

L'heure étant avancée, la revision des règlements de cette association est ajournée à la conférence du mois de septembre prochain.

Proposé par M. N. Lacasse, secondé par M. C.-J. Magnan : " Que l'association des instituteurs catholiques du district de Québec a appris avec plaisir que l'université Laval avait décerné au Rév. M. Th.-G. Rouleau, principal de l'École normale Laval, le degré de maître ès arts, en retour des nombreux services rendus par le digne récipiendaire à la cause de l'instruction publique. Cet honneur jaillit sur l'École normale Laval et sur le corps enseignant dont M. l'abbé Rouleau est un des membres les plus dévoués." Cette motion fut couverte d'applaudissements.

Proposé par M. J. Létourneau, appuyé par M. J.-D. Frère : " Que cette association a appris avec plaisir la nomination de M. J.-A. Chabot au poste important d'inspecteur d'écoles pour le comté de Gaspé.

" Ce digne titulaire qui, par son dévouement et ses succès, s'est distingué dans l'enseignement, a grandement mérité cette honorable promotion, et cette conférence est heureuse de lui offrir ses plus sincères félicitations." Adopté.

M. Maxime Côté, étant indisposé, donnera sa conférence à la prochaine réunion.

La séance est ajournée au 26 septembre prochain.

J.-D. FRÈRE.  
Secrétaire.

---

## PEDAGOGIE ET ENSEIGNEMENT.

---

### Education physique.

---

#### L'EXERCICE ET LA SANTÉ (suite).

*Influence sur les organes de la locomotion.*

Le système locomoteur se compose de trois groupes d'organes : les os, les muscles et les nerfs.

Les premiers sont les organes *passifs* du mouvement : véritables bras de leviers mis en action par les contractions des muscles qui s'attachent à leur surface. Ceux-ci sont les organes *actifs* agissant sous l'impulsion du système nerveux : le cerveau qui commande les mouvements, le cervelet qui les coordonne, le cordon médullaire qui conduit l'excitation volontaire et les nerfs qui la transmettent aux fibres charnues et déterminent leurs contractions.

#### LES OS.

Dans le jeune âge, les os sont cartilagineux, transparents et flexibles. A mesure que l'enfant grandit, de petits dépôts de matière calcaire s'y forment et s'y développent, marchant à la rencontre l'un de l'autre, et ce n'est que lorsque la soudure de ces segments est achevée que l'os ne grandit plus ; cela arrive à l'âge de 20 à 25 ans. Toutefois, si la croissance en longueur est alors terminée, le développement en largeur continue, par le dépôt de couches superficielles, jusque vers 40 ans. Jusqu'à 50 ans, la situation reste à peu près stationnaire ; puis, dans la vieillesse, le tissu compact devient grenu, terreux, spongieux et fragile ; le canal médullaire augmente aux dépens des parois, des soudures s'opèrent entre quelques vertèbres, des cartilages tendent à s'ossifier.

L'influence immédiate des exercices sur le développement des os n'a pas encore été déterminée par des expériences continues et concluantes ; il est néanmoins hors de doute qu'en enrichissant le liquide sanguin de principes nutritifs, en activant l'assimilation générale, ils concourent à leur donner de la consistance et de la force, et l'on constate que le squelette arrive au terme de son développement de meilleure heure chez les personnes qui prennent beaucoup d'exercice que chez celles qui mènent une vie sédentaire. Il y a dans cette