

# Compétition – Infos générales

La compétition est intimement liée à presque tous les sports, mais elle n'est pas du tout obligatoire.

De nombreux sports sont apparus ces 10 ou 15 dernières années, axés essentiellement sur le seul plaisir (le 'fun') de pratiquer.

Tennis et compétition sont très associés, mais on peut bien évidemment jouer juste pour le plaisir de faire des échanges, sans obligatoirement vouloir se mesurer à l'autre.

Ne serait-ce pas une déviance de vouloir toujours battre son partenaire de jeu, de vouloir être le meilleur ? Nous laisserons ce débat dans les pensées de gens compétents en la matière, c'est à dire la famille des « psy ».

Toujours est-il que la compétition a des vertus très intéressantes, c'est même un complément éducatif excellent pour les jeunes :

- Gérer le stress
- Se concentrer longtemps sur un objectif.
- Apprendre à se surpasser.
- Reculer le seuil de fatigue.
- Se sentir responsable (de ses victoires, mais aussi de ses défaites).
- Se projeter dans l'avenir et ainsi améliorer ses points faibles ou ses points forts.
- La liste est longue et nous vous invitons à la compléter vous-même...

Un autre intérêt primordial est le pouvoir de « révélation ou consolidation » des acquis tennistiques dus à l'entraînement. En effet, l'intensité de la concentration, ainsi que la durée, la répétition des situations à gérer, amènent un apprentissage d'une qualité exceptionnelle.

Tout l'organisme, le corps, les sens sont mobilisés dans l'unique but de gagner le point. Cela amène des résultats, si bien sûr, toute cette énergie mobilisée est à peu près orientée dans la bonne direction !!!