

# «activdispens.ch»: Bouger malgré un certificat médical

Le projet «bouger malgré un certificat médical» offre aux enseignants d'éducation physique un instrument leur permettant d'intégrer activement les enfants et les jeunes partiellement dispensés des cours d'EPS.



Après un accident ou une maladie, la reprise rapide d'une activité sportive dans le cadre de l'école ne présente en règle générale aucun problème. Même s'ils souffrent d'une légère blessure, les élèves peuvent participer au cours d'éducation physique avec des activités adaptées.

Le certificat médical et la liste d'exercices garantissent au médecin que les étudiants concernés seront intégrés au cours d'éducation physique conformément aux indications médicales. L'objectif du projet est de rompre l'inactivité et l'immobilisation des jeunes pendant une période de blessure ou de maladie.

Après une première phase pilote menée dans des écoles et auprès des médecins des cantons de Bâle, les documents ont été évalués et adaptés. Ils sont maintenant traduits en français. Dès l'été 2014, les cantons de Zoug et Fribourg vont poursuivre ce projet en collaboration avec les autorités scolaires et médicales, ce qui permettra d'affiner encore ce programme et de le diffuser dans la Suisse entière.

Sur le site internet, les menus «Projet, Méthodologie et Didactique» expliquent les idées de base et comment utiliser les divers onglets. Veuillez alors prendre connaissance de ceux-ci en premier!

Sous «Matériel», tous les exercices, ainsi que le certificat médical peuvent être téléchargés. Il est aussi possible, moyennant une participation aux frais de port, de commander un poster présentant tous les exercices, par thème.

[Vers le thème du mois « Bouger malgré une dispense »](#)

[Site Internet activdispens.ch](http://activdispens.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO