

UNIVERSITE DE POLYNESIE FRANCAISE

---

DU DE SANTE DE L'ADOLESCENT

ANNEE 2019/2022

Dr. Marta BALZANI

**LA BOXE EDUCATIVE CHEZ LES ADOLESCENTS  
EN MILIEU SCOLAIRE :  
L'EXEMPLE DU CJA D'ERIMA, TAHITI**

TAPE'A TE PAARI

(« Persévérer malgré les épreuves,  
Tenir bon devant l'adversité,  
maintenir les efforts même  
si c'est difficile »)

## **REMERCIEMENTS**

Je remercie les membres du jury.

Je remercie le Docteur Daniel Dumont pour nous avoir permis de prendre part à cette formation de qualité et très enrichissante.

Je remercie le Professeur Duverger pour sa disponibilité et ses cours toujours passionnants et enrichissants. Merci de nous avoir si bien transmis votre savoir.

Je remercie notre ancienne Directrice de la Santé le Docteur Laurence Bonnac Theron de m'avoir donné la possibilité de participer à cette formation.

Je remercie Madame Merehau Mervin, actuelle Directrice de la santé.

Je remercie tous les enseignants de ce DU pour leurs cours toujours très intéressants et riches en partage.

Merci à toute l'équipe du Fare Tama Hau, pour ces moments riches en échange et cette organisation, pas toujours simple !

Merci à mes collègues du CCSHSS pour avoir participer avec moi à la formation, merci pour nos échanges que j'apprécie toujours beaucoup et pour celles qui restaient au CME de m'avoir permis de m'absenter les jours de cours.

Merci à Vaea Terorotua puis à Madame Odile Dupin de Beyssat, chefs de Service du CCSHSS, de m'avoir permis de participer à ce DU.

Merci à Laetitia et Ramon de la cellule d'Education pour la santé, pour leurs aides dans les recherches et leur implication dans la prévention.

Merci au Directeur du CJA d'ERIMA, aux élèves et à l'équipe, qui m'ont toujours bien accueillie, soutenue et aidée dans mes recherches sur ce mémoire.

Merci à tous ceux qui m'ont aidé dans la rédaction et qui m'ont permis d'acquérir toutes les informations nécessaires pour la rédaction de ce mémoire :

- Stéphane Dellapina, qui, même de très loin, a soutenu mon projet et les échanges ont été très importants pour moi,
- Myriam Boudehri conseillère technique en promotion de la santé, Direction Territoriale de la Protection Judiciaire en Polynésie Française (PJJ), toujours très disponible pour répondre à mes questions,
- Ismael Tahiatia, responsables de la Fédération Tahitienne de boxe Anglaise
- Stéphane Raynaud, conseiller technique de la fédération nationale, spécialisé en boxe éducative, qui a fait de la boxe éducative son métier, et qui m'a permis d'acquérir beaucoup de connaissances très utiles sur la discipline.

Merci à mon mari et mes filles, pour avoir supporté toutes mes heures sur l'ordinateur à faire mes recherches et à écrire ! M'avoir soutenue, avoir su passer outre mes coups de blues et de mou lors de l'écriture...merci d'être toujours là pour moi.

Merci à Marie Pierre pour m'avoir corrigé et beaucoup encouragé pour l'écriture de ce mémoire...sans ton encouragement je pense que je me serai vite démoralisée.

Merci à Irene (et toute sa famille, ma famille aussi un peu !) pour cette deuxième relecture...je sais que même à l'autre bout du monde tu me soutiens toujours !

Enfin merci à ma famille italienne loin, très très loin, si loin mais toujours si proche et qui a toujours été là pour moi.

Merci à mes parents là où vous êtes.

Merci à la Polynésie Française, le Fenua, qui m'a accueillie et a su me donner tant d'opportunités et de belles rencontres que jamais je n'aurai cru possible de vivre.

Enfin à tous mes collègues et concitoyens d'Italie, car je ne peux même pas imaginer ce que vous avez vécu en cette année COVID si compliquée, toute mon estime pour votre travail, votre courage et votre force.

## Table des matières

1	Introduction.....	7
2	GENERALITE : présentation de la boxe éducative.....	9
2.1	La boxe et les sports de combats en PF.....	9
2.2	Histoire de la boxe.....	9
2.2.1	Un peu d’histoire de la boxe française.....	10
2.3	Les sports des combat et l’école.....	12
2.4	Revue rapide des règles de la boxe.....	13
2.4.1	Particularités de la boxe française.....	13
2.4.2	Particularités de la boxe anglaise.....	13
2.5	La boxe éducative.....	14
3	CONTEXTE : Etat des lieux des adolescents en Polynésie Française.....	16
3.1	Enquête GSHS En PF <sup>11</sup> .....	16
3.2	Présentation du CJA.....	18
3.2.1	Les profils d’élèves accueillis en CJA.....	19
3.2.2	Les CJA en pratique.....	19
3.3	Ecole en santé et CJA en santé.....	20
4	MATERIEL ET METHODES.....	22
5	RESULTATS.....	24
5.1	Le projet « Te Tiaturi », la Boxe éducative au CJA d’ERIMA.....	24
5.2	Retour de l’équipe pédagogique et des élèves.....	26
5.3	Entretien avec Stéphane Dellapina, AS T’erima Toro, en charge d’animer les ateliers au CJA.....	30
5.4	La fédération de Boxe anglaise en Polynésie (FBAPF).....	32
5.5	Les différents programmes de Boxe éducative en Polynésie, en dehors du CJA.....	34
5.6	La boxe éducative dans les écoles : Le projet de la DGEE.....	36
5.7	PA’ARI, documentaire primé au FIFO en 2021.....	37
6	DISCUSSION.....	39
6.1	L’adolescent ou... l’âge du changement.....	39
6.2	Les activités physiques comme déterminant de santé.....	40
6.3	La prévention.....	41

6.4	L'adolescent et les conduites à risque.....	42
6.5	Le sport et les addictions.....	43
6.6	Le Model Islandais... un exemple pour la Polynésie ?.....	43
6.7	La place de la boxe éducative.....	46
6.8	Boxe éducative comme outils thérapeutique .....	48
6.9	La boxe, l'obésité... et les écrans !.....	49
6.10	La boxe et les adolescents des milieux défavorisés .....	50
6.11	Le sport « pathologique » .....	52
7	CONCLUSION .....	53
	BIBLIOGRAPHIE .....	56
	GLOSSAIRE.....	59
	RESUME.....	60

## 1 Introduction

« Pour se construire le jeune est désormais dans la nécessité de l'expérimentation », David le Breton<sup>1</sup>.

Les conduites à risques et les conduites addictives chez l'adolescent sont un problème global persistant qui représente un challenge constant pour les services et les autorités de santé publique.

L'adolescent polynésien, comme partout ailleurs, est exposé à ce type de conduites.

Le sport, d'une manière générale, fait partie aujourd'hui des prises en charge possibles des problèmes les plus fréquemment retrouvés chez les adolescents. Non seulement, comme alternative aux conduites à risque (on peut voir l'exemple Islandais de « Planet Youht » qui vise à améliorer la vie des adolescents et dont nous parlerons dans la discussion) mais également comme discipline ayant un rôle de « soins » ainsi qu'un rôle éducatif (il inspire le respect des autres).

Au détour de ma pratique en tant que médecin dans le Centre de consultation spécialisée en santé scolaire (CCSHS), je suis amenée à faire des visites de prévention dans les écoles. En effet, nous avons un double rôle : médecin généraliste de dispensaire pour le public scolaire de l'agglomération urbaine de Tahiti, et médecin scolaire avec visites de prévention au sein des établissements scolaires.

Il faut noter qu'après la visite des 6 ans (la même qu'en métropole) qui est faite en section des grands de maternelle, il n'y a plus de visite obligatoire chez les adolescents en dehors des filières professionnelles (en troisième pour la fiche de préconisation médicale en vue de leur orientation professionnelle et en Lycée professionnel pour la dérogation au travail sur machines dangereuses), des CJA, des SEGPA et des élèves en situation de handicap (ULIS et élèves bénéficiant d'un PPS).

Je me suis plus particulièrement intéressée aux adolescents des CJA (Centre des jeunes adolescents), établissements spécifiques à la Polynésie Française qui s'adressent aux élèves en grande difficulté et/ou en décrochage scolaire.

Ces élèves font partie d'un public d'adolescents sans doute « difficiles », en rejet du système scolaire classique, mais fragiles et attachants avec différentes incertitudes.

Lors de mes premières visites durant l'année scolaire 2019/2020, et au fur et mesure de mes consultations, je me suis aperçue que les élèves du CJA de ERIMA (Quartier de la commune de Arue) avaient arrêté ou fortement diminué leur consommation de toxiques (notamment paka et tabac) et ils avaient également diminué leurs addictions aux écrans depuis que l'école avait mis en place avec l'institut de la jeunesse et des sports de la Polynésie française (IJSPP) un projet contrat de ville de « Boxe éducative ».

Je ne connaissais pas le projet. Ce sont donc les élèves eux-mêmes qui m'en ont parlé et m'ont donné l'idée de ce sujet de mémoire. Ils avaient tellement de fierté à me l'exposer que j'ai tout naturellement été séduite par le sujet.

Je me suis donc intéressée à la « boxe éducative » dans les écoles et le rôle que ce type de projet pouvait avoir pour prévenir ou pour lutter contre les addictions.

J'ai découvert que la « boxe éducative » n'a pas seulement pour rôle d'éloigner les élèves de ce type de conduites, mais elle a également un rôle éducatif comme son nom l'indique, et social, ceci au travers du respect des règles, de la confiance, de l'attention envers son partenaire.

Des aspects positifs d'une discipline qui est accessible et captivante pour cette population adolescente.

Le modèle du CJA et de la boxe éducative, interroge donc sur l'intérêt et les indications d'une telle discipline sportive chez les adolescents en Polynésie.

Le sport et plus particulièrement la boxe ont un rôle à jouer dans la lutte aux addictions, mais également un rôle de contrôle des violences physiques et de problématiques d'obésité qui représentent un fléau en PF.

La boxe éducative peut-elle être un moyen de lutter contre les conduites à risque des adolescents dans les établissements scolaires ? Quels sont les intérêts de ce type de pratique en milieu scolaire chez une population adolescente ?

[Mémoire rédigé en Polynésie Française entre Octobre 2020 et Avril 2021](#)

## 2 GENERALITE : présentation de la boxe éducative

### 2.1 La boxe et les sports de combats en PF

Les sports et particulièrement les sports de combat ont acquis une dimension sociale et éducative. Entre physique et mental, ils intègrent des valeurs fortes comme le respect et la confiance en soi<sup>2,3</sup>.

Les garçons plus particulièrement mais également les filles, sont en Polynésie très intéressés par les sports de combat dont la boxe.

Ces sports représentent souvent une forme de canalisation de la violence et sont donc analysés et utilisés à des fins éducatives, tout en étant faciles d'accès et peu onéreux.

Plusieurs salles de sport de combat sont présentes sur le territoire polynésien avec de plus en plus de licenciés. La lutte, le MMA, les différents types de boxe (française, anglaise, thaïlandaise) et arts martiaux d'orient (judo, jiu jitsu, taekwondo) suscitent en effet de plus en plus d'intérêt, surtout chez les jeunes des quartiers populaires.

Dans les sports de combat le MMA (mixed martial Arts), comme partout dans le monde, prend de plus en plus de place dans la filière sportive, avec des champions polynésiens de renommé qui sont une fierté pour ces adolescents. Les combats de MMA sont transmis dans les bars publics, tout comme les matchs de football.

Malgré l'arrivée de ces « nouveaux » sports de combat et l'expansion des arts martiaux venus d'orient, la boxe (française et anglaise), sport ancien, retrouve aujourd'hui une nouvelle jeunesse. Encore plus depuis que Ariitea Putoa a été sacré champion de boxe anglaise en France en 2020 dans sa catégorie et a fait la fierté des sportifs polynésiens.

### 2.2 Histoire de la boxe

La boxe existait déjà en Mésopotamie et en Égypte antique. En effet, certains reliefs prouvent que des combats similaires à la boxe étaient déjà présents 3000 ans avant Jésus Christ<sup>4</sup>.

La boxe est pour la première fois pratiquée comme un sport à part entière dans la Grèce antique lors des Jeux panhelléniques à Olympie. En effet, le pugilat (apparu en 688 avant Jésus Christ) et le pancrace (638 avant Jésus Christ) s'apparentent à la boxe.

Le premier n'autorise que les coups de poing alors que le deuxième comprend aussi l'utilisation des coups de pied et des prises de lutte. L'unique objectif de ces deux sports est de mettre hors combat l'adversaire lors d'un round unique.

La pratique du pugilat se poursuit dans la dynastie des Étrusques, importée par les Grecs. De nombreux documents présentent des pugilistes tout au long du règne des Étrusques, notamment lors des jeux funéraires.

La boxe antique atteindra son apogée à Rome, utilisée notamment par les gladiateurs avec le but ultime de donner la mort à l'adversaire. Héritière de la culture grecque et étrusque le pugilat fera partie intégrante des Jeux olympiques, mais ils seront abolis en 394 par l'empereur Théodose I<sup>er</sup>.

Avec la chute de l'Empire romain, la boxe connaît une fin brutale.

Elle réapparaît en Angleterre au XVIII<sup>e</sup> siècle ; les matchs sont alors organisés par des parieurs qui prennent comme modèle le pugilat. Elle est à l'époque peu réglementée et est pratiquée à mains nues.

Le premier grand champion de boxe à mains nues fut le maître d'armes James Figg en 1719. Son élève, Jack Broughton, gagna près de 400 combats jusqu'au jour où il tua accidentellement son adversaire. Traumatisé, il codifia les règles de la boxe, puis le marquis de Queensberry, avec l'aide de John Graham Chambers, rendit obligatoire le port de gants de protection et interdit les combats au finish, ce qui interdit de frapper l'adversaire au sol.

La boxe anglaise est un sport olympique depuis 1904 même si son entrée aux Jeux olympiques fut retardée car elle était jugée trop dangereuse. Elle est ouverte aux femmes comme discipline olympique depuis 2012<sup>5</sup>.

### 2.2.1 Un peu d'histoire de la boxe française

La boxe française/savate est un sport qui appartient à l'histoire de la France et dont l'évolution et le développement ont suivi un chemin culturel/social et historique<sup>6</sup>.

C'est un sport poing-pied qui a comme obligation, par rapport aux autres sports de combat, de toucher de façon précise avec les pieds chaussés, ainsi que des mises à distances et des liaisons de poings et de pieds.

Comme le disait Christian DORDEVILLE, maître de conférences en STAPS, qui a beaucoup contribué à la diffusion de ce sport : « la savate, comme on la pratique aujourd'hui, est un art très savant, très raisonné: c'est l'escrime sans fleuret »<sup>6</sup>.

C'est au cours de la première moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, en particulier à Paris, que se serait élaborée la savate, à partir des rixes « ritualisées » à coups de poings et de pieds entre deux hommes.

Les combattants se mettent en garde, se défient, emploient des règles et un certain code de l'honneur, comme dans un duel. L'honneur et le code sont un maître mot de la discipline.

Au XIX siècle, période riche en changements, la savate, ainsi que le duel, ont une fonction identique de régulation de la violence sociale. Il y a une nouvelle conception du corps dans le duel à main nues, le pouvoir d'un tel duel est individuel.

La boxe française, à la différence de la boxe Anglaise, intègre les coups de pied qui demandent un apprentissage plus long et plus difficile.

Ces deux différents sports sont en accord avec leur propre-sensibilité culturelle : en Angleterre la boxe est un spectacle et un pari, en France la boxe est liée plus au paraître et moins aux paris compétitifs.

Dès 1825, surtout à Paris, on atteste de cette pratique. Honoré de Balzac parle de la savate dans « Splendeur et misères des courtisanes » : « Europe, d'un revers appliqué sur la joue de Contenson, l'envoya d'autant mieux mesurer ce qu'il lui fallait de tapis pour se coucher qu'elle lui donna dans les jambes ce coup sec si connu de ceux qui pratiquent l'art dit de la savate. ».<sup>7</sup> Plusieurs salles ouvrent leurs portes et permettent à la savate de passer de la rue à l'intérieur, en modifiant donc son public. Ce sont des bourgeois et des aristocrates qui s'intéressent maintenant à la discipline, dans une optique « hygiénique » et gymnastique.

Il y a une distance à respecter qui indique qu'on privilégie l'adresse et la technique plutôt qu'un rapport de force. En 1844, on ne parle plus de savate, qui a une connotation vulgaire, mais de boxe française (L. Leboucher, « Traité de boxe française et anglaise », 1844). La boxe française s'impose comme un sport à la mode jusqu'à la première guerre mondiale.

La boxe française n'est plus seulement un art de défense personnelle, mais c'est un sport « qui développe régulièrement toutes les parties du corps humain, qui perfectionne le plus sûrement toutes les aptitudes physiques » (J. Charlemont, « L'art de la boxe française et de la canne », Paris 1899). Les assauts se pratiquent à la touche contrôlée et les corps à corps sont interdits, la boxe se rapproche donc de l'escrime. Le paraître compte plus que l'efficacité.

Après la première guerre mondiale, la boxe française connaît un déclin. Les activités physiques de combat voient l'arrivée des disciplines orientales comme notamment le jiu-jitsu, ancêtre du judo, qui arrive du Japon et obtient de suite un fort succès.

Progressivement le spectacle offert par la boxe anglaise remplace celui de la boxe française, moins captivant pour le public. Le « contrôle » des coups, la distance de garde et la rupture des échanges justifiée par le discours « hygiéniste » limitent son expression compétitive.

À la différence de la boxe anglaise, la boxe française fait partie des jeux olympiques de Paris de 1924 comme sport de démonstration. Une discussion est en cours pour qu'elle puisse intégrer les jeux olympiques de Paris en 2024.

Après la deuxième guerre mondiale elle faillit disparaître, par manque de professeurs, d'élèves et d'intérêt général. Mais, dans les années 50, les sports de compétition deviennent un enjeu national, et la boxe connaît un renouveau parmi les différents sports de combat.

En 1978, la création d'une fédération française de boxe française savate et disciplines associées renforce sa reconnaissance et elle devient véritablement un sport de compétition. Depuis 1985, la création d'une fédération internationale a permis l'organisation de championnats du monde et espère donc une reconnaissance olympique.

La réintégration du terme de savate à la boxe française renoue avec les origines de la discipline afin de renouer également avec un public international.

### 2.3 Les sports des combat et l'école

Dès 1853, la boxe française est introduite dans certains lycées en France et également dans les écoles militaires. Les professeurs de gymnastique, dans cette époque nationaliste, sont en majorité des anciens militaires, et la boxe française représente la « gymnastique de développement »<sup>8</sup>.

Elle est privilégiée à l'école par rapport à la boxe anglaise sport considéré plus « populaire ».

La gymnastique scolaire est rendue obligatoire en 1869, avec une assimilation entre exercice physique et préparation militaire (éducation des citoyens/soldats). Le but de l'école est en effet de préparer à l'armée.

En 1882, avec la création des bataillons scolaires, les exercices de boxe française, de bâton et de canne complètent la gymnastique d'assouplissement, où les exercices, effectués dans un but de défense, sont réalisés en grands groupes, avec un aspect plus contrôlé et stylistique que martial. La boxe fait donc partie de l'intégrité physique des écoliers.

Progressivement, l'enjeu militaire laisse la place à une finalité plus « hygiéniste » et de santé dans les cours d'éducation physique. La boxe est loin d'être uniquement une activité de combat et de défense personnelle.

Entre 1925 et 1930, dans « Le règlement général d'EP », la boxe est une « gymnastique correctrice », un exercice « aux effets généraux qui retentissent sur les organes centraux » avec un rôle éducatif. Il n'a pas d'affrontement réel. Les filles en sont toujours exclues.

En 1940/41, avec l'arrivée du Marechal Pétain, la France s'engage dans une rénovation physique et morale de la jeunesse. La boxe représente un sport « viril » par excellence et les activités de combat sont appréhendées en tant que discipline sportive. Les sports de combat contribuent à développer des qualités physiques et morales, les assauts sont pratiqués dans une atmosphère de loyauté et de courtoisie.

Les enseignants d'éducation physique à partir des années 70 privilégient l'option éducative plutôt que combative pour cette discipline.

Toujours réservés aux garçons, les sports de combat se donnent une autre finalité : l'amélioration des qualités psychologiques et des rapports avec autrui, avec un but social et non plus seulement physique. Le combat n'est pas valorisé en tant que tel mais il s'inscrit dans une dynamique de motivation et de maîtrise.

C'est à partir des années 80, puis plus tard en 2000, que les sports de combat intègrent les activités duelles en éducation physique et sportive avec un rôle moral et social : respect, loyauté, éthique du combat, maîtrise de facteurs émotionnels et renforcement de la confiance en soi. Ils deviennent un outil d'éducation à la citoyenneté.

Dans les années 1980-1990, la mixité se diffuse en EPS et à partir de 1985 les sports de combat ne seront plus réservés aux garçons, même si la gestion de la mixité y est, à ce jour encore, considéré comme difficile à mettre en place.

Malgré les différents rôles et fonctions qui leur sont attribués, les activités de combat, restent à ce jour encore peu présentes dans les programmes d'EPS.

## **2.4 Revue rapide des règles de la boxe**

### **2.4.1 Particularités de la boxe française**

C'est un sport pieds/poings : donc on utilise les poings gantés ainsi que les pieds chaussés.

Il y a deux types de compétitions : l'assaut et le combat. Lors des assauts, les coups ne sont pas portés. C'est un peu comme en escrime, on parle de touche. Les touches sont comptabilisées et le style est jugé. En revanche, la puissance est sanctionnée. Le tireur qui marque le plus de points gagne l'assaut.

En combat, la puissance est autorisée, et même conseillée. La technique reste jugée mais l'objectif premier est de mettre son opposant hors d'état de combattre. Si au-delà du temps imparti, les deux adversaires sont debout, alors celui qui aura le plus touché l'autre gagne le combat.

Certains coups sont interdits, notamment les coups de coude ou les coups de genou, mais également les coups de poing en dessous de la ceinture.

### **2.4.2 Particularités de la boxe anglaise**

Nous sommes devant un « vrai » combat, l'objectif est de mettre KO (Knock-Out) son adversaire, c'est-à-dire de le mettre hors d'état de combattre pendant plus de 10 secondes.

On utilise les poings gantés. Les coups de pied ne sont pas autorisés.

Pour les deux types de boxe comme pour les autres sports de combat, les différentes catégories sont liées et organisées selon le poids et le sexe des athlètes.

Les deux types de boxes se jouent sur un ring et utilisent différentes techniques offensives et défensives précises.

## 2.5 La boxe éducative

Quand on parle de boxe éducative on parle de boxe éducative d'assaut.

On parle d'assaut et non pas de combat. Les coups ne sont pas portés. « Toucher sans être touché »<sup>9,41</sup>, mais également « toucher et accepter d'être touché ». La puissance des coups doit être contrôlée et maîtrisée.

La notion historique du duel revient chez les élèves dans cette discipline.

Ce n'est pas un sport individuel mais un duel, donc chaque assaut se caractérise par cette dualité en organisant sa logique d'affrontement.

La boxe éducative a principalement un but « non-violent ». Les 3 règles fondamentales sont :

1. Ressortir sans la moindre sensation de douleur
2. Toucher sans se faire toucher
3. Toucher avec la surface autorisée sur une cible autorisée

C'est une pratique ouverte à toutes et à tous (de 6 à 77 ans). Elle se différencie de la boxe amateur et professionnelle sur deux exigences fondamentales : ne pas nuire à son adversaire, être sanctionné pour tout comportement violent.

A partir de 6 ans jusqu'à 18 ans, les jeunes (garçons et filles) peuvent commencer à pratiquer la boxe éducative. A travers des exercices ludiques, ils vont acquérir les fondamentaux de la boxe, ils pourront ensuite passer les gants de couleurs (comme pour les ceintures au judo ou au karaté) et disputer des compétitions fédérales.

En compétition de boxe éducative, les juges tiennent compte des gestes et des intentions du boxeur.

C'est un sport à part, inspiré des sports de combat, avec un but, comme nous l'avons vu, différent. Ce n'est pas de la boxe française (qui est rappelé par le rôle des assauts) ni de la boxe anglaise (qui n'utilise que les mains gantées et non pas les pieds) mais un mélange des différents sports de combat.

Les règles sont précises, avec des actions et mouvements précis (le crochet, l'uppercut, la parade bloquée, la parade chassée) certains coups sont interdits (Frapper derrière la tête, dans les organes génitaux, dans la poitrine pour les filles, tirer, pousser et tenir)<sup>10</sup>.

C'est une excellente école de maîtrise, elle permet de canaliser l'agressivité. L'enfant va renforcer sa confiance en lui tout en se dépensant physiquement.

Le but premier de la boxe éducative n'est pas de « gagner un combat » mais<sup>9</sup> d'apprendre plusieurs notions :

- La discipline,
- La maîtrise de ses gestes,
- Le respect de son adversaire, et le respect des règles
- La volonté
- L'écoute du professeur/coach,
- Le dépassement de soi, et le gain en confiance
- La motivation (ne pas s'arrêter après un échec)

La boxe fait appel à des capacités physiques telles que la vitesse, la précision, la résistance aux efforts brefs, mais également des capacités psychologiques car elle demande une aptitude à gérer les prises de risque, un contrôle émotionnel, une domination de l'autre sans déroger aux règles. La relation et les interactions sont fondamentales.

Les capacités cognitives sont constamment sollicitées car il ne s'agit pas de subir passivement ou d'imposer mais de décoder en permanence les intentions tactiques de l'adversaire.

### 3 CONTEXTE : Etat des lieux des adolescents en Polynésie Française

#### 3.1 Enquête GSHS En PF<sup>11</sup>

En 2001, l'Organisation mondiale de la santé (OMS), en collaboration avec l'UNICEF l'UNESCO et l'ONU, et avec l'appui technique du Center for Disease Control and Prevention (CDCP), a initié le développement de l'enquête mondiale « the Global school-based student health survey » (GSHS).

La première enquête GSHS a été menée en Polynésie française par le Ministère de la santé et le Ministère de l'éducation en 2016.

Cette enquête est réalisée en milieu scolaire et permet d'obtenir des données précises sur les comportements des élèves. L'enquête se concentre sur les élèves âgés de 13 à 17 ans en milieu scolaire (donc une population adolescente).

Ce type d'enquête a permis d'évaluer la prévalence des comportements à risque pour la santé des jeunes. Elle a pour but d'établir des programmes et des politiques de santé destinés aux jeunes en milieu scolaire.

L'enquête sur les comportements de santé des jeunes a montré, outre les problèmes de sédentarité, les conduites addictives suivantes :

– Consommation de tabac : Environ 26% des élèves polynésiens âgés de 13 à 17 ans ont consommé du tabac au moins un jour au cours des 30 derniers jours et 66% déclarent avoir fumé leur première cigarette avant 14 ans.

– Consommation d'alcool : 44% des élèves âgés de 13 à 17 ans consomment de l'alcool (élèves ayant bu au moins une boisson alcoolisée au cours des 30 derniers jours) ; environ 58% des jeunes polynésiens qui ont consommé de l'alcool l'ont fait avant l'âge de 14 ans.

La prévalence de l'ivresse en Polynésie française est légèrement supérieure à celle des autres pays francophones du Pacifique.

– Consommation de drogues : 29 % des élèves âgés de 13 à 17 ans déclarent avoir déjà consommé au moins une fois dans leur vie de la drogue (marijuana-paka, ICE, cocaïne, substances inhalées, solvants). Parmi eux, 37% l'ont fait avant l'âge de 14 ans, les garçons plus que les filles (41% versus 34%,  $p < 0,01$ ).

De plus, il ne faut pas oublier qu'en Polynésie le problème de l'obésité est un problème de santé publique majeur :

– Prévalence de surpoids : 43,2% des élèves polynésiens âgés de 13 à 17 ans sont en surpoids dont 19,8% au stade de l'obésité.

La population adolescente polynésienne comme partout ailleurs est de plus en sédentaire. Cette enquête a mis en évidence ce problème de sédentarité par différentes questions sur l'activité physique :

- 11,7 % des élèves âgés de 13 à 17 ans n'ont pas un seul jour, au cours des sept derniers jours, où ils totalisent au moins une heure d'activité physique dans la journée. Il n'y a pas de différence significative selon le sexe.
- 36,6% ont été physiquement actifs (une heure minimum dans la journée) au moins cinq jours lors des derniers 7 jours, les garçons plus que les filles (45,8% vs 27,5%,  $p < 0,001$ ).
- 18,2% ont été physiquement actifs (1 heure minimum dans la journée) tous les jours lors des derniers 7 jours, les garçons plus que les filles (23,9% vs 12,4%,  $p < 0,001$ ). Il n'y a pas de différence significative entre les filles et les garçons, ni entre les différentes tranches d'âge étudiées (13-15 ans et 16-17 ans).

L'activité physique fait partie des déterminants de santé. C'est la mesure la plus efficace pour prévenir ou diminuer les facteurs de risques de maladies non transmissibles. Elle contribue aussi à diminuer le sentiment de dépression et d'anxiété et à promouvoir le bien-être psychologique<sup>12</sup>.

Lors de l'enquête, des questions ont également été posées sur les violences ainsi que sur le décrochage scolaire chez les adolescents de 13 à 18 ans.

#### Agressions, bagarres et blessures graves :

- 15,3% ont été agressés au moins une fois, les garçons plus fréquemment que les filles (18,1% vs 12,5%,  $p < 0,001$ ).
- 30,0% ont participé au moins une fois à une bagarre, les garçons plus fréquemment que les filles (37,1 % vs 22,6 %,  $p < 0,001$ ), les plus jeunes plus fréquemment que leurs aînés (31,7 % chez les 13-15 ans vs 26,3 % chez les 16-17 ans,  $p < 0,02$ ).
- 11,0% des élèves ayant un(e) petit(e) ami(e) ont été frappés intentionnellement par celui-ci (celle-ci), les 16-17 ans plus fréquemment que les 13-15 ans (12,7% vs 10,1%,  $p < 0,02$ ). Il n'y a pas de différence selon le sexe.

L'école représente pour beaucoup d'élèves non seulement un lieu d'apprentissage et d'éducation mais elle permet aussi la socialisation, ainsi que l'acquisition d'un cadre avec des règles.

Cependant la Polynésie française est caractérisée par le fait d'être un territoire grand comme l'Europe mais parsemé de nombreuses îles. La plupart des élèves se concentrent sur Tahiti, notamment les lycéens. L'éloignement familial pose donc souvent des problèmes

d'adaptation avec un impact psychologique sur les jeunes internes pouvant se traduire par de la déscolarisation et du décrochage scolaire, ainsi que par des conduites à risque et des addictions.

#### Absentéisme scolaire :

- 25,8 % des élèves âgés de 13 à 17 ans ont manqué les cours sans permission au moins un jour au cours des 30 derniers jours, les 16-17 ans plus fréquemment que les 13-15 ans (33,6% vs 22,0%,  $p < 0,001$ ). Il n'y a pas de différence significative selon le sexe.

Malheureusement en Polynésie l'implication dans le suivi quotidien du contrôle parental apparaît comme un maillon extrêmement faible actuellement dans l'éducation des adolescents.

Ce qui est intéressant de noter c'est que, lors des assises de la jeunesse de 2016, les jeunes ont souhaité apprendre à « leurs parents à être de vrais parents ».

Les actions envers les parents restent donc une priorité (renforcement de la confiance en soi, soutien à la parentalité, école des parents...).

Une nouvelle enquête GSHS est prévue chez les adolescents polynésiens en 2023/2024.

### **3.2 Présentation du CJA**

Les CJA, Centre des Jeunes Adolescents, font partie d'un programme scolaire spécifique à la Polynésie Française pour les élèves en grande difficulté et/ou en décrochage scolaire.

Les CJA sont envisagés lorsque l'ensemble des dispositifs d'accompagnement mis en œuvre dans l'établissement d'origine, n'a pas eu d'effet et, avant que la situation du jeune ne se dégrade trop.

Leur but est de permettre aux adolescents d'avoir une formation et une qualification de base, pour pouvoir ensuite réintégrer des cours professionnels plus classiques.

Les jeunes des CJA ont accès à une formation professionnelle polyvalente alliant théorie et pratique (50% du temps étant consacré à la pratique en ateliers) dans des domaines liés au développement de la Polynésie française (agriculture, artisanat, tourisme, activités de la mer, bâtiment...).

Les CJA permettent également de donner un cadre, d'apprendre le respect des règles et d'avoir des enseignements fondamentaux pour progresser et lutter contre l'illettrisme et le décrochage. Favoriser la scolarisation des adolescents et leur éducation à la citoyenneté notamment à travers un fonctionnement coopératif des centres.

### 3.2.1 Les profils d'élèves accueillis en CJA

Les CJA s'adressent prioritairement à des élèves relevant du second degré, entre 12 et 18 ans, qui sont en rejet de l'institution scolaire et des apprentissages (absentéisme non justifié et/ou illégitime, exclusion temporaire ou extrême passivité) pouvant les conduire à une marginalisation sociale, une déscolarisation ou un décrochage.

Les CJA sont gérés par la DGEE (Direction Générale de l'Education et des Enseignements) avec un inspecteur en charge des CJA, en Polynésie française.

L'admission en CJA doit être temporaire et favoriser le retour du jeune dans un projet et un parcours de formation ou bien le préparer à une orientation professionnelle.

- Les CJA doivent permettre à tous les jeunes de maîtriser les Fondamentaux (lire, écrire, compter et respecter autrui) compétences de fin de cycle 3, l'objectif étant d'obtenir le Certificat de Formation Générale.
- Les CJA doivent permettre à tous les jeunes de se préparer à poursuivre vers une certification de niveau V (type CAP) en travaillant sur leur projet de formation.
- Les CJA doivent mettre en place des passerelles vers la structure du second cycle pour atteindre l'objectif de qualification.

L'admission pour les élèves ayant une obligation scolaire (12-16 ans) relève de la décision de la commission d'affectation en CJA (CA-CJA) qui étudie les situations individuelles d'élèves et statue.

Pour l'orientation en CJA, l'avis du psychologue scolaire est nécessaire ainsi que celui de l'assistante sociale.

En cas d'antécédents médicaux une visite chez le médecin scolaire ou au dispensaire est nécessaire.

### 3.2.2 Les CJA en pratique

En Polynésie, il existe 21 CJA, sur différentes îles et archipels.

La population scolaire des CJA est essentiellement masculine 1/5 d'entre eux viennent des classes du Primaire, et les 4/5 restants, viennent du Secondaire.

Plus de la moitié des élèves est scolarisée dans les CJA des îles du Vent et 1/3 environ dans ceux des Iles sous le vent. Nuku Hiva aux Marquises ainsi que Rimatara aux Australes, ont également un CJA.

Ces dernières années, la population scolaire des CJA a diminué régulièrement. Le nombre de classes a baissé de manière à garder constant le nombre d'élèves par classe (13,5 élèves/classe en moyenne).

### 3.3 Ecole en santé et CJA en santé

Dans le cadre du dispositif des soins de santé primaires territoriaux mis en place par la Direction de la santé en PF, l'enquête GSHS représente une base pour mener différentes actions. Cela a servi notamment pour « Les labels Ecole en santé et CJA en santé ». Un guide a été édité à ce sujet en août 2020<sup>13</sup>.

En pratique, les dispositifs « Ecole en santé » et « CJA en santé » sont des dispositifs territoriaux qui ont pour but de promouvoir la santé à l'école en agissant sur les déterminants de santé, et en développant les compétences psycho-sociales des élèves.

Ces dispositifs se basent sur des partenariats mobilisateurs avec les enseignants, les élèves, les parents et l'ensemble de la communauté.

Il s'agit, en pratique, pour chaque école ou CJA volontaire, de mettre en place, ou consolider, 10 actions prenant en compte les déterminants prioritaires de la santé des jeunes en lien avec les thématiques suivantes :

1. Alimentation
2. Activités physiques
3. Hygiène corporelle
4. Rythme de vie
5. Ecole sans Tabac (*pour les écoles*) ou Vie sans dépendance (*pour les CJA*)
6. Tri des déchets et espace public propre
7. Lutte anti vectorielle
8. Accueil de tous les enfants et bien vivre ensemble (*pour les écoles*) ou Estime de soi et bien vivre ensemble (*pour les CJA*)
9. Accès aux soins pour tous les élèves
10. Patrimoine culturel

Ces dispositifs sont portés conjointement par la DGEE (les équipes pédagogiques ayant pour rôle de mettre en œuvre le dispositif au sein des écoles) et la Direction de la Santé (les agents de santé ayant pour rôle d'accompagner les équipes pédagogiques dans la mise en œuvre de ces dispositifs).

Les labels « Ecole en santé » et « CJA en santé » sont décernés, après avis d'un jury, aux écoles et CJA qui auront constitué un comité de santé et qui répondront de manière qualitative à ces 10 actions « Santé ».

## 4 MATERIEL ET METHODES

Ce mémoire est basé sur une recherche bibliographique et documentaire ainsi que sur des entretiens avec les principaux acteurs concernés dans les différents projets de boxe éducative et du CJA.

- Une recherche bibliographie via Pub Med et Google Scholar. Mots clés principaux utilisés : boxe educative, educational boxing, addictions and sports, school and sport, boxing and adolescent
- Enquête GSHS de la direction de la santé
- Cellule de prévention de santé du CCSHSS : Projet « Ecole en Santé et CJA en santé »
- Les sites internet des ministères de la santé et des solidarités et du sport
- Les sites des agences régionales de santé en France
- Le site de l'INSERM (Institut National de la Santé et la Recherche Médicale)
- Le site de IRBMS (Institut de recherche de bien-être et de médecine du sport santé)
- Le site de l'OMS (WHO) et des Nations Unis.
- Les sites Mpedia et de l'AFPA (Association française de pédiatrie ambulatoire)
- Le site CAIRN. Info
- Des entretiens directs avec :
  - M. Jean Jacques HUIOUTU, Directeur du CJA de Erima
  - M. Stephane Dellapina, éducateur sportif et coach de l'AS Terimatoro
  - Les élèves du CJA d'Erima
  - Mme Myriam Boudehri conseillère technique en promotion de la santé, Direction Territoriale de la Protection Judiciaire en Polynésie Française (PJJ)
  - M. Ismael Tahiatu, responsable de la Fédération Tahitienne de boxe Anglaise
  - Mme Laetitia Camoin et Ramon Walker, cellule « Ecole en santé », CCSHSS, Direction de la Santé en Polynesie Francaise
  - M. Stéphane Raynaud, conseiller technique de la fédération nationale de boxe, spécialisé en boxe éducative
  - Mme Stéphanie Sanquer, chargée de Mission au bureau de l'EPS et du sport Scolaire, DGEE, Polynésie française

A travers les entretiens et les articles de la littérature, j'ai pu mettre en évidence les différents facteurs positifs que ce type d'activité peut apporter aux adolescents polynésiens. Il ne s'agit pas ici de démontrer exactement et scientifiquement les déterminants de cette discipline, mais de montrer, même si d'un point de vue subjectif, les différentes caractéristiques qui en font une discipline adaptée au développement positif des adolescents polynésiens.

## 5 RESULTATS

La boxe éducative, aujourd'hui largement utilisée en Métropole, fait, actuellement, en 2020/2021, ses timides débuts en Polynésie Française.

Différentes actions sont en train de voir le jour pour que la boxe éducative puisse être plus largement diffusée et adoptée par la jeunesse polynésienne.

La liste n'est sûrement pas exhaustive et d'autres projets vont voir le jour dans les prochains mois en Polynésie. En effet, entre l'éducation, la santé, la protection judiciaire, les mairies et la fédération de boxe, de plus en plus de projets et d'ateliers voient le jour pendant que j'écris ce mémoire, avec de plus en plus d'intérêt pour cette activité.

D'ailleurs, en dehors des réseaux sociaux, même les journalistes et les réalisateurs de documentaires s'intéressent à la boxe chez les jeunes polynésiens.

J'ai décidé de me concentrer essentiellement sur le projet du CJA d'ERIMA, car ce sont les élèves du CJA qui m'ont eux-mêmes « suggéré » le sujet de ce mémoire. En effet, je n'aurais jamais pensé pouvoir m'intéresser à ce type de projet si l'enthousiasme de ces jeunes ne m'avait pas guidé vers la boxe éducative.

### 5.1 Le projet « Te Tiaturi », la Boxe éducative au CJA d'ERIMA

Pendant l'année scolaire 2019/2020, un projet de boxe éducative s'est mis en place au CJA d'ERIMA, dans la commune d'Arue, au travers d'un contrat de ville signé en avril 2019, par le directeur du CJA, M.Huioutu Jean-Jacques.

Ce projet, intitulé « TE TIATURI » (Confiance), consistait à mettre en place une activité de boxe éducative en faveur des jeunes du CJA Erima avant le début des cours et pendant la pause méridienne. Cette activité a été encadrée par un éducateur sportif (M. Stephane Dellapina) qui intervenait au sein de l'école en complément du programme scolaire.

Dans les 27 heures de cours au CJA (environ 50% de cours généraux et 50% de pratique), 2 heures sont dédiées à l'EPS. La boxe éducative était un projet « extrascolaire » ouvert aux élèves volontaires en plus de leurs cours obligatoires.

Les objectifs de ce projet étaient :

- Favoriser la réussite scolaire et éducative ;
- Favoriser la cohésion entre les élèves au sein de l'établissement et au dehors ;
- Réduire les incivilités et les comportements violents par l'intégration des valeurs liées au sport

Les résultats attendus du projet par la direction du CJA et par la ville :

- Amélioration des résultats scolaires
- Amélioration de la confiance et de l'estime de soi
- Diminution des comportements violents au sein de l'école et au dehors

Les critères d'évaluation retenus ont été :

- Taux de participation et présence aux séances de boxe ;
- Comportement des jeunes pendant les activités et au sein de l'établissement
- Nombres d'accidents (bagarres ou autres) au sein de l'établissement et aux abords

Avec l'aide financière du Contrat de Ville d'Arue, les séances de boxe éducative ont pu débuter au CJA courant de l'année scolaire 2019/2020.

Un éducateur sportif, M. Stephane Dellapina a été engagé pour mettre en place les ateliers. Le coût total de l'opération était de 483 075 francs (soit 4048 euros), qui correspondait, en gros, au salaire de l'éducateur pour l'année scolaire.

Les ateliers étaient d'environ 30 mn le matin, avant les cours et le midi.

Le soir, de 17h à 19h, dans le cadre des activités de la Fédération de boxe anglaise (boxe éducative, amateur, baby boxe et professionnelle) des cours étaient dispensés par le même éducateur dans la même salle de sport du CJA.

Malheureusement, le projet du CJA a pris fin avec la fin du financement et du contrat, et aussi à cause du confinement et des mesures sanitaires mises en place. Un nouveau contrat pour reprendre le même projet devrait être signé pour l'année 2021/2022.

Les cours fédéraux du soir continuent par contre et plusieurs des élèves qui avaient débuté avec les ateliers de boxe éducative du CJA, fréquentent encore aujourd'hui les cours du soir, même s'ils sont dispensés par un autre coach sportif.

Les élèves sont très demandeurs pour la reprise des ateliers au sein de l'école, le directeur et l'équipe enseignante également.

## 5.2 Retour de l'équipe pédagogique et des élèves

Lors de la mise en place pendant l'année 2019/2020, le projet a été très bien accueilli par l'équipe et par les élèves. Les retours ont été extrêmement positifs.

Le CJA comprenait au moment des ateliers 25 élèves âgés de 12 à 18 ans, dont 7 filles et 18 garçons. Plus de la moitié des élèves participait aux ateliers, les garçons (environ une dizaine) étaient plus nombreux que les filles (2-3 maximum), qui ne venaient pas régulièrement et qui s'investissaient peu.

En effet, les filles interrogées répondaient : « ah mais moi je n'aime pas ces sports », « ah non c'est trop violent ».

Les entretiens avec les élèves qui avaient pu participer aux ateliers ont été assez difficiles à recueillir. Certains sont partis depuis, d'autres sont souvent absents.

Quelques entretiens ont toutefois été réalisés avec l'aide du Directeur, très impliqué dans ce projet.

Les élèves avaient du mal à décrire leurs ressentis, leurs envies, leur intérêt pour la boxe et ce qu'ils auraient voulu changer.

Malgré des difficultés de communication (vocabulaire souvent pauvre, parsemé de mots en tahitien et d'expressions corporelles (haussement des épaules et le typique « Oui tahitien » par un haussement des sourcils), ces entretiens reflètent un vécu intéressant.

Je n'ai malheureusement pas pu m'entretenir directement avec Junior, un des élèves les plus assidu. Junior était souvent le premier à se bagarrer dans l'établissement et en dehors, il consommait également du paka, le cannabis du fenua. Le début des ateliers au CJA et de la boxe le soir lui ont permis de « trouver » et de « découvrir » un intérêt dans le sport et particulièrement dans la boxe. Les accès de violences, les rixes et les addictions ont laissé la place aux combats fédéraux ainsi qu'à l'envie de réussir, de sortir d'une situation socio-familiale très précaire.

Avant le début des ateliers Junior est décrit par Stéphane comme un élevé solitaire qui ne se mélangeait pas trop avec les autres, timide. A la fin des ateliers il a pu noter qu'il ne consommait plus de paka et qu'il allait spontanément et facilement vers les gens, il avait gagné beaucoup de confiance en lui.

Junior se trouve actuellement en métropole, avec son ancien « mentor » Stéphane Dellapina, pour un stage de formation en éducateur sportif et pour poursuivre, entre autres, sa carrière de boxeur.

Junior « ce n'était pas un tendre » comme dit Stéphane. Mais il a vu en lui du potentiel derrière sa consommation de paka et ses accès de violence, et il l'a donc tout naturellement amené avec lui dans cette aventure en métropole. Aujourd'hui, Junior a pu trouver un travail stable à Nantes, dans une pépinière, grâce à sa formation acquise au CJA d'ERIMA en agriculture et jardinage.

Le petit frère de Junior, élève également du CJA et sortant de classe ULIS, plus à l'aise avec ses mains qu'avec ses mots, poursuit la boxe le soir dans l'attente d'une reprise des ateliers au sein de l'établissement. Il aime la boxe « pour apprendre » et « pour se défendre ».

Lors d'une bagarre récente au centre de Papeete un mercredi après-midi, pour un regard mal placé, il a préféré bloquer et chercher à maîtriser son adversaire plutôt que de répondre à ses coups.

D'ailleurs, la fédération interdit tout combat de rue, bagarre, rixe sous peine d'être radié de la fédération.

Son grand frère Junior fait sa fierté, celle de sa famille et du CJA. Il en parle avec un grand sourire, que je devine sous son masque. Mais impossible d'en savoir plus sur leur entretien à distance via les réseaux sociaux...

Un autre élève, Bryan aimait beaucoup la boxe éducative à l'école. Il est fier de Junior et il voudrait « faire comme lui ».

D'ailleurs il poursuit les cours de boxe du soir avec l'association AS T'erima toro. Après le départ de Stéphane c'est Hiti, une femme qui s'occupe de les entraîner. Pour 1000 francs par mois ils peuvent s'entraîner jusqu'à 2 heures par jour.

Bryan a commencé la boxe dans le but de perdre du poids, de maîtriser sa colère et également de retrouver ses amis. Tous les jours, il fait une demi-heure de marche pour monter au Gymnase du CJA qui se trouve dans les hauteurs d'Erima.

Quand il pouvait pratiquer la boxe également le matin et le midi, il se sentait mieux et plus à l'aise pour affronter les journées d'école, dit-il. Il ne fume pas personnellement mais il a remarqué une diminution de la consommation de paka et de cigarettes chez les autres élèves qui faisaient de la boxe éducative.

Seven aussi fait de la boxe le soir avec les autres élèves. Il n'était pas encore au CJA quand le projet de boxe éducative était en place. Mais il a hâte que cela puisse reprendre. « Ce que j'ai envie c'est d'expérimenter », mais difficile d'en savoir plus...il a 12 ans, il fait 36 kg...l'écart physique avec les autres élèves est frappant. Je lui demande s'il n'a pas besoin de se défendre, à cause de son physique, de se muscler...il hausse les sourcils...c'est un oui timide, car il lui est difficile de verbaliser ses vraies envies, ses intérêts.

Monsieur Huioutu, le directeur du CJA, était très investi depuis le début dans ce projet de boxe éducative. C'était son idée, lui, qui a fait de la boxe dès son plus jeune âge, ainsi que ses 3 fils. Il a hâte de pouvoir reprendre les ateliers au CJA. Pour lui, ce projet a été très positif pour ses élèves.

D'après lui, les polynésiens aiment le sport de combat, c'est dans leur sang, c'est génétique. Les polynésiens, les Mahoi, sont un peuple de guerriers. Dans les familles polynésiennes « on parle peu et on se bat beaucoup, tout le temps, à la moindre contrariété, tout le monde, mari, femme, enfants, frères sœurs...tous ! ».

De plus, les parents sont très fiers de leurs enfants quand ils font un sport de combat, donc ils les laissent facilement y participer.

Il faut que la boxe soit bien cadrée, que les élèves et les adolescents puissent en suivre les règles, pour apprendre à ne pas combattre en dehors d'un ring. Cette activité leur permet de se canaliser, de se contenir, de se maîtriser.

Certains n'ont pas été séduit dès le départ, mais au fur et mesure des séances de plus en plus d'élèves étaient présents matin et midi.

Pour le directeur, la boxe, le matin, avant l'école est « un excellent réveil de l'esprit et du corps » comme il aime répéter.

Après les ateliers, les élèves étaient plus participatifs, plus réveillés, plus assidus.

Il a donc pu remarquer, auprès de ses élèves et au sein de son établissement :

- Une diminution des bagarres à l'intérieur et devant le CJA
- Une nette diminution de la consommation de Paka, de cigarettes et de temps d'écran
- Une assiduité à l'école et un impact sur la déscolarisation.
- La création d'un esprit d'unité, de famille entre les élèves

Il n'y a pas eu de points négatifs à la mise en place de ces ateliers, mais par contre un certain nombre de limites :

- Très peu d'intérêt de la part des filles, alors que la boxe éducative s'adresse à tout le monde
- A la fin du contrat de l'éducateur les ateliers se sont arrêtés. Les élèves ont vite repris leurs « mauvaises habitudes » (cigarettes, paka, écrans du smartphone et réseaux sociaux...), même si depuis il n'y a plus eu de bagarres au sein de l'établissement.

Le Directeur tient à montrer que pour lui, son Contrat de Ville a été rempli, et il espère donc pouvoir reprendre d'ici peu.

Malgré en effet le départ en Métropole de Stéphane Dellapina, l'association sportive est toujours active et les élèves ont hâte que les ateliers puissent reprendre !

### 5.3 Entretien avec Stéphane Dellapina, AS T'erima Toro, en charge d'animer les ateliers au CJA

Stéphane est un homme engagé pour les jeunes, surtout ceux des quartiers défavorisés. Cela s'entend dans sa voix et dans la passion qu'il met à décrire son association et ses projets.

Te rima Toro : la main tendue.

« T'Erima Toro », le nom de son association, est un clin d'œil à son quartier, Erima, une main tendue aux jeunes de son quartier mais aussi des autres. Un espoir et un moyen de les occuper et de leur proposer une activité qui puisse leur donner confiance et les faire grandir.

Stéphane est arrivé à la boxe à 8 ans grâce à son voisin, coach mais aussi enseignant à l'école, qui lui fait découvrir non pas un simple sport mais une discipline, un état d'esprit, entre respect et règles, qui lui a permis de se construire et d'être celui qu'il est aujourd'hui et qui lui a permis de « ne pas se perdre ».

Il a envie de donner aux jeunes, une autre vision de la boxe en tant que respect des règles, maîtrise de soi-même, confiance en soi, un moyen complet de se connaître.

Il travaille sur une activité sportive, comme la boxe, mais de façon globale, de façon à prendre en charge différents facteurs tant sur le plan physique que psychologique. Avec lui, on s'entraîne mais on discute beaucoup aussi. Les échanges ont une toute autre dimension, ils ne sont pas que sur le ring.

La boxe éducative permet aux jeunes de sortir de leur zone de confort, et au bout de quelques mois on voit déjà les premiers changements dans le comportement.

Après avoir passée 15 ans à travailler comme comptable, il décide de se dédier intégralement aux jeunes et à la boxe.

Il monte donc l'AS T'ERIMA TORO, une association sportive qui a été créée en novembre 2017 à Arue. C'est une association avec environ 60 licenciés, dont 90 % sont des jeunes qui viennent des quartiers prioritaires. Elle est aujourd'hui tenue par son frère Loïc et Hiti, une femme qui continue à entraîner les jeunes d'Erima.

Le but de l'association est de travailler avec les écoles et les communes surtout des quartiers défavorisés, afin d'aider les jeunes à s'intégrer dans la société, éviter les violences, donner à ces jeunes trop souvent livrés à eux même un cadre stable et sain.

Stéphane Dellapina a commencé en créant son association sur Tahiti mais son travail se poursuit aujourd'hui en Métropole, à Nantes, avec l'espoir de créer un lien fort entre les deux villes pour aider les jeunes à travers la boxe éducative.

Selon lui, l'expérience au CJA d'Erima a été très positive pour les élèves. Il a beaucoup travaillé sur la cohésion du groupe, afin de responsabiliser les jeunes, les cadrer et les guider. Cela lui a permis de voir un réel changement chez ces jeunes. Il a en effet tenue des fiches pour chaque élève AVANT/APRES. Une évaluation, bien que subjective, qui permet d'évaluer les répercussions sur ce groupe de jeunes.

## Fiche d'évaluation

Noms et Prénom des bénéficiaires	Âge	Comportement	
		Avant	Après
	17	Il ne se mélangeait pas trop avec les autres, plutôt solitaire, timide, touchait le pakalolo.	Ne touche plus le pakalolo, va vers les gens, beaucoup de confiance en lui. Veut devenir éducateur sportif.
	15	Timide, solitaire, respectueux avec les autres, manque de concentration.	Il prend exemple sur son frère junior, c'est son modèle. Fais des efforts sur sa concentration.
	19	Trop de confiance en lui, manque de respect envers les autres.	Respectueux, redescendu sur terre.
	14	Ne vient pas souvent au cja, il n'en fait qu'à sa tête. Impression qui connaît plus de choses que les autres.	Présent en cours, à l'écoute des gens. Réalise qu'il a besoin des autres pour réussir dans la vie.
	17	Ne vient pas souvent au cja, il n'en fait qu'à sa tête.	Présent en cours, il appris à gérer ses émotions, il est plus posé.
	16	Manque de tonicité, timide, manque de confiance en lui.	De plus en plus tonique, confiance en lui, s'implique dans les divers activités.
	19	Il est timide, solitaire, ne se mélange pas avec les autres et se mets à l'écart des activités proposées	Moins timide, vient regarder les autres faire du sport, plus souriant, hésite encore à s'initier dans le sport.
	16	Timide, ne participe pas aux activités, il est dans sa bulle, a du mal à s'accepter physiquement.	Moins timide, participe aux activités, plus sociable. Apprécie et accepte son corps car maintenant il voit des avantages.
	14	Peu de filles s'osaient à ce sport de combat maintenant elle commence à s'intéresser de plus en plus. Je pense qu'avec plus de temps les filles s'investiront un peu plus.	
	17		
	15		
	16		
	14		

Fig. 1. Note d'évaluation faite par Stéphane Dellapina pour les élèves du CJA d'ERIMA tirée de sa présentation « Bilan du projet : «Te Tiaturi» (par concession à titre gratuit)

Au final, le parcours de Junior est, un Happy End que j'aime bien et qui clôture pour moi ce projet. Loin de sa famille aujourd'hui, mais capable de voir loin, tellement plein d'espoir...et de vie !

En résumé, on peut dire que l'expérience du CJA a été positive, et à moindre coût finalement. Pour développer ces types de projet, la collaboration des différents acteurs est fondamentale, ainsi que le rôle de la fédération de boxe (FBAPF), qui forme les éducateurs à ce type d'activité.

#### **5.4 La fédération de Boxe anglaise en Polynésie (FBAPF)**

La fédération de boxe anglaise en Polynésie s'occupe également de la boxe éducative.

La boxe est ouverte à tous, de la baby-boxe à partir de 7/8 ans, au débutant, amateur puis aux professionnels.

En Polynésie Française, on compte environ 30 clubs de boxe anglaise entre Tahiti et Moorea, avec environ 1300 licenciés (dont environ 50 sont des filles, c'est-à-dire à peine 4%).

D'après Ismael Tahiaata, le président de la FBAPF, la boxe éducative fait partie de la formation de tout boxeur. Elle concerne principalement un public d'enfants et d'adolescents mais elle est ouverte à tous.

Pour lui, l'objectif de la boxe éducative n'est pas uniquement d'être un sport de combat, c'est aussi et surtout un outil qui permet de sociabiliser les enfants et de leur rappeler des valeurs qu'ils connaissent déjà (mais qu'il faut parfois renforcer) telles que le respect des règles, le respect des personnes, le respect du travail et de l'effort récompensé, la fierté du dépassement de soi et la satisfaction de contribuer au développement du cocon familial ou de la société.

Le travail avec les jeunes est une partie fondamentale du travail de tout entraîneur.

Pour M. Tahiaata, les jeunes polynésiens sont très intéressés par la boxe et les sports de combat. Mais cet esprit n'est pas forcément « culturellement » lié au peuple Maohi, ce ne sont pas des « Aito », des guerriers forts et durs... mais ce sont plutôt des jeunes « caïds ». Ils

veulent savoir se défendre, se protéger, et gagner ainsi en confiance pour essayer de vivre, parfois survivre, dans des quartiers et dans des familles « difficiles ».

Leurs buts dans l'approche de la boxe sont en général, selon lui :

- La recherche des compétitions
- Savoir se défendre
- Gagner en confiance en soi
- Perdre du poids

La boxe à l'école a toute sa place, selon Ismaël. La discipline, le respect, le fair-play font partie de ce sport et ils ont tout intérêt à être développés. Il me rappelle également que la boxe est un sport, donc choisie également dans le but de la perte de poids et de la lutte contre l'obésité, un des problèmes majeurs aujourd'hui en Polynésie.

De plus en plus de filles sont intéressées par la discipline, même si elles représentent en Polynésie à peine 4 % des inscrits. Le problème reste la mixité des combats, sauf en Baby boxe et en boxe éducative, où les combats peuvent être mixtes.

L'esprit des clubs de boxe est familial, on y respecte sa famille et ses membres en premier lieu. On se protège également. Et on ne fait pas n'importe quoi. Impossible d'arriver « défoncé » à un entraînement ou à un combat.

L'impact sur les addictions, même si cela reste subjectif, est évident selon le président. « Si le gamin est avec moi, je sais qu'il ne fera pas de bêtises »

La fédération est de plus en plus active en Polynésie Française. Elle travaille en partenariat avec plusieurs institutions et associations pour essayer de mobiliser les jeunes adolescents du Fenua et tenter de créer une dynamique positive pour les sortir des addictions, des violences ou du décrochage scolaire.

## 5.5 Les différents programmes de Boxe éducative en Polynésie, en dehors du CJA

Depuis quelques mois on parle de plus en plus de boxe éducative en Polynésie. Plusieurs projets se mettent en place.

Entre la PJJ, la DGEE et le Fare Tama Hau, de plus en plus d'éducateurs et de personnels en charge de la jeunesse polynésienne s'intéressent à la boxe éducative, surtout en prévention du décrochage scolaire, des conduites à risque et des violences.

En octobre 2020, la Polynésie a pu accueillir pour un stage de formation en boxe éducative, Stéphane Raynaud, conseiller technique national auprès de la Fédération Française de Boxe (FFB), et spécialisé en Boxe éducative.

La FFB a mis en place un projet nommé DEFIS Boxe (Diversité, Education, Formation, Insertion et Solidarité) en faveur des personnes en difficulté sociale (mais ouvert à tous) dont la boxe éducative représente le pilier principal. Dans les programmes, on retrouve également la boxe loisir, l'Aéroboboxe et l'Handi-boxe.

M. Stéphane Raynaud, a animé en Polynésie un séminaire avec la FBAPF et la DGEE à ce sujet ainsi qu'une formation avec la PJJ (Protection judiciaire de la jeunesse) de Polynésie et la FPSAH (Fédération Polynésienne des Sports Adaptés et Handisport).

Le personnel enseignant de la DGEE, les personnes ressources de l'éducation physique sportive (EPS), du sport scolaire, étaient les premiers concernés par le séminaire organisé avec la DGEE qui avait pour but de lutter contre le décrochage scolaire.

Au sein de la PJJ, le but de la formation était de lutter contre les violences et les excès de violence des jeunes suivis, afin de canaliser leur colère, de leur redonner confiance en eux.

Ces formations étaient axées sur l'enseignement de la Boxe Educative aux enfants ou aux adolescents, c'est à dire une boxe qui protège, qui préserve et qui rassemble, permettant aux jeunes de s'approprier des notions de règles et de respect envers l'autre.

Le but de ces projets était de former éducateurs et professeurs à ce type de discipline pour pouvoir mettre en place des séances de boxe éducative avec l'aide des entraîneurs ou éducateurs qualifiés de la FBAPF.

M. Raynaud, lors de sa venue en Polynésie, et après avoir travaillé avec la PJJ et la DGEE, a également travaillé avec la FPSAH-Fédération Polynésienne des Sports Adaptés et Handisport. Le but étant d'ouvrir la boxe éducative et de faire profiter de ses bénéfices à tout type de public, en proposant des exercices adaptés à des personnes en situation de handicap.

En pratique, la boxe est en effet ouverte à tous, et même si le but premier n'est pas forcément le même, du décrochage scolaire, à la diminution des violences et des addictions, à la socialisation, les principes, les avantages et les utilités sont semblables.

A l'issue de ces trois formations, des conventions vont bientôt voir le jour avec l'appui de la FBAPF pour soutenir ces projets.

Les intérêts de ce type d'activité, tant en milieu scolaire qu'extrascolaire :

- Apprendre à respecter les enseignants et les partenaires
- Apprendre à respecter les règles
- Permettre à chacun de travailler en toute sécurité
- Acquérir la confiance en soi

Les collectivités s'intéressent également au projet en lien avec la boxe éducative. Pendant que j'écris ces lignes, la Ville de Papeete organise un stage ouvert aux adolescents pendant les vacances scolaires : « Le sport au service de l'insertion sociale » dans le cadre des projets en faveur de la jeunesse et de la lutte de la délinquance et l'incivilité. Il s'agit surtout de sensibiliser les jeunes au respect des règles et des bons comportements sociaux à travers différents sports dont la boxe éducative. Discipline, respect, confiance en soi, estime sont les buts principaux de ces stages ouverts aux adolescents de la ville.

D'autres projets sont en cours, et j'ai pu remarquer que la boxe éducative prenait de plus en plus de place dans ces ateliers extra-scolaires.

Malgré tout, il ne faut pas oublier que jusqu'à 16 ans l'école reste obligatoire et c'est à l'école que nos adolescents passent la majeure partie de leur temps. Les établissements ont donc un rôle important à jouer pour développer des ateliers et des formations sportives.

## 5.6 La boîte éducative dans les écoles : Le projet de la DGEE

La DGEE s'intéresse de près au projet de boîte éducative et son application possible au sein des écoles polynésiennes.

J'ai pu m'entretenir avec Madame Stéphanie Sanquer, chargée de mission au bureau d'EPS et de sport scolaire de la DGEE, qui a organisé le séminaire en octobre dernier avec M. Raynaud.

« La DGEE est assez sensible aux dispositifs innovants qui mettent en valeur les parcours santé et citoyen de l'élève. Le parcours citoyen est donc un parcours éducatif qui vise à la construction, par l'élève, d'un jugement moral et civique, à l'acquisition d'un esprit critique et d'une culture de l'engagement dans des projets et actions éducatives à dimension morale et citoyenne. La boîte éducative par son approche s'inscrit parfaitement dans ce volet. »

Le séminaire était ouvert aux personnes "volontaires " afin qu'ils deviennent des référents sur le terrain.

Les invités étaient : des directeurs de CJA, des conseillers pédagogiques, des référents de la MLDS (Mission de Lutte contre le Décrochage Scolaire), des élus des communes de Mahina et Puunaauia, des professeurs d'EPS, des parents d'élèves....

L'objectif était de former du personnel dans le but de mettre en place pour l'année scolaire prochaine un stage de formation, avec l'aide de la FBAPF, afin que la boîte éducative et le sport de manière plus générale puisse permettre de générer une dynamique positive chez les élèves.

Pour le moment le projet est encore en période expérimentale car il n'a pas encore d'action concrète sur le temps scolaire et périscolaire en dehors des CJA.

Le projet devrait voir le jour dans des écoles pilotes avec des actions ciblées, à l'aide de certains des professeurs qui ont participé à la formation et qui sont eux même boxeurs.

Selon Madame Sanquer, « La boxe éducative tel que Stéphane Dellapina l'a abordée peut véritablement être une clef de la réussite scolaire et de l'épanouissement de l'individu (enfant, élève, jeune adulte), une approche non violente et respectueuse de l'autre via un sport de combat ».

## 5.7 PA'ARI, documentaire primé au FIFO en 2021

S'il ne s'agit pas de boxe éducative, un reportage actuellement diffusé dans le cadre du FIFO 2021 (Festival international du film documentaire océanien à Tahiti, février 2021) a relevé tout mon intérêt. Il s'agit effectivement, de « Pa'ari » ( « Difficulté, endurance, solide » dans ces différentes significations en tahitien) documentaire sur Henri Burns, boxeur polynésien et champion de MMA, fier de son sport et qui se bat pour gagner. Dans ce film, il raconte comment « les sports de combat l'ont choisi » et comment s'est construite son histoire. Comment, lui, l'enfant des services sociaux, l'enfant harcelé, est devenu champion.

Un message très positif et plein d'espoir pour une jeunesse en perdition, qui a besoin d'un modèle simple dans lequel s'identifier. Le jeune Henri, « star » de Moorea dans sa catégorie, essaie de véhiculer à travers ce documentaire des messages concrets et remplis d'espérance pour la jeunesse polynésienne.

« Je n'ai pas trop choisi les sports de combat, c'est les sports de combat qui m'ont choisi »

« C'est ton esprit qui doit contrôler ton corps et non pas ton corps qui contrôle ton esprit. Dans la lutte entre le bien et le mal, parfois le choix est difficile à faire. Il faut donc te donner tous les moyens grâce aux sports de combat pour pouvoir canaliser tes énergies et tes frustrations. »

Les jeunes ont aujourd'hui de plus en plus besoin de modèles positifs, dans lesquels s'identifier.

Malgré la violence d'un combat « classique » de boxe, les principes et les valeurs restent des valeurs positives de respect, de fraternité.

Ce documentaire représente donc l'intérêt qui gravite autour des sports de combat ces dernières années en Polynésie, Henri Burns est un bon témoin et un bon exemple de réussite malgré les nombreuses difficultés qu'il a pu affronter dans sa vie depuis sa naissance.

Il s'adresse principalement à eux, ces adolescents en manque de références, avec des mots, des paroles simples et des faits du quotidien si familiers aux jeunes polynésiens.

## 6 DISCUSSION

Les recherches orientées sur la boxe éducative en France ainsi que sur le rôle des activités sportives chez l'adolescent, laissent ressortir un champ d'étude large et des intérêts de plus en plus nombreux dans ce domaine.

Cela ouvre un questionnement sur la pratique et sur la place que la boxe éducative peut avoir chez les adolescents en Polynésie Française et le rôle que cela peut avoir en milieu scolaire.

### 6.1 L'adolescent ou... l'âge du changement

Les adolescents, aujourd'hui, font partie intégrante de notre société. Ce n'était pas le cas avant le XIX siècle : on passait directement de l'enfance à l'âge adulte. Cet âge charnière de la vie a en effet longtemps été ignoré.

L'adolescence c'est l'âge du changement, de la découverte de soi et du monde, mais également une période de besoins différents, de recherche et de reconnaissance. C'est aussi une période de crise, de rupture, de passage, parfois difficile.

Le mot adolescent et sa représentation ont été développés avec l'industrialisation de la société, les définitions sont variées, la période d'adolescence débute généralement à l'âge de la puberté, pour se terminer à l'âge adulte, (la limite est encore difficile à définir...).

Pour comprendre les liens entre adolescence, conduite à risque, et sport dans le cadre de l'activité de boxe éducative au CJA, j'ai tout d'abord étudié les différents aspects de cette discipline et le lien entre activité physique, santé et adolescence afin d'avoir une vision plus globale, puis je me suis intéressée à la boxe comme un moyen possible de « prévention » des addictions, mais pas que dans les addictions finalement.

## 6.2 Les activités physiques comme déterminant de santé

La promotion des activités physiques et sportives comme facteur de santé fait partie de plusieurs programmes ministériels en France<sup>14</sup>, mais également dans d'autres pays développés et cela depuis plusieurs années.<sup>15-18,38,39</sup>

L'activité physique et sportive est un déterminant de santé physique et mentale à part entière. Elle est reconnue comme une thérapeutique non médicamenteuse par la Haute Autorité de Santé en France depuis 2011<sup>19</sup>.

Notre société est marquée par une forte augmentation de la sédentarité, liée notamment à la tertiarisation des emplois, à l'augmentation des déplacements inactifs et à l'essor du numérique.

De plus, les années 2020 et 2021 ont été (et sont toujours) marquées par la pandémie de la Covid 19, qui a eu un impact déterminant en Europe et ailleurs dans le monde, sur la sédentarité. Entre confinement et fermeture de nombreuses salles d'activité, travail à la maison et peur des contacts physiques, l'activité physique régulière est de plus en plus mise en péril avec des conséquences délétères sur la santé de chacun ; nous pouvons déjà voir et imaginer ces conséquences pour le futur.

Depuis 2017, il est possible pour les médecins de prescrire l'activité physique sur ordonnance. Le sport fait donc (enfin ?) partie intégrante du projet de soins du malade<sup>19</sup>.

L'activité physique contribue à améliorer l'état de santé et ses bienfaits permettent aux personnes de mieux vivre avec des maladies chroniques et de mieux supporter les traitements.

De plus, elle fait partie intégrante de la majeure partie des programmes de prévention<sup>15,16</sup>.

Depuis plusieurs années, le sport est utilisé par les éducateurs et autres professionnels de la jeunesse en prévention des conduites à risque, mais pas seulement. Les rôles du sport comme discipline éducative sont aujourd'hui multiples.

On la retrouve entre autres dans les programmes de protection de la jeunesse pour sortir les jeunes de la violence et du délit.

Enfin, le rôle du sport peut être également thérapeutique, dans les ateliers médiatisés et dans les centres de lutte contre les addictions.

### 6.3 La prévention

L'activité physique chez l'adolescent est notamment utilisée pour son rôle de prévention, dans les conduites à risque mais également des violences, bagarres et décrochage scolaire.

La prévention vise à empêcher la naissance et le développement d'une consommation de substances psychoactives (alcool, tabac, substances illicites), susceptible d'induire des risques pour soi, pour les autres et pour la collectivité. La prévention intervient également sur les autres « addictions sans produits » telle que les jeux de hasard et les jeux vidéo, qui prennent de plus en plus de place chez cette population adolescente<sup>40</sup>.

L'encadrement par des lois visant à interdire ou diminuer l'offre appartient également à la prévention.

Le but de la prévention est de développer les capacités des individus à faire des choix favorables à leur santé, à renforcer l'estime d'eux-mêmes et la qualité de leurs relations avec les autres, leur insertion dans la société et leur capacité à demander de l'aide.

C'est exactement dans cette optique que le sport, et particulièrement la boxe éducative a un rôle à jouer. Bien au-delà de la « simple » lutte contre les addictions.

Le sport est un moyen de prévention mais également une solution pour travailler les caractères de chaque individu, pour aider les jeunes à se construire, à avoir confiance en leur avenir et à lutter pour leur futur.

Plusieurs projets ont vu le jour ou sont en cours d'expérimentation dans plusieurs pays ces dernières années. Le but étant de réduire les consommations de drogue et les conduites à risque chez les adolescents. En effet, on s'intéresse de plus en plus à la santé de nos jeunes dans les pays dit « occidentaux » pour éviter des dérives avec des effets à moyen et long terme sur la santé.

## 6.4 L'adolescent et les conduites à risque

On parle souvent d'addiction, de conduite addictive ou de conduites à risque chez les adolescents.

L'adolescence s'accompagne de nombreux changements physiologiques, psychiques, physiques ainsi que des modifications sociologiques. Comme son étiologie l'indique, adolescent signifie grandir, devenir adulte<sup>23</sup>.

Pour se construire, le jeune rentre dans une phase de curiosité, de prises de risque et de défi, il est en quête d'expérimentation, il cherche l'identification aux pairs et non plus aux parents. Et c'est dans cette quête, cette curiosité et la recherche de son propre chemin qu'il ouvre la porte à la prise de risques, aux diverses conduites qui peuvent devenir des addictions et des dépendances <sup>1</sup>.

« Le risque lié à la dépendance est lié à une véritable addiction à la prise de risque. » (Pr. Duverger)

L'expérimentation et l'initiation aux drogues intervient au moment où le cerveau, à cause de son immaturité, est le plus vulnérable aux effets toxiques. Cette initiation à l'adolescence est susceptible d'entraîner un abus voire une dépendance, d'autant plus délétère que ces consommations sont précoces (avant 15 ans).<sup>24</sup> Les adolescents se révèlent peu sensibles aux risques sanitaires à long terme

Dans cette période de construction, les jeunes sont peu réceptifs aux règles et ils se sentent peu sensibles et concernés par les mises en garde vis-à-vis des risques sanitaires à long terme (notamment les risques de maladies chroniques liées au tabagisme et à l'alcoolisation).<sup>34</sup>

Quel que soit le produit considéré, la précocité de l'expérimentation (l'âge précoce de l'entrée dans la consommation) augmente les risques de dépendance ultérieure, et augmente les dommages que ce type de substances peuvent induire.

Il ne faut pas oublier que la même chose est également vraie pour d'autres addictions telles que la pratique des jeux de hasard et d'argent. Concernant les jeux vidéo, une utilisation très précoce et sans encadrement familial peut également entraîner une pratique à risque.

## 6.5 Le sport et les addictions

« Pratiquer une activité physique, qu'elle soit sportive ou autre, est un moyen de communiquer avec les autres et peut permettre de rétablir l'estime de soi lorsque celle-ci est défaillante. Il ne s'agit pourtant là que d'une étape qui doit favoriser l'éclosion d'un dialogue nécessitant, de la part des adultes, une écoute bienveillante. » O. Middlenton<sup>25</sup>

Le rôle du sport dans les addictions est essentiellement lié à la prévention mais pas seulement, car on le retrouve également dans les ateliers thérapeutiques médiatisés chez les adolescents et dans les centres de consultations spécialisés en addictologie<sup>35</sup>.

De nombreuses études, depuis le milieu des années 80, ont démontré que l'activité physique a un rôle de prévention contre les addictions<sup>26,37</sup>. Les conclusions de ce type d'études démontrent une relation inverse entre la pratique de l'exercice physique et la consommation de substances psychoactives. Cela intervient chez les adolescents par son action socialisante et par le renforcement des ressources pendant la puberté.

Les entraîneurs et les professeurs d'EPS ont un rôle prépondérant dans l'enseignement d'une conscience de bonne santé<sup>36</sup>.

Au final les conséquences d'un manque de politique de prévention coûtent plus cher qu'une prévention faite avec un moyen simple comme l'activité sportive.

## 6.6 Le Model Islandais... un exemple pour la Polynésie ?

L'Islande a été une des pionnières en matière de prévention chez les adolescents avec son projet Planet Youth<sup>15,16</sup>

Ce projet part du principe que dans les actions de santé publique, l'impact le plus considérable sur la santé et le bien-être est lié à des actions socio-économiques plus qu'à des actions menées à l'échelle individuelle.<sup>20</sup>

Ainsi, il faut agir sur la société, sur l'éducation, sur les groupes de pairs pour avoir un impact sur la santé des individus.

C'est le pari qu'a fait l'Islande depuis maintenant plus de 20 ans avec la mise en place de son projet « **Youth In Iceland** ».

Le modèle islandais a une « approche socio-environnementale » globale des adolescents. Un rôle majeur y est donné à la parentalité et aux activités de loisirs organisées. La municipalité de Reykjavik, capitale de l'Islande, y joue également un rôle central dans la réduction de la consommation d'alcool et de drogues chez les jeunes. En effet, elle a mis en place les mesures suivantes :

- La vente d'alcool est interdite pour les moins de 20 ans, et l'âge limite pour consommer du tabac a été arrêté à 18 ans.
- Les enfants âgés de 13 à 16 ans doivent respecter un couvre-feu fixé à 22h en hiver et minuit en été.
- Les parents doivent s'engager auprès de la commune sur plusieurs recommandations comme : ne pas acheter d'alcool à leurs enfants ou surveiller leurs enfants et ceux des autres.

D'un autre côté, les parents ont été encouragés à passer du temps avec leurs enfants et à favoriser le plus possible les activités extra-scolaires. Ainsi, Reykjavik donne par exemple l'équivalent de 250 euros (36 000 francs pacifique) aux enfants sur leur « Leisure Card » pour qu'ils puissent pratiquer les activités de leur choix.

Afin de mesurer l'effet du programme et le bien-être des enfants, une grande enquête est réalisée chaque année pour voir quels sont les taux de consommation de psychotropes chez les jeunes.

Depuis 20 ans les résultats ont été assez spectaculaires avec une réduction nette des conduites à risque chez les adolescents.

Entre 1998 et 2018, le nombre de jeunes de 15 et 16 ans ayant été ivres le mois précédent l'enquête est passé de 42 à 6 %. Le nombre de ceux ayant déjà testé le cannabis est passé de 17 % à 7 % et le nombre de fumeurs est passé de 23 % à 2 % sur la même période.

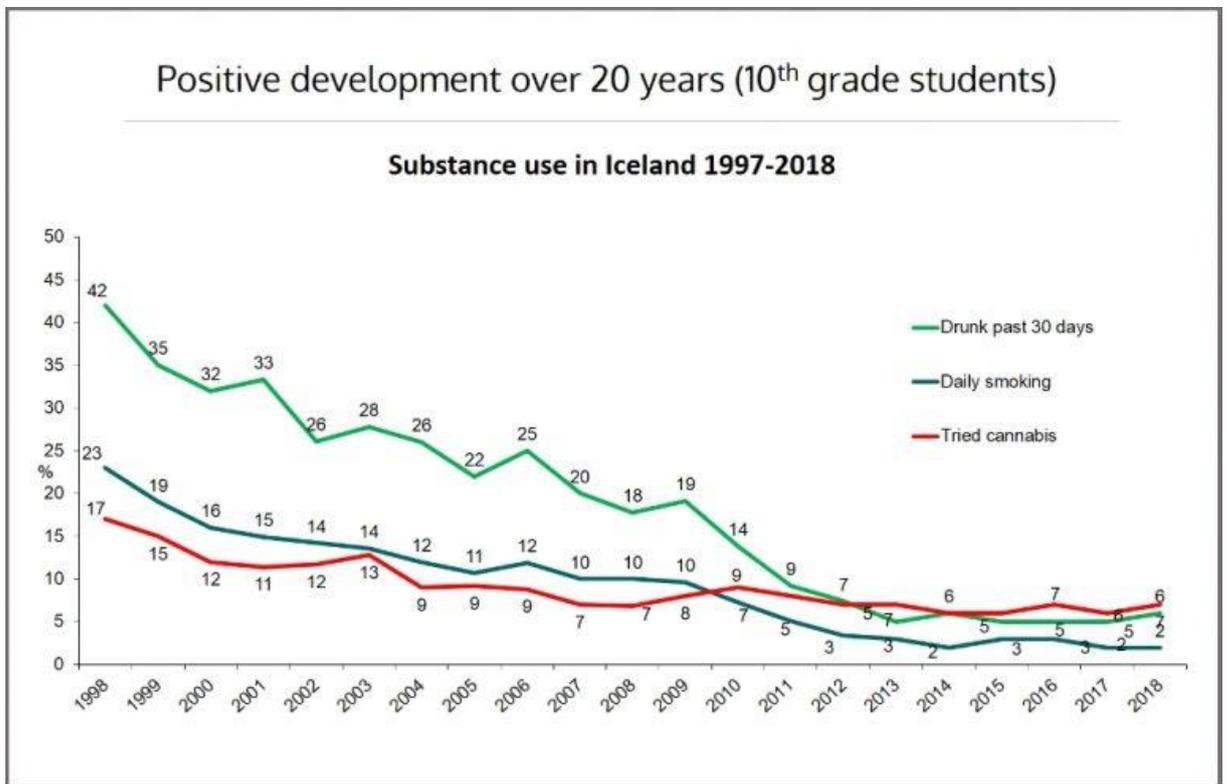


Fig :1 Pourcentage annuelle des réponses sur l'utilisation des substances addictives chez les adolescents islandais »<sup>15,16</sup>

Dans ce projet, le sport et les activités physiques ont un rôle prépondérant, ils ont permis à un grand nombre d'adolescents de s'épanouir et de s'éloigner des conduites à risque.

L'école, la famille et les effets des groupes de pairs sont les autres facteurs déterminants dans ce projet.

Ce projet présente par contre des limites et n'est pas sans avoir été critiqué, malgré les éloges de la presse internationale. En effet, début 2020, l'European Society for prevention research et l'European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction ont publié un communiqué<sup>21,22</sup> qui recommande de ne pas copier à l'identique le modèle Islandais, mais de l'utiliser à bon escient, tout comme d'autres voies de prévention. En effet, ils considèrent que ce modèle ne peut pas être implanté tel quel dans des communautés qui n'ont pas les caractéristiques particulières et spécifiques de l'Islande.

D'autre part, le succès international et dans les media du modèle Islandais a permis de promouvoir le concept de « prévention environnementale » (« environmental prevention »). Grâce à cela, les acteurs de la prévention comprennent de plus en plus à quel point il est important de faire une prévention collective plutôt qu'individuelle.

Les similitudes entre l'Islande et la Polynésie Française de par leur insularité, leur faible nombre d'habitants, leur faible densité et une concentration de la population sur la zone urbaine principale en font une matière de réflexion intéressante pour trouver des pistes afin d'aider la population adolescente de Polynésie à s'épanouir.

S'inspirer de ce type de projet, et l'adapter aux caractéristiques propres du Pays, ne serait-il pas intéressant à développer en Polynésie française ? Laisser un accès plus aisé aux activités extra-scolaires est une piste à suivre qui a tout son intérêt. Finalement, ce sont des actions simples à mettre en place, par les municipalités, les écoles, les associations et les pouvoirs publics concernés.

La boîte éducative aurait toute sa place dans les activités extra scolaires qui pourraient être mises en place aisément et qui seraient sans doute captivantes pour cette population adolescente.

## **6.7 La place de la boîte éducative**

L'exemple du CJA d'ERIMA, même par sa toute petite échelle, représente un moyen de montrer que des changements sont possibles chez les adolescents et que cela ne coûte pas forcément « trop cher » à la communauté.

La mise en place de programme de prévention qui fait intervenir école et municipalité, comme au CJA, est un exemple que la collaboration est possible et doit être soutenue.

Les adolescents sont les futurs adultes, la génération de demain. Il faut donc s'intéresser à eux aujourd'hui pour qu'ils puissent être des adultes épanouis plus tard.

La mise en place d'ateliers sportifs de boîte éducative, qui permettent de « soigner » corps et esprit, semble donc une solution possible, qui peut facilement intéresser des jeunes, surtout

dans les quartiers défavorisés. Attirés tout d'abord par la facette « sport de combat », ils ne peuvent en tirer que des bénéfices.

Ce type d'activité a, de plus, l'avantage de ne pas avoir de limites ni de points négatifs. Certes, il existe le « sport pathologique » mais c'est essentiellement une dérive qu'on retrouve dans les sports de compétitions et professionnels, et non pas dans la boxe éducative.

En effet, la boxe éducative n'a pas vocation à former des athlètes mais à former « des esprits ». Les élèves qui rentrent dans ce projet apprennent une discipline dans sa forme ludique et non pas de compétition. La pratique de la boxe est faite en toute sécurité et le maître mot est « personne ne ressort avec la moindre douleur ».

Le but n'est plus de gagner mais de gérer son agressivité, ses émotions, respecter les autres et son partenaire, respecter les règles et travailler sa propre confiance.

Les adolescents, du CJA et d'ailleurs, ont besoin de ce cadre, de comprendre et intégrer le respect des règles et de se construire tout en travaillant leur esprit.

Mettre en place des ateliers de boxe éducative avant, pendant et après l'école, semblerait donc un moyen efficace et simple pour « récupérer » ou pour « ne pas perdre » nos jeunes.

Comme déjà fait en Islande avec la mise en place d'une Leisure card, il faudrait proposer de plus en plus d'activités sportives à prix modique et à proximité.

En Polynésie, la mise en place de ce type de projet rencontre deux problèmes. D'une part le manque de proximité des lieux dédiés aux jeunes, et d'autre part le manque de moyens financiers.

Le Fare Tama Hau, la maison de l'adolescent de Tahiti, se trouve dans un coin un peu excentré et pas toujours simple d'accès pour nos ados. Il faudrait donc trouver un moyen de maintenir une proximité. Parfois, il faut faire un compromis avec eux. Aller les chercher, les intéresser.

Lorsque la pratique d'une activité physique est proposée aux parents pour leur enfant lors de consultation, la barrière de l'éloignement et du coût est souvent mise en avant : « Taote c'est cher hei !!!! » ; « lllliall Taote c'est loin... »

Beaucoup de parents ne connaissent pas les lieux dédiés aux adolescents, ni la salle de sport où pouvoir inscrire leur enfant.

Des conventions avec les écoles, pour proposer un maximum d'activités sportives en extra et périscolaire pour ces enfants pourraient être une solution comme au CJA.

Il faudrait faire des propositions, aller à leur rencontre, créer des lieux de proximité où tout cela serait possible. Afin d'éviter aux jeunes de se retrouver dans la rue ou de rester chez eux devant leur écran.

Il convient de travailler avec les institutions (Sport et jeunesse), les municipalités, les écoles, pour donner aux jeunes la possibilité d'avoir accès à des formations et des ateliers en boxe éducative, un exemple comme un autre, mais qui a prouvé son efficacité auprès de ces jeunes.

## **6.8 Boxe éducative comme outils thérapeutique**

Une autre utilisation de la boxe éducative est celle d'outil thérapeutique.

En effet, la boxe éducative commence à être adoptée et diffusée dans les hôpitaux comme outil thérapeutique dans des ateliers dédiés avec formation du personnel médical et paramédical à cette discipline.

En 2014, les premiers ateliers de boxe éducative débutaient au centre hospitalier psychiatrique Charles Perrens de Bordeaux ; cet hôpital a été le premier centre hospitalier à mettre en place de telles activités et une formation<sup>27</sup>.

Ces ateliers commencent à être largement diffusés, notamment dans les services de psychiatrie, pédopsychiatrie et addictologie

Au sein des services hospitaliers, on pratique une boxe sécurisée, dont l'absence de douleur est à la base de la pédagogie. Elle est utilisée pour gérer les émotions, l'agressivité, pour respecter les autres, travailler la confiance en soi et pour ressentir son corps et s'en réapproprier.

La boxe éducative devient un outil privilégié pour prendre soin de l'autre (toucher sans frapper et sans douleur) et de soi-même.

La boxe est également un outil de remise en forme et un moyen de créer un lien de confiance avec les soignants.

L'école de kinésithérapie de Bordeaux (IFMK) a également adopté pour ses élèves des ateliers de boxe éducative, afin de générer une dynamique de groupe et de poser les bases des valeurs du soin et de la relation au malade<sup>28</sup>.

## 6.9 La boxe, l'obésité... et les écrans !

La lutte contre l'obésité et la remise en forme font partie des points mis en évidence tant par les adolescents que par les adultes concernés dans les projets de boxe éducative.

Nous ne sommes plus dans la consommation de substances illicites, dans le décrochage scolaire ou les bagarres, mais dans la sédentarité liée majoritairement à l'utilisation massive des écrans chez nos adolescents.

Le lien entre manque d'activité physique, écran et obésité revient très souvent dans différentes études ces dernières années<sup>29-32</sup>.

Les écrans et leurs abus représentent un des facteurs fondamentaux dans la propagation et l'aggravation de l'obésité, surtout dans la population adolescente.

Le sport représente donc, entre autres, un moyen de garder les adolescents en forme...et loin des écrans !

Une étude longitudinale parue en 2018<sup>29</sup> en Allemagne suggère déjà que la surconsommation des écrans a un effet négatif sur la réussite scolaire, alors que l'activité physique a un effet positif.

En Nouvelle Zélande, des études se sont intéressées à l'obésité chez les enfants du pacifique sud et maori, ainsi qu'à l'utilisation de la boxe pour lutter contre l'obésité des jeunes.<sup>31,32</sup>

La boxe « sans contact » et les exercices de boxe font ainsi partie des programmes de remise en forme et de lutte contre l'obésité chez ces adolescents.

La modification du mode de vie est considérée comme la base de la lutte contre l'obésité.

L'intérêt de ce programme va également au-delà de la remise en forme, avec des effets sur les relations avec les pairs, l'augmentation de l'estime de soi et de meilleures performances à l'école<sup>32</sup>.

L'étude GSHS<sup>11</sup> réalisée en Polynésie Française a mis en évidence que la population adolescente présente de plus en plus de problèmes liés à une obésité croissante et un manque d'activité physique régulière.

Des programmes comme Ecole en santé et CJA en santé sont donc en train de se mettre en place pour apporter leur soutien dans les écoles. Ils vont être les premiers acteurs du changement environnemental, base nécessaire à un changement individuel.

Au CJA d'ERIMA, les ateliers de boxe éducative ont une place importante dans les engagements nécessaires pour avoir le label « CJA en santé »

### **6.10 La boxe et les adolescents des milieux défavorisés**

Henri Burns est un enfant des services sociaux, comme il le dit dans le documentaire PA'ARI, primé meilleur court métrage au FIFO 2021.

C'est le cancre de l'école, toujours impliqué dans les bagarres, un « bon à rien » comme répétait l'assistante sociale à une de ses familles d'accueil. Et puis, face à ses accès de colère, on l'initie à la boxe. Il se retrouve donc devant sa propre haine, et il arrive à choisir, grâce au sport de combat, comment la maîtriser et l'utiliser différemment.

Oublier son passé pour aller de l'avant. Sortir de sa cité, de son quartier, pour s'affirmer, pour se défendre, parfois peut-être pour être un caïd, mais sans oublier les règles... La boxe éducative est un moyen d'attirer un public d'adolescents en marge de la société.

En 2018, l'OMS estime que, dans le monde, un adulte sur quatre, et trois adolescents sur quatre (âgés de 11 à 17 ans) n'atteignent pas les recommandations d'activité physique pour la santé. Ce document souligne qu'il existe des inégalités importantes d'accès aux activités physiques en fonction du sexe et du statut socio-économique des individus. Les femmes, les personnes âgées, les personnes handicapées, les personnes atteintes de maladies chroniques, les personnes défavorisées, les personnes précaires et les habitants en milieu rural ont moins souvent accès à des lieux et espaces appropriés, accessibles, sûrs et abordables pour pratiquer une activité physique ou sportive<sup>19</sup>.

Et la Polynésie Française c'est aussi ça. Des familles socialement instables, des adolescents qui vivent dans des grandes, parfois même très grandes familles, de la pauvreté, des enfants de services sociaux, des enfants Fa'amu<sup>a</sup> ou simplement confiés à la tatie, la mamie, la cousine. Des familles élargies, recomposées, reconstruites ou détruites, où l'adolescent tente, tant bien que mal, de se faire une place entre misère, violence, manque d'amour et de considération. Des adolescents dans le champ du Handicap mais également des enfants atteints de maladie chronique.

Ils ont besoin d'un moyen de s'échapper, de s'évader, de se construire. La prévention devient primordiale, fondamentale pour leur donner un espoir et en faire des adultes épanouis.

L'école a un rôle essentiel à jouer, et elle se doit de leur donner tous les moyens pour pouvoir grandir, s'apaiser parfois, se construire ou se reconstruire.

La mise en place des programmes d'activité physique en dehors des cours d'EPS est un moyen simple que l'on peut donner à ces adolescents.

Ces derniers temps, on relate beaucoup dans la presse « les fights » du mercredi après-midi après l'école. Le centre de Papeete est de plus en plus le lieu de bagarres et de violences entre adolescents. Ces combats de rues sont filmés et retransmis sur les réseaux sociaux. Ils représentent actuellement un moyen de passer son mercredi après-midi. Les jeunes sortent de l'école, ils « cherchent » la bagarre, pour eux, c'est un moyen de se montrer, de s'affirmer et d'expérimenter.

La boxe a été le moyen d'en « forger » plus d'un, sortis souvent de ce milieu défavorisé. (L'exemple de Junior, mais également d'autres champions renommés).

Les adolescents sont également poussés par la recherche d'une certaine forme physique, d'un corps « stylisé » par les entraînements. Ce corps qui permet à ces jeunes d'avoir une certaine respectabilité locale, entre pairs, puis hors du quartier, lors des rencontres sportives. Le rapport au corps devient « le vecteur d'une construction identitaire positive à force de rigueur, de codes valorisant le respect du travail, des partenaires d'entraînement et des adversaires »

---

<sup>a</sup> Fa'aumu : littéralement « faire manger » pratique d'adoption propres à la Polynésie. Les familles qui ne pouvaient pas assurer l'avenir de leur enfant, le confiaient en adoption à d'autres familles proches ou aux amis.

<sup>23</sup>. La violence est contrôlée, et les conduites à risque fortement réprimandées au sein des clubs.

Les clubs de boxe dans les quartiers populaires<sup>2,3</sup> représentent également un lieu familial où l'on se retrouve, où on apprend les différents types de boxe (en commençant toujours par une boxe éducative) mais également des règles sportives ainsi que des règles de vie<sup>31</sup>.

La salle de sport (ou la salle de boxe) est un vecteur de socialisation, où l'entraîneur a une place importante pour un jeune un peu perdu. C'est une relation de confiance qui s'installe. Les jeunes recherchent un soutien qu'ils ne peuvent parfois pas trouver ailleurs<sup>3</sup>.

### **6.11 Le sport « pathologique »**

Enfin, il ne faut pas oublier que le sport peut aussi devenir « pathologique » lorsqu'il est pratiqué de façon intensive.

Une « addiction sans produit » pour raison en partie biochimique, de par la sécrétion d'endorphine, liée à la répétition des mouvements et à la recherche de la performance.

La bigorexie, une addiction à l'activité physique et sportive, fait partie des addictions comportementales : une recherche de sensation, de plaisir, de désinhibition à travers la pratique sportive, qui aboutit à l'installation d'un besoin impérieux. La bigorexie est en constante augmentation, avec en cas d'arrêt forcé de la pratique (blessures, problèmes d'emploi du temps), la manifestation de signes de sevrage physique et psychologique plus ou moins intenses.

Enfin, la recherche de la performance à tout prix peut amener à l'utilisation de produits dopants, synonymes de drogues et de toxicomanies. Il ne faut pas oublier que certains milieux sportifs sont fortement réglés et régis par l'argent, donc « gagner » n'est pas une option et le sport perd tout son sens !

Encore une fois la boxe éducative ne pousse pas les élèves à la compétition ni au professionnalisme. Les exercices et les ateliers sont ludiques et faits dans le but premier « d'éduquer » comme son nom l'indique.

C'est une activité saine, qui a tout intérêt à se développer !

## 7 CONCLUSION

### **« Il n’y a pas d’adolescence sans prise de risque » D. Le Breton et D. Marcelli**

Italienne d’origine vivant en Italie lors des premières années de mes études de médecine, parisienne d’adoption durant les 15 ans de ma pratique clinique, et en Polynésie Française depuis 2 et demi, j’ai été confrontée tout au long de ma carrière à des milieux sociaux et à des populations très différents.

La Polynésie Française qui apparaît d’abord au monde entier comme l’incarnation du paradis, cache malheureusement des situations de détresse et de misère sociale auxquelles je suis confrontée au quotidien par ma pratique clinique de médecin en Hygiène scolaire.

Les adolescents polynésiens sont aujourd’hui un reflet et une représentation d’une société moderne aux problèmes existentiels, de recherche de soi amenant à des conduites à risque comme tout autre adolescent métropolitain. Une vie partagée entre une envie de grandir vite, de s’affirmer et des responsabilités sociales et familiales difficiles à assumer.

La construction de la famille polynésienne est bien différente de celle de la métropole. Elle se retrouve aujourd’hui à faire face à une occidentalisation qui se heurte aux traditions dont elle est très riche.

L’adolescent, par son statut particulier de « adolescere : grandir vers » se retrouve donc exposé devant cette ambivalence entre tradition, liens familiaux et nouvelles habitudes de vie et de société.

Mon rôle de médecin de prévention dans les écoles est, à ce jour, le seul lien que les adolescents ont avec un soignant. Le repérage mais également (et surtout ?) la prévention et l’éducation à la santé font partie de mon rôle au quotidien. En cabinet, un certificat de non contre-indication à la pratique du sport reste souvent à ce jour la seule occasion de voir ces adolescents sortis du système des examens obligatoires du carnet de santé.

Je suis donc particulièrement sensible devant cette population d’adolescents polynésiens, surtout ceux intégrant un CJA. Des jeunes souvent en difficulté tant sur le plan scolaire que socio familial, mais qui, à leur insu, m’ont donné l’envie de m’intéresser au sujet de la boxe éducative de par leur enthousiasme et leurs retours positifs sur ce sujet.

Avec ce mémoire, je ne cherche ni à faire une étude sociologique sur l'adolescent et la famille polynésienne, ni à démontrer de manière « scientifique » le rôle bénéfique que la boxe éducative peut avoir sur ces jeunes. En effet, mon but était de découvrir un sujet inédit pour moi et faire connaître la boxe éducative et ses éventuelles applications pratiques ainsi que ses bénéfices possibles sur les adolescents.

Il serait intéressant d'élargir ce type d'atelier aux adolescents polynésiens et de faire une étude longitudinale (un peu comme ce qui est fait en Islande, avec le projet Planet Youth) au moins sur un an, afin de quantifier la diminution des consommations de substances addictives, ainsi que des violences et des décrochages scolaires.

Les élèves du CJA d'ERIMA sont malheureusement très peu nombreux et trop souvent absents pour pouvoir faire ce type d'étude.

Je me suis donc concentrée sur les retours subjectifs des acteurs impliqués dans le projet et sur les données de la littérature.

On peut s'interroger sur les développements éventuels aux autres établissements de ce type de pratique vécues par les éducateurs sportifs formés à la boxe éducative chez l'adolescent.

Choisir un thème : la boxe éducative, et une population spécifique : les adolescents du CJA en Polynésie, présente néanmoins quelques limites :

- La population choisie du CJA : il faudrait avoir la possibilité d'élargir cette pratique à d'autres adolescents, d'autres écoles et d'autres milieux socio-culturels
- Aucune étude spécifique n'a été faite en Polynésie Française sur les adolescents et l'activité sportive
- Le symbolique lié à la boxe comme sport de combat, perçue forcément par certains comme un sport violent est donc un facteur qui limite l'accès d'une certaine population, notamment les filles.

Enfin, mais je ne veux/peux pas considérer cela comme une limite, il existe des problèmes d'ordre financier et organisationnel. En effet, le projet du CJA démontre que finalement tout cela est possible à moindre coût. Le sport en milieu scolaire et extrascolaire, reste une alternative relativement peu coûteuse (483 075 francs dépensé sur l'année scolaire 2019/2020, soit 4048 euros financé en partie par la commune et le CJA) et saine.

Adolescents, addictions, sports, boxe... En conclusion, nous pouvons retenir que nos adolescents ont besoin de trouver des intérêts en dehors de leur vie scolaire et familiale, d'occuper leur corps et leur esprit pour ne pas tomber dans la spirale des conduites à risque et des violences. La boxe est un exemple positif au CJA d'ERIMA. Il est un exemple de mise en place d'un projet simple, qui pourrait être facilement exporté dans d'autres CJA et d'autres établissements scolaires.

Te rima Toro : la main tendue....

## BIBLIOGRAPHIE

1. David le Breton, Adolescent et conduite à risque, Yapaka, Belgique, Octobre 2014
2. Oualhaci Akim, « Se faire respecter. Ethnographie de sports virils dans des quartiers populaires en France et aux états Unis. Presse universitaire de rennes, coll « Le sens social » Rennes, 2016
3. B Guzniczak, « Au tour du ring », ERES, le cahier Dynamiques, 2012/2 n°55,106-109
4. Centre d'étude Olympique « BOXE : histoire de la boxe aux Jeux Olympiques. Introduction, étapes clés et évolution du nombre d'épreuves depuis les débuts de ce sport jusqu'à aujourd'hui ». Comité International Olympique, Mars 2015
5. Ville Sylvain, « Portrait des boxeurs de métier en France (1905-1914) », *Le Mouvement Social*, 2016/1 (n° 254), p. 13-29
6. C. Dordevillé, Des pieds et des poings : la boxe française. La nouvelle jeunesse d'un vieux sport français. Association revue du Nord, 2004/2 n°355, p. 273-295
7. Honoré de Balzac, « Splendeur et misère des courtisanes », La comédie Humaine, 1838-1847.
8. H Groenen, C Ottogalli-Mazzacavallo « Les activités de combat au sein de l'éducation physique en France depuis le XIXe siècle : entre pertinences éducatives et résistances scolaires » dans *Staps* 2011/4 (n°94), pages 103 à 119
9. Alain Benet, « La boxe sport éducatif », cahier de l'INSEP, Année 1996,12-13 pp 145-154
10. M.Barbouchi, « Enseigner la boxe éducative au collège », *Revue EPS*, N.325, Mai-Juin 2007
11. Direction de la santé, GSHS, Enquêtes sur la santé des jeunes en milieu scolaires en Polynésie française, 2015-2016
12. Warburton DER, Nicol CW, Bredin SSD. Health benefits of physical activity: the evidence. *Canadian Medical Association Journal* 174 (6): 801-809, 2006.
13. Direction de la santé, Les label « Ecole en santé » et « CJA en santé » de Polynésie Française, Aout 2020
14. MILD&CA, « Plan national de mobilisation contre les addictions 2018-2022 » Mission interministerielles de lutte contre les drogues et les conduites addictives ; Janvier 2019
15. *Health Promot Pract.* 2020 Jan;21(1):70-79. doi: 10.1177/1524839919849033. Epub 2019 Jun 4. Implementing the Icelandic Model for Preventing Adolescent Substance Use. Kristjansson AL<sup>1,2</sup>, Mann MJ<sup>3</sup>, Sigfusson J<sup>2</sup>, Thorisdottir IE<sup>2</sup>, Allegrante JP<sup>4</sup>, Sigfusdottir ID<sup>2</sup>.
16. *Health Promot Pract.* 2020 Jan;21(1):62-69. doi: 10.1177/1524839919849032. Epub 2019 Jun 4. Development and Guiding Principles of the Icelandic Model for Preventing Adolescent Substance Use. Kristjansson AL<sup>1,2</sup>, Mann MJ<sup>3</sup>, Sigfusson J<sup>2</sup>, Thorisdottir IE<sup>2</sup>, Allegrante JP<sup>4</sup>, Sigfusdottir ID<sup>2</sup>.
17. HAS, Guide de promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes, Juillet 2019

18. Who (World Health Organisation), « Global action plan on physical activity 2018-2030, more active people for a healthier world », 2018
19. HAS, Développement de la prescription de thérapies non médicamenteuses validées, Avril 2011
20. T R Frieden, A framework for Public Health Action : The Health Impact Pyramid, American Journal of Public Health, April 2010 ; 100 (4) : 590-595
21. EUSPR (European Society for prevention research), « The Icelandic model; is the hype justified? » [https://euspr.org/wp-content/uploads/2020/02/EUSPR\\_Position-paper-Icelandic-model\\_long-version\\_EN.pdf](https://euspr.org/wp-content/uploads/2020/02/EUSPR_Position-paper-Icelandic-model_long-version_EN.pdf)
22. EMCDDA, « Planet Youth - "The Icelandic Model": application of environmental prevention principles based on a systematic local assessment of risk and protective factors » [https://www.emcdda.europa.eu/best-practice/xchange/planet-youth-icelandic-model-application-environmental-prevention-principles-based-systematic-local-assessment-risk-and-protective-factors\\_en](https://www.emcdda.europa.eu/best-practice/xchange/planet-youth-icelandic-model-application-environmental-prevention-principles-based-systematic-local-assessment-risk-and-protective-factors_en)
23. Manuela Bertolini, Adolescence et addictions, Rev Med Suisse 2011; volume 7. 1794-1798
24. Inserm (dir.). Conduites addictives chez les adolescents - Usages, prévention et accompagnement. Rapport. Paris : Les éditions Inserm, 2014, XVIII-482 p. - (Expertise collective). - <http://hdl.handle.net/10608/5966>
25. Olivier Middleton, Pratiques sportives et prévention des conduites à risque. [Psychotropes 2002/3-4 \(Vol. 8\)](#), pages 59 à 68.
26. Gérald Gremion, « L'activité physique et le sport, moyens de prévention contre l'addiction ? », Rev Med Suisse 2004; volume 0.
27. Action fédérale, « Boxe santé, soins et thérapie », France Boxe, Mars 2017
28. Kineactu, « IFMK de Bordeaux : Boxer pour apprendre à prendre soin », Reportage pag 18-19, 26 Octobre 2017, n°1505
29. Poulain, T., Peschel, T., Vogel, M. *et al.* Cross-sectional and longitudinal associations of screen time and physical activity with school performance at different types of secondary school. *BMC Public Health* **18**, 563 (2018). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5489-3>
30. Delfino LD, Dos Santos Silva DA, Tebar WR, Zanuto EF, Codogno JS, Fernandes RA, Christofaro DG. Screen time by different devices in adolescents: association with physical inactivity domains and eating habits. *J Sports Med Phys Fitness*. 2018 Mar;58(3):318-325. doi: 10.23736/S0022-4707.17.06980-8. Epub 2017 Apr 28. PMID: 28462567.
31. [L Stoner](#), [S P. Shultz](#), [D M. Lambrick](#),<sup>1</sup> [J Krebs](#),<sup>2</sup> [M Weatherall](#),<sup>2</sup> [B R. Palmer](#),<sup>1</sup> [A M. Lane](#),<sup>3</sup> [G Kira](#),<sup>4</sup> [T Witter](#), [M A. Williams](#)<sup>5</sup>. The Combating Obesity in Māori and Pasifika Adolescent School-Children Study: COMPASS Methodology and Study Protocol. *Int J Prev Med*. 2013 May; 4(5): 565–579.
32. [S P. Shultz](#), [L Stoner](#), [D M. Lambrick](#), [A M. Lane](#). A Boxing-Oriented Exercise Intervention for Obese Adolescent Males: Findings from a Pilot Study. *J Sports Sci Med*. 2014 Dec; 13(4): 751–757.

33. Loïc Wacquant, « Corps et âme, carnet ethnographique d'un apprenti boxeur », AGONE, mémoire Sociales, 2000
34. Dossier Mildeca, « Jeunes, addictions et prévention », Mission interministérielles de lutte contre les drogues et les conduites addictives ; Décembre 2018
35. Direction de la santé, « Programme polynésien de lutte contre l'alcool et la toxicomanie », 2009-2013.
36. Gérald Gremion, Edito: L'activité physique et le sport, moyens de prévention contre l'addiction?, Rev Med Suisse 2004; volume 0
37. [V. Guagliardo](#), [Patrick Peretti-Watel](#), [Pierre Verger](#), [Jean Pruvost](#), [L. Guibert](#), [Pascale Mignon](#), [Yolande Obadia](#). Pratique sportive intensive et addictions : une enquête en région PACA. [Santé Publique 2006/3 \(Vol. 18\)](#), pages 353 à 362.
38. Office des Nations Unies contre la drogue et le crime, Le sport au service de la prévention et de l'abus des drogues, Rome 2003
39. Ministère des santés et des solidarité et Ministère du Sport, « Stratégie National Sport Santé, 2019-2024 », République Française : [https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/la\\_strategie\\_nationale\\_sport\\_sante\\_2019-2024.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/la_strategie_nationale_sport_sante_2019-2024.pdf)
40. OFDT. Drogues et addictions, données essentielles est un ouvrage collectif de l'Observatoire français des drogues et des toxicomanies, 2013-2018. <https://www.ofdt.fr/BDD/publications/docs/DADE2019.pdf>
41. Olivier Lhote, « Boxe educative », Carnet du Sport , Edition Milan 2001

DOCUMENTAIRE :

FIFO 2021, « **PA'ARI** », décembre 2020, Réalisateur : Toarii Pouira, Producteur : Lucid Dream Production, Tahiti, Polynesie Francaise

## 8 GLOSSAIRE

- AP : activité physique
- AS : Association Sportive
- APA : activité physique adapté
- CAP : Certificat d'aptitude professionnel
- CCSHSS : Centre de consultation spécialisé en hygiène et santé scolaire
- CJA : centre des jeunes adolescents
- CNIL : Commission nationale de l'informatique et des libertés
- DGEE : Direction générale de l'éducation et des enseignements
- EP : éducation physique
- EPS : éducation physique et sportive
- FBAPF : Fédération de boxe anglaise de Polynésie française
- FFB : Fédération Française de Boxe
- FIFO : Festival International du Film Documentaire Océanien
- FPSAH : Fédération Polynésienne des Sports Adaptés et Handisport
- GSHS : Global school-based student health survey
- IDE : Infirmier en soins généraux
- ISPF : Institut de la statistique de la Polynésie française
- HAS : Haut autorité de santé
- LP : Lycée professionnel
- IJSPF : Institut des jeunesses et des spots de Polynésie française
- IMC : Indice de masse corporelle
- MLDS : Mission de lutte contre le décrochage scolaire.
- OMS : Organisation mondiale de la santé
- ONU : Organisation des nations unies
- PJJ : Protection judiciaire de la jeunesse
- PPS : projet personnalisé de scolarisation
- REP+ : Réseau d'éducation prioritaire renforcé
- SEGPA : Section d'enseignement général et professionnel adapté
- SNSS : Stratégie nationale sports santé
- ULIS : Unité localisé pour l'inclusion scolaire
- UNESCO : Organisation des nations unies pour l'éducation, la science et la culture
- UNICEF : Fonds des nations unies pour l'enfance

## **RESUME**

Médecin généraliste au centre de santé scolaire de Pirae (Tahiti) depuis 2018, je suis amenée à faire régulièrement des visites dans les établissements scolaires. Lors de mes visites au CJA (Centre pour Jeune Adolescent, structure propre à la Polynésie), les élèves m'ont fait part du projet de boxe éducative auquel ils ont participé. Les adolescents étaient fiers de me dire qu'ils avaient nettement diminué leur consommation de cannabis avec de nombreuses conséquences positives : En effet, les violences au sein de l'école ont chuté et ils m'ont confié se sentir en meilleure santé physique et mentale. J'ai donc voulu en savoir plus.

J'ai donc dans un premier temps axé mes recherches sur la boxe en général, son histoire au fil du temps et ses règles, puis je me suis concentrée sur la boxe éducative. Ensuite, je me suis intéressée au contexte des adolescents polynésiens ainsi qu'au fonctionnement propre d'un CJA.

Durant mes recherches, j'ai pris contact avec les différents acteurs qui ont travaillé en Polynésie au sujet de la boxe éducative. Cela m'a permis de recueillir des informations pour essayer de mettre en évidence les différents facteurs positifs que ce type d'activité peut apporter aux adolescents polynésiens.

Les recherches et les différentes études dans le domaine du sport et des adolescents sont nombreuses tant en France que dans le reste du monde. L'activité physique a aujourd'hui un rôle prépondérant comme déterminant de santé, mais également en prévention et comme outils thérapeutiques dans les addictions et les conduites à risques des adolescents.

L'attrait que les jeunes polynésiens ont aujourd'hui pour les sports de combats peut permettre de mettre en place des actions de prévention via la boxe éducative. Cela est également l'occasion d'apprendre à gérer leur impulsivité, le respect des règles et de l'autre. Comme toute activité sportive, c'est une alternative simple qui devrait être développée et faire partie intégrante des projets politique des villes et des écoles.