

REPUBLIQUE DU SÉNÉGAL

UN PEUPLE – UN BUT – UNE FOI



Ministère de l'Éducation
Université Cheikh Anta DIOP

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



MEMOIRE DE MAITRISE ES SCIENCES ET TECHNIQUES
DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DU SPORT

THEME :

LA NATATION FEMININE SENEGALAISE : HISTORIQUE- RESISTANCES-ENJEUX

Présenté par :
M. Ibrahima NDIAYE

Sous la Direction de :
M. Abdou Karim THIOUNE
Professeur à l'INSEPS
DTN de la natation sénégalaise

Année universitaire 2001-2002

REPUBLIQUE DU SÉNÉGAL

UN PEUPLE – UN BUT – UNE FOI



Ministère de l'Éducation
Université Cheikh Anta DIOP

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



MEMOIRE DE MAITRISE ES SCIENCES ET TECHNIQUES
DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ET DU SPORT

THEME :

LA NATATION FEMININE SENEGALAISE : HISTORIQUE- RESISTANCES-ENJEUX

Présenté par :
M. Ibrahima NDIAYE

Sous la Direction de :
M. Abdou Karim THIOUNE
Professeur à l'INSEPS
DTN de la natation sénégalaise



Année universitaire 2001-2002

DEDICACES

Je dédie ce travail

- * A mon père, **Balla Ndiaye**, qui nous a très tôt quitté. Que la terre de Touba lui soit légère, et qu'il repose en paix.
- * A ma très chère mère **Alima NDOUR**, qui a sacrifié toute sa vie pour le bonheur et la réussite de ses enfants. Votre éducation sur nous est le fruit de ce travail
- * A mes grands-parents
- * A mon oncle **Adama NDOUR** pour sa participation non négligeable
- * A mes tantes **Awa Cheikh NDOUR**, **Nogaye NDIAYE**, **Awa NDONG**
- * A mes sœurs **Khady NDIAYE**, **Ndeye NDIAYE**, **Diarra,BAO**, **Coura, Néné**,
- * A mes cousines **Fatou SENE**, **Ndella DIOUF**,
- * A Mes femmes **Alima NDOUR**, **Kiné NDIAYE Fama**
- * A mes frères **Modou**, **Talla**, **Mbaye**, **Cheikh**, **Moustapha**
- * A mes amis, **El Hadj DIOUF**, **Moustapha THIAM**, **Sérigne Mbacké NDIAYE**, **Modou BEYE**, **Pape TOP**
- * A mes cousins **Gawane** et **Khadim SENE**, **Balla** et **Babacar NDOUR**,
- * A mes promotionnaires, particulièrement à mon voisin **Amadou SECK**, à mes amis et frères **Ousseynou Lô**, **Ndiaga NDIAYE**, **Moustapha CISS**, **Madeleine DIALLO**
- * A mes amies **Coura BA**, **Aïcha TRAORE**, **Anta FALL**, **Marième FALL**, **Diarra GUEYE**, **Codou**, **KHADY TALL**, **Bijoux**, **Khady**, **Marie Rose DIOUF** et **Aminata FALL**
- * A toutes les nageuses et à tous les nageurs du Sénégal, que ce travail puisse vous servir.

Ce travail est le vôtre

REMERCIEMENTS

Mes remerciements les plus sincères

♣ A **DIEU** le tout puissant, le miséricorde, qui nous a donné la santé le pouvoir et l'intelligence de bien commencer et de bien terminer ce travail.

♣ A **MONSIEUR** Abdou karim **THIOUNE**, professeur à l'**INSEPS**, pour m'avoir encadré, avec une disponibilité particulière .

♣ A mes parents, **Balla NDIAYE** et **Alima NDOUR** une fois de plus, je vous remercie.

♣ A Messieurs **Moussa GUEYE**, **Seydou SANO**, **Lansana BADJI**, **Abdou Wahib KANE**, et à tous les professeurs de l'**INSEPS** .

♣ Aux membres de la fédération Sénégalaise de natation et de sauvetage, particulièrement à Monsieur **Mohamed DIOP**, à **Tannakha NDIAYE**, à tous les membres de la ligue de Dakar.

♣ A tous les optionnaires de natation: **Bamba CISSE**, **Algassimou Diallo**, **Awa SARR**, **On- LINE**, **WEUZ**, **Emil SAMBOU**

♣ A tous les entraîneurs des clubs de natation :**Gorée**, **Ngor**, **Etics**, **Yoff**, **Asfa**, **Bceao**, **C.N.D...**

♣ A **Anastasie** et **Grégoire**, nos bibliothécaires qui nous ont beaucoup aidé.

♣ A toutes les **Nageuses**, pour l'aide que vous m'avez accordé.

♣ A tous ceux qui de loin ou de près ont participé à la réalisation de ce document.

Je vous dis merci.

SOMMAIRE

INTRODUCTION	1
PREMIER PARTIE : REVUE DE LA LITTERATURE	
I. : Historique	3
I.1. : La natation dans sa généralité	3
I.2. : Début de la natation sportive féminine	4
I.3. : Histoire de la natation Sénégalaise	5
I.4. : Naissance de la natation féminine Sénégalaise	7
I.5. : Brève synthèse de la littérature	8
DEUXIEME PARTIE : METHODOLOGIE	
II.1. : Les sujets	10
II.2. : Les instruments de collecte des données	10
II.3. : Les questionnaires	10
II.4. : Le test des questionnaires	11
II.5. : Les entretiens	11
II.6. : La documentation	12
II.6.1. : L'exploitation de quelques données de la documentation	12
II.6.2. : L' évolution de la natation féminine sénégalaise	12
a) Les effectifs	12
b) Participation et performances	15
II.7. : Les problèmes rencontrés dans la méthode de recherche....	16
II.8. : Le traitement des données	17
TROISIEME PARTIE : PRESENTATION DES RESULTATS	
III.1. : Analyse et interprétation des données	18
III.2. : Répartition des nageuses par rapport à d'autres facteurs relatifs à leur situation	24
III.3. : Informations par rapport aux contraintes d'ordre culturel	26
III.4. : Statut des entraîneurs	35
III.5. : Répartition des entraîneurs selon d'autres facteurs relatifs aux Entraînements	41
III.6. : Répartition des entraîneurs selon d'autres informations relatives aux nageuses	44
III.7. : Discussion générale	49
QUATRIEME PARTIE : ENJEUX	53
CONCLUSION	59
BIBLIOGRAPHIE	61
ANNEXES	



INTRODUCTION

INTRODUCTION

La natation est une activité amusante agréable, pratiquée dans un milieu qui, tout en nous délivrant de la pesanteur, nous procure un certain bonheur primitif, comme le retour aux sources, le milieu aquatique. Car pour les savants, toute vie est issue de la mer, cette mer qui couvre la plus grande partie du globe.

Assurant un développement *harmonieux* de la totalité du corps, la natation a toujours eu la réputation d'être l'un des sports les plus complets et les plus exaltants qui soient.

Depuis environ deux cent ans, cette activité nautique revêt un caractère sportif, et semble d'ailleurs étroitement liée à l'activité de l'homme qui, de tout temps a évolué dans l'eau soit pour se nourrir, soit pour se divertir soit enfin pour fuir le danger. Dans l'étude que nous allons mener, il est à préciser que c'est la natation sportive qui nous intéresse.

Notre recherche dans ce domaine particulier du sport consiste à utiliser une approche multidimensionnelle pour pouvoir relever les différents paramètres qui bloquent l'évolution de la natation féminine sénégalaise.

Ainsi, l'exploitation des différents facteurs déterminants, leur analyse et peut être leur confrontation devraient tendre vers une amélioration et un développement de cette natation sportive féminine.

L'observation des différentes compétitions ainsi que des séances d'entraînement, permettent de relever non seulement un faible taux de participation de l'élément féminin, mais aussi une faiblesse criarde du taux d'encadrement féminin, sur le plan technique et sur le plan de la

représentation administrative. Et ceci, en lien avec d'autres facteurs que nous allons énumérer, expliquent indubitablement le manque de performances constaté chez nos nageuses, comparées à leurs sœurs des autres disciplines sportives comme le basket-ball ou l'athlétisme qui enregistrent des résultats confortants sur le plan international. En réalité, cette natation féminine a toujours été traitée en parent pauvre dans notre pays et jamais une étude ou une politique appropriée n'a été mise en place pour la développer.

En fait, nous pouvons avancer l'hypothèse selon laquelle, le manque de performance notable constaté chez nos nageuses, ainsi que le faible taux de participation des filles dans ce milieu sportif sont étroitement liés d'une part à l'absence d'une bonne politique de gestion et d'autre part à des contraintes ou résistances économiques et socioculturelles. Pour étayer la véracité de nos propos, nous procéderons d'une part par recueillir à travers une étude documentaire, les statistiques de la fédération sénégalaise de natation et de sauvetage (F.S.N.S), les procès verbaux, les rapports annuels et autres documents, et d'autre part par confectionner des questionnaires et entretiens visant les anciens et le nouveau Président de la F.S.N.S, les entraîneurs et les nageuses elles-mêmes.

Notre projet de recherche se compose de quatre parties. Dans la première partie, nous allons relater brièvement l'historique de la natation mondiale puis celui du Sénégal et particulièrement l'histoire de la natation féminine sénégalaise. Nous allons dans la deuxième partie parler de la méthode de recherche, avec l'exploitation de certains documents de la fédération. La troisième partie sera occupée par la présentation des résultats et dans la quatrième partie, nous parlerons des enjeux pour un développement meilleur de la natation féminine sénégalaise.



**PREMIERE PARTIE
REVUE DE LA
LITTERATURE**

I - Historique

I – 1 - La natation dans sa généralité

La natation de course possède dans l'histoire des sports ses « Lettres d'ancienneté ». Certes, les courses de natation ne figurèrent pas au programme des jeux olympiques de l'antiquité, mais la natation n'était pas ignorée des anciens.

L'historien grec PAUSANIAS nous révèle *qu'en Extrême-Orient, en l'an 36 avant notre ère, sous le règne de l'empereur SUGIU, eurent lieu au Japon de grandes compétitions de natation*¹.

*Le Japon, devait d'ailleurs être le premier pays à instituer une organisation nationale de la natation sportive. Un édit impérial datant de 1603 fit de la natation une partie intégrante du programme scolaire et ordonna que sa pratique soit encouragée par la création de matches inter-écoles. Et la natation était si en vogue au Japon au début du XIXe siècle qu'un meeting de trois (3) jours put y être organisé en 1810*².

Mais le Japon étant un pays longtemps replié sur lui-même, la diffusion de la natation sportive sur le plan mondial devait être l'œuvre des pays anglo-saxons.

*La national Swimming Association créée en Angleterre en 1837 marque la naissance de la natation sportive à Londres, où la première piscine couverte avait été créée en 1827, et qui disposait aussi de huit piscines chauffées*³.

¹ OPPENHEIM F., *Histoire de la natation mondiale et française* ,paris.1977 p. 26

² Thomas R. Vallet J. . *La natation*, que sais-je p.5-6

³ OPPENHEIM F. *Histoire de la natation mondiale et française* : p.26

Mais des études archéologiques montrent l'existence de piscines datant de 1774 et de 1833 respectivement à Franckfort et à Paris. C'est en Australie que fut couru le 14 février 1846 le premier championnat de la natation moderne aux Robinson baths à Sydney sur 440 yards. *Et le 09 février 1858 à Saint-Kilda, toujours en Australie fut courue dit-on, la première course ayant un caractère international, un 100 yards, baptisée championnat du monde*⁴.

En 1869 seront organisés en Angleterre les premiers championnats de natation, en 1877 les Américains créent les leurs. En 1899, les Français instaurent leurs championnats.

*Les premiers jeux olympiques de l'ère moderne se déroulèrent à Athènes en 1896 et seront le cadre des premières épreuves olympiques de natation*⁵ celles-ci se déroulent en mer, dans la baie de Zéa près de Pirée, et comprendront les courses suivantes : 100m, 500m et 1200m,.

1-2 Début de la natation sportive féminine

*Elle est beaucoup plus jeune que la masculine. Le premier championnat féminin organisé par une fédération fut le championnat d'Ecosse des 200 yards en 1892. En octobre 1892, trois (03) mois après la création de la fédération internationale de natation amateur (F.I.N.A), est homologué le premier record féminin, réalisé au 100m nage libre par l'allemande **Martha Gers Trung** en 1'35''.*⁶

⁴ Rymond Thomas J. Vallet J. *la natation que sais-je ?*. P.6

⁵ Rymond Thomas J. Vallet J. *la natation que sais-je ?*. P.6

⁶ Oppenheim F. *Histoire de la natation Mondiale et française*. p.28

Un succès capital de la FINA, pour le développement de la natation féminine fut d'obtenir du comité olympique international (et à l'époque ce ne fut pas aisé) que des épreuves féminines figurent au programme des jeux olympiques de Stockholm en 1912. Participation certes limitée à deux épreuves et qui ne pouvait laisser supposer qu'en une douzaine d'années, la natation féminine acquerrait aux jeux olympiques une importance égale à la masculine, une preuve de l'essor qu'elle prit dès les années 20.

Le fait le plus marquant dans cette histoire est qu'à cette période, la natation sportive sénégalaise n'était même pas dans « sa phase embryonnaire », pour dire qu'elle n'existait même pas.

I-3- Histoire de la natation sénégalaise

La naissance de la Fédération Sénégalaise de Natation et de Sauvetage marque certainement le début de l'organisation de la natation sportive dans notre pays.

« Créée en 1960 elle a pour vocation de promouvoir et de développer la natation de masse, de former des cadres (initiateurs, entraîneurs) d'encadrer des jeunes et d'assurer la sécurité des plages et des bassins, d'où son nom de Fédération Sénégalaise de Natation et de Sauvetage »⁷.

Il faut avouer par ailleurs que le Sénégal est un pays où les populations situées au bord de la mer pratiquent depuis belle lurette, mais utilitairement, ou par passe-temps. Pendant ce temps, il n'y avait pas de structure nationale pouvant prendre en charge cette natation, que ce soit la natation de course ou la régate.

⁷ SARR Ibrahim . mémoire de maîtrise es STAPS. INSEPS. 1993-1994

Après l'indépendance, en 1960, le Sénégal s'est doté d'une fédération s'occupant de la natation sportive, la F.S.N.S. Cette fédération est née dans un pays qui n'avait pratiquement pas de piscines et les premières compétitions se déroulaient en mer, avec des mini-traversées comme celle de Anse Bernard-Lagon. Mais c'est vers 1962, qu'on commence à organiser des compétitions à la seule piscine de la capitale Dakar, la piscine du Lido. En 1974 déjà, les journalistes du journal « le Soleil » se posaient la question à savoir: « le Lido freine t-il le développement de la natation ? »⁸

En fait le Lido était la seule piscine privée d'une capitale comme Dakar, elle coûtait à l'époque 25 000 F pour un après-midi de compétition, et qui ne répondait pas aussi aux normes d'hygiène : « l'eau pompée à partir de la mer, entraîne en même temps une vase qui l'assombrit à tel point qu'il est devenu très difficile aux nageurs de distinguer les lignes de fond, ayant souvent les yeux irrités »⁹. Donc en plus de l'absence d'infrastructures adéquates, les conditions dont se déroulaient les compétitions étaient lamentables. Mais on a coutume de dire que tout début est difficile. Aussi, a t-on appris que seules 6 compétitions en piscines figurent au calendrier de la ligue. Et si on y ajoute les 4 traversées annuelles en mer, cela fera moins de 10 semaines de compétition. Un programme trop peu ambitieux comparé au niveau international. Bien sûr, il y a cet épineux problème de moyens, dont il ne vaut pas la peine d'y insister.

La piscine olympique fut inaugurée le 07 mai 2002 par le Président Abdoulaye WADE. La piscine, contrairement aux autres, répond aux normes internationales avec une distance de 50m et 08 couloirs.

⁸ Soleil du 19 septembre 74.

⁹ journal le « Soleil » le Lido freine t-il le développement de la natation ?, le 19 septembre 74.

Depuis la période où l'accès à la piscine du Lido a été accordé à la fédération pour l'organisation des compétitions, on constate que la natation avait pris un essor considérable. On ne pouvait pas organiser une réunion sans qu'un record ne soit battu. Les dirigeants et les nageurs étaient sur une bonne voie. Pour un début, l'ambiance et l'engouement ne manquaient pas au rendez-vous.

Jusqu'au jour où le Lido ferme ses portes alors le calvaire commence à régner dans le milieu de la fédération. Les nageurs commencent à bouder les compétitions, les ligues et les clubs sombrent dans un sommeil prolongé.

I-4 Naissance de la natation féminine sénégalaise

C'est pendant la journée d'ouverture de la saison 1972-1973, que l'élément féminin apparaît pour la première fois à la piscine du Lido (actuelle Savana). Il n'a certes pas participé à cette première réunion, parce que tout simplement on ne l'attendait pas, « le fait est important et significatif. Depuis 1960, ce sera dimanche la première fois que sera organisée une compétition féminine de natation »¹⁰.

Mais c'est en 1974 que la natation féminine a fait son apparition au Sénégal de façon officielle lors des championnats nationaux de la même année, à la piscine du lido. L'entraîneur emblématique de Saint-Louis, Feu Ibnou Diop a mis sur pied l'équipe féminine de «Guet Ndar Mool » avec des filles qui ont fait une première démonstration. En 1975 est organisée la première compétition officielle, en championnats nationaux individuels avec les nageuses de Dakar. Donc seules les régions de Dakar, et de Saint-Louis

¹⁰ Soleil du 13/06/72. ouverture de la saison 72-73.

étaient concernées. Et à cette époque, les lieux d'entraînement accessibles aux filles, n'étaient pas tout de même adéquats. A Saint-Louis, ce sont le fleuve et son petit bras qui servaient de lieu d'entraînement aux filles, comme aux garçons d'ailleurs. A Dakar, c'était presque la même chose : la piscine du Lido servait de lieu d'entraînement jusqu'à un certain moment où des perturbations viennent mettre à terme cette opportunité. Alors que l'idéal n'est pas de s'entraîner en mer, mais en piscine, si on veut atteindre des performances maximales. Dakar avait donc la part belle avec ses filles, qui étaient techniquement plus préparées que celles des autres régions. Vers les années 80, d'autres régions comme Thiès et Kaolack commencent à envoyer des représentantes. Mais le nombre ou l'effectif n'était pas assez important, on comptait une dizaine à une vingtaine de nageuses au niveau national.

Toutefois, on note une participation féminine dans les traversées de Dakar-Gorée à la nage, mais la date exacte où elle a commencé ne nous a pas été indiquée par nos sources.

I-5 Synthèse de la littérature

On constate, à la fin du XX^e siècle, que la pratique de la natation avait toujours sa double orientation hygiénique et militaire, surtout dans les pays européens. Cette situation affecte beaucoup la participation féminine dans la pratique de la natation. Dans l'armée par exemple, où l'on envisage la natation comme une préparation militaire un «sport patriotique» les femmes seront toujours écartées. Cette situation est accentuée par le fait que l'éducation physique ou la pratique des activités par les femmes ne se justifiait que par « le rôle de mère de futurs guerriers de la patrie ou celui d'épouse vertueuse »¹¹

¹¹ Référence cours de Licence. Histoire de l'EPS

Ces idées ont été d'ailleurs prônées par Pierre de Coubertin qui définissait la natation dans *Pédagogie sportive* 1919, comme « un sport de combat où l'homme bataille contre un élément hostile avec le danger à côté de lui. Il sait que l'eau finira toujours par le vaincre, mais il arrive à prolonger magnifiquement la durée de sa résistance, ce qui le rend capable d'opérer des sauvetages inespérés. » Ces idées véhiculées par Coubertin (Pédagogue Français, créateur des jeux olympiques modernes en 1896 à Athènes, adversaire du chauvinisme, du professionnalisme et de la participation féminine) expliquent bien l'absence des femmes, à cette époque, dans le milieu sportif, particulièrement, celui de la natation sportive. Toutefois on note la présence de bains publics ou privés, réservés aux femmes, mais elles ne participent pas aux compétitions

Dans notre pays, la natation féminine apparaît beaucoup plus en retard par rapport aux pays européens. Au moment où naissait la F.S.N.S le record du monde du 100m nage libre détenu par une femme Dawn Fraser était de 1'00''2. elle avait alors 18 ans. En 1974, la natation féminine est née avec ses retards, dans un pays où les infrastructures inexistantes alourdissent la peine. Jusqu'à aujourd'hui, la natation féminine sénégalaise se bat pour rejoindre ses sœurs qui sont en avance de quelques dizaines d'années sur elle, sur le plan de l'organisation, sur le plan des entraînements, et sur les performances aussi. La F.S.N.S fait de tout son mieux pour abréger la distance à parcourir pour rejoindre les autres, mais les moyens manquent.



DEUXIEME PARTIE :
METHODOLOGIE

II-1- Les sujets

L'objet de notre recherche est centré sur la population féminine de la natation sénégalaise, mais inévitablement, nous allons investir à la fois le cadre d'évolution ainsi que les personnes ressources intervenant ou influençant la natation féminine. C'est ainsi que des responsables techniques et administratifs de la fédération et de la ligue de Dakar ont été saisis pour des informations relatives à notre recherche. Ces sujets ont été d'un nombre assez important, dont 35 nageuses de toutes catégories, 07 entraîneurs ainsi que les responsables sus-mentionnés. C'est donc une population très sensible et très imprégnée à nos recherches et dont nous pouvons recueillir assez de données susceptibles d'appuyer notre thèse.

II -2- Les instruments de collecte des données :

Pour recueillir les informations dont nous avons besoin, on a confectionné un questionnaire destiné aux nageuses et un autre destiné aux entraîneurs, en plus on a effectué des entretiens et des recherches documentaires.

II-3- Les questionnaires

Des questionnaires ont été confectionnés, car nous pensons que c'est la méthode la plus adaptée pour recueillir les données auprès des nageuses et des entraîneurs. Donc deux questionnaires ont été élaborés. Dans chacun des deux questionnaires, nous avons posé des questions qui touchent directement notre domaine de recherche et qui sont aussi susceptibles de donner des informations directement utilisables. Deux types de questions leur sont posés : des questions ouvertes qui donnent en général des informations riches, variées

et sincères, car l'objectif des questions n'est pas de faire dire, mais d'obtenir des réponses valides et fiables.

Des questions fermées aussi leur sont posées, c'est parce que dans certains cas, il faut que les réponses soient limitées pour éviter les hors sujets ou pour éviter qu'elles soient vagues.

II-4- Le test des questionnaires

Notre échantillon est composé de 35 nageuses soit 33,65% de la population, c'est-à-dire des nageuses licenciées répertoriées par la fédération, 07 entraîneurs parmi les 9 clubs que compte la région de Dakar. Ainsi, pour tester les questionnaires, nous les avons relus et reformulés à maintes reprises pour voir s'ils sont compris ou pas. D'autres personnes même susceptibles d'apporter des rectificatifs ont été sollicitées pour justement poser des questions simples qui peuvent apporter les informations aux attentes de nos recherches. Nous étions donc à la fin, persuadé que les questions seront bien comprises, qu'elles ne dérangeront pas les concernés et qu'elles donneront sans aucun doute des informations satisfaisantes. Les enquêtés sont indiqués de quelle façon répondre, l'ordre des questions nous semble logique avec des enchaînements entre les questions et la durée pour remplir un questionnaire a été évaluée à six (06) minutes maximum (se référer aux annexes)

II-5- Les entretiens

Comme énuméré à la page 12, des entretiens ont été effectués auprès de certains cadres de la F.S.N.S et de la ligue de Dakar pour recueillir d'autres informations plus larges sur notre thème de recherche. Un guide d'entretien a été confectionné et distribué à tous ceux que nous devons interroger, au moins

10 jours avant l'interrogation. Et pour garder les données, un appareil d'enregistrement a été utilisé. En ce qui concerne le guide d'entretien les questions ont été arrangées par itéms, pour permettre à l'enquête d'avoir une idée de progression de la situation.

La durée de l'entretien a été convenable pour les interrogés (20 minutes) ; et ils ont manifesté une compréhension et une volonté de nous faire part de leurs connaissances sur la matière étudiée.

II-6- La documentation

Elle a été effectuée au niveau de la bibliothèque de l'I.N.S.E.P.S , de la bibliothèque centrale de l'université de Dakar (UCAD), au niveau des sources documentaires des journaux « le Soleil » et «Scoop » et au niveau des archives de la F.S.N.S. En fait, elle nous a permis d'avoir des informations en appui.

II-6-1- L'exploitation de quelques données de la recherche documentaire

II-6-1-1- : Evolution de la natation féminine sénégalaise

a) Les effectifs

Par rapport à l'effectif ou au nombre de nageuses sénégalaises pour être plus clair, il y a sans aucun doute une très grande évolution, même si on ne connaît pas le nombre de nageuses au départ. Cette évolution de l'effectif est encore timide, il faut le dire, mais elle existe néanmoins. Si on se réfère aux statistiques 2002 de la Fédération, on constate un grand ruch, et l'étude comparative des catégories et des effectifs par région donne un aperçu de la situation..

Regions	Nbres De Clubs	Poussins		Benjamens		Minimes		Cadets		Juniors		Seniors		Total		Total
		H	D	H	D	H	D	H	D	H	D	H	D	H	D	
Dakar	9	19	9	28	18	21	16	21	9	14	11	47	7	150	70	220
Kaolack	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	3	3	4	7
Kolda	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Thiès	0	3	2	4	7	5	9	5	7	5	0	11	3	33	28	61
St-Louis	3	0	0	2	1	0	1	2	0	0	0	5	0	9	2	11
	Individuel															117
TOTAL	14	23	11	34	26	26	26	29	16	20	12	63	13	195	104	416

Tableau 1 : répartition des licenciés par région

L'analyse de ce tableau nous montre que parmi les 10 régions du Sénégal seules quatre (04) sont concernées, car ayant des nageurs licenciés. Dakar est en tête avec un total de 220 nageurs dont 70 filles, suivie de Thiès avec 61 nageurs dont 28 filles, Saint-Louis avec 11 dont 2 filles, Kaolack avec 7 dont 4 filles. Les histogrammes montrent en clair les pourcentages par région et le pourcentage des filles en comparaison avec les garçons. Par ailleurs la fédération compte 416 nageurs dont 299 licenciés et 117 individuels.

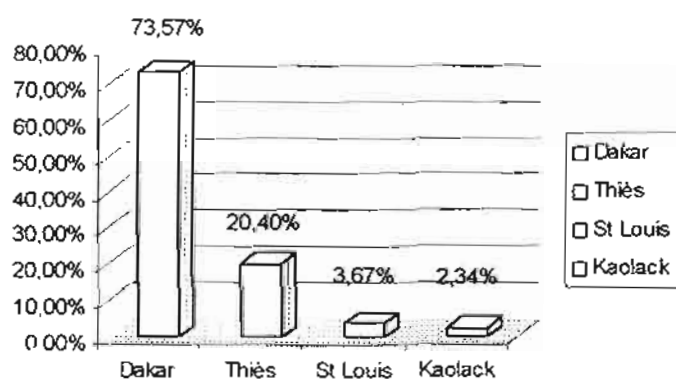


Figure 1 : Répartition des nageurs selon les régions

Cette différence de pourcentage peut s'expliquer de plusieurs façons. Nous pouvons noter que Dakar compte 9 clubs dont 3 qui disposent de piscines. En plus c'est une région qui compte des plages calmes où des entraînements peuvent se dérouler, pour compenser le défaut criard de piscine. Les individuels représentent 28,12%, un très grand pourcentage, mais ils ne sont pas représentés dans le tableau et le nombre n'intervient pas dans le calcul des pourcentages.

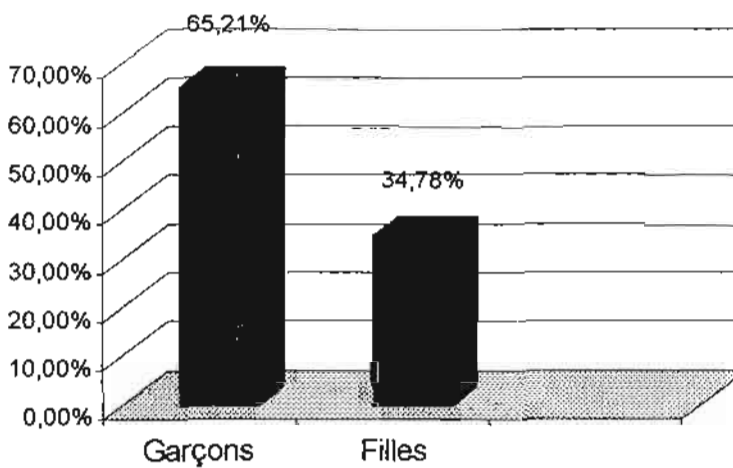


Figure 2 : Répartition des nageurs selon le sexe

Les filles représentent 34,78% des licenciés de la F.S.N.S, mais cette répartition laisse de très grandes disparités : Dakar compte 67,30 % de filles, Kaolack 3,84%, Thiès 26,92% et Saint-Louis 1,92%. Cette différence peut s'expliquer par le fait que Thiès, avec son club, l'Etics qui détient une piscine, obtient une bonne représentation féminine, derrière Dakar. Cette dernière aussi a des clubs comme le cercle des nageurs de Dakar (C.N.D), la BCEAO, et le club américain qui ont chacun une piscine.

Les clubs comme Gorée ont aussi un nombre assez important de nageuses (13), Ngor (13) filles, en égalité avec la BCEAO malgré leur absence d'infrastructures.

Comme nous l'avons déjà mentionné, il existe une évolution par rapport à l'effectif, malgré sa timidité. Toutefois, il reste beaucoup à faire pour augmenter le nombre, afin d'avoir une bonne représentation, capable d'opérer une concurrence qui peut bouleverser le tableau des records. Il y a de l'espoir en ce point. Si par exemple l'effectif de filles détenues par la fédération ou les clubs en ce qui concerne la petite catégorie (Benjamins, minimes, cadets) ,est amélioré ou maintenu. (voir tableau récapitulatif des licenciés par club)

b) Participations, performances

Il faut noter que la natation féminine sénégalaise avait un bon niveau sous régionale dans la Zone 2 avec la Guinée. Mais au plan continental elle était très en retard, et sur le plan international n'en parlons même pas.

Aujourd'hui le niveau a beaucoup évolué, même si c'est encore minime. On constate une grande évolution depuis les années quatre vingt (80) avec des filles comme Marie Claire Diarra, les sœurs Rose, et Madeleine qui avaient un niveau assez correcte et des performances moyennes .

Au niveau national, la participation est en rapport avec le nombre de licenciées même si toutes ces filles ne participent pas aux compétitions. Par ailleurs on les retrouve au niveau des traversées et mini-traversées où elles devancent des hommes. Sur le plan africain, on peut noter aussi une amélioration des records et des participations comme aux championnats d'Afrique des jeunes où une fille Zeïna Sahéli nous représente bien depuis 1998. Et il est à noter aussi qu'il ne se passe pas une année où des records ne soient pas battus chez les filles. Il y a donc une évolution de taille par rapport

aux performances et aux participations. Le niveau international a commencé à se révéler à partir de la fin du 20^e siècle. En 1998 Zeina a participé aux championnats d'Afrique des jeunes .D'autres filles ont participé encore à des compétitions africaines et intercontinentales. Nous avons trois (3) nageuses qui nous ont représenté en Iran dans les championnats islamiques des femmes musulmanes, une compétition purement féminine où elles ont eu de bonnes places. Les sœurs Ciss, Marianne et Khadja de Strasbourg, sont classées parmi les quatre meilleures africaines par rapport à leurs performances, même si elles n'évoluent pas au Sénégal. Aux jeux olympiques de Sydney 2000 nous avons été représentés par la seule fille Zeina Sahéli qui n'a pas du tout brillé. Mais c'est le début d'une histoire qui ne doit pas s'arrêter en si bon chemin.

II-7- Les problèmes rencontrés dans notre méthode de recherche

Quelques problèmes ont été rencontrés, surtout au niveau des questionnaires où la collecte a été un peu retardée par certains dirigeants qui oublient de distribuer les feuilles aux nageuses. En ce qui concerne les entretiens, l'accès aux enquêtés a été surtout retardé par des rendez-vous manqués. Et enfin en ce qui concerne les sources documentaires, les archives ne sont pas bien maîtrisées au niveau de la fédération et beaucoup d'informations dont nous devrions avoir n'ont pas été gardées. Et rappelons que c'est la première fois qu'une étude est faite sur les contraintes liées au développement de la natation féminine sénégalaise et de ce fait, le problème majeur qu'on a eu à rencontrer a été de trouver une documentation adéquate à notre thème. Mais les sources consultées ont été utiles surtout pour l'historique et les enjeux.

II-8- Le traitement des données

L'exploitation des données recueillies à l'aide des entretiens, des questionnaires et de la documentation nous permet non seulement d'avoir des informations concernant l'historique, mais aussi de déceler les contraintes (résistances) liées au bon développement de la natation féminine.

Les principaux résultats ont été traités sous forme de tableaux et d'histogrammes. L'analyse de ces tableaux et histogrammes ainsi que leur interprétation, est un moyen adéquat pour détecter les problèmes de la natation féminine, mais aussi pour proposer des solutions.



**TROISIEME PARTIE :
PRESENTATION DES
RESULTATS**

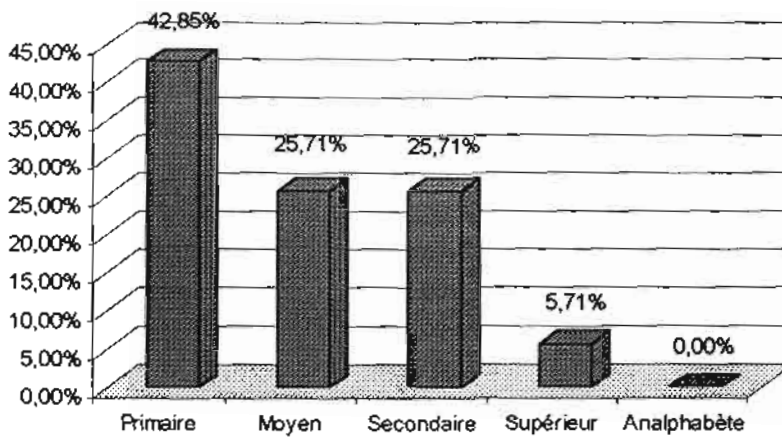
III-1- Analyse et interprétation des données

III-1-1-Statut des nageuses

Répartition des nageuses selon leur niveau d'études

a) Analyse

Une simple observation de l'histogramme nous montre que la majeure partie de nos nageuses ont un niveau d'études primaire : 42,85 % . L'autre grande partie est partagée entre un niveau moyen et secondaire.



b) Interprétation.

Les informations relatives à cette question nous montrent d'une part que la majeure partie de nos nageuses sont de la petite catégorie, c'est-à-dire que nous avons une jeune génération de nageuses. On peut aussi déceler l'état d'intelligence et le degré de compréhension entre les nageuses et les entraîneurs, quant aux discours que ces derniers peuvent tenir vers les athlètes sur le problème des entraînements ou des compétitions.

D'autre part, il peut y avoir des contraintes d'ordre social liées à l'école et aux entraînements.

III-1-2- Profil selon les catégories

a) Analyse

L'analyse de l'histogramme montre une mauvaise répartition entre les catégories. Nous avons 34,28 % de benjamins, 22,85 % de minimes. Les cadettes représentent 14,28 % et les poussins 14,28%.

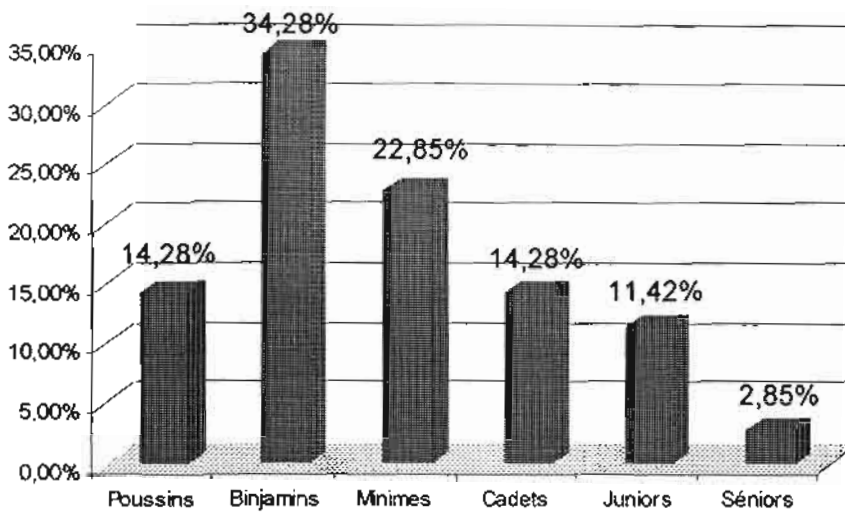


Figure 4 : Répartition des nageuses selon les catégories

b) Interprétation

Cette situation montre une mauvaise répartition, un écart et un déséquilibre très important entre les différentes stations de la Pyramide. Les poussins qui représentent la base de la pyramide devront être plus importants au niveau des clubs. Ils représentent 14,28 % de la population étudiées. Cette position confirme un manque de politique qui doit normalement favoriser une augmentation des plus jeunes. Comme les effectifs diminuent de catégorie en catégorie, nous devons donc renforcer celle des poussins. Dans le tableau

récapitulatif des licenciés de la fédération, les poussins représentent 11,37 % de la population totale des nageurs, les benjamins 20,06%, les minimes 17,39 %, les cadets 15,05% ,ce qui fait un total de 63,87% pour la petite génération.

III-1-3- Répartition des nageuses selon l'âge qu'elles ont appris à nager

a) Analyse

Quant à l'âge où nos filles ont appris à nager, l'histogramme nous révèle que 34,28% de celles qui sont interrogées savent nager entre [6 et 8 ans ; 31,42% ont appris à nager entre les âges de 4 et 6 ans, le reste, 11,42% entre 8 et 10 ans. Donc plus de 68 % ont nagé entre 4 et 10 ans. Et ce sont des résultats excellents qui permettent de pouvoir commencer tôt la formation de la nageuse pour une carrière sportive.

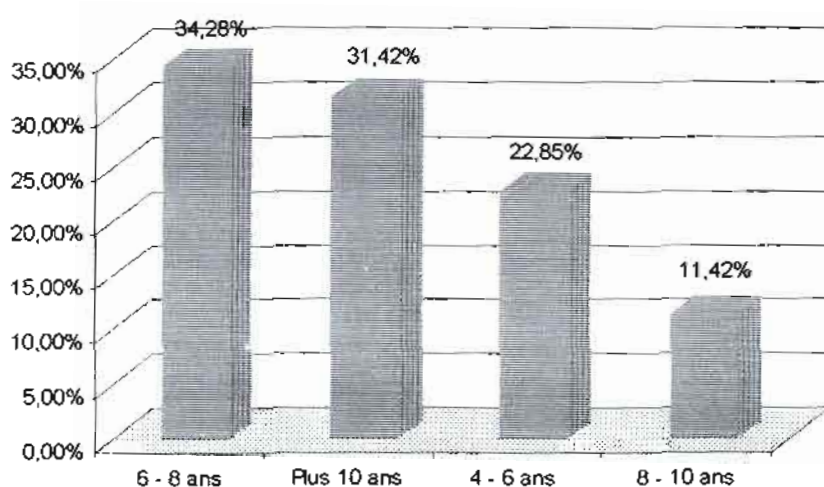


Figure 5 : Répartition des nageuses selon la question : à quel âge avez-vous appris à nager ?

b) Interprétation

Les informations que nous avons recueillies dans cette question peuvent présenter quelques disparités. Dans les lieux comme Gorée et Ngor, la

majeure partie des filles savent nager depuis le bas âge, c'est-à-dire vers l'âge de 4-8 ans. Alors que dans d'autres régions, comme Saint Louis ou Kaolack, il est un peu difficile de trouver une fille qui sait nager à cet âge. Pourtant dans ces régions, les filles avaient l'habitude de nager à bas âge, dans le fleuve Saint-Louis, la mer ou le bras de mer de Kaolack. Ce renversement de la situation est peut être lié aujourd'hui à des facteurs socio-culturels ou religieux, ou même aux parents qui veulent maintenant être vigilants vis à vis de leurs filles, car ces milieux peuvent représenter des dangers.

III-2- Répartition des nageuses par rapport à d'autres facteurs relatifs à leur situation

Informations	Population	Nageuses	
		EFF	%
Par rapport au club et au lieu d'habitation :	Plus de 57% des nageuses habitent près de leur lieu d'entraînement.	20	57,14
	Le reste, soit 42,85% sont un peu loin de leur club.	15	42,85
Total		35	100
Par rapport à la date de leur première licence et de l'âge qu'elles ont appris à nager .	Un écart de plus de 5 ans entre les deux dates	23	34,28
	Un écart de moins de 5 ans entre les deux dates	12	65,71
Total		35	100
Par rapport aux lieux d'entraînement :	Mer	11	31,4
	Piscine	24	68,57
	Fleuves	0	0
	Autres	0	0
Total		35	100
Par rapport aux jours et heures d'entraînement :	Jours : tous les jours sauf le dimanche et le samedi s'il y a compétition	12	34,28
	Heures : soit le matin de 10h à 18 h ou le soir à partir de 16 h	23	65,71
Total		35	100
Par rapport aux critiques du public :	Oui	1	2,85
	Non	34	97,14
Total		35	100

III- 2 - Répartition des nageuses par rapport à d'autres facteurs relatifs à leur situation

1- Par rapport à leur club et leur lieu d'habitation :

Nous constatons que plus de la moitié des nageuses interrogées habitent près de leur club ce qui leur facilite le déplacement. Le contraire constituerait un handicap si la nageuse est loin de son club par exemple. Elle pourra facilement rater les entraînements par manque de moyen de transport, ou ne pas être sous le contrôle des parents qui veulent surveiller leurs enfants.

2 - Par rapport à la date de leur première licence et de l'âge qu'elles ont appris à nager :

La majeure partie des filles interrogées ont accusé un retard de 5 ans avant de signer leur licence. C'est-à-dire qu'elles ne sont pas très tôt intégrées dans les clubs. L'autre tranche elle semble intégrer tôt les clubs de natation, par rapport aussi à l'âge où elles savaient nager. S'il est nécessaire de commencer à fréquenter la piscine à bas âge, il est également important d'orienter les jeunes filles qui savent nager à cet âge, afin de débiter très tôt la carrière dont la formation dure environ 10 ans.

3 -Par rapport aux lieux d'entraînement :

Nous constatons toujours l'existence de la piscine et de la mer. Cette répartition est toujours liée aux clubs. C'est-à-dire que certains ont une piscine, d'autres ne l'ayant pas se contentent de la mer. Et comme nous l'avons dit, c'est un lieu qu'on ne peut pas maîtriser et qui peut représenter des dangers, surtout pour les filles. Et pendant les vacances, les plages sont submergées à tel point qu'on ne peut pas s'y entraîner.

4 - Par rapport aux jours et heures d'entraînement :

La majeure partie des clubs s'entraînent tous les jours à partir de 16 heures, sauf le dimanche et les jours de compétition. D'autres clubs par contre, choisissent le matin, à partir de 10 heures pour s'entraîner. Par rapport à ces situations, on peut déceler des contraintes si la nageuse est une élève, ou si l'entraîneur a un autre travail rémunéré.

Les programmes d'entraînement sont donc conçus soit par rapport à la disponibilité des entraîneurs, soit par rapport à celle des nageurs, en dehors de leurs heures de cours. Et s'il n'y a pas concordance, des absences seront notées et vont biaiser le travail.

5 Par rapport aux critiques du public :

La presque totalité des nageuses affirment ne pas être critiquées par le public. Une d'entre elles, et qui est d'ailleurs une étoile montante de la natation féminine, nous dit que le public lui reproche d'être paresseuse, de ne pas aller jusqu'au bout de ses forces, et qu'elle a peur de ses adversaires etc. Une situation qui doit obliger les dirigeants d'agir sur le mental des nageuses.

III-3- Informations par rapport aux contraintes d'ordre culturel

III-3-1- Etes-vous gênées par le port de maillots de bain ?

a) Analyse :

Sur la figure, nous pouvons voir que la *grande majorité* des nageuses interrogées (82,85%) ne sont pas dérangées par le port de maillots de bain. Le reste, soit 17,14% sont au contraire perturbées par leurs tenues.

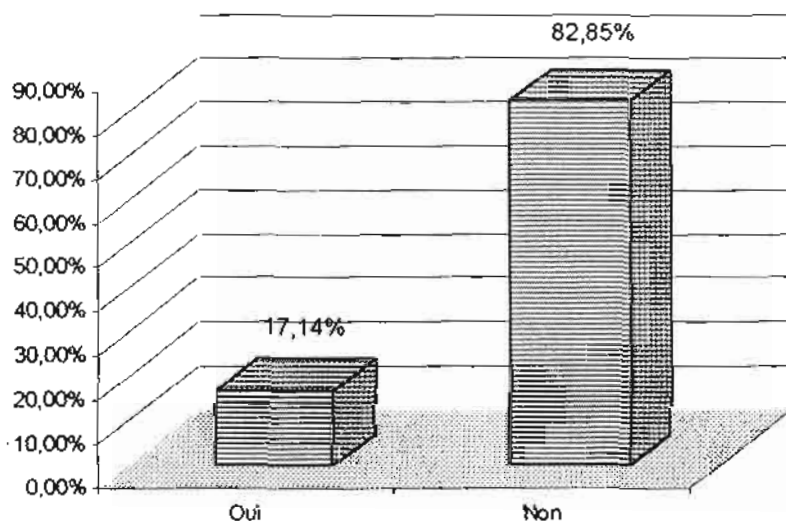


Figure 6 : Répartitions des nageuses selon le gêne par rapport au maillot de bain

b) Interprétation

L'étude de ce cas particulier nous révèle qu'il reste toujours de cas de filles qui participent aux compétitions nationales et peut être même internationales, et qui sont dérangées par les maillots de bain. Même si le nombre n'est pas

important nous devrions dépasser ces situations, car elles retardent le développement de la natation féminine.

Le Sénégal est un pays très intéressant où le poids de la religion et l'influence extérieure renforcée par les médias, les modes, les concours de miss où des filles se « dénudent » publiquement , forment une symbiose dans laquelle on retrouve toutes les formes : certaines cachent leur féminité, d'autres pas.

III-3-2- Quelles techniques de nage pratiquez-vous ?

a) Analyse

L'analyse de l'histogramme nous montre que 40,98 % des filles interrogées pratiquent le crawl, 32,78% la brasse ; le reste pratique le dos (18,03%) et le papillon (8,19%). Elles ont donc une préférence par ordre du crawl, de la brasse, du dos et du papillon.

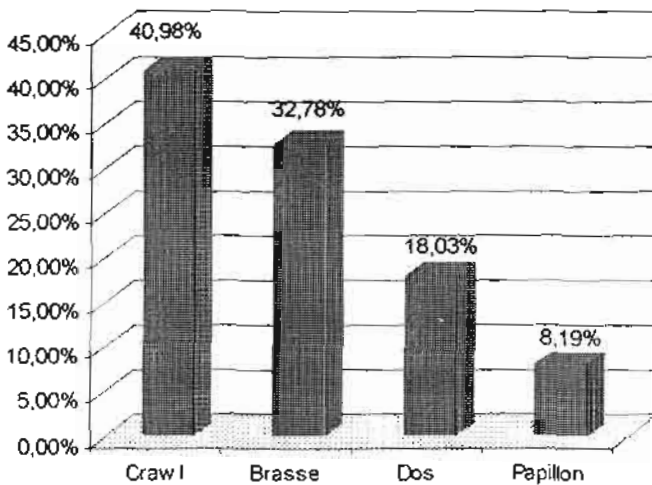


Figure 7 : Répartition des nageuses selon les techniques pratiquées

b) Interprétation

Les informations reçues dans cette question nous révèle que le crawl, nage la plus rapide et la plus « simple », est pratiquée par un pourcentage élevé de nos nageuses. Ceci est lié à quelques valeurs culturelles : les sénégalaises sont très jalouses de leur féminité. Elles évitent de pratiquer des nages qu'elles jugent pénibles ou participent au développement de la musculature en général et de l'épaule en particulier. Ceci pose le problème de la disparition à terme, dans le tableau des spécialités, de certaines techniques de nage comme le papillon ou le dos.

III-3-3-Quelles techniques n'aimez-vous pas pratiquer ?

a) Analyse :

L'histogramme nous montre que, 47,36% des filles interrogées n'aiment pas pratiquer le papillon ; 39,47% d'entre elles ne veulent pas pratiquer le dos. La brasse est pratiquée par 13,15% des filles interrogées. Quant au crawl, presque toutes les filles le pratiquent (0%).

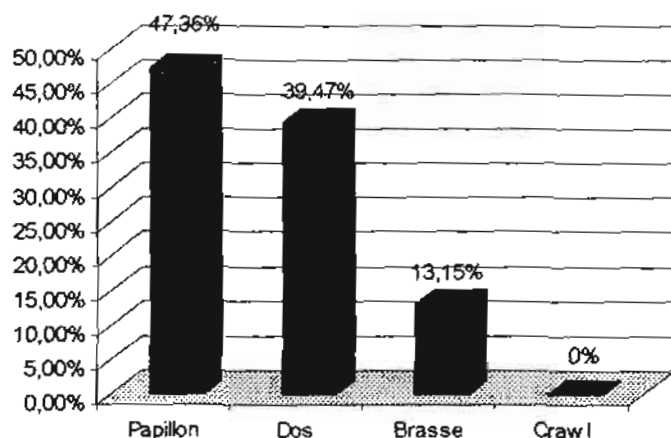


Figure 8 : Distribution des nageuses selon les techniques qu'elles n'aiment pas pratiquer

b) Interprétation :

Ces informations viennent appuyer celles de la question précédente. La majeure partie des filles ne veulent faire ni le papillon, ni le dos. Toujours en rapport aux contraintes culturelles ou sociales, elles veulent éviter une musculature développée et aiment la facilité. C'est une situation bien sûr qui entraîne le manque de performance constaté dans certaines techniques comme le papillon, où on peut déceler des potentialités car nous avons des filles qui le nagent bien mais qui ne veulent pas y exceller.

III- 3 - 4- Répartition des nageuses selon des informations relatives à des contraintes d'ordre socio-culturel

Questions	Résultats	Entraîneurs	
		EFF	%
J'aime m'entraîner :	- Avec les filles uniquement	20	57,14
	- Sans distinction de sexe	15	42,85
Total		35	100
J'aime les compétitions	- entre les filles uniquement	12	34,28
	- sans distinction de sexe	23	67,71
Total		35	100
Que pensez-vous des regards du public ?	- cela me dérange	4	11,42
	- ça ne me fait rien	20	57,14
	- je suis dérangée mais je nage	11	31,42
Total		35	100
Qu'est-ce qui vous pousse à pratiquer la natation ?	- devenir championne	27	77,14
	- le plaisir de nager	03	8,57
	- développer la santé	05	14,28
Total		35	100
Selon vous pourquoi les autres filles ne pratiquent pas la natation ?	- elles ne s'intéressent pas	15	34,88
	- elles se sentiront gênées	8	18,60
	- elles ne sont pas informés	9	20,93
	- les parents les empêchent	2	4,65
	- les entraînements sont pénibles	4	9,30
	- elles ne pourront pas associer l'école à la natation	5	11,62
Total		43	100

III-3-4. Répartition des nageuses selon d'autres informations relatives à des contraintes d'ordre socio culturel

1. Aimez-vous s'entraîner avec les filles uniquement ou sans distinction de sexe ?

La présentation des résultats dans le tableau nous montre que la majeure partie des nageuses aiment les entraînements mixtes. C'est à dire que la présence des nageurs ne leur dérange pas dans les séances d'entraînement. Le reste, 22,85 % des filles veulent quant à elles avoir des séances d'entraînement séparées aux hommes. Ce qui veut dire que la question de la séparation des sexes existe toujours dans le milieu de la natation.

2. Aimez-vous les compétitions entre filles uniquement ou sans distinction de sexe ?

Comme la question précédente, nos nageuses veulent partager les compétitions avec les garçons, dans la grande majorité. Mais toujours y en a qui réclament la séparation. Cette situation, comme nous l'avons dit, est liée à des valeurs religieuses ou socio culturelles, à une jalousie des filles de leur féminité.

3. Que pensez-vous du regard du public ?

57,14 % des filles interrogées ne sont pas dérangées par le public, 31,42 % se sentent dérangées mais nagent qu'en même. Le reste 11,42 % se sentent dérangées par le public. Cela nous permet de confirmer l'hypothèse selon la quelle, il y a toujours des nageuses qui sont dérangées par le public et le port de maillots de bain.

4. Selon vous pourquoi les autres filles ne veulent pas pratiquer la natation ?

La première grande moitié des filles interrogées pensent que les filles qui ne pratiquent pas, ne sont pas intéressées, ou ne sont pas informées. L'autre moitié pense que ces filles se sentiraient gênées ou ne peuvent pas associer l'école et la natation.

Quant au reste des filles interrogées, elles pensent que les entraînements sont pénibles, ou que les parents les empêchent. Il se pose donc des problèmes liés à tous ces facteurs que nous venons d'énumérer et qui méritent d'être apaisés par une bonne politique et une bonne prise en charge de la natation féminine.

5. Qu'est ce qui vous pousse à pratiquer la natation ?

La majeure partie des nageuses (77,14 %) pratiquent la natation pour devenir championne. Ce la doit montrer largement la volonté des filles, à l'égard des entraînements et des compétitions.

Cette situation doit être prise en compte par les dirigeants et les autorités administratives. L'engouement suscité par le sport moderne et les retombés économiques qui en découlent doivent convaincre les autorités politiques et les acteurs économiques à y investir.

III-3-5 Après l'entraînement le soir comment apprenez-vous vos leçons ?

a) Analyse

L'analyse de l'histogramme nous permet de dire que seules 34,28 % des nageuses interrogées apprennent facilement leurs leçons le soir. Le reste, soit 65,72 % apprennent difficilement les leçons ou dorment.

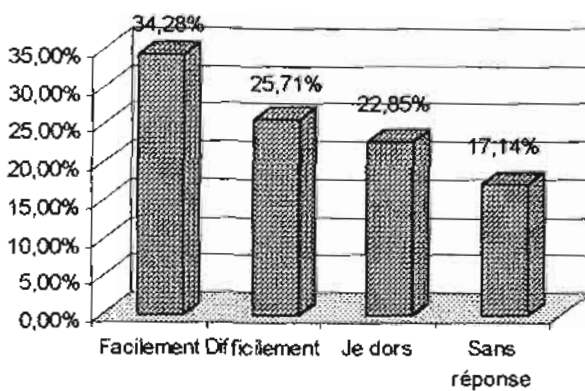


figure 9 : distribution des nageuses selon leur comportement après l'entraînement.

b) Interprétation

Cette situation nous permet d'appréhender un peu les problèmes que peuvent rencontrer nos nageuses après les entraînements, et qui peuvent aussi avoir des répercussions sur leurs résultats scolaires. C'est une situation qui explique ou qui confirme le cas passé. C'est à dire que, la fatigue après les séances d'entraînement, la compensation sur le plan alimentaire et la prise en charge de quelques travaux domestiques à la maison liée au contexte des filles sénégalaises, font que de nombreuses filles ne pratiquent pas la natation, ou sont même empêchées par leurs parents. Cette situation mérite la mise en place d'une organisation pour prendre en charge le volet sport et éducation au sein des clubs et des autres structures régionales et fédérale.

III-3-6 Êtes-vous encouragées par vos parents ?

a) Analyse

Sur la figure, on peut voir que la totalité des nageuses sont encouragées par leurs parents.

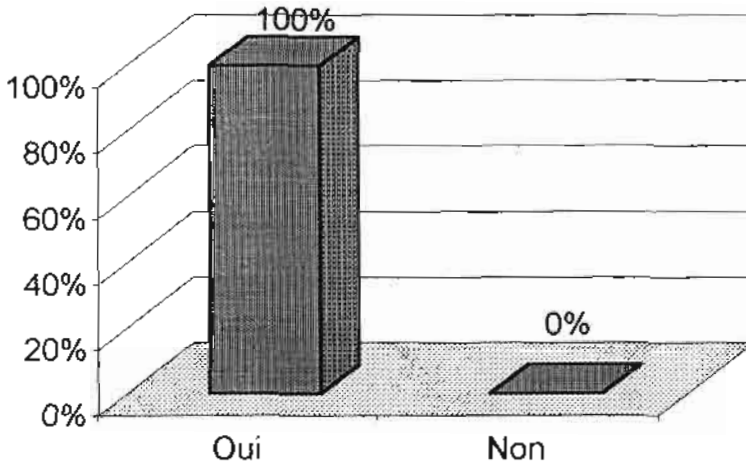


Figure 10 : Répartition des nageuses selon le comportement des parents

b) Interprétation

Ceci est à saluer et peut s'expliquer de plusieurs manières. C'est peut être lié à l'engouement populaire suscité par le phénomène sportif : les parents veulent que leurs filles deviennent championnes. Cela peut jouer sur le résultat des nageuses, tant au niveau scolaire qu'au niveau des performances sportives. Et un parent avertis proposera toujours à ses filles de pratiquer la natation, même si c'est par passe-temps, car les résultats seront toujours dans le bon compte.

III-4. Statut des entraîneurs

III-4-1 : profil selon le sexe

a) Analyse

Une lecture de l'histogramme nous permet de dire que la majeure partie ou la totalité (100 %) des dirigeants de clubs de natation que nous avons interrogés sont des hommes. Les femmes sont inexistantes.

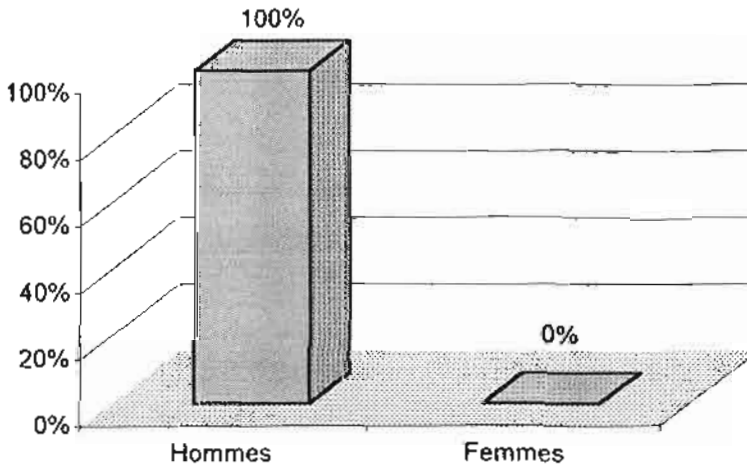


Figure 11 : distribution des entraîneurs selon le sexe.

b) Interprétation

Les clubs de natation manquent encore d'entraîneurs femmes, et ceci représente un handicap quant à la prise en charge des nageuses dans les clubs ou dans certaines compétitions internationales organisées dans les pays musulmans, où elles sont organisées en huis clos ,c'est à dire, ne sont pas accessibles aux hommes. Seules les femmes y sont conviées.

Les femmes ne sont pas non plus représentées dans les instances dirigeantes des structures régionales et même au niveau de la fédération, où elles sont reléguées au second plan.

III – 4 – 2 - Profil des entraîneurs selon l'âge

a) analyse :

L'observation de l'histogramme nous permet de dire que les entraîneurs que nous avons interrogés ont un âge compris entre 35 et 55 ans.

L'âge moyenne des entraîneurs est de 44 ans.

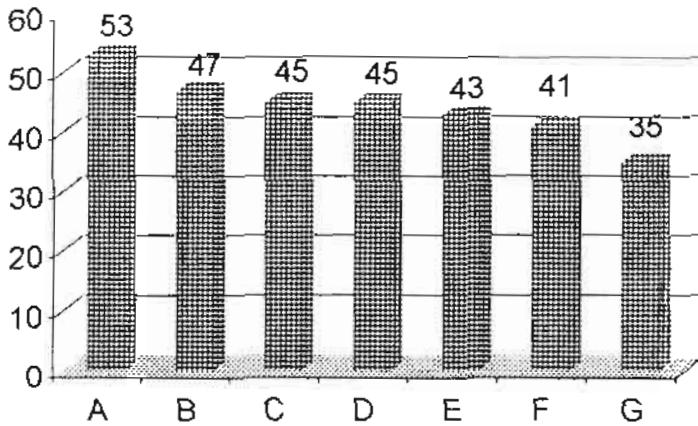


Figure 12 : répartition des entraîneurs selon leur âge

b) Interprétation

Le profil de l'âge des entraîneurs peut nous renseigner sur la situation ou les préoccupations sociales des intéressés. Généralement, à l'âge de 44 ans, le Sénégalais se marie et se préoccupe plus de travail rémunéré pour satisfaire ses besoins financiers, que de faire du bénévolat.

Dans les clubs de natation, nous savons que les entraîneurs ne sont pas payés, et doivent de ce fait avoir un autre travail professionnel. Cette situation peut se répercuter sur leur assiduité aux entraînements car l'entraîneur n'a pas une obligation qui le contraint d'être chaque jour à la Piscine ou à la mer pour assister les séances.

Dans ce cas les structures dirigeantes de l'Etat et de la Fédération doivent prendre des mesures pour la prise en charge des entraîneurs.

III - 4 - 3 - Situation matrimoniale des entraîneurs

a) Analyse :

l'histogramme nous montre bien que tous les entraîneurs que nous avons interrogés sont mariés. Et c'est un statut lourd pour un responsable de club qui n'est pas pris en charge par sa structure

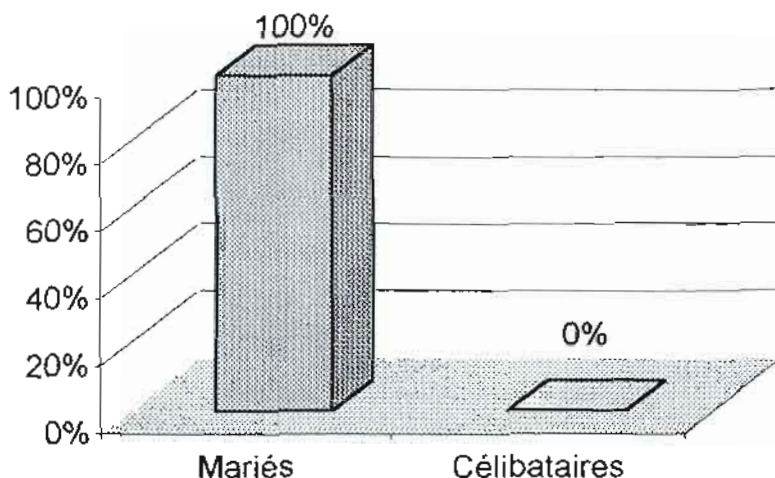


Figure 13 : Situation matrimoniale des entraîneurs

b) Interprétation :

Comme la question précédente, cette situation nous révèle un peu la préoccupation de l'entraîneur en tant que chef de famille, ses responsabilités à la maison et au club.

Nous pouvons aussi préjuger sa capacité de gestion de groupes, de gestion de petites-filles, sa capacité de communication qui peut représenter un avantage pour les nageuses si ces qualités sont bien utilisées.

III – 4 – 4 - Répartition des entraîneurs selon leur qualification en matière d'entraînement.

a) Analyse

Une simple lecture de l'histogramme nous permet de constater que la majeure partie des entraîneurs, interrogés sont diplômés en matière d'entraînement (71,42 %). Le reste représente ceux qui ont des expériences personnelles.

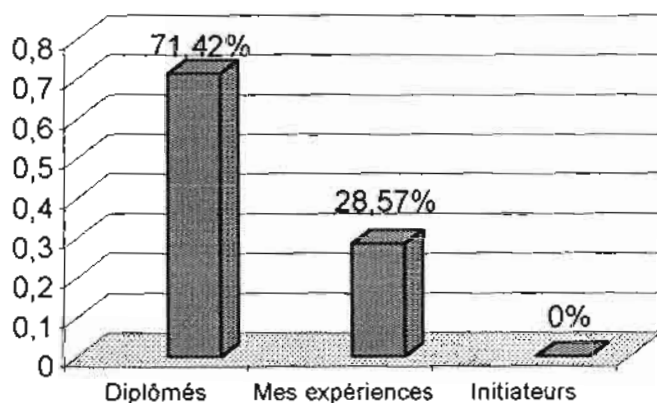


Figure 14 : Distribution des entraîneurs selon leur qualification

b) Interprétation

La majeure partie des entraîneurs nous révèlent être diplômés en matière d'entraînement sportif. Mais en réalité, nous savons que beaucoup d'entre eux sont des initiateurs, ou des bénévoles qui viennent offrir leur connaissance ou leur expérience en la matière.

La formation de l'entraîneur est très importante sur plusieurs plans : l'évolution fulgurante des sciences de l'entraînement sportif, des sciences de l'éducation qui contiennent des connaissances sur les séances biologiques sur la psychologie de l'éducation et de l'enfant, interpellent au plus haut niveau, le plus petit entraîneur de club. Ainsi il y va de la sécurité des athlètes et des nageuses sur le plan physique, psychologique psychique et même biologique.

Et il se pose actuellement un problème de planification des séances d'entraînement au sein des structures dirigeantes. Cette situation nécessite la mise en place de stratégies de formation des encadreurs.

III-5- Répartition des entraîneurs selon d'autres facteurs relatifs aux entraînements

Résultats		Populations		Entraîneurs
				Pourcentage
Quels sont vos lieux d'entraînement	- mer			57,14%
	- piscine			42,85%
Total				100%
Le matériel et les infrastructures sont-ils suffisants ?	- oui			0%
	- non			100%
Total				100%
Les séances sont-elles séparées par :	Catégorie ?	- oui		57,14%
		- non		42,85%
	Sexe ?	- oui		0%
		- non		100%
Total				100%
A quel âge aimeriez-vous commencer à entraîner les filles ?	- [3-5[42,85%
	- [5-10[42,85%
	- [10 et +			14,38%
Total				100%
Comment jugez-vous le niveau des filles ?	- bon			28,57%
	- moyen			57,14%
	- assez-bien			14,28%
Total				100%
Avez-vous des difficultés à entraîner les filles	Oui			42,85%
	Non			57,14%
Total				100%

III – 5 - Répartition des entraîneurs selon d'autres facteurs relatifs aux entraînements des nageuses

1. Quels sont vos lieux d'entraînement ?

La répartition des réponses entre la mer la piscine comme lieu d'entraînement nous donne : 57,14 % pour la mer et 42,85 % pour la piscine. Mais cette répartition donne toujours des disparités. A Dakar seuls les clubs de la BCEAO, du CND et le club Américain ont chacun une piscine pour leurs séances d'entraînement. Or Dakar compte 9 clubs. Donc les autres à savoir Gorée, Ngor, ASFA, Yoff, Duc et Jararaf se contentent de la mer pour effectuer leurs entraînements. La mer est un lieu naturel où les conditions climatiques rendent parfois difficiles voir impossibles les entraînements. C'est aussi un lieu où les parents n'ont pas le courage d'y envoyer leurs filles pour s'entraîner.

Ce qui est à remarquer aussi est que les entraîneurs ne font pas un travail hors de l'eau, c'est à dire à sec. Or le renforcement musculaire, la gymnastique, l'endurance aérobie par des « footing » représentent les bases de la condition physique.

2. Le matériel et les infrastructures sont-ils suffisants ?

La totalité des entraîneurs (100 %), nous révèlent que dans les clubs, le matériel manque beaucoup, les infrastructures inexistantes. En parlant d'infrastructures, on fait référence à une piscine au moins, qui est le lieu où doit normalement se dérouler les séances d'entraînement d'un club de natation. Chaque club doit au moins avoir une piscine, même si c'est privé et même si c'est pour 3 à 4 séances d'entraînement par semaine. Quant aux matériels d'entraînement, ils doivent exister même si le club n'a que la mer pour s'entraîner.

3. Les séances sont-elles séparées par catégorie, par sexe ?

Nous remarquons qu'il y'a certains entraîneurs qui préfèrent séparer les séances d'entraînement par catégorie (57,17 %). D'autres par contre ne connaissent pas la séparation. Dans certaines séances que nous avons assisté, on voit que des entraîneurs font répéter à tout le monde les même exercices prévus dans le calendrier du jour, et s'il y'a différence par rapport aux catégories, c'est au niveau du volume. Or nous savons que chaque âge est propice pour le développement spécifique d'une variable ou de quelques variables de la condition physique. C'est donc une situation à revoir.

La séparation selon le sexe n'existe pas dans les clubs. Pourtant on devrait y penser.

4. A quel âge aimeriez-vous commencer à entraîner les filles ?

L'âge idéal pour débiter les entraînements en vue d'une carrière en natation se situe entre 3 et 10 ans et les entraîneurs en sont conscients. Le malheur est qu'à cet âge peu sont les filles qui savent nager ou qui peuvent avoir une licence dans un club de natation. En plus, les parents qui ne sont pas avertis n'orienteront jamais leurs filles à cet âge, s'entraîner en piscine ou en mer, pour une carrière sportive.

5. Comment jugez-vous le niveau des filles ?

Le niveau est jugé moyen par la majeure partie des entraîneurs interrogés. Par contre des efforts restent à faire, car certains entraîneurs jugent le niveau assez bien ou insuffisant.

6. Avez-vous des difficultés à entraîner les filles ?

Presque la moitié des entraîneurs affirment ne pas avoir de difficultés à entraîner les filles, alors que l'autre moitié trouve des problèmes à ce niveau. Le problème est qu'il est toujours difficile d'encadrer des filles. Ces difficultés peuvent avoir plusieurs raisons. Les questions qui viennent vont nous éclairer sur la question.

III-6- Répartition des entraîneurs selon d'autres informations relatives aux nageuses

Résultats		Population	Entraîneurs
			Pourcentage
Comment recrutez-vous les filles ?	- elles viennent seules		55,55%
	- par les amis nageurs		44,44%
Total			100%
Toutes les filles licenciées participent-elles aux compétitions ?	- oui		71,42%
	- non		28,57%
Total			100%
Est-il plus facile d'entraîner les filles que les garçons ?	- oui		57,14%
	- non		42,85%
Total			100%
Que reprochez-vous aux filles en général ?	Elles sont paresseuses, elles retardent aux entraînements, elles ne veulent pas faire la musculation, elles ont des rivalités entre elles.		
A quel âge quittent-elles les compétitions ?	Souvent vers l'âge de 17-18-23 ans		
Où pensez-vous agir pour développer la natation féminine ?	- sur les parents		18,18%
	- sur le programme d'entraînement		13,63%
	- sur les infrastructures		31,81%
	- informer les filles qui ne pratiquent pas		13,63%
	- donner des primes de motivation		22,72%
Total			100%

III- 6 Répartition des entraîneurs selon d'autres informations relatives aux nageuses

1. Comment recrutez-vous les nageuses ?

La majeure partie des nageuses, soit 55,55 %, viennent toutes seules au niveau des clubs pour une licence, alors que les autres, soient 44,44 % viennent vers les clubs par l'intermédiaire d'amis nageurs. Ceci montre une fois de plus le manque de politique de recrutement constaté, pour augmenter l'effectif des nageuses au niveau des clubs. Il nous semble un peu paradoxal de voir des filles de 4 ou 7 ans venir seules vers les clubs pour intégrer le milieu de la natation. C'est certes une volonté de leur part. Mais aussi une politique de détection de formation et d'orientation, mise en place par la fédération et les ligues, aiderait beaucoup les dirigeants de clubs.

2. Toutes les filles licenciées participent-elles aux compétitions ?

L'essentielle des filles licenciées participent aux compétitions nationales organisées en piscines. Seules quelques filles nagent la traversée de Dakar Gorée, qui est une compétition en eau libre. Seule la compétition en piscine nous permet d'évaluer le niveau de nos nageuses pour faire des projections ou pour le comparer au niveau international. Et seules ces compétitions permettent aussi à l'entraîneur d'avoir de réels repères par rapport aux exigences, par rapport à ce qui est fait ou à ce qui se fera. C'est pourquoi, la fédération doit essayer de tout faire pour organiser beaucoup de compétitions en piscine. Une piscine de 50 m est meilleure car elle respecte au moins les normes internationales en ce qui concerne la distance.

3. Est-il plus facile d'entraîner les filles que les garçons ?

57,14% des entraîneurs que nous avons interrogés affirment que les filles sont plus faciles à entraîner que les garçons. Le reste affirme le contraire. Mais quoiqu'on dise, nous ne devons pas prendre à la légère la prise en charge des filles. En général, elles veulent se spécialiser toute seule sans l'avis de l'entraîneur. Dans la question suivante, des critiques seront faites aux nageuses de la part de leurs entraîneurs.

4. Que reprochez-vous aux nageuses ?

Selon certains de leurs entraîneurs, elles sont en général paresseuses aux entraînements, elles viennent souvent en retard, elles ne veulent pas faire la musculation, car développant les épaules disent-elles, elles ont parfois des rivalités entre elles...

Donc des situations qui méritent d'être gérées par un entraîneur qui au moins connaît la psychologie de l'éducation ou du développement pour pouvoir gérer certaines crises qui sont des fois passagères, mais qui peuvent paralyser une carrière sportive si elles sont mal gérées.

5. A quel âge quittent-elles la compétition ?

Nos filles ont l'habitude, selon leurs entraîneurs toujours, de quitter le milieu de la natation vers l'âge de 17 à 23 ans. C'est à dire que, à l'âge où le fruit des entraînements montre les qualités d'une championne, nos nageuses quittent la piscine. C'est une situation alarmante qui montre une fois de plus le manque de moyens et de politique appropriée pour bien suivre la carrière de nos nageuses. Les garçons au contraire continuent leur carrière jusqu'à même plus de 30 ans pour certains.

6. Où pensez-vous agir pour développer la natation féminine ?

La majeure partie des entraîneurs pensent qu'il faut agir sur les infrastructures et le matériel d'entraînement (31,81 %). La mer n'est pas le lieu favorable, surtout pour les filles. D'autres pensent agir sur les parents qui doivent orienter leurs filles, ou les donner une autorisation pour pratiquer la natation. On doit aussi, agir sur les programmes d'entraînement, sur l'information qui doit être véhiculée, et sur le fait de pouvoir donner des primes de motivation. Il y'a toujours des moyens pour résoudre un problème, mais il est souhaitable de régler un problème là où il est né «là où est né le problème, sera née la solution». C'est au niveau de la fédération, des ligues, des ministères chargés du sport des jeunes et des femmes, que doit sortir la solution.

7. Autres suggestions

Il faut informer les filles et leurs parents sur les bienfaits de la natation sur le plan physique, psychologique, psychique, psychomoteur et sur le plan moral : un rendement très bénéfique sur le plan près et post accouchement, qu'on ne doit pas négliger.

III -6-1 Ont-elles des difficultés par rapport à leurs tenues ?

a) Analyse

L'histogramme nous montre bien que la majeure partie des entraîneurs, soit 71,42 %, sont sensibles sur le fait que nos nageuses n'ont pas de difficultés par rapport aux maillots de bain. Toujours est-il qu'il y'en a qui sont encore dérangées.

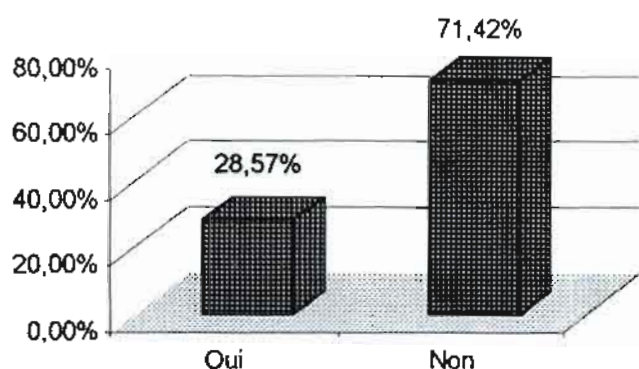


Figure 15 : Distribution des nageuses selon leur difficulté par rapport à la tenue d'entraînement.

b) Interprétation :

Cette situation confirme les autres questions que nous avons traité et qui sont relatives aux contraintes d'ordre socioculturel ou religieux. En réalité, le problème de la « nudité » existe toujours et c'est une situation qui pèse lourd sur le développement de la natation féminine au Sénégal. Peut être qu'un jour ce « complexe » sera vaincu.

III-6-2 ont-elles des problèmes par rapport aux cycles menstruels ?

a) Analyse :

57 % des entraîneurs affirment qu'elles ont des problèmes par rapport à leurs cycles menstruels, alors que le reste, 42,85%, affirment le contraire.

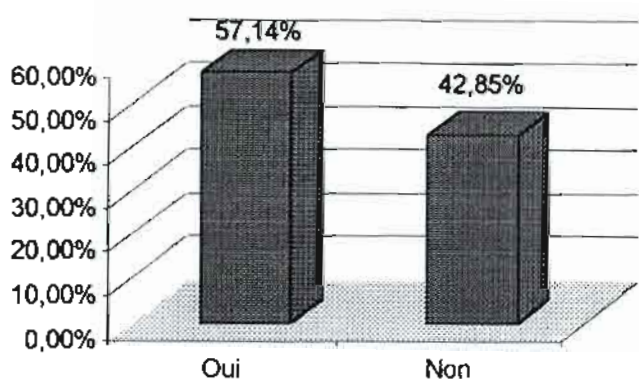


Figure 16 : répartition des entraîneurs selon la question : ont-elles des difficultés par rapport aux cycles menstruels ?

b) Interprétation

Nous savons que la période d'apparition des règles, appelée aussi période d'indisposition, est défavorable pour les entraînements. Beaucoup de filles préfèrent ne pas entrer dans l'eau pendant cette période, et même des médecins l'interdisent. C'est une contrainte pour la natation féminine, même si c'est minime. Sur ce fait, l'entraîneur doit avoir des repères pour bien planifier les entraînements et la préparation de certaines compétitions, en tenant compte du cycle menstruel des nageuses.

Discussion des résultats

Le retard accusé par nos nageuses sur le plan national et international est comme nous l'avons énoncé dans notre hypothèse de recherche, lié à des contraintes d'ordre économique, politique et socio-culturel même si cette dernière est négligeable.

Les recherches que nous avons mené ont permis de voir la prégnance d'un certain nombre de facteurs limitant la percée de la natation féminine sénégalaise.

Sur le plan socio-culturel, nous avons constaté qu'un pourcentage assez représentatif de nos nageuses ont toujours des problèmes liés au port du maillot de bain. Plus de 40 % des nageuses interrogées affirment être dérangées par le port de maillots de bain, mais nagent qu'en même. Cette dissonance traduit en effet un certain malaise éprouvé par nos athlètes. Selon les entraîneurs, cette situation est toujours retrouvée au sein des nageuses et représente un handicap rendant difficile les entraînements et même les compétitions. C'est aussi un problème qui peut expliquer le nombre réduit de filles dans les clubs de natation. Les 18 % des réponses reçus sur ce sujet affirment que les filles ne veulent pas pratiquer la natation sportive car elles se sentiraient gênées par la « nudité », et certaines nageuses réclament toujours des entraînements et des compétitions séparées (22,85 % et 34,28 %) comme ça se passe d'ailleurs dans les pays musulmans.

L'autre problème est lié au fait que nos nageuses ne veulent pas pratiquer certaines techniques de nage, comme le papillon, qui selon tout le monde, développent la musculature. Cette situation pose des problèmes qui se répercutent sur les résultats de nos nageuses. D'ailleurs il est arrivé un petit scandale dans une piscine lors de la préparation de l'équipe nationale pour les jeux africains de Johannesburg où une fille a refusé de faire le papillon prévu

dans son programme d'entraînement, simplement parce que dirait-elle « elle développe mes épaules et ma mère me déconseille de le faire pour garder ma féminité ».

Autrement dit, le manque de performances pourrait être justifié par le dédain que les filles éprouvent vis à vis du papillon, qui « disparaît du plateau des spécialités ».

Un autre problème est lié à la situation scolaire des nageuses. La presque totalité de nos nageuses sont en âge scolaire. Si le calendrier des entraînements correspond aux heures de cours, elles seront obligées de s'entraîner individuellement et peut être même à l'absence des entraîneurs. Ceci aussi peut constituer un facteur limitant la performance, car un athlète même s'il est capable d'autonomie, a besoin d'être assisté, soutenu, pour régler son encadrement d'où la présence de l'entraîneur.

Par ailleurs, d'autres contraintes influencent le non pratique de la natation féminine. Nous notons ainsi des contraintes liées à l'organisation des compétitions et des entraînements, les problèmes liés à la prise en charge des ligues et de la fédération par l'Etat.

Le problème lié au recrutement est une répercussion du manque de structures. Nous avons constaté que la majeure partie de nos nageuses ont appris à nager entre 4 et 8 ans mais ont resté au moins 5 ans avant d'intégrer un club de natation. C'est souvent elles qui viennent vers les clubs, ou sont guidées par leurs amis nageurs. C'est d'ailleurs ce qui fait la faiblesse dans la réalisation des objectifs de la fédération pour cette année. En 2001 elle avait pour objectif 1011 nageurs licenciés, et 1311 pour l'année 2002.

Quant aux performances sportives, elles sont toujours le résultat d'un entraînement approprié. Tous les entraîneurs que nous avons interrogés affirment être diplômés en matière d'entraînement, mais nous savons aussi qu'ils sont tous des bénévoles. A la lecture des interviews accordées par des responsables de la natation, les entraîneurs ne sont pas pris en charge. Ils exercent en tant que bénévoles. Ceci pose un sérieux problème de rigueur de suivi dans la réalisation des missions.

L'élément féminin est aussi en écart dans les instances dirigeantes de la fédération et même dans les clubs. 100 % des entraîneurs sont des hommes et cela pose un problème de prise en charge des filles dans certaines compétitions féminines.

Exemple, en Iran, l'encadreur des filles dans les championnats islamiques des femmes musulmanes était un homme. Et comme les compétitions sont en huis clos car exclusivement féminines, cet encadreur n'a pu accéder à la piscine pour suivre ses nageuses. Cela pose un problème qu'il faut revoir.

Sur le plan économique, le même problèmes se pose, il s'agit du manque de moyens.

Comme nous l'avons souligné dans les autres paragraphes, l'idéal c'est de s'entraîner en piscine si on veut avoir des performances probant surtout chez les filles. Le manque d'infrastructures n'est pas favorable pour une bonne politique de la natation féminine. Il existe toujours de nombreux clubs qui s'entraînent en mer, comme Gorée, et qui comptent beaucoup de nageuses.

Parmi les clubs qui ont une piscine, nous avons le C.N.D. , la BCEAO et l'Eticks, mais leur piscine ne répondent pas aux normes de la fédération internationale de natation amateur (F.I.N.A), qui réclame une piscine de 50m avec 8 couloirs. Mais on peut s'entraîner dans ces piscines comme on le fait d'ailleurs. C'est pour dire que l'émergence de la natation féminine est liée à l'existence de piscines.

L'autre problème est lié au manque de matériels d'entraînement dans les clubs. La totalité des dirigeants interrogés affirment que les moyens sont presque inexistants.



QUATRIEME PARTIE :
ENJEUX

Enjeux

Il reste beaucoup à faire pour la natation féminine sénégalaise, au plan organisationnel ou politique, au plan socioculturel ou religieux et surtout au plan économique, même si des évolutions ont été notées cette année avec l'événement d'une nouvelle équipe fédérale.

Sur le plan politique, développer la natation féminine c'est avoir une capacité d'organisation qui répond le mieux aux aspirations des filles, c'est à dire, mettre en place un dispositif de gestion de la carrière des nageuses, en temps donné.

La première chose à faire est d'augmenter d'abord l'effectif des nageuses sénégalaises pour avoir plus de chance de brasser largement des talents qui sont aussi l'effectif de base réclamé. Cette augmentation ne peut se faire que par des moyens stratégiques, théoriques et pratiques, tracés par la fédération sénégalaise de natation. Les moyens les plus proposés par les membres de la fédération sont d'organiser des journées de détection de nageuses, des journées d'orientation et d'information, mais aussi des journées de formation ou de brevet de natation pour femmes.

C'est vrai qu'on peut recueillir beaucoup de potentialités, des filles qui savent bien nager, et dès le bas âge même, au niveau de certaines plages comme celle de Ngor de Gorée, de Hann et même de Mboro. Ces journées de détection peuvent être largement soutenues par des plans d'orientation, qui consistent à chercher de bons clubs qui sont proches, et qui peuvent accueillir ces jeunes talents. Nous pensons aussi que cela peut être même l'œuvre des clubs, c'est à dire que chaque club pouvait avoir en son sein une structure

ou une personne chargée de recruter de petite fille pour bien les intégrer ensuite.

C'est à dire, il faut, après une courte formation sur des techniques de nage, organiser une journée de compétition pour la petite catégorie afin de leur octroyer un brevet mentionnant la distance et la spécialité. Ceci peut beaucoup aider la nageuse à avoir très tôt une orientation vers différentes techniques de base en natation. Ces brevets peuvent aussi concerner les filles qui veulent encadrer dans le milieu de la natation. C'est à dire, organiser des stages pour les anciennes nageuses pour qu'elles puissent intervenir dans les clubs comme entraîneurs ou initiatrices. Le manque d'encadreuses est déploré et nous pensons que ceci peut aider la natation féminine.

Toujours sur le plan politique, l'organisation et le contenu des entraînements, clés des performances, sont à chercher au niveau d'entraîneurs avertis. C'est à dire que nous ne pouvons pas prétendre avoir de bons résultats au niveau des filles, sans avoirs des entraîneurs capables de proposer un programme d'entraînement adéquat à chaque nageuse. Ce n'est plus un secret maintenant, dans le milieu sportif l'entraînement est à la base des performances sportives. C'est un facteur très essentiel que l'entraîneur doit obligatoirement maîtriser. C'est le seul moyen utilisé jusqu'à présent pour développer les capacités physiques qui constituent les conditions de performance athlétique du sportif: la vitesse, la coordination ou l'équilibre, l'endurance la force ...

L'entraînement répond à certaines règles sociales, biologiques, psychiques que l'entraîneur doit connaître.

Sur le plan biologique et en ce qui concerne la natation féminine, il est très important pour l'entraîneur de savoir les prédispositions naturelles de la femme.

La femme a une puissance musculaire inférieure à celle de l'homme ce qui lui permet de pouvoir mieux augmenter sa puissance. « Le rapport poids du muscle /poids total est de 25 % chez la femme et de 35 % chez l'homme. Sa capacité vitale respiratoire, sa masse sanguine (nombre de globules rouges) sont inférieures à celles de l'homme. Le pouls est plus rapide. Mais elle a une capacité d'adaptation cardiovasculaire et respiratoire très bonnes, et une bonne flottabilité qui est la résultante d'une masse adipeuse supérieure à celle de l'homme ».¹²

Ceci représente des éléments que l'entraîneur qui prend en charge des filles à sa disposition, doit savoir au départ avant d'imposer un programme d'entraînement. Ce sont des facteurs qu'on doit très tôt prendre en considération, avant la puberté même. Des études ont montré que ce sont des nageuses de plus en plus jeunes qui battent les records mondiaux au cours de ces dernières années. L'explication donnée montre que, c'est le fait que les filles atteignent leur puissance aérobie maximale dès l'âge de 13 à 14 ans. Donc c'est au cours de la puberté que l'entraînement est le plus efficace. Aussi les adolescentes peuvent présenter une très grande efficacité. « On a montré que, pour la brasse nagée à une vitesse donnée, les femmes présentent une consommation d'oxygène plus basse que les hommes, donc leur rendement mécanique est meilleur. Ceci est

¹² Natation, sport complet, Michel Leglise .p303

peut être dû au fait que les femmes qui ont une teneur en graisse plus élevée que celle des hommes, présentent un poids spécifique plus faible, qui peut réduire la part de l'énergie qu'elles sont obligées de dépenser pour rester sur la surface de l'eau ». ¹³ Donc dans une séance d'entraînement ou dans une distance parcourue, ce qui peut épuiser un garçon, n'épuise pas obligatoirement une fille et que des filles peuvent avoir une charge d'entraînement égale à celle des hommes.

Rappelons par ailleurs que la charge d'entraînement, menant à l'amélioration de la performance de l'athlète doit répondre à certaines exigences qui sont parfois spécifiques ou individuelles à la nageuse. Ceci renvoie à un besoin d'individualisation de l'entraînement et de la spécialisation de l'athlète. Par rapport aux prédispositions de la nageuse, sur le plan physique et technique, (détecté au cours des journées de détection par exemple) c'est à dire, être capable d'imposer à la nageuse un entraînement individuel qui répond le mieux à ses exigences personnelles, plutôt que de faire répéter à toutes les nageuses les exercices du jour prévus dans le calendrier d'entraînement.

Nous proposons aux entraîneurs de faire un effort d'établir des programmes d'entraînement par cycles, et au moins par catégories, et de faire doter aux nageuses des fiches individuelles, repères indispensables pour l'entraînement. Cette fiche peut contenir toutes les informations dont l'entraîneur aura besoin de contrôler, pour augmenter, diminuer ou stabiliser la charge.

C'est d'ailleurs la méthode qu'utilisait l'entraîneur Australien Harry Gallagher sur la nageuse Dawn fraser qui domina le 100m nage libre dames de 1956 à 1964. A chaque fois qu'une demande est faite auprès de lui pour

¹³ Astrand. K. Rodahl Précis de physiologie de l'exercices musculaire, p226

avoir le programme d'entraînement de Dawn, il répondait : « à quoi cela vous servira-t-il ? Le programme d'entraînement de Dawn, est spécifique pour elle et n'est valable que pour elle seule ». C'est pour dire qu'au sein d'un même groupe de nageuses de même catégorie et de même spécialité, les programmes peuvent changer en fonction de l'athlète.

Et par rapport à la durée de l'entraînement aussi, l'entraîneur doit savoir doser la charge pour éviter le surentraînement, la saturation ou le surmenage, et pour éviter aussi de poser des charges inefficaces.

Sur le plan des compétitions, nous proposons à la fédération d'organiser des matches ou des tournois où les filles sont prioritaires et où les primes de motivation seront octroyées aux vainqueurs. C'est une manière de relancer la natation féminine.

Sur le plan économique, la question sera toujours complexe, car dans tous les secteurs, dans tous les domaines sportifs on note des défaillances. Mais sans le minimum requis il est aléatoire d'avoir des résultats satisfaisants.

Nous vivons certes dans un pays sous développé, où l'Etat cherche à subvenir aux besoins de premières nécessités : la santé, l'agriculture, la sécurité, l'alimentation, l'Education le chômage etc. Mais on ne peut pas parler de natation sans piscine (surtout de natation féminine). L'Etat, ou les instances dirigeantes doivent en rapport avec les municipalités, essayer d'implanter des piscines de 25 m, au moins dans chaque capitale régionale.

Le projet peut être à long terme mais il faut une volonté politique pour favoriser l'éclosion des talents : le football est un exemple édifiant.

L'implantation de piscines est surtout importante pour une émergence de la natation féminine. Nous savons qu'en dehors de la piscine, la mer est le seul lieu d'entraînement qui reste avec tous les dangers et les contraintes

naturelles qu'elle nous réserve : les parents refuseront toujours d'autoriser leurs filles à s'y entraîner.

L'Etat doit aussi donner à la fédération et aux ligues les moyens de travailler. Nous constatons que tous les entraîneurs sont des chefs de famille qui ont tous des charges à la maison. Partant, l'Etat doit donner des primes de motivation pour les encourager.

Dans les clubs, les moyens n'existent pas, surtout le matériel d'entraînement même si c'est en mer. Il faut au moins faire le minimum.

Par rapport aux contraintes socioculturelles, la question est aussi complexe. Des avancées peuvent se faire. En ce qui concerne le port de maillots de bain, les filles commencent à s'y adopter, car même à la plage, nombreuses sont des filles qui portent des deux pièces et se baignent à l'aise avec leurs amis. D'autres par contre persistent. Mais en ce qui concerne les nageuses, qui n'ont pratiquement pas de problèmes à ce point, il est nécessaire que les dirigeants de clubs fassent un effort.



CONCLUSION

CONCLUSION

Le retard accusé sur le développement de la natation féminine au Sénégal est lié à des contraintes qui sont de plusieurs ordres : le cadre environnemental, le lieu d'évolution des nageuses elles mêmes, les structures organisationnelles et administratives etc

Ma modeste contribution en tant qu'optionnaire soucieux d'un développement intégré de la natation, consiste à mettre en place un plan de développement stratégique pour propulser la natation sénégalaise vers le sommet.

A ce propos, nous avons voulu dans cette étude, dégager les différentes résistances ou contraintes qui retardent l'évolution de la natation féminine dans notre pays, et de proposer des solutions à ses problèmes.

C'est ainsi que des questionnaires ont été administrés aux nageuses et aux dirigeants des clubs de natation féminine.

Les informations recueillies à partir des questionnaires des recherches documentaires et des interviews que nous avons fait, confirment notre hypothèse de départ. En effet, la natation féminine sénégalaise est largement en retard, même si des améliorations ont été notées. Ce retard est lié à des contraintes déjà énumérées. A la différence des nageurs, nos nageuses sont plus sensibles à ces problèmes.

Pour un développement harmonieux de la natation féminine, les membres de la fédération en association avec la direction technique, ont surtout opté pour une politique de détection et d'orientation. Une telle démarche opérée au niveau des jeunes filles dès le bas âge, et suivie jusqu'à l'âge de 18 ans peut donner des résultats probants.

La réalisation du plan de développement stratégique nécessite au premier abord des moyens financiers, logistiques et matériels. De nos jours, ces moyens constituent des enjeux de taille au regard des difficultés économiques certaines, que réclament nos pays en voie de développement. Mais à la lecture de l'émergence de notre pays sur le plan international, favorisé et accéléré par les résultats des lions du football, il est possible de mettre à jour de nouveaux types de rapport entre l'Etat, les structures délégataires de pouvoir, d'exploiter les circonstances favorables qu'offrent la décentralisation et la coopération internationale, de même que le mouvement du parrainage qui a fait irruption de manière fulgurante à l'occasion du mondial. Pour en fait, qu'il y'ait une prise en charge plus équitable et une répartition plus judicieuse des différentes ressources.

BIBLIOGRAPHIE

Astrand.R.O., Rodahl k., *Précis de physiologie de l'exercice musculaire*, Massons , Paris 1973

Libourelle C., Murr P., *la natation*, édition le livre poche, 1974

Léglise M., *natation : sport complet*, éditions médicales et universitaires, Paris, 1976

Menaud M. et Zins, *natation sportive*, édition amphora, paris, 1973,

Oppenheim F., *histoire de la natation mondiale et française*, édition chiron, Paris, 1977

Sarr I., *l'étude de l'endurance des variable de la flottabilité sur les performances des nageurs sénégalais*, Mémoire de maîtrise es STAPS, INSEPS ? 1993-1994

TERRET. T., *naissance et diffusion de la natation sportive*, édition l'harmattant, 1994

Thomas R., Vallet J., *la natation*, que sais-je ? Paris, 1980

« Le soleil » *le Lido freine t-il le développement de la natation ?*
Dakar, le 19 septembre 1974

« Le soleil » *plus de 100 nageurs à la journée d'ouverture de la saison 1972-1973*, Dakar, le 13 juin 1972

« Scoop » *La sirène du sahel*, Dakar lundi 23 juillet 2001.

A decorative scroll-like frame with a vertical bar on the left and rounded corners on the right. The word ANNEXES is centered within the frame.

ANNEXES

Ce questionnaire a été élaboré pour le besoin de la rédaction d'un mémoire de Maîtrise ès Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives sur le thème *LA NATATION FEMININE SENEGALAISE : HISTORIQUE - RESISTANCES - ENJEUX*. Il est destiné aux nageuses sénégalaises. Votre collaboration nous sera très utile. Merci d'avance.

1. Nom:
2. Prénom:
3. Lieu d'habitation:.....
4. Niveau d'études:
 Primaire; Moyen; Secondaire; Supérieure; Analphabète
5. Club:
6. Catégorie:
7. A quel âge avez vous appris à nager ?
8. Date de la première licence dans votre club ?.....
9. Quelle (s) technique (s) de nage pratiquez-vous?
 Brasse; Crawl; Dos; Papillon
10. Quelle (s) technique (s) n'aimez-vous pas pratiquez?
 Brasse; Crawl; Dos; Papillon
11. Dans quelles épreuves avez-vous l'habitude de nager (spécialité et distance ?
 •
 •
 •
12. Lieux d'entraînement:
 Piscine; Mer; Fleuve; Autres:
13. Jours et heures d'entraînement (cocher dans la case et mettre l'heure en bas)

JOURS	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
HEURES							

12. Etes-vous gênées par le port des maillots de bain?

- oui non

13. J'aime m'entraîner:

- avec les filles uniquement sans distinction de sexe

14. J'aime les compétitions:

- entre filles uniquement sans distinction de sexe (mixte)

15. Que pensez-vous des regards du public?

- cela me dérange
 cela ne me fait rien
 je suis dérangée mais je nage

16. Avez vous déjà reçu des critiques du public tant que nageuse ?

- Oui Non

Si Oui qu'est-ce qu'il vous reproche

-
-
-

17. Qu'est ce qui vous pousse à pratiquer la natation sportive?

- devenir championne le plaisir de nager
 passe-temps développer ma santé

18. Etes-vous encouragées par vos parents?

- oui non

19. Après l'entraînement le soir apprenez vous les leçons :

- Facilement Difficilement Je dors

20. Selon vous, pourquoi les autres filles ne veulent pas pratiquer la natation?

- Elles ne s'intéressent pas
 Elles se sentiraient gênées par le port du maillot
 Elles ne sont pas informées
 Les parents les empêchent
 Les entraînements sont peut-être pénibles pour elles
 Elles ne peuvent pas associer l'école et la natation

Ce guide d'entretien confectionné pour les anciens et le nouveau Président de la Fédération Sénégalaise de natation et de sauvetage (F.S.N.S) entre dans le cadre de la rédaction d'un mémoire de maîtrise es Sciences et Techniques des activités Physiques et Sportives sur le thème : **LA NATATION FEMININE SENEGALAISE : HISTORIQUE - RESISTANCES - ENJEUX**. Votre collaboration nous sera très utile.

Aperçu historique :

- 1.) A partir de quelle année pouvons-nous parler de natation féminine au Sénégal? Est-il Possible de parler de date ?
- 2.) Dans quel contexte s'était émergée cette natation Féminine ?
- 3.) Quelles étaient les régions concernées ?
- 4.) Est ce que les lieux d'entraînement étaient accessibles aux filles ?

Niveau :

- 1.) Quelle était sa place au niveau Africain ? mondiale ?
- 2.) Y' a t - il évolution par rapport
 - aux effectifs ?
 - aux performances ? (niveau national et international)
 - à l'organisation et au contenu des entraînement ?
 - à la perception de la fille qui nage.
- 3.) Donc comment cette natation féminine se comporte aujourd'hui ?

Problèmes :

- 1.) comment jugez-vous actuellement la performance des nageuses ?
- 2.) Qu'est ce qui, selon vous, bloquent l'évolution de cette natation ?
- 3.) Comment expliquez-vous la différence entre le nombre des nageurs et celui des nageuses ?
- 4.) Y 'a-t-il toujours des obstacles à l'évolution de la natation Féminine ? (sur le plan économique religieux et politique)
- 5.) Les quels ?

Perspectives :

Quelles sont selon vous les mesures ou les décisions à prendre pour un développement harmonieux de la natation Féminine Sénégalaise ?

Ce questionnaire a été élaboré pour le besoin de la rédaction d'un mémoire de Maîtrise ès Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives sur le thème *LA NATATION FEMININE SENEGALAISE: HISTORIQUE - RESISTANCES - ENJEUX*. Il est destiné aux entraîneurs de clubs de natation. Votre collaboration nous sera très utile. Merci d'avance.

1. **Nom:**

2. **Prénom:**

3. **Sexe:** Homme Femme

4. **Age:**ans

5. **Lieu d'habitation:**

6. **Situation matrimoniale:**

Marié (e) Célibataire Divorcé (e)

7. **Niveau d'études:**

Primaire Moyen Secondaire Supérieur

Autres:

8. **Qualification:**

Expériences professionnelles

Initiateur

Entraîneur diplômé

9. **Club:**

10.

11. **Lieu d'entraînement:**

Mer Piscine A sec Autres:.....

12. **Est-ce que le matériel et les infrastructures sont suffisants dans le club?**

Oui

Non

13. **Quelle part du budget du club consacrez-vous aux filles?**

Pas de répartition 1/2 1/4 1/3 3/4

14. Combien de licenciés comptent votre club?

Garçons: filles:

15. Répartition par catégories (garçons et filles):

Poussins	<table border="1"><tr><td>G</td><td></td></tr><tr><td>F</td><td></td></tr></table>	G		F		Benjamins	<table border="1"><tr><td>G</td><td></td></tr><tr><td>F</td><td></td></tr></table>	G		F		Juniors	<table border="1"><tr><td>G</td><td></td></tr><tr><td>F</td><td></td></tr></table>	G		F	
G																	
F																	
G																	
F																	
G																	
F																	
Minimes	<table border="1"><tr><td>G</td><td></td></tr><tr><td>F</td><td></td></tr></table>	G		F		Cadets	<table border="1"><tr><td>G</td><td></td></tr><tr><td>F</td><td></td></tr></table>	G		F		Seniors	<table border="1"><tr><td>G</td><td></td></tr><tr><td>F</td><td></td></tr></table>	G		F	
G																	
F																	
G																	
F																	
G																	
F																	

16. Les séances sont-elles séparées par:

Catégories ? Oui Non
Sexe ? Oui Non

17. Quels sont les jours et les heures d'entraînement des filles?

JOURS	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
HEURES							

17. Comment recrutez-vous les filles?

- elles viennent seules
- elles sont recommandées par leurs parents
- par les amis nageurs

18 Toutes les filles licenciées participent-elles aux compétitions?

Oui Non

19. Quel est le pourcentage de filles licenciées qui participent aux compétitions?

1/4 1/2 3/4 100%

20. Avez-vous des difficultés à entraîner les filles?

Oui Non

Précisez :
.....

21.Ont-elles des difficultés par rapport à leur tenue?

- Oui Non

22.Posent-elles des problèmes par rapport à leur cycle menstruel?

- Oui Non

23.Est-il plus facile d'entraîner des filles que des garçons?

- Oui Non

24.Que reprochez-vous aux filles en général?

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

25.A quel âge aimeriez-vous commencer à entraîner des filles?

- entre 3 et 5 ans entre 5 et 10 ans
 entre 10 et 15 ans entre 15 et 20ans

26.A quel âge quittent-elles la compétition ?

Vers l'âge de.....ans

27.Comment jugez-vous le niveau des filles?

- bon assez bon
 moyen médiocre

28.Où pensez-vous agir pour développer la natation féminine?

- sur les parents
 sur le programme d'entraînement
 informer les filles qui ne pratiquent pas
 leur donner des primes de motivation
 agir sur les infrastructures
(cochez autant de cases possibles)

29.Autres suggestions:

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



Tableau récapitulatif des licenciés par région

REGIONS	NBR DE CLUBS	POUSSINS		BENJAMINS		MINIMES		CADETS		JUNIORS		SENIORS		TOTAL		TOTAL
		H	D	H	D	H	D	H	D	H	D	H	D			
Dakar	9	19	9	28	18	21	16	21	9	14	11	47	7	150	70	220
Kaolack	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	3	3	4	7
Kolda	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Thiès	1	3	2	4	7	5	9	5	7	5	0	11	3	33	28	61
St Louis	3	0	0	2	1	0	1	2	0	0	0	5	0	9	2	11
	Individuel															117
TOTAL	14	23	11	34	26	26	26	29	16	20	12	63	13	195	104	416

Tableau récapitulatif des licenciés par club

Numéro		POUSSINS		BENJAMINS		MINIMES		CADETS		JUNIORS		SENIORS		TOTAL		TOTAL
		H	D	H	D	H	D	H	D	H	D	H	D			
1	DAKAR	19	9	28	18	21	16	21	9	14	11	47	7	150	70	220
101	ASFA											15		15	0	15
102	BCEAO	3	1	7	6	5	4	6	2	5		11		37	13	50
103	CLUB AM	2	1		3		2	1			2			3	8	11
104	CND	6	5	7	6	6	5	5	3	6	6	9		39	25	64
105	DUC		1			1		2	1	1		7	1	11	3	14
106	Jarraf				1		2	4		1	3		2	5	8	13
107	NGOR	7	1	8	2	9	3	3	3	1		5	4	33	13	46
108	USG	1	2	6	2	5	4	4	2	5		9		25	13	38
109	YOFF			2		5	1	3		1		4		15	1	16
2	KAOLACK	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	3	0	5	2	7
201	SANGOMAR	1					1		1	1		3		5	2	7
3	THIES	3	2	4	7	5	9	5	7	5	0	11	3	33	28	61
301	ETICS	3	2	4	7	5	9	5	7	5		11	3	33	28	61
4	ST LOUIS	0	0	2	1	0	1	2	0	0	0	5	0	9	2	11
401	COSMOS											3		3	0	
402	ERGNM			2	1		1	2				2		6	2	
403	TEROUBI													0	0	