

UN PROBLÈME CHEZ LES JEUNES

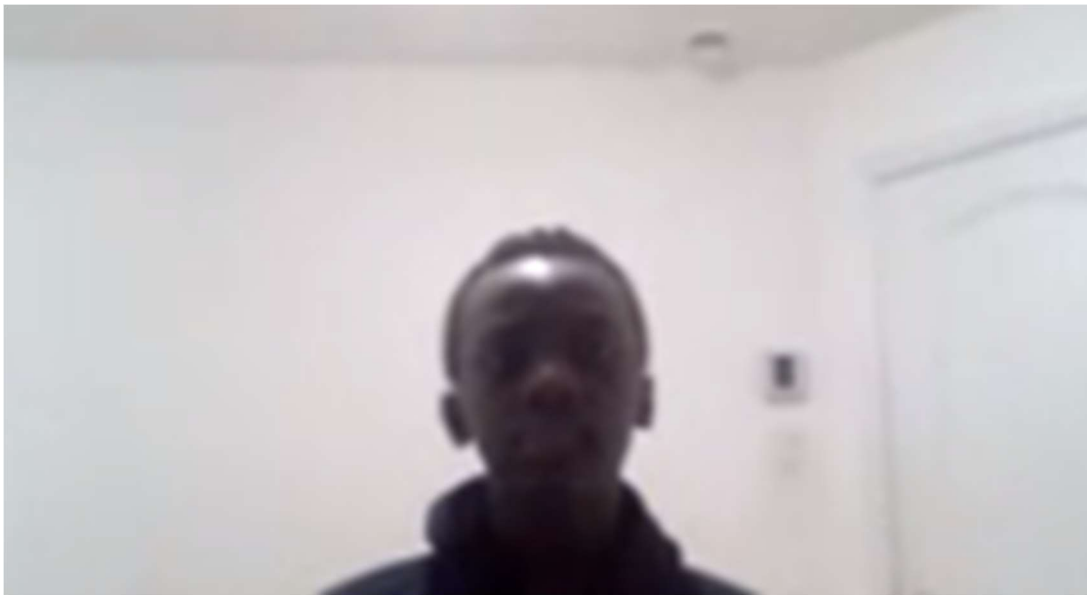
NEGRUTA, GABRIEL

PELLETIER, ARTHUR

GONZALEZ MAGARIN, YADIEL

HAMEL, NICOLAS

4 décembre 2023

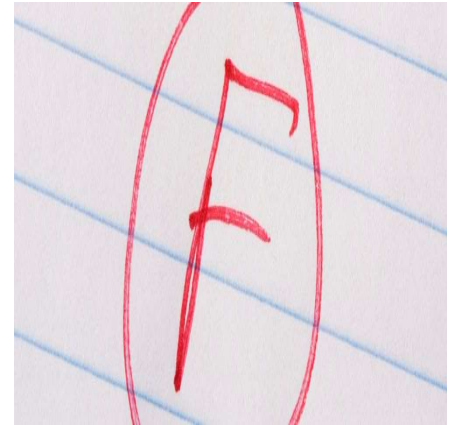


Un problème important

Savez-vous qu'il y a un problème récurrent chez les Jeunes sportifs? Ce souci est appelé la sous-perform-



ance sportive. Ce problème amène les enfants à subir des difficultés mentales quotidiennes comme l'anxiété, la perception négative de soi en contexte scolaire et plusieurs autres aspects négatifs.



Réaction En Chaine

La sous performance amène une réaction en chaine de problèmes. Ça n'affecte pas seulement le domaine sportif. L'anxiété créer par ce



problème peut engendrer des soucis partout, au niveau scolaire, dans la famille et un grand manque de confiance chez l'enfant. Un manque de confiance peut amener à des problèmes sévères chez le jeune.

Les symptômes

La sous performance sportive s'identifie avec plusieurs symptômes . Parmi ces symptômes,



il y a le stress avant les parties de basket, soccer , etc... En stressant, les enfants peuvent perdre de l'intérêt à leur sport et ils peuvent subir de l'insomnie.



En Conclusion

Pour conclure, la sous performances sportive est un problème important chez les jeunes et que ce problème ne doit pas être sous-estimer et doit être pris en compte le plus tôt possible pour pas que cela affecte le jeune. Nous espérons vous avoir appris plus sur la sous performance et que si vous avez une connaissance qui subit ce problème nous espérons que vous allez l'aider grâce avec nos informations.

ANONYME. Comment créer un ebook, [En ligne], <https://www.wizishop.fr/blog/creer-ebook> page consultée le 17 octobre 2023

ANONYME. Comment ton mental peut affecte ta performance sportive, [En ligne], <https://www.youtube.com/watch?v=plwvRfcgqP8&t=2s> page consultée le 17 octobre 2023

ANONYME. Anxiété de performance, [En ligne], <https://www.youtube.com/watch?v=sdVIOmsYV2c> page consultée le 17 octobre 2023