

Université de Montréal

« La force, la grâce, la souplesse » :  
l'éducation physique des jeunes filles canadiennes-françaises à Montréal (1860-1920)

par  
Valérie St-Georges

Département d'histoire  
Faculté des arts et des sciences

Mémoire présenté en vue de l'obtention du grade de Maître ès arts (M.A.) en histoire

Juin 2019

© Valérie St-Georges

Université de Montréal  
Faculté des études supérieures

Ce mémoire intitulé  
« La force, la grâce, la souplesse » : l'éducation physique des jeunes filles canadiennes-  
françaises à Montréal (1860-1920)

Présenté par  
Valérie St-Georges

a été évalué par un jury composé des personnes suivantes :

Michèle Dagenais, présidente  
Ollivier Hubert, directeur de recherche  
Catherine Larochelle, membre du jury

## Résumé

Cette étude porte sur l'histoire de l'éducation physique des jeunes filles canadiennes-françaises à Montréal de 1860 à 1920, c'est-à-dire des premières manifestations d'une éducation corporelle dans le réseau éducatif privé jusqu'à la période dite de « l'âge d'or » des sports féminins au Canada. Dans une première partie, le mémoire analyse les discours des hommes de science canadiens-français de manière à saisir leur réflexion théorique sur le corps féminin en mouvement et les prescriptions qu'ils ont formulées à ce sujet. Dans une seconde partie, il présente l'évolution des pratiques gymnastiques et sportives dans les grands pensionnats catholiques de Montréal tenus par les Sœurs de la Congrégation de Notre-Dame et les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie. Il apparaît que les promoteurs de l'éducation physique féminine font face à certains défis : comment encourager l'exercice pour les jeunes filles sans trop les exposer dans l'espace public ? Comment concilier l'entraînement physique et l'idéal esthétique de la féminité ? Enfin, comment promouvoir davantage de mouvements pour le corps féminin juvénile sans risquer de nuire à sa capacité reproductive ? Médecins et pédagogues, face à ce dilemme, définirent les contours d'une éducation physique et sportive féminine acceptable. Cependant, bien que les normes diffusées par la littérature prescriptive essentiellement masculine aient été contraignantes, des pratiques innovantes, répondant à des objectifs précis, apparaissent dès les années 1860 dans les grands pensionnats montréalais et se diversifient au début du XX<sup>e</sup> siècle sous l'impulsion des actrices historiques — religieuses enseignantes, professeures de gymnastique et couventines.

Mots-clés : XIX<sup>e</sup> – XX<sup>e</sup> siècles, Québec, Montréal, Éducation physique féminine, Gymnastique, Sport, Corps, Genre, Jeunes filles, Pensionnats catholiques

## **Abstract**

This study examines the history of the physical education of Montreal's young French Canadian girls from 1860 to 1920; from the first manifestations of corporal education in the private education network to the so-called « golden age » of women's sports in Canada. Firstly, the discourses of French Canadian scientists are analyzed in such a way as to capture their theoretical reflections on the female body in movement and the prescriptions they formulated. Subsequently, this study presents the evolution of sport and gymnastic practices in the Catholic female boarding schools of Montreal held by the Sisters of the Congregation of Notre-Dame and the Sisters of the Holy Names of Jesus and Mary. Proponents of women's physical education faced certain challenges: how to promote exercise for young women without exposing them to the public space? How to reconcile physical training with the aesthetic ideal of femininity? Finally, how to promote more movement for the juvenile female body without risking its reproductive capacity? Doctors and educators, faced with this dilemma, defined the contours of an acceptable female physical and sports education. However, although the norms disseminated by the predominantly male prescriptive literature were restrictive, innovative practices that met specific objectives started to appear in Montreal's boarding schools in the 1860s. These practices diversified in the first decades of the twentieth century under the impetus of historical actresses – teaching sisters, gymnastic professors and students.

Keywords: 19th-20th centuries, Quebec, Montreal, Female Physical Education, Gymnastic, Sport, Body, Gender, Young Girls, Catholic boarding schools

## Tables des matières

<b>Résumé</b> .....	i
<b>Abstract</b> .....	ii
<b>Tables des matières</b> .....	iii
<b>Liste des illustrations</b> .....	v
<b>Liste des sigles</b> .....	vi
<b>Remerciements</b> .....	vii
<b>Introduction</b> .....	1
1. État de la question.....	2
1.1 Histoire du corps .....	2
1.2 Histoire du sport.....	4
1.3 Histoire de l'éducation physique en milieu scolaire .....	6
2. Problématique .....	8
3. Le corpus de sources.....	11
3.1 Les périodiques .....	11
3.2 Les archives institutionnelles .....	12
4. Plan de l'étude .....	13
<b>Chapitre 1 : Les discours sur l'éducation physique féminine</b> .....	15
1. L'éducation physique de la jeunesse montréalaise : une préoccupation nouvelle.....	15
1.1 La doctrine de la dégénérescence et l'essor du mouvement hygiéniste .....	16
1.2 Les exercices physiques : une mesure préconisée pour la jeunesse urbaine .....	20
2. La promotion des activités physiques .....	21
2.1 Acquérir la santé physique .....	21
2.2 Conserver la santé mentale.....	26
2.3 Préserver la santé morale.....	28
2.4 Des corps au service de la nation .....	32

3. Des prescriptions contradictoires .....	38
3.1 La focalisation des discours médicaux autour des fonctions reproductrices .....	38
3.2 Les risques des activités physiques « immodérées » .....	40
3.3 La menstruation : une incapacité ? .....	41
3.4 Des activités adaptées à la « faiblesse » du corps féminin .....	43
4. La légitimation des activités promouvant le modèle normatif de la féminité .....	45
4.1 Soins du corps, soins du ménage .....	45
4.2 L'appréhension des sensations voluptueuses .....	49
4.3 La problématique de l'exposition du corps féminin .....	50
4.4 Le spectre de la masculinisation des filles .....	52
<b>Chapitre 2 : L'émergence d'une éducation corporelle dans les pensionnats féminins .....</b>	<b>54</b>
1. L'influence de l'hygiénisme et l'attention croissante dévolue au corps .....	54
2. La gymnastique : la première forme « pratique » d'éducation physique .....	58
2.1 Une pratique innovante .....	59
2.2 Des leçons méthodiques et « rationnelles » .....	61
2.3 La force, la souplesse, la grâce : la gymnastique adaptée pour le genre féminin ...	65
2.4 L'élimination des gestes non contrôlés s'apparentant à ceux de la danse .....	67
2.5 Les obstacles à l'institutionnalisation de la gymnastique .....	68
2.6 Rosa Bakers Edwards: une pionnière pour l'enseignement de la gymnastique .....	73
3. Les activités physiques et sportives pratiquées dans un cadre récréatif .....	77
3.1 Une orientation pratique .....	78
3.2 La poursuite des activités sportives traditionnellement « féminines » .....	82
3.3 La construction de la féminité par les sports .....	91
<b>Conclusion .....</b>	<b>93</b>
<b>Bibliographie .....</b>	<b>99</b>

## Liste des illustrations

Illustration 1 : Gymnase du Pensionnat Villa Maria .....	75
Illustration 2 : Élèves jouant au croquet devant le Pensionnat d’Hochelaga .....	84
Illustration 3 : Élèves jouant au tennis au Pensionnat d’Hochelaga.....	85
Illustration 4 : Tennis – Lawn tennis, Pensionnat Villa Maria.....	86
Illustration 5 : Tennis au Pensionnat d’Hochelaga.....	87
Illustration 6 : Lac Margarita – Lake Margarita, Pensionnat Villa Maria.....	88
Illustration 7 : Terrasse des Cours Supérieurs – Basket Ball Grounds, Pensionnat Villa Maria....	90

## Liste des sigles

ACND	Archives de la Congrégation de Notre-Dame - Montréal
BAnQ	Bibliothèques et archives nationales du Québec
SCA SNJM	Service central des archives de la Congrégation des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie - Longueuil



## Remerciements

Je tiens tout d'abord à remercier mon directeur de recherche, Ollivier Hubert, pour sa confiance, son soutien constant, ses nombreux conseils ainsi que sa grande disponibilité. Nos échanges m'ont permis d'approfondir mes réflexions et d'enrichir ce mémoire. Je le remercie également de m'avoir toujours appuyée dans la poursuite de mes projets.

J'aimerais ensuite exprimer ma reconnaissance à toute l'équipe du Service des archives de la Congrégation de Notre-Dame et du Service central des archives de la Congrégation des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie pour m'avoir si bien accueillie lors de mes recherches. Je tiens plus précisément à souligner l'aide que m'ont apportée les archivistes Marie-Claude Fortier et Geneviève Noël.

Je remercie les organismes et les donateurs qui ont contribué financièrement à mes études de maîtrise : le Conseil de recherches en sciences humaines du Canada (CRSH), le Fonds de Recherche du Québec – Société et Culture (FRQSC), Mme Madeleine St-Martin ainsi que le département d'histoire de l'Université de Montréal.

Ma reconnaissance va également à mes parents et à mes amis qui m'ont toujours encouragée à poursuivre des études supérieures.

Enfin, je remercie Etienne pour son amour et son soutien; lui qui est à mes côtés depuis le tout début de ce projet.

## Introduction

Faites de la gymnastique, peut-être pas aujourd'hui, peut-être pas demain, ni dans huit jours, ni dans un mois, mais vous en ferez, car l'avenir de l'humanité en dépend et le jour n'est pas éloigné où les législateurs l'imposeront à vos filles comme ils l'imposeront obligatoirement à vos garçons.

- Entrevue du Dr. John Hayes dans *La Presse*, 14 janvier 1908<sup>1</sup>.

Le tournant du XX<sup>e</sup> siècle est une période où l'éducation physique de la jeunesse devient, à l'échelle internationale, l'élément d'un projet de société qui va alimenter de nombreux débats<sup>2</sup>. L'imaginaire collectif qui se construit autour de l'idée de la « dégénérescence de la race » et les craintes concernant la dépopulation amènent quelques acteurs sociaux, tels que les médecins et les pédagogues, à tenter de concevoir un système d'éducation physique qui conviendrait non seulement aux garçons, mais également aux filles<sup>3</sup>. Au Québec, les hommes de science canadiens-français commencent à promouvoir certaines formes d'exercices pour renforcer le corps des futures mères de la nation, tout en reconnaissant qu'il s'agit d'une question sensible. Au tournant du siècle dernier, l'implantation de l'éducation physique des filles suppose en effet un ensemble de défis qui ne se pose pas nécessairement pour les garçons ; comment faire la promotion de l'exercice dans une visée de bonne santé générale sans risquer de « blesser » le corps féminin et de nuire à sa capacité reproductive ? Comment concilier l'entraînement physique et ses effets potentiellement « virilisants » et l'idéal esthétique féminin ? Enfin, comment encourager la participation des filles à certaines formes d'activités physiques et sportives sans pour autant dévoiler et exposer leur corps dans l'espace public ? Ces tensions organisèrent les réflexions à travers

---

<sup>1</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

<sup>2</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », dans Margaret Costa et Sharon R. Guthrie (dir.), *Women and Sport: Interdisciplinary Perspectives*, Champaign, Human Kinetics, 1994, p. 67.

<sup>3</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », *International Journal of the History of Sport*, vol. 26, n° 5, 2009, p. 576.

lesquelles les médecins et les pédagogues furent amenés à circonscrire les pratiques en matière d'éducation physique féminine.

Bien que les normes diffusées par la littérature prescriptive essentiellement masculine aient été contraignantes, de plus en plus de jeunes filles des classes moyennes et supérieures ont eu l'occasion de s'initier à une panoplie d'activités physiques et sportives vers la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Patricia Vertinsky rappelle que des deux côtés de l'Atlantique, les filles ont d'abord pu exploiter leurs capacités athlétiques dans les écoles privées et les universités<sup>4</sup>. Au Québec, les pensionnats catholiques ont adopté des pratiques innovantes en matière d'éducation physique à la même époque, puisque la gymnastique et de nouveaux sports en vogue, tels que le tennis, y étaient enseignés. Pourtant des études plus approfondies manquent pour préciser la chronologie de ce changement, ses manifestations, ses objectifs et les débats qu'il a pu engendrer. Car si l'historiographie québécoise s'est relativement peu intéressée au domaine des sports et de l'éducation physique jusqu'à présent, nous pouvons affirmer que le déficit est encore plus frappant en ce qui concerne les filles.

## 1. État de la question

### 1.1 Histoire du corps

L'histoire des pratiques d'éducation physique s'inscrit dans une réflexion plus générale sur le corps qui a suscité de nombreux travaux depuis un tiers de siècle<sup>5</sup>. En 1983, Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet ont publié une étude portant sur les représentations médicales du corps féminin à travers le temps. Elles expliquent que la médecine philosophique de l'époque des Lumières a proposé une définition de la « nature féminine » qui réduit tout l'être féminin à sa faiblesse inhérente à la condition maternelle<sup>6</sup>. Au temps des Lumières, les femmes sont effectivement perçues, avec leurs menstruations, leurs grossesses, leurs accouchements, leur ménopause, comme d'éternelles malades étroitement

---

<sup>4</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 74.

<sup>5</sup> Pascal Ory, « Histoire du corps », dans Delacroix (dir.), *Historiographies, Concepts et débats*, Volume 1, Paris, Gallimard, 2010, p. 262.

<sup>6</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, Paris, Hachette, 1983, p. 9-10

soumises à leur destin biologique<sup>7</sup>. Aux yeux des médecins, la pathologie féminine trouve son siège dans les organes génitaux et plus particulièrement dans l'utérus<sup>8</sup>. En 1992, Thomas Laqueur soutient également dans son essai intitulé *La fabrique du sexe : essai sur le corps et le genre en Occident* que la théorie selon laquelle les femmes et les hommes seraient incommensurablement différents du point de vue de l'anatomie comme de la physiologie aurait émergé au XVIII<sup>e</sup> siècle<sup>9</sup>. Loin d'être la conséquence du progrès des connaissances scientifiques, cette nouvelle façon d'interpréter le corps serait surtout le fruit d'une évolution politique. En effet, ce souci de mettre en évidence les différences physiques entre les deux sexes aurait servi à justifier la domination des hommes dans le domaine public<sup>10</sup>.

Les discours sur les différences anatomiques produits par le corps médical ont eu des impacts sur les pratiques sportives des femmes. Dans l'ouvrage collectif intitulé *Histoire du corps*, Georges Vigarello et Richard Holt soulignent que les exercices et les sports qui nécessitaient de la vigueur étaient considérés comme dangereux pour le corps des femmes<sup>11</sup>. Cependant, Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, qui ont étudié les discours biomédicaux sur l'éducation physique et les sports féminins en France, expliquent que l'influence de l'hygiénisme et de l'eugénisme a fait en sorte que l'on a commencé à se préoccuper de la santé et de l'éducation physique des filles au tournant du XX<sup>e</sup> siècle. Pour les médecins et les biologistes français, la régénération de la race devait effectivement passer par la santé des futures mères de la nation<sup>12</sup>. C'est du reste à ce moment que l'on a commencé à tenter de concevoir un système d'éducation physique qui conviendrait aux jeunes filles<sup>13</sup>. Au Québec, nous remarquons que peu d'études ont porté spécifiquement sur l'histoire des représentations médicales du corps féminin. Les travaux en histoire de la

---

<sup>7</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins...*, p. 89.

<sup>8</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins...*, p. 72-73.

<sup>9</sup> Thomas Laqueur, *La fabrique du sexe : essai sur le corps et le genre en Occident*, Paris, Gallimard, 1992, p. 18.

<sup>10</sup> Thomas Laqueur, *La fabrique du sexe*, p. 221.

<sup>11</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », dans Alain Corbin (dir.), *Histoire du corps, tome 2 : De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Éditions du Seuil, 2005, p.359 et 362.

<sup>12</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », p. 581.

<sup>13</sup> Bohuon et Luciani, « Biomedical Discourse on Women's... », p. 576.

médecine montrent toutefois que le Québec suit la tendance occidentale dans le domaine des sciences<sup>14</sup>.

## 1.2 Histoire du sport

Le champ de l'histoire des sports au Québec, qui en est encore peu développé malgré une certaine ancienneté, s'est beaucoup penché sur la relation entre le sport et la question nationale. Deux monographies publiées dans les années 1990 ont porté spécifiquement sur la participation des Canadiens français dans le domaine sportif au XIX<sup>e</sup> siècle. Il s'agit d'*Emparons-nous du sport : les Canadiens français et le sport au XIX<sup>e</sup> siècle*<sup>15</sup> de Gilles Janson, ainsi que *La Conquête du sport : le sport et la société québécoise au XIX<sup>e</sup> siècle*, de Donald Guay<sup>16</sup>. Ces auteurs, qui mettent la question nationale de l'avant, proposent tout de même une certaine perspective sociale en affirmant que l'intégration des individus dans le monde du sport ne se serait pas réalisée de manière égalitaire; selon Guay, le phénomène sportif touche au XIX<sup>e</sup> siècle, dans l'ordre, les aristocrates et les bourgeois, les garçons dans les collèges, les travailleurs des classes populaires et en tout dernier lieu, les femmes, et surtout les bourgeoises<sup>17</sup>. Invisibilisées, les femmes sont quasi-absentes de l'historiographie québécoise sur le sport puisque leur participation est considérée a priori comme ayant été marginale, limitée à quelques adeptes de la nage et du cyclisme, ou encore à quelques participantes aux épreuves sportives organisées dans le cadre de fêtes et de

---

<sup>14</sup> Denis Goulet et Robert Gagnon étudient notamment l'essor du mouvement hygiéniste au Québec. Ils montrent que les médecins canadiens-français ont importé les savoirs et les pratiques scientifiques internationales au Québec, puisqu'ils étaient nombreux à faire des séjours de spécialisation plus ou moins prolongés en Europe, puis aux États-Unis. Enfin, ils expliquent que la presse médicale étrangère et québécoise encourageait les échanges d'informations scientifiques et techniques (*Histoire de la médecine au Québec, 1800-2000 : de l'art de soigner à la science de guérir*, Québec, Septentrion, 2014, p. 192). Le mémoire de maîtrise de Louise Brodeur sur les débuts de la gynécologie au Québec ainsi que l'étude de Denyse Baillargeon sur la médicalisation de la maternité indiquent quant à eux que l'emprise du pouvoir médical sur le corps des femmes s'est aussi accentuée au Québec à la même époque (Louise Brodeur, « Les débuts de la gynécologie au Québec (1880-1920). Spécialisation de la médecine, médicalisation de la femme et consolidation de la profession », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 1991, 237 pages ; Denyse Baillargeon, *Un Québec en mal d'enfants. La médicalisation de la maternité, 1910-1970*, Montréal, Éditions du remue-ménage, 2004, 373 pages.

<sup>15</sup> Gilles Janson, *Emparons-nous du sport : les Canadiens français et le sport au XIX<sup>e</sup> siècle*, Montréal, Guérin, 1995, 239 pages.

<sup>16</sup> Donald Guay, *La conquête du sport : le sport et la société québécoise au XIX<sup>e</sup> siècle*, Montréal, Lanctôt éditeur, 1997, 244 pages.

<sup>17</sup> Donald Guay, *La conquête du sport*, p. 201.

pique-niques. Dans un contexte universitaire inégalitaire où tout ce qui est construit comme « féminin » est dévalorisé, l'historiographie a pu largement éclipser les pratiques féminines en ne les théorisant pas comme relevant du sport. Par exemple, les études précitées se basent sur une conception restrictive du sport<sup>18</sup> qui a pour caractéristique d'exclure les formes d'exercices corporels pratiquées surtout par les femmes, comme la danse et la gymnastique.

Quelques travaux d'historiennes canadiennes, qui ont élargi la définition du concept de « sport organisé » pour y inclure les activités pratiquées de manière récréative ou dans un cadre scolaire, permettent une meilleure compréhension des expériences féminines. Dans *Out of bounds. Women, Sport and Sexuality* (1986), Helen Lenskyj montre que certains groupes sociaux, tels que les médecins et les professeurs d'éducation physique, ont contribué à exclure les femmes de la pratique d'activités sportives « exigeantes » et compétitives en désirant contrôler leur corps et leur sexualité<sup>19</sup>. Plus récemment, dans *The girl and the game: a history of women's sport in Canada* — une synthèse sur l'histoire des sports féminins au Canada — Margaret Ann Hall montre comment les athlètes canadiennes ont bel et bien participé et investi le monde du sport en réalisant de nombreux exploits<sup>20</sup>, ce qui n'est pas sans rappeler la conception virile du domaine sportif alliant prouesses athlétiques et tours de force. Hall souligne également l'« agentivité » des femmes canadiennes dans la création du système sportif canadien, rappelant qu'elles « have been strong, active agents in creating the kind of sports world they wanted for their children, their daughters especially<sup>21</sup>. »

Les études respectives de Lenskyj et de Hall n'ont toutefois pas réellement abordé les expériences des sportives de la communauté canadienne-française. Si Hall a réussi à montrer que plusieurs organisations sportives féminines ont été fondées à Montréal par des anglo-protestantes et que certaines ont été de très grandes athlètes, peu de mots portent sur

---

<sup>18</sup> Selon Donald Guay, le sport est une « activité physique, compétitive, pratiquée en vue d'un enjeu, selon des règles écrites et un esprit particulier, l'esprit sportif, fait d'équité, de désir de vaincre et de loyauté » (*La conquête du sport*, p. 24-25).

<sup>19</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, Toronto, Women's Press, 1986, 180 pages.

<sup>20</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, Peterborough, Broadview Press, 2002, 284 pages.

<sup>21</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game*, p. 14.

les franco-catholiques. La thèse de doctorat d'Élise Detellier, publiée en 2011 et intitulée « *They always remain girls* » : la re/production des rapports de genre dans les sports féminins au Québec, constitue la première étude portant spécifiquement sur le sport et le genre au Québec. Plus précisément, Detellier analyse les discours dominants des autorités religieuses, des médecins ainsi que des professeurs d'éducation physique du Québec et montre, en utilisant en particulier les écrits de Myrtle Cook et de Cécile Grenier, que ces idées pouvaient être contestées. Elle présente également une lecture comparative de l'évolution des pratiques des sportives à la Palestre nationale et au Health Education Center du YWCA de Montréal pour la période de 1919 à 1961<sup>22</sup>.

Dans leur ensemble, les travaux de Lenskyj, de Hall et de Detellier soulignent à quel point la participation des femmes dans le sport, un espace de construction de l'identité masculine, suscitait de profondes angoisses sociales ; les performances d'athlètes féminines remettaient en question les théories de différenciation sexuelles qui construisaient un corps féminin inférieur et avaient de ce fait la capacité d'ébranler l'ordre social sexuel établi. Ces historiennes montrent aussi que l'enjeu de la « féminité » des sportives était au cœur des débats sociaux ; ces dernières devaient soit affirmer leur féminité dans la pratique des sports, soit participer à des versions de sports « féminisés » et adaptés « à leur nature ». Les sportives devaient se montrer particulièrement maternelles et hétérosexuelles, en plus d'adhérer aux critères esthétiques associés à l'idéal de la féminité. Par conséquent, ces historiennes soutiennent que les sports féminins représentent à la fois un espace de transgression et de reproduction des rapports de genre, ceci d'autant plus que les pratiques prescrites visaient à bonifier le corps maternel et à conforter des destins de mères et d'épouses<sup>23</sup>.

### *1.3 Histoire de l'éducation physique en milieu scolaire*

L'historiographie estime généralement que l'activité physique et sportive occupait peu de place dans la vie des élèves et des étudiants québécois au tournant du XX<sup>e</sup> siècle. Il y a plus

---

<sup>22</sup> Élise Detellier, « *They Always Remain Girls* » : La re/production des rapports de genre dans les sports féminins au Québec, 1919-1961 », Thèse de doctorat (histoire), Université de Montréal, 2011, 378 pages.

<sup>23</sup> Élise Detellier, « *They Always Remain Girls* », p. 29.

de 35 ans, Donald Guay affirmait qu'il s'agissait d'un champ riche en hypothèses à vérifier et où les études n'en étaient qu'à leur tout début<sup>24</sup>, mais peu de nouvelles recherches sont venues enrichir l'historiographie québécoise depuis ce temps. Dans *L'histoire de l'éducation physique au Québec. Conceptions et événements*, Donald Guay explique que la pédagogie humaniste chrétienne aurait favorisé le développement spirituel et moral des élèves au détriment du développement physique<sup>25</sup>. Cette résistance à l'égard de l'exercice du corps aurait par ailleurs été plus marquée dans le cas des filles, de sorte que l'éducation physique aurait été particulièrement négligée dans les pensionnats catholiques pour jeunes filles. En outre, Guay explique que l'influence du militarisme et l'importance accordée aux exercices martiaux dans les écoles auraient nui au développement d'une éducation physique accessible pour les filles<sup>26</sup>. Ainsi, bien que l'enseignement de la gymnastique et de l'hygiène soient devenu, en théorie, obligatoires en 1878, Guay explique que, dans les faits, il fallut attendre des décennies et même le rapport Parent (1964) avant d'assister à une réelle prise en charge de l'éducation physique dans les établissements scolaires<sup>27</sup>. Cette interprétation est toutefois remise en question, du moins en ce qui concerne les garçons, par Christine Hudon dans son article intitulé « Le Muscle et le Vouloir : Les sports dans les collèges classiques masculins au Québec, 1870-1940 ». Elle prouve que le sport moderne, qui est apparu dans les collèges classiques pour garçons dans les années 1870, est devenu un outil pédagogique valorisé par le clergé enseignant pour fortifier le corps masculin et initier les garçons aux codes de la « virilité », ce qui a provoqué un engouement dans les collèges pour le hockey, le baseball et le basket-ball<sup>28</sup>.

Cette évolution s'est-elle manifestée en milieu éducatif féminin? Quelques mentions historiographiques seulement permettent à ce jour de le supposer. *Les Couventines*, ouvrage dirigé par Micheline Dumont et Nadia Fahmy-Eid publié en 1986, nous apprend que, bien

---

<sup>24</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec : conceptions et événements (1830-1980)*, Chicoutimi, Gaëtan Morin, 1981, p. 149.

<sup>25</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 48.

<sup>26</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 35.

<sup>27</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 41.

<sup>28</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir : Les sports dans les collèges classiques masculins au Québec, 1870-1940 », *Revue d'histoire de l'éducation*, vol. 17, n° 2, 2005, p. 243-263.



que le couvent ait été un milieu très réglementé et très austère<sup>29</sup>, les religieuses enseignantes y auraient enseigné la danse et la « callisthénie » (gymnastique) au XX<sup>e</sup> siècle<sup>30</sup>. Dans son mémoire de maîtrise publié en 2014, Julie Plourde prouve quant à elle qu'une autre forme d'activité corporelle — le théâtre — était florissante dans les pensionnats de la Congrégation de Notre-Dame au tournant du XX<sup>e</sup> siècle malgré certaines contestations de la part des évêques. Elle montre, en effet, que le théâtre était un outil éducatif qui permettait de transmettre aux couventines les modèles associés à la féminité<sup>31</sup>. Enfin, dans une thèse de doctorat déposée en 1983, Helen Lenskyj étudie plus précisément les pratiques d'éducation physique dans les écoles publiques protestantes de l'Ontario et prouve qu'elles jouaient un rôle clé dans le processus de socialisation des jeunes filles<sup>32</sup>. Cette étude n'a toutefois pas encore d'équivalent au Québec.

## 2. Problématique

L'historiographie qui affirme que l'éducation corporelle des filles aurait été particulièrement négligée dans les pensionnats catholiques<sup>33</sup> n'a pas été révisée. En plus du cadre de vie très réglementé et de l'horaire chargé des pensionnaires qui auraient accordé peu de temps aux loisirs et aux récréations<sup>34</sup>, une synthèse parue en 2002 affirme encore que les écoles catholiques et méthodiques du Canada auraient été les moins enclines à inclure les activités physiques au sein de leur institution, leur curriculum reflétant davantage l'idéal féminin associé à l'ère victorienne<sup>35</sup>. On ne connaîtrait ainsi aucun couvent qui ait organisé des pratiques sportives avant les années 1900, voire au-delà<sup>36</sup>. Ce sont toutefois là des suppositions qui restaient à vérifier, car aucune étude de fond portant spécifiquement sur les programmes d'éducation physique dans les institutions catholiques pour filles du Québec n'avait été réalisée avant la présente contribution.

<sup>29</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid, *Les couventines : l'éducation des filles au Québec dans les congrégations religieuses enseignantes, 1840-1960*. Montréal, Boréal, 1986, p. 16.

<sup>30</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid, *Les couventines*, p. 79.

<sup>31</sup> Julie Plourde, « Un genre en construction : Le théâtre à la Congrégation de Notre-Dame, 1850-1920 », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 2014, 123 pages.

<sup>32</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario, 1890-1930 », Thèse de doctorat (histoire), Université de Toronto, 1983, 308 pages.

<sup>33</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 148.

<sup>34</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid, *Les couventines*, p. 53-54.

<sup>35</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 28.

<sup>36</sup> Donald Guay, *La conquête du sport*, p. 225-226.

Puisqu'il a été mainte fois démontré, et dans plusieurs domaines, que le Québec a suivi la tendance internationale en matière d'ingénierie sociale, nous soumettons l'hypothèse que des débats et des discussions scientifiques autour de l'éducation physique des jeunes filles sont apparus dans les revues scientifiques au Québec à la même époque qu'ailleurs. En fait, comme l'exercice du corps féminin est pensé comme amenant des enjeux et des défis particuliers, il est probable que les scientifiques canadiens-français aient tenté, tout comme leurs homologues internationaux, de l'encadrer et de lui imposer des limites. Nous posons également l'hypothèse que les pensionnats ont connu une évolution semblable, quoi que sans doute différente dans ses modalités, à celle qui a marqué la pratique sportive en milieu éducatif masculin. En effet, il est possible que les religieuses enseignantes, qui suivaient les tendances en matière de pédagogie<sup>37</sup>, aient adopté des pratiques innovantes en matière d'éducation physique ; d'autant plus qu'il a été prouvé par plusieurs chercheuses que la non-mixité d'un établissement pouvait exercer une influence positive sur les pratiques sportives féminines<sup>38</sup>. Enfin, il est également possible que les pensionnats se soient conformés aux pressions venant de l'extérieur en adoptant des activités qui étaient déjà pratiquées par les couventines dans un cadre familial<sup>39</sup>.

En étudiant à la fois les discours et les pratiques en matière d'éducation physique féminine en milieu scolaire franco-catholique, ce mémoire vise à éclaircir ces aspects

---

<sup>37</sup> La passion que certaines religieuses ont eu pour l'enseignement ont permis l'élaboration de méthodes et de pratiques pédagogiques originales (Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid, *Les couventines*, p. 113).

<sup>38</sup> Par exemple, Élise Detellier montre dans sa thèse de doctorat que les sportives à la Palestre Nationale, un milieu mixte, étaient parfois désavantagées par rapport aux sportifs en termes de temps de pratique et de choix d'activités. La mixité de l'établissement entraînait aussi une surveillance accrue des costumes sportifs et des vestiaires, une problématique qui n'existait pas au Health Education Center du YWCA de Montréal, un milieu non mixte (Élise Detellier, « They always remain girls », 378 pages). Karine Hébert montre également que les étudiantes du Royal Victoria College, un établissement d'enseignement supérieur féminin, avaient accès à plus d'installations que les étudiantes de l'Université de Montréal à la même époque (Karine Hébert, « Carabines, poutchinettes, co-eds ou freshettes sont-elles des étudiantes ? Les filles à l'Université McGill et à l'Université de Montréal (1900-1960) », *Revue d'histoire de l'Amérique française*, 57, n° 4, 2004, p. 593-625).

<sup>39</sup> Les historiens et les historiennes qui ont travaillé sur les collèges classiques masculins ont étudié la question de la perméabilité de l'institution. À ce sujet, voir Louise Bienvenue, Ollivier Hubert et Christine Hudon, *Le collège classique pour garçons : études historiques sur une institution québécoise disparue*, Montréal, Fides, 2014, 416 pages. Certaines études prouvent que cela s'applique également aux pensionnats féminins. Par exemple, dans son mémoire de maîtrise, Lisa Moore étudie la culture étudiante à Villa Maria et démontre que les jeunes filles ont amené par l'exercice de leur agentivité des changements importants dans la vie de l'institution (« Becoming a « Villa Girl »: Youth Culture and the Student Experience at a Single Sex Private School in Montreal, 1916-1980 », Mémoire de maîtrise (histoire), Université Concordia, 2015, 140 pages).

encore méconnus et peu abordés dans l'historiographie québécoise. L'étude débute en 1860, c'est-à-dire au moment où l'on voit apparaître les premières manifestations d'une éducation corporelle dans le réseau éducatif privé de Montréal. Elle se termine en 1920, soit l'année qui ouvre la période dite de « l'âge d'or » des sports féminins au Canada<sup>40</sup>.

Dans un premier temps, une analyse qualitative du discours des médecins et des pédagogues canadiens-français est conduite de manière à mettre en lumière la réflexion théorique entourant l'éducation physique féminine au Québec. Quelques questions générales ont guidé cette partie de la recherche : comment les scientifiques, tels que les médecins et les pédagogues, construisaient-ils le corps féminin, et plus précisément de la jeune fille ? Dans quelles circonstances se sont-ils montrés favorables à l'éducation physique féminine et quels avantages lui attribuait-on ? Sous quelles formes précises fut-elle envisagée et encouragée ? À l'inverse, quels étaient les principaux enjeux qui auraient pu constituer des limites à l'activité physique des filles ? Leurs prescriptions étaient-elles conformes à celles de leurs homologues internationaux ?

Dans un deuxième temps, les pratiques d'éducation physique dans les grands pensionnats catholiques de Montréal sont étudiées afin de suivre leur évolution et comprendre les objectifs pédagogiques qu'on leur attribuait. Quelles sont les premières manifestations d'une éducation physique dans le réseau éducatif féminin ? Les couventines avaient-elles accès aux mêmes activités physiques et sportives que les garçons et à la même fréquence, ou pratiquaient-elles des activités conformes aux théories « biologisantes » de l'époque qui construisaient un corps féminin plutôt faible et fragile ? De plus, quelles valeurs, quels comportements et idéaux esthétiques cherchait-on à inculquer par l'éducation corporelle ? Si les sports ont joué un rôle important dans la construction de la masculinité, ces derniers apparaissant dans les collèges classiques pour développer les muscles, canaliser l'énergie sexuelle et éduquer les garçons au code de la virilité<sup>41</sup>, qu'en est-il du

---

<sup>40</sup> La période suivant la Première Guerre mondiale est considérée comme la période de l'âge d'or du sport féminin. C'est la période où des sports d'équipe populaires comme le hockey, le basket-ball et la balle-molle s'organisèrent. C'est aussi une époque où les meilleures athlètes féminines commencèrent à compétitionner internationalement, et notamment aux Jeux olympiques. Enfin, les femmes commencèrent à cette époque à prendre le contrôle des organisations de sports féminins au Canada (Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 42).

<sup>41</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 243-263.

rôle particulier dévolu aux activités physiques et sportives dans l'intériorisation des modèles de la féminité ?

Il va sans dire qu'une attention particulière sera accordée aux dynamiques de genre<sup>42</sup> se révélant à la fois dans les discours circulant au Québec et les pratiques. Ce concept de genre, qui permet d'étudier la construction du masculin et du féminin ainsi que les rapports de pouvoir entre les hommes et les femmes, s'est imposé dans les années 1990 en histoire des sports féminins (comme dans d'autres domaines de la pratique historique) et sera également central dans cette étude<sup>43</sup>. Enfin, tous les types d'exercices corporels qui sont envisagés dans le développement d'une science de l'éducation physique féminine et/ou pratiqués en milieu scolaire féminin seront pris en compte dans le cadre de la présente étude ; qu'ils s'agissent de la gymnastique, souvent pratiquée en tant que discipline scolaire à part entière, ou des activités sportives récréatives. En fait, la gymnastique et les sports mettent tous les deux le corps féminin en mouvement et acquièrent une dimension pédagogique particulière lorsqu'ils sont pratiqués au sein de l'institution scolaire. Ils sont, notamment, considérés comme des instruments éducatifs visant à former un individu complet, autant physiquement que moralement.

### 3. Le corpus de sources

#### 3.1 Les périodiques

L'étude s'appuie pour une part sur une dizaine de périodiques médicaux canadiens-français publiés principalement à Montréal ou à Québec<sup>44</sup>. Les revues médicales nous ont permis de

---

<sup>42</sup> Selon la définition donnée par Joan Scott dans son article fondateur « le genre est un élément constitutif des rapports sociaux fondé sur des différences perçues entre les sexes, et le genre est une façon première de signifier des rapports de pouvoir » (Joan Scott, « Genre : Une catégorie utile d'analyse historique », *Les Cahiers du GRIF*, n° 37-38, 1988, p. 141).

<sup>43</sup> Les premiers travaux en histoire du sport féminin, qui portaient surtout sur l'identification de la place des femmes dans le domaine du sport, ont évolué à partir des années 1990 pour placer la question des relations de genre au centre des analyses (Thierry Terret, « Le genre dans l'histoire du sport », *Clio. Histoire, femmes et sociétés*, n° 23, 2006, p. 210).

<sup>44</sup> Les revues médicales sont les suivantes : *L'Abeille Médicale* (1879-1882), *L'Union Médicale du Canada* (1872-1912), *La Clinique* (1894-1900), *La Gazette Médicale* (1865-1866), *La Gazette Médicale de Montréal* (1887-1892), *La Revue Générale de Médecine, de Pharmacie et d'Hygiène Pratiques* (1898-1900), *La Revue Médicale* (1897-1900), *La Revue Médicale du Canada* (1900-1904), *Le Bulletin Médical de Québec* (1899-1910), *Le Journal d'Hygiène Populaire* (1884-1895), *Le Journal de Médecine et de Chirurgie* (1906-1916) et *Le Montréal-Médical* (1901-1910).

comprendre la manière dont les médecins, et plus particulièrement les médecins hygiénistes et les gynécologues, construisaient le corps de la jeune fille, ainsi que leurs recommandations en matière d'éducation physique et sportive. De plus, deux revues pédagogiques, le *Journal de l'Instruction publique* (1857-1898) et *L'Enseignement primaire* (1881-1920), ont été consultées afin d'identifier les méthodes didactiques de l'éducation physique et les avantages qu'on lui attribuait dans le cadre de la formation générale des écoliers et écolières. Le corpus de sources comprend également des revues féminines publiées au tournant du XX<sup>e</sup> siècle<sup>45</sup>, puisque les médecins y prodiguaient des conseils qui s'adressaient directement aux jeunes femmes et puisqu'elles permettent, dans une certaine mesure, de deviner l'opinion qu'ont pu avoir les principales intéressées sur l'activité physique. Enfin, des articles de presse trouvés au fil de nos recherches sont venus enrichir et compléter ce corpus. Puisque ces périodiques sont disponibles en version numérisée via les sites internet *BAnQ numérique* et *Notre mémoire en ligne*, il fut possible d'effectuer la recherche au moyen d'une quinzaine de mots clés<sup>46</sup>. Près d'une trentaine d'articles pertinents portant de près ou de loin sur le corps féminin et l'exercice ont été relevés, dont plusieurs provenaient originellement du *Journal d'Hygiène Populaire*<sup>47</sup>. Ces articles de périodique nous ont non seulement permis de saisir les prescriptions en matière d'éducation physique féminine, mais également les enjeux, les débats et les controverses s'y rattachant.

### 3.2 Les archives institutionnelles

Dans son analyse des pratiques en milieu scolaire, l'étude se base sur les archives institutionnelles de la Congrégation de Notre-Dame et des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie, les deux congrégations religieuses enseignantes les plus importantes à

---

<sup>45</sup> Il s'agit des revues *Le Coin du Feu* (1893-1896), *Le Journal de Françoise* (1902-1909), *La Femme* (1908-1912), *Le Couvent : Publication mensuelle à l'usage des jeunes filles* (1886-1899) ainsi que *Pour vous mesdames* (1913-1919).

<sup>46</sup> Les mots clés, directement liés au corps féminin et l'activité physique et sportive, sont les suivants : gymnastique, callisthénie, sport, éducation physique, tennis, bicyclette, danse, exercice, marche, saut, fille, femme, utérus, menstruation.

<sup>47</sup> Selon Guay, les hygiénistes, qui s'intéressent aux questions de santé publique, sont les premiers à s'être préoccupés à l'éducation physique des enfants (Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 41).

Montréal durant la période étudiée<sup>48</sup>. Plusieurs fonds et collections ont été dépouillés. Tout d'abord, les fonds de la Maison mère et du bureau des études des deux congrégations religieuses nous ont permis d'obtenir des informations sur les programmes scolaires ainsi que de trouver quelques circulaires contenant des recommandations au sujet des récréations, de l'exercice et des séances de callisthénie (gymnastique)<sup>49</sup>. Plusieurs devoirs et travaux rédigés par des élèves de la Congrégation de Notre-Dame, portant plus précisément sur l'hygiène et l'exercice, ont également été récoltés et analysés<sup>50</sup>.

Les Fonds des grands pensionnats montréalais tenus par la Congrégation de Notre-Dame, tels que le Mont Sainte-Marie et Villa Maria, et ceux tenus par les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie, tels que le Pensionnat d'Hochelaga, le Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, le pensionnat Marie-Rose, le Pensionnat Mont-Royal et le Pensionnat Sainte-Émilie ont également été dépouillés. Les prospectus, les comptes et dépenses ainsi que des photographies ont permis d'illustrer et de rendre compte des pratiques des couventines et de leurs enseignantes. Les annales et les chroniques des pensionnats, qui ont été lues systématiquement et dans leur ensemble pour la période étudiée, sont toutefois les sources qui ont été les plus révélatrices. En effet, même s'il faut garder en tête que nous n'avons accès qu'à ce que les annalistes ont bien voulu conserver, plusieurs extraits qui abordent de près ou de loin la question de l'éducation physique ont servi à appuyer notre propos.

#### 4. Plan de l'étude

Le mémoire est divisé en deux parties. Le premier chapitre expose les discours circulant dans les revues médicales et pédagogiques canadiennes-françaises publiées au Québec au sujet de l'éducation physique féminine. Les arguments mobilisés par les médecins et les pédagogues pour faire la promotion d'activités physiques et sportives pour les jeunes filles,

---

<sup>48</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid, *Les couventines*, p. 255.

<sup>49</sup> Il est à noter que relativement peu de documents produits dans la seconde moitié du XIXe siècle ont été conservés. En outre, un incendie survenu à la Maison Mère de la Congrégation de Notre-Dame en 1893 a détruit plusieurs documents du fonds du bureau des études.

<sup>50</sup> Il s'agit de recueils présentés à l'occasion des Expositions universelles de Chicaco (1893) et de Paris (1900) comprenant les meilleurs travaux d'élèves. Plusieurs devoirs d'hygiène, qui portaient spécifiquement sur l'exercice, ont été analysés dans le cadre de la présente étude.

leurs prescriptions sur le sujet ainsi que les enjeux et controverses qui s'y rattachent seront présentés. Il sera démontré qu'au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, les pédagogues et les médecins canadiens-français, qui s'inspirent plus particulièrement des écrits de leurs homologues français, préconisent davantage de mouvements pour les jeunes filles qu'ils considèrent comme particulièrement sujettes aux diverses maladies physiques et mentales. Percevant l'utilité de l'éducation physique non seulement pour l'individu, mais également en fonction de l'intérêt supérieur de la nation, les recommandations des hommes de science sont souvent contradictoires. Alors que certains prescrivent des activités physiques et sportives pour renforcer le corps des jeunes filles en vue de leur maternité future, d'autres proscrivent ces mêmes activités qu'ils considèrent comme « violentes » et potentiellement nuisibles à la fonction reproductrice. Au final, les acteurs sociaux qui font la promotion de l'activité physique féminine entendent l'encadrer, lui imposer des limites de manière à préserver l'ordre sexuel établi. Ainsi, si une éducation physique est envisagée pour les jeunes filles à cette époque, c'est largement sous la forme d'une gymnastique douce — appelée callisthénie — adaptée à la « fragilité » du corps féminin, ou encore d'activités physiques et sportives pratiquées avec beaucoup de modération.

Le deuxième chapitre porte sur les pratiques d'éducation physique dans les grands pensionnats montréalais tenus par la Congrégation de Notre-Dame et les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie. Il expose de manière successive les trois principales formes d'éducation corporelle qui y émergent dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, soit les leçons théoriques d'hygiène, les cours de gymnastique et les activités sportives. Il sera démontré que des pratiques d'éducation corporelles innovantes, répondant à des objectifs précis, existaient bien avant le XX<sup>e</sup> siècle dans certaines maisons d'éducation. Les autorités éducatives se sont effectivement servies de la gymnastique et des activités physiques pour assurer la santé de leurs élèves, pour améliorer leur disposition à l'étude et leur transmettre les modèles de féminité. Les pratiques, influencées certes par les discours dominants sur la corporéité féminine, tendent tout de même à s'accroître et à se diversifier jusqu'en 1920 sous l'impulsion des actrices historiques.

# Chapitre 1 :

## Les discours sur l'éducation physique féminine

### 1. L'éducation physique de la jeunesse montréalaise : une préoccupation nouvelle

Au tournant du XIX<sup>e</sup> et du XX<sup>e</sup> siècle, l'éducation physique de la jeunesse montréalaise devient une préoccupation importante pour certains médecins et hygiénistes canadiens-français. Plusieurs facteurs alimentent l'anxiété sociale devant les changements socio-économiques qui caractérisent la période et expliquent le nouvel intérêt porté par le corps médical pour l'état de santé de la jeunesse, et en particulier de la jeunesse urbaine. Dès la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, la croissance de la population montréalaise<sup>1</sup> et le développement de l'activité économique entraînent une dégradation de l'environnement, de piètres conditions de vie dans les quartiers ouvriers ainsi que des problèmes sociaux marqués<sup>2</sup>. Les maladies infectieuses, telles que la tuberculose, la syphilis et la diphtérie, deviennent omniprésentes et constituent la principale cause de mortalité au XIX<sup>e</sup> siècle<sup>3</sup>. La forte mortalité infantile, qui touche plus particulièrement les Canadiens français<sup>4</sup>, et la baisse généralisée du taux de fécondité, qui se fait surtout sentir chez les classes moyennes et supérieures vivant dans les centres urbains, exacerbent également l'anxiété sociale<sup>5</sup>. Combiné à l'exode massif vers la Nouvelle-Angleterre ainsi qu'à l'accentuation de

---

<sup>1</sup> L'expansion économique et l'industrialisation stimulent plus particulièrement la croissance de la ville au seuil du XX<sup>e</sup> siècle. La population de Montréal et de sa banlieue immédiate grimpe de 250 000 en 1891 à 528 000 en 1911. À ce moment, plus du quart de la population québécoise habite désormais dans l'agglomération montréalaise (Paul-André Linteau, *Une histoire de Montréal*, Montréal, Les Éditions du Boréal, 2017, p. 175).

<sup>2</sup> Paul-André Linteau, *Une histoire de Montréal*, p. 190.

<sup>3</sup> Denis Goulet et Robert Gagnon, *Histoire de la médecine au Québec, 1800-2000 : de l'art de soigner à la science de guérir*, Québec, Septentrion, 2014, p. 109.

<sup>4</sup> Au XIX<sup>e</sup> et au début du XX<sup>e</sup> siècle, le taux de mortalité infantile chez les Canadiens français de Montréal est largement supérieur à celui des autres communautés ethno-religieuses (Denyse Baillargeon, *Un Québec en mal d'enfants. La médicalisation de la maternité, 1910-1970*, Montréal, Éditions du remue-ménage, 2004, p. 42). On estime que l'incidence de la mortalité infantile s'avère 40 % plus élevée chez les Canadiens français que parmi les autres groupes (Paul-André Linteau, *Une histoire de Montréal*, p. 158).

<sup>5</sup> Marcel Martel, *Une brève histoire du vice au Canada depuis 1500*, Québec, Presses de l'Université Laval, 2015, p. 74.



l'immigration<sup>6</sup>, le déclin appréhendé de la population canadienne-française vivant au Québec fait craindre le « péril de la nation<sup>7</sup> ».

### *1.1 La doctrine de la dégénérescence et l'essor du mouvement hygiéniste*

La révolution industrielle étant en train de transformer le mode de vie des individus et leur manière d'interagir entre eux et avec leur environnement, plusieurs groupes sociaux, tels que les médecins et les hygiénistes, s'inquiètent pour l'avenir de la nation<sup>8</sup> et craignent plus particulièrement la « dégénérescence » physique et morale de la « race ». L'idée de la dégénérescence, c'est-à-dire d'une « maladie sociale qui se généralise », émerge au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle dans le cadre de la médecine aliéniste. Dans l'espace francophone, c'est le psychiatre Bénédict Augustin Morel qui expose le premier cette idée en 1857 dans son *Traité des dégénérescences physiques, intellectuelles et morales de l'espèce humaine et des causes qui produisent ces variétés maladives*. Selon Morel, la dégénérescence de l'espèce humaine est causée par la transmission de tares résultant de certaines conditions du milieu de vie<sup>9</sup>. En effet, sous l'effet d'influences débilitantes de l'environnement ainsi que de facteurs sociaux et moraux adverses (mauvaises mœurs et habitudes), l'individu se trouve engagé dans une déviation malade et pathologique conduisant à la démence. L'hérédité joue également un rôle primordial dans la théorie de Morel, puisque les tares qui apparaissent sont transmises aux générations suivantes en s'aggravant et en se transformant pour conduire à la création d'êtres inaptes à la reproduction ou à la survie<sup>10</sup>. L'« idiot », l'« épileptique », le « rachitique » et le « scrofuleux » deviennent, par exemple, quelques-

<sup>6</sup> Au seuil du XX<sup>e</sup> siècle, l'immigration alimente de façon très importante l'évolution démographique et s'avère de plus en plus diversifiée (Paul-André Linteau, *Une histoire de Montréal*, p. 176-177).

<sup>7</sup> Dans son article intitulé « Péril national », publié en 1889 dans le *Journal d'Hygiène Populaire*, le docteur Desroches livre un discours particulièrement nativiste et nataliste. En effet, pour Desroches, qui prône du même souffle la diminution de l'immigration au Québec, il faut lutter contre la mortalité infantile canadienne-française et ainsi accroître la population pour assurer la survie de la nation (« Péril national », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 6, octobre 1889, p. 107-109). Selon Denyse Baillargeon, ce genre de discours xénophobe, qui amalgame la question de l'immigration à celle de la mortalité infantile, est omniprésent au Québec, comme du reste du Canada, à cette époque (*Un Québec en mal d'enfants*, p. 69).

<sup>8</sup> Marcel Martel, *Une brève histoire du vice au Canada depuis 1500*, 2015, p. 73.

<sup>9</sup> Henri-Jacques Stiker, « Nouvelle perception du corps infirme », dans Alain Corbin (dir.), *Histoire du corps, tome 2 : De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Éditions du Seuil, 2005, p. 291-294.

<sup>10</sup> Guy Grenier, « Doctrine de la dégénérescence et institution asilaire au Québec (1885-1930) », *Les Cahiers du Centre de Recherches Historiques*, n° 12, 1994, [En ligne], <https://journals.openedition.org/ccrh/2744?lang=fr>, (Page consultée le 14 janvier 2019).

unes des figures du «dégénéré»<sup>11</sup>. En fait, selon Guy Grenier, si la doctrine de la dégénérescence a été le paradigme dominant en psychiatrie au Québec<sup>12</sup> comme ailleurs en Occident, et ce, jusqu'à la Première Guerre mondiale, c'est qu'elle prétendait offrir une explication globale de l'ensemble des problèmes sociaux que connaissait la société capitaliste industrielle et urbanisée<sup>13</sup>. D'ailleurs, le succès de la théorie est tel qu'un imaginaire collectif se construit autour du concept de dégénérescence au Québec, ce dernier pénétrant, dès la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, la nosographie officielle, les publications médicales, les différentes revues, la fiction ainsi que les discours sociopolitiques<sup>14</sup>.

Les médecins et les hygiénistes qui s'appuient sur cette doctrine utilisent une rhétorique alarmiste ; le corps social est gravement atteint et la dégénérescence de la population compromet l'avenir de la nation<sup>15</sup>. Selon l'hygiéniste J.I. Desroches, qui est rédacteur en chef du *Journal d'hygiène Populaire* et l'un des porte-étendards de la doctrine de la dégénérescence au Québec, les mauvaises conditions sociales et sanitaires dans les centres urbains, la propagation des maladies infectieuses ainsi que de la consommation d'alcool et de tabac sont quelques-uns des facteurs qui causent la dégradation morale et sociale du corps social : «De nos jours nous répétons plus que jamais que les mœurs se relâchent, que la criminalité grandit, que l'intelligence s'abîme dans les mille formes de l'aliénation mentale, que la beauté physique est en baisse, que la force vitale s'étiôle davantage tous les jours, que les maladies qui affligent l'homme augmentent sans cesse, que la mortalité s'élève, atteint et dépasse le chiffre des naissances<sup>16</sup>. » Le piètre état de

<sup>11</sup> Henri-Jacques Stiker, « Nouvelle perception du corps infirme », p. 291-294.

<sup>12</sup> Dans les années 1880, le psychiatre français Valentin Magnan développe la doctrine de la dégénérescence en l'associant aux notions évolutionnistes. Ainsi, les dégénérés n'évolueraient plus, à l'instar des autres humains, vers le « point de la perfectibilité humaine ». Ils se dirigeaient plutôt dans un autre axe où viendrait finalement se situer l'idiot, « représentant ultime de la dégénérescence humaine ». Guy Grenier montre que c'est précisément cette forme de la théorie, perfectionnée par Magnan, qui pénètre l'institution asilaire au Québec au milieu des années 1880 (« Doctrine de la dégénérescence et institution asilaire au Québec (1885-1930) », [En ligne]).

<sup>13</sup> *Ibid.*

<sup>14</sup> Voir l'article de David Hughes et Johanne Collin, « Entre médecine, culture et pensée sociopolitique : le concept de dégénérescence au Québec (1860-1925) », *Bulletin canadien d'histoire de la médecine*, vol.33, n° 1, 2016, p. 35-58.

<sup>15</sup> Louise Brodeur, « Les débuts de la gynécologie au Québec (1880-1920). Spécialisation de la médecine, médicalisation de la femme et consolidation de la profession », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 1991, p. 114-115.

<sup>16</sup> J.-I. Desroches, « Dégénérescence des sociétés modernes », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 7, 15 août 1885, p. 73.

santé des enfants est un autre facteur mis en cause : « On oublie l’effroyable mortalité dans les premiers temps de la vie ; les déficiences maladives dans le développement des enfants, promettant à la société des hommes sans vigueur et des mères qui reproduiront, dans leur descendance, des carrières interrompues, une race amoindrie<sup>17</sup>. » Cependant, si selon cette doctrine, les troubles ne se développent que sur un organisme amoindri, il en résulte que toute mesure visant à préserver la santé physique des individus pourrait, à l’inverse, permettre de « régénérer » les forces de la nation<sup>18</sup>. Cette conception « optimiste » et « préventive » de la doctrine a donc donné de l’impulsion au mouvement hygiéniste visant à préserver le capital humain.

Fondé sur les nouvelles découvertes dans le domaine de la bactériologie<sup>19</sup>, l’hygiénisme est un mouvement qui se développe en réaction à l’industrialisation et à l’urbanisation entraînant une dégradation de la qualité de vie de la population urbaine<sup>20</sup>. Au XIX<sup>e</sup> siècle, de nombreux médecins canadiens-français, souvent formés en partie à Paris<sup>21</sup>, s’initient à cette nouvelle conception hygiéniste de la médecine et se convainquent qu’ils ont la responsabilité d’améliorer la santé collective<sup>22</sup>. L’« hygiène sociale » prend de l’ampleur au seuil du XX<sup>e</sup> siècle et entraîne un encadrement plus grand des classes populaires, considérées comme les plus menacées<sup>23</sup>. En fait, si certaines « catégories » spécifiques du corps social, telles que les mères<sup>24</sup>, les alcooliques et les vénériens, sont particulièrement ciblées par les campagnes des hygiénistes<sup>25</sup>, il en va de même de la jeunesse appelée à perpétuer la puissance de la nation. Pour le docteur M.T. Brennan, professeur agrégé à l’Université Laval et médecin interne de l’Hôpital Notre-Dame, les

<sup>17</sup> J.-I. Desroches, « Deux questions vitales. Hygiène privée-Hygiène publique », *Journal d’Hygiène Populaire*, vol. 7, n° 7, novembre 1890, p. 194.

<sup>18</sup> Guy Grenier, « Doctrine de la dégénérescence et institution asilaire au Québec (1885-1930) », [En ligne].

<sup>19</sup> Denis Goulet et Robert Gagnon, *Histoire de la médecine au Québec, 1800-2000*, p. 127.

<sup>20</sup> Donald Guay, *L’histoire de l’éducation physique au Québec : conceptions et événements (1830-1980)*, Chicoutimi, Gaëtan Morin, 1981, p. 37.

<sup>21</sup> Paul-André Linteau, *Une histoire de Montréal*, p. 190.

<sup>22</sup> Louise Brodeur, « Les débuts de la gynécologie au Québec (1880-1920) », p. 73.

<sup>23</sup> Yvonne Knibichler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, Paris, Hachette, 1983, p. 235-236.

<sup>24</sup> Selon Denyse Baillargeon, « enseigner aux femmes comment devenir mère » a sans aucun doute représenté l’une des plus grandes entreprises médicales du siècle dernier. La lutte contre la mortalité infantile des hygiénistes s’est en effet généralement incarnée dans des campagnes contre l’ignorance des femmes (*Un Québec en mal d’enfants*, p. 93 et 97).

<sup>25</sup> Denis Goulet et Robert Gagnon, *Histoire de la médecine au Québec, 1800-2000*, p. 354.

préceptes de l'hygiène doivent impérativement être diffusés auprès des enfants : « Mais que deviendront bientôt ces gloires si, dans un avenir prochain, il manque des personnages pour les perpétuer ? Nous ne pouvons ici nullement nous faire illusion ; la puissance de la nation canadienne doit se maintenir et cela par sa jeunesse croissante, et celle-ci est-elle aussi vigoureuse que ses prédécesseurs ? Il y a là matière à réflexion<sup>26</sup>. » Alors que les milieux ruraux sont considérés comme des lieux sains et salubres permettant d'assurer la santé et la vigueur des individus<sup>27</sup>, il n'en est pas de même des milieux urbains. De fait, médecins, hygiénistes et pédagogues se montrent particulièrement préoccupés par les effets qu'entraînent les mauvaises conditions sanitaires ainsi que le mode de vie sédentaire sur la force et la vigueur de la jeunesse urbaine :

L'expérience, depuis que l'on a commencé à cultiver la terre, démontre que de toutes les professions, celle de l'homme des champs fournit le plus grand nombre de constitutions saines et athlétiques, en même temps que les difformités et les infirmités, si fréquentes dans les villes, suite de vices héréditaires et constitutionnels, sont à peu près inconnues à la campagne. [...] Je crois qu'il est généralement admis, et pour ma part j'en suis fermement convaincu, que nos séminaristes, pour le plus grand nombre, sont inférieurs en fait de force physique aux jeunes gens du même âge livrés aux travaux agricoles ou employés aux arts et métiers qui demandent un travail en plein air<sup>28</sup>.

Le docteur J.I. Desroches partage cet avis. Dans un article du *Journal d'Hygiène Populaire*, publié en 1891, il soutient que l'éducation physique doit attirer plus vivement l'attention dans les écoles de ville : « Les écoles de villes et de campagnes sont placées dans des conditions bien différentes par rapport aux exercices physiques des enfants. Les enfants des campagnes sont en général plus forts ; l'air plus pur qu'ils respirent, le mouvement plus grand qu'ils se donnent, le développement plus libre, plus naturel, auquel ils sont soumis, tout cela exerce une heureuse influence sur la santé. Aussi pour ces enfants, le séjour à l'école présente moins d'inconvénients. La vie des enfants dans les villes est bien différente

---

<sup>26</sup> M.T. Brennan, « Quelques remarques sur l'hygiène scolaire et domestique des enfants, au point de vue médical », *L'Union Médicale du Canada*, n° 1, janvier 1889, p. 17.

<sup>27</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 21.

<sup>28</sup> R. P. Taché, « Du développement de la force physique chez l'homme », *Journal de l'Instruction Publique*, vol. 9, n° 9, septembre 1865, p. 120.

de celles des enfants à la campagne. C'est pourquoi, dans les écoles de ville, la gymnastique s'impose d'une façon plus impérieuse<sup>29</sup>. »

### *1.2 Les exercices physiques : une mesure préconisée pour la jeunesse urbaine*

Certains médecins, hygiénistes et pédagogues recommandent plus particulièrement la pratique d'exercices physiques pour améliorer la santé des élèves perturbée par les « conditions de la vie moderne ». Un extrait d'une « Causerie en faveur de la gymnastique », publié en 1893 dans le *Journal de l'Instruction Publique*, dénonce le fait que les contemporains ne se servent plus de leur corps dans les sociétés modernes sédentaires et défend la « cause primordiale » de l'éducation physique des enfants :

Il [l'homme] possède toujours les outils si parfaits que lui a donnés le Créateur, mais il les laisse se rouiller dans l'inaction. Il n'a plus, comme ses aïeux, à chercher les bêtes dans les bois et les oiseaux dans les airs. Il n'a plus à traverser à pied des continents immenses pour établir des relations avec ses semblables. Les moyens de locomotion se sont multipliés ; mais le corps, subissant les exigences de la vie moderne, privé d'exercice [...] perd ses forces et ses qualités. [...] Regardez autour de vous voyez les enfants. Malgré les bonnes précautions, et les sirops dépuratifs, et les phosphates et le fer, et le quinquina, et les viandes saignantes, et les vins généreux, combien, parmi ces chers petits êtres, notre espoir à tous, combien en trouvez-vous qui aient la santé et l'épanouissement normal de l'enfance<sup>30</sup>?

Le docteur J. Kennedy, médecin à l'Hôtel-Dieu de Montréal, se prononce lui aussi en faveur d'un entraînement hygiénique permettant à la jeunesse de conserver sa vigueur :

Nous sommes dans un siècle où la tendance est vers la centralisation de la population dans les villes et les villages. Presque la moitié de la population de la Province de Québec demeure dans la ville de Montréal, plus que les trois-quarts sont disséminés dans les villes et les villages de la Province. Ce groupement central du peuple porte en lui une tendance à la dégénérescence du peuple. Si nous voulons dans la lutte économique moderne arriver à conserver la force de la race qui peuple notre sol canadien, c'est non seulement en développant son intelligence, en lui donnant des notions de morale, mais en accordant à l'enfance, et à la jeunesse, un entraînement hygiénique qui lui conservera sa vigueur. [...] Plus on progresse en matière d'hygiène scolaire, plus on semble sentir le besoin d'adjoindre aux écoles et aux maisons

<sup>29</sup> J.-I. Desroches, « Causerie scientifique », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol.8, n° 8, décembre 1891, p. 227.

<sup>30</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique », *Journal de l'Instruction Publique*, février 1893, p. 273-274.

enseignantes, des terrains de jeux et de faire pratiquer aux élèves des exercices physiques<sup>31</sup>.

Dès la deuxième moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, les exercices physiques apparaissent comme étant l'un des moyens à privilégier pour accroître la santé des forces militaires, productives et reproductives de la nation<sup>32</sup>. En raison de l'impérialisme et de la dissémination des théories issues du darwinisme social, les exercices physiques sont souvent envisagés pour les garçons d'abord, dans l'optique d'assurer la défense nationale. Cela dit, la volonté d'assurer la régénération de la race fait en sorte que l'on commence également à se préoccuper de l'éducation physique des jeunes filles<sup>33</sup>. Ainsi, et malgré le caractère manifestement plus délicat et controversé de tels discours lorsqu'ils concernent les filles plutôt que les garçons, quelques médecins et hygiénistes font la promotion d'une certaine forme d'activité physique pour les jeunes filles dans la mesure où ces dernières sont présentées a priori comme étant particulièrement délicates et malades.

## 2. La promotion des activités physiques

### 2.1 Acquérir la santé physique

Si les médecins, les hygiénistes et les pédagogues recommandent d'une manière unanime les exercices physiques pour améliorer la santé générale des individus, plusieurs se prononcent spécifiquement, vers la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, en faveur des exercices physiques dans le but de renforcer les corps féminins socialement construits comme « faibles » et « maladifs »<sup>34</sup>.

<sup>31</sup> J. Kennedy, « L'hygiène scolaire et l'inspection des écoles. Rapport présenté au Congrès des Médecins de langue française tenu à Sherbrooke », *Le Journal de Médecine et de Chirurgie*, vol. 5, n° 17, 10 septembre 1910, p. 257-259.

<sup>32</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », *International Journal of the History of Sport*, vol. 26, n° 5, 2009, p. 579-580.

<sup>33</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », dans Margaret Costa et Sharon R. Guthrie (dir.), *Women and Sport: Interdisciplinary Perspectives*, Champaign, Human Kinetics, 1994, p. 68.

<sup>34</sup> Selon Thomas Laqueur, c'est plus précisément au XVIII<sup>e</sup> siècle qu'émerge, par le biais de la littérature médicale, le modèle de la différence sexuelle stipulant que les femmes et les hommes sont incommensurablement différents dans tous leurs aspects physiques et moraux (Thomas Laqueur, *La fabrique du sexe : essai sur le corps et le genre en Occident*, Paris, Gallimard, 1992, p. 18-20). On assiste dès lors à la production de discours portant sur l'inaptitude physique et mentale inhérente à la « nature féminine » (Michelle Zancarini-Fournel, « Corps des femmes et genre des corps (XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles) », dans Saint-

Dans les discours médicaux, la figure de la jeune fille s'impose plus particulièrement comme étant la plus délicate du genre humain. Selon Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, son corps était considéré comme particulièrement fragile en raison de la puberté ; une période jugée instable et critique. La chlorose (anémie), la phtisie (tuberculose), la scoliose ainsi que divers « troubles nerveux » comme la nymphomanie et l'hystérie sont quelques-unes des « affections de jeunes filles » que l'on croyait susceptibles d'apparaître à cette époque de la vie<sup>35</sup>. Au Québec, la littérature médicale canadienne-française diffusait cette conception de la puberté féminine en tant que période critique et source de diverses maladies physiques et nerveuses, comme en témoigne cet extrait d'un article du *Journal d'Hygiène Populaire* rédigé en 1884 par le docteur O. Dupasquier :

La femme, en général, est d'une constitution plus délicate et d'un caractère plus impressionnable que l'homme. Ses forces ont besoin de ménagements, mais ses sentiments plus encore ont besoin d'une direction spéciale. La jeune fille, arrivée à l'âge de la puberté, change à son insu : sa vivacité et son insouciance font place à une certaine inquiétude, parfois à une tristesse dont elle ne se rend pas compte : elle devient rêveuse, capricieuse, coquette et prude. Son imagination s'exalte facilement et son cœur a besoin d'aimer. Ces impressions agissent sur elle par le système nerveux et une foule d'impressions s'en suivent, notamment les crises hystériques et la chlorose, si l'on ne les prévient pas par de sages précautions<sup>36</sup>.

Les discours médicaux sur le corps féminin évoluent avec les théories hygiénistes qui préconisent davantage de mouvement et de vigueur pour rétablir l'équilibre physiologique et psychique « précaire » des jeunes filles<sup>37</sup>. De fait, les médecins, et plus particulièrement les hygiénistes, considèrent vers la fin du XIX<sup>e</sup> siècle que l'exercice physique peut pallier la « faiblesse du corps féminin » et lui redonner une certaine vigueur. Utilisant une rhétorique parfois alarmiste, les recommandations visent plus particulièrement les femmes et les jeunes filles vivant dans les villes, un milieu de vie considéré comme « malsain ». C'est le

---

Martin, Jean et Thierry Terret (dir.), *Sport et Genre. Volume 3 : « Apprentissage du genre et institutions éducatives »*, Paris, l'Harmattan, 2005, p. 17-18).

<sup>35</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, Paris, Hachette, 1983, p. 142-143.

<sup>36</sup> O. Dupasquier, « Hygiène spéciale de la femme », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 1, n° 7/8, 1<sup>er</sup> septembre 1884, p. 76-77.

<sup>37</sup> Louise Bruit Zaidman et al. (dir.), *Le corps des jeunes filles de l'Antiquité à nos jours*, Paris, Perrin, 2001, p. 42.

cas du docteur John Hayes de Richmond qui, en 1908, livre un plaidoyer dans *La Presse* en faveur de la gymnastique féminine :

Aussi, prenez la femme des villes aux deux extrémités de l'échelle sociale. Examinez-la attentivement et vous constaterez, neuf fois sur dix les symptômes morbides suivants : affaiblissement des muscles, altération de la forme, surexcitation de la vie sensitive, teint livide ou plombé, migraines, spasmes, évanouissements, palpitations, oppressions et que sais-je encore. [...] Dites-leur que vouloir la santé sans exercice, c'est vouloir la vie sans air, le jour sans lumière en un mot c'est vouloir l'impossible<sup>38</sup>.

L'hygiéniste français E. Monin se prononce lui aussi en faveur de l'exercice physique pour les jeunes filles dans certaines revues médicales et pédagogiques canadiennes-françaises. Selon lui, la pratique de la gymnastique en milieu scolaire devrait être encouragée en raison de ses effets bénéfiques pour la santé : « Sous son action, la chloro-anémie s'enfuit, la poitrine se développe, les fonctions intestinales et digestives se régularisent, le système nerveux s'apaise, et doucement la jeune fille devient femme, et femme robuste<sup>39</sup>. »

La scoliose est l'une des maladies qui inquiètent plus particulièrement les médecins de l'époque. C'est d'ailleurs dès le début du XIX<sup>e</sup> siècle qu'émerge l'idée de rectifier l'apparence des individus présentant des « difformités » et de corriger les déviations de la colonne vertébrale par une gymnastique de type orthopédique, c'est-à-dire par un ensemble de mouvements appropriés aux effets localisés<sup>40</sup> visant à compléter l'action des lits mécaniques, des appareils à extension et des corsets redresseurs — diverses techniques de redressement particulièrement prisées par le corps médical<sup>41</sup>. Or, même si les déviations de la colonne vertébrale sont des affections pathologiques idiopathiques, les médecins occidentaux vont tout de même ériger la scoliose au rang de maladie typiquement

<sup>38</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

<sup>39</sup> E. Monin, « Causerie sur l'Hygiène Scolaire. Nécessité de maintenir l'équilibre du physique et du moral », *Journal de l'Instruction Publique*, mai 1889, p. 23.

<sup>40</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », dans Alain Corbin (dir.), *Histoire du corps, tome 2 : De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Éditions du Seuil, 2005, p. 328.

<sup>41</sup> Grégory Quin, « Genèse d'un champ scientifique : l'Orthopédie comme fabrique d'une gymnastique. Du champ médical, de la spécialité orthopédique et des exercices corporels (1817-1847) », *Sciences sociales et sport*, n° 2, 2009, p. 190.



féminine<sup>42</sup>. Pour le docteur Estor, professeur à la Faculté de médecine de Montpellier, auteur d'un article sur la déviation de la taille chez les jeunes filles paru dans le *Bulletin Médical de Québec* en juin 1907, c'est précisément la faiblesse du système musculaire des jeunes filles et le fait qu'on leur refuse l'activité physique qui expliquerait la prévalence élevée de la scoliose chez les adolescentes :

La scoliose apparaît généralement chez des adolescentes dont le système musculaire est peu développé, anémiques, chlorotiques, affaiblies par une croissance exagérée et rapide, étiolées par la vie sédentaire, recluses par des parents ou des maîtres qui considèrent que l'exercice au grand air est peu convenable pour les jeunes filles. On leur refuse encore, au moins dans certains milieux, le large usage des jeux en plein air, de la natation et de quelques exercices scientifiquement choisis et pratiqués avec mesure. [...] Si la scoliose apparaît plus fréquemment chez les jeunes filles que chez les garçons, c'est peut-être parce que la colonne vertébrale, se trouvant, au moment de l'adolescence, sensiblement égale en hauteur dans les deux sexes, le système musculaire est plus grêle et moins exercé chez les jeunes filles que chez les garçons<sup>43</sup>.

Au final, selon Anaïs Bohuon et Gregory Quin, la focalisation des médecins autour des affections de la colonne vertébrale des jeunes filles va avoir pour conséquence de favoriser le développement d'une gymnastique féminine<sup>44</sup>. Les exercices de la gymnastique vont, en effet, être présentés comme un moyen efficace de corriger les mauvaises courbures et les effets qu'ont eus les habitudes antérieures sur le corps. Pour celles fréquentant le pensionnat, il s'agit plus particulièrement de corriger les mauvaises postures causées par les longues séances d'étude et d'écriture au pupitre ou encore par la pratique de certaines activités assises telle que le piano<sup>45</sup>. Comme le mentionne notamment le docteur Estor :

Parmi les causes déterminantes, les plus constantes et les plus actives, il faut mentionner les attitudes vicieuses prises pendant la position assise, lorsque la jeune fille écrit, dessine, joue du piano ou se livre à des travaux de couture.

<sup>42</sup> Anaïs Bohuon et Grégory Quin, « Des scoliotiques aux hystériques : une histoire de l'éducation corporelle des jeunes filles (années 1830 – années 1900) », *Revue d'histoire de l'enfance « irrégulière »*, n° 12, 2010, [En ligne], <https://journals.openedition.org/rhei/3195?gathStatIcon=true&lang=fr>, (Page consultée le 20 février 2018).

<sup>43</sup> Estor, « Déviation de la taille chez les jeunes filles », *Le Bulletin Médical de Québec*, n° 9, juin 1907, p. 415- 420.

<sup>44</sup> Anaïs Bohuon et Grégory Quin, « Des scoliotiques aux hystériques », [En ligne].

<sup>45</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario, 1890-1930 », Thèse de doctorat (histoire), Université de Toronto, 1983, p. 121.

C'est généralement en écrivant que les jeunes filles réalisent le plus souvent leur déviation scoliothique. [...] Lorsqu'une jeune fille est bien musclée et qu'en dehors des heures de classe elle est soumise à des exercices gymnastiques, ceux-ci ont bientôt fait de combattre efficacement la position vicieuse adoptée à l'école<sup>46</sup>.

Les médecins et les hygiénistes dénoncent largement le manque de mouvements des jeunes filles et la tendance qu'ont les parents et les autorités éducatives à les maintenir dans la plus grande sédentarité. Par exemple, le docteur John Hayes critique le fait qu'elles soient élevées, en pension comme à la maison, comme des « plantes de serre-chaude » :

À la pension, où elle reste courbée des heures entières sur ses livres, et chez elle, où pendant des journées, elle est assise à son piano ou s'occupe de couture, de broderie, a-t-elle plus de mouvement ? Pendant les récréations même, peut-elle s'ébattre en liberté, jouer et bondir à son aise ? [...] Semblables à des plantes de serre-chaude qui languissent et deviennent incapables d'un développement complet, elles meurent, pour la plupart, sans avoir connu, un seul jour, l'épanouissement radieux de la vie<sup>47</sup>.

Le docteur Nébo, qui publie en 1893 un article sur l'hygiène féminine dans le *Journal d'Hygiène Populaire*, dénonce lui aussi la tendance au confinement des jeunes filles : « La principale raison pour laquelle tant de jeunes filles meurent entre 12 et 20 ans, c'est qu'on les tient trop enfermées. La vie en plein air leur est absolument nécessaire. Elles doivent passer une grande partie de leur temps au soleil et à l'air pur. Un exercice régulier à l'air pur est bienfaisant, surtout depuis 11 à 12 ans jusqu'à 15 ou 16. C'est l'âge ou [sic] le corps passe par des transformations capitales et où la croissance est rapide<sup>48</sup>. »

<sup>46</sup> Estor, « Déviation de la taille chez les jeunes filles », *Le Bulletin Médical de Québec*, n° 9, juin 1907, p. 419- 420.

<sup>47</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

<sup>48</sup> Nébo, « Hygiène des jeunes filles », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 9, n° 11, mars 1893, p. 360.

## 2.2 Conserver la santé mentale

Les médecins et les pédagogues s'exprimant dans les revues canadiennes-françaises sont nombreux à réprouber le régime des études des collèves et des pensionnats qui, selon eux, nuit au corps comme à l'esprit des élèves. Le déséquilibre entre travaux intellectuels et travaux physiques est mis en cause<sup>49</sup> et les autorités éducatives sont accusées de garder les élèves dans l'immobilité presque complète pour de longues séances d'études. Les exercices physiques sont donc présentés comme un moyen de prévenir les effets négatifs du mode de vie des collèves et des pensionnats<sup>50</sup>. Il faut dire en surplus que le « surmenage intellectuel » inquiète plus particulièrement le corps médical qui s'inspire encore, au seuil du XX<sup>e</sup> siècle, des théories vitalistes qui persistent dans les cercles scientifiques. Selon ces théories, l'énergie de l'être humain provient d'une « force vitale » limitée et non renouvelable qui ne doit être dépensée que d'une manière rationnelle pour ne pas épuiser l'organisme<sup>51</sup>. Dans cette optique, les programmes scolaires trop chargés risquent d'épuiser l'individu et le rendre vulnérable aux diverses maladies :

[...] la surexcitation cérébrale produite par une attention ou des travaux trop soutenus finit, après un temps variable selon la constitution et l'âge des sujets, par amener un état d'anémie du cerveau ou de l'économie toute entière [...] Les troubles dans l'action vaso-motrice amenés par ce mouvement finissent par conduire à l'anémie cérébrale et à l'étiement des facultés intellectuelles, fréquemment à l'anémie et à la chlorose, à la susceptibilité nerveuse, aux névroses, spécialement à la chorée et, on sait, chez les filles, à l'établissement difficile de la fonction cataméniale<sup>52</sup>.

Les directrices des établissements d'enseignement sont particulièrement accusées de négliger le corps des jeunes filles au profit de programmes d'instruction trop chargés :

D'un autre côté, l'éducation est mal comprise dans la plupart des établissements consacrés aux jeunes filles. À l'âge même où elles auraient le plus grand besoin d'exercice et de grand air, on les confine dans des pièces bien closes, trop chauffées en hiver, ou on les enferme encore pendant la récréation, dès qu'on craint une transition de température avec toutes ses fâcheuses conséquences. En

<sup>49</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, Paris, Belin, 1999, p. 35.

<sup>50</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 121.

<sup>51</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, Toronto, Women's Press, 1986, p. 19.

<sup>52</sup> Auteur inconnu, « Programmes scolaires et santé des enfants », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 1, n° 12, 1<sup>er</sup> novembre 1884, p. 138.

outre, les programmes d'instruction sont trop chargés, et, jusque dans leur maintien et dans leurs jeux, on impose aux jeunes filles une telle contrainte, que le développement physique s'en trouve totalement entravé. [...] En faisant cette communication, dit M. Grellety en terminant, je n'ai pas eu la prétention de ne rien vous apprendre de nouveau ; [...] je voudrais surtout qu'elle eut un écho dans le public, auprès des directrices des établissements d'instruction, qui ne tiennent pas assez compte, à mon sens, de ces données pourtant si importantes<sup>53</sup>.

Le mode d'éducation des filles des classes moyennes et supérieures est particulièrement accusé de les rendre languissantes et vaporeuses<sup>54</sup>. Ces jeunes filles sont accablées selon les scientifiques du XIX<sup>e</sup> siècle d'une maladie rendue spécifique à leur genre et à leur classe sociale : l'hystérie<sup>55</sup>, que l'on croyait causée par des facteurs exogènes tels que la sédentarité ou les études poussées. C'est ce qui explique le fait que le docteur E. Monin se prononce en faveur de la multiplication des exercices corporels pour les jeunes filles appelées à être institutrices dans un article publié en 1889 dans le *Journal de l'Instruction Publique* :

Un travail intellectuel excessif, à l'époque où la formation de la jeune fille, est (on le conçoit), des plus nuisibles au système nerveux, qui tient les rênes de l'organisme animal tout entier. Quoi d'étonnant alors que les institutrices, d'après la statistique de M. de Schafterburg, fournissent aux asiles d'aliénés un important appoint ? Quoi d'étonnant que les fonctions particulières de l'organisme féminin soient, chez elles, irrégulières et troublées<sup>56</sup> ?

Selon les hommes de science, les exercices physiques, qui représentent « un sédatif puissant [pour] le système nerveux<sup>57</sup> », servent donc à contrebalancer le surmenage intellectuel qui fait des ravages chez les élèves et plus particulièrement chez les jeunes filles. En fait, puisque l'on concevait la gymnastique comme un traitement d'appoint pour soigner un spectre de pathologies nerveuses que l'on considérait comme « féminines », telles que l'hystérie, l'épilepsie et la chorée, elle fut principalement dirigée vers le corps féminin et

<sup>53</sup> J.-I. Desroches, « Éducation physique des jeunes filles », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 11, mars 1890, p. 212-214.

<sup>54</sup> Elsa Dorlin, *La matrice de la race. Généalogie sexuelle et coloniale de la Nation française*, Paris, La Découverte, 2009, p. 101-102.

<sup>55</sup> Elsa Dorlin, *La matrice de la race*, p. 107.

<sup>56</sup> E. Monin, « Causerie sur l'Hygiène Scolaire. Nécessité de maintenir l'équilibre du physique et du moral », *Journal de l'Instruction Publique*, mai 1889, p. 23.

<sup>57</sup> J.-I. Desroches, « Causerie scientifique », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol.8, n° 8, décembre 1891, p. 228.

plus particulièrement vers celui de la jeune fille<sup>58</sup>, comme en témoignent les conclusions d'un article publié en mai 1886 dans le *Journal d'Hygiène Populaire* : « Comme conclusion, nous dirons que les exercices de gymnastique, en favorisant et en régularisant le développement musculaire, agissent de la manière la plus heureuse sur les fonctions de circulation, de respiration et de digestion, et qu'ils calment le système nerveux surexcité outre mesure à l'époque actuelle chez tous, mais surtout chez les jeunes filles<sup>59</sup>. »

### 2.3 Préserver la santé morale

Les médecins et les pédagogues encouragent également les différents exercices physiques pour la santé morale des garçons et des jeunes filles. Il faut dire que la période de 1850 à 1920 voit l'émergence de différents mouvements de régulation morale en réaction aux changements sociaux et économiques provoqués par la Révolution industrielle. Selon Marcel Martel, les promoteurs de la régulation morale croyaient que la société était sur le point de basculer dans le vice<sup>60</sup>. C'est ce qui explique le fait que la consommation d'alcool, les jeux de hasard et d'argent, la prostitution, l'avortement, la contraception et l'homosexualité se sont alors trouvés au cœur des débats et des campagnes « antivices » menés par des réformateurs sociaux soucieux de contrecarrer le processus de « dégénération » de la société.

L'éducation du corps était considérée comme intimement liée à l'éducation morale, puisqu'elle était envisagée comme un mode de prévention de certains vices, au premier rang desquels figure la paresse. Quelques articles<sup>61</sup> publiés dans le *Journal de l'Instruction Publique* confirment cette hantise de l'oisiveté juvénile et la nécessité de faire pratiquer à cette catégorie de la population des exercices, comme ceux de la gymnastique : « Nous aimons les enfants appliqués, actifs ; or la gymnastique est l'ennemie déclarée de la

<sup>58</sup> Anaïs Bohuon et Grégory Quin, « Des scoliotiques aux hystériques », [En ligne].

<sup>59</sup> Auteur Inconnu, « Hygiène et éducation physique de la deuxième enfance (période de 6 à 12 ans) », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 24, 1<sup>er</sup> mai 1886, p. 285.

<sup>60</sup> Marcel Martel, *Une brève histoire du vice au Canada depuis 1500*, p. 61- 62.

<sup>61</sup> Par exemple, voir P. Paulet, « Pédagogie. La gymnastique et l'éducation concourent au même but », *Journal de l'Instruction Publique*, vol. 15, n° 8, août 1871, p. 100-101.

paresse ; elle aiguillonne les enfants mous et dormeurs. L'esprit emprisonné dans un corps indolent risque fort de rester lourd et paresseux<sup>62</sup>. »

Préserver la santé morale constituait un enjeu particulièrement important à l'adolescence, cette période étant considérée comme un âge critique<sup>63</sup>, synonyme de péril moral autant pour l'individu lui-même que pour la société<sup>64</sup>. Selon Agnès Thiercé, la peur du vide est constante dans les discours et la pratique de l'éducation des adolescents qu'il convient d'encadrer et d'occuper<sup>65</sup>. Un article publié en 1914 dans la revue *l'Enseignement Primaire* rappelle que la culture physique et les sports constituent un excellent moyen d'occuper la jeunesse des villes : « Il faut cependant procurer des amusements à la jeunesse, et si vous ne lui en procurez de bon elle en usera de mauvais<sup>66</sup>. » Plusieurs pédagogues conçoivent également, dès le début du XX<sup>e</sup> siècle, les activités sportives comme un loisir sain détournant plus particulièrement les garçons du vice de l'alcoolisme et du tabac : « Pourquoi ne pas se rendre à son désir et lui assurer à l'école et après la sortie un petit sport honnête et une distraction saine, le détournant de l'alcoolisme qui le dégrade, du tabac qui l'affaiblit : l'entraînant à la suave jouissance qui fortifie, réprimant l'isolement, et le jeu isolé appelle souvent le vice, le vice appelant la dégénération<sup>67</sup>. »

Pour les jeunes filles comme pour les garçons, l'éveil sexuel prématuré inquiète. Selon Agnès Thiercé, il est admis que la puberté physique déclenche la « puberté morale » ou la crise morale de l'adolescence, et les conseils des spécialistes tentent de les maintenir dans une indispensable chasteté<sup>68</sup>, comme en témoigne cet article publié en 1886 dans le *Journal d'Hygiène Populaire* :

Maintenir ses enfants purs est le grand, l'immense intérêt de l'éducation morale ; c'est aussi le pivot de l'éducation physique qui ne rencontre pas de pierre d'achoppement plus commune et plus douloureuse [...] La sollicitude

<sup>62</sup> F. Braeunig, « L'influence bienfaisante de la gymnastique sur l'éducation », *Journal de l'Instruction Publique*, février 1892, p. 259.

<sup>63</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 29-30.

<sup>64</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 32.

<sup>65</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 64.

<sup>66</sup> J.-Emile Jolin, « La gymnastique et les auteurs pédagogiques », *L'Enseignement Primaire*, novembre 1914, p. 140.

<sup>67</sup> J.-Emile Jolin, « Enseignement de la gymnastique (Suite et fin) », *L'Enseignement Primaire*, mars 1914, p. 405.

<sup>68</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 37-38 et p. 56.

des parents, comme celle des éducateurs, doit être éveillée aussi bien à l'égard des jeunes filles que des jeunes garçons, le danger existe pour les uns comme pour les autres<sup>69</sup>.

L'enjeu semblait d'autant plus important pour les élèves vivant en commun dans les collèges et les pensionnats, puisque le régime de l'internat était alors considéré comme un terrain d'éclosion du vice « solitaire » ou homosexuel<sup>70</sup>. En procurant un sommeil plus rapide aux garçons et aux jeunes filles, les exercices physiques deviennent ainsi, pour certains médecins, hygiénistes et pédagogues, un moyen de préserver leur « pureté » : « Il faut qu'ils soient endormis cinq minutes environ après être entrés dans leur lit. Le matin, on les fera lever aussitôt qu'ils seront réveillés [...] Fatiguer le corps par des exercices qui développent les muscles, calment ainsi l'irritation nerveuse, et préparent un sommeil rapide et réparateur, c'est un moyen excellent pour prévenir et guérir ces tristes habitudes<sup>71</sup>. »

En plus d'être considérés comme des activités de délassement susceptibles d'améliorer la disposition à l'étude, les exercices physiques sont perçus par les médecins et les pédagogues comme des dispositifs pleinement éducatifs permettant de transmettre certaines valeurs aux élèves. Par exemple, la gymnastique pratiquée dans un cadre scolaire était considérée comme une instance de régulation<sup>72</sup>. Selon Pierre Arnaud, il existait une volonté claire d'encadrer, de contrôler et d'éduquer civiquement les individus par la pratique de la gymnastique, puisqu'elle prenait la forme d'un travail éducatif visant à promouvoir l'obéissance, la discipline et l'ordre<sup>73</sup>. J.-E Jolin met de l'avant cette idée dans un article publié en 1914 dans *l'Enseignement Primaire* :

De nos jours, on se plaint qu'il n'y a plus d'obéissance. Prêtres et professeurs s'accordent à déclarer que les enfants n'écoutent plus. Explications et supplications interminables accompagnent chaque commandement. Eh bien ! la gymnastique et les exercices militaires habituent l'enfant à cette cordiale

<sup>69</sup> Auteur Inconnu, « Hygiène et éducation physique de la deuxième enfance (6 à 12 ans) », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 3, n° 1, 15 mai 1886, p. 11.

<sup>70</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 86.

<sup>71</sup> Auteur Inconnu, « Hygiène et éducation physique de la deuxième enfance (6 à 12 ans) », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 3, n° 1, 15 mai 1886, p. 12.

<sup>72</sup> André Rauch, « La gymnastique : mobilisation et mobilité », dans *Le souci du corps*, Paris, Presses universitaires de France, 1983, p. 130-131.

<sup>73</sup> Pierre Arnaud, « Un territoire pédagogique », dans *Le militaire, l'écolier, le gymnaste. Naissance de l'éducation physique en France (1869-1889)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 1991, p. 215.

obéissance qui est à la fois rapide, décidée, intelligente et gaie. [...] Il n'y a pas d'autre enseignement qui produise ni naturellement, si efficacement et d'une manière aussi durable pareille amélioration dans le caractère des enfants. Ayant parlé de discipline, je n'ajouterai rien pour ce qui regarde l'ordre par la gymnastique. En effet, où la discipline règne, l'ordre existe en maître<sup>74</sup>.

Pratiquée collectivement, elle favorisait non seulement l'effort et la persévérance, puisque l'acquisition de la routine était le produit de nombreuses répétitions<sup>75</sup>, mais également le contrôle de soi et l'esprit de corps : « La gymnastique procure encore à l'âme des sentiments de constance, d'activité, de volonté, de courage, de sang-froid tout en lui enseignant l'union, la concorde qui doit régner à l'école avec ses camarades<sup>76</sup>. » Les jeux collectifs et les activités sportives, qui sont apparus dans les écoles privées anglaises pour garçons au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, étaient, quant à eux, appréciés pour leur capacité à transmettre certaines valeurs — telles que la détermination, l'intégrité, l'audace, le courage, l'individualité et la compétitivité — à la future élite économique et politique du pays<sup>77</sup>.

Cela dit, pour plusieurs hommes de science s'exprimant dans les revues médicales et pédagogiques canadiennes-françaises, l'ensemble des exercices du corps, qu'ils se pratiquent dans le cadre de la gymnastique, « des promenades prolongées » ou des « jeux réglés et collectifs », est indispensable pour les garçons comme pour les jeunes filles en raison de ses vertus pédagogiques :

Si la gymnastique fait aimer l'action, si elle répand la gaieté et la bonne humeur, elle donne de plus à l'enfant de l'assurance en lui-même et lui apprend à exécuter ses résolutions. Les exercices corporels inspirent le courage sans pousser à la témérité ; au contraire on apprend à mesurer le danger et à rester calme et de sang-froid. On agit sans forfanterie, mais avec énergie. Les promenades prolongées apprennent aux jeunes gens à être persévérants, à endurer la fatigue et la souffrance. En résumé, les exercices du corps donnent à

---

<sup>74</sup> J.-Emile Jolin, « Enseignement de la gymnastique (Suite et fin) », *L'Enseignement Primaire*, mars 1914, p. 405.

<sup>75</sup> Pierre Arnaud, « Un territoire pédagogique », p. 248.

<sup>76</sup> J.-Emile Jolin, « Enseignement de la gymnastique (Suite et fin) », *L'Enseignement Primaire*, mars 1914, p. 405.

<sup>77</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, Peterborough, Broadview Press, 2002, p. 25.



l'enfant la présence d'esprit, le respect de la discipline, la domination de soi-même<sup>78</sup>.

Selon F. Braeunig, c'est donc à la fois la « gymnastique d'ensemble » et le jeu réglé et collectif qui permettent d'améliorer la disposition à l'étude, le bon ordre dans la classe et l'esprit de camaraderie entre les élèves : « Nous nous plaignons du manque d'attention en classe, des incidents futiles qui souvent troublent le bon ordre et qui sont le fait d'enfants distraits habitués à ne compter qu'avec leur petite personne ; or, qu'est-ce qui développe bien l'esprit de corps et l'attention si ce n'est la gymnastique d'ensemble, si ce n'est le jeu réglé et collectif<sup>79</sup>? »

#### *2.4 Des corps au service de la nation*

Au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, les médecins, les hygiénistes et les pédagogues perçoivent non seulement l'utilité de l'éducation physique pour l'individu lui-même, mais également en fonction de l'intérêt supérieur de la nation. Leurs discours, qui cautionnent et rendent légitime l'éducation physique pour les jeunes filles et les garçons dans une perspective de bonne santé physique, mentale et morale, entendent également mettre le corps jeune et sain au service de la nation.

À partir de la deuxième moitié du XIX<sup>e</sup> siècle en Occident, l'éducation physique est surtout envisagée pour rendre les garçons aptes à assurer la défense nationale. À une époque où la notion d'État national prend forme, la gymnastique fut considérée comme une excellente méthode de préparation physique pour les soldats et fut appréhendée dans sa capacité à insuffler le sens patriotique<sup>80</sup>. D'ailleurs, selon Andrieu, la gymnastique scolaire en France fut presque exclusivement dispensée aux enfants du peuple en raison des valeurs

---

<sup>78</sup> F. Braeunig. « L'influence bienfaisante de la gymnastique sur l'éducation », *Journal de l'Instruction Publique*, février 1892, p. 259

<sup>79</sup> *Ibid.*

<sup>80</sup> Selon André Rauch, l'éveil des sentiments nationaux amène une conception nouvelle de l'homme et du citoyen : chaque membre d'une communauté nationale se voit investi d'un rôle à la fois civil et militaire. Dans ce contexte, la gymnastique apparaît comme une pratique pouvant servir les intérêts et la défense de la patrie. Par exemple, Friedrich Ludwig Jahn, acteur impliqué dans le mouvement de libération nationale en Allemagne ainsi que l'un des promoteurs du mouvement gymnique allemand, considérait que le but de la gymnastique devait être la défense de la patrie : « tout gymnaste doit, en mûrissant, devenir sans difficulté un soldat » (« La gymnastique : mobilisation et mobilité », p. 106- 108).

qu'on lui attribuait pour la formation du soldat<sup>81</sup>, ce qui explique la place accordée aux exercices militaires dans les différents programmes : des ordres étaient donnés aux élèves pour l'exécution de mouvements limités et précis à réaliser dans un parfait synchronisme, et des pas de marche réglés étaient combinés à des exercices d'alignement et de maniement des armes<sup>82</sup>. En outre, le militarisme qui se développe au Canada et au Québec dans les années 1860 donne une impulsion en faveur de l'éducation physique pour les garçons<sup>83</sup>. Au Québec, quelques articles publiés dans les revues médicales et pédagogiques canadiennes-françaises font également la promotion de la gymnastique pour assurer la défense militaire et produire une nation forte, puissante et conquérante : « Faites donc la gymnastique des armes ; pratiquez tous les exercices du corps, tout en cultivant vos facultés intellectuelles, vous deviendrez adroits, vigoureux, forts ; vous y gagnerez une santé robuste et un esprit sain ; c'est le bonheur que je vous souhaite<sup>84</sup>. »

À la veille de la Première Guerre mondiale, la mise sur pied de la Fondation Strathcona pour la culture physique favorise l'enseignement des exercices physiques et militaires dans les écoles canadiennes ainsi que l'expansion des milices scolaires<sup>85</sup>. Pour l'hygiéniste J.-G. Paradis, qui se prononce sur le sujet en septembre 1918, le contexte du Premier Conflit mondial justifierait même l'extension de l'enseignement de la culture physique aux petites filles et aux enfants habitants hors des villes :

L'atmosphère universelle est remplie d'airs de bataille, les échos ne nous font entendre que luttes et combats ; partout l'on prépare ses armes et ses muscles pour l'attaque et la défense. Nos jeunes gens, circonscrits et volontaires, reçoivent une culture physique dont ils bénéficieront certainement toute leur vie. Nous soumettons donc sérieusement que l'on devrait faire aussi de la

---

<sup>81</sup> Gilbert Andrieu, *La gymnastique au XIX<sup>e</sup> siècle ou la naissance de l'éducation physique*, Paris, Éditions Actio, 1999, p. 9-10.

<sup>82</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 329 et 367.

<sup>83</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 30.

<sup>84</sup> Jean d'Acier, « Les bienfaits de la gymnastique », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 9, n<sup>o</sup> 1, mai 1892, p. 5.

<sup>85</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir ». Les sports et l'activité physique au tournant du XX<sup>e</sup> siècle », dans Louise Bienvenue, Ollivier Hubert et Christine Hudon (dir.), *Le collège classique pour garçons : études historiques sur une institution québécoise disparue*, Montréal, Fides, 2014, p. 316. Pour une étude sur les corps de cadets collégiaux québécois, voir France Normand, « Tant vaut la sève, tant vaut l'érable. Les corps de cadets collégiaux québécois (1879-1914) », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 2006, 105 pages.

culture physique dans nos écoles rurales : callisthénie pour les petites filles et gymnastique pour les garçons<sup>86</sup>.

Tandis que s'installe la guerre de masse, caractérisée par la mobilisation de toutes les ressources de la nation, l'éducation physique féminine semble donc tout aussi primordiale que l'entraînement militaire des garçons pour former des jeunes femmes valides, en mesure de contribuer à l'effort de guerre et de remplacer les hommes partis au front.

En plus du militarisme et de l'impérialisme ambiant, qui tend à légitimer la pratique de la gymnastique et des sports pour assurer la défense nationale et mener des conquêtes, l'essor des théories eugénistes fait en sorte que l'éducation physique devient, au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, un projet pour améliorer les qualités de la descendance et par le fait même, empêcher la « dégénérescence » de la race. Dans un contexte de préoccupations par rapport à la préservation et à l'amélioration du capital humain<sup>87</sup>, la gymnastique est alors pleinement pensée et conçue comme étant l'un des dispositifs susceptibles de contrecarrer la dégénérescence de l'espèce humaine<sup>88</sup>. À cette époque au Québec comme ailleurs, l'éducation physique est donc perçue dans les cercles scientifiques comme une sorte de thérapie « régénératrice » essentielle pour assurer la grandeur et la puissance de la nation, ainsi que pour lui permettre de survivre à la fois physiquement, militairement et économiquement. Les propos du docteur J.-N. Chaussé, promulgués dans le cadre d'une conférence montréalaise, confirment cette idée :

À une époque, dit-il, où les questions d'éducation ont une importance capitale en ce qui concerne le développement et l'existence des peuples, il est urgent de faire entrer l'éducation physique dans nos programmes. D'ailleurs, il n'y a pas d'incompatibilité, ça se complète. L'exercice est avant tout utile. Les services ne s'étendent pas à l'individu, mais s'étendent à toute la nation, et le relèvement physique de la nation aura pour effet de préparer des générations plus fortes. L'exercice physique doit-être enseigné à l'école au même titre que les autres facultés et par lui on pourra développer plus harmonieusement notre race<sup>89</sup>.

---

<sup>86</sup> J.-G. Paradis, « Hygiène », *L'Enseignement Primaire*, septembre 1918, p. 6.

<sup>87</sup> Gilbert Andrieu, *La gymnastique au XIX<sup>e</sup> siècle ou la naissance de l'éducation physique*, p. 10.

<sup>88</sup> Grégory Quin, « Genèse d'un champ scientifique », p. 179.

<sup>89</sup> J.-Emile Jolin, « La gymnastique et les auteurs pédagogiques », *L'Enseignement Primaire*, novembre 1914, p. 140.

Le docteur J.P. Gadbois est également de cet avis. Selon lui, l'enseignement de la gymnastique et des sports constitue un moyen permettant de prévenir les tares physiques de la jeunesse et de relever la race :

Se développent-ils d'une façon complète et parfaite, ces jeunes garçons, ces jeunes filles qui demain nous remplaceront ? Est-ce une race forte qui pousse, ou une race dont une proportion se développe mal, sans muscle, sans énergie, sans force ? L'élan que les sports athlétiques ont reçu dans ces dernières années complètera l'œuvre de développement commencé par la gymnastique scolaire, et en fera des hommes. [...] Chez les fillettes et les jeunes filles qui fréquentent les écoles et les couvents, les mêmes causes de dégénérescence existent et les mêmes moyens de développement par l'exercice, la gymnastique et les jeux, nous donnent la femme forte, capable de rivaliser avec ces fortes campagnardes qui furent nos mères à la plupart d'entre nous et que nous n'échangerions pas pour la plus fine perle des salons. [...] Ne nous arrêtons pas à moitié chemin. Prenons les moyens de faire des hommes robustes de tous les petits Canadiens, des femmes fortes de toutes les petites Canadiennes. [...] Puis quand tous les écoliers seront en santé, vous continuerez votre œuvre de développement physique, pour faire de notre race, la race la plus forte du monde<sup>90</sup>.

Les débats sociaux sur la dégénérescence et sur la dépopulation, qui interpellent les femmes en leur demandant de s'impliquer dans le combat pour la régénération de la race<sup>91</sup>, n'épargnent pas les jeunes canadiennes-françaises<sup>92</sup>. Pour plusieurs hommes de science, le relèvement de la race passait plus particulièrement par l'éducation physique des jeunes filles. En fait, Bohuon et Quin expliquent que ces scientifiques adhéraient à la théorie lamarckienne selon laquelle la vigueur ou les tares de la mère se transmettent à l'enfant. Ils faisaient donc la promotion de l'éducation physique des filles en raison de leur rôle capital dans la continuation des générations à venir<sup>93</sup>. Les propos du docteur John Hayes de Richmond, publiés dans un article de *La Presse*, vont dans ce sens : « Je veux vous parler d'un point que vous semblez n'avoir qu'effleuré jusqu'à présent et par lequel, il me semble, vous auriez dû commencer. Ainsi, à tout seigneur, tout honneur. C'est que je veux vous

<sup>90</sup> J. P. Gadbois, « Culture physique. L'inspection médicale des écoles », *La Presse*, 14 novembre 1906, p. 3

<sup>91</sup> Louise Bruit Zaidman et al. (dir.), *Le corps des jeunes filles de l'Antiquité à nos jours*, p. 43.

<sup>92</sup> La théorie de la dégénérescence est omniprésente dans l'imaginaire collectif du Québec au tournant du siècle. Voir l'article de David Hughes et Johanne Collin, « Entre médecine, culture et pensée sociopolitique : le concept de dégénérescence au Québec (1860-1925) », p. 35-58. Il en va de même des craintes concernant la dépopulation, qui ont ouvert la porte à une plus grande emprise du pouvoir médical sur les jeunes femmes. À ce sujet, voir le livre de Denyse Baillargeon, *Un Québec en mal d'enfants, La médicalisation de la maternité. 1910-1970*, 373 pages.

<sup>93</sup> Anaïs Bohuon et Grégory Quin, « Des scoliotiques aux hystériques », [En ligne].

entretenir de la gymnastique chez les femmes. N'est-ce pas à elles, en effet, qu'est dévolue cette grande mission de reproduire notre espèce, et n'est-ce pas à elles surtout que nous devons chercher le secret de la régénération du genre humain<sup>94</sup> ? » L'hygiéniste canadien-français J.I. Desroches, qui s'inspire grandement des écrits de ses homologues français, déplore lui aussi, dans un article du *Journal d'Hygiène Populaire* de 1890, le fait que l'on se soit peu préoccupé de l'éducation physique des jeunes filles pourtant destinées à perpétuer la race :

Depuis quelques années, on se préoccupe beaucoup, et avec raison, de l'éducation physique des jeunes gens, parce qu'il faut les mettre en état de soutenir dignement l'honneur de la patrie, et, au besoin, de la défendre les armes à la main. Quant aux jeunes filles, on les a presque totalement négligées, comme si leur influence sur le développement de la race était sans importance. Un de nos plus distingués confrères, le Dr Grellety, a fait à ce sujet une intéressante communication à la Société française d'hygiène. Nous en reproduisons ici les principaux passages : [...] il [le souci de favoriser l'éducation physique] devrait viser non seulement le sexe que l'on dit fort, mais à plus forte raison l'autre, dont la faiblesse, malgré quelques exceptions, est légendaire. Or, jusqu'ici, on ne s'est guère préoccupé des jeunes filles lymphatiques et mal « échafaudées », qui sont pourtant destinées à perpétuer notre race. En vue de leurs maternités futures, elles devraient, au contraire, être l'objet de préoccupations spéciales<sup>95</sup>.

Il faut mentionner que dans un contexte de dépopulation et de compétition entre les nations, les futures mères ne devaient pas seulement donner naissance à de nombreux enfants, ces derniers devaient être en santé et « vigoureux » pour composer la force militaire, économique et politique du pays<sup>96</sup>. Or, la santé des jeunes filles et des jeunes femmes laisse à désirer aux yeux des médecins et des hygiénistes ; tous les praticiens l'affirment avec une unanimité impressionnante<sup>97</sup>. Selon Elsa Dorlin, si l'articulation entre le sain et le masculin et, à l'inverse, entre le malsain et le féminin, était efficace pour

<sup>94</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

<sup>95</sup> J.-I. Desroches, « Éducation physique des jeunes filles », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 11, mars 1890, p. 212-213.

<sup>96</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », p. 581-582.

<sup>97</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, p. 149.

assurer la pérennité de l'ordre hétérosexuel admettant l'infériorité des femmes<sup>98</sup>, elle a toutefois suscité une certaine inquiétude au XIX<sup>e</sup> siècle : « si les mères sont faibles et malades, qu'attendre de leurs enfants ? Or, si les enfants d'une nation sont languissants et maladifs, quel sera son devenir ? Les femmes malades, c'est la Nation qui est perdue<sup>99</sup>. » Ainsi, la faible vigueur des hommes était considérée comme une menace pour le présent tandis que celle des jeunes femmes l'était plutôt pour l'avenir<sup>100</sup> : « C'est d'elle que dépend l'avenir du jeune enfant, de ce futur soldat, que nous entourons de toutes nos complaisances. Elle doit être forte et robuste, si nous voulons que ses fils soient robustes et forts<sup>101</sup>. » Pour le docteur John Hayes, « le mal est plus grand que l'on pense », car les femmes élevées dans la sédentarité ne négligent pas seulement leur santé, elles nuisent également à celle de leurs futurs enfants ; « Faites donc de l'exercice, Mesdames, dans l'intérêt de votre beauté et de votre grâce, autant au moins que dans celui de votre santé et de la beauté de votre descendance<sup>102</sup>. »

En somme, à la fin du XIX<sup>e</sup> et au début du XX<sup>e</sup> siècle, l'éducation physique fut envisagée pour les jeunes filles dans le but de former des corps procréatifs vigoureux ainsi que pour améliorer l'hérédité des générations à venir<sup>103</sup>. La classe sociale apparaît également comme un facteur déterminant dans les discours médicaux de l'époque, puisque l'on s'inquiétait particulièrement de la santé et de la fertilité des jeunes filles de l'élite<sup>104</sup>. Dans une conception élitiste de la nation, l'éducation physique de la « meilleure partie de la société », s'avérait donc primordiale pour assurer le relèvement de la race canadienne-française.

---

<sup>98</sup> Selon Elsa Dorlin, la représentation médicale physiopathologique de la « nature féminine » a servi à justifier, à travers les époques, l'ordre sexuel établi ; les femmes étaient considérées comme « naturellement » inférieures aux hommes parce qu'elles avaient un corps constamment malade (*La matrice de la race*, p. 24 et 33).

<sup>99</sup> Elsa Dorlin, *La matrice de la race*, p. 175.

<sup>100</sup> Anaïs Bohuon et Grégory Quin, « Des scoliotiques aux hystériques », [En ligne].

<sup>101</sup> J.-I. Desroches, « Notes d'hygiène. Exercices physiques », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 11, mars 1890, p. 215.

<sup>102</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

<sup>103</sup> Anaïs Bohuon et Grégory Quin, Des scoliotiques aux hystériques », [En ligne].

<sup>104</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, p. 26.

### 3. Des prescriptions contradictoires

Au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, le corps féminin se trouve au cœur des préoccupations de certains médecins et hygiénistes pour son rôle dans la continuation des générations à venir. C'est d'ailleurs dans le contexte de préoccupations démographiques de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle que la gynécologie s'institutionnalise, au Québec comme ailleurs en Occident, en tant que spécialité médicale ayant pour but la sauvegarde de la fécondité des jeunes femmes<sup>105</sup>. Réduisant tout l'être féminin à la condition maternelle<sup>106</sup>, les médecins considèrent que leur éducation physique doit non seulement être adaptée à la faiblesse de leur « nature », mais également dirigée vers la reproduction<sup>107</sup>. Un fétichisme se crée alors autour de l'utérus, qui devient la spécificité essentielle de la féminité<sup>108</sup>.

#### 3.1 La focalisation des discours médicaux autour des fonctions reproductrices

Comme l'ont démontré Anaïs Bohuon et Antoine Luciani dans leur étude des discours scientifiques sur l'éducation physique féminine en France au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, des prescriptions parfois contradictoires émergent chez les spécialistes qui conçoivent exclusivement les jeunes filles dans leur rôle de procréatrices<sup>109</sup>. En effet, au nom d'un même idéal — la volonté de préserver et même d'améliorer les fonctions reproductrices — les uns proposent des solutions décriées par les autres.

D'une part, plusieurs font la promotion d'activités physiques et sportives pour renforcer la santé reproductive des jeunes filles. C'est ce qui explique le fait que des médecins commencent à prescrire, à cette époque, des exercices abdominaux et des exercices visant le développement du plancher pelvien<sup>110</sup>. Par exemple, pour le docteur M.T. Brennan, qui a fondé le Service de gynécologie de l'Hôpital Notre-Dame de Montréal

<sup>105</sup> Louise Brodeur, « Les débuts de la gynécologie au Québec (1880-1920) », p. 133.

<sup>106</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, p. 9.

<sup>107</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 69.

<sup>108</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », p. 574-575.

<sup>109</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », p. 575-576.

<sup>110</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », p. 587.

en 1891<sup>111</sup>, il est important qu'elles aient accès à une éducation physique de manière à améliorer la santé de leurs organes pelviens :

Nos femmes de la ville sont aujourd'hui d'une constitution plus délicate qu'autrefois et, par le fait même, souffrent plus du côté de l'utérus et de ses annexes, surtout depuis que le gynécologue est créé et a surgi. Le développement physique approprié à chaque constitution étant quelque peu négligé dans l'éducation physique des jeunes filles, les organes pelviens se ressentent peut-être les premiers de ce défaut de vigueur général ; il faut donc prévenir les désordres qui pourraient y surgir en entourant de soins tout spéciaux ces organes<sup>112</sup>.

À l'inverse, d'autres proscrivent les exercices qu'ils considèrent comme étant « violents » ou susceptibles d'endommager les organes reproductifs féminins<sup>113</sup>. Ainsi, si le docteur Brennan de l'Hôpital Notre-Dame reconnaît qu'il faut des jeux, des promenades, de la gymnastique et des occupations adaptées à chaque sujet dans l'éducation des jeunes filles, il se montre particulièrement réticent à promouvoir certaines activités telles que la danse : « La machine à coudre, si utile, est cause de plus de désordres utérins qu'on ne le croit ; aussi faut-il ne jamais oublier ce point dans le traitement des maladies de femmes. [...] Toute personne souffrant de lésions utérines ou pelviennes se trouve plus mal, règle générale, à la suite d'un trajet en chemin de fer ou en voiture. La marche est en somme préférable à la voiture. La danse s'élimine d'elle-même<sup>114</sup>. » Le saut étant particulièrement associé au déplacement utérin<sup>115</sup>, le docteur T Gallard proscriit, quant à lui, l'équitation, la danse, les courses prolongées, les ascensions de montagne et tous les exercices « qui ont

---

<sup>111</sup> Le Dr. Micheal Thomas Brennan est l'un des premiers gynécologues du Québec. Il a, notamment, fondé le Service de gynécologie de l'Hôpital Notre-Dame de Montréal en 1891 (Louise Brodeur, « Les débuts de la gynécologie au Québec (1880-1920) », p. 12 et p. 170).

<sup>112</sup> M.T. Brennan, « Clinique de gynécologie. Prophylaxie des maladies utérines », *L'Union Médicale du Canada*, vol. 19, n° 5, mai 1890, p. 225.

<sup>113</sup> Anaïs Bohuon et Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », p. 576.

<sup>114</sup> M.T. Brennan, « Clinique de gynécologie. Prophylaxie des maladies utérines », *L'Union Médicale du Canada*, vol. 19, n° 5, mai 1890, p. 225-226.

<sup>115</sup> Helen Lenskyj souligne que l'activité physique qui était le plus souvent associée au déplacement utérin était le saut. C'est ce qui explique que les femmes furent exclues des disciplines comme le saut en longueur ou en hauteur lors des premiers Jeux Olympiques (*Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, p. 28).



l'inconvénient d'imprimer à l'utérus des mouvements trop violents pour qu'ils puissent demeurer innocents<sup>116</sup>. »

### 3.2 Les risques des activités physiques « immodérées »

La persistance des théories vitalistes dans les cercles médicaux a eu pour effet de renforcer les craintes entretenues à l'égard à la pratique d'activités physiques et sportives « immodérées » pour les jeunes filles. À la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, les médecins, et plus particulièrement les médecins hygiénistes, considèrent que l'abus d'exercices entraîne des déséquilibres organiques néfastes pour la santé et le bien-être<sup>117</sup>. Par exemple, l'hygiéniste E. Monin affirme que la danse, « sorte de mélange cadencé et rythmique de course, de marche et de saut », constitue l'« exercice féminin par excellence » : « C'est que cet exercice lui convient naturellement ; et qu'il remédie, le plus agréablement du monde, à l'existence sédentaire où s'étirole la femme, de par notre civilisation peu rationnelle. La jeune fille quittera volontiers son indolente immobilité pour courir à un exercice qu'elle aime passionnément<sup>118</sup>. » Bien qu'il semble autoriser des mouvements considérés comme dangereux par d'autres spécialistes — la danse, le saut, la course — Monin précise toutefois que de nombreux problèmes de santé peuvent survenir chez les sujets faibles qui les pratiquent de manière « immodérée » :

La danse est très fatigante pour les sujets faibles, surtout lorsqu'on obstine à vouloir danser avec des talons hauts. Il n'est pas rare de voir des jeunes filles anémiques être prises (après des excès de valse), de syncopes, de vomissements, de maux de tête atroces. Un jour, un cas de ce genre nous en imposait pour une méningite. Chez les gens sanguins, la danse immodérée peut également produire des vertiges et des congestions au cerveau<sup>119</sup>.

<sup>116</sup> T. Gallard, « Le traitement de la métrite chronique », *L'Abeille Médicale*, vol. 3, n° 1/2, janvier et février 1881, p. 10.

<sup>117</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 38.

<sup>118</sup> E. Monin, « L'hygiène de la danse », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 23, 15 avril 1886, p. 270.

<sup>119</sup> E. Monin, « L'hygiène de la danse », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 23, 15 avril 1886, p. 271.

Un article du docteur J.-F. Widmann, publié en 1903 dans le *Montréal-Médical*, souligne quant à lui l'importance de fixer des limites précises en termes de vitesse et de durée aux exercices musculaires afin de ne pas nuire à la santé :

Nous nous demandons même si ce n'est pas aux exercices de vitesse auxquels se livrent quelques fois les enfants, sans mesure, qu'il faut attribuer une partie, au moins, des nombreux cas d'appendicite signalés à notre époque, plus particulièrement chez les petites filles, lesquelles ont, assez généralement, beaucoup de dispositions pour le saut à la corde, exercice que le docteur Lagrange recommande chaudement : à notre avis, de tels exercices peuvent parfaitement amener, s'ils sont poussés à l'excès, une dessiccation extrême de la muqueuse intestinale, et conduire ainsi facilement aux phénomènes d'obstruction, d'inflammation et d'intoxication qui caractérisent les lésions de la région cœcale<sup>120</sup>.

Si, selon les théories vitalistes, l'exercice physique excessif peut diminuer l'énergie vitale et entraîner divers problèmes de santé, l'enjeu est d'autant plus grand pour les organismes féminins « surmenés » qui risquent la stérilité<sup>121</sup>. Selon Helen Lenskyj, on croyait que le développement du système reproductif à la puberté et le maintien de son bon fonctionnement exigeaient une quantité importante d'énergie vitale, ce qui en laissait peu pour les fonctions physiques des jeunes filles. La dépense de l'énergie vitale de l'organisme féminin par la pratique d'activités physiques et sportives « immodérées » pouvait donc mener à divers troubles tels que la perte temporaire des menstruations<sup>122</sup>.

### 3.3 La menstruation : une incapacité ?

Au tournant du XIX<sup>e</sup> et du XX<sup>e</sup> siècle, le corps médical conçoit généralement la menstruation comme étant une incapacité, ce qui explique la tendance générale qu'ont les spécialistes de la santé à prescrire le repos plutôt que l'activité physique pour les jeunes filles durant leur période menstruelle. En fait, selon Jean-Yves Le Naour et Catherine Valenti, les conceptions héritées de l'Antiquité et du système des humeurs sur la

<sup>120</sup> J.-F. Widmann, « De l'exercice musculaire en hygiène », *Montréal-Médical*, vol. 3, n° 2, 15 avril 1903, p.78-80.

<sup>121</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 68-69.

<sup>122</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 19-20 et 37-39.

menstruation commencent à être discréditées à la Belle Époque sans pour autant être remplacées par aucune autre théorie cohérente.

D'une part, on retrouve des médecins qui considèrent que le flux menstruel est non seulement naturel et conditionnel à la bonne santé physique et psychique des femmes, mais également indispensable à la féminité : « pas de femmes sans règles<sup>123</sup>. » Pour ces médecins, les menstruations incarnent plus particulièrement le « baromètre » de la santé des filles : lorsque le « flux cataménial » tarde ou manque, on doit tenter de le favoriser par tous les moyens<sup>124</sup>. Au Québec, au tournant du siècle, certains articles de revues médicales canadiennes-françaises préconisent les activités physiques pour soigner diverses affections menstruelles. C'est le cas, par exemple, d'un article publié originellement dans *La Revue des Maladies de Femmes* et retranscrit en 1896 dans *l'Union Médicale du Canada*. Pour soigner les douleurs menstruelles dues à « des altérations morbides de l'état général » que l'on rencontre fréquemment chez les jeunes filles anémiques et chlorotiques, l'auteur recommande même la pratique d'exercices exigeant une dépense considérable de force : « [...] M. Schwarze a souvent constaté qu'il suffisait aux malades de monter à cheval ou de livrer à l'exercice de la danse quelques jours avant l'époque présumée des règles pour que la menstruation s'effectuât sans douleur. On recommandera donc à ce genre de malades tous les exercices qui exigent une dépense considérable de force musculaire, tels que l'équitation, la danse, les longues promenades à pied, surtout dans les montagnes, et la gymnastique en général<sup>125</sup>.

Pour d'autres praticiens, la menstruation relève à l'inverse d'un état pathologique. Ces derniers considèrent, en effet, qu'elle a des effets néfastes à la fois sur le corps (anémie, troubles physiques) et sur l'esprit (psychoses, nymphomanie) et ce, dès son apparition à l'époque de la puberté<sup>126</sup>. Le docteur Brennan, médecin au Service de gynécologie de l'Hôpital Notre-Dame de Montréal, est l'un de ceux qui appellent à la

---

<sup>123</sup> Jean-Yves Le Naour et Catherine Valenti, « Du sang et des femmes. Histoire médicale de la menstruation à la Belle Époque », *Clio. Histoire, femmes et sociétés*, n° 14, 2001, [En ligne], <https://journals.openedition.org/clio/114>, (page consultée le 20 janvier 2019).

<sup>124</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, p. 143.

<sup>125</sup> Auteur inconnu, « Du traitement des divers genres de dysménorrhées », *L'Union Médicale du Canada*, vol. 25, n° 2, février 1896, p. 104.

<sup>126</sup> Jean-Yves Le Naour et Catherine Valenti, « Du sang et des femmes », [En ligne].

prudence lors de la période menstruelle : « Durant l'époque menstruelle, les organes génitaux étant plus congestionnés et plus susceptibles, il convient d'éloigner de la femme et de la jeune fille toute cause d'excitation, toute tendance érotique. Durant ce temps les précautions ordinaires redoubleront. Beaucoup de lésions utérines et surtout ovariennes trouvent leur point de départ dans un écart hygiénique à l'époque menstruelle<sup>127</sup>. » Ces médecins ont tendance à considérer que la pratique d'activités physiques et sportives au moment des règles est néfaste pour la santé des jeunes filles et plus précisément pour celle de l'utérus<sup>128</sup>. Le fait de considérer les femmes menstruées comme étant en quelque sorte ontologiquement malades physiquement et psychologiquement témoigne, selon Le Naour et Valenti, de préjugés médicaux qui sont, en réalité, des préjugés masculins tenaces<sup>129</sup>. Ces préjugés ont également eu pour conséquence de limiter la pratique d'activités physiques et sportives des jeunes filles durant les règles ; étant manifestement « indisposées », il était préférable qu'elles gardent le repos.

#### *3.4 Des activités adaptées à la « faiblesse » du corps féminin*

Un consensus se dégage autour de la nécessité de promouvoir une certaine forme d'éducation physique féminine, mais le stéréotype de la fragilité féminine et mentale, accentuée par la persistance des théories vitalistes au XIX<sup>e</sup> siècle, a fait surgir l'enjeu de la détermination des activités physiques sécuritaires pour les jeunes filles. Comment, en effet, renforcer le corps féminin par des exercices sans risquer au contraire de lui nuire ? Quelles activités en particulier sont-elles les plus adaptées à la « faiblesse » du corps féminin ? Nous avons vu qu'à ce sujet, les médecins et les hygiénistes ne s'entendent pas toujours. Le cas de la bicyclette en est un éloquent, comme en témoigne ce débat reproduit en 1898 dans la *Revue Médicale* :

- Enfin, M. Petit rappelle que diverses affections des articulations, des organes génito-urinaires dans les deux sexes, incomplètement ou très récemment guéries, peuvent être réveillées ou aggravées par la vélocipédie.

<sup>127</sup> M.T. Brennan, « Clinique de gynécologie. Prophylaxie des maladies utérines », *L'Union Médicale du Canada*, vol. 19, n° 5, mai 1890, p. 225.

<sup>128</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, p. 27.

<sup>129</sup> Jean-Yves Le Naour et Catherine Valenti, « Du sang et des femmes », [En ligne].

- M. Le Gendre. [...] Depuis cette époque les évènements ont confirmé ma manière de voir et, pour ma part, j'ai vu souvent des jeunes filles, bien portantes jusque là, être prises de palpitations, de gêne respiratoire, après s'être adonnées à la bicyclette. [...]. Chez certaines femmes présentant des troubles de la circulation utéro-ovarienne caractérisés par des règles trop abondantes, la bicyclette, pratiquée pendant la période des règles, a eu un effet des plus heureux. Les règles se sont régularisées et sont devenues moins abondantes.

- M. Faisan. Je reconnais, avec M. Petit, que la bicyclette présente quelque fois des inconvénients, mais il ne faudrait pas exagérer et lui attribuer toutes sortes d'accidents qui ne lui appartiennent certainement pas. [...] M. Petit, d'autre part, nous rapporte l'observation d'une jeune femme prise d'attaque d'hystérie après une promenade à bicyclette. Je crois, pour ma part, que ces attaques se seraient manifestées sous l'influence de n'importe quelle fatigue. J'estime, en tout cas, que chez les névropathes la bicyclette est un excellent exercice ; c'est souvent le seul qui modifie avantageusement leur état mental<sup>130</sup>.

Un certain consensus semble toutefois se dessiner. Les membres du corps médical s'opposent généralement aux activités « violentes », « immodérées » ou pratiquées avec « excès ». En effet, pour les médecins et les hygiénistes, qui tentent de maintenir les fonctions reproductives des jeunes filles intactes, il convient de ne pas nuire au corps féminin et de le fragiliser davantage. C'est ce qui explique le fait que l'on pose des limites et que l'on prescrive des activités adaptées à la « faiblesse du corps féminin » : « une gymnastique, douce, bien entendu adaptée à ses forces et à ses besoins, est aussi nécessaire à la femme que l'air et l'espace à l'oiseau<sup>131</sup>. » Pour le Docteur Georges LeMoine, les jeunes filles « chlorotiques » (faibles et anémiques) gagneraient à réaliser des activités modérées : « Ses promenades doivent être fréquentes, mais courtes, de façon à ne jamais déterminer de la fatigue, sans course ni exercices violents. [...] La gymnastique ne peut donner de bons effets que si elle est faite d'une façon modérée, sans amener de fatigue ; elle doit surtout consister en exercices de maintien<sup>132</sup>. » Outre la gymnastique — et plus particulièrement sa version sans appareils et conçue pour les jeunes filles, appelée callisthénie — la danse, la marche, le saut à la corde et la marelle figurent parmi les

<sup>130</sup> Auteur inconnu, « Reproduction. Sur le rôle de la bicyclette dans l'étiologie de la thérapeutique médicale. Société médicale des Hôpitaux (La France médicale) », *La Revue Médicale*, n° 48, 1898, p. 29.

<sup>131</sup> Auteur inconnu, « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

<sup>132</sup> Georges Lemoine, « Reproduction. Thérapeutique, par Monsieur le Docteur Georges Lemoine. Chlorose », *La Clinique*, vol. 4, n° 6, janvier 1898, p. 272-273.

activités les plus recommandées dans les revues médicales et pédagogiques canadiennes-françaises du tournant du siècle.

#### 4. La légitimation des activités promouvant le modèle normatif de la féminité

Un autre enjeu connexe, celui de la détermination des activités socialement et moralement légitimes pour les jeunes filles, apparaît dans les revues médicales et pédagogiques ainsi que dans certaines revues visant un public plus nombreux (revues féminines, articles de presse). Les activités physiques qui sont considérées comme les plus acceptables pour les jeunes filles sont celles dont la pratique promue l'idéal esthétique associé à la féminité ainsi que le triple rôle social de mère, épouse et ménagère qui leur incombe<sup>133</sup>.

##### 4.1 Soins du corps, soins du ménage

Selon Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, les médecins de l'époque sont unanimes à vouloir conserver ou améliorer la beauté des femmes<sup>134</sup> : « Mais l'homme peut être laid : il peut même abuser de cette permission. La beauté est, au contraire, une obligation pour la femme : la seule obligation de la femme disent les sceptiques : « la beauté, c'est toute la femme. » (P.-J.Proudhon.)<sup>135</sup> ». Au XIX<sup>e</sup> siècle, cette beauté féminine s'incarne dans un corps sain « producteur et reproducteur, puissant et fécond, fonctionnel et efficace<sup>136</sup>. » La constitution féminine idéale demeure donc des membres « élégamment arrondis », une poitrine et des hanches développées, une peau lisse et douce, un teint blanc, mais non pas maladif<sup>137</sup>, une démarche souple et légère ainsi qu'un maintien plein de grâce<sup>138</sup>. Il s'agit, selon Philippe Perrot, de morphologies adipeuses et sculptées à la fois, alliant souplesse et résistance des tissus<sup>139</sup>.

C'est ce qui explique le fait que les activités physiques et sportives favorisant la grâce, la souplesse et le maintien du corps, des caractéristiques associées aux canons de

<sup>133</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 271.

<sup>134</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, p.77-78.

<sup>135</sup> E. Monin, « Hygiène de la beauté », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 19, 15 février 1886, p. 224.

<sup>136</sup> Philippe Perrot, *Le travail des apparences : ou les transformations du corps féminin, XVIII<sup>e</sup>-XIX<sup>e</sup> siècle*, Paris, Éditions du Seuil, 1984, p. 80.

<sup>137</sup> Philippe Perrot, *Le travail des apparences*, p. 144.

<sup>138</sup> Philippe Perrot, *Le travail des apparences*, p. 163.

<sup>139</sup> Philippe Perrot, *Le travail des apparences*, p. 177.

beauté féminine, soient encouragées pour les jeunes filles. Par exemple, selon l'hygiéniste E. Monin, la danse constitue « l'exercice féminin par excellence », puisqu'elle permet de développer certaines caractéristiques physiques associées à l'idéal esthétique féminin. Dans un article publié en 1886 dans le *Journal d'Hygiène Populaire*, il affirme que cette activité « donne au corps la légèreté, la force et la souplesse » et développe la poitrine « sous la double influence de l'agitation des muscles et du vif mouvement de l'air ». De plus, il ajoute que « la flaccidité ronde des chairs disparaîtra pour faire place à une fermeté de bon aloi et à des saillies musculaires sans danger pour l'élégance des formes », tandis que « les pâles couleurs ou la rose malade des joues feront place à une carnation vivante<sup>140</sup>. »

Les exercices se déroulant à l'intérieur de la sphère privée et favorisant la domesticité sont également encouragés. Bien qu'elles n'aient a priori très peu à voir avec le sport et le loisir, quelques acteurs sociaux présentent les tâches ménagères comme des activités physiques tout à fait légitimes pour les filles des classes moyennes appelées à suivre les codes de la bourgeoisie tout en devant s'occuper des soins du ménage. Un article paru en 1902 dans *Le Journal de Française* illustre bien cette idée :

Jeunes filles qui aimez le sport, laissez-moi vous enseigner le véritable art sportif qui vous convienne, le plus hygiénique, le plus pratique et le plus utile à votre sexe qui soit jamais. Pour délier les doigts et l'avant-bras, lavez ou essuyez la vaisselle, l'un est aussi bon que l'autre — et l'exercice des deux, admirable. On ne saurait trop recommander la pratique dans l'art de faire les lits ; cela donne beaucoup de développement et de fermeté aux muscles. [...] Quant au balai on ne saurait recommander de sport plus parfait et de meilleure distraction. [...] La montée ou la descente de l'escalier sont également salutaires et donneront à votre pas de l'élasticité et de la légèreté. Si j'en avais l'espace dans *Le Journal de Française*, je consacrerai quelques colonnes à faire l'éloge de l'époussetage. Cela en vaut la peine. Suivez bien les différentes positions du corps dans l'action d'épousseter une pièce<sup>141</sup> ...

Un autre article, publié en 1909 dans la revue féminine *La femme*, vante lui aussi les bienfaits du balayage vigoureux pour la santé des jeunes filles et pour le bien-être de la maisonnée : « En peu de temps, vous vous apercevez des effets de ce nouveau sport ; non seulement vos bras deviennent forts et vigoureux, mais le bien-être se communique à tout le

<sup>140</sup> E. Monin, « L'hygiène de la danse », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 23, 15 avril 1886, p.270-271.

<sup>141</sup> Cigarette, « Aux sportswomen », *Le Journal de Française*, vol.1, n° 12, 13 septembre 1902, p. 136.

système en général... Et c'est la maison qui est propre, et c'est la maman qui rit, et c'est le papa qui est toujours en bonne humeur ! Quel bon tonique qu'un balai <sup>142</sup> ! » D'ailleurs, nombreux sont les pédagogues et les médecins en Occident à considérer que les travaux ménagers constituent une éducation physique convenable pour les filles à la santé fragile <sup>143</sup>. C'est le cas d'une institutrice du Québec qui souligne, dans son manuel intitulé *Catéchisme d'hygiène à l'usage des écoles des jeunes filles (1888)*, que les jeunes filles délicates peuvent développer leur force par les soins du ménage et l'aide qu'elles apportent à leur mère et auprès de leurs jeunes frères et sœurs <sup>144</sup>.

À l'inverse, les activités sportives se déroulant à l'extérieur de la sphère privée suscitent plus d'oppositions, puisqu'elles sont perçues comme un abandon de la modestie féminine <sup>145</sup>. En fait, selon Helen Lenskyj, la modestie féminine est devenue une préoccupation majeure au XIX<sup>e</sup> siècle au moment où les femmes ont commencé à faire leur entrée dans différents domaines associés à la sphère publique, tels que la médecine, la politique, le droit et le sport <sup>146</sup>. Il faut dire qu'à la fin du siècle, de plus en plus de jeunes femmes au Canada, et en particulier celles des classes supérieures qui avaient du temps libre et pouvaient se payer de l'équipement sportif, pratiquaient des sports variés tels que le patinage, la nage, l'équitation, le croquet, le tennis et le golf <sup>147</sup>.

Le sport qui a exercé la plus grande influence sur l'émancipation physique des jeunes femmes — y compris des jeunes femmes issues de milieux plus modestes — est toutefois la bicyclette, une activité anglaise introduite en Amérique du Nord dès 1870 et qui est devenue particulièrement populaire dans les années 1880 et 1890 <sup>148</sup>. Le cyclisme était l'une des activités sportives qui leur permettait non seulement d'améliorer leur santé, mais également d'acquérir une forme de liberté. En effet, celles qui possédaient une bicyclette pouvaient potentiellement aller aux endroits qu'elles désiraient au moment où elles le

<sup>142</sup> Catherine, « A bâtons rompus », *La Femme*, n° 20, novembre 1909, p. 5.

<sup>143</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, p. 23.

<sup>144</sup> I. Reynier, *Catéchisme d'hygiène à l'usage des écoles de jeunes filles, par une Institutrice*, Québec, Imprimerie Léger Brousseau, 1888, p. 18.

<sup>145</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 271.

<sup>146</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 44.

<sup>147</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 15.

<sup>148</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 70.



voulaient<sup>149</sup>. Puisque la pratique du cyclisme est impossible avec de longues jupes, celles qui s’y adonnaient étaient également enclines à adopter de nouveaux styles vestimentaires, telles que des jupes plus courtes ou des culottes bouffantes (bloomer)<sup>150</sup>. Symboliquement, les jeunes femmes des classes moyennes et supérieures qui se promenaient en bicyclette représentaient la « New Woman », c’est-à-dire la figure d’une femme désirant évoluer à l’extérieur de la sphère privée et revendiquant un meilleur accès à l’éducation, à la vie politique, aux emplois et aux loisirs personnels<sup>151</sup>.

À une époque où l’idéologie des sphères séparées s’avérait généralement peu contestée, la pratique de la bicyclette, qui nécessitait des costumes plus légers et qui permettait une plus grande liberté physique et mobile pour les jeunes femmes, était nécessairement très controversée. Par exemple, Julia Patrie se prononce en défaveur du cyclisme pour les jeunes femmes dans un article publié en 1895 dans la revue *Le Coin du Feu*. Selon elle, la bicyclette est une activité exclusivement masculine ne cadrant tout simplement pas avec le rôle social que l’on attend des femmes. En outre, elle déplore le fait que la pratique de cette activité contrevienne au marquage du genre par les vêtements<sup>152</sup> :

Ah ! Pourquoi ne pas laisser cette incommode machine aux hommes ? Quant à nous, mesdames, restons au foyer. [...] J’aime les femmes dans leur rôle, et toutes celles qui ne rougissent pas de s’exhiber dans des costumes qui conviendraient mieux à leurs maris qu’à elles-mêmes me paraissent tristement ignorer la grandeur et la dignité de ce rôle. [...] Quand je vois, ainsi, passer quelques-unes de nos élégantes, transformées en petit matelot et montée sur ses, deux roues, je regrette les gracieux chiffons abandonnés par ce lourd costume, et la voiture aux moelleux coussins, où elle faisait si bien valoir ses rubans et ses dentelles<sup>153</sup>...

De plus, selon Julia Patrie, il est clair qu’« au point de vue scientifique », ce mode de locomotion produit de graves inconvénients : « Dernièrement, un savant médecin publiait

<sup>149</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women’s Sport in Canada*, p. 16.

<sup>150</sup> La pratique des sports a amené des transformations majeures dans le costume féminin à la Belle Époque, comme l’apparition de la jupe-culotte et des culottes bouffantes (Christine Bard, *Ce que soulève la jupe. Identités, transgressions, résistances*, Paris, Les Éditions Autrement, 2010, p. 22-23).

<sup>151</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women’s Sport in Canada*, p. 20.

<sup>152</sup> Christine Bard souligne que le port de la jupe avait pour but de marquer le genre dans une société réglée par la domination masculine. Tout changement mineur dans le costume féminin semblait donc menacer l’ordonnancement qui distingue le masculin du féminin (*Ce que soulève la jupe*, 2010, p.7, 8 et 26).

<sup>153</sup> Julia Patrie, « Les Bicyclettes », *Le Coin du Feu*, novembre 1895, p. 346-347.

sur ce sujet une longue et sérieuse étude, qui fut reproduite et traduite par la plupart de nos grands journaux. Quand on a eu l'avantage de lire ce remarquable article, on reste convaincu que ce rude exercice, nuisible au plus solide gaillard, ne saurait guère convenir à la frêle constitution d'une femme<sup>154</sup>. » De fait, dans les années 1890, de nombreux débats eurent lieu en Occident sur les risques et les bénéfices de la pratique de la bicyclette pour la santé des filles, et en particulier dans les cercles médicaux<sup>155</sup>. Par exemple, plusieurs médecins désirant maintenir les fonctions reproductrices des femmes affirmaient que le siège de la bicyclette n'était pas adapté à l'anatomie féminine et risquait d'endommager l'utérus, en particulier lors de la période menstruelle<sup>156</sup>.

#### 4.2 L'appréhension des sensations voluptueuses

Les activités physiques et sportives pouvant porter atteinte à la moralité des jeunes filles, qui se devaient d'être irréprochables, étaient également découragées. En fait, dans une société où les jeunes femmes étaient considérées comme moralement supérieures aux hommes et devaient être des modèles de vertu<sup>157</sup>, plusieurs médecins s'inquiétaient des sensations voluptueuses que pouvaient amener les exercices de gymnastique ou la pratique de la bicyclette. À cet égard, le médecin canadien-français J.X.J. Dorion, qui a publié une étude sur la bicyclette en 1898 dans *La Revue Médicale*, adopte un point de vue relativement progressiste en affirmant que les nombreuses critiques émises de la part de moralistes ou des tenants du conservatisme social sur la pratique de la bicyclette pour les jeunes filles étaient infondées :

Les mobiles d'antipathie de ses nombreux adversaires sont multiples. Il est des gens que toute nouvelle chose offusque : trouvant que le monde a jusqu'ici fort bien marché, ils sont disposés à déclarer inutile et même nuisible toute nouveauté et, de ce que leur grande maman n'a pas fait de bicyclette, ils concluent que leurs filles ne doivent pas en faire. [...] De graves hygiénistes voient dans la bicyclette un ennemi de la stabilité des organes abdominaux et des os du bassin, un générateur de ptoses de tout genre et de conclusions en conclusions ils arrivent à cette effrayante solution de la dépopulation d'un pays par l'influence néfaste de cette machine sur les organes génitaux de l'homme et

<sup>154</sup> Julia Patrie, « Les Bicyclettes », *Le Coin du Feu*, novembre 1895, p. 347.

<sup>155</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, p. 24.

<sup>156</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 18.

<sup>157</sup> Helen Lenskyj, *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, p. 18.

de la femme. Les moralistes, enfin, justifient l'horreur qu'ils ont de ce sport en l'accusant de provoquer, surtout chez les jeunes filles, de pernicieuses habitudes. [...] Mais, en général, on a trop reproché à la bicyclette des méfaits qui lui sont communs avec les autres genres d'exercices lesquels sont tous nuisibles quand il y a des abus<sup>158</sup>.

Malgré tout, à l'instar de plusieurs de ses collègues qui craignent que la selle de la bicyclette puisse exercer des frottements sur les parties génitales des jeunes filles<sup>159</sup>, le docteur J.X.J. Dorion met en garde les lecteurs des conséquences négatives que peut amener une selle mal adaptée : « chez les personnes du sexe, la vulve dont la compression, outre le danger d'inflammation des glandes vulvo vaginale, expose, surtout chez les jeunes filles, à l'irritation du clitoris et conséquemment à l'habitude de mauvaises pratiques dont l'inconvénient est bien grave<sup>160</sup>. » Selon Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, les médecins attribuaient aux organes génitaux un rôle capital dans l'éveil du désir sexuel et de la masturbation féminine ; en outre, ils considéraient que les « glandes sexuelles » des femmes « s'enflammaient » plus facilement que celles des hommes. En raison de cette conception selon laquelle les femmes seraient asservies par leurs organes génitaux et non pas autonomes dans la recherche du plaisir sexuel<sup>161</sup>, les activités physiques et sportives sont accusées de causer, indirectement, des actes considérés comme « immoraux » tels que la masturbation.

#### *4.3 La problématique de l'exposition du corps féminin*

Selon Michelle Zancarini-Fournel, la féminité ne se conçoit que dans la douceur, la retenue, la discrétion et la pudeur ; ces vertus « féminines » doivent donc être promues pour les jeunes filles. Dans l'espace public, leur corps doit rester caché et les convenances exigent généralement de dissimuler la poitrine, les jambes et les chevilles<sup>162</sup>. Ainsi, certains considèrent que la pratique d'exercices physiques musculaires en public par des jeunes filles constitue des « spectacles immoraux<sup>163</sup> ». C'est d'ailleurs ce qui explique, en grande

<sup>158</sup> F. X. J. Dorion, « Travaux originaux. La bicyclette », *La Revue Médicale*, 1898, p. 361.

<sup>159</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 18.

<sup>160</sup> F. X. J. Dorion, « Travaux originaux. La bicyclette », *La Revue Médicale*, 1898, p. 377-379.

<sup>161</sup> Yvonne Knibiehler et Catherine Fouquet, *La femme et les médecins. Analyse historique*, p. 146.

<sup>162</sup> Michelle Zancarini-Fournel, « Corps des femmes et genre des corps (XIX<sup>ème</sup>-XX<sup>ème</sup> siècles) », p. 18.

<sup>163</sup> Philippe Perrot, *Le travail des apparences*, p. 193.

partie, les débats qu'il y avait au début du XX<sup>e</sup> siècle autour de la présence d'athlètes féminines aux Jeux olympiques. Si quelques pionnières concourent dès 1908 en patinage et dès 1912 en natation<sup>164</sup>, la compétition mettant le corps féminin « en spectacle » sous le regard masculin demeure controversée<sup>165</sup>. Dans un article de *La Presse* de 1908 portant sur des démonstrations de gymnastique féminine aux Jeux de Londres, le journaliste Ernest Poulin en profite pour se prononcer en faveur de l'éducation physique féminine, tout en admettant qu'il s'agit d'un sujet fort délicat au point de vue de la moralité :

On se rappelle qu'en janvier dernier, M. le docteur Hayes, de Richmond, publiait dans la Presse une interview touchant ce sujet fort délicat de l'éducation physique au couvent et au foyer pour la femme. Cette interview provoqua alors un intérêt bien facile à comprendre, et souleva même quelque polémique dont la résultante fut l'introduction, dans plusieurs maisons d'éducation, d'un cours de gymnastique appliquée pour les jeunes filles. Les adversaires de l'éducation physique auraient eu de faibles arguments à apposer à la campagne qui se poursuit depuis quelques années chez nous, s'ils avaient vu défiler et évoluer les groupements délégués ici par toutes les parties du monde<sup>166</sup>.

Plus précisément, en tentant de convaincre les lecteurs que les jeunes filles d'ici devraient suivre l'exemple des Danoises et pratiquer la gymnastique scolaire, il rappelle que ces exercices sont entrepris pour des raisons « exclusivement hygiéniques » et non dans un « simple but d'exhibition » de leur corps dans le cadre de compétitions :

On ne doit pas oublier que ces exercices ne sont pas faits dans un simple but d'exhibition, mais à un point de vue de santé et comme moyen de cultiver non seulement les membres, mais toutes les parties du corps. [...] Parce que l'élément de concurrence est négligé, on ne fait pas d'éducation physique outre mesure au Danemark chez les femmes.... Mais on en fait. On ne surentraîne pas dans un but de montrer. On agit plutôt au contraire, car on comprend trop bien les dangers du surmenage. Entrepris pour des raisons exclusivement hygiéniques, ces exercices sont suivis avec les meilleurs résultats possibles en étant maintenant dans certaines limites<sup>167</sup>.

---

<sup>164</sup> Louise Bruit Zaidman et al. (dir.), *Le corps des jeunes filles de l'Antiquité à nos jours*, p. 44.

<sup>165</sup> Jean-Claude Caron, « Jeune fille, jeune corps : objet et catégorie (France, XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles) », dans Bruit Zaidman, Louise et al. (dir.), *Le corps des jeunes filles de l'Antiquité à nos jours*, Paris, Perrin, 2001, p. 185.

<sup>166</sup> Ernest Poulin, « La gymnastique aux Olympiques », *La Presse*, 28 juillet 1908, p.3.

<sup>167</sup> *Ibid.*

#### 4.4 Le spectre de la masculinisation des filles

Les activités physiques et sportives pratiquées par les jeunes filles doivent donc être maintenues à l'intérieur de certaines limites. En outre, la pratique d'activités physiques et sportives soulève la crainte d'une virilisation excessive du corps féminin. Dans un article de *La Gazette Médicale de Montréal*, publié en 1891, un médecin<sup>168</sup> donne son opinion quant aux effets qu'entraînent les exercices « violents » sur le corps des jeunes filles : « Quant aux exercices violents, je n'en suis pas partisan, et d'ailleurs à mon avis cette mode de faire faire aux jeunes filles de l'escrime ou de la boxe représente des inconvénients graves, dont le moindre n'est pas de donner des habitudes et des apparences masculines à celles dont la grâce doit toujours être l'apanage<sup>169</sup>. »

L'article d'Ernest Poulin en faveur de la gymnastique féminine laisse, quant à lui, sous-entendre que les appréhensions sur les effets potentiellement « masculinisants » de l'exercice étaient assez généralisées dans le public. En effet, ce dernier tente de rassurer le lecteur en affirmant que la gymnastique permet non seulement de conserver les attributs physiques associés à la féminité, mais également de les accentuer :

La plus belle démonstration, cependant, a été celle des femmes danoises. Contrairement à l'attente générale, ces gymnastes n'offraient rien de l'Amazon. Leur forme était plutôt gracile. Rien de massif, comme le fait prévoir la plupart du temps, aux étrangers de la gymnastique, un entraînement suivi. Le *Daily Telegraph*, à ce sujet dit : [...] L'étude de la callisthénie et de l'éducation physique fait sûrement des progrès constants en Angleterre, et de temps à autre, on peut voir, dans toutes les parties du monde, des jeunes femmes donner des séances de gymnastique admirables ; mais, dans la performance de ces blondes filles du Danemark, il y a une précision et une activité de mouvement, une souplesse du corps, une grâce de démarche et de maintien qui lui donnait un charme tout spécial. Même dans l'exécution des exercices les plus compliqués, la grâce n'abandonnait pas les attitudes<sup>170</sup>...

Les activités physiques et sportives considérées comme légitimes pour les jeunes filles sont donc celles qui, à l'instar de la danse et de la gymnastique, leur permettent de

<sup>168</sup> Il s'agit probablement d'un article écrit par un médecin français, puisqu'il fut préalablement publié dans *La Gazette des Hôpitaux de Toulouse*.

<sup>169</sup> Auteur inconnu, « Du traitement de la chlorose », *La Gazette Médicale de Montréal*, vol. 5, n° 7, juin 1891, p. 317.

<sup>170</sup> Ernest Poulin, « La gymnastique aux Olympiques », *La Presse*, 28 juillet 1908, p. 3.

conserver charme et grâce durant l'exécution. À l'inverse, les activités physiques et sportives « masculinisantes » — c'est-à-dire celles qui développent des muscles saillants, qui entraînent des expressions de fatigue et de la sueur (particulièrement redoutée pour les jeunes femmes des classes moyennes et supérieures car associée au labeur des classes populaires<sup>171</sup>), ou qui exigent une manifestation de la force et de la violence — sont réprouvés.

En fait, le contexte du tournant du XX<sup>e</sup> siècle est propice à l'émergence d'une certaine crise de la masculinité qui se traduit, notamment, par l'angoisse de l'émancipation féminine et la peur de l'effacement de la « femme véritable<sup>172</sup> ». En outre, la participation croissante des jeunes femmes aux activités physiques et sportives, un espace de construction de la masculinité, suscitait des inquiétudes puisqu'elle avait la capacité d'ébranler l'ordre hétérosexuel établi. Comme en témoignent les propos de Marcel Prévost publiés dans un article de *La Femme* en 1910, les performances sportives des jeunes filles remettaient tout simplement en question les théories du déterminisme biologique admettant l'infériorité « naturelle » des individus de sexe féminin :

Afin d'activer le développement de son thorax et de ses biceps, afin de gagner quelques pouces en hauteur, la jeune fille de 1910 est, paraît-il, décidée à toutes les énergies. [...] S'il fallait prendre pour strictement exacte et scientifiquement vérifiées les données de « Health and Strength », le cas, en effet, serait grave pour les hommes... Il ne s'agirait pas seulement, pour eux, de défendre quelques pouces de stature : c'est leur suprématie intégrale sur leur compagne qui serait remise en question. [...] Hommes modernes prenez garde ! [...] Arrêtez votre décroissance physiologique, ou empêchez les femmes de croître, tandis que vous êtes encore les plus grands et les plus forts !... Quelques pouces perdus, et c'est vous le sexe faible de demain <sup>173</sup>!

---

<sup>171</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 83.

<sup>172</sup> Michelle Zancarini-Fournel, « Corps des femmes et genre des corps (XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles) », p. 25. Par ailleurs, ceci n'est pas sans rappeler la série d'éditoriaux d'Henri Bourassa parus à la une du *Devoir* en 1918, dans lesquels il dénonce le suffrage féminin qui allait engendrer « la femme-homme, le monstre hybride et répugnant qui tuera la femme-mère et la femme-femme » (Henri Bourassa, « Le suffrage des femmes », *Le devoir*, 28 mars 1918, p. 1).

<sup>173</sup> Marcel Prévost, « Sous la toise », *La Femme*, n° 28, juillet 1910, p. 5.

## Chapitre 2 :

### L'émergence d'une éducation corporelle dans les pensionnats féminins

#### 1. L'influence de l'hygiénisme et l'attention croissante dévolue au corps

Aux XIX<sup>e</sup> et XX<sup>e</sup> siècles, l'attention croissante portée au corps dans les sociétés occidentales rejoint sur certains aspects la pédagogie catholique d'inspiration humaniste, qui conçoit l'individu comme un « ensemble harmonieux de facultés<sup>1</sup> ». Dans cette optique, la pédagogie catholique entend développer l'élève d'une manière intégrale en agissant sur ses facultés corporelles, intellectuelles, morales et spirituelles<sup>2</sup>. Le plan d'études des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie, composé par Mère Véronique-du-Crucifix, mentionne que l'éducation du corps devait accompagner l'éducation domestique, morale et religieuse dont elle est inséparable :

Aussi, une Religieuse institutrice qui connaît toute l'étendue de ses devoirs, a-t-elle toujours un œil vigilant sur cette partie essentielle [l'éducation physique]. La tendre sollicitude dont elle est animée la porte à voir tout par elle-même, à prévoir tout ce qui est nécessaire ou utile à la santé de ses élèves, et même à prévenir, dans bien des cas, ce qui peut l'altérer. Comme une bonne mère, elle éloigne ses enfants des dangers que peut avoir un exercice immodéré dans leurs jeux ; elle supplée à leur imprévoyance dans les changements de température ; elle s'efforce de les préserver des inconvénients que peut entraîner un aliment dangereux ou malsain pris en secret ; enfin, elle veille sans cesse pour leur faire éviter toute espèce d'excès. A-t-elle, au nombre de ses élèves un sujet d'une complexion faible et délicate ? Sa première attention se porte à venir au secours de la nature, en fortifiant le tempérament. Qu'une enfant ait la moindre apparence de maladie contagieuse, elle l'éloigne aussitôt du bercail<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir ». Les sports et l'activité physique au tournant du XX<sup>e</sup> siècle », dans Louise Bienvenue, Ollivier Hubert et Christine Hudon (dir.), *Le collège classique pour garçons : études historiques sur une institution québécoise disparue*, Montréal, Fides, 2014, p. 307.

<sup>2</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec : conceptions et événements (1830-1980)*, Chicoutimi, Gaëtan Morin, 1981, p. 52.

<sup>3</sup> Service central des archives de la Congrégation des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie – Longueuil, Fonds Mère Véronique-du-Crucifix, «Éducation physique», Plan d'études SNJM, Mère Véronique-du-Crucifix, [1894], (G01.02/F, 1, p. 9-10).

À l'instar des collèges classiques pour garçons, l'attention dévolue au corps dans les pensionnats pour jeunes filles se manifeste encore par l'amélioration de l'aménagement de l'espace<sup>4</sup>. En effet, nombreux sont les prospectus qui vantent la salubrité des lieux et les nouvelles installations sanitaires du pensionnat. L'environnement de l'institution — qualité de l'air, accès à de vastes jardins — ainsi que la nourriture et les soins abondants accordés aux élèves<sup>5</sup> sont également mis en valeur, comme en témoigne cet extrait d'un prospectus du Pensionnat d'Hochelaga datant du début du XX<sup>e</sup> siècle : « Les cours de récréation, les allées ombragées, les jeux de paume et de croquet, favorisent les exercices propres au développement et au bien-être physiques. Le toit de la maison sert aussi de lieu de promenade, et l'on y jouit des plus agréables points de vue. [...] L'établissement est spacieux, bien chauffé et bien aéré. Il est pourvu des accessoires modernes recommandés par l'hygiène, ainsi que d'escaliers et d'appareils de sauvetage<sup>6</sup>. » Un prospectus du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie d'Outremont mentionne, quant à lui, que « Le terrain, distribué en avenue [*sic*] spacieuses, en jeux de paume, de croquet, etc., etc., se prête à tous les délassements propres au développement physique, qui doit toujours aller de pair avec le développement intellectuel. Grâce aux vastes salles de récréations, corridors et vérandas, dont la maison est abondamment pourvue, les élèves ne sont pas privés d'exercice les jours de mauvais temps. [...] Dans tout l'établissement, les installations les plus modernes ont été faites pour la ventilation, le chauffage et l'éclairage, offrant les conditions d'hygiène et de confort que les parents peuvent désirer pour leurs enfants<sup>7</sup>. »

Dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, l'influence du courant hygiéniste international se fait fortement sentir dans les maisons d'éducation privées catholiques pour jeunes filles de Montréal. Les religieuses enseignantes, désirant donner des soins corporels adéquats à leurs élèves, entendent respecter les règles et les préceptes d'hygiène diffusés et popularisés par les médecins hygiénistes. Une attention est plus particulièrement accordée à la propreté

<sup>4</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 312.

<sup>5</sup> Un prospectus du couvent de Longueuil datant de la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle mentionne que les Religieuses des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie s'efforcent de justifier la confiance que les parents leur ont déjà témoignée en donnant aux jeunes filles « tous leurs soins pour fortifier leur santé par un exercice salubre et par une nourriture saine et abondante » (SCA SNJM, Fonds du Pensionnat de Longueuil, Prospectus, L001/B2, 2).

<sup>6</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, Prospectus, (L011/C1, 2).

<sup>7</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, Prospectus, [1909], (L076/B1, 3, p. 5).



du corps et des vêtements, à l'alimentation et au sommeil des couventines. En ce qui concerne les activités physiques, elles répondent aux nombreuses critiques formulées dans les revues médicales et pédagogiques qui les accusaient de priver leurs élèves de mouvements. Les autorités éducatives tentent en effet de promouvoir l'importance de la récréation et des exercices auprès des religieuses enseignantes récalcitrantes. Par exemple, Sœur Saint-Analect, maîtresse générale des études à la Congrégation de Notre-Dame, rappelait en 1899 que la récréation s'avérait primordiale, puisqu'elle permettait non seulement d'assurer la santé des élèves, de délasser leur esprit et d'augmenter leur attention en classe, mais également de répondre aux attentes du public :

Faites-en l'expérience, chères sœurs, et vous verrez que vos élèves, en revenant de ce délassement, seront mieux disposées à vous écouter et reprendront vite le temps que vous croyiez avoir perdu. D'ailleurs, on nous taxe de cruauté et avec raison, de garder ainsi, durant de longues heures, dans une immobilité presque complète, de jeunes enfants qui ont tant besoin d'agitation et de mouvement. – En faisant cela, chères sœurs, nous nous rendrons aux vœux des Commissions scolaires, des professeurs de pédagogie et des parents qui sont les premiers intéressés à conserver la santé de leurs enfants<sup>8</sup>.

Une autre manifestation tangible de ce renouvellement du rapport au corps se trouve dans l'enseignement théorique de l'hygiène, une matière scolaire apparaissant au programme de plusieurs maisons d'éducation catholiques dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. On inculquait aux jeunes filles, qui étaient appelées à appliquer dans le futur les préceptes de l'hygiène au sein de la maisonnée, les règles à suivre pour conserver la santé et un état de bien-être<sup>9</sup>. De nombreux devoirs d'hygiène présentés aux Expositions universelles de Chicago (1893) et de Paris (1900) réalisés par des élèves de tous âges des maisons d'éducation de la Congrégation de Notre-Dame nous indiquent qu'elles apprenaient, notamment, l'importance des exercices physiques pour assurer un équilibre entre le corps et l'esprit : « Celui qui unit, en proportion convenable, l'exercice physique et le travail de l'esprit se trouve dans les meilleures conditions hygiéniques<sup>10</sup>. » En effet, outre la sobriété

<sup>8</sup> Archives Congrégation de Notre-Dame – Montréal, Fonds de la Maison Mère, « Pédagogie », Annales de la Maison Mère, novembre 1899 (230.200.002, p. 203).

<sup>9</sup> Donald Guay, *L'histoire de l'éducation physique au Québec*, p. 39.

<sup>10</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, « Hygiène. Exercice et travail », Exposition universelle de Chicago - Travaux d'élèves – Spécimens, 1893 (cote 200.105.013).

dans les repas, la propreté du corps et des vêtements, l'aération et la salubrité des habitations, on enseignait aux jeunes filles que pour conserver la santé, « l'exercice bien réglé » était essentiel<sup>11</sup>. Un devoir souligne d'ailleurs que les différents exercices du corps, tels que la marche, la course et le saut, devaient « occuper une large place dans le programme scolaire », puisqu'ils constituaient « le meilleur préventif des maladies, des infirmités, etc.<sup>12</sup>. » En fait, les leçons d'hygiène, en concordance avec les théories divulguées par les médecins hygiénistes dans la littérature scientifique, apprenaient aux élèves les bienfaits de l'exercice modéré d'une part, et les risques associés à la pratique d'« activités immodérées » ou « violentes » d'autre part : « Un travail physique modéré augmente la force de nos organes ; nos membres acquièrent plus de souplesse ; nos muscles plus de vigueur, la digestion plus facile et la circulation plus active<sup>13</sup>. » À l'inverse, la pratique d'exercices prolongés dans le temps était découragée : « Les jeux pendant la récréation sont aussi très utiles à la santé, mais il ne faut pas les prolonger trop longtemps parce qu'alors nous éprouvons une grande fatigue ce qui prouve que le repos doit succéder [*sic*] à l'exercice et l'étude à la récréation<sup>14</sup>. » Les couventines étaient également avisées que de sages précautions devaient être prises lorsque l'on s'adonnait à des activités physiques après le repas : « Nous avons appris hier qu'il y avait bien des précautions à prendre pour éviter les maladies. [...] Il faut éviter aussi après les repas de courir et de prendre tout exercice violent. Faute de ces précautions on s'expose [*sic*] à être quelques fois bien malades<sup>15</sup>. » Une autre élève mentionne dans son devoir que « les exercices trop violents » réalisés après les repas, comme le fait de « sauter à la corde un temps déraisonnable », peuvent même être « funestes » : « Il faut donc éviter avec soin ces actes imprudents qui se commettent assez fréquemment et qui peuvent occasionner, tôt ou tard,

<sup>11</sup> ACND, « Hygiène », Exposition universelle de Paris : Travaux d'élèves. Cours élémentaire, 6e classe, 1900 (cote 200.110.024).

<sup>12</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, « Hygiène - Exercices du corps », Exposition universelle de Chicago - Travaux d'élèves - Cours élémentaire, 1893 (cote 200.105.010, p. 57-58).

<sup>13</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, « Hygiène - Le travail », Exposition universelle de Paris : Travaux d'élèves. Cours élémentaire, 7e classe, 1900 (cote 200.110.025).

<sup>14</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, « Hygiène - L'exercice », Exposition universelle de Chicago - Travaux d'élèves - Cours élémentaire, 1893 (cote 200.105.012, p. 142).

<sup>15</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, « Hygiène », Exposition universelle de Chicago — Travaux d'élèves — Spécimens, 1893 (cote 200.105.013).

de bien graves maladies, et la mort même à la fleur de l'âge<sup>16</sup>.» Les jeunes filles apprenaient ainsi à demeurer prudentes lors de l'exécution d'exercices physiques, puisque les abus et les excès sont considérés, par les médecins et plus particulièrement les hygiénistes, comme étant nuisibles à leur organisme.

## **2. La gymnastique : la première forme « pratique » d'éducation physique**

Dans les faits, les premières pratiques d'éducation corporelle apparaissent dès les années 1860 dans le réseau éducatif alors que des professeurs de gymnastique viennent offrir des leçons privées dans les grands pensionnats de Montréal destinés aux jeunes filles des classes moyennes et supérieures. Par exemple, à Villa Maria, c'est pendant le mois de décembre 1859 que commencèrent les exercices gymnastiques pour les élèves. Les annales indiquent plus précisément que le professeur venait donner des leçons deux fois par semaine à environ 40 élèves<sup>17</sup>. Au Mont Sainte-Marie, les leçons de gymnastique commencèrent au début des années 1860 et furent données par une certaine Mlle Bourrouglis à une quinzaine d'élèves<sup>18</sup>. À l'instar des cours d'arts, de musique et de langues qui contribuent au prestige des pensionnats, les leçons de gymnastique sont, du moins dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, facultatives et à la charge des parents<sup>19</sup>. En 1881, sur les quelque 230 élèves fréquentant le pensionnat Villa Maria, 89 choisirent de suivre les leçons de callisthénie. À titre de comparaison, 52 élèves prirent des cours d'élocution, 27 de musique vocale, 11 de harpe, 2 de violon, 1 de guitare, 6 de latin et 7 d'allemand durant cette même année<sup>20</sup>.

---

<sup>16</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, Hygiène pratique», Exposition universelle de Paris : Travaux d'élèves. Cours élémentaire, 7<sup>e</sup> classe, 1900 (cote 200.110.025).

<sup>17</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Annales de Villa Maria, 29 décembre 1859 (cote 326.000.270, p. 124).

<sup>18</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, mai 1864 (cote 312.560.002, p. 6).

<sup>19</sup> Une mention dans les annales nous indique les termes des leçons de gymnastique données par Mlle Burrouglis : « les termes sont 20 leçons, \$4,00\$ par élève, dont nous lui donnons la moitié. » (ACND, Fonds du Pensionnat Notre-Dame, Annales du Pensionnat de la Congrégation de Notre-Dame, 30 novembre 1865 (cote 312.880.003, p. 133-134).

<sup>20</sup> Le nom des élèves ayant choisi les différents cours facultatifs est précisé pour l'année 1881 seulement (ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Registre d'élèves de Villa Maria, 1881 (cote 326.000.50, p. 12-13).

Une culture distinguée et raffinée est alors transmise dans les pensionnats par le biais de la musique et de l'art<sup>21</sup>. Les cours de gymnastique concourent donc au même but ; il s'agit, notamment, de former des jeunes demoiselles au maintien et à la grâce irréprochable, en plus d'améliorer leur souplesse, leur agilité et leur vigueur générale. En décrivant l'examen de callisthénie ayant eu lieu le 25 avril 1906 au Pensionnat d'Hochelaga, l'annaliste de la Maison Mère des SNJM résume bien la manière dont la gymnastique est pensée en termes de discipline corporelle permettant d'acquérir les normes de bienséance : « Ces différents exercices ont pour but de fortifier les enfants, en leur enseignant la bonne manière de respirer, de marcher, de gesticuler, et par là même d'amener le développement des muscles tout en rendant gracieux le moindre de leurs mouvements<sup>22</sup>. » Un prospectus du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie du début du XX<sup>e</sup> siècle indique lui aussi que leçons de gymnastique tendent, notamment, « à corriger ce qu'il peut y avoir de défectueux dans le marcher et dans la tenue en générale<sup>23</sup> », signe de l'importance accordée au maintien des jeunes filles.

### 2.1 Une pratique innovante

La gymnastique s'institutionnalise au XIX<sup>e</sup> siècle en Occident, et en particulier en Europe continentale, comme méthode d'éducation physique par excellence<sup>24</sup>. Devant l'engouement des pays d'Europe pour la gymnastique, la plupart des communautés religieuses catholiques de Montréal, qui suivent en ce domaine comme en d'autres les tendances et les innovations pédagogiques internationales, l'inscrivent à leur tour dans leur plan d'étude. Les directions recommandent qu'elle soit suivie dans l'ensemble de leurs maisons d'éducation, et ce, dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Par exemple, la gymnastique est inscrite à tous les niveaux scolaires

<sup>21</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario, 1890-1930 », Thèse de doctorat (histoire), Université de Toronto, 1983, p. 200.

<sup>22</sup> SCA SNJM, Fonds du Secrétariat général, « Examen de callisthénie », Chroniques de la Maison Mère, vol. 8 (1902-1906), 25 avril 1906, (G05/15/03/01).

<sup>23</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, Prospectus, [1909], (L076/B1, 3, p.5).

<sup>24</sup> Outre le fait qu'elle soit peu coûteuse et ne requiert que peu d'espace, les finalités militaires qu'on lui attribuait a favorisé la généralisation de la gymnastique en milieu scolaire (Gilbert Andrieu, *La gymnastique au XIX<sup>e</sup> siècle ou la naissance de l'éducation physique*, Paris, Éditions Actio, 1999, p. 9-10). De plus, la croyance selon laquelle la gymnastique pouvait non seulement agir sur le physique mais également sur l'état mental des individus a fait en sorte qu'on l'a considérée pour ses possibilités thérapeutiques dans de nombreuses institutions. Voir Pascal Brier et Jacques Defrance, « La production de gymnastiques médicales pour les enfants malades hospitalisés au XIX<sup>e</sup> siècle : spécialisation médicale et différenciation des gymnastiques », *Sciences sociales et sport*, n° 5, 2012, p. 13-51.

— cours élémentaire, moyen et supérieur — dans le plan d'étude de la Congrégation de Notre-Dame de 1893 présenté à l'occasion de l'Exposition universelle de Chicago<sup>25</sup>. Au début du XX<sup>e</sup> siècle, une religieuse enseignante de la Congrégation de Notre-Dame, Sœur Léonidas<sup>26</sup>, fut nommée maîtresse de la callisthénie à la Maison mère. Cette même sœur fut chargée de donner une formation sur la gymnastique en juillet 1909<sup>27</sup> dans le cadre des « conférences pédagogiques » qui réunissaient, au début du XX<sup>e</sup> siècle, divers représentants des communautés religieuses et acteurs du monde de l'éducation catholique à Montréal.

Les congrégations religieuses enseignantes avaient beaucoup d'autonomie en matière de pédagogie. L'enthousiasme de certaines religieuses pour les théories de l'enseignement a permis l'application de méthodes et de pratiques pédagogiques innovantes dans les couvents<sup>28</sup>. Par exemple, en plus de mettre sur pied divers programmes éducatifs destinés aux jeunes filles, les congrégations religieuses enseignantes produisaient de nombreux manuels scolaires dans des matières variées<sup>29</sup>. En 1906, la Congrégation de Notre-Dame publia un manuel original intitulé *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles. À l'usage des élèves-institutrices de l'école normale à Montréal*<sup>30</sup>. Destiné aux jeunes femmes de l'École Normale Jacques-Cartier recevant une formation pour devenir institutrices, ce manuel nous offre un aperçu privilégié de la méthode de gymnastique féminine appelée à être diffusée dans les écoles catholiques du Québec ainsi que ses finalités.

---

<sup>25</sup> La gymnastique était peut-être inscrite dans des plans d'étude plus anciens de la Congrégation de Notre-Dame. Toutefois, un incendie survenu en juin 1893 à la Maison mère a détruit la majorité des documents du Bureau des études. Pour le plan d'étude qui fut présenté à l'occasion de l'Exposition universelle de Chicago, voir ACND, Fonds du Bureau des Études, Programme des études, 1893 (cote 200.105.018).

<sup>26</sup> En 1912, Sœur Léonidas est nommée maîtresse de callisthénie pour la congrégation. Elle est ensuite nommée directrice de la culture physique pour l'année scolaire 1914-1915 avant d'être remplacée l'année suivante, en 1916, par Sœur Marie-Louise (ACND, Fonds du Conseil général, Nominations, 1901-1920 (cote 430.053.011, 1912 p. 5, 1914 p. 8 et 1916 p. 6).

<sup>27</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Annales de Villa Maria, juillet 1909 (cote 326.000.274, p. 139).

<sup>28</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid (dir.), *Les couventines : l'éducation des filles au Québec dans les congrégations religieuses enseignantes, 1840-1960*, Montréal, Boréal, 1986, p. 113.

<sup>29</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid (dir.), *Les couventines*, p. 22-23.

<sup>30</sup> ACND, Collection des Écrits CND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles. À l'usage des élèves-institutrices de l'école normale à Montréal*, 1906 (cote 570.730.001).

## 2.2 Des leçons méthodiques et « rationnelles »

Quelques principes didactiques sont mis de l'avant dans les *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* : chaque exercice doit avoir un but connu, précis, déterminé et être exécuté avec énergie, précision et grâce. Les exercices doivent également être gradués et former un tout complet pour chaque âge et chaque catégorie d'élèves. L'enseignement se doit aussi d'être attrayant et varié. Enfin, les exercices doivent être coupés de temps de repos et se faire conformément aux lois de l'hygiène<sup>31</sup>. En fait, au XIX<sup>e</sup> siècle, la gymnastique représentait un art « raisonné » du mouvement corporel. Selon Vigarello, les « réinventeurs » de la gymnastique estimaient avoir fondé une véritable science alliant analyse anatomique des mouvements et enchaînement progressif de gestes précis. On considérait qu'elle différait des mouvements et des exercices habituels parce qu'elle était pratiquée selon certaines règles : contre la gymnastique des Anciens, l'accent était bel et bien mis sur le changement méthodique et scientifiquement institué<sup>32</sup>. Le XIX<sup>e</sup> siècle voit apparaître un foisonnement de méthodes et de tendances de gymnastique<sup>33</sup>, et ses thèmes pénétrèrent dans les textes, les dictionnaires, les encyclopédies et les livres d'hygiène tout au long du siècle<sup>34</sup>.

Puisque la gymnastique est une méthode d'éducation corporelle « rationnelle », tous les gestes sont minutieusement analysés et décomposés à l'extrême. Des devoirs d'élèves du Mont Sainte-Marie et de Villa Maria, présentés dans le cadre de l'Exposition universelle de Chicago, sont particulièrement éloquents à ce sujet. Par exemple, Maria Laporte, 10 ans, explique dans un devoir illustré du 8 juin 1892 ce que sont les « mouvements alternatifs et simultanés des extrémités en avant », exercices pouvant être réalisés sur l'air de la chanson « Bonne nuit » :

<sup>31</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* », 1906 (cote 570.730.001, p. 3- 4).

<sup>32</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », dans Alain Corbin (dir.), *Histoire du corps, tome 2 : De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Éditions du Seuil, 2005, p. 369-370.

<sup>33</sup> Dominique Laty fait un tour d'horizon des différentes approches en gymnastique ainsi que de leurs finalités au XIX<sup>e</sup> siècle. Elle explore, notamment, la méthode Pestalozzi en Suisse, la méthode Ling et la gymnastique suédoise, la méthode Tissier, l'école allemande, la méthode belge, la gymnastique rythmique, etc. Voir « Le XIX<sup>e</sup> siècle », dans *Histoire de la gymnastique en Europe : de l'Antiquité à nos jours*, Paris, Presses universitaires de France, 1996, p. 195-280.

<sup>34</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 330.

[...] Au premier commandement, je porte le pied droit devant moi à une distance moyenne du gauche, j'allonge vigoureusement le bras droit dans la même ligne, et j'élève le pied gauche, qui vient se placer derrière la jambe droite en comptant un, les yeux regardant le poignet Fig.13. Cette position étant marquée, je pose le pied gauche à terre près du droit. Je ramène en même temps le poignet droit près de la poitrine en comptant deux Fig. 14 ; puis je répète le premier mouvement que représente la fig 13, en comptant trois. Je fais un demi tour sur le pied droit en avançant l'épaule gauche, et je répète avec la jambe et le bras gauches, tout ce qui vient d'être expliqué pour les extrémités droites<sup>35</sup>.

On attribue à la gymnastique féminine pratiquée en milieu scolaire plusieurs finalités. Les *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* indiquent que ce type d'éducation corporelle a pour principal objectif le développement général de l'organisme des jeunes filles, car « Si la gymnastique est bien dirigée, elle développe la vigueur, perfectionne la stature et assure la santé<sup>36</sup>. » Cette attention accordée à la vigueur ainsi qu'au développement intégral et harmonieux du corps fait écho aux discours des médecins et des hygiénistes de l'époque qui, inquiets de voir de jeunes filles « faibles et scoliotiques » compromettre la santé des générations futures, font la promotion de la gymnastique féminine.

Outre ses effets tonifiants sur le corps, la gymnastique est également envisagée pour son action sur l'esprit des pensionnaires. En fait, selon Thierry Arnal, la gymnastique se nourrit, dès le début du XIX<sup>e</sup> siècle, des approches anthropologiques redéfinissant les rapports du physique et du moral et proposant une vision plus unitaire de l'être humain<sup>37</sup>, puisque l'on croyait qu'il pouvait être possible, par les exercices du corps, de guider les idées et d'agir sur l'esprit<sup>38</sup>. Plus précisément, on envisageait la gymnastique comme une méthode permettant d'« exercer sur les mœurs et sur l'ordre public la plus heureuse influence<sup>39</sup>. » On considérait que les exercices, organisés minutieusement et exécutés de manière rigoureuse sous l'ordre de la volonté, favorisaient l'apprentissage de l'autogestion

<sup>35</sup> ACND, Fonds du Bureau des études, « Exercices de la gymnastique - Mouvements alternatifs et simultanés des extrémités en avant par Maria Laporte, 10 ans, Pensionnat du Mont Sainte-Marie », Exposition universelle de Chicago - Travaux d'élèves - Cours élémentaire, 8 juin 1892, (cote 200.105.010, p. 98-99).

<sup>36</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* », 1906 (cote 570.730.001, p. 3).

<sup>37</sup> Thierry Arnal, *La Révolution des mouvements : gymnastique, morale et démocratie au temps d'Amoros* (1818 1838), Paris, l'Harmattan, 2009, p. 15.

<sup>38</sup> Thierry Arnal, *La Révolution des mouvements*, p. 73.

<sup>39</sup> Thierry Arnal, *La Révolution des mouvements*, p. 19.

et du contrôle de soi<sup>40</sup>. Il s'agissait, en d'autres termes, d'une technique permettant de « dresser » le corps pour le rendre obéissant à l'âme, une idée reprise dans le manuel de gymnastique de la Congrégation de Notre-Dame : « Le corps n'est qu'un instrument, travailler à perfectionner ses mouvements, c'est le rendre plus digne de l'âme. Cette science apprend à considérer le corps comme un serviteur qui peut être dressé à être attentif, obéissant, prompt à répondre au moindre appel de l'âme<sup>41</sup>. »

La volonté de discipliner les élèves par la gymnastique se reflète, notamment, dans l'importance accordée à la « station régulière du corps », l'un des premiers exercices à faire apprendre aux jeunes filles selon le manuel de la Congrégation de Notre-Dame : « Au premier avertissement, les élèves ne bougent pas ; ensuite, elles placent immédiatement les talons l'un près de l'autre et sur la même ligne, les pieds un peu moins ouverts que l'angle droit, les jambes tendues sans raideur, le corps droit sur les hanches, la tête droite, les bras allongés, les épaules plutôt basses que hautes et portées en arrière<sup>42</sup>. » Les exercices ne sont, en outre, considérés comme bien exécutés que si le corps conserve sa position droite<sup>43</sup> : « Il ne faut pas oublier que, toutes les fois qu'on fait exécuter un exercice avec les jambes, celui-ci ne sera bien accompli que si le corps reste droit sur les hanches, sans aucun mouvement à droite ou à gauche, pas plus qu'en avant ni en arrière pendant l'action des jambes<sup>44</sup>. » De plus, lors de la pratique des exercices de gymnastique, qui se réalise de manière collective, les élèves sont réparties minutieusement les unes par rapport aux autres dans l'espace. Le manuel conseille, en effet, de placer les jeunes filles par rang de taille : « les plus grandes en arrière, les plus petites en avant, laissant un ou deux pas d'intervalle entre les rangs et les files. » On recommande également de faire répéter cet exercice d'alignement « afin que les élèves puissent, dans la suite, se placer seules et sans bruit<sup>45</sup>. » Pour reprendre les mots de Louise Bienvenue, tout se déroule comme si la distribution

---

<sup>40</sup> Thierry Arnal explique que la gymnastique était perçue comme un moyen de contrôler minutieusement, par la volonté, toutes les opérations du corps. Elle était ainsi envisagée comme un moyen de régler les désordres moraux et sociaux non par le geste, mais plutôt par la préparation au geste ; « par la disposition à agir » (*La Révolution des mouvements*, p. 140 et 154).

<sup>41</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* », 1906 (cote 570.730.001, p. 3).

<sup>42</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* », 1906 (cote 570.730.001, p. 5).

<sup>43</sup> *Ibid.*

<sup>44</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* », 1906 (cote 570.730.001, p. 8).

<sup>45</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles* », 1906 (cote 570.730.001, p. 5).



rationnelle des corps dans l'espace « était susceptible d'instiller, par effet de parallélisme, une même droiture à l'âme<sup>46</sup> ». Ainsi, selon Pierre Arnaud, la gymnastique apparaît comme une instance de régulation, puisqu'il existait une volonté claire d'encadrer, de contrôler et d'éduquer civiquement les individus lors de sa pratique<sup>47</sup>. C'est ce qui explique, par exemple, le fait que la gymnastique ait été l'une des « méthodes de redressement » privilégié pour les jeunes délinquants de l'école de réforme de Montréal dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle<sup>48</sup>.

Dans cette optique, la gymnastique est considérée pour les jeunes filles comme un outil éducatif visant à promouvoir l'obéissance, l'ordre et la bonne conduite ; des valeurs garantes de la soumission exigée des femmes en société<sup>49</sup>. En effet, Thierry Terret rappelle qu'à cette époque, la femme est mineure et doit légalement obéissance à ses parents et à son mari. Par conséquent, sa corporéité est travaillée dans une logique de soumission et de dépendance qui relève de sa future vocation de mère et d'épouse<sup>50</sup>.

Les chants et les mélodies accompagnant les gestes de la gymnastique possèdent également des vertus pédagogiques. En effet, les chants sont considérés comme un excellent exercice respiratoire qui permet non seulement le développement des poumons et de la poitrine, mais également d'améliorer le caractère des individus<sup>51</sup> : « Le chant étant un excellent exercice respiratoire, il est bon de s'en servir pour accompagner les mouvements gymnastiques. En outre, il exerce la mémoire des élèves, agit favorablement sur leurs caractères, leur inspire de nobles sentiments, les élans de cœur, et une ardeur qui les entraînent au travail<sup>52</sup>. » De plus, permettant de synchroniser les mouvements et de favoriser l'esprit de corps, les chants contribuent fortement au caractère patriotique de la gymnastique. C'est que dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, la gymnastique, qui devient

<sup>46</sup> Louise Bienvenue, « Sortir de la délinquance par l'expérience institutionnelle : Une histoire racontée par les voix et par les corps (1873-1977) », *Revue d'histoire de l'Amérique française*, vol. 65, n° 2-3, 2011, p. 313.

<sup>47</sup> Pierre Arnaud, « Un territoire pédagogique », dans *Le militaire, l'écolier, le gymnaste. Naissance de l'éducation physique en France (1869-1889)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 1991, p. 248.

<sup>48</sup> Voir Louise Bienvenue, « Sortir de la délinquance par l'expérience institutionnelle », p. 307-330.

<sup>49</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid (dir.), *Les couventines*, p. 18.

<sup>50</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné : l'intégration de l'éducation physique des filles à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle », dans Pierre Arnaud et Thierry Terret (dirs.), *Éducation et politiques sportives : XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles*, Paris, CTHS, 1995, p. 88.

<sup>51</sup> Thierry Arnal, *La Révolution des mouvements*, p. 119 et 122.

<sup>52</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles*, 1906 (cote 570.730.001, p. 5).

une pratique conçue pour les groupes et les dispositifs d'ensemble<sup>53</sup>, acquiert une dimension fortement politique. Selon Rauch, une ambition claire se dessinait lors de la création des programmes de gymnastique scolaire : « celle de constituer, grâce à des exercices collectifs, une communauté dont les citoyens seraient unis par une certaine identité physique et l'idéal d'une saine émulation patriotique<sup>54</sup>. » Une mention dans les annales de la Maison mère de la Congrégation de Notre-Dame indique que la gymnastique féminine et les chants qui l'accompagnent sont envisagés pour insuffler le sens de la communauté nationale aux jeunes filles canadiennes-françaises :

Hier soir, nous avons eu le plaisir d'assister à une très intéressante série d'exercices gymnastiques, exécutés par les élèves de l'École normale. Notre révérende Mère, qui présidait cette séance, a donné à ces demoiselles des félicitations bien méritées. En effet, leur tenue est excellente, la précision et l'ensemble des mouvements sont remarquables, et toutes leurs évolutions fort gracieuses. Nous avons admiré aussi les chants populaires au rythme desquels elles ont adapté leurs exercices. Un bon point pour celles qui conservent les vieux chants du pays. C'est un patriotisme qui a son mérite et sied surtout fort bien à des jeunes filles<sup>55</sup>.

### *2.3 La force, la souplesse, la grâce : la gymnastique adaptée pour le genre féminin*

Selon Thierry Terret, les propositions de la gymnastique féminine demeurent en France très proches de ce qui est enseigné aux garçons, puisque les différents exercices, les marches, les courses, les sauts et les chants ne sont qu'une adaptation de la norme masculine<sup>56</sup>. Véronique Czàka, qui étudie la gymnastique scolaire féminine en Suisse, arrive à la même conclusion : les pratiques sont fondamentalement identiques et les différences ne sont essentiellement que de l'ordre de l'apparence et de l'intensité<sup>57</sup>.

<sup>53</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 365.

<sup>54</sup> André Rauch, « La gymnastique : mobilisation et mobilité », dans *Le souci du corps*, Paris, Presses universitaires de France, 1983, p. 106.

<sup>55</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, Annales de la Maison Mère, 9 juin 1902 (230.000.004, p. 551).

<sup>56</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 89.

<sup>57</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre : Analyse des manuels utilisés entre 1866 et 1916 dans le canton de Vaud (Suisse) », dans Saint-Martin, Jean et Thierry Terret (dir.), *Sport et Genre. Volume 3 : « Apprentissage du genre et institutions éducatives »*, Paris, l'Harmattan, 2005, p. 343.

En raison des conceptions dominantes de la féminité et de la masculinité diffusées, notamment, par l'intermédiaire des discours scientifiques et médicaux, les filles sont présentées comme étant plus limitées physiquement que les garçons<sup>58</sup>. Par exemple, au Québec, le manuel pour l'enseignement de la gymnastique publié par la Congrégation de Notre-Dame indique que ce sont les exercices de « callisthénie » qui conviennent le mieux dans l'éducation des jeunes filles puisqu'« ils ne nécessitent pas d'appareils et n'entraînent pas de grands efforts musculaires<sup>59</sup>. » Celles-ci étant considérées plus faibles et plus fragiles que les garçons, il va de soi que les mouvements doivent être modérés et limités pour préserver leur corps du risque de l'excès<sup>60</sup>. Selon le même manuel, les exercices « violents » sont à proscrire : « Si les exercices demandent de l'énergie, il ne faut pas oublier que la violence doit être exclue : la grâce est une des conditions indispensables à une bonne exécution. [...] Il serait dangereux de commencer une leçon par des exercices exigeant une grande dépense de force. Les organes doivent être préparés par des mouvements simples, lents et modérés, à supporter la fatigue résultant de l'exécution d'exercices plus difficiles<sup>61</sup>. »

En ce qui concerne l'esthétique, Véronique Czàka soutient que le plus important n'était pas pour les jeunes filles d'établir des records, mais plutôt de soigner la forme des exercices de manière à ce que leur exécution soit agréable aux yeux des spectateurs. En d'autres termes, la grâce et l'élégance dans les mouvements sont toujours valorisées au détriment de la performance<sup>62</sup>. L'importance accordée à l'esthétisme des exercices se reflète bel et bien dans le manuel de la Congrégation de Notre-Dame qui indique notamment que la gymnastique permet de développer les attributs esthétiques associés à l'idéal de la féminité. Car si les exercices de callisthénie n'exigent pas de grands efforts musculaires, « ils développent néanmoins la force, la souplesse et la grâce<sup>63</sup>. » Chaque exercice se doit d'être exécuté avec grâce<sup>64</sup> et il en va de même de la démarche des jeunes filles : « Dans la marche naturelle, c'est la pointe du pied qui doit d'abord toucher le sol ;

<sup>58</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre », p. 356.

<sup>59</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles*, 1906 (cote 570.730.001, p. 3).

<sup>60</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 88.

<sup>61</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles*, 1906 (cote 570.730.001, p. 4).

<sup>62</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre », p. 353.

<sup>63</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles*, 1906 (cote 570.730.001, p. 3).

<sup>64</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles*, 1906 (cote 570.730.001, p. 3-4).

poser le talon en premier, c'est se donner une marche disgracieuse, et exposer les vertèbres du cerveau aux commotions qui finissent par devenir nuisibles<sup>65</sup>. »

En somme, les seules spécificités de la gymnastique féminine seraient l'accentuation de la dimension harmonieuse du geste ainsi que la prudence et la modération dans l'exécution des mouvements<sup>66</sup>. Car si le développement de la force est souhaité dans une certaine mesure, Czàka rappelle que tout est une question de proportion<sup>67</sup>. Il faut, certes, former des jeunes filles fortes, vigoureuses et en santé, mais pas au point de les viriliser.

#### 2.4 L'élimination des gestes non contrôlés s'apparentant à ceux de la danse

Il est important de souligner que si la gymnastique féminine se veut plus esthétique que celle des garçons, elle ne doit toutefois pas s'assimiler, au seuil du XX<sup>e</sup> siècle, à la pratique de la danse. Le fait que la gymnastique soit une méthode d'entraînement du corps méthodique et rationnelle explique en partie le fait que les autorités éducatives des congrégations religieuses aient tenté d'éliminer, dans sa pratique, tous les gestes ressemblant à ceux de la danse, c'est-à-dire les gestes en principe non contrôlés et spontanés. Les recommandations de la maîtresse générale des études de la Congrégation de Notre-Dame, promulguées en 1895, confirment cette idée : « Nos sœurs sont priées d'observer, dans les exercices de CALLISTHÉNIE, de ne faire faire aux élèves que ceux qui peuvent contribuer au développement de leur santé et des règles de la bonne tenue et de la civilité, et d'éviter tous ceux qui ressembleraient aux pas de la danse<sup>68</sup>. »

Il faut ajouter que la danse était alors perçue comme un amusement frivole, voire immoral, dans les cercles cléricaux les plus conservateurs. Un article publié en 1897-1898 dans la revue *Le Couvent — Publication mensuelle à l'usage des jeunes filles*, indique que la danse est dangereuse pour l'âme des jeunes filles, puisqu'elle est une occasion de chute : « il est clair, pour tous, que la danse rend le péché facile » et que « sous prétexte

<sup>65</sup> ACND, *Notes pour l'enseignement de la gymnastique des filles*, 1906 (cote 570.730.001, p. 7).

<sup>66</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 88.

<sup>67</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre », p. 353.

<sup>68</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, « Recommandations. CALLISTHÉNIE », *Annales de la Maison Mère*, décembre 1895 (cote 230.200.001, p. 205).

d’amusement, de plaisir, on donne libre cours à la passion. On s’expose à mille dangers avec une gaieté de cœur et un calme de conscience incroyables. [...] Comment donc oserait-on faire croire que l’autorité chargée de veiller au maintien de la morale, permet et approuve de tels désordres<sup>69</sup>? » Ainsi, si la danse apparaît pour bon nombre de médecins comme l’un des exercices physiques féminins par excellence — l’hygiéniste. E. Monin la priorisant même sur la gymnastique en raison de son aspect ludique<sup>70</sup> — l’exigence de la retenue et l’importance accordée à la moralité des jeunes filles la discréditent dans les pensionnats pour jeunes filles catholiques de Montréal. La maîtresse générale des études de la Congrégation de Notre-Dame le rappelle notamment, en mars 1912 : « Ne pas oublier non plus que les danses, sous quelque forme qu’elles soient, même par les plus jeunes élèves, ne sont pas permises dans aucune de nos séances<sup>71</sup>. » Contrairement à la danse, qui est parfois récréative, la gymnastique scolaire n’était pas conçue pour être ludique. Durant cette pratique collective, qui favorisait l’effort et la persévérance et qui exigeait renoncement et abnégation de soi au profit de l’esprit de corps<sup>72</sup>, peu de place était accordée au plaisir, à l’individualité, à la spontanéité. Un rare témoignage d’une élève ayant fréquenté le Mont Sainte-Marie entre 1915 et 1925, récolté et résumé par Nadia Fahmy-Eid dans le cadre de la vaste étude portant sur l’histoire des « couventines », laisse entrevoir l’un des obstacles à l’institutionnalisation de la gymnastique : « Nous n’aimions pas ces exercices collectifs de gymnastique ; l’enseignante était assez âgée et ce n’était pas intéressant<sup>73</sup>. »

### 2.5 Les obstacles à l’institutionnalisation de la gymnastique

Malgré l’engouement relatif des religieuses enseignantes pour la gymnastique, son institutionnalisation dans le réseau éducatif catholique féminin ne s’est réalisée que difficilement au tournant du siècle dernier. Comme en France à la même époque, celles qui

<sup>69</sup> Auteur inconnu, « La danse », *Le Couvent : publication mensuelle à l’usage des jeunes filles*, avril 1898, p. 113-114.

<sup>70</sup> E. Monin, « L’hygiène de la danse », *Journal d’Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 23, 15 avril 1886, p. 270-271.

<sup>71</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, « Avis et information », *Annales de la Maison Mère*, mars 1912 (230.200.014, p. 489).

<sup>72</sup> Pierre Arnaud, « Un territoire pédagogique », p. 248.

<sup>73</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid (dir.), *Les couventines*, p. 276-277.

en font la promotion doivent lutter contre des résistances liées aux représentations sociales du sexe féminin ainsi que des obstacles d'ordre matériel<sup>74</sup>.

Les autorités religieuses catholiques sont en faveur des exercices gymnastiques dans les pensionnats, mais seulement dans la mesure où les pratiques s'inscrivent dans les bornes de la modestie chrétienne<sup>75</sup>. Signe d'une évolution tout de même importante pour l'Église catholique, Monseigneur Édouard-Charles Fabre reconnaît dans une lettre pastorale que les exercices du corps — et plus précisément ceux de la gymnastique — sont nécessaires pour les jeunes filles fréquentant pendant plusieurs années les pensionnats, puisque l'éducation n'a pas seulement pour but de développer les facultés intellectuelles, mais également les facultés physiques ou corporelles : « On ne doit donc pas négliger ce qui peut contribuer à conserver la santé et à donner au corps la vigueur, la souplesse, la grâce dont il est susceptible<sup>76</sup>. » Toutefois, il se préoccupe de la modestie des jeunes filles et s'oppose catégoriquement à ce que des professeurs de sexe masculin enseignent la gymnastique : « Nous permettons donc que, dans les grands pensionnats de Notre diocèse, l'on donne quelques leçons de gymnastique, pourvu toutefois que les règles de la plus sévère modestie soient suivies, qu'il y ait toujours une religieuse pour les surveiller, et que l'on n'emploie que des femmes pour cet enseignement<sup>77</sup>. »

Au tournant du siècle dernier, et pas seulement au Québec catholique, la présence de professeurs masculins dans l'enseignement pour jeunes filles est controversée. Si, dans la première moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, le recours aux hommes dans le domaine de l'enseignement des jeunes bourgeoises n'a rien d'exceptionnel, ces derniers exerçant même une influence

---

<sup>74</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 89.

<sup>75</sup> Un extrait du Premier Concile Provincial de Montréal de 1902, portant sur l'éducation des jeunes filles dans les couvents, confirme cette idée : « Les maîtresses se feront aussi un devoir de veiller à la santé de leurs élèves, et pour cela, en se tenant dans les bornes de la modestie, elles ne négligeront pas les exercices corporels, et observeront les règles de l'hygiène dans les salles et autres pièces à l'usage des élèves » (SCA SNJM, Fonds du Bureau des études, « Pour les communautés religieuses de femmes. Extraits du Premier Concile Provincial de Montréal », Circulaire, 1902, (G16/B2, 1).

<sup>76</sup> Charles Édouard Fabre, « Lettre pastorale de Monseigneur Charles Édouard Fabre, évêque de Montréal, sur l'éducation des jeunes filles », *Mandements, lettres pastorales, circulaires et autres documents publiés dans le diocèse de Montréal depuis son érection*, tome 9 : 19 septembre 1876 – 22 octobre 1883, p. 72.

<sup>77</sup> *Ibid.*

positive sur le recrutement de la clientèle des pensionnats féminins<sup>78</sup>, les années 1860 voient l'émergence d'une opposition à leur présence pour des raisons nettement conservatrices. Rebecca Rogers, qui travaille sur le monde éducationnel français, explique que les craintes liées à la possibilité de cas de séduction des pensionnaires par de jeunes professeurs célibataires dominaient le débat public<sup>79</sup>. Le risque moral s'avérait d'autant plus grand pour une discipline telle que la gymnastique qui exposait le corps des jeunes filles ; c'était donc à des mains féminines qu'il fallait remettre le soin de former leur corps<sup>80</sup>. Or le problème était d'autant plus épineux que peu d'enseignantes laïques ou religieuses avaient reçu une formation en gymnastique à Montréal. De plus, les quelques enseignantes compétentes se heurtaient à la quasi-inexistence de manuels ou de consignes pouvant offrir un cadre théorique à leur pratique. Par exemple, la Congrégation de Notre-Dame, qui fut chef de file en matière de production pédagogique au Québec, n'a produit qu'un seul manuel de gymnastique en 1906 (réédité une fois)<sup>81</sup>. La faiblesse des productions pédagogiques sur la gymnastique féminine et l'absence d'expériences ont donc indubitablement nui à l'intégration scolaire de l'éducation physique<sup>82</sup>.

La reconnaissance de son importance pour la santé des jeunes filles et leur maternité future se heurte à des conditions matérielles et humaines insuffisantes à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle en France<sup>83</sup> comme au Québec. Les leçons de gymnastique, pourtant souhaitées par les maisons d'enseignement, ne sont pas être offertes dans certains pensionnats montréalais faute de personnel féminin qualifié. C'est notamment la situation au Pensionnat d'Hochelaga au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle. Les chroniques indiquent que les cours de gymnastique, interrompus depuis quelques années, n'ont pu être repris qu'au moment où

---

<sup>78</sup> Rebecca Rogers explique que si les directrices de pensionnats font largement appel aux professeurs de sexe masculin, c'est parce que leurs connaissances sont des garants du sérieux et du niveau d'une institution (« Le professeur a-t-il un sexe ? : les débats autour de la présence d'hommes dans l'enseignement secondaire féminin, 1840-1880 », *Clio : Histoire, Femmes et Société*, n° 4, 1996, [En ligne], <https://journals.openedition.org/cliio/445>, (Page consultée le 28 février 2019)).

<sup>79</sup> Rebecca Rogers, « Le professeur a-t-il un sexe ? », [En ligne].

<sup>80</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 90-91.

<sup>81</sup> Thérèse Hamel, « La production pédagogique des Sœurs de la Congrégation de Notre-Dame : 1858- 1991 », *Études d'histoire religieuse*, vol. 65, 1999, p. 80.

<sup>82</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 89.

<sup>83</sup> Thierry Terret, « Un débat passionné », p. 90.

une ancienne élève du Pensionnat, Marie-Antoinette Valois, s'est portée volontaire pour donner les cours bénévolement<sup>84</sup> :

Les exercices de gymnastique, interrompus depuis si longtemps, disent-elles, vont être enfin continués grâce à l'aimable obligeance d'une de nos anciennes compagnes qui, avec cette délicatesse qui l'a toujours caractérisée, s'est offerte à nous servir de Mentor dans cette branche si importante de l'éducation physique. Mlle Marie-Antoinette Valois, après s'être acquies, pendant son séjour au pensionnat, l'estime et l'affection de toutes les élèves qui ont eu le plaisir de la connaître, termina, comme nous le savons, en 1870, son cours d'études avec les succès les plus brillants. Cette excellente amie veut bien encore se souvenir de nous et nous consacrer quelques-uns de ses instants toujours si bien employés<sup>85</sup>.

D'autres fois, ce sont les religieuses elles-mêmes qui doivent donner des cours à la place d'enseignantes laïques, comme c'est le cas, en 1913, au Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie d'Outremont : « Cet après-midi avait lieu devant les parents la séance de clôture des cours de gymnastique. Nous n'avions pas, comme les années précédentes, de professeur laïc pour ces cours et l'examen a prouvé que Sœur Claire de la Croix a su faire aussi bien que le professeur<sup>86</sup>. »

Un autre enjeu amené par la pratique de la gymnastique féminine — et qui a certainement nui à sa généralisation dans le réseau éducatif — concerne l'exhibition même du corps féminin. Véronique Czàka rappelle que la conservation des vêtements quotidiens pour les leçons de gymnastique semble être la norme jusqu'au Premier Conflit mondial<sup>87</sup>. De plus, elle souligne que l'accès à l'espace public est dans tous les domaines, et a fortiori dans celui des exercices corporels, plus difficile et risqué pour les filles que pour les garçons. Elles auront par conséquent peu l'occasion de réaliser des démonstrations de gymnastique<sup>88</sup>. De fait, les séances publiques de gymnastique sont découragées par les autorités éducatives catholiques. Une circulaire divulguée en 1898 par la maîtresse générale des études de la Congrégation de Notre-Dame informe que « Mgr l'Archevêque de

<sup>84</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, Notes historiques, 15 janvier 1872, (L011/A, 5).

<sup>85</sup> SCA SNJM, Fonds du Secrétariat général, « Gymnastique », Chroniques de la Maison Mère, vol. 3 (1868-1877), 15 janvier 1872, (G05/15/03/01).

<sup>86</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, « Clôture des cours de gymnastique », Chroniques du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, 3 mai 1913, (L076/A2, 1,1, p. 278).

<sup>87</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre », p. 351.

<sup>88</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre », p. 352.



Montréal permet, dans son diocèse, que l'on invite les parents aux concerts que donnent les élèves à la condition expresse que l'on ne joue pas de grands drames, que l'on ne porte pas de costumes, qu'il n'y ait pas de danse, ni d'exercices quelconques de callisthénie, en un mot, à la condition que ce soient véritablement des concerts, des séances musicales et littéraires, et non pas, sous aucun prétexte, des séances dramatiques<sup>89</sup>. » Le caractère répété des exhortations des autorités ecclésiastiques peut toutefois être interprété comme un signe que ces commandements étaient plus ou moins respectés : « De puissantes raisons me pressent de revenir aujourd'hui sur l'article des concerts et des distributions de prix. Mgr l'archevêque recommande expressément que l'on y garde la plus grande simplicité : pas de danse sous aucune forme, pas d'exercices de callisthénie, pas de costumes extraordinaires ni de drames<sup>90</sup>. »

En réalité, des démonstrations de gymnastique ont lieu régulièrement dans les pensionnats montréalais. Dès la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, les religieuses enseignantes ont tendance à faire réaliser des spectacles de callisthénie aux « bambines » dans le cadre de fêtes et de cérémonies du petit pensionnat<sup>91</sup>. Des démonstrations publiques réalisées par des élèves de tous âges ont également lieu au tournant du XX<sup>e</sup> siècle. Elles se déroulaient, à l'occasion, dans un cadre semi-privé et non mixte ; c'est-à-dire devant la communauté et le noviciat<sup>92</sup> ou encore en présence des mères et des sœurs des élèves<sup>93</sup>. Elles pouvaient toutefois avoir lieu devant le chapelain du pensionnat<sup>94</sup> ou un public beaucoup plus nombreux comprenant des dignitaires. Par exemple, le 18 décembre 1895, les jeunes filles du Pensionnat d'Hochelaga firent une séance de callisthénie devant Alfred Kleczkowski, le consul général de France à Montréal : « Il visita l'établissement, pendant ce temps les petites et les moyennes revêtirent leur costume de callisthénie, et le consul fut reçu [*sic*] au point de départ, tambour battant, par les deux groupes qui les captivèrent par de gentils

<sup>89</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, « Avis et information. Concerts et distributions de prix », Annales de la Maison Mère, avril 1898 (230.200.002, p. 117).

<sup>90</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, « Avis et informations. Concernant les concerts, les distributions de prix, etc., etc. », Annales de la Maison Mère, mai 1898 (230.200.002, p. 147).

<sup>91</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Annales de Villa Maria, juin 1902 (cote 326.000.273, p. 213).

<sup>92</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, Notes historiques, 22 novembre 1896, (L011/A, 5).

<sup>93</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Annales de Villa Maria, 20 avril 1911 (cote 326.000.274, p. 217).

<sup>94</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Examens semestriels », Notes historiques, 22 décembre 1895, (L011/A, 5).

exercices de callisthénie. Ils [*sic*] les remercia en disant : Le mot callisthénie veut dire force et beauté. Or la force et la beauté unies c'est la grace [*sic*], et vous avez été gracieusesm [*sic*] Mlles<sup>95</sup>. »

## 2.6 Rosa Bakers Edwards: une pionnière pour l'enseignement de la gymnastique

Les archives du XIX<sup>e</sup> siècle ne nous permettent pas toujours de connaître l'identité des premières professeuses ayant enseigné la gymnastique dans le réseau éducatif catholique privé de Montréal. Nous avons toutefois identifié quelques noms pour le XIX<sup>e</sup> siècle<sup>96</sup> et les archives du début du XX<sup>e</sup> dévoilent un peu plus d'informations à ce sujet. Outre Mlle Morris, une enseignante laïque protestante ayant enseigné la gymnastique au Mont Sainte-Marie de 1901 à 1924<sup>97</sup>, l'une des figures les plus importantes pour l'enseignement de la gymnastique à Montréal dans les deux premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle est sans aucun doute Rosa Bakers Edwards.

Rosa Bakers Edwards a été formée aux États-Unis en enseignement de l'éducation physique. Elle reçut, plus précisément, une formation par des professeurs américains à New York et à Boston. Son prospectus mentionne qu'elle a également suivi par la suite un cours spécial en éducation physique auprès d'un individu gradué du British College of Physical Training de Londres<sup>98</sup>. En plus de donner des leçons privées aux jeunes filles de tous âges et aux garçons de moins de 10 ans à la Salle Stanley de Montréal, située au 96 Stanley Street, Rosa Baker Edwards enseignait à l'origine la gymnastique à la commission des écoles protestantes de Montréal<sup>99</sup>. Au début du XX<sup>e</sup> siècle, elle joua un rôle primordial pour l'enseignement de la gymnastique dans les pensionnats catholiques de Montréal, ce qui signale l'influence des pratiques protestantes sur le réseau catholique à cet égard. Elle commença à donner des cours au Couvent du Sacré-Cœur (Sault-au-Récollet) en 1901, puis

<sup>95</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Consul français : M. Alfree Kleczkowski », Notes historiques, 18 décembre 1895, (L011/A, 5).

<sup>96</sup> Nous savons, grâce aux annales, qu'une Mlle Bourrouglis enseignait la gymnastique au Mont Sainte-Marie dans les années 1860, tandis que Marie-Antoinette Valois faisait de même dans les années 1870 au Pensionnat d'Hochelaga.

<sup>97</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, septembre 1924 (cote 312.560.006, p. 56-57).

<sup>98</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Physical Culture », Prospectus, (L011/C1, 2).

<sup>99</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Physical Culture », Prospectus, (L011/C1, 2).

à Villa Maria en 1902, au Pensionnat d'Hochelaga en 1904 et au Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie d'Outremont en 1906<sup>100</sup>.

Cette enseignante faisait pratiquer une très grande variété de mouvements à ses élèves. Tout d'abord, elle appréciait les exercices de marches, de respiration et de tenue<sup>101</sup>. Les jeunes filles étaient d'ailleurs invitées à réaliser des exercices de pas avec des blocs sur la tête, ce qui témoigne de l'importance accordée par Rosa Bakers Edwards au maintien<sup>102</sup>. Son enseignement était également teinté par le système français DelSarte<sup>103</sup>, une méthode d'expression corporelle inventée au XIX<sup>e</sup> siècle par François Delsarte (1811-1871) qui suscita un grand intérêt en Europe et en Amérique du Nord et qui influença indirectement, tout au long du XX<sup>e</sup> siècle, des domaines variés tels que le théâtre, la gymnastique rythmique et la danse<sup>104</sup>. De fait, au seuil du XX<sup>e</sup> siècle, une nouvelle gestuelle et des postures tout en courbe se manifestent dans les mouvements de la gymnastique. De nouveaux engins, comme les massues et les cerceaux, permettent des mouvements arrondis qui sont privilégiés pour les exercices féminins<sup>105</sup>. La gymnastique enseignée par Rosa Bakers Edwards intègre cette composante artistique de manière manifeste, puisque ses élèves réalisaient des mouvements d'ensemble à l'aide de différents instruments. Des « marches de fantaisie » ainsi que des chorégraphies avec drapeaux, foulards, éventails, rubans, massues de gymnastique et barres à sphères (bâtons garnis de boules aux

<sup>100</sup> Auteur inconnu, « Séance Callisthénique », *La Presse*, 25 avril 1908, p. 32.

<sup>101</sup> Auteur inconnu, « Éducation physique », *La Presse*, 10 avril 1907, p. 1 et p. 9.

<sup>102</sup> Voir le programme de la séance de culture physique de 1911, qui est inséré dans les Annales de Villa Maria (ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Annales de Villa Maria, 20 avril 1911 (cote 326.000. 274, p. 217).

<sup>103</sup> Une mention dans les chroniques de la Maison Mère de la Congrégation des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie nous indique que Rosa Bakers Edwards connaissait le système Del Sarte : « [...] Ces dernières, sous la conduite de leur professeur, Mlle Baker-Edwards, exécutèrent avec adresse, une vingtaine d'exercices du système Del Sarte. » (SCA SNJM, Fonds du Secrétariat général, « Examen de callisthénie », Chroniques de la Maison Mère, vol. 8 (1902-1906), 25 avril 1906, (G05/15/03/01)).

<sup>104</sup> L'approche pédagogique delsartienne incite l'élève à découvrir ses propres voies expressives et à les mettre en rapport dans leur enchaînement afin qu'ils concourent à un effet d'ensemble. La gymnastique rythmique est l'une des disciplines qui se basent sur les principes delsartiens. Cette gymnastique, qui se développa à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, n'était pas conçue à titre d'exercices mécaniques. Elle proposait au contraire la libération des voies expressives et se voulait artistique dans son exécution. Elle visait la souplesse, la précision d'exécution du mouvement, le rythme et l'enchaînement dynamique des gestes (Benoît Gauthier, « François DelSarte, maître du mouvement expressif », *Découvrir*, 30 mars 2012, [En ligne], <https://www.acfas.ca/publications/decouvrir/2012/04/francois-delsarte-maitre-mouvement-expressif>, (Page consultée le 17 janvier 2019).

<sup>105</sup> Véronique Czàka, « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre », p. 354.

extrémités) étaient effectivement aux programmes des séances de fin d'année<sup>106</sup>. Les différents exercices requérant de l'équilibre, de l'agilité et de la force n'étaient toutefois pas laissés-pour-compte. Quelques-unes de ses élèves, telles que les pensionnaires de Villa Maria, avaient la chance de s'entraîner à la poutre de gymnastique, à l'espalier et à l'aide d'un rameur. Elles pouvaient également réaliser des exercices avec des balles, des anneaux ainsi que des poids et haltères<sup>107</sup>.

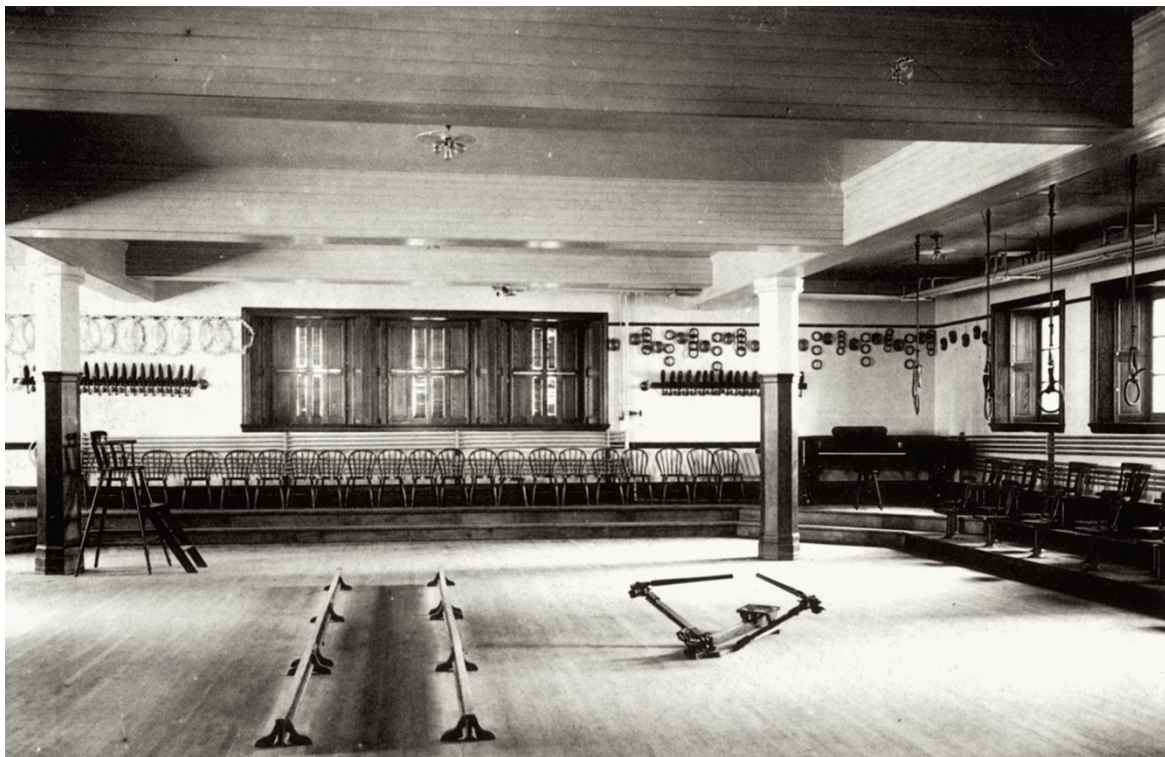


Illustration 1 : Gymnase du Pensionnat Villa Maria <sup>108</sup>

Il faut dire que dès 1908, Villa Maria disposait d'un tout nouveau gymnase<sup>109</sup> équipé de tous les appareils et instruments nécessaires à la pratique moderne de la gymnastique,

<sup>106</sup> Les exercices sont énumérés dans le prospectus du cours de Rosa Bakers Edwards ainsi que dans les différents programmes conservés dans les annales et les albums souvenirs des écoles. Pour les consulter, voir SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, «Physical Culture», Prospectus, (L011/C1, 2); ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Annales de Villa Maria, 22 avril 1909, 20 avril 1911 et 22 avril 1915 (cote 326.000.274, p. 131, 217 et 333); Fonds du Pensionnat Villa Maria, Album souvenirs, 14 avril 1910 (cote 326.000.348, p. 20).

<sup>107</sup> *Ibid.*

<sup>108</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, [ca 1913], (cote 326.000.010, p. 5)

<sup>109</sup> Helen Lanthier, *Monklands Then, Villa Maria Now: The Story of a Convent School Which Grew from the Estate of Sir James Monk to a Modern, Private High School*, Montreal, Congregation of Notre-Dame, 2004, p. 44.

comme en témoigne la photographie précédente, prise vers 1913. Outre le piano, qui permettait d'accompagner et de synchroniser les gestes, nous y apercevons des cerceaux, des anneaux, des massues de gymnastique, des poutres d'équilibre et un rameur.

Les exercices et les chorégraphies étaient présentés, au printemps, dans les différents pensionnats catholiques où Rosa Bakers Edwards enseignait. Cet « examen de callisthénie » annuel se déroulait devant un public comprenant, notamment, les parents des élèves, les enseignantes et les membres de la communauté religieuse<sup>110</sup>. Des prix prenant la forme de médailles, de mentions honorables<sup>111</sup> ou d'épingles étaient remis aux jeunes filles qui s'étaient particulièrement démarquées lors de la pratique des exercices de culture physique au courant de l'année. Par exemple, dans le cadre de la séance de clôture des exercices physiques de l'année 1907 au Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie d'Outremont, qui s'est déroulé en présence d'une centaine de personnes, « des épingles d'or ont été décernées aux demoiselles Eugénie de Guise et Blanche Lauvigny, d'autres en argent aux demoiselles Blanche de Guise et Jeanne Savard, et une jolie médaille d'argent à mademoiselle Berthe Bélair<sup>112</sup>. »

Les séances publiques de gymnastique tenues par Rosa Baker Edwards dans les deux premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle attiraient l'attention de certains journalistes de *La Presse*. L'un de ceux-ci écrira, en 1907, que la culture physique « si en vogue dans les grandes institutions d'éducation américaines et dans les écoles de langue anglaise de ce pays n'est pas négligée dans nos couvents comme bon nombre de personnes le croient volontiers<sup>113</sup>. »

---

<sup>110</sup> SCA SNJM, Fonds du Secrétariat général, « Examen de callisthénie », Chroniques de la Maison Mère, vol. 8 (1902-1906), 25 avril 1906, (G05/15/03/01).

<sup>111</sup> C'est ce que nous indique une mention dans les chroniques du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie : « Clôture des exercices de culture physique donnés sous la direction de Miss Rosa Baker-Edwards. Les parents des élèves ont assisté à une très jolie séance à l'issue de laquelle une médaille d'or a été décernée à mademoiselle Gabrielle Beauchamp, de la classe « M ». Plusieurs autres élèves ont reçu des « mention honorable » (SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, « Clôture des examens de culture physique », Chroniques du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, 3 mai 1906, (L076/A2, 1,1 p. 35).

<sup>112</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, « Séance de culture physique, Chroniques du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, 23 mars 1907, (L076/A2, 1,1, p. 65).

<sup>113</sup> Auteur inconnu, « Éducation physique », *La Presse*, 10 avril 1907, p. 1 et p. 9.

### 3. Les activités physiques et sportives pratiquées dans un cadre récréatif

Outre les leçons de gymnastique, les élèves fréquentant les grands pensionnats tenus par les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie ainsi que celles de la Congrégation de Notre-Dame recevaient, par la pratique d'activités physiques et sportives, une forme d'éducation physique poussée inaccessible aux jeunes filles des milieux plus modestes. Margaret Ann Hall note que les écoles privées canadiennes étaient, en général, plus enclines à faire pratiquer des sports aux filles, puisqu'elles possédaient davantage d'infrastructures et avaient la possibilité de charger des frais supplémentaires aux parents à cet effet<sup>114</sup>. De plus, Helen Lenskyj souligne que celles qui étudiaient dans les écoles privées n'avaient pas à entrer en compétition avec les garçons pour pouvoir accéder à des terrains et à des installations sportives<sup>115</sup>.

Au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, à l'instar des écoles privées protestantes du reste du Canada, la plupart des pensionnats catholiques montréalais offrent des terrains de tennis et de croquet, voire de basket-ball<sup>116</sup>. La plupart des pensionnats possèdent également un gymnase ainsi que des glissades et des patinoires pour les activités d'hiver. Par exemple, le pensionnat Villa Maria, situé dans une partie de la ville moins urbanisée, dispose non seulement de vastes terrains pour la promenade et les jeux, mais également d'un étang, appelé le lac Margarita, utilisé pour le canotage et le patinage en hiver. L'écrivaine française Thérèse Bentzon décrit ainsi l'environnement privilégié de Villa Maria dans ses notes de voyages de 1899 : « Villa Maria, par exemple, n'a rien à envier aux collèges les mieux situés. Sous les arbres superbes d'un parc qui couvre la montagne, les jeunes filles peuvent faire de longues promenades ; elles ont un petit lac pour y ramer, et tous les engins de gymnastique et de sport, – sauf, jusqu'ici, la bicyclette<sup>117</sup>. »

Il va sans dire que l'accès aux installations sportives varie en fonction de la clientèle des maisons d'éducation et de leur emplacement dans la ville. Certaines écoles, telles que le pensionnat Villa Maria, sont particulièrement privilégiées en raison de leur clientèle

<sup>114</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, Peterborough, Broadview Press, 2002, p. 28.

<sup>115</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 227.

<sup>116</sup> *Ibid.*

<sup>117</sup> Thérèse Bentzon, *Nouvelle-France et Nouvelle-Angleterre : Notes de voyage*, 1899, p. 187-188.

aisée<sup>118</sup> ainsi que de leur capacité à attirer des dons privés. C'est, par exemple, un don de l'abbé Georges Gauthier, aumônier du Mont Sainte-Marie, qui a principalement permis à l'institution de se doter en 1900 de jeux d'échecs, de parchési, de ping-pong, de basket-ball, de tennis et de croquet<sup>119</sup> :

Depuis longtemps, M. L'aumônier parlait de la nécessité d'avoir des jeux pour occuper les élèves pendant les récréations. [...] Les élèves firent des petites souscriptions et lui-même ouvrit généreusement sa bourse sur la promesse que le silence le plus absolu serait gardé au sujet de son don. Il fut exaucé, car nous n'en savons rien ; nous avons cependant l'idée qu'il ne fut pas minime. On acheta donc des jeux en quantité, de toutes les sortes et pour tous les goûts : jeux d'actions, jeux paisibles<sup>120</sup>.

Pour exaucer le souhait des élèves, d'autres pensionnats organisent des séances payantes pour financer les jeux et les activités sportives. C'est le cas du Pensionnat d'Hochelaga qui, en mai 1906, organisa une séance musicale à cet effet : « Les enfants ont chanté, récité et exécutés [*sic*] des morceaux choisis [...] Sur le désir des élèves, la séance fut payante et la recette obtenue est réservée pour l'achat de balançoires, jeu de paume, de croquet et autres<sup>121</sup>. » Il faut dire pour expliquer ce mode de financement qu'il existait une grande différence dans le niveau du financement public des réseaux d'éducation privé. On estime en effet qu'au début du XX<sup>e</sup> siècle, la somme des subventions obtenues par 50 pensionnats féminins égalait la somme obtenue par un seul collège classique masculin<sup>122</sup>!

### 3.1 Une orientation pratique

Si la volonté d'attirer une clientèle aisée et de plaire aux désirs des jeunes filles et de leurs parents semble avoir été une motivation non négligeable dans la mise en place

<sup>118</sup> La clientèle du pensionnat Villa Maria, composée majoritairement de jeunes filles francophones et anglophones provenant du Québec, des autres provinces canadiennes et des États-Unis, était particulièrement aisée. L'institution attirait même une clientèle internationale en raison de sa réputation et de son prestige (Lisa Moore, « Becoming a « Villa Girl »: Youth Culture and the Student Experience at a Single Sex Private School in Montreal, 1916-1980 », Mémoire de maîtrise (histoire), Université Concordia, 2015, p. 34).

<sup>119</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, 18 novembre 1920 (cote 312.560.005, p. 363-366).

<sup>120</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, 11 septembre 1900 (cote 312.560.004, p. 203-204).

<sup>121</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Séance payante », Notes historiques, 29 mai 1906, (L011/A, 5).

<sup>122</sup> Micheline Dumont et Nadia Fahmy Eid (dir.), *Les couventines*, p. 21.

d'installations sportives, nous pouvons également affirmer qu'à l'instar des écoles privées pour garçons, les autorités éducatives apprécient les sports pour leur utilité pratique et pédagogique. Le sport amateur, qui est apparu dans les « *public schools* » anglais accueillant les enfants de l'aristocratie et de la bourgeoisie au milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, était considéré comme un instrument éducatif permettant non seulement d'accroître les capacités physiques des garçons, mais également de forger leur caractère. En effet, on croyait que le sport, conçu de manière à permettre la stratégie, l'initiative et la créativité des joueurs à l'intérieur des règles établies<sup>123</sup>, était en mesure d'inculquer des valeurs associées à l'idéal du « gentleman anglais », telles que l'audace, l'initiative, le courage, le contrôle de soi, l'intégrité, l'endurance et la persévérance<sup>124</sup>. Le sport était également perçu comme un bon moyen de contrôler la violence et l'agitation des élèves, puisqu'il leur inculquait le sens de l'autodiscipline dans un cadre récréatif<sup>125</sup>. Enfin, les sports dans les collèges anglais auraient été conçus par les éducateurs de l'époque comme un outil permettant de canaliser l'énergie sexuelle des garçons.

Alors qu'à cette époque, l'Église d'Angleterre était de plus en plus favorable à l'idée de développer la vigueur et le sens moral des jeunes gens par le sport<sup>126</sup>, Christine Hudon montre que ce « christianisme musclé » est également perceptible dans les discours et les pratiques éducatives des collèges classiques québécois catholiques<sup>127</sup>. Selon Hudon, les pratiques sportives dans les institutions d'enseignement secondaire pour garçons catholiques poursuivaient deux objectifs précis. Tout d'abord, elles offraient un délasserement acceptable, de loin préférable à l'oisiveté, puisque selon plusieurs prêtres enseignants, le sport permettait aux collégiens qui passaient de nombreuses heures à étudier de se détendre et de canaliser leur énergie sexuelle<sup>128</sup>. Ensuite, elles contribuaient à affermir

---

<sup>123</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 332 et 364.

<sup>124</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 342-343.

<sup>125</sup> Dominique Laty, « Le XIX<sup>e</sup> siècle », p. 277.

<sup>126</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 343-344.

<sup>127</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 302.

<sup>128</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 311.



leur caractère en inspirant le sens du courage, de l'endurance, de la loyauté, de la discipline, de la soumission aux règles et de l'acceptation de l'échec<sup>129</sup>.

Quelques indices indiquent que les activités physiques et sportives émergeant dans les pensionnats pour filles de Montréal poursuivaient des objectifs qui allaient dans la même direction générale. Tout d'abord, à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, les autorités éducatives reconnaissent l'importance des jeux et des exercices physiques pratiqués dans un cadre récréatif pour améliorer la santé des jeunes filles et leur offrir un moment de détente, comme en témoigne cet extrait du règlement du Pensionnat d'Hochelaga : « Les élèves ont besoin de quelque temps de récréation pour donner à leur corps l'exercice qui lui est nécessaire ; pour se délasser des fatigues de l'étude, de la classe et des autres devoirs de la journée. Les récréations ont donc un double but : reposer l'esprit et donner au corps un exercice salubre<sup>130</sup>. » De plus, les exercices physiques réalisés lors des récréations sont considérés comme l'un des moyens permettant de discipliner les jeunes filles et les rendre plus attentives au retour en classe : « Des maitresses de cours laissent les élèves assises après le dîner et après le souper, et les occupent à la couture qui n'est alors que d'importance secondaire. L'heure de la récréation est absolument nécessaire pour se délasser et prendre de l'exercice, afin que les élèves soient moins énervées, partant plus attentives pendant les classes et les études<sup>131</sup>. »

Les autorités éducatives reconnaissent également l'importance des activités physiques et sportives pour la « santé morale » du pensionnat. En fait, Agnès Thiercé souligne que le moment de la récréation nécessitait un encadrement et une surveillance constante, puisque de son bon déroulement dépendaient l'ordre et la moralité de l'institution<sup>132</sup>. Un extrait du Règlement du Pensionnat d'Hochelaga (1892) illustre bien cette idée :

Les élèves prendront leurs récréations, en commun, avec leurs Maîtresses et sous leur surveillance. [...] Elles éviteront de prendre les récréations à l'écart, en petits groupes ; car c'est dans ces réunions, lorsqu'il ne se trouve aucune Maîtresse, qu'on lie ces amitiés particulières, si funestes à la vertu ; qu'on

<sup>129</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 306.

<sup>130</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Règlement de Pensionnat », 24 juin 1892, (L011, C1, 3).

<sup>131</sup> SCA SNJM, Fonds du 13<sup>e</sup> Chapitre général (1911), « Actes du 13<sup>e</sup> Chapitre général des études des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie », 1911, (G02.13).

<sup>132</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, Paris, Belin, 1999, p. 78.

critique les Maîtresses, qu'on médit contre ses compagnies ; qu'on parle de faux plaisirs du monde, de ses vanités, de ses amusements dangereux ; qu'on s'entretient de ces discours frivoles qui dégoûtent de l'étude, qui tuent la piété dans les cœurs, et qui sont la source de beaucoup de tentations et de péchés. » Elles éviteront dans leurs jeux, ce qui est contraire à la bienséance, surtout les cris et les éclats de rire ; tout ce qui est défendu par la modestie chrétienne, comme les jeux de mains, une trop grande mollesse dans le maintien, les caresses mutuelles, les baisers<sup>133</sup>.

Cette « hantise de l'oisiveté et des moments de loisirs non contrôlés<sup>134</sup> » justifie la pratique d'activités physiques et sportives en milieu éducatif féminin. Alors qu'ils étaient utilisés pour canaliser l'énergie sexuelle des garçons, les sports et les jeux prennent également dans le cas des filles la forme d'un loisir sain permettant non seulement d'occuper leur imagination fertile, source de sentimentalisme et d'exaltations romanesques<sup>135</sup>, mais également de limiter les moments d'intimité et d'éveil à la sexualité entre pensionnaires. C'est ce que soutient l'abbé Georges Gauthier, aumônier du Mont Sainte-Marie, lorsqu'il demande que le pensionnat soit doté de « jeux paisibles » et de « jeux d'action » : « Il faut, disait-il, les tirer de leurs conversations solitaires. Il ne résulte rien de bon de ces longues causeries ; la critique, le mauvais esprit, le dérèglement des mœurs sont souvent le fruit de ces entretiens faits à l'écart. L'occupation agréable de jeux leur dilatera le cœur et leur reposera l'esprit ; elles se mettront ensuite avec plus d'ardeur à l'étude et tout y gagnera<sup>136</sup>. »

Enfin, comme dans les collèges classiques québécois pour garçons, les activités physiques et sportives semblent aussi être appréhendées pour la formation du caractère des couventines. À l'époque de l'éveil des sentiments nationaux et au moment où les théories du darwinisme social prennent de l'ampleur, les activités sportives sont considérées comme un bon moyen de former la personnalité des garçons appelés à exercer le pouvoir et à mener des conquêtes<sup>137</sup>. Des observations générales émises par le département des études de la Congrégation de Notre-Dame, dans un climat affecté par la Première Guerre mondiale,

<sup>133</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelega, « Règlement de Pensionnat », 24 juin 1892, (L011, C1, 3).

<sup>134</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 64.

<sup>135</sup> Agnès Thiercé, *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, p. 127.

<sup>136</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, 11 septembre 1900 (cote 312.560.004, p. 203-204).

<sup>137</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 340.

exposent à propos des filles des thèmes semblables à ceux émis pour les garçons ; il s'agissait de forger leur tempérament afin qu'elles soient dotées des qualités essentielles pour assumer leur rôle au sein du foyer ainsi que pour affronter « les combats de la vie »<sup>138</sup>. On y indique plus précisément que la bonne santé physique, qui s'acquiert notamment par les exercices physiques, est absolument nécessaire pour la formation du caractère des jeunes filles : « It develops individual self-reliance, generous optimism and personal courage, all of which are necessary in the struggle of life and in the battle of soul's salvation<sup>139</sup>. » Si le corps musclé auquel sont associées des vertus physiques et morales se trouve glorifié dans les collèges classiques pour garçons<sup>140</sup>, nous pouvons affirmer qu'il en va de même, quoiqu'avec plus de mesure, pour le corps vigoureux des couventines, synonyme de santé et de force de caractère.

Il découle de ce qui précède que l'orientation « utilitaire » et « pratique » des activités sportives se manifeste également dans les pensionnats de Montréal. Selon Kathleen McCrone, les directrices des écoles privées pour filles ont eu tendance à imiter le curriculum et les pratiques des collèges pour garçons de manière à offrir, pour leurs propres élèves, des standards académiques élevés<sup>141</sup>. Les buts visés par l'adoption des activités physiques et sportives pour les filles étaient donc semblables ; il s'agissait généralement d'améliorer leur santé, de reposer leur esprit stimulé par l'étude, de les discipliner et de leur inculquer des valeurs comme la loyauté, la détermination et le courage<sup>142</sup>.

### *3.2 La poursuite des activités sportives traditionnellement « féminines »*

Dès les années 1870, il existe un engouement dans les collèges classiques pour des sports tels que la crosse, le hockey et le baseball puis, au tournant du XX<sup>e</sup> siècle, le football, le

---

<sup>138</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, « General observations », by Department of Studies », Annales de la Maison Mère, 1915-1916 (cote 230.000.017, p. 694).

<sup>139</sup> ACND, Fonds de la Maison Mère, « General observations », by Department of Studies », Annales de la Maison Mère, 1915-1916 (cote 230.000.017, p. 695).

<sup>140</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 301.

<sup>141</sup> Kathleen E. McCrone, « Play Up! Play Up! And Play the Game! Sport at the Late Victorian Girls Public School », dans Mangan, J.A. et Roberta J. Park (dir.), *From « Fair Sex » to Feminism: Sport and the Socialization of Women in the Industrial and Post-Industrial Eras*, London, England, F. Cass, Totowa, NJ, 1987, p. 102.

<sup>142</sup> Kathleen E. McCrone, « Play Up! Play Up! And Play the Game! », p. 107.

rugby et le basket-ball<sup>143</sup>. Il en va de même de certaines activités physiques et sportives considérées comme socialement « acceptables » pour les jeunes filles des pensionnats. C'est le cas, par exemple, des sports d'hiver comme le patinage, la raquette et les glissades en « traîne sauvage ». Généralement pratiquées dans un cadre récréatif (on pense aux carnivals d'hiver) ou lors de réunions familiales, ce sont les premières activités physiques et sportives accessibles pour les jeunes femmes canadiennes. Selon Margaret Ann Hall, le patinage était de loin le sport d'hiver le plus populaire<sup>144</sup>, ce qui peut expliquer le fait que bon nombre de pensionnats montréalais aient possédé des patinoires pour satisfaire les couventines. Par exemple, la supérieure locale du Pensionnat d'Hochelaga a fait préparer, avec l'aide des pompiers, « un spacieux patinoir » en janvier 1902 pour exaucer le souhait des élèves<sup>145</sup>. Les jeunes filles du Pensionnat Villa Maria pouvaient, quant à elles, patiner directement sur le petit Lac Margarita<sup>146</sup>.

Les annales et les chroniques nous indiquent que les sports d'hiver étaient particulièrement appréciés lors des jours de fêtes ou de congé : « Grand congé à l'occasion de la fête de sœur supérieure qui accorde aux élèves le privilège d'une longue promenade en traîneau. Celles qui restent s'en donnent à cœur-joie sur la raquette, la traîne-sauvage ou le patin<sup>147</sup>. » [...] « C'était hier grande fête spirituelle, aujourd'hui c'est le congé sous cloche. Vive la traîne, les raquettes et les patins ! Le temps est superbe et tous les cœurs sont à la joie<sup>148</sup>. » Les religieuses enseignantes pouvaient également prendre part à ces activités :

Depuis longtemps nos traines attendaient avec ennui un jour de congé afin de se divertir à leur tour. Enfin ce jour tant désiré arriva. [...] Nous voyons descendre de loin le premier groupe de ces élèves installées, tant bien que mal, dans leur légère embarcation. [...] Quelques maitresses sont mêlées à cette troupe joyeuse elle [*sic*] prennent, d'abord presque malgré elles, part à ce plaisir puis finissent par s'y amuser, je crois. Des heures se passèrent ainsi [...] Mais,

<sup>143</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 308.

<sup>144</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 7.

<sup>145</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, « Patinoir », Notes historiques, 8 janvier 1902, (L011/A,5).

<sup>146</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Notes historiques, 1982 (cote 326.000.460, p. 3-4).

<sup>147</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, « Grand congé », Chroniques du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, 21 janvier 1907, (L076/A2,1,1, p. 63).

<sup>148</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, « Grand congé », Chroniques du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, 15 janvier 1906, (L076/A2,1,1, p. 19).

voilà que le signal est donné. Il faut rentrer. On ne dit pas adieu à ces plaisirs mais un gros « Au revoir »<sup>149</sup>.

Outre ces sports d'hiver, le croquet est une autre activité physique accessible aux jeunes filles des classes moyennes et supérieures. Pratiqué à l'origine par la haute société anglaise<sup>150</sup>, le croquet devint populaire en Amérique du Nord dès le milieu du XIX<sup>e</sup> siècle et fit son apparition dans plusieurs institutions éducatives pour filles<sup>151</sup>. Les pensionnats catholiques de Montréal ne font pas exception, comme l'illustre cette photographie d'élèves jouant au croquet sur le terrain du Pensionnat d'Hochelaga :



Illustration 2 : Élèves jouant au croquet devant le Pensionnat d'Hochelaga<sup>152</sup>

Puisqu'il s'agissait d'une activité physique nécessitant plus d'habiletés que de vigueur<sup>153</sup>, le croquet était considéré comme une pratique convenant particulièrement aux enfants, aux personnes âgées, aux femmes et aux jeunes filles. Cette activité physique plaisait plus particulièrement dans les cercles conservateurs, puisqu'elle était calme, respectable, et ne remettait pas en question les modèles féminins, comme le faisait par exemple la bicyclette.

<sup>149</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, Chroniques des élèves, 6 février 1899, (L011/C21,2).

<sup>150</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », dans Margaret Costa et Sharon R. Guthrie (dir.), *Women and Sport: Interdisciplinary Perspectives*, Champaign, Human Kinetics, 1994, p. 73.

<sup>151</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 69-70.

<sup>152</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, [1874], (L011/F1/3,6).

<sup>153</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 73.

Vers la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, la pratique du croquet diminua, cette activité étant remplacée par les nouveaux sports en vogue tels que le tennis<sup>154</sup>. Le tennis était une activité sportive particulièrement appréciée par les filles. Dès les années 1880, plusieurs jeunes femmes des classes moyennes et supérieures commencèrent à y jouer dans des clubs privés en Amérique du Nord<sup>155</sup>. De plus, jouer au tennis en double mixte était considéré comme un bon moyen de faire rencontrer de jeunes individus à marier<sup>156</sup>. Face à cet engouement pour ce sport, les enseignantes de plusieurs écoles privées, dont les pensionnats catholiques de Montréal tenus par la Congrégation de Notre-Dame et les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie, commencèrent à l'enseigner à leurs élèves. Toutefois, le tennis était surtout un exercice de style. Comme l'affirme Georges Vigarello, il était alors beaucoup plus important pour les jeunes filles d'être gracieuses que de bien jouer<sup>157</sup>. Une photographie prise dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle au Pensionnat d'Hochelaga montre du reste que l'on pratiquait le tennis en robes longues et en chapeaux de ville :



Illustration 3 : Élèves jouant au tennis au Pensionnat d'Hochelaga<sup>158</sup>

<sup>154</sup> Michelle Beissel Heath, « Never and Always a Woman. Citizenship, Croquet and the Nineteenth Century Growing Girl », *Nineteenth-Century Fictions of Childhood and the Politics of Play*, Londres, Routledge, 2017, p. 60.

<sup>155</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 70.

<sup>156</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 360.

<sup>157</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 360-361.

<sup>158</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, [1895], (L011/F1/3,6).



Ainsi, le calibre du jeu fut certainement limité par la nécessité de respecter les exigences vestimentaires ainsi que les règles de la bienséance<sup>159</sup>. Selon Vigarello, le tennis exigeait effectivement assez de vigueur physique et de mobilité pour montrer qu'une jeune femme était active et jouissait d'une bonne santé, « mais pas au point de menacer son identité de reproductrice et d'objet décoratif<sup>160</sup>. » D'ailleurs, le plus souvent, le jeu était joué avec plusieurs partenaires de chaque côté du filet, ce qui évitait la nécessité de déplacements rapides, entravés du reste par les jupes longues et les jupons<sup>161</sup>. Cette photographie prise au Pensionnat Villa Maria en témoigne :



Illustration 4 : Tennis – Lawn tennis, Pensionnat Villa Maria<sup>162</sup>

Le tennis était si populaire chez les femmes et les jeunes filles au tournant du XX<sup>e</sup> siècle qu'il fut élevé en sport « typiquement féminin ». Vigarello souligne que certains hommes étaient gênés de pratiquer ce sport, comme cet étudiant d'Harvard se prononçant sur le sujet : « Ce jeu convient bien à un paresseux ou à un faible, mais des hommes qui ont

<sup>159</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 70.

<sup>160</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 361.

<sup>161</sup> Patricia Vertinsky, « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », p. 70.

<sup>162</sup> ACND, Fonds du Service des archives, [ca 1913], (cote 850.000.145, p.230 c).

pratiqué l'aviron ou des sports plus nobles rougiraient d'être en train de jouer au tennis sur gazon<sup>163</sup>. » On savait déjà que presque tous les « *high schools* » de l'Ontario étaient à cette époque<sup>164</sup> dotés de courts de tennis. Nous pouvons affirmer que le tennis est également un sport incontournable dans les pensionnats catholiques pour jeunes filles du Québec. À Montréal, que ce soit à Villa Maria, au Mont Sainte-Marie, au Pensionnat d'Hochelaga ou d'Outremont, les parties de tennis, rassemblant joueuses et bon nombre de spectatrices, sont demeurées populaires tout au long du XX<sup>e</sup> siècle.



Illustration 5 : Tennis au Pensionnat d'Hochelaga<sup>165</sup>

Les élèves des pensionnats montréalais avaient parfois la possibilité de pratiquer des activités physiques et sportives plus originales. Par exemple, le Mont Sainte-Marie — une institution loin d'être coupée de toute influence extérieure comme on le constatera avec la

<sup>163</sup> Georges Vigarello et Richard Holt, « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », p. 361.

<sup>164</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 227.

<sup>165</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, [avant 1900], L011/F1/3,6.



citation qui suit — a aménagé en 1915 un espace afin que les jeunes filles puissent faire du patin à roulettes :

Vers la fin des vacances, à la suggestion de nos sœurs et surtout de notre Sœur Ste-Marie Samuel qui la première en a eu l'idée — une idée américaine, disons-nous en plaisantant car notre sœur arrive de Chicago — notre sœur supérieure fait préparer un rond à patiner pour l'amusement des élèves. Aussi il faut voir la vogue des patins à roulettes. La promenade est sans arrêt aux heures de récréation ; petites et grandes sont en concordance pour faire les évolutions les plus gracieuses ou les plus habiles<sup>166</sup>...

À Villa Maria, le petit lac Margarita, situé dans la partie ouest du domaine, rendait possibles le canotage et l'organisation de courses entre les élèves<sup>167</sup>.



Illustration 6 : Lac Margarita – Lake Margarita, Pensionnat Villa Maria<sup>168</sup>

<sup>166</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, 2 septembre 1915 (cote 312.560.005, p. 99).

<sup>167</sup> Le lac Margarita a existé jusqu'en 1912 (ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, Notes historiques, 1982 (cote 326.000.460, p. 3- 4)).

<sup>168</sup> ACND, Fonds du Service des archives, [ca 1913], (cote 850.000.145, p. 229).

Une élève de Villa Maria, Alexandrine Desnoyers, se souvient de l'une de ces courses. Elle signale dans un devoir de rédaction comment cette activité aux allures de compétition nationale avait développé une certaine forme de solidarité entre les élèves :

Ensuite nous sommes allées sur l'eau en petit bateau, il y en avait deux : l'un qu'on nomma le « Canada » et l'autre l'« Angleterre ». C'est « Canada » qui a gagné dans une petite excursion que nous avons eue sur l'eau. Toutes celles de mes compagnes qui étaient embarquées avec moi dans le « Canada » se sont vivement écriées, après la victoire : « Vive le Canada !!! Vous jugez de notre joie nous petites canadiennes françaises ! Nous revimes [*sic*] au pensionnat vers 5 heures, bien contentes de notre belle journée et heureuses de retrouver nos bons lits pour nous reposer<sup>169</sup>.

Une autre activité sportive pratiquée dans certains pensionnats montréalais permettait plus particulièrement de développer l'esprit d'équipe des couventines. Il s'agit du basket-ball qui devint, au début du XX<sup>e</sup> siècle, le sport le plus populaire dans les écoles secondaires pour filles du Canada. Inventé en 1891 par le Canadien James Naismith, qui était alors professeur d'éducation physique dans un YMCA du Massachusetts, le basket-ball était un sport intérieur conçu pour garder les garçons en bonne condition physique entre les saisons de football et de baseball<sup>170</sup>. Dès 1892, Senda Berenson, enseignante d'éducation physique au « *Smith College* » adapta cette activité a priori masculine. Elle en réduisit la vitesse, la brutalité et les exigences d'endurance, le tout de manière à la rendre acceptable pour ses étudiantes. Par exemple, les joueuses devaient rester dans des sections établies afin de ne pas avoir à se fatiguer outre mesure en parcourant l'ensemble du terrain. Les contacts physiques ainsi que les gestes « brutaux », comme le fait d'enlever le ballon des mains de la joueuse, étaient également interdits<sup>171</sup>.

La pratique du basket-ball, même dans sa forme adaptée, a tout de même causé une « révolution » importante dans le monde du sport féminin. En effet, Betty Spears rappelle que les jeunes femmes pratiquaient de nombreuses activités sportives individuelles dans les

<sup>169</sup> ACND, Fonds du Pensionnat Villa Maria, « Une promenade, par Alexandrine Desnoyers », Exposition universelle de Paris : devoirs journaliers - Cours élémentaire, 1895-1896 (cote 326.000. 324).

<sup>170</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 30.

<sup>171</sup> Betty Spears, « Senda Berenson Abbott: New Woman, New Sport », dans Hult, Joan S. et Marianna Trezell (dir.), *A Century of Women's Basketball: From Frailty to Final Four*, Reston, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 1991, p. 24.

années 1890 comme l'équitation, la nage, la bicyclette, le patin à roulettes ou sur la glace, le golf et le tennis, mais aucun sport d'équipe<sup>172</sup>. Le basket-ball était également apprécié dans les cercles féminins, puisqu'il permettait d'allier l'entraînement physique au plaisir de jouer. Plusieurs femmes, dont Senda Berenson elle-même, croyaient qu'il permettait de développer, notamment, la rapidité, la vigilance et le sens de la coopération pour les jeunes femmes<sup>173</sup>. C'est ce qui explique le fait que le basket-ball ait rapidement été diffusé dans les écoles, les collèges et les universités pour les filles, ou encore dans des organisations féminines telles que les YWCA's<sup>174</sup>. Avant la Grande Guerre, le basket-ball est devenu un sport très populaire parmi les filles des « *high schools* » de l'Ontario, et en particulier en milieu rural où les vastes espaces permettaient l'aménagement facile de terrains<sup>175</sup>. Les pensionnats catholiques de Montréal semblent également avoir participé à l'engouement pour ce nouveau sport. À Villa Maria, la terrasse des Cours Supérieurs disposait, dès le début du XX<sup>e</sup> siècle, d'un terrain et de paniers de basket-ball :



Illustration 7 : Terrasse des Cours Supérieurs – Basket Ball Grounds, Pensionnat Villa Maria<sup>176</sup>

<sup>172</sup> Betty Spears, « Senda Berenson Abbott: New Woman, New Sport », p. 22-23.

<sup>173</sup> Betty Spears, « Senda Berenson Abbott: New Woman, New Sport », p.25 et 27.

<sup>174</sup> Betty Spears, « Senda Berenson Abbott: New Woman, New Sport », p. 25.

<sup>175</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 226.

<sup>176</sup> ACND, Fonds du Service des archives, [ca 1913], (cote 850.000.145, p. 230b).

Il est possible que le Mont Sainte-Marie, situé dans une zone plus urbanisée de Montréal, n'ait pas disposé de l'espace nécessaire à l'aménagement de terrains de basket-ball, ce qui n'a pas empêché ses élèves de connaître ce sport très tôt et de le pratiquer lorsqu'elles en avaient l'occasion. En 1901, l'abbé Georges Gauthier, aumônier du Mont Sainte-Marie, a en effet obtenu la permission pour les élèves d'aller faire un pique-nique à la « maison de campagne » du Grand Séminaire des Messieurs de Saint-Sulpice. L'abbé Gauthier se souvient, dans une note intitulée « Un jour de congé à la montagne », que les grandes avaient décidé de jouer à un jeu qui lui était alors inconnu : « Les grandes, qui aiment le tapage et l'éclat [*sic*], ont préféré [*sic*] un jeu où l'on court beaucoup et où l'on crie très [*sic*] fort et qu'elles appellent, je ne sais pourquoi, le « Basket Ball<sup>177</sup> ». »

### 3.3 La construction de la féminité par les sports

Nous pouvons constater qu'il existe des différences dans la pratique d'activités physiques et sportives des collèves et des pensionnats en fonction du genre. Les élèves des collèves classiques et des pensionnats catholiques ont également l'occasion de faire des promenades et des courses l'été, ou encore de glisser, de patiner et de faire des randonnées en raquettes l'hiver<sup>178</sup>, mais d'autres activités semblent être exclusivement masculines ou féminines. Par exemple, la pêche et la nage<sup>179</sup>, ainsi que les sports d'équipe tels que la crosse, le baseball, le hockey, le football et le rugby, qui connaissent une popularité croissante<sup>180</sup> et qui s'organisent sous forme de ligues compétitives dans les collèves classiques<sup>181</sup>, sont absentes dans les pensionnats montréalais. Puisqu'ils développent des qualités considérées comme viriles, telles que la force, la vitesse et l'agressivité, les sports d'équipe n'étaient pas encouragés pour les jeunes femmes<sup>182</sup>. D'ailleurs, Margaret Ann Hall rappelle que l'implantation du sport organisé et compétitif dans les écoles pour filles du Canada a pris

<sup>177</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, « Un jour de congé à la montagne », *Annales du Mont Sainte-Marie*, 1901 (cote 312.560.004, p. 219).

<sup>178</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 306.

<sup>179</sup> *Ibid.*

<sup>180</sup> *Ibid.*, p. 308.

<sup>181</sup> Voir Gilles Janson, *Emparons-nous du sport : les Canadiens français et le sport au XIX<sup>e</sup> siècle*, Montréal, Guérin, 1995, 239 pages.

<sup>182</sup> Donald Guay, *La conquête du sport : le sport et la société québécoise au XIX<sup>e</sup> siècle*, Montréal, Lanctôt éditeur, 1997, p. 223.



beaucoup plus de temps que dans les écoles pour garçons, tandis que l'athlétisme n'y fut jamais autant valorisé<sup>183</sup>.

Les autorités éducatives croyaient tout de même qu'il était possible de transmettre des valeurs et des modèles de comportement associés à la féminité grâce à certains sports pratiqués selon des modalités bien précises<sup>184</sup>. Dans la pratique de la gymnastique comme dans celle des sports, les maisons d'enseignement insistaient sur le respect de la bienséance et des normes de comportement féminin<sup>185</sup>. Les photographies de sports prises dans les pensionnats montréalais ainsi que certains passages des chroniques et des annales<sup>186</sup> indiquent que la grâce et l'élégance étaient valorisées tandis que la brutalité, l'agressivité et les contacts physiques étaient proscrits. Par exemple, les diverses épreuves de force qui ont lieu dans les collèges classiques<sup>187</sup> n'existent pas dans les pensionnats. De plus, les sports pratiqués par les jeunes femmes au tournant du XX<sup>e</sup> siècle sont pour la plupart individuels, et lorsque les filles sont appelées à compétitionner entre elles, des règles ou des obstacles physiques visent à limiter les mouvements brusques et les contacts. C'est le cas du tennis, où les participantes sont séparées physiquement par un filet<sup>188</sup>. Enfin, le basket-ball demeure le premier sport d'équipe accessible aux jeunes filles, mais Lenskyj rappelle que le jeu pratiqué en fonction des règles « masculines » posait problème et a fait l'objet d'adaptation<sup>189</sup>. Les activités sportives pratiquées en milieu scolaire jouent donc un rôle dans le développement de l'identité de genre. Si, selon Hudon, « former des hommes » est l'objectif de plus en plus attribué aux sports par les prêtres éducateurs du début du XX<sup>e</sup> siècle<sup>190</sup>, il semblerait qu'ils soient également utilisés, dans les pensionnats, pour transmettre et reproduire les modèles associés à la féminité.

---

<sup>183</sup> Margaret Ann Hall, *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, p. 28-29.

<sup>184</sup> Lire, par exemple, Helen Leskyj, « Training for « True Womanhood »: Physical Education for Girls in Ontario Schools, 1890-1920 », *Historical Studies in Education*, vol. 2, n°2, 1990, p. 205-223.

<sup>185</sup> Kathleen E. McCrone, « Play Up! Play Up! And Play the Game! », p. 103.

<sup>186</sup> La mention des Annales du Mont Sainte Marie nous indique, par exemple, que les élèves réalisaient des « évolutions gracieuses » en patin à roulettes (ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, 2 septembre 1915 (cote 312.560.005, p. 99)).

<sup>187</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 306.

<sup>188</sup> Helen Lenskyj, « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario », p. 227.

<sup>189</sup> *Ibid.*

<sup>190</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir », p. 324.

## Conclusion

Dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, l'éducation physique de la jeunesse urbaine devient une source de préoccupations de plus en plus importante dans des sociétés en mutation. Les craintes concernant la « dégénérescence » de la race et le déclin de la population, tout comme la volonté d'assurer la défense et la puissance de la nation, motivent les hommes de science à promouvoir une certaine forme d'éducation physique pour les garçons comme pour les filles. S'inspirant plus particulièrement des écrits de leurs homologues français, les pédagogues et les médecins canadiens-français, influencés par le courant hygiéniste international, préconisent eux aussi davantage de mouvements pour les jeunes filles, tout en reconnaissant qu'il s'agit d'une idée fort délicate, voire polémique.

Les hommes de science canadiens-français considèrent qu'une certaine forme d'éducation physique s'avère primordiale pour renforcer le corps féminin juvénile socialement construit comme « faible » et « maladif ». Ces derniers mettent de l'avant l'importance de l'exercice pour assurer la santé physique, mentale et morale des garçons, mais aussi des jeunes filles qu'ils considèrent comme particulièrement sujettes à diverses affections telles que la chlorose (anémie), la scoliose et l'hystérie. Ils vantent également les bienfaits pédagogiques des exercices gymnastiques ainsi que des jeux sportifs et collectifs pratiqués en milieu scolaire. Les médecins et les pédagogues canadiens-français perçoivent non seulement l'utilité de l'éducation physique pour l'individu lui-même, mais également en fonction de l'intérêt supérieur de la nation. De fait, les discours étudiés suggèrent que l'enjeu de l'éducation physique de la jeunesse gagne progressivement en importance à mesure que les antagonismes nationaux gagnent en intensité. Au seuil du premier conflit mondial, elle est envisagée dans la perspective de la formation des futurs soldats prêts à défendre la patrie et à mener des conquêtes ainsi que de la participation des jeunes filles à l'effort de guerre.

De plus, dans un contexte social marqué par l'appréhension de la « dégénérescence de la race » ainsi que de la dépopulation, l'éducation physique s'avère pleinement conçue comme une thérapie « régénératrice » permettant de favoriser la qualité des générations à venir. Utilisant une rhétorique alarmiste, nombreux sont les médecins canadiens-français

qui se prononcent ouvertement en faveur de l'éducation physique des jeunes filles, et en particulier de celles des classes moyennes et supérieures, dans une optique eugéniste. En effet, le but avoué est d'améliorer leur santé reproductive afin qu'elles engendrent de nombreux enfants valides et vigoureux, enfants qui sont destinés à former les élites de valeur dont la nation a besoin.

Quant aux formes précises que doit prendre l'éducation physique féminine, nous constatons que les discours circulant dans les revues pédagogiques et médicales canadiennes-françaises sont souvent contradictoires. Alors que certains prescrivent des activités physiques et sportives pour renforcer le corps des jeunes filles en vue de leur maternité future, d'autres proscrirent ces mêmes activités qu'ils considèrent comme « violentes » et potentiellement nuisibles à la fonction reproductrice. C'est le cas, par exemple, de la danse ou de la bicyclette, qui sont encouragées par les uns, mais proscrites par les autres. Des discours contradictoires apparaissent également au sujet de l'exercice effectué lors de la période menstruelle. En effet, si certains médecins considèrent que l'activité physique peut constituer un remède efficace à des troubles susceptibles de nuire à la fécondité (aménorrhée, dysménorrhée), d'autres suggèrent à l'inverse que les femmes doivent garder le repos absolu durant cette période perçue comme critique. Ainsi, à l'époque où la gynécologie s'institutionnalise en tant que spécialité médicale au Québec comme ailleurs, nous remarquons que les prescriptions des hommes de science en matière d'éducation physique féminine sont teintées par leur volonté de préserver ou d'améliorer la capacité reproductive des jeunes femmes.

La détermination des activités physiques socialement et moralement légitimes pour les jeunes filles est un enjeu connexe qui apparaît dans les revues médicales et pédagogiques ainsi que dans certains articles de revues féminines et de presse du Québec. Nous constatons que les acteurs sociaux ont tendance à prescrire des activités qui promeuvent l'idéal esthétique de la féminité (grâce, souplesse, maintien) ou qui confortent le triple rôle social d'épouse, de mère et de ménagère attribué aux femmes. C'est ainsi que les tâches ménagères comme l'époussetage et le balayage deviennent, aux yeux de plusieurs, une forme d'exercice physique à ce titre valorisé. À l'inverse, les activités physiques et sportives susceptibles de blesser le corps féminin ou de lui donner une

apparence masculine sont fortement découragées. En effet, redoutant que les jeunes filles se transforment en « amazone » et qu'elles développent des muscles saillants, plusieurs acteurs sociaux se prononcent en défaveur des activités physiques violentes, brutales et disgracieuses comme la boxe. D'autres s'opposent plus particulièrement aux pratiques et aux gestes susceptibles de provoquer des sensations voluptueuses, comme la bicyclette.

Nous constatons par ailleurs que les débats sociaux s'accroissent dans les premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle au moment où de plus en plus de jeunes femmes commencent à revendiquer le droit de vote et l'accès à des domaines a priori masculins<sup>414</sup>. Au tournant du siècle dernier, l'apparition de la figure de la « *New Woman* », cette jeune femme sportive portant des costumes plus légers et masculins (culottes bouffantes), tend à accentuer l'angoisse de la disparition de « la femme véritable ». Au final, les acteurs sociaux qui font la promotion de l'activité physique féminine entendent l'encadrer et lui imposer des limites de manière à préserver l'ordre sexuel établi. Si une éducation physique est envisagée pour les jeunes filles à cette époque, c'est largement sous la forme d'une gymnastique douce — appelée callisthénie — adaptée à la « fragilité » du corps féminin, ou encore d'activités physiques et sportives pratiquées avec grande modération.

Ces discours normatifs ont une influence directe sur les pratiques d'éducation physique dans les pensionnats de Montréal. Outre la présence d'obstacles d'ordre matériel, la pratique de la gymnastique et des sports se heurte aux conceptions dominantes sur la féminité ainsi que sur la corporéité des jeunes filles. De fait, dans la deuxième moitié du XIX<sup>e</sup> siècle, le développement des activités gymnastiques et sportives demeure limité dans les institutions montréalaises catholiques tenues par les Sœurs de la Congrégation de Notre-Dame ainsi que les Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie. Bien que quelques femmes pionnières enseignèrent la gymnastique aux couventines dans la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle — on pense, par exemple, à Mlle Bourrouglis qui vint donner des leçons au Mont Sainte-Marie ou à Marie-Antoinette Valois qui fit de même au Pensionnat d'Hochelaga —, nous constatons que les leçons n'ont pas été offertes certaines années faute de personnel féminin qualifié. Les pratiques devaient également s'inscrire dans les bornes

---

<sup>414</sup> Voir Denyse Baillargeon, *Repenser la nation : l'histoire du suffrage féminin au Québec*, Montréal, Éditions du remue-ménage, 2019, 235 pages.



de la modestie chrétienne, ce qui limitait leur portée. L'évêque Charles-Édouard Fabre s'opposait à ce que des hommes enseignent cette branche de l'éducation dans les couvents du diocèse de Montréal et exigeait que les exercices soient réalisés sous stricte surveillance des religieuses. Les autorités éducatives rappelaient également que la tenue de séances de démonstrations de gymnastique, qui exposaient le corps féminin juvénile dans l'espace public, était prohibée. Enfin, il existait une volonté de leur part d'éliminer tous les mouvements s'apparentant à ceux de la danse, qui était alors considérée comme un amusement frivole, pour ne conserver que les gestes méthodiques conçus pour améliorer la santé et le maintien des jeunes filles.

Au début du XX<sup>e</sup> siècle, les maîtresses générales des études de la Congrégation de Notre-Dame et des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie rappelaient au moyen de circulaires que l'exercice était primordial durant les récréations. Elles répondaient aux critiques des médecins hygiénistes qui les accusaient de garder les jeunes filles dans l'immobilité et de nuire à leur santé. Outre leurs bienfaits sur la santé, les jeux et les sports étaient perçus par les autorités éducatives comme des loisirs sains permettant de discipliner les pensionnaires, d'améliorer leur disposition à l'étude et de les détourner des occupations qui pouvaient nuire à leur vertu. La gymnastique, quant à elle, était appréciée pour ses valeurs disciplinaires ainsi que pour sa capacité à transmettre l'esprit de corps et le sens du patriotisme. Accompagnée de « chants populaires », la gymnastique des couventines acquérait une dimension politique et différait peu, en ce sens, de celle pratiquée par les garçons à la même époque<sup>415</sup>.

Les théories du déterminisme biologique construisant un corps féminin faible et fragile, ainsi que les conceptions dominantes sur la féminité, continuaient cependant à exercer une influence notable sur les pratiques. Contrairement aux étudiants des collèges classiques, les couventines en milieu franco-catholique n'avaient pas encore la chance de s'initier aux compétitions sportives organisées. De plus, elles pratiquaient généralement des

---

<sup>415</sup> Christine Hudon, « Le Muscle et le Vouloir ». Les sports et l'activité physique au tournant du XX<sup>e</sup> siècle », dans Louise Bienvenue, Ollivier Hubert et Christine Hudon (dir), *Le collège classique pour garçons : études historiques sur une institution québécoise disparue*, Montréal, Fides, 2014, p. 315.

sports individuels dans le respect des codes de la bienséance et de la modestie vestimentaire. Enfin, la gymnastique féminine était surtout constituée d'exercices de posture et de maintien. L'éducation physique féminine visait donc à transmettre aux pensionnaires les valeurs et les modèles associés à la féminité ; il s'agissait de former de jeunes filles gracieuses et souples, mais également assez fortes et vigoureuses pour qu'elles soient en mesure de remplir le rôle social que l'on attendait d'elles.

Malgré tout, même si le genre est une idéologie contraignante qui continue de forger puissamment le rapport au corps à la fin du XIX<sup>e</sup> et au début du XX<sup>e</sup> siècle, et même si les catholiques semblent plus conservateurs que les protestants à cet égard<sup>416</sup>, l'institution s'adapte aux changements et aux modes traversant la société pour répondre à des pressions venant de l'extérieur. Le pensionnat féminin étant, tout comme le collège masculin, une institution perméable aux influences externes, les pratiques en matière d'éducation physique tendent en effet à s'accroître et à se diversifier dans les premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle. Outre les leçons théoriques d'hygiène, qui se généralisent sous l'impulsion du mouvement hygiéniste international, des activités sportives innovantes telles que le tennis, le patinage à roulettes et le basket-ball viennent s'ajouter à celles qui étaient traditionnellement pratiquées dans un cadre récréatif.

La diversification des pratiques dans les deux premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle témoigne par ailleurs de l'agentivité des actrices historiques. C'est grâce à certaines femmes marquantes pour l'enseignement de la gymnastique à Montréal, au premier rang desquels figure Rosa Baker Edwards, que la gymnastique se généralise dans les pensionnats catholiques et évolue pour devenir, par l'ajout de nouveaux engins et instruments (rubans, massues, cerceaux), plus artistique et ludique. Faisant désormais partie intégrante du programme éducatif des pensionnats dès les premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle, la séance de démonstration annuelle de gymnastique permet également aux jeunes filles d'acquérir un meilleur accès à l'espace public, et ce, même si la valorisation du corps juvénile féminin demeure découragée par les autorités ecclésiastiques masculines. L'apparition de nouvelles

---

<sup>416</sup> Margaret Ann Hall rappelle que les écoles catholiques auraient eu un curriculum reflétant davantage l'idéal féminin de l'ère victorienne que les écoles protestantes (*The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, Peterborough, Broadview Press, 2002, p. 28).

activités sportives a, quant à elle, parfois été le résultat de l'initiative des religieuses enseignantes et des autorités éducatives (supérieure locale, aumônier du pensionnat). Par exemple, c'est une religieuse enseignante — sœur Sainte-Marie Samuel — qui a suggéré l'introduction du patinage à roulettes pour les élèves du Mont Sainte-Marie après qu'elle eut constaté l'engouement pour ce sport lors d'un séjour à Chicago<sup>417</sup>. Bien souvent, l'introduction des nouvelles pratiques a été le fruit de revendications de la part des jeunes filles elles-mêmes. Ce sont elles qui désiraient organiser des «séances payantes» pour financer les jeux et les sports. Ce sont elles qui ont demandé l'aménagement d'une patinoire au pensionnat d'Hochelaga, un souhait que la supérieure locale s'est empressée de réaliser pour «accéder aux vifs désirs des élèves<sup>418</sup>.» Au seuil du XX<sup>e</sup> siècle, les couventines introduisent également dans les pensionnats montréalais le basket-ball, ce nouveau sport en vogue dans les *high schools* et les universités nord-américaines que les autorités éducatives catholiques ne connaissent pas encore<sup>419</sup>. Si une certaine ouverture apparaît dans les pratiques dès les deux premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle, il va sans dire que la période suivante, qui est qualifiée de l'âge d'or du sport féminin au Canada par l'historienne Margaret Ann Hall<sup>420</sup> et qui est marquée par l'apparition de nouveaux modèles pour les jeunes filles<sup>421</sup>, sera source de changements encore plus importants en matière d'éducation physique féminine.

---

<sup>417</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, Annales du Mont Sainte-Marie, 2 septembre 1915 (cote 312.560.005, p. 99).

<sup>418</sup> SCA SNJM, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, «Patinoir», Notes historiques, 8 janvier 1902, (L011/A,5).

<sup>419</sup> ACND, Fonds du Mont Sainte-Marie, «Un jour de congé à la montagne», Annales du Mont Sainte-Marie, 1901 (cote 312.560.004, p. 219).

<sup>420</sup> Margaret Ann Hall, *The girl and the game: a history of women's sport in Canada*, p. 42. La période est aussi marquée par l'accentuation et la démocratisation des loisirs féminins (Patricia Comtois, «Jeunes femmes et loisirs commerciaux durant les années folles (1919-1929) : Étude des discours ecclésiastiques et journalistiques», Mémoire de maîtrise (histoire), Université du Québec à Montréal, 2007, 148 pages).

<sup>421</sup> Dans les années 1920, l'essor de la société de consommation amène de nouvelles modes, de nouveaux comportements ainsi que de nouveaux canons de beauté qui tranchent avec l'idéal victorien de féminité jusqu'alors dominant. La «*flapper*» et la sportive sont quelques-uns des modèles qui apparaissent et gagnent en popularité pour les jeunes filles (Denyse Baillargeon, *Brève histoire des femmes au Québec*, Montréal, Boréal, 2012, p. 123-125).

## Bibliographie

### 1. Archives

#### 1.1 Service des archives de la Congrégation de Notre-Dame – Montréal

Collection des Écrits CND  
 Fonds de la Maison Mère  
 Fonds du Bureau des études  
 Fonds du Conseil général  
 Fonds du Service des archives  
 Fonds du Pensionnat Villa Maria  
 Fonds du Mont Sainte-Marie  
 Fonds du Pensionnat Notre-Dame

#### 1.2 Service central des archives de la Congrégation des Sœurs des Saints Noms de Jésus et de Marie – Longueuil

G01.02, Fonds Mère Véronique-du-Crucifix  
 G02.13, Fonds du 13e Chapitre général  
 G05/15/03/01, Fonds du Secrétariat général  
 G16, Fonds du Bureau des études  
 L001, Fonds du Couvent des SNJM, Longueuil  
 L011, Fonds du Pensionnat d'Hochelaga, Montréal  
 L034 Fonds du Pensionnat Marie-Rose, Montréal  
 L052 Fonds du Pensionnat Mont-Royal, Montréal  
 L067 Fonds du Pensionnat Sainte-Émélie, Montréal  
 L076, Fonds du Pensionnat du Saint-Nom-de-Marie, Outremont

### 2. Périodiques dépouillés

*L'Abeille Médicale (1879-1882)*  
*L'Enseignement Primaire (1881-1920)*  
*L'Union Médicale du Canada (1872-1912)*

*La Clinique (1894-1900)*  
*La Gazette Médicale (1865-1866)*  
*La Gazette Médicale de Montréal (1887-1892)*  
*La Revue Générale de Médecine, de Pharmacie et d'Hygiène Pratiques (1898-1900)*  
*La Revue Médicale (1897-1900)*  
*La Revue Médicale du Canada (1900-1904)*  
*Le Bulletin Médical de Québec (1899-1910)*  
*Le Journal d'Hygiène Populaire (1884-1895)*  
*Le Journal de l'Instruction Publique (1857-1898)*  
*Le Journal de Médecine et de Chirurgie (1906-1916)*  
*Le Montréal-Médical (1901-1910)*  
*La Femme (1908-1912)*  
*Le Coin du Feu (1893-1896)*  
*Le Couvent : Publication mensuelle à l'usage des jeunes filles (1886-1899)*  
*Le Journal de Française (1902-1909)*  
*Pour vous Mesdames (1913-1919)*

### 3. Textes médicaux

Auteur inconnu. « Hygiène et éducation physique de la deuxième enfance (période de 6 à 12 ans) », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 24, 1<sup>er</sup> mai 1886, p. 284-285.

Auteur inconnu. « Hygiène et éducation physique de la deuxième enfance (6 à 12 ans) », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 3, n° 1, 15 mai 1886, p. 11-12.

Auteur inconnu. « Programmes scolaires et santé des enfants », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 1, n° 12, 1<sup>er</sup> novembre 1884, p. 137-139.

Auteur inconnu. « Du traitement des divers genres de dysménorrhées », *L'Union Médicale du Canada*, vol. 25, n° 2, février 1896, p. 102-104.

Auteur inconnu. « Du traitement de la chlorose », *La Gazette Médicale de Montréal*, vol. 5, n° 7, juin 1891, p. 315-319.

Auteur inconnu. « Reproduction. Sur le rôle de la bicyclette dans l'étiologie de la thérapeutique médicale. Société médicale des Hôpitaux », *La Revue Médicale*, n° 48, 1898, p. 29-30.

Auteur inconnu. « Gymnastique féminine – Ce qu'en dit M. le docteur John Hayes, le physiologiste bien connu de Richmond », *La Presse*, 14 janvier 1908, p. 3.

- Acier, Jean d'. « Les bienfaits de la gymnastique », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 9, n° 1, mai 1892, p. 3-5.
- Brennan, M.T. « Clinique de gynécologie. Prophylaxie des maladies utérines », *L'Union Médicale du Canada*, vol. 19, n° 5, mai 1890, p. 225-228.
- Brennan, M.T. « Quelques remarques sur l'hygiène scolaire et domestique des enfants, au point de vue médical », *L'Union Médicale du Canada*, n° 1, janvier 1889, p. 17-22.
- Desroches, J.-I. « Éducation physique des jeunes filles », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 11, mars 1890, p. 212-214.
- Desroches, J.-I. « Notes d'hygiène. Exercices physiques », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 11, mars 1890, p. 215.
- Desroches, J.-I. « Péril national », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 6, n° 6, octobre 1889, p. 107-109.
- Desroches, J.-I. « Causerie scientifique », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 8, n° 8, décembre 1891, p. 226-230.
- Desroches, J.-I. « Dégénérescence des sociétés modernes », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 7, 15 août 1885, p. 73-76.
- Desroches, J.-I. « Deux questions vitales. Hygiène privée — Hygiène publique », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 7, n° 7, novembre 1890, p. 193-196.
- Dorion, F. X. J. « Travaux originaux. La bicyclette », *La Revue Médicale*, n° 48, 1898, p. 361-362.
- Dorion, F. X. J. « Travaux originaux. La bicyclette », *La Revue Médicale*, n° 48, 1898, p. 377-379.
- Dupasquier, O. « Hygiène spéciale de la femme », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 1, n° 7/8, 1<sup>er</sup> septembre 1884, p.76-78.
- Estor. « Déviation de la taille chez les jeunes filles », *Le Bulletin Médical de Québec*, n° 9, juin 1907, p. 412-421.
- Gallard, T. « Le traitement de la métrite chronique », *L'Abeille Médicale*, vol. 3, n° 1/2, janvier et février 1881, p. 9-14.

Kennedy, J. « L'hygiène scolaire et l'inspection des écoles. Rapport présenté au Congrès des Médecins de langue française tenu à Sherbrooke », *Le Journal de Médecine et de Chirurgie*, vol. 5, n° 17, 10 septembre 1910, p. 257- 260.

Lemoine, Georges. « Reproduction. Thérapeutique, par Monsieur le Docteur Georges Lemoine. Chlorose », *La Clinique*, vol. 4, n° 6, janvier 1898, p. 271- 278.

Monin, E. « L'hygiène de la danse », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 23, 15 avril 1886, p. 270-271.

Monin, E. « Hygiène de la beauté », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 2, n° 19, 15 février 1886, p. 224-227.

Nébo. « Hygiène des jeunes filles », *Journal d'Hygiène Populaire*, vol. 9, n° 11, mars 1893, p. 359-360.

Widmann, J.-F. « De l'exercice musculaire en hygiène », *Montréal-Médical*, vol.3, n° 2, 15 avril 1903, p.75-82.

#### **4. Textes pédagogiques**

Auteur inconnu. « Gymnastique », *Journal de l'Instruction Publique*, février 1893, p. 272-275.

Braeunig, F. « L'influence bienfaisante de la gymnastique sur l'éducation », *Journal de l'Instruction Publique*, février 1892, p. 259-260.

Jolin, J.-Emile. « La gymnastique et les auteurs pédagogiques », *L'Enseignement Primaire*, novembre 1914, p. 139-141.

Jolin, J.-Emile. « Enseignement de la gymnastique (Suite et fin) », *L'Enseignement Primaire*, mars 1914, p. 404- 406.

Monin, E. « Causerie sur l'Hygiène Scolaire. Nécessité de maintenir l'équilibre du physique et du moral », *Journal de l'Instruction Publique*, mai 1889, p. 22-24.

Paradis, J.-G. « Hygiène », *L'Enseignement Primaire*, septembre 1918, p. 5-6.

Paulet, P. « Pédagogie. La gymnastique et l'éducation concourent au même but », *Journal de l'Instruction Publique*, vol. 15, n° 8, août 1871, p. 100-101.

Reynier, I. *Catéchisme d'hygiène à l'usage des écoles de jeunes filles, par une institutrice*, Québec, Imprimerie Léger Brousseau, 1888, 39 pages.

Taché, R. P. « Du développement de la force physique chez l'homme », *Journal de l'Instruction Publique*, vol. 9, n° 9, septembre 1865, p. 119-123.

Taché, R. P. « Du développement de la force physique chez l'homme (suite et fin) », *Journal de l'Instruction Publique*, vol. 9, n°12, 1865, p. 159-161.

## 5. Lettre pastorale

Fabre, Charles Édouard. « Lettre pastorale de Monseigneur Charles Édouard Fabre, évêque de Montréal, sur l'éducation des jeunes filles », *Mandements, lettres pastorales, circulaires et autres documents publiés dans le diocèse de Montréal depuis son érection, tome 9 : 19 septembre 1876 - 22 octobre 1883*, p. 65-73.

## 6. Textes médiatiques et littéraires

Auteur inconnu. « Éducation physique », *La Presse*, 10 avril 1907, p. 1 et p. 9.

Auteur inconnu. « Séance Callisthénique », *La Presse*, 25 avril 1908, p. 32.

Auteur inconnu. « La danse », *Le Couvent : Publication mensuelle à l'usage des jeunes filles*, avril 1898, p. 113-115.

Bentzon, Thérèse. *Nouvelle-France et Nouvelle-Angleterre : Notes de voyage*, 1899, 320 pages.

Bourassa, Henri. « Le suffrage des femmes », *Le devoir*, 28 mars 1918, p. 1.

Catherine. « A bâtons rompus », *La Femme*, n° 20, novembre 1909, p. 5.

Cigarette. « Aux Sportswomen », *Le Journal de Françoise*, vol.1, n° 12, 13 septembre 1902, p. 136.



Gadbois, J.P. « Culture physique. L'inspection médicale des écoles », *La Presse*, 14 novembre 1906, p. 3

Prévost, Marcel. « Sous la toise », *La Femme*, n° 28, juillet 1910, p. 4-5.

Patrie, Julia. « Les Bicyclettes », *Le Coin du Feu*, novembre 1895, p. 346-347.

Poulin, Ernest. « La gymnastique aux Olympiques », *La Presse*, 28 juillet 1908, p. 3.

## 7. Études spécialisées en histoire

### 7.1 Ouvrages généraux

Dorlin, Elsa. *La matrice de la race. Généalogie sexuelle et coloniale de la Nation française*, Paris, La Découverte, 2009, 308 pages.

Linteau, Paul-André. *Une histoire de Montréal*, Montréal, Les Éditions du Boréal, 2017, 357 pages.

Martel, Marcel. *Une brève histoire du vice au Canada depuis 1500*, Québec, Presses de l'Université Laval, 2015, 232 pages.

### 7.2 Femmes et genre

Baillargeon, Denyse. *Repenser la nation : l'histoire du suffrage féminin au Québec*, Montréal, Éditions du remue-ménage, 2019, 235 pages.

Baillargeon, Denyse. *Brève histoire des femmes au Québec*, Montréal, Boréal, 2012, 281 pages.

Bard, Christine. *Ce que soulève la jupe. Identités, transgressions, résistances*, Paris, Les Éditions Autrement, 2010, 174 pages.

Scott, Joan. « Genre : Une catégorie utile d'analyse historique », *Les Cahiers du GRIF*, n° 37-38, 1988, p. 125-153.

### 7.3 Éducation et jeunesse

- Bienvenue, Louise, Ollivier Hubert et Christine Hudon. *Le collège classique pour garçons : études historiques sur une institution québécoise disparue*, Montréal, Fides, 2014, 416 pages.
- Bienvenue, Louise. « Sortir de la délinquance par l'expérience institutionnelle : Une histoire racontée par les voix et par les corps (1873-1977) », *Revue d'histoire de l'Amérique française*, vol. 65, n<sup>o</sup>. 2-3, 2011, p. 307-330.
- Comtois, Patricia. « Jeunes femmes et loisirs commerciaux durant les années folles (1919-1929) : Étude des discours ecclésiastiques et journalistiques », Mémoire de maîtrise (histoire), Université du Québec à Montréal, 2007, 148 pages.
- Dumont, Micheline et Nadia Fahmy Eid. *Les couventines : l'éducation des filles au Québec dans les congrégations religieuses enseignantes, 1840-1960*. Montréal, Boréal, 1986, 315 pages.
- Hamel, Thérèse. « La production pédagogique des Sœurs de la Congrégation de Notre-Dame : 1858 - 1991 », *Études d'histoire religieuse*, vol. 65, 1999, p. 67-87.
- Hébert, Karine. « Carabines, poutchinettes, co-eds ou freshettes sont-elles des étudiantes ? Les filles à l'Université McGill et à l'Université de Montréal (1900-1960) », *Revue d'histoire de l'Amérique française*, vol. 57, n<sup>o</sup> 4, 2004, p. 593-625.
- Lanthier, Helen. *Monklands Then, Villa Maria Now: The Story of a Convent School Which Grew from the Estate of Sir James Monk to a Modern, Private High School*. Montreal, Congregation of Notre-Dame, 2004, 288 pages.
- Moore, Lisa. « Becoming a « Villa Girl »: Youth Culture and the Student Experience at a Single Sex Private School in Montreal, 1916-1980 », Mémoire de maîtrise (histoire), Université Concordia, 2015, 140 pages.
- Normand, France. « Tant vaut la sève, tant vaut l'érable. Les corps de cadets collégiaux québécois (1879-1914) », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 2006, 105 pages.
- Plourde, Julie. « Un genre en construction : Le théâtre à la Congrégation de Notre-Dame, 1850-1920 », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 2014, 123 pages.

Rogers, Rebecca. « Le professeur a-t-il un sexe ? : les débats autour de la présence d'hommes dans l'enseignement secondaire féminin, 1840-1880 », *Clio : Histoire, Femmes et Société*, n° 4, 1996, [En ligne], <https://journals.openedition.org/clio/445>, (Page consultée le 28 février 2019).

Thiercé, Agnès. *Histoire de l'adolescence (1850-1914)*, Paris, Belin, 1999, 334 pages.

#### 7.4 Sciences et médecine

Baillargeon, Denyse. *Un Québec en mal d'enfants. La médicalisation de la maternité, 1910-1970*, Montréal, Éditions du remue-ménage, 2004, 373 pages.

Brodeur, Louise. « Les débuts de la gynécologie au Québec (1880-1920). Spécialisation de la médecine, médicalisation de la femme et consolidation de la profession », Mémoire de maîtrise (histoire), Université de Montréal, 1991, 237 pages.

Goulet, Denis et Robert Gagnon. *Histoire de la médecine au Québec, 1800-2000 : de l'art de soigner à la science de guérir*, Québec, Septentrion, 2014, 450 pages.

Grenier, Guy. « Doctrine de la dégénérescence et institution asilaire au Québec (1885-1930) », *Les Cahiers du Centre de Recherches Historiques*, n° 12, 1994, [En ligne], <https://journals.openedition.org/ccrh/2744?lang=fr>, (Page consultée le 14 janvier 2019).

Hughes, David et Johanne Collin. « Entre médecine, culture et pensée sociopolitique : le concept de dégénérescence au Québec (1860-1925) », *Bulletin canadien d'histoire de la médecine*, vol. 33, n° 1, 2016, p. 35-58.

Knibiehler, Yvonne et Catherine Fouquet. *La femme et les médecins. Analyse historique*, Paris, Hachette, 1983, 333 pages.

Le Naour, Jean-Yves et Catherine Valenti. « Du sang et des femmes. Histoire médicale de la menstruation à la Belle Époque », *Clio. Histoire, femmes et sociétés*, n° 14, 2001, [En ligne], <https://journals.openedition.org/clio/114>, (Page consultée le 18 février 2019).

## 7.5 Corps

Bruit Zaidman, Louise et al. (dir.). *Le corps des jeunes filles de l'Antiquité à nos jours*, Paris, Perrin, 2001, 327 pages.

Caron, Jean-Claude. « Jeune fille, jeune corps : objet et catégorie (France, XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles) », dans Bruit Zaidman, Louise et al. (dir.), *Le corps des jeunes filles de l'Antiquité à nos jours*, Paris, Perrin, 2001, p. 167-188.

Laqueur, Thomas. *La fabrique du sexe : essai sur le corps et le genre en Occident*, Paris, Gallimard, 1992, 355 pages.

Ory, Pascal. « Histoire du corps », dans Delacroix (dir.), *Historiographies : concepts et débats*, volume 1, Paris, Gallimard, 2010, p. 262-267.

Perrot, Philippe. *Le travail des apparences : ou les transformations du corps féminin, XVIII<sup>e</sup>-XIX<sup>e</sup> siècle*, Paris, Éditions du Seuil, 1984, 280 pages.

Stiker, Henri-Jacques. « Nouvelle perception du corps infirme », dans Alain Corbin (dir.), *Histoire du corps, tome 2 : De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Éditions du Seuil, 2005, p. 279 - 297.

Vigarello, Georges et Richard Holt. « Le corps travaillé. Gymnastes et sportifs au XIX<sup>e</sup> siècle », dans Alain Corbin (dir.), *Histoire du corps, tome 2 : De la Révolution à la Grande Guerre*, Paris, Éditions du Seuil, 2005, p. 313-377.

Zancarini-Fournel, Michelle. « Corps des femmes et genre des corps (XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles) », dans Saint-Martin, Jean et Thierry Terret (dir.), *Sport et Genre. Volume 3 : « Apprentissage du genre et institutions éducatives »*, Paris, l'Harmattan, 2005, p.15-34.

## 7.6 Gymnastique et sports

Andrieu, Gilbert. *La gymnastique au XIX<sup>e</sup> siècle ou la naissance de l'éducation physique : 1789-1914*, Paris, Éditions Actio, 1999, 166 pages.

Arnal, Thierry. *La Révolution des mouvements : gymnastique, morale et démocratie au temps d'Amoros (1818-1838)*, Paris, l'Harmattan, 2009, 193 pages.

- Arnaud, Pierre. « Un territoire pédagogique », dans *Le militaire, l'écolier, le gymnaste. Naissance de l'éducation physique en France (1869-1889)*, Lyon, Presses universitaires de Lyon, 1991, p. 207-238.
- Brier, Pascal et Jacques Defrance. « La production de gymnastiques médicales pour les enfants malades hospitalisés au XIX<sup>e</sup> siècle : spécialisation médicale et différenciation des gymnastiques », *Sciences sociales et sport*, n° 5, 2012, p. 13-51.
- Gauthier, Benoît. « François DelSarte, maître du mouvement expressif », *Découvrir*, 30 mars 2012, [En ligne], <https://www.acfas.ca/publications/decouvrir/2012/04/francois-delsarte-maitre-mouvement-expressif>, (Page consultée le 17 janvier 2019).
- Guay, Donald. *La conquête du sport : le sport et la société québécoise au XIX<sup>e</sup> siècle*, Montréal, Lanctôt éditeur, 1997, 244 pages.
- Guay, Donald. *L'histoire de l'éducation physique au Québec : conceptions et événements (1830-1980)*, Chicoutimi, Gaëtan Morin, 1981, 149 pages.
- Hudon, Christine. « Le Muscle et le Vouloir ». Les sports et l'activité physique au tournant du XX<sup>e</sup> siècle », dans Louise Bienvenue, Ollivier Hubert et Christine Hudon (dir). *Le collège classique pour garçons : études historiques sur une institution québécoise disparue*, Montréal, Fides, 2014, p. 301-324.
- Hudon, Christine. « Le Muscle et le Vouloir : Les sports dans les collèges classiques masculins au Québec, 1870-1940 », *Revue d'histoire de l'éducation*, vol. 17, n° 2, 2005, p. 243-263.
- Janson, Gilles. *Emparons-nous du sport : les Canadiens français et le sport au XIX<sup>e</sup> siècle*, Montréal, Guérin, 1995, 239 pages.
- Laty, Dominique. « Le XIX<sup>e</sup> siècle », dans *Histoire de la gymnastique en Europe : de l'Antiquité à nos jours*, Paris, Presses universitaires de France, 1996, p. 195-280.
- Quin, Grégory. « Genèse d'un champ scientifique : l'Orthopédie comme fabrique d'une gymnastique. Du champ médical, de la spécialité orthopédique et des exercices corporels (1817-1847) », *Sciences sociales et sport*, n° 2, 2009, p. 171-199.
- Rauch, André. « La gymnastique : mobilisation et mobilité », dans *Le souci du corps*, Paris, Presses universitaires de France, 1983, p. 106-131.

### 7.7 Sports féminins

Beissel Heath, Michelle. « Never and Always a Woman. Citizenship, Croquet and the Nineteenth Century Growing Girl », in *Nineteenth-Century Fictions of Childhood and the Politics of Play*, Londres, Routledge, 2017, p. 45-75.

Detellier, Élise. « They Always Remain Girls » : La re/production des rapports de genre dans les sports féminins au Québec, 1919-1961 », Thèse de doctorat (histoire), Université de Montréal, 2011, 378 pages.

Hall, Margaret Ann. *The Girl and the Game: A History of Women's Sport in Canada*, Peterborough, Broadview Press, 2002, 284 pages.

Lenskyj, Helen. *Out of Bounds: Women, Sport and Sexuality*, Toronto, Women's Press, 1986, 180 pages.

Spears, Betty. « Senda Berenson Abbott: New Woman, New Sport », dans Hult, Joan S. et Marianna Treckell (dir.). *A Century of Women's Basketball: From Frailty to Final Four*, Reston, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance, 1991, p. 19-36.

Terret, Thierry. « Le genre dans l'histoire du sport », *Clio. Histoire, femmes et sociétés*, n° 23, 2006, p. 209-238.

Vertinsky, Patricia. « Women, Sport, and Exercise in the 19th Century », dans Margaret Costa et Sharon R. Guthrie (dir.), *Women and Sport: Interdisciplinary Perspectives*, Champaign, Human Kinetics, 1994, p. 63-82.

### 7.8 Éducation physique féminine

Bohuon, Anaïs et Grégory Quin. « Des scoliotiques aux hystériques : une histoire de l'éducation corporelle des jeunes filles (années 1830 – années 1900) », *Revue d'histoire de l'enfance « irrégulière »*, n° 12, 2010, [En ligne], <https://journals.openedition.org/rhei/3195?gathStatIcon=true&lang=fr>, (Page consultée le 20 février 2018).

Bohuon, Anaïs et Antoine Luciani. « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) ». *International Journal of the History of Sport*, vol. 26, n° 5, 2009, p. 573-593.

- Czáka, Véronique. « La gymnastique scolaire comme lieu de construction du genre : Analyse des manuels utilisés entre 1866 et 1916 dans le canton de Vaud (Suisse) », dans Saint-Martin, Jean et Thierry Terret (dir.), *Sport et Genre. Volume 3 : « Apprentissage du genre et institutions éducatives »*, Paris, l'Harmattan, 2005, p. 341-356.
- Lenskyj, Helen. « The Role of Physical Education in the Socialization of Girls in Ontario, 1890-1930 », Thèse de doctorat (histoire), Université de Toronto, 1983, 308 pages.
- Lenskyj, Helen. « Training for « True Womanhood »: Physical Education for Girls in Ontario Schools, 1890-1920 », *Historical Studies in Education*, vol. 2, n° 2, 1990, p. 205-223.
- McCrone, Kathleen. « Play Up! Play Up! And Play the Game! Sport at the Late Victorian Girls Public School », dans Mangan, J.A. et Roberta J. Park (dir.), *From « Fair Sex » to Feminism: Sport and the Socialization of Women in the Industrial and Post-Industrial Eras*, London, England, F. Cass, Totowa, NJ, 1987, p. 97-122.
- Terret, Thierry. « Un débat passionné : l'intégration de l'éducation physique des filles à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle », dans Pierre Arnaud et Thierry Terret (dir.), *Éducation et politiques sportives : XIX<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles*, Paris, CTHS, 1995, p. 87-95.