HOOFSTUK 3

J.W. POSTMA

3.1 LEWENSKETS

3.1.1 INLEIDING

Dit is noodsaaklik om eers 'n oorsig oor die lewe van J.W. Postma te kry voordat daar oorgegaan kan word tot 'n bespreking van die bydraes wat hy ten opsigte van die ontwikkeling van Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika gelewer het. Hierdeur kan 'n relatief duidelike beeld van sy persoonlikheid, die milieu waarin hy geleef het en die invloede wat hy ondergaan het, verkry word. Aan die hand van hierdie inligting kan daar met groter insig oor die bydraes wat hy gelewer het geskryf word.

Ten einde 'n kursoriese oorsig oor die persoonlike lewe van J.W. Postma en van sy loopbaan te verkry, word aandag aan die volgende fasette daarvan gegee: sy jeugjare en opleiding; sy beroepsjare vanaf 1928-1939; die tydperk van besondere dienslewering aan die Universiteit van Stellenbosch vanaf 1940-1972, en enkele algemene opmerkings oor Postma self.

3.1.2 Jeugjare en opleiding

Johan Willem Postma is op 26 Julie 1907 in Epe (Gelderland) in Nederland gebore. Hy het in die dorpie Winterswyk in die provinsie Gelderland opgegroei waar hy ook sy skoolopleiding voltooi het (Postma, 1980:1).

Postma het hom reeds gedurende sy skoolloopbaan as sportman onderskei en aan sokker, korfbal en atletiek deelgeneem. Hy was onder andere lid van 'n Winterswykse sportklub wat op 'n stadium die kampioenspan in die korfballiga in Gelderland was. Op atletiekgebied het hy veral presteer in die naellope en in die hink-stapsprong (driesprong). Nadat hy sy skoolopleiding voltooi het, het hy as student aan die Academie voor Lichamelijke Opvoeding in Amsterdam sy deelname aan atletiek voortgesit en was hy die Amsterdamse kampioen in die 110-meter en in die 200-meter hekkies. Benewens atletiek het Postma sy deelname aan sokker, korfbal, tennis, bofbal en hokkie voortgesit (Boshof, 1981:131).

Postma het besluit om Liggaamlike Opvoedkunde sy loopbaan te maak omdat hy, volgens homself, die verkeerde opvatting gehad het dat opleiding in Liggaamlike Opvoedkunde aan hom goeie oefening en voorbereiding sou verskaf vir deelname aan die Olimpiese Spele in Amsterdam in 1928. In 'n sekere sin was hy 'n sportfanatikus en opleiding in Liggaamlike Opvoedkundekursusse was aanvanklik slegs 'n middel om sy deelname aan die Olimpiese Spele te verseker. Die gevolg hiervan was dat hy in 1925 na die Academie voor Lichamelijke Opvoeding in Amsterdam is. Daar was egter nie geleentheid om in een of ander sportrigting te spesialiseer nie aangesien die kursusse wat aangebied is nie daarop ingestel was nie. Die klem het eerder op veelsydigheid geval. Hy het nietemin met sy kursusse voortgegaan en in 1928 het hy die diploma in Liggaamlike Opvoedkunde verwerf. In dieselfde jaar het hy ook die Middelbare Akte Lichaamsoefeningen verwerf. Dié kwalifikasie was 'n magtiging van die staatlike owerheid om klas te mag gee in Liggaamlike Opvoedkunde. In 1933 het hy die Middelbare Akte Pedagogiek A aan die Nutsseminarium te Amsterdam verwerf (Boshof, 1981:131).

3.1.3 Beroepe : 1928-1939

Vanaf 1928-1930 was Postma sportleier van die stoomvaartmaatskappy, Nederland, en in dié hoedanigheid moes hy fiksheidsoefeninge, gimnastiek en spele aan kinders en volwassenes op passasiersbote gee (Postma, 1983b).

Vanaf 1930 tot 1935 was hy aan verskeie laer- en hoërskole in Amsterdam en Rotterdam werksaam en vanaf 1935 tot 1939 was hy ook verbonde aan die Young Men's Christian Association (YMCA) in Rotterdam terwyl hy terselfdertyf Liggaamlike Opvoedkunde aan 'n skool, naamlik die Montessori Lyceum, gedoseer het (Boshof, 1981:132).

Gedurende die tydperk van 1934 tot 1939 het hy sy studies aan die Academie voor Lichamelijke Opvoeding onder leiding van professor K. Gaulhofer voortgesit. Sy eerste navorsingsopdrag wat oor die bewegingstempo van sportmense gehandel het, is gedurende die tydperk met die hulp van 'n kollega, mej. L. Broekhuijsen, voltooi (Postma, 1983b).

3.1.4 Die Universiteit van Stellenbosch : 1940-1972

Toe dr. A. Obholzer, destydse hoof van die Departement Liggaamsopvoeding aan die Universiteit van Stellenbosch, teen die einde van 1939 geïnterneer is, moes daar spoedig 'n plaasvervanger gevind word. Dr. Obholzer het met sy vroeëre leermeester, dr. Karl Gaulhofer, in verbinding getree en hom versoek om 'n geskikte medewerker aan te beveel. Gaulhofer het die name van drie persone aanbeveel met Postma as eerste keuse (Boshof, 1981:130). Die gevolg hiervan was dat Postma die aanbod van die Universiteit van Stellenbosch vir 'n senior lektoraat in die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde in 1940 aanvaar het. In Februarie 1940 het hy en sy familie (vrou en dogter) na Suid-Afrika vertrek. Teen die helfte van Maart 1940 het hulle in Stellenbosch

gearriveer en Postma het spoedig daarna sy betrekking opgeneem (Postma, 1980:1).

Die algemene verwagting was dat dr. Obholzer toegelaat sou word om na die Departement terug te keer, want op 24 Junie 1940 het die Senaat van die Universiteit van Stellenbosch besluit om Postma se aanstelling as waarnemende departementshoof slegs tot 31 Desember 1941 te verleng (US, 1940:157). Postma het egter tot aan die einde van 1946 as Departementshoof waargeneem (US, 1947:230). Sedert 1942 het Postma die posisie van senior lektor beklee. Hy het hierdie betrekking vanaf 1947 - ná 'n dienstydperk van ses jaar as waarnemende Departementshoof - behou tot aan die begin van sy laaste jaar in die Departement in 1972 toe hy as mede-hoogleraar aangestel is (Boshof, 1981:133).

Gedurende Postma se verbondenheid aan die Universiteit van Stellenbosch - 'n periode van bykans 32 jaar - het hy op verskeie terreine bydraes gelewer tot die ontwikkeling van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit sowel as in Suid-Afrika in die algemeen. Hierdie bydraes word vollediger bespreek in die afdelings wat volg.

3.1.5 Postma as persoon

Postma was in meer as een opsig 'n gebore Nederlander en ten spyte van sy 45-jarige verblyf in Suid-Afrika het hy altyd trots op sy Nederlandse afkoms gebly. Hy was betrokke by die Genootskap Suid-Afrika-Nederland wat dit as oogmerk gehad het om die goeie verhoudinge tussen die twee lande te bevorder. Hy het onder andere, in samewerking met J.C. Kelder, 'n vertoning van Nederlandse films op 4 Maart 1969 aan alle belangstellendes namens die Stellenbosche tak van die Genootskap Suid-Afrika-Nederland vertoon. As 'n Nederlander van Friese ouers beskryf Thiart (1983:3) Postma soos volg:

> "Die Friese is bekend as goeie mense, maar hulle kan ook vol draadwerk wees. Dr. Postma was en is 'n goeie mens met

belangstelling in sy medemens en studente ten spyte van sy Friese-oorsprong."

Die goeie verhoudinge tussen Postma en sy medemens - soos wat bostaande opmerking van Thiart suggereer - is op verskeie vlakke deur Postma uitgeleef. Hy het goeie verhoudinge nie alleen met sy studente gehandhaaf nie maar ook met sy kollegas. Van sy oudstudente praat vandag nog met groot dankbaarheid van hom as "Ou Possie" (Thiart, 1983:3).

Tydens die beginjare wat Postma as waarnemende departementshoof in Liggaamlike Opvoedkunde opgetree het, was sy kollegas Duitssprekend. Om die goeie gesindheid tussen almal te behou, het Postma toegestem dat Departementele vergaderings deur medium van Duits plaasvind (Postma-van-Hall, 1983). (Sy Friese afkoms het egter die oorhand oor hom gekry toe Duitsland in Mei 1940 Nederland verower het. Postma het daarna geweier om verder Duits te praat.)

In die veertigerjare, toe Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika in sy wordingsjare was, was daar blykbaar heelwat naywer en jaloesie tussen en onder vakkollegas. Postma (1983a:2) beweer dat "...'n geskinder oor opleiding of 'n gebrek aan opleiding" bestaan het. Onder andere omdat Postma 'n voorstaander van goeie verhoudinge tussen kollegas was en ter wille van die bevordering van die vak, het hy die inisiatief geneem om die "onbekend maak onbemind"-houdinge met kennismaking en onderlinge diskussie te vervang deur kollegas in die vak bymekaar te bring. Hierdeur wou hy 'n gesprek oor vakwetenskaplike aangeleenthede aan die gang kry en onderlinge waardering en respek by kollegas vir mekaar se standpunte probeer aankweek (Postma, 1983a:2). As gevolg van hierdie pogings van hom het die eerste Suid-Afrikaanse Kongres vir Liggaamlike Opvoedkunde in 1945 te Stellenbosch en Kaapstad plaasgevind.

Oor die algemeen was Postma 'n stil en beskeie persoon wat nie daarvan gehou het dat mense oor hom moet praat nie (Postma-van-Hall, 1983). Daar het egter min twyfel oor die feit bestaan dat hy sterk uitgesproke was oor sake wat die vak geraak het. Indien hy van mening was dat daar

aangeleenthede was wat nie die vak tot voordeel gestrek het nie, het hy nie gehuiwer om hom hard en duidelik daaroor uit te spreek nie (Postma, 1951b:67).

Ten spyte van die feit dat Postma baie uitgesproke was ten opsigte van die vak, is Du Toit (1983:2) van mening dat hy deurgaans 'n heer was en dat hy hom nooit kwaad gesien het nie. Sy beheerste optrede was onder andere kenmerkend van die tydperk wat hy as waarnemende departementshoof opgetree het aan die Universiteit van Stellenbosch. Benewens die feit dat daar groot verskille tussen kollegas in die Departement op grond van nasionaliteit en kulturele waardes bestaan het, was daar ook groot verskille ten opsigte van benaderings tot aspekte van die vak. Ten spyte van verskille, het Postma steeds daarin geslaag om beheerst op te tree (Du Toit, 1983:2).

Postma was 'n persoon met 'n besondere werkywer. Hy het gepoog om die ontwikkeling van die vak op verskeie maniere te bevorder deur onder meer navorsing, publikasies, die opstel van lesings, komitee- en kommissiewerk. Hy was 'n volgehoue student in sy vakgebied en het gepoog om op hoogte te bly met die nuutste ontwikkelinge. Hy het verskeie publikasies die lig laat sien en hy het waardevolle diens as redakteur van die blad Liggaamsopvoeding en as komiteelid van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Liggaamlike Opvoeding en Rekreasie (vroeër bekend as die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning) gelewer. Sy eggenote het sy besondere werkvermoë kort en saaklik soos volg saamgevat: "Hy was sonder einde" (Postma-van Hall, 1983).

Postma was fiksheidsbewus en het gereeld tennis en hokkie gespeel en fiksheidsklasse bygewoon. Daardeur het hy ook gepoog om 'n voorbeeld vir sy studente te stel. Hierbenewens was hy betrokke by die afneem van fiksheidstoetse van die publiek van Stellenbosch en vir 'n tyd lank het hy oefensessies vir die publiek georganiseer (Postma, 1983a:3).

Benewens die beoefening van liggaamlike aktiwiteite vir fiksheidsdoeleindes en ontspanning, het hy die volgende stokperdjies beoefen: tuinmaak, lees (veral romans), skaakspeel en musiekluister

(veral klassieke musiek). Hy was onder andere 'n gereelde bywoner van konserte aan die konservatorium van die Universiteit van Stellenbosch (Postma, 1983a:5).

Postma was 'n gesinsman. In Augustus 1936 is hy met Gerarda van Hall getroud. Sy het ook aan die Academie voor Lichamelijke Opvoeding gestudeer en het in 1929 haar diploma verwerf (Boshof, 1981:132). Uit die huwelik is 'n dogter en seun gebore en Postma het gepoog om sy gesin bymekaar te hou. Dit kan waarskynlik ook aan die feit toegeskryf word dat hulle "vreemdelinge" in 'n nuwe land was waar hulle geen direkte familie gehad het nie (Postma-van Hall, 1983).

Dit wil voorkom asof 'n belangrike rede vir Postma se dryfkrag en deursettingsvermoë deels te vinde is in die feit dat hy gedurende sy kinderjare gespot is vanweë sy rooi hare. Ter kompensering hiervoor het hy gepoog om op sportgebied te presteer. Volgens Postma (1985) was eersug die groot dryfveer. In elk geval, in sy volwasse lewe het hy van sportprestasies na prestasie op akademiese gebied oorgeskakel en gepoog om op wetenskaplike gebied die beste te wees in sy vak. Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika kan hom dus gelukkig ag dat hierdie gebeure in Postma se jeugjare eventueel daartoe sou lei dat hy 'n belangrike bydrae tot die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika sou lewer.

3.2. POSTMA SE BESKOUINGS TEN OPSIGTE VAN LIGGAAMLIKE OPVOEDKUNDE

3.2.1 Inleiding

Ter verklaring en verduideliking van Postma se bydrae tot die ontwikkeling van Liggaamlike Opvoedkunde as vak, is dit noodsaaklik om insae in die belangrikste wetenskaplike, voorwetenskaplike en veral ook

filosofiese benaderings tot die dissipline, wat hy gehandhaaf het, te kry. Vanweë die feit dat dit onmoontlik is om alle fasette in die verband te dek, word die aandag tot die prominentste fasette bepaal. Die veronderstelling is dat enige wetenskaplike se voorwetenskaplike en filosofiese opvattings 'n invloed het op sy wetenskapsiening. Vir die doeleindes van die afdeling word die aandag bepaal by die volgende fasette: sy beskouings ten opsigte van Liggaamlike Opvoedkunde as vakwetenskap; sy standpunt ten opsigte van Liggaamlike Opvoedkunde en navorsing; sy siening van Liggaamlike Opvoedkunde en die natuurlike beweging van die Oostenrykse gimnastiekskool; sy siening van Liggaamlike Opvoedkunde as skoolvak; sy filosofiese opvattings oor Liggaamlike Opvoedkunde; sy siening van Liggaamlike Opvoedkunde in verhouding tot sport en spele en sy opvattings oor fiksheid en "training" in die Liggaamlike Opvoedkunde[2].

Postma se beskouings oor bogenoemde fasette blyk duidelik uit sy boek Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde waarin hy 'n groot verskeidenheid fasette van die teorie van die dissipline behandel. Uit die groot verskeidenheid artikels wat hy geskryf en gepubliseer het en uit referate wat hy gelewer het, word verdere lig op hierdie fasette gewerp.

3.2.2. Liggaamlike Opvoedkunde as wetenskap

Gedurende die veertiger- en vyftigerjare was die vraag of Liggaamlike Opvoedkunde 'n "volwaardige" dissipline is al dan nie, 'n hoogs debatteerbare aangeleentheid. Postma het in die verband met feitelike

2 Hoewel die begrip "training" tans nie as 'n Afrikaanse woord erken word nie, word dié begrip deurgaans in die teks gebruik omdat dit destyds as 'n vakbegrip gebruik is - by gebrek aan 'n Afrikaanse begrip - en om die betekenis wat Postma aan die begrip geheg het, te behou

beredenering aangedui dat Liggaamlike Opvoedkunde , volgens sy oordeel en insig, besliste erkenning as 'n nuwe en volwaardige dissipline behoort te geniet. Die kern van sy beredenering was dat Liggaamlike Opvoedkunde voldoen het aan al die formele eise wat wetenskaplikes vir die erkenning van 'n nuwe dissipline in die geheel van die wetenskapsbeoefening gestel het. Hy het egter toegegee dat daar op daardie stadium sekere teoretiese terreine van die vak was wat in 'n voorwetenskaplike stadium verkeer het (Postma, 1951a:11).

In sy uiteensetting van die verskillende teoretiese terreine wat Liggaamlike Opvoedkunde as vakwetenskap betree het, het Postma die volgende onderskei:

TEORETIESE TERREINE VAN LIGGAAMLIKE OPVOEDKUNDE

	HOOFASPEKTE	
Natuurwetenskaplike	**Sentrale**	**Geesteswetenskaplike**
1. Kinesiologie	Geskiedenis van en huidige strominge in die Liggaamlike Opvoeding	Opvoedkundige probleme i.v.m. Liggaamlike Opvoeding
2. Fisiologie van oefeninge	Motoriekleer	Sielkundige aspek van Liggaamlike Opvoeding
3. Antropometrie van Liggaamlike Opvoed=kunde	Algemene metodiek van Liggaamlike Opvoeding	Sosiologiese aspek van Liggaamlike Opvoeding
4. Higiëne van Liggaamlike Opvoeding, korrektiewe gimnas=tiek	Fiksheid en training	Filosofiese aspek van Liggaamlike Opvoeding
5.	Organisasie van Liggaamlike Opvoeding	
6.	Navorsingsmetodes van die Liggaamlike Opvoedkunde	

(Postma, 1977:5).

Uit bestaande tabel blyk dit dat Postma Liggaamlike Opvoedkunde nie net as 'n geesteswetenskaplike disipline gesien het nie aangesien hy Liggaamlike Opvoedkunde ook met die natuurwetenskappe in verband gebring het.

3.2.3 Die benaming "Liggaamlike Opvoedkunde"

Hoewel Postma die status van Liggaamlike Opvoedkunde as volwaardige dissipline bepleit het, het hy dikwels die mening uitgespreek dat Liggaamlike Opvoeding 'n naamsverandering moes ondergaan. Volgens hom was die naam van die dissipline, naamlik Liggaamlike Opvoeding (gesien vanuit die oogpunt van die dualistiese filosofiese leer wat 'n skeidslyn tussen "siel en liggaam" getrek het) onwenslik. Verder het die filosfiese leerstelling - wat ook in die oud-Christelike leer ingedra is en waarvolgens die liggaam as die draer van die sonde en die luste van die mens (die natuur) gesien is - die vak gevolglik benadeel. Op grond hiervan het Postma tot die volgende konklusie gekom:

> "Deur handhawing van die term "liggaamlike opvoeding" sal ons werk altyd geassosieer word met 'n minder belangrike soort van opvoeding en sal ons daartoe bydra om die vak onverdiend in 'n Aspoester-posisie te handhaaf" (Postma, 1961:11).

Postma het verskeie moontlikhede vir 'n nuwe benaming van die vak in gedagte gehad. Een van die moontlikhede was dat die naam van die vak afgelei kon word van een van die belangrikste doeleindes van die vak, soos byvoorbeeld "Bewegingsopvoeding" of "Motoriekleer" (Postma, 1961:12).

Hierdie siening wat Postma ten opsigte van 'n naamverandering vir die vak gehad het, het 24 jaar later werklikheid geword want op 'n vergadering van die hoofde van departemente van Liggaamlike Opvoedkunde aan universiteite op 25 Januarie 1985 is die volgende vakbenaming aanvaar: **Menslike Bewegingskunde**. Dié naam sou nie van toepassing wees op skoolvlak nie maar sou slegs op universiteitsvlak geld (SAVSLOR, 1985:2).

3.2.4 Liggaamlike Opvoedkunde en navorsing

In die begin van die veertigerjare was daar weinig sprake van navorsing in die vak Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika. Die werk wat Postma in dié verband verrig het, was grootliks baanbrekerswerk. Binne hierdie konteks het hy die volgende opmerking oor liggaamlik-opvoedkundige navorsing gemaak:

> "Ons vak is, wetenskaplik beskou, baie jonk en bestaan hoofsaaklik uit "geleende" wetenskap. Die toekomstige groei van die Liggaamlike Opvoedkunde sal egter vir 'n aansienlike deel van ons eie wetenskaplike aktiwiteite afhang en dit is dus van groot belang dat ons kennis neem van navorsingsmetodes en statistiese bewerkinge en planne beraam om bydraes tot die uitbreiding van ons gebied te lewer" (Postma, 1977:293).

Vir Postma was dit van groot belang dat navorsing wat gedoen is in diens van die lewe moes staan, dat dit bruikbaar moes wees en dat dit sou lei tot die verbetering van die onderwys. In dié verband het hy die volgende geskryf:

> "Ons navorsing moet in die eerste plek gerig wees op die behoeftes van die groeiende kind met betrekking tot die Liggaamlike Opvoeding. Vrae oor die optimale fiksheid, die krag, vaardigheid en uithouvermoë van kinders van 6-18 jaar wat verwag kan word, of in verband met die beste metodes van aanleer van sekere aktiwiteite, asook oor die invloed van die oefeninge op die sosiale gesindheid, op die ontwikkeling van respek, ensovoort, moet in die eerste plaas beantwoord word. Dit is die taak van die liggaamlike opvoedkundige om hierdie probleme aan te pak" (Postma, 1977:294).

Postma het die standpunt gehuldig dat elke Liggaamlike Opvoedkundige 'n basiese kennis van elementêre navorsingsmetodes moes hê. Om 'n Liggaamlike Opvoedkundige hiervoor toe te rus was dit (volgens Postma) eerstens nodig om die student kennis te laat maak met die belangrikste

navorsingsmetodes. Tweedens moes die student bekend gestel word met die mees gebruiklike statistiese begrippe en verwerkinge.

Studente wat 'n bydrae tot die ontwikkeling van die vak wou maak, sou navorsingsopleiding op nagraadse vlak moes ontvang. Vir die onderwyser wat geen wetenskaplike aspirasies gekoester het nie, sou hierdie kennismaking met toetse en metinge en eenvoudige statistiek ook van waarde wees omdat dit hom in staat sou stel om die groei van die leerlinge te kontroleer en die meetbare resultate van die onderrig in Liggaamlike Opvoedkunde (byvoorbeeld die prestasies van leerlinge, krag, fiksheid, ensovoort) te meet (Postma, 1977:294).

Postma (1977;295-303) het die volgende klassifikasie van navorsingsmetodes gemaak:

- Natuurwetenskaplike of eksperimentele metodes wat die volgende ingesluit het: fisiologiese toetse, kinesiologiese metodes, antropometriese metings, toetse vir statistiese en dinamiese krag, meting van uithouvermoë en spoed, lenigheidstoetse, motoriese vaardigheidstoetse, fiksheidstoetse, toetse vir sportsoorte en toetse vir die kennis van sportsoorte.
- Geesteswetenskaplike navorsingsmetodes wat die volgende ingesluit het: toetse vir houding ("attitude"), karakter en sosiale relasies, opnames (onderhoude, vraelyste) en bronnestudie (historiese navorsing).

3.2.5 Liggaamlike Opvoedkunde en die natuurlike beweging van die Oostenrykse gimnastiek

Postma was 'n kenner van die verskillende strominge, stelsels en skole in die Liggaamlike Opvoedkunde soos blyk uit die inhoud en titel van sy proefskrif, naamlik Ondersoek na die wetenskaplike basis van die Europese strominge in die Liggaamsopvoeding van 1900 - 1940. Van al die verskillende stelsels was hy by uitstek 'n voorstander van die metodes

en uitgangspunte van die sogenaamde Oostenrykse gimnastiek van Gaulhofer en Streicher. Waar ander stelsels dikwels eensydig was, soos byvoorbeeld die vroeëre Sweedse gimnastiek ten opsigte van houding (vorm), die apparaatsgimnastiek ten opsigte van akrobatiese prestasie en die ritmiese gimnastiek ten opsigte van inhoud, was dit volgens Postma nie die geval met die Oostenrykse gimnastiek nie. Hy het die volgende beweringe in die verband gemaak:

> "Myns insiens is dit 'n verdienste van die Oostenrykse gimnastiek dat die drie elemente: prestasie, vorm en inhoud tot 'n harmoniese geheel saamgevoeg is. Die fout wat eensydige stelsels van liggaamsopvoeding gemaak het, is hiermee herstel" (Postma, 1944b:49).

Een van die belangrikste kenmerke van die Oostenrykse gimnastiek was die beklemtoning van natuurlike beweging. Met natuurlike beweging is 'n manier van beweging bedoel en nie 'n groep bewegings nie. By die liggaamlike opvoeding in skole is daar van die belangrike uitgangspunte van die Oostenrykse gimnastiek uitgegaan om die natuurlike beweging van kinders te behou en te ontvou. Volgens Gaulhofer en Streicher moes dit "...vermy word om kunsmatige bewegings wat deur volwassenes uitgedink is, aan hulle op te dring " (Postma, 1977:37). Klein kindertjies moes dus nie spesifieke houdings aanleer nie maar moes hul bewegingsvermoë oefen volgens talryke vaardigheidstake" (Postma, 1977:37).

Volgens die uitgangspunte van die Oostenrykse gimnastiek moes kunsvorms soos spronge en/of apparaatoefeninge volgens 'n bepaalde styl (die reglynige bewegingstyl) uitdruklik voor die twaalfde jaar van die kind uitgesluit word. Voor die twaalfde jaar van die kind moes dus alles vermy word wat die natuurlike beweging kon versteur. Die kind moes spelenderwys hardloop, spring, gooi, vang, klim, klouter, optel, dra, trek en stoot. Sodra die "ek-bewussyn" van die kind op 13 tot 14 jaar begin ontwaak het, kon daar 'n begin gemaak word met houdings- en bewegingsvormende oefeninge soos die ontwikkeling van spesifieke tegnieke in 'n bepaalde sportsoort. Prestasie-oefeninge het dan op die voorgrond begin tree hoewel dit die doel was dat geen eensydigheid en

ook geen oordrewe veelsydigheid moes heers nie. Op die leeftyd van 17 tot 18 jaar moes prestasietoetse en onderlinge wedstryde as natuurlike onderdele van die liggaamlike opvoeding van seuns beskou word. Teen ongeveer die 17de jaar moes die uitvoering van die fundamentele bewegings (byvoorbeeld in atletiek) verfyn word. Kunsoefeninge, soos tuimel- en apparaatwerk, wat nie te hoë eise gestel het nie, is as geskik op hierdie leeftyd beskou (Postma, 1956:42).

Volgens Postma (1944a:17) is die bewegings van kinders van ses tot tien jaar gewoonlik natuurlik, sonder dat die kind iets daarvan weet. Na die tiende jaar moet die kind egter van die bewegings bewus gemaak word deur hom op die beginsel van spaarsaamheid te wys - dit wil sê dat hy 'n bepaalde beweging moet uitvoer op die manier wat vir hom die maklikste is. Hy leer dus om die prinsipe van spaarsaamheid (effektiwiteit) in ander bewegings toe te pas soos in arbeidsbewegings. Dié prinsipe is as een van die belangrikste uitgangspunte in die liggaamlike opvoeding beskou. Aangesien die grootste deel van die jeug van destyds hulle brood deur middel van liggaamsarbeid moes verdien, was dit van groot belang dat kinders moes leer om bewegings ekonomies uit te voer. Aangesien dit een van die belangrikste doeleindes van die liggaamlike opvoeding was, naamlik om die kind vir die arbeidslewe voor te berei, moes daar, veral in die laerskole, spesiale aandag aan die natuurlike uitvoeringswyse van bewegings gegee word.

Die Oostenrykse gimnastiekskool was dus 'n voorstander daarvan dat daar aansienlike aandag aan die Liggaamlike Opvoedkunde van die laerskoolkind gegee moes word. Volgens Postma (1941a:23) sou dit slegs moontlik wees om die oorspronklike, natuurlike bewegings te bewaar indien daar voldoende aandag aan die "liggaamsopvoeding" van die kinders in die laerskole gegee word. Hieroor het hy die volgende gesê:

> "Dit is die manier van beweging wat die kind die meeste eie is en waarmee hy die beste prestasie kan lewer. As 'n mens akkoord gaan dat liggaamsopvoeding die kind moet help om die grootste persoonlike prestasie-hoogte moontlik te bereik, sal hy tewens instem met die bewering, dat die behou of ontwikkeling van die natuurlike beweging 'n opvoedkundige eis is wat aan die

liggaamsopvoeding van die kind gestel moet word" (Postma, 1941a:23).

Tydens die vroeëre ontwikkelingsjare van Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika was daar heelwat meningsverskil oor watter stelsel die beste by die Suid-Afrikaanse omstandighede sou aanpas. Daar was aanhangers van die Skandinawiese rigtings, die Duitse apparaatgimnastiek, die Oostenrykse gimnastiek sowel as aanhangers van 'n eklektiese stelsel. Voorstanders van die genoemde stelsels was uitgesproke en het dikwels in konfrontasie met mekaar verkeer. Meningsverskille het dikwels in die vorm van artikels en korrespondensie in Ligaamsopvoeding of Vigor verskyn. In 'n artikel, getitel: Oor vormende oefeninge, wat in April 1944 in Liggaamsopvoeding verskyn het, het Postma juis op 'n artikel van mnr. J. Botha, getitel: Vormende Liggaamsoefeninge wat in Liggaamsopvoeding van September 1943 verskyn het, soos volg geantwoord:

> "In die oortuiging dat die Oostenrykse skoolgimnastiek 'n belangriker bydrae te lewer het tot die opbou van die Suid-Afrikaanse Liggaamlike Opvoeding dan die Skandinawiese rigting, wil ek, teenoor die aanhaling van E. Hansen, wat mnr. Botha aan die einde van sy artikel plaas, ten slotte 'n uitspraak van Gaulhofer laat volg: Die kindergimnastiek in die skole gaan uit van die grondbeginsel om die natuurlike beweging van die kinders te behou en te ontvou; sorgvuldig moet ons vermy om hulle kunsmatige bewegingsvorme wat deur volwassenes uitgedink is, op te dring" (Postma, 1944a:22).

So het Postma ook in antwoord op kritiek van mnr. Schrecker op die uitgangspunte van die natuurlike beweging in Liggaamsopvoeding van April 1944 die volgende van Gaulhofer en Streicher se gimnastiek geskryf:

> "Hier is bedagsame mense aan die woord wat noukeurig die waarde van die verskillende strominge in die Liggaamsopvoeding getoets het en tot 'n heel ander slotsom kom as die woordvoerders uit mnr. S (Streicher) se artikel. (Ook in Suid-Afrika vind ons gelukkig belangstelling vir die idees van die Oostenrykse gimnastiek. So skryf byvoorbeeld meneer D.P.J. Smith (Potchefstroom): "Ons moet

aansluit by Gaulhofer se teorie van funksionele beweging." (Magister Tesis 1941, bls. 149). Laat ons van hierdie mense 'n voorbeeld neem en sonder vooringenomenheid nagaan of die natuurlike gimnastiek ook 'n bydrae kan lewer tot die opbou van die liggaamsopvoeding in Suid-Afrika" (Postma, 1944b:50).

3.2.6 Liggaamlike Opvoedkunde as skoolvak

Postma was sterk uitgesproke oor Liggaamlike Opvoedkunde as skoolvak. Gedurende die veertiger- en vyftigerjare was die vak as sodanig nog in sy kinderskoene met die gevolg dat daar 'n voortdurende stryd was om die vak as volwaardige skoolvak erken te kry.

Na aanleiding van 'n berig in die pers oor die Kongres van die Vrystaatse Onderwysvereniging waar die ondervoorsitter, mnr. J.M.B. Faure, die afskaffing van "liggaamlike opvoeding" as kursus aan middelbare skole bepleit het, het Postma 'n verweerskrif opgestel waarin hy die belangrikheid van Liggaamlike Opvoedkunde as skoolvak beklemtoon het(Postma, 1957:16). In die verweerskrif het hy onder andere die volgende stellings gemaak:

1. Die skool is 'n opvoedingsinstituut en nie slegs 'n leerskool nie. Vanuit opvoedkundige standpunt gesien is die allesoorheersende posisie van die "leervakke" 'n ongerymdheid.
2. Buiteskoolse sport kan nooit die Liggaamlike Opvoedkunde vervang nie. Sport lei tot spesialisering met die gevolg dat geen harmoniese ontwikkeling sal plaasvind nie.
3. Liggaamlike Opvoedkunde in skoolverband het 'n gunstige invloed op intellektuele prestasie.
4. Spele onder goeie leiding het 'n groot opvoedkundige waarde.
5. Meer periodes vir Liggaamlike Opvoedkunde kan die eksamenresultate verbeter (Postma, 1957:16).

Ten opsigte van die doel van Liggaamlike Opvoedkunde as skoolvak, was Postma van mening dat die doel van Liggaamlike Opvoedkunde drieledig gesien kan word, naamlik die uiteindelike doel, die verwyderde doel en die onmiddellike doel (Postma, 1977:236).

Die **uiteindelike doel** was om 'n bydrae tot die opvoeding van die kind, as goeie burger en tot goeie gedrag volgens aanvaarde norme, te lewer.

Die **verwyderde doel** was vir Postma (a) om die groei te bevorder, kultuurskadelikhede teen te werk, die goeie houding en die natuurlike beweging te ontwikkel, en die prestasie te verhoog; (b) om die wil om 'n gesonde leefwyse te volg aan te moedig en te kweek; (c) om waardevolle ontspanningsvorme aan te leer en (d) om die emosionele ontwikkeling, sosiale verhoudinge en karakterontwikkeling te help vorm.

Die onmiddellike doel het verwys na doelwitte wat in lesse nagestreef is en wat die ontwikkeling van die fundamentele aktiwiteite, aanleer van tegnieke, die ontwerp van bewegingspatrone en dergelike, omvat.

Postma het dit betreur dat die genoemde doelstellings nooit in sy geheel verwesenlik kon word nie as gevolg van omstandighede by skole soos onvoldoende tydstoekenning vir Liggaamlike Opvoedkunde, gebrekkige fasiliteite en onopgeleide leerkragte (Postma, 1977:237).

Postma was ook van mening dat elke liggaamlike opvoeder as propageerder van sy vak presies moes weet wat hy wou doen. Die onderwysers moes by die opstel van sy leerplan die doelstellings "...op sy vingertoppe..." gehad het, anders sou hy die gevaar geloop het om 'n ongebalanseerde program op te stel (Postma, 1977:237).

Om sekere vooropgestelde doelstellings te bereik is bepaalde hulpmiddele nodig. In die veertigerjare was daar nog geen definitiewe indeling ten opsigte van die middele (aktiwiteite) wat in die skole gebruik sou word nie. Volgens Postma (1941b:3) het elke skrywer feitlik sy eie indeling gehad. Postma was die mening toegedaan dat baie van die indelings groot gebreke gehad het en dat hulle geheel en al nie - of ten minste grotendeels - op vakwetenskaplikheid aanspraak kon maak nie. Postma

was 'n groot voorstander van die indeling van Gaulhofer. Gaulhofer se indeling het berus op die doel wat met die oefeninge nagestreef word en sy klassifikasie het uit die volgende afdelings bestaan:

1. Kompenserende oefeninge met die doel om te vergoed vir een of ander afwyking/gebrek.
2. Vormende oefeninge met die doel om goeie houding en regte bewegings aan te leer.
3. Prestasie-oefeninge met die doel om die leerlinge tot optimale prestasie te voer. Dit sluit aktiwiteite in soos wandel (staptoere), spanspele, verdedigingsoefeninge, winteroefeninge (skaatsry, ski), swem en fundamentele bewegings (loop, spring, klim, ensovoort).
4. Bewegingskunste wat die volgende ingesluit het: akrobatiese bewegingskuns soos tuimeloefeninge, kunsspronge in die water, gooi-en-vangkunste met klein apparaat, rekstok-, brug- en perdoefeninge asook dans en aanverwante bewegingskunste (Postma, 1942a:5).

Die toepassing van die middele op skool moes volgens 'n leerplan, jaarplan en 'n lesplan geskied. Postma het dit betreur dat sekere provinsiale onderwysdepartemente geen leerplanne vir liggaamlike opvoeding voorgeskryf het nie. In sulke gevalle moes die onderwysers dus hulle eie diskresie gebruik by die opstel van jaarplanne. Vir Postma was dit belangrik dat eenvormige leerplanne in Suid-Afrika toegepas sou word aangesien dit onder andere daartoe sou bydra dat die aansien van die vak bevorder word (Postma, 1977:241).

'n Uittreksel uit 'n voorbeeld van 'n tipiese jaarplan vir standerd ses seuns (onder relatief eenvoudige omstandighede) soos Postma dit gesien het en soos hy dit graag algemeen geïmplementeer wou sien, word hieronder verstrek.

UITTREKSEL: JAARPLAN SOOS VOORGESTEL DEUR POSTMA

MAAND	INLEIDING	HOUDINGSOEFENINGE	ALGEMENE BEDRYWIGHEDE
Januarie 3 lesse	Jagterbal Spele	Eenvoudige losmaakoefeninge	Atletiek: wegspring, verspring met en sonder aanloop, hoogspring met aanloop; ewewigs= oefeninge aan bank
Februarie 8 lesse	Aflosresies sonder apparaat	Romp- en arm versterkende oefe= ninge	Atletiek: wegspring en naelloop, gewig- of klipstoot, hoog= spring met aanloop; gooi en vang van tennisballe
Maart 8 lesse	Vrotspeletjies (visnet ens.)	Soos Februarie maar met maats	Plankkrieket en tennissette-oefeninge
April 5 lesse	Aflosresies met apparaat	Losmaakoefeninge en spronge	Tuimeloefeninge: kopstand, handstand, krapstand, handstand-oorslag oor maat

(Postma, 1977:242)

Volgens Postma moes die lesplan vanuit die jaarplan saamgestel word en dit moes uit drie dele bestaan, naamlik 'n inleiding, 'n kern en 'n kalmering. Die doel van die inleiding was om die leerlinge op te warm en voor te berei vir die oefeninge. Die kern is verdeel in houdings- of rompoefeninge en algemene bedrywighede. Houdingsoefeninge is verdeel in voetoefeninge, rompspieroefeninge (abdominale, rug- en syspiere), skouergordel- en armoefeninge en opbou-oefeninge (wat die kind moes leer om bewustelik die normale houding in te neem). Die faset algemene bedrywighede is verdeel in die aanleer van vaardighede, die bevordering van prestasies (soos met tuimeloefeninge), speletjies en/of dansies. Die

derde hoofafdeling, naamlik kalmering, is bedoel om die leerlinge se liggaamsaktiwiteit geleidelik af te bring om die gevaar van verkoues uit te skakel en om hulle in staat te stel om met vrug 'n daaropvolgende lesing by te woon (Postma, 1977:244).

Postma het 'n besliste mening oor dissipline ten opsigte van Liggaamlike Opvoedkunde gehad. Hy was van oordeel dat die gelyktydige uitvoerings van bewegings, bekend as dril, onder bepaalde omstandighede 'n verbetering van dissipline onder die leerlinge kon bewerkstellig. Nogtans het hy heelwat besware teen hierdie metode gehad. Sy uitgangspunt was dat die opvoeder die kind moes lei vanaf die stadium van "opgevoed te word" na "selfopvoeding". Dit beteken dat dissipline nie iets uiterliks is nie maar in wese selfdissipline sou wees (Postma, 1942b:2). Hieroor het Postma die volgende geskryf:

> "Die dissipline moet dus nie ontwikkel word deur die liggaamsbeweging aan strakke bande te lê nie, maar deur orde en gehoorsaamheid te eis op die oomblikke waarop die onderwyser aandag vra, en deur die opwek van die sosiale bewussyn van die kind" (Postma, 1942c:4).

Ten opsigte van die Liggaamlike Opvoedkunde met betrekking tot dogters wat op skool is, was Postma van oordeel dat dit "...moet bydra tot die vorming van die meisie tot vrou" (Postma, 1977:161). Die vrou het biologies en kultureel in elk geval 'n ander taak en verantwoordelikheid as die man. Die psige van die meisie is ook anders as die van die seun. Volgens Postma (1977:161) moes die verskil tussen Liggaamlike Opvoedkunde vir die seun en vir die dogter dus nie net ten opsigte van die oefenstof na vore kom nie, maar die onderwyser moes ook op die aard van die meisie en haar toekomstige taak en verantwoordelikhede ingestel wees, naamlik die van vrou en moeder. Omdat die kompetisie-element by seuns sterker as by dogters is, sal dogters minder op prestasie-oefeninge ingestel wees. Vir haar is die genot van die aktiwiteit en die bewegingsvreugde, in verhouding tot prestasie, belangriker as by seuns. Verder is die deelname aan ritmiese aktiwiteite en danse, volgens Postma se oordeel, eie aan die aard van die dogter. Hierbenewens is die

higiëniese aspek besonder belangrik in die Liggaamlike Opvoedkunde van die dogter (Postma, 1977:161).

In sy boek Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde behandel Postma die metodes waarvolgens Liggaamlike Opvoedkunde op skool onderrig behoort te word, breedvoerig (Postma, 1977:244). Hierin vermeld hy dat die omstandighede waaronder en die omgewing waarin die lesse gegee word - soos 'n netjiese oefenterrein en 'n goeie voorbeeld deur die onderwyser - uiters belangrik is. Hy bespreek onder andere die volgende aspekte van die metodiek van Liggaamlike Opvoedkunde:

1. Die onderrig moet aanpas by die aard van die leerling.
2. Die algemene metodiese reël is: van die eenvoudige na die ingewikkelde, van die bekende na die onbekende.
3. Die geheelmetode verkry voorkeur bo die deelmetode - hoewel daar situasies is (soos in geval van ingewikkelde bewegings) waar die deelmetode gebruik moet word.
4. Hoe die verbetering van foute bewerkstellig kan word.
5. Die gebruik van die arbeidsmetode teenoor die drilmetode.
6. Die implementering van groepwerk en klasaktiwiteite.

Die bestudering van bostaande aspekte bring dit aan die lig dat Postma 'n deeglike insig in die metodiek van Liggaamlike Opvoedkunde op skoolvlak gehad het en dat hy veral 'n teenstander van die drilmetode - wat toe in swang was - was.

Postma was van oortuiging dat die onderwyser wat Liggaamlike Opvoedkunde op skool aanbied altyd 'n goeie voorbeeld moes stel - deur kleredrag, deur sy houding, sy pligsgetrouheid en sy algemene verhoudinge. Postma het dit ook belangrik geag dat die onderwyser oor humor moes beskik. Volgens hom kon die opvoeder met humor in baie situasies sy doel bereik en die aangename atmosfeer bly handhaaf (Postma, 1977:156). Benewens die pligte van die onderwyser met betrekking tot die aanbieding van lesings en oefenklasse in Liggaamlike Opvoedkunde, het Postma die standpunt gehuldig dat die onderwyser ook kragte moes inploeg in toetse en metings ten opsigte van verskeie fasette van leerlinge in Liggaamlike Opvoedkunde (Postma, 1966:38). Aangesien

dit algemene gebruik was dat leerlinge ten opsigte van alle ander vakke in elk geval van tyd tot tyd getoets is om te bepaal of hulle na wense vorder, het Postma geoordeel dat dit ook op Liggaamlike Opvoedkunde van toepassing behoort te wees. Hy het die volgende ten opsigte van toetsprogramme vir klasse in Liggaamlike Opvoedkunde geskryf:

> "Sonder 'n toetsprogram kan die leerkrag geen behoorlike insig in die vordering met betrekking tot die motoriese ontwikkeling kry nie en nie bepaal of die onderwys aan die gestelde verwagtinge voldoen nie. Bowendien beteken dit sowel vir die leerkrag as vir die leerling 'n vergroting van die belangstelling in die vak" (Postma, 1966:38).

3.2.7 Postma en die filosofiese aspek van Liggaamlike Opvoedkunde

Volgens Postma (1977:203) het die volgende filosofiese beskouings 'n verband met en 'n invloed op Liggaamlike Opvoedkunde as dissipline gehad:

Dualistiese mensbeskouings

1. Variasies op die tema van die leer oor die "homo sapiens" - dus van die dualisme tussen gees en stof.
2. 'n Dualisme van gees en lewe waarvolgens "lewe" as die siel-liggaamkompleks beskou word.

Ander filosofiese beskouings

Hieronder is die volgende die belangrikste:

1. Die mens as kultuurwese.

2. Die mens in relasie tot sy omgewing - eksistensialisme.

3. Die beskouing van Palagyi waarvolgens die begrippe "gees", "lewe" en "bewussyn" aan ondersoek onderwerp word.

Op die vraag wat die verband van die genoemde mensbeskouings met Liggaamlike Opvoedkunde is, antwoord Postma soos volg:

> "Ons wil die verskillende mensbeelde opvat as werkhipoteses en nagaan of met behulp daarvan motoriese verskynsels verstaan of verklaar kan word" (Postma, 1977:203).

Vir Postma was die dualisme van gees en stof nie 'n aanvaarbare werkshipotese nie. Hy meld egter dat dit moeilik is om daarvan los te kom aangesien hierdie dualisme in die Westerse denke as 'n vanselfsprekendheid aanvaar is (Postma, 1977:203). Hy is verder van mening dat die dualisme van gees en lewe - wat wesentlik 'n monistiese leerstelling is - 'n bruikbaarder werkshipotese is en die moontlikhede inhou dat dit vrugbaar vir die Liggaamlike Opvoedkunde kan wees veral ten opsigte van die verklaring van motoriese verskynsels (Postma, 1977:204).

Ten opsigte van die eksistensialisme meld Postma die volgende:

> "Eers as ons eksistensieel dink en die mens dus sien in sy verhouding tot sy omgewing, kan ons die beweginge wat hy maak verstaan. Die eksistensiële mensbeskouing is dus uiters vrugbaar om die wesenlike motoriese aspekte te verstaan" (Postma, 1977:205).

Verder vermeld hy:

> "Dit wil voorkom asof die opvatting waar die klem val op die dualisme van gees en lewe, op die eksistensiële denke en op die kulturele aspek, geïntegreer kan word tot 'n meer omvattende mensbeskouing. Wanneer hierin nog die normatiwiteit, die etiese en estetiese norme, dus die moraliteit en die besef van skoonheid verwerk word, kan 'n mensbeeld ontwerp word wat nie slegs vir die begryp van die motoriese verskynsels nie, maar vir die

opvoeding in die algemeen van groot waarde sal wees" (Postma, 1977:205).

Postma (1983a:3) beweer dat hy filosofies aanklank vind by Palagyi en dat hy hom in sy laaste jare besig gehou het met die idees van Palagyi (Postma, 1983c:1). Palagyi het 'n streng onderskeid tussen lewensprosesse en geestelike aktiwiteite by die mens gemaak. Hy was van mening dat die konkrete eenheid daarvan slegs geken kon word as 'n duidelike abstrakte onderskeid tussen die lewensbegrip en die geesbegrip/bewussynsbegrip gemaak is. Volgens Postma (1977:202) is die opvattinge van Palagyi (wat ook by Klages aangetref word sover dit die bewussynswerksaamheid betref) van belang vir 'n begrip van uitdrukkingsverskynsels, vir die verstaan van die ritmiese gimnastiek van Bode, vir die verstaan van die motoriekleer (waarin begrippe soos "fantasiebeweging" gebruik word) en vir die skeppende aktiwiteite wat in die bewegingsopvoeding 'n rol speel (Postma, 1977:202).

Die invloed wat Palagyi se opvattings op Postma gehad het, blyk uit die artikels waarin Postma hierdie beskouinge beklemtoon. Hierdie invloede kom ook na vore in die bespreking van Postma se beskouing oor motoriekleer.

3.2.8 Liggaamlike Opvoedkunde en Motoriekleer

Met die **motoriek** van 'n mens word bedoel sy manier van beweeg of dan sy bewegingswyses in die algemeen. Die motoriekleer omvat al die aspekte van die menslike bewegingslewe waarby die klem op die bewegings as sodanig val. Slegs sekere prominente opvattings van Postma ten opsigte van die motoriekleer word in dié afdeling bespreek.

Volgens Postma (1977:221) is die "leer" van bewegings, soos byvoorbeeld 'n kind wat leer loop of staan, van 'n heeltemal ander aard as die "leer" van spiesgooi, borsslagswem of voorhandhouslaan in tennis onder leiding van 'n afrigter. Eersgenoemde "leer", of anders gestel, "ontwikkeling"

van bewegings vind buite die bewussyn om plaas. Postma het vermoed dat die mens op dié wyse al die fundamentele bewegings soos spring, gooi, loop, ensovoort "leer" en dat selfs sportsoorte op hierdie manier "aangeleer" kan word deurdat die mens die betrokke aktiwiteite nadoen (Postma, 1977:221).

Hierdie min of meer spelenderwyse aanleer van bewegings moet egter van die bewuste leerproses wat onder leiding van 'n afrigter plaasvind, onderskei word. Op die vraag of dit nodig is om bewegings **bewustelik** aan te leer, was Postma se antwoord dat persone wat motories begaafd is waarskynlik sonder bewuste aanleer kan klaarkom. Die pad is egter lank en die tyd van die aanleer van goed gekoördineerde bewegings is vermoedelik korter as dié van spelenderwyse leer. Bowendien is die aantal motories begaafdes beperk en is die meerderheid middelmatig of swak. Dit is dus noodsaaklik om bewegings langs 'n bewuste weg aan te leer om 'n redelike mate van motoriese opvoeding te verseker (Postma, 1977:221).

Hoewel daar talryke teorieë oor die leerproses is, het Postma dit soos volg saamgevat:

1. Aanleer het progressiewe veranderings van gedrag tot gevolg.
2. Die kern van die leerproses word gevorm deur die motivering, die belangstelling en die drang om iets te leer.
3. Daar moet waarneming van sinvolle totaliteite, van bewegings as sinvolle handelinge wees en die begrip van die beweging moet toeneem.
4. Aanleer berus op kinestetiese gewaarwordinge, op sensoriese prikkkels aangaande die posisie van die liggaam en sy onderdele in die ruimte. Daarom speel ook die gesigs- en tasgewaarwordinge 'n rol.
5. Sonder oefening is daar geen vooruitgang nie.
6. Aanleer is 'n interaksie tussen die individu en sy omgewing.
7. Aanleer hang grotendeels af van begaafdheid - dit wil sê van die aanleg wat inherent teenwoordig is (Postma, 1977:222).

Volgens Postma behoort motivering sentraal gestel te word in die leerproses "...omdat daar sonder die drang om iets te leer, van aanleer geen sprake kan wees nie" (Postma, 1977:222).

Postma was van mening dat daar eers duidelikheid verkry moes word oor die aard of wese van ons eie bewegings voordat ons die leerproses van bewegings in die algemeen kon verstaan. Fisioloë en sielkundiges het 'n lang tyd gepoog om bewegings te verklaar met behulp van die **refleksleer**. Hiervolgens maak die mens en dier gebruik van die senuweestelsel en laat dit aanpas by die omstandighede om 'n beweging aan te leer. Hieroor het Postma (1977:224) die volgende geskryf:

> "Die meganistiese opvatting van die senustelsel, wat bewegings wil verklaar met behulp van gekondisioneerde reflekse en vaste koördinasiesentra skiet heeltemaal tekort en moet as 'n oorwonne standpunt beskou word."

'n Verdere verklaring vir bewegings is, volgens Postma (1977:224) die sogenaamde **gestalteleer**. Die begrip **gestalte** kan op voorwerpe wat rondom die mens voorkom, toegepas word. Bewegings is ook voorbeelde van dinamiese gestaltes - dus - bewegingsgestaltes. As 'n beweging gedemonstreer word, word daar in die menslike persepsie 'n "prentjie" van die beweging geskep wat daarna deur die mens in 'n werklike beweging omgesit kan word. In plaas van die eenvoudige begrip "prentjie" gebruik skrywers ander begrippe soos bewegingsbeeld, bewegingsfantasie, virtuele beweging en bewegingsvoorstelling. Hiermee word egter nie 'n visuele voorstelling van die beweging bedoel nie maar 'n vitale beeld, 'n gevoel en/of besef van wat gedoen moet word. Die bewegingsbeeld of virtuele beeld is, volgens Postma, motories-kinesteties van aard - dit berus op spiergevoel en iemand kan moeilik daarvan "bewus" gemaak word. Hy skryf: "Die hele proses van die ontstaan van 'n bewegingsbeeld en die verwerkliking daarvan in die beweging verloop in die vitale sfeer van die mens" (Postma, 1977:225).

Uit die voorafgaande blyk dit dus dat by die refleksieleer die aandag op die fisiologiese aspek van bewegings gevestig is. By die verklaring van bewegings met behulp van bewegingsbeelde en die beklemtoning van die

gestaltekarakter, is die aandag meer op die psigologiese gerig (Postma, 1977:226).

Postma bespreek egter ook 'n derde verklaring van bewegings, naamlik die opvattings van Buitendijk. Buitendijk verklaar bewegings aan die hand van die sogenaamde funksionele bewegingsteorie. By die waarnemers van 'n beweging moet nie net die gestalte nie maar ook die betekenis (funksie) van die beweging begryp word. Waar die gestalte-teorie die lewende gebeure uitsluitlik as 'n aantal prosesse beskou en nie as 'n sisteem van funksies wat deur 'n subjek bepaal word en hierop betrokke is nie, gaan die funksionele opvatting uit van die volle konkreetheid van die eksistensie, van die syn-in-die-wêreld. Hieroor stel Postma (1977:226) die volgende: "As ons dit nie doen nie, verstaan ons geen enkele funksie, geen enkele gedraging, geen enkele selfbeweging nie."

Die ruimte- en tydsisteem speel ook 'n belangrike rol in die funksionele teorie. Lewensfunksies het 'n ander ruimtesisteem en 'n ander tydsisteem as die fisiese en psigiese prosesse. Gevolglik is die gestalteteorie, volgens Postma, nooit in staat om die wesenlike van 'n beweging, naamlik die funksionele karakter daarvan, te verklaar nie (Postma, 1977:227).

Postma gee sy eie verklaring vir bewegings aan die hand van 'n bewegingsvoorbeeld, naamlik 'n sprong. By 'n sprong blyk die eenheid van tyd en ruimte duidelik omdat die bewegings noukeurig by die situasie en die eindpunt, dus die doel, aangepas is. Die sprong kan nie deur middel van reflekse verklaar word nie (refleksleer), dit is ook nie sonder meer 'n proses nie en dus ook nie net 'n gestalte (gestalteleer) nie, maar 'n egte funksie, 'n doelgerigte en by die situasie aangepaste handeling (Postma, 1977:227).

Na aanleiding van bogenoemde en op grond van sy eie insigte het Postma sy eie teorie ten opsigte van bewegingsbeelde ontwikkel. Die invloed van Palagyi se filosofiese opvattings op Postma in die verband blyk duidelik in die teorie. (Vergelyk paragraaf 3.2.7.) Postma se teorie oor bewegingsbeelde is duidelik uiteengesit in 'n referaat wat hy op 27 September 1979 tydens 'n internasionale navorsingsimposium te Stellenbosch

gelewer het (Postma, 1979:15). Hierin meld hy dat suksesvolle onderrig alleen moontlik is as 'n mens 'n breë visie oor bewegingsbeelde het. Voorts maak hy melding van die filosofiese antropologiese probleem ten opsigte van die dualisme van vitaliteit (psigologiese prosesse) en die bewussyn. Hy het dit soos volg gestel:

> "In the context of the dualism of vitality and consciousness the movement images are vital phenomena. They are created in us, not by us, they rise up from the deep well of our subconscious being, usually spontaneously without influence of our will. However, in coaching situations we can try by analyzing a movement, by stressing the key points and demonstrating the movement as a whole to indice or invoke a movement image in a pupil. Those more or less artificially created images are inferior to the spontaneous ones. The understanding of the nature of movement images may enable us to develop a more satisfactory method of teaching movements" (Postma, 1979:15).

3.2.9 Liggaamlike Opvoedkunde, sport en spel

Postma het duidelike beskouings gehad oor sport en spel en hulle verband met Liggaamlike Opvoedkunde. Aan die begin van die veertigerjare was daar uiteenlopende menings oor sport, spel en Liggaamlike Opvoedkunde. Die uiteenlopendheid van die standpunte het dikwels verwarring veroorsaak. Postma het die verskil tussen Liggaamlike Opvoedkunde aan die een kant en sport en spel aan die ander kant duidelik uitgespel. Volgens hom is Liggaamlike Opvoedkunde gerig op 'n veelsydige en harmonieuse ontwikkeling van die liggaam terwyl sport op 'n meer eensydige ontwikkeling gerig was, naamlik op prestasies. In sport vind daar altyd 'n wedstryd plaas en bestaan daar 'n vergelyking van prestasies. Volgens hom lê die verskil tussen sport en spel juis hierin omdat dit by spel gaan om die aktiwiteit self en nie om die resultaat nie. Postma het spel soos volg omskryf:

"Elke vrye, selfgekose, aan sekere reëls gebonde aktiwiteit uitgevoer in 'n geestesgesteldheid wat die hele persoon omvat en plaasvind in 'n eie tydelike wêreld waarby spanning, avontuur en toeval 'n belangrike rol speel, en waarop die ongewoondheid 'n besondere stempel druk. Dit word begelei deur gevoelens van vreugde en ontspanning" (Postma, 1977:187).

Postma ag spel en sport as van groot belang en waarde vir die rekreasie van die kind sowel as vir die volwassene. Om hierdie rede moet die skool voorsiening maak vir die aanleer van ontspanningsvorme. Die verantwoordelikheid vir die aanleer van sport en spel, met die oog op fisieke rekreasie van die volk rus dus op die skouers van die liggaamlike opvoedkundige. Op grond hiervan argumenteer Postma dat die leerplan ook voorsiening behoort te maak vir die aanleer van aktiwiteite wat mense in die naskoolse lewe kan beoefen om geestelik en liggaamlik fiks te bly (Postma, 1977:185).

Volgens Postma (1977:188) dra sport in die moderne tyd "...die gelaatstrekke van hierdie tegniese eeu." Dié uitspraak kan verstaan word as 'n reaksie teen die inperking van liggaamsbewegings en die onderdrukking van die natuurlike behoefte om te speel as gevolg van die meganisering van en spesialisering in werk. Sport kan dus vir sommige mense 'n ontvlugting wees van die wêreld van staal, beton, meganisering en reglementering. Vir ander mense kan sport 'n kompensasie wees vir die besef dat hulle in die "werklike lewe" tekort sou skiet of dit kan maar net 'n metode en middel wees om te ontspan en vreugde te ervaar. Sport kan dus enersyds 'n seën wees maar andersyds is Postma van mening dat daar ook baie gevare aan sport verbonde kan wees.

Een van die gevare verbonde aan sportbeoefening spruit uit die feit dat kompetisie en wedstryde inherent aan sport is. Omdat "...die volle prestasievermoë van die organe by die dogter nie voor die sestiende jaar en by die seun nie voor die agtiende jaar tot ontwikkeling kom nie..." kan wedstryde en kompetisies vir jonger kinders gevare van ooreising inhou (Postma, 1977:137). Hy was veral van mening dat die gevaar van "uitbrand" ten opsigte van sekere individuele sportsoorte baie wesenlik is. Die sogenaamde "uitbrand" is hoofsaaklik 'n psigiese aangeleentheid

maar dit kan ook met 'n min of meer permanente toestand van fisiologiese uitgeputheid en vermoeidheid gepaard gaan. Nog 'n gevaar van sport is die oorbeklemtoning van prestasie wat daartoe aanleiding kan gee dat "...die jong mens verwaand raak en 'n geswolle hoof kry" (Postma, 1977:137).

Postma het dit ook gestel dat skole in velerlei gevalle nie ter wille van die opvoedende waarde van sport teen mekaar kompeteer nie maar dat dit om die aantal bekers, die bekendheid en die naam van die onderskeie skole gaan (Postma, 1977:189).

Volgens hom was dit veral die Amerikaanse kollegas wat geneig was om besondere hoë verwagtinge van sport as opvoedingsmiddel te koester. Sport moes, veral in die vorm van spanspele, 'n sosialiserende invloed hê, dit moes leierskapskwaliteite ontwikkel, en die karakter van die kind vorm om sodoende 'n ideale burger te kweek. Postma het die standpunt gehuldig dat bogenoemde verwagtinge en uitgangspunte oordrewe was en hy het die volgende in dié verband gestel:

> "As ons onsself nie belaglik wil maak nie, pas hier groot beskeidenheid. Om dié rede sal dit goed wees om die opvoedende waarde van sport nie te veel te benadruk nie" (Postma, 1977:190).

Postma het baie sterk gevoel oor die feit dat die gees in sport gesond gehou moet word. Daarom moes leerlinge dit duidelik verstaan dat sport maar ontspanning en spel is en dat dit nie 'n doel op sigself is nie. Dit moet altyd in diens van die geestelike gesondheid en fiksheid van die volk staan en dit moet meehelp dat die individu sy taak in die lewe beter kon volbring. By spel sowel as ten opsigte van individuele sportsoorte moet daar altyd beklemtoon word dat die gees waarin gespeel of gekompeteer word belangriker is as die oorwinning, dat die ongeskrewe reëls van goeie sportmanskap belangriker is as die reëls wat in die reëlboekie staan. Vir Postma is die beste bestryding van die gevare verbonde aan sport, die beoefening van sport "...in die juiste atmosfeer" (Postma, 1977:190).

3.2.10 Liggaamlike Opvoedkunde, fiksheid en training

Volgens Postma is fiksheid of liggaamlike geskiktheid 'n aspek van algemene geskiktheid ("fitness"). Onder liggaamlike geskiktheid of fiksheid word verstaan die vermoë om die taak wat die gebruik van die groot spiergroepe vereis, te volbring sonder oormatige vermoeidheid of uitputting (Postma, 1977:250).

Postma is van mening dat fiksheid 'n spesifieke konnotasie dra met betrekking tot 'n bepaalde sportsoort of liggaamlike aktiwiteit of vorme van arbeid. Analities onderskei hy vier vorme van fiksheid:

1. **Mediese** geskiktheid wat die afwesigheid van siektes of afwykings omvat.
2. **Strukturele geskiktheid** waarmee verwys word na die verskynsel dat die mens se vermoë om arbeid te verrig ook afhang van sy liggaamsboutipe of sy liggaamstruktuur.
3. **Organiese geskiktheid** waarmee hoofsaaklik uithouvermoë bedoel word ten gevolg van die doeltreffende werking van die inwendige organe - dit wil sê die sirkulasiestelsel.
4. **Motoriese geskiktheid** wat verwys na spierkrag, spoed en vaardigheid.

Die begrip training beteken vir Postma (a) oefening deur 'n persoon self en (b) afrigting deur 'n ander persoon. Postma het dié woord gebruik omdat daar (volgens hom) op daardie stadium nie 'n Afrikaanse woord was wat albei aspekte ingesluit het nie. Hy het **training** soos volg omskryf:

> "Die vervolmaking en outomatisering van sekere sportbewegings volgens 'n vaste plan; die sistematiese verhoging van die liggaamlike en geestelike eise met die doel om die optimale funksionele vermoë van die organisme te bereik; veelsydige oefeninge van organe, senuwees en spiere om die weerstand teen vermoeidheid so groot as moontlik te maak en die herstelvermoë te

bevorder; aanpassing van die lewenswyse by die sportiewe doel" (Postma, 1977:253).

Volgens hom moes 'n atleet wat wou presteer sy hele lewenswyse op dié doel rig. Dit is egter belangrik dat die aard van die training by die atleet as individuele mens moes aanpas om onder andere "oortraining" te voorkom (Postma, 1977:253).

Een van die doelmatigste vorme van training (volgens Postma) is "intervaltraining" waardeur die verhoging van spoed, die verhoging van die uithouvermoë en 'n kombinasie van die twee oogmerke bereik kon word. Hy was ook 'n voorstander van "circuit-training" as basiese training om krag en uithouvermoë te verbeter.

Hy is van mening dat daar vir die verbetering van spierkrag gebruik gemaak kon word van isometriese sowel as van isotoniese kontraksies. Volgens hom bevorder isotoniese kontraksies die uithouvermoë van spiere die beste en word die krag die langste behou nadat die oefening gestaak is. Deur isometriese kontraksies word die sirkulasie in die spiere (suurstofvoorsiening) aansienlik verhinder en dit belemmer die toename in uithouvermoë. Die ontwikkeling van die kragvermoë van spiere hang grotendeels af van die mate van "overload" wat gebruik word tydens oefeninge (Postma, 1977:255).

Postma het lenigheid nie as 'n belangrike faset van fisieke fiksheid beskou nie aangesien die korrelasie tussen lenigheid en prestasie nie veelseggend is nie. Hy betreur die omstandighede waaronder Liggaamlike Opvoedkunde op skool gegee word omdat dit van die verbetering van lenigheid 'n onbereikbare doel gemaak het. Hy het hom soos volg hieroor uitgelaat: "Hoogstens kan 'n bestaande lenigheid behoue bly of kan die soort oefeninge met 'n ander doel, byvoorbeeld "opwarming" gebruik word" (Postma, 1977:211). Hy is verder van mening dat lenigheid baie spesifiek is met betrekking tot bepaalde liggaamsdele. Daar is byvoorbeeld baie min verband tussen skouer- en heuplenigheid.

Hy is van mening dat "mental practice" - dit wil sê die dink aan bewegings of die uitvoering daarvan in die verbeelding, 'n gunstige

invloed op prestasie kan hê. Sy vermoede was dat die voorstelling van die beweging, die bewegingsbeeld (virtuele beweging) duideliker maak en dat dit 'n beter verloop van die werklike beweging veroorsaak (Postma, 1977:259).

3.3 POSTMA SE BYDRAE TEN OPSIGTE VAN OPLEIDING EN ONDERRIG

3.3.1 Inleiding

Postma was 22 jaar lank betrokke by die opleiding en onderrig van studente in Liggaamlike Opvoedkunde. Met sy aanstelling aan die Universiteit van Stellenbosch in 1940 moes hy vir sewe jaar as waarnemende hoof van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde optree. Vanaf 1947 tot 1971 het hy die posisie van senior lektor en in 1972 as medehoogleraar in hierdie Departement beklee. Gedurende die tydperk wat hy as waarnemende hoof opgetree het, het hy die Departement met groot bekwaamheid georganiseer en beheer en op die wyse 'n vaste basis geskep waarop die opleiding van studente kon geskied. As senior lektor was hy by verskeie administratiewe aspekte van die Departement betrokke wat aanleiding gegee het tot die doeltreffende opleiding van studente. Hierbenewens was sy opleidingsmetodes sowel as sy persoonlike invloed van so 'n aard dat dit 'n positiewe invloed op die opleiding van studente gehad het.

Postma se bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig in Liggaamlike Opvoedkunde het egter veel verder as net die Departement aan die Universiteit van Stellenbosch gestrek. Hy het sy stempel op 'n baie wyer terrein rakende onderrig en opleiding afgedruk. In die eerste plek het hy daarin geslaag omdat hy verantwoordelik was vir die skepping en uitbouing van verskeie afdelings van Liggaamlike Opvoedkunde - afdelings wat erkenning in die vakwêreld in Suid-Afrika geniet het. Tweedens was hy ook kenner van die vak in sy geheel en hierdie kennis

het hy wyer bekend gestel as net die Departement te Stellenbosch. Die bekendstelling hiervan het veral deur middel van publikasies geskied. Derdens was hy ook in 'n mate betrokke by Liggaamlike Opvoedkunde as skoolvak en deur middel van sy standpunte hieroor het hy 'n bepaalde bydrae gelewer tot die verbetering van die onderrig van die vak aan die skole.

Postma se bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig word onder die volgende twee hoofkategorieë bespreek, naamlik:

1. Sy bydrae in die verband ten opsigte van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch.

2. Sy bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig in die algemeen.

3.3.2 Bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig aan die Departement te Stellenbosch

3.3.2.1 Inleiding

Postma se bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig aan die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch is in breë trekke tweërlei van aard. Eerstens het hy sodanige bydraes ten opsigte van die uitbouing van en doeltreffende beheer in die Departement gelewer dat dit die opleiding van studente op 'n vaste basis geplaas het. Tweedens was sy direkte kontak met die studente sodanig dat dit 'n positiewe bydrae gelewer het ten opsigte van die doeltreffende opleiding van studente.

3.3.2.2 Doeltreffende beheer oor en uitbouing van die Departement

3.3.2.2.1 Beheer en organisasie as waarnemende Departementshoof

Toe Postma aan die begin van 1940 sy betrekking by die destydse Departement van Liggaamsopvoeding aanvaar het, het hy die uiters moeilike taak gehad om uit die ontwrigting en selfs die chaos as gevolg van die bedanking van dr. Jokl en die internering van dr. Obholzer, die Departement te herorganiseer en te administreer. Dié taak het hy nie net vanaf 1940 tot 1947 behartig nie, maar ook in 1948 toe dr. Craven bykans die hele jaar met verlof was (Postma, 1983b).

Volgens Du Toit (1983:1) (wat lid van die doserende personeel in die Departement vanaf Julie tot Desember 1948 was) het Postma sy taak as departementshoof met uiterste nougesetheid uitgevoer. Maré (1983:1), 'n oudstudent van Postma, meld dat sy beheer as waarnemende departementshoof, goed was en dat sy optrede teenoor sy personeel en studente onberispelik en positief was.

Hoewel daar heelwat verskille onder die personeel in die Departement bestaan het as gevolg van nasionaliteitsverskille en as gevolg van uiteenlopende sienswyses oor fasette van die vak, het Postma so ver as moontlik gepoog om neutraal te bly. As waarnemende departementshoof het hy daarin geglo om pligte te delegeer en het hy al hoe meer van die teorieklasse (wat hy aanvanklik alleen behartig het) onder ander lede van die personeel te verdeel. Hy het vertroue "...in die goeie werk..." wat deur sy personeel gedoen is, gehad en daarom was daar (volgens hom) nooit enige rede vir dissiplinêre optrede nie.

Postma se benadering tot die organisering van en beheer oor die Departement het onder andere tot gevolg gehad dat die opleiding en onderrig van studente vlot kon verloop. Dit het 'n bepaalde kontinuïteit aan die opleidings- en onderrigprogramme gegee.

3.3.2.2.2 Uitbouing van kursusse

Met Postma se aanstelling in die Departement is die volgende kursusse in Liggaamlike Opvoedkunde aangebied:

- 'n Vierjarige graadkursus (B.Ed.Ph.).
- 'n Driejarige diplomakursus in Liggaamlike Opvoedkunde.
- 'n Eenjarige kursus vir Senior Onderwysdiploma S.O.D.-studente.

Volgens Postma was daar met sy aanstelling in die Departement geen enkele leerplan beskikbaar ten opsigte van die genoemde kursusse nie. Hy het by Obholzer probeer lig opsteek oor wat hom te doen staan, maar Obholzer het hom aangeraai om liewers te doen wat hyself die beste ag aangesien hy die vak geken het. Vir Postma was dit egter nie 'n maklike aangeleentheid nie aangesien hy byvoorbeeld nie geweet het wat die standaard is wat vereis word nie (Boshof, 1981:145). Die algemene toedrag van sake is vererger aangesien beide Obholzer en Gonetz (wat albei voor die koms van Postma aan die Departement verbonde was) se klasaantekeninge tydens hulle internering gekonfiskeer is. Die gevolg was dat Postma geen of baie weinig leidrade gehad het waarvolgens hy die kursusse moes inrig en toepas.

Die eerste verandering wat Postma aangebring het, was om van sy destydse personeel te vereis om 'n leerplan vir elke afdeling van die vak wat deur hulle aangebied word, saam te stel (Postma, 1983b). Ten opsigte van die kursusse wat Postma self aangebied het, het hy grootliks gebruik gemaak van die kennis wat hy opgedoen het tydens sy opleiding in Amsterdam (Postma, 1983a:4).

Postma het dus 'n groot bydrae gelewer om bestaande kurusse aan die Universiteit te hervestig en te verbeter. Hy het as't ware baanbrekerswerk op die gebied en onder baie moeilike omstandighede verrig. Van der Merwe (1983:2), wat jare lank 'n kollega van Postma was, beweer byvoorbeeld dat die indruk geskep kan word dat sekere persone die "vaders" was van die teoretiese aspekte in die die vroeëre Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch maar dat Postma in der waarheid die eer daarvoor behoort te kry. Volgens Du Toit (1983:2) was Postma daarvoor verantwoordelik dat geen vervlakking in die kursusse plaasgevind het nie. As 'n besonder sterk teoretiese akademikus

was hy egter nie baie sterk op die praktiese oefenstof ingestel nie. Hy het egter hiervoor vergoed deur sorg te dra dat die teoretiese fundering van die vak goed gevestig is. As gevolg van sy beklemtoning van die teoretiese was hy dikwels minder gewild by die studente as van sy ander kollegas - hoewel hy nogtans almal se respek en agting afgedwing het (Du Toit, 1983:2).

Waar dit volgens die oordeel van Postma nodig geblyk het, het hy hom vir die vernuwing van die bestaande kursusse beywer. Vernuwing en verandering het klaarblyklik nie sonder slag of stoot plaasgevind nie want Postma verklaar dat hy moes veg vir elke verbetering wat hy wou aanbring aangesien mense eers oortuig moes word van die noodsaaklikheid van die beoogde verandering en/of vernuwing. Hy het byvoorbeeld ten spyte van teenkanting van sekere kollegas kursusse in toetsing en meting (later het dit as evaluasie bekend gestaan) en in eenvoudige statistiek ingestel. Die doel met die instelling van dié kursusse was gemik op die bestudering van navorsingsverslae as deel van die student se seminaarwerk (Postma, 1983a:3). Die sinvolheid van die benadering het later geblyk toe ander inrigtings soortgelyke kursusse ingestel het.

Postma se persoonlike uitgangspunt was dat verandering ook verbetering moes wees - aangesien dit immers sinloos is om verandering aan te bring bloot ter wille van verandering. Hy was nie tevrede met die bestaande B.A.(LO)- en die B.Sc.(LO)-kursusse wat die ou B.Ed.Ph.-kursus vervang het nie. In meer as een gesprek het hy die standpunt gehuldig dat dit nie 'n verbetering was nie maar 'n stap agteruit. Sy motiverings hiervoor was die volgende:

1. Die verpligte byvakke, naamlik Dierkunde, Plantkunde en Fisiologie, het baie beter by Liggaamlike Opvoedkunde as agtergrondsvakke aangesluit in die B.Ed.Ph.-kursus as byvoorbeeld 'n vrye keuse van byvakke soos Afrikaans of Wiskunde. Eersgenoemde byvakke het die insig van studente in Kinesiologie en in Toegepaste Fisiologie aansienlik verbeter en versterk.
2. Die eindstandaard van die praktiese werk oor vier jaar was aansienlik beter as oor drie jaar.

3. Ter wille van 'n verbreding van die B.A.- en B.Sc.-kursusse moes daar noodwendig ingeboet word aan diepte ten opsigte van 'n studierigting soos Liggaamlike Opvoedkunde (Du Toit, 1983:1).

Ten spyte van Postma se kritiek het dit niks aan die saak verander nie en het die B.Ed.Ph.-kursus verval - 'n gebeurtenis wat deur talle Liggaamlike Opvoedkundiges betreur is.

Postma was die eerste student aan die Universiteit van Stellenbosch wat 'n meestersgraad in Liggaamlike Opvoedkunde behaal het nadat die Universiteit toestemming aan hom verleen het om hom vir die M.Ed.Ph.-graad in te skryf. Dit was dus deur die toedoen van Postma dat die M.Ed.Ph.-graadkursus in Mei 1940 en die D.Ed.Ph.-graadkursus in Junie 1943 amptelik deur die Universiteit van Stellenbosch ingestel is. In 1945 het Postma die eerste persoon geword wat die doktorsgraad in Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch behaal het (Boshof, 1981:151).

3.3.2.2.3 Uitbouing van fasiliteite

Benewens die bydrae wat Postma ten opsigte van die verbetering van die bestaande kursusse en ten opsigte van die instelling van nuwe kursusse gelewer het, het hy hom ook vir die verbetering van fasiliteite met die oog op beter opleiding van studente beywer.

Aan die begin van 1940 het die Departement oor die volgende fasiliteite beskik:

- 'n Gebouekompleks bestaande uit 'n groot en klein gimnastieksaal, kleedkamers vir mans en dames, 'n apparaatkamer, 'n biblioteek, twee klaskamers en enkele kantore vir dosente
- 'n Swembad
- 'n Vyftal sportvelde (Anon., 1940b:47)

Op versoek en aandrang van Postma is sewe tennisbane teen ongeveer 1945 by die Departement gebou (Postma, 1983b). Hy het ook 'n besondere bydrae gelewer ten opsigte van die vestiging van 'n laboratorium vir

motorieknavorsing. Vanaf 1962, toe hy begin het met die vestiging van dié laboratorium, kon studente metings en toetse prakties in die laboratorium afneem. Volgens Postma het dit die wetenskaplike benadering van studente tot Liggaamlike Opvoedkunde as dissipline bevorder en ook bygedra om die standaard van opleiding te verhoog (Postma, 1983a:3).

3.3.2.2.4 Uitbouing van die biblioteek

Vir 15 jaar was Postma verantwoordelik vir die uitbouing van die biblioteek van die Departement. Aangesien 'n biblioteek die kern vorm vir die verkryging en evaluering van inligting ten opsigte van 'n bepaalde vak, het Postma die plek van die biblioteek ook sodanig gesien. Hy het sorg gedra dat die belangrikste wetenskaplike boeke en tydskrifte met die oog op doeltreffende studie in Liggaamlike Opvoedkunde en veral met die oog op navorsing in die biblioteek beskikbaar was (Postma, 1972:3). In 1972 het Van der Ley (1972:359) in 'n artikel oor Postma die volgende oor die standaard van die biblioteek van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde geskryf:

> "Kwalitatief kan deze biblioteek zich meten met de beste in de wereld."

3.3.2.2.5 Uitbouing van die vak deur middel van bekendstelling

Postma het so ver as moontlik gepoog om die vak en die Departement bekend te stel ten einde nog studente in Liggaamlike Opvoedkunde vir die Universiteit te werf. Om hierdie rede het die studente in die Departement dikwels vertonings gelewer - onder andere ook met die opening van die gimnasium op 15 Junie 1940. Dié vertoning wat onder leiding van Postma, mej. Robra en mev. Semmelinck gestaan het, het klaarblyklik groot byval gevind (Anon., 1940c:38).

Aangesien daar aan die begin van die veertigerjare nog nie 'n universiteit in Transvaal was wat 'n graadkursus in Liggaamlike Opvoedkunde aangebied het nie, het Postma (in samewerking met Kelder en mej. Robra) in 1944 besluit om 'n toer met studente in Liggaamlike Opvoedkunde na Transvaal te onderneem - onder andere met die doel om

studente vir die vak te werf. Hierbenewens wou hy ook naam maak vir die Departement Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch (Postma, 1983b). Tussen 13 September en 4 November 1944 is altesaam sewe vertonings op die volgende plekke gehou: Kaapstad, Potchefstroom, Pretoria, Ermelo, Wellington, Stellenbosch en Malmesbury (Anon., 1944a:48). Die vertonings het hoofsaaklik uit gimnastiek, atletiek en ritmiese aktiwiteite bestaan.

In die vorige jaar, 1943, het 'n veelsydigheidswedstryd tussen die studente van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde te Stellenbosch en studente van die Potchefstroomse Opleidingskollege te Potchefstroom plaasgevind. Agtien mansstudente in Liggaamlike Opvoedkunde van die Departement te Stellenbosch het op 19 September 1943 onder leiding van Postma en Kelder na Potchefstroom vertrek en hulle is deur mej. Robra en nege damesstudente in Liggaamlike Opvoedkunde (wat vertonings in Transvaal sou lewer) vergesel. Kompetisies het in die volgende sportsoorte plaasgevind: handbal, tennis, hokkie, boks, stoei, atletiek en gimnastiek. Die studente van Stellenbosch het die kompetisie met 6 - 2 gewen (Anon., 1944b:48). Volgens Postma was die doel van dié kompetisie ook om meer studente vir studie in Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch geïnteresseerd te kry en te werf (Boshof, 1981:180).

3.3.2.3 Kontak met studente

3.3.2.3.1 Inleiding

Postma se direkte kontak met die studente van die Departement was van so 'n aard dat dit 'n positiewe bydrae tot die opleiding van die studente gelewer het. Sy kontak met die studente het veral op twee terreine plaasgevind, naamlik kontak deur middel van die aanbieding van formele lesings en die persoonlike invloed wat hy op studente as individue gehad het.

3.3.2.3.2 Aanbieding van lesings

Volgens Postma se eie oordeel was sy aanbieding van lesings konserwatief - dit wil sê dat hy gehou het by die beproefde metode van direkte kennisoordraging aan studente. Hoewel hy selfwerksaamheid hoog aangeslaan het en as 'n waardevolle studiemetode beskou het, het hy nogtans die direkte metode verkies omdat dit (volgens hom) die doeltreffendse metode was om die meeste kennis binne die kortste tyd oor te dra. Hy het egter dikwels opdragte aan studente gegee wat hulleself op eie inisiatief moes uitvoer.

Postma het daarin geglo dat hy op die hoogte van die jongste verwikkelinge in sy vakgebied behoort te bly ten einde die respek sowel as die belangstelling van die studente te behou. Sy lesings in die teoretiese vakke was blykbaar altyd goed voorberei, deeglik beplan en is baie metodies aangebied. Van sy oudstudente het die volgende menings oor Postma se klasmetodiek uitgespreek:

- Mej. B. Maré, tans vakadviseuse in Liggaamlike Opvoedkunde in die Transvaalse Onderwysdepartement, huldig die volgende mening: "Sy opleidingsmetodes was altyd interessant en stimulerend, alhoewel voorgraadse studente nie altyd sy filosofie verstaan het nie . Ek dink hy het doelbewus so te werk gegaan om die denke te prikkel" (Maré, 1983:2).

- F.D. du Toit, tans hoof van die Departement Studente-aangeleenthede aan die Goudstadse Onderwyskollege, het hom soos volg in die verband uitgelaat: "Sy lesings in die teoretiese vakke was goed voorberei, deeglik beplan en vir my stimulerend en baie interessant. Vir my medestudente, waarvan baie meer van die praktiese werk gehou het, was dit miskien soms effens oor hulle koppe" (Du Toit, 1983:2).

Dit moet in gedagte gehou word dat Postma doseerwerk gedoen het in 'n periode voordat oudiovisuele hulpmiddels in Suid-Afrika algemeen gebruik is. Kennis is by uitstek verbaal oorgedra deur middel van die lesingmetode. Postma het skynbaar tog gepoog om sy lesings op te helder

deur middel van praktiese toetsapparaat soos byvoorbeeld die gebruik van spirometers en dinamometers tydens lesings wat gehandel het oor toetsing en meting (Du Toit, 1983:2).

3.3.2.3.3 **Persoonlike invloed op studente**

Nieteenstaande Postma se sterk teoretiese benadering het hy sy vak met soveel oorgawe beoefen dat hy 'n besielende invloed op dié studente wat dit erns met die vak gemaak het, gehad het. Hy het deur middel van die skepping van 'n eenvoudige laboratorium gepoog om die wetenskaplike benadering van die studente ten opsigte van die dissipline Liggaamlike Opvoedkunde te bevorder. Verskeie studente is hierdeur tot verdere studie en eie navorsingsprojekte geprikkel. Van sy oudstudente, naamlik M. Desiprés, G.W. van der Merwe en B.F. Thiart het later leidende rolle gespeel in die uitbouing van laboratoria in die Departemente van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteite van die Oranje-Vrystaat, Pretoria en Stellenbosch onderskeidelik. Toe Postma vir Desiprés gekomplimenteer het met die laboratorium by die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van die Oranje-Vrystaat, het Desiprés getoon watter waardering hy vir Postma as leermeester gehad het deur te sê: "Jy het dit begin" (Postma, 1983b).

Menige van sy oudstudente praat steeds vandag met waardering van hom as "Ou Possie" (Thiart, 1983:3). Ook dit getuig van die positiewe invloed wat hy op die studente, wat onder sy leiding gestudeer het, gehad het.

3.3.3 Postma se bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig in die algemeen

3.3.3.1 Inleiding

Postma se bydrae ten opsigte van opleiding en onderrig het baie verder gestrek as slegs die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch. Hy het sy stempel op 'n wyer terrein afgedruk omdat hy die verantwoordelikheid op hom geneem het om verskeie afdelings van die dissipline Liggaamlike Opvoedkunde uit te bou, aangesien hy 'n kenner van die vakterrein was en omdat hy betrokke was by die aanbieding van Liggaamlike Opvoeding as skoolvak in Suid-Afrika.

3.3.3.2 Uitbouing van afdelings van die vak

Postma was daarvoor verantwoordelik dat sekere afdelings van die vak in Suid-Afrika gevestig en/of verder uitgebou is. Soos reeds gemeld, het hy byvoorbeeld aan die Universiteit van Stellenbosch 'n begin gemaak met die afdeling Toetsing en Meting (later bekend as Evaluasie) wat onder andere ook eenvoudige statistiek ingesluit het. Ander opleidingsinstellings het sy voorbeeld gevolg en dié afdeling ook in hulle kursusse vir die opleiding van Liggaamlike Opvoedkundestudente ingevoeg (Postma, 1983:3). Postma se invloed ten opsigte van die genoemde afdeling van die vak met betrekking tot ander opleidingsinrigtings is verder uitgebrei deur middel van 'n lesingtoer wat in 1973 deur hom onderneem is. Gedurende die toer het hy die volgende universiteite in die RSA besoek: die Universiteit van die Oranje-Vrystaat, die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys, die Universiteit van Pretoria, die Universiteit van Rhodes en die Universiteit van Durban-Westville. By elk van die genoemde universiteite het hy sy standpunt teenoor studente en

personeel van die Departemente van Liggaamlike Opvoedkunde ten opsigte van die onderwerp: Evaluasie gestel (Postma, 1983:1).

Benewens die afdeling Evaluasie (Toetsing en Meting) het Postma ook ten opsigte van die vestiging en uitbouing van die volgende afdelings van die dissipline in die RSA 'n belangrike bydrae gelewer: Antropometrie; Grondslae/Filosofie van Liggaamlike Opvoedkunde; Metodiek van Liggaamlike Opvoedkunde; Organisasie en Administrasie van Liggaamlike Opvoedkunde;, Fisieke fiksheid. Sy bydrae ten opsigte van die vestiging en/of uitbreiding van dié afdelings van die vak het hoofsaaklik deur middel van publikasies en referate wat hy geskryf en gehou het, geskied. (Kyk 3.4.3).

3.3.3.3 Postma as kenner van die vakgeheel

Benewens die feit dat Postma 'n kenner van spesifieke afdelings van die vak was (waarin hy in 'n sekere sin gespesialiseer het), was hy ook 'n kenner van die vak as geheel - dit wil sê 'n kenner van die dissipline as totaliteit. Hy was egter by uitstek 'n kenner van die teoreties-wetenskaplike aspekte van die vak Liggaamlike Opvoedkunde. Dit is veral aan die feit toe te skryf dat die personeel van die Departement sedert Postma se aanstelling as senior lektor in 1940 slegs uit twee dames en twee mans bestaan het - wat veral praktiese werk gegee het - en hy dus genoodsaak was om nagenoeg alle teoretiese afdelings van die dissipline (wat toe bestaan het) te beheers. Dit het natuurwetenskaplike sowel as geesteswetenskaplike fasette ingesluit (Postma, 1983b).

Tydens sy lang verbintenis met die Departement het Postma die volgende onderafdelings van die vak gedoseer:

- **Teorie**: Kinesiologie, Fisiologie van oefeninge, Geskiedenis en Rigtinge in die Liggaamlike Opvoedkunde, Algemene Metodiek, Evaluasie (Toetsing en Meting met insluiting van Opvoedkundige

Statistiek), Organisasie van buitemuurse skoolsport, Sielkundige-, Opvoedkundige- en Sosiologiese aspekte van Liggaamlike Opvoedkunde, en Antropometrie.

- **Prakties:** Tennis, atletiek, bofbal, krieket, swem, apparaatgimnastiek, hokkie, sokker, boks en stoei (Boshof, 1981:134).

Postma se wye kennis van die vak blyk ook uit die groot verskeidenheid onderwerpe in verband met die vak waaroor hy geskryf het en waaroor hy referate gelewer het. Opsommenderwys kan die volgende opgaaf van onderwerpe genoem word wat deur hom behandel is: Liggaamlike Opvoedkunde in die algemeen; evaluasie (toetsing en meting); bewegingsfisiologie; stelsels en strominge in Liggaamlike Opvoedkunde; filosofiese aspekte van Liggaamlike Opvoedkunde; navorsing, motoriese ontwikkeling en groei van die Suid-Afrikaanse kind; lenigheid; fisieke fiksheid; hokkie; gimnastiek, en sake rondom die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Liggaamlike Opvoeding en Rekreasie. (Kyk hoofpunt 3.4.3).

Postma se kennis van die genoemde afdelings van die dissipline blyk verder uit die verskeidenheid onderwerpe wat deur studente (wat onder hom gestudeer het) in hulle B.Ed.Ph.-skripsies of in ander nagraadse studies aangepak en afgehandel is. Afdelings soos evaluasie (toetsing en meting); bewegingsfisiologie; rekreasie; antropometrie; administrasie en organisasie; korrektiewe gimnastiek; motoriekleer en die metodiek van Liggaamlike Opvoedkunde, is enkele van die onderafdelings van die vak wat deur die navorsing van studente in die vak gedek is; en Postma, as eksaminator, moes op hoogte wees van die inhoudelike aspekte van die genoemde afdelings. (Kyk punt 3.4.2.5.)

Die tasbaarste bewys van Postma se insig in bykans elke faset van die vak blyk uit sy boek *Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde*. In dié boek dek hy bykans alle teoretiese fasette van die vak. (Vergelyk punt 3.4.2.5). Dié boek was die enigste van sy soort in die RSA (Smith, 1965b:60) en is orals in die land deur personeel verbonde aan Liggaamlike

Opvoedkunde-opleidingsinstansies gebruik as voorgeskrewe werk, as primêre bron of as aanvullende bron.

Die feit dat Postma die vak in sy totaliteit geken het en hierdie kennis deur middel van referate en geskrifte (wat as naslaanwerke en as inligtingsbronne vir Liggaamlike Opvoedkundiges in die RSA en in sommige oorsese lande kon dien) oorgedra het, het 'n groot bydrae gelewer ten opsigte van die verbetering van opleiding en onderrig in die vak in die algemeen.

3.3.3.4 Bymekaarbring van vakmense

Voor 1945 was daar weinig en selfs geen kontak tussen die personeel van die verskillende opleidingsinstansies in Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika nie. Deels kan dit aan die feit toegeskryf word dat kommunikasiemiddele en -geleenthede swak en skraal was en dat groot afstande oorbrug moes word. As gevolg van die onbekendheid met die doen en late van kollegas in die vak wat aan ander instansies verbonde was, was daar volgens Postma (1983a:2) baie naywer en jaloesie onder die vakmense asook 'n geskinder oor die gehalte van opleiding of die gebrek aan opleiding by verskillende instansies. Om aan die vakmense die geleentheid te bied om met mekaar kennis te maak en om wedersyds kennis en insigte uit te ruil en om die "onbekend maak onbemind"-verhoudingspatroon te vervang met dié van onderlinge respek en waardering, het Postma die inisiatief geneem om die eerste Suid-Afrikaanse Kongres vir Liggaamlike Opvoedkunde te reël. Die kongres het vanaf 9 tot 12 Januarie 1945 te Kaapstad en Stellenbosch plaasgevind. Dit is opgevolg met die tweede kongres in 1950 asook die stigting van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning (Anon., 1950a:G2) wat daarna gereeld elke tweede jaar vergader het.

Die genoemde insiatief wat Postma geneem het met betrekking tot die reëlings van die eerste kongres en sy aandeel in kongresse wat daarna

gehou is, het 'n belangrike bydrae gelewer ten opsigte van die verbetering van opleiding en onderrig dwarsdeur Suid-Afrika. Dié kongresse wat gehou is het inderdaad daartoe gelei dat vakmense mekaar beter leer ken en kennis onderling uitgeruil het en dat beter samewerking verkry kon word.

3.3.3.5 Postma se betrokkenheid by die onderwyssituasie

Postma was, soos reeds geïmpliseer, nie net betrokke by onderrig en opleiding op tersiêre vlak nie maar hy het hom ook bekommer oor en bemoei met die onderrig en opleiding van Liggaamlike Opvoedkunde op skoolvlak en op verskeie ander terreine.

Dié betrokkenheid van Postma het onder andere voorgespruit uit 'n gebeurtenis wat in die veertigerjare plaasgevind het. Gedurende hierdie tydperk het studente wat Liggaamlike Opvoedkunde as hoofvak aan die Universiteit van Stellenbosch voltooi en in Transvaal begin skoolhou het, gekla dat hulle geen vakleiding daar ontvang het nie. Die rede vir hulle klagte was dat in daardie stadium nie inspekteurs vir Liggaamlike Opvoedkunde in Transvaal aangestel was nie. Met die toestemming van die Rektor van die Universiteit het Postma en J.C. Kelder na die Transvaal vertrek waar hulle verskeie oudstudente besoek en die studente se probleme met hulle bespreek het. Op een stadium het Postma selfs 'n demonstrasieles aan dogters gegee namens 'n onderwyser wat verantwoordelik was vir Liggaamlike Opvoedkunde vir dogters (Postma, 1983b).

Postma was 'n sterk voorstander daarvan dat alle provinsies oor 'n voldoende aantal opsieners (toesighouers) in Liggaamlike Opvoedkunde moes beskik. Volgens hom was dit 'n noodsaaklikheid om 'n gesonde toedrag van sake ten opsigte van Liggaamlike Opvoedkunde in die Suid-Afrikaanse skole te verseker. Omdat die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning (SAVGLO & O) sy kommer oor die algemene toestande ten opsigte van die onderrig van

Liggaamlike Opvoedkunde aan skole uitgespreek het, het 'n ad hoc-komitee van die SAVGLO (waarop Postma gedien het) 'n memorandum opgestel. Die memorandum insake die algemene toestand van Liggaamlike Opvoedkunde aan skole is hoofsaaklik deur Postma en Britton opgestel. Dit is na alle provinsiale onderwysdepartemente gestuur en volgens Postma (1983a:2) het dit in Transvaal onder andere die gevolg gehad dat vyf opsieners vir die vak aangestel is.

Deur middel van die SAVGLO & O het Postma hom ook beywer vir die korrekte implementering van leerplanne in Liggaamlike Opvoedkunde aan skole. As lid van die SAVGLO & O, waarvan hy afwisselend voorsitter of sekretaris was, het hy by die Direkteur van Onderwys aangedring op leerplanne wat meer in besonderhede uiteengesit is as die leerplanne wat deur die Nasionale Adviserende Raad vereis is. Laasgenoemde leerplanne het hoofsaaklik bestaan uit 'n samevatting van oefenstof wat in 'n leerplan gebruik kon word. Daar was egter geen definitiewe voorskrif oor die implementering van die oefenstof nie met die gevolg dat daar geen eenvormigheid in Suid-Afrika ten opsigte van die onderrig van Liggaamlike Opvoedkunde aan skole bestaan het nie (Postma, 1983a:2).

Postma was in geen opsig tevrede met dié toedrag van sake nie. Dit het hom veral gehinder dat die onderwyser in Liggaamlike Opvoedkunde onderrig gegee het sonder om eers 'n leerplan saam te stel. Hy het sy mening oor dié toedrag van sake onomwonde in Vigor (Junie 1951) onder die titel Haphazard or Systematic Training. An open letter to all physical educationists gestel en die volgende geskryf:

> "Dear Colleagues,
>
> If you want people to listen you must talk loudly and use strong words. So perhaps it would have been better to ask: are you a quack or an educator ? It is a queer thing that today one finds colleagues who "teach" without having drawn up a syllabus" (Postma, 1951:67).

Postma het egter nie net kritiek gelewer nie maar ook positiewe hulp aan die onderwysers verskaf deur in dieselfde artikel te verduidelik hoe hulle

te werk moes gaan om 'n leerplan op te stel. Sy mening oor opsieners (vakadviseurs) in Liggaamlike Opvoedkunde en oor 'n leerplan vir die onderrig van Liggaamlike Opvoedkunde het hy in 'n slotparagraaf van die genoemde artikel gestel:

> "I am convinced that the number of inspectors should be increased and that they should insist on the drawing up of a syllabus and the keeping of a classbook by every educationalist" (Postma, 1951:67).

Uit bostaande blyk dit dus duidelik dat Postma wel 'n bydrae gelewer het ten opsigte van die verbetering van die onderrig van Liggaamlike Opvoedkunde aan Suid-Afrikaanse skole - hetsy in sy persoonlike hoedanigheid hetsy in sy amptelike hoedanigheid as lid van die SAVGLO & O/SAVLOR of deur middel van artikels wat deur hom geskryf is.

3.4 POSTMA SE BYDRAE TEN OPSIGTE VAN NAVORSING EN PUBLIKASIES

3.4.1 Inleiding

Tydens Postma se opleidingsjare as Liggaamlike Opvoedkundige aan die Academie voor Lichamelijke Opvoeding in Amsterdam, het hy onder die indruk daarvan gekom dat Liggaamlike Opvoedkunde - soos dit destyds in Europa beoefen is - op hipoteses berus het wat deur min wetenskaplike getuienis ondersteun is. Volgens hom het die meeste stelsels en strominge in en ten opsigte van Liggaamlike Opvoedkunde, wat in die tydperk in swang was, dus eintlik geen werklike vaste wetenskaplike basis gehad - soos byvoorbeeld die Sweedse beoefening van dié wetenskap of soos in die geval van die benadering van Niels Bukh waar stellings gemaak is na aanleiding van oppervlakkige waarneming - nie (Postma, 1983b). Na aanleiding van dié toedrag van sake het Postma besluit dat hy in die

beoefening van Liggaamlike Opvoedkunde altyd 'n wetenskaplike benadering moet probeer volg en deur middel van navorsing moet poog om antwoorde op vrae in dié dissipline te kry.

Hierdie ingesteldheid van Postma ten opsigte van die beoefening van Liggaamlike Opvoedkunde as wetenskap het verreikende gevolge gehad. Hy was byvoorbeeld een van die eerste Liggaamlike Opvoedkundiges in Suid-Afrika wat navorsingswerk ten opsigte van aspekte van Liggaamlike Opvoedkunde begin doen het. Hy het 'n besondere bydrae gelewer tot die ontwikkeling van navorsing deur die navorsingsfasiliteite van die Departement aan Stellenbosch uit te bou en deur die verskaffing van navorsingshulp aan die studente. Hy het self 'n hele aantal navorsingsprojekte afgehandel en referate daaroor gelewer en 'n groot aantal publikasies het uit sy pen voortgespruit.

Al bogenoemde aspekte word breedvoerig in die onderstaande gedeeltes bespreek. Die geskrifte wat deur Postma geskryf is word ook in die onderstaande afdeling bespreek omdat navorsing lei tot publikasies en omdat die skryf van geskrifte in elk geval deur 'n bepaalde graad van navorsing en denke voorafgegaan word.

3.4.2 Navorsing

3.4.2.1 Inleiding

Soos gemeld was Postma een van die heel eerste Liggaamlike Opvoedkundiges wat die noodsaaklikheid van navorsing in die vak ingesien en ook iets daadwerkliks daaraan begin doen het. In dié opsig het hy baanbrekerswerk verrig. Hy was sterk onder die indruk van die leemte wat daar in Suid-Afrika bestaan het ten opsigte van navorsingswerk in Liggaamlike Opvoedkunde. Hy het dit gedurigdeur beklemtoon dat Liggaamlike Opvoedkundiges aandag aan hierdie belangrike

aspek van die dissipline moes gee. In die verslag van die eerste kongres van die SAVGLO & O wat in Januarie 1951 plaasgevind het word onder andere die volgende berig ten opsigte van navorsingswerk:

> "Dr. Postma rightly appealed to all physical educationists to give their attention to this essential aspect of the subject" (Smit, 1951c:8).

Sy belangstelling in navorsing het reeds tydens sy studentejare begin. Hy het reeds toe in opdrag van dr. Gaulhofer navorsing gedoen oor die bewegingstempo van daaglikse bewegings by sportmense (Boshof, 1981:134). Toe hy in 1940 die betrekking aan die Universiteit van Stellenbosch aanvaar het, was die algemene situasie sodanig dat die personeel onkundig was oor navorsingswerk in Liggaamlike Opvoedkunde. Volgens Postma (1983b) het baie van sy kollegas sy idees oor navorsing as dwaasheid bestempel. Hulle het Liggaamlike Opvoedkunde as minderwaardig beskou en wou weet wat Postma eintlik wou bereik deur middel van toetsing en meting in Liggaamlike Opvoedkunde. Volgens hulle was wetenskaplike navorsing wel moontlik vir medici en fisioloë maar beslis nie vir Liggaamlike Opvoedkundiges nie. Postma het hom dit gevolglik ten doel gestel om die "minderwaardige" status wat aan Liggaamlike Opvoedkunde toegeken is en wat daaraan gekleef het, te oorwin en af te breek deur onder andere bewys te lewer dat daar wel wetenskaplike toetse in Liggaamlike Opvoedkunde gedoen kan word.

Ten einde dit te doen het hy homself opgelei deur middel van kennis wat hy bekom het in wetenskaplike publikasies met betrekking tot aspekte van die wetenskap soos wetenskapsteorie, kenteorie, navorsing, navorsingsmetodologie, statistiek, toetsing en meting (kwantifisering). Hy het veral baie van sy Amerikaanse kollegas geleer en respek vir hulle werk gekry. Hy het byvoorbeeld vir McCloy as geniaal op die gebied van toetsing en meting beskou. Hoewel hy baie van die Amerikaners geleer het, het Postma sy kennis by sy eie omstandighede aangepas en sy eie meetmetodes ontwerp (Postma, 1983b). Aangesien hy Engels, Duits, Frans en Nederlands magtig was, het hy dikwels gevoel dat sy betrokke Departement eerder die kruispunt was waar idees uit verskeie lande

bymekaar gekom het as wat Stellenbosch 'n uithoek van die wetenskaplike wêreld in Suid-Afrika was (Postma, 1983a:4).

3.4.2.2 Postma se eie navorsing

As navorser was Postma gedurende sy loopbaan baie aktief en in sy navorsingsloopbaan het hy die volgende navorsingsprojekte voltooi:

Opgaaf van navorsingswerk van Postma

1937	Die bewegingstempo van sportmense
1941	Die invloed van rekkingsoefeninge op die lenigheid van die heupgewrig (M.Ed.Ph.)
1945	Ondersoek van die wetenskaplike basis van Europese strominge in die Liggaamlike Opvoeding 1900 - 1940 (D.Ed.Ph.)
1949	Groeimetings van Suid-Afrikaanse kinders
1953	Prestasiemetinge van Suid-Afrikaanse skoolkinders
1954	Lenigheidstoetse
1956/1959	Liggaamlike geskiktheid van jong mense
1962	Antropometriese toetse in verband met liggaamlike geskiktheid1964 Suurstof-opneemvermoë van sportmense
1969	Die invloed van isotoniese en isometriese oefeninge
1970	Die fiksheidspatroon van rugbyspelers
1972	Studie van bewegingsbeelde

(Postma, 1972:2)

Indien die onderwerpe waaroor Postma navorsing gedoen het, bestudeer word, blyk dit dat hy 'n praktiese ingesteldheid ten opsigte van sy navorsing gehad het. Trouens, hy het hom dit ten doel gestel dat die resultate van sy navorsing praktiese waarde moes hê. In dié verband het Van der Ley (1972:359) die volgende gemeld:

"Steeds ziet man in prof. Postma's loopbaan zijn grote belangstelling (en ijveren) voor een wetenschappelijke benadering van ons vak, met als uiteindelijk doel: de praktische toepassing van de resultaten ervan."

Die aansien wat Postma as navorser geniet het, het ook daaruit geblyk dat hy in 1966 genooi is om lid van die Wetenskaplike Adviserende Personeel van die International Research Institute for Sport and Physical Education Services Incorporated (wat in Januarie 1965 in New York gestig is) te word (Anon., 1966b:15).

3.4.2.3 Navorsingsfasiliteite

'n Verdere bydrae wat deur Postma ten opsigte van navorsing gelewer is, was sy ywer om die navorsingsfasiliteite van die Departement uit te brei. As gevolg van sy oorsese reis van 1962, waar hy laboratoria in Brussel, Keulen, Leiden, Stockholm en Helsinki besoek het, het hy baie kennis aangaande die inrigting van laboratoria aan Departemente vir Liggaamlike Opvoeding opgedoen. In dieselfde jaar het Postma begin met die inrigting van 'n laboratorium vir motoriekondersoek in die Departement. Dié laboratorium is met verloop van tyd uitgebrei en in samewerking met die Departement van Fisiologie wat onder leiding van dr. M.W.P. Nienaber gestaan het, is verskeie ondersoeke in verband met 'n verskeidenheid van menslike bewegings gedoen. Dié twee departemente het byvoorbeeld in 1964 die korrelasie van die suurstofopneemvermoë met die resultate van ander fiksheidstoetse ondersoek. Die universiteitsowerheid het dié projek finansieel gesteun en die genoemde departemente in staat gestel om apparaat soos 'n fietsergometer en 'n Lloyd-gasanaliseerder aan te koop en om hulle in staat te stel om die statistiese data te verwerk. Die Departement van Statistiek se samewerking is in die verband verkry. In 1965 was die laboratorium wel eenvoudig toegerus maar doeltreffend genoeg sodat toetse gedoen kon word vir lenigheid, krag sowel as 'n aantal fisiologiese en antropometriese toetse.

Omdat 'n laboratorium noodsaaklik was vir die opleiding van en gebruik deur navorsers, het hierdie laboratorium 'n belangrike bydrae gelewer tot die bevordering van navorsingswerk aan die Universiteit van Stellenbosch. Verskeie M.Ed.Ph.- en D.Ed.Ph.-studente kon hulle deur middel van die beskikbare fasiliteite verder bekwaam en selfstandige navorsing doen. Op hierdie wyse het die Departement, deur Postma se inisiatief en leiding, nie slegs 'n bydrae gelewer tot die vorming van wetenskaplikes nie, maar ook tot die uitbouing van die vakwetenskap as sodanig (Postma, 1965b:48).

3.4.2.4 Kweek van 'n navorsingsingesteldheid by studente

Postma het daadwerklik sy eie benadering tot die wetenskap aan die studente probeer oordra deur 'n bepaalde navorsingsingesteldheid by hulle te kweek. Sedert die instelling van die graadkursusse in Liggaamlike Opvoedkunde in 1940 het veral toetsing en meting (kwantifisering) 'n belangrike rol in dié verband gespeel.

Postma het dit belangrik geag dat studente kennis van navorsingsmetodes behoort te hê. Tydens die periode wat hy waarnemende departementshoof was, was dit gebruik dat elke B.Ed.Ph.-student 'n verhandeling moes inlewer. In die nagraadse kursus vir die B.Ed.Ph.-kursus is spesiale aandag aan navorsingsmetodes en statistiek gegee. Die B.Ed.Ph.-studente het 'n uitgebreide program van praktiese meting ten opsigte van die eerstejaarstudente gevolg. Hulle moes help met die insameling van data oor liggaamsboutipes en motoriese prestasies van dié studente en moes bepaalde bewegingsfisiologiese toetse doen. Die studente het die ingesamelde data self verwerk. Die B.Ed.Ph.-graad het die studente dus in staat gestel om selfstandige ondersoeke te doen met die oog op die M.Ed.Ph.- en die D.Ed.Ph.-grade (Postma, 1983b).

In latere jare was dit ook gebruik dat studente wat die derdejaar B.A.- of B.Sc.-kursus met Liggaamlike Opvoedkunde as hoofvak gevolg het, deur onderlinge toetse vertroud gemaak is met antropometriese

meetmetodes en -tegnieke ten einde hulle in staat te stel om die groei van leerlinge noukeurig te kontroleer en met eenvoudige fiksheidstoetse die krag, spoed, uithouvermoë, lenigheid en vaardigheid van die leerlinge te toets. Die meer ingewikkelde toetse, soos die bepaling van die suurstofopname en die voedingstoestand is ook aan die studente gedemonstreer. Die kursusafdeling wat oor navorsing en statistiek gehandel het, het die studente in kontak met die basiese beginsels van statistiese verwerkings en navorsingsmetodes gebring en hulle in staat gestel om navorsingsverslae (byvoorbeeld in Research Quarterly) op 'n intelligente wyse te lees en te verstaan. Hierdie inleiding in die opvoedkundige statistiek was nie slegs nodig met die oog op seminaaropdragte nie maar ook vir die opstel van prestasieskale. Op sy beurt was dit weer nodig vir die wetenskaplike beoordeling van die motoriese ontwikkeling van leerlinge. Volgens Kelder (1975:19) was dit een van die uitsluitlike oogmerke van die genoemde afdeling in die kursus om 'n belangstelling in navorsingswerk op die gebied van Liggaamlike Opvoedkunde by die studente te kweek. Ten opsigte van die honneursgraad in die B.A.- en in die B.Sc.-kursusse was Postma onder andere verantwoordelik vir die kursus Eksperimentele Liggaamlike Opvoedkunde wat die bespreking en die toepassing van navorsingsmetodes en statistiek ingesluit het (Postma, 1972:2).

3.4.2.5 Leiding aan studente ten opsigte van hulle eie navorsing

Tydens Postma se loopbaan as senior lektor te Stellenbosch, was hy ook verantwoordelik vir die opleiding van en hulpverlening aan magistergraadstudente. Uit die aard van die saak het die deel van sy pligte ook die eksaminering van hulle werk behels. In 1959 was hy promotor van 'n D.Ed.Ph.-kandidaat, naamlik J.J. Berends. Hy was ook mede-eksaminator van vier magisters- en vyf doktorale kandidate van die Universiteit van die Oranje-Vrystaat, Rhodes, Potchefstroom en van die Universiteit van Suid-Afrika (Postma, 1972:2).

Verskeie van die studente wat gevorderde studies onder Postma se leiding onderneem en afgehandel het, het later leidende Liggaamlike Opvoedkundiges in Suid-Afrika geword. In die verband kan vermeld word dat F.D. du Toit vanaf 1942 tot 1945 vir die B.Ed.Ph.-graad en in 1948 vir die M.Ed.Ph.-graad 'n student van Postma was. Du Toit was vanaf Julie 1948 tot aan die einde van dieselfde jaar 'n dosent in die Departement en het daarna vir baie jare Liggaamlike Opvoedkunde aan die Onderwyserskolleges van Pretoria, Heidelberg en Goudstad (Johannesburg) gedoseer. Du Toit (1983:3) meld die volgende aangaande Postma se ingesteldheid ten opsigte van navorsing:

> "Hy het 'n navorsingsingesteldheid by my gekweek sodat ek later in 1952 voltydse navorsing by die Kamer van Mynwese se toegepaste fisiologie laboratoriums saam met Nick Strydom gedoen het. Hy was my promotor vir die M.Ed.Ph.-studies. Hy het sy opdragte deeglik gegee en later weer gekontroleer, maar die studente hoofsaaklik alleen gelaat om op sy eie inisiatief sy weg te vind."

Prof. B.F. Thiart, tans hoof van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch, het sy B.Ed.Ph.-kursus aan Stellenbosch voltooi. Hy moes ook, onder leiding van Postma, 'n navorsingstaak in sy vierde jaar as deel van die finale eksamen inhandig. Thiart is van mening dat aangesien dit die eerste keer in Suid-Afrika was dat navorsing in Liggaamlike Opvoedkunde deur studente gedoen was en daar geen ander opgeleide persone was wat hulp en leiding aan die studente kon gee as Postma nie, Postma se hulp en leiding van destyds uitstekend was (Thiart, 1983:3). Hy het onder andere die volgende van Postma in dié verband gesê:

> "Hy het ons navorsingsbewus gemaak. Sy leiding en hulp was destyds uitstekend."

Dit blyk dat die oudstudente van Postma, wat deur die navorser geraadpleeg is, deurgaans van mening is dat Postma hulle navorsingsbewus gemaak het. So meld J.J.R. van der Merwe, oudstudent sowel as kollega van Postma, die volgende:

"Wat navorsing betref is ek oortuig dat hy sy studente sterk beïnvloed het in sover dit die noodsaaklikheid van wetenskaplike navorsing betref" (Van der Merwe, 1983:3).

Die volgende studente het onder leiding van Postma hulle proefskrifte, verhandelinge en/of skripsies voltooi:

Skripsies, magister- en doktorale studies voltooi onder leiding van Postma

Doktorale studies

BERENDS J.J. 1960. Die opstel van 'n bruikbare toetsbattery vir die bepaling van liggaamlike geskiktheid en die toepassing van hierdie battery op Suid-Afrikaanse seuns van 14 tot 22 jaar. D.Ed.-proefskrif, Universiteit van Stellenbosch.

Magisterstudies

BERENDS J.J. 1958. Onderzoek na de correlaties tusschen verschillende bewegingsvormen. M.Ed.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

BLAAUW J.N. 1966. Kritiese evaluasie van bestaande metodes vir die meting van lenigheid. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

DESIPRéS M. 1961. Die invloed van oefeninge met gewigte op die algemene motoriese bekwaamheid van hoërskoolseuns en die uitwerking daarvan op sekere atletiekitems. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

DE VILLIERS H.N.B 1952. Die toepassing van 'n karaktertoets

op jeugmisdadigers in Liggaamlike Opvoedingsituasies. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

DU TOIT F.D. 1952. Algemene liggaamlike geskiktheid. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

FLEISHMANN J. 1954. Biologiese gesondheidswaarde van liggaamsoefeninge. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

KROES G. 1960. Ondersoek in verband met die aanleermetodes van motoriese vaardighede. M.A.-(L.O.)-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

LOUW M.J. 1943. Ondersoek na die lenigheid van die mens en die verband daarvan met die prestasievermoë. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

LUBBE H.A. 1944. The nature and age incidence of flat footedness amomg Stellenbosch schoolgirls and the improvement with corrective foot exercises of the hight of the longitudinal arch of the foot. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

MORRISON J.F. 1944. Deel 1: 'n Ondersoek na die invloed van progressief-verswaarde liggaamsoefeninge. Deel 2: 'n Literatuurondersoek na die tonusprobleem. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

ROUX C.J. 1944. Ondersoek na die invloed van gereelde losmaakoefeninge op die lenigheid en na die

verband tussen lenigheid en prestasie=
vermoë van seuns van 11 tot 18 jaar. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

STEYN J.A.E. 1953. 'n Ondersoek na die invloed van gereelde lenigheidsoefeninge op die lenigheid en na die verband tussen lenigheid en prestasievermoë. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

VAN DER MERWE J.J.R. 1954. Metodiek van die gooi- en springnommers van atletiek. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

WIGGET R. 1966. Vergelyking van die suurstofopname by die Howard opstaptoets en 'n fietsergometer=
toets. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

B.Ed.Ph.-skripsies

BIGGS R.H. 1945. Ondersoek na die deelname aan rekreasie van tiksters in Kaapstad.

DE JAGER W.P.J. 1945. Ondersoek na die korrelasie tussen die skouerwydte en die vitale kapasiteit by mans van 20 tot 30 jaar.

DESIPRéS M. 1949. Die samestelling van atletiekprestasieskale vir Blanke skoolseuns van 13 tot 16 jaar.

DE VILLIERS H.N.B. 1945. Die invloed van liggaamsopvoeding op die geestelike prestasies van skoolkinders.

DU TOIT F.D. 1945. 'n Ondersoek na die invloed van 'n liggaamsopvoedingsles, en van 'n gewone pouse, op die mate van geestelike vermoeidheid van die skoolkind.

DU TOIT P.W.E. 1948. 'n Ondersoek om te bepaal wat die doeltreffendste pouse is by die aanleer van bewegings.

GRUNDLINGH J.E. 1944. The attainment of approximate ambidexterity in throwing and its relation physical and mental efficiency as well as symmetry of posture.

JORDAAN H.E. & HOLL B.M. & NEETHLING E.M. 1948. Toepassing van motoriektoetse op skoolkinders van 6 tot 12 jaar.

KEET C. & MARé M. & VERMEULEN J. 1949. Korrelasieberekening van 'n aantal psigo-motoriektoetse toegepas op skoolkinders van 9 tot 11 jaar.

MEAKER C.C. 1945. Investigation of the effect of sport massage on the achievement in the standing high jump.

MüLLER P.J. 1945. Ondersoek na die korrelasie tussen die vitaalkapasiteit en die borsuiteensetting by studente van 16 tot 20 jaar aan die Universiteit van Stellenbosch.

OOSTHUIZEN N.J. 1945. 'n Ondersoek na die vitaalkapasiteit, die borsomvang, die borsindeks en die liggaamslengte by geoefende sportmense en ongeoefende persone.

ROBRA H. 1950. Ondersoek na 'n praktiese bruikbare

metode vir tonusmetinge by mense.

SPIES A.J. 1944. Die toepassing van die burpeetoetse op tweedejaarstudente van die Departement Liggaamlike Opvoedkunde van die Universiteit van Stellenbosch.

STEYN J.A.E. 1945. Ontwerp en toepassing van 'n aantal toetse om die liggaamskema te bepaal.

STREICHER D.M. 1949. Motoriektoetse uitgevoer aan Paul Roos Gimnasium, Stellenbosch, met seuns van 9 tot 12 jaar.

SWANEPOEL P.J.S. 1946. Ondersoek van algae in die swembad aan die universiteit van Stellenbosch en die invloed van CUSO4 hierop.

THIART B.F. 1949. 'n Ondersoek na die doelstreffendste distribusie van die oefentye by die aanleer van 'n motoriese vaardigheid.

VAN DER MERWE G.W. 1945. Ondersoek na die verskille in liggaamstemperatuur na spoed-, krag- en uithouvermoë-oefeninge.

VAN DER MERWE C.A. 1944. 'n Ondersoek na voetafwykings en verhoudings op blindeseuns.

VAN DER WESTHUIZEN J.H. 1945 Ondersoek na die gooivaardigheid ten opsigte van (a) akkuraatheid en (b) distansiegooi van die plattelandse kind.

VAN DIJK S.M.A. 1946. Ondersoek na die fasiliteite vir liggaamlike ontspanning in Kaapstad-Sentraal en die aangrensende

voorstede vir Blanke en Kleurlingkinders.

VAN NIEKERK B.J. 1945. Ondersoek na die korrelasie tussen die paslengtes van kortafstandhardlopers en enkele liggaamsmates.

Die feit dat Postma as studieleier vir bogenoemde studente (wie se onderwerpe 'n baie wye veld dek) moes optree, dui op sy veelsydige kennis en insig aangaande die vak Liggaamlike Opvoedkunde.

3.4.2.6 Studiereise en bywoning van kongresse en simposia

Ten einde op hoogte te bly met die ontwikkelinge op sy vakgebied en om kontak met vakmense te behou, het Postma dikwels oorsese studiereise onderneem. Hierbenewens het hy ook kongresse en simposia - nasionaal en internasionaal - op gereelde basis bygewoon. Per geleentheid het hy ook voordragte by sulke geleenthede gehou.

Sedert 1949 het die Nasionale Raad vir Sosiale Navorsing finansiële steun aan Postma verleen om verskillende navorsingsprojekte uit te voer en om studiereise te onderneem. In 1948 het hy op eie onkoste Nederland sowel as Keulen besoek om 'n studie te maak van die samestelling en die standaard van kursusse in Liggaamlike Opvoedkunde wat deur inrigtings daar aangebied was en ook om kontak met vakkollegas daar te behou en uit te brei. In 1955 het hy Oostenryk, Swede en Skandinawië besoek met dieselfde oogmerke. In 1962 het hy 'n uitgebreide studiereis deur Europa onderneem om weer eens op hoogte te kom met die jongste verwikkelinge op die gebied van Liggaamlike Opvoedkunde in Europa. Met die oog op die moontlike inrigting van 'n laboratorium wat gebruik sou word vir navorsing oor die fisiologie van liggaamsbeweging en sport aan die Universiteit van Stellenbosch, het hy onder andere die laboratorium vir menslike biometrie aan die Universiteit van Gent besoek asook laboratoria vir sport- en arbeidsfisiologie te Brussel, Kopenhagen, Stockholm en te Helsinki. Daarbenewens het hy skole in Engeland besoek

om nuwe ontwikkelinge in verband met die afdeling van die vak **Stelsels en Rigtings in die Liggaamlike Opvoedkunde** te bestudeer. Tydens dieselfde reis het hy 'n kongres oor die Liggaamlike Opvoedkunde van doofstomkinders in St. Michiels Gestel (Nederland) bygewoon (Boshof, 1981:135).

In 1968 het Postma die derde internasionale konferensie oor sport, ontspanning en persoonlike fiksheid te Eindhoven in Nederland bygewoon. By dié geleentheid het hy 'n referaat met die volgende tema gelewer: Ondersoek na die korrelasie van die suurstofgebruik by intensiewe oefening met ander komponente van fiksheid.

Postma was deurgaans 'n getroue bywoner van kongresse en simposia in Suid-Afrika. By verskeie van die kongresse/simposia het hy referate gelewer soos blyk uit die onderstaande:

Referate gelewer deur Postma by simposia/kongresse in SA

- Eerste Suid-Afrikaanse Kongres vir Liggaamlike Opvoeding: 9 -12 Januarie 1945 te Kaapstad en Stellenbosch. 'n Paar opmerkings oor die liggaamsopvoeding van die skoolseun.

- Tweede Suid-Afrikaanse Kongres vir Liggaamlike Opvoeding: 10 -12 Januarie 1950 te Kaapstad en Stellenbosch. Verslag van die navorsingswerk gedoen aan die Departement van Liggaamlike Opvoeding, Universiteit van Stellenbosch.

- Vierde Kongres van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning: 18 Desember 1953 te Rhodes Universiteit, Grahamstad. Homo Ludens: A study of the play element in culture.

- Vyfde Kongres van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning: 31 Maart - 4 Junie 1956,

Pretoria. Die menslike bewegingslewe en gevolgtrekkings daaruit vir die metodiek van Liggaamlike Opvoeding.

- Silwerjubileumkongres van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Liggaamlike Opvoedkunde in Rekreasie: 29 September - 6 Oktober 1965, Bloemfontein. Evaluasie van Liggaamlike Opvoeding op skool.

- Internasionale simposium oor navorsing in sport en ontspanning: 26 - 28 September 1979, Stellenbosch. On movement images.

- Tweejaarlikse nasionale kongres van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Sportwetenskap, Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie: 3 - 5 Oktober 1984, Stellenbosch. Die kwesbaarheid van bewegingsbeelde.

3.4.3 PUBLIKASIES

3.4.3.1 Inleiding

Een van Postma se grootste en belangrikste bydraes tot die ontwikkeling en uitbouing van Liggaamlike Opvoedkunde as dissipline was die groot aantal publikasies wat hy die lig laat sien het. Dié publikasies het in boekvorm, as artikels in tydskrifte, as referate op kongresse en simposia en in die vorm van verslae verskyn. Die publikasies wat in boekvorm verskyn het, bestaan hoofsaaklik uit sy boek Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde wat ook in Engels vertaal is; uit sy verhandeling (ongepubliseerd) sowel as sy proefskrif (ongepubliseerd) en 'n paar publikasies wat deur die Universiteit van Stellenbosch uitgegee is. Omdat Postma se Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde as sy belangrikste publikasie beskou word, word dié werk in meer besonderhede onder hoofpunt 4.3.5 bespreek.

Publikasies wat as artikels in tydskrifte verskyn het, het oor 'n baie groot verskeidenheid onderwerpe gehandel waardeur Postma se akademiese beweeglikheid op verskeie terreine van sy vakgebied gedemonstreer is. Dié artikels het in 'n aantal nasionale en internasionale tydskrifte verskyn.

Publikasies wat in kongres- en simposiaverslae opgeneem is, bestaan uit referate wat Postma tydens kongresse en simposia gelewer het. Dié verslae is meestal in gebinde vorm en selfs in boekvorm gepubliseer.

3.4.3.2 Publikasies in boekvorm

1942 Die invloed van rekkingsoefeninge op die lenigheid van die heupgewrig. M.Ed.Ph.-verhandeling, Universiteit van Stellenbosch.

1945 Ondersoek na die wetenskaplike basis van die Europese strominge in die liggaamsopvoeding van 1900-1940. D.Ed.Ph.-proefskrif, Universiteit van Stellenbosch.

1952 Ondersoek na die motoriese ontwikkeling van die Suid-Afrikaanse Blanke skoolkinders van 8 tot 12 jaar deur die die meting van die maksimale prestasie in sekere aktiwiteite. Universiteit van Stellenbosch. Annale. Jaargang 28. Reeks A, no. 2. Stellenbosch.

1954 Ondersoek na: (a) Atletiekprestasies van seuns van sestien en sewentienjaar. (b) Die deelname aan buiteskoolse sport. (c) Die korrelasie van die motoriese ontwikkeling en die skolastiese prestasie. Ongepubliseerd. Stellenbosch.

1965 Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde. Kaapstad:

Balkema.

1967 Ondersoek na die invloed van isometriese en isotoniese oefeninge soos toegepas in die program van liggaamlike opvoedinglesse van st. 6 seuns aan drie hoërskole in Suid-Afrika. Stellenbosch. Universiteit van Stellenbosch. Departement Liggaamlike Opvoeding.

1968 Introduction to the theory of physical education. Cape Town: Balkema.

1972 Die betekenis van die opvattinge van M. Palagyi oor die virtuele beweginge vir die liggaamlike opvoeding. Stellenbosch: Universiteit van Stellenbosch.

1972 Die invloed van swem op die hartfrekwensie. Stellenbosch: Universiteit van Stellenbosch.

3.4.3.3 Publikasies as artikels in tydskrifte

Nederlandse Tydschrift voor Psychologie

1938 Untersuchung über das Bewegungstempo von Sportleuten. VI, 7 & 8.

Liggaamsopvoeding/Physical Education

1940 Hokkie-oefening/Hockey training II (2):44-50, Junie.

1940 Strominge in Liggaamsopvoeding/Trends in Physical education. II (2):2-5, November.
III (1):3-6, 16, April.

III (2):2-5, 37, Junie.

1941 Die gebruik van die Sweedse bank as apparaat vir spring-, optel- en draagoefeninge/The use of the Swedish bench as apparatus for jumping and heaving exercises. III (1):13-16, April.

1941 Opteloefeninge/Heaving exercises. III (2):38-39, Junie.

1941 Oor natuurlike beweging/On natural movement. III (3):2-3, 23, September.

1941 Enkele opmerkings oor die indeling van oefeninge vir die liggaamsopvoeding op skool/A few remarks on the classification of exercises for physical education for schools. III (4):2-5, 51, November.

1941 Oefeninge met 'n stok/A few exercises with a stick. III (4):41-43, November.

1942 Indeling van oefeninge vir liggaamsopvoeding in die skool/Classification of exercises for physical training for schools. IV (1):3, April.

1942 Enkele gedagtes oor die dissipline en liggaamsopvoeding/A few thoughts about discipline and physical education. IV (2):2-4, Junie. IV (3):3-5, September.

1942 Die invloed van rekkingsoefeninge op leningheid/The effect of stretching exercises on suppleness. IV (4):14-17, 27, November.

1944 Oor vormende oefeninge/On formative exercises. VI (1):14-19, 22, April.

1944 Oor die begrip styl in die liggaamsopvoeding/About the concept of style in physical education.
VI (3):27-32, September.

Volkskragte/Manpower

1944 Die invloed van rekkingsoefeninge op lenigheid/The effect of flexibility exercises on suppleness.
II (2):91-98, Maart.

Die Unie (Blad van die Suid-Afrikaanse Onderwysunie)

1947 Skoolgimnastiek en geestesvermoeidheid.
42:237, Maart.

Vigor

1948 Die plek van lenigheidsoefeninge in die liggaamlike opvoedingsprogram. II (1):38-40, Desember.

1950 Kongresindrukke.
III (2):6-11, Maart.

1950 Die groei van Suid-Afrikaanse kinders van 6-16 jaar.
III(2):30-33, Maart.

1951 Is Liggaamlike Opvoedkunde 'n wetenskap ?
III(2):11, Junie.

1952 Gymnastics - the basis of physical education.
V (2):52-53, June.

1953 Liggaamlike opvoeding en die bevordering van die gesondheid. VI (3):39-41, Junie.

1953 The rhythmical gymnastics of dr. R. Bode.
VII (1):9-13, Desember.

1954 Die Suid-Afrikaanse vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning: Vierde Kongres. VII (2):7, 9, 10, 11, 14, 15, Maart.

1954 Flexibility tests. VII (2):54-59, March.

1954 Homo Ludens. VII (3):9-12, Junie.

1955 Indrukke uit Oostenryk. VIII (4):9, September.

1955 Indrukke uit Swede. IX (1):21-22, Desember.

1956 Die menslike bewegingslewe en die gevolgtrekkings daaruit vir die metodiek van liggaamlike opvoeding. IX.(3):20-22, Junie.

1956 Die Oostenrykse skoolgimnastiek van dr. K. Gaulhofer en dr. M. Streicher. X (1):36-42, Desember.

1957 Liggaamlike Opvoeding as skoolvak. XI (1):16-17, Desember.

1958 Verslag van die voorsitter (SAVGLO & O) : April 1956 tot Desember 1956. XI (2):24-25, 37, Maart.

1958 Liggaamlike Opvoeding/Physical education. XI (2):22-23, Maart.

1959 Suid-Afrikaanse Vereniging vir Liggaamlike Opvoeding en Rekreasie : Verenigingnuus. XII (3):25, Junie.

1961 Liggaamlike Opvoeding moet herdoop word. XIV (2):11-12, 24, Maart.

1961 Organiese geskiktheid.
XIV (2):38-39, 44, Maart. (Mede-outeur: J.J. Berends).

1963 Kongresse as maatstaf vir die "volwassenheid" van liggaamlike opvoeding. Indrukke van 'n reis deur Europa.
XVI (2):27, 29, Maart.

1963 Mnr. J.M.J. Kopershoek lê die tuig neer.
XVI (2):9-10, Maart.

1965 Wat is die Gymnaestrada ?
XVIII (2):3, 4, 5, Maart.

1965 Die laboratorium vir motorieknavorsing te Stellenbosch.
XVIII (3):48, Junie.

1965 Die relatiewe toename in die liggaamslengte en die liggaamsgewig van Suid-Afrikaanse kinders van 6-17 jaar.
XVIII (3):46-47, 50, Junie.

1965 Longitudinale groei - ondersoek van Suid-Afrikaanse kinders van 9 - 17 jaar. XVIII (4):67-68, September.

1966 Die pligte van die leerkrag in liggaamlike opvoeding met betrekking tot toetse en metinge op skole.
XIX (5):38, Desember.

Tydschrift van de Belgische Bond voor Lichaamlijke Opvoeding

1961 Herdoop van de Lichamelijke Opvoeding.
1:59.

Tydskrif vir Maatskaplike Navorsing

1962 The construction of a practical test battery for physical fitness for young men. 13:(ongenommerd).

Physical Education

1963 The theory of physical education as a scientific discipline. 55:164.

Research Quarterly

1964 Anthropometric measurements, somatotype ratings and certain motor fitness tests of Physical Education majors in South Africa. 34:3. (In samewerking met M. Hebbelinck).[1]

Suid-Afrikaanse Tydskrif vir Navorsing in Sport, Liggaamlike Opvoedkunde en Ontspanning

1978 Die invloed van progressief verswarende uithouvermoë-oefeninge op die prestasie van 12 en 13 jarige seuns in die 600-meter hardloop. I (1):82-85.

Leibesübungen - Leibeserziehung

1981 L'histoire se répeté.
Heft 3 (35):65.

[1] Dat Postma internasionaal erkenning as navorser geniet het, blyk uit die feit dat hy in samewerking met M. Hebbelinck - 'n navorser met internasionale status wat in vakkringe hoë agting geniet het - 'n artikel in hierdie gesogte vaktydskrif laat verskyn het.

3.4.3.4 Publikasies as artikels in kongres- en simposiaverslae

(Vergelyk hoofpunt 4.2.6).

3.4.3.5 Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde

Postma se boek *Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde* verdien spesiale aandag aangesien dit as die belangrikste van al sy publikasies beskou word. Trouens, Postma self het gemeld dat hy dié werk as sy belangrikste bydrae tot die ontwikkeling en uitbouing van die vak beskou (Postma, 1983c:2).

Die eerste Afrikaanse uitgawe van die boek is in 1965 deur Balkema van Kaapstad uitgegee. Die eerste Engelse uitgawe daarvan naamlik *Introduction to the theory of physical education* het in 1968 verskyn terwyl 'n tweede verbeterde druk in Afrikaans in 1977 uitgegee is.

In die boek word die volgende teoretiese afdelings van die vak behandel:

1. Geskiedenis en huidige rigtinge in die liggaamlike opvoeding
2. Kinesiologie
3. Fisiologie van oefeninge (bewegingsfisiologie)
4. Die antropometriese aspek van die liggaamlike opvoeding
5. Die higiëniese aspek van die liggaamlike opvoeding
6. Die sielkundige aspek van die liggaamlike opvoeding
7. Die sosiologiese aspek van die liggaamlike opvoeding
8. Die filosofiese aspek van die liggaamlike opvoeding
9. Motoriekleer
10. Algemene metodiek van die liggaamlike opvoeding
11. Fiksheid en training
12. Die organisasie van die buitemuurse program; wedstryde; toernooie; fasiliteite en komiteewerk
13. Liggaamlike opvoedkundige navorsing

'n Oorsig van die inhoudsopgawe van die werk van Postma bring die feit na vore dat hy gepoog het om 'n omvattende geskrewe handleiding daar te stel wat alle fasette van die teorie van die vak sou dek. Hiervoor was hy goed toegerus want by sy aanstelling as senior lektor in 1940 was hy genoodsaak om nagenoeg alle teoretiese terreine van die vak - die natuurwetenskaplike sowel as die geesteswetenskaplike - te beheers. Dit het hom in staat gestel om so 'n omvangryke werk aan te pak en deur te voer.

Die boek is geskrywe met die doel om as inleiding te dien met betrekking tot die leerstof vir die B.A.- of die B.Sc.-kursus met Liggaamlike Opvoedkunde as hoofvak. Postma het gehoop dat die boek daartoe sou bydra om die studente 'n beter oorsig oor die omvang van hulle studie en 'n dieper insig in die samehang van die verskillende onderdele van die Liggaamlike Opvoedkunde te gee (Postma, 1966). Oor die geslaagdheid hiervan al dan nie, getuig die kritiek van die volgende deskundiges oor die boek:

Prof. dr. D.P.J. Smith wat vanaf 1945 tot 1973 hoof van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys was, het die publikasie van die boek as 'n gebeurtenis van buitengewone belang vir Liggaamlike Opvoedkunde bestempel en verklaar:

> "Ek ken geen enkele leerboek, in enige taal, wat vir hierdie doel beter is nie" (Van der Ley, 1972:359).

'n Vakdeskundige van Den Haag, Nederland, naamlik J.M.J. Kopershoek, het die volgende in die verband geskryf:

> "Ik ken geen boek in ons vak dat zoo volledig is. Niet alleen veelomvattend maar ook vakkundig van de bovenste plank" (Van der Ley, 1972:359).

Met die skrywe en die publikasie van die boek wou Postma aan die behoefte wat op daardie stadium in die ontwikkeling van die dissipline gevoel is, naamlik die omlyning en afbakening sowel as die strukturering

en die sitematiese indeling van die vakinhoud, voldoen. Hy het die terrein van Liggaamlike Opvoedkunde as dissipline in drie hoofareas verdeel, naamlik die natuurwetenskaplike-, die sentrale- en die geeteswetenskaplike gebiede. Die verskillende afdelings van die vak is dan sistematies onder dié drie hoofde ingedeel. Hierdie omlyning van die vak het Postma as een van sy belangrikste bydraes tot die ontwikkeling van Liggaamlike Opvoedkunde as vakwetenskap beskou (Postma, 1983a:3).

Om 'n kenner op alle teoretiese terreine van 'n vak te wees en om elke afdeling daarvan te wil beskrywe, ontleed en 'n standpunt daaroor te stel, is bykans 'n onmoontlike taak. Postma is beskeie oor hierdie grootse poging van hom. In die Voorwoord meld hy byvoorbeeld dat die indelingsbeginsel en die benamings wat vir die verskillende hoofstukke gebruik is nie in alle opsigte bevredigend is nie en dat daar voortdurend gestrewe moet word na 'n beter oplossing van die spesifieke probleem. Verder meld hy dat hoewel hy daarna gestreef het om alle belangrike aspekte van die vak tot hulle reg te laat kom, daar ongetwyfeld kollegas sal wees wat kritiek daarop het. Hy was egter ontvanklik vir opbouende kritiek in die verband. Postma meld dat hy "geswoeg en gesweet" het om elke hoofstuk (wat elk oor 'n afdeling van die vak handel) op 'n hoë standaard te kry (Postma, 1983b). As gevolg van hierdie strewe van hom het hy soveel bronne as moontlik geraadpleeg ten einde te verseker dat die inhoud wetenskaplik gefundeerd sou wees.

Die boek is deur verskeie opleidingsinstellings in Suid-Afrika voorgeskryf of as naslaanwerk gebruik. Nadat die boek in Engels vertaal is, het dr. E. Jokl van Kentucky aanbeveel dat die boek deur 'n wyer leserskring gebruik moes word. Hy het die volgende mening aangaande Introduction to the theory of physical education gehuldig:

> "I consider dr. Postma's volume outstanding and feel that it might to be rendered accessible to a wider circle of readers" (Van der Ley, 1972:359).

Ten slotte behoort die mening van prof. P.A. Smithels, direkteur van die School of Physical Education, Otago Universiteit, Dunedin, Nieu-Seeland oor Postma se boek aangehaal te word:

"This book may well be the best generalist book written to date, at least available in English. It is better than any that have emerged from America, Britain or Australia, Canada or New Zealand. It is a good corrective of the superfluity of vapid, plagiarised American texts which flood our markets on the one hand, and, with honourable exceptions, the books of limited horizon which emanate from Britain. Thank you, dr. Postma for undertaking what must have been a very difficult task" (Postma, 1972:2).

Toe daar aan Postma gevra is wat hom gemotiveer het om hierdie ingewikkelde taak aan te pak, het hy filosofies geantwoord:

"My rooi hare - dit was die dryfveer my hele lewe deur" (Postma, 1983b). (Vergelyk met punt 3.1.5).

3.5 POSTMA SE BYDRAE TEN OPSIGTE VAN LIGGAAMLIKE OPVOEDKUNDIGE TYDSKRIFTE EN VERENIGINGS

3.5.1 INLEIDING

Postma het 'n besondere rol ten opsigte van die totstandkoming en/of ontwikkeling van Suid-Afrikaanse tydskrifte en verenigings vir Liggaamlike Opvoedkunde gespeel.

Oor die algemeen kan vaktydskrifte 'n belangrike bydrae lewer tot die ontwikkeling van 'n bepaalde dissipline omdat:

- Dit as bekendstellingsmedium dien vir die dissipline as sodanig.
- Dit 'n forum kan wees vir die uitruil van menings.
- Dit vakkundige inligting en hulp aan lesers kan verskaf.

- Dit gewoonlik die jongste ontwikkelinge in 'n vakgebied onder die aandag van die wetenskaplikes bring en dusdoende verdere navorsing stimuleer.

Omdat Postma die waarde van vaktydskrifte besef het, was hy intens betrokke by verskeie Suid-Afrikaanse tydskrifte vir Liggaamlike Opvoedkunde. Benewens die feit dat hy die hoofredakteurskap van Liggaamsopvoeding vir 17 maande (vanaf April 1941 tot September 1942) behartig het, het hy verskeie Suid-Afrikaanse tydskrifte soos Liggaamsopvoeding, Vigor, en Volkskragte vir 'n tydperke van 26 jaar ononderbroke van artikels voorsien. Hy het ook verskeie resensies oor boeke en tydskrifte vir Vigor en Liggaamsopvoeding geskryf.

Verenigings kan ook 'n besondere bydrae lewer tot die ontwikkeling van 'n dissipline omdat daar deur middel van 'n georganiseerde struktuur na die belange van die vak omgesien kan word op verskeie vlakke van die lewe. Die volgende kan in die verband genoem word:

- Onderlinge skakeling en die bevordering van samewerking van kollegas in 'n bepaalde dissipline kan bewerkstellig word.
- 'n Vereniging kan as mondstuk vir die lede daarvan gebruik word om bepaalde belange te behartig en te bevorder.
- Vakkundige inligting kan deur middel van 'n vakvereniging aan lede bekend gestel word.
- Die betrokke vakvereniging kan kontak en skakeling met ander verenigings - nasionaal en internasionaal - opbou en uitbrei en geleenthede skep vir bywoning van kongresse, ensovoort.
- Verenigings kan deur middel van besluite bepaalde projekte loods om die belange van die vak te bevorder.

Postma het 'n leidende rol gespeel met die stigting van die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoedkunde en Ontspanning (SAVGLO & O) - tans bekend as die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Sportwetenskap, Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie (SAVSLOR). As aktiewe lid van die Vereniging het hy op verskeie terreine bydraes gelewer ter bevordering van die vak Liggaamlike

Opvoedkunde. Postma was ook verantwoordelik vir die stigting en uitbouing van die Stellenbosche tak van bogenoemde Vereniging.

3.5.2 TYDSKRIFTE

Postma was in die besonder by twee Suid-Afrikaanse tydskrifte vir Liggaamlike Opvoedkunde betrokke, naamlik Liggaamsopvoeding en Vigor. Liggaamsopvoeding was die eerste tydskrif vir Liggaamlike Opvoedkunde wat in Suid-Afrika uitgegee is. Die inisiatief om so 'n tydskrif kwartaalliks te laat verskyn, is deur dr. Obholzer - voormalige hoof van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch - geneem. Die blad is deur die Universiteit in samewerking met die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoedkunde en die Uniale Departement van Volksgesondheid uitgegee. Die eerste uitgawe van die blad het in April 1939 verskyn (Willemse, 1969:116).

Postma het die hoofredakteurskap van Liggaamsopvoeding vanaf April 1941 behartig. In September 1942 het dr. K.A. Schrecker as hoofredakteur oorgeneem nadat Postma as gevolg van 'n druk werksprogram moes bedank. Hy het egter as medewerker aangebly.

Volgens Schrecker (1942:2) het Postma "...terwyl hy die werk van sy voorganger (Obholzer) voortgesit het - deur middel van sy eie bydraes, sowel as deur sy welwillendheid in die behandeling van medewerkers - stadigaan die gehalte van Liggaamsopvoeding verhoog." Derhalwe was dit ook Schrecker se begeerte om, as opvolgende hoofredakteur, hierdie prestasie te handhaaf. Volgens Botha (1946:4) was Postma se dienstyd as hoofredakteur gekenmerk deur stimulerende beskouings oor Liggaamlike Opvoedkunde as vak - waarin Postma self die voortou geneem het.

Benewens die bekwame wyse waarop Postma die hoofredakteurskap van Liggaamsopvoeding behartig het, het hy ook die ontwikkeling van ander

tydskrifte oor Liggaamlike Opvoedkunde bevorder deur die skryf en publisering van 'n groot aantal stimulerende artikels oor verskeie aspekte van die vak. Hy het die tydskrifte Liggaamsopvoeding, Volkskragte en Vigor vir 'n tydperk van 26 jaar ononderbroke van artikels voorsien. Daarbenewens het hy ook in die volgende tydskrifte artikels gepubliseer: Unie, Tydskrif vir Maatskaplike Navorsing, Suid-Afrikaanse Tydskrif vir Navorsing in Sport, Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie. (Vergelyk punt 3.4.3.3).

Postma het 'n verdere bydrae gelewer tot die ontwikkeling van Liggaamlike Opvoedkunde deur die skrywe van resensies oor boeke en tydskrifte vir Liggaamsopvoeding en Vigor. Op hierdie wyse is boeke en tydskrifte in Liggaamlike Opvoedkunde uit lande soos die VSA, Nederland, Brittanje en Duitsland aan die leserskring in Suid-Afrika bekend gestel.

3.5.3 VERENIGINGS

3.5.3.1 Inleiding

Gedurende die veertigerjare was daar hoegenaamd geen sprake van enige vereniging vir Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika nie. Hoewel 'n groepie geesdriftiges in 1947 onder leiding van A.H. Britton die wenslikheid van die stigting van so 'n vereniging uitgespreek het, is daar niks daadwerkliks in die verband gedoen nie. Voor 1945 het die verskillende Liggaamlike Opvoedkundiges in Suid-Afrika ook baie min kontak met mekaar gehad. Volgens Postma het hierdie toestand daartoe aanleiding gegee dat vakmense onbekend met mekaar se opvattings oor verskillende aspekte van die vak was (Postma, 1983a:2). Die gevolg was, volgens Postma, dat daar baie naywer en jaloesie en 'n geskinder oor opleiding of 'n gebrek aan opleiding bestaan het (Postma, 1983a:2).

Postma het besluit om die inisiatief te neem om kollegas in die vakgebied byeen te bring sodat wedersydse kennismaking kon plaasvind.

Met die hulp van meneer Jannie Krige wat destyds 'n vierdejaarstudent in Liggaamlike Opvoedkunde was en met die medewerking van dr. E. Jokl het Postma die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir Liggaamlike Opvoedkunde georganiseer. Dié kongres het van 9 - 12 Januarie 1945 in Stellenbosch (twee dae) en in Kaapstad (twee dae) plaasgevind. Meer as 100 kongresgangers uit die onderwys, leër en mediese kringe het die kongres bygewoon (Postma, 1983a:2).

In 1950 is die tweede Suid-Afrikaanse kongres vir Liggaamlike Opvoedkunde deur Postma en Krige gereël. Die kongres het van 10 - 12 Januarie 1950 te Kaapstad en Stellenbosch plaasgevind. Hierna het die kongresse 'n tradisie en vaste instelling geword. Met die kongres van 1950, wat te Stellenbosch gehou is, is die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning amptelik gestig met D.H. Craven as voorsitter en J.W. Postma as sekretaris (Anon., 1950a:G2).

Uit bostaande blyk dit dus baie duidelik dat die inisiatief wat deur Postma geneem is om die vakmense in Suid-Afrika byeen te bring deur middel van die hou van kongresse, indirek aanleiding gegee het tot die stigting van die SAVGLO & O. Hoewel dié Vereniging met tye swaar jare beleef het, is dit tans (1986) 'n sterk vereniging en staan amptelik bekend as die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Sportwetenskap, Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie (SAVSLOR). Die Vereniging het reeds belangrike bydraes ten opsigte van die bevordering van die vak in Suid-Afrika gelewer.

3.5.3.2 SAVGLO & O / SAVLOR / SAVSLOR

3.5.3.2.1 Inleiding

Die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Gesondheid, Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning (SAVGLO & O) se naam is in 1958 verander na die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie (SAVLOR) en dié naam is hierna verander na die Suid-Afrikaanse Vereniging vir Sportwetenskap, Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie (SAVSLOR).

Sedert die stigting van die Vereniging was Postma in verskeie hoedanighede betrokke by die uitbouing van die Vereniging. Gedurende die eerste dekade van die Vereniging het hy afwisselend as voorsitter en as sekretaris opgetree. Hy het hom later egter uit hierdie leiersposisies onttrek omdat hy hom op daardie stadium op navorsingswerk wou toelê "...aangesien die aantal navorsers op die gebied van Liggaamlike Opvoedkunde in daardie jare so gering was" (Postma, 1972:3). Hy het egter steeds lid van die Vereniging gebly en sover moontlik gepoog om die belange van die vak deur middel van die Vereniging te bevorder.

3.5.3.2.2 Vestiging van die Vereniging

Postma het nie net 'n belangrike bydrae gelewer ten opsigte van die stigting van die Vereniging nie maar het ook 'n belangrike bydrae gelewer om die Vereniging op vaste voet geplaas te kry. Hy het byvoorbeeld opgetree as konvenor van 'n subkomitee wat in Julie 1952 aangewys is om die beleid van die Vereniging te ondersoek (SAVGLO & O, 1952d:4). In Desember van dieselfde jaar het Postma die rapport van die subkomitee oor die beleid van die Vereniging afgehandel en dit oorgedra. Hierin het hy onder andere gemeld dat sy verslag eintlik meer 'n werksprogram vir 1953 was en dat die werklike beleid baie meer uitgebreid en volledig sou wees (SAVGLO & O, 1952f:4). In samewerking met H.I. Nel was Postma ook verantwoordelik vir die opstel van 'n professionele erekode vir die Vereniging. Die erekode wat in Desember 1952 deur die Vereniging goedgekeur is, het soos volg gelui:

1. "Ons beskou Liggaamlike Opvoeding as 'n belangrike en noodsaaklike deel van die opvoeding van elke mens.

2. Naas die praktiese onderwys van die vak, is dit ons plig om deur voorbeeld, woord en geskrif ons volk bewus te maak van die higiëniese en die opvoedkundige noodsaaklikheid van ons vak.
3. Ons glo in professionele etiek: die eer van ons professie is ook ons eer.
4. Samehorigheid, onderlinge trou en hulpvaardigheid van die lede van die professie is onontbeerlik vir die vervulling van ons taak.
5. Deur onderlinge waardering en samewerking kan ons die beste diens aan die volk lewer." (SAVGLO & O, 1952f).

Dit is merkwaardig dat hierdie erekode vir meer as 33 jaar onveranderd (soos deur Postma saamgestel) behou is en daar eers in 1985 besluit is om veranderings aan te bring.

3.5.3.2.3 Dienslewering deur komiteewerk

Omdat Postma op verskeie komitees van die Vereniging gedien het, het hy daardeur ook 'n bydrae tot die ontwikkeling van die vak gelewer. Hy was onder andere lid van die propagandakomitee, die navorsingskomitee en lid van die komitee rakende die nasionale fiksheidsprogram.

As voorsitter van die propagandakomitee het Postma 'n besondere bydrae gelewer. Tydens 'n bestuursvergadering van die Vereniging in Julie 1952 is opdrag aan dié komitee gegee om lede van die Volksraad (LV's) en lede van die provinsiale rade (LPR's) persoonlik te nader met betrekking tot die doelstellings en oogmerke van die Vereniging. Die komitee het sy eie lede ingespan, maar het ook ander persone soos onder andere dr. D.H. Craven en mej. Hoffa genader om met die taak behulpsaam te wees. Postma se spesifieke taak was om kontak met die LV's en die LPR's in Stellenbosch te bewerkstellig (SAVGLO & O, 1952d:4). As voorsitter van dié komitee het Postma die leiding geneem en op eie inisiatief 'n geskrif Navorsing van Liggaamlike Opvoeding op Skole opgestel met die doel om dit aan gekwalifiseerde Liggaamlike Opvoedkudiges te stuur (SAVGLO & O, 1952d:3).

As lid van die navorsingskomitee van die Vereniging het Postma ook 'n daadwerklike bydrae gelewer. In Maart 1960 het prof. D.P.J. Smith as sameroeper van die komitee gemeld dat die volgende opdragte aan die komitee gegee is:

1. "Om resultate van navorsing wat gedoen word deur die Departemente van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Suid-Afrikaanse Universiteite, deur die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap en deur ander liggame, uit te ruil.

2. Om 'n gesamentlike projek te onderneem op die gebied van liggaamlike fiksheid, om geldige en betroubare toetsbatterye op te stel en die fiksheid van verskeie leeftydsgroepe van albei geslagte te meet en om hierdie toetsbatterye toe te pas en die resultate te evalueer" (SAVLOR, 1960:46).

Omdat Postma se navorsingsbelangstelling hoofsaaklik in die rigting van toetsing en meting gelê het, kon hy 'n besliste bydrae lewer ten opsigte van die genoemde opdrag. Toe die taak- of studiegroepe in 1965 deur die Vereniging in die lewe geroep is om sekere belangrike aspekte waarmee die Liggaamlike Opvoeders te make het, te laat ondersoek en aanbevelings daaroor te maak, was Postma lid van dié groep wat moes werk oor: "Die plek en geldigheid van toetse en metings in die Liggaamlike Opvoedkunde." As gevolg van sy rype ervaring op dié gebied kon Postma weer eens sy kennis hier inploeg.

Postma het ook gedien op die komitee wat in 1960 deur die Vereniging aangestel is om aanbevelings te doen in verband met die nasionale fiksheidskonferensie. Die afdeling **Nasionale Fiksheidskonferensie** was besorg oor die onbevredigende liggaamlike fiksheidstoestand van die volk en het die staatsowerhede versoek om 'n konferensie te belê wat as die **Nasionale Fiksheidskonferensie** bekend sou staan. Die komitee wat deur die Vereniging saamgestel is, het die bevoegdheid en magtiging ontvang om die samewerking van ander liggame te verkry en om geskikte en hoogstaande voorlegging aan die regering voor te lê met die oog op die konferensie (SAVLOR, 1960:48). As kenner van liggaamlike fiksheid het Postma dus ook hier 'n bydrae gelewer.

3.5.3.2.4 Bevordering van Liggaamlike Opvoedkunde in skole

As gevolg van Postma se betrokkenheid by die Vereniging kon hy sy stempel afdruk op sekere aspekte van die vak wat hom na aan die hart gelê het. Hy het sy besorgdheid oor die algemene toestand van Liggaamlike Opvoedkunde op skole in Suid-Afrika gedurig tydens byeenkomste en vergaderings beklemtoon. In die verband het hy byvoorbeeld op die tweede algemene jaarvergadering van die Vereniging wat op 4 Januarie 1952 gehou is, voorgestel dat "...die uitvoerende komitee deur die vergadering aangesê word om klem te lê op Liggaamlike Opvoeding op skole" (SAVGLO & O, 1952a:3). Op dieselfde vergadering het hy ook 'n voorstel ingedien dat 'n propagandakomitee benoem moes word wat navorsing in verband met Liggaamlike Opvoedkunde in skole sou behartig.

Postma was ook lid van die ad hoc-komitee wat verantwoordelik was vir die opstelling van 'n memorandum oor die toestand van die Liggaamlike Opvoeding op skole in Suid-Afrika. Dié memorandum is in die vyftigerjare deur die Vereniging aan alle onderwysdepartemente gestuur. In die memorandum is die volgende sake behandel:

1. Die beleid van die onderwysdepartemente insake Liggaamlike Opvoeding en die feit dat die beleid in die meeste gevalle nie deurgevoer is nie.
2. Die standpunt van die Vereniging oor die minimum eise ten opsigte van fasiliteite vir Liggaamlike Opvoedkunde aan skole.
3. Die minimumtyd wat aan liggaamlike vorming van die skoolkind bestee moes word, was volgens die mening van die Vereniging, drie periodes per week.
4. Volgens die mening van die Vereniging moes daar in gevalle van aanstellings voldoende rekening gehou word met die opleiding van die applikante.
5. Leerplanne vir skole moes só uitgewerk word dat die werkprogram vir elke kwartaal daarop aangedui is.
6. Periodes wat vir Liggaamlike Opvoeding bedoel is mag nie aan ander vakke afgestaan word nie.

Volgens Postma het die verskillende provinsiale onderwysdepartemente hierdie memorandum goed ontvang en het dit onder andere in Transvaal aanleiding gegee tot die aanstelling van opsieners vir Liggaamlike Opvoedkunde (Postma, 1983b).

Postma het 'n verdere bydrae tot die verbetering van Liggaamlike Opvoedkunde aan skole gelewer deur middel van die SAVGLO & O. In 1954 het hy 'n versoeksrif aan die superintendent-generaal van Onderwys in die Kaapprovinsie namens die SAVGLO & O-takke van Kaapstad, Paarl en Stellenbosch geskryf. Dié versoekskrif is opgevolg met 'n ontmoeting tussen vier afgevaardigdes van die Vereniging (waarvan Postma een afgevaardigde was), inspekteurs van Liggaamlike Opvoedkunde in die Kaapprovinsie en die hoofinspekteur van skole. Dié ontmoeting het op 13 Julie 1954 plaasgevind. Tydens die ontmoeting is die volgende sake, wat in die memorandum gestel is, bespreek:

1. 'n Versoek dat 'n beleid neergelê word waarvolgens van Liggaamlike Opvoedkunde-onderwysers verwag word om ook onderrig in sportsoorte te gee gedurende die periodes wat vir Liggaamlike Opvoedkunde gereserveer is.
2. 'n Versoek dat die onderwysdepartement ook vir Liggaamlike Opvoedkunde voorbeelde van leerplanne aan skoolhoofde sal voorlê.
3. Die standpunt is gestel dat buiteskoolse sportbedrywighede te 'n groot las op die Liggaamlike Opvoedkunde-onderwyser plaas.
4. Daar bestaan te min kontak tussen Liggaamlike Opvoedkunde-inspekteurs en jong onderwysers.
5. Daar bestaan verskeie probleme rondom die finansiering van apparaat vir Liggaamlike Opvoedkunde.
6. Die noodsaaklikheid vir sale of onderdakgeriewe vir Liggaamlike Opvoedkundeklasse en -demonstrasies (Postma, 1954:14).

Die bespreking wat na aanleiding van die memorandum plaasgevind het, was positief en hoë verwagtings is geskep dat die algemene toestand met betrekking tot Liggaamlike Opvoedkunde aan skole in die Kaapprovinsie 'n besliste verbetering sou ondergaan. Postma het die hoop uitgespreek dat "...ander takke van die Vereniging ook versoekskrifte by die ander onderwysdepartemente sal indien en sal probeer om op dié manier 'n

steentjie by te dra tot die verdere ontwikkeling van ons vak" (Postma, 1954:14).

3.5.3.2.5 Stigting en uitbouing van takke

Postma was ook op verskeie maniere betrokke by die stigting en uitbouing van takke. Toe die Stellenbosche tak van die SAVGLO & O op 12 November 1952 gestig is, is Postma as sekretaris-penningmeester aangewys. Gedurende die tydperk wat Postma dié pos beklee het, was die tak baie aktief en is verskeie aksies geloods ter bevordering van Liggaamlike Opvoedkunde. In die jaarverslag van 1955 van dié tak word byvoorbeeld die volgende gemeld:

> "Hierdie tak het ook 'n eersterangse liggaamsoefeningvertoning gehou in samewerking met skole en opvoedingsentrums. Verder het hierdie tak onder leiding van J.W. Postma sportkursusse gereël" (SAVGLO & O, 1955:30).

Toe die uitvoerende bestuur van die SAVGLO & O in 1952 verneem het dat by die Kaapstadse tak die Vereniging tot niet gegaan het, is dit aan Postma opgedra om dié tak te herorganiseer deur iemand (moontlik mej. Niland) vir die doel aan te stel (SAVGLO & 0 1952d:2).

'n Verdere stap wat deur Postma geneem is om behulpsaam te wees met die vestiging van takke van die Vereniging, was om in 1957 'n omsendbrief aan takke te stuur in verband met aksies wat hulle kan loods soos die vertoning van films, die speel van bandopnames van praatjies deur deskundiges, ensovoort.

3.5.3.2.6 Slotopmerkings

Ten spyte van die feit dat die Vereniging met tye 'n sukkelbestaan gevoer het en daar dikwels oor die bestaansreg van die Vereniging getwyfel is, het Postma onwrikbaar bly glo in die sinvolheid en waarde van die voortbestaan van die Vereniging. F.D. du Toit, wat vir 'n tydperk as sekretaris van die SAVGLO & O opgetree en saam met Postma gewerk het, het die volgende in die verband opgemerk:

"Postma het moed gehou vir die voortbestaan van SAVLOR toe ons ander almal daaraan getwyfel het in die moeilike jare 1954-1964" (Du Toit, 1983:3).

Uit bogenoemde bespreking blyk dit dat Postma 'n groot bydrae gelewer het om die Vereniging te vestig en uit te bou. Dat die Vereniging in 1965 besluit het om Postma in te sluit by die 15 persone aan wie spesiale merietetoekennings gemaak is, was dus eintlik 'n vanselfsprekendheid. Die toekennings is gemaak om hulde te bring "...aan diegene wat hulle sedert die ontstaan van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika onderskei het deur hulle bydraes tot die bevordering van die vak en tot die oogmerke van hoër standaarde van nasionale liggaamlike welstand" (SAVLOR, 1965:14). Postma het hierdie toekenning deur en deur verdien. Hy was een van die sterkste steunpilare van die Vereniging. As in ag geneem word dat die Vereniging ontwikkel het tot 'n relatief magtige organisasie wat Liggaamlike Opvoedkunde op verskeie terreine uitbou en dat die Vereniging baie sterk staan in internasionale en op nasionale vlakke, dan kom die besef duideliker na vore dat die harde werk van Postma en andere - veral in die moeilike jare - die moeite werd was. Die besef word ook duideliker dat so 'n vereniging nie vanself ontwikkel en groei nie - dit het die denke en werk van mensehande nodig om dit uit te bou. Postma kan dus beskou word as een van die groot bouers aan die Vereniging en as een van die belangrikste stene in hierdie "gebou" wat vandag as die SAVSLOR bekend staan en hoë aansien geniet.

3.6 SAMEVATTING EN EVALUERING

Postma se bydrae tot die ontwikkeling van Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika moet deurgaans gesien word in die lig van die omstandighede waarin die vak in daardie jare beoefen is. Gedurende dié jare was Liggaamlike Opvoedkunde in sy wordingsjare en Postma moes baanbrekerswerk op verskeie terreine verrig. Waar sekere aspekte van die vak vandag as vanselfsprekend aanvaar word, moes Postma in daardie tyd veg vir die bestaansreg en die ontwikkeling van die vak - selfs op

en oor terreine soos onderrig van die vak op skool, opleiding in die vak, navorsing en navorsingstoerusting asook navorsingsmetodes en -tegnieke.

Postma se belangrikste bydrae ten opsigte van die opleiding van studente in Liggaamlike Opvoedkunde het betrekking op die doeltreffende beheer oor en uitbouing van die Departement van Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch. Hy het veral 'n besondere bydrae gelewer tot die instelling en uitbouing van kursusse en vakrigtings asook die samestelling van leerplanne. Hy was in die besonder verantwoordelik vir die instelling van die afdeling Toetsing en Meting in die Liggaamlike Opvoedkundekursus aan die Departement. Die belangrikheid van die insluiting van hierdie afdeling in 'n kursus in Liggaamlike Opvoedkunde is daarna ook deur ander opleidingsinrigtings ingesien. Benewens Toetsing en Meting het Postma ook verskeie ander teoretiese afdelings van die vak uitgebou. As dosent het Postma die vak met soveel oorgawe beoefen dat hy 'n besielende invloed op vele studente gehad het.

Postma se belangrikste bydrae ten opsigte van navorsing lê daarin dat hy een van die eerste Liggaamlike Opvoedkundiges in Suid-Afrika was wat navorsingswerk ten opsigte van Liggaamlike Opvoedkunde begin het. Hy het nie alleen self 'n hele aantal navorsingsprojekte voltooi nie maar het ook 'n navorsingsingesteldheid by sy studente gekweek en kritiese leiding aan hulle verskaf ten tye van hulle navorsing.

Die feit dat Postma 'n kenner van Liggaamlike Opvoedkunde as geheel was, het daartoe aanleiding gegee dat hy publikasies oor 'n wye spektrum onderafdelings van die vak die lig kon laat sien. Die groot aantal publikasies wat hy gelewer het, het verseker dat sy beskouinge oor die vak in Suid-Afrika versprei het. Sy boek Inleiding tot die Liggaamlike Opvoedkunde moet as sy grootste en belangrikste navorsingsbydrae ten opsigte van die ontwikkeling van die vak beskou word.

Postma se betrokkenheid by tydskrifte in verband met Liggaamlike Opvoedkunde en sy betrokkenheid by verenigings in verband met Liggaamlike Opvoedkunde in Suid-Afrika het verseker dat Liggaamlike Opvoedkunde op hierdie twee terreine ontwikkeling kon toon. Postma het veral 'n besondere diens ten opsigte van die Suid-Afrikaanse Vereniging

vir Sportwetenskap, Liggaamlike Opvoedkunde en Rekreasie (SAVSLOR) gelewer.

Toe Postma in 1972 tot medeprofessor in Liggaamlike Opvoedkunde aan die Universiteit van Stellenbosch bevorder is, het Van der Ley (1972:359) in 'n artikel oor Postma in De Lichamelijke Opvoeding hom met die bevordering gelukgewens en onder andere die volgende geskryf:

> "Allereerst onze hartelijke gelukwensen aan Postma en zijn echtgenote (zelf kollega) bij deze belangwekkende gebeurtenis, welke bovenal gezien moet worden als de bekroning van Postma's karrière en nooit aflatend werk om zowel ons vak op een hoger peil te brengen dan wel er grotere bekendheid aan te geven; kortom nieuwe wegen zien te vinden en initiatieven te ontplooien, daar, waar hy dit wenzelijk achtte.
>
> Talrijk zijn de bemoeienissen, welke Postma in de loop van een reeks jaren heeft gehad met alle facetten van ons vak en met de talrijke draden naar andere verschijnselen op ons vak betrekking hebbende en ons vak rakende. Ik noem hier alleen maar zijn navorsingswerk, niet alleen betreffende ons vakgebied voor (school) kinderen en jonge mensen, maar ook op sportgebied.
>
> Professor Postma, onze hulde en dank voor het gepresteerde levenswerk."

Vakkundiges in Suid-Afrika stem heelhartig met hierdie woorde van Van der Ley saam.

CLAUDE MICHAEL SMIT