

<b>Zeitschrift:</b>	Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
<b>Herausgeber:</b>	Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
<b>Band:</b>	11 (2009)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	Certificats sur mesure
<b>Autor:</b>	Bignasca, Nicola
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-995723">https://doi.org/10.5169/seals-995723</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Certificats sur mesure

Ils sont détaillés et contiennent les informations indispensables pour les enseignants d'éducation physique. La nouvelle génération de certificats médicaux favorise les échanges entre les médecins et l'école. La preuve par trois.

Texte: Nicola Bignasca

Le certificat médical a un caractère contraignant pour l'école et les enseignants d'éducation physique; il doit être respecté à la lettre. Plus celui-ci est précis, moins il laisse la place au doute et à l'interprétation. Les nouveaux modèles prennent la bonne direction, à condition que le corps médical ont fasse un emploi judicieux.

## Canton de Lucerne

<input type="checkbox"/> Maladie	<input type="checkbox"/> Accident
<b>Durée:</b> _____ jours _____ semaines	
<input type="checkbox"/> ne peut participer à <b>aucune</b> activité physique	
<input type="checkbox"/> peut participer à <b>toutes</b> les activités physiques sauf:	
<b>Dispense de</b>	
<input type="checkbox"/> Sport de plein air	<input type="checkbox"/> Natation
<input type="checkbox"/> Plongée	<input type="checkbox"/> Gymnastique aux agrès
<input type="checkbox"/> Exercices de saut/appel	<input type="checkbox"/> Charges continues
<input type="checkbox"/> Autres: _____	
<b>Recommandations aux enseignants d'éducation physique</b>	
<input type="checkbox"/> Salle de musculation possible	
<input type="checkbox"/> Entraînement spécifique	
<input type="checkbox"/> Entraînement de renforcement spécifique	
<input type="checkbox"/> Retour d'informations souhaité	

### Appréciation

- ✓ Recommandations à l'intention des enseignants d'éducation physique
- ✓ Possibilité de contacter le médecin traitant
- Absence de disposition particulière pour les dispenses à long terme
- Absence d'indication pour les jeux d'équipe

## Canton de Genève

L'élève ne peut pas participer aux leçons d'éducation physique du _____ au _____ (moins de trois mois).	
Degré I:	<input type="checkbox"/> peut participer à toutes les activités physiques sauf:
Degré II:	<input type="checkbox"/> peut courir 10 minutes
	<input type="checkbox"/> peut participer à des jeux d'équipe
Degré III:	<input type="checkbox"/> peut marcher (20 à 30 minutes)
	<input type="checkbox"/> peut faire des assouplissements (stretching)
Degré IV:	<input type="checkbox"/> ne peut participer à aucune activité physique
<b>Remarques:</b>	
<input type="checkbox"/> L'élève doit présenter ce certificat avant la troisième leçon d'absence	
<input type="checkbox"/> Le présent certificat ne peut excéder une durée de trois mois	
<input type="checkbox"/> L'élève n'est, en principe, pas autorisé à quitter l'école	
<input type="checkbox"/> Dans la mesure de ses possibilités, il peut être amené à participer aux activités de la leçon (chronométrage, arbitrage, observation, etc.)	
<input type="checkbox"/> Un travail écrit peut lui être demandé comme activité de remplacement	

### Appréciation

- ✓ Définition exacte des degrés d'incapacité
- ✓ Mention de la date de remise du certificat
- Impossibilité de contacter le médecin traitant

## Canton du Tessin

### Appréciation

- Implication du médecin scolaire
- Impossibilité de contacter le médecin traitant

- L'élève doit être dispensé des leçons d'éducation physique (au maximum un mois)
- L'élève doit bénéficier de leçons d'éducation physique adaptées:
  - peut courir
  - peut marcher et exécuter des exercices sans charge
  - peut participer à des jeux d'équipe
  - ne peut pratiquer aucune activité physique, mais peut participer à d'autres activités (arbitrage, observation, etc.)

### Remarques:

En l'absence de signes visibles (plâtre, béquilles, etc.), le médecin scolaire doit attester de l'incapacité d'un élève à participer aux cours d'éducation physique lorsque celle-ci excède un mois. Sur demande de l'école, le médecin scolaire doit en outre vérifier les dispenses d'éducation physique même si leur durée est inférieure à un mois.

## «J'me sens pas bien aujourd'hui!»

Comment un enseignant d'éducation physique peut-il réagir lorsqu'un élève demande à être dispensé peu avant le début de la leçon, sans qu'il ne dispose pour autant d'un certificat médical? Susanne Paulet, médecin au Swiss Olympic Medical Center à l'OFSPO, a réalisé un tableau mentionnant les douleurs les plus fréquentes et les activités qui peuvent être pratiquées.

Symptôme	Activités possibles	Activités déconseillées	Indications particulières
Refroidissement sans fièvre	Gymnastique douce, jeux de balle et d'équipe peu exigeants, entraînement technique	Entraînement d'endurance, entraînement d'intensité élevée, sports aquatiques	Visite médicale recommandée en cas de toux persistante (plus d'une semaine)
Fièvre	Aucune	Toutes	Dispense d'école et d'éducation physique jusqu'à disparition de la fièvre!
Maux de tête	Gymnastique douce, jeux de balle peu exigeants, entraînement technique au sol, natation légère	Entraînement d'intensité élevée, disciplines sportives nécessitant une grande concentration (p.ex. gymnastique aux agrès) ou comportant des risques de chute	Visite médicale recommandée en cas de maux de tête répétés ou de symptômes collatéraux tels que vomissements
Nausées sans vomissement	Toutes, avec une tenue du corps droite	Aucun exercice avec la tête en bas ou mouvements de tête rapides (gymnastique au sol, appui tendu renversé, etc.).	Dispense d'éducation physique en cas de vomissements
Douleurs menstruelles	Toutes, en tenant compte de l'intensité des douleurs		Dispense de sports aquatiques pour les filles les plus jeunes
Maux de dos	Toutes celles ne provoquant pas de douleur	Exercices avec mouvement forcé de la colonne vertébrale Exercices comportant des impacts violents (chute d'engins, etc.)	Visite médicale urgente en cas de maux de dos chroniques/forts et/ou de symptômes collatéraux (faiblesses, etc.)
Allergies	Toutes celles sans exposition allergène	Exposition allergène (p.ex. sport de plein air durant la saison des pollens)	Recours aux médicaments d'urgence en cas d'allergies graves

Un autre tableau présentant de nombreuses pathologies et les mesures correspondantes peut être téléchargé sur notre site Internet [www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch).