

*Tennis et Mental
Académie*

Conférence « tennis et dynamique mentale de compétition »

**OFFRE
GRATUITE**

Conférence sur :
La psychologie du joueur

Nos formations à la
méthode « Cyber-
Tennis »,

*plus vite, plus loin, plus
libre !*



Téléphone :
+33(0)603392290

*Tennis et Mental
Académie*

600 rte de Marseille
13080 LUYNES
FRANCE

Tél : (33) (0) 9 54 23 42 35
Télec : (33) (0) 4 42 24 12 26
Messagerie : cybertennis@free.fr



Un de nos stages de Dynamique Mentale au Caire (février 2006)

Vous êtes représentant de ligue, comité, club de tennis, nous vous proposons une conférence débats + animation sur les courts, pour tous publics sur le thème : « Tennis et Dynamique Mentale de Compétition ».

Modalités : Notre présentation vous est proposée sur la journée 9h30 - 12 heures en salle et 13h30-16h, sur les courts.

DEROULEMENT

Publics possibles : Enseignants, Cadres techniques, joueurs, parents de jeunes joueurs de compétition

En salle, en matinée de 9h30 à 12h

Contenu et déroulement

Animation vidéo, échanges et débats sur les thèmes suivants

1. **Que représente réellement le mental dans le jeu de compétition**, comment se manifeste-t-il ? Que recouvre-t-il ? (débats et échanges sur ce thème animés par un support vidéo)
2. **Présentation sous forme schématique** du mental, du psychisme, de l'ego du joueur
3. Le stress en compétition le bon et le mauvais stress, sa gestion
4. **La concentration et les différentes gestions mentales du jeu**
 - La gestion classique du joueur de club
 - La gestion en état de concentration absolue
 - La gestion en état d'attention
4. **Les vecteurs dynamiques influant sur l'expression tennistique du joueur en compétition**
5. **Les Items, discussions avec le public sur :**
 - La motivation chez les jeunes comment l'entretenir, la développer
 - Rebondir après un échec !
 - Les émotions et leur gestion en compétition
 - La combativité, l'envie de vaincre, dans la tête ou dans les tripes ?
 - Les parents, leur rôle, la communication enfants compétiteurs/parents accompagnateurs, comment permettre à l'enfant un plein développement par le tennis.
 - Place et rôle de l'entraîneur, du psychologue non entraîneur

Sur les courts l'après-midi de 13h30 à 16h

La concentration et la détente en compétition, comment l'obtenir, la maintenir, la retrouver ..