



Fiche récapitulative : Rester concentré

Constat :

Le sort d'une rencontre peut basculer à des moments au sein desquels la concentration n'est plus optimale. De cette manière, le risque encouru par le joueur est de « sortir du match » par le biais d'actes contraires à l'esprit du jeu. Il convient ainsi de mettre en place des stratégies permettant d'atteindre un niveau correct de concentration.



« Je reste concentré sur le match quel que soit le résultat de la rencontre ! »

« Il est important que je sois en bonne condition physique pour garder toute ma lucidité ! »

