

pendant la nuit plusieurs fois la quantité d'air que peut contenir le dortoir. Rien ne calme et repose le système nerveux comme le sommeil dans un air pur, et pour qu'il reste constamment pur dans les dortoirs il faut qu'il soit renouvelé par une ventilation continue pendant la nuit. L'éducation est à faire sur ce sujet important, l'inspection médicale la ferait.

LES EXERCICES CORPORELS.

Le sommeil, à dose suffisante et dans des conditions convenables, repose et répare la machine humaine, mais il ne l'améliore pas. L'exercice corporel, approprié et mesuré, perfectionne les organes et les fonctions, facilite les phénomènes de la nutrition, il ajoute par conséquent de la vitalité à l'organisme. Ce perfectionnement physique a les plus heureuses influences sur les facultés intellectuelles et même morales. Mais il faut toutefois que le choix du genre d'exercice et son mode d'application soit judicieux, qu'il soit approprié à l'âge et à l'état de santé, dosé sur la résistance individuelle, c'est-à-dire qu'il soit dirigé et surveillé par une personne compétente. Or, le médecin seul a la compétence exigée par cette partie de l'éducation car elle repose sur des connaissances essentiellement médicales. Que d'abus seraient évités, que d'imprudences seraient prévenues dans ce domaine des jeux et exercices corporels par une surveillance médicale ! Combien de jeunes gens qui se livrent à des exercices violents et qui ne le devraient pas à cause de maladie organique du cœur dont ils ignorent l'existence mais dont ils seraient avertis par un examen médical au début de l'année. Pour la direction subalterne et quotidienne des exercices corporels un professeur de l'institution, ayant acquis une certaine compétence en cette matière, remplacera le médecin ; il stimulera les paresseux, réprimera les excès des ardents, et il surveillera les faibles ou malades. Un tel professeur, ayant ainsi une mission bien définie, tout aussi importante je crois que celle du professeur de grec, puisqu'il aurait la direction et la responsabilité de la culture physique, serait très utile aux élèves ; il serait un intermédiaire entre ceux-ci et les autorités de qui il obtiendrait l'élargissement du cadre des cours, la multiplication des jeux de balle-au-mur, la création d'un budget spécial pour fournir et en-