HYGIENE ET EDUCATION PHYSIQUE

DE LA DEUXIEME ENFANCE.

*(Période de 6 à 12 ans.)**(Suite)*DES ATTITUDES DÉFECTUEUSES DU CORPS
SURTOUT DANS LES ECOLES.—
LEURS CONSÉQUENCES.

Une des grandes terreurs des parents qui voient grandir leurs enfants est la déformation que peut subir leur taille : plus fréquente chez les jeunes filles que chez les jeunes garçons, elle peut être héréditaire, ou se développer sous l'action d'attitudes vicieuses, de certains travaux surtout chez les enfants délicats. Elle dépend de déviations de la colonne vertébrale. Elle se manifeste dans des directions différentes et produit : 1o le dos voûté ou dos rond, qui est une exagération de la courbure que présente le dos dans la portion qui correspond à la poitrine ; 2o. *l'ensellure* qui exagère la cambrure des reins ; 3o. les déviations de la taille sur un des côtés. C'est au médecin à donner les conseils qui devront diriger les parents et les éducateurs dans ces états qui peuvent toujours devenir graves, et entraîner de pénibles difformités, souvent de véritables infirmités et de sérieuses maladies. Dès qu'une déviation se manifeste il faut recourir à lui, et se méfier d'une foule de conseils empiriques qui ont cours souvent dans les familles, d'après le dire de charlatans qui exploitent la crédulité publique. Nous n'avons pas à parler des divers traitements à employer pour les combattre, nous appellerons seulement l'attention sur les moyens de les prévenir dans bien des cas.

On devra, dans les classes, veiller sur la manière dont les enfants se tiennent debout : on évitera de les obliger de demeurer par punition ou pour récitaer leurs le-

çons debout, les pieds joints, les bras croisés sur la poitrine ; si on veut leur faire croiser les bras, il est préférable de les leur faire croiser en arrière, car on élargit ainsi la poitrine en facilitant la respiration. La position la plus naturelle sera d'avoir les pieds légèrement écartés l'un en avant de l'autre, et les bras pendants. Quand il lira, on veillera à ce qu'il ait le corps droit, le livre appuyé sur un pupitre légèrement incliné, placé devant lui, évitant de se courber en deux, ou de se coucher appuyé sur ses coudes. Quand l'enfant écrira, on l'habitue à garder le corps droit, sans tenir une épaule plus haute que l'autre. Le papier doit obéir au corps et non le corps au papier ; l'élève doit être devant la table à écrire comme devant la table à manger, et éviter de s'incliner exclusivement d'un côté. Il sera important au commencement surtout de ne donner que des leçons de courte durée. Nous appliquerons au dessin ce que nous avons dit à l'occasion de la lecture et de l'écriture.

Pour les jeunes *couturières*, elles rapprocheront leur ouvrage du corps, et éviteront de rapprocher le corps de l'ouvrage en l'inclinant ; elles appuieront la colonne vertébrale au dossier de la chaise ; l'ouvrage sera retenu sur la table par une masse pesante, ce qui permettra de le tendre facilement.

Les mêmes observations s'adressent aux *brodeuses* pour la tenue du corps ; nous ajouterons qu'elles ne doivent se servir que de métiers montés.

Les *repassées* sont souvent exposées à des déviations latérales de la taille ; pour les prévenir, il faut veiller qu'elles n'aient pas de tables trop hautes et les habituer à repasser également des deux mains.

Trop souvent on fait porter des enfants de quatre ou cinq ans par de jeunes filles