



APPEL À CANDIDATURE

Au titre de l'Année Universitaire 2026-2027

Préparation Mentale et Optimisation de la Performance Sportive

L'Institut des Sciences du Sport de l'Université Hassan 1er de Settat annonce l'ouverture des pré-inscriptions au **Master : Préparation Mentale et Optimisation de la Performance Sportive** au titre de l'année universitaire **2026-2027**.

1. OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Le Master Préparation Mentale et Optimisation de la Performance Sportive vise à former des spécialistes capables d'accompagner les sportifs dans le développement de leurs compétences mentales, cognitives et psychologiques afin d'améliorer durablement leur performance. A l'issue de la formation, le diplômé sera capable de :



- Analyser les comportements cognitifs, émotionnels et décisionnels du sportif en situation réelle d'entraînement et de compétition.
- Utiliser des outils validés d'évaluation cognitive, psychologique et psychophysiologique.
- Concevoir des programmes individualisés d'entraînement cognitif visant l'amélioration des fonctions exécutives, de l'attention, de la mémoire de travail et de la prise de décision.
- Mettre en œuvre des stratégies de préparation mentale favorisant la concentration, la confiance en soi, la motivation, la gestion du stress et des émotions.
- Utiliser les outils numériques, les technologies immersives et les dispositifs de neurofeedback, de biofeedback et d'analyse de la performance.
- Intégrer les méthodes d'intelligence artificielle dans l'évaluation, le suivi, la personnalisation des interventions et l'optimisation de la performance sportive, dans le respect des principes éthiques et de la protection des données.

2. CONNAISSANCES À ACQUÉRIR

- Bases des neurosciences cognitives
- Processus cognitifs impliqués dans la performance
- Techniques de préparation mentale
- Stratégies d'optimisation de la performance
- Développement des compétences mentales



- Principes et méthodes de l'entraînement cognitif
- Développement des capacités perceptivo-cognitives
- Transfert des compétences cognitives vers la performance sportive

3. COMPETENCES A ACQUERIR :

- Maîtriser les concepts clés en neurosciences cognitives et psychologie du sport
- Comprendre les mécanismes de la prise de décision, attention et anticipation
- Analyser les interactions entre cognition, émotion et performance
- Utiliser des outils d'évaluation psychométrique et cognitive
- Élaborer des profils cognitifs et mentaux
- Concevoir des programmes d'entraînement cognitif
- Mettre en œuvre des techniques de préparation mentale
- Individualiser les interventions Assurer le suivi et l'évaluation des progrès

4. DEBOUCHES DE LA FORMATION :

Le Master Préparation Mentale et Optimisation de la Performance Sportive ouvre l'accès à de nombreux métiers liés à l'accompagnement, à l'optimisation et à l'analyse de la performance sportive. Les diplômés pourront exercer dans différents secteurs, notamment :

- Préparateur mental auprès des sportifs et des équipes.
- Spécialiste en entraînement cognitif pour le développement des capacités attentionnelles, décisionnelles et perceptives.
- Analyste de la performance cognitive au sein des clubs, centres de performance et fédérations.
- Cadre technique dans les clubs sportifs, fédérations et centres de formation.
- Responsable de programmes de préparation mentale et cognitive.
- Coach en performance mentale et bien-être pour les sportifs de tous niveaux.
- Intervenant en sport-santé, spécialisé dans l'accompagnement mental et cognitif de publics spécifiques.

5. CONDITIONS ET MODALITES D'ACCES A LA FILIERE :

○ Diplômes requis :

- Bac + 3 ans (licence) :
 - Licence en Sciences du Sport.
 - Licence en Sciences de la Santé.
 - Licence en psychologie avec une expérience justifiée en sport
 - Toute autre licence répondant aux prérequis de la formation.





Les candidatures provenant de filières ne comportant pas les prérequis fondamentaux ne seront examinées que si le candidat justifie d'acquis complémentaires ou satisfait aux exigences fixées par la commission pédagogique (expérience justifiée en sport : Entraînement sportif, enseignement d'EPS...).

○ **Prérequis pédagogiques spécifiques :**

- Connaissance en sciences du sport, en sciences médicales, en biologie, en psychologie, en français et anglais, niveau acceptable de pratique sportive.

○ **Procédures de sélection :**

- **Étude du dossier** (Critères de sélection sur dossier : type de licence, nombre d'années d'obtention de la licence, mentions obtenus, âge)
- **Entretien oral** : vise notamment à évaluer les compétences liées à la motivation, la communication et les qualités humaines du candidat

6. DOSSIER DE CANDIDATURE :

Les candidats intéressés par ce Master sont tenus de procéder à une préinscription en ligne suivant les liens suivants :

<https://pre-inscription.uh1.ac.ma/master/6>

Très important:

- Tout dossier incomplet sera rejeté.
- Toute fausse déclaration entraîne automatiquement le rejet du dossier de candidature.
- Les dossiers physiques doivent être déposés à l'Institut des Sciences du Sport le jour du test écrit (condition obligatoire pour passer le test).
- Composition du dossier de candidature :
 - Une lettre de motivation adressée à Monsieur le Directeur de l'Institut des Sciences du Sport de Settat.
 - **CV selon le modèle ci-joint.**
 - 01 copie du Baccalauréat.
 - 01 copie du diplôme de la licence ou de tout diplôme reconnu équivalent.
 - 01 copie de l'arrêté d'équivalence, le cas échéant.
 - Copies conformes des relevés des notes des années après Baccalauréat jusqu'à la licence.
 - 01 Photo 3×3.
 - 01 copie de la Carte Nationale de l'identité.
 - 03 enveloppes timbrées portant l'adresse du candidat.
 - Certificat d'aptitude physique à la pratique du sport à hauteur des exigences de la formation.
 - Attestation de vécu sportif (s'il y en a) délivrée par un organisme agréé : fédérations, ligues ou clubs ou autres.



- Attestation de vécu sportif (s'il y en a) délivrée par un organisme agréé : fédérations, ligues ou clubs ou autres.

7. CALENDRIER :

- Lancement des appels à candidatures du cycle Master : 07/07/2026
- **Clôture des candidatures : 11/09/2026 à 16h00 (Préinscription en ligne + Dossier Physique).**
- Affichage des listes des candidats présélectionnés pour passer les tests d'admission : 15/09/2026
- La liste des candidats présélectionnés pour passer les tests d'admission sera affichée sur le site web de l'Institut des Sciences du Sport : <https://www.i2s.uh1.ac.ma>. (Cet affichage tient lieu de convocation).
- Entretien oral : 22 et 23/09/2026
- Affichage des résultats définitifs : 24/09/2026.
- Inscriptions administratives :
 - Liste principale : du 28 et 29/09/2026.
 - Liste d'attente 1 : 30/09/2026.
 - Début des cours : 05/10/2026.