

REPUBLIQUE DU SENEGAL

MINISTERE DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS

INSTITUT NATIONAL SUPERIEUR DE  
L'EDUCATION POPULAIRE ET DU SPORT

(I.N.S.E.P.S)

LES ACTIVITES PHYSIQUES  
DES ETUDIANTS

MEMOIRE DE MAITRISE

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

PRESENTE ET SOUTENU PAR

LAMINE NDAO



ANNEE 1991-1992

SOUS LA DIRECTION DE :  
OUSMANE SANE  
PROFESSEUR A L'INSEPS

## DEDICACES

Je dédie ce travail à

feu mon père pour m'avoir encourager dans le choix de ce  
metier

ma mère pour sa compréhension

ma tante et mon oncle pour m'avoir accepter pendant de  
longues années dans leur famille

mes frères, mes soeurs, mes cousins et mes cousines

Tout le personnel de l'INESPS et les étudiants

qu'ils trouvent ici l'expression de mon profond

attachement et de ma sincère amitié

## REMERCIEMENTS

J'exprime ici mes remerciements à  
monsieur Ousmane SANE qui a dirigé ce travail pour sa  
disponibilité et sa patience  
monsieur Abdoulaye DON SOW pour son soutien matériel  
messieurs N'diaga SANE, Amadou lamine DIENG pour leur  
aide  
Tous les professeurs de l'INSEPS pour leur soutien moral  
et leur conseil  
Les amis de promotion pour leur aide et leur  
encouragement  
Tous ceux de près ou de loin ont participé à  
l'élaboration de ce mémoire

## SOMMAIRE

|   |    |
|---|----|
| Dédicaces   |    |
| Remerciements   |    |
| Introduction  | 1  |
| Chapitre 1. Revue de littérature  | 5  |
| 1. Le sport à l'université Paris Sud(XI)                                    | 7  |
| 1.1 Organisation du sport à l'université                                    | 7  |
| 1.2 Intégration du sport à l'université                                     | 8  |
| 1.3 Fonctionnement de l'ASEUPS  | 8  |
| 2. Les APS dans l'enseignement supérieur en France                          | 11 |
| 2.1 La pratique des APS à l'université                                      |    |
| 3. La situation du sport scolaire et universitaire<br>au Mali et au Sénégal | 13 |
| 4. Les activités physiques et sportives à<br>l'université de Dakar          | 16 |
| Chapitre 2. Methodologie  | 20 |
| 1. Les sujets   | 21 |
| 1.1 Le nombre   | 21 |
| 1.2 La sélection  | 21 |
| 2. L'instrument de collecte des données                                     | 23 |
| 2.1 La validation du questionnaire  | 23 |
| 2.2 Collecte des données  | 24 |
| 2.3 Traitement des données  | 24 |

|                   |  |           |
|-------------------|--|-----------|
| <b>Chapitre 3</b> | <b>Présentation et analyse des résultats</b>   | <b>25</b> |
| 1.                | <b>Présentation des résultats</b>  | <b>27</b> |
| 1.1               | <b>Répartition des étudiants(es) selon qu'ils pratiquent ou ne pratiquent pas des APS</b>      | <b>27</b> |
| 1.1.1             | <b>Répartition des pratiquants(es) et des non-pratiquants</b>                                  | <b>27</b> |
| 1.1.2             | <b>Répartition des pratiquants(es) et des non-pratiquants selon les facultés et les écoles</b> | <b>29</b> |
| 1.1.3             | <b>Répartition des pratiquants(es) et des non-pratiquants(es) selon l'âge</b>                  | <b>31</b> |
| 1.1.4             | <b>Répartition des pratiquants(es) selon le nombre de séances par semaine</b>                  | <b>33</b> |
| 1.1.5             | <b>Répartition des pratiquants(es) selon la durée de chaque séance</b>                         | <b>35</b> |
| 1.1.6             | <b>Répartition des pratiquants(es) selon les lieux de pratique</b>                             | <b>37</b> |
| 1.1.7             | <b>Répartition des pratiquants(es) selon le moment de la journée où ils pratiquent</b>         | <b>39</b> |
| 1.1.8             | <b>Répartition des pratiquants(es) selon la période de l'année où ils pratiquent</b>           | <b>41</b> |
| 1.1.9             | <b>Répartition des pratiquants(es) selon le nombre de mois de pratique</b>                     | <b>43</b> |
| 1.2               | <b>Répartition des étudiants(es) selon les raisons de pratique et de non-pratique</b>          | <b>45</b> |
| 1.2.1             | <b>Répartition des étudiants(es) selon les raisons de pratique</b>                             | <b>45</b> |

|   |    |
|---|----|
| 1.2.2 Répartition des étudiants(es) selon les raisons de non-pratique                           | 47 |
| 2. Analyse des résultats  | 49 |
| 2.1 Analyse des résultats des pratiquants(es) et des non-pratiquants(es) selon le sexe          | 49 |
| 2.2 Analyse des résultats des pratiquants(es) et des non-pratiquants selon l'âge                | 51 |
| 2.3 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon les lieux de pratique                       | 52 |
| 2.4 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon la période de l'année et le nombre de mois  | 52 |
| 2.5 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon le moment de la journée                     | 53 |
| 2.6 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon le nombre de séances et la durée de chacune | 53 |
| Conclusions   | 55 |
| Recommandations   | 56 |
| Annexes   |    |

**INTRODUCTION**

Dans les sociétés modernes, les activités physiques et sportives ont connu un essor fulgurant et occupent actuellement une place fondamentale du fait du développement technologique et scientifique.

Il s'en est suivi une bonne maîtrise des connaissances en médecine, un développement du loisir faisant que l'homme d'aujourd'hui gère sainement et plus efficacement son temps libéré.

La pression sociale aussi favorise une plus grande participation populaire aux loisirs. Dans ce sens, on peut lire dans la revue V.S.D numéro 554 qu'aux U.S.A , le fait de pratiquer régulièrement une A.P est devenu un bonus sur le plan professionnel, de même qu'en France où il est signe de valorisation individuelle.

L'intérêt accordé aux activités physiques et sportives provient d'une certaine prise de conscience de leurs bienfaits, l'homme cherchant davantage à améliorer ses habitudes de vie.

La découverte des bases physiologiques et des apports des A.P.S sur le développement de l'attention, des facultés intellectuelles et de la formation du caractère par de célèbres auteurs parmi lesquels on peut citer GUTS MUTHS, AMOROS, LOCKE, met évidence l'aspect utilitaire des activités physiques et sportives. Justement pratiquées, les activités physiques et sportives favorisent le développement et le bon fonctionnement de l'organisme.

En effet ,elles ont des avantages remarquables et contribuent à l'amélioration des conditions sanitaires. D'ailleurs,BOUCHARD et BRUNELLE (1970) ont montré que l'obésité, les douleurs lombaires, l'esthétique corporelle, les maladies cardiaques et psychosomatiques se développaient par l'inactivité physique.

Elles participent au développement des aptitudes,de la volonté, de la maîtrise de soi et DE COUBERTIN de poursuivre " le sport, bien compris mène tout droit à la victoire de la volonté".

Les activités physiques et sportives oeuvrent en outre à favoriser la socialisation de l'individu en renforçant les rapports sociaux,tout en procurant l'avantage d'une occupation saine des loisirs,constituant ainsi une arme efficace contre la sédentarité.

Donc ,d'un côté, la pratiques de ces activités n'est plus que source de souffrance au profit de la concurrence poussant aux sacrifices pour devenir le meilleur, mais rend dynamique et éveillé,d'ou son importance dans le développement des aptitudes intellectuelles.

Cette prise de conscience de l'importance de ces A.P.S eu égard à ma formation m'incite à savoir ,à partir d'une enquête, si les étudiants des deux sexes de l'Université CHEIKH ANTA DIOP (U.C.A.D.) pratiquent des A.P.S. et s'ils sont conscients des bienfaits de cet exercice, surtout quand on sait que l'Université en général doit jouer un rôle de premier plan dans le développement des activités physiques et sportives de toute nature.

Il s'agit pour nous , de découvrir les axes autour desquels s'organisent pratique ou non pratique des A.P.S., les raisons qui pourraient motiver les étudiants à s'y adonner et celles qui pourraient les en empêcher.

Pour cela nous nous proposons dans notre étude de faire dans un premier temps la revue de la littérature sur les A.P.S. à l'Université, dans un deuxième temps nous exposerons la méthodologie de la recherche puis la présentation et l'analyse des résultats de l'enquête, avant de terminer par les conclusions et les recommandations.

**CHAPITRE 1**  
**REVUE DE LITTERATURE**

Peu d'études se sont intéressées aux activités physiques et sportives des étudiants, ce qui s'est traduit par des difficultés lors de la documentation. Cependant nous avons pu consulter les travaux de FRANK METRAS et de MICHEL SIROT (France) qui ont centré leurs recherches respectivement sur, " les A.P.S. dans l'enseignement supérieur" et " le sport à l'Université Paris Sud (XI)".

Nous nous sommes aussi référés à l'étude de TAHIROU N'DIAYE (1987). Ce dernier a insisté sur " la situation du sport scolaire et universitaire au Mali et au Senegal". Et enfin celle de SILEYE SANGHARE (1980) qui a parlé des " activités physiques à l'Université de Dakar".

Nous allons donc, dans cette partie présenter ces différents travaux et les critiquer au besoin.

## 1 - LE SPORT A L'UNIVERSITE PARIS SUD (XI)

### 1.1 - organisation du sport à l'université

D'après SIROT ,le Service Universitaire des A.P.S. et de plein air de l'Université Paris Sud (S.U.A.P.S.) organise et coordonne les activités physiques et sportives de l'Université ,de même qu'il gère les installations depuis 1973.

Pour garantir une excellente formation, dix(10) professeurs d'EPS et trois (3) spécialistes sportifs sont engagés.

De même, le service met à la disposition des centres n'en disposant pas, des installations universitaires ou municipales qu'il gère.

Chaque année, un budget est dégagé afin d'améliorer les conditions matérielles, pédagogiques ,les missions et également la formation. Mais un fait très important et à relever dans l'organisation du sport à l'université à savoir, la franche collaboration entre le Service Universitaire et l'Association Sportive des Etudiants de l'Université pour répondre au mieux aux besoins exprimés par les étudiants et le personnel.

En dehors de la recherche, des formations d'enseignants et de cadres, l'article 2 des statuts prévoit: " la réalisation d'enseignement S.T.A.P.S obligatoire optionnel dans les différents cursus et filières professionnelles de l'université qui en feront la demande", " l'organisation d'enseignement en A.P.S au bénéfice des étudiants ou du personnel des instituts".

Finalement, au moyen de sections sports-études universitaires, motiver les athlètes de haut niveau.

### 1.2. INTEGRATION DU SPORT A L'UNIVERSITE

Dans son travail, SIROT a noté que si certaines A.P.S pratiquées par les étudiants ont été intégrées dans le cursus universitaire (coordination des horaires, évaluation, validation) la grande partie ne l'est pas, même si, nul n'ignore leurs apports dans la formation générale des étudiants.

L'équipe des enseignements d'E.P.S joue un rôle très important au sein de l'Association Sportive en coordonnant les activités mais aussi en favorisant les rapports sociaux entre étudiants.

La mise sur place d'un programme des A.P.S émane d'une décision conjointe du Service Universitaire des A.P.S et de l'Association Sportive, ceci dans le but de garantir à la fois la continuité, l'homogénéité des pratiques et l'apport de compétence techniques et pédagogiques.

A partir de ce moment là, et surtout grâce à cette politique de développement des A.P.S. le taux des pratiquants a rapidement augmenté entraînant ainsi des résultats satisfaisants dans les compétitions.

### 1.3. FONCTIONNEMENT DE L'A.S.E.U.P.S.

SIROT traite de l'Association Sportive des Etudiants de l'Université Paris Sud qui, selon lui propose aux étudiants trois(3) grandes catégories d'activités allant du sport de détente pratiqué librement, aux sports de compétition en passant par le cours encadré.

Cinq (5) grands domaines d'A.P.S. existe déjà. Ce sont d'abord les sports collectifs qui drainent beaucoup de pratiquants grâce à une politique qui vise à ce que chaque professeurs d'E.P.S. encadre un sport collectif. Les conditions de pratique dépendent en grande partie des emplois du temps qui dans l'ensemble restent très chargés d'où l'organisation des compétitions en soirée.

Des aspects positifs s'y dégagent et parmi ceux-ci, l'enthousiasme des étudiants concernés, l'aide accordée aux meilleurs joueurs, l'existence d'un secrétariat d'Association Sportive, le dynamisme des équipes, l'avantage de posséder des salles de sports collectifs et le support logistique des enseignants d'E.P.S.

Ensuite ce sont les sports individuels tels que l'athlétisme avec un haut niveau de pratique, et l'équitation. Puis, les sports duels comme le judo, le karaté, l'aikido, la boxe française dont la pratique est très régulière, en passant par les activités d'expression corporelle (danse moderne).

Enfin les sports de plein air dont la gestion dépend des étudiants sous la supervision d'un professeur d'E.P.S. et qui comprennent entre autre l'aviron, la planche à voile, le parachutisme et la plongée.

Ainsi donc, au prix de beaucoup de difficultés, de nombreuses réalisations ont été notées à l'Université Paris Sud(XI). Elles sanctionnent le dynamisme, le dévouement et la compétence des maîtres et des autorités universitaires à discipliner le besoin naturel des jeunes à pratiquer le sport.

L'éducation physique dans les universités est parfois vue de l'extérieur comme un flot de facilités disposant de moyens adaptés aux objectifs. Et pourtant selon SIROT, la réalité est toute autre et les satisfactions d'aujourd'hui bien fragiles d'où la nécessité de décider d'une véritable politique des A.P.S. Elle sera saisie en terme de formation universitaire et incluse dans le cursus universitaire si l'on ne veut pas voir s'éteindre, peu à peu, l'impressionnant potentiel qui ne demande qu'à s'épanouir sur les campus.

## 2 - LES A.P.S. DANS L' ENSEIGNEMENT SUPERIEUR EN FRANCE

### 2.1 - LA PRATIQUE DES A.P.S. A L'UNIVERSITE

Selon METRAS (1990), les établissements de l'enseignement supérieur disposent des "Services Universitaires des A.P.S." assurés par des enseignants d'E.P.S. Les étudiants (environ 250.000) peuvent s'ils le désirent s'adonner à beaucoup d'activités qu'elles soient nouvelles (aikido, tir à l'arc) ou non (comme celles déjà vécues au lycée).

En dehors de toutes ces activités de formation qui visent le développement, l'entretien et l'équilibre personnel, chaque établissement dispose d'une association sportive dont le rôle est de favoriser la participation de ceux qui le souhaitent aux compétitions et rencontres sportives inter-universitaires et aux championnats ou manifestations organisées par la Fédération Nationale du Sport Universitaire (F.N.S.U.) qui regroupe soixante dix milles (70.000) étudiants.

De ce fait, les étudiants se trouvent dans des conditions jugées assez acceptables pour pratiquer des A.P.S. soit pour se détendre, soit pour défendre les couleurs de leurs universités respectives.

Récemment, en France, METRAS a constaté que certains établissements ont mis en place des unités de valeur qui sont intégrées aux différents cursus universitaires de premier cycle et consacrées à la pratique et à la réflexion sur les A.P.S.

Ces unités de valeur participent de façon significative à la validation des diplômes universitaires.

A partir de ce moment là, les A.P.S. ont pris une place très importante et participent de façon effective dans la formation des étudiants. Devant l'intérêt accordé aux différentes pratiques, les infrastructures (accueil et encadrement) doivent être améliorées d'où le désir ferme du ministre d'état, ministre de l'éducation nationale, de la jeunesse et des sports de favoriser le développement et la promotion des A.P.S. à l'université.

A côté de ces activités populaires, les athlètes de haut niveau se voient aménager des heures d'études et de soutiens pédagogiques devant les contraintes liées à leur programme d'entraînement par rapport aux exigences de leurs études.

### 3. LA SITUATION DU SPORT SCOLAIRE ET UNIVRESITAIRE AU MALI ET AU SENEGAL

Pour N'DIAYE (1987) le milieu scolaire et universitaire est un milieu institutionnel qui participe d'une manière harmonieuse au développement des facultés physiques, psychiques, morales, et favorise la formation du caractère.

De ce fait, pour remplir pleinement sa mission, il doit obligatoirement intégrer le sport dans son programme général. En remontant l'histoire, cette introduction du sport dans les institutions scolaires et universitaires est l'oeuvre de l'anglais THOMAS ARNORLD (1795-1842) et Mali comme au Senegal, elle date de la colonisation.

Et N'DIAYE de continuer en insistant sur la fréquence des discours aussi bien de personnalités que d'organisme mais aussi des decrets, des arrêtès mettant en relief la place du sport dans le système globale d'éducation sans oublier le rôle très positif du sport scolaire et universitaire dans le développement du sport national.

S'il a pu noter un engouement des élèves et des étudiants pour les compétitions de l'U.A.S.S.U. au Senegal, par contre au Mali, malgré une bonne politique de promotion des A.P.S., il a remarqué une faible participation des élèves et étudiants à la pratique de

ces activités. Ce qui l'a amené à faire une étude comparée de la situation du sport universitaire et scolaire au Mali et au Senegal dans l'intérêt de mettre en évidence les forces et les faiblesses du sport dans chacune des et ceci dans le but de redynamiser la pratique des A.P.S. à l'école et à l'université.

Les résultats qu'il a obtenu permettent de faire le constat suivant: 19% de licenciés sur la population des élèves et des étudiants au Mali contre 20% au Senegal.

Mais le nombre de licenciés tend à évoluer beaucoup plus au Senegal qu'au Mali car selon N'DIAYE, après l'indépendance, la situation du sport scolaire et universitaire malien s'est détériorée.

En ce qui concerne les activités sportives, contrairement au Senegal, il a remarqué l'inexistence au Mali du hand-ball féminin, de la natation, de la lutte, du judo, du tennis, du tennis de table, et de certaines épreuves d'athlétisme.

Les effectifs des pratiquants au Senegal restent cependant supérieur à ceux du Mali.

Donc, d'après les résultats de cette étude, l'incompétence des organismes suite aux difficultés à attirer le maximum d'élèves et d'étudiants dans les compétitions organisées à leurs intentions est notoire.

Sur ce, il se pose la question de savoir, cette situation dans chacun des pays, découle\_t\_elle des moyens <sup>hum</sup>infrastructurels? humains? de la structure même des organismes? ou de ces facteurs considérés à la fois?

Pour terminer, remarquons que tout au long de cette étude, N'DIAYE ne s'est intéressé qu'au sport de compétition et non aux A.P.S. en général. Il a donc accordé à la compétition sportive un intérêt plus important qu'aux activités physiques de loisir.

#### 4. LES ACTIVITES PHYSIQUES A L'UNIVERSITE

Dans son mémoire de maîtrise en S.T.A.P.S., SANGHARE (1980) a traité des activités physiques à l'université de Dakar.

Son souci était que l'on puisse les valoriser au sein de l'enseignement supérieur et principalement à l'université.

En effet, l'essentiel de la formation à l'université est mis au profit des matières dites intellectuelles à l'inverse, l'horaire pour pratiquer des A.P.S. reste insuffisant. Se référant aux chiffres, sur une population de neuf milles (9.000) étudiants d'après les archives de 1979, répartis entre les quatre(4) facultés (Droit, Lettres, Sciences, Médecine), environ six cents(600) seulement ont souscrit à la licence U.A.S.S.U.

Partant de là, il s'est posé trois(3) questions:

Faut-il intégrer les A.P.S. dans le système universitaire? Faut-il accroître les moyens humains, financiers, infrasturels de l'université?

Pour répondre à ces différentes interrogations il a mené une enquête à l'université, afin de recueillir les opinions des intéressés.

Les conclusions de l'étude montrent que la majorité des étudiants pratiquant les A.P.S., s'exerce soit pour des buts hygiéniques soit pour des fins de détente face aux stress des études.

Les étudiants estiment que l'A.P.S. ne doit pas revêtir un caractère obligatoire à l'université car elle n'est assortie d'aucune motivation.

L'insuffisance des installations sportives dont les dernières datent de 1965 ne permettent pas non plus une pratique obligatoire lorsqu'on sait que ces installations ne peuvent recevoir plus de quatre cents (400) étudiants sur les neuf mille (9000) que compte l'université.

De même, la répartition horaire ne favorise point une pratique sportive malgré l'appel lancé aux autorités des différentes facultés pour libérer les étudiants le mercredi après-midi.

L'enquête a mis en évidence que les étudiants étaient favorables à un éventuel arrêt des cours au plus tard à 17h30mn pour permettre les entraînements, ou s'adonner à une activité physique de loisir.

Dans le souci de donner aux activités physiques et sportives la place qu'elles méritent dans la formation universitaire, SANGHARE propose qu'elles devront être obligatoires durant les trois(3) premières années d'étude, et au choix, selon que les étudiants voudront participer aux différentes compétitions ou se détendre.

Ceci entraînera une profonde modification au niveau des horaires, de l'encadrement et des installations car, l'objectif finalement, c'est amener tous les étudiants à participer aux activités physiques et sportives, et, cela n'est possible qu'avec le soutien des autorités universitaires.

La pratique du grand nombre nécessite non seulement la prise de conscience des finalités de ces activités de la part des étudiants, mais, une volonté des autorités d'asseoir les A.P.S. aux divers degrés d'enseignement.

On remarquera dans ses conclusions que SANGHARE se pose la question de savoir, si l'université, toutefois hérite d'une pareille situation (modifications des horaires, renforcement de l'encadrement, renouvellement des installations sportives), peut-elle permettre la pratique pour tous. Seule la concertation entre les différentes autorités telles que le Secrétariat d'Etat à la Jeunesse, le Ministère de l'Enseignement Supérieur, le Ministère de l'Education Nationale, les autorités universitaires pourra entraîner l'insertion des A.P.S. dans l'enseignement et plus particulièrement à l'université et leur donner la place qu'elle méritent.

Cependant, tout au long du mémoire, SANGHARE a eu à développer certaines idées qui méritent quelques reproches: en effet, posséder une licence U.A.S.S.U. ne signifie pas nécessairement être pratiquant d'une activités physique et sportive, car l'U.A.S.S.U. ne contrôle pas toute l'activité physique des étudiants. La plupart d'entre eux s'y adonne de leur plein gré après s'être dégagé de leurs obligations, soit chez eux, ou le long de la corniche dans le but de se divertir ou de remédier à certains maux liés au stress.

Enfin, lorsqu'il parle d'A.P.S. au primaire, dans l'enseignement moyen et secondaire, SANGHARE sort pratiquement du cadre même de son étude, car son sujet porte sur "LES ACTIVITES PHYSIQUES A L'UNIVERSITE".

## **CHAPITRE 2 : METHODOLOGIE**



## 1. Les sujets

### 1.1. le nombre

L'enquête porte sur une population de 908 étudiants contactés dans les différents pavillons situés à l'intérieur ou en dehors de l'université, à l'Ecole Nationale Supérieure Universitaire de Technologie (ENSUT), à l'Ecole Normale Supérieure (ENS) et à l'Ecole des Bibliothécaires Archivistes et Documentalistes (EBAD).

Toutes les facultés de l'université ont été consultées à savoir les étudiants des facultés de Droit, Lettres, Sciences, et Médecine (voir tableau 1).

L'échantillon ainsi obtenu comprend 588 hommes et 320 femmes dont l'âge varie entre 18 et 35 ans.

### 1.2. La sélection

Les sujets ont été sélectionnés sans pour autant tenir compte du fait qu'ils pratiquent ou non une APS. Ceci dans le but de ne pas nous adresser qu'à des étudiants qui s'adonnent aux APS uniquement.

Compte tenu des contraintes liées au temps et aux moyens dont nous disposons, seule la région de Dakar nous était accessible. En plus de l'université, il y existe quelques instituts qu'on peut utiliser pour notre recherche.

Tableau N°1: Répartition générale des étudiants et étudiantes interrogés en fonction des facultés et des écoles

| Facultés-Ecoles | Femmes | Hommes | Total |
|-----------------|--------|--------|-------|
| Droit           | 75     | 109    | 184   |
| Lettres         | 76     | 92     | 168   |
| Sciences        | 37     | 87     | 124   |
| Medecine        | 41     | 78     | 119   |
| ENSUT           | 37     | 84     | 121   |
| ENS             | 22     | 95     | 117   |
| EBAD            | 32     | 43     | 75    |

## 2. L'instrument de collecte des données

Nous avons mis au point un questionnaire dont le but est de recueillir le maximum de renseignements devant permettre de mener à bien cette recherche.

Il comprend trois (3) parties:

- une partie explicative qui trace le cadre de cette recherche, précise nos attentes et donne les directives pour répondre aux questions.

- une partie concernant les caractéristiques des sujets (âge, sexe, niveau), instituts, facultés des répondants.

- une dernière partie contenant les différentes questions.

### 2.1 La validation du questionnaire

Un pré-questionnaire a été distribué à 20 étudiants pour tester de la compréhension qu'ils pourraient avoir des questions qui leurs sont destinées et qui étaient les suivantes: les étudiants pratiquent-ils ou non une APS ? pourquoi pratiquent-ils ou ne pratiquent-ils pas ? le nombre de séance par semaine, la durée d'une séance et le lieu où se fait cette activité ? et enfin, les raisons qui pourraient les empêcher ou celles qui pourraient les motiver à s'adonner à la pratique d'une activité physique et sportive.

Nous avons pu remarquer qu'il n'y avait pas de difficulté relative à la compréhension des questions posées. Dès lors nous avons considéré le questionnaire comme étant valide et donc pouvait être retenu définitivement.

## 2.2 Collecte des données

L'administration des questionnaires s'est faite directement dans les pavillons du campus universitaire et dans les cités (annexes) situées dans les quartiers.

Dans la perspective d'avoir un échantillon significatif, nous avons distribué les questionnaires la nuit, après le dîner, à ce moment, nous avons plus de chance de trouver les étudiants dans leur chambre. Nous avons ensuite préféré revenir le lendemain ou le surlendemain récupérer les questionnaires pour permettre aux étudiants de les remplir à tête reposée.

## 2.3 Traitement des données

Les réponses obtenues de la part des étudiants nous ont permis de regrouper les raisons de pratique et de non pratique suivant les causes avancées.

**CHAPITRE 3 :**  
**PRESENTATION ET ANALYSE DES**  
**RESULTATS**

L'objectif de notre recherche était de savoir si les étudiants des différentes facultés et de certaines écoles de l'université de Dakar (ENS, ENSUT, EBAD ) pratiquaient ou non une activité physique et sportive.

Dans la perspective de connaître leurs opinions, nous avons élaboré un questionnaire que nous leur avons administré.

Nous présentons ici les résultats de l'étude.

## 1. PRESENTATION DES RESULTATS

### 1.1 Répartition des garçons et des filles

#### 1.1.1 Répartition des pratiquants(es) et des non pratiquants(es)

| sujets | P    | NP   | Total |
|--------|------|------|-------|
| nombre | 471  | 117  | 588   |
| %      | 80,1 | 19,9 | 100   |

Tableau N° 2: Répartition des étudiants qui pratiquent et qui pratiquent pas

| sujets | P     | NP    | Total |
|--------|-------|-------|-------|
| nombre | 171   | 149   | 320   |
| %      | 53,44 | 46,56 | 100   |

Tableau N° 3: Répartition des étudiantes qui pratiquent et qui pratiquent

Les résultats obtenues montrent que 80 % (471) des étudiants interrogés s'adonnent aux APS et 19 % (171) ne s'y adonnent pas. (tableau N°2)

Chez les étudiantes interrogées, 53,44 % (171) pratiquent contre 46,56 % (149) qui ne pratiquent pas (tableau N° 3).

1.1.2 Repartition des étudiants et des étudiantes qui pratiquent et qui pratiquent pas selon les facultés et les écoles

| F/<br>E | DROIT |      | LETTRE |     | SCIENCES |      | MEDECINE |      | ENSOT |      | ENS  |      | EBAD |      |
|---------|-------|------|--------|-----|----------|------|----------|------|-------|------|------|------|------|------|
| N       | 109   |      | 92     |     | 87       |      | 78       |      | 84    |      | 95   |      | 43   |      |
| Q       | P     | NP   | P      | NP  | P        | NP   | P        | NP   | P     | NP   | P    | NP   | P    | NP   |
| nb      | 82    | 27   | 84     | 8   | 59       | 28   | 62       | 16   | 74    | 10   | 79   | 16   | 31   | 12   |
| %       | 75,2  | 24,8 | 91,3   | 8,7 | 67,8     | 32,2 | 79,5     | 20,5 | 88,1  | 11,9 | 83,1 | 16,9 | 72,1 | 27,9 |

Tableau N° 3: Répartition des étudiants qui pratiquent et qui pratiquent pas selon les facultés et les écoles

| F/<br>E | DROIT |      | LETTRE |      | SCIENCES |      | MEDECINE |      | ENSOT |      | ENS  |      | EBAD |      |
|---------|-------|------|--------|------|----------|------|----------|------|-------|------|------|------|------|------|
| N       | 75    |      | 76     |      | 37       |      | 41       |      | 37    |      | 22   |      | 32   |      |
| Q       | P     | NP   | P      | NP   | P        | NP   | P        | NP   | P     | NP   | P    | NP   | P    | NP   |
| nb      | 43    | 32   | 39     | 37   | 15       | 22   | 21       | 20   | 21    | 16   | 13   | 9    | 19   | 13   |
| %       | 57,3  | 42,7 | 51,3   | 48,7 | 40,5     | 59,5 | 51,1     | 48,9 | 56,8  | 43,2 | 59,1 | 40,9 | 51,4 | 40,6 |

Tableau N° 4: Répartition des étudiantes qui pratiquent et qui pratiquent selon les facultés et les écoles

F/E: facultés et écoles  
 N : nombre total d'étudiants  
 Q : qualité  
 nb : nombre

Au regard de l'échantillon prélevé, parmi les garçons, 75,22 % (82) pratiquent contre 24,78 % (27) qui ne pratiquent pas une APS en faculté de Droit.

Tandis qu'à l'ENSUT, 88,1 % (74) disent pratiquer une APS et 11,9 % (10) ne font aucune activité. (tableau N°4)

Chez les filles, à l'EBAD, 59,4 % (19) pratiquent et 40,6 % (13) ne pratiquent pas une activité physique, tandis qu'à la faculté des Sciences 40,5 % (15) s'adonnent aux APS contre 59,5 % qui n'en font pas. (tableau N°5)

1.1.3 Repartition des pratiquants (es) et des non pratiquants (es)  
selon l'âge.

| Age     | 18 à 22 ans |      | 23 à 27 ans |    | 28 à 35 ans |      |
|---------|-------------|------|-------------|----|-------------|------|
| NT      | 108         |      | 322         |    | 158         |      |
| qualité | P           | NP   | P           | NP | P           | NP   |
| NPTA    | 85          | 23   | 264         | 58 | 122         | 36   |
| %       | 78,8        | 21,2 | 82          | 18 | 77,2        | 22,8 |

Tableau N° 6 : Répartition des pratiquants et des non pratiquants selon l'âge

| Age     | 18 à 22 ans |      | 23 à 27 ans |    | 28 à 35 ans |      |
|---------|-------------|------|-------------|----|-------------|------|
| NT      | 110         |      | 155         |    | 55          |      |
| qualité | P           | NP   | P           | NP | P           | NP   |
| NPTA    | 63          | 47   | 82          | 73 | 26          | 29   |
| %       | 57,3        | 42,7 | 53          | 47 | 47,3        | 52,7 |

Tableau N° 7 : Répartition des pratiquantes et des non pratiquantes selon l'âge

78,8 % (85) et 21,2 % (23) représentent respectivement le taux des pratiquants et des non-pratiquants chez les garçons dont l'âge est compris entre 18 et 22 ans. 82 % (264) pour ceux qui pratiquent et 18 % pour ceux qui ne pratiquent pas pour la tranche des 23 à 27 ans (tableau N° 6).

57,3 % des filles interrogées et dont l'âge se situe entre 18 et 22 ans pratiquent une APS et 42,7 % (47) ne pratiquent pas (tableau N°7).

1.1.4. Répartition des pratiquants(es) selon le nombre de séances par semaine

| nbre de seances par semaine | 1     | 2     | 3     | 4     | 5 et plus | total |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-----------|-------|
| nbre                        | 66    | 70    | 97    | 101   | 129       | 471   |
| %                           | 14,01 | 16,56 | 20,60 | 21,44 | 27,39     | 100   |

Tableau N° 8: Répartition des étudiants qui pratiquent selon le nombre de séances par semaine

| nbre de seances par semaine | 1     | 2     | 3     | 4     | 5 et plus | total |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-----------|-------|
| nbre                        | 21    | 59    | 31    | 20    | 40        | 171   |
| %                           | 12,28 | 34,50 | 18,12 | 11,70 | 23,40     | 100   |

Tableau N° 9: Répartition des étudiantes qui pratiquent selon le nombre de séances par semaine

Chez les garçons qui déclarent pratiquer une APS, 27,39 % (129) le font au moins cinq (5) fois par semaine, 21,44 % (101) quatre (4) fois, 20,60 % (97) trois (3) fois, 16,56 % (78) deux (2) et 14,01 % (66) une (1) seule fois. (tableau N° 8)

Au niveau des filles, 34,50 % (59) disent pratiquer deux (2) fois, 23,40 % (40) au moins cinq (5), 18,12 % (31) trois (3) fois, 12,28 % (21) une (1) fois et enfin 11,70 % (20) n'ont que quatre (4) séances par semaine. (tableau N° 9)

1.1.5. Répartition des pratiquants(es) selon la durée de chaque séance

| duree | 5'   | 10'  | 15'  | 20-25 | 30'   | 45-1h | +1h   | total |
|-------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| nbre  | 2    | 3    | 11   | 50    | 53    | 113   | 239   | 471   |
| %     | 0,42 | 0,64 | 2,33 | 10,62 | 11,25 | 24    | 50,74 | 100   |

Tableau N 10: Répartition des étudiants qui pratiquent selon la durée de chaque séance

| duree | 5'   | 10'  | 15'  | 20-25 | 30'   | 45-1h | +1h   | total |
|-------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|
| nbre  | 1    | 3    | 9    | 19    | 22    | 35    | 82    | 171   |
| %     | 0,59 | 1,75 | 5,26 | 11,11 | 12,87 | 20,47 | 47,95 | 100   |

Tableau N 11: Répartition des étudiantes qui pratiquent selon la durée de chaque séance

Les étudiants(es) pratiquent en masse pendant plus d'une heure(50,74 % chez les garçons et 47,95 % chez les filles) (tableaux N° 10 et N° 11)

## 1.1.6. Répartition des pratiquants selon les lieux de pratique

| lieux | campus | corniche | en club | dans la nature | total |
|-------|--------|----------|---------|----------------|-------|
| nbre  | 118    | 202      | 47      | 104            | 471   |
| %     | 25,05  | 42,89    | 9,97    | 22,09          | 100   |

Tableau N° 12: Répartition des étudiants qui pratiquent selon les lieux de pratique

| lieux | campus | corniche | en club | dans la nature | total |
|-------|--------|----------|---------|----------------|-------|
| nbre  | 47     | 81       | 17      | 26             | 171   |
| %     | 27,49  | 47,37    | 9,94    | 15,20          | 100   |

Tableau N° 13: Répartition des étudiantes qui pratiquent selon les lieux de pratique

Avec 42,89 % (202) la corniche est le parcours le plus pris des étudiants. Suivent le campus avec 25,05 % (118), la nature avec 22,09 % (104), puis la pratique en club avec 9,97 % (47). (tableau N° 12)

On retrouve le même intérêt accordé au parcours sportif de la corniche chez les filles avec 47,37 % (81). Puis à l'intérieur de l'université (27,49 %), à travers la nature 15,20 % (26) et enfin 9,94 % (17) pratiquent en club. (tableau N° 13)

1.1.7. Répartition des pratiquants(es) selon le moment de la  
 journée ou ils pratiquent

| moment de la<br>journée | matin | soir  | total |
|-------------------------|-------|-------|-------|
| nbre                    | 89    | 382   | 471   |
| %                       | 18,90 | 81,10 | 100   |

Tableau N° 14: Répartition des étudiants selon le moment de la  
 journée où ils pratiquent

| moment de la<br>journée | matin | soir  | total |
|-------------------------|-------|-------|-------|
| nbre                    | 35    | 136   | 171   |
| %                       | 20,47 | 79,53 | 100   |

Tableau N° 15: Répartition des étudiantes selon le moment de la  
 journée ou elles pratiquent

Nous avons remarqué que majoritairement, les étudiants s'adonnent aux APS le soir (81,10 %) pour seulement 18,90 % (89) pratiquants le matin. (tableau N 14)

Tandis que chez les étudiantes qui pratiquent, 79,53 % (136) attendent le soir et 20,47 % le matin. (tableau N 15)

1.1.8 Répartition des pratiquants(es) selon la période de l'année où ils pratiquent

| Periode | A.U   | G.V   | T.A   | Total |
|---------|-------|-------|-------|-------|
| Nombre  | 142   | 104   | 225   | 471   |
| %       | 30,15 | 22,08 | 47,77 | 100   |

Tableau N 16: Répartition des étudiants selon la période de l'année où ils pratiquent

| Période | A.U   | G.V   | T.A   | Total |
|---------|-------|-------|-------|-------|
| nombre  | 64    | 24    | 83    | 171   |
| %       | 37,43 | 14,03 | 48,54 | 100   |

Tableau N 17: Répartition des étudiantes selon la période de l'année où elles pratiquent

A.U: année universitaire  
 G.V: grandes vacances  
 T.A: toute l'année

47,77 % (225) des étudiants interrogés s'adonnent aux APS pendant toute l'année; 30,15 % (142) pendant l'année universitaire uniquement et 22,08 % (104) pratiquent pendant les grandes vacances. (tableau N° 16)

Chez les étudiantes, 48,54 % (83) pratiquent pendant toute l'année; 37,43 % au cours de l'année universitaire; 14,03 % (24) uniquement pendant les grandes vacances. (tableau N° 17)

1.1.9 Répartition des pratiquants(es) selon le nombre de mois de pratique

| Durée  | 1 à 3 mois | 4 à 12 mois | + de 12mois | Total |
|--------|------------|-------------|-------------|-------|
| nombre | 31         | 79          | 361         | 471   |
| %      | 6,58       | 16,77       | 76,65       | 100   |

Tableau N 18: Répartition des étudiants selon le nombre de mois de pratique

| Durée  | 1 à 3 mois | 4 à 12mois | + de 12mois | Total |
|--------|------------|------------|-------------|-------|
| nombre | 37         | 36         | 98          | 171   |
| %      | 21,64      | 21,05      | 57,31       | 100   |

Tableau N 19: Répartition des étudiantes selon le nombre de mois de pratique

Nous avons chez les garçons:

6,58 % (31) qui pratiquent depuis 1 à 3 mois;

16,77 % (79) depuis 4 à 12 mois;

et enfin 76,65 % (361) depuis d'une année (tableau N° 18)

Au niveau des filles, 21,64 % (37) confirment pratiquer une APS depuis 1 à 3 mois, 21,05 % (36) depuis 4 à 12 mois et 57,31 % (98) depuis plus d'un an. (tableau N° 19)

## 1.2 Répartition des étudiants(es) selon les raisons de pratique et de non pratique

### 1.2.1 Répartition des étudiants(es) selon les raisons de pratique

| Raisons de P | CP.S.BE | MOTIV | ESTH | REL SOC | Total |
|--------------|---------|-------|------|---------|-------|
| Nombre       | 371     | 81    | 9    | 10      | 471   |
| %            | 78,77   | 17,20 | 1,91 | 2,12    | 100   |

Tableau N 20: Répartition des étudiants selon les raisons de pratique

| Raisons de P | CP.S.BE | MOTIV | ESTH  | REL SOC | Total |
|--------------|---------|-------|-------|---------|-------|
| Nombre       | 104     | 31    | 32    | 4       | 171   |
| %            | 60,82   | 18,13 | 18,71 | 2,34    | 100   |

Tableau N 21: Répartition des étudiantes selon les raisons de pratique

CP.S.BE: condition physique, santé, bien-être  
 MOTIV : motivation  
 ESTH : esthétique  
 REL SOC: relation sociales  
 P : pratique

Chez les étudiants, les raisons avancées pour expliquer leur pratique des APS sont:

santé, condition physique, et bien être (78,77 %)

motivation(17,20 %)

esthétique (1,91 %)

relations sociales (2,12 %) (tableau N° 20)

Chez les étudiantes par contre:

santé, condition physique, bien être (60,82 %)

motivation (18,13 %)

esthétique (18,71 %)

relations sociales (2,34 %) (tableau N° 21)

1.2.2 Répartition des étudiants(es) selon les raisons de non\_pratique

| Raisons de NP | manque de tps | Inaptitude | manque EqU | manque INF | manque motivat | Total |
|---------------|---------------|------------|------------|------------|----------------|-------|
| Nombre        | 68            | 7          | 7          | 6          | 29             | 117   |
| Pourcen       | 58,12         | 5,98       | 5,98       | 5,13       | 24,79          | 100   |

Tableau N 22: Répartition des étudiants selon les raisons de non-pratique

| Raisons de NP | manque de tps | Inaptitude | manque EqU | manque INF | manque motivat | Total |
|---------------|---------------|------------|------------|------------|----------------|-------|
| Nombre        | 54            | 39         | 11         | 8          | 37             | 149   |
| Pourcen       | 36,24         | 26,18      | 7,38       | 5,37       | 24,83          | 100   |

Tableau N 23: Répartition des étudiantes selon les raisons de non-pratique

tps: temps

EqU: équipements

INF: infrastructures

motivat: motivation

Les raisons évoquées par les étudiants pour expliquer leur non-pratique des APS sont plus :

manque de temps (24,79 %)

manque de motivation (24,79 %) (tableau N° 22)

Tandis que chez les étudiantes, c'est généralement :

manque de temps (36,24 %)

inaptitude (26,18 %)

manque de motivation (24,03 %) (Tableau N° 23)

## 2. ANALYSE DES RESULTATS

### 2.1 Analyse des résultats selon le sexe

Le premier constat qui sans doute constitue une donnée essentielle est que les étudiants sont très nombreux à déclarer s'adonner à une activité physique et sportive.

En effet, 80,10 % des garçons et 53,44 % des filles pratiquent contre seulement 19,9 % et 46,56 % qui ne pratiquent pas.

Par rapport aux facultés et aux écoles, le taux de pratiquants est aussi important à côté du taux de non-pratiquants.

Cependant, il faut toutefois remarquer qu'au niveau de la faculté des Sciences, les filles sont majoritaires à ne pas pratiquer (59,5 %) pour seulement 40,5 % qui pratiquent une APS. La principale raison évoquée pour justifier ce fait est le manque de temps.

Les raisons avancées pour expliquer leur décision de pratiquer sont plus la recherche de la condition physique, d'une bonne santé et d'un bien être que, la motivation qui ne concerne que 17,20 % des garçons et 18,13 % des filles.

En effet pour certains, moins que le " plaisir personnel", la "passion", c'est plus la recherche d'un "équilibre physique et mental nécessaire aux études", d'une "bonne santé" et " être moins paresseux" qui déterminent la décision de pratiquer.

L'esthétique corporelle n'est pas tellement évoqué par les garçons (1,91 %). Alors qu'elle est la deuxième raison avancée par les filles (18,71 %). Elles cherchent à "garder la ligne" et "éviter de grossir". TALBOT (1977) précise à cet effet que "le sport inscrit dans une bonne hygiène de vie empêche de grossir".

Nous remarquons aussi que les APS comme moyens de "faciliter le contact avec les autres, de rencontrer d'autres personnes" sont peu cités par les étudiants pour justifier leur participation aux APS (2,12 % chez les garçons et 2,34 % chez les filles)

La non-pratique des APS est d'une manière générale caractéristique d'un manque de temps avec un taux de 58,12 % au niveau des garçons et 36,24 % au niveau des filles. Ce manque de temps évoqué par les étudiants est signe d'un "emploi du temps chargé" pour l'essentiel; les cours se terminant tard le soir. L'inaptitude liée aux problèmes de santé est l'autre raison soulignée par les filles pour justifier le fait de ne pas faire de l'activité physique (26,18 %). Certaines disent être "asthmatiques" ou même "grosse", comme cette fille interrogée qui déclare que: "je suis obèse, j'ai des difficultés pour faire du sport."

Cependant, lorsqu'il s'agit de s'engager dans les APS, des étudiants disent ne pas être tellement motivés tandis que d'autres parlent de difficultés relatives aux équipements ou aux infrastructures sportives.

Ce qui pourraient être retenu à ce niveau, c'est le souci d'être en bonne santé, de se maintenir en forme afin d'affronter dans d'excellentes conditions les études qui fait que les étudiants pratiquent des APS.

Et par rapport aux non-pratiquants, on peut se demander s'ils ont réellement consciences de ce que les APS pourraient leur apporter comme bienfaits. L'argument "manque de temps" souvent évoqué ne pose-t-il pas surtout le problème d'organisation lié à une bonne gestion du temps?

## 2.2 Analyse des résultats des pratiquants(es) et des non-pratiquants(es) selon l'âge.

Les résultats montrent que les étudiants âgés de 18 jusqu'à 27 ans sont légèrement plus nombreux à s'adonner aux APS que ceux dont l'âge est compris entre 28 et 35ans. Cette différence est plus remarquable chez les filles dont le taux de pratiquantes pour celles âgées de 28 à 35ans est de 47,3 % contre 42,7 % de non-pratiquants. D'habitude on constate que les filles arrêtent assez tôt la pratique des APS car selon MONROCHE, DEFOLIGNY, et CANU (1982), "s'il est vrai que dans l'enfance et l'adolescence, les fillettes et les jeunes filles pratiquent souvent au niveau scolaire et universitaire, beaucoup abandonnent par la suite avec l'entrée dans la vie professionnelle".

### 2.3 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon les lieux de pratique

La corniche est le lieu le plus fréquenté autant par les garçons que par les filles avec respectivement 42,89 % et 47,37 % De même, les filles pratiquent plus dans le campus (27,49 %) que dans la nature (15,20) .

Ces résultats tendent à montrer que le choix de la corniche peut être relatif à sa popularité et à sa proximité de l'université.

Selon étudiants, la descente tardive pourrait expliquer la décision de rester dans le campus.

Le faible taux de pratiquants en club (9,97 % pour les garçons et 9,94 % pour les filles) peut paraître surprenant au vu des résultats. Mais la pratique en club nécessite une assiduité aux entraînements et selon certains "le programme universitaire ne le favorise guère".

### 2.4 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon la période de l'année et le nombre de mois de pratique

Des étudiants interrogés, la majorité déclarent pratiquer des APS durant toute l'année. Pour preuve, les garçons représentent 47,77 % et les filles 48,59 %. Les autres s'adonnent davantage pendant l'année universitaire uniquement plutôt que les grandes vacances

L'étude a montré aussi qu'ils ont débuté très longtemps à s'exercer aux APS (76,65 % des garçons et 57,31 % des filles ont plus d'une année de pratique )

De nombreuses raisons ont été soulevées pour expliquer cet état de fait: "être éveillé et équilibré", "lutter contre le stress des examens", "ne jamais rompre avec la tradition de pratiquer toute l'année et de façon assidue".

#### 2.5 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon le moment de la journée où ils pratiquent

D'après les résultats de l'étude, les étudiants pratiquent habituellement le soir avec 81,10 % chez les garçons et 79,53 % chez les filles.

Pour certains, "le soir iln'y a plus d'obligation liée aux études avec l'arrêt des cours", d'où la possibilité de faire de l'exercice physique, et, il y a même davantage de chance d'y "rencontrer d'autres personnes" et de travailler en groupe sous la direction de quelqu'un qui s'y connaît.

#### 2.6 Analyse des résultats des pratiquants(es) selon le nombre de séances par semaine et la durée

Dans l'échantillon de l'étude, nous remarquons que la majeure partie des étudiants pratique des APS de façon régulière, c'est-à-dire, au moins cinq (5) séances par semaine. Ce qui donne un taux de 27,39 % de garçons et 23,40 % de filles.

Cependant, force est de reconnaître que l'essentiel des filles interrogées ne pratiquent que deux (2) fois par semaine soit 34,50 %. Ce qui est un strict minimum car, comme disent BRUNELLE et BOUCHARD (1979) "l'exécution de 5 séances de travail par semaine constitue une dose de mouvements susceptibles de donner d'excellents résultats".

En outre, majoritairement, les étudiants ont des séances de plus d'une heure (50,74 % chez les garçons et 47,95 % chez les filles.

## CONCLUSIONS

Notre objectif était dans cette recherche de savoir si les étudiants des différentes facultés (Lettres, Droit, Sciences, Médecine) et de quelques écoles nationales (ENSUT, ENS, EBAD) de l'université de Dakar, garçons et filles pratiquaient ou ne pratiquaient des APS.

Pour mener à bien notre étude, nous avons élaboré un questionnaire que nous avons administré à 908 étudiants.

Nous les avons trouvés dans le campus pour certains et dans les annexes universitaires pour d'autres.

De façon générale, les résultats révèlent que les étudiants pratiquent en masse les APS. Mais quand il s'agit d'en expliquer les raisons, les répondants soulignent davantage l'amélioration de la condition physique, la recherche d'une bonne santé, mais aussi le bien être ressenti.

Les non-pratiquants avancent plutôt le manque de temps lié aux emplois du temps très chargés.

Examinant les résultats en fonction de l'âge, nous avons constaté que la tranche des étudiants dont l'âge est compris entre 18 et 27 ans est la plus nombreuse à pratiquer.

De même, les résultats révèlent que les garçons avec 5 séances par semaine d'une durée de plus d'une heure sont plus réguliers lorsque on prend en considération le sexe.

Il ressort aussi de ces résultats que les étudiants pratiquent habituellement le soir après les cours et durant toute l'année. Certains déclarent même avoir une assez longue expérience de la pratique.

## RECOMMANDATIONS

Nous avons jugé utile, dans la perspective de favoriser la pratique des activités physiques, faire les recommandations suivantes:

A l'endroit des autorités universitaires, qu'elles prennent en considération le décret numéro 73-896 du 1er Octobre 1973 où il s'agit

- \_ d'intégrer les APS dans l'enseignement supérieur
- \_ de favoriser la pratique et la préparation de la compétition afin de maintenir au plus haut niveau l'élite sportive scolaire qui s'est dégagé au cours des années précédentes
- \_ d'insister sur la pratique optionnelle des sports les plus courants, facteur de détente, d'équilibre et de préparation aux loisirs futurs de la vie professionnelle
- \_ de réserver une demi-journée supplémentaire par le doyen de chaque faculté aux APS afin qu'elles puissent être pratiquées par les étudiants qui ne sont pas concernés par les compétitions du mercredi après-midi.

Parallèlement

- \_ encourager la pratique des activités physiques et sportives
- \_ augmenter et améliorer les installations sportives

A l'endroit des étudiants,

- \_ s'imprégner des bienfaits de la pratique des APS pour une plus grande efficacité

\_ être plus vigilents en ce qui concerne le temps réel passé à pratiquer

A l'endroit des chercheurs,

dans le but de généraliser les résultats au niveau national

\_ s'adresser à d'autres populations

\_ s'intéresser à d'autres régions

## BIBLIOGRAPHIE

- (1) BRUNELLE.J, BOUCHARD.C, 1970, En mouvement. Editions du Pelican, Canada
- (2) FRITEL.J, 1988, Génération Sport "Revue V.S.D" n°554 Avril
- (3) LEGRAND.F, LADEGAILLERIE.J, Education physique au XIX et au XX siècle, Editions Arnaud Colin
- (4) METRAS.F, 1990, Les APS dans l'enseignement supérieur en France, Revue E.P.S n°223 mai-juin
- (5) M.E.N , 1973, Recueil des textes réglementaires relatifs à l'E.P.S
- (6) MONROCHE.A, DEFOLIGNY.C, CANU.M, 1982, Sport et santé au féminin, Editions Chiron
- (7) N'DIAYE.T, 1989, La situation du sport scolaire et universitaire au mali et au senegal, mémoire de maîtrise
- (8) SANGHARE.S, 1980, Les APS à l'université de Dakar, mémoire de maîtrise
- (9) SIROT.M, et l'équipe enseignante d'EPS, 1987, Le sport à l'université Paris sud (XI), Revue EPS n°206, Juillet-Août
- (10) TALBOT.P, 1977, Sport, santé et forme, Editions Larousse

## **ANNEXES**

QUESTIONNAIRE

Le présent questionnaire qui vous est adressé s'inscrit dans le cadre d'une recherche en Sciences et Techniques des Activités physiques et sportives (S.T.A.P.S.).

Il est destiné à recueillir des informations qui seront exploitées à des fins exclusivement scientifiques.

Nous vous prions alors de bien vouloir répondre à toutes les questions.

Nous vous remercions à l'avance pour votre franche collaboration.

0o0 0o0 0o0

- Institut

- Faculté

- Année (niveau)

- Age

- Sexe

- Pratiquez-vous une activité physique et sportive ?

OUI

NON

- Si OUI, dites pourquoi ?

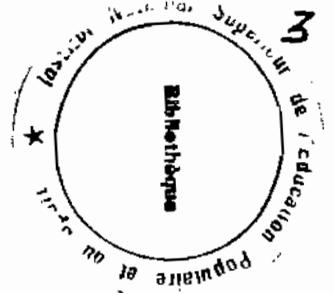
- Si NON, dites pourquoi ?

- Combien de fois par semaine ?

- La durée de chaque séance

- Où pratiquez-vous ?

/...



2/

- A quel moment de la journée ?

- A quelle période de l'année ?

- Depuis combien de temps ?

- ~~Quelles raisons pourraient empêcher les étudiants de s'adonner à la~~  
pratique d'un sport ?

- ~~Quelles raisons pourraient motiver les étudiants à s'adonner à la~~  
pratique d'un sport ?