

REPUBLIQUE DU SENEGAL



UN PEUPLE - UN BUT - UNE FOIS

**MINISTERE DE L'EDUCATION CHARGE DE L'ENSEIGNEMENT
SUPERIEUR, DES CUR ET DES UNIVERSITES**



UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

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

**MEMOIRE DE MAITRISE ES SCIENCE ET TECHNIQUE DE L'ACTIVITE PHYSIQUE ET
DU SPORT (STAPS)**

**LES FACTEURS LIMITATIFS DU
1500M DANS LA VILLE DE KAOLACK**

Présenté par :

Waly CISSE

Sous la direction de:

M. Jean FAYE

Professeur à l'INSEPS

Année Académique : 2010-2011

Sommaire

Résumé

Introduction

Chapitre – I : Revue de littérature

I-1- Historique de l'athlétisme

I-2 - Origine des courses de demi-fond et fond

I-3- Introduction de l'athlétisme au Sénégal

I-4- Evolution des records du monde du 1500m Hommes et Dames

I-4-1- Evolution du 1500m Hommes

I-4-2- Evolution du 1500m Dames

I-5- Evolution du 1500m à Kaolack

I-5-1- Evolution du 1500m masculin

I-5-2- Evolution du 1500m féminin

I-6 - Notes de règlement et quelques aspects techniques et tactiques de la course du 1500m

I-6-1- Définition du 1500m

I-6-2 - Déroulement de l'épreuve

I-6-2-1- Le départ

I-6-2-2- La technique de course

I-6-2-3- L'arrivée

I-7- La présentation de la région de Kaolack

I-8- Les records de la ville de Kaolack du 1500m au niveau de Kaolack

I-8-1- Les records chez hommes

I-8-2 - Les records chez dames

CHAPITRE – II : Méthodologie, présentation et commentaire des résultats

II- 1- Méthodologie

- II- 1-1-La population et cadre l'enquête
- II- 1-2 - Administration du questionnaire et de l'entretien
- II- 1-3 - La collecte des données
- II-1- 4 - Le traitement des données
- II -2- Présentation et commentaire des résultats
- II-2-1- Présentation et commentaire des résultats
- II-2- 2- Résultats des questionnaires
- II-2 - 3 - Résultats des entretiens
- II-2-3-1 - Le Président de la Ligue de Kaolack
- II-2-3-2- Le Directeur Technique Régional

CHAPITRE – III : Discussion

- III-1- Les problèmes liés à la pratique
- III-2 - L'encadrement technique
- III-3 - Les entretiens

CONCLUSION ET SUGGESTIONS

Références bibliographiques

Annexes

Dédicaces

Au Nom d'ALLAH, le Tout Puissant, le Miséricordieux qui m'a donné la force d'accomplir et de mener à bien ce travail.

Je dédie ce mémoire :

- A Feu mon père Wack Cissé, un papa qui n'a jamais ménagé ses efforts pour la bonne réussite de nos études, il répondait toujours présent pour toutes ses responsabilités de père et pour bien s'occuper de sa famille, on ne l'oubliera jamais, paix à son âme et que la terre lui soit légère, que Dieu l'accueille dans son paradis, Amen.
- A Feu ma petite sœur Marie Cissé, une sœur adorable, gentille, courageuse et douée aux études, elle nous a quitté à la fleur de l'âge, paix à son âme et que la terre lui soit légère, que Dieu l'accueille dans son paradis, Amen.
- A ma maman chérie Khady Touré, une référence, un modèle pour moi, elle qui n'a jamais cessé de subvenir à mes besoins pour ma réussite, je prie pour que le bon Dieu me donne une réussite, afin que je puisse te montrer à quel point je suis fier de toi, merci maman chérie que Dieu te donne longue vie, une bonne santé.
- A mes parents : à mes oncles Birame Sall, Samba L Sow, Youssou Ndao et sa femme Ndèye Gn Faye, Babacar Touré et sa femme Kiné Gueye, à mes tantes Fatou Loum et Yama Sall, à ma mère Coumba Touré, à ma grand-mère Coumba Cissé
- A mes tuteurs Mamadou Warore, Amina Mbengue, Leyti Diouf et Néné Touré un grand merci à vous tous pour toute votre considération et votre amour à mon endroit
- A mes frères et sœurs : Pape Cissé et sa femme Kany Touré, Ibrahima Cissé et sa femme Khady Barry, Mbaye Nguirane et sa femme Dieynaba Ndiaye, ma sœur Sokhna Cissé et son mari Bassirou Diallo, Aida Cissé et son mari Vieux Ndiaye, Seynabou Ndao, ma petite sœur Aida Cissé, Babacar Ndong, Khane Guissé, Fatou Diakhaté, Aissatou TH Warore, Awa Faye, Khady Kane
- A mes neveux et nièces Abdoulaye Diallo, Seynabou Diallo, Mari Diallo et maman Ndiaye

- A mes cousins et cousines : Malick Touré, Djiombo Sall, Mamadou Sall, Adama Sall, Fatou Sall, Sophia Sall, Coumba Sall, Maimouna Touré, Thiarra Sylla
- A mes amis qui m'ont aidé durant tout le travail : Bassirou Touré, Abdou khadir Diakhaté, Sidy Diouf, Matar Turpin, Papa Abdoulaye Sarr, Amadou Turpin, Daouda Faye, Ibrahima Diouf, Sylvain Boissy, Kaba Diawara, Leyti Ndiaye, Joachim Faye, Silvie A Valéra, Seynabou Faye
- A mes voisins de chambre Moussa Djitté, Cheikh Ansou Danfa, Mamadou Dia, Abdoulaye Ndiaye, Oumar Dia
- A tous les étudiants de l'INSEPS particulièrement ceux de ma promotion
- A tous les élèves et étudiants de la commune de Passy
- A mes aînés Pape Maty Seck Ndiaye, Phillippe M Faye, Ibrahima Senghor, Waly Sène, Arona Diarra, Ibrahima Diallo, Amadou Lamine Badji, Maoundé Sakho, Marcelin Sonkho
- Messieurs Almamy Coly, Babou Touré, Ousmane Touré, Mamadou Diarra,
- Tous mes amis(es), copains et copines.
- Tous les arbitres de football plus particulièrement ceux de la SOUS-CRA de Dakar

Remerciements

C'est un grand moment pour moi de remercier et d'extérioriser toute ma gratitude à ceux qui, de près ou de loin, m'ont beaucoup soutenu dans l'élaboration de ce modeste travail.

Mes remerciements vont à l'endroit de :

Allah le tout puissant, le miséricordieux et son prophète Mohamed (PSL)

- Monsieur Jean Faye, professeur à l'INSEPS pour avoir accepté d'encadrer ce travail de recherche malgré son emploi du temps très chargé. A vous Monsieur toute ma gratitude et ma reconnaissance à travers l'expression de ce travail ;
- les professeurs qui m'ont encadré en option (athlétisme) : Messieurs Jean Faye, Lassana Badji, Assane Fall, Ibrahima Fall, Mademba Mbacké et Nicola Ndiaye ;
- l'ensemble du corps administratif, professoral et le personnel de l'INSEPS ;
- M. Jean Gomis, directeur administratif de la fédération sénégalaise d'athlétisme (FSA) et M. Assane Coulibaly, Mme Koné ;
- Mme Anastasie Thiaw, M. Grégoire Diatta et M. Djibril Sène, bibliothécaires à l'INSEPS ;
- la ligue d'athlétisme de Kaolack en l'occurrence M. Kamara, M. Ngouye Faye ;
- Mère Awa Mbaye et Sokhna ;
- Arouna Diarra, Adama Emile Diouf, Fatou Diabaye, Ndeye A. Kamara, Pape S Diouf ;
- L'ensemble des personnes qui ont répondu à mes questionnaires ;
- tous mes camarades de promotion de la Maitrise 2010-2011 ;
- tous ceux qui ont participé à la dactylographie de ce document, particulièrement à Bassirou Touré, Abdou Khadir Diakhaté, Sidy Diouf, Ndeye Awa Sarr, Sylvain Boissy, Moussa Djitté, Cheikh A Danfa, Kaba Diawara, Joachim C Faye, Leyti Ndiaye ;
- tous ceux qui m'ont soutenu et que je n'ai pas eu l'occasion de citer, toute ma reconnaissance à vous ;

Merci du fond du cœur !!!

Résumé

L'athlétisme est aujourd'hui une des disciplines phares du sport professionnel, voire un phénomène universel de la société. La course du demi-fond en général et celle du 1500 m en particulier a toujours fait preuve de son évolution.

Ceci nous amène à faire une étude de cette course en nous focalisant sur les facteurs limitatifs de sa pratique de masse dans la ville de Kaolack.

21 athlètes, 09 encadreur ou entraîneur, 102 personnes du public non-pratiquant de l'athlétisme, le Directeur technique régional de l'athlétisme, le président de la ligue d'athlétisme de Kaolack constituent l'échantillonnage de notre étude. Pour les trois premières catégories précitées, nous avons fait des questionnaires mixtes et pour les deux autres nous avons procédé à un entretien.

L'analyse de nos résultats nous fait dire qu'il existe bel et bien des facteurs qui limitent la pratique de la course de 1500m à Kaolack. Malgré cette situation la ville de Kaolack devrait être ténor du 1500m certes, mais des manquements ont été notés comme par exemple la formation des encadreur ou techniciens en la matière, la découverte de jeunes sportifs talentueux et leur encadrement, l'impossibilité de se doter des locaux qui feraient de bons terrains d'entraînement de demi-fond dans la ville de Kaolack, et le manque de moyen d'une manière générale gangrènent l'expansion de cette discipline.

S'agissant des aptitudes des athlètes, nous pouvons dire que Kaolack regorge d'énormes potentialités pour rehausser la course du 1500 m, de par le morphotype Kaolackois qui est très adéquat à la pratique de cette épreuve, les espaces qui pourraient servir de terrain d'entraînement pour les athlètes et l'organisation régulière des compétitions et ou des cross du 1500m à Kaolack

TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION -----	1
CHAPITRE- I : Revue de Littérature -----	3
I-1- Historique de l’Athlétisme-----	4
I-3- Introduction de l’Athlétisme au Sénégal-----	6
I-4- Evolution du Record du Monde du 1500m Hommes et Dames-----	7
I-4-1- Evolution du 1500m Hommes -----	7
I-4-2- Evolution du 1500m Dames -----	8
I-5- Evolution du 1500m à Kaolack -----	9
I-5-1- Evolution du 1500m Hommes -----	9
I-5-1- Evolution du 1500m Dames -----	9
I-6- Notes de Règlement et quelques aspects techniques et tactiques de la course du 1500m-----	10
I-6-1- Définition du 1500m-----	10
I-6-2- Déroulement de l’Epreuve-----	10
I-6-2-1- Le départ -----	10
I-6-2-2- La Technique de Course-----	11
I-6-2-3- L’Arrivée-----	11
I-7- Présentation de la Région de Kaolack -----	12
I-7-1- Situation Eco-géographique-----	13
I-7-2- Caractéristique Socio-culturelles -----	13
I-7-3- Situation Socio-économique -----	14
I-8- Les Records du 1500m au niveau de Kaolack-----	15
I-8-1- Les Records à Kaolack chez les Hommes-----	16
I-8-2- Les Records à Kaolack chez les Femmes-----	16
CHAPITRE-II : Méthodologie, Présentation et Commentaires des Résultats -----	17
II-1- Méthodologie-----	18

II-1-1- La Population et le cadre de l'enquête -----	18
II-1-2- Administration du questionnaire et de l'Entretien -----	18
II-1-3- La collecte des données -----	18
II-1-4- Le Traitement des données -----	19
II-2- Présentation et commentaire des résultats-----	19
CHAPITRE-III : Discussion des résultats-----	36
III-1- Les Problèmes liés à la pratique-----	37
III-2- L'Encadrement Technique-----	38
III-3- Les Entretiens-----	39
Conclusions et Suggestions-----	42
Références Bibliographiques -----	44
Annexes -----	46

Introduction

INTRODUCTION

Le sport est devenu une activité complexe et multiple, voire même un phénomène universel de la société. Il n'est plus uniquement un simple amusement ou un passe temps choisi par la jeunesse, mais il génère des ressources financières et la mobilisation d'une foule beaucoup plus importante. Ces valeurs humaines suscitent continuellement des intérêts et la recherche de son expansion. L'athlétisme s'investit dans cette même optique tant au niveau de son évolution qu'à celui des performances comme au plan théorique de l'entraînement. La course du 1500m est une épreuve de demi-fond qui ne cesse de faire preuve de son évolution. C'est une distance qui est à cheval entre le 800m et le 3000m. L'importance accordée au processus d'entraînement ainsi que ses exigences bioénergétiques font du demi-fond une épreuve complexe.

Le 1500m qui est actuellement une discipline olympique a un parcours très riche effectué par des hommes célèbres. Cependant le demi-fond dans la ville de Kaolack, ne semble pas répondre aux attentes du public sportif en matière de performances tant au niveau local, national, qu'international.

Ce constat nous a conduit à faire l'état des lieux de la course du 1500m dans la ville de Kaolack afin de proposer des solutions pour améliorer les conditions de la pratique de celle-ci en fonction des facteurs limitatifs que nous tenterons d'identifier à travers cette présente étude.

Pour les besoins de notre travail, nous avons adopté un plan comprenant trois chapitres.

Le chapitre premier est consacré à la revue de littérature

Au deuxième chapitre, nous exposons notre méthodologie et présentons nos résultats et leurs commentaires

Nous procédons à la discussion de nos résultats au troisième chapitre avant de livrer nos conclusions et suggestions

Chapitre I : Revue de littérature

CHAPITRE – I : REVUE DE LITTÉRATURE

I-1- HISTORIQUE DE L'ATHLETISME

Le mot athlétisme du grec « ATHLON » signifie combat. Cette activité fut codifiée pour développer un sport de compétition en Grèce antique et en Irlande.

Les programmes des compétitions comportaient les différentes épreuves des trois familles de l'athlétisme à savoir : les courses, les sauts et les lancers. Cette course se faisait à travers des tours de stades dont la distance variait entre 7 et 24 tours qui correspondaient à 1300m et 4000m. Mais l'athlétisme va faire preuve d'évolution avec d'abord et avant tout l'existence du système métrique et la mesure chronométrique à la fin du XVII siècle, ensuite la notion de record ce que lui permet d'être une discipline sportive.

C'est en 1886 qu'il commence à se moderniser en Angleterre. Parmi les épreuves composant les courses, nous avons le demi- fond qui renferme le 800m, le 1500m et le 3000m. Aujourd'hui, l'on a tendance à qualifier la course du 800m comme une épreuve de vitesse longue ou prolongée. Le 1500m est une distance très considérée qui se différencie du mile anglais (1609,32m) de par ses lettres de noblesses et de par ses origines. Le panel des distances de course a pour origine des subdivisions du mile Anglais.

Mais il est important de rappeler que l'existence du système métrique n'a pas empêché la coexistence des distances anglaises sur les tablettes des records.

C'est en 1896 que le 1500m vient prendre la place du mile anglais dans le programme olympique. Mais de création purement continentale, il est dans le cadre du système métrique né vers 1890 aux cours de balbutiement de l'athlétisme français.

William Lang fut le premier champion incontournable de cette distance sur les pistes de Londres et de Manchester en 1862 que l'Angleterre a connu.

Il a pris le dessus sur SIAH ALBISON qui a pu faire, le 27 octobre 1860 à Manchester, 4'22'' ¼ première meilleure performance qui a pu être contestée sur les tours de pistes circulaires.

Des athlètes célèbres, comme ALBISON et EDWARD MILLS qui ont réussi à faire 4'20'' 1/5 en 1862 cèdent la place à LANG.

C'est à ATHENES en 1898 que fut couru le premier 1500m olympique, distance méconnue ou bien même marginalisée, surtout par les ANGLO SAXONS. Les français MICHEL SOALHAT et ALBAN LERNISSIAUX ont réalisé respectivement 4'16''⁴/₅ en 1895, 4'10''²/₅ en 1896. Ces résultats sont faibles par rapport aux performances du mile obtenus compte tenu de l'allongement de la distance à 18'' ¹/₂. Aux jeux de Paris, 2 ans plus tard, les Britanniques se rattrapent après avoir abandonné le 1500m d'ATHENES. CHARLE BENNETT n'a réalisé que 4' 25'' sur le MILE. Il a légèrement dépassé le sprint sur la pelouse de la croix catalan le français HENRI DELOGE qui a réalisé 4'06''¹/₅. Ce fut un nouveau Record du Monde, mais loin de celui du MILE. Au cours des épreuves olympiques en 1906, un anglais, du nom d'HAROLD WILSON descend sous les 4' en réalisant 3'59''⁴/₅.

PAAVO NURMI va améliorer cette performance en faisant 3'53'' au 1500m.

LAVE a pu démontrer que la couronne des Jeux n'est pas usurpée. En effet avec 3'52'', il battra le record national de NURMI sur 1500m, il a aussi couru le mile en 4'11'' et, en 1929, il a pris le dessus sur Jules LADOUMEGUE à Berlin.

Mais il a connu la défaite quelques jours plus tard à STOKHOLM d'abord face à l'Américain LERMONCH, en suite à paris face au maître tacticien français JEAN KELLER.

Un an après la défaite de 1929, Jules LADOUMEGUE, le talentueux, réapparaît avec une nouvelle ère. Il remporte ses premiers galons d'international, malgré son jeune âge (22ans) ; il a pu remporter une dizaine de courses de 1500m dont trois ont un caractère international. A Amsterdam, il a eu à perdre une médaille d'or au profit de LAVRA.

C'est après sa défaite à Amsterdam qu'il s'est affirmé comme le meilleur, après avoir connu deux ans de chute, de défaite et de découragement.

Ainsi il attendra jusqu'au mois d'octobre 1930 pour s'imposer sur le 1500m, record dont il ne croyait pas à sa réalisation.

LADOUMEGUE parut incontournable, jugé même avoir la possibilité de faire 3'47'' sur 1500m pour la première fois sous les 3'50''.

En terme de performances féminines, nous pouvons citer les Chinoises qui s'accaparent du monopole des quatre meilleures au niveau mondial. Il s'agit, dans l'ordre, de : QU. Yunxia (3'50''⁴⁶, le 11 septembre 1993 à Pékin) ; BO Jiang (3'50''⁹⁸, le 18 octobre

1997 à Shanghai) ; YINGHAI Lang (3'51''34, le 18 septembre 1997 à Shanghai) et Yunxia Wang, (3'51''34, le 11 septembre 1993 à Beijing).

En ce qui concerne les hommes, nous constatons une concurrence farouche entre Bernard Lagat le Kenya avec un chrono de 3'26''31 (le 24 2001 à Bruxelles) et l'Algérien NOUREDINE avec une performance de 3'27''37 (le 12 juillet 1995 à NICE).

Mais c'est le marocain HICHAM EL GUERROUJ qui devient, jusqu'à nos jours, le maître incontournable de cette épreuve avec un chrono de 3'26''00 (le 14 juillet 1998 à ROME). Cette performance a fait couler beaucoup d'encre, car elle semble dépasser les limites d'une personne naturelle.

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

Au Sénégal, ce sont les militaires français qui ont introduit la pratique de l'athlétisme. Elle était destinée aux colons à l'entame pour l'obtention de la condition physique. Mais les tirailleurs sénégalais ont commencé à intégrer l'athlétisme au sein de l'armée française.

Ce n'est que plus tard que les sénégalais (hommes et dames) s'y investissent avec l'instauration des clubs civils.

Chez les hommes, Daniel ANDRADE du Dakar Université Club (D.U.C.) réalisa un temps de 3'52'' au 1500m en 1972. Treize ans après, c'est-à-dire en 1985, Babacar NIANG s'empare du record national avec un chrono de 3'40''9. Chez les dames Yacine MBAYE a bouclé la distance en 4'55'' en 1974 et, Ndèye NIANG de la Jeanne d'Arc réalise 4'33'' en 1977. C'est depuis 1985 qu'Aminata NDAO du Foyer France Sénégal (F.F.S.) détient l'actuel record national en 4'28''.

I-4-Evolution du record du monde du 1500m Hommes et Dames

I-4-1-Evolution du 1500m Hommes

Temps	Athlète	Date	Lieu
3'55''8	Abel Kiviat (USA)	08/06/1912	Cambridge
3'54''7	John Zander (SWE)	05/08/1917	Stockholm
3'52''6	Pavoo Nurmi (FIN)	19/06/1924	Helsinki
3'51''0	Otto Peltzer (GER)	11/09/1926	Berlin
3'49''2	Jules Ladoumegue (FRA)	05/10/1930	Paris
	Luigi Beccali (ITA)	09/09/1933	Turin
3'49''0	Luigi Beccali (ITA)	17/10/1933	Milan
3'48''8	Bill Bonthron (USA)	30/06/1934	Milwaukee
3'47''8	Jack Lovelock (NZL)	06/08/1936	Berlin
3'47''5	Gunder Hagg (SWE)	10/08/1941	Stockholm
3'45''8	Gunder Hagg (SWE)	17/07/1942	Stockholm
3'44 ''9	Arne Andersson (SWE)	17/08/1943	Göteborg
3'43''0	Gunder Hagg (SWE)	07/07/1944	Göteborg
	Lennart Strand (SWE)	15/07/1947	Malmö
	Werner Lueg (FRG)	29/06/1952	Berlin
3'42''8	Wes Santee (USA)	04/06/1954	Compton
3'41''8	John Landy (AUS)	21/06/1954	Turku
3'40''8	Sàndor Iharos (HUN)	28/07/1955	Helsinki
	László Tàbori (HUN)	06/09/1955	Oslo
	Gunnar Nielsen (DEN)	06/09/1955	Oslo
3'40''6	Istvàn Rozsavolgyi (HUN)	03/08/1956	Tata
3'40''2	Olavi Salsola(FIN)	11/07/1957	Turku
	Olavi Salonen(FIN)	11/07/1957	Turku
3'38''1	Stanislav Jungwirth(TCH)	12/07/1957	Stara Boleslav
3'36''00	Herb Elliott (AUS)	28/08/1958	Göteborg
3'35''6	Herb Elliott (AUS)	06/09/1960	Rome
3'33''1	Jim Ryun (USA)	08/07/1967	Los Angeles
3'32''16	Filbert Bayi (TAN)	02/02/1974	Christchurch
3'32''03	Sebastian Coe (GBR)	15/08/1979	Zurich
3'32''0	Steve Ovett (GBR)	15/07/1980	Oslo
3'31''36	Steve Ovett (GBR)	27/08/1980	Coblence
3'31''24	Sydney Maree (USA)	28/08/1983	Cologne
3'30''77	Steve Ovett (GBR)	27/08/1980	Rieti

Les facteurs limitatifs du 1500m dans la ville de Kaolack

3'29''67	Steve Cram (GBR)	16/07/1985	Nice
3'29''46	Said Aouita (MAR)	23/08/1985	Berlin
3'28''86	Noureddine Morceli (ALG)	06/09/1992	Rieti
3'27''37	Noureddine Morceli (ALG)	12/07/1995	Nice
3'26''00	Hicham El Guerrouj (MAR)	14/07/1998	Rome

I-4-2-Evolution du 1500m Dames

Temps	Athlète	Date	Lieu
4'17''3	Anne Rosemary Smith (GBR)	03/06/1967	Chiswick
4'15''6	Maria Gommers (NED)	24/10/1967	Sittard
4'12''4	Paola Pigni (ITA)	02/07/1969	Milan
4'10''77	Jaroslava Jehlicková (CZE)	20/09/1969	Athènes
4'09''62	Karin Burneleit (GDR)	15/07/1971	Helsinki
4'06''9	Ludmila Bragina (URS)	18/07/1972	Moscou
4'06''47	Ludmila Bragina (URS)	04/09/1972	Munich
4'05''07	Ludmila Bragina (URS)	07/09/1979	Munich
4'01''38	Ludmila Bragina (URS)	09/09/1972	Munich
3'56 ''0	Tatyana Kazankina (URS)	28/09/1976	Podolsk
3'55''0	Tatyana Kazankina (URS)	06/07/1980	Moscou
3'52''47	Tatyana Kazankina (URS)	03/08/1980	Zurich
3'50''46	Qu Yunxia (CHN)	11/09/1993	Pékin

I-5- EVOLUTION DU 1500M A KAOLACK

I-5-1- évolution du 1500m HOMMES

D'une manière générale l'évolution du 1500m à Kaolack n'est pas très connue à cause du manque d'archives. Néanmoins nous avons enregistré quelques rares athlètes qui ont laissé des traces sur cette distance. Il s'agit d'abord d'Ousseynou BA qui tourne autour de 4'25'' dans les années 1993-1994. Il a eu l'honneur de représenter le Sénégal au Cameroun dans le cadre des Championnats de l'Afrique de l'ouest en 1995. Ensuite ce fut le tour d'autres coureurs comme Ibra CISSE, Amdy CISSE et Babacar COLY de 1996 à 2000. Parmi ces Champions Régionaux, nous ne pouvons pas ne pas citer l'athlète Arouna DIARRA qui a presque régné durant six ans sur cette épreuve en réalisant successivement 4'30'' en 2000, 4'28'' en 2002 et 4'27'' en 2003 devant Ibra CISSE et Babacar COLY lors des Championnats organisés par la Ligue d'Athlétisme de Kaolack.

Arouna DIARRA est un produit de l'athlétisme kaolackois, sous l'encadrement du coach Lamine CAMARA à qui cette discipline sportive doit beaucoup et qui continue jusqu'à nos jours d'encadrer d'autres athlètes. Arouna DIARRA a décroché le titre de Champion du Sénégal en 2005 sous les couleurs du Dakar Université Club (D.U.C) avec 3'59''32 lors des Championnats Nationaux d'Athlétisme sur piste de Dakar. Il a eu à représenter notre pays à des rendez-vous comme ceux de la zone II en Gambie en 1999, des Jeux Universitaires de l'Afrique de l'Ouest au Ghana en 2007-2008 et des Championnats du Monde Cadet en Pologne en 1999. Alpha BA a aussi réalisé 4'17'' à l'occasion d'une compétition organisée par la Ligue d'Athlétisme de Kaolack en 2006. Papa Abdoulaye SARR et Papa Samba DIOUF ont réalisé respectivement 4'19'' et 4'21'' à Kaolack.

I-5-2- EVOLUTION DU 1500m DAMES

Du côté des dames, il y'avait Saliou KANTE qui courut en 5'89'' à Kaolack en 2002 et, à la même année, elle réalisa 4'56''12 à Dakar. Aida POUYE et Ndèye Astou CAMARA couraient aussi le 1500m, mais affectionnaient particulièrement le 5000m.

Kaolack fait partie des régions riches en demi-fond au Sénégal, malgré le manque de données écrites.

I-6- NOTES DE REGLEMENT ET QUELQUES ASPECTS TECHNIQUES ET TACTIQUES DE LA COURSE DU 1500M

I-6-1 Définition du 1500m

La course de 1500m, en tant qu'épreuve d'athlétisme de demi-fond, se fait sur trois tours de piste et 300m.

C'est une course qui se distingue du 3000m et du 5000m ; nous pouvons dire que c'est la ligne frontalière entre les épreuves de vitesse et de résistance (vitesse, endurance et/ou force) et regroupe deux caractéristiques différentes et significatives à savoir :

D'abord, il se qualifie comme étant une épreuve phare en athlétisme (sa popularité lui donne son universalité) ; ensuite comme nous l'avons déjà dit, le 1500m est compris entre l'endurance (une distance supérieure à 1000m) et est caractérisé par le métabolisme aérobique et les épreuves de vitesse (une distance inférieure à 1000m) qui utilisent le métabolisme anaérobique. Ce métabolisme aérobie joue un rôle prépondérant sur le 1500m certes, mais sa contribution diffère au niveau de chaque athlète de par le profil de fonctionnement et de la structuration musculaire et la condition physique. Dans cette course à caractère aussi bien technico- tactique que physique, le métabolisme aérobie demeure un stimulateur important de l'organisme des athlètes de la classe mondiale, mais selon WARD SMITH (1999), le potentiel de la capacité aérobique est disponible pour se transformer dans les courses de longue durée. Par contre, des auteurs comme Goldonien et Hermann,(1973), Perronet et Thibault,1989, pensent que la contribution énergétique de l'anaérobique chute quand la course dure.

I-6-2- Déroulement de l'épreuve

I-6-2-1- le départ

Dans toutes les épreuves sur piste de plus de 800m, le départ s'effectue en ligne sans tenir compte des couloirs.

Les athlètes (à Moscou 12 par série) s'alignent selon un ordre préétabli, le long de la ligne de départ incurvée correspondant à la distance à parcourir, qui se situe à la sortie du premier virage à 300 m de la ligne d'arrivée.

I-6-2-2-la technique de course

La technique du coureur de demi-fond ne diffère pas totalement de celle du sprinteur ; les principes d'efficacité de la foulée sont identiques. Pourtant quelques adaptations sont à noter. Elles sont liées à une recherche permanente d'économie dans l'effort prolongé, et sont plus ou moins prononcées selon les caractéristiques individuelles de l'athlète et de la distance de course (demi-fond court ou demi-fond long).

Les débutants du demi-fond ont souvent des difficultés à relâcher les segments libres (bras et mains), ce qui a pour conséquence le blocage des épaules dû à des contractions musculaires qui sont néfastes : elles perturbent la respiration et sont souvent coûteuses en énergie. Il faut dès lors les limiter en apprenant à courir de manière relâchée, car cela fait partie des objectifs essentiels du coureur de demi-fond. L'appui du coureur de demi-fond est plus long au sol que celui d'un coureur de vitesse ; sa vitesse de déplacement étant plus faible. Ces constantes sont liées à l'exigence des efforts prolongés : les coureurs de demi-fond les plus efficaces effectuent une reprise de contact au sol active et dynamique avec un passage du bassin rapide sur l'appui. La capacité à changer d'allure et à modifier sa foulée en fonction des conditions de course (changement de rythme ou de terrain) est impérative pour le coureur de demi-fond.

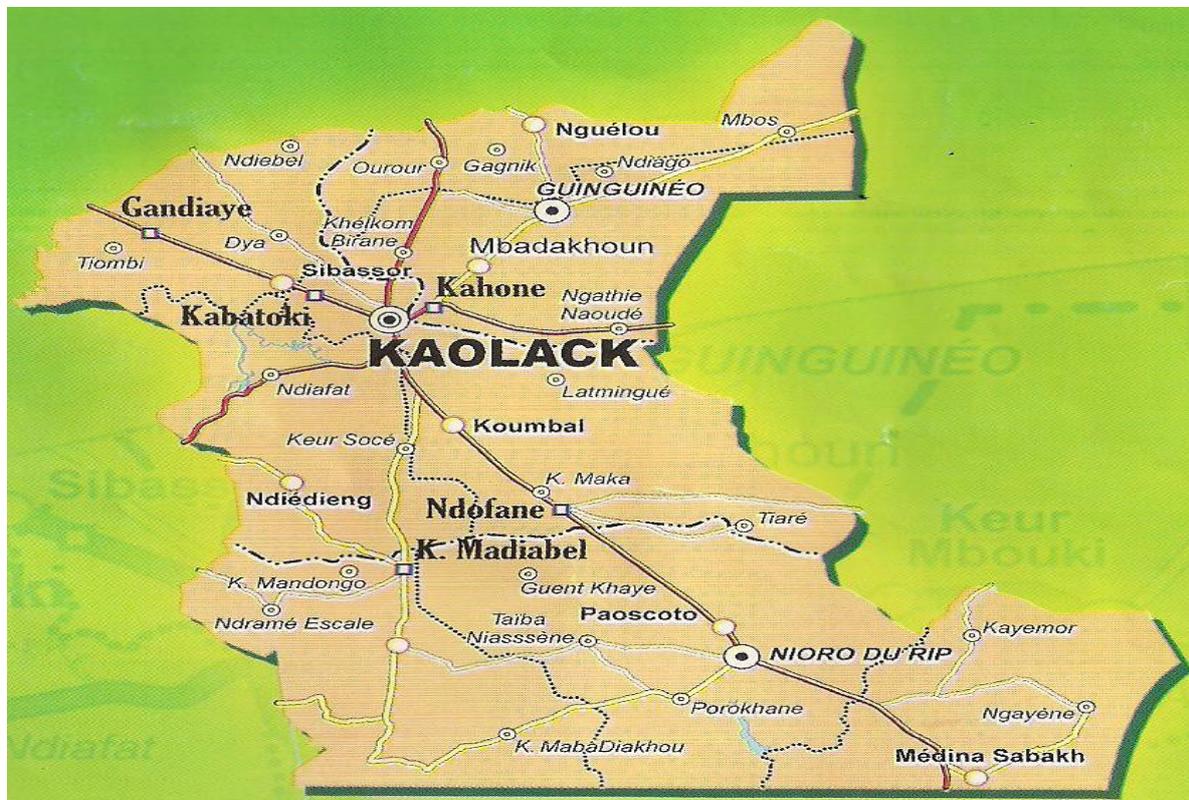
La tactique spécifique de la course de demi-fond impose la confrontation directe aux adversaires. Courir en peloton, tenter de battre un record ou essayer d'obtenir la victoire, les configurations de course de demi fond sont diverses et variables. C'est ce qui fait la richesse de ces courses, car si l'aspect énergétique est essentiel pour réussir (être le plus fort), l'intelligence de course n'est pas à négliger (être le plus malin). L'efficacité tactique dépend des paramètres constitutifs de la course longue abordée précédemment, de la régularité d'allure au train, de l'économie de course, de la position dans le peloton et de la maîtrise de la variation d'allure. Le coureur de demi-fond doit apprendre à s'adapter à la foulée des autres, à se protéger tout en étant libre de sa trajectoire, à se placer de façon adéquate afin de ne pas subir des variations d'allure à retardement, à maîtriser sa vitesse malgré la présence d'adversaires.

I-6-2-3- l'ARRIVEE

Les coureurs sont classés en fonction de leur ordre d'arrivée, déterminée par le franchissement du plan vertical de la ligne d'arrivée par une partie de leur torse

(buste poitrine) du coureur, le chronomètre n'est arrêté que lorsque le buste du dernier coureur franchit le plan vertical du bord interne de la ligne d'arrivée.

I-7 - PRESENTATION DE LA REGION



Sources : Direction des Travaux Géographiques et Cartographiques (DTCG)

Agence Nationale de la Statique et de la Démographie (ANSD)

Située entre 14°30' de longitude ouest et 13° 30 de latitude nord, la région de Kaolack s'étendait sur 16010 km², représentant 14% du territoire national. Avec le nouveau découpage, la nouvelle région couvre environ 5261 km². Elle se situe ainsi entre la zone sahélienne Sud et la zone soudanienne Nord.

Elle se trouve au cœur du bassin arachidier, et est limitée au Nord et à l'Ouest par la région de Fatick, à l'Est par la nouvelle région de Kaffrine, au Nord-est par la région de Diourbel et au Sud par la République de Gambie. C'est en 1984 que l'ex-région du Sine Saloum, scindée, a donné naissance aux régions de Fatick et de Kaolack.

Aujourd'hui cette région est encore divisée en deux : la région de Kaolack comprenant les départements de Kaolack, Nioro et Guinguinéo et la région de Kaffrine qui emporte les départements de Kaffrine et de Kounghoul.

I-7-1- Situation éco-géographique

De type soudano-sahélien, le climat de la région se caractérise par des températures moyennes, élevées d'Avril à Juillet (15/18° à 35-40°C), une saison sèche de Novembre à juin / juillet (8 à 9 mois) et une courte saison des pluies (juin/juillet à octobre). Les précipitations se situent en moyenne entre 800 et 900 mm par an. Le relief de la région est globalement plat. Le fleuve Saloum, des affluents du fleuve Gambie (baobolong et miniminiyang oblong) et des eaux souterraines en constituent le réseau hydrographique.

La région présente trois types de sols : les sols tropicaux, ferrugineux lessivés, les sols hydro morphes et les sols halomorphes.

Sa végétation est très variée, comprenant une savane arbustive au nord, une savane au faciès boisé vers le sud et le sud est. Des animaux sauvages à plumes (terrestres et aquatiques) et des animaux à poils formant la faune de la région. La zone éco-géographique se subdivise en deux sous-zones :

la sous-zone du Vieux Bassin Arachidier couvrant les trois quarts du département de Kaolack. Elle concentre plus de deux tiers de la population régionale et cinq forêts classées sur neuf. En son sein, une longue pratique de la culture de l'arachide, l'avancée des tannes et la production de charbon ont contribué à la distribution des ressources végétales.

La sous-zone de polyculture, regroupant tout le département de Nioro et les parties méridionales du département de Kaolack, possède quatre forêts classés, servant de pâturage au bétail. Toutes les terres y sont occupées.

I-7-2- CARACTERISTIQUES SOCIO-CULTURELLES

La principale religion est l'islam, regroupant plus de 95% de la population, suivie du christianisme. Il y'a aussi des animistes.

Les ethnies les plus importantes sont : le wolof (plus de 60%), les pulaar (prés de 20%), les sérères (environ 10%), les bambaras.

I-7-3-SITUATION SOCIO-ECONOMIQUE

Elle demeure marquée par plusieurs activités.

Activités agricoles

Elles occupent 75% de la population cultivant de l'arachide, des pastèques, du niébé, du mil (souna), du sorgho, du maïs, du sésame, du riz, du fonio et des cultures maraichères. Les cultures industrielles sont dominées par l'arachide malgré les difficultés que connaît actuellement la filière.

Activités pastorales

L'élevage, encore extensif, est constitué de bovins, d'ovins, de caprins, d'équins, de porcins et de volailles. Cependant les embouches bovines, ovines et avicultures se développent.

Pêche

Deux types de pêche sont pratiqués dans la région. Il s'agit de la pêche maritime et de la pêche continentale. La pêche maritime produit près de 800 tonnes de poissons par an, et l'essentiel de la consommation régionale provient d'autres régions. Quant à la pêche continentale pratiquée dans les bolongs et mares de la région, elle a une production négligeable.

Exploitation forestière

Les exploitants forestiers produisent du charbon de bois; du bois de chauffe et divers produits de cueillettes comme le pain de singe. Toutefois, il faut reconnaître que la région est fermée à l'exploitation forestière.

Activités industrielles et Artisanales

Le tissu industriel de la région est peu dense, mais satisfaisant par rapport à celui des autres régions de notre pays. Il comprend la Société Nationale de Commercialisation des Oléagineux du Sénégal (SUNEOR - Lyndiane), de la NOVASEN, de la Nouvelle Société des Salins du Sine Saloum (NSS), de l'Industrie Sénégalaise du cycle (ISENCY), spécialisée dans le montage de bicyclettes et de cyclomoteurs (aujourd'hui en cessation d'activités), de la Société Africaine de Savonnerie MAHAWA (SASMA), produisant des savons de la société de Développement des fibres textiles (SODEFITEX) et de la centrale électrique.

Les trois types d'artisanats (de production d'art et de service) coexistent, et des artisans sont inscrits à la chambre de métier de la région.

Activités Commerciales

D'après le répertoire national, le commerce intérieur est prospère dans la région de Kaolack, comme en attestent les effectifs de détaillants et de grossistes, la multiplication des entreprises et associations. Le commerce extérieur est également florissant avec des milliards d'importations et d'exportations par an.

Transports

Le réseau routier, long de 1.677km, est relativement dense, et donne à la région une assez grande accessibilité. Le transport ferroviaire dont le réseau n'est pas très important s'étend sur quelques kilomètres entre Guinguinéo et la frontière avec Kaffrine, quant aux transports maritimes en déclin, il est basé sur Diorhane et Lyndiane, les deux annexes du port de Kaolack.

I-8. Les records du 1500m au niveau de Kaolack

La course du 1500m ne fait pas partie des disciplines les plus rayonnantes de l'athlétisme tant au plan local que national. Malgré cette absence de coureurs, nous avons toujours noté l'existence d'un certain nombre d'athlètes qui ont eu à représenter Kaolack et même le Sénégal à l'extérieur sur cette distance, comme l'illustre les données des tableaux ci-dessous.

I-8-1.Les records à Kaolack chez les hommes

EPREUVE	ATHLETES	PAYS	EVENEMENTS	ANNEES	PERFORMANCES
1500m	Ousseynou BA	Sénégal	Compétition de la Ligue d'Athlétisme de Kaolack	1993-94	4'25''
	Arouna DIARRA	Sénégal	Compétition de la Ligue d'Athlétisme de Kaolack	2000 2002 2003	4' 30'' 4'28'' 4'27''
	Arouna DIARRA	Sénégal	Championnats Nationaux	2005	3'59'' 32
	Alpha BA	Sénégal	Compétition de la Ligue d'Athlétisme de Kaolack	2006	4'17''

COMMENTAIRE : A partir de ce tableau, nous pouvons dire que la ville de Kaolack n'est pas très riche dans le domaine de la course du 1500m malgré les athlètes qui ont eu à marquer leur temps et qui ont réussi à s'imposer tant au niveau local que national.

I-8-2.Les records à Kaolack chez les femmes

EPREUVE	ATHLETES	PAYS	EVENEMENTS	ANNEES	PERFORMANCES
1500m	Saliou KANTE	Sénégal	Compétition de la Ligue d'Athlétisme de Kaolack	2002	5'89''
	Saliou KANTE	Sénégal	Compétition de la Ligue d'Athlétisme de Kaolack	2002	4'56''12

COMMENTAIRE : Du coté des dames le palmarès demeure très faible dans la ville de Kaolack. Cela peut être dû à la méconnaissance, au mépris de la discipline ou du manque de volonté, de motivation et d'encadrement.

Chapitre II : Méthodologie et commentaire des résultats

CHAPITRE II : METHODOLOGIE ET COMMENTAIRE DES RESULTATS

II-1-METHODOLOGIE

Pour les besoins de notre étude, nous avons adopté une démarche méthodologique centrée sur une enquête sous forme de deux questionnaires (ouverts et fermés) et des guides d'entretiens. Le premier questionnaire a été destiné aux athlètes, les guides d'entretiens aux encadreurs ou entraîneurs, le second au public non-pratiquants de l'athlétisme mais qui a au moins une fois assisté à une course du 1500m lors d'une compétition.

L'entretien a été fait avec le Directeur Technique et le Président de la Ligue d'Athlétisme de Kaolack

II-1-1-LA POPULATION ET CADRE DE L'ENQUETE

Elle comprend vingt un (21) athlètes qui sont dans des lieux d'entraînement ou clubs différents au sein de la ville de Kaolack ; neuf(09) entraîneurs ou encadreurs intervenant au sein des clubs ou établissements kaolackois; sur cent dix huit (118) questionnaires distribués au public non-pratiquants, seuls cent deux nous ont été restitués (seize non reçus).

II-1-2-Administration du questionnaire et de l'entretien

Pour le cas des questions fermées, nous avons demandé aux sujets de répondre par oui ou non. En ce qui concerne les questions ouvertes, les personnes interrogées ont justifié leurs réponses, ou fait des suggestions de solutions aux problèmes posés.

Pour ce qui est de l'entretien, nous avons eu à interroger verbalement les dirigeants.

II- 1-3-La collecte des données

La majeure partie de notre population d'enquête a répondu sur place, excepté les répondants du public, parmi lesquels certains ont préféré emporter les questionnaires. Ceci a entraîné la perte de 16 questionnaires. Nous avons récupéré au total 21 questionnaires chez les athlètes et 09 chez les encadreurs.

II-1-4-Le Traitement des données

Après le dépouillement des questionnaires, nous avons mis ensemble les réponses identiques en adoptant la méthode dite du « pendu ». Nous avons calculé les effectifs et les pourcentages. Ce travail était moins difficile avec les questions fermées ; et pour les questions ouvertes, nous avons mis l'ensemble des réponses que nous avons jugées identiques. Nous avons enfin calculé la fréquence des réponses qui nous a permis d'établir des tableaux pour chaque population.

II-2-PRESENTATION ET COMMENTAIRE DES RESULTATS

Tableau I : Réponses des athlètes à la question suivante :

Etes-vous pratiquants du 1.500 m ?

Réponses	N	%
Oui	07	33,5
Non	14	66,5
Total	21	100

Commentaire

Plus des deux tiers des athlètes ne pratiquent pas le 1500m contrairement au reste qui s'y adonne.

Tableau II : Réponses des athlètes aux questions suivantes :

- ✓ Avez-vous déjà été initié(es) à la course du 1500 m ?
- ✓ Sinon, aimeriez-vous être initiés(es) au 1500 m ?

Réponses	N	%
Oui	08	38
Non	13	62
Total	21	100

	Réponses	N	%
Sinon, aimeriez-vous être initié(es) à la course du 1500 m	Oui	09	69,5
	Non	04	30,5
	Total	13	100

Commentaire :

A cette question, certes plus de 62% des répondants n'ont jamais été initiés à la pratique de cette distance, mais qu'une large de ceux-ci serait intéressée à s'y être initiée.

Tableau III : Réponses des athlètes aux questions suivantes :

QUESTION 1 : Avez-vous des entraineurs de 1500m dans votre club ou école ?

QUESTION 2 : Si oui, est-ce que leur nombre est suffisant ?

Réponses 1	CLUBS		ECOLES		TOTAL	
	N	%	N	%	N	%
OUI	12	57	09	43	21	100
NON	---	---	---	---	---	---

Réponses 2	CLUBS		ECOLES		TOTAL	
	N	%	N	%	N	%
OUI	05	55,6	04	44,4	09	100
NON	07	58,4	05	41,6	12	100

Commentaire

Le premier tableau nous montre qu'il ya plus d'encadreurs au niveau des clubs avec 57% ensuite vient l'école avec 43%. Au niveau du deuxième tableau les données (57% contre 43%) montrent que les entraineurs ne sont pas nombreux.

Tableau IV : Réponses des athlètes aux questions suivantes :

- ✓ Si vous êtes pratiquant du 1500 m, êtes-vous satisfait de votre pratique ?
- ✓ Sinon, pourquoi ?

	Réponses	N	%
Niveau de satisfaction	Oui	05	71,5
	Non	02	28,5
	Total	07	100

Les raisons de non-satisfaction	N	%
Epreuve difficile	01	50
Conditions de pratique défavorables	01	50
Total	02	100

Commentaire

Nous constatons, pour cette question, que la plupart des pratiquants du 1500m sont satisfaits de leur pratique. Ceux qui ne le sont pas avaient comme raisons les difficultés liées à cette pratique ainsi que les conditions défavorables à celle-ci.

Tableau VI : Réponse des encadreurs à la question suivante :

✓ Quel(s) diplôme(s) avez-vous ?

Diplômes obtenus (nationaux, internationaux)	N	%
Initiateurs	08	47
Enseignants d'E.P.S	07	41
1 ^{er} degré	02	12
2 ^e degré	00	00
3 ^e degré	00	00
Total	17	100

Commentaire

Plus des quatre cinquièmes des encadreurs sont constitués d'Initiateurs et d'Enseignants d'EPS; les premiers cités étant légèrement plus nombreux. Le reste des encadreurs est constitué d'entraîneurs 1^{er} degré. Aucun n'est titulaire de 2^e ou de 3^e degré.

Tableau VII : Réponses des encadreur aux questions suivantes :

- ✓ Avez-vous encadré des coureurs de 1500 m ?
- ✓ Sinon, pourquoi ?

Réponses	N	%
Oui	03	33,5
Non	06	66,5
Total	09	100

Les raisons non-encadrement	N	%
Débutant	01	16,5
Préfère la gymnastique et Volleyball	01	16,5
Manque de coureur sur cette distance	02	33,5
Conditions matérielles défavorables	02	33,5
Total	06	100

Commentaire

Les deux tiers environ des entraîneurs (66,5%) n'ont jamais encadré de coureurs de 1500 m. Les raisons évoquées sont essentiellement liées au manque de coureurs sur cette distance et aux conditions défavorables.

Tableau VIII : Réponses des encadreurs à la question suivante :

✓ Pensez-vous que le morphotype (Taille/poids) Kaolackois est adapté au 1500 m ?

Réponses	N	%
Oui	07	78
Non	02	22
Total	09	100

Commentaire

Selon plus de deux tiers des encadreurs, la taille et le poids des coureurs de Kaolack sont bel et bien adaptés à la course du 1500 m.

Tableau IX : Réponses des encadreurs aux questions suivantes :

- ✓ Selon vous, ya t-il assez d'entraîneurs de 1500 m dans la ville de Kaolack ?
- ✓ Sinon, que suggérez-vous pour l'augmentation de leur nombre ?

Réponses	N	%
Oui	03	33,5
Non	06	66,5
Total	09	100

Suggestions	N	%
Organiser fréquemment des stages	04	67
Moyens et motivations	01	16,5
Sensibilisation	01	16,5
Total	06	100

Commentaire

Selon les deux tiers environ des encadreurs, il n'ya pas assez d'entraîneurs de 1500m. Pour augmenter leur effectif, les encadreurs dans leur majorité (67%) ont suggéré qu'on leur organise, de manière fréquente, des stages.

Tableau X : Réponses du public non pratiquant de l'athlétisme aux questions suivantes :

- ✓ A votre avis, y a t-il suffisamment d'athlètes Kaolackois qui pratiquent le 1500 m ?
- ✓ Sinon, qu'est-ce qui justifierait cette insuffisance de pratiquants du 1500 m ?

Réponses	N	%
Oui	21	20,5
Non	81	81,5
Total	102	100

Les justifications de cette insuffisance	N	%
Manque de moyen	19	23,5
Manque de motivation	12	15
Pas d'encadreurs	11	13,5
Ne se sont pas prononcés	22	27
Négligence de la course	10	12,5
Méconnaissance de l'athlétisme	07	8,5
Total	81	100

Commentaire

Les informations que nous avons eues par rapport à cette question relèvent que la course du 1500 m n'est pas pratiquée par beaucoup d'athlètes Kaolackois ; cela est dû surtout au manque de moyen et d'encadreurs. Il ya aussi que cette course est négligée au programme des compétitions.

Tableau XI : Réponses des encadreurs à la question suivante :

✓ Trouvez-vous facile ou difficile de réaliser une bonne performance au 1500 m ?

Réponses	N	%
Facile	03	33,5
Difficile	06	66,5
Total	09	100

Commentaire

La majorité des encadreurs 66,5% disent que la réalisation d'une bonne performance au 1500 m est difficile.

Tableau XII : Réponses des encadreurs à la question suivante :

- ✓ Que suggérez-vous pour une pratique de masse plus importante du 1500 m à Kaolack ?

Solutions proposées	N	%
Organiser des cross et des compétitions	02	22,25
Motiver les athlètes en les aidant financièrement et matériellement	02	22,25
Créer des infrastructures (Terrain d'entraînement)	03	33
Valoriser la distance	01	11,25
Encadrer très tôt la petite catégorie	01	11,25
Total	09	100

Commentaire

La priorité est donnée d'abord à la création d'infrastructures (Terrain d'entraînement), suivent ensuite l'organisation de cross et de compétitions et la motivation financière et matérielle des athlètes enfin.

Tableau XIII : Réponses du public non-pratiquant de l'athlétisme aux questions suivantes :

- ✓ Aimez-vous la course du 1500 m ?
- ✓ Sinon, pourquoi ?

Réponses	N	%
Oui	36	35,25
Non	66	64,75
Total	102	100

Raisons pour lesquelles la course du 1500 m n'est pas aimée	N	%
Très difficile	38	57,5
Manque de compétence (qualités physiques requises)	09	13,5
Je n'aime pas l'athlétisme ou le sport	08	12,5
Préfère les autres sports	04	6
Temps fait défaut	07	10,5
Total	66	100

Commentaire

Nous constatons que 64,75% du public non-pratiquant n'aiment pas cette distance du fait que celle-ci est très difficile et requiert des qualités physiques. Il ya aussi que l'athlétisme n'est pas tellement aimé par ce public.

Tableau XIV : Réponses du public non pratiquant aux questions suivantes :

- ✓ Avez-vous déjà regardé une course de 1500 m ?
- ✓ Si oui, comment la trouvez-vous ?

Réponses	N	%
Oui	38	37,25
Non	64	62,75
Total	102	100

On trouve le 1500 m	N	%
Difficile	17	44,75
Bien/agréable/facile	15	39,5
Ne se sont pas prononcés	06	15,75
Total	38	100

Commentaire

Nous constatons que 37,25% contre 62,75% du public non-pratiquant ont eu la chance de regarder au moins une fois la course de 1500 m qu'ils jugent difficile (44,75%) ou agréable, bien et facile (39,5%).

Tableau V : Réponses des athlètes et du public non-pratiquants de l'athlétisme à la question suivante :

- ✓ Connaissez-vous de célèbres coureurs Kaolackois(es) du 1500 m ?

Répondants	Athlètes		Publics non pratiquants	
	N	%	N	%
Oui	11	52,5	28	27,45
Non	10	47,5	74	72,55
Total	21	100	102	100

Commentaire

52,5% des athlètes Kaolackois connaissent de célèbres coureurs de la ville de Kaolack, contre seulement 27,45% du côté du public non-pratiquant.

Tableau XV : réponses des athlètes et du public non-pratiquant à la question suivante

✓ Si oui, citez au moins un

Les célèbres athlètes cités	Athlètes		Publics non-pratiquants	
	N	%	N	%
Amy Mbacké Thiam	06	31,75	11	35,5
Arouna Diarra	03	15,75		
Nouha Badji	02	10,5		
Aïda Pouye	03	15,75	07	22,5
Abdoulaye Diouf			01	3,75
Alpha Ba	02	10,5		
Ousmane Fall			05	16,25
Pape Samba Diouf	01	5,25		
Astou Gawane	01	5,25	01	3,25
Papa Abdoulaye Sarr	01	5,25	06	19,25
Total	19	100	31	100

Commentaire

Le tableau montre que la plus part des athlètes ont cité Amy Mbacké Thiam (31,75%) suivie de Arouna Diarra et de Aïda Pouye avec 15,75%.

Du côté du public non-pratiquant ils ont cité Amy Mbacké Thiam avec 35,5%, suivie d'Aïda Pouye avec 22,5% et de Papa Abdoulaye Sarr qui vient en troisième position avec 19,25%.

Tableau XVI : Réponses du public non pratiquant de l'athlétisme à la question suivante :

✓ Aimeriez-vous être initiés aux 1500 m ?

Réponses	N	%
Oui	59	57,75
Non	43	42,25
Total	102	100

Commentaire

Plus de la majorité 57,75% du public non-pratiquant aimerait être initiée à la course du 1500m.

Tableau XVII : Réponses des encadreurs aux questions suivantes :

- ✓ A votre avis, y a-t-il suffisamment d'athlètes Kaolackois qui pratiquent le 1500 m ?
- ✓ Sinon, qu'est-ce qui, à votre avis, justifierait cette insuffisance?

Réponses	N	%
Oui	02	22,25
Non	07	77,75
Total	09	100

Les raisons qui justifient cette insuffisance	N	%
Peur de la distance	02	28,5
Primeur des études sur le sport	01	14,25
Manque d'encadreurs	01	14,25
Conditions défavorables	03	42,5
Total	07	100

Commentaire

La plupart des encadreurs (77,75%) pensent qu'il n'y a pas suffisamment d'athlètes qui pratiquent le 1500m. Ceci est dû essentiellement à des conditions de pratique défavorables. La peur de cette distance (28,5%), ainsi que la priorité des études sur la pratique sportive et le manque d'encadreurs constituent d'autres raisons de cette insuffisance de pratiquants.

Chapitre III : Discussion des résultats

CHAPITRE III : DISCUSSION DES RESULTATS

Pour mener à bien notre discussion, nous allons nous focaliser autour de trois axes fondamentaux :

III-1 Les problèmes liés à la pratique ;

III-2 L'encadrement technique ;

III-3 Les entretiens.

III-1 Les problèmes liés à la pratique

Si nous tenons compte des réponses obtenues à l'issue des interrogations faites aux athlètes en ce qui concerne la course du 1500 m, 66,5% ne sont pas des coureurs de cette distance, mais plus de la moitié des répondants (69,5%) veulent être coureurs de 1500 m. Nous avons remarqué qu'à travers ces réponses, la majeure partie n'a jamais assisté à une course du 1500 m. Encore moins, le nombre d'athlètes qui pratique cette distance est minime (20,5%) par rapport aux autres disciplines c'est-à-dire les sports collectifs selon les réponses enregistrées à la question relative à l'insuffisance ou non de coureurs de 1500 m.

En d'autres termes, nous pouvons dire que la course du 1500 m n'a pas de succès à cause du manque d'encadrement de demi-fond, surtout au niveau local, de l'insuffisance de moyens, du manque d'infrastructures et de motivation. Mais certains soulignent la négligence de la course de cette distance.

Il existe aussi le critère de la dureté de l'épreuve, qui la rend un peu inaccessible. Tous ces manquements constituent des facteurs limitatifs de la course du 1500 m, objet de notre étude. Malgré les nombreuses conditions défavorables à la pratique, les athlètes (71,5%) sont satisfaits de leurs performances, sachant qu'il est très difficile de réaliser de bonnes performances. Le résultat en termes de performance est loin d'être satisfaisant par rapport aux plans national et international. Mais quand même, c'est une discipline qui a une forte chance de se développer si les conditions de pratique sont améliorées de façon significative. Le fait de commencer l'encadrement des athlètes dès le bas âge permettrait aussi d'en avoir en nombre dans l'avenir. En effet, pour développer l'athlétisme en général dans la ville de Kaolack et en particulier la course du 1500 m, il faut préparer très tôt la relève avant que ceux qui sont sur le terrain ne cessent de prouver leur talent. Parmi les coureurs Kaolackois

célèbres qui ont été cités, la plupart ont fait uniquement leurs preuves dans leur localité malgré quelques exceptions. Ceci paraît normal car il est difficile de voir maintenant les espaces qui devraient permettre aux athlètes de s'entraîner correctement, alors que Kaolack aurait dû faire parti des localités propices au développement des courses de demi-fond, et ce de par les espaces dont cette ville dispose mais qui sont régulièrement occupés par des pratiquants des sports collectifs.

Ainsi, dans les compétitions, nous avons observé une certaine négligence de la course du 1500 m. En définitive cette épreuve n'est programmée qu'une à deux fois sur cinq compétitions. Par ailleurs, au niveau de la ligue d'athlétisme de Kaolack, la quasi-totalité des encadreurs n'est pas satisfaite de la pratique du 1500 m, alors que le morphotype (poids/taille) des Kaolackois est bien adapté à cette pratique, donc c'est une occasion qui n'a pas été saisie par la population Kaolackoise. Si nous tenons compte des maux qui gangrènent la course du 1500 m au niveau de Kaolack que dénoncent athlètes et encadreurs ainsi que les suggestions qui ont été faites à leurs égards, cette épreuve pourrait renaître avec une très grande allure.

III-2 : L'Encadrement Technique

Les informations recueillies auprès de l'encadrement technique à propos de la pratique du 1500 m montrent que la discipline n'est pas à la hauteur des attentes des adeptes du sport. Au niveau local, le nombre d'encadreurs spécialisés est très minime par rapport aux besoins exprimés par nos répondants. Pour cela, certains entraîneurs jugent nécessaire de trouver une voie qui nous permettrait d'augmenter leur nombre par une organisation de stages et de séminaires de formation. Par ailleurs, il conviendrait de motiver les encadreurs de par des encadrements, des conseils de la part des experts en la matière. Au-delà de l'insuffisance d'entraîneurs en nombre, un autre problème vient s'y ajouter à savoir le vieillissement des encadreurs alors que la relève est loin d'être au rendez-vous.

Nous avons observé un développement fulgurant au niveau de l'athlétisme grâce à l'avancée de la théorie de l'entraînement et de leurs corollaires en matière de suivi médical et de diététique. Mais Kaolack n'en bénéficie pas. Les entraîneurs devaient en profiter pour rehausser leur niveau dans le domaine de l'athlétisme en général et celui du 1500 m en particulier pour avoir de bonnes relèves dans l'avenir. Au niveau de Kaolack, rares sont des entraîneurs de premier degré ; il n'y a pas de titulaire de niveaux deuxième et troisième degré.

III-3 : Les Entretien

Le Président de la Ligue de Kaolack

Le Président de la Ligue d'athlétisme de Kaolack affirme avoir commencé l'encadrement en athlétisme au niveau des élèves du secondaire. Selon lui, les problèmes que rencontre le 1500m sont liés

-à l'orientation des athlètes. Les coureurs préfèrent choisir eux même leurs propres distances, alors que leur morphotype est plus adapté à la course de demi-fond et fond.

-A l'abandon des athlètes d'une manière brusque et sans raison apparemment valable de l'athlétisme. Des collectives ainsi que des « têtes-à-têtes » ont été organisés avec ces athlètes pour déceler les raisons de cet abandon. Toutefois, il semblerait que l'existence de pratiques mystiques serait à l'origine de celui-ci. Il reconnaît qu'il n'y avait pas mal de coureurs qui étaient vraiment des champions (nes) au niveau de Kaolack, surtout en course de demi-fond et de fond. Pour illustrer ses propos il cite l'exemple d'Aïda Pouye qui était championne à Kaolack, de la CEDEAO, championne du Sénégal. Celle-ci a participé à beaucoup de compétitions dans les pays étrangers, en se classant parmi les cinq meilleurs.

Pour ces coureurs, le président de la ligue et son équipe ont essayé de trouver des motivations en prenant en charge leurs frais de scolarité (inscription, fourniture etc.), des habits et tenues de sport etc. de la part du club comme de sa part personnelle.

-à l'irrégularité des athlètes aux entraînements ;

-au problème financier que rencontre la ligue d'athlétisme qui à part la subvention annuelle de cent cinquante mille (150 000fcfa), n'a jamais eu plus de cinquante mille (50 000fcfa) en caisse. Il n'existe aucun autre soutien. Mais nonobstant cela, cette instance régionale s'est toujours efforcée à récompenser ses athlètes, même si depuis cinq années, elle ne reçoit plus de subvention au niveau de la Fédération Sénégalaise d'athlétisme.

- au fait que les encadreurs préfèrent être initiateurs en sports collectifs qu'en Athlétisme à cause certes de manque d'infrastructures requises. En effet, les terrains où s'entraînaient les athlètes étant transformés en terrains de football. Les athlètes, les footballeurs, les sportifs amateurs, les élèves se bousculent au niveau du terrain ; les athlètes courent en évitant des

personnes, des footballeurs et même des animaux qui traversent ce terrain. Une telle situation a toujours provoqué de nombreux accidents.

Pour essayer d'apporter une solution à ces difficultés que rencontre l'athlétisme Kaolackois, notre interlocuteur suggère :

- de commencer l'encadrement d'athlètes jeunes dès l'école élémentaire en organisant des rencontres ou des compétitions scolaires,
- de motiver les animateurs, apporter du soutien matériel.
- d'acquérir des espaces à aménager de manière adéquate à la pratique de l'athlétisme. Dans cette perspective, il convient de conscientiser les autorités locales sur la nécessité de se doter d'infrastructures sportives pour « booster » la pratique de l'athlétisme à Kaolack;
- d'augmenter le nombre de clubs affiliés à la fédération nationale d'athlétisme : le centre de Coundame qui est une nouvelle création de la fédération elle-même, et Ngane Saer. Ceci permettrait à la Ligue la formation de son bureau ;
- d'organiser, de manière régulière, des compétitions scolaires et civiles.

Le Directeur Technique Régional

Le directeur nous a fait savoir que les courses de demi-fond, en l'occurrence le 1500m, étaient la force, dans le passé récent, de la ville. Selon lui, les facteurs limitatifs de la pratique du 1500m sont liés:

- à l'absence de compétition sur cette distance et de formation des encadreurs et des enseignants d'EPS ;
- à l'absence de subvention provenant de la FSA. Cela est à l'origine du manque de motivation (récompenses), des athlètes qui dans ces conditions se déplacent massivement vers Dakar. Il ya aussi que les filles quittent très tôt l'athlétisme ;
- à l'aspect éprouvant de cette épreuve qui fait peur au plus grand nombre de pratiquants à qui la motivation manque
- Il affirme par ailleurs qu'une pratique plus massive des courses de demi-fond dans la Ville doit passer par une organisation : de cross de masse dans les localités à l'instar de ceux, parrainés par le PCR et le commandant du camp militaire, et dans les écoles, de journées de demi-fond et des opérations de détection ; des camps

d'entraînement du 1500m pour un meilleur rayonnement de la discipline. Le retour des compétitions perdues comme la semaine nationale de la jeunesse, l'UASSU, Opération 1000m viennent en appui de ce qui précède. Pour réussir ces actions, il convient, d'une part de nouer des partenariats publics et privés, et, d'autre part, de former des enseignants optionnaires en Athlétisme, et de créer des camps d'entraînement.

Conclusions et Suggestions

CONCLUSIONS ET SUGGESTIONS

Le travail que nous avons réalisé est une modeste contribution à l'identification de facteurs limitatifs de la pratique de masse du 1500 m à Kaolack. Dans ce but, nous avons utilisé des questionnaires mixtes (ouverts et fermés) pour les athlètes, les encadreurs techniques et le public non-pratiquant de l'athlétisme ainsi que des entretiens avec des personnes qui sont des responsables administratifs et techniques de l'athlétisme Kaolackois.

Au total, nous avons eu à interroger 21 athlètes, 09 encadreurs, 102 personnes qui composent le public non- pratiquant. Nous avons eu des entretiens avec 02 dirigeants.

Les réponses obtenues révèlent que les facteurs qui limitent la pratique du 1500 m Kaolackois sont dus essentiellement au manque:

- d'encadreurs spécialistes du 1500 m ;
- de moyen ;
- d'infrastructure ;
- à la négligence de la compétition pour cette course ;
- de motivation, et partant de volonté et de courage des athlètes ;
- d'informations relative à la connaissance de l'épreuve.

En tenant compte de ces maux qui gangrènent l'athlétisme Kaolackois en général, nos répondants ont fait des suggestions qui pourront aboutir à la résolution des problèmes posés précédemment pour le rayonnement de l'athlétisme kaolackois, il s'agit:

- d'organiser des compétitions ou des « cross » de masse ;
- de motiver les athlètes en les aidant financièrement et matériellement ;
- de créer des infrastructures comme les terrains d'entraînement par exemple ;
- de valoriser la distance du 1500m ;
- d'encadrer très tôt la petite catégorie ;
- de sensibiliser les jeunes à une meilleure connaissance de cette distance.

**REFERENCES
BIBLIOGRAPHIQUES**

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

Les ouvrages généraux

3 Bobin, Robert. Athlétisme ; courses, lancers, sauts, Ed amphora (1979)

4 Costil, David. La course de fond, approche scientifique. Ed Vigot, Paris (1987)

2 Traité d'athlétisme : les courses. Ed Vigot Frères, Paris 1976)

1 IAAF, Les nouvelles études en athlétisme. Ed B.O.S.S Druck Und Medien GmbH
Allemagne, 2006

5 Aubert. F - Choffin. T: Athlétisme 3 – Les courses « De l'école... aux associations »

Mémoires et dossiers documentaires

6 Diarra A. Forces et Faiblesses du 1500m au Sénégal. Mémoire de Maitrise es STAPS,
INSEPS, Université Cheikh Anta Diop, 2009.

7 Diouf A .E. Les facteurs limitatifs de la pratique en masse du 5000m au Sénégal. Mémoire
de maitrise es STAPS, INSEPS, Université Cheikh Anta Diop, 2008

8 Service régionale de la prévention et de la statistique (Dakar).

Annexes

ANNEXE 1-A

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

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

Waly Cissé / Maîtrise STAPS

Tel : 77 419 27 21

Ce questionnaire entre dans le cadre d'un Mémoire de Maîtrise ès Sciences et Techniques de l'Activité Physique et du sport (STAPS). Il est destiné aux athlètes

NB : Mettre une croix dans la cage de votre choix

1- Age :ans

2- Sexe : M F

3- Etes-vous un (e) pratiquant(e) du 1500 m ? Oui Non

4- Avez-vous déjà été initié (e) à la course de 1500 m ? Oui Non

4-1 Sinon aimeriez-vous être initié (e) à la course de 1500 m ? Oui Non

5- Avez-vous des entraîneurs de 1500 m dans votre :

Club Ecole

5-1 si oui est-ce suffisant ? Oui Non

6- Si vous êtes pratiquant (e) du 1500 m, êtes vous satisfait(e) de votre pratique?

Oui Non

7- Sinon, pourquoi?

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

8- Connaissez-vous de célèbres coureurs Kaolackois (es) du 1500 m? Oui Non

8-1 Si oui citez en au moins un (1).....
.....

ANNEXE 1-B

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR

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

Waly Cissé / Maîtrise STAPS

Tel : 77 419 27 21

Ce questionnaire entre dans le cadre d'un Mémoire de Maîtrise ès Sciences et Techniques de l'Activité Physique et du sport (STAPS). Il est destiné aux encadreurs techniques intervenant dans les clubs et les établissements scolaires de Kaolack.

NB : Mettre une croix dans la cage de votre choix

1- Age :ans

2- Sexe : M F

Milieu d'intervention :

Club Ecole

3- Quel (s) diplôme (s) avez-vous ?

Initiateur.....

1^{er} degré.....

2^{ème} degré.....

3^{ème} degré.....

Enseignant d'EPS.....

Préciser autre (s) diplôme (s)

.....
.....

4- Avez-vous encadré des coureurs de 1500 m ? Oui Non

4-1 Sinon pourquoi ?

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

5- Pensez vous que le morphotype (taille/poids) Kaolackois est adapté au 1500 ?

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

6- Selon vous, y a-t-il assez d'entraîneurs de 1500 m dans la ville de Kaolack ?

Oui Non

6-1 Sinon que suggérez-vous pour l'augmentation de leur nombre ?

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

7- A votre avis, y a-t-il suffisamment d'athlètes Kaolackois qui pratiquent le 1500 m ?

Oui Non

7-1 Sinon, qu'est ce qui, à votre avis, justifierait cette insuffisance de pratiquants de 1500 m à Kaolack.

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

8- Trouvez-vous facile ou difficile de réaliser une bonne performance au 1500 m ?

Facile Difficile

9- Que suggérez-vous pour une pratique de masse plus importante du 1500 m dans la ville de Kaolack ?

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

ANNEXE 1- C

UNIVERSITE CHEIKH ANTA DIOP DE DAKAR
Institut National Supérieur de l'Éducation Populaire et du Sport (INSEPS)
WALY CISSE /Maitrise STAPS
Tel : 774192721

Ce questionnaire entre dans le cadre d'un mémoire de Maitrise ès Sciences et Techniques de l'activité physique et du sport (STAPS). Il est destiné au public non-pratiquant de l'athlétisme.

NB : Mettre une croix dans la cage de votre choix

1. Ageans

2. Sexe : M F

3. Profession :

4. Aimeriez-vous pratiquer la course de 1500m ?
OUI NON

4.1 Sinon, pourquoi ?

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

5. Avez-vous déjà assisté (e) à une course de 1500m ? OUI NON

5-1 Si oui, comment la trouvez-vous ?

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

6. Connaissez-vous de célèbres coureurs Kaolackois (es) de 1500 m ?
OUI NON

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

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

7. Aimeriez-vous être initié (e) au 1500 m ? OUI NON

8. A votre avis, ya t'il suffisamment d'athlètes kaolackois (es) qui pratiquent le 1500m ?
OUI NON

8.1 Sinon, qu'est ce qui, à votre avis, justifierait cette insuffisance de pratiquant du 1500m kaolackois ?

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

9. Trouvez- vous facile ou difficile de réaliser une bonne performance au1500m ?
Facile difficile

9.1 Si OUI, Pourquoi ?

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

9.2 Sinon, Pourquoi ?

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

10. Que suggérez- vous pour une pratique de masse plus importante du 1500m à Kaolack?

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