seul nom pour désigner ces deux disciplines est à la base de nombreuses confusions, ces deux arts martiaux étant très différents dans les faits.

En 1971, le gouvernement coréen prit la décision de construire le KUKKIWON, académie mondiale du taekwondo. Il sera inauguré en 1972. En 1973, la F.M.T. fut officiellement créée à l'occasion des premiers championnats du monde de taekwondo à Séoul.

Le 17 juin 1980, lors de la 83<sup>e</sup> Assemblée Générale du C.I.O., la F.M.T. est reconnue par ce dernier. C'est ainsi qu'en 1988 à Séoul, le taekwondo participe pour la première

fois aux jeux olympiques à titre de sport de démonstration. Les 25<sup>e</sup> jeux olympiques de Barcelone seront également marqués par la deuxième participation du taekwondo, toujours en tant que sport de démonstration comme en 1988 à Séoul. C'est en 1994, lors de la 103<sup>e</sup> session du C.I.O. à Paris, que le taekwondo fut déclaré discipline olympique pour l'an 2000. Ainsi, le taekwondo fut présent lors des 27<sup>èmes</sup> jeux olympiques à Sydney pour la première fois comme discipline officielle.

### **I.2.B. ÉVOLUTION AU SÉNÉGAL :**

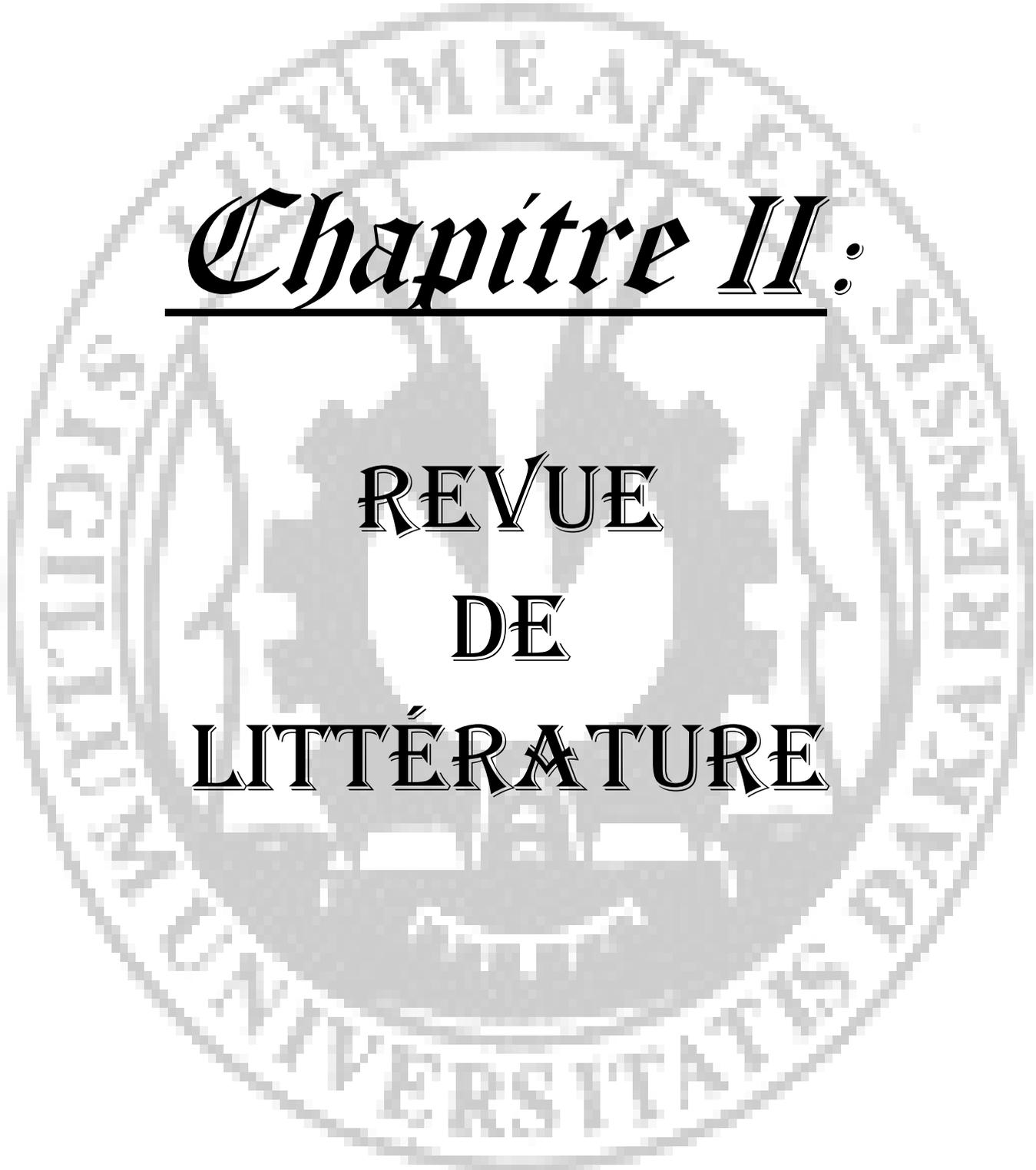
Le taekwondo fut introduit au Sénégal le jeudi 03 mars 1983 par Me Lee Sang Jin, expert coréen et ceinture noire 7<sup>e</sup> dan. Me Lee était en mission au Sénégal, à l'école nationale de police (E.N.P.), suite à une coopération sénégaléo coréenne.

Dans ses débuts au Sénégal, le taekwondo était exclusivement réservé à la police, puis à l'armée d'une manière générale et aux autres corps paramilitaires. C'est dans ce contexte qu'une implantation dans les casernes militaires a suivi avec l'appui du Chef d'Etat-major Général des Armées et du Haut Commandant de la Gendarmerie.

Dés 1985 un comité d'initiative a été mis sur place pour le développement du Taekwondo sur le plan national, ce qui favorisera son ouverture au monde civil en 1986 ainsi que son rattachement à la Fédération Sénégalaise de Judo et Disciplines Associées (F.S.J.D.A.). En 1988, le Comité National Provisoire (C.N.P.) fut chargé de la gestion du taekwondo sénégalais. La première coupe du Sénégal ainsi que le premier championnat du Sénégal de taekwondo ont été organisés sous l'ère du C.N.P.

La remarquable évolution du taekwondo sénégalais aboutit à la transformation du C.N.P. en Fédération Sénégalaise de Taekwondo (F.S.TKD.) le vendredi 22 décembre 1995.

Aujourd'hui le Sénégal est représenté dans toutes les grandes réunions internationales de taekwondo, même les plus prisées avec la participation de Bintou DIEDHIOU lors des 29<sup>èmes</sup> olympiades de Beijing en 2008.



*Chapitre II:*

REVUE  
DE  
LITTÉRATURE

## II.1. Définition des concepts

### II.1.A. LES SPORTS DE COMBAT :

Les sports de combat peuvent se définir comme « l'ensemble des activités physiques dans lesquelles deux adversaires s'affrontent dans un combat »<sup>1</sup> régi par un règlement. Nous distinguons les sports de combat avec percussion à l'exemple du taekwondo et de la boxe, et les sports de combat avec préhension à l'instar du judo et de la lutte olympique. Il faut aussi retenir que la plupart de ces sports de combat peuvent être mixtes dans la mesure où certains sports de combat avec préhension tel que le karaté comporte des règles autorisant la préhension ; cela est aussi valable pour certains sports de combat avec préhension tel que la lutte avec frappe où la percussion est permise.

### II.1.B. LES ARTS MARTIAUX :

Arts guerriers traditionnels ou même méthode de combat avec ou sans armes venant du Japon, les arts martiaux sont définis comme des « disciplines individuelles d'attaque et de défense d'origine japonaise »<sup>2</sup>.

Le développement de ces arts martiaux et leur assimilation du monde moderne en ont fait des sports de combat.

Seulement, il est important de savoir que tous les arts martiaux ne sont pas des sports de combat, d'où l'utilité de lever l'équivoque qui existe entre ces deux concepts. En effet, « un art martial qui se restreint aux combats sur le tapis n'est plus un art martial à part entière »<sup>3</sup> ; les arts martiaux se différencient des autres sports de combat par l'esprit et la philosophie qu'ils véhiculent.

---

<sup>1</sup> *Le Petit Larousse*, Grand Format 2003, LAROUSSE/VUEF 2002

<sup>2</sup> *Dictionnaire HACHETTE*, Ed. 2003

<sup>3</sup> **A. PROTIN**, *Aïkido, un art martial, une autre manière d'être*, Ed. DANGLES, 1986

### **II.1.C. LE TÆKWONDO :**

Sport de combat voisin du karaté, le taekwondo est un art martial d'origine coréenne.

Etymologiquement, le taekwondo peut se traduire par la voie des pieds et des poings (« tae » qui veut dire pied ; « kwon » qui signifie poing ; et « do » qui se traduit par la voie, l'esprit). Il faut remarquer que le dernier idéogramme souligne l'importance du côté philosophique de l'art martial qui élève le taekwondo au-delà d'un simple assemblage de techniques de combat ou de self défense. C'est dans ce sens d'ailleurs que le taekwondo est défini comme « l'art martial du sage » car il a pour but de développer et de perfectionner, par une discipline rigoureuse, toutes les facultés spirituelles et physiques du pratiquant.

Le pratiquant de taekwondo est appelé « taekwondoïste ».

## **II.2. Les valeurs du taekwondo**

### **II.2.A. L'ESPRIT ET LA PHILOSOPHIE DU TÆKWONDO :**

Le taekwondo n'est pas juste une façon d'apprendre à se battre, mais une façon de vivre. Donc il est important de ne pas se méprendre sur les origines et les fondements du taekwondo afin que sa signification ne se perde pas sous l'effet de l'olympisme.

Le taekwondo est de plus en plus pratiqué comme un simple sport de combat alors qu'on ne devrait pas. En effet, la pratique du taekwondo est un savant mélange de techniques pures, de mises en situations duellistes, de combats avec contact et de combats libres ou self défense.

La pratique compétitive pousse les jeunes à se spécialiser dans un domaine et ce de plus en plus tôt. Il est nécessaire, même en tant que compétiteurs techniques ou combattants, de s'exercer dans tous les domaines du taekwondo qui sont très souvent complémentaires et qui permettront aux pratiquants de ne pas passer à côté de la voie martiale, le DO.

Les taekwondoïstes peuvent accroître leur physique et leur mental en s'entraînant ; cela leur donne plus de confiance en eux, mais cela ne doit pas aller dans le mauvais sens, celui du sentiment de supériorité.

Le but final du taekwondo est d'atteindre une harmonie avec soi-même et la nature. L'équilibre est atteint en contrôlant les bonnes et mauvaises forces : le Yin et le Yang.

### **II.2.B. LE SERMENT DU PRATIQUANT :**

« Je m'engage à respecter et à obéir scrupuleusement l'esprit du taekwondo, les ordres des maîtres et des anciens ;

Je m'engage à ne pas contrarier l'esprit des arts martiaux ;

Je serai, où que je sois, l'apôtre de la paix et de la justice ;

J'aurai à cœur le développement du taekwondo, l'honneur de la patrie et

Je vouerai mon corps et âme à la promotion de notre discipline : le TAEKWONDO ».

### **II.2.C LES VERTUS DU PRATIQUANT :**

#### **❖ *Le courage (« Bek jeul boul goul ») :***

Le courage est une des notions fondamentales du Bushido. Il désigne la capacité d'endurer sans faire défaut à l'exemple d'affronter ses peurs. Selon Inazō NITOBÉ, le courage « se comprend comme une vertu de celui qui affronte le danger ou supporte la douleur »<sup>4</sup>. Néanmoins, être courageux ne signifie pas être inconscient. Au contraire, c'est connaître ses peurs et savoir les dépasser.

Pour l'esprit du taekwondo, le courage, s'il n'est pas mis au service de la justice, n'est pas digne d'être considéré comme une vertu.

#### **❖ *La courtoisie (« Yé eui ») :***

Le mot « courtois » signifie au départ « qui vient de la cour ». La courtoisie désigne une façon d'être, l'ensemble des attitudes, des comportements marqués par la politesse. La courtoisie du taekwondoïste se traduit par sa noblesse de cœur qui fait de lui une personne franche, polie et subtile.

---

<sup>4</sup> I. NITOBÉ, *Bushidō, l'âme du Japon*, 1900, p.35

❖ **La loyauté (« Yem tchi ») :**

La loyauté est une qualité morale ; elle est la fidélité ou le dévouement envers une cause ou une personne. La loyauté exclut la tromperie et le mensonge.

Ainsi, il semble que la loyauté est l'expression d'une reconnaissance à l'égard du lien qui existe entre un individu et un autre ou avec un groupe. Donc la personne loyale accepte « les liens qu'impliquent ses relations avec les autres –parents, amis, supérieurs, pays, institutions – de telle sorte qu'elle défend et renforce les valeurs qu'ils représentent »<sup>5</sup>.

❖ **La maîtrise de soi (« Guek ki ») :**

La maîtrise de soi est la faculté de contrôler et de maîtriser différents éléments de notre vie. Elle est la résistance aux emportements, aux plaisirs fallacieux et à toute sorte d'intempérance.

La maîtrise de soi concerne tout notre être : l'esprit, l'âme et le corps ; car la maîtrise de soi qui « n'embrasse que le corps, et dans laquelle l'esprit ne collabore pas est celle du faible et du lâche »<sup>6</sup>.

❖ **La persévérance (« Inn ne ») :**

La persévérance est la volonté de continuer de faire ce que l'on a résolu. Une fois sa décision prise, la personne persévérante met en œuvre les moyens nécessaires pour atteindre le but poursuivi, en dépit des difficultés internes ou externes.

Seulement, la persévérance n'est pas compatible avec l'obstination. Car après avoir pris une décision, il ne s'agit pas de poursuivre à tout prix notre objectif si nous nous apercevons que nous nous sommes trompés soit sur le but, soit sur les moyens.

---

<sup>5</sup> J.O. DRESSAYRE et D. MERIGOT, *Le génogramme imaginaire*, Ed. E.S.F.

<sup>6</sup> M. GANDHI (1869 - 1948), cité par A. PROTIN dans *Aikido, un art martial, une autre manière d'être*



Chapitre III :

ÉTAT  
DES  
LIEUX

### III.1. Structures et fonctionnement de la fédération

- ❖ *Le comité directeur* est composé de dix-huit membres dont un tiers élu lors d'une assemblée générale, le deuxième tiers est choisi par cooptation, et le tiers restant est nommé par le ministre des sports.

Les membres du bureau fédéral sont choisis parmi les membres du comité directeur.

- ❖ *Le bureau fédéral* est composé de :
  - **La Présidence** : le président a la tâche d'administrer directement les affaires fédérales en s'appuyant sur le secrétaire général et le trésorier. Il est épaulé dans sa mission par deux vices président.
  - **Le Secrétariat Général** : le secrétaire général a pour mission de doter à la fédération d'une administration efficace, organisée et surtout opérationnelle. Son contact permanent avec le président et le trésorier doit contribuer au traitement diligent des affaires courantes. Le secrétaire général doit traiter l'ensemble du courrier de la fédération, arrivées et départs, à temps utile. Il est secondé par son adjoint.
  - **La trésorerie Générale** : le trésorier général est chargé de la gestion des différentes dépenses de la fédération, d'assurer les mécanismes de paiements des perdiem et de remboursement des assurances. Il est aidé dans sa tâche par un adjoint.
- ❖ *La direction technique* a pour fonction d'assurer la planification et la programmation des activités de la fédération. Elle est aussi chargée de la formation des athlètes ainsi que des officiels, avec l'aide de ses commissions spécialisées.
  - **Commission des grades**
  - **Commission des arbitres**
  - **Commission presse et communication**
  - **Commission d'organisation**
  - **Commission C.Q.R.P.**
  - **Commission médicale**

## III.2. Les activités de la fédération

### ❖ *Les passages de grades :*

Durant chaque saison sportive, la fédération sénégalaise de taekwondo s'évertue à organiser au moins deux (2) passages de grades séparés de six (6) mois ; ces passages de grades sont destinés aux candidats au 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> dan.

### ❖ *Les stages et/ou formations :*

Dans le cadre de sa mission, la D.T.N. organise au cours de l'année sportive des stages pour la formation des athlètes, des arbitres, mais aussi des animateurs fédéraux.

### ❖ *Les compétitions :*

Au niveau national, la fédération organise durant chaque saison sportive pas moins de cinq (5) compétitions majeures :

- La coupe du ministre de l'Intérieur
- La coupe du Président de l'assemblée nationale
- La coupe de son excellence l'ambassadeur de la République de Corée au Sénégal
- La coupe du Ministre d'état, ministre des sports
- La coupe du Président de la fédération sénégalaise de taekwondo.

Au niveau international, le Sénégal participe depuis 1995 aux compétitions internationales. Néanmoins la participation des athlètes sénégalais se fait en fonction des invitations reçues, des qualifications de ces athlètes, mais aussi et surtout en fonction des moyens de la fédération.

### III.3. Ressources humaines

La fédération sénégalaise de taekwondo est l'une des dernières nées mais occupe déjà la seconde place par le nombre de ses licenciés qui est estimé à plus de 15000 à ce jour. Cette importante population comprend des hommes, des femmes et des enfants répartis dans 182 clubs implantés à travers les quatorze régions du pays. Le Sénégal compte aujourd'hui plus de 500 ceintures noires fichés par la Fédération Mondiale de Taekwondo, du 1<sup>er</sup> au 6<sup>ème</sup> Dan, ce qui donne une reconnaissance internationale à leurs diplômes. Les plus gradés sont des policiers, gendarmes et militaires, ce qui est un autre gage de discipline et de stabilité.

### III.4. Le Palmarès du Sénégal

#### ❖ *6<sup>e</sup> Jeux Africains d'Harare 1995*

- ✓ 01 médaille d'argent
- ✓ 01 médaille de bronze

#### ❖ *Championnats d'Afrique de Johannesburg 1996*

- ✓ 03 médailles d'argent
- ✓ 03 médailles de bronze
- ✓ 01 trophée Fair Play

#### ❖ *Championnats Ouest Africains de Bamako 1997*

- ✓ 02 médailles d'or
- ✓ 02 médailles d'argent
- ✓ 04 médailles de bronze
- ✓ Vice champion par équipe

#### ❖ *Championnats ouest Africains de Niamey 2000*

- ✓ 04 médailles d'or
- ✓ 01 médaille d'argent
- ✓ 02 médailles de bronze
- ✓ Trophée de la meilleure équipe

#### ❖ *6<sup>e</sup> Championnats d'Afrique de Dakar 2001*

- ✓ 04 médailles d'or

- ✓ 02 médailles d'argent
- ✓ 02 médailles de bronze
- ✓ Champion d'Afrique par équipe (hommes)
- ✓ Vice champion d'Afrique par équipe (dames)
- ✓ Champion d'Afrique toutes catégories

❖ *Jeux Africains d'Alger 2007*

- ✓ 03 médailles d'or
- ✓ 01 médaille d'argent
- ✓ 03 médailles de bronze

❖ *Challenge du Lion d'or National 2008*

❖ *Participation aux 29<sup>e</sup> jeux Olympiques de Beijing 2008*

❖ *Coupe du monde francophone Gabon 2008*

- ✓ 02 médailles d'or
- ✓ 01 médaille d'argent
- ✓ Trophée du meilleur combattant.



*Chapitre IV :*

**GÉNÉRALITÉS  
SUR LE  
TÆKWONDO  
AU SÉNÉGAL**

## **IV.1. La tenue de Taekwondo**

La tenue de taekwondo est appelée « dobok ». Elle est composée d'un pantalon nommé « tee bok » et d'une veste dite « ane bok », en plus de la ceinture dont la couleur dépend du grade. Veste et pantalon sont de couleur blanche, symbole de la pureté. Tous deux sont en coton et amples de manière à donner une grande liberté de mouvement à celui qui les porte.

## **IV.2. Les Grades, Degrés et Ceintures**

En Taekwondo, les capacités individuelles de développement personnel, d'engagement et de technique sont évaluées par deux échelles de promotion : les grades (keup) d'abord, puis les degrés (dan). La progression du débutant commence par un grade inférieur (8<sup>e</sup> keup) et se termine avec le 1<sup>er</sup> grade, tandis que les degrés commencent au contraire par le 1<sup>er</sup> degré et finissent avec le 9<sup>e</sup> dan. Il est possible d'obtenir un 10<sup>e</sup> dan en taekwondo, mais il n'est décerné qu'à titre posthume.

Un âge minimal est requis pour l'obtention des différents degrés : 18 ans pour le 1<sup>er</sup> dan, 20 ans pour le 2<sup>e</sup> dan, 23 ans pour le 3<sup>e</sup> dan, 27 ans pour le 4<sup>e</sup> dan, etc. Si le candidat n'a pas l'âge requis, il peut obtenir un grade « poom ». Ce grade n'est jamais converti en degré mais permet le passage du degrés supérieur, dont l'obtention nécessite le passage d'un examen une fois que le pratiquant a atteint l'âge minimal requis : par exemple un jeune taekwondoïste ayant le 1<sup>er</sup> Poom, s'il participe avec succès à l'examen de grade supérieur, obtiendra directement le 2<sup>e</sup> dan s'il a 20 ans ou, s'il n'a pas l'âge minimal requis, obtiendra le 2<sup>e</sup> poom qui lui permettra de prétendre au 3<sup>e</sup> dan à partir de ses 23 ans.

D'une fédération à une autre, la correspondance entre grades et ceintures peut varier. Ainsi, tandis que la fédération française (FFTDA) utilise sept couleurs différentes pour les enfants et quatre pour les adultes, la fédération sénégalaise (FSTKD) en compte quatre pour toutes les catégories d'âge. La corrélation entre le niveau d'évolution du pratiquant et la couleur de la ceinture se fait comme l'indique le tableau qui suit :

<b>GRADES ET DEGRÉS</b>	<b>COULEUR DE LA CEINTURE</b>	<b>DURÉE</b>
0 keup	<b>BLANCHE</b>	3 mois au moins
8 <sup>e</sup> keup	<b>JAUNE</b>	3 mois au moins
7 <sup>e</sup> keup		3 mois au moins
6 <sup>e</sup> keup	<b>BLEUE</b>	3 mois au moins
5 <sup>e</sup> keup		3 mois au moins
4 <sup>e</sup> keup	<b>ROUGE</b>	3 mois au moins
3 <sup>e</sup> keup		4 mois au moins
2 <sup>e</sup> keup		6 mois au moins
1 <sup>er</sup> keup		6 mois au moins
1 <sup>er</sup> dan	<b>NOIRE</b>	2 ans au moins
2 <sup>e</sup> dan		3 ans au moins
3 <sup>e</sup> dan		4 ans au moins
4 <sup>e</sup> dan		5 ans au moins

### **IV.3. Les principales techniques de base**

#### **IV.3.1. LES TECHNIQUES DE MAINS (« KIBONG DOJANG ») :**

Quasiment pas utilisées en compétition, elles portent des noms techniques ou composés. Elles peuvent être caractérisées par :

- un nom de position de main : jumeok (le poing de face), deung jumeok (le revers du poing), mejumeok (le marteau du poing), sonnall (le tranchant de la main), bantangson (la paume), pyeon sonkkeut (le bout des doigts tendus et serrés), kawon sonkkeut (le bout de deux doigts tendus et écartés), palkup (le coude), palmok (l'avant-bras),...
- un nom de mouvement : Yeop (coup latéral), nelyeo (de haut en bas, coup du marteau), pandé (avec la main du même côté que la jambe avant), paro (avec la main du même côté que la jambe arrière),...
- un nom de hauteur : aré (niveau bas), momtong (niveau moyen), eogul (niveau haut),...

- un nom de technique : chigi, jireugi, chilleugi (attaque) ou maki (blocage).

#### IV.3.2. LES TECHNIQUES DE PIEDS (« KIBONG BAL CHAGI ») :

Le taekwondo est surtout célèbre pour ses techniques de pied spectaculaires. Les principales techniques de pied sont répertoriées dans le tableau suivant :

<i><b>NOM</b></i>	<i><b>MOUVEMENT</b></i>	<i><b>SURFACE DE FRAPPE</b></i>
Ap chagi	Direct (avant)	Bol du pied ou dos du pied
Yeop chagi	latéral	Talon ou tranchant du pied
Dollyeo chagi	Circulaire (avant)	Dessus du pied ou bol du pied
Ap dollyeo chagi	Semi-circulaire (avant)	Dessus du pied ou bol du pied
Dwi chagi	Direct (arrière)	Talon
Tchiga chagi	De haut en bas (marteau)	talon ou plat du pied (jambe tendue)
duhooryo chagi	Circulaire 360° (arrière)	Talon ou plat du pied (jambe tendue)

Contrairement à de nombreuses idées reçues, en particulier à cause des règles de compétition, qui n'autorisent les coups qu'au dessus de la ceinture, les différents coups de pied peuvent être exécutés à tous les niveaux : bas (jambes ou éventuellement organes génitaux), moyen (plexus solaire ou côtes flottantes), ou haut (visage ou gorge).

### IV.3.3. LES FORMES (« POOMSE ») :

Les Poomses comportent très peu de techniques par rapport à toutes celles contenues en taekwondo, car le Poomse est un noyau de travail, il contient des principes techniques. La première critique est qu'il existe très peu de coups de pied dans les Poomses. Seulement, ceci s'explique quand on sait que les formes restent un noyau, les coups de pieds s'y trouvant sont les trois (3) coups de pied de base (ap chagi, Yeop chagi et dollyeo chagi), desquels dérivent tous les autres, ainsi que l'introduction des techniques sautées (« ttwio »), sautées en enchaînement (« dubal dangseong ») et sur cible (« pyojok »).

Les principales formes depuis le débutant jusqu'au 5<sup>e</sup> dan sont :

- ❖ Du débutant au 1<sup>er</sup> keup : à ce niveau, les formes sont appelées « taegeuk » et sont au nombre de huit (8). Chacune d'elles possède son propre nom.

- 1) Il jang
- 2) Yi jang
- 3) Sam jang
- 4) Saa jang
- 5) Oh jang
- 6) Youk jang
- 7) Tchil jang
- 8) Pal jang

- ❖ Du 1<sup>er</sup> dan au 5<sup>e</sup> dan : les formes possèdent des noms beaucoup plus qualificatifs, et chaque degré a sa forme qui lui est spécifique.

1<sup>er</sup> dan → Koryo

2<sup>e</sup> dan → Keum Gang

3<sup>e</sup> dan → Taebaek

4<sup>e</sup> dan → Pyong Won

5<sup>e</sup> dan → Shipjin

Chaque Poomse amène avec lui son lot de principes techniques, ce qui augmente considérablement le nombre de techniques acquises avec un nouveau Poomse.

Au-delà de cet aspect dans le nombre de techniques, le Poomse contient de nombreux « pièges » où le pratiquant débutants tombera, et qui ont pour but de travailler sa proprioception et sa psychomotricité.

Le troisième aspect du Poomse, sûrement le plus important, est les valeurs qui doivent être transmises avec chaque nouvelle forme. Si nous prenons l'exemple du 1<sup>er</sup> « jang », il est symbolisé par le ciel qui est le signe du débutant car « toute vie commence par le ciel » ; le 2<sup>e</sup> « jang » est symbolisé par le lac qui apprend le calme ; « Koryo » est le nom d'une ancienne dynastie coréenne, les gens de cette période ont battu les envahisseurs mongols et leur respect se reflète à travers ce Poomse ; « Keum Gang » reflète des mouvements qui sont forts comme le Keum Gang Son qui est une montagne coréenne , et aussi beau que le Keum Suk qui est un diamant.

## IV.4. La compétition technique

### IV.4.1. LES DIFFÉRENTES CATÉGORIES :

Il n'y a aucune limitation spécifique à Poom et Dan pour les compétitions techniques par groupe.

Pour cette forme de compétition, les divisions hommes et dames seront groupées comme suit :

DIVISION		JUNIOR	1 <sup>er</sup>	2 <sup>e</sup>	1 <sup>e</sup>	2 <sup>e</sup>
			SENIOR	SENIOR	MASTER	MASTER
AGE		14-18 ans	19-30 ans	31-40 ans	41-50 ans	Plus de 50 ans
INDIVIDUEL	Homme	1	1	1	1	1
	Dame	1	1	1	1	1

DIVISION		1 <sup>er</sup>	2 <sup>e</sup>
AGE		14-35 ans	Plus de 36 ans
PAIRE		2	2
EQUIPE	Homme	3	3
	Dame	3	3

#### IV.4.2. LES POOMSES RECONNUS :

<b>DIVISION</b>		<b>1<sup>er</sup> POOMSE OBLIGATOIRE</b>	<b>2<sup>e</sup> POOMSE OBLIGATOIRE</b>
<b>DIVISION JUNIOR (14-18 ans)</b>		Taegeuk 4, 5, 6, 7 jang	Taegeuk 8, Koryo, keum Gang, Taebaek
<b>1<sup>ere</sup> DIVISION SENIOR (19-30 ans)</b>		Taegeuk 6, 7, 8 jang, Koryo	keum Gang, Taebaek, Pyong Won, Ship Jin
<b>2<sup>e</sup> DIVISION SENIOR (31-40 ans)</b>			
<b>1<sup>ere</sup> DIVISION MASTER (41-50 ans)</b>		Taegeuk 8, Koryo, keum Gang, Taebaek	Pyong Won, Ship Jin, Jitae, Chonk Won
<b>2<sup>e</sup> DIVISION MASTER (51 ans et plus)</b>		Koryo, keum Gang, Taebaek, Pyong Won	Ship Jin, Jitae, Chonk Won, Hansu
<b>PAIRE</b>	<b>14-35 ans</b>	Taegeuk 6, 7, 8 jang, Koryo	keum Gang, Taebaek, Pyong Won, Ship Jin
	<b>36 ans et plus</b>	Taegeuk 8, Koryo, keum Gang, Taebaek	Pyong Won, Ship Jin, Jitae, Chonk Won
<b>EQUIPE</b>	<b>14-35 ans</b>	Taegeuk 6, 7, 8 jang, Koryo	keum Gang, Taebaek, Pyong Won, Ship Jin
	<b>36 ans et plus</b>	Taegeuk 8, Koryo, keum Gang, Taebaek	Pyong Won, Ship Jin, Jitae, Chonk Won

Comme l'indique le tableau ci-dessus, deux (2) Poomses doivent être exécutés obligatoirement par les compétiteurs.

Durant les éliminatoires, chaque compétiteur, ou chaque paire ou équipe, exécutera un (1) Poomse parmi les 1<sup>er</sup> Poomses obligatoires. La moitié des candidats sera sélectionnée en se basant sur leurs points.

Durant la demi-finale, un (1) des 2<sup>e</sup> Poomses obligatoires sera exécuté ; et huit (8) concurrents seront sélectionnés sur la base de leurs points.

Durant la finale, chaque concurrent se doit d'exécuter un (1) des 2<sup>e</sup> Poomses obligatoires parmi ceux qu'il n'avait pas fait durant la demi-finale. Les trois meilleurs concurrents seront médaillés.

#### **IV.4.3. LA MÉTHODE DE MARQUAGE DES POINTS :**

Le marquage se fera selon les règles la Fédération Mondiale de Taekwondo (FMT).

Le total des points est de dix (10) et réparti comme suit :

❖ Exactitude = cinq (5) points

Un (1) point sera déduit pour chaque mauvaise performance dans les mouvements de base ou dans l'exactitude du Poomse.

0.5 point sera déduit pour chaque erreur et sera considéré comme une faute dans les mouvements de base.

❖ Présentation = cinq (5) points

- L'habileté

Dans l'habileté, un (1) point sera déduit si le concurrent n'accomplit pas les critères de coordination, vitesse et de l'utilisation exacte de la puissance.

0.5 point sera déduit pour chaque erreur et sera considéré comme une faute dans les mouvements de base.

- L'expression

0.5 point sera déduit si le concurrent ne met pas la puissance, la vitesse, le rythme et la force correctement.

0.5 point sera déduit à chaque fois que le concurrent commet une erreur dans la distribution de la puissance, vitesse, rythme et force.

❖ Déduction des points

Si un concurrent dépasse la limite du temps, 0.5 point sera déduit du score final.

Si un concurrent touche la ligne limite, 0.5 point sera déduit du score final.

❖ Calcul des points

Après l'évaluation de l'exactitude et de la présentation, le score définitif sera la moyenne du total des différents juges après la suppression des plus hauts et plus bas nombre dans chaque exactitude et présentation.

Toutes les pénalités accumulées durant la compétition seront prises en compte et seront déduites du score final.

#### **IV.4.4. LES ACTES INTERDITS ET LES PÉNALITÉS :**

Les pénalités seront divisées en « gam jeom » et sont déclarées par le juge.

Tout comportement indésirable ou toute mauvaise conduite de la part d'un concurrent ou d'un entraîneur est classé comme acte interdit.

Le comportement indésirable inclut toute action physique ou attitude qui ne peut être acceptée comme sportive ou taekwondoïste et venant d'un concurrent ou d'un entraîneur. Egalement, toute action qui perturbe le progrès du concours et/ou tout comportement qui critique sévèrement la décision du juge, ou tout égal qui exerce la fonction, en utilisant une méthode irrégulière seront sanctionnés.

### **IV.5. La compétition combat**

#### **IV.5.1. L'ÉQUIPEMENT DE PROTECTION :**

Le taekwondo étant un sport de contact, les athlètes de taekwondo, pour éviter les blessures, utilisent plusieurs protections. Parmi ces équipements, les plus essentiels et indispensables sont : un plastron de couleur rouge ou bleue pour protéger le tronc ; un casque de couleur rouge, bleue ou blanche pour la protection de la tête ; une coquille pour protéger les organes génitaux; des coudières ou avant-bras, des protégés tibia faits avec une matière appropriée et des protégés dents.

#### **IV.5.2. RÉSUMÉ DE L'ARBITRAGE :**

Ceci n'est qu'un bref résumé de l'arbitrage, il regroupe juste les règles de base à savoir pour comprendre et apprécier un combat lors d'une compétition combat.

L'aire de combat est une surface de 100 m<sup>2</sup> (un carré de 10m x 10m). Sur l'aire de combat se trouvent uniquement les deux combattants et l'arbitre central. A chaque angle de l'aire, à 0.5m, se trouve un juge (ce sont eux qui valident les points) ; et face au public, à 4m de l'aire de combat, se trouve la table d'arbitrage avec le juge marqueur ou la « scoring machine » (si on en dispose). La scoring machine est un appareil qui affiche le round, le temps restant, le score et les sanctions. Sur la table d'arbitrage se trouvent également les superviseurs.

Pour marquer un point il faut qu'au moins trois (3) des quatre juges de coin valident le point.

L'arbitre central est là pour gérer le combat, c'est-à-dire le temps des rounds, les fautes, les sanctions et préserver la sécurité des combattants en prévenant le médecin lors d'un knock-out ou d'une blessure.

Pour gagner un combat, un compétiteur doit être le premier à marquer douze (12) points (avec retrait de points dû aux fautes), ou avoir sept (7) points d'écart avec son adversaire (avec retrait de points dû aux fautes).

Un compétiteur perd automatiquement le combat s'il arrive à un total de moins quatre (- 4), soit huit (8) avertissements ou quatre (4) sanctions ou deux (2) sanctions et quatre (4) avertissements. Si aucun des combattants n'est déclaré vainqueur avant l'issue du troisième round, on fait alors le total des points avec retrait des points dû aux fautes des deux combattants, et celui ayant le plus de points gagne le combat.

En cas d'égalité, un quatrième round a lieu avec la règle du point en or ; le premier des combattants à marquer un point gagne, le premier arrivé à moins un (-1) point perd.

Si aucun des combattants ne marque de point ou n'arrive à moins un, c'est la décision des quatre juges et de l'arbitre central qui désigne le vainqueur ; il n'y a donc aucune possibilité d'avoir un match nul.

Les trois autres possibilités de victoires sont l'abandon de l'adversaire, l'arrêt du combat par décision de l'arbitre central (si par exemple il voit que le combattant n'est pas en mesure de reprendre le combat mais qu'il ne veut pas déclarer forfait) et aussi le knock-out qui survient lorsque l'un des combattants reçoit un coup fort entraînant son incapacité à reprendre le combat en dix (10) secondes ; comme pour le standing down le combattant est compté par l'arbitre, si à 10 il n'a pas fait de kiap c'est son adversaire qui est déclaré vainqueur sauf en cas de knock-out consécutif à un coup interdit (coup de genoux, coude, en dessous de la ceinture, etc.).

#### **IV.5.3. COUPS AUTORISÉS :**

Tous les coups doivent être portés debout et au-dessus de la ceinture.

Les coups de pieds sont autorisés au niveau de la tête et du plastron. Le coup le plus utilisé en compétition est le « ap dollyeo chagi ». Les coups de poings n'étant autorisés

qu'au niveau du plastron, leur utilisation était presque nulle ; mais cela a changé depuis le début de la saison 07/08 grâce à un assouplissement des règles d'arbitrage qui demandaient presque un standing down à chaque coup de poing et qui se contentent maintenant juste d'un coup placé correctement et avec suffisamment d'impact pouvant faire tomber ou déplacer en arrière le combattant qui le reçoit d'un point A à un point B.

#### **IV.5.4. COMPTAGE DES POINTS :**

Un coup de pied porté à la tête rapporte deux (2) points, est entendu comme coup valide tout coup de pied touchant le casque/tête s'il n'est pas précédé d'une faute. Si en plus le coup provoque un standing down le combattant se voit gratifier d'un point supplémentaire.

Un coup de pied ou de poing porté sur le plastron avec précision et puissance rapporte un (1) point. Si en plus le coup provoque un standing down le combattant se voit gratifier d'un point supplémentaire.

Est dit en état de standing down tout combattant recevant un coup et qui est incapable de poursuivre le combat immédiatement. Lorsque cela arrive, le combattant est compté par l'arbitre jusqu'à huit (8 secondes) ; si à la fin du décompte le combattant pousse un kiap son adversaire se voit gratifier d'un point supplémentaire. Donc trois (3) points pour un coup de pied porté à la tête et deux (2) points pour un coup de pied ou de poing porté sur le plastron.

#### **IV.5.5. AVERTISSEMENTS ET SANCTIONS :**

- Avertissement ou « kyong-go » : c'est une pénalité sanctionnée par la déduction d'un demi ( $\frac{1}{2}$ ) point au compteur du combattant ayant commis la faute. Le kyong-go est attribué après les fautes suivantes :
  - Tomber sans aucune faute provoquée par l'adversaire
  - Refuser le combat en tournant le dos
  - Saisir ou pousser l'adversaire avec les paumes de la main
  - Attaquer à l'haine
  - Donner un coup de poing non intentionnel au visage

- Interrompre le déroulement du combat de la part du combattant ou du coach.

A la fin des trois rounds, si le combattant n'enregistre qu'un seul kyong-go alors ce dernier ne sera pas comptabilisé. Cela est aussi valable pour un nombre de kyong-go impair ; par exemple si le combattant totalise trois (3) kyong-go, seuls les deux (2) seront comptabilisés.

- Sanction ou « gam-jeom » : c'est une pénalité sanctionnée par la déduction d'un (1) point au compteur du combattant ayant commis la faute. Le gam-jeom est attribué après les fautes suivantes :
  - Attaque après le « kalyeo » de l'arbitre
  - Coup de poing intentionnel au visage
  - Projeter volontairement l'adversaire
  - Interruption temporaire du combat par des expressions verbales déplacées ou par un comportement déplacé de la part du combattant ou du coach.

**N.B.** : tout combattant qui totalise huit (8) kyong-go ou quatre (4) gam-jeom perd automatiquement le combat.

#### IV.5.6. LA CATÉGORISATION :

L'étude des catégories au taekwondo montre que les pratiquants sont catégorisés en fonction de leur âge, et que dans chaque catégorie d'âge se trouvent plusieurs catégories de poids.

##### ❖ *Les catégories d'âge :*

Nous distinguons quatre (4) catégories réparties en fonction de l'âge :

- la catégorie cadette → les moins de 14 ans ;
- la catégorie junior → entre 14 ans et 17 ans ;
- la catégorie senior → entre 17 ans et 35 ans ;
- la catégorie vétéran → les plus de 35 ans.

La catégorie vétéran ne participe qu'aux compétitions techniques, et rarement d'ailleurs.

Pour ce qui est de la catégorie cadette, elle participe aux différents types de compétitions mais seulement au niveau national eu égard à l'absence de compétitions internationales incluant cette catégorie. C'est pourquoi, lors de compétitions nationales où la catégorie cadette est prise en compte, il incombe aux organisateurs de déterminer les catégories de poids.

❖ **Les catégories de poids :**

- Nous avons dix (10) catégories de poids chez les **JUNIORS**, en garçons comme en filles ; et chaque catégorie de poids porte un nom. La corrélation entre la catégorie de poids et le nom est indiquée dans le tableau suivant :

<b>Nom de la catégorie</b>	<b>Poids filles</b>	<b>Poids garçons</b>
Fin	Moins de <b>42 Kg</b>	Moins de <b>45 kg</b>
Fly	Moins de <b>44 Kg</b>	Moins de <b>48 kg</b>
Bantam	Moins de <b>46 Kg</b>	Moins de <b>51 kg</b>
Feather	Moins de <b>49 Kg</b>	Moins de <b>55 kg</b>
Light	Moins de <b>52 Kg</b>	Moins de <b>59 kg</b>
Welter	Moins de <b>55 Kg</b>	Moins de <b>63 kg</b>
Light-middle	Moins de <b>59 Kg</b>	Moins de <b>68 kg</b>
Middle	Moins de <b>63 Kg</b>	Moins de <b>73 kg</b>
Light-heavy	Moins de <b>68 Kg</b>	Moins de <b>78 kg</b>
Heavy	plus de <b>68 kg</b>	Plus de <b>78 kg</b>

- Au niveau des **SENIORS** nous avons huit (8) catégories de poids avec leur nom

<b>Nom de la catégorie</b>	<b>Poids Dames</b>	<b>Poids Hommes</b>
Fin	Moins de <b>47 kg</b>	Moins de <b>54 kg</b>
Fly	Moins de <b>51 kg</b>	Moins de <b>58 kg</b>
Bantam	Moins de <b>55 kg</b>	Moins de <b>62 kg</b>

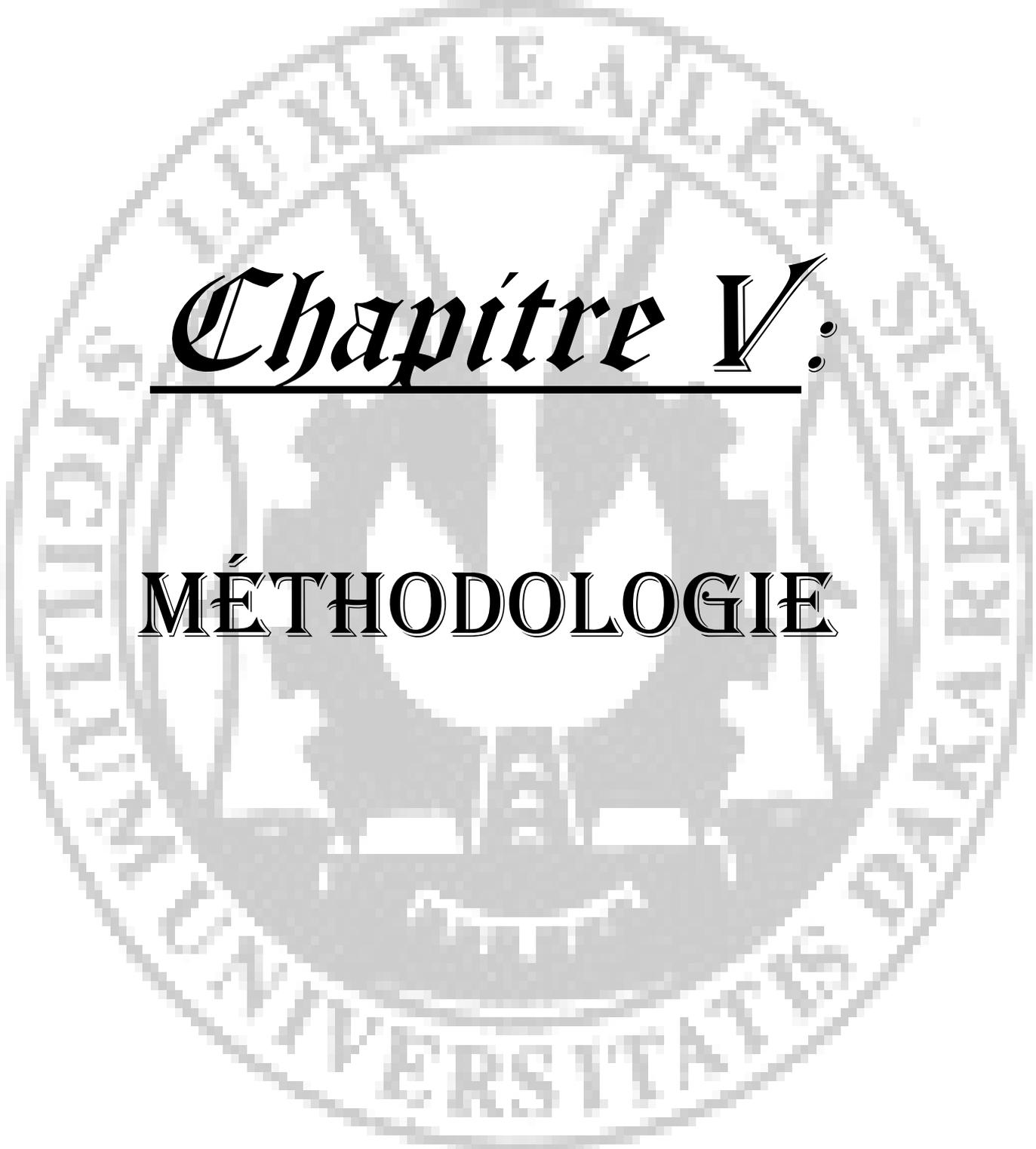
Feather	Moins de <b>59 kg</b>	Moins de <b>67 kg</b>
Light	Moins de <b>63 kg</b>	Moins de <b>72 kg</b>
Welter	Moins de <b>67 kg</b>	Moins de <b>78 kg</b>
Middle	Moins de <b>72 kg</b>	Moins de <b>84 kg</b>
Heavy	plus de <b>72 kg</b>	Plus de <b>84 kg</b>

- Durant les compétitions **PAR ÉQUIPE** (senior), chaque équipe se doit de présenter cinq (5) combattants pour les cinq (5) catégories de poids suivantes :

<b>Poids Dames</b>	<b>Poids Hommes</b>
Moins de <b>47 kg</b>	Moins de <b>54 kg</b>
Moins de <b>54 kg</b>	Moins de <b>63 kg</b>
Moins de <b>61 kg</b>	Moins de <b>72 kg</b>
Moins de <b>68 kg</b>	Moins de <b>82 kg</b>
Plus de <b>68 kg</b>	Plus de <b>82 kg</b>

- Il y a des catégories qu'on nomme **CATÉGORIES OLYMPIQUES**. Ce sont les catégories retenues aux jeux olympiques et elles sont au nombre de quatre (4) chez les dames comme chez les hommes (seniors) :

<b>Poids Dames</b>	<b>Poids Hommes</b>
Moins de <b>49 kg</b>	Moins de <b>58 kg</b>
Moins de <b>57 kg</b>	Moins de <b>68 kg</b>
Moins de <b>67 kg</b>	Moins de <b>80 kg</b>
Plus de <b>67 kg</b>	Plus de <b>80 kg</b>



*Chapitre V :*

---

**MÉTHODOLOGIE**

## **V.1. Le cadre de l'enquête**

Dans le cadre de notre étude, nous nous sommes essentiellement intéressés à deux (2) régions du Sénégal : Dakar et Thiès.

Situé dans la presqu'île du Cap Vert, Dakar est la capitale du Sénégal et compte une population d'environ 2 452 656 habitants pour une superficie de 550 km<sup>2</sup>. La forte concentration économique et démographique dans cette région en fait un important centre d'affaires ; sans occulter que Dakar est la principale ouverture vers l'extérieur grâce à un port et un aéroport de statut internationale.

Nœud ferroviaire et routier, remarquablement situé sur l'axe Dakar Saint-Louis à 70 km de la capitale, Thiès est la deuxième région du Sénégal tant au plan économique que démographique. Sa population, qui est estimée à près de 1 290 265 habitants pour une superficie de 6 607 km<sup>2</sup>, est composée de 60 % de jeunes âgés de moins de 20 ans et 55 % de femmes. Région carrefour, Thiès constitue un pôle de développement sportif eu égard à la longue présence du C.N.E.P.S. dans la ville.

Pour mieux cerner notre sujet, nous avons ciblé les clubs ou dojangs sis dans ces deux (2) régions pour collecter nos données.

## **V.2. L'échantillonnage**

Nos enquêtes ont été effectuées auprès des pratiquants de taekwondo des régions Dakar et Thiès. Néanmoins, notre population d'étude n'est pas constituée de tous les pratiquants de taekwondo dakarois et thiessois. En effet, nous n'avons ciblé que les ceintures noires en considération à leurs années de pratique qui doivent leur permettre de répondre en connaissance de cause aux attentes de notre questionnaire. Ainsi, nous nous sommes retrouvés avec une population d'étude composée de quatre vingt et dix-sept (97) sujets.

## **V.3. L'outil de collecte de données**

Pour mener à bien notre étude, nous avons jugé nécessaire d'élaborer un questionnaire comme instrument de collecte car nous avons pensé qu'il constitue la meilleure

méthode de recueillir des données quantitatives eues égard au temps dont nous disposions.

Notre questionnaire a été élaboré en s'appuyant sur le thème : « Le taekwondo sénégalais : perspectives de développement ». Il est composé de quatorze (14) questions subdivisées en trois (3) grandes parties : la première est intitulée « Identification », la deuxième est titrée « Motivations » et la troisième est nommée « Problèmes et solutions préconisées ».

Le questionnaire a été élaboré à l'aide d'un logiciel informatique appelé « SPHINX Lexica » et a été dupliquée en cent (100) exemplaires que nous avons distribué aux sujets de notre étude.

#### **V.4. LA collecte des données**

Dans le cadre de la collecte des données de notre étude, nous nous sommes personnellement déplacé sur le terrain afin de distribuer les questionnaires auprès de notre population d'étude. Pour réduire les possibilités de perte, nous avons trouvé les enquêtés sur leur lieu d'entraînement à savoir les dojangs ; et nous nous assurons à chaque fois qu'ils avaient bien répondu aux questions avant de récupérer les questionnaires sur place.

Seulement, nous ne nous sommes pas limités à résumer la situation actuelle du taekwondo uniquement à travers ces questionnaires. En effet, il convient d'y ajouter les résultats de nos recherches effectuées sur le net, les nombreux documents et archives de la fédération que les cadres du taekwondo ont bien voulu mettre à notre disposition, mais aussi les témoignages de personnes ressources qui contribuent, de près ou de loin, au développement du taekwondo sénégalais.

Par voie de conséquence, notre étude a été conduite par deux (2) méthodes à savoir les enquêtes et l'analyse documentaire.

#### **V.5. LE traitement des données**

Pour traiter les résultats de nos enquêtes, nous avons de nouveau eu recours au logiciel informatique SPHINX pour le dépouillement et l'élaboration des graphiques

significatifs des résultats obtenus. C'est ainsi que pour chaque item de notre questionnaire, nous avons réalisé un graphique suivi de l'analyse et du commentaire des résultats correspondants.

Pour les questions ouvertes, nous avons procédé à l'analyse des réponses afin d'en faire les commentaires.

Il faut souligner que l'essentiel de nos analyses documentaires a été utilisé pour reconforter nos commentaires sur les résultats de nos enquêtes.

## **V.6. Difficultés rencontrées et limites de notre étude**

Comme dans toute étude sérieusement menée, nous nous sommes heurtés à pas mal de difficultés dans le cadre de nos recherches.

Tout d'abord, notre principal problème a été la rareté des documents écrits portant sur le taekwondo aussi bien dans les rayons de la bibliothèque de l'I.N.S.E.P.S. que dans ceux de la bibliothèque centrale de l'U.C.A.D..

Ensuite, il est impossible de passer sous silence le fait que beaucoup de nos enquêtés ne maîtrisaient pas assez la langue et l'écriture française. Du coup, nous étions parfois obligé de traduire certaines questions en wolof et de remplir certains questionnaires, mais sous la direction du questionné.

Enfin, l'outil informatique nous a fait faux bon aux derniers moments avec l'ordinateur ainsi que notre clé USB qui ont été infectés par un puissant virus, nous obligeant du coup à les formater et à reprendre la saisie de tout notre document. Malgré toutes ces difficultés, grâce au soutien et à la disponibilité des pratiquants de taekwondo que nous avons contacté sans oublier l'aide et la compréhension de notre professeur encadreur, nous avons pu relever le défi et mener à terme notre étude.

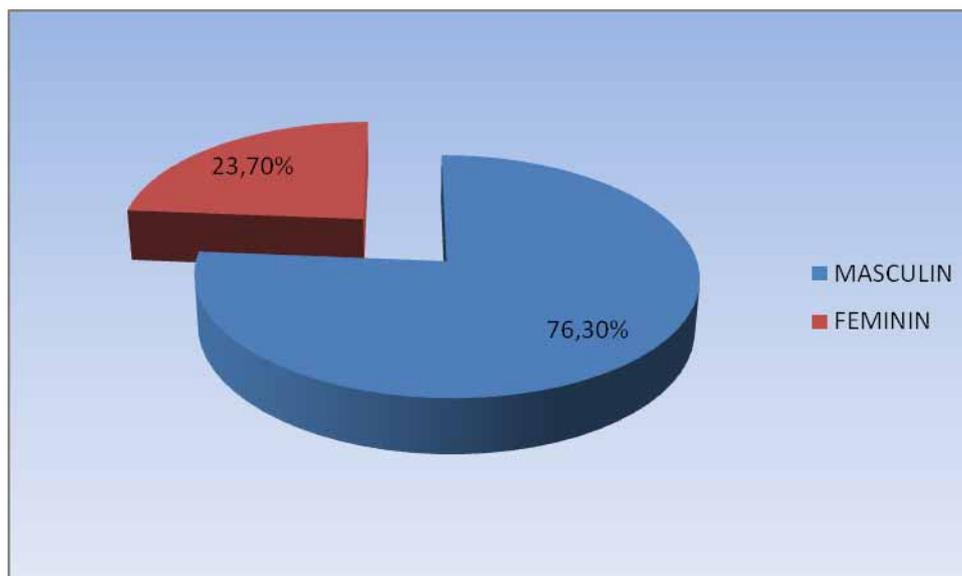
Seulement, comme l'œuvre humaine n'est jamais parfaite, nous faisons appel à notre honnêteté intellectuelle pour oser dire que notre étude n'est pas sans limites. En effet, notre étude peut être l'objet de critiques portant sur le fait que nous n'avons pris en compte que l'avis des pratiquants et que nous avons fait fi de l'opinion des dirigeants qui aurait été un plus pour notre travail.



*Chapitre VI:*

PRÉSENTATION,  
ANALYSE ET  
COMMENTAIRE  
DES RÉSULTATS

## GRAPHIQUE N°01 : Répartition en fonction du genre



D'après le graphique ci-dessus, nous constatons que :

- 23.7 % de nos enquêtés appartiennent au genre féminin
- et 76.3 % sont des hommes

La différence significative entre le sexe masculin (76.3 %) et le sexe féminin (23.7 %) se justifie par le fait que le taekwondo à son origine, comme tous les arts martiaux d'une manière générale, est très représentatif des valeurs masculines. Natsume MIWAKO écrit à ce propos en parlant du judo : « qu'il n'y a jamais eu beaucoup de femmes à pratiquer le judo au Japon parce que celui-ci est avant tout un art martial donc une méthode de guerre essentiellement virile »<sup>7</sup>. Et si aujourd'hui la progression du genre féminin dans le domaine du taekwondo paraît très rapide, il n'en demeure pas moins vrai que le nombre de pratiquantes reste nettement inférieur à celui des pratiquants. En effet, les femmes traînent derrière elles une image de douceur et de passivité à tel enseigne qu'elles se sentent plus concernées par des activités centrées sur l'esthétique corporelle, la forme physique,... Pour beaucoup de femmes, les arts martiaux sont des pratiques masculines ; raison pour laquelle, par timidité ou par manque d'assurance, elles se privent de pratiques martiales telles que le taekwondo.

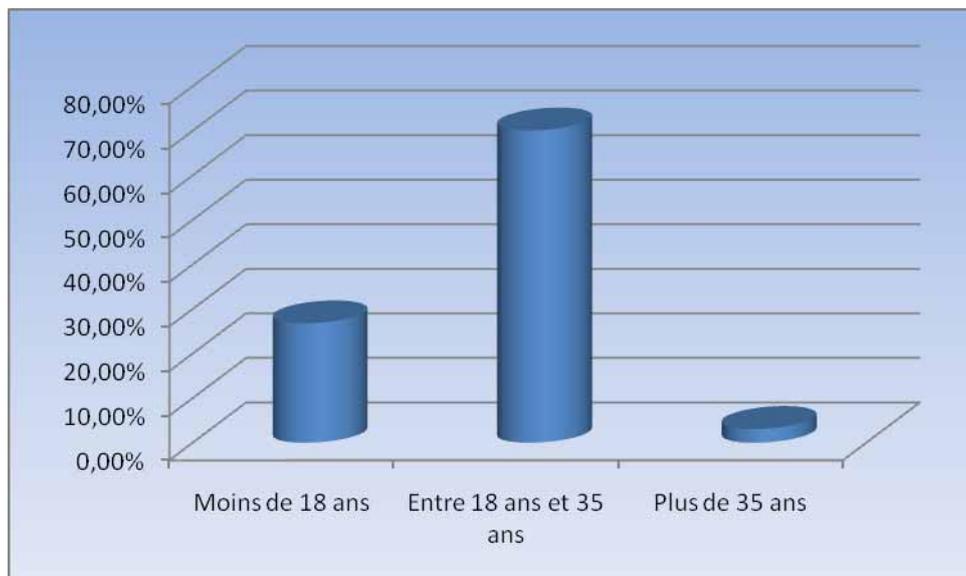
---

<sup>7</sup> N. MIWAKO, *Le judo féminin*, coll. Judo par ceinture, Ed. La Maison du judoka, Asnières, 1974

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

S'il est vrai que le taekwondo paraît encore réservé aux hommes, il reste également vrai que les femmes y participent aujourd'hui d'une façon qui varie fortement en fonction de l'âge et du milieu.

## GRAPHIQUE N°02 : Répartition en fonction de la tranche d'âge



D'après le graphique ci-dessus, nous remarquons que :

- 26.8 % de notre population d'étude sont âgés de moins de 18 ans
- 70.1 % sont âgés entre 18 et 35 ans
- et 03.1 % sont âgés de plus de 35 ans

Le creux qui existe entre ces trois (3) catégories d'âge est significatif du passage de l'état d'enfance à l'état d'adulte, et au 3<sup>e</sup> âge, avec tout ce que cela comporte comme implications physiologiques et psycho sociales.

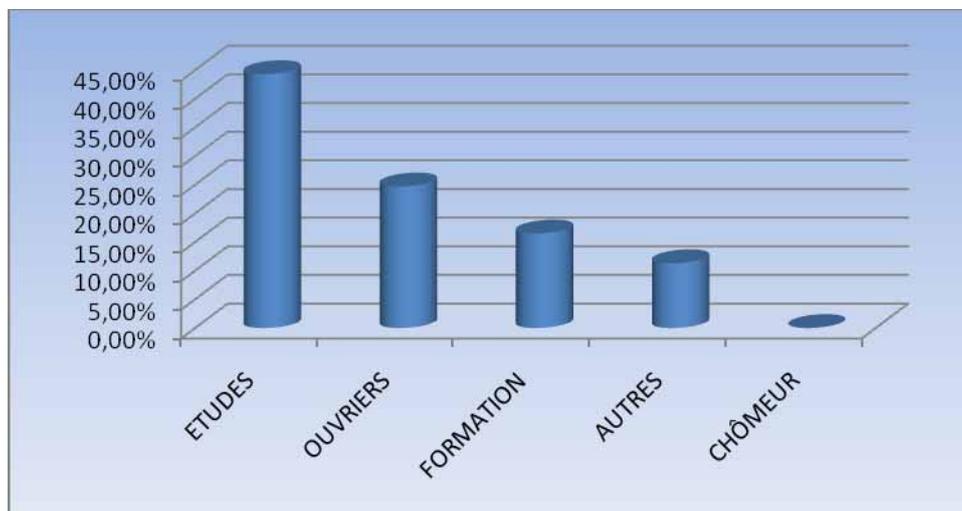
Tout d'abord, le taekwondo est un sport énergétique et aussi de contact ; donc il attire naturellement plus les jeunes que les personnes âgées. Ensuite, il faut avoir à l'idée que « l'enfant a un besoin spontané de bouger » ; et la pratique du taekwondo apparaît pour lui comme le prolongement du jeu et l'exécution du mouvement qui constitue les éléments naturels de sa croissance. Quant à l'adolescence, elle est l'âge d'or de la compétition, de la défonce ; par conséquent, les préadolescents et les adolescents sont animés d'un désir de s'affirmer, de s'opposer, de se construire, et trouvent dans le taekwondo un moyen d'expression qui leur convient parfaitement. Tout ceci justifie les 26.8 % de moins de 18 ans indiqués sur le graphique n°02, en plus du fait que beaucoup de parents envoient leurs enfants dans les salles de taekwondo dans le soucis de les faire intégrer dans un environnement sûr, sans vagabondage, avec des

entraînements sous la responsabilité d'instructeurs compétents dont le rôle est d'aider ces enfants à se développer physiquement et à se forger un bon caractère.

Par contre, le fort taux (70.1 %) de pratiquants enregistré pour la tranche d'âge « entre 18 et 35 ans » est significatif des réalités sociales de notre pays. En effet, si le taekwondo possède cette popularité auprès de la population adulte sénégalais, cela est dû en grande partie à son aspect pratique et spectaculaire ; et cet aspect répond convenablement au désir d'apprendre à se défendre de la population eu égard à l'accroissement de la violence, des agressions, des vols, des viols, etc. dans la société sénégalaise.

Même au niveau de la population d'étude âgée de plus de 35 ans, ce désir d'apprendre à se défendre semble être la principale justification de la pratique.

### GRAPHIQUE N°03 : Répartition en fonction de L'activité en dehors du taekwondo



D'après le graphique ci-dessus, nous constatons que :

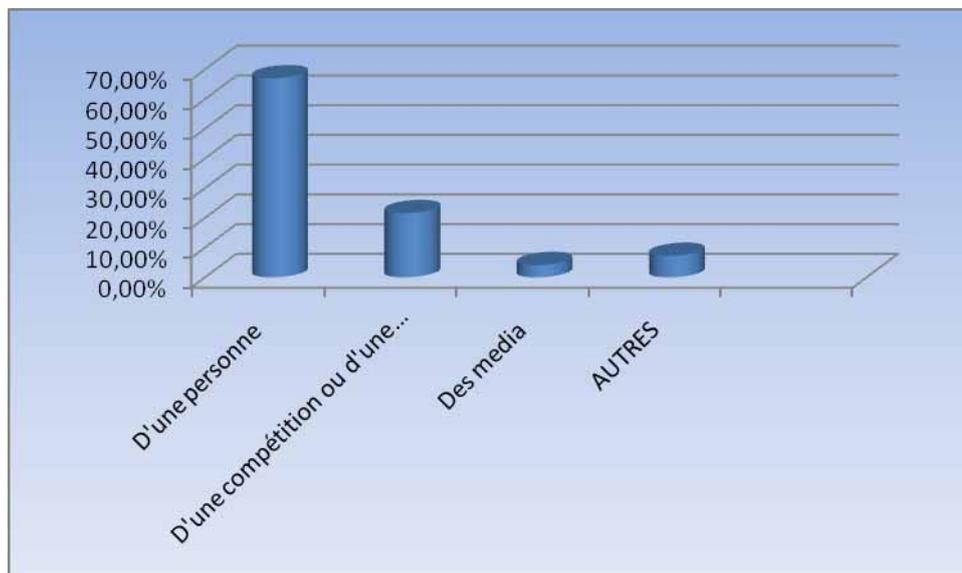
- 44.3 % de notre échantillon d'étude suivent des études en dehors du taekwondo
- 24.7 % sont des ouvriers
- 16.5 % suivent une formation
- 11.3 % exercent d'autres activités outre que celles citées dans notre questionnaire
- Le pourcentage de chômeur est nul

Le constat est que plus de 3/5, soit 60.8 %, de notre population d'étude est composé d'élèves, d'étudiants et de personnes qui suivent une formation. Par conséquent, nous pouvons avancer que le taekwondo attire davantage la population scolaire et estudiantine.

Il faut également souligner qu'en dehors de ces populations citées, la population ouvrière occupe une place de choix avec ses 24.7 %. Les fonctionnaires sont faiblement représentés en raison de leurs horaires de travail, du peu de temps libre dont ils disposent.

Par contre, un pourcentage non négligeable de pratiquants s'exerce dans d'autres activités telles que le commerce, le transport, le business. Ce qui est à souligner c'est le pourcentage nul de chômeur au sein de notre population d'étude ; tous nos enquêtés ont une activité noble où ils s'exercent en dehors de leur pratique martiale.

## GRAPHIQUE N°04 : Répartition en fonction de la découverte



D'après le graphique ci-dessus, nous remarquons que :

- 67.0 % de nos enquêtés ont découvert le taekwondo par le biais d'une personne
- 21.6 % l'ont découvert durant une compétition ou une démonstration
- 04.1 % via les médias
- 07.2 % par d'autres moyens

Si 67.0 % de notre population d'étude ont découvert le taekwondo par l'intermédiaire d'une personne, c'est que les pratiquants de taekwondo portent fièrement le flambeau de leur discipline et en font une bonne promotion. Cet état de fait est significatif à un respect du serment du pratiquant de taekwondo qui stipule que tout taekwondoïste doit se vouer à la promotion de la discipline. En plus, l'image qu'ils reflètent, les qualités qu'ils développent, font que les « véritables » taekwondoïstes sont respectés et appréciés. Tout bon parent souhaiterait que son enfant ait les qualités développées chez un budoka ; ce qui fait de ce dernier un exemple pour la société, et surtout pour les enfants.

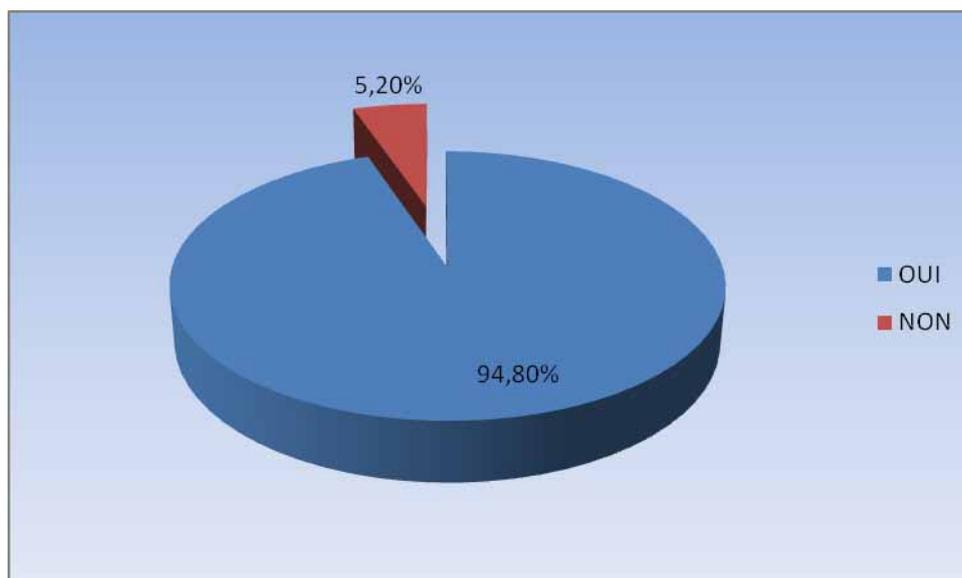
Il est constaté que les pratiquants de taekwondo ont tendance à convier leurs parents et amis à leurs passages de grades ou de degrés, aux compétitions, etc., tant bien que même ces derniers ne sont pas pratiquants. Alors devant les prestations spectaculaires des taekwondoïstes, beaucoup de ces « non initiés » à la discipline se retrouvent

charmés par le taekwondo. Ceci explique le pourquoi 21.6 % déclarent avoir connu le taekwondo après une prestation. D'ailleurs, c'est fort de ce constat que les démonstrations se multiplient de plus en plus lors des cérémonies d'inauguration de nouveaux dojangs, de manifestations scolaires ou universitaires, ou bien même lors de la fête nationale de notre pays.

Malheureusement, la rareté voire l'absence d'émissions télévisées ou radiodiffusées exclusivement réservées au taekwondo traduit la mauvaise politique médiatique du taekwondo ; c'est pourquoi seuls 04.1 % de notre échantillonnage avouent avoir connu le taekwondo par le biais des médias. En effet, bien qu'il existe des émissions télévisées consacrées au taekwondo, la part réservée au taekwondo est, de l'avis de nos enquêtés, minime.

Si à ses débuts le taekwondo ne se pratiquait qu'au sein des casernes et camps militaires, policiers, gendarmes et sapeurs pompiers, aujourd'hui les établissements scolaires, les C.D.E.P.S., les théâtres de verdure ainsi que beaucoup d'espaces appropriés dans les quartiers sont nantis de dojangs. Et cette politique de décentralisation permet aux riverains des dojangs de découvrir le taekwondo parce qu'ils voient les pratiquants s'entraîner. 07.2 % de nos enquêtés ont découvert le taekwondo de cette façon.

### GRAPHIQUE N°05 : Répartition en fonction de l'accord parental



D'après le graphique ci-dessus, il apparaît que :

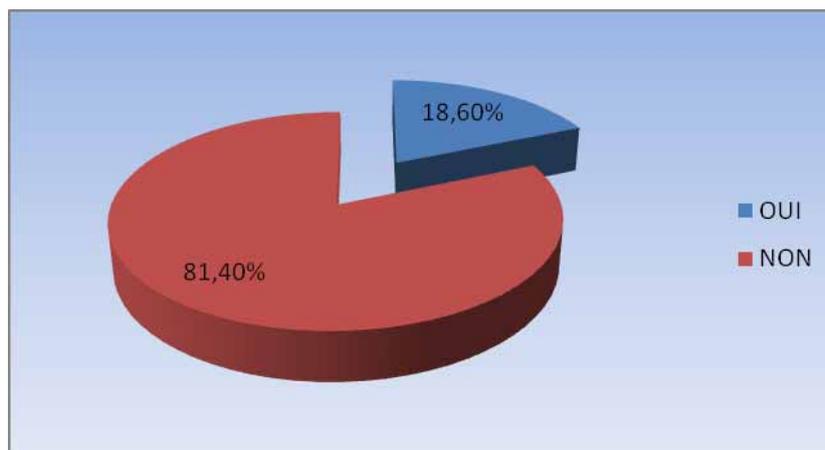
- 94.8 % de nos enquêtés ont obtenu l'accord de leur (s) parent (s) avant de s'adonner à la pratique du taekwondo
- contre 05.2 % qui n'ont pas eu cet accord

Beaucoup de parents, encore enracinés dans les valeurs traditionnelles, pensent que la pratique sportive constitue un handicap à l'étude de l'enfant. D'autres par contre pensent que les sports de combat favorisent l'agressivité chez l'enfant car on lui apprend à se battre. Cette approche du sport de manière générale et des sports de combat en particulier explique la réticence de quelques parents à l'endroit de ces disciplines.

Seulement, erroné serait de raisonner de la sorte car le taekwondo comme tous les arts martiaux est bien plus qu'un cours technique sur les coups de pied et les coups de poing. En effet, le taekwondo est susceptible d'être un catalyseur pour donner plus de confiance en soi, détendre les personnes nerveuses et en particulier les enfants, permettre le respect des enfants entre eux et leur faire accepter leurs différences grâce

à une base de travail identique pour tous. De même, l'amélioration de la santé et une meilleure confiance en soi amène l'enfant à être plus alerte à tous les niveaux, c'est ce qui l'aide à obtenir de bons résultats à l'école, parce que les pratiquants de taekwondo sont capables de mieux se concentrer, donc d'être plus attentifs et de mieux comprendre ce que leurs professeurs leur enseignent. Heureusement pour les enfants, pour le taekwondo et pour la société que beaucoup de parents – soient 94.8 % de notre échantillon d'étude – ont compris l'importance du taekwondo, des arts martiaux, dans l'éducation et la vie de leurs enfants.

## GRAPHIQUE N°06 : Répartition en fonction de l'avis médical



D'après le graphique ci-dessus, nous remarquons que :

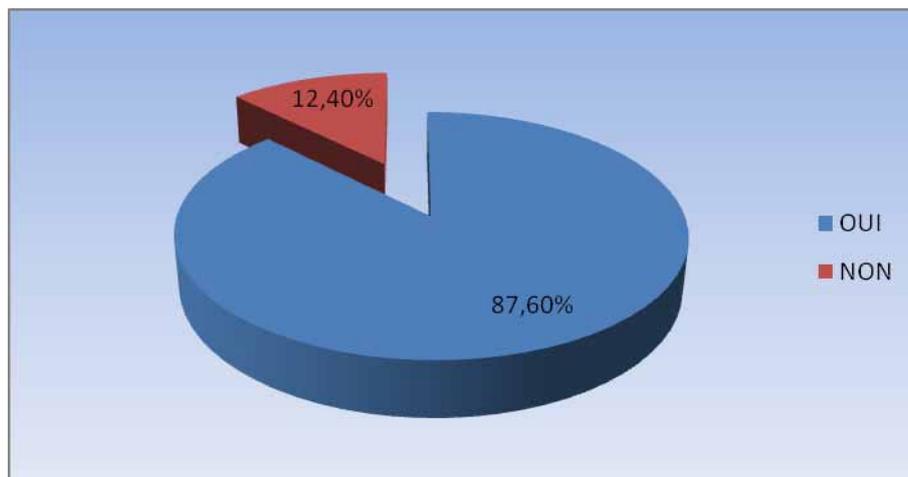
- 18.6 % de notre population d'étude ont obtenu l'avis d'un médecin avant de s'adonner à la pratique du taekwondo
- par contre, 81.4 % n'ont pas sollicité cet accord

Nous savons que le taekwondo est un sport énergétique qui sollicite fréquemment le muscle cardiaque ainsi que tous les autres muscles et toutes les articulations du corps, qu'il est un sport de contact et plus précisément de percussion donc les coups sont permis et peuvent être portés sur plusieurs parties sensibles (dangereuses) à l'instar de la tête ; en considérant aussi que le knock-out est permis dans le combat de taekwondo, il apparaît évident que les coups seront portés avec le maximum de puissance possible sur l'adversaire ; et assurément la pratique compétitive nécessite un entraînement intense et régulier. C'est pourquoi nous soutenons qu'il est assez risqué voire suicidaire de s'adonner à une pratique sportive tel que le taekwondo sans l'aval d'un médecin.

Et pourtant, 81.4 % des enquêtés pratiquent le taekwondo depuis des années sans se soucier de leur aptitude à une pratique sportive intense. Les risques existent, et nombreuses sont les personnes qui constatent leur inaptitude aux efforts intenses après plusieurs années de pratique sportive, si elles ont la chance de ne pas rendre l'âme sur l'aire de compétition comme le footballeur camerounais Marc FOÉ.

L'avis médical est une condition sine qua non dans toute pratique sportive.

## GRAPHIQUE N°07 : Répartition en fonction de la motivation



D'après le graphique ci-dessus, nous voyons que :

- 87.6 % de notre population d'étude nourrissent l'espoir de gagner leur vie avec la pratique du taekwondo
- par contre, 12.4 % affirment ne pas espérer faire du taekwondo leur gagne pain

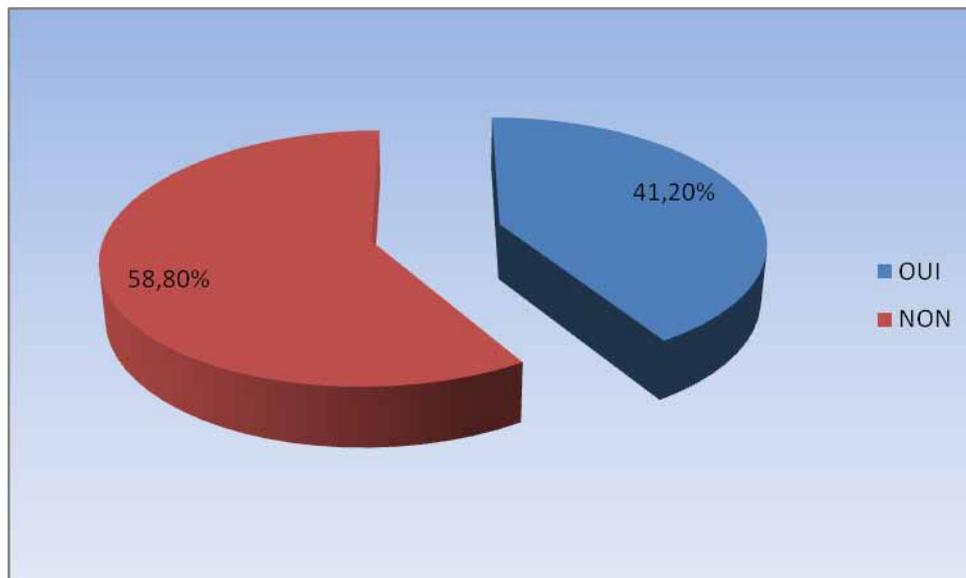
Selon Guibril DIOP, « la tension entre la loi économique et celle éthique pose le problème des finalités du sport, sa sauvegarde, sa crédibilité voire sa survie »<sup>8</sup>. En effet, beaucoup de personnes pratiquent non seulement le taekwondo mais le sport d'une manière générale dans le dessein d'en faire leur gagne pain. Les 87.6 % de « Oui » indiqués sur le graphique ci-dessus corroborent cette affirmation. Cela n'est pas déplorable, du moment que cela se fasse en respectant une certaine éthique qui fait la noblesse de tout sport. Mais si ce désir de tirer un profit économique de sa pratique martiale prend le dessus sur l'esprit et la philosophie du taekwondo, nous passons complètement à côté de la voie martiale, du DO.

Néanmoins, il n'est pas dit que ceux qui ne pensent pas gagner leur vie par le biais du taekwondo respectent davantage l'esprit martial que les autres. Le développement du taekwondo ne peut se faire sans le développement, tant au point de vue physique et sanitaire mais aussi économique, de ceux qui le (le développement du taekwondo) favorisent.

---

<sup>8</sup> G. DIOP, support de cours sur Les problèmes contemporains de l'Education Physique, année de maîtrise (2007/2008) à l'INSEPS de Dakar

## GRAPHIQUE N°08 : Répartition en fonction des diplômés



D'après le graphique ci-dessus, nous constatons que :

- 41.2 % des enquêtés ont suivi un stage ou une formation ratifié par un diplôme
- et 58.8 % déclarent le contraire

S'il est vrai que le pourcentage de diplômés est inférieur à 50 %, il reste qu'il ne doit pas pour autant être considéré comme infime et ne doit nullement être négligé. En effet, si 41.2 % de notre population d'étude, soit un peu plus des 2/5, sont formés et diplômés dans le cadre du taekwondo, nous ne pouvons qu'espérer un avenir prometteur pour notre discipline eu égard à la relève qui est en train d'être préparée. Cela met en évidence également la volonté des autorités dirigeantes du taekwondo à former et à mettre à niveau les pratiquants conformément aux recommandations du KUKKIWON.

Néanmoins, ce pourcentage de diplômés pourrait être revu à la hausse ; mais cela demande plus d'engagement aussi bien de la part des dirigeants que des simples pratiquants. Donc, d'une part l'organisation des stages, des formations et des recyclages doit se faire de manière plus fréquente ; et d'autre part les pratiquants doivent y mettre davantage du sien en prenant part à ces stages et formations. Cela ne saurait être que bénéfique pour le taekwondo sénégalais.

### *Les facteurs bloquants du taekwondo sénégalais :*

Dans ce registre, il est question de détailler les difficultés soulevées par nos enquêtés et qui sont susceptibles de ralentir le développement du taekwondo sénégalais.

Les difficultés répertoriées sont de cinq (5) ordres : administratif, financier, infrastructurel, technique et disciplinaire.

Au plan administratif, plusieurs de nos enquêtés déplorent le manque d'information émanant des instances dirigeantes du taekwondo au Sénégal. En effet, beaucoup sont ceux qui se plaignent de ne pas être au diapason des informations, surtout en ce qui concerne les compétitions ou les passages de grades nationaux. Le plus souvent, l'information est balancée dans le net via le site de la fédération ; et ceux qui n'ont pas la chance de le visiter reçoivent tardivement ou ne reçoivent même pas l'information.

Un autre problème aussi d'ordre administratif semble annihiler le développement du taekwondo. Les ligues n'existent que de nom, à l'exception de la ligue de Dakar et celle de Thiès. Néanmoins, la deuxième ligue nommée est moins organisée dans la mesure où ses dirigeants ne sont même plus dans la région et ne se soucient guère de l'état d'existence de la ligue. En effet, lorsqu'il s'agit de ré-affilier les clubs ou de renouveler les licences et les assurances des pratiquants, les responsables de clubs sont obligés de se rendre eux-mêmes au siège de la fédération pour le dépôt des dossiers ; alors qu'administrativement il y a une instance régionale chargée d'accomplir cette tâche : la ligue.

Au plan financier, nos sujets d'études se sont uniquement limités à nous faire part de leurs problèmes financiers. Cela se comprend, du moment que la pratique du taekwondo nécessite un investissement non négligeable. La tenue, les protections, les instruments de travail sont onéreux ; les droits de passage pour les degrés, les renouvellements de licences et d'assurance de même que les mensualités constituent une somme importante.

A un niveau plus général, les clubs sont confrontés à d'énormes problèmes financiers eus égard à la cherté des instruments de travail et aux difficultés financières à organiser des compétitions. Nous savons qu'aucun club ne peut espérer former de bons compétiteurs sans pour autant disposer du matériel nécessaire ; alors, la plupart des clubs est obligée de faire cotiser ses pratiquants.

Sur le plan infrastructurel, le taekwondo sénégalais souffre énormément de lieu de compétition. Au niveau national, le taekwondo ne dispose que du dojang national qui est trop étroit pour accueillir une grande compétition ; et d'ailleurs ce dojang national appartient à la fédération de judo. Par conséquent, la fédération de taekwondo est obligée de se tourner vers le stadium Marius Ndiaye pour tenir ses compétitions ; ce qui signifie que la direction technique de la fédération est obligée de modifier sa programmation annuelle pour se conformer à celle dudit stadium.

Ce même problème est récurrent au niveau régional car dans les régions si les compétitions ne se tiennent pas dans les dojangs, elles se déroulent à l'air libre ; ce qui ne constitue pas des conditions favorables pour les compétiteurs. La région de Thiès a, au moins quant à elle, le stadium Lat Dior qui sert quelques fois de lieu de compétition pour le taekwondo.

Dans le cadre technique, nos enquêtés ont déploré un manque notoire de compétitions tant au plan régional que national. En effet, quant on sait que la meilleure manière pour un compétiteur de se mettre à niveau c'est de se mesurer au plus d'adversaires possibles, alors le manque de compétitions ne peut être que préjudiciable pour eux. Or au niveau national, la fédération n'organise pas plus de cinq (5) compétitions tout au long de la saison sportive ; au niveau régional les clubs tentent néanmoins de rattraper le coup en essayant d'organiser le plus de compétitions possibles mais à leurs frais. C'est dans cette perspective que chaque club se fixe comme objectif annuel, entre autres, d'organiser au moins une compétition où tous les clubs de la région sont conviés voire quelques autres clubs venant des autres régions.

Toujours au plan technique, les compétiteurs se plaignent de l'arbitrage tant au point de vue régional, national qu'international. Les arbitres de ligue sont confrontés à un problème de compétence; beaucoup d'entre eux ne répondent pas aux exigences de l'arbitrage du taekwondo. Un bon nombre d'entre eux ne maîtrise pas assez le règlement ; d'aucuns ne sont pas au parfum des changements car ils n'ont pas suivi de stages de recyclage ; par contre d'autres ne maîtrisent même pas les gestes les plus élémentaires de l'arbitrage. Alors que le gestuel occupe une grande partie dans l'arbitrage du taekwondo. Au niveau national, le problème se situe plutôt dans l'impartialité des arbitres. En effet, les athlètes des régions sont convaincus que durant

les compétitions nationales les arbitres favorisent les athlètes de la capitale à leur détriment car ces arbitres sont dans leur majorité de Dakar et sont souvent les maîtres de ces compétiteurs.

Ce même problème est rencontré au niveau international car nos compétiteurs sont souvent lésés par l'arbitrage lors de compétition hors du pays. A ce niveau, les problèmes sont dus au fait que nous ne disposons pas assez d'arbitres internationaux. Notre pays n'avait à son compteur qu'un (1) seul arbitre international et de niveau 3 ; c'est au courant de l'année 2008 que quatre nouveaux arbitres sénégalais ont obtenu le grade d'arbitre international, mais de niveau P c'est-à-dire provisoire. Or, lors d'une compétition internationale, les athlètes dont le pays est bien représenté au sein du corps arbitral sont à l'abri de toute injustice durant la compétition.

Un autre problème retient l'attention de nos sujets d'étude. En effet, ces derniers déplorent un mal d'ordre disciplinaire qui est contraire à l'esprit du taekwondo et qui gangrène le développement de la discipline. Le fait est qu'une indiscipline notoire ainsi qu'une incorrection totale se constatent de plus en plus aujourd'hui chez beaucoup de pratiquants, surtout durant les compétitions. Beaucoup de combattants aujourd'hui ne vouent le respect qu'à leur propre maître et affichent une insouciance, frôlant même l'inconsidération, à l'égard des autres maîtres. Et pourtant, chaque taekwondoïste a prêté le serment de « respecter » et d' « obéir scrupuleusement ... aux ordres des maîtres et des anciens » ; or, toute personne ayant sur vous le privilège de l'ancienneté dans le taekwondo ou ayant un grade supérieur se trouve être votre ancien ou votre maître, quelque soit votre différence d'âge ou le club où vous appartenez.

Seulement, il faut savoir que ce manque de DO chez certains élèves taekwondoïstes n'est que la résultante du manque de DO de certains maîtres, car il y a un dicton martial qui dit que : « l'élève est le reflet de son maître ». Si un élève entend ou voit son maître dénigrer un autre maître, il sera difficile pour cet élève de vouer le respect qu'il se doit à ce maître outre que le sien.

Cette situation alarmante engendre également le manque d'union et de solidarité que plusieurs de nos enquêtés déclarent avoir constaté aujourd'hui dans le monde du taekwondo. Chaque maître tente de faire sa propre promotion bafouant des fois les valeurs fondamentales de l'esprit du taekwondo.

*Solutions préconisées pour*  
*Le développement du taekwondo :*

Dans le dessein d'apporter des solutions aux maux qui ralentissent le développement du taekwondo sénégalais, nos enquêtés ont préconisé quelques solutions d'ordre administratif, financier, infrastructurel, technique et aussi disciplinaire.

En effet selon nos sujets d'étude, les défaillances d'ordre administratif enregistrées dans la gestion du taekwondo sénégalais sont dues en grande partie à un manque de logistique. D'où l'utilité pour la fédération de doter à son secrétariat général du matériel logistique adéquat, ainsi qu'aux différentes ligues. Egalement, la fédération doit avoir un regard plus attentif à l'endroit de ses ligues afin de mettre les hommes qu'il faut à la place qu'il faut. Ainsi, la décentralisation de certaines des compétences de la fédération au niveau régional pourra faciliter certaines démarches administratives des clubs sis dans les régions.

Aussi pour un meilleur développement, le taekwondo a besoin du soutien permanent des autorités étatiques. En effet, la construction d'un dojang national est plus que jamais nécessaire. De même, des aides financières et matérielles de la part des autorités de l'Etat ne seront que bénéfiques pour la fédération car cette dernière en manque considérablement. C'est aussi pourquoi la fédération doit parfaire sa politique auprès des sponsors afin d'en gagner davantage.

Pour une bonne vulgarisation du taekwondo au Sénégal, les dirigeants de la discipline doivent élargir davantage la pratique du taekwondo jusqu'aux coins les plus reculés du pays ; le taekwondo doit se faire connaître partout au Sénégal.

Néanmoins, le souci d'ouvrir beaucoup plus de dojangs afin de promouvoir la discipline ne doit pas donner l'aval à tout un chacun d'ouvrir une salle d'entraînement. En effet, toute personne désireuse d'ouvrir un dojang doit être évaluée dans le but de savoir si elle est compétente pour cela ou pas ; car être un bon pratiquant ne signifie pas être un bon entraîneur, de même être bien formé n'est pas synonyme d'être un bon formateur.

Le respect d'une programmation annuelle de compétition ficelée en début de saison sportive, ne peut que permettre aux compétiteurs de mieux se préparer et de mieux gérer leurs entraînements.

Egalement, pour promouvoir ses compétiteurs, la fédération se doit d'organiser davantage de compétitions nationales car ces dernières rehaussent le niveau des compétiteurs.

Enfin, le développement du taekwondo sénégalais ne peut se faire qu'avec le respect de l'esprit et de la philosophie que nous impose la discipline afin que tous les pratiquants soient solidaires pour répondre à la devise : «le taekwondo pour tous, et tous pour le taekwondo ».



# RECOMMENDATIONS

La politique sportive la plus judicieuse pour une fédération comme celle du taekwondo est de commencer à la base c'est-à-dire par les plus jeunes. Cette politique passe par la formation de la petite catégorie. C'est dans cette perspective que la fédération sénégalaise de taekwondo doit consacrer beaucoup plus d'intérêt aux plus jeunes en promouvant le concept « Mini taekwondo » qui sera destiné à la formation des enfants depuis l'école primaire. Donc l'idée réside dans le fait que le taekwondo doit être introduit dans le programme éducatif dès les premières classes de l'école primaire en tant que matière facultative. Cela contribuera à la formation, à long terme, de générations de pratiquants qui feront parties des meilleures mondiales.

D'un autre côté, pour promouvoir le taekwondo au niveau scolaire et universitaire, la fédération doit travailler en synergie avec l'U.A.S.S.U.. Une grande partie de la population du taekwondo sénégalais est composée de scolaires et d'universitaires, alors une politique pour développer le taekwondo à ces niveaux est plus que nécessaire. Ce travail doit se faire via l'organisation de compétitions et de championnats inter scolaires et inter universitaires au Sénégal.

Dans le cadre de sa politique de vulgarisation de la discipline, la fédération sénégalaise de taekwondo tente de répandre la pratique du taekwondo dans tout le territoire national. Néanmoins, nous pensons que la voie médiatique est plus qu'indispensable pour être négligée. Alors, en utilisant la concurrence que les nombreuses chaînes de télévision et de radiodiffusion ont instaurée dans notre pays, pourquoi ne pas prospector des moyens pour obtenir une émission hebdomadaire exclusivement réservée au taekwondo ? Cela serait un moyen de faire connaître le taekwondo à beaucoup de téléspectateurs et accroître l'audience de la discipline auprès de ces derniers.

Un des aspects fondamentaux des arts martiaux est non seulement d'apprendre à se protéger mais aussi de protéger les autres ; par voie de conséquence, la fédération a pour devoir de protéger, dans la mesure de ses possibilités, les citoyens désireux de pratiquer le taekwondo. C'est ainsi donc que nous jugeons normal que la fédération exige dans les dossiers d'obtention de licences un certificat d'aptitude à l'effort physique dûment signé par un médecin.

En ce qui concerne les stages et les formations, les domaines doivent être plus variés. Si l'essentiel des formés dans le taekwondo l'ont été dans le domaine de l'arbitrage, les autres domaines ne doivent pas être négligés. En effet, la formation de préparateurs physiques spécialisés, d'entraîneurs compétents et de techniciens confirmés est un maillon essentiel dans le développement du taekwondo sénégalais.

Prises avec beaucoup de considérations et étudiées puis appliquées avec expertise, toutes ces recommandations sont susceptibles de contribuer à un meilleur développement du taekwondo sénégalais, et par la même du sport sénégalais en général.



# CONCLUSION

Après seulement vingt cinq (25) ans d'existence au Sénégal, le taekwondo a su converser avec la population sénégalaise, car aujourd'hui la fédération sénégalaise de taekwondo compte parmi les trois (3) premières fédérations sénégalaises eu égard au nombre de ses licenciés.

En effet, de plus en plus de personnes, de tous genres, de tous âges et surtout de toutes catégories sociales s'adonnent à la pratique de cette discipline.

Cependant, le taekwondo paraît être un sport masculin car attire plus les hommes que les femmes ; néanmoins, la progression du genre féminin y paraît maintenant très rapide dans la mesure où aujourd'hui les femmes participent davantage au taekwondo, bien que cette participation varie très fortement en fonction de l'âge.

Cette variation de la participation en fonction de l'âge touche de manière générale tous les genres en ce sens où le taekwondo attire plus les jeunes que les personnes âgées car étant un sport énergétique et surtout de contact.

D'après les résultats de notre étude, le taekwondo intéresse davantage la population scolaire et estudiantine car plus de la moitié des pratiquants est constituée d'élèves et d'étudiants ; néanmoins, les ouvriers sont aussi bien représentés dans notre population d'étude. La plupart de ces pratiquants ont découvert le taekwondo par le biais d'une personne ou lors d'une manifestation de taekwondo ; n'empêche que d'aucuns l'ont découvert grâce à leur proximité avec les dojangs, laissant une place infime au nombre de pratiquants ayant découvert le taekwondo via les médias.

Les valeurs qu'il enseigne, la philosophie qu'il prône, procurent au taekwondo une grande audience auprès des parents. Mais si le taekwondo participe à l'amélioration de la santé, la grande majorité des pratiquants ne dispose pas de l'avis médical avant de s'adonner à la pratique de ce sport. Néanmoins, ces pratiquants nourrissent dans leur majorité l'espoir de faire du taekwondo leur gagne pain en faisant carrière dans la compétition ou dans l'arbitrage, ou en ouvrant un dojang.

Même si le taekwondo est convoité en masse par la population sénégalaise et qu'il est marqué par un développement fulgurant, il recèle néanmoins d'énormes problèmes d'ordre administratif, financier, infrastructurel, technique et disciplinaire, susceptibles de ralentir son développement.

Si de nos jours le sport représente un facteur très important de développement dans un pays, alors l'implication de l'état y est plus qu'obligatoire ; surtout que le taekwondo souffre énormément d'un manque de moyens financiers et matériels, le soutien des autorités étatiques est par conséquent plus que nécessaire.

A la suite de nos investigations sur le terrain qui cherchaient à détecter les difficultés que rencontre le taekwondo sénégalais afin de préconiser des politiques de développement, la réponse à deux (2) questions suscite notre curiosité :

- ✓ Dans quelles mesures la fédération sénégalaise de taekwondo peut-elle promouvoir la pratique féminine du taekwondo au Sénégal ?
- ✓ Qu'est ce qui limite les résultats de nos compétiteurs au plan international ? Est-ce un déficit de qualités techniques ou une mauvaise préparation physique des combattants ?



# BIBLIOGRAPHIE

# **BIBLIOGRAPHIE**

**A. MONROCH**, *Sport et société au féminin*, coll. « Sport et santé », Ed. Chiron, Paris, 1982 ;

**A. PROTIN**, *Aikido, un art martial, une autre manière d'être*, Ed. DANGLES, 1986 ;

**B. CAVIGLIOLI**, *Sport et adolescents*, Ed. VRIN, 1976 ;

**C.A. OGLESBY ET COLL.**, *Le sport et la femme : du mythe à la réalité*, Ed. Vigot, Paris, coll. « Sport et enseignement », 1982 ;

**CH. PACIELLO ET COLL.**, *Sport et société : approche socio-culturelle des pratiques*, Ed. Vigot-Frères, Paris, 1986 ;

**D. LE BETON**, *Corps et société : essai de sociologie et d'anthropologie du corps*, coll. Sociologies au quotidien, Ed. Méridien Klincksieck, Paris, 1988 ;

*Dictionnaire HACHETTE*, Ed. 2003 ;

**G. DIOP**, support de cours sur Les problèmes contemporains de l'Education Physique, année de maîtrise à l'INSEPS de Dakar ;

**I. NITOBE**, *Bushidō, l'âme du Japon*, 1900;

**J.O. DRESSAYRE** et **D. MERIGOT**, *Le génogramme imaginaire*, Ed. E.S.F. ;

*La Corée telle qu'elle est*, Ed. Revue et condensée, copyright 1996, publié par le service coréen d'information pour l'étranger ;

*Le Petit Larousse*, Grand Format 2003, LAROUSSE/VUEF 2002 ;

**M. BOUET**, *Signification du sport*, Ed. Delarge, Paris, 5<sup>e</sup> édition, 1968 ;

**M. GANDHI** (1869 - 1948), cité par **A. PROTIN** dans *Aïkido, un art martial, une autre manière d'être* ;

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

**N. MIWAKO**, *Le judo féminin*, coll. Judo par ceinture, Ed. La Maison du judoka, Asnières, 1974.

# ***REFERENCES MEMOGRAPHIQUES***

**C. FAYE**, *Contribution du sport à l'évolution de la condition de la femme au Sénégal*, INSEPS- Dakar, 1985/1986 ;

**J.J. MANGA**, *La pratique féminine des sports de combats vue par les élèves de quatre lycées de Dakar : l'exemple du judo et de la lutte*, INSEPS- Dakar, 1993/1994 ;

**M.S. SAMBOU**, *Vovinam-viet vo Dao : contribution à son développement au Sénégal (cas du D.U.C.)*, INSEPS- Dakar, 2004/2005 ;

**ND.D. TOURÉ**, *Le judo féminin au Sénégal : blocage et perspectives de développement*, INSEPS- Dakar, 1983/1984.

# *REFERENCES WEBOGRAPHIQUES*

<http://desdusport.livrel.eu/ebooks/transfer/taekwondo/pdf-a4/taekwondo.pdf>

<http://karmastae.skyrock.com/6.html>

<http://fr.wikipédia.org/wiki/taekwondo>

<http://www.inrp.fr/biennala/8biennale/contrib/longue/67.pdf>

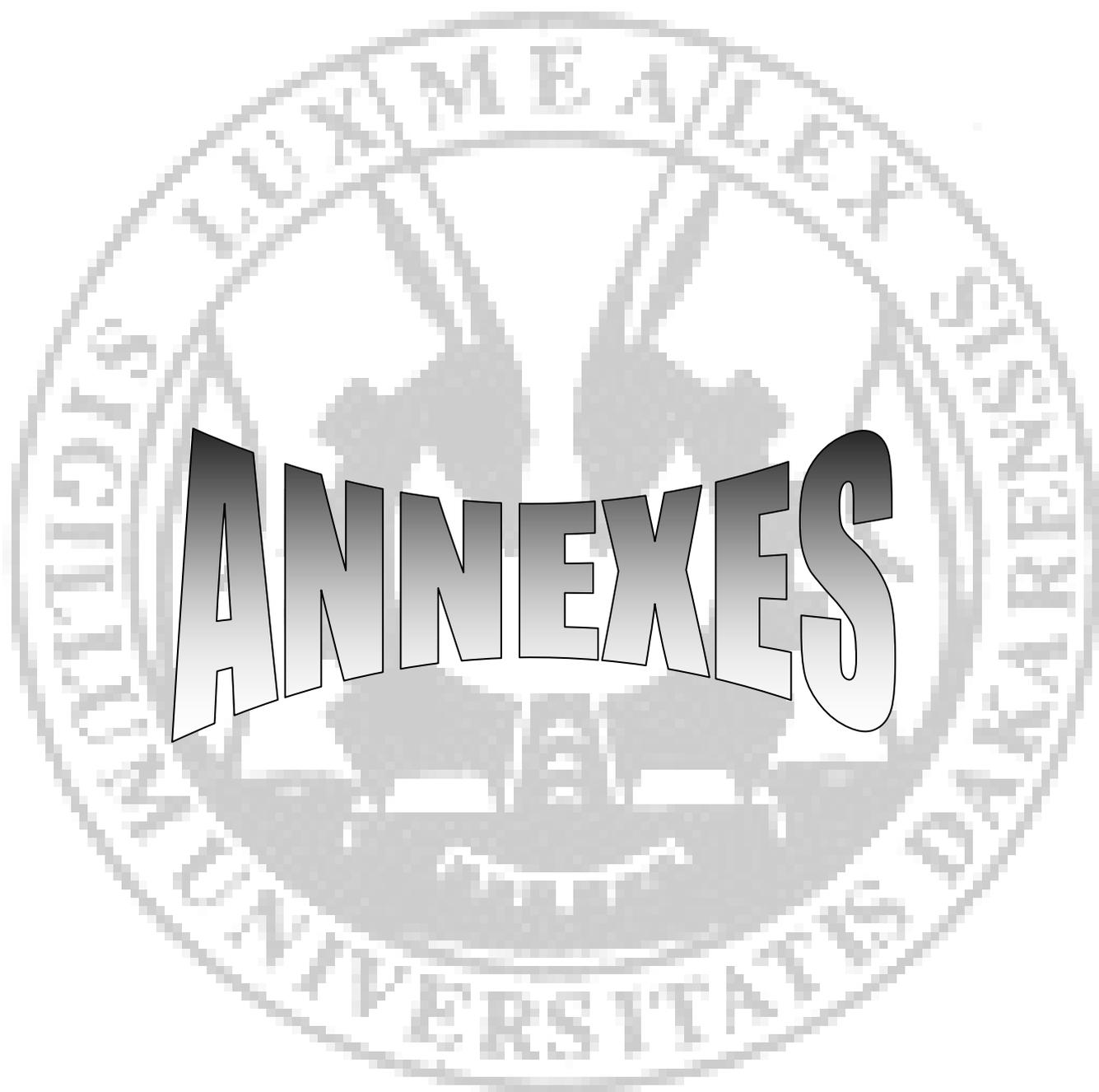
<http://www.webtkd.com>

<http://membres.lycos.fr/taekwondo.fr.reunion/grades.com>

<http://www.annuaire-enfants-kipodio.com/taekwondo/>

<http://fr.wikipedia.org/wiki/taekwondo#le.taekwondo.wtf>

<http://www.ctt-dojang.net/static.php?op=taekwondo/arbitrage>



# ***SIGLES UTILISES***

**C.I.O.** : Comité International Olympique

**C.N.E.P.S.** : Centre National de l'Éducation Populaire et du Sport

**C.N.P.** : Comité National Provisoire

**D.U.C.** : Dakar Université Club

**E.N.P.** : École Nationale de Police

**E.P.S.** : Éducation Physique et Sportive

**F.F.T.D.A.** : Fédération Française de Taekwondo et Disciplines Associées

**F.I.T.** : Fédération Internationale de Taekwondo

**F.M.T.** : Fédération Mondiale de Taekwondo

**F.S.J.D.A.** : Fédération Sénégalaise de Judo et Disciplines Associées

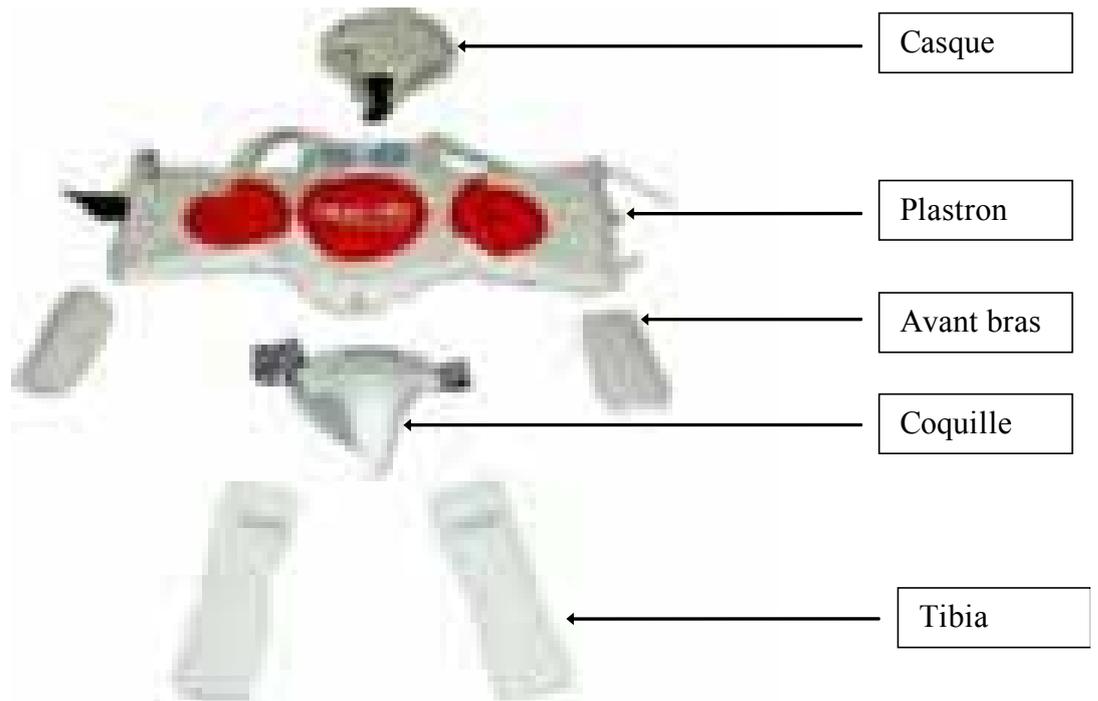
**F.S.T.K.D.** : Fédération Sénégalaise de Taekwondo

**I.N.S.E.P.S.** : Institut National Supérieur de l'Éducation Populaire et du Sport

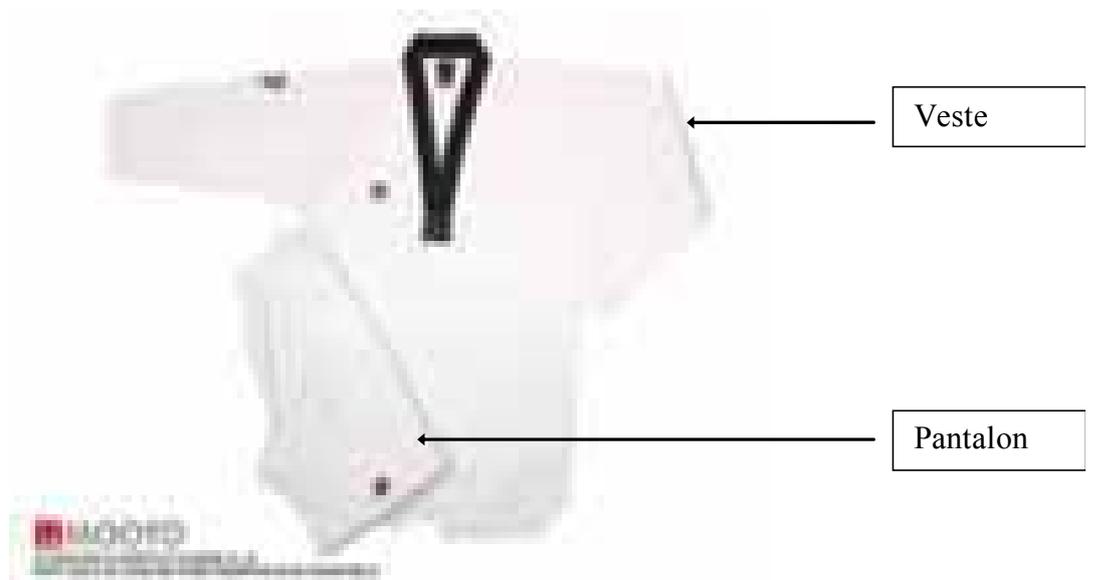
**S.T.A.P.S.** : Sciences et Techniques de l'Activité Physique et du Sport

**U.C.A.D.** : Université Cheikh Anta Diop

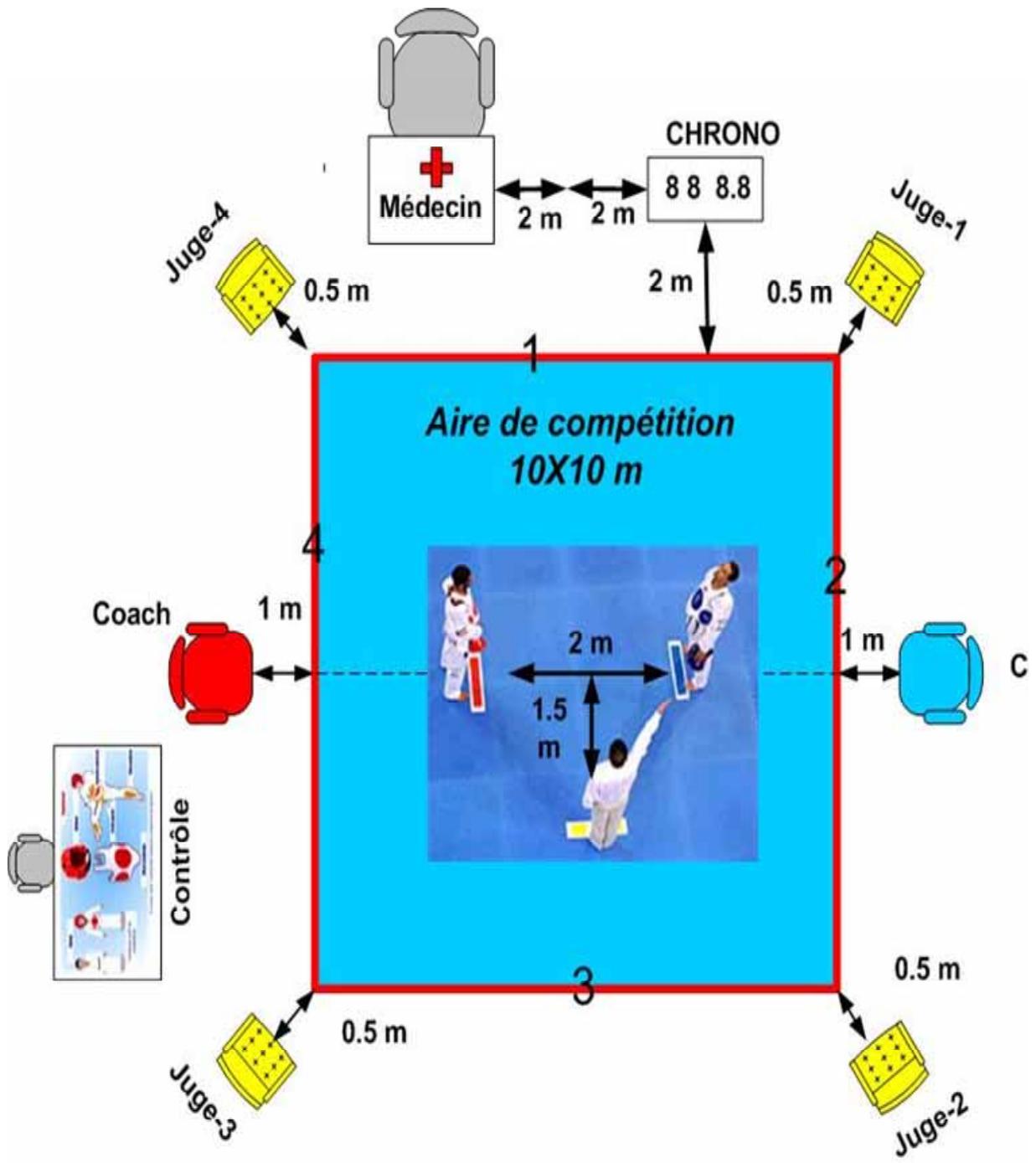
**U.A.S.S.U.** : Union des Associations Sportives Scolaires et Universitaires



**Les équipements de protection du taekwondoïste**



**La tenue du taekwondoïste**



AIRE DE COMPETITION