

République du Sénégal

UN PEUPLE - UN BUT - UNE FOI



MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

Université Cheikh Anta DIOP de Dakar



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

*Mémoire de Maîtrise es Sciences et Techniques de l'Activité Physique
et Sportive (STAPS)*

Thème :

*L'évolution et le développement de la gymnastique à
Kaolack*

Présenté par :

M. Mourad SOW

Sous la direction de :

M. Abdoul Aziz NDIAYE

Professeur à l'INSEPS

Année académique 2010/2011

DEDICACES

✚ Je rends grâce au Bon DIEU, le Miséricordieux, le Tout Puissant.

✚ Paix et Salut à son Elu le Prophète MOUHAMED

Je dédie ce document à :

➤ **Ma mère Amy FAYE,**

Qui est mon arme de guerre, ma source de motivation. Maman, je me battrai corps et âme pour te mettre dans de bonnes conditions.

➤ **Mon père Ibrahima SOW,**

Mon idole depuis tout petit que je respecte. Je lui dois beaucoup de par ses paroles et sa manière de mener sa vie.

➤ **Mon oncle Babacar SOW,**

Mon tuteur qui n'a ménagé aucun effort pour me venir en aide et subvenir à mes besoins.

➤ **Tous mes oncles**

➤ **Mon homonyme**

➤ **Mes tantes chéries**

➤ **Ma grand-mère**

➤ **Mes frères et sœurs**

➤ **Mes cousins et cousines,**

➤ **Mon fils et à s mère**

➤ **Mes amis (es)**

➤ **Une personne qui m'est très chère et qui est une mère pour moi,**

Maman **Astou NDONG** que j'aime énormément.

➤ **Une personne que j'aime tant,**

Penda AW et tout le club de fitness du Camp Jérémy.

➤ **Et tous les gymnastes en particulier ceux de Kaolack**

REMERCIEMENTS

✚ C'est l'occasion pour moi de remercier du fond du cœur et d'exprimer toute ma gratitude à tous ceux qui n'ont ménagé aucun effort pour la réalisation de ce travail.

✓ **M. Abdou Aziz NDIAYE,**

Mon professeur et directeur de mémoire de m'avoir encadré et suivi tout au long de ce travail.

✓ **M. Léandre FORBIS,**

Directeur administratif du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS).

✓ **M. Abou BA,**

Conseiller pédagogique et un des fondateurs de la gym à Koalack.

✓ **Mon oncle,** Babacar SOW pour tous conseils

✓ **Mon ami,** Papa Abdoulaye SARR

✓ **Mes amis,**

Daouda KANTE, Moussa DJITTE et Massamba SYLLA que je ne pourrai jamais remercier.

✓ **Ma petite sœur chérie,**

Mame Codou NDIAYE qui a tout fait pour la réalisation de ce travail.

✓ **Tous les encadreurs et les gymnastes de Kaolack,**

Pour leur disponibilité.

LISTE DES ABREVIATIONS

<u>CNPGS</u> :	Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal
<u>EPS</u> :	Education Physique et Sportive
<u>INSEPS</u> :	Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport
<u>UASSU</u> :	Union des Associations Sportives Scolaires et Universitaires
<u>BAC</u> :	Baccalauréat
<u>BFEM</u> :	Brevet de Fin d'Etude Moyen
<u>FIG</u> :	Fédération Internationale de Gymnastique
<u>CNEPS</u> :	Centre National d'Education Populaire et du Sport
<u>BFEG</u> :	Bureau des Fédérations Européennes de Gymnastique
<u>CIO</u> :	Comité International Olympique
<u>GPT</u> :	Gymnastique pour Tous
<u>GAM</u> :	Gymnastique Artistique Masculine
<u>GAF</u> :	Gymnastique Artistique Féminine
<u>GR</u> :	Gymnastique Rythmique
<u>TRA</u> :	Trampoline
<u>AER</u> :	Gymnastique Aérobie
<u>GAC</u> :	Gymnastique Acrobatique
<u>UEG</u> :	Union Européenne de Gymnastique
<u>URSS</u> :	Union des Républiques Socialistes Soviétiques
<u>IFSA</u> :	Fédération Internationale de Sport Acrobatique

FIT : fédération Internationale de Trampoline

FFST : Fédération Française de Saut au Trampoline

FFTSA : Fédération Française de Trampoline et de Sport Acrobatique

FFG : Fédération Française de Gymnastique

AOF : Afrique Occidentale Française

PC : Professeur Contractuel

MEPS : Maître d'Education Physique et Sportive

CPI : Conseiller Pédagogique Itinérant

LVND : Lycée Valdiodio Ndiaye

LCEAN : Lycée commercial El Hadji Abdoulaye Niasse

Sommaire

RESUME	1
INTRODUCTION	3
CHAPITRE PREMIER : REVUE DE LITTERATURE	6
1-1- Histoire de la Gymnastique.....	6
1-2- Présentation des sous disciplines de la Gymnastique	8
1-2-1- La Gymnastique Artistique (GAM, GAF et les Agrès).....	9
1-2-2- La Gymnastique Rythmique (compétition et Agrès).....	19
1-2-3- Le Trampoline	20
1-2-4- La Gymnastique Acrobatique	21
1-2-5- La Gymnastique Aérobic.....	23
1-2-6- La Gymnastique Pour Tous	24
1-3- La gymnastique au Sénégal (Historique, Organisation : CNPGS/Mission).....	25
1-4- La Gymnastique à Kaolack (Genèse, Evolution et développement).....	29
<u>CHAPITRE II : METHODOLOGIE</u>	38
2-1- Population.....	38
2-2- Matériel	38
2-3- Méthode	38
2-4- Problèmes rencontrés.....	39
<u>CHAPITRE III : PRESENTATION, COMMENTAIRE, INTERPRETATION ET DISCUSSION DES RESULTATS</u>	41
3-1- Présentation et Commentaire des Résultats	41
3-1-1- Les	Gymnastes 41
3-1-2- Les Encadreurs.....	48

3-1-3- Les Membres du CNPGS	53
3-1-4- L'Entretien	57
3-2- Discussion	59
3-2-1- Genèse de la gymnastique à Kaolack.....	59
3-2-2- La Pratique de la gymnastique à Kaolack.....	59
3-2-3- L'évolution et le développement de la gymnastique à Kaolack	60
3-2-4- Les problèmes que rencontrent la gymnastique à Kaolack	60
3-2-5- L'Encadrement Technique	61
CONCLUSION ET PERSPECTIVES.....	62
BIBLIOGRAPHIE	65
ANNEXES	66

RESUME

Le mot gymnastique vient du grec « gymnas » qui signifie nu, dans la Grèce antique les athlètes étaient nus. Pour les grecs anciens, la gymnastique est l'expression de la parfaite harmonie entre le corps et l'esprit.

La pratique de la gymnastique moderne se développe à la fin du XIXe siècle. Platon, Aristote et Homère qui étaient des philosophes grecs, recommandaient fortement la pratique de la gymnastique pour ses qualités fortifiantes. Pour eux, seule la pratique conjointe de l'activité physique et intellectuelle rendait possible l'harmonie entre le corps et l'esprit.

Le terme « GYMNASTIQUE ARTISTIQUE » voit le jour au début des années 1800 pour distinguer la gymnastique de loisir et celle pratiquée par les militaires. Les compétitions de gymnastique se multiplient en Europe dans les Ecoles et Clubs d'athlétisme et font leur grand retour quand les Jeux Olympiques renaissent à Athènes en 1896.

Entre 1896 et 1924, le sport évolue vers ce que nous considérons aujourd'hui comme la gymnastique moderne et elle regroupe aujourd'hui sept (7) sous disciplines qui sont :

- La gymnastique artistique masculine (GAM) qui regroupe six (6) agrès (sol, barres fixes, barres parallèles, table de saut ou saut de cheval, anneaux et cheval d'arçon).
- La gymnastique artistique féminine (GAF) qui présente aussi quatre (4) agrès (poutre, barres asymétriques, sol et saut de cheval).
- La gymnastique rythmique (GR),
- La gymnastique acrobatique (GAC),
- La gymnastique aérobic (AER),
- Trampoline (TRA),
- La gymnastique pour tous (GFA).

Après une bonne évolution en Europe et presque partout dans le monde, cette discipline regagne l'Afrique par le biais des colons et avec comme statut la capitale de l'Afrique Occidentale Française (AOF), le Sénégal ne pouvait pas être en reste.

La gymnastique à l'instar de la majeure partie des disciplines sportives pratiquées au Sénégal, a été introduite par la colonisation. Elle était alors :

- Une discipline de démonstration en milieu militaire,
- Une discipline d'éducation en milieu scolaire,
- Une discipline de formation en milieu spécialisé.

C'est en 1982 que l'on verra la Fédération Sénégalaise de Gymnastique voir le jour. Très vite des facteurs bloquants vont entraver son essor, ils ont pour nom : absence d'infrastructures, insuffisance de cadres, manque de visibilité pour ne citer que ceux-ci.

Elle sera redynamisée en Août 1988 sous l'appellation de Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) avec comme objectif : démarrer les activités avec ce qui existe, en investissant le milieu scolaire où il y a les enseignants d'éducation physique et sportive (EPS) spécialisés en gymnastique et les élèves.

Le filon trouvé, la structure pouvait alors se mettre en place :

- Les compétitions scolaires de gymnastique,
- Ciblage des gymnastes talentueux,
- Perfectionnement pour la gymnastique artistique au sein d'un club.

Kaolack a profité de cette occasion pour se lancer dans la pratique de la gymnastique et forme un club de gymnastique en 1990 sous le nom de « KAOLACK GYM CLUB » et depuis lors, ce club ne cesse de participer au développement de la gymnastique au Sénégal d'où le choix de notre thème : l'évolution et le développement de la gymnastique à Kaolack.

Le but de notre travail est de montrer le parcours glorifiant de Kaolack dans la gymnastique sénégalaise avec toutes ses difficultés et mauvaises conditions de travail et montrer à tout ceux qui aimeraient pratiquer la gymnastique dans sa localité que nous n'avons pas besoin d'attendre que le matériel soit complet pour le faire mais juste commencer avec les moyens du bord.

Pour parvenir à notre objectif, nous avons utilisé une méthodologie à base de questionnaires adressés aux encadreurs et gymnastes de Kaolack et aux membres du CNPGS et un guide d'entretien pour Mr Abou Bâ.

A cet égard, dix (10) gymnastes, cinq (5) encadreurs et quatre (4) membres du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) ont répondu à ces questionnaires.

Les résultats obtenus montrent une grande évolution et un important développement mais dans des conditions de travail très difficiles liées au manque de matériel et de gymnase.

Donc il faut du matériel pour mieux s'aventurer dans la vraie version de la gymnastique et de participer dans les compétitions civiles avec les autres agrès.

INTRODUCTION

Kaolack a longtemps été l'un des plis de la gymnastique sénégalaise et fait partie des plus anciens pratiquants de cette discipline au Sénégal. Parce que, c'est en 1990, deux (2) après l'aménagement du Comité National de promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) que Mr Abou Bâ, professeur d'Education Physique et Sportive (EPS) diplômé de l'Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport (INSEPS) qui était en service au Lycée Commercial El Hadji Abdoulaye Niassé de Kaolack a mis sur place un club de gymnastique nommé « KAOLACK GYM CLUB ».

Au début, les entrainements se faisaient dans la cours du Lycée Valdiodio Ndiaye et avec des tapis de gymnastique.

Mais, comme tout début est difficile, il s'est contenté de ces tapis pour aider et développer la gymnastique kaolackoise parce que les jeunes présentaient une grande potentialité, chose qu'il constatait lors de ses cours de gymnastique en EPS.

Depuis lors, ce club ne cesse de se développer et participer à la formation des jeunes de Kaolack à la gymnastique.

Une année après la création du club « KAOLACK GYM CLUB », un groupe de démonstration a été mis en place pour la décentralisation et pour mieux faire connaître la gymnastique dans la région.

Avec l'insertion de la gymnastique dans les compétitions de l'Union des Associations Sportives Scolaire et Universitaire (UASSU), Kaolack a su préparer d'excellents gymnastes pour le représenter et la gymnastique kaolackoise a commencé à changer et avoir une autre envergure. Il fut à l'origine d'un grand rayonnement sur le plan national avec l'avènement du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS).

La participation de la région de Kaolack dans les compétitions de l'UASSU (Union des Associations Sportives Scolaire et Universitaire) et aux Championnats Nationaux a permis aux kaolackois d'avoir une autre vision de la gymnastique c'est-à-dire en dehors des activités physiques scolaires.

Et depuis ce temps, Kaolack montre d'année en année de nouvelles apparitions talentueuses et ambitieuses vis à vis de la gymnastique avec des pourcentages de médailles élevés dans les championnats nationaux jusqu'à avoir des représentants dans la sélection nationale pour représenter le Sénégal au niveau international.

A voir cette évolution, Kaolack se montre avec un engagement illimité partisan du développement de la gymnastique au Sénégal grâce à un important et extraordinaire

rayonnement sur le plan national avec une structure et des encadreurs spécialisés pour faire grimper Kaolack jusqu'au sommet de la gymnastique Sénégalaise.

Au Sénégal, la gymnastique ne se faisait qu'au niveau scolaire, lors des cours d'Education Physique et Sportive. Une discipline qui a les 50% de la note des Epreuves Physique du Baccalauréat (BAC) et du Brevet de Fin d'Etude Moyen (BFEM).

En 1988, une structure a été créée pour promouvoir la gymnastique sur tout le territoire sénégalais et orienter les jeunes dans la gymnastique compétitive : c'est le Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS).

Le CNPGS a organisé des compétitions de gymnastique à l'UASSU et des compétitions nationales civiles où toutes les régions pouvaient participer.

En collaboration avec la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG), le CNPGS a aussi instauré la formation des encadreurs avec l'organisation des stages internationaux de niveau 1 et niveau 2 qui se sont déroulés au Centre National d'Education Populaire et du Sport (CNEPS) de Thiès, pour apporter aux encadreurs de nouvelles connaissances sur la réalité de la gymnastique artistique dans le monde.

Donc c'est après la naissance du CNPGS que la gymnastique sénégalaise a eu un regard différent de ce qu'il y avait comme pratique de la Gymnastique.

Avec la création de son club « KAOLACK GYM CLUB » en 1990, les entraînements ont commencé et ont été respectés par les gymnastes et les encadreurs et ils se faisaient du lundi au samedi de 17h à 19h donc chaque jour excepté le dimanche dans un environnement non approprié à la gymnastique artistique c'est-à-dire non pas dans un gymnase ni de matériel de gym mais avec des tapis alignés suivant la disposition des gymnastes par terre dans la cours du lycée Valdidio Ndiaye.

Sachant bien qu'il existe un matériel approprié à la gymnastique, les Kaolackois pratiquent cette discipline avec des tapis d'éducation physique, un tremplin de mauvais état et s'entraînent à l'air libre.

Avec un tel déficit de matériel, Kaolack rencontre d'énormes difficultés à la pratique de la gymnastique. A Kaolack, les gymnastes et les encadreurs ont du mal à bien faire leurs entraînements à cause d'un déficit de matériels et d'équipements gymniques à savoir : un Gymnase et tous les agrès qui s'y trouve (Praticable, Barre Fixe, Cheval d'Arçon, Poutre, Barres Parallèles, Anneaux, Barres Asymétriques, Table de Saut, Trampoline, Tremplins, Tapis et Mousses de réception), qui sont d'une grande nécessité pour un meilleur déroulement de la gymnastique à Kaolack.

Mais, malgré ce handicap, Kaolack n'est pas resté les bras croisés en attente de matériel pour continuer la pratique de la gymnastique.

Alors, Kaolack se lance dans la pratique de la gymnastique artistique et sa conviction, son amour de la gymnastique fut le fruit de son rayonnement au niveau national et a réussi à avoir une bonne position dans la gymnastique artistique au Sénégal.

Avec l'avènement du CNPGS, Kaolack a participé à des compétitions national tout comme les UASSU et fait partie des trois (3) meilleures équipes au Sénégal si l'on se fie aux nombreuses médailles obtenues dans ces compétitions.

Donc pour faire valoir ce travail et le compléter, nous allons procéder à une confection et une distribution de questionnaires et des guides d'entretien destinés aux gymnastes, aux encadreurs et aux membres du CNPGS.

Après avoir fait une collecte de toutes les informations, on sera un peu plus explicite sur le rayonnement de Kaolack dans la gymnastique au Sénégal.

De ce fait pour montrer comment Kaolack a pu rayonner et s'imposer sur le plan national, notre document va comporter les parties qui vont suivre:

- Une revue de littérature
- La méthodologie
- La présentation, interprétation et discussion des résultats
- La conclusion et Les perspectives
- La bibliographie
- Les annexes

1- REVUE DE LITTERTURE

1-1- Histoire de la gymnastique :

La gymnastique est une discipline très ancienne, qui date de l'époque de la Grèce antique.

C'est l'ensemble des exercices physiques destinés à assouplir ou développer le corps.

Les grecs s'en servaient pour rendre les soldats (les gladiateurs) plus aguerris, mais avec l'évolution de la gymnastique mondiale, cette dernière se montre plus complexe et change d'idéologie.

Le mot Gymnastique vient du grec "gymnas" qui signifie : nu. Dans la Grèce antique, les athlètes étaient nus.

Pour les Grecs anciens, la gymnastique est l'expression de la parfaite harmonie entre le corps et l'esprit.

Platon, Aristote et Homère qui étaient des philosophes grecs recommandaient fortement la pratique de la gymnastique pour ses qualités fortifiantes. En effet, seule la pratique conjointe de l'activité physique et intellectuelle rendait possible l'harmonie entre le corps et l'esprit.

Longtemps la gymnastique regroupe les divers entraînements physiques effectués par les athlètes sans but de compétition :

- des exercices physiques (assouplissements, musculation, courses...) pour se préparer à l'athlétisme, la lutte ou le pugilat (bagarre à coups de poings).
- Des figures acrobatiques exécutées par des saltimbanques (des sauts, des équilibres sur les mains...).

La pratique de la gymnastique moderne se développe à la fin du 19e siècle.

Sortie d'une discipline de force, elle est devenue une discipline d'art.

Au début du 19e siècle, l'Allemand Ludwig Jahn lance la gymnastique avec des appareils ou agrès (cheval de bois, poutre, barre fixe, barres parallèles). Ces différents agrès sont utilisés en Allemagne avec succès pour l'entraînement des militaires. Cette méthode gagne bientôt les pays voisins (Suisse, France, Belgique, l'ex Tchécoslovaquie).

Des démonstrations de gymnastique sont organisées lors des Fêtes populaires et la première a eu lieu en Suisse en 1844.

Le 23 juillet 1881 à Liège (Belgique) une structure a été créée par Nicolas Jan Cuperus pour s'occuper de la gymnastique et portait le nom de Bureau des fédérations Européennes de Gymnastique (BFEG). C'est la plus ancienne des fédérations internationales.

Cette structure a été réaménagée et donnée le nom officiel de Fédération Internationale de Gymnastique (FIG) en 1922.

Sous l'impulsion des français, belges et néerlandais, est fondé le BFEG en 1881 qui deviendra FIG en 1922, elle a plusieurs fois changé de siège au cours de son histoire : après avoir siégé à Liège puis à Prague, la FIG s'est installée en Suisse après la fin de la seconde guerre mondiale. Au début, elle s'installe à Genève avant d'ouvrir un secrétariat permanent à Lyss en 1973 puis déménage à Moutier en 1991 et enfin à Lausanne à partir de juillet 2008 et devient alors la 36^e institution sportive internationale à siéger auprès du Comité International Olympique (CIO).

La FIG compte 128 Fédérations membres et sont répartis en quatre (4) Unions continentales (Européenne, Asiatique, Panaméricaine et Africaine) et une zone Océanique.

Depuis sa création, cette structure à la bonne pratique de la gymnastique avec l'organisation des compétitions de toutes allures.

Pierre de Coubertin impose la gymnastique aux premiers Jeux Olympiques de 1896. Elle prend sa forme moderne aux jeux Olympiques de 1952 en désignant 4 exercices pour les hommes : (Saut de cheval, poutre, barres asymétriques, exercices au sol).

Le terme "gymnastique artistique" voit le jour au début des années 1800 pour se distinguer de la gymnastique de loisir, de celle pratiquée par les militaires. Les compétitions de gymnastique se multiplient en Europe dans les écoles et les clubs d'athlétisme et font leur grand retour quand les Jeux Olympiques renaissent à Athènes en 1896.

Entre 1896 et 1924, le sport évolue vers ce que nous considérons aujourd'hui comme la gymnastique moderne. Parmi les disciplines qu'elle rassemble sont écartées la massue, le lever de pierre et même la natation, qui fait sa première apparition en 1922.

Avec l'évolution du sport moderne, la gymnastique a occupé une place très honorable dans les jeux olympiques et s'est divisées en plusieurs sous-disciplines comme : la gymnastique artistique, rythmique, trampoline, aérobic, acrobatique et la gymnastique pour tous.

À ses débuts, la gymnastique artistique, une discipline olympique, accueille des concurrents qui ont souvent un passé de danseur et peuvent espérer atteindre l'apogée de leur carrière à 20 ans. Les notes parfaites de 10 obtenues à seulement 14 ans par Nadia Comaneci et Nellie Kim aux Jeux de Montréal en 1976 annoncent l'ère des jeunes champions, formés à la gymnastique dès l'enfance. Aujourd'hui les gymnastes doivent être âgés de 16 ans minimum pour participer à la compétition olympique.

1-2- Présentation des sous disciplines de la gymnastique

La gymnastique (communément abrégée « gym ») est un terme générique qui regroupe aujourd'hui des formes très diverses de disciplines sportives, pratiquées pour le loisir ou la compétition : gymnastique artistique, gymnastique rythmique, trampoline, gymnastique acrobatique, gymnastique aérobic, tumbling... Le terme est aussi appliqué à des formes d'activités dites gymniques, plus ou moins liées à la santé ou à la condition physique des personnes la pratiquant, telles que l'aquagym ou le fitness.

Lors des compétitions, les gymnastes sont notés par des juges qui ont reçu une formation, qui dépend de la fédération concernée. Il existe en gymnastique plusieurs fédérations nationales dépendantes de la Fédération internationale de gymnastique.

Aujourd'hui, la Fédération Internationale de Gymnastique reconnaît sept disciplines:

- Gymnastique pour tous (GFA)
- Gymnastique artistique masculine (GAM). Elle est composée de 6 agrès :
 - Le sol
 - Le cheval d'arçons
 - Les anneaux
 - Le saut de cheval ou table de saut
 - Les barres parallèles
 - La barre fixe
- Gymnastique artistique féminine (GAF). Elle est composée de 4 agrès :
 - Le sol
 - Le saut de cheval ou table de saut
 - Les barres asymétriques
 - La poutre
- Gymnastique rythmique (GR)
- Trampoline (TRA)
- Gymnastique aérobic (AER)
- Gymnastique acrobatique (GAC)

Six disciplines sportives distinctes, pour lesquelles sont organisés chaque année des Championnats d'Europe, d'Afrique, Américain, Asiatique..., prouvent la diversité de la gymnastique de compétition. Les disciplines olympiques – la gymnastique artistique masculine et féminine, et rythmique – sont les plus importantes au sein de l'Union Européenne de Gymnastique (UEG).

En 2000 à Sydney, le trampoline était admis pour la première fois au programme des Jeux Olympiques.

Les sports acrobatiques et l'aérobic sportive complètent les disciplines de compétition de l'UEG.

Last but not least, le septième pilier de la gymnastique – la gymnastique pour tous – regroupe diverses manifestations, programmes et activités, représente le sport de loisirs et le sport pour tous.

1-2-1- La Gymnastique Artistique (GAF-GAM et les AGRES)

1-2-1-1- Gymnastique Artistique Féminine (GAF)



En Gymnastique Artistique Féminine, la gymnaste recherche apprécie l'élégance et la technique aux barres asymétriques, l'équilibre à la poutre, la légèreté et la chorégraphie au sol, l'impulsion au saut de cheval. Chacun de ces quatre agrès, tous plus difficiles les uns que les autres, exige le plus haut degré de perfection : le réglage et la coordination des mouvements doivent cohabiter en harmonie, dans une composition de mouvements créatifs.

La Gymnastique Artistique Féminine ou GAF, est une discipline sportive réservée aux femmes. C'est un sport qui réunit la grâce, la souplesse mais il ne faut pas négliger les performances physiques ainsi qu'une grande maîtrise technique. La Gymnastique Artistique Féminine est un sport olympique où une gymnaste se doit de présenter un mouvement qu'elle compose à partir d'élément figurant dans le code de pointage établie par la Fédération Internationale de Gymnastique. Cette discipline se déroule sur 4 agrès : le saut de cheval (ou table de saut), les barres asymétriques, la poutre et le sol. Une gymnaste pratique la gymnastique en justaucorps.

C'est en 1928, à Amsterdam que la gymnastique artistique féminine fait son apparition aux Jeux Olympiques. A l'origine les femmes pratiquaient elles aussi les barres parallèles (agrès réservé uniquement aux masculins aujourd'hui) et ce n'est qu'en 1936 que cet agrès fut remplacé par les barres asymétriques. Lors des Jeux Olympiques de Londres en 1948 la largeur de la poutre fut fixée à 10 cm. La musique accompagnant l'exercice au sol fit son apparition en 1958. Au départ un pianiste assurait l'ambiance musicale puis les cassettes audio et les CD ont fait leur apparition.

La gymnastique artistique féminine contemporaine a été popularisée et s'est largement développée aux performances exceptionnelles d'Olga Korbut de l'URSS et de Nadia Comaneci de la Roumanie lors des jeux olympiques de 1972 et 1976. Grâce à la beauté, l'élégance et la perfection de leurs prestations, Olga et Nadia ont frappé l'imagination de millions de jeune filles à travers le monde ce qui a permis ce qui permis d faire de la gymnastique artistique féminine le sport ayant connu la croissance la plus rapide au cours des dernières années. Pourquoi une si grande popularité ? Tout simplement parce que la gymnastique est le sport de base par excellence, et elles s'adresse à tous les niveaux.

Au niveau compétitif, la gymnastique artistique féminine est un sport qui exige élégance, virtuosité, puissance, souplesse, agilité et courage, en plus d'une grande précision technique et créativité artistique. Une fois ses composantes bien maîtrisées, les prestations sont remarquables et fascinantes à regarder.

Les gymnastes féminines débutent habituellement vers l'âge de 5 ans dans un programme réactif. Au Canada, elles peuvent poursuivre leur carrière au niveau compétitif lorsqu'elles atteignent l'âge minimal requis par les différentes fédérations provinciales.

Le programme compétitif de la gymnastique artistique féminine comporte 4 épreuves : le saut, la barre asymétrique, la poutre, et le sol.

Chez les femmes, la hauteur de la table de saut est de 1 m 25 ; celui-ci est placé perpendiculairement à l'approche, avec un tremplin posé devant lui.les gymnastes effectuent deux sauts, dont le meilleur compte pour le résultat.

Les barres asymétriques sont composées de deux barres en bois ou en fibre de verre reposant chacune sur des montants verticaux de hauteurs différentes.la barre inferieure est située à 1 m 61 du sol et la barre supérieure est à 2 m 41.

L'agrès le plus impressionnant de la gymnastique féminine est probablement la poutre, une bande de 10 cm de large et 5 m de long, sur laquelle les concurrentes exécutent des routines audacieuses, perchées à, 1 m 25 au-dessus du sol. Le programme doit comprendre une variété d'éléments acrobatiques, de sauts, de tours, un combiné de pas effectués en marchant ou en courant, ainsi que des mouvements d'ondes et d'équilibre exécuté debout ou dans la position couchées ou assise. La gymnaste doit utiliser toute la longueur de la poutre et exprimer à la fois élégance, souplesse, rythme, équilibre, maîtrise et aplomb. La durée maximale d'un exercice sur la poutre est de 1 minute et demie.

Alors que la poutre met à l'épreuve le courage de la gymnaste, les exercices au sol sont la mesure de l'aptitude et de la libre expression. Un accompagnement musical contribue à la mise en valeur de ce programme qui combine des mouvements de danse avec des segments

variés de tumbling et acrobatie. Les éléments gymniques ou acrobatiques varient par leur tempo et tempérament et per la direction qu'ils prennent sur l'ensemble d'un praticable mesurant 12 x 12m. Individualité, maturité, maîtrise et qualité artistique sont les éléments essentiels pour décrocher la note la plus haute.

1-2-1-2- Gymnastique Artistique Masculine (GAM)



La gymnastique artistique masculine (GAM) est une discipline consistant à enchaîner des mouvements acrobatiques sur six agrès différents (on parle également d'appareil ou d'engin) : le sol, le cheval d'arçon, les anneaux, le saut de cheval, les barres parallèles et la barre fixe. L'ensemble des mouvements et des enchaînements possibles sur chaque agrès est régi par un.

La gymnastique artistique masculine plonge ses racines dans les concours athlétiques de l'Antiquité, remis au goût du jour par les humanistes de la Renaissance. Sous l'impulsion des Allemands, Danois et Suédois, principalement, la gymnastique artistique met en place ses agrès dès le XVIIIe siècle. Ces pratiques sont réservées aux hommes jusqu'à la fin du XIXe siècle.

Les épreuves masculines comprenaient jusqu'en 1954 un ensemble combinant gymnastique et athlétisme, qui se détache de la gymnastique artistique pour former la gymnastique dite rythmique.

La tenue réglementaire en gymnastique artistique masculine est : le short pour les exercices au sol et au saut de cheval, le sokol pour les exercices à la barre fixe, aux anneaux, au cheval d'arçon et aux barres parallèles ; le Léotard pour tous agrès.

La gymnastique Artistique Masculine est une discipline de précision. Dans sa perfection, elle réunit à la fois les aptitudes physiques individuelles comme la force, la coordination et la souplesse à travers les exercices dynamiques et statiques, parfaitement contrôlés et aussi des caractéristiques artistiques telles que créativité, esthétique et expressivité.

1-2-1-3- Présentation des agrès de la gymnastique artistiques

En GAM, les agrès sont au nombre de six (6) qui sont :

- Les anneaux
- Les barres fixes
- Les barres parallèles
- Le sol
- Le cheval d'arçon
- La table de saut

En GAF, ils sont au nombre de quatre (4) qui sont :

- Les barres asymétriques
- La poutre
- La table de saut
- Le sol

La gymnastique artistique masculine comporte six agrès dont deux partagés avec la gymnastique artistique féminine qui sont : la table de saut et le sol. Ces derniers sont utilisés par les hommes tout comme les femmes.

Voici une présentation des différents agrès de la gymnastique artistique masculine puis féminine :

❖ Anneaux



Les anneaux sont l'agrès nécessitant le plus de force. L'enchaînement consiste à alterner des éléments en force (souvent en début de mouvement : croix de fer, planches, hirondelles) avec des phases d'élan (soleils, lunes, sorties saltos). Le gymnaste doit s'efforcer de faire en sorte que les anneaux ne balancent pas pendant son mouvement, ce qui, compte tenu de leur liberté,

nécessite une grande puissance. Les anneaux sont faits de bois vernis et nécessitent l'emploi de maniques.

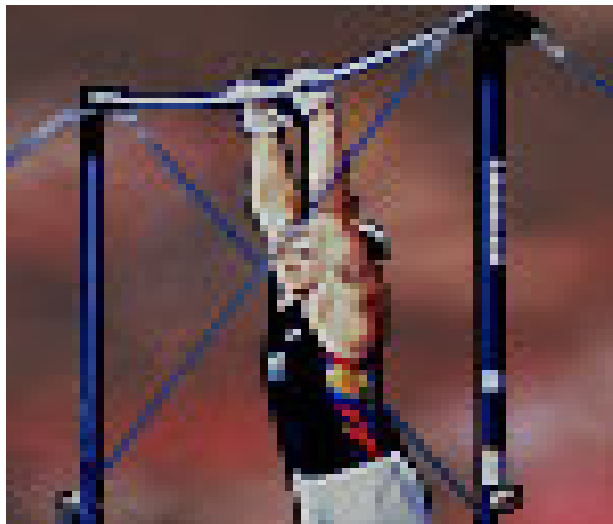
Dimensions :

Hauteur : 280 cm (dont 20 cm de tapis de réception)

Distance entre les anneaux : 50 cm

Diamètre des anneaux : 18 cm

❖ Barre fixe



La barre est constituée de métal. Elle est tenue entre deux poteaux rendus eux-mêmes fixes par l'emploi de câbles tendus. La barre offre cependant une certaine souplesse mécanique. Pour illustrer les nombreuses possibilités de l'engin, un exercice moderne à la barre fixe est une présentation dynamique enchaînant des éléments d'élan, des rotations et des parties volantes sans arrêt exécutés près et loin de la barre en prises diverses. La barre fixe nécessite l'emploi de maniques.

Dimensions :

Hauteur : 280 cm (dont 20 cm de tapis de réception + 10 cm de tapis obligatoire amovible)

Longueur : 240 cm

Diamètre de la barre : 28 mm

❖ Barres parallèles artistiques



Aux barres parallèles, le gymnaste doit alterner phases d'élan et/ou de vol avec des phases d'arrêt et d'équilibre. Au programme : des équilibres en force, des équerres, mais aussi des soleils, des bascules, des lâchés de barre ou encore des sorties salto. Les barres parallèles sont l'un des agrès comportant le plus d'éléments reconnus par la Fédération internationale de gymnastique (FIG). Les barres sont faites de bois vernis et offrent donc une certaine souplesse mécanique.

Dimensions :

Hauteur 200 cm (dont 20 cm de tapis de réception)

Longueur 350 cm

Distance entre les barres : de 42 cm à 52 cm (réglable)

En gymnastique artistique masculine, engin composé de deux barres en bois dont la hauteur peut être ajustée et qui est utilisé pour effectués des élan, des balancés et des vrilles.

❖ Sol



Il s'agit d'un carré de tapis dynamiques de 12 m sur 12 m appelé couramment « praticable ». Cet agrès nécessite une grande tonicité, notamment pour effectuer des séries acrobatiques dans les diagonales. Rondades, flips, saltos (rotations arrières ou rotations avant) et autres vrilles sont effectués dans des combinaisons plus ou moins difficiles.

Lors des compétitions, certains mouvements sont obligatoires : des éléments non-acrobatiques répertoriés dans le code FIG dans le groupe I (éléments de force, de maintien et de souplesse), des éléments avec parties acrobatiques en avant (groupe II), des éléments avec parties acrobatiques en arrière (groupe III) et enfin des éléments induisant une rotation latérale dans le premier envol (groupe IV) tels que le twist et les saltos latéraux.

On distingue notamment cet exercice de celui des gymnastes féminines par le fait que les gymnastes masculins réalisent leurs enchaînements sans accompagnement musical ni chorégraphie et que sa durée ne doit pas excéder les 70 secondes (pour 90 secondes chez les athlètes féminines).

❖ Cheval d'arçons



Le cheval d'arçon est l'agrès d'équilibre par excellence. Il s'agit pour le gymnaste d'enchaîner des séries de ciseaux et de cercles en appui sur les mains, sans perdre l'équilibre ni chuter sur le cheval les balancés doivent arriver au niveau du menton. S'il n'est pas très périlleux, cet agrès est sûrement l'un des plus difficiles en raison du peu de latitude que le gymnaste a pour rattraper ses erreurs, il est considéré comme la bête noire des gymnastes. À l'origine le revêtement du cheval d'arçon était en cuir. Il est désormais composé de matière synthétique. Les arçons sont faits de bois vernis. Dimensions :

Hauteur : 115 cm (dont 10 cm de tapis de réception)

Longueur : 160 cm

Profondeur : 35 cm

Hauteur des arçons : 12 cm

Distance entre les arçons : de 40 cm à 45 cm (réglable)

❖ Saut de cheval



Cet agrès consiste à sauter à l'aide d'un tremplin par dessus une table de saut en effectuant un mouvement acrobatique, et ce, après une course d'élan. Un des sauts les plus simples est le saut par renversement (ou « lune ») en prenant appui avec les mains sur le cheval et en passant par l'appui renversé. Mais les gymnastes compliquent cette acrobatie à loisir en ajoutant des saltos, des vrilles (des tours sur soi-même) après la pose des mains ou une rondade avant l'arrivée sur le tremplin. Le tsukahara, par exemple, consiste à faire une rondade sur la plate-forme et à l'enchaîner avec un salto arrière groupé, carpé ou tendu. Lors des compétitions internationales en équipe un seul saut est autorisé mais en individuelles les gymnastes ont le droit à deux sauts. Cet agrès est également utilisé par les gymnastes féminines.

Dimensions :

Hauteur : 135 cm (dont 20 cm de tapis de réception + 10 cm de tapis obligatoire amovible)

Longueur : 120 cm

Profondeur : 95 cm

Course d'élan : 25 m (maximum).

Engin solide similaire au cheval-arçons mais dépourvus de poignées. Est utilisé en gymnastique artistique masculine et féminine pour diverses formes de renversement.

❖ Barres asymétriques



Engin utilisé en gymnastique artistique féminine composé d'une barre située à 2,4 m du sol et d'une barre plus basse, à 1,6 m du sol, et qui est utilisé pour effectuer une série continue de changements de prise, lâchers, nouvelles prises et autres mouvements complexes.

❖ Poutre



La **poutre** est un agrès de la Gymnastique Artistique Féminine. Une poutre fait 5 m en longueur et 10 cm en largeur. Sa hauteur varie selon la catégorie de la gymnaste. Pour les catégories dans les imposés FSCF:

- La hauteur est de 1 m 05/10 pour les poussines
- La hauteur est de 1 m 15 pour les jeunesses
- La hauteur est de 1 m 25 pour les aînées

1-2-2- La gymnastique rythmique



C'est au milieu du XXe siècle que la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG) s'intéressa pour la première fois à la gymnastique rythmique, alors appelée « gymnastique moderne ». Pourtant, l'histoire de la gymnastique rythmique remonte au moins jusqu'au XIXe siècle.

Dans les années 1800, la rythmique se pratiquait essentiellement en groupes et comportait quelques notions élémentaires de chorégraphie. Son essor fut continu jusqu'aux années 30, date à laquelle apparurent les premières compétitions tests en Europe de l'est. Cependant, bien avant que la FIG ne manifeste son intérêt, les exercices au sol si complexes propres à la rythmique avaient déjà conquis un large public de gymnastes féminines.

La gymnastique rythmique, comparable au ballet classique dont elle s'inspire pour bon nombre de sauts et positions, requiert de la grâce pour l'exécution des pliés jetés, attitudes et autres arabesques. Cependant, elle est enracinée à la fois de système allemand, qui met l'accent sur les engins qui font travailler la musculature, et le système suédois et ses exercices libres propices à l'amélioration du sens du rythme.

La gymnastique rythmique est une discipline officielle de la FIG depuis 1962. C'est en 1963 que fut organisé à Budapest le premier tournoi international qui, plus tard, devint

officiellement le premier championnat du monde de gymnastique rythmique. La Soviétique Ludmilla SAVINKOVA remporta le premier titre mondial d'une compétition disputée par vingt et huit (28) gymnastes seulement, originaires de dix (10) pays européens.

Ces chiffres devaient rapidement enfler au fur et à mesure que le monde s'intéressait à cette discipline, et c'est aux mondiaux de 1973 que concoururent pour la première fois des gymnastes des Etats-Unis, tandis que la gymnastique rythmique sortait lentement de l'ombre de sa grande sœur, la gymnastique artistique.

La gymnastique rythmique (toujours avec engin) est réservée aux gymnastes féminines. Celles-ci travaillent en musique sur un praticable de 13 m² à la corde, au cerceau, au ballon, aux massues ou au ruban. Lors des concours individuels, elles effectuent des exercices différents avec quatre ou cinq engins. Pour les concours par équipes - une équipe comprenant cinq gymnastes -, elles travaillent ensemble en utilisant une fois les massues et une autre fois avec deux gymnastes au cerceau et trois au ruban.

1-2-3- Le trampoline



Mélange parfait de sport et d'esthétique, la gymnastique figure au nombre des sports qui symbolisent le mieux les Jeux Olympiques.

Depuis le 1^{er} janvier 1999, le trampoline est une discipline officielle des Jeux Olympiques.

Le trampoline a fait ses débuts olympiques lors des jeux de 2000 à Sydney avec des compétitions masculines et féminines. La Fédération de Russie a alors remporté deux médailles olympiques d'or avec ses deux champions Alexander MOSKALENKO et Irina KARAVAEVA.

1-2-4- La gymnastique acrobatique



La Gymnastique Acrobatique est une discipline dont les racines sont très anciennes et souvent liées aux cultures traditionnelles. Elle possède un lien privilégié avec le milieu du cirque, un monde dans lequel elle est traditionnellement connue sous le nom de « mains à mains ». La version compétitive des pratiques liées à l'acrobatie collective a vu le jour en Europe de l'Est.

Elle regroupe acrobatie et artistique au sein d'un même mouvement. Elle se pratique en groupe, par 2,3 ou 4 gymnastes. Les mouvements se réalisent en musique avec un mélange de pyramides, d'éléments individuels et d'éléments chorégraphiques.

La gymnastique tient ses racines de l'antiquité. On peut retrouver des traces d'acrobatie en groupe dans des anciennes cultures traditionnelles ou dans certaines pratiques militaires. Mais la gymnastique acrobatique va se moderniser grâce au cirque.

La gymnastique acrobatique anciennement appelée "acrosport" est apparu en France dans les années 70 avec Matthieu Roz. Il n'y avait pas encore de structure administrative et les gymnastes vont donc concourir en Allemagne. C'est en 1985, que la Fédération Française de Sports au Trampoline intègre dans son administration la gymnastique acrobatique. C'est la même année que le France va participer pour la première fois aux Championnats d'Europe en engageant un duo mixte et un duo féminin.

Pour mieux s'imprégner de la gymnastique acrobatique, la France organise les Championnats du Monde à Rennes. Trois groupes français qui viennent tous les trois de la région elbeuvienne composent l'Equipe de France. Cette équipe sera constituée d'un duo féminin, un trio féminin et un duo masculin représenté par Gilles Billard et Yannick Le Logeais. Suite à ces Championnats de Monde, le premier Championnat de France officiel est organisé à Evry en 1987.

Un an plus tard, la France participe à ces deuxièmes Championnats du Monde à Anvers, cette fois-ci emmené par le Duo Féminin des sœurs Cunin (Nathalie et Sandrine) qui termineront 11èmes de leur catégorie et le duo masculin elbeuvien avec Yannick Le Longeais et Gilles Billard qui prendront la 6ème place.

Pour les catégories Elite, la gymnastique acrobatique se compose de trois mouvements: Statique, Dynamique et Combiné. Chaque mouvement doit être réalisé sur une musique de 2mn30 en mélangeant des pyramides, des éléments individuels, et de la chorégraphie. Il existe plusieurs types de formation dans la discipline, ainsi on peut retrouver: le duo masculin, le duo mixte, le duo féminin, le trio féminin et le quatuor masculin.

Le mouvement statique mélange force et souplesse. Ce mouvement doit être composé de pyramides statiques. Chaque formation a pour exigence de réaliser des pyramides avec un maintien de trois secondes. Une pyramide doit obligatoirement être réalisée avec le voltigeur en appui tendu renversé. Les formations doivent inclure des éléments individuels de maintien, de souplesse et d'agilité.

Le mouvement dynamique fait appel à l'acrobatie. Les formations doivent être réalisées au moins six pyramides avec des lancers, des rattrapes et des sorties. Le voltigeur exécute des mouvements type saltos, vrilles... Ce mouvement est renforcé par des éléments gymniques dynamiques tout cela parfaitement harmonisé avec une musique.

Le mouvement combiné doit regrouper trois pyramides statiques et trois pyramides dynamiques incluant des éléments individuels gymniques, dont deux en statique et deux en dynamique. Le mouvement doit être aussi réalisé en musique.

La Gymnastique Acrobatique est une discipline qui mélange acrobatie et artistique. Elle se pratique par groupe de 2, 3 ou 4 gymnastes.

Pratiquer la Gymnastique Acrobatique demande peu de matériel. Un seul est indispensable : le praticable, encore que pour les débutants, une surface de tapis suffise.

1-2-5- Gymnastique aérobic



L'Aérobic **Sportive** également appelée **Gymnastique Aérobic** développée par la FIG est une forme de compétition de l'aérobic. Il s'agit de présenter une chorégraphie comprenant 15 à 20 éléments de difficultés (code de pointage), un enchaînement de mouvements complexes sur des musiques différentes et rapides (notes technique et artistique) sur une surface de 10 m sur 10 m (7 m sur 7 m en individuel).

Inventé par le médecin Kenneth Cooper, le terme " Aérobits " fait son apparition aux États-Unis en 1968. Cooper crée par la même occasion un laboratoire de recherches spécifiques à cette discipline, baptisé le Cooper Institute for Aérobit Research, installé à Dallas. En France, il faudra attendre 1979 pour voir apparaître le terme Aérobit.

La Gymnastique Aérobic se caractérise par un enchaînement de mouvements complexes et de grande intensité effectués en musique. Un exercice, d'une durée de 1 minute et 45 secondes (plus ou moins 5), doit démontrer créativité, souplesse, équilibre, force, explosivité et dynamisme tant par les sauts que par les éléments en appui facial. Par exemple. Chaque gymnaste est évalué en Artistique, Exécution et Difficulté sur une surface dynamique et homogène.

Il existe quatre grands groupes de difficultés : celui des **forces dynamiques** (ex. : les pompes) ; celui des **forces statiques** (ex. : l'équerre) ; celui des **sauts** (ex. : le saut carapé écarté, le shoushounova) ; celui de **la souplesse et de l'équilibre** (ex. : le grand écart, le pivot ou l'illusion, qui est une pirouette renversée). Une difficulté de chacun de ces groupes doit figurer dans les programmes présentés aux juges.

Il y a trois niveaux de difficulté. Le « challenge » qui se pratique par groupe, mixte ou non, de 6 à 12 gymnastes; le « fédéral » offre plus de possibilités : groupes mixtes ou non de 5 ou 6,

trios mixtes ou non, duos mixtes, solos masculins ou féminins ; le « national », le plus élevé, régi par le code FIG, s'adresse aux mêmes catégories qu'en « fédéral », mais seuls les groupes de 6 sont admis.

1-2-6- La Gymnastique pour Tous



Durant sept (7) jours, des gymnastes, de tout âge et de tout horizon, hommes, femmes, personnes handicapées, se rencontrent pour partager leur passion et leur talent dans les domaines de la gymnastique pour Tous.

Cet évènement, non compétitif, a lieu tous les quatre (4) ans sur le territoire de l'un des Fédérations affiliées à la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG) et attire plus de vingt milles (20.000) participants du monde entier.

Outre le fait que l'évènement ne propose ni concours, ni médaille, la World Gymnaestrada (gymnastique pour tous) possède une autre particularité inhabituelle pour un évènement sportif : chaque gymnaste couvre ses propres dépenses.

Ses buts sont notamment de :

- Favoriser l'expansion de la Gymnastique pour Tous à travers le monde,
- Présenter des dernières découvertes et le développement de la Gymnastique pour Tous,
- Susciter la joie et l'émerveillement envers le mouvement et éveiller l'intérêt pour sa propre activité,
- Regrouper les gymnastes de tous les pays pour contribuer à la compréhension et à l'échange entre différentes nations.

Cette manifestation est à part, de nombreux gymnastes y participent plus d'une fois dans leur vie.

Elle a une occasion unique de découvrir des productions de qualités et d'une grande originalité, de continuer sa formation, mais surtout de créer des liens, de vivre une expérience extraordinaire où la solidarité, le partage, le sport pour le mouvement et le bien-être, l'amitié, constituent les valeurs centrales.

La Gymnastique pour Tous est la branche « sport de loisir » de la Fédération Internationale de gymnastique (FIG).

La Gymnastique pour Tous offre des activités sportives variées pour tous les groupes d'âges et autres groupes cibles ; il s'agit notamment de programmes gymniques avec et sans engins, ainsi que de jeux. Elle met l'accent sur les caractéristiques et traditions nationales et culturelles.

La Gymnastique pour Tous favorise la santé, la condition physique ainsi que l'intégration sociale ; elle contribue au bien-être physique et psychique. L'exercice de la gymnastique est un facteur social et culturel, la Gymnastique pour Tous est en premier lieu une activité pratiquée régulièrement dans une organisation d'entraînement et de jeux, le plaisir de pratiquer du sport se situant à l'avant-plan. Le but de cette activité consiste à maintenir et améliorer les performances personnelles. La gymnastique offre des expériences esthétiques de mouvements aux pratiquants (e)s ainsi qu'aux spectateurs et spectatrices.

La manifestation mondiale officielle de la Gymnastique pour Tous est la Gymnaestrada Mondiale organisée par la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG).

La gymnastique est une discipline européenne qui a été apportée en Afrique par les colonisateurs. Venus avec leurs civilisations, ils nous imposent à pratiquer des sports tels que la gymnastique et autres.

Les majeures parties des territoires africains ont été occupés par les occidentaux de diverse nation, chacune a amené sa culture et sa civilisation pour l'instaurer dans leurs colonies.

Le Sénégal, étant une colonie française, a hérité de sa culture et la gymnastique n'est pas en reste.

1-3- La gymnastique au Sénégal

C'est une discipline occidentale qui a été instauré en Afrique par les colonisateurs et le Sénégal, avec sa très bonne situation géographique et qui était la capitale de l'Afrique Occidentale Française (AOF) a bénéficié de plusieurs atouts dont la pratique du sport moderne et de la gymnastique y comprise.

A la veille des préparatifs du conseil présidentiel sur le sport, c'est avec un grand plaisir que la Gymnastique apporte sa petite contribution à ce débat. Le parcours de notre structure en lui-même est un modèle qu'il nous plait de présenter, en toute modestie. Armé de volonté et d'une passion de notre discipline, notre souci de la développer nous a toujours habité, c'est pourquoi nous offrons notre disponibilité au développement du sport sénégalais. Aujourd'hui, nous pensons que le sport doit être au service de la jeunesse qui doit s'épanouir d'abord afin de pouvoir offrir ensuite toute ses possibilités de réussite au peuple.

1-3-1- Historique :

La Gymnastique, à l'instar de la majeure partie des disciplines sportives pratiquées au Sénégal, a été introduite pendant la colonisation. Elle était alors :

- une discipline de démonstration en milieu militaire
- une discipline d'éducation en milieu scolaire
- une discipline de formation en milieu spécialisé

C'est en 1982 que l'on verra la Fédération Sénégalaise de Gymnastique voir le jour. Très vite des facteurs bloquants vont entraver son essor. Ils ont pour nom ; absences d'infrastructure, insuffisance de cadres, manque de visibilité pour ne citer que ceux-ci.

Elle sera redynamisée en août 1988 sous l'appellation de Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) avec comme objectif : démarrer les activités avec ce qui existe, en investissant le milieu scolaire où il y a les enseignants d'éducation physique et sportive spécialisés en gymnastique et les élèves.

Le filon trouvé, la structure pouvait alors se mettre en place :

- les compétitions scolaires de gymnastique
- ciblage des gymnastes talentueux
- perfectionnement pour la gymnastique artistique au sein d'un club,

L'INSEPS, seul endroit où l'on retrouvait les agrès de gymnastique.

Parallèlement une diplomatie de contact est mis en place afin d'obtenir le concours des fédérations de gymnastique de pays amis.

Pendant dix ans, cet axe de travail sera maintenu sans relâche. Ce qui nous conduira à participer aux compétitions continentales : championnat d'Afrique et jeux africains, dont une

organisation de championnat d'Afrique en 2004 à Thiès (Sénégal). Point très important car il scellera un accord de haute portée pour la gymnastique sénégalaise, l'obtention d'un équipement complet pour un gymnase moderne de Gymnastique (le Centre de formation en Gymnastique au CNEPS de Thiès) de la part de la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG). Au championnat d'Afrique de 2006, le Sénégal obtint ses premières médailles ; médailles de bronze en individuel junior à l'agrès sol et une médaille de bronze par équipe en junior.

Le Sénégal occupe la vice-présidence de l'Union Africaine de Gymnastique (UAG) il est responsable de la zone 2, il est aussi membre de la commission technique masculine.

Aujourd'hui, inscrit dans le programme de formation des cadres « Académies » de la FIG, le Sénégal, pour la zone 2, déroule une série de sessions de formation de cadres techniques en Gymnastique Pour Tous, en Artistique, en Rythmique, en Aérobie et il reste à venir le Trampoline et la Gymnastique Acrobatique.

1-3-2- Missions :

- Mettre en place des sous structures capables de gérer et d'assurer le développement de la Gymnastique à la base.
- Assurer le développement technique par le biais de la formation des cadres et des gymnastes.
- Veiller à la bonne préparation puis à la participation des gymnastes dans n'importe quelle compétition.
-

1-3-3- Les Clubs :

Deux clubs civils à Dakar : à l'INSEPS, deux autres sont en cours; au Cours Sacré Cœur et au Collège Sainte Marie de Hann. Un à Thiès, au CNEPS et un à Kaolack : au Lycée Valdiodio Ndiaye et des clubs scolaires dans les régions.

Ces clubs de gymnastique sont des pôles de développement de la discipline.

1-3-4- Les Infrastructures :

L'INSEPS et le Centre de Formation en Gymnastique au CNEPS de Thiès sont les deux gymnases qui servent d'entraînement et de compétition, les établissements scolaires servent uniquement d'entraînement pour Dakar et Thiès, au niveau des autres régions, un établissement scolaire est ciblé comme lieu de compétition (avec des tapis en nombre suffisant)

1-3-5- La Formation :

Secteur fondamental dans le développement de la discipline, des sessions sont organisées selon les besoins des formés et l'offre de la coopération internationale.

C'est ainsi que :

Les entraîneurs issus des sessions sont considérés comme des entraîneurs internationaux du niveau de l'Académie (I, II ou III)

Les professeurs d'EPS issus du stage de Leipzig sont considérés comme des entraîneurs de 3^e degré.

Les professeurs et maîtres d'EPS optionnaires de gymnastique, issus d'un stage de recyclage sont considérés comme des entraîneurs de 2^e degré.

Les professeurs et maîtres d'EPS de gymnastique, issus d'un stage de recyclage sont considérés comme des entraîneurs de 1^e degré.

En dehors de ces cas, toutes personnes issues d'une session de formation aura le degré que lui conférera la session

Villes	Académie FIG	3 ^e degré	2 ^e degré	1 ^e degré	Initiateurs
Dakar	08 (II), 01 (I)	02	06	06	55
Kaolack	03 (II)		03		
Thiès	03 (II)	02	03		
Diourbel	01 (II)				
Saint Louis	01 (II)		03	07	14
Tambacounda	02 (II)		03	01	
Ziguinchor	01 (I)		02		

Nous avons dénombré 08 écoles de gymnastique ;

Le nombre de gymnastes aussi n'est pas en reste cependant il faudra veiller à ce qu'il soit qualitatif. Priorité sera donc accordée à la visite de ces régions afin de veiller au développement de la gymnastique.

1-3-6- Les recensements

1-3-6-1- Les Ressources Humaines

Des responsables techniques régionaux sont nommés en lieu et place de directeurs techniques régionaux car la formation qui sied n'a pas encore été mis en place.

Les officiels sont les entraîneurs et/ou accompagnateurs mais leur nombre est très réduit. Des sessions de formation pour officiel seront au programme des deux dernières années du programme quadriennal 09 – 12.

1-3-6-2- Les Infrastructures existants

Le gymnase au CNEPS de Thiès abrite le seul site regroupant tous les agrès de gymnastique et neufs.

L'INSEPS de Dakar possède les agrès à l'exception à l'exception du praticable sol qui est en fait un praticable de lutte olympique mais très fonctionnel.

Les régions de Kaolack, Tambacounda Saint Louis et Ziguinchor s'appuient sur les infrastructures scolaires pour la promotion et la pratique de la discipline.

1-3-6-3- Les Besoins

- Infrastructures et Equipements

Dakar : agrandir les salles de l'INSEPS. Au cas où cet institut serait délocalisé sur son nouveau site, attribuer ces dernières à la gymnastique sportive.

Trouver un autre site à Dakar pour un gymnase qui serait entièrement réservé à la pratique de la Gymnastique sportive.

Saint Louis dispose de plusieurs hangars, en cibler un pour en faire un gymnase régional.

Eriger un gymnase au sein des complexes sportifs pour les capitales régionales afin de permettre à la gymnastique de se développer.

- Formation

L'accent sera mis sur : la formation des officiels de compétition (organisateur, secrétaire, juges et autres personnels d'appoint).

Les regroupements ou camps d'entraînement et de perfectionnement des gymnastes.

Ce dernier volet devrait permettre à la Gymnastique de consolider sa place de discipline formative au service du Sport.

Source : Léandre FORBIS (Le mot de Président).

1-4- La gymnastique à Kaolack

1-4-1- Genèse

Comme toutes les autres régions du Sénégal, la gymnastique a vu jour lorsqu'elle a été instaurée dans l'éducation scolaire par les colons. Elle était une discipline qui ne se pratiquait qu'à l'école, lors des cours d'Education Physique et sportive.

Mais avec l'avènement du Comité National de promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) de 1988, la gymnastique change de version et des CLUBS de gymnastique se forment dans les régions : Dakar, Thiès pour développer la discipline sur le territoire sénégalais. Dont la création d'un club de gym à Kaolack en 1990, deux (2) années après l'avènement du CNPGS par Monsieur Abou Bâ, qui est issu de l'Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport (INSEPS) 7^e Promotion, aujourd'hui Coordonateur Principal Itinérant (CPI) à Kaolack. Après cinq années de formation et optionnaire de gymnastique, il a été affecté à Kaolack où il mit en place ce club du nom de « KAOLACK GYM CLUB » pour promouvoir et développer cette discipline qu'est la gymnastique dans la région de Kaolack.

En tant que optionnaire de gymnastique, il lui fallait être hors de l'établissement pour vulgariser, établir son savoir dans la matière. Donc quand il est arrivé à Kaolack en 1987, il avait trouvé sur place un travail sans suite et sans trace effectué par Mr Nam Abdoulaye qui est aussi un produit de l'INSEPS et il les fallait eux par contre laissé des traces et faire apparaître leur travail. C'est ainsi que Mr Sékou Camara qui était CPI d'EPS, Mr Augustin Kalamo stagiaire de l'INSEPS finalement affecté à Vélingara et Mr Abou Bâ avaient créé un club de gymnastique à Kaolack.

Au moment de ses cours d'EPS (Education Physique et Sportive), en tant que spécialiste dans la matière, il constatait et voyait d'énormes potentialités en gymnastique de la jeunesse de Kaolack. C'est ce qui l'a amené à mettre en place ce club de formation des jeunes en gymnastique pour encadrer et développer l'atout gymnique qu'avaient les jeunes de Kaolack.

Depuis lors, le club ne cesse de fonctionner en suivant d'excellents pas et s'investir dans le développement de la gymnastique à Kaolack et au niveau du Sénégal.

Avec l'insertion de la gymnastique à l'éducation scolaire par les colons, elle se basait que sur l'école ne se pratiquait qu'à ce niveau dans tout le Sénégal. Mais à Kaolack, tout a commencé en 1990 avec la création de ce club.

Comme tout début, c'était difficile mais il s'en sortait pas mal. Le club a commencé sa pratique de gymnastique sur des Tapis alignés suivant la disponibilité des gymnastes et se faisant pas dans un gymnase mais dans l'enceinte du Lycée Valdiodio Ndiaye de Kaolack, à

l'air libre. Avec d'énormes risques et périls, Kaolack a parvenu à former d'excellents gymnastes qu'il présentera dans les compétitions nationales.

Un (1) an après sa création, il a réussi à présenter un groupe de démonstration pour un tout petit peu montrer aux kaolackois ce qu'est la gymnastique et de les appeler à la pratique de cette discipline et en rejoignant les clubs pour développer cette dernière à Kaolack et au Sénégal.

1-4-2- Evolution et Développement

1-4-2-1- Evolution de la gymnastique à Kaolack

Après une mise sur pied réussie, les entrainements du club ont débuté avec 8 tapis dont 4 tapis du Lycée Commercial El Hadji Abdoulaye Niassé et de 4 autres tapis que le Comité de Gymnastique avait mis à la disposition de la structure de Kaolack qui était représentée par Mr Sékou Camara CPI et Mr Abou Bâ Coordonnateur au Lycée Commercial El Hadji Abdoulaye Niassé de Kaolack.

Après l'installation, le club est composé d'une quinzaine de gymnastes qui pouvaient valablement participer aux compétitions organisées par le Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS).

Depuis la création jusque là, la gymnastique a pris une autre dimension à Kaolack. Mr Abou Bâ fut très occupé (débordé) à un certain temps moment par ses activités politiques et syndicales et a demandé les services d'un collègue optionnaire de gymnastique aussi et de la même promotion Mr Sidy Gaye pour continuer le travail déjà entamé.

Le flambeau fut bien tenu et maintenant la gymnastique kaolackoise est en pôle position sur l'échiquier national car, en 2006, lors du 9^e championnat national du Sénégal, comme premier participation, Kaolack est venu avec huit (8) gymnastes dont quatre (4) garçons et quatre (4) filles, répartis dans différentes catégories (benjamin, minime, cadet junior et sénior) et est reparti avec 8 médailles dont : deux (2) d'or, trois (3) d'argents et trois (3) de bronze, avec un (1) trophée de la meilleure équipe et une (1) médaille de meilleur entraîneur et une sélection en équipe nationale notamment le capitaine. Malgré son manque d'infrastructures et de matériels, Kaolack participe au développement de la gymnastique artistique au Sénégal, avec la formation et la participation des jeunes aux compétitions de l'UASSU, aux championnats nationaux et aux stages d'entraîneur niveau 1 et 2 organisé par le CNPGS :

Le niveau 1 du 19 au 31 octobre 2009 et le niveau 2 du 1^{er} au 13 Aout 2010. Les stagiaires étaient au nombre de vingt(20) répartis en 2 groupes. GAM (gymnastique Artistique Masculin) et GAF (Gymnastique Artistique Féminine) dont six(6) kaolackois : Mr Papa Amadou Assane Diouf, Mr Sitor Ndour, Mme Salimata Diouf en GAF et Mr Ismaila Sy, Mr Mouhamadou Bamba Lô et Mr Mourad Sow en GAM. Avant que CNPGS ne soit mis en

place, la gymnastique ne se faisait et se limitait qu'aux cours scolaires du moyen et du second degré. Mais avec l'avènement du comité national pour la promotion de la gymnastique dans le Sénégal, elle a changé de visage. Au paravent, comme toute autre région, Kaolack se contentait des cours d'EPS pour la pratique de la gymnastique.

Aujourd'hui, Kaolack a deux (2) sélectionnés en équipe nationale : les frères Sène, Amy et Babacar et Mourad Sow qui n'y est plus par manque de temps et a aussi six (6) encadreurs qualifiés dont quatre (4) issue du club de gymnastique de Kaolack, on cite :

Ismaïla Sy, Sitor Ndour, Pape Amadou Assane Diouf enseignant d'EPS en fonction (respectivement MEPS et PC) et Mourad Sow élève professeur en année de maîtrise à l'INSEPS.

Et maintenant, Kaolack compte une trentaine de gymnastes garçons et filles de très bon niveau en plus des encadreurs de haut niveau aussi, c'est ce qui lui a permis de rayonner au niveau national.

Parce que les gymnastes comme les encadreurs sont ciblés pour des recyclages, stages et camp d'entraînement en renforcement de capacités.

Alors nous avons constaté que maintenant, les gymnastes s'adonnent à quelques activités des autres agrès à savoir les barres fixes, les barres parallèles, le cheval d'arçon etc.

Peut être que si le matériel suit, la gymnastique de Kaolack aura une large évolution et pourquoi pas jusqu'à préparer des gymnastes pour les compétitions civile.

En voici quelques illustrations avec les photos :



Photo 1

Photo 2



Echauffement

Ici les photos montrent un engouement et un dévouement des gymnastes qui en veulent toujours mais sans le matériel nécessaire.

1-4-2-2- Développement de la gymnastique à Kaolack

De la création à nos jours, on constate de larges progressions de la gymnastique au niveau de Kaolack. Parce qu'au début l'objectif était de faire connaître la gymnastique et de convaincre les adeptes à venir pratiquer la discipline et il y avait une grande satisfaction car on voyait qu'avec le groupe de démonstration né du club avec comme mission principale de faire connaître la gymnastique au niveau scolaire. L'objectif a été atteint (réalisé) avec comme effet :

Après chaque passage dans les établissements, l'effectif des élèves pratiquants de la gymnastique augmentait et les professeurs envoyaient régulièrement des élèves pour la pratique de la gymnastique au niveau du Lycée Valdiodio Ndiaye.

Avec l'avènement du CNPGS, qui est une structure qui a beaucoup fait sur la gymnastique au Sénégal et à Kaolack en particulier : au début de la création du club, le CNPGS a beaucoup parrainé la région de Kaolack en donnant des trophées et aussi un lot important de tapis de gymnastique en 2006 : ce qui constitue le socle dont dispose les gymnastes Kaolack.

Donc, on peut dire que Kaolack est en contact direct avec le CNPGS qui le tient en compte dans toutes ses activités (stages d'entraîneur, camp d'entraînement de gymnastes...). Mais la structure doit aussi aider des régions comme Kaolack :

- A monter des structures fédérales
- En les dotant de matériel pour tous les agrès.

La gymnastique a fait de grands pas dans la région de Kaolack mais il reste à travailler sur les autres agrès outre que le sol pour être complet et participer correctement au développement de la gymnastique au Sénégal.

Alors, on se rend compte que depuis l'avènement du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS), il y a une nette progression mais il reste à aider à améliorer la structuration des clubs et structures régionales, une orientation ardue sur les autres agrès et assainissement du climat entre les clubs.

Après tout cela, on peut dire que la gymnastique a aussi un futur très prometteur car il y a deux clubs qui s'entraînent régulièrement, deux entraîneurs qualifiés dans la région et deux optionnaires de gymnastique (INSEPS) dans la commune et des gymnastes qui en veulent encore.

Photo 3



Photo 4



Sur ces photos 3 et 4 on voit la relève de la gymnastique kaolackoise. Avec les enfants assis par terre sur la photo 3 et un autre qu'on est entrain de manipuler sur la photo 4.

Photo 5



Echauffement spécifique.

Photo 6



Une gymnaste qui effectue son enchainement.

Photo 7



C'est un petit gymnaste qui fait son exercice.

Photo 8 :



Les gymnastes sont en rang et attendent leur tour.

Malgré tout ce manque de matériel, la gymnastique est devenue un sport très pratiqué à Kaolack grâce à des gymnastes qui aiment la discipline et qui veulent toujours réussir même si le matériel n'y est pas. Grâce à ses nombreuses sorties nationales et sélectionnés dans l'équipe nationale, Kaolack est devenue une région très connue dans la gymnastique sénégalaise avec beaucoup de participations dans les championnats et les autres compétitions comme les UASSU et autre, dans les stages d'entraîneurs et les camps d'entraînements organisés par le CNPGS.

Si nous regardons bien les photos, nous verront que Kaolack souffre à cause d'un déficit de matériel mais par le courage des gymnastes et la bravoure des encadreurs, la gymnastique kaolackoise est très distinguée au niveau national. Kaolack a participé à de nombreuses compétitions nationales et en a remporté beaucoup de médailles d'or, d'argent ou de bronze, tout en continuant leurs entraînement sur les tapis qu'ils ont et en cherchant toujours plus avec les grandes découvertes faites dans les stages, les camps d'entraînements et même dans les compétitions.

L'avenir de la gymnastique kaolackoise se construit avec l'insertion des jeunes de plus petite catégorie d'âge tous âgés de 5 et 6ans pensant qu'ils seront bien formés par les encadreur qui sont maintenant qualifiés d'un 2^{ème} degré international.

Avec une pépinière et des experts, la gymnastique suivra son petit bout de chemin en triomphe et si le matériel suit, la tournure des choses changera à jamais dans la région de Kaolack et même dans tout le territoire sénégalais.

2- METHODOLOGIE

Sur ce thème, l'évolution et le développement de la gymnastique à Kaolack, après avoir développé avec des arguments pertinents, nous allons essayer de présenter la méthode utilisée pour améliorer, apporter des clarifications et justifier notre travail.

De ce fait, nous allons présenter notre population d'étude, le matériel utilisé et expliquer la méthode abordée pour y parvenir.

2-1- Population

Notre population d'étude est constituée de personnes vivantes dans le milieu de la gymnastique sénégalaise.

Comme notre travail s'est focalisé sur Kaolack, nous avons figé notre étude sur les gymnastes et les encadreur de Kaolack et les membres du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) qui sont à Dakar.

2-2- Matériel

Pour cueillir les propos de ces dernières : les gymnastes et les encadreur de Kaolack et membres du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS), nous avons distribué des questionnaires pour ces derniers et un guide d'entretien pour Mr Abou Bâ qui est le fondateur de la gymnastique de Kaolack.

2-2-1- Questionnaire

Le questionnaire est constitué de différents items qui nous permettront non seulement de situer notre travail mais surtout de rendre plus claire et plus lisible notre étude faite sur l'évolution et le développement de la gymnastique à Kaolack mais aussi de recueillir des informations sur notre thème d'étude.

2-2-2- Guide d'entretien

C'est une série de questions adressées à Mr Abou Bâ pour avoir des clarifications sur la base de la gymnastique de Kaolack : sa genèse, son évolution et sa position dans la gymnastique au Sénégal.

2-3- Méthode

Nous avons commencé dans un premier temps par nous rendre sur les lieux susceptibles de notre travail c'est-à-dire : Kaolack et Dakar.

Nous nous sommes rendus à Kaolack pour distribuer des questionnaires aux gymnastes et aux encadreurs et aussi un guide d'entretien à Mr Abou Bâ coordonateur des professeurs d'EPS et fondateur de la gymnastique de Kaolack.

Et à Dakar pour donner aux membres du CNPGS des questionnaires préparés pour recueillir des idées sur le rayonnement de Kaolack dans la gymnastique sénégalaise.

De ce fait, le lundi, 06 juin 2011, nous sommes allés à Kaolack, au Lycée Commercial El Hadji Abdoulaye Niassé où se situe le Saloum Gym Club et nous avons distribué dix (10) questionnaires adressés aux encadreurs et vingt (20) pour les gymnastes.

Deux (2) jours après la distribution c'est-à-dire le 08 juin 2011 nous avons passé les récupérer.

Le 10 juin 2011, nous sommes allés chez Mr Abou Bâ et nous lui avons donné le guide d'entretien et nous l'avons traité ensemble et le travail a pris fin le même jour.

De retour à Dakar le 13 juin 2011, cinq (5) jours après c'est-à-dire le samedi 18 juin 2011, nous sommes partis à l'INSEPS et nous avons distribué dix (10) questionnaires pour les membres du CNPGS d'où la récupération a été effectuée le 19 juillet 2011.

Au total, nous avons distribué quarante (40) questionnaires et un (1) guide d'entretien.

C'est notre méthode utilisée pour rendre notre travail plus explicite et plus fiable.

2-4- Problèmes rencontrés au cours de la phase de distribution des questionnaires:

Au cours de notre travail, nous avons constaté qu'il n'existait pas d'écrits sur la gymnastique au Sénégal, l'Afrique non plus.

Mais, avec quelques recherches faites sur le net, nous avons pu trouver quelques choses qui nous convenaient. Avec ces résultats obtenus et le tout petit peu de savoir que nous avons sur la gymnastique, nous avons pu aboutir à notre fin.

Parti tardivement à la distribution des questionnaires, qui est une erreur commise, ça nous a handicapés sur nos recherches.

Comme nous l'avons expliqué ci-dessus, nous sommes partis le 6 juin 2011 à Kaolack et nous savons tous qu'à ce mois de l'année, ici au Sénégal ça coïncide avec la fin de l'année et la période des examens.

De ce fait, à l'arrivée, nous avons trouvé en place que quelques acteurs pour notre recherche, nos questionnaires étaient centrés sur les gymnastes et les encadreurs.

Mais comme la majorité des gymnastes sont des élèves, nous avons constaté que la plupart d'entre eux étaient partis en vacances et parmi les cinquante (50) questionnaires amenés nous n'avons distribué que vingt (20) et nous n'avons retiré que dix (10) répondus. Les uns disaient qu'ils ont perdu les questionnaires et les autres étaient des jeunes âgés de 6 à 10 ans et ne pouvaient répondre aux questions.

Les encadreurs étaient tous des professeurs d'Education Physique et Sportive (EPS) et étaient en déplacement dans plusieurs localités pour les Epreuves Physiques du BAC et du BFEM, cause pour laquelle nous n'avions pas pu distribuer tous les questionnaires.

Donc, sur les vingt (20) amenés, nous n'avons distribué que dix (10) et récupéré que cinq (5) questionnaires répondus.

Et voici les quelques problèmes rencontrés à Kaolack lors de notre séjour pour la distribution de nos questionnaires.

De retour à Dakar, le 13 juin 2011, cinq (5) jours plus tard, nous avons aussi distribué des questionnaires aux membres du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS).

Nous avons distribué dix (10) et n'avons reçu que quatre (4) questionnaires répondus.

Au total nous avons préparé quatre vingt (80) questionnaires, cinquante (50) pour les gymnastes, vingt (20) pour les cadres de Kaolack, dix (10) pour les membres du (CNPGS) et un (1) guide d'entretien à Mr Abou Bâ.

Nous sommes parvenus à distribuer vingt (20) parmi les cinquante (50) des gymnastes, dix (10) parmi les vingt (20) des encadreurs, les dix (10) des membres du (CNPGS) et le guide d'entretien.

Nous avons distribué au total quarante (40) questionnaires et nous avons récupéré que dix neuf (19) questionnaires dont dix (10) des gymnastes, cinq (5) des encadreurs et quatre (4) des membres du (CNPGS) plus le guide d'entretien.

En somme, c'étaient ceux là les problèmes que nous avons rencontré au cours de notre travail.

3- PRESENTATION, COMMENTAIRE, INTERPRETATION ET DISCUSSION DES RESULTATS

3-1- Présentation et commentaire des résultats

3-1-1- Les Gymnastes

Tableau I :

Réponses des gymnastes aux questions :

1- Pratiquez-vous la gymnastique ?

1-1- Si oui, pourquoi ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	10	100
Non	00	00
Total	10	100

Raisons de la pratique	Nombres	Pourcentages
Augmenter mes capacités en gymnastique scolaire	02	20
Compétir et gagner des médailles	02	20
Amour de la gymnastique	05	50
Plaisir	01	10
Total	10	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur le nombre des gymnastes à Kaolack,

Le Oui l'emporte avec 100% soit 0% sur le Non.

Les motifs de la pratique de la gymnastique son liés à l'amour de la gymnastique soit 50%, à augmenter leur capacité en gymnastique scolaire (20%), à compétir et gagner des médailles (20%) et pour le plaisir (10%).

Tableau II :

Réponses des gymnastes à la question :

2- Depuis quand pratiquez-vous la discipline ?

Années	Nombres	Pourcentages
1999	02	20
2000	01	10
2003	01	10
2004	02	20
2005	02	20
2007	01	10
2008	01	10
Total	10	100

Commentaire :

Ici, le tableau nous donne une idée sur les années de pratique des gymnastes et de l'ancienneté.

Près de la majorité ont commencé la pratique entre 1999 et 2005 (20%) et le reste entre 2007 et 2008 soit 10% des résultats.

Tableau III :

Réponses des gymnastes à la question :

3- Comment la trouvez-vous ?

Appréciations	Nombres	Pourcentages
Super et noble	03	30
Importante pour le fonctionnement de l'organisme	03	30
Un art	01	10
Extraordinaire	01	10
Sport le plus complet sur le plan physique et intellectuel	02	20
Total	10	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre les appréciations faites par les gymnastes sur la pratique de la discipline.

Pour la plus part d'entre eux, c'est une discipline super et noble (30%), une discipline importante pour le bon fonctionnement de l'organisme (30%), le sport le plus complet sur le plan physique et intellectuel (20%).

Tableau IV :

Réponse des gymnastes aux questions :

4- Avez-vous participé à des compétitions ?

4-1- Si oui, quels types de compétitions ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	10	100
Non	00	00
Total	10	100

Compétitions	Nombres	Pourcentages
Régionaux et Nationaux	09	90
Internationaux	01	10
Total	10	100

Commentaire :

D'après les résultats de ce tableau, tous les gymnastes ont participé à des compétitions soit 100% des réponses.

Et ont participé à de divers championnats : régionaux et nationaux (90%) et internationaux (10%).

Tableau V :

Réponses des gymnastes aux questions :

5- Avez-vous gagné des trophées (récompenses ou des médailles) ?

5-1- Si oui, combien ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	10	100
Non	00	00
Total	10	100

Médailles	Nombres	Pourcentages
Une (1)	00	00
Deux (2)	00	00
Trois (3)	02	20
Plus de trois (+3)	08	80
Total	10	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre que la totalité des gymnastes ont gagné des trophées (récompenses ou médailles) soit 100% des résultats.

La majorité des gymnastes ont décroché plus de trois (3) médailles voir 80% des résultats et trois (3) soit 20%.

Tableau VI :

Réponses des gymnastes aux questions :

6- A Kaolack, y a-t-il un changement sur le plan de la gymnastique ?

6-1- Si oui, quel changement ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	07	70
Non	03	30
Total	10	100

Changements	Nombres	Pourcentages
Encadrement technique	03	30
Multiplication des clubs	04	40
A part les cours d'EPS, les élèves viennent aux entraînements chaque soir dans les clubs	02	20
Renforcement des équipements et la participation massive des élèves	01	10
Total	10	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur les changements de la gymnastique à Kaolack,

Le Oui l'emporte avec 70% soit 30% sur le Non.

Les changements constatés sont liés à l'encadrement technique soit 30%, la multiplication des clubs 40%, la pratique des élèves en dehors des cours d'EPS soit 20% et le renforcement des équipements 10%.

Tableau VII :

Réponses des gymnastes aux questions :

7- Est-ce qu'il y a une évolution de la gymnastique à Kaolack ?

7-1- Si oui, justifier

7-2- Si non, pourquoi ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	04	40
Non	06	60
Total	10	100

Evolution	Nombres	Pourcentages
Apprentissages de nouveaux éléments et avoir des sélectionnés en équipes nationale	03	75
Capacité de rivaliser avec les autres régions comme Dakar et Thiès	01	25
Total	04	100

Non évolution	Nombres	Pourcentages
Manque de matériel	03	50
Insécurité dans les entrainements	02	33.33
Absences de gymnase et une infériorité dans la sélection nationale	01	16.67
Total	06	100

Commentaire :

Ici, ce tableau nous montre les évolutions et non évolutions de la gymnastique à Kaolack, le Non l'emporte avec 60% des résultats contre 40% sur le Oui.

D'après les résultats, les évolutions constatées sont liées à l'apprentissage de nouveaux éléments et ayant été sélectionné en équipe nationale soit 75% et la capacité de rivaliser avec les régions de Dakar et Thiès (25%).

Et les non évolutions soulignent le manque de matériel (50%), insécurité dans les entrainements (33,33%) et absence de gymnase et une infériorité dans la sélection nationale (17,67%).

Tableau VIII :

Réponses des gymnastes aux questions :

8- Est-ce que le club est affilié au Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) ?

8-1- Si oui, quels sont les programmes du CNPGS dans la gymnastique kaolackoise ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	10	100
Non	00	00
Total	10	100

Programmes du CNPGS	Nombres	Pourcentages
Organisation de championnats et stages	05	50
Organisation de camps d'entraînements	02	20
U.A.S.S.U	01	10
Promesse de don de matériel	01	10
Sélectionné des gymnastes de Kaolack en Equipe Nationale	01	10
Total	10	100

Commentaire :

Le tableau nous donne une idée sur l'affiliation des clubs de Kaolack au CNPGS (comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal).

Tous les gymnastes ont répondu Oui soit 100% des réponses.

Les programmes du CNPGS pour Kaolack sont d'après les résultats : organisation des championnats et de stages soit 50% des réponses, l'organisation des camps d'entraînement (20%) et une promesse de don de matériel (10%).

3-1-2 Les encadreurs

Tableau IX :

Réponses des encadreur

s à la question :

1- Quelle fonction occupez-vous dans le club en tant que encadreur ?

Fonctions	Nombres	Pourcentages
Entraîneur	02	40
Conseiller et Président d'honneur	01	20
Chargé des affaires extérieures	01	20
Président Comité d'organisation	01	20
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur les fonctions des encadreur

s dans les clubs de Kaolack.

D'après les résultats, les entraîneurs représentent (40%), conseiller et président d'honneur (20%), chargé des affaires extérieures et organisation (20%).

Tableau X :

Réponses des encadreur

s à la question :

2- Quel genre de diplôme avez-vous ?

Diplômes	Nombres	Pourcentages
Initiateur	01	20
Maitre d'EPS	01	20
1^{er} et 2^{ème} degrés national	00	00
Professeur	01	20
1^{er} et 2^{ème} degrés international	02	40
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur les diplômes des encadreur

s.

La majorité des encadreur

s sont des entraîneurs de 2^o degré international de gymnastique soit (40%) des résultats, professeur d'EPS, maître d'EPS et initiateur respectivement (20%).

Tableau XI :

Réponses des encadreurs à la question :

3- Combien de gymnastes avez-vous ?

Nombres de Gymnastes	Nombres	Pourcentages
Plus de vingt (+20)	05	100
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre le nombre de gymnastes qui évoluent dans les clubs de Kaolack, et d'après les résultats, il existe plus de vingt (+ 20) gymnastes dans les clubs soit 100% des réponses obtenues.

Tableau XII :

Réponses des encadreurs à la question :

4- Dans le groupe, combien sont licenciés ?

Licenciés	Nombres	Pourcentages
Plus de vingt (+20)	05	100
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre le nombre de gymnastes licenciés dans les clubs de Kaolack et d'après les recherches faites sur ce domaine, il ya plus de vingt (+20) licenciés dans les clubs soit 100% des résultats.

Tableau XIII :

Réponses des encadreurs aux questions :

5- Depuis que vous encadrez la gymnastique à Kaolack jusqu'ici, constatez-vous un éventuel changement ?

5-1- Si oui, expliquer

5-2- Si non, pourquoi selon vous ?

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	04	80
Non	01	20
Total	05	100

Changements	Nombres	Pourcentages
Large amélioration par rapport aux années précédentes, participation des gymnastes aux championnats et compétitions régionales et nationale	02	50
Connaissance de nouveaux éléments et bénéficié des apports du CNPGS	01	25
Existence de deux (2) clubs et sérieux dans le travail	01	25
Total	04	100

Pas de changement	Nombres	Pourcentages
Evolution sur des tapis et à l'air libre depuis les années 90 jusqu'à nos jours	01	100
Total	01	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur les changements de la gymnastique à Kaolack.

Le oui l'emporte avec (80%) soit 20% pour le non.

Des changements constatés sont liés à une large amélioration par rapport aux années précédentes et la participation des gymnastes dans les championnats et compétitions régionaux qui représente (50%)des résultats, connaissance de nouveaux éléments et bénéficié des apports du CNPGS (25%) et Existence de deux (2) clubs et sérieux dans le travail (25%) .

Pas de changement par ce que : depuis les années 30 ; la gymnastique kaolackoise s'évolue sur des tapis et à l'air libre soit 100% des résultats.

Tableau XIV :

Réponses des encadreurs à la question :

6- Kaolack a participé à combien de compétitions ?

Participations	Nombres	Pourcentages
Deux (2)	00	00
Trois (3)	00	00
Quatre (4)	00	00
Plus de quatre (+4)	05	100
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre le nombre de participation de Kaolack à des compétitions et d'après les reprises, Kaolack a participé à plus de quatre (4) compétitions soit 100% de résultats.

Tableau XV :

Réponses des encadreurs à la question :

7- Comment s'en est-il sorti ?

Appréciations	Nombres	Pourcentages
Très bien sorti	04	80
Pas mal	01	20
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne l'idée sur les appréciations faites sur les différentes sorties de Kaolack, d'après les réponses il s'en est sorti soit 80% et pas mal sorti (20%) des résultats.

Tableau XVI :

Réponses des encadreurs à question :

8- Quelle position occupe Kaolack dans la gymnastique sénégalaise ?

Positions	Nombres	Pourcentages
Leader de la gymnastique sénégalaise	02	40
3^{ème} région où la gymnastique est régulièrement pratiquée	01	20
2^{ème} position sur le plan national	02	40
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne la position de Kaolack dans la gymnastique sénégalaise.

D'après les résultats : leader dans la gymnastique sénégalais et 2^{ème} position sur le plan national respectivement (40%) des résultats, 3^{ème} région où la gymnastique est pratiquée (20%).

Tableau XVII :

Réponses des encadreurs aux questions :

9- Est-ce que vous avez le matériel suffisant pour la gymnastique ?

9-1- Si oui ou non, citer.

Réponses	Nombres	Pourcentages
Oui	00	00
Non	05	100
Total	05	100

Lieux	Nombres	Pourcentages
Dans les cours du Lycée Valdiodio Ndiaye et du Lycée El Hadji Abdoulaye Niasse sur des tapis d'EPS alignés	05	100
Total	05	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre le niveau de matériels de gymnastique à Kaolack, s'il a le matériel suffisant pour la gymnastique.

Le Non l'emporte avec 100% de réponses obtenus, les entrainements se font dans les cours du lycée commerciale El Hadji Ibrahima Niassé et du lycée Valdiodio Ndiaye avec des tapis d'EPS alignés soit 100% des résultats.

3-1-3- Les Membres du CNPGS

Tableau XVIII :

Réponses des membres du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) à la question :

1- Quelle place occupez-vous au sein de cette structure ?

Fonctions	Nombres	Pourcentages
Présidente	01	25
Directeur administratif	01	25
Entraîneur national de gymnastique	01	25
Président de la gymnastique scolaire	01	25
Total	04	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur la fonction des membres du comité national de promotion de la gymnastique au Sénégal (CNPGS) au sein de la structure.

D'après les résultats, Président ; Directeur Administratif, Entraîneur National de gymnastique scolaire respectivement (25%).

Tableau XIX :

Réponses des membres du CNPGS à la question :

2- En quelle année fut la création du CNPGS :

Année de création	Nombres	Pourcentages
1988	04	100
Total	04	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur la date de création du CNPGS.

D'après les réponses, c'est en 1988 soit 100% des résultats.

Tableau XX :

Réponses des membres du CNPGS à la question :

3- Qu'est-ce qui est à l'origine de sa création ?

Origine de sa création	Nombres	Pourcentages
Absence d'une structure qui s'occupe de la discipline	02	50
Besoin d'éducation pour la gymnastique et besoin de découvert de la gymnastique sportive	01	25
Le directeur de l'INSEPS d'alors avec les enseignants d'EPS se sont rassemblés pour mettre en place cette structure	01	25
Total	04	100

Commentaire :

Le tableau nous montre l'origine de la création de cette structure : absence d'une structure qui s'occupe de la gymnastique soit 50%, Besoins d'éducation pour la gymnastique et besoin de découvrir la gymnastique sportive et le directeur d'INSEPS d'alors et les enseignants d'EPS se sont rassemblés pour mettre en place cette structure respectivement (25%) des résultats.

Tableau XXI :

Réponses des membres du CNPGS :

4- Depuis sa création jusqu'ici, combien de manifestations a-t-elle organisé ?

Manifestations	Nombres	Pourcentages
Cinq (5)	00	00
Moins de dix (-10)	00	00
Plus de dix (+10)	04	100
Total	04	100

Commentaire :

Ce tableau nous montre le nombre de manifestations organisés par le CNPGS.

D'après les réponses, il a organisé plus de dix (+10) manifestations soit 100% des résultats.

Tableau XXII :

Réponses des membres du CNPGS à la question :

5- Quand remonte la première participation de Kaolack ?

Années	Nombres	Pourcentages
Vers 1996	02	50
Dans les années 90	01	25
Début des années 90	01	25
Total	04	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur la liere participation de Kaolack dans la compétition :

Vers 1998 soit (50%), dans les années 90 et débuts des années 90 respectivement (25%).

Tableau XXIII :

Réponses des membres du CNPGS à la question :

6- Combien de participations a eu Kaolack ?

Participations	Nombres	Pourcentages
Deux (2)	00	00
Trois (3)	00	00
Plus de quatre (+4)	04	100
Total	04	100

Commentaire

Le tableau nous montre le nombre de participations de Kaolack dans les compétitions.

D'après les réponses, il y a plus de quatre (4) participations soit 100% des résultats.

Tableau XXIV :

Réponses des membres du CNPGS à la question :

7- Comment s'en est-il sorti ?

Appréciations	Nombres	Pourcentages
Bien compte tenu de non disponibilité des agrès de gymnastique	01	25
Très bien sorti avec des gymnastes qui sont toujours rentrés avec des médailles de toutes couleurs	03	75
Total	04	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur la l'appréciation des membres de CNPGS sur les différentes sorties de Kaolack.

D'après les réponses il s'en est bien sorti compte tenu de non disponibilité des agrès de gymnastique soit 25%, très bien sorti avec des gymnastes qui sont toujours centrés avec des médailles de toutes couleurs soit 75% des résultats.

Tableau XXV :

Réponses des membres du CNPGS à la question :

8- Que pensez-vous de la gymnastique de Kaolack ?

Appréciations	Nombres	Pourcentages
Un bon niveau technique qui évolue d'année en année	01	25
Elle a du mérite et un gymnase devrait être la récompense pour le travail abattu	03	75
Total	04	100

Commentaire :

Ce tableau nous donne une idée sur l'appréciation des membres du CNPGS sur la gymnastique kaolakoise.

La gymnastique kaolakoise a un bon niveau technique qui évolue d'année (25%), elle a du mérite et un gymnaste devrait être la récompenser pour le travail abattu (75%) des résultats.

3-1-4- Résultat de l'entretien :

Notre entretien est adressé à Mr Abou Bâ, professeur d'Education Physique et Sportive (EPS) 7^e Promotion de l'Institut National Supérieur de l'Education Populaire et du Sport (INSEPS), optionnaire de Foot Ball et de Gymnastique.

PEPS Principal ½, Matricule 508.562/L.CPI(EPS) au PRF/KL.

Selon le père fondateur de la gymnastique kaolackoise, la gym fait de grands pas à Kaolack. Il ne reste qu'à travailler les autres agrès outre que le sol pour être complet et participer correctement au développement de la gymnastique au Sénégal :

NB : « il nous faut du matériel pour les autres agrès »

En tant que optionnaire de gymnastique, il lui fallait être hors de l'Etablissement pour la vulgarisation. Quand il est arrivé à Kaolack en 1987, un dénommé Mr Name, un autre produit de l'INSEPS avait commencé un travail mais sans trace, il lui fallait lui par contre laisser des traces. C'est ainsi que Mr Sékou Camara CPI d'EPS, Mr Augustin Kalamo stagiaire de l'INSEPS finalement affecté à Vélingara et lui-même avaient créé un club de gymnastique.

Au départ, il y avait que quatre (4) tapis du Lycée Commercial El hadji Abdoulaye Niasse (L.C.E.A.N.) et quatre (4) autres tapis que le comité de gymnastique avait mis à la disposition de la Structure de Kaolack, représenté par Mr Camara Sékou CPI Mr Abou Bâ lui-même coordonateur au L.C.E.A.N.

Il avait une satisfaction de voir le groupe de démonstration, né du club de gym avec comme mission principale de faire connaître la gymnastique au niveau scolaire. L'objectif est atteint (réalisé) avec comme effet : après chaque passage dans les établissements, le groupe d'élève pratiquant de gym augmentait ; les professeurs d'EPS lui envoyaient régulièrement des élèves pour la pratique de la gymnastique au niveau du Lycée Valdiodio Ndiaye (L.V.ND.).

Depuis lors avec la création du club, la gymnastique a pris une autre dimension à Kaolack. Mais après quelques années, il (Mr Abou Bâ) fut débordé et a demandé les services d'un collègue, optionnaire de gym et de même promotion, Mr Sidy Gaye pour continuer le travail déjà entamé, ses activités syndicales et politiques débordantes.

Le flambeau fut bien tenu et maintenant, Kaolack est en pôle position sur l'échiquier national, a aussi trois (3) sélectionnés en équipe nationale : les frères Sène Amy et Mbaye et Mourad Sow, il a aussi six (6) encadreur dont quatre (4) issus du club de gym de Kaolack, nous citons : Ismaïla Sy, Sitor Ndour, Pape Amadou Assane Diouf enseignant d'EPS en fonction (respectivement MEPS et PC) et Mourad Sow élève professeur en année de maîtrise à l'INSEPS et il y a beaucoup de possibilité pour l' INSEPS parmi les jeunes qui fréquente les clubs de gym de Kaolack.

Au début il y avait une quinzaine de gymnaste qui pouvait valablement participés aux compétitions organisées le CNPGS. Maintenant, Kaolack dispose d'une trentaine de gymnastes, garçons et filles de bon niveau.

A voir cette allure, il y a évolution parce que, régulièrement les gymnastes tout comme les encadreurs sont ciblés pour recyclage, stage et camps d'entraînement de renforcement de capacité. En retour à Kaolack, ils font bénéficier les autres de ces atouts de stages. Nous avons constaté que maintenant les gymnastes s'adonnent à quelques activités des autres agrès (barres fixes, barres parallèles, cheval d'arçon etc.).

NB : « nous pouvons si le matériel suit mieux préparer nos gymnastes en compétition civil ».

Le CNPGS est une structure qui a beaucoup fait sur la gymnastique au Sénégal en général et à Kaolack en particulier, au début de la création du club, le CNPGS a parrainé beaucoup de ses compétitions en donnant des trophées. Il a donné aussi au club un lot important de tapis de gym, ce qui constitue le socle dont dispose les gymnastes de Kaolack.

Le CNPGS prend en compte Kaolack dans toutes ses activités (stages d'entraîneurs, camps d'entraînement de gymnastes...). La structure doit aider les régions comme Kaolack :

- A monter des structures fédérales
- En les dotant de matériel pour tous les agrès

Kaolack est en net progrès, à améliorer :

- La structuration des clubs et la structure régionale
- L'orientation argue vers les autres agrès
- L'assainissement du climat entre les clubs.

Mais malgré tout, Kaolack a un futur très positif dans la gymnastique sénégalaise car il dispose de deux (2) clubs qui s'entraînent régulièrement, deux (2) entraîneurs qualifiés, deux (2) optionnaires de gym (INSEPS) dans la commune et des gymnastes qui en veulent encore.

3-2- DISCUSSION

Notre discussion s'articule autour de ces points suivants :

- **La genèse de la gymnastique à Kaolack**
- **La pratique de la gymnastique à Kaolack**
- **L'évolution et le développement de la gymnastique kaolackoise**
- **Les problèmes rencontrés**
- **L'encadrement technique**

3-2-1- La genèse de la gymnastique à Kaolack

Après l'entretien eu avec Mr Abou Bâ, le père fondateur de la gymnastique de Kaolack, nous avons pu nous faufiler au fond de la genèse de cette discipline à Kaolack avec beaucoup plus d'éclaircissement et d'exactitude.

Selon lui, il y avait un travail déjà entamé mais sans finalité ni but d'un certain Mr Name qui était un produit de l'INSEPS. Mais avec son affectation à la sortie de la 7^e Promotion de 1987 à Kaolack, et vu ce qu'il avait trouvé sur place, il lui fallait en tant qu'optionnaire de gym de décanter la situation et d'instruire les jeunes à la pratique de la gymnastique avec bien sûr la collaboration de Mr Augustin Kalamo (un stagiaire de l'INSEPS) et Mr Sékou Camara (CPI d'EPS).

Donc étant trois (3), ils ont rassemblé leurs forces pour mener à bien leur projet qui finira par aboutir. Car c'est 1990, 3ans après que les idées soient étudiées que le club a fini par être fonctionnel et c'est 2ans plus tard c'est-à-dire en 1992 que les fruits ont commencé à mûrir, avec un groupe de démonstration qui a scionné tous les établissements de Kaolack pour faire connaître la gymnastique.

Depuis lors, le club ne cesse de participer au développement de la gymnastique au Sénégal.

3-2-2- La pratique de la gymnastique à Kaolack

La gymnastique est devenue un atout majeur de la jeunesse kaolackoise, parce qu'elle participe au développement du sport de la ville, contribue aussi au développement de l'éducation et facilite la tâche aux éducateurs dans leur rôle d'enseignant d'EPS.

Tous pratiquants (jeunes) sont venus avec leurs objectifs et motifs de pratique qui lui sont propres (différents). Les raisons de leur pratique de la gym sont :

- D'augmenter leurs atouts en gymnastique scolaire
- De compétir et de gagner des médailles
- Et amour de la gymnastique qui représente les 50% des réponses aux questions adressées aux gymnastes.

De par leur ancienneté, ils ont tous aboutis à leur fin car nous constatons qu'il y a des gymnastes qui sont dans le club depuis 1999 soit 20%, ceux qui sont là bas depuis 2007, 10% et la toute petite génération de 2011 qui sont encore des jeunes âgés de 6 à 10 ans.

Cela revient à dire que Kaolack a un niveau de pratique très élevé et qui ne cesse de s'accroître à la file des années malgré son manque de matériel.

3-2-3- L'évolution et le développement de la gymnastique à Kaolack

Depuis la mise en place du club (1990), la structure kaolackoise et les gymnastes ne cessent de mener à bien leur combat, c'est-à-dire d'aller jusqu'au sommet de la gymnastique sénégalaise. Et depuis lors c'est ce concept d'évolution qui a été suivi jusque là.

Selon les gymnastes, il existe une évolution avec l'apprentissage de nouveaux éléments et le fait qu'il ait des sélectionnés dans l'équipe nationale soit 75% mais c'est le manque de matériel qui l'handicape et le met les battons dans les roues 50%.

En somme, un développement est constaté avec les nombreuses sorties effectuées, la participation dans les stages et camps d'entraînement leurs ont permis d'augmenter leurs capacités (connaissances) en gymnastique et propulse les gymnastes à une extraordinaire motivation.

Malgré tout, Kaolack poursuit son petit bout de chemin en héros dans la gymnastique du Sénégal.

3-2-4- Les problèmes que rencontre la gymnastique de Kaolack

La gymnastique à Kaolack a un très bon niveau technique qui évolue d'année en année comme l'ont souligné les membres du Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS) soit 25%, à entendre ça seulement nous pouvons penser que les clubs sont dotés de matériels gymniques alors que c'est loin d'être la réalité.

Kaolack prépare d'excellents gymnastes (talentueux) mais difficilement avec le peu de tapis qui sont à leur disposition mais toujours il continue à œuvrer dans le développement de cette discipline au Sénégal.

Preuve avec la réponse des membres du CNPGS lorsqu'ils disent que :

Kaolack a du mérite et un gymnase devrait être la récompense pour tout le travail abattu soit 75%. Donc là nous pouvons subitement dire que le problème principal de la gym de Kaolack est le manque de matériels gymniques.

A voir son évolution, depuis la création du club, l'aspect technique change mais les conditions de travail n'ont pas changé : parce que, s'il l'on se réfère à l'entretien fait avec Mr Abou Bâ, ils ont débuté le travail avec quatre (4) tapis offerts par le comité et quatre (4) autres du Lycée

Commercial El Hadji Abdoulaye Niasse, au total il faisait huit (8) tapis. Mais comme c'était un début et sachant bien que tout début est difficile, ils s'y accrochaient mais savaient que c'était minime en matière de gymnastique.

Ce qui étonnant dans tout ça est que :

Après 21ans d'expérience, Kaolack devait dépasser ce stade de manque de matériel sachant qu'il ne passe jamais inaperçu dans la gymnastique nationale. Car, ayant des gymnastes qui ont participé à plusieurs compétitions et ont gagné beaucoup de médailles dont ceux qui ont même gagné plus de huit (8) médailles dans les compétitions soit 80% soulignent le manque de matériel 50% et même les encadreurs ont des soucis avec ce manque lorsqu'ils disent que : les entrainements s'évaluent sur des tapis alignés à l'air libre soit 100%.

Les problèmes que rencontre la gymnastique de Kaolack sont tous liés au manque de matériel et la base de tout travail est le matériel. Donc, c'est une nécessité, un besoin majeur pour un bon déroulement, une bonne évolution et un développement meilleur.

3-2-5- L'encadrement technique

Au début, les encadreurs étaient des professeurs sortant de l'INSEPS donc diplômés du CAPEPS qui est l'équivalent d'un 3^e degré national des deux (2) options choisis mais vu le développement actuel de la gymnastique, le CNPGS, avec la collaboration de la Fédération Internationale de Gymnastique (FIG) a pu financer des stages de niveau 1 et 2 pour le compte de former des encadreurs qualifiés dans le but de développer la gymnastique au Sénégal et Kaolack a pu en bénéficier.

Avec six (6) participants dans ces stages, dont quatre (4) issus du club de Kaolack : nous citons : Pape Amadou Assane Diouf, Sitor Ndour, Ismaïla Sy et Mourad Sow ; la gymnastique kaolackoise ne peut que s'accroître, échelonner et avoir une bonne vision du futur car l'avenir de la gymnastique sénégalaise se voit meilleur avec le CNPGS qui n'aménage aucun effort pour la réussite et le bon développement de la gym au Sénégal.

Vu les pas que mène l'encadrement technique, Kaolack ne sera jamais en reste à la participation du développement de cette dernière dans sa localité.

CONCLUSION

La gymnastique est une discipline purement occidentale, instaurée en Afrique par les colons, le Sénégal en tant que capitale de l'AOF en a bénéficié.

Elle a été insérée dans l'éducation scolaire en but de la développer et depuis lors, elle suit son évolution dans tout le territoire de notre pays qu'est le Sénégal.

Dans le but de montrer à tout le monde que, pour pratiquer une discipline sportive, quel que soit la quelle, nous n'avons pas à attendre que le matériel soit complet mais juste de le faire avec le peu de moyen que nous avons (les moyens du bord) et nous avons pris comme cible de référence Kaolack dans la gymnastique.

Kaolack a marqué une évolution et un développement prépondérant dans la gymnastique sénégalaise avec ses nombreuses sorties triomphales au niveau national, sans matériel qu'il faut pour une bonne pratique de la gymnastique. Kaolack a laissé ses empreintes sur le développement de la gym.

Après avoir fait des recherches en base de questionnaires et un guide d'entretien pour parfaire et compléter nos idées sur le rayonnement de Kaolack dans la gymnastique sénégalaise, les réponses obtenues nous ont permis de mieux nous articuler au fond de notre travail et de là nous pouvons souligner que : le succès de la gymnastique de Kaolack est dû à leurs engagements, leurs obsession et l'amour qu'ils portent pour cette discipline (les kaolackois), mais pas à l'existence de matériel.

La gymnastique a changé de vision au file du temps à Kaolack avec les compétitions qu'ont participé les gymnastes et les médailles qu'ils ont remporté qui sont leur source de motivation. Avec le souhait de développer la gymnastique au Sénégal, le Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNP GS) a renforcé l'expérience des encadreurs de gym avec des stages de 1^{er} et 2^{ème} degré international pour leur permettre d'être plus à jour dans les réalités de la gymnastique mondiale et d'être des encadreurs qualifiés et reconnus par la FIG. le CNP GS organise aussi des camps d'entraînement pour faire découvrir aux gymnastes de nouveaux éléments de difficultés supérieures et très importantes.

Dans tous ces efforts menés par le CNP GS, Kaolack a pu s'en profiter avec un nombre de participant très élevés que ce soit gymnastes comme encadreurs.

Partout où la gymnastique se parlera dans tout le territoire sénégalais, jamais nous ne pourrons ne pas citer KAOLACK, son nom y figurera toujours grâce aux beaux travaux abattus par ses acteurs de développement (la structure, les encadreurs et les gymnastes).

Seul le travail paie mais aussi dans de bonnes conditions d'exécution pour le mener à terme.

Donc il faut du matériel à Kaolack pour que ces efforts soient un peu plus explicites et plus rentables dans le développement de la gymnastique au Sénégal.

PERSPECTIVES

Après un long travail et de grandes recherches approfondies sur le rayonnement de la gymnastique de Kaolack, nous avons constaté qu'il existe une évolution et un grand développement sur le plan national.

Malgré son manque de matériels et d'infrastructures gymniques, il est parvenu à se construire et à graver son nom parmi les grands de la gymnastique sénégalaise.

L'objectif de notre travail est de montrer à toute la population sénégalaise le rayonnement de Kaolack dans la gymnastique du Sénégal, comment il est parvenu à son titre sans avoir le matériel nécessaire pour une bonne évolution et développement de la gymnastique.

Donc sans gymnase, ni même d'agrès à savoir : praticable, barre fixe, barres parallèles, poutre, barres asymétriques, table de saut et cheval d'arçon, Kaolack a réussi à remporter des trophées et médailles sur le plan national à l'égard des championnats et autres compétitions organisées par le Comité National de Promotion de la Gymnastique au Sénégal (CNPGS).

Le but de tous ces recherches sur l'évolution et le développement de la gymnastique à Kaolack était de montrer le parcours glorifiant de Kaolack dans la gymnastique sénégalaise, de sa genèse jusqu'à nos jours que nous avons constaté très convainquant.

Mais surtout d'imprégner les autres régions qui ne se sont pas encore lancées dans la pratique de cette discipline qu'est la gymnastique et qui aimeraient le faire, qu'il ne faut pas rester en attente de matériel pour développer la gymnastique dans sa localité.

Parce qu'avec la volonté et le dévouement, sans le matériel nous pouvons aller très loin sur notre projet, faudra juste y croire car la difficulté y sera mais comme le dit le proverbe : c'est en forgeant qu'on deviendra forgeron.

Comme conseil, nous disons à tout un chacun, tout amoureux de la gymnastique et qui aimerait la développée de commencer avec les équipements et le matériel qu'il a et ne pas rester en attente de matériel. Prendre comme référence Kaolack.

Mieux vaut commencer avec ce qu'il y a sur place que de rester en attente de matériel car avec une bonne évolution, le développement est en cours de route.

A voir ces photos (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 et 8) des gymnastes de Kaolack de la page 41 à la page 45, nous constatons automatiquement une grande difficulté d'entraînement dû à un manque de gymnase et qui dit manque de ce dernier fait allusion à une absence de matériels nécessaires

qui sont les agrès gymnique. Kaolack n'est titulaire d'aucun agrès même pas un praticable pour le sol.

Mais cela n'a pas empêché la pratique de la gymnastique dans la localité.

Tout au début, la gymnastique kaolackoise à commencé avec huit (8) tapis dans les années 90, les tapis ceux sont multipliés et la gymnastique de Kaolack a subis une grande évolution et maturité dû aux championnats et stages qu'il a participé au file des années et toujours avec un déficit de matériels.

Nous avons constaté avec toutes ces recherches faites sur l'évolution de la gymnastique à Kaolack que si le matériel était présent, la gymnastique kaolackoise aura un futur exceptionnel.

BIBLIOGRAPHIE

1- Webographie :

www.google.com

www.jlt-lycmonnet.org

www.les-sports.info

www.kiwipédia.org

www.clubdrvinay.fr

www.bernardlefort.pagesperso-orange.fr

www.thefreedictionary.com

www.ac-creteil.fr

www.sghousen.com

www.ffgym.com

www.wg-2011.com

2- Documents de références

Léandre FORBIS (le mot du président)

ANNEXES

QUESTIONNAIRES

DESTINEES AUX GYMNASTES

1- Pratiquez-vous la gymnastique ?

Oui

Non

1-1 Pourquoi pratiquez-vous cette discipline ?

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

2- Depuis quand pratiquez-vous cette discipline ?

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

3- Comment la trouvez-vous ?

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

4- Avez-vous participé à des compétitions ?

Oui

Non

4-1 - Si oui quel type de compétitions avez-vous participé ?

Régionaux

Nationaux

Internationaux

5- Avez-vous gagné des trophées (des récompenses ou des médailles)?

Oui

Non

5-1 - Si oui combien?

Une (1)

Deux (2)

Trois (3)

Plus de trois

6- A Kaolack, y'a-t-il un changement sur le plan de la gymnastique ?

Oui

Non

6-1- Si oui quel changement?

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

7- Est-ce qu'il y'a une évolution de la gymnastique à Kaolack ?

Oui

Non

7-1- Si oui justifier, si non pourquoi ?

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

8- Est-ce que le club est affilié au CNPGS ?

Oui

Non

8-1- Quels sont les programmes du CNPGS dans la gymnastique Kaolackoise ?

.....
.....

QUESTIONNAIRES

DESTINEES AUX ENCADREURS

1- Quelle fonction occupez-vous dans le club entant qu'encadreurs ?

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

2- Quel genre de diplôme ?

Initiateur 1^{er} degré national 2^e degré national

1^{er} degré international 2^e degré international

3- Combien de gymnastes avez-vous?

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

4- Dans le groupe, combien sont licenciés?

Cinq (5) Dix (10) vingt (20)

Plus de vingt

5- Depuis que vous encadrez la gymnastique à Kaolack jusqu'ici, constatez-vous un éventuel changement ?

Oui Non

5-1- Si oui expliquer, si pourquoi selon vous ?

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

6- Kaolack a participé à combien de compétitions ?

Deux (2)

Trois (3)

Quatre (4)

Plus de quatre (4)

7- Comment il s'en est sorti ?

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

8- Quelle position occupe Kaolack dans la gymnastique sénégalaise ?

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

9- Est-ce que vous avez le matériel suffisant pour la gymnastique ?

Oui

Non

9-1- Si oui citer, si non décrire là où se déroule vos entrainements ?

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

QUESTIONNAIRES

DESTINEES AUX MEMBRES DU CNPGS

1- Quelle place occupez-vous au sein de cette structure ?

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

2- En quelle année fut la création du CNPGS ?

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

3- Qu'est ce qui est à l'origine de sa création ?

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

4- Depuis sa création jusqu'ici, combien de manifestations a-t-elle organisée ?

Cinq (5) moins de dix (10) Plus de Dix (10)

5- Quand remonte la première participation de la région de Kaolack ?

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

6- Combien de participations a eu Kaolack?

Deux (2) Trois (3) Plus de quatre (4)

7- Comment s'en est-il sorti ?

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

8- Que pensez-vous de la gymnastique à Kaolack ?

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

GUIDE D'ENTRETIEN ADRESSE A MR ABOU BÂ

1- Présentez vous ?

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

2- En tant que expert de la gymnastique, que pensez-vous de la gymnastique de Kaolack ?

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

3- Aviez-vous réussi à étaler votre savoir en dehors de l'établissement ?

Oui

Non

3-1- Si oui, qu'est ce qui vous a poussé à le faire ?

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

4- En ce temps, est-ce qu'il y'avait le matériel nécessaire ?

Oui

Non

5- Avez-vous une satisfaction à votre projet ?

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

6- Depuis la création du club jusqu'ici, que pouvez-vous nous dire sur la gymnastique à Kaolack ?

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

7- Au début, vous aviez combien de licencié ?

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

8- Et combien de licencié y a-t-il à Kaolack maintenant ?

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

9- Constatez-vous une évolution ?

Oui

Non

9-1- Si oui, comment ?

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

10-Que pensez-vous du CNPGS ?

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

11- Quel apport a le CNPGS dans la gymnastique de Kaolack ?

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

12-Que pouvez-vous nous dire sur la gymnastique de Kaolack depuis l'avènement du CNPGS ?

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

13-Pensez-vous que la gymnastique de Kaolack a un futur positif ?

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