

Journal Homepage: www.journalijar.com

INTERNATIONAL JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH (IJAR)

Article DOI:10.21474/IJAR01/23837
DOI URL: <http://dx.doi.org/10.21474/IJAR01/23837>



RESEARCH ARTICLE

SPORTIVISATION ET CURRICULUM DANS L'ENSEIGNEMENT DU JUDO AU SENEGAL : ETUDE DE CAS DE LA LIGUE DE SAINT-LOUIS

Cheikh Sadibou Ndiaye, Assane Diakhate and Ismael El Moutar

1. Crefs Centre De Recherche En Éducation, Formation Et Sport-Ufr Sefs- Ugb.

Manuscript Info

Manuscript History

Received: 12 May 2026

Final Accepted: 14 June 2026

Published: July 2026

Key words:-

judo, programme d'enseignement,
curriculum sportif, kata, didactique des
sports de combat, Sénégal.

Abstract

Le judo, discipline martiale fondée par Jigoro Kano à la fin du XIX^e siècle, repose sur un système pédagogique associant techniques de combat, formes codifiées (kata) et valeurs éducatives. Toutefois, son évolution dans de nombreux pays a entraîné une transformation des pratiques d'enseignement, marquée par une sportivisation croissante et une importance accrue accordée à la compétition. Cette étude analyse les programmes et les contenus d'enseignement du judo au Sénégal, en particulier dans la ligue régionale de Saint-Louis, afin d'identifier les caractéristiques du curriculum réellement appliqué dans les clubs. La recherche repose sur une approche méthodologique mixte combinant questionnaires, entretiens semi-directifs et analyse documentaire. Les résultats mettent en évidence l'absence d'un programme national structuré, une forte orientation vers les pratiques compétitives et une marginalisation relative des katas dans l'enseignement. Ces constats révèlent une hétérogénéité des pratiques pédagogiques entre les clubs. L'étude souligne ainsi la nécessité d'élaborer un curriculum national permettant d'harmoniser les contenus d'enseignement, de renforcer la formation technique et de préserver les dimensions éducatives du judo au Sénégal.

"© 2026 by the Author(s). Published by IJAR under CC BY 4.0. Unrestricted use allowed with credit to the author."

Introduction:-

Depuis sa création au Japon en 1882 par Jigoro Kano, le judo s'est progressivement imposé comme l'un des arts martiaux les plus diffusés dans le monde. Conçu à l'origine comme une méthode d'éducation physique et morale, il repose sur une approche pédagogique visant le développement harmonieux du pratiquant à travers l'apprentissage technique, la discipline personnelle et le respect d'autrui. Selon Kano (1986), le judo ne constitue pas seulement une pratique de combat mais également un système éducatif visant l'amélioration physique, intellectuelle et morale des individus. Les principes fondamentaux formulés par Kano, notamment SeiryokuZenyo (meilleure utilisation de l'énergie) et JitaKyoei (entraide et prospérité mutuelle), constituent ainsi le socle philosophique de la discipline et orientent la pratique vers une finalité éducative et sociale. Au fil du temps, l'internationalisation du judo et son intégration dans le système sportif moderne ont profondément modifié les pratiques associées à cette discipline. L'entrée du judo au programme des Jeux olympiques en 1964 a notamment contribué à renforcer sa dimension compétitive et à accélérer sa diffusion à l'échelle mondiale (Brousse & Matsumoto, 1999). Ce processus de sportivisation s'est traduit par une importance croissante accordée aux performances en compétition et par une

Corresponding Author:- Cheikh Sadibou Ndiaye

Address:- Crefs Centre De Recherche En Éducation, Formation Et Sport-Ufr Sefs- Ugb.

adaptation progressive des contenus d'enseignement aux exigences du combat sportif (Villamón, Brown, Espartero, & Gutiérrez, 2004).

Dans de nombreux pays, cette évolution a conduit à une transformation du curriculum d'enseignement du judo. Les contenus pédagogiques tendent parfois à privilégier les techniques directement utiles en compétition, au détriment d'autres dimensions fondamentales de la discipline, telles que les katas ou l'apprentissage progressif des principes techniques. Plusieurs auteurs soulignent que cette orientation peut conduire à une réduction de la diversité technique du judo et à une modification de ses objectifs éducatifs initiaux (Franchini & Del Vecchio, 2007 ; Light, 2014). Cette situation soulève ainsi des interrogations sur l'équilibre entre la dimension éducative du judo et sa dimension sportive.

Au Sénégal, le judo occupe une place importante dans le paysage sportif national. Introduite dans les années 1960, la discipline s'est progressivement développée grâce à l'action de la Fédération Sénégalaise de Judo et Disciplines Associées (FSJDA) et à l'implantation de nombreux clubs à travers le pays. Au cours des dernières décennies, plusieurs judokas sénégalais se sont illustrés sur la scène africaine et internationale, contribuant à renforcer la visibilité de la discipline et à favoriser son développement.

Malgré ces avancées, plusieurs difficultés structurelles persistent dans l'organisation et le développement du judo sénégalais. Parmi celles-ci figurent notamment l'absence d'un programme national d'enseignement clairement défini, la diversité des pratiques pédagogiques entre les clubs et la place relativement marginale accordée à certaines composantes fondamentales du judo, en particulier les katas. Ces constats rejoignent les observations formulées dans plusieurs études consacrées à l'enseignement des arts martiaux, qui soulignent l'importance de structurer les programmes pédagogiques afin d'assurer une progression cohérente des apprentissages (Côté, Baker, & Abernethy, 2007).

L'analyse des contenus d'enseignement constitue donc un enjeu important pour comprendre les dynamiques de développement de la discipline. Dans le champ des sciences du sport, la notion de curriculum renvoie à l'ensemble des connaissances, compétences et pratiques qui sont transmises aux pratiquants dans le cadre des processus d'enseignement et d'apprentissage (Kirk, 2010). Elle implique également une réflexion sur les objectifs éducatifs poursuivis par les institutions sportives et sur les modalités de structuration des programmes d'entraînement.

Dans ce contexte, la présente étude vise à analyser les programmes et les contenus d'enseignement du judo au Sénégal à partir d'une étude de cas portant sur la ligue de Saint-Louis. Cette région constitue un terrain particulièrement pertinent pour observer les pratiques pédagogiques en vigueur dans les clubs et pour identifier les enjeux liés à l'organisation de l'enseignement du judo.

Plus précisément, cette recherche poursuit trois objectifs principaux:-

1. analyser les contenus techniques et pédagogiques actuellement enseignés dans les clubs de judo ;
2. identifier les modalités d'organisation des programmes d'enseignement et leur articulation avec les passages de grade ;
3. proposer des pistes de réflexion pour l'élaboration d'un programme national d'enseignement du judo adapté au contexte sénégalais.

La question de recherche qui guide cette étude peut être formulée de la manière suivante :

Comment les programmes et contenus d'enseignement du judo sont-ils structurés au Sénégal et quelles perspectives peuvent être envisagées pour leur harmonisation?:-

Pour répondre à cette question, l'article s'appuie sur une analyse croisée des données empiriques recueillies sur le terrain et des travaux existants dans le domaine de la didactique des sports de combat. L'objectif est de mettre en lumière les logiques qui structurent l'enseignement du judo dans le contexte sénégalais et d'identifier les leviers susceptibles de favoriser une évolution des pratiques pédagogiques. L'article est organisé en cinq sections principales. Après cette introduction, la deuxième section présente le cadre théorique et la revue de littérature consacrée aux programmes d'enseignement en judo et aux processus de sportivisation des arts martiaux. La troisième section décrit la méthodologie de la recherche. La quatrième section expose les résultats de l'étude, tandis que la cinquième section propose une discussion approfondie des résultats et des perspectives pour le développement du judo au Sénégal.

Cadre théorique et revue de littérature:-**Le judo comme système éducatif:-**

À l'origine, le judo a été conçu par Jigoro Kano comme un système éducatif complet visant à développer les dimensions physiques, intellectuelles et morales des pratiquants. Contrairement aux formes traditionnelles de jujitsu dont il s'inspire, Kano a cherché à transformer les techniques de combat en un outil pédagogique adapté à l'éducation moderne. Selon Kano (1986), le judo doit être compris non seulement comme une discipline martiale mais également comme un moyen d'éducation visant à former des individus équilibrés, capables d'utiliser leurs capacités physiques et intellectuelles au service de la société.

Dans cette perspective, l'apprentissage du judo repose sur une progression structurée permettant au pratiquant d'acquérir progressivement les compétences nécessaires à la maîtrise de la discipline. Cette progression est organisée autour du système de grades (kyu-dan), qui constitue à la fois un outil d'évaluation et un moyen de motivation pour les judokas (Brousse & Matsumoto, 1999). Le système de grades permet ainsi d'ordonner la progression technique des pratiquants tout en favorisant leur engagement à long terme dans la discipline.

Les contenus d'enseignement du judo se répartissent traditionnellement en plusieurs catégories techniques:-

- ✓ Nage-waza : techniques de projection
- ✓ Katame-waza : techniques de contrôle au sol
- ✓ Atemi-waza : techniques de frappe (peu utilisées dans la pratique sportive)
- ✓ Kata : formes codifiées illustrant les principes fondamentaux du judo.

Les katas occupent une place particulière dans ce système pédagogique. Ils constituent des exercices techniques conventionnels permettant de transmettre les principes fondamentaux de la discipline et de préserver son héritage technique et culturel (Daigo, 2005). À travers la pratique des katas, les judokas apprennent notamment les principes de déséquilibre (kuzushi), de placement (tsukuri) et d'exécution (kake), qui sont au cœur de l'efficacité technique en judo.

Historiquement, les katas ont joué un rôle essentiel dans la transmission des connaissances techniques, notamment à une époque où les moyens audiovisuels n'existaient pas encore. Ils permettaient aux maîtres de judo d'illustrer de manière précise les principes de mouvement, d'équilibre et de coordination qui sous-tendent les techniques de la discipline (Kano, 1986). Aujourd'hui encore, les katas sont considérés comme une composante importante de la formation des judokas, notamment dans la préparation aux grades supérieurs.

La sportivisation des arts martiaux:-

L'évolution des arts martiaux vers des formes sportives constitue un phénomène largement étudié dans les sciences sociales du sport. La sportivisation désigne le processus par lequel une pratique traditionnelle se transforme progressivement en activité sportive organisée, caractérisée par la codification des règles, l'institutionnalisation des compétitions et la recherche de performance (Guttmann, 2004).

Dans le cas du judo, ce processus s'est accéléré à partir du milieu du XX^e siècle avec la création de la Fédération Internationale de Judo (FIJ) et l'intégration de la discipline au programme olympique en 1964. Cette évolution a contribué à renforcer la dimension compétitive du judo et à favoriser sa diffusion à l'échelle mondiale (Brousse & Matsumoto, 1999).

L'intégration du judo dans le système sportif international a également entraîné une transformation progressive des règles et des techniques utilisées en compétition. Certaines techniques ont été modifiées ou interdites afin de renforcer la sécurité des pratiquants et d'améliorer la lisibilité des combats pour le public (Franchini & Del Vecchio, 2007).

Cependant, plusieurs auteurs soulignent que cette transformation peut entraîner une réduction de la diversité technique de la discipline. Les techniques jugées moins efficaces en compétition tendent à être progressivement abandonnées dans les pratiques d'enseignement, ce qui peut appauvrir le curriculum traditionnel du judo (Villamón et al., 2004).

Cette évolution soulève des débats au sein de la communauté du judo concernant l'équilibre entre la dimension sportive et la dimension éducative de la discipline. Alors que certains acteurs mettent l'accent sur la préparation aux

compétitions, d'autres soulignent l'importance de préserver les valeurs éducatives et culturelles qui constituent l'essence du judo.

Les programmes d'enseignement dans les sports de combat:-

Dans le domaine de l'éducation physique et sportive, la notion de programme d'enseignement renvoie à l'ensemble des contenus, objectifs et méthodes qui structurent les processus d'apprentissage. Les programmes permettent de définir les compétences à acquérir à chaque niveau de progression et d'assurer une cohérence pédagogique entre les différents niveaux d'enseignement (Kirk, 2010).

Dans les sports de combat, l'élaboration de programmes d'enseignement revêt une importance particulière en raison de la complexité technique et tactique de ces disciplines. Les enseignants doivent organiser les apprentissages de manière progressive afin de permettre aux pratiquants d'acquérir les compétences nécessaires à la maîtrise des techniques et des stratégies de combat.

Plusieurs études ont montré que l'existence de référentiels pédagogiques structurés contribue à améliorer la qualité de l'enseignement et à favoriser la progression des pratiquants (Light, 2014). Ces référentiels définissent généralement les techniques fondamentales à enseigner à chaque niveau ainsi que les objectifs pédagogiques associés.

Dans le cas du judo, de nombreuses fédérations nationales ont développé des programmes d'enseignement détaillés définissant les contenus techniques à enseigner pour chaque grade. Ces programmes visent à harmoniser les pratiques d'enseignement et à garantir un niveau de formation homogène pour l'ensemble des pratiquants.

Toutefois, dans certains contextes, l'absence de référentiel pédagogique national peut conduire à une grande diversité des pratiques d'enseignement. Les maîtres de salle disposent alors d'une autonomie importante dans la sélection des techniques et dans l'organisation des séances d'entraînement. Si cette autonomie peut favoriser l'innovation pédagogique, elle peut également entraîner des écarts significatifs dans la formation des judokas. Dans cette perspective, l'analyse des programmes d'enseignement constitue un outil important pour comprendre les dynamiques de développement du judo et pour identifier les leviers susceptibles d'améliorer la cohérence pédagogique de la discipline.

Méthodologie:-

Design de recherché:-

Cette étude s'inscrit dans une approche méthodologique mixte combinant méthodes quantitatives et qualitatives. Le recours à un design mixte se justifie par la complexité du phénomène étudié, à savoir les programmes et contenus d'enseignement du judo dans le contexte sénégalais. L'analyse de ces pratiques pédagogiques nécessite en effet de prendre en compte à la fois des données mesurables concernant les contenus techniques enseignés et des éléments qualitatifs liés aux représentations des acteurs et aux logiques pédagogiques mobilisées dans les clubs.

Selon Creswell et Plano Clark (2017), les méthodes mixtes permettent de croiser différentes sources d'information afin d'obtenir une compréhension plus complète des phénomènes étudiés. Dans le cadre de cette recherche, les données quantitatives ont permis d'identifier les tendances générales relatives aux contenus d'enseignement du judo, tandis que les données qualitatives ont permis d'explorer les perceptions des enseignants et des pratiquants.

Le design de recherche adopté correspond à un modèle convergent parallèle, dans lequel les données quantitatives et qualitatives sont collectées simultanément puis analysées séparément avant d'être intégrées dans l'interprétation finale. Cette stratégie méthodologique permet de renforcer la validité des résultats grâce à la triangulation des sources de données.

Contexte de l'étude:-

La recherche a été menée dans la ligue régionale de judo de Saint-Louis, située dans le nord du Sénégal. Cette région présente un intérêt particulier pour l'étude des pratiques pédagogiques dans le judo sénégalais. Elle compte plusieurs clubs affiliés à la Fédération Sénégalaise de Judo et Disciplines Associées (FSJDA) et dispose d'une tradition relativement ancienne dans la pratique de la discipline. Les clubs de la ligue constituent les principales structures de formation des judokas. L'enseignement y est assuré par des maîtres de salle dont les parcours de formation sont variés. Dans la plupart des cas, ces enseignants ont acquis leurs compétences pédagogiques à travers leur expérience personnelle de la pratique et leur participation à des stages techniques organisés par la fédération.

Cependant, contrairement à certains pays où les fédérations nationales disposent de programmes pédagogiques détaillés, les clubs sénégalais bénéficient d'une autonomie importante dans l'organisation des contenus d'entraînement. Cette situation favorise l'émergence de pratiques pédagogiques diversifiées.

Population et participants:-

La population cible de l'étude est constituée des acteurs impliqués dans l'enseignement et la pratique du judo dans la ligue de Saint-Louis. Elle comprend principalement:-

- les enseignants et entraîneurs de judo responsables de l'encadrement technique dans les clubs ;
- les judokas pratiquants, appartenant à différents niveaux de grade ;
- les responsables techniques et administratifs impliqués dans l'organisation des activités de la ligue.

Afin de recueillir des données représentatives des différentes catégories d'acteurs, un échantillonnage raisonné a été utilisé. Cette méthode consiste à sélectionner les participants en fonction de leur expérience et de leur implication dans le phénomène étudié (Patton, 2015).

Les critères de sélection des participants étaient les suivants:-

- avoir une expérience significative de la pratique du judo ;
- être impliqué dans l'enseignement ou l'organisation des activités de judo ;
- accepter de participer volontairement à l'étude.

La diversité des profils des participants a permis de recueillir une variété de points de vue sur les pratiques d'enseignement et les contenus pédagogiques.

Instruments de collecte des données:-

La collecte des données a reposé sur trois principaux instruments : les questionnaires, les entretiens semi-directifs et l'analyse documentaire.

Questionnaires:-

Les questionnaires ont été utilisés afin de recueillir des informations quantitatives concernant les contenus d'enseignement du judo dans les clubs étudiés.

Ils comprenaient plusieurs sections portant notamment sur:-

- les techniques les plus fréquemment enseignées ;
- la place du combat dans les séances d'entraînement ;
- la fréquence de l'enseignement des katas ;
- les modalités de progression des judokas.

Les questions étaient principalement fermées afin de faciliter l'analyse statistique des données, mais certaines questions ouvertes ont également été intégrées pour permettre aux participants d'exprimer leur point de vue de manière plus détaillée. Avant leur diffusion, les questionnaires ont fait l'objet d'un pré-test auprès de quelques pratiquants afin de vérifier la clarté des questions et d'apporter les ajustements nécessaires.

Entretiens semi-directifs:-

Les entretiens semi-directifs ont permis d'approfondir l'analyse des pratiques pédagogiques et de recueillir les perceptions des acteurs du judo concernant les programmes d'enseignement.

Un guide d'entretien a été élaboré autour de plusieurs thèmes:-

- l'organisation des séances d'entraînement ;
- les objectifs pédagogiques poursuivis par les enseignants ;
- la place des différentes composantes techniques du judo ;
- les difficultés rencontrées dans l'enseignement de la discipline.

Les entretiens ont été réalisés dans un cadre permettant aux participants de s'exprimer librement. Ils ont été enregistrés avec l'accord des participants afin de faciliter leur retranscription et leur analyse.

Analyse documentaire:-

L'analyse documentaire a porté sur différents types de documents relatifs à l'enseignement du judo, notamment:-

- les programmes techniques utilisés dans certains clubs ;
- les documents pédagogiques diffusés par la Fédération Sénégalaise de Judo ;
- les référentiels techniques de la Fédération Internationale de Judo.

Cette analyse a permis de comparer les contenus prescrits par les institutions avec les pratiques réellement observées sur le terrain.

Procédure de collecte des données:-

La collecte des données s'est déroulée en plusieurs étapes:-

- ✓ Dans un premier temps, des contacts ont été établis avec les responsables des clubs de judo afin de présenter les objectifs de la recherche et d'obtenir leur accord pour la réalisation de l'étude. Cette phase a permis d'identifier les clubs susceptibles de participer à la recherche.
- ✓ Dans un deuxième temps, les questionnaires ont été distribués aux pratiquants et aux enseignants. Les participants ont rempli les questionnaires de manière individuelle.
- ✓ Dans un troisième temps, des entretiens semi-directifs ont été réalisés avec certains enseignants et responsables techniques. Ces entretiens ont permis de compléter les informations recueillies par les questionnaires.
- ✓ Enfin, les documents pédagogiques disponibles ont été collectés afin d'enrichir l'analyse.

Analyse des données:-

L'analyse des données s'est déroulée en deux phases complémentaires.

Analyse quantitative:-

Les données issues des questionnaires ont été traitées à l'aide de statistiques descriptives. Ces analyses ont permis de déterminer:-

- la fréquence d'enseignement des différentes techniques ;
- la place accordée au combat et aux katas dans les séances d'entraînement ;
- les principales caractéristiques des programmes d'enseignement.

Les résultats ont été présentés sous forme de tableaux et de graphiques afin de faciliter leur interprétation.

Analyse qualitative:-

Les entretiens ont été retranscrits puis analysés à l'aide d'une analyse thématique. Cette méthode consiste à identifier les thèmes récurrents dans les discours des participants.

L'analyse s'est déroulée en plusieurs étapes:-

- ✓ lecture approfondie des transcriptions ;
- ✓ identification des unités de sens ;
- ✓ regroupement des unités de sens en catégories thématiques ;
- ✓ interprétation des thèmes émergents.

Cette approche a permis de mettre en évidence les logiques pédagogiques qui structurent l'enseignement du judo dans les clubs étudiés.

Validité et fiabilité de la recherche:-

Plusieurs stratégies ont été mises en œuvre afin de renforcer la validité et la fiabilité de la recherche. Tout d'abord, la triangulation des méthodes (questionnaires, entretiens et analyse documentaire) a permis de croiser les informations provenant de différentes sources. Ensuite, la diversité des participants a contribué à enrichir l'analyse en intégrant des perspectives variées. Enfin, l'ensemble du processus de recherche a été documenté afin d'assurer la transparence des procédures méthodologiques.

Considérations éthiques:-

La recherche a été conduite dans le respect des principes éthiques généralement admis dans les études en sciences sociales. Les participants ont été informés des objectifs de l'étude et de l'utilisation des données recueillies. Leur participation était entièrement volontaire et ils pouvaient se retirer de l'étude à tout moment. L'anonymat des

participants a été garanti lors de la présentation des résultats. Les données collectées ont été utilisées uniquement à des fins scientifiques.

Résultats:-

Les résultats de cette étude portent sur l'analyse des programmes et contenus d'enseignement du judo dans les clubs de la ligue de Saint-Louis. L'exploitation des questionnaires, des entretiens et des documents pédagogiques a permis d'identifier plusieurs tendances majeures concernant l'organisation des séances d'entraînement, les contenus techniques enseignés et la place accordée aux différentes composantes de la discipline.

Les résultats sont présentés selon quatre axes principaux:-

- ✓ l'organisation des séances d'entraînement et les objectifs pédagogiques poursuivis ;
- ✓ la répartition des contenus techniques enseignés ;
- ✓ la place accordée aux katas dans l'enseignement ;
- ✓ l'hétérogénéité des pratiques pédagogiques entre les clubs.

Organisation des séances d'entraînement:-

L'analyse des données recueillies montre que les séances d'entraînement dans les clubs étudiés suivent généralement une structure relativement similaire, organisée autour de plusieurs phases successives.

La majorité des séances comprend:-

- ✓ une phase d'échauffement ;
- ✓ une phase d'apprentissage technique ;
- ✓ une phase de combat ou d'opposition ;
- ✓ une phase de retour au calme.

L'échauffement occupe généralement entre 15 et 20 minutes et inclut des exercices de mobilité articulaire, des courses et des exercices spécifiques au judo tels que les chutes (ukemi). La phase d'apprentissage technique constitue le moment central de la séance. Elle est consacrée à l'enseignement ou à la révision de techniques de projection ou de contrôle au sol. Toutefois, l'analyse des observations et des discours des enseignants montre que cette phase est souvent relativement courte comparativement à la durée consacrée aux situations de combat. En effet, dans la plupart des clubs étudiés, les séances se terminent par une phase de combat libre (randori), qui peut occuper jusqu'à la moitié du temps d'entraînement. Comme l'explique un enseignant interrogé : « Les élèves aiment surtout combattre. Le combat permet aussi de préparer les compétitions, donc on y consacre beaucoup de temps. » Cette orientation vers les situations d'opposition traduit une volonté de préparer les judokas aux compétitions. Elle témoigne également d'une conception de l'apprentissage dans laquelle la progression technique est fortement liée à la pratique du combat. Cependant, certains enseignants reconnaissent que cette organisation peut limiter le temps consacré à l'apprentissage approfondi des techniques.

Contenus techniques enseignés:-

L'analyse des questionnaires et des observations de terrain a permis d'identifier les techniques les plus fréquemment enseignées dans les clubs étudiés.

Les résultats montrent une forte prédominance des techniques de projection (nage-waza) dans les contenus pédagogiques.

Parmi ces techniques, certaines sont particulièrement privilégiées en raison de leur efficacité en compétition:-

- ✓ Les techniques les plus souvent citées par les participants comprennent notamment :
- ✓ O-goshi
- ✓ Ippon-seoi-nage
- ✓ O-soto-gari
- ✓ Ko-uchi-gari
- ✓ Tai-otoshi

Ces techniques présentent l'avantage d'être relativement accessibles aux débutants tout en étant efficaces dans les situations de combat. En ce qui concerne les techniques de contrôle au sol (katame-waza), leur enseignement apparaît moins systématique.

Les techniques les plus fréquemment pratiquées sont:-

- ✓ Kesa-gatame
- ✓ Yoko-shiho-gatame
- ✓ Tate-shiho-gatame

Les techniques d'étranglement et de luxation sont généralement réservées aux judokas plus expérimentés.

L'analyse des entretiens révèle que les enseignants privilégient les techniques jugées les plus utiles en compétition.

Comme le souligne un entraîneur :« On enseigne surtout les techniques qui permettent de gagner les combats. Les élèves doivent être efficaces sur le tatami. » Cette orientation reflète une adaptation des contenus pédagogiques aux exigences du judo sportif moderne.

Place du combat dans l'enseignement:-

L'un des résultats les plus marquants de l'étude concerne la place centrale du combat dans les séances d'entraînement. Les données issues des questionnaires indiquent que le combat occupe une part importante du temps d'entraînement dans la majorité des clubs étudiés. Les séances incluent généralement plusieurs séquences de randori, permettant aux judokas de s'affronter dans des conditions proches de la compétition. Cette importance accordée au combat s'explique par plusieurs facteurs. Tout d'abord, le combat constitue une activité particulièrement motivante pour les pratiquants. Les judokas expriment souvent une préférence pour les situations d'opposition qui leur permettent de tester leurs capacités techniques et physiques. Ensuite, le développement du judo de compétition au Sénégal incite les clubs à orienter leurs entraînements vers la préparation des compétitions. Les enseignants cherchent à familiariser les judokas avec les situations de combat afin d'améliorer leurs performances.

Toutefois, certains acteurs soulignent que cette orientation peut avoir des effets ambivalents sur l'apprentissage technique. Un enseignant explique notamment :« Le combat est important, mais si on ne travaille pas assez les techniques avant, les élèves reproduisent toujours les mêmes mouvements. » Cette remarque met en évidence l'importance d'un équilibre entre l'apprentissage technique et les situations d'opposition.

Place des katas dans l'enseignement:-

Les résultats de l'étude montrent que les katas occupent une place relativement marginale dans l'enseignement du judo dans les clubs étudiés. La majorité des judokas interrogés indique n'avoir pratiqué les katas que de manière occasionnelle, souvent dans le cadre de la préparation aux passages de grade. Dans plusieurs clubs, les katas ne sont enseignés qu'à partir d'un certain niveau de progression, généralement lorsque les judokas se préparent à l'obtention de grades élevés. Comme l'explique un enseignant :« Les katas sont surtout travaillés quand les élèves doivent passer la ceinture noire. Avant cela, on se concentre surtout sur le combat. » Cette situation s'explique en partie par les représentations associées aux katas. Certains pratiquants les perçoivent comme des exercices techniques complexes et moins attractifs que les situations de combat. Par ailleurs, certains enseignants reconnaissent ne pas se sentir suffisamment formés pour enseigner les katas de manière approfondie. Cette marginalisation des katas constitue un élément important dans l'analyse des programmes d'enseignement du judo. En effet, les katas jouent traditionnellement un rôle central dans la transmission des principes techniques et philosophiques de la discipline.

Hétérogénéité des pratiques pédagogiques:-

Un autre résultat majeur de l'étude concerne la diversité des pratiques pédagogiques observées entre les différents clubs. L'analyse des questionnaires et des entretiens montre que les contenus d'enseignement peuvent varier de manière significative d'un club à l'autre.

Ces différences portent notamment sur:-

- ✓ le choix des techniques enseignées ;
- ✓ la progression pédagogique ;
- ✓ la durée consacrée aux différentes phases de l'entraînement ;
- ✓ la place accordée aux katas.

Cette hétérogénéité s'explique en grande partie par l'absence d'un programme national structuré définissant les contenus d'enseignement du judo. Dans ce contexte, les enseignants disposent d'une grande autonomie dans l'organisation de leurs séances d'entraînement. Comme le souligne un responsable de club :« Chaque maître de salle enseigne selon son expérience et sa manière de voir le judo. » Si cette autonomie peut favoriser l'innovation pédagogique, elle peut également conduire à des écarts importants dans la formation des judokas.

Discussion:-

L'objectif de cette recherche était d'analyser les programmes et les contenus d'enseignement du judo dans les clubs de la ligue de Saint-Louis afin de mieux comprendre les logiques pédagogiques qui structurent la formation des judokas dans le contexte sénégalais. Les résultats obtenus mettent en évidence plusieurs tendances significatives concernant l'organisation des séances d'entraînement, les contenus techniques privilégiés et la place accordée aux différentes composantes de la discipline.

La discussion s'articule autour de quatre axes principaux:-

- ✓ la sportivisation des contenus d'enseignement ;
- ✓ la marginalisation relative des katas dans les pratiques pédagogiques ;
- ✓ l'hétérogénéité des programmes d'enseignement ;
- ✓ les enjeux liés à l'élaboration d'un curriculum national.

La sportivisation des contenus d'enseignement:-

L'un des résultats majeurs de l'étude concerne la forte orientation des contenus pédagogiques vers les techniques efficaces en compétition et vers les situations de combat. Cette tendance s'inscrit dans un processus plus large de sportivisation du judo, largement documenté dans la littérature scientifique (Villamón, Brown, Espartero, & Gutiérrez, 2004 ; Brousse & Matsumoto, 1999). Depuis son intégration au programme des Jeux olympiques en 1964, le judo a connu une transformation progressive de ses pratiques. La dimension compétitive de la discipline s'est progressivement imposée comme un élément central de son développement international (Franchini & Del Vecchio, 2007). Dans de nombreux pays, cette évolution s'est traduite par une adaptation des contenus d'enseignement afin de répondre aux exigences du judo sportif moderne. Les résultats de la présente étude confirment cette tendance dans le contexte sénégalais. Les séances d'entraînement observées accordent une place importante aux situations d'opposition et aux combats libres (randori), tandis que les techniques enseignées sont souvent celles qui présentent une efficacité immédiate en compétition. Cette orientation vers le combat peut être interprétée de plusieurs manières. D'une part, elle répond aux attentes des pratiquants, pour lesquels le combat constitue une activité particulièrement motivante. Les situations d'opposition permettent en effet aux judokas de tester leurs capacités techniques et physiques dans un cadre dynamique et stimulant.

D'autre part, cette orientation reflète la volonté des clubs de préparer les judokas aux compétitions. Dans un contexte où les performances sportives constituent un facteur important de reconnaissance pour les clubs et les entraîneurs, la préparation aux compétitions devient souvent une priorité pédagogique (Green & Houlihan, 2005). Toutefois, plusieurs auteurs soulignent que la sportivisation des arts martiaux peut également entraîner une réduction de la diversité technique de ces disciplines. Lorsque les contenus d'enseignement sont principalement orientés vers la recherche d'efficacité en combat, certaines techniques ou certaines dimensions pédagogiques peuvent être progressivement délaissées (Villamón et al., 2004 ; Brousse & Matsumoto, 1999).

Dans le cas du judo, cette évolution peut conduire à une simplification du curriculum technique. Les enseignants privilégient alors un nombre limité de techniques jugées particulièrement efficaces en compétition, tandis que d'autres techniques sont moins enseignées. Les résultats de cette étude montrent que cette dynamique est également observable dans les clubs étudiés. Les techniques de projection les plus fréquemment enseignées correspondent généralement à celles qui sont le plus souvent utilisées dans les compétitions internationales (Franchini & Del Vecchio, 2007). Cette situation soulève la question de l'équilibre entre la dimension sportive du judo et sa dimension éducative. Comme le rappelle Kano (1986), le judo a été conçu à l'origine comme un système éducatif visant le développement global de l'individu. Si la préparation aux compétitions constitue un objectif légitime pour les clubs, elle ne doit pas conduire à négliger les autres dimensions de la discipline.

La marginalisation des katas dans l'enseignement:-

Un autre résultat important de l'étude concerne la place relativement marginale accordée aux katas dans les programmes d'enseignement observés. Historiquement, les katas occupent une position centrale dans la pédagogie du judo. Ils constituent des formes codifiées permettant de transmettre les principes fondamentaux de la discipline et d'assurer la conservation de son héritage technique (Daigo, 2005 ; Kano, 1986). À travers l'exécution des katas, les judokas apprennent notamment à maîtriser les principes d'équilibre, de déséquilibre (kuzushi) et de coordination qui sous-tendent les techniques de projection. Cependant, les résultats de cette étude montrent que les katas sont peu pratiqués dans les clubs étudiés et qu'ils sont généralement enseignés uniquement dans le cadre de la préparation aux passages de grade. Cette situation n'est pas spécifique au contexte sénégalais. Plusieurs recherches menées dans d'autres pays ont également mis en évidence une diminution de la place des katas dans les pratiques d'enseignement

du judo (Villamón et al., 2004 ; Brousse & Matsumoto, 1999). Plusieurs facteurs peuvent expliquer cette évolution. Tout d'abord, les katas sont souvent perçus comme des exercices techniques complexes qui nécessitent un temps d'apprentissage important. Dans un contexte où les séances d'entraînement sont relativement courtes, les enseignants peuvent être tentés de privilégier les activités jugées plus directement utiles pour la préparation des compétitions. Ensuite, certains enseignants peuvent rencontrer des difficultés dans l'enseignement des katas en raison d'un manque de formation spécifique. L'apprentissage et la transmission des katas nécessitent en effet une maîtrise technique approfondie ainsi qu'une connaissance précise des principes pédagogiques associés à ces exercices (Daigo, 2005). Enfin, les représentations des pratiquants peuvent également influencer la place accordée aux katas dans les programmes d'entraînement. Les judokas débutants sont souvent davantage attirés par les situations de combat que par les exercices techniques codifiés. Toutefois, la marginalisation des katas peut avoir des conséquences importantes sur la formation technique des judokas. Les katas constituent en effet un outil pédagogique précieux pour comprendre les principes fondamentaux du judo et pour développer la précision technique.

Ils permettent notamment de développer:-

- ✓ la précision technique ;
- ✓ la coordination des mouvements ;
- ✓ la compréhension des principes biomécaniques des techniques.

Dans cette perspective, plusieurs auteurs plaident pour une réintégration plus systématique des katas dans les programmes d'enseignement du judo afin de préserver la richesse technique et culturelle de la discipline (Daigo, 2005 ; Light, 2014).

L'hétérogénéité des programmes d'enseignement:-

Les résultats de l'étude mettent également en évidence une forte diversité des pratiques pédagogiques entre les différents clubs.

Cette hétérogénéité concerne notamment:-

- ✓ les techniques enseignées ;
- ✓ l'organisation des séances d'entraînement ;
- ✓ la progression pédagogique ;
- ✓ la place accordée aux différentes composantes du judo.

Cette diversité peut être interprétée comme la conséquence de l'absence d'un programme national structuré définissant les contenus d'enseignement du judo. Dans de nombreux pays, les fédérations nationales élaborent des référentiels pédagogiques détaillés permettant d'harmoniser les pratiques d'enseignement. Ces référentiels définissent généralement les techniques à enseigner pour chaque niveau de progression et les compétences que les pratiquants doivent acquérir pour accéder aux grades supérieurs (Kirk, 2010 ; Light, 2014). Dans le contexte étudié, l'autonomie des clubs semble jouer un rôle important dans l'organisation des contenus d'entraînement. Chaque maître de salle développe sa propre approche pédagogique en fonction de son expérience, de ses préférences techniques et des objectifs poursuivis par son club. Si cette autonomie peut favoriser la créativité pédagogique, elle peut également conduire à des écarts importants dans la formation des judokas. Deux pratiquants appartenant à des clubs différents peuvent ainsi présenter des niveaux techniques très différents malgré un grade identique. Cette situation peut poser des difficultés lors des regroupements ou des compétitions.

Vers l'élaboration d'un curriculum national:-

Les résultats de cette étude mettent en évidence la nécessité de réfléchir à l'élaboration d'un programme national d'enseignement du judo adapté au contexte sénégalais. Un tel programme pourrait contribuer à harmoniser les contenus pédagogiques tout en respectant l'autonomie des clubs. Il permettrait notamment de définir les compétences techniques et pédagogiques que les judokas doivent acquérir à chaque niveau de progression.

L'élaboration d'un curriculum national pourrait également favoriser une meilleure articulation entre les différentes dimensions du judo:-

- ✓ la formation technique ;
- ✓ la préparation aux compétitions ;
- ✓ la transmission des valeurs éducatives.

Dans cette perspective, il serait important de veiller à préserver la richesse technique et culturelle de la discipline. Le curriculum devrait ainsi inclure non seulement les techniques utilisées en compétition, mais également les katas et

les exercices pédagogiques permettant de comprendre les principes fondamentaux du judo. Par ailleurs, l'élaboration d'un programme national devrait s'accompagner d'un renforcement de la formation des enseignants. Les maîtres de salle jouent en effet un rôle central dans la transmission du judo et dans l'organisation des apprentissages. Des formations pédagogiques régulières pourraient permettre de diffuser les bonnes pratiques d'enseignement et de renforcer les compétences des entraîneurs.

Contribution scientifique de l'étude:-

Cette recherche apporte plusieurs contributions au champ des sciences du sport et de la didactique des sports de combat. Tout d'abord, elle fournit des données empiriques inédites sur les pratiques d'enseignement du judo dans le contexte sénégalais, un domaine encore peu exploré dans la littérature scientifique. Ensuite, elle met en évidence les effets du processus de sportivisation sur les contenus pédagogiques du judo dans un contexte africain. Enfin, elle ouvre des perspectives de réflexion sur l'élaboration de programmes d'enseignement adaptés aux réalités locales tout en respectant les principes fondamentaux de la discipline.

Conclusion et Recommandations:-

Cette étude avait pour objectif d'analyser les programmes et les contenus d'enseignement du judo dans les clubs de la ligue de Saint-Louis afin de mieux comprendre les logiques pédagogiques qui structurent la formation des judokas au Sénégal. Les résultats mettent en évidence une organisation relativement homogène des séances d'entraînement, structurées autour d'un échauffement, d'un apprentissage technique et d'une phase de combat. Toutefois, les contenus pédagogiques apparaissent fortement orientés vers les situations d'opposition et les techniques jugées les plus efficaces en compétition, traduisant un processus de sportivisation de l'enseignement du judo. Par ailleurs, l'étude révèle une place relativement marginale accordée aux katas ainsi qu'une forte hétérogénéité des pratiques pédagogiques entre les clubs, principalement liée à l'absence d'un programme national structuré. Ces résultats soulignent la nécessité de développer un référentiel national d'enseignement du judo afin d'harmoniser les contenus pédagogiques, de renforcer la formation des enseignants et de préserver les dimensions éducatives et culturelles de la discipline. Malgré certaines limites liées au terrain d'étude, cette recherche ouvre des perspectives pour de futures investigations sur les pratiques d'enseignement du judo dans d'autres régions du Sénégal et dans le contexte africain.

Références:-

1. Brousse, M., & Matsumoto, D. (1999). *Judo: A sport and a way of life*. Seoul: International Judo Federation.
2. Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 184–202). Hoboken, NJ: Wiley.
3. Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2017). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
4. Daigo, T. (2005). *Kodokan judo throwing techniques*. Tokyo: Kodansha International.
5. Franchini, E., & Del Vecchio, F. B. (2007). Fitness and performance in judo. *Journal of Human Kinetics*, 17, 21–35.
6. Green, M., & Houlihan, B. (2005). *Elite sport development: Policy learning and political priorities*. London: Routledge.
7. Guttmann, A. (2004). *From ritual to record: The nature of modern sports*. New York: Columbia University Press.
8. Kano, J. (1986). *Kodokan judo*. Tokyo: Kodansha International.
9. Kirk, D. (2010). *Physical education futures*. London: Routledge.
10. Light, R. (2014). *Positive pedagogy for sport coaching*. London: Routledge.
11. Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
12. Villamón, M., Brown, D., Espartero, J., & Gutiérrez, C. (2004). Reflexive modernization and the transformation of judo in Spain. *International Review for the Sociology of Sport*, 39(2), 139–156.
<https://doi.org/10.1177/1012690204043468>