

DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL  
VAN FORMELE OEFENINGE OP DIE  
ONTWIKKELING VAN LIGGAAMLIKE OPVOEDING  
IN SUID-AFRIKA.

deur

JOHANNES WILHELMUS WILLEMSE  
(B.A.(Ed.Phys)., H.O.D., HONNS. B.P.Ed.)

Voorgelê ter vervulling van 'n deel van die vereistes  
vir die graad Magister Educationis in die Fakulteit  
Opvoedkunde, van die Potchefstroomse Universiteit vir  
Christelike Hoër Onderwys, Potchefstroom.

ctober 1969.

## VOORWOORD

In die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika is sekere metodes toegepas, wat hulle invloed op die vak laat geld het. Elke land en volk openbaar eienskappe wat eie aan die land en volk is en die metodes wat ten opsigte van die vak gevolg word, moet by die omstandighede kan aanpas. Dit is nodig om die invloed van die metodes wat in Suid-Afrika gevolg is, na te gaan en die doeltreffendheid van die metodes krities te benader om die geskiktheid daarvan vir Suid-Afrikaanse toestande te bepaal. Verskeie instansies was by die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika betrokke. Om die ondersoek na die invloed van die Sweedse stelsel van formele oefeninge op die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika te voltooi, was die hulp van verskeie instansies en persone derhalwe nodig.

Graag wil ek my dank aan die volgende instansies en persone vir hulle gewaardeerde hulp, betuig:

1. die Transvaalse Onderwysdepartement vir die finansiële steun aan my gebied;
2. die Suid-Afrikaanse Weermag vir die toestemming om die nodige navorsing in die Suid-Afrikaanse Weermagargief te kon doen;
3. die Hoof van die Leër vir die toestemming om insae in die Handleiding vir Gevegsliggaamlike opleiding te kon hê;
4. die Suid-Afrikaanse Polisiekollege vir die toestemming vir die ondersoek aan daardie inrigting;
5. majoor G.J. Geyer van die Leërhoofkwartier wat so bereidwillig was om my met die ondersoek daar by te staan;
6. luitenant W.K. Schuld van die Polisiekollege wat my so vriendelik ontvang het en my die nodige inligting verskaf het;
7. alle persone wat so vriendelik was om deur middel van korrespondensie my van belangrike inligting te voorsien. In die opsig noem ek graag dr. J.W. Postma van die Universiteit van Stellenbosch wat die adresse van persone wat die Sweedse stelsel toegepas het, aan my verskaf het. Mnr. A.H. Britton van die Bloemfonteinse Onderwyskollege wat waardevolle boeke oor die

Sweedse stelsel vrywillig aan my geleen het. Mnr. J.J. Schoombee senior vakinspekteur vir liggaamlike opvoeding in die Kaapprovinsie, wat belangrike inligting oor die ontwikkeling van die vak in daardie provinsie aan my verskaf het;

8. alle persone wat onderhoude aan my toegestaan het. Graag noem ek professor Claude Smit van die Universiteit van Pretoria. Mej. Emmie Hartmann van die Departement van Sport en Ontspanning vir die waardevolle inligting en die leen van boeke wat ek nie andersins kon bekom nie;

9. mnr. A.P. Rutgers van die Potchefstroomse Onderwyskollege vir die leen van sy Nederlandse boeke wat oor die vak handel;

10. mnr. B.D. Lombard van die Potchefstroomse Onderwyskollege vir die waardevolle wenke en vir die leen van leerplanne;

11. mnr. M.J. Marais vir die taalkundige versorging van die werk en mev. B. John wat die tik van die werk so sorgvuldig behartig het;

12. die personeel van die Biblioteke van die Potchefstroomse Onderwyskollege en Universiteit wat my altyd so vriendelik gehelp het.

Graag wil ek my opregte dank tot die adres van professor D.P.J. Smith rig. Onder sy bekwame en inspirerende leiding was dit aangenaam om te werk. Sy belangstelling blyk uit die vriendelike wyse waarop ek altyd ontvang is en die bereidwilligheid om my te eniger tyd te woord te staan en van raad te bedien.

J.W. Willemse.

POTCHEFSTROOM  
Oktober 1969.

## INHOUDSOPGAWE

|                 |   |
|-----------------|---|
| INLEIDING ..... | 1 |
|-----------------|---|

### HOOFSTUK I

|                                            |    |
|--------------------------------------------|----|
| DIE DOEL EN METODE VAN DIE ONDERSOEK ..... | 7  |
| I. DIE DOEL VAN DIE ONDERSOEK .....        | 7  |
| II. DIE METODE VAN DIE ONDERSOEK .....     | 10 |

### HOOFSTUK II

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| 'N HISTORIESE OORSIG OOR DIE ONTWIKKELING VAN FORMELE OEFENINGE TOT 1800 ..... | 12 |
| I. DIE OUTYD OF KLASSIEKE PERIODE .....                                        | 12 |
| A. Die primitiewe gemeenskappe .....                                           | 12 |
| B. Die ou kultuurvolke .....                                                   | 12 |
| C. Die Grieke en die Romeine .....                                             | 13 |
| II. DIE MIDDELEEUE .....                                                       | 13 |
| A. Die opkoms van die Christendom .....                                        | 13 |
| B. Die Ridderwese .....                                                        | 14 |
| C. Die Renaissance .....                                                       | 14 |
| III. INLEIDING TOT DIE MODERNE LIGGAAMLIKE OPVOEDING .....                     | 15 |
| A. Filantropisme .....                                                         | 15 |
| B. Johann Heinrich Pestalozzi .....                                            | 16 |
| IV. SAMEVATTING .....                                                          | 16 |

### HOOFSTUK III

|                                                                                  |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|
| DIE ONTSTAAN EN ONTWIKKELING VAN DIE SWEEDSE STELSEL VAN FORMELE OEFENINGE ..... | 17 |
| I. DIE BYDRAE VAN P.H. LING .....                                                | 17 |
| A. Sy lewe, persoonlikheid en werk .....                                         | 17 |
| B. Grondgedagtes van sy werk .....                                               | 20 |

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| C. Die Gimnastiek soos deur Ling prakties toegepas ..... | 24 |
| D. Samevatting .....                                     | 26 |
| II. DIE BYDRAE VAN P.H. LING SE NAVOLGERS .....          | 27 |
| A. Die bydrae van L.G. Branting .....                    | 28 |
| B. Die bydrae van G. Nyblaeus .....                      | 28 |
| C. Die bydrae van H. Ling .....                          | 29 |
| D. Ander bydraes .....                                   | 30 |
| E. Samevatting .....                                     | 30 |
| III. DIE SWEEDSE STELSEL VAN FORMELE OEFENINGE .....     | 31 |
| A. Die gebruik van bevele .....                          | 31 |
| B. Die daaglikse lesprogram .....                        | 31 |
| C. Sistematiese progressie .....                         | 34 |
| D. Samevatting .....                                     | 34 |

#### HOOFSTUK IV

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| DIE VERBREIDING VAN DIE SWEEDSE STELSEL NA ENKELE ANDER LANDE ..... | 36 |
| I. DIE VERBREIDING NA DENEMARKE .....                               | 36 |
| A. Historiese Inleiding .....                                       | 36 |
| B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel .....                    | 37 |
| II. DIE VERBREIDING NA DUITSLAND .....                              | 40 |
| A. Historiese inleiding .....                                       | 40 |
| B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel .....                    | 41 |
| III. DIE VERBREIDING NA ENGELAND .....                              | 43 |
| A. Historiese inleiding .....                                       | 43 |
| B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel .....                    | 44 |
| IV. DIE VERBREIDING NA DIE NEDERLANDE .....                         | 47 |
| A. Historiese inleiding .....                                       | 47 |
| B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel .....                    | 49 |
| V. SAMEVATTING .....                                                | 50 |

## HOOFSTUK V

|                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP ENKELE ANDER LANDE ..... | 52 |
| I. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DENEMARKE .....       | 52 |
| A. Publieke skole .....                                         | 52 |
| B. Onderwysersopleiding .....                                   | 53 |
| C. Die Weermag .....                                            | 55 |
| D. Volkshoërskole en Skietverenigings .....                     | 56 |
| E. Die Deense primêre gimnastiek van Niels Bukh.....            | 57 |
| II. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DUITSLAND ...        | 58 |
| A. Publieke skole .....                                         | 59 |
| B. Onderwysersopleiding .....                                   | 61 |
| C. Die Weermag .....                                            | 62 |
| III. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP ENGELAND ...        | 62 |
| A. Publieke skole .....                                         | 62 |
| B. Onderwysersopleiding .....                                   | 69 |
| C. Die Weermag .....                                            | 72 |
| IV. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DIE NEDERLANDE ..... | 74 |
| A. Publieke skole .....                                         | 74 |
| B. Onderwysersopleiding .....                                   | 76 |
| C. Die Weermag .....                                            | 78 |
| D. Verenigings vir Liggaamlike Opvoeding .....                  | 79 |
| V. SAMEVATTING .....                                            | 79 |

## HOOFSTUK VI

|                                                                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| DIE VERBREIDING VAN DIE SWEEDSE STELSEL IN DIE ONTWIKKELING VAN LIGGAAMLKE OPVOEDING IN SUID-AFRIKA ..... | 80 |
| I. DIE ONDERWYSDEPARTEMENTE .....                                                                         | 80 |
| A. Kaapprovinsie .....                                                                                    | 81 |
| 1. 1652-1900 .....                                                                                        | 81 |

|      |                                                                        |     |
|------|------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2.   | 1900-1936 .....                                                        | 83  |
| 3.   | 1936-1968 .....                                                        | 85  |
|      | B. Natal .....                                                         | 91  |
| 1.   | 1835-1900 .....                                                        | 91  |
| 2.   | 1900-1936 .....                                                        | 92  |
| 3.   | 1936-1968 .....                                                        | 94  |
|      | C. Transvaal .....                                                     | 96  |
| 1.   | 1850-1900 .....                                                        | 96  |
| 2.   | 1900-1936 .....                                                        | 98  |
| 3.   | 1936-1968 .....                                                        | 101 |
|      | D. Oranje-Vrystaat .....                                               | 106 |
| 1.   | 1850-1900 .....                                                        | 106 |
| 2.   | 1900-1936 .....                                                        | 107 |
| 3.   | 1936-1968 .....                                                        | 110 |
| II.  | BEMOEIING VAN DIE SENTRALE REGERING .....                              | 113 |
|      | A. Die Nasionale Adviserende Raad vir<br>Liggaamlike Opvoeding .....   | 113 |
| 1.   | Ontstaan .....                                                         | 113 |
| 2.   | Samestelling .....                                                     | 114 |
| 3.   | Werkzaamhede .....                                                     | 115 |
| 4.   | Offisiële organe .....                                                 | 116 |
| 5.   | Die samestelling van eenvormige leerplanne .....                       | 117 |
| 6.   | Die leerplankomitee .....                                              | 118 |
|      | B. Die ontwikkeling sedert 1951 .....                                  | 119 |
| 1.   | Uitgawes deur die Departement van Onderwys,<br>Kuns en Wetenskap ..... | 120 |
| 2.   | Uitgawes deur die Departement van Kultuursake .....                    | 120 |
| 3.   | Die leerplankomitee .....                                              | 120 |
| III. | DIE SUID-AFRIKAANSE WEERMAG .....                                      | 121 |
| IV.  | DIE SUID-AFRIKAANSE POLISIEMAG .....                                   | 125 |

## HOOFSTUK VII

|                                                                                                             |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DIE ONTWIK-<br>KELING VAN LIGGAAMLIKE OPVOEDING IN SUID-AFRIKA ..... | 127 |
| I. DIE ONDERWYSDEPARTEMENTE .....                                                                           | 127 |
| A. Kaapprovinsie .....                                                                                      | 127 |
| 1. Publieke skole .....                                                                                     | 127 |
| a. 1652-1900 .....                                                                                          | 127 |
| b. 1900-1936 .....                                                                                          | 128 |
| c. 1936-1968 .....                                                                                          | 130 |
| 2. Onderwysersopleiding .....                                                                               | 131 |
| a. 1652-1900 .....                                                                                          | 131 |
| b. 1900-1936 .....                                                                                          | 132 |
| c. 1936-1968 .....                                                                                          | 133 |
| B. Natal .....                                                                                              | 136 |
| 1. Publieke skole .....                                                                                     | 136 |
| a. 1835-1900 .....                                                                                          | 136 |
| b. 1900-1936 .....                                                                                          | 136 |
| c. 1936-1968 .....                                                                                          | 138 |
| 2. Onderwysersopleiding .....                                                                               | 139 |
| a. 1835-1900 .....                                                                                          | 139 |
| b. 1900-1936 .....                                                                                          | 139 |
| c. 1936-1968 .....                                                                                          | 140 |
| C. Transvaal .....                                                                                          | 140 |
| 1. Publieke skole .....                                                                                     | 140 |
| a. 1850-1900 .....                                                                                          | 140 |
| b. 1900-1936 .....                                                                                          | 141 |
| c. 1936-1968 .....                                                                                          | 144 |
| 2. Onderwysersopleiding .....                                                                               | 145 |
| a. 1850-1900 .....                                                                                          | 145 |
| b. 1900-1936 .....                                                                                          | 145 |
| c. 1936-1968 .....                                                                                          | 146 |

|                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|
| D. Oranje-Vrystaat .....                                                  | 149 |
| 1. Publieke skole .....                                                   | 149 |
| a. 1850-1900 .....                                                        | 149 |
| b. 1900-1936 .....                                                        | 149 |
| c. 1936-1968 .....                                                        | 153 |
| 2. Onderwysersopleiding .....                                             | 154 |
| a. 1850-1900 .....                                                        | 154 |
| b. 1900-1936 .....                                                        | 154 |
| c. 1936-1968 .....                                                        | 156 |
| II. BEMOEIING VAN DIE SENTRALE REGERING .....                             | 158 |
| A. Die Nasionale Adviserende Raad vir<br>Liggaamlike Opvoeding .....      | 158 |
| 1. Die besoek van Niels Bukh .....                                        | 158 |
| 2. Offisiële organe .....                                                 | 158 |
| 3. Eenvormige leerplanne .....                                            | 160 |
| B. Die ontwikkeling sedert 1951 .....                                     | 166 |
| 1. Uitgawes deur die Departement van Onderwys,<br>Kuns en Wetenskap ..... | 166 |
| 2. Uitgawes deur die Departement van<br>Kultuursake .....                 | 167 |
| III. DIE SUID-AFRIKAANSE WEERMAG .....                                    | 168 |
| IV. DIE SUID-AFRIKAANSE POLISIEMAG .....                                  | 180 |

## HOOFSTUK VIII

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| SAMEVATTING EN GEVOLGTREKKINGS ..... | 184 |
| I. SAMEVATTING .....                 | 184 |
| II. GEVOLGTREKKINGS .....            | 185 |
| <br>BIBLIOGRAFIE .....               | 193 |
| BYVOEGSEL .....                      | 202 |
| SUPPLEMENT .....                     | 203 |

## INLEIDING

Soos in die geval van talle ander vakke het die vak liggaamlike opvoeding 'n lang proses van ontwikkeling deurge=maak. Hierdie ontwikkelingsproses is deur sekere faktore gestimuleer. Omdat die mens vir sy selfbehoud grootliks van sy fisieke weerbaarheid afhanklik is, is dit die militêre wese wat 'n groot bydrae tot die ontwikkeling van die vak gelewer het. Dit is dan opvallend dat die primitiewe mens handelinge vir sy verdediging geheel en al op liggaamlike geskiktheid gerig het. Ook die Spartaanse- en Romeinse soldaat het na liggaamlike aktiwiteite as voorbereiding vir militêre weerbaarheid gegryp. Die mediese wêreld het die vak ook op sy pad van groei gesteun. Verskeie persone het besef dat liggaamlike bewegings 'n rol in die gesondheid van die menslike liggaam speel. Mediese gimnastiek dateer sover terug as die periode van die ou kultuurvolke. Die aanhang wat die filosowe uit die klassieke periode aan liggaamsoefening vir mediese doeleindes verleen het, is oorbekend. Hierbenewens moet die bydrae van die opvoedkunde tot die ontwikkeling van die vak nie misken word nie.

Hierdie studie wil dan aantoon hoe formele oefeninge tot omstreeks 1800 ontwikkel het. Daar sal ook gepoog word om te wys hoe genoemde faktore die ontwikkeling van formele oefeninge beïnvloed het.

Die beginjare van die negentiende eeu het 'n belangrike fase in die geskiedenis van die vak ingelei. Napoleon het in daardie stormagtige tydperkweer eens die belangrikheid van liggaamlike opvoeding onder sy Europese vyande beklemtoon. As weerbaarheidsmiddel teen die vernederende Napoleontiese aanslae, skeep F.L. Jahn die „nasionale turnen" om die Duitse volk te verenig. Selfs die gimnastiek van die mensliewende Guts Muths toon 'n militêre kleur a.g.v. die oorlogsgees van daardie tyd.

Teen die einde van die sewentiende eeu was Swede 'n magtige ryk wat oor uitgebreide grondgebied beskik het. As=

pirasies van Pieter die Grote van Rusland om sy ryk uit te brei, het tot 'n botsing met Swede gelei. Die magte van Karel XII was nie in staat om die aanslag af te weer nie; gevolglik het groot dele van Sweedse grondgebied in die hande van Rusland geval. 'n Eeu later ondervind Swede weer teen=slae toe, met sy inmenging in die Napoleontiese oorloë, nog grondgebied vir die land verlore gaan. Swede ondervind egter sy grootste teenslag in 1808 toe Rusland Finland van Swede inpalm. Swede is toe met slegs 'n derde van sy oorspronklike grondgebied gelaat. Hierdie gebeure het 'n ongeken=de patriotiese gevoel onder die Sweedse volk gewek.

Geïnspireer hierdeur en deur sy belangstelling in die genesende waarde van liggaamlike aktiwiteite, het P.H. Ling met die aanvoerwerk vir die Sweedse stelsel van formele oefeninge begin. Na aanleiding hiervan is dit interessant dat in die loop van hierdie werk dit sal blyk dat dit juis die militêre en mediese gimnastiek is wat onder P.H. Ling tot ontwikkeling gekom het. Op grond van sy gedagtes is sy werk deur sy navolgers voortgesit en uitgebrei. In hierdie werk sal daar ook gepoog word om 'n aanduiding van die ontwikkeling van die stelsel te gee en die stelsel self bekend te stel.

Die Sweedse stelsel van formele oefeninge is nou gekoppel aan die liggaamlike opvoeding van daardie land en dit is in sy suiwer vorm tot diep in die twintigste eeu beoefen. Moderne opvoedkundige eise het egter die vraag na verandering en vernuwing gestel. Dit is daarom dat vakmanne van die twintigste eeu dit gewysig het om by heersende omstandighede aan te pas. Die invloed van P.H. Ling op die vak in Swede is deur die jare gehandhaaf sodat gimnastiek vandag nog 'n belangrike plek in die program inneem. Desnieteenstaande neem sport en spele ook 'n belangrike plek in, sodat opelug aktiwiteite vandag in 'n winter - en somerprogram ingedeel word.

Teen omstreeks 1900 was die Sweedse gimnastiek en die Duitse turnen die hoofrigtings in die Europese liggaamlike opvoeding. Om die rede sou die denkkeelde van P.H. Ling en sy navolgers na talle lande verbrei en invloed op die liggaamlike opvoeding in die lande uitoefen. Vir die opvoeding van die liggaam was Suid-Afrika in die verlede grootliks afhanklik van wat in ander lande gedoen is. Daar sou dus ook van die Sweedse stelsel kennis geneem moes word. Die stelsel het nooit direk van Swede na Suid-Afrika verbrei nie. Hierdie verbreiding het meestal via die lande waarmee Suid-Afrika nouer bande gehad het, geskied. In hierdie werk sal daar gepoog word om aan te toon hoe die stelsel na enkele ander lande verbrei het en hoe dit die vak aldaar beïnvloed het.

By die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika was verskeie instansies betrokke. Hierdie werk sal dus aantoon hoe die Sweedse stelsel na die instansies verbrei het en hoe dit die vak beïnvloed het.

#### UITEENSETTING VAN TERME WAT GEBRUIK SAL WORD

In die ontwikkelingsgeskiedenis van die begrip liggaamlike opvoeding is verskeie ander terme gebruik om die vak aan te dui. Uit die aard van hierdie werk sal daar in die verloop daarvan van hierdie terme gebruik gemaak word. Dit is derhalwe nodig om hierdie terme uiteen te sit.

##### 1. Liggaamsoefeninge

Die oorsprong van hierdie begrip dateer uit die klassieke periode. Filosofe het liggaamsoefeninge ten sterkste aanbeveel en Pythagoras het dit reeds stelselmatig gerangskik. Met die ontstaan van die stelsels aan die begin van die negentiende eeu tree die term op die voorgrond. Volgens Smit<sup>1)</sup> is dit veral die Duitse- en Sweedse stelsels met hul

---

1) Smit, C. Die ontwikkeling van die term liggaamsopvoeding. Liggaamsopvoeding V: 2, (Junie 1943), p.5.

militêre karakter wat waarskynlik die „oefening“-idee bevorder het. Die moderne term liggaamsoefeninge het in sy wese alleen op die suiwer fisies-bioties-psigiese aspek van die mens betrekking<sup>1)</sup>.

## 2. Gimnastiek

Uit die term liggaamsoefening wat uit die klassieke periode dateer, het later die term gimnastiek ontwikkel. Gimnastiek is van die Griekse woord „Gymnos“ afgelei, wat beteken om naak te oefen. Dit is tereg gebruik want die Griekse atlete het nakend aan die nommers wat op die Antieke Olimpiese Spele beoefen is, deelgeneem. Die gimnastiek was egter meer omvattend as wat die term wil aandui want "To the Greeks gymnastics meant physical exercises in general, and these comprised running, throwing, leaping, wrestling, etc., in short all those exercises which are nowadays termed athletics or sports"<sup>2)</sup>.

Die term gimnastiek het byval gevind, want dit is ook deur Guts Muths gebruik, terwyl allerweë van die Sweedse gimnastiek gepraat is. Die moderne gimnastiek is die resultaat van eeue se ontwikkeling. Amoros, 'n Spaanse edelman definieer dit as „... de beredeneerde wetenskap onzer bewegingen, van haar betrekkingen met onze zintuigen, ons verstand, onze gevoelens en onze zeden die bestaat in de ontwikkeling van al onze vermogens"<sup>3)</sup>. Onderskeid tussen gimnastiek en atletiek is duidelik. Lindhard<sup>4)</sup> sien gimnastiek soos volg: "Gymnastics attempt to produce a strong, muscular body by means of artificial, invented or constructed, comparatively simple exercises of definite form, ...".

---

1) Van der Merwe, I.R. Beginsels waarop 'n sisteem moet berus, p. 22.

2) Lindhard, J. The theory of gymnastics, p. 1.

3) Van Schagen, K.H. De lichamelijke opvoeding in de laatste drie eeuwen, p. 257.

4) Lindhard, op. cit., p. 3.

In hierdie studie behels formele oefeninge dus kunsmatig gekonstrueerde oefeninge en waar van die Sweedse gimnastiek gepraat word, hou dit dieselfde betekenis in. In die jongste werk<sup>1)</sup> oor gimnastiek in Suid-Afrika word ook van strukturele- en funksionele oefeninge gepraat. Struktuur het betrekking op die bou en funksie het met die werking te doen.

### 3. Liggaamskultuur

Volgens Smit<sup>2)</sup> het die term liggaamskultuur teen die helfte van die negentiende eeu, gedurende die sogenaamde kultuurperiode, populêr geword. Liggaamskultuur bepaal hom in hoofsaak slegs by die opvoeding van die fisiek met fisiologiese en anatomiese probleme. Vir die aanhangers van die kultus is 'n gespierde liggaam die vernaamste doelwit.

### 4. Liggaamlike Opvoeding

Met die ontwikkeling van sport en spele sedert die einde van die vorige eeu het die vak 'n breër begrip geword. Omdat die oefeninge in die program nie net dien om die liggaam te oefen nie, maar ook 'n opvoedende waarde het, is hierdie term, na omstreeks 1920, algemeen gebruik<sup>3)</sup>.

Volgens Groenman<sup>4)</sup> leef die mens op aarde as 'n ongedeelde en ondeelbare eenheid. Hierdie eenheid moet in die opvoedingsproses gerespekteer word. In die opsig lewer liggaamlike opvoeding 'n unieke bydrae, deurdat dit as integrale aspek van die opvoeding die mens as psigo-fisiese eenheid opvoed. Die opvatting van die leek dat liggaamlike op=

---

1) Departement van Kultuursake, Handboek vir liggaamlike opvoeding, p. 6.

2) Smit, op. cit., p. 4.

3) Postma, J.W. Inleiding tot die liggaamlike opvoedkunde, p.1.

4) Groenman, G. De lichamelijke opvoeding als antropologisch probleem, p. 65.

voeding slegs die beoefening van fisieke aktiwiteite is, is verkeerd.

#### 5. Liggaamlike Opvoedkunde

Volgens Postma<sup>1)</sup> het die teorie van liggaamlike opvoeding ook in die laaste tientalle jare 'n aansienlike uitbreiding ondergaan en dieselfde ontwikkeling as die teorie van talle ander praktiese vakke gevolg. Die geneeskuns is eeue lank beoefen voordat 'n geneeskunde ontstaan het; naas die boukuns het 'n boukunde ontwikkel; opvoeding het 'n opvoedkunde gekry, ens. Analooq hiermee het naas die praktiese vak liggaamlike opvoeding 'n teorie ontstaan wat liggaamlike opvoedkunde genoem word<sup>2)</sup>.

#### 6. Liggaamlike Opleiding

In die opleidingsprogram van rekrute by die Suid-Afrikaanse Weermag en -Polisiekollege geniet voorbereiding op liggaamlike gebied groot aandag. By hierdie instellings word die term liggaamlike opleiding gebruik.

Deur die verskillende periodes van die geskiedenis is liggaamlike aktiwiteite as voorbereiding vir oorlog aangewend. By die ontstaan van noodtoestande is stelsels gebruik wat by die spesifieke behoeftes aangepas het. Dit is dan liggaamlike opleiding genoem. Webster<sup>3)</sup> verklaar verder: "Hence, physical training has the connotation of authority, formality, and obedience with emphasis on training for skill, for physical fitness, and conditioning of the body for the development of strength and endurance".

---

1) Postma, op. cit., p. 1.

2) Ibid.

3) Webster, R.W. Philosophy of physical education, p. 114.

## HOOFSTUK I

### DIE DOEL EN DIE METODE VAN DIE ONDERSOEK

#### I. DIE DOEL VAN DIE ONDERSOEK

In die afgelope dertig jaar het liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika groot vooruitgang gemaak. Die daadwerklike poging van die regering sedert die dertigerjare, om die vak op hegte grondslag te plaas, getuig daarvan. Sedertdien het die vak verpligtend op skool geword; by militêre opleiding en die opleiding van die polisieman speel dit 'n belangrike rol; hoër opvoedkundige inrigtings lei vakmanne wetenskaplik op en 'n belangrike stap volg in 1966 met die stigting van die Departement van Sport en Ontspanning.

In die oplossing van probleme wat hulle op die vakgebied voordoën, lewer die Universiteite 'n groot bydrae deur wetenskaplike navorsing. Op die gebied van die geskiedenis van liggaamlike opvoeding, wat sy regmatige plek op die terrein van die vak toekom, wil dit voorkom asof navorsing in hierdie verband verwaarloos word. Die geskiedenis van 'n vak dien tog as maatstaf om vordering in die vak te bepaal. Eietydse probleme word deur navorsing belig.

In die verband wil die ondersoek 'n beskeie bydrae lewer deur te betoog en te bewys dat die huidige toestand die resultaat is van werkende kragte in die verlede en dat die huidige stand die uitgangspunt vir die toekoms is. Foute wat in die verlede gemaak is, kan uitgeskakel word.

Die moderne tyd met sy meganisasie en outomatisasie gaan gepaard met gemak en gerief wat die moderne mens kan geniet. Dit het egter die nadeel dat die mens steeds meer en meer ten opsigte van sy fisieke fiksheid inboet.\* 'n Verskynsel wat hom noodsaaklikerwys voordoën, is houdingsafwykings wat 'n kenmerkende gevolg van die onnatuurlike sittende leefwyse, selfs by die skoolgaande jeug, is. Die instelling

---

\* Hier word verwys na talryke ondersoeke in J.M.J. Korpershoek. De lichamelijke opvoeding in de laatste drie eeuwen, Deel II. Rotterdam, Nijgh en van Ditmar, 1926.

van verpligte liggaamlike opvoeding op skool kan 'n belangrike rol in die bekamping van hierdie kultuurskadelikhede speel. In die program kan kunsmatige gekonstrueerde oefeninge met die doel om 'n goeie houding te bewaar en te verbeter, ingesluit word. Dit wil voorkom asof formele oefeninge in die kort verlede in die skoolprogram in 'n mate verwaarloos is. Vandag wil dit blyk asof vakmanne in Suid-Afrika weer eens die formele oefeninge hoog aanskryf as kompensasie teen die nadelige invloed van die moderne tyd.

In die opsig het P.H. Ling en sy navolgers baanbrekerswerk gedoen. Die Sweedse gimnastiek het hoofsaaklik uit formele oefeninge bestaan, Idees wat daaruit voortspruit, kan vir die moderne liggaamlike opvoeding van nut wees.

Die doel van hierdie ondersoek is in die eerste instansie om 'n historiese oorsig van die ontwikkeling van formele oefeninge tot 1800 te gee. Omdat hierdie voorafgaande geskiedenis bekende terrein is, is die doel om dit slegs kortliks te skets ten einde die verband met die Sweedse formele oefeninge aan te toon.

Vervolgens is die doel om oor te gaan tot 'n meer besondere bespreking van die ontstaan en ontwikkeling van die Sweedse stelsel. In die opsig is dit die doel om die lewe, werk en grondgedagtes van P.H. Ling te skets. Die doel is ook om te verwys na diegene wat hom as tydgenote bygestaan het en diegene wat sy werk voort gesit het. Omdat die onderwerp hom tot die ondersoek van formele oefeninge beperk, sal die doel dan ook wees om die Sweedse stelsel van formele oefeninge deeglik te bespreek. Na die wysigings wat in die twintigste eeu in die stelsel gebring is, sal slegs kortliks verwys word.

In die verbreiding van Europese stelsels en strominge na Suid-Afrika was dit veral Denemarke, Duitsland, Engeland en die Nederlande wat 'n belangrike rol gespeel het. Daarom is die doel om aan te toon hoe die Sweedse stelsel sy weg na genoemde lande gevind het en hoe dit die vak aldaar beïnvloed het. Omdat dit egter nie die tema van die ondersoek is nie, is die doel om hierdie deel slegs kortliks te behandel. As gevolg van die historiese bande met Engeland het laasgenoemde land 'n groot rol in die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika gehad. Die doel is derhalwe om die verbreiding en invloed wat die Sweedse stelsel op Engeland gehad het breedvoeriger, as in die geval van die ander lande, te bespreek.

Die belangrikste instansies wat by die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika betrokke was, was die verskillende Onderwysdepartemente, die Weermag en die Suid-Afrikaanse Polisiekollege. Dit is teen die helfte van die dertigerjare in die twintigste eeu dat die Sentrale Regering ook aktiewe belangstelling in die vak begin toon. Die beoogde doelstelling is om aan te toon hoe die stelsel met behulp van genoemde lande na die instansies verbrei het. Dit kan alleen gedoen word deur deurentyd die verloop van die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika te skets. Omdat universiteite so 'n belangrike bydrae in die opleiding van onderwysers lewer, is die doel om die bydrae van hierdie inrigtings saam met die verskillende onderwysdepartemente te bespreek.

Vir die verdediging van die land is die liggaamlike opleiding van die rekrut in die Weermag van kardinale belang. Die doel is om in die opsig groter aandag te verleen aan die programme wat in die Suid-Afrikaanse Leër vir rekrute gebruik is. Dit sal kan aantoon wat die invloed van die stelsel was. Om sy onontbeerlike taak in die land te kan lewer, moet die polisieman ook fisiek geskik wees. Die invloed van die stelsel kan nagegaan word in die liggaamlike opleidingsprogramme wat in die Polisiekollege gevolg word.

Langs hierdie weg kan daar op wetenskaplike wyse bepaal word wat die invloed van die Sweedse stelsel was en of dit in ons land geslaag was al dan nie. Dit sal ook kan aantoon of die stelsel aan die eise wat eie aan Suid-Afrika is, voldoen. Verder sal dit ook die geleentheid bied om die geskiktheid van die stelsel as basis van 'n program in liggaamlike opvoeding te ontleed. Die kernprobleem van die vak in ons land is seker of die stelsel wat in gebruik is aan die nodige eise vir doeltreffendheid voldoen. Hierdie ondersoek kan op aspekte in die Sweedse stelsel wys wat tot die doeltreffendheid van die stelsel hier te lande kan bydra.

## II. DIE METODE VAN ONDERSOEK

Vir die samestelling van hierdie werk is daar van historiese gegewens gebruik gemaak. Om die studie dus aan die nodige wetenskaplike eise te laat voldoen, is van die historiese metode van navorsing gebruik gemaak.

In die agtergrondstudie is sekondêre bronne gebruik. In die opsig is die outeurs in 'n hoë mate bevoeg om oor die onderwerp te skryf. In verskeie gevalle is daarin geslaag om oorspronklike bronne te bekom. Hierdie werke het baie nuttig te pas gekom. Genoegsame en eerstehandse informasie is dus bekom om 'n duidelike beeld van die afdelings wat behandel is, te gee.

By die ondersoek na die verbreiding van die stelsel en die invloed daarvan op die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika, is soos volg te werk gegaan:

1. Ten opsigte van die Onderwysdepartemente is die nodige jaarverslae sedert 1910 nagegaan. Behalwe hierdie primêre bronne wat gebruik is, is daar ook stof uit ander artikels en tydskrifte versamel. Leerplanne is van die Onderwysdepartemente verkry. In die opsig het korrespondensie en onderhoud met vakinspekteurs nuttig te pas gekom. As gevolg van adresse wat goedgegunstiglik voorsien is, kon daar met per-

sone wat die stelsel in die verlede toegepas het, gekorrespondeer word. Hierdeur is waardevolle inligting bekom.

2. In die geval van hoër opvoedkundige inrigtings is daar, wat Universiteite betref, van inligting uit jaarboeke gebruik gemaak. Jaarboeke van die inrigtings waar die vak aangebied word, is sedert die instelling van die kursusse nagegaan. In die uiteensetting van die kursusse in hierdie werke is die invloed van die Sweedse stelsel moeilik te bepaal. Om hierdie probleem te oorbrug, is met alle departementshoofde van die vak in verbinding getree, hetsy deur middel van korrespondensie of onderhoude. Waardevolle inligting is ook deur genoemde metode van ander personeellede aan Universiteite verkry.

Leerplanne wat deur Onderwyskolleges gebruik is, is versamel. Hier is ook korrespondensie en onderhoude met dosente wat die vak aangebied het, gevoer.

3. Alle uitgawes deur die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoeding, die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap en die Departement van Kultuursake wat oor die vak handel, is nagegaan. Hieruit is die nodige stof wat oor die Sweedse gimnastiek handel, nagegaan.

4. Na die nodige toestemming verkry is, is die navorsing ten opsigte van die invloed van die stelsel op die Weermag in die Suid-Afrikaanse Weermagse argief gedoen. In die opsig is van ongepubliseerde dokumente gebruik gemaak. Toestemming is ook van die Hoof van die Leër verkry tot insae in die Handleiding vir Gevegsliggaamlike opleiding.

5. Omdat dokumente oor die liggaamlike opleiding van rekrute in die Polisiekollege nie verkry kon word nie, is in die opsig uitsluitlik van persoonlike onderhoude gebruik gemaak.

Nadat die stof op hierdie verskillende metodes versamel is, is dit moontlik om 'n wetenskaplike analise van die invloed van die Sweedse stelsel van formele oefeninge op die vak in Suid-Afrika te maak.

## HOOFSTUK II

### 'N HISTORIESE OORSIG OOR DIE ONTWIKKELING VAN FORMELE OEFENINGE TOT 1800

#### I. DIE OUTYD OF KLASSIEKE PERIODE

##### A. Die-Primitiewe gemeenskappe

In die opvoedingsproses, wat in hoofsaak prakties en pragmaties was, is die liggaamlike aspek sterk beklemtoon. In die verband het natuurlike liggaamlike aktiwiteite wat dan ook op die bruikbaarheidstendens dui, 'n groot rol gespeel. Georganiseerde instruksie het ontbreek, gevolglik maak bronne nie melding van formele oefeninge wat doelbewus beoefen is nie. Van der Merwe<sup>1)</sup> meld egter dat by die natuurkind se seremoniële danse, houdings- en ewewigsoefeninge onbewustelik in die na=bootsende passe na vore getree het.

##### B. Die-ou kultuurvolke

Die eerste spore van doelbewuste formele oefeninge dateer uit hierdie periode. Oefeninge met 'n genees- en heelkundige oogmerk, genoem „Cong Fu“, is sedert 2,600 v.C. in Sjina beoefen. Hierdie mediese gimnastiek, wat gewoonlik in 'n sittende- of knielende posisie uitgevoer en met asemhalings=oefeninge verbind is, toon 'n sekere mate van ooreenkoms met die Sweedse gimnastiek van P.H. Ling.<sup>2)</sup> Ling word dan ook teen die helfte van die negentiende eeu deur Franse skrywers oor heilgimnastiek daarvan beskuldig dat sy gimnastiek van die Sjinese oorgeneem is. Die beskuldiging is later weerlê en die onaanvegbare oorspronklikheid van sy werk op die gebied is bewys<sup>3)</sup>.

---

1) Van der Merwe, I.R. 'n Prinsipiële beskouing oor houdings=oefeninge, p. 13.

2) Van Dalen, D.B. e.a. A world history of Physical Education, p. 25.

3) Van Schagen, op. cit., p. 103.

In Egipte is lenigheidsoefeninge met behulp van 'n klein bal deur die vrou gedoen, terwyl Van der Merwe<sup>1)</sup> beweer dat na aanleiding van die bestudering van beeldhouwerk afgelei kan word dat houdingsoefeninge beslis onbewustelik aangewend is.

### C. Die Grieke en die Romeine

Die Griekse gimnastiek het ook op P.H. Ling 'n groot invloed gehad. Met sy artistieke aanleg was hy bekoor deur die goedgevormde atleet. Na aanleiding van die bestudering van Griekse beeldhouwerk is sy sin vir vormskoonheid verder ontwikkel, veral op die gebied van menslike bewegingsvorme<sup>2)</sup>. Voorskrifte van formele oefeninge wat die atleet tot so 'n vormskoonheid sou lei, het nie bestaan nie; vandaar Van der Merwe<sup>3)</sup> se bewering dat die atleet sy verheerlikte vormskoonheid van liggaam aan die vyfkamp te danke het. Selfs in die opleidingsprogramme van die patriotiese Spartaan en Romeinse soldaat bestaan geen inligting van formele oefeninge wat gebruik is nie.

Filosowe het nie alleen op die waarde van gimnastiek vir militêre voorbereiding gesinspeel nie, maar het ook die mediese waarde wat daarin opgesluit lê, onderskryf. In die opsig het spore van formele oefeninge na vore getree, sodat Rice<sup>4)</sup> kan beweer "Medical gymnastics and massage were known to both Greeks and Romans".

## II. DIE MIDDELEEUE

### A. Die opkoms van die Christendom

Met die opkoms van die Christendom het die belangrikheid van die fisieke op die agtergrond geskuif, sodat keiser

---

1) Van der Merwe, I.R. Prinsipiële beskouing oor houdingsoefeninge. p. 13.

2) Van Schagen, K.H. op. cit., p. 98.

3) Van der Merwe, op. cit., p. 14.

4) Rice, E.A. e.a. A brief history of Physical Education, p. 35.

Theodosius ook die Antieke Olimpiese Spele in 394 n.C. verbied het. In hierdie periode van sielsverheffing het formele oefeninge geheel en al ontbreek.

#### B. DIE RIDDERWESE

Vaardigheid in die hantering van wapens in toernooie en tweegevegte het aan die ridder die nodige aansien verleen. Hierdie vaardigheid kom tot ontwikkeling deur 'n deeglik beheerde opleidingsprogram wat die ridder van sy sewende jaar af gevolg het. Hoewel houdingsoefeninge onregstreeks in die program na vore tree, het sistematies opgestelde formele oefeninge ontbreek.

P.H. Ling het egter op toevallige wyse met die aktiwiteite wat in die latere Ridderakademies beoefen is, kennis gemaak. Dit het gedeeltelik as aanleiding tot sy belangrike werk gedien, terwyl dit aanvanklik ongetwyfelde invloed op sy werk gehad het.

#### C. DIE RENAISSANCE

In hierdie periode is dit die vroeë Humanistiese opvoeders waaronder veral Vittorino Da Feltre (1378-1446) wat aandag aan liggaamlike aktiwiteite verleen het. In sy skool "The Pleasant House" het formele oefeninge aandag geniet sodat Rice<sup>1)</sup> kan beweer "... and except for the Greeks, he was the first to devise special exercises for invalid children".

Origens hou die periode nie veel betekenis vir die vak in nie, as gevolg van die verheerliking van die eensydige verstandelike aspek van die menslike lewe. Hoewel leiers soos Luther, Rabelais, Milton, de Montaigne, Locke e.a. positiewe idees omtrent liggaamlike opvoeding geformuleer het, is formele oefeninge nie prakties beoefen nie.

---

1) Rice, e.a. op. cit., p. 63.

### III. INLEIDING TOT DIE-MODERNE LIGGAAMLIKE OPVOEDING

#### A. Filantropisme

Rasionalisme met sy instelling op die natuur het in die praktiese beoefening van liggaamlike opvoeding tot uiting gekom. Filantropisme met sy oorsprong in Rasionalisme, het as grondslag vir die moderne liggaamlike opvoeding wat uit die begin van die negentiende eeu dateer, gedien. Hierdie grondslag wat in die laaste kwart van die agtiende eeu gelê is, moet as die inleiding tot die moderne liggaamlike opvoeding beskou word.

Reeds in die werk van Basedow te Dessau vind Rasionalisme uiting in die vorm van die klassieke vyfkamp. Spore van sistematies opgestelde formele oefeninge ontbreek in bronne oor sy werk, hoewel melding gemaak word van houdingsoefeninge en ewewigsoefeninge op die dwarslat<sup>1)</sup>.

Guts Muths het 'n groot bydrae op die vakgebied gelewer en sy werk het die skeppers van die moderne liggaamlike opvoeding geïnspireer en beïnvloed. Soos Basedow, sien hy die Griekse vyfkamp as die grondslag vir liggaamlike ontwikkeling. In sy werk kry formele oefeninge ook aandag, soos blyk uit die bewering van Hecker en Heyn<sup>2)</sup> „Bij ongunstig weerliet hij in een lokaal verschillende standen en houdingen beoefen in den geest van onze vrije-oefeningen".

Vieth het ook aandag aan die beoefening van formele oefeninge gegee. Sy aktiwiteite is in aktiewe en passiewe oefeninge verdeel en van die passiewe oefeninge is in 'n liggende- en sittende posisie uitgevoer. Ook het hy op 'n formele wyse by die uitvoering van spronge te werk gegaan<sup>3)</sup>.

---

1) Van der Merwe, I.R. Prinsipiële beskouing oor houdingsoefeninge, p. 17.

2) Hecker, W.A.A. en Heyn, A.C. Geschiedenis der lichaams-oefeningen van de oudheid tot heden, p. 212.

3) Ibid., p. 218.

## B. Johann Heinrich Pestalozzi (1746-1827)

Die eerste bewegings van die kind wat uit spele, bewegings en werksaamhede bestaan en niks anders as gewrigsbeweging is nie, noem hy „natuurgymnastiek“. By die oorgang van die natuur tot die kuns het sy „elementair-gymnastiek“ wat 'n voortsetting van die suiwer liggaamlike gewrigsoefeninge is, ontstaan. Hierdeur ontstaan sy gewrigsoefeninge wat die grondslag vir die latere vrystaande oefeninge lê. Formele oefeninge vind in die werk van Pestalozzi veel aandag: „Pestalozzi liet de gewrichtsoefeningen in vereeniging uitvoeren. De leerlingen werden, nadat ze de bovenkleeren hadden uitgetrokken, in een lokaal of op een open plaats, op bepaalden afstand van elkaar opgesteld. Bij het oefenen begon hij met een bekende beweging, om systematisch verder te gaan“<sup>1)</sup>.

## IV. SAMEVATTING

Behalwe in enkele sporadiese gevalle geniet formele oefeninge tot 1800 nie veel aandag nie. Tot die laaste kwart van die agtiende eeu is formele oefeninge uitsluitlik om mediese redes beoefen. Onder die filantropie is dit die opvoeding self en in 'n geringe mate ook militêre inspirasie wat tot die ontwikkeling van die vak lei.

Kennisname van formele oefeninge wat in bespreekte periode beoefen is, is nodig, want P.H. Ling was wydbelese en op hoogte met die ontwikkeling van die vak voor sy tyd. Bestaande idees en denkbeelde sou heel waarskynlik sy werk beïnvloed.

---

1) Hecker en Heyn, op. cit., p. 221.

### HOOFSTUK III

#### DIE ONTSTAAN EN ONTWIKKELINGS VAN DIE SWEEDSE STELSEL VAN FORMELE OEFENINGE

By die noem van die Sweedse gimnastiek word die werk van P.H. Ling in gedagte geroep. Hackensmith<sup>1)</sup> maak egter melding van die werk van A.O. Lindfors (1781-1841) wat in 1803 die graad Ph.D. verwerf. Met die proefskrif „Arte Gymnastica” word daar ten opsigte van kunsmatige oefeninge reeds die kategorieë, nl. militêre-, pedagogiese- en mediese gimnastiek onderskei. Gebrek aan aktiewe belangstelling in gimnastiek van die kant van Lindfors beperk sy invloed grootliks.

#### I. DIE BYDRAE VAN P.H. LING

##### A. Sy lewe, persoonlikheid en werk

Per Henrik Ling, is op 15 November 1776 te Ljunga, 'n dorpie in die provinsie Smaaland, in Suid-Swede gebore. Begaafdheide wat hom van ander onderskei, trek op skool reeds aandag deur sy geestelike aanleg, sterk persoonlikheid, kragtige, onbuigsame wil en roekelose ondernemingsgees. „Terwyl hy van nature ontstuimig en rusteloos was en zeer vatbaar voor indrukken, was hij goethartig, geduldig en verdraagzaam”<sup>2)</sup>.

As gevolg van kwajongstreke verlaat hy sy skool te Wexiö in 1792. Die periode hierna is een van omswerwinge in die lewe van Ling. In 1793 studeer hy te Lund in taalkunde. Daarna te Upsalla, maar verlaat die Universiteit reeds in 1794. In 1797 studeer hy weer te Upsalla in die Teologie dog verwerf geen sertifikaat in die verband nie<sup>3)</sup>. Intussen gee hy ook

---

1) Hackensmith, C.W. History of Physical Education, p. 141-2.

2) Van Schagen, op. cit., p. 94.

3) Leonard, F.E. en Affleck, G.B. A guide to the history of Physical Education, p. 149.

privaatklasse in Frans en Duits in Stockholm en besoek Engeland, Frankryk en Duitsland om praktiese kennis van die lande se tale op te doen. Vanaf 1799 tot 1804 vertoef Ling in Kopenhagen en sit sy studies in taalkunde voort.

'n Plotselinge verandering in belangstellig, wat 'n kenmerk van hom was, noop hom om in die literatuur te studeer. Hierdie kenmerk van Ling skryf Kramer<sup>1)</sup> aan sy persoonlike geaardheid toe. 'n Geaardheid wat hom dwing na die soek van die nuwe en anderse. In Kopenhagen is Ling geestelik verryk deur die werke van die Duitse filosoof Schelling. Deur die persoonlike toedoen van die Noorweegse filosoof Steffens kom hy op hoogte met die destydse strominge, terwyl hy ook 'n deeglike kennis van die Noorse Mitologie opdoen. Daarom dat McIntosh beweer: "The really important influence on Ling in Copenhagen was not so much gymnastics as the intellectual contact which he made with the leaders of the Romantic Movement"<sup>2)</sup>.

Tydens die Deens-Britse konflik word die kenmerkende nasionale gevoel by Ling gewek. Hieraan gee hy uiting veral in sy gimnastiek wat 'n militêre kleur toon, asook in sy gedigte teen Rusland gerig. Op grond van sy werk as filoloog word hom dan lidmaatskap van die Sweedse Akademie in 1835 toegeken.

Toeval lei tot sy bydrae tot die liggaamlike opvoeding. Na deelname aan skermlesse in Kopenhagen onder leiding van twee Franse uitgewekenes, Van Beuernier en Chevalier de Montrichard, word hy van rumatiek genees. Dieselfde tyd oefen hy ook in die instituut van Nachtegall. Ling het min by Nachtegall geleer, omdat hy reeds bekend was met die werke van Guts Muths (Gimnastiek vir die Jeug) en die van C.J. Tissot oor mediese gimnastiek<sup>3)</sup>.

---

1) Rijsdorp, K. en Kramer, J.P. De ontwikkeling van de stelsels, p. 65.

2) Dixon, J.G. e.a. Landmarks in the history of Physical Education, p. 88.

3) Ibid.

In 1804 word hy skerminstrukteur te Lund waar hy ook gimnastiek volgens Guts Muths se idees aan studente doseer. In 1805 besoek hy London en doseer moderne tale en skermkuns en gee ook lesings oor die ou Noorse mitologie, poësie en geskiedenis<sup>1)</sup>. Teen 1806 begin hy met die bestudering van anatomie en fisiologie asook ander natuurwetenskappe wat later tot die formulering van sy Rasionele gimnastiek bydra. In 1812 werk hy as gimnastiekinstrukteur aan die Koninklike Militêre Akademie te Karlberg buite Stockholm waar hy hom vir die daarstelling van 'n Sentrale Gimnastiekinstituut te Stockholm beywer. Op 5 Mei 1813 verleen die regering toestemming vir die oprigting van so 'n instituut. Ling word as direkteur aangestel en werk aldaar tot sy dood op 3 Mei 1839. Sy seun, Hjalmar, het hierna saam met ander sy vader se werk voortgesit en uitgebrei. Ling se idees, soos in die Sentrale Gimnastiek Instituut toegepas, het vandaar versprei deur leëroffisiere en onderwysers wat daar opgelei is.

Aanvanklik staan Ling se werk sterk onder die invloed van Guts Muths en Vieth. Dit blyk uit sy aktiwiteite aan die Universiteit van Lund in 1804 toegepas: "They were exercises in bodily skill of widely differing kinds, such as running, swimming, fencing climbing and vaulting,...."<sup>2)</sup>.

Dit is eers in 1820 dat daar in sy "Suggestions as to the use and need of Gymnastics for soldiers in general" van formele oefeninge melding gemaak word. Oefeninge vir die arms, bene, kop en romp moes deur die soldate gedoen word. Bewegings moes gelyktydig, met presiesheid en goeie balans uitgevoer word, sodat die liggaam onder volle beheer van die wil gebring kan word<sup>3)</sup>.

---

1) Hecker en Heyn, op. cit., p. 252.

2) Holmberg, O. Ling's Gymnastics, as developed and at present carried on in Sweden. Lingiaden Kongressen, Deel I, p. 208.

3) Ibid., p. 209.

Ling het min oor die vak geskryf. Dit is te betreur, want sy navolgers het sy werk verander „... zodat het niet eenvoudig is te bepalen wat nu precies het meest oorspronkelijke, wat het Zweedsche stelsel is”<sup>1)</sup>. Sy belangrikste werk „Gymnastikens Allmänna Grunder” (Algemene grondslag van Gimnastiek) is in 1840 na sy dood deur twee van sy leerlinge Georgii en Liebeck voltooi. Sy ander werke is „Reglemente för Gymnastik” (Reglemente vir Gimnastiek) 1836 en „Soldat-Undervising i Gymnastik och Bajonettfakting” (Onderwys van soldate in Gimnastiek en veg met die bajonet) 1838.

#### B. Grondgedagtes van sy werk

Die rigting wat Ling na 1820 volg, onderskei hom van sy voorgangers en tydgenote. Hierdie rigting lê die grondslag van die Sweedse stelsel soos dit deur sy navolgers ontwikkel is.

Op grond van anatomiese kennis stel Ling teoretiese beginsels op waarop hy sy praktiese werk baseer. Die feit dat Ling anatomiese en fisiologiese gesigspunte in sy werk bring, verdien waardering dog kennis op daardie gebied was in sy tyd beperk sodat McKenzie<sup>2)</sup> beweer: "His physiology with regard to the nature of life, the laws of organic unity and the relation of parts seems quaint to modern thinkers, and is not easily translated into the scientific terms of to-day",

Die nuttigheidswaarde van bewegings word deur hom hoog geag; daarom word die beweging deeglik geselekteer<sup>3)</sup>. Ling se gimnastiek word dan deur sy navolgers Rasionele gimnastiek genoem, d.w.s. gimnastiek wat bestaan uit kunsmatig gekonstrueerde oefeninge vir elke deel van die liggaam afsonderlik.

---

1) Rijdsorp en Kramer, op. cit., p. 69.

2) McKenzie, R.T. Exercise in education and medicine, p. 112.

3) Rijdsorp, K. en Kramer, J.P. Hedendaagse lichamelijke opvoeding, p. 14.

Ling se idees blyk die beste uit sy werk „Gymnastikens Allmänna Grunder". Hierdie werk bestaan uit ses dele wat mekaar grootliks oorvleuel:

Die eerste deel oor die wette van die menslike organisme en leerstellinge kom ooreen met die natuurfilosofie van Schelling, vermeng met sy eie<sup>1)</sup>. Hierdie eerste deel word in agtien hoofstukke verdeel<sup>2)</sup>. Die belangrikste is:

1. die menslike liggaam;
2. liggaamlike lewe en die materie daarbuite;
3. die drie soorte lewe:
  - a. die dinamiese waardeur die lewe 'n eie selfstandige beweging openbaar sonder die invloed van die materie daarbuite;
  - b. die chemiese;
  - c. die meganiese, waardeur die lewe onder sekere omstandighede van buite beïnvloed word.

Hierdie drie soorte werk in die organisme saam.

4. Gesondheid is volmaakte harmonie in die organisme; siekte is disharmonie.

In die laaste hoofstuk sien hy die meganiese handeling van die organisme as die grondslag van die geneeskundige gimnastiek. Hy sien die menslike liggaam as geheel, met harmonie as hoofkenmerk. By die bestudering van die wette oor die menslike liggaam vind Postma<sup>3)</sup> dat die reëls in wette 5, 8, 9 en 13 baie formeel is en min lig op sy stelsel werp.

Die tweede deel oor die pedagogiese of opvoedkundige gimnastiek verdeel Ling in negentien hoofstukke<sup>4)</sup> waarin hy die eintlike gimnastiek behandel. Oor die algemene reëls vir liggaamlike ontwikkeling gee Ling o.a. die volgende grondslae:<sup>5)</sup>

- 
- 1) Van Schagen, op. cit., p. 106.
  - 2) Hecker en Heyn, op. cit., p. 254.
  - 3) Postma, J.W. Onderzoek na die wetenskaplike basis in die Europese strominge, p. 97.
  - 4) Hecker en Heyn, op. cit., p. 254.
  - 5) Ibid.

die doel van gimnastiek is die ontwikkeling van die menslike liggaam deur welgekose bewegings; welgekose bewegings is aangepas by die gesteldheid van die liggaam; die liggaam is juis ontwikkel as alle dele volkome in ooreenstemming met mekaar gebring is; deur gebrek aan oefeninge kan natuurlike aanleg agteruitgaan, maar nie vernietig word nie; deur ondoelmatige oefeninge kan natuurlike aanleg in sy ontwikkeling gehinder word. Alleen fisiologiese bewegings en oefeninge wat vir die gesondheid van belang is, moet beoefen word.

Gimnastiek moet in ooreenstemming met die menslike liggaam gegee word. Die hoofzaak is dus

1. 'n omvattende harmoniese ontwikkeling van die liggaam;
2. gimnastiek moet so eenvoudig moontlik wees;
3. bewegings moet metodies, van die eenvoudige tot die gevorderde, aangeleer word;
4. slegs waardevolle oefeninge vir 'n harmoniese ontwikkeling behoort gedoen te word;
5. slegs kunsmatig gekonstrueerde bewegings behoort gedoen te word. Sulke oefeninge word teoreties op grond van anatomiese kennis uitgewerk.

Dit is duidelik waarom Ling die teorie van gimnastiek as die leer van liggaamsbewegings in ooreenstemming met die natuur van die menslike liggaam, sien.

Volgens hom bestaan bewegings uit twee hoofsoorte, naamlik die aktiewe en passiewe, wat elk weer in subjektiewe en objektiewe verdeel word. Onder subjektief-aktiewe bewegings handel die mens deur middel van sy eie krag (dinamies). By die objektief-aktiewe bewegings werk 'n krag van buite op die mens in (meganies). By subjektief-passiewe bewegings ontstaan daar 'n verstoring in die organisme, waarop die mens weinig self kan handel. Dit is meganiese invloede van buite wat op die mens inwerk. Die objektief-passiewe bewegings is die uiting van sy innerlike wese met betrekking tot ander.

Hierdeur ontstaan Ling se vier soorte gimnastiek re= spektiewelik, naamlik die opvoedkundige-, militêre-, mediese- en estetiese gimnastiek. Dit is die militêre- en mediese gimnastiek wat veral onder Ling tot ontwikkeling kom.

Pedagogiese gimnastiek is oefeninge waardeur die liggaam van die individu onder die mag van sy eie wil kom.

In die derde deel oor militêre-gimnastiek wys hy hoe die mens die wil van iemand anders aan sy eie onderwerp deur gebruik te maak van wapens of eie krag. Hier word skerm, boks en stoei veral bespreek.

Die vierde deel handel oor mediese gimnastiek. Met hierdie oefeninge trag die mens om deur sy eie doelmatige houding of met behulp van iemand anders en met die aanwending van doelmatige bewegings, die gebrek of storing wat deur abnormale omstandighede ontstaan het, te voorkom of te verbeter<sup>1)</sup>. Met die mediese gimnastiek wat Ling op grond van anatomiese beginsels opstel, lewer hy 'n groot bydrae tot die liggaamlike opvoeding veral ten opsigte van spanboegoefeninge in die veld van korrektiewe gimnastiek. Ling beweer dat daar nie veel verskil tussen opvoedkundige en mediese gimnastiek bestaan nie: albei trag om die houding te verbeter en om siektes te voorkom<sup>2)</sup>.

Die vyfde deel handel oor estetiese gimnastiek. Deur middel van liggaamshouding en -beweging gee die mens op aan= skoulike wyse uitdrukking aan sy gedagtes, gevoelens en gewaar= wordings. Hierdie deel kom nie onder Ling tot ontwikkeling nie. Postma<sup>3)</sup> sien dit as 'n aanwysing dat Ling geen kans gesien het om sy teorie in die praktyk te bring nie. Van Blijenburgh<sup>4)</sup>

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 108.

2) Christensen, L.E. en Trap, P.M. Text-book of gymnastics, p.9.

3) Postma, J.W. Onderzoek na die wetenskaplike basis in die Europese strominge, p. 100

4) Van Schagen, op. cit., p. 114.

neem aan dat die estetiese gimnastiek soos Ling dit gesien het, niks anders is as die hedendaagse ritmiese gimnastiek nie.

Die sesde deel handel oor toestelle in gimnastiek. Toestelle speel by Ling 'n ondergeskikte rol en is van so 'n aard dat dit slegs baie eenvoudige en veilige bewegings toelaat. Die toestelle word ontwerp om by die behoeftes van die mens aan te pas, en nie andersom nie. Die belangrikste toestelle deur Ling gebruik, was die Sweedse balk, muurrekke, klimrame, toue en die kas.

C. Die gimnastiek soos deur Ling prakties toegepas

Ling se oefeninge word verdeel in

1. Oefeninge sonder apparaat (eenvoudige oefeninge) waaronder onderskei word:
  - a. aktiewe oefeninge sonder steun (vryoefeninge), en
  - b. gekompliseerde halfaktiewe oefeninge wat met steun uitgevoer word (maatsoefeninge). Tot eenvoudige oefeninge behoort ook nog ewewigsoefeninge, loop, spring en swem.
2. Oefeninge met toestelle (saamgestelde oefeninge). Die oefeninge aan toestelle word in die reël rustig en langsaam uitgevoer.

In sy daaglikse lesskema onderskei hy drie hoofafdelings naamlik:

1. inleiding;
2. die kern;
3. die slot <sup>1)</sup>.

'n Kenmerk van Ling se gimnastiek is die voorkeur wat hy aan vrye oefeninge verleen, soos blyk uit sy sesde lesprogram wat as klassieke voorbeeld dien:

---

1) Van der Merwe, I.R. Prinsipiële beskouing oor houdingsoefeninge, p. 22-3.

1. beenoefeninge; 2. armoefeninge; 3. halsoefeninge;  
4. romp- en rugoefeninge; 5. beenoefeninge; 6. armoefeninge;  
7. beenoefeninge; 8. armoefeninge; 9. springoefeninge;  
10. rompoefeninge; 11. beenoefeninge; 12. armoefeninge.  
Die voorkeur aan vryoefeninge motiveer hy soos volg:

1. 'n groot aantal deelnemers kan tegelyk onder leiding van een onderwyser deelneem;
2. dit kan op enige terrein beoefen word;
3. duur apparaat is oorbodig;
4. die feit dat die hele klas op dieselfde oomblik die oefeninge uitvoer, bevorder die krag, vlugheid en spoedige beheer van die liggaam;
5. die uitvoering van gimnastiese oefeninge op bevel bevorder die suiwere militêre oefeninge soos deur rekrute beoefen;
6. bewegings sonder toestelle word makliker by die gesteldheid van die liggaam aangepas;
7. vrye oefeninge is beter as die oefeninge op toestelle vir die oorkoming van onhandigheid, plompheid en styfheid.

Die oefeninge bestaan uit: "(a) a starting-point; (b) certain well-defined paths and (c) a finishing position"<sup>1)</sup>. In 1820 vind ons uitganshoudings soos die volgende: vir die bene: sluitstand, skêrstand, spreistand ens., vir die arms: gebuig, voor gekruis, gestrek ens.

In sy „Reglemente vir Gimnastiek" van 1836 gee hy aanwysings vir die uitvoeringswyse van die oefeninge waaruit die kunsmatige vorm van werkwyse blyk. Beenbewegings, romp- en hoofbuigings en -draaiings word stadig uitgevoer. Armbuigings

---

1) Holmström, A. Swedish gymnastics to-day, p. 14.

en -strekking word van die begin af so vinnig en presies moontlik uitgevoer. Bewegings moet mekaar afwissel en dieselfde oefeninge moet nie meer as twee of drie keer herhaal word nie; sodoende word uitputting en verveeldheid voorkom<sup>1)</sup>.

Wat die vorme van uitgangshoudings en die bewegings self betref, moet die volgende in ag geneem word: Die fundamentele posisie moet „individueel” wees, met die verskil dat die voete 'n reghoek vorm en die houding gemakliker en vryer; die arms hang gemaklik langs die sye met die hande effens hol en die vingers gebuig. Armbuigings opwaarts word uitgevoer met die voorarms voorwaarts en die vingers rustende op die bors op die hoogte van die oksels; by armbuigings gekruis moet die duime die borskas raak. By agteroorrompbuigings uit skêrstand, word die agterste knie gebuig; uit spreistand word albei knieë gebuig. Rompdraaie word met gefikseerde bekken met behulp van spierwerking uitgevoer. By spronge moes die landing met voete bymekaar, enkels gestrek en die liggaam regop uitgevoer word. Hoe verder en dieper die sprong, hoe meer word die knieë gebuig, dog nooit onder reghoekig nie. Dit word gedoen om beserings te voorkom<sup>2)</sup>.

#### D. Samevatting

Onder Ling is dit die mediese- en militêre gimnastiek wat tot ontwikkeling gekom het.

Op die vakgebied was hy sy voorgangers en tydgenote ver voor, veral t.o.v. die wetenskaplike benadering van die gimnastiek. Vir Postma<sup>3)</sup> is dit nie duidelik hoe Ling se persoonlikheid aan die aard van sy werk gekoppel kan word nie.

---

1) Holmberg, op. cit., p. 209.

2) Ibid.

3) Postma, J.W. Onderzoek na die wetenskaplike basis in die Europese strominge, p. 103.

Dit lyk of die geestelike strominge van sy tyd beter in sy werk weerspieël word. Ook die wetenskaplike tradisie van sy land het blykbaar 'n rol gespeel in die formulering van sy rasionele gimnastiek.

Ling se grondgedagtes is deur sy navolgers voortgesit en uitgebrei. In dié opsig was hy beskeie en grootmoedig om te besef dat hy slegs 'n begin gemaak het, want hy skryf in sy werk „Gymnastikens Allmänna Grunder”

„I pray God that in the future, doctors and educationalists may one after another pick up the threads where I have left off”<sup>1)</sup>.

By 'n ander geleentheid skryf hy „But if doctors and gymnasts do not nourish it scientifically, the new-born zeal for gymnastics will die out in a few generations”<sup>2)</sup>.

Nogtans het Ling 'n baie groot bydrae in die ontwikkeling van die vak gelewer en sal sy naam altyd onthou word. Ter herdenking van Ling en sy belangrike werk is daar in 1939, honderd jaar na sy dood, die eerste Lingiade Kongres te Stockholm gehou, wat deur verteenwoordigers van 'n groot aantal lande, waaronder Suid-Afrika, bygewoon is. 'n Soortgelyke kongres volg in 1949.

## II. DIE BYDRAE VAN LING SE NAVOLGERS

Aan die wens van Ling word voldoen toe die direkteurskap van die Sentrale Gimnastiek Instituut na sy dood aan Lars Gabriel Branting, 'n leerling van Ling, toegeken word.

---

1) Holmström, op. cit., p. 14.

2) Ibid.

In 1862 word Branting deur Gustav Nyblaeus opgevolg. Nyblaeus beklee die pos vir 25 jaar. Onder hom verdeel die instituut in die deel vir die militêre gimnastiek onder Nyblaeus self; die vir opvoedkundige gimnastiek onder Hjalmar Ling; en die vir mediese gimnastiek onder Truls Johan Hartelius. In 1887 word Lars Mauritz Törngren as direkteur aangestel. Hierna is die direkteurskap en hoofskappe van die ander afdelings ook deur leëroffisiere beklee sodat die Sweedse gimnastiek 'n militêre kleur begin kry. Dit is eers in 1945 dat 'n burgerlike, dr. Hohwü Christensen, weer die direkteurskap oorneem.

#### A. Die bydrae van L.G. Branting

Onder Branting is dit die mediese gimnastiek wat ten koste van die opvoedkundige gimnastiek uitbrei en ontwikkel. Die keuse van bewegings en die moontlikheid om die uitwerking daarvan te bepaal, geniet aandag. Dit is veral die uitwerking van bewegings op die senuwees en bloedvate wat bestudeer word.

As gevolg van die ongunstige toestand waaronder gimnastiek in skole verkeer, probeer Branting in 1857 die vak tussen les-ure invoeg deur van skoolmeubels gebruik te maak in die toepassing van die oefeninge. Ook geniet maatoefening aandag.

Branting lewer 'n groot bydrae op die gebied van gimnastiekterminologie. Hy is die eerste persoon wat in die rigting werk, en die leerstof dan ook behoorlik rangskik.

#### B. Die bydrae van G. Nyblaeus

Onder Nyblaeus herleef die opvoedkundige gimnastiek en word liggaamlike opvoeding vir die vrou ingevoer. As hoof van die militêre gimnastiek word sy voorskrif, „Instruktion i gymnastik och bajonett fäktning för infanteriet" in 1872 ingevoer. Die leerstof word in drie hoofstukke verdeel: a. vrye gimnastiek (vrye oefeninge); b. toesteloefeninge; c. gimnas=

tiek met geweer en bepakking<sup>1)</sup>.

### C. Die Bydrae van Hjalmar Fredrich Ling

Vir twee dekades na P.H. Ling se dood is gimnastiek op verskillende maniere toegepas. In sommige skole het die lesse slegs uit hefoefeninge en spronge bestaan terwyl ander skole dit slegs tot eenvoudige arm- en beenbewegings beperk het. Dit het nie met P.H. Ling se opvatting van 'n harmoniese ontwikkeling van die liggaam gestrook nie. Hjalmar Ling het hierop gereageer toe hy sy vader se oefeninge met byvoeging en wysiging oorgeneem en dit in 'n stelsel van houdingsoefeninge gerangskik het. In 1866 het hy die stelsel in sy twee werke „Tabeller för Gymnastika Centralinstitutes pedagogiska lärokurs" (Oefeningstabelle) en „De första begreppen af rörelseläran" (Bewegingsleer) uiteen gesit. Hierdie sistematiese en metodiese rangskikking van die oefeninge volgens hul anatomiese en fisiologiese effek het op 'n stereotipe werkwyse uitgeloop wat kenmerkend van die Sweedse gimnastiek geword het. Dit was Hjalmar Ling "... who himself was responsible for much of what we now associate with Ling's gymnastics"<sup>1)</sup>.

In die daaglikse les is die groepe oefeninge in die volgende vasgestelde volgorde beoefen:      beenbewegings; spanboogoefeninge; hys- en balanseeroefeninge; oefeninge vir die skouers, rug en nek; buikspieroefeninge; sydelingse oefeninge vir die romp; hardloop; spronge; asemhalingsoefeninge.

H. Ling wyk op verskeie punte van sy vader se idees t.o.v. uitgangshoudings en bewegings af<sup>3)</sup>. Omdat hy daarop aandring dat die bors in 'n opgehefte posisie moet wees, word die fundamentele staande posisie gespanne. Die rug word hol en die gespanne houding word ook na die arms en vingers wat

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 125.

2) Christensen en Trap, op. cit., p. 10.

3) Holmberg, op. cit., p. 210-1.

gestrek moes wees, oorgeplaas. In die buigstand vooroor is die boarm na buite gekeer met die vingerpunte rustende teen die skouers. Armbuigings voorwaarts is sonder dat die duime teen die bors rus, gedoen. Rombuigings agteroor is met gestrekte knieë uitgevoer terwyl sywaartse rompbewegings met die voete in skêrstand gedoen moes word in die rigting van die voorste voet. Romp- en hoofbewegings wat oorspronklik stadig uitgevoer is, moes nou ook vinnig gedoen word. Spanboogoeferinge is kragtig met behulp van 'n maat uitgevoer. Verder is hysoefeninge en spronge ontwerp.

H. Ling se opvatting van die Sweedse opvoedkundige gimnastiek is deur Törngren, Silow en Norlander voortgesit en dit het in gebruik gebly tot in die twintigste eeu met die verskyning van nuwe strominge in die wêreld van gimnastiek.

#### D. Ander bydraes

Die stereotipe werkwyse wat die Sweedse gimnastiek aangeneem het, lei tot aansienlike kritiek. Dit loop daarop uit dat die stelsel in die twintigste eeu deur vakmanne gewysig word. Maj. J.G. Thulin en Elin Falk pas die gimnastiek by die fisieke- en emosionele vermoë van die kind aan, terwyl Elli Bjorksten en Agnette Bertram die oefeninge by die gesteldheid van die meisie en vrou aanpas. Maja Carlquist voer ritmiese oefeninge in die stelsel in.

#### E. Samevatting

P.H. Ling se wens dat sy werk ontwikkel en uitgebrei moet word, word verwesenlik. Sy navolgers tree daadwerklik op en ontwikkel die gimnastiek stelselmatig op grond van sy gedagtes. In die opsig is dit sy seun Hjalmar Ling wat die grootste bydrae lewer. Deur sy toedoen kry die Sweedse stelsel van formele oefening sy beslag. Omdat die militêre wese so 'n groot rol in die beheer van die gimnastiek gehad het, kry dit nog verder 'n formeel-militaristiese kleur. Die verwagting is dat die vasgestelde lesprogram wysigings sou ondergaan.

### III. DIE SWEEDSE-STELSEL VAN FORMELE OEFENINGE

Die Sweedse gimnastiek was tipiese houdingsoefeninge. Met die uitsondering van armbuigings wat dinamies was, was statiese kontraksies 'n kenmerk van die oefeninge. Die oefeninge het gewoonlik bestaan uit die oorgang van die een posisie in die ander. Die oefeninge word uit verskillende uitgangshoudings gedoen. Hierdie houdings word in primêre en afgeleide houdings verdeel. Primêre houdings was die liggende-, sittende-, knielende-, staande en hanghoudings. Afgeleide houdings sluit eenvoudige en komplekse houdings in. Eenvoudige houdings is die van die arms, bene en romp, terwyl komplekse houdings kombinasies van bogenoemde is<sup>1)</sup>.

Die Sweedse gimnastiek word deur drie punte gekenmerk:

1. die gebruik van bevele;
2. die daaglikse lesprogram;
3. sistematiese progressie in die gimnastiek.

#### A. Die gebruik van bevele

Alle bewegings word met behulp van bevele uitgevoer wat volle samewerking asook tydsbesparing verseker. Bevele bestaan uit 'n beskrywende of verklarende gedeelte wat stadig en hard uitgespreek word. Die uitvoerende deel dui die oomblik en tempo van uitvoering aan. Voorbeeld: „Arms sywaarts - strek!” of „Arms sywaarts strek - een! twee!”

#### B. Die daaglikse lesprogram

Die grondslag vir die Sweedse lesprogram is deur Hjalmar Ling gelê. Hierdie program het, met enige wysiginge, die grondslag van die Sweedse lesprogram gebly.

---

1) Posse, N. Handbook of School Gymnastics of the Swedish system, p. 26.

### 1. Inleidende oefeninge

Inleidende oefeninge bevorder die aandag en algemene spierbeheer en bestaan uit bekende oefeninge wat min inspanning verg. Gewoonlik is klasopstellings, verandering van opstelling en marsjeeroefeninge beoefen.

### 2. Spanboogoefeninge

Word met of sonder apparaat uitgevoer en bestaan uit die agteroorbuiging van die romp. Hierdeur word 'n belangrike invloed op die vorm van die werwelkolom uitgeoefen, sowel as op die funksie van die hart en asemhalingsorgane<sup>1)</sup>.

### 3. Hysoefeninge

Hysoefeninge aan apparaat, veral die Sweedse balk, moes die elasticiteit van die borskas en dus ook die asemhaling bevorder.

### 4. Balanseer- of ewewigsoefeninge

Hierdie oefeninge is ook met behulp van apparaat gedoen. Bewegings van die bene beïnvloed die spiere vir goeie beheer.

### 5. Bewegings van die skouerblaaie en arms

Die doel van die oefeninge was om die borskas te lig en te vergroot.

### 6. Buikspieroefeninge

Die oefeninge werk in op die spysverteringsorgane en versterk die natuurlike ondersteuning van die ingewande. Buikspieroefeninge word uit verskillende uitgangshoudings, asook met behulp van apparaat, uitgevoer.

### 7. Sywaartse bewegings van die romp

Bestaan uit rompdraaie en sywaartse buigings. By die oefeninge tree alle rompspiere in werking terwyl dit ook die werking van die inwendige organe beïnvloed.

---

1) Van Blijenburgh, W.P.H. Handleiding voor het onderwijs in de gymnastiek, p. 115.

## 8. Beenbewegings

Bied verligting aan die bloedvate van die uitgeputte bene.

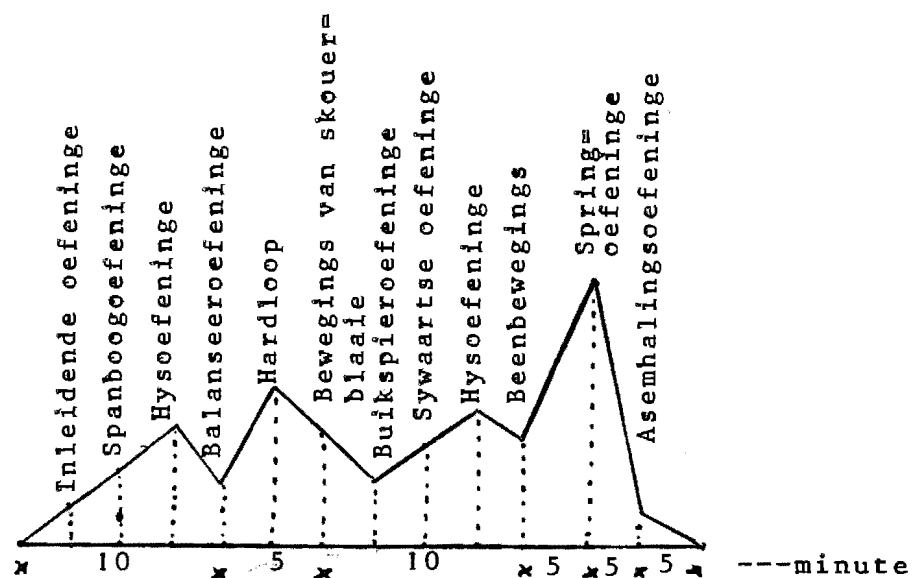
## 9. Spring en gesteunde spronge

Uitgevoer sonder apparaat asook oor hindernisse en die Sweedse perd. Hierdie aktiwiteite bevorder die algemene elastisiteit van die liggaam en ontwikkel spoed, moed, teenwoordigheid van gees en algemene koördinasie.

## 10. Asemhalingsoefeninge

Word met liggaamsbewegings, veral armbewegings, gekombineer, met die doel om die asemhaling na inspannende oefeninge te herstel.

Hierdie lesprogram is later gewysig deur die invoeging van stap en hardloop na balanseeroefeninge en 'n reeks hysoefeninge na die sydelingse oefeninge van die romp. Dit vermeerder die groepe na twaalf. As aanduiding van die tyd vir elke afdeling toegeken en die intensiteit van die oefeninge in verhouding tot mekaar, gee McKenzie<sup>1)</sup> die volgende voorstelling:



1) McKenzie, op. cit., p. 124.

Die lesprogram is nog verder gewysig toe die Stockholmse Gimnastiekvereniging marsjeer, hardloop en gimnastiekspele tot die daaglikse lesprogram toegevoeg het, wat die lesprogram op vyftien groepe te staan bring.

In resente tye het die program die volgende vorm aangeneem<sup>1)</sup>:

- a. Bewegings vir die bevordering van dissipline soos aantree in formasie ens.
- b. Vormgewende oefeninge. Hierdie oefeninge het bestaan uit bewegings van die arm en skouergordel, buiging van die rug in albei rigtings, sywaartse draaie en -buigings ens.
- c. Oefeninge vir die versterking van die hele liggaam en veral die inwendige organe. Dit bestaan uit balanseer-, hang- en steunoefeninge, loop en hardloop, ritmiese spele en volksdanse, toetse vir soepelheid op die vloer, spronge ens.

#### C. Sistematiese progressie

Progressie is tweevoudig.

1. Van oefening tot oefening in dieselfde les.
  2. Dieselfde oefeninge waarin veranderings aangebring is.
- Verder kan 'n ander oefening gebruik word wat tot dieselfde groep behoort. Deur dieselfde oefening te gebruik, kan verswarings soos volg geskied:
- a. verandering van tempo;
  - b. verlenging van die duur van die oefening;
  - c. verkleining van die basis;
  - d. vergroting van die weerstand ens.<sup>2)</sup>.

#### D. Samevatting

Die formeel-militaristiese oefeninge is so gerangskik dat die hele liggaam in 'n enkele les oefening kry. Selfs die

---

1) Holmström, op. cit., p. 22-3.

2) Posse, op. cit., p. 13-6.

wysigings wat in die lesprogram aangebring is, bly by die gedagte van verbetering en instandhouding van die liggaamshouding. Hierdie stelsel van houdingsgimnastiek is deurvleg met die gedagtes van P.H. Ling, die grondlegger daarvan. Omstandighede tydens die ontstaan en ontwikkeling van die Sweedse stelsel was gunstig vir 'n uitwaartse beweging daarvan na ander lande. Talle lande wat arm op die gebied van die vak was, sou dit aangryp om in hulle eie behoeftes te voorsien.

## HOOFSTUK IV

### DIE VERBREIDING VAN DIE SWEEDSE STELSEL NA ENEKELE ANDER LANDE

Denkbeelde van die Sweedse stelsel het na ander lande dwarsoor die wêreld verbrei waar dit veral in militêre opleiding 'n groot rol gespeel het. In sommige lande het die stelsel gou posgevat, omdat daar 'n dringende behoefte na een of ander vorm van liggaamlike opvoeding gevoel is.

Die verbreiding het soos volg plaasgevind:

1. deur Sweedse instrukteurs wat na ander lande geëmigreer het;
2. verskeie lande het vakmanne na Stockholm vir opleiding in die stelsel gestuur;
3. vakmanne uit ander lande het op eie inisiatief in Stockholm gaan studeer;
4. publikasies oor die stelsel het na ander lande waar dit as leiding gedien het, versprei;
5. deur toevallige oorsake of gebeure.

#### I. DIE VERBREIDING NA DENEMARKE

##### A. Historiese inleiding

Die eens welvarende Deense volk het na 1800 veel teenslae beleef. Op militêre gebied is Denemarke as bondgenoot van Frankryk in die Napoleontiese oorloë ingesleep. Gevolglik is Noorweë in 1814 aan Swede prysgegee. Die nasionale gevoel wat hieruit voortgevloei het, het as motivering vir die bydrae van die progressiewe Deense volk op die gebied van liggaamlike opvoeding gedien. Die owerheid het in liggaamlike opvoeding 'n waardevolle bondgenoot vir militêre weerbaarheid gesien. Die pionier van liggaamlike opvoeding in Denemarke, Frans Nachtegall (1777-1847) het dan sedert 1804 gimnastiekinstrukteurs vir militêre doeleindes in sy Instituut te Kopenhagen opgelei. Sy opleiding was nie slegs om militêre doeleindes daargestel nie. Geskoei op die idees van Guts Muths en met die hulp van koning Frederik VI, het die

vak tot 1847 met sy dood 'n bloeitydperk beleef, want in 1839 het 2,500 skole uit 'n totaal van 2,600 reeds gimnastiek in die rooster ingesluit. Dit is jammer dat minder bekwame leiers, waaronder la Cour, na Nachtigall se dood die vak erg verwaarloos het.

Die opheffing en vereniging van die Deense volk was nie die taak van liggaamlike opvoeding alleen nie, maar kultuurleiers het ook hul bydrae gelewer. So het N.F.S. Grundtvig hom sedert 1844 vir die daarstelling van Volkshoërskole<sup>1)</sup> beywer. Na die verdere terugslag op militêre gebied in 1864 toe nog grondgebied aan Bismarck afgestaan is, het die vak in die Volkshoërskole herleef. Ook die skietverenigings (Skyttforeninger) wat op die in Engeland gebaseer was, het tot die vereniging en weerbaarheid van Denemarke bygedra.

#### B. Die Verbreiding van die Sweedse stelsel

Tot 1800 was dit die Deens-Duitse gimnastiek wat in inrigtings, met liggaamlike opvoeding gemoeid, beoefen is. Met 'n lesing „Gymnastiken som bildingsmedel och läkokost" in 1840 in Kopenhagen deur 'n Sweedse professor, C.U. Sonden, is die aandag van die wetenskaplike wêreld op die Sweedse stelsel gevestig<sup>2)</sup>. Op daardie stadium was die tyd nog nie ryp vir die aanvaarding van die Sweedse gimnastiek nie, as gevolg van die hoogstaande werk wat deur Nachtegall gelewer is.

Die Sweedse stelsel maak sy buiging aan die begin van die tagtigerjare. Na die bywoning van 'n gimnastiekfees in Stockholm in 1882, gee die Deense ingenieur, N.H. Rasmussen, die eerste les in Sweedse gimnastiek op Deense grondgebied in Januarie 1884 aan die Volkshoërskool te Vallekilde Seeland. Die Sweedse stelsel vind gou byval en versprei ook na ander Volkshoërskole en Skietverenigings. In 1884 word daar ook

---

1) Van Dalen, e.a. op. cit., p. 261.

2) Van Schagen, op. cit., p. 174.

'n dame wat in Swede opgelei is, S. Högstrom, aan Vallekilde aangestel.

Pogings om die Sweedse stelsel 'n hegte vastrapplek te gee, volg hierna onverwyld. In 1885 gee die Sweed C.H. Norlander demonstrasies van die Sweedse gimnastiek te Vallekilde, terwyl 'n aantal Deense opvoedkundiges derglike demonstrasies te Hvilan en Skane in Suid-Swede bywoon. In dieselfde jaar volg Rasmussen weer 'n kursus te Stockholm terwyl twaalf Dene, waaronder K.A. Knudsen, 'n kursus onder Norlander te Lund deurloop. Verdere kursusse word te Vallekilde en Askov aangebied, terwyl „Kort Redegörelse for den Svenkse Gymnastik", deur Norlander, as handleiding dien.

Aanhangers van die Deens-Duitse stelsel, waaronder veral leëroffisiere kom sedert 1885 in opstand teen die vinnig verbreidende uitheemse stelsel. Hierna ontbrand die kenmerken=de stelselstryd wat met die verbreiding van die Sweedse stelsel gepaard gaan. Hierdie stryd gaan volgens van Blijenburgh<sup>1)</sup> om die drie rigtings:

1. die Deens-Duitse gimnastiek van Nachtigall;
2. die Sweedse gimnastiek;
3. 'n gemengde stelsel.

Die heftigheid van die stryd lei tot die aanstelling van 'n driemankommissie onder voorsitterskap van Luitenant-Kolonel Asminck, deur die regering, in 1887. Na die kommissie Duitsland en Swede besoek het om kennis in alle aspekte van die vak op te doen, wys hulle op die volgende hoofgebreke van die vak in Denemarke<sup>2)</sup>.

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 175.

2) Smith, D.P.J. 'n Histories-kritiese ondersoek na die opleiding van onderwysers, p. 54-5.

1. gebrekkige onderwysopleiding;
2. swak materiële verhouding teenoor liggaamlike opvoeding in skole;
3. oefenstof word nie met fisiologiese en pedagogiese insig gekies nie.

Die kommissie beveel onder andere 'n groter kommissie aan wat hom sal beywer vir die samestelling van 'n handboek vir gimnastiek. Hierdie handboek getiteld „Haanbog i Gymnastik" word in 1899 voltooi en die inhoud dui daarop dat die Sweedse stelsel op daardie stadium vir Denemarke gewen is. "Although containing some exercises from the previous system of gymnastics, it followed in general Ling's principles and it was through this book that Ling's gymnastics were introduced into Danish schools"<sup>1)</sup>.

Vir die opleiding van onderwysers maak K.A. Knudsen reeds in 1898 gebruik van die Sweedse stelsel in kursusse. So word die stelsel ook aan die Staats Gimnastiek Instituut teen 1911 gebruik. In 1904 word Knudsen, 'n groot aanhanger van die Sweedse stelsel, as staatsinspekteur vir liggaamlike opvoeding aangestel.

Johannes Lindhard word in 1909 as dosent in anatomie en die teorie van gimnastiek aan die Universiteit van Kopenhagen aangestel, waar hy later tot eerste professor in liggaamlike opvoeding bevorder word. Lindhard, 'n voorstander van 'n eklektiese stelsel, is ook 'n aanhanger van Ling se werk, dog lewer kritiek op Ling se navolgers t.o.v. hul interpretasie van Ling se werk<sup>2)</sup>.

---

1) Christensen en Trap, op. cit., p. 13.

2) Postma, J.W. Onderzoek na die wetenskaplike basis in die Europese strominge, p. 254.

In die werk van Niels Bukh toon die Sweedse gimnastiek 'n verbreiding op indirekte wyse. Sy „Primêre gimnastiek" is grootliks op die werk van Ling gebaseer en dit geniet nie net in Denemarke aandag nie, maar sy denkbeelde versprei ook na verskeie lande dwarsoor die wêreld.

Wysigings van die Sweedse stelsel deur vakmanne van die twintigste eeu, soos Bjorksten, Bertram e.a., is duidelik in die skoolprogram te bespeur. Vandag geniet liggaamlike opvoeding as verpligte vak baie aandag op Deense skole, terwyl die fisieke geskiktheid van die publiek ook die nodige aandag van die regering kry.

## II. DIE VERBREIDING NA DUITSLAND

### A. Historiese inleiding

Die Duitse volk was deur die eeue in vele internasionale konflikte betrokke. In groter mate as Denemarke het historiese gebeure daartoe gelei dat Duitsland 'n onberekenbare bydrae tot liggaamlike opvoeding gelewer het.

Alhoewel Guts Muths die grondlegger van die sistematiese Duitse skoolgimnastiek was, is dit Frederich Ludwig Jahn (1778-1852) se werk wat die blywendste invloed op die Duitse gimnastiek gehad het<sup>1)</sup>. Verdeeldheid van sy volk en die vernederende aanslae van Napoleon op sy land het by Jahn 'n ongekende nasionale gevoel gewek. Dit het tot die skepping van sy nasionale liggaamlike opvoeding gelei. Sy „turnen", die brug van eenheid vir sy volk, het ook op weerbaarheid klem gelê. Met sy „turners" het hy met sukses aan die Napoleoniese oorloë deelgeneem, dog dit is jammer dat hy en sy volgelinge hulle met politiek bemoei het, want dit het tot nadeel van die vak in Duitsland gestrek.

---

1) Christensen en Trap, op. cit., p. 6.

Op die gebied van die skoolgimnastiek was dit nie Jahn nie, maar manne soos Eiselen, Spiess, Jäger en Maul wat groot bydraes gelewer het. Soos in die geval van die Sweedse gimnastiek, het Jahn se idees na ander lande versprei, terwyl die metodes van Spiess, Maul en ander ook tekens van verbreiding getoon het.

#### B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel

Die verbreiding van die Sweedse stelsel gaan met 'n heftige stryd gepaard. Dit is die gevolg van 'n diepgewortelde nasionale gevoel by die Duitse volk met 'n gevolglike entoesias=tiese ondersteuning van Jahn se „turnen“.

In 1815 vestig ene Hamisch die aandag op die Sweedse gimnastiek<sup>1)</sup>. Hierdie feit word in twyfel getrek omdat Ling se Rasionele gimnastiek uit 1820 dateer, behalwe as bedoel word die gimnastiek soos deur Ling op daardie stadium toegepas. In 1830 gee Hans Ferdinand Maszmann die brosjure „Leibesübungen zur Militärgymnastik ins besondere“ uit, waarin die Sweedse gimnastiek beskryf word. Hierna vertaal hy Ling se drie belangrikste werke.

Na die Lorinser skoolstryd van 1836 word die „turn=sperre“ in 1842 opgehef<sup>2)</sup>. Die taak vir die herorganiserings van die vak word aan Maszmann opgedra. Sy pogings was nie suksesvol nie en die stelselstryd wat etlike jare hierna volg, kon verhoed gewees het, as die taak aan bekwaamere persone soos Spiess opgedra was.

Hugo Rothstein, 'n offisier in die Pruisisese leër, besoek Swede in 1843. Beïndruk deur die Sweedse gimnastiek skryf hy 'n artikel in „Der Staat“ oor die stelsel. Hierdie

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 176.

2) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der Lichaamsoefeningen, Deel III, p. 53.

artikel wek belangstelling in militêre kringe wat daarop uitloop dat Rothstein in 1845 deur die minister van oorlog na Stockholm gestuur word. Vergesel van 'n offisier, Techow, vertoef Rothstein vir sewe maande in Stockholm en besoek ook die Sentrale Instituut te Kopenhagen. Hul rapport van 1846 maak gunstige melding van die Sweedse stelsel en Rothstein begin met sy werk „Gimnastiek in Swede en P.H. Ling se stelsel van gimnastiek" wat tot 1859 agtereenvolgens in verskillende dele uitgegee word. Hierin blyk die Sweedse gimnastiek met enkele afwykings duidelik sodat van die Ling-Rothstein gimnastiek gepraat is.

Aan die „Sentrale Instituut vir gimnastiekinstruksie in die leër" te Berlyn gee Rothstein en Techow in 1847 instruksie in Rothstein se aangepaste Sweedse gimnastiek. Rothstein word in 1851 as direkteur van die „Koninklike Sentrale Instituut vir Gimnastiek" aangestel. Om wetenskaplike redes verleen hy voorkeur aan die Sweedse gimnastiek in hierdie inrigting, wat leëroffisiere en onderwysers oplei. Dit bring hom in onguns by die instrukteurs.

Na die algehele invoering van gimnastiek op skool in 1860 word Carl Euler, as gevolg van uitbreiding, as instrukteur aan die inrigting aangestel<sup>1)</sup>. Euler erken die waarde van die Sweedse gimnastiek maar verlang dat die Duitse turnen ook beoefen moes word. Rothstein was nie hiermee gediend nie en geniet aanvanklik steun van die regering. Toe die offisiële leerplan van skole in 1862 uitsluitlik volgens die Sweedse beginsels opgestel word, ontbrand die stryd bekend as die „Barren"-stryd.

Euler neem self nie aan die stryd deel nie. Andere deel in sy standpunt, soos blyk uit die steun van turners en twee wêreldbekende geneeshere Rudolf Virchow en Emil Heinrich Du Bois-Reymond. In die stryd staan Rothstein alleen en hoewel

---

1) Hecker en Heyn, op. cit., p. 270.

hy sy standpunt probeer verdedig, moes hy, as gevolg van sy beperkte kennis van anatomie en fisiologie, die stryd gewonne gee. Op 31 Desember 1862 bring die hoogste mediese outoriteit in Duitsland sy verslag uit. Die gevolgtrekkings oor die oefeninge aan die brug en rekstok "...are justifiable and not to be rejected"<sup>1)</sup>. Rothstein bedank in 1863 en sterf op 23 Maart 1865.

Voorkeur word hierna aan die Duitse „turnen" verleen. Hoewel daar nie enige verbreiding van die Sweedse stelsel meer te bespeur is nie, het dit wel invloed op die verdere ontwikkeling van die Duitse liggaamlike opvoeding gehad.

### III. DIE VERBREIDING NA ENGELAND

#### A. Historiese inleiding

Die stryd om vereniging wat ander Europese lande gekenmerk het, was in Brittanje iets van die verlede. Die militêre motief en streng dissipline het grootliks in die Britse liggaamlike opvoeding ontbreek. Dit word gesien in die lig van die geografies-geïsoleerde posisie van Engeland wat die gevaar van aggressie in 'n groot mate verminder het. Die tradisionele liefde vir sport en spele is dus 'n kenmerk van die Liggaamlike opvoeding in Brittanje sedert die middeleeue. Gunstiger klimaatomstandighede, as in die Skandinawiese lande, het ook sport en spele bevorder<sup>2)</sup>. Gimnastiek het tog ook sy weg na die land gevind. In 1800 word Guts Muths se „Gimnastiek vir die jeug" vertaal en in 1822 word Phokion Heinrich Clias vanaf Switserland genooi om gimnastiek in die Britse leer te organiseer. "... Clias introduced the German exercises combining the essential features of Guts Muths and Jahn with his own ideas"<sup>3)</sup>. As gevolg van 'n besering bedank hy in 1825 en gimnastiek in die leer word daardeur verwaarloos.

---

1) Leonard en Affleck, op. cit., p. 124.

2) Dixon, e.a. op. cit., p. 81-2.

3) Van Dalen, e.a. op. cit., p. 301.

Herlewing in gimnastiek volg weer na 1858 met die oprigting van 'n privaat gimnasium deur Archibald Maclaren in Oxford. Na hy in 1860 versoek is om 'n stelsel vir die leer saam te stel, ontwikkel hy sy eklektiese stelsel by monde van "A military system of gymnastic exercises for the use of instructors". Maclaren was vir die samestelling van sy werk op hoogte met die ontwikkeling van die vak tot sy tyd.

Op aandrang van die militêre owerheid word 'n gimnasium in 1861 te Aldershot opgerig. Hierdie inrigting het deur die jare die hoofsentrum van liggaamlike opvoeding vir die Britse leer gebly. Van hier het leiding vir militêre inrigtings van baie lande uitgegaan, waaronder ook Suid-Afrika. Aldershot het nie net vir die opleiding van instruksors vir die leer goed gestaan nie, maar "drill" instruksors het van hier uitgegaan vir die onderrig van die vak in elementêre skole.

Op die gebied van gimnastiek lewer A. Alexander teen die einde van die vorige eeu ook 'n bydrae. Hy was direkteur van die "Liverpool Gymnasium" en onder hom het verskeie werke oor die vak verskyn. In die werk wat hy aangebied het, is die belangrikste om te noem "drill" en oefeninge met kleinaparaat wat op maat van musiek uitgevoer is.

#### B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel

Ling se Gimnastiek is in 1838 deur J.G. In De Betou na Engeland gebring. Sy kennis wat hy in die Sentrale Instituut in Stockholm opgedoen het, het hy in die praktyk op die gebied van mediese gimnastiek toegepas. In 1842 publiseer hy ook die werk "Therapeutic Manipulation"<sup>1)</sup>. Luitenant C. Ehrenhoff vestig hom in die vroeë veertiger jare in London met dieselfde doel as In De Betou en gee in 1845 die brosjure "Medicina Gymnastica" uit. Teen 1850 open Carl August Georgii 'n

---

1) McIntosh, P.C. Physical Education in England since 1800, p. 97.

privaat instituut in London en werk daar tot in 1877.

Hierdie drie pioniers van die Sweedse stelsel in Engeland het hulle op die gebied van mediese gimnastiek toegelê. Hierdeur het hulle belangstelling in mediese kringe gewek en kry drr. J.W.F. Blundell, M.J. Chapman en Mathias D. Roth as belangrike volgelinge.

Roth het die verbreiding van die Sweedse stelsel verder gevoer. In 1853 het hy 'n privaas instituut vir mediese gimnastiek opgerig en 'n werk oor Ling se vrye oefeninge gepubliseer. Hy het hom ook vir die bevordering van opvoedkundige gimnastiek op skole beywer. "He launched an aggressive but unsuccessful campaign with the government to introduce Swedish gymnastics into English elementary schools"<sup>1)</sup>. Sukses het vir hom twee dekades weggebly.

Deur sy toedoen word Concordia Löfving, in Stockholm opgelei, in 1878 deur die Londonse skoolraad uitgenooi om kursusse vir onderwyseresse in die Sweedse stelsel te gee. Martina Bergman - Osterberg wat haar opvolg word in 1881 as superintendente van liggaamlike opvoeding aan meisieskole aangestel. In die periode 1881 tot 1885 word die Sweedse gimnastiek aan verskeie skole ingevoer en onderwyseresse word opgelei. Die opleidingskollege wat sy in 1885 te Hampstead open, verskuif later na Dartford. Hierdie kollege was die voorloper vir die invoering van die Sweedse stelsel in ander opleidingsinrigtings vir dames, ook in die twintigste eeu. Die stelsel het sodoende ook na ander dele van Groot Brittanje, veral Skotland, verbreid.

Na 1900 word vakansiekursusse in die stelsel aangebied. In die opsig het Knudsen van Denemarke 'n bydrae gelewer. Opleidingsinrigtings vir mans, word eers na 1933 daargestel.

---

1) Hackensmith, op. cit., p. 156.

Die belangrikste daarvan was die "Carnegie Physical Training College" en die "Loughborough College for Physical Training".

Met die totstandkoming van die "Board of Education" in 1899 word die vak deur die sentrale liggaam beheer<sup>1)</sup>. As gevolg van die verslag van die "Royal Commission of Physical Training" van 1903 word die leergang van die "Board of Education" van 1904 op die Sweedse stelsel gebaseer. Deur middel van gepubliseerde werke het die stelsel nog verder verbrei, want die hersiene uitgawes van genoemde werk in 1905, 1909, 1919 en 1933 is steeds grootliks op die Sweedse stelsel gebaseer. Ook ander werke deur die "Board of Education" uitgegee, het hul deel in die verbreiding van die Sweedse stelsel bygedra. Benewens die uitgawes van hierdie liggaam het ook verskeie ander werke wat oor die Sweedse stelsel handel, verskyn.

Die "Ling Association" wat in 1899 deur opgeleide leerkragte tot stand gebring is, lewer publikasies oor die stelsel en het toere vir sy lede na Stockholm in Swede onderneem.

Aanvanklik het die Weermag die gimnastiek van Maclaren gebruik. "The Boer War of 1899-1902 drew attention to the serious deterioration of the national physique"<sup>2)</sup>. Dit het tot groot belangstelling vir die Sweedse gimnastiek deur die owerhede gelei. Voortvloeiend hieruit besoek N.C. Palmer van die vloot Stockholm in 1902 vir studies en, na sy terugkoms, bring hy planne in beweging vir die opleiding van offisiere. Die eerste kursus vir vlootoffisiere word in 1903 deur Alan Broman te Portsmouth gehou<sup>3)</sup>. Die handboek van

---

1) McIntosh, op. cit., p. 134.

2) Van Dalen, e.a. op. cit., p. 293.

3) Leonard en Affleck, op. cit., p. 212.

die vloot wat in 1903 verskyn het, berus op die Sweedse stelsel. In 1906 besluit die leër op die gebruik van die Sweedse gimnastiek. H.P. Langkilde van Denemarke begin in Augustus van daardie jaar met 'n kursus vir sestien instrukteurs en vanaf September volg 'n gereelde viermaande-kursus vir "non-commissioned officers"<sup>1)</sup>. Die handboek vir die leër deur Langkilde en Moore verskyn in 1908 en was op die Deense „Haanbog i Gymnastik" gebaseer.

Die Sweedse gimnastiek is hierna algemeen in die Weermag gebruik. Ook die handboeke wat hierna verskyn, is op die Sweedse stelsel gebaseer.

In die skole word vir die seun vandag in terme van die ontwikkeling van lenigheid, krag en behendigheid gedink. Die "physical training" vir dogters is veral aan die laerskool baie gewysig en moderne dans is tot die program toegevoeg<sup>2)</sup>. Die bewegingsopvoeding in swang is op die idees van Laban gebaseer.

#### IV. DIE VERBREIDING NA DIE NEDERLANDE

##### A. Historiese inleiding

Tot omstreeks die helfte van die negentiende eeu is geen stelselmatige liggaamlike opvoeding in Nederland toegepas nie<sup>3)</sup>. Daar is voor hierdie tyd tog pogings aangewend om die vak te bevorder. Prof. J. van Geuns van Leiden lewer sedert 1783 'n bydrae en vertaal ook Guts Muths se werk „Gimnastiek vir die jeug" tussen 1806 en 1812.

---

1) Leonard en Affleck, op. cit., p. 212.

2) Postma, J.W. Inleiding tot die liggaamlike opvoedkunde, p. 39-40.

3) Hecker en Heyn, op. cit., p. 306.

Sedert 1816 beywer „De Maatschappij tot Nut van't Algemeen" hom vir die saak van liggaamlike opvoeding. Met die die uitskryf van drie „prijsvrae" sedert 1816 word 'n bydrae in die vorm van die eerste handleiding vir gimnastiek deur R.G. Rijkens in 1843, gelewer. Hoewel die versoekskrif deur hierdie vereniging vir die erkenning van die vak op regeringsvlak aan die koning misluk, stel hulle in daardie jaar, 1846, 3,000 gulde vir die opleiding van onderwysers beskikbaar. As gevolg hiervan word Carl Euler uit Duitsland in 1851 aan die Rykskweekskool te Haarlem aangestel. Die Jahn-Eiselen metode wat hy gebruik, word vir 'n lang tyd in die skoolgimnastiek gebruik. Dit word later deur die werk van Spiess en Maul vervang. Maul se werk gee hierna tot in die twintigste eeu die toon aan en lewer 'n diepgaande invloed op die skoolgimnastiek.

In die twintigste eeu oefen ander stelsels en moderne strominge invloed op die vak uit. Hackensmith<sup>1)</sup> beweer: "Physical education in the Netherlands (Holland) has been influenced by the gymnastic systems of the Danes, Swedes, French, Belgian, and Austrians. The schools in 1910 adopted the rhythmical gymnastics of Dalcroze and Bode and in 1922 the locomotion drills of the Austrians, Gaulhofer and Streicher".

In die vak is Nederland die ontvanger eerder as die ontwerper van 'n eie stelsel. Dit is die gevolg van 'n ligging wat dit vir ander stelsels en strominge en selfs die Britse sport en spele maklik bereikbaar maak. Hierdie toestand heers nog in 1938 toe Smith Nederland besoek. Hy vind dat geen besondere stelsel oorheers nie, maar dat onderwysers vrye hand geniet om 'n metode na hulle keuse te volg<sup>2)</sup>.

---

1) Hackensmith, op. cit., p. 201.

2) Smith, op. cit., p. 58.

## B. Die verbreiding van die Sweedse stelsel

Voor 1900 is die Sweedse stelsel deur die Duitse gimnastiek verdring. M. Vrij, direkteur van „die nuwe skoolvereniging” pas in die eerste jare van die twintigste eeu Sweedse gimnastiek in sy skool te Amsterdam toe met mej. Nora Goemans, 'n Sweeds gediplomeerde, as hulp<sup>1)</sup>.

M. Graafland besoek Swede in 1905. Met sy terugkoms spreek hy sy ingenomenheid met die Sweedse gimnastiek uit in die brosjure „Eenige Moderne Beschouwingen over gymnastiek”. Dit word toe deur skole van die „Haagsche Schoolvereniging” ingevoer<sup>2)</sup>. In 1906 gee hy 'n demonstrasie van die Sweedse gimnastiek met sy leerlinge tydens die algemene vergadering van die „Nederlandse gymnastiek onderwysersvereniging” te 's Gravenhage.

Verdere bestudering van die Sweedse stelsel volg toe Elias, Scheffer en Schuil van die „Amsterdamse Gimnastiek onderwysvereniging” Swede besoek. Hulle bevindinge verskyn in die brosjure „Zweedsche gymnastiek”.

In 1908 stuur die regering vir Van Blijenburgh na België en Frankryk vir studie in skermonderwys vir militêre doeleindes. In Brussels word hy deur die Sweedse gimnastiek beïndruk en met sy terugkoms skryf hy in sy verslag enkele bladsye oor die Sweedse gimnastiek. Hy beveel ook aan dat 'n bevoegde offisier na Swede gestuur moet word om die doeltreffendheid van die stelsel te ondersoek.

Van Blijenburgh se wetenskaplike werk wat in 1910 verskyn, bring ondersteuners van die Duitse gimnastiek in opstand. Op 'n vergadering belê deur die „Nederlandse gimnas-

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 143.

2) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van die geschiedenis der lichaams oefeningen, Deel IV, p. 34.

tiëk onderwysersvereniging", trek Kaptein J.A. van der Boom, 'n ondersteuner van Maul se werk, te velde teen die Sweedse gimnastiek. Die brosjure „Beschouwingen over gymnastiek" wat Van Blijenburgh in 1911 uitgee, ontketen die kenmerkende stelselstryd. Die „Nederlandse gimnastiek onderwysersvereniging" wend alle pogings aan om die waarde van die Duits-Nederlandse skoolgimnastiek te beklemtoon<sup>1)</sup>.

Te midde van die stelselstryd word, onder leiding van dr. J.H.O. Reys aan die Haagsche Kweekskool 'n kompromis bewerk deur 'n eklektiese stelsel te volg waarin beide stelsels regmatige aandeel geniet.

Die Sweedse gimnastiek geniet aandag by die gemeenteskool van Van Leeuwen te Amsterdam, terwyl aan die Universiteit van Utrecht na 1924 gimnastiek volgens die Sweedse stelsel gedoseer word.

Sedert 1915 word die Sweedse stelsel stelselmatig in die Weermag ingevoer, danksy Van Blijenburgh se bydrae. In 1923 kom die „Nederlandsche Vereeniging voor Gymnastiek op Zweedsche Grondslag" tot stand<sup>2)</sup>. Die stelsel verbrei ook verder deur gepubliseerde werke soos dié van Van Blijenburgh en vertalings van werke soos dié van J.G. Thulin.

## V. SAMEVATTING

Die Sweedse stelsel leen hom vir verbreiding. Die rede hiervoor is die volgende:

1. die doeltreffendheid van die stelsel vir militêre opleiding;
2. die ongunstige toestand waaronder die vak in sommige lande tydens die verbreiding van die stelsel verkeer het;
3. die maklik bereikbaarheid van die stelsel vanweë die ligging van sommige lande t.o.v. Swede;

---

1) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der lichaamsoefeningen, Deel IV, p. 35.

2) Van Schagen, op. cit., p. 145.

4. homogene omstandighede soos klimaat, bodemgesteldheid, volksaard ens., wat tussen Swede en sommige lande bestaan.

Die belangrikste rede van verbreiding is die feit dat op die stadium van die verbreiding na die lande, Europa nog arm aan stelsels en strominge in die vak was. Omdat die Sweedse gimnastiek en die Duitse turnen grootliks in hulaard verskil het, is dit nie eienaardig dat die kenmerkende stryd onder die aanhangers van die twee rigtings voorgekom het nie.

## HOOFSTUK V

### DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP ENKELE ANDER LANDE

Die Sweedse stelsel laat invloed geld op die instansies, opvoedkundige inrigtings en die weermag, wat met liggaamlike opvoeding gemoeid is. Hierdie invloed geld gewoonlik op 'n direkte manier. Omdat die Sweedse stelsel hom tot wysigings en aanpassings leen, geld die invloed ook indirek deurdat vakmanne, veral van die twintigste eeu, die stelsel by heersende omstandighede aanpas. Weens faktore wat genoem sal word, was die stelsel vir sekere lande meer aanvaarbaar, met 'n gevolglike groter invloed.

#### I. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DENEMARKE

In die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding deur die laaste eeue, speel die Skandinawiese lande 'n groot rol. Geografies en andersins het Swede en Denemarke baie in gemeen. As gevolg hiervan en "... the Danish love for sports and athletic competition, made Denmark a fertile soil for the growth of the institutions of physical education"<sup>1)</sup>. Sedert 1885 kry die Sweedse stelsel stelselmatig 'n houvas op die Deense liggaamlike opvoeding en na die verdwyning van die militêre opset in die vak teen die einde van die negentiende eeu, was die Sweedse stelsel met enige wysigings en die behoud van die „parterre acrobatiek"<sup>2)</sup> vir Denemarke volkome gewen.

#### A. Publieke skole

Sedert die verskyning van die „Haanbog i Gymnastik" in 1899 dien dit as handleiding by verskeie instansies asook

---

1) Rice, e.a. op. cit., p. 109.

2) Van Schagen, op. cit., p. 174.

vir die skoolgimnastiek. Die klassifikasie van oefeninge in die werk is in ooreenstemming met die idees van Hjalmar Ling, met die uitsondering dat oefeninge vir die skouers, rug en nek in twee groepe verdeel is, nl. arm oefeninge en oefeninge vir die rug; en die rompoefeninge na beide kante, wat laterale oefeninge genoem is<sup>1)</sup>. Ook die skema van die les, nl. inleidende-; algemene-; en finale- of eind oefeninge, is soos die van Hjalmar Ling.

Tot die dood van Luitenant-Kolonel Ramsing, staatsinspekteur van liggaamlike opvoeding, in 1904, is 'n militêre invloed nog merkbaar in die skoolgimnastiek. Met die aanstelling van K.A. Knudsen in die pos verdwyn dit. Knudsen, wat die Sweedse stelsel bevorder, verklaar onomwonde sy aanhang aan Ling se gimnastiek<sup>2)</sup>. In sy werk "A textbook of gymnastics" is dit die Sweedse gimnastiek wat sy vormgewende oefeninge beïnvloed. As ekspert oor die afwykings van die menslike rug en in die behandeling daarvan, spreek die idees van Ling<sup>3)</sup>.

Wysigings van die Sweedse gimnastiek in die twintigste eeu deur Björkstén, Bertram en andere toon invloed in die Deense skole. Laer- en hoërskole in dorpe en stede is van gimnasiums voorsien en Sweedse apparaat soos die muurrekke behoort tot die toerusting.

#### B. Onderwysersopleiding

Onderwysersopleiding dateer uit die periode van Nachtegall. As leerstof is die Deens-Duitse gimnastiek gebruik. Sedert 1898 speel die Sweedse gimnastiek 'n prominente rol, sodat Smith<sup>4)</sup> in 1944 nog beweer dat die land steeds vashou aan die beginsels van Ling, hoewel baie variasies in die leer=

---

1) Christensen en Trap, op. cit., p. 16.

2) Knudsen, K.A. Ling se gimnastiek en Niels Bukh. Liggaamsopvoeding I:2, (Junie 1939) p. 21-6.

3) Id. A textbook of gymnastics, Deel I, p. 71.

4) Smith, op. cit., p. 55.

stof aangebring is. Soos in die geval van die skole word die „Haanbog i Gymnastik" sedert 1901 as handleiding gebruik. Vir die eenjarige kursusse wat vir gekwalifiseerde onderwysers aangebied is en later na driejaar verleng is, word van die Sweedse stelsel gebruik gemaak. Vakansiekursusse in die Sweedse stelsel is gretiglik deur groot getalle gekwalifiseerde onderwysers bygewoon.

In die opleiding van onderwysers/esse in die twintigste eeu speel die Nasionale Gimnastiekinstituut te Kopenhagen en die Universiteit 'n groot rol. Hierdie inrigtings werk ten nouste saam, deurdat die teorie van gimnastiek aan die Universiteit gevolg word, terwyl die Instituut die praktiese opleiding waarneem. Verskeie kursusse word aangebied. Prof. J. Lindhard, met 'n uitgebreide personeel van veertien mans en dames bestaande uit professore, lektore en assistente, was die eerste prinsipaal<sup>1)</sup>.

Lindhard maak in sy werk van Ling se idees gebruik. Hy verskil egter van die Sweedse gimnastiek ten opsigte van die indeling van oefeninge volgens liggaamsdele, asook en veral van die oordrewe toepassing van spanboogoefeninge<sup>2)</sup>. Sy oefeninge word in vier groepe soos volg ingedeel:

Groep 1.

- a. Orde-oefeninge;
- b. Houdingsoefeninge;
- c. Marsjeeroefeninge.

Groep 2.

Korrektiewe oefeninge:

- a. Uitgangshoudings;
- b. Oefeninge:

---

1) Smith, op. cit., p. 57.

2) Lindhard, op. cit., p. 230.

- i. kop- en nekoefeninge;
- ii. rompoefeninge;
- iii. armoefeninge;
- iv. beenoefeninge.

#### Groep 3.

Balanseeroefeninge.

#### Groep 4.

- a. Marsjeer;
- b. Hardloop;
- c. Spring en gesteunde spronge;
- d. Behendigheidsoefeninge;
- e. Spele en atletiek.

Hierdie klassifisering en groepering word deur Christensen en Trap in hulle werk "Text-book of Gymnastics" voorgestaan. Hierdie werk sou merkbare invloed deur die skrywers self in hulle werkkringe laat geld. Trap was 'n eertydse inspekteur vir die vak by die "Danish Board of Education", terwyl Christensen 'n dosent aan die Skaarup opleidingskole vir onderwysers was. H.G. Junker die hoof van die Opleidingskollege vir onderwyseresse te Silkeborg het die werk in Engels vertaal sodat dit as handleiding vir oorsese kursusgangers kon dien.

#### C. Die Weermag

Nachtegall lê die grondslag van die Deens-Duitse gimnastiek wat 'n houvast op die liggaamlike opvoeding van die Weermag kry. Dit is daarom dat dit juis leëroffisiere is wat in 1885 teen die verbreiding van die Sweedse stelsel in opstand kom. Teen die begin van die twintigste eeu tree 'n toestand van demilitarisasie in die Deense liggaamlike opvoeding in wat die klem op die Sweedse gimnastiek laat val. Die Sweedse gimnastiek laat ook deur middel van die „Haanbog i Gymnastik" sy invloed op die Weermag geld. Later is handboeke vir die instansies van die Weermag saamgestel.

#### D. Volkshoërskole en Skietverenigings

In hierdie inrigtings het die Sweedse gimnastiek na 1884 'n groot rol gespeel. "...by the close of the century it had been generally adopted in the people's high schools, had outstripped its Danish-German rival in the riffle clubs..."<sup>1)</sup>.

Aan Volkshoërskole het die praktiese beoefening van die Sweedse gimnastiek groot aandag geniet. Die periode 1844 tot 1911 lewer 143 sulke skole, waarvan 80 teen die einde van 1911 nog bestaan. Bywoning aan die inrigtings in die skooljaar 1898-1899 beloop 3491 mans en 2646 dames. Teen 1906 het 'n derde van die bevolking die inrigting bygewoon<sup>2)</sup>. 'n Groot deel van die bevolking het dus met die Sweedse gimnastiek in die een uurperiode wat daagliks aan gimnastiek bestee is, kennis gemaak. Die invloed gaan ook vanuit hierdie inrigtings deurdat opleidingskursusse vir instrukteurs, veral te Askov en Vallekilde, aangebied is.

Na die eerste gimnasium vir skietverenigings in 1871 te Ryslinge op die eiland Fünen opgerig is, ontspring verskeie ander daarna, sodat teen 1897 daar reeds 300 sulke geboue was waarin 10,000 jong mense gimnastiek gedoen het. Aanvanklik dien instrukteurs uit die leer as afrigters, dog later is dit instrukteurs, by Volkshoërskole opgelei, wat die leiding gee.

Die "Danish Idraets - forbond" wat in 1896 in die lewe geroep word, dien as koördinerende liggaam vir alle sportsoorte. Teen 1953 staan 4242 klubs onder beheer van die liggaam met 'n aktiewe ledetal van 442,184 waarvan 41,243 aan gimnastiek deelneem. Hierdie gimnastiek volg die ou Deense resep van rekstok, brug en ringe<sup>3)</sup>. Sweedse vormgewende oefeninge sal na verwagting ook invloed laat geld.

---

1) Leonard en Affleck, op. cit., p. 189.

2) Ibid.

3) Christensen en Trap, op. cit., p. 16.

## E. Die Deense primêre gimnastiek van Niels Bukh

Bukh het in die werkwyse van sy gimnastiek meer as iemand anders, van Ling se beginsels gebruik gemaak en die krag en waarde wat in Ling se gimnastiek opgesluit lê, aan die lig gebring<sup>1)</sup>. Daarom beweer hy dat hy slegs t.o.v. die metode van Ling verskil<sup>2)</sup>.

Hy maak aan die Volkshoërskool te Vallekilde, waar sy vader onderwyser was, met die Sweedse gimnastiek kennis. Die aanknopingspunt vir sy werk, wat ook die opheffing van die Deense volk ten doel gehad het, word by die jongmense, veral boere, gevind. Hierdie jongmense toon styfheid en gebrek aan beweeglikheid in die gewrigte wat deur die daaglikse arbeid veroorsaak word. Die liggaam wat van nature lenig, kragtig en behendig is, word styf, kragteloos en onbeholpe, ongeskik vir alle bewegings en handelwyses wat buite die daaglikse handeling val<sup>3)</sup>. Die fisiese doel van sy gimnastiek is om die styfheid, kragteloosheid en onbehandigtheid met behulp van lenigheids-, spierversterkende- en vaardigheidsontwikkellende oefeninge na die teenoorgestelde te omskep.

Alhoewel Bukh homself as 'n navolger van Ling se gimnastiek beskou, is daar 'n groot verskil in die vorm van werkwyse. In teenstelling met die Sweedse gimnastiek volg hy 'n dinamiese metode van werk. Die oefeninge word vinnig op tel uitgevoer sonder rusperodes in die oorskakeling van die een oefening tot die ander. Soos Ling glo hy dat kunsmatig gekonstrueerde oefeninge die geskikste is, aangesien dit gouer bydra tot die verbetering van die houding. Hy volg ook Ling se idee van 'n alsydige ontwikkeling van die liggaam. Alhoewel hy die verskil in die liggaamsbou van mans, vrouens en

- 
- 1) Knudsen, K.A. Ling se gimnastiek en Niels Bukh, Liggaamsopvoeding I:2, (Junie 1939), p. 26.
  - 2) Bukh, N. Mnr. Niels Bukh oor liggaamsopvoeding, Liggaamsopvoeding II:1, (April 1940), p. 5.
  - 3) Bukh, N. Deense Boere gimnastiek, Liggaamsopvoeding I:1, (April 1939), p. 16.

kinders insien, bly die oefenstof dieselfde, dog maak hy verskil in die hoeveelheid energie verbruik en in die uitgangsposisies.

Sy lesindeling sien soos volg daaruit:<sup>1)</sup>

1. vrystaande oefeninge vir die ledemate, boonste en onderste gedeelte van die rug;
2. vrystaande oefeninge vir die romp;
3. rompoefeninge in 'n knielende-, sittende- en liggende posisie;
4. oefeninge aan die muurrekke vir die bo-rug, skouers, "heaving muscles", buikspiere ens.
5. atletiese oefeninge.

Die eerste vier dele neem tien minute elk in beslag, terwyl die vyfde deel vyftien minute duur.

## II. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DUITSLAND

Na die Barrenstryd sal die idee dat die Sweedse stelsel sy houvas op die Duitse gimnastiek verloor het, gehuldig word. In die 17 jaar waarin die Sweedse gimnastiek hoogty vier, sou dit egter ongetwyfeld ook nog in die toekomstige ontwikkeling van die vak sy invloed laat geld. Dit is daarom dat van Dalen e.a.<sup>2)</sup> beweer: "Although the Ling system lost its dominance over the German program, it nevertheless left a permanent imprint".

Die polemieë vir en teen die twee partye hou op die lange duur voordeel vir die Duitse liggaamlike opvoeding in, in die sin dat op die voordele wat in die Sweedse stelsel opgesluit lê, gewys is. Die goeie elemente kon behoue bly, terwyl daar van die nadelige faktore wat oefeninge op die brug en rekstok inhou, kennis geneem is.

- 
1. Bukh, N. Primary gymnastics, p. 18.
  2. Van Dalen, e.a. op. cit., p. 238.

'n Voordelige invloed van die Sweedse stelsel sien Hecker en Heyn<sup>1)</sup> soos volg: "De zelfverheffing der Zweden op het wetenschappelijke van hun stelsel, zijn rationele uitvoering en de nadruk dien Rothstein legde op de eenvoudigheid der oefeningen, spoorde vele Duitse gymnastiekleeraren aan, om zoo mogelijk dit wetenschappelijke te verkrijgen, de uitvoering der oefeningen, zonder dat ze gebrekkig wordt, te vereenvoudigen en overdrijving te vermijden".

Rothstein se werk het by artse groot agting afgedwing, sodat die Sweedse gimnastiek ook op die gebied van die heilgimnastiek sy invloed laat geld. Dit blyk uit die oprigting van 'n inrigting deur dr. Neumann in Berlyn.

'n Belangrike bydrae wat die Sweedse gimnastiek lewer, is die vertroue wat in die Duitse turnen herwin is. Leiers op politieke gebied het ingesien dat gimnastiek nie altoos politieke konflikte opwek nie.

#### A. Publieke skole

Die onderwysers wat sedert 1851 aan die "Koninklike Sentrale Instituut" opgelei is, maak kennis met die Sweedse gimnastiek onder Rothstein. Hulle sou in hulle werk die Sweedse stelsel aan Duitse skole toepas. Na die Barrenstryd verdwyn die invloed van die Sweedse gimnastiek uit die skoolprogram met die uitsondering van enkele spore.

Die eerste spore is merkbaar in die metodes van Maul. Hy kom te staan tussen die werk van Spiess en Ling: „In de methode Maul vinden we de grondslagen van Spiesz, de staafoefeningen van Jäger, een vereenvoudiging en oefeningsdoel der Zweedsche gymnastiek"<sup>2)</sup>.

---

1) Hecker en Heyn, op. cit., p. 276-7.

2) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der lichaamsoefeningen, Deel III, p. 36.

Aan die begin van die twintigste eeu gee werke van prof. F.A. Schmidt en Van Heupe aanleiding tot die bestudering van die Sweedse stelsel<sup>1)</sup>. Dit loop uit op doelmatiger klere=drag vir leerlinge, terwyl meer aandag aan rompoefeninge gegee word. Die netheid en reinheid wat kenmerkend van die Sweedse gimnasiums was, kry ook aandag. Sweedse apparaat soos muur=rekke behoort dus tot die toerusting van gimnasiums. Dit is ook Mosso se uitlating oor die ondoelmatigheid van die Duitse gimnastiek wat tot die bestudering van die Sweedse gimnastiek lei<sup>2)</sup>. Dambach sien die invloed van die Sweedse gimnastiek aan die begin van die twintigste eeu soos volg: "At best, physical education in the schools was a dull procedure. It was a mixture of Spiess', Calisthenics and Rothstein's military training"<sup>3)</sup>.

Na die Eerste Wêreldoorlog het nuwe strominge, waar=onder die Deense Primêre gimnastiek van Niels Bukh, invloed op die liggaamlike opvoeding getoon, sodat die Duitse liggaam=like opvoeding 'n eklektiese rigting ingeslaan het. Die rig=ting van E. Neuendorff wat omstreeks 1930 ontstaan, toon min invloed van die Sweedse gimnastiek<sup>4)</sup>. Oor die algemeen het die liggaamlike opvoeding in die Weimar Republiek 'n demokratiese neiging getoon: "Rhythmical gymnastics replaced the mechanical exercises, and athletics and sport became an important part of the program"<sup>5)</sup>.

In die verdere ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Duitsland geniet die Sweedse stelsel nie aandag nie.

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 49.

2) Ibid., p. 58.

3) Dambach, J. Physical Education in Germany, p. 34.

4) Postma, J.W. Onderzoek na die wetenskaplike basis in die Europese strominge, p. 303-4.

5) Van Dalen, e.a. op. cit., p. 240.

## B. Onderwysersopleiding

Duitsland, met die langste ontwikkelingsgeskiedenis ten opsigte van onderwysersopleiding is een van die lande wat 'n direkte invloed op die liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika gehad het. Met die kabinetsbesluit van 1842 word die noodsaaklikheid van liggaamlike opvoeding beklemtoon. Hierna ontstaan verskeie opleidingskolleges<sup>1)</sup>. Hierdie inrigtings het grootliks van die metode van Spiess se skoolgimnastiek gebruik gemaak.

Aan die Koninklike Sentrale Instituut te Berlyn het die Sweedse gimnastiek onder leiding van Rothstein van 1851 tot 1863 baie aandag geniet. Dat feitlik uitsluitlik van die Ling-Rothstein gimnastiek gebruik gemaak is, blyk uit Rothstein se houding teenoor die nasionale turnen van Jahn. „Het turnen van Jahn verwierp Rothstein geheel en al, omdat hij de nationale betekenis van het Deutsche turnen niet inzag. Dit turnen noemde hij een leer van uiterlijken schijn”<sup>2)</sup>. Na die Barrenstryd word in die burgerlike afdeling van die Instituut die metodes van Spiess gevolg. Eckler, 'n latere hoof van die Instituut, maak gebruik van Maul se metode waarin spore van die Sweedse gimnastiek voorkom.

Offisiële reëlins vir die insluiting van liggaamlike opvoeding in die universiteitskursus is in 1934 vir die eerste keer getref<sup>3)</sup>. Alle universiteite het departemente van liggaamlike opvoeding ingestel. Vakmanne uit Suid-Afrika het aan sommige van die inrigtings kursusse gevolg waarvan die belangrikste die „Reichsakademie für leibesübungen” te Berlyn is. In die programme van hierdie inrigtings kry die Sweedse stelsel nie aandag nie.

---

1) Smith, op. cit., p. 16.

2) Hecker en Heyn op. cit., p. 259.

3) Smith, op. cit., p. 38.

### C. Die Weermag

Die militêre waarde wat in die Sweedse gimnastiek opgesluit lê, is die rede dat die invloed van die stelsel die grootste op die weermag was. Dit was die mislukte pogings van Maszmann wat daartoe gelei het dat die leër hom tot die Sweedse gimnastiek gewend het.

Dit is Rothstein wat in 1847 aan die Sentrale Instituut vir Gimnastiekinstruksie die Sweedse gimnastiek in diens van die Weermag bring. Hy word dan ook beskou as die grondlegger van die Duitse militêre gimnastiek<sup>1)</sup>. Hy sit hierdie werk voort in die „Koninklike Sentrale Instituut“. In hierdie inrigting is die Sweedse stelsel na die Barrenstryd steeds in die militêre afdeling beoefen.

### III. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP ENGLAND

Stelselmatige gimnastiek uit Swede het 'n baie groot invloed op die liggaamlike opvoeding in Engeland uitgeoefen. Dit is van groot belang, want geen ander land het in die verlede 'n groter bydrae tot die beoefening van die liggaam in Suid-Afrika gelewer nie.

#### A. Publieke skole

Sedert 1878 word die Sweedse gimnastiek onder leiding van mej. Löfving toegepas. Haar baanbrekerswerk word voortgesit deur mev. Bergman wat haar veral beywer vir die opleiding van onderwyseresse vir meisieskole. Binne ses jaar sedert 1881 onder haar superintendentskap van die vak in meisieskole, is die vak reeds in 300 skole ingevoer<sup>2)</sup>. Sy vind groot ondersteuning van skoolrade wat voorkeur aan die Sweedse gimnastiek verleen, vanweë die dissiplinêre waarde wat in hierdie

---

1) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der lichaams oefeningen, Deel III, p. 57.

2) Leonard en Affleck, op. cit., p. 211.

aktiwiteite opgesluit lê. Hoewel die vak eers aan die begin van die twintigste eeu verpligtend word, laat die Sweedse stelsel reeds sedert die laaste kwart van die negentiende eeu sy invloed deeglik geld.

Na die vak verpligtend word, word die behoefte aan eenvormigheid gevoel, sodat die "Board of Education" verskeie werke oor die vak uitgee wat as leiding dien. Die belangrikste hiervan is die leerplanne waarvan die eerste in 1904 uitgegee is. Hierdie werke het regstreeks die liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika beïnvloed en verg dus nadere toeligting.

1. Syllabus of Physical Exercises for use in Public Elementary Schools, 1904.

Hierdie werk is in hoofsaak op die Sweedse stelsel gebaseer. Reeds in die uiteensetting van die doel naamlik "... to maintain, and, if possible, improve the health and physique of the children"<sup>1)</sup>, spreek die Sweedse gedagtegang. Hierdie doel word nagestreef deur van suiwer formeel-militaristiese aktiwiteite gebruik te maak. Hierdie werkwyse openbaar hom duidelik in die klasopstellings, verandering van opstellings, bevele, houdinge en uitvoeringswyse. Van der Merwe<sup>2)</sup> stel dit treffend: „'n Mens kry soms die indruk asof daar op 'n menslike kadawer ge-eksperimenteer is en deurmiddel van wiskundige berekeninge, die bewegings moontlikhede van elke afsonderlike liggaamsdeel, teoreties vasgestel is en die oefeninge hiervolgens ingedeel was".

Die stof is sistematies onder die volgende hoofde uiteengesit:<sup>3)</sup>

- 
- 1) Board of Education, Syllabus of Physical Exercises, 1904, p. 9.
  - 2) Van der Merwe, I.R. 'n Histories-kritieke ondersoek na die leerplan in liggaamlike opvoeding, p. 62.
  - 3) Board of Education, op. cit., p. 25-58.

- a. Eenvoudige klasopstellingen, hardloop en marsjeeroefeninge.
- b. Elementêre uitgangshoudings en passe.
- c. Arms buig- en strekoefeninge.
- d. Balanseeroefeninge.
- e. Skouergordeloefeninge.
- f. Uitvaloefeninge.
- g. Hoof- en rompoefeninge.
- h. Marsjeeroefeninge.
- i. Springoefeninge en diep asemhalingsoefeninge.

Onder hierdie hoofde, wat ooreenkoms met die Sweedse lesprogram toon, word 'n reeks oefeninge gegee waaruit die daaglikse tabel opgestel moes word. Die les moes 'n oefening uit elke afdeling insluit.

Uit verdere vereistes blyk ook sommige van Ling se idees. Geleidelike vordering was noodsaaklik: "New exercises should be continually but gradually introduced ..." <sup>1)</sup>. Voorkeur is aan vrystaande oefeninge verleen wat in enige lokaal beoefen kan word; daarom moes oefeninge wat reeds bemeester is "...be performed in the class-room several times daily for two or three minutes a time" <sup>2)</sup>. Slegs waardevolle oefeninge is gekies en oefeninge met 'n nadelige effek is uitgesluit. "We have been careful to exclude all exercises which were in the least likely to prove injurious to children of even weak physique.." <sup>3)</sup>.

## 2. The Syllabus of Physical Exercises for Public Elementary Schools, 1909

Die doel verskil van die soos in die leergang van 1904 uiteengesit, in dié sin dat die geestelike aspek deur fisieke aktiwiteite beïnvloed sou word. "The object of Physical

---

1) Board of Education, op. cit., p. 14.

2) Ibid., p. 15.

3) Ibid., p. 3.

Training is to help in the production and maintenance of health in body and mind"<sup>1)</sup>.

Die inhoud verskil nie veel van die 1904-uitgawe nie, hoewel weglatings, wysigings en byvoegings gedoen is "... some of the ordinary Swedish Exercises or combinations of movements, though well designed for average use have been omitted or modified in order to avoid risk of straining children below the average, either in vigour or physical capacity"<sup>2)</sup>. Enkele uitgangshoudings- en oefeninge behoort tot die byvoegings.

Die rangskikking van die stof in die verskillende groepe beklemtoon die Sweedse invloed. Die groepe is soos volg gerangskik:<sup>3)</sup>

- a. Inleidende- en asemhalingsoefeninge.
- b. Rompbuigings voorwaarts en agterwaarts.
- c. Armbuigings en -strekking.
- d. Balanseeroefeninge.
- e. Oefeninge vir die skouergordel.  
(Buikspieroefeninge)
- f. Rompdraaie en sywaartse buigings.
- g. Marsjeer, hardloop, spring, spele ens.
- h. Asemhalingsoefeninge.

Waar prakties moontlik, moes 'n les oefeninge van elk van bogenoemde groepe insluit. By elk van die groepe word voorbeelde van oefeninge gegee met die nodige bevele, terwyl op moontlike algemene foute wat mag voorkom, gewys word.

'n Verbetering op die vorige leergang is dat 72 tabelle as model aan die onderwyser voorgehou word<sup>4)</sup>. Die waarde van hierdie tabelle lê daarin dat hul so opgestel is om aan

---

1) Board of Education, The Syllabus of Physical Exercises, 1909, p. 1.

2) Ibid., p. vi-vii.

3) Ibid., p. 72.

4) Ibid., p. 75-148.

die eise van verskillende ouderdomsgroepe tot by 14 jaar te voldoen.

In die byvoegsel van die werk word 'n reeks oefeninge vir dans, touspring, spele ens. voorgeskryf.

### 3. Syllabus of Physical Training for Schools, 1919.

Die doelstelling is dieselfde as die van die 1909 - uitgawe. In die voorwoord word daarop gewys dat die vorige uitgawes op die Sweedse stelsel gebaseer is en verder word daarop gewys dat "..... this new edition of the Syllabus follows generally the arrangement of the 1909 edition, though important additions and modifications have been made ..."<sup>1)</sup>. Die Sweedse kunsmatige-gekonstrueerde oefeninge geniet nog veel aandag, dog omdat die stof met die psigologiese, fisiologiese, biologiese en sosiologiese ontwikkeling van die kind verband moes hou, lei dit daartoe dat ook funksionele aktiwiteite ingesluit is. Funksionele oefeninge is in die vorm van spele, dans en swem aangebied. Dit blyk dat die owerhede as gevolg van die ontoereikende belangstelling vir die vak tot op daardie stadium daarop uit was om dit meer populêr te maak.

Prominensie van formele oefeninge was besig om af te neem. Dit blyk uit die feit dat die leergang nou uit twee afdelings bestaan en formele oefeninge in die les slegs die helfte van die beskikbare tyd in beslag geneem het. Opmerklik is dat formele oefeninge ten opsigte van uitgangsposisies en -houdings gewysig is in die sin dat dit in 'n meer vereenvoudigde vorm aangebied is.

Die stof in die gewysigde lesprogram is onder die volgende groepe ingedeel:

---

1) Board of Education, Syllabus of Physical Training, 1919, p. 4.

- a. Inleidende-, hardloop- en asemhalingsoefeninge.
- b. Kop word teruggedruk, romp word voorwaarts gebuig.
- c. Armoefeninge ("bending and stretching and shoulder blade").
- d. Balanseer- en beenoefeninge.
- e. Rompdraaie en sywaartse buigings.
- f. Marsjeer, hardloop, spring, spele ens.
- g. Asemhalingsoefeninge.

Die eerste vyf oefeninge en die laaste twee neem onderskeidelik tien minute elk in beslag<sup>1)</sup>.

Ook in hierdie werk word 72 tabelle wat by die verskillende ouderdomsgroepe aangepas is, aangebied. 'n Verdere ses lesse vir die ouderdomsgroep 7-8 jaar word vir die kind op daardie stadium aangepas<sup>2)</sup>. Geleidelik word van terminologie gebruik gemaak.

#### 4. Syllabus of Physical Training for Schools, 1933.

Die doelstellings bly dieselfde soos in die 1909 en 1919-uitgawes uiteengesit. Hierdie werk is 'n verbetering op die vorige uitgawes en toon duidelik 'n geleidelike vordering in die vak. 'n Wetenskaplike benadering ten opsigte van die keuse van die oefenstof is opmerklik. So word daar byvoorbeeld afgesien van die kunsmatige asemhalingsoefeninge wat wetenskaplik nie verantwoord is nie. Dit toon 'n afwyking van Ling se idee waar die oefeninge in elke lesprogram gevoeg is.

In die formele oefeninge is die Sweedse oefeninge nog duidelik merkbaar, maar die suiwer formeel-militaristiese werkswyse was besig om af te neem. Dit is merkbaar in die vereenvoudiging van oefeninge en die natuurlikheid van die uitgangshoudings. Militarisme wat voorheen kenmerkend van bevele was,

---

1) Board of Education, Syllabus of Physical Training, 1919, p. 25.

2) Ibid., p. 129-134.

was besig om op die agtergrond te skuif.

Formele oefeninge wat voorheen 'n prominente plek in die lesprogram ingeneem het, maak nou slegs 'n onderdeel van die werk uit. Tog word 'n goeie houding intens beklemtoon. "The maintenance of good posture is one of the primary objects of physical training, ...."<sup>1)</sup>.

Die groepe wat van die vorige uitgawes verskil, is soos volg saamgestel:<sup>2)</sup>

- a. Inleidende oefeninge wat bestaan uit informele oefeninge en bewegingspele;
- b. Hofoefeninge en rompbuigings voorwaarts en agterwaarts;
- c. Armoefeninge;
- d. Balanseer- en beenoefeninge wat ook oefeninge insluit wat die buikspiere beïnvloed;
- e. Rompdraaiing en sywaartse buigings;
- f. Algemene aktiwiteitsoefeninge.

Die werk bevat ook georganiseerde spele en wenke oor swemonderig, dans, sport en atletiek.

Benewens hierdie leergange word ook ander werke deur die "Board of Education" uitgegee, wat invloed van die Sweedse gimnastiek geniet. So kom Sweedse gimnastiek in die "Reference book of Gymnastic Training for Boys" wat in 1927 uitgegee word, voor. In hierdie werk word oefeninge aan Sweedse apparaat ook bespreek.

In die skole geniet die Sweedse gimnastiek dus veel aandag en die "Board of Education" verleen voorkeur aan gimnastiek, deurdat publikasies van die liggaam tussen 1919 en 1927, met die uitsondering van een, almal oor gimnastiek

---

1) Board of Education, Syllabus of Physical Training, 1933, p. 12.

2) Ibid., p. 93-138.

gehandel het<sup>1)</sup>. Die invloed van die leerplan sedert 1904 uitgegee, was groot, want die verkope van die uitgawe van 1909 beloop binne een jaar 100,000.

## B. Onderwysersopleiding

Vir instrukteurs was Engeland grootliks afhanklik van die Skandinawiese lande en van leëroffisiere wat na 1861 te Aldershot opgelei is om "drill" in die skole te gee. Danksy Roth se bydrae is daar van die toedrag van sake afgesien en is „militêre drill" uit die skoolprogram geweier<sup>2)</sup>.

Die opleiding van dames was die van mans ver voor, as gevolg van die werk van mej. Löfving en mev. Bergman. Vir die kursus deur mej. Löfving in 1878 aangebied, is 600 aansoeke ontvang. Mev. Bergman se werk te Hampstead en later te Dartford, was 'n groot sukses, want in 1887 was reeds 1,000 onderwyseresse in die Sweedse gimnastiek opgelei<sup>3)</sup>. Hierdie opleiding het nie tot Dartford beperk gebly nie. Verskeie ander kolleges, ook in ander dele in die Britse ryk, het ontstaan, wat leerkragte in die Sweedse stelsel opgelei het, terwyl verskeie vakansiekursusse gereël is.

Die "Ling Association" inspireer instansies gemoeid met liggaamlike opvoeding om die Sweedse gimnastiek te aanvaar. Vanaf 1901 stel hierdie vereniging die eksamens vir opleidingskursusse op en, om eerstehandse praktiese kennis van die Sweedse gimnastiek te bekom, word toere na Swede georganiseer. Hierdie liggaam is ook verantwoordelik vir verskeie publikasies. So verskyn die werk "Terminology of Swedish Educational Gymnastics" in 1928 om die gebruik van eenvormige terme onder lede wat die professie behoeven, te skep.

---

1) McIntosh, op. cit., p. 201.

2) Ibid., p. 97.

3) Leonard en Affleck, op. cit., p. 211.

In 1933 word met die opleiding van mans aan die "Carnegie Physical Training College" te Leeds begin. Aan hierdie inrigting word kandidate wat Britse onderdane is, opgelei. Kandidate moes verder:<sup>1)</sup>

1. gegradueerdes wees van 'n Britse Universiteit wat nie 'n diplomakursus in onderwys gevolg het nie, of
2. gesertifiseerde onderwysers wat wens om liggaamlike opvoeding as 'n derde jaar opleiding te neem, of
3. gesertifiseerde onderwysers wat nie in 'n kollege opgelei is nie.

Die leergang sluit in:<sup>2)</sup>

1. Anatomie, fisiologie en bewegingsleer;
  2. gesondheidsleer en Eerstehulp;
  3. geskiedenis en filosofie van liggaamlike opvoeding;
  4. gimnastiekteorie en- praktyk;
  5. spele en atletiek;
  6. swem;
  7. dans;
  8. proefonderwys;
  9. diens in verband met gesondheid en ontwikkeling van die skoolkind;
  10. teorie van onderwys (vir studente sonder onderwysersdiploma).
- Kandidate wat die kursus voltooi, word by die "Board of Education" aanbeveel en moes in staat wees om die werk soos in die leergang van 1933 uiteengesit, te onderrig.

Die "Loughborough College School of Athletics, Games and Physical Education" was daarop ingestel om onderwysers op te lei vir die afrigting van sport en spele.

Die leergang wat toegepas is, sien soos volg daaruit:<sup>3)</sup>

1. Die onderwys van liggaamlike opvoeding;
2. praktiese gimnastiek;

---

1) Smith, op. cit., p. 77.

2) Ibid., p. 78.

3) Ibid., p. 80.

3. beginsels van onderwys, soos toegepas op liggaamlike opvoeding;
4. spele, swem en atletiek;
5. teorie van liggaamlike opvoeding;
6. organisasie en administrasie van liggaamlike opvoeding;
7. Fisiologie;
8. Anatomie.

In hierdie inrigting is die Sweedse gimnastiek ook in 'n gewysigde vorm aangebied.

Ook ten opsigte van onderwysersopleiding lewer die "Board of Education" 'n bydrae in die vorm van twee handboeke vir studente, jongmans en dames wat in 1937 verskyn. Die geleidelike afname in die belangrikheid van formele oefeninge wat reeds in die leergange vir skole kenmerkend is, openbaar hom ook in hierdie werke. Formele oefeninge maak 'n geringe onderdeel van die werk uit, terwyl meer klem op spele, atletiek, swem, dans, boks en stoei gelê word. In die gimnastiekles wat 'n uur duur, word formele oefeninge, insluitende bodemoefeninge, gedoen wat opgevolg word met 'n groep veeleisende voorgeskrewe oefeninge, aangevul deur apparaatwerk. Die volgende uur kon aktiwiteite soos atletiek, swem, boks ens., beoefen word. Die invloed van die Sweedse gimnastiek wat besig was om af te neem, het slegs in 'n gewysigde vorm bly voortbestaan. Tog bestaan daar in die voorgestelde skema waarin tabelle opgestel kon word, aanduidings van hoofoefeninge en rompbuigings vorentoe en afwaarts; arm oefeninge; rompdraaie en sywaartse buigings<sup>1)</sup>. Sweedse apparaat soos langbanke, word nog gebruik in die uitvoering van die oefeninge.

Op indirekte wyse laat die Sweedse gimnastiek sy invloed geld. Dit gebeur met die besoek van Niels Bukh en sy demonstrasies van die Deense Primêre gimnastiek.

---

1) Board of Education, Recreation and Physical Fitness for Youth and Men, p. 22.

### C. Die Weermag

Op die weermag oefen die Sweedse gimnastiek 'n baie groot invloed uit. Die "Handbook of Physical Training" wat in 1903 gepubliseer word vir die gebruik van die vloot, was gebaseer op die Sweedse Handboek vir die leer en vloot van 1902 "... in both text and illustrations"<sup>1)</sup>. 'n Nuwe vergrote handboeken nog eens Sweeds, word in 1910 gepubliseer. Hierdie werk is deur Luitenant Lockhart Leith opgestel wat opleiding aan die Sentrale Gimnastiekinstituut in Stockholm geniet het.

Die handboek vir die leer wat deur Langkilde en Moore opgestel is, was op die Deense „Haanbog i Gymnastik" gebaseer, terwyl idees van Knudsen en die handboek van die Deense Leer en Vloot ook daarin vervat is.

Met die uitbreek van die Eerste Wêreldoorlog in 1914 word as gevolg van 'n tekort aan instrukteurs, rekrute met die nodige aanleg opgelei deur 'n kursus wat oor 21 dae strek. "... the exercises were arranged into eight tables of movements, Swedish in character but arranged somewhat differently from the accepted Swedish day's order"<sup>2)</sup>. Elke tabel het uit twee dele bestaan. Die eerste deel wat weer in drie dele herverdeel is, sien soos volg daaruit:<sup>3)</sup>

1. vyf inleidende oefeninge vir die been, nek, arms, romp en bene;
2. algemene oefeninge bestaande uit spanboog-, balanseer-, laterale-, abdominale-, rug-, marsjeer en springoefeninge;
3. finale oefeninge wat bestaan uit arm- en beenbewegings gekombineer met asemhaling.

Die tweede deel het bestaan uit klasopstellings, marsjeer, spring, oefeninge oor hindernisse en gimnastiekspele.

---

1) Leonard en Affleck, op. cit., p. 212.

2) Ibid., p. 214.

3) Ibid.

Tot op daardie stadium en verder gee die Sweedse gimnastiek die toon aan in die opleidingsprogramme van die Weermag: Die handboek vir die leër wat in 1908 en toe weer in 1914 met wysigings herdruk is, was uitsluitlik op die Sweedse stelsel gebaseer<sup>1)</sup>. Ook ander werke vir die Weermag gepubliseer, toon duidelik die Sweedse invloed, soos byvoorbeeld "Physical Training Table Card for All Ranks of All Arms", in 1925 uitgegee.

Selfs die heruitgawe van die Handboek vir die leër in 1931 toon onmiskenbaar invloed van die Sweedse gimnastiek. In hierdie werk word die oefeninge in die volgende groepe geklassifiseer:<sup>2)</sup>

Marsjeer- en hardloopoefeninge

Beenoefeninge

Nekoefeninge

Armoefeninge

Oefeninge vir koördinasie

Hysoefeninge

Sywaartse oefeninge

Balanseeroefeninge

Oefeninge vir die buikspiere

Rugoeefeninge

Spring en gesteunde spronge

Oefeninge met die perd

Grondwerk

Finale en korrektiewe oefeninge.

Daar word nog eens beweer dat van hierdie oefeninge 'n spesiale lokale invloed het, bv. die arm-, nek-, been- en rompoefeninge, dog daar word ingesien dat sekere oefeninge in die sisteem 'n meer algemene effek het<sup>3)</sup>. Die daaglikse les wat oefeninge vir elke deel van die liggaam moet insluit, sien soos volg

---

1) British Military Authority, Manual of Physical Training 1914, p. 7-14.

2) Id. Manual of Physical Training, 1931, p. 5-6.

3. Ibid., p. 6.

daaruit:<sup>1)</sup>

1. Marsjeer- en hardloeoefeninge.
2. Inleidende oefeninge:  
Oefeninge vir die bene, nek, arms en koördinasie.
3. Algemene oefeninge:  
Hys-, sydelingse-, balanseer-, buikspier- en rugoefeninge.
4. Behendigheidsoefeninge:  
Spring en gesteunde spronge;  
Perdoefeninge;  
Grond oefeninge.
5. Finale- en korrektiewe oefeninge:  
Arm, been, nek, korrektief.

In hierdie oefeninge wat van Sweedse oorsprong is, word van Sweedse apparaat soos die balk, muurrekke ens. gebruik gemaak.

#### IV. DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DIE NEDERLANDE

In Nederland speel die Sweedse stelsel 'n rol in die eklektiese stelsel wat gevolg is. Die Sweedse gimnastiek toon invloed vanaf die begin van die twintigste eeu. Dit was egter die Duitse metode, veral die van Maul, wat aanvanklik die toon in die liggaamlike opvoeding aangegee het.

##### A. Publieke skole

Alhoewel Graafland se demonstrasies van die Sweedse gimnastiek in 1906 as gevolg van die hegte grondslag wat die Duits-Nederlandse skoolgimnastiek geniet het, nie veel kon vermag nie, gee dit aanleiding tot verdere bestudering van die stelsel deur vakmanne.

Na aanleiding van die stelselstryd wat omstreeks 1911 ontbrand, skryf Heyn<sup>2)</sup> „De Zweedsche gymnastiek heeft haar invloed niet gemist“. Geleidelik geniet die Sweedse oefeninge, veral dié vir die romp meer aandag. In dié opsig is dit W. Scharroo, 'n gimnastiekonderwyser, wat met die werk „Rompoe=

---

1) British Military Authority, Manual of Physical Training, 1931, p. 6-7.

2) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der lichaams-oefeningen, Deel IV, p. 35.

feninge in die skoolgimnastiek" aandag aan die Sweedse gimnastiek verleen. Om die rompoefeninge toe te lig, lewer hy demonstrasies van die oefeninge met behulp van sy leerlinge. In die skoolgimnastiek is ook geleidelik van Sweedse apparaat soos die bank en muurrek gebruik gemaak.

Brosjures oor die waarde van die Sweedse- en Duitse gimnastiek het steeds verskyn „... maar in geen van deze studies is de Zweedsche gymnastiek behandeld in verband met de culturele ontwikkeling. Dit is een tekortkoming geweest, want evenals spel en atletiek het Duitsch-Nederlandse stelsels als, 'vervolgsschool' (prestatieschool) heeft aangevuld, kon en moest de Zweedsche gymnastiek als, 'voorschool' opgenomen worden, ter bestrijding en correctie van de nadelige gevolgen van het dagelijks - en beroepsleven van onze twintigeeuwsche cultuur"<sup>1)</sup>.

Op indirekte wyse laat die Sweedse gimnastiek hom geld, deurdat ook die Deense primêre gimnastiek van Niels Bukh gedeeltelik en in 'n gewysigde vorm in die skoolprogram ingevoer is<sup>2)</sup>.

In 1916 word die werk „De volledige gymnastiek voor mannelijke leerlingen van 13 tot 20 jaar" deur die toe nog Departement van Binnelandse sake uitgegee. Hierdie werk staan bekend as die „Regeringsboek". Die invloed van die Sweedse gimnastiek in die werk is gering. Slegs ten opsigte van die „vrije-oefeningen" kom enkeles voor wat ooreenkoms met die Sweedse oefeninge toon. Apparaat (werktuie) van Sweedse oorsprong word glad nie gebruik nie<sup>3)</sup>.

Naas bespreekte stelsels en strominge word die program ook beïnvloed deur die Oostenrykse Natuurlike Turnen, die

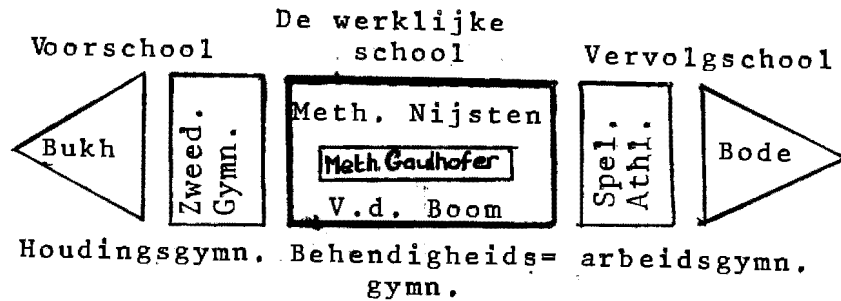
---

1) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der lichaamsoefeningen, Deel IV, p. 35.

2) Ibid., p. 39.

3) Departement van Binnelandse sake (Nederland), De volledige gymnastiek voor mannelijke leerlingen, p. 12-47.

„Zuider methode" van Nijsten, die Bode gimnastiek en sport en spele. In 1932 gee Heyn 'n voorstelling van die bestaande gimnastieksisteem soos volg<sup>1)</sup>.



#### B. Onderwysersopleiding

Tot en met die twintigerjare van die twintigste eeu was die opleiding van onderwysers in Nederland nie na wense nie. Selfs gimnastiekonderwysers voel die leemte en dring op verbetering aan. Teen 1917 is dit die Nederlandsch Olympisch Comité wat ywer aan die dag lê om die toedrag van sake te verbeter<sup>2)</sup>.

Voor hierdie tyd lei W.H. Nijsten onderwysers te Maast-richt in die suide van Nederland op. Sy „Zuider Methode" spreek uit sy werk „De Vrije en de Gereglementeerde Gymnastiek". Nuwe strominge is in die werk nie merkbaar nie, terwyl die „beperkte vrije oefeningen"<sup>3)</sup> onwillekeurig aan die Sweedse oefeninge laat dink.

---

1) Heyn, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis der lichaamsoefeningen, Deel IV, p. 46.

2) Smith, op. cit., p. 59.

3) Nijsten, W.H. De vrije en de gereglementeerde gymnastiek, Deel I, p. 110-113.

In die Haagsche Kweekschool wat teen 1920 onder leiding van dr. J.H.O. Reys 'n eklektiese rigting inslaan, lewer P. Dekker en J. Penders die werk „Handleiding voor het geven van School-gymnastiek". Hierdie werk wat in deel I, II, IIIA en IIIB vervat is, sluit houdingsgymnastiek in wat soos volg ingedeel is<sup>1)</sup> :

1. Spierversterkende en tonus verhogende oefeninge
  - a. Armoefeninge
  - b. Beenoefeninge
  - c. Rompoefeninge
    - i. Buikspieroefeninge
    - ii. Rugspieroefeninge
    - iii. Spanboogoefeninge
    - iv. Sywaartse oefeninge
  - d. Voorbereidende hangoefeninge
  - e. Hangoefeninge
  - f. Steunoefeninge
2. Lenigheidsoefeninge.

Sweedse gymnastiek toon invloed, terwyl van Sweedse apparaat gebruik gemaak word by die uitvoering van sekere van die oefeninge. Ewewigsoefeninge vorm ook deel van die program.

Dr. Reys word in 1923 as privaatdosent in die wetenskap van liggaamlike opvoeding aan die Universiteit van Leiden aangestel. Hy sou Sweedse oefeninge soos in die „Haagsche stelsel" vervat, propageer.

In 1924 word Van Blijenburgh aan die Utrechse Universiteit in die teorie en praktyk van liggaamlike opvoeding aangestel. Die praktiese lesse word hier volgens die Sweedse stelsel gegee<sup>2)</sup>.

---

1) Dekker, P. en Penders, J. Handleiding voor School-gymnastiek, Deel I, p. 66-310.

2) Van Schagen, op. cit., p. 145.

Van Blijenburgh gee by twee geleenthede vakansiekursusse in die Sweedse gimnastiek.

In 1925 kom die „Academie voor Lichamelijke Opvoeding" te Amsterdam tot stand<sup>1)</sup>. In sy vroegste jare bestaan die inrigting uit vier departemente. In die Departement van Liggaamlike Opvoeding word die Sweedse gimnastiek in die afdeling gimnastiek as deel van die opleiding aangebied. In later jare word die opleiding verdeel in:

1. Onderbouw
2. Bovenbouw.

In die leerplanne wat gevolg is, word gimnastiek gemeld. Vanaf 1932 tot 1941 tree prof. K. Gaulhofer as rektor van die inrigting op. Die „Oostenrykse Natuurlike Turnen" sou dus veel aandag geniet.

### C. Die Weermag

Onder bewind van minister Rambonet word die „Marine Sport en Gymnastiekskool" te Willemsoord in 1916 opgerig. As hoof is Van Blijenburgh „uitgesproken voorstander van de Zweedsche gymnastiek"<sup>2)</sup> aangestel. Hiermee beïnvloed die Sweedse stelsel die gimnastiek in die vloot in die opleiding aan die inrigting, asook aan dié te Leiden. Van Blijenburgh se werk „Handleiding voor het onderwijs in de gymnastiek" wat uitsluitlik op die Sweedse gimnastiek berus, verskyn in die tyd. Die vierde druk van die werk wat in 1930 verskyn, gee voorbeelde van oefeninge in die volgorde soos wat dit in die Sweedse daaglikse lesprogram voorkom.

Na die ondersoek van die kommissie onder J. Burgers, word die Sweedse stelsel ook in die leer in 1919 ingevoer. Hiervoor word die „Militêre Gimnastiekskool" wat in 1914 gesluit is, gebruik. Onder leiding van Van Blijenburgh word instruk=

---

1) Smith, op. cit., p. 59-66.

2) Van Schagen, op. cit., p. 329.

teurs in die Sweedse gimnastiek opgelei. Alhoewel die inrigting in 1926 sluit, is Van Blijenburgh<sup>1)</sup> van mening dat die werk daar gedoen, nie tevergeefs was nie en dat die Sweedse gimnastiek, danksy die propaganda wat van die inrigting uitgegaan het, 'n hegte grondslag in Nederland gekry het en ook die gimnastiekonderwys in die skole beïnvloed het.

#### D. Verenigings vir liggaamlike opvoeding

Die „Nederlandsche Vereeniging voor Gymnastiek op Zweedschen grondslag" beywer hom vir die bevordering van die Sweedse gimnastiek. Daar is ook gepoog om Nederlanders die geleentheid te gee om Sweedse gimnastiek op die Olimpiese Spele te demonstreer. In 1924 word besluit op 'n diploma vir onderwysers om afrigting in die Sweedse gimnastiek te gee.

#### V. SAMEVATTING

Na gelang van die behoeftes en omstandighede het die Sweedse stelsel in 'n mindere of meerdere mate invloed laat geld op die lande wat reeds bespreek is. Die invloed op die Deense liggaamlike opvoeding was aanvanklik groot. Dit het daartoe bygedra dat vakmanne soos K.A. Knudsen, J. Lindhard en N. Bukh waardevolle idees uit die Sweedse gimnastiek geput het. Hulle werk het daartoe bygedra dat Denemarke vandag nog hoog aangeskryf staan op die vakgebied. As gevolg van die diepgewortelde nasionale gevoel in Duitsland kon die Sweedse gimnastiek nie daar inslag vind nie. Tog het die stelsel geringe spore in die Duitse liggaamlike opvoeding gelaat. Die liggaamlike opvoeding in Engeland is vir 'n lang tyd uit die Sweedse stelsel opgebou. Dit is egter grootliks gewysig om by Engelse omstandighede aan te pas. In Nederland lewer die stelsel 'n bydrae in die samestelling van 'n eklektiese stelsel.

---

1) Van Schagen, op. cit., p. 145.

## HOOFSTUK VI

### DIE VERBREIDING VAN DIE SWEEDSE STELSEL IN DIE ONTWIKKELING VAN LIGGAAMLIGE OPVOEDING IN SUID-AFRIKA

Suid-Afrika is 'n jong land met 'n indrukwekkende geskiedenis van groei en vooruitgang. Ten spyte van vele konflikte wat hierdie land in sy proses van ontwikkeling ondervind sedert sy bestaan van slegs drie eeue, hou hierdie land vandag op bykans elke gebied tred met die ontwikkeling van die moderne Westerse Wêreld. Dit word egter algemeen erken dat enige jong land noodwendig in sy proses van groei van ouer en meer gevestigde lande moet leer. Op die gebied van die opvoedkunde is hierdie verskynsel, wat Suid-Afrika betref, onmiskenbaar waar. Vir die skepping van 'n eie stelsel van liggaamlike opvoeding het Suid-Afrika 'n agterstand. Vir die opvoeding van die liggaam sou Suid-Afrika moes gebruik maak van en leer uit die werk wat reeds op die gebied in ouer en ryper lande gedoen is.

Breedomlynd is die vak in Suid-Afrika aan die Onderwysdepartemente, die Weermag, die Polisie asook klubs en verenigings toegepas. Dit is egter sedert 1937 as gevolg van regeringsbelangstelling dat die vak oplewing en vooruitgang toon, sodat, benewens genoemde instansies, dit ook Universiteite is wat aandag skenk aan die opleiding van vakmanne, terwyl die Suid-Afrikaanse Spoorweë en Hawens ook vir die vak voorsiening gemaak het.

#### I. DIE ONDERWYSDEPARTEMENTE

Soos in ander lande is dit in die onderwys waar die vak 'n belangrike rol speel en erkenning geniet. Liggaamlike opvoeding in die gewone laer- en hoërskole is en was onder beheer van die Provinsiale Onderwysdepartemente terwyl die Unie Onderwysdepartement en later die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap toesig oor Tegniese skole, Industriële skole en

skole vir liggaamlik afwykendes gehad het. Op 1 April 1968 is Tegniese skole ook onder beheer van die provinsies geplaas.

Opleiding van onderwysers aan kolleges is ook die verantwoordelikheid van die Provinsiale Onderwysdepartemente. Omdat opleiding van vakmanne aan Universiteite 'n belangrike rol vir die onderwys speel, word dit ook onder die onderwysdepartemente behandel.

#### A. Kaapprovinsie

##### 1. 1652-1900

Die beginjare van hierdie periode hou geen noemenswaardige belang vir die vak in nie. Die eerste spore van liggaamsoefeninge kom eers in 1786 voor nog voordat daar sprake van onderwysdepartemente was. Aan die militêre skool was liggaamsoefeninge moontlik gegee ten einde die kadette, saam met 'n militêr-wetenskaplike onderrig, ook liggaamlik vir hul taak voor te berei deur gewone ekserseer. Na aanleiding van die bewering deur Kelder<sup>1)</sup> maak Jooste<sup>2)</sup> die afleiding dat sekere afdelings van gimnastiek soos gesteunde spronge beoefen kon gewees het.

Die eerste daadwerklike poging waar liggaamsoefeninge in verband met die opvoedingsprogram gebring is, dateer uit die periode 1803-1806. In die Onderwysordonnansie van Kommissaris J.A. de Mist moes daar in die sekondêre onderwysstelsel ook voorsiening gemaak word vir liggaamsoefeninge wat uit musiek, dans, skerm, perdry ens. bestaan het<sup>3)</sup>. Ook geniet die kwessie van onderwysersopleiding aandag, toe De Mist 'n Normalskool wou

- 
- 1) Kelder, J.C. Die historiese ontwikkeling van liggaamsoefeninge in die onderwysdepartemente. Verslag van die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir Liggaamlike opvoeding, 1945, p. 114.
  - 2) Jooste, M. Die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika, Deel I, Vigor. VII:3, (Junie 1954), p. 32.
  - 3) Malherbe, E.G. Education in South Africa 1652-1922, p. 50.

stig. Die idees van De Mist verteenwoordig duidelike spore van agtiende eeuse Rasionalisme<sup>1)</sup>, sodat verwag kan word dat, indien hy langer sou aanbly, inrigtings in ooreenstemming met Europese Filantropinums sou ontstaan<sup>2)</sup>.

Die periode hierna, asook die gedurende die periode van die eerste Superintendent-generaal (S.G.O.) Dr. Rose-Innes (1839-1859) en sy opvolger, Sir Langham Dale (1859-1892), kom geen liggaamsoefeninge in die program van die skole voor nie.

Die verbreiding van die Sweedse stelsel, spesifiek in die Kaapkolonie, was die gevolg van die belangrike bydrae van dr. Thomas Muir. Dr. Muir, 'n eertydse hoof van die Hoër-skool Glasgow, beklee die pos van S.G.O. in die Kaap van 1892-1915. Vanaf 1892 is liggaamsoefeninge in die skoolleerplanne van die Kaapkolonie opgeneem<sup>3)</sup>. Met behulp van vakansiekursusse wat reeds in 1893 'n aanvang neem, maak leerkragte met die Sweedse gimnastiek kennis. Hierdeur verbrei dit na verskeie skole, sodat in daardie jaar liggaamsoefeninge reeds in die leerplanne by skole in Uitenhage, Kingwilliamstown, Graaff-Reinet, Caltizdorp, Mosselbaai en George opgeneem is<sup>4)</sup>.

In hierdie periode is van oorsese onderwysers/esse gebruik gemaak. Leerkragte, veral uit Brittanje, het hierheen toegestroom soos uit Muir se aanstelling blyk. Dit was hierdie mense wat 'n bydrae in die verbreiding van die stelsel gelewer het. Damesinstruktrises uit Brittanje sou noodwendig kursusse in die Sweedse stelsel lei. Na die vakansiekursusse wat in 1893 'n aanvang neem, volg derglike kursusse en in 1895 is daar vier van die aard aangebied.

---

1) Malherbe, op. cit., p. 52.

2) Kelder, op. cit., p. 114.

3) Ibid., p. 115.

4) Ibid.

## 2. 1900-1936

Met behulp van vakansiekursusse wat nog tot 1908 aangebied is, gaan die verbreiding van die Sweedse stelsel in hierdie periode voort. Behalwe leerkragte wat so opgelei is, is onderwysers/esse nog steeds van oorsee, veral Brittanje, ingevoer.

Die leerplan van die "Board of Education" van Engeland wat in 1904 verskyn, sowel as die hersiene uitgawes van 1909, 1919 en 1933, dra ook by tot die verbreiding van die Sweedse gimnastiek. So vind Kelder<sup>1)</sup> dat in 1914 nog eens aanbeveel is dat die Engelse leerplan gevolg moes word.

In die beoefening van liggaamsoefeninge is gewoonweg van klasonderwysers gebruik gemaak, dog in 1909 was reeds nege of tien meisieskole van opgeleide dames wat gimnastiek aan leerlinge doseer het, voorsien<sup>2)</sup>. In die opsig was die liggaamsoefeninge vir seuns ver agter. Hierdie toedrag van sake duur tot die einde van hierdie periode, vanweë die feit dat doelbewuste opleiding vir mans aan 'n opleidingskollege eers vanaf 1936 aangebied is. Tog het vaklui van oorsee in enkele gevalle liggaamsoefeninge aan seuns gegee. So gee mnr. Britton wat in 1927 na Suid-Afrika kom, Sweedse gimnastiek aan seuns aan die Bischoep's skool. Mnr. Britton was voorheen verbonde aan die Britse leer alwaar hy 'n belangrike betrekking as instrukteur te Aldershot beklee het.

As gevolg van die feit dat seuns baie min liggaamsoefeninge geniet, moedig Muir ook die kadetbeweging aan. Daarom dat Muir<sup>3)</sup> in 1913 beweer "In it satisfactory provision is made for the suitable training of the boys physique". Dat die kadetbeweging waardevolle diens gelewer het, verdien erkenning,

---

1) Kelder, op. cit., p. 116.

2) Ibid.

3) Kaapse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1913, p. 15.

maar oor die noodsaaklikheid van Gesondheidsopvoeding meld M.C. Botha<sup>1)</sup> in sy verslag van 1932-33 dat sport en atletiek, waaraan slegs 'n klein persentasie van die leerlinge deelneem, en kadet-oefeninge nie as genoegsaam vir die doel beskou kan word nie.

In skole is "drill" dus deur seuns beoefen en, as gevolg van die gebrek aan opleiding van onderwysers, kon remedie-oefeninge nie gegee word nie. Die aanhaling "such remedial work is done in many of the best schools"<sup>2)</sup> dui heelwaarskynlik op die werk wat in skole vir dogters gedoen is.

Vordering wat verband met die vak hou en vermeld kan word, is mediese inspeksie wat in 1918 ingestel is, met dr. Karl Bremer as eerste inspekteur en die belangrike plek wat sport en spele in die buitemuurse program geniet<sup>3)</sup>.

As gevolg van die staking van vakansiekursusse in 1908 ontstaan 'n leemte in onderwysersopleiding. Hierdie leemte word in 1921 oorbrug toe met opleiding vir dames aan die Kaapstadse Opleidingskollege (Mowbray) begin is. Dit is aan hierdie inrigting waar mej. Margeret C. Black 'n belangrike rol speel in die opleiding van dames vir Suid-Afrikaanse toestande. In die opsig lewer sy 'n besondere bydrae in die verbreiding van die Sweedse gimnastiek.

Alhoewel in Suid-Afrika gebore, geniet mej. Black haar onderwys in Engeland en Skotland. Na sy haar onderwysersdiploma aan die "Liverpool Physical Training College" verwerf het, studeer sy aan Silkeborg in Denemarke waar sy ook met die Sweedse gimnastiek kennis maak. Na sy haar diploma in Silkeborg met lof verwerf het, sluit sy in 1916 by die Britse leer aan. Onder haar leiding presteer die dames en word hulle die

---

1) Kaapse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1932-33, p. 23.

2) Id. Verslag van die S.G.O., 1917, p. 7.

3) Id. Verslag van die S.G.O., 1911, p. 14.

eerste groep wat 'n vertoning op die Militêre toernooi in London lewer. By die geleentheid word onderhandelinge aangeknoop wat daarop uitloop dat sy in Junie 1921 aan die Kaap aangestel word. In 1936 besoek sy weer eens Silkeborg en inrigtings in Brittanje om nuwe metodes te bestudeer. Sy werk aan die Kaapstadse Op=leidingskollege tot in 1948 toe sy aftree.

Aanvanklik was toestande aan die inrigting nie ideaal nie, dog geleidelik het dit verbeter sodat dit vandag oor 'n goedtoegeruste gimnasium beskik wat na mej. Black vernoem is.

Die kursus wat tot 1936 gevolg is, het bestaan uit 'n eenjarige algemene opleiding, gevolg deur 'n tweejarige kursus in liggaamsoefeninge. Teen die einde van 1924 word besluit om ook 'n eenjarige kursus in te stel wat 'n beperkte mate van spesialisasie beoog het. Studente wat vir twee jaar in die vak opgelei is, kon in groter sekondêre en hoërskole gebruik word<sup>1)</sup>.

In 1931 word veranderings en byvoegings ten opsigte van kursusse in die Kaapprovinsie gedoen. So word melding gemaak van 'n tweejarige Primêre Onderwysertifikaat waarmee skool=gehou kon word, dog studente kon nog 'n jaar in onder andere heilgimnastiek spesialiseer en sodoende die Hoër Primêre Onderwysertifikaat verwerf<sup>2)</sup>.

### 3. 1936-1968

Na aanleiding van regeringsbelangstelling word hier= die periode deur vooruitgang op die vakgebied in Suid-Afrika gekenmerk. Belangstelling van regeringskant loop uit op die daarstelling, soos gesien sal word, van die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoeding (N.A.R.L.O) in 1937. Omdat

---

1) Kaapse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1925, p. 42.

2) Id. Verslag van die S.G.O., 1931, p. 8.

eenvormigheid in die vak 'n oogmerk van die Raad was, sou die leerstof groot ooreenkoms in die verskillende provinsies toon.

In hierdie periode, veral vanaf 1938 tot 1940, is verskeie gespesialiseerde leerkragte van oorsee ingevoer om 'n bydrae in die bevordering van die vak in Suid-Afrika te lewer. Van hierdie mense beklee vandag nog vername betrekkings aan van ons land se hoër opvoedkundige inrigtings. Beurse vir studie oorsee is ook aan Suid-Afrikaanse leerkragte beskikbaar gestel.

Wat die Kaapprovinsie betref, volg 'n belangrike stap in 1936 toe die vak in alle hoër- en sekondêre skole verpligtend gemaak is<sup>1)</sup>. 'n Verdere belangrike stap volg in 1938 toe mnr. H.J. Taylor vanaf die begin van daardie jaar as organiseerder van die vak aangestel is. Mnr. Taylor, van Engeland afkomstig, geniet sy opleiding onder andere ook aan die "Carnegie College of Physical Education" in 1934. Hy beklee die pos tot in 1963. Vanaf 1 April 1938 tot 31 Desember 1950 word mej. M. Logeman in 'n soortgelyke pos aangestel. Sy voltooi haar opleiding aan die "Dartford Physical Training College" in 1918. Vanaf daardie tyd tot op datum het die volgende persone ook as vakinspekteurs/trises diens gedoen.

| <u>Dames</u>  | <u>Tydperk</u>         | <u>Opleiding</u>                          |
|---------------|------------------------|-------------------------------------------|
| F.M. Maskew.  | 2.1.1946 tot 31.3.1962 | Kaapstadse Opleidingskollege, 1924.       |
| M.O. Lasbrey. | 1.1.1951 tot 31.12.51  | Dartford Physical Training College, 1946. |
| M. Warren.    | 1.1.1952 tot datum     | Dartford Physical Training College, 1943. |
| D.A. Windsor. | 1.1.1962 tot 30.6.65   | Kaapstadse Opleidingskollege, 1949.       |

---

1) Taylor, H.J. The administration and organisation of Physical Education in the Cape Province. Report of the first South African Congress for physical education, 1945, p. 179.

|                       |                       |                                                                                                             |
|-----------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| B.H. Fourie           | 1.1.1967 tot datum    | Universiteit van Stellenbosch (B.A.), 1961.                                                                 |
| <u>Mans</u>           |                       |                                                                                                             |
| E. Gredley.           | 1.1.1945 tot 31.12.45 | Dipl. Scottish School of Physical Education and Hygiene, 1937.                                              |
| I.. MacCallum, M.A.   | 1.1.1948 tot 19.5.52  | Dipl. Scottish School of Physical Education and Hygiene, 1936.                                              |
| J.J. Scoombee, B.A.   | 1.1.1954 tot datum    | H.P.L.O. Paarl Op= leidingskollege, 1938.<br>Dipl. Scottish School of Physical Education and Hygiene, 1950. |
| S. van Heerden, B.Sc. | 1.1.1964 tot 31.3.65  | Universiteit van Stellenbosch, 1944.                                                                        |
| H. McEwan.            | 1.7.1965 tot datum    | H.P.L.O. Paarl Op= leidingskollege, 1944.<br>Dipl. Scottish School of Physical Education and Hygiene, 1954. |

In April 1938 word groter skole versoek om voorkeur aan onderwysers met opleiding in liggaamlike opvoeding te gee, indien vakatures sou ontstaan. In Desember is alle skole, hoër, sekondêr- en laer versoek om ten minste 80 minute per week aan opvoedkundige en korrektiewe gimnastiek te wy, as byvoeging tot die buitemuurse sport en spele<sup>1)</sup>.

Die verbreiding van die Sweedse gimnastiek het steeds toegeneem deur middel van leerkragte wat ingevoer is en deur leerkragte aan opleidingskolleges opgelei. Verder ook nog deur die Britse leerplan van 1933 en die "Reference book of Gymnastics for boys". Verbreiding deur laasgenoemde neem af na die verskyning van die leerplanne deur die N.A.R.L.O. uitgegee.

---

1) Taylor, op. cit., p. 180.

In 1952 is in die Kaapland begin met 'n omvattende hersiening van leerplanne. Hierdie opset was in 1956 in volle swang en daaruit het later op nasionale vlak twee werke voortgevloei vir die gebruik in primêre skole.

In die sekondêre afdeling word die leerplanne (Senior Boek) van die N.A.R.L.O. nog gebruik, omdat daar gewag is vir die verskyning van die nuwe „Handboek vir Liggaamlike Opvoeding”. Dit is slegs as 'n beperkte handboek bruikbaar en die opstelling van 'n nuwe leerplan word beoog. Sedert Junie 1961 publiseer mnr. J.J. Schoombee, senior vakinspekteur, en mnr. C.A. Victor artikels in die kwartaalblad „Vigor” onder die titel "Liggaamlike Opvoeding op Skool vir Seuns", wat aan die leerkrag leiding en oefenstof verskaf. Voortspruitend hieruit verskyn in 1968 die werk met dieselfde titel en outeurs waarin 'n redelike beeld van die opset van die vak vir seuns in die provinsie verkry word. In 1960 publiseer H.E.K. McEwan die werk „Die les in Liggaamlike Opvoeding" wat vir sowel die student as onderwyser leerstof bied.

Wat onderwysersopleiding betref, dui hierdie periode ook vooruitgang aan. Die Paarlse Opleidingskollege was in 1936 die eerste inrigting wat 'n eenjarige voltydse kursus in liggaamlike opvoeding vir gekwalifiseerde mansonderwysers aangebied het<sup>1)</sup>. In daardie jaar is die kursus ook aan die Kaapstadse Opleidingskollege verander, toe onderwyseresse 'n tweejarige kursus in algemene onderwys moes neem, gevolg deur 'n eenjarige kursus in liggaamlike opvoeding. In 1941 word 'n soortgelyke kursus vir dames aan die Graaf-Reinetse Opleidingskollege ingestel.

Na die behoefte van opgeleide onderwysers in die laerskool, is vanaf Januarie 1939 omgesien. Vanaf daardie

---

1) Kaapse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1936 p. 16.

datum moes alle studente aan Departementele Opleidingskolleges vyf addisionele periodes binnemuurse liggaamlik opvoeding per week volg by die buitemuurse sport en spele wat beoefen is<sup>1)</sup>. Aan kolleges is toe voltydse mans- en damesdosente aangestel. Leerplanne vir die gebruik in die opleiding van onderwysers is in 1940, 1945, 1950, 1963 en 1968 uitgegee.

In die leerplan van 1950 word die kursusse wat gevolg kon word, soos volg uiteengesit: "Students who have passed the Primary Teachers' Higher Certificate (Physical Education) may qualify for a Diploma in Physical Education by successfully completing the one-year diploma course in Physical Education at Paarl (for men) and Cape Town (for women)"<sup>2)</sup>.

Die Primêre Onderwysdiploma van 1968 word beplan op 'n driejaarbasis met die feit in gedagte dat 'n vierde jaar van spesialisasie sal volg<sup>3)</sup>.

Aan sommige van die opleidingskolleges is in hierdie periode nog leerkragte aangestel wat van oorsee afkomstig was en met die Sweedse gimnastiek kennis gemaak het. In 1946 kom mej. I. Winton na Suid-Afrika en word aan die Grahamstadse Opleidingskollege aangestel, 'n pos wat sy tot 1964 bekleed. Sy maak kennis met die Sweedse gimnastiek aan die "Bedford Physical Training College" vanaf 1932 tot 1935. Mej. R. McCormick kom in 1951 uit Brittanje en werk aan die St. Cyprian's School" tot 1953 waarna sy aan die Kaapstadse Opleidingskollege aangestel word. Sy studeer te Silkeborg van 1937 tot 1940. Mej. J.M. Dugmore maak vanaf 1938 tot 1941 aan die "Chelsea College of Physical Education" kennis met die Sweedse gimnastiek. Vanaf 1958 is sy aan die Kaapstadse Opleidingskollege werksaam.

---

1) Taylor, op. cit., p. 180.

2) Cape of Good Hope, Department of Public Education. Courses for European teachers, 1950, p. 4-5.

3) Id. Sillabus vir die Primêre Onderwysdiploma in liggaamlike opvoeding (vroue), 1968, p. 1.

Die Universiteit van Stellenbosch doen baanbrekerswerk in Suid-Afrika toe die inrigting in 1937 die eerste Universiteit word wat opleiding in die vak aanbied. Dr. E. Joki stuur hierdie eenjarige sertifikaatkursus van stapel wat in 1938 gevolg word deur 'n driejarige diplomakursus onder departementshoofskap van dr. A. Obholzer. In 1940 volg 'n vierjarige graadkursus B.Ed.Phys. en vanaf 1941 kon 'n vervolg op die sertifikaatkursus gevolg word deur nog een jaar studie, naamlik die hoër sertifikaat in liggaamsopvoeding. In 1942 is die graad M.Ed.Phys ingestel en in 1943 is die diplomakursus afgeskaf<sup>1)</sup>.

Hoewel nie noodwendig toegepas nie, maak van die personeel van hierdie inrigting kennis met die Sweedse gimnastiek. Dr. D.H. Craven wat van 1947 die pos van departementshoof bekleed, geniet vanaf 1938 tot 1940 oorsese studies in Duitsland, Praag, Lund en Aldershot. In 1939 woon hy die Lingiade kongres te Stockholm by en volg twee kort kursusse onder Thulin. Dr. J.W. Postma studeer vanaf 1925 tot 1928 aan die "Academie voor Lichamelijke Opvoeding" in Amsterdam waar hy met die Sweedse stelsel as deel van sy opleiding kennis maak. In 1940 verhuis hy na Suid-Afrika en word aan die Universiteit aangestel. Ook mev. Postma wat aan die inrigting verbonde was, geniet haar opleiding aan die Academie in Amsterdam vanaf 1926 tot 1929. In 1941 word mnr. J.C. Kelder aan die Universiteit aangestel, nadat hy in 1939 na Suid-Afrika gekom het en aanvanklik aan enkele skole in Transvaal werksaam was. Sy opleiding geniet hy aan die „Kweekschool voor Lichamelijke Opvoeding" in Den Haag, vanaf 1930 tot 1934. In die tyd was die Sweedse gimnastiek reeds op die agtergrond geskuif, dog het hy insigte daaromtrent gekry. In sy militêre diens van 1934 geniet hy deeglike opleiding in die Sweedse gimnastiek. Ook is hy bekend met die werk van Dekker en Penders.

---

1) Smith, op. cit., p. 88.

Vanaf 1945 is dit ook die Universiteit van Grahamstad wat opleiding in die vak aanbied. Aanvanklik is die volgende kursusse aangebied:<sup>1)</sup>

1. 'n eenjarige inleidingskursus in liggaamlike opvoeding wat deur enige B.A.- of B.Sc.-student gevolg kon word;
2. 'n eenjarige diplomakursus vir gekwalifiseerde onderwysers of vir gegradueerdes met of sonder die Universiteitsonderwysdiploma;
3. liggaamlike opvoeding as 'n vaardigheid vir die Universiteitsonderwysdiploma.

Tans kan studente liggaamlike opvoeding as 'n hoofvak vir die B.A.-graad neem.

As eerste hoof van die departement, is prof. E.E. Locke aangestel, wat vandag nog die pos beklee. Hy geniet onder andere opleiding aan die "Loughborough College of Physical Education" in Engeland vanaf 1938 tot 1940. Hier maak hy kennis met die Sweedse gimnastiek soos dit in 'n gewysigde vorm aangebied is. Ook mnr. J.T. Powell wat aan die inrigting verbonde was, geniet sy studies aan die Loughborough College.

## B. Natal

### 1. 1835-1900

Alhoewel die eerste spore van doelbewuste opvoeding onder blanke beheer sover terug as 1835 dateer, kom die eerste moontlike spore van die vak eers teen 1859 voor<sup>2)</sup>. Hierna is daar wel definitiewe spore van liggaamsoefeninge te bespeur<sup>3)</sup>, maar dit hou geen verband met die verbreiding van die Sweedse gimnastiek nie.

Met die onderwyswetgewing van 1877 is alle bestaande skole onder die beheer van die Raad van Onderwys geplaas.

- 
- 1) Locke, E. Physical Education at Rhodes University College. Vigor II:4, (Sept. 1949), p. 52-53.
  - 2) Jooste, op. cit., p. 33.
  - 3) Steenkamp, L.S. Onderwys vir blankes in Natal (1824-1940), p. 102.

Die kursus aan Primêre skole het ook sover moontlik vir liggaamsoefeninge voorsiening gemaak<sup>1)</sup>. Daar kan verwag word dat die Sweedse gimnastiek van nou af geleidelik sy toetrede in die provinsie sou maak, omdat veral leerkragte van Skotland en Engeland ingevoer is. Dit is teen hierdie tyd dat die Sweedse gimnastiek sy invloed in Engeland laat geld het.

## 2. 1900-1936

Aan die begin van die twintigste eeu word vakansiekursusse in Sweedse "drill" gereël<sup>2)</sup>. Hierdie kursusse moes deur goed opgeleide instrukteurs, waarskynlik uit Engeland, aangebied gewees het en sou moontlik meestal deur dames bygewoon word.

Sedert 1904 is dames in Pietermaritzburg en Durban vir die derdeklassertifikaat opgelei. Hierdie kursusse word in 1908 gestaak toe met die Natalse Opleidingskollege in Pietermaritzburg 'n begin gemaak is. In 1912 word 'n spesiale leerkrag aan die inrigting sowel as aan die meisieskole van die twee groot stede aangestel<sup>3)</sup>. Hierdie stap lewer 'n groot bydrae in die verbreiding van die Sweedse gimnastiek en om die opleiding van dames aan te help, word die opleidingskollege in 1914 van 'n gimnasium voorsien<sup>4)</sup>.

Die opleiding van mans in liggaamsoefeninge vergelyk ongunstig met die van dames. In 1913 word gepoog om 'n kursus in Sweedse gimnastiek vir mans aan te bied, dog die reaksie van die onderwysers was so swak dat die kursus nooit sy bestaan kon vind nie<sup>5)</sup>.

---

1) Steenkamp, op. cit., p. 102.

2) Kelder, op. cit., p. 117.

3) Natalse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1912, p. 13.

4) Id. Verslag van die S.G.O., 1914, p. 12.

5) Id. Verslag van die S.G.O., 1913, p. 13.

Dit is soos in die geval van die Kaapprovinsie weer die liggaamsoefeninge van die seun wat aan die kortste ent trek. Dit laat die S.G.O. in sy verslag van 1913 sê: "In the case of boys however, the situation is unfortunately far from satisfactory"<sup>1)</sup>. Die afskaffing van die kadetbeweging in 1912 dra nog verder by tot die fisieke verval van die seun. Hierdie toedrag van sake laat die S.G.O. in 1913 die aanbeveling doen: "A syllabus drawn up either by the Education Department or by the Militia authorities, and the enlistment of the assistance of Cadet officers would help to provide the physical training of which our boys stand in need"<sup>2)</sup>.

Die saak van liggaamsoefeninge geniet tog aandag, want in 1914 is 'n instrukteur besig om met die liggaamsoefeninge van die seuns te help. Weer geniet die vak vir die dogter meer aandag toe dieselfde tyd vier instruktrises werk=saam was.

In 1917 word weer 'n kragtige pleidooi vir liggaamsoefeninge gelewer. Sake het egter nie veel verander nie en behalwe sport en spele, wat goed georganiseer was, was die liggaamsoefeninge, behalwe in die geval van die dogter, be=treurenswaardig. Die owerheid was hiervan bewus en besef die noodsaaklikheid van die vak, want in die begin van die dertiger=jare word op die swak houdings wat by seuns as gevolg van gebrek aan oefeninge voorkom, gewys. Gevolglik word in 1932 gepleit vir die wenslikheid van 'n organiserende instrukteur wat demon=strasies kan gee en toesig oor die vak kan uitoefen<sup>3)</sup>.

'n Ligpunt in die periode is die begin wat in 1917 met die aparte onderrig van agterlike en liggaamlike afwykende kinders gemaak is. Voortvloeiend hieruit ontstaan die soge=naamde opelug skool in 1921 wat in Durban opgerig is<sup>4)</sup>. In

---

1) Natalse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1913, p. 13.

2) Ibid.

3) Id. Verslag van die S.G.O., 1932, p. 23.

4) Jooste, op. cit., p. 34.

die behandeling van die kinders moes die Sweedse gimnastiek 'n belangrike rol speel.

Die verbreiding van die Sweedse gimnastiek gaan voort met behulp van die opleiding van onderwysers. Vakansiekursusse dra ook nog blykbaar sy deel by, want in 1933 nog word die mening uitgespreek dat sulke kursusse nuttig sou wees vir onderwysers/esse in afgeleë plekke. Leerkragte van oorsee laat die stelsel ook verbrei, want teen 1911 was die helfte van leerkragte aan Goewermentskole van oorsee afkomstig. Die leerplanne van Engeland dra in die opsig ook grootliks by, want die leerplan wat in 1933 verskyn, is in 1934 na alle staatskole in die provinsie gestuur<sup>1)</sup>.

### 3. 1936-1968

Die betoog om die vak sy regmatige plek in die skoolprogram te gee, het in hierdie periode voortgegaan. In 1936 word nog eens vir die aanstelling van 'n organiseerder wat ook by die opleidingskollege behulpsaam moes wees, gepleit. Hierdie ywer wat aan die dag gelê is, werp vrugte af toe 'n spesiale pos geskep is en mnr. E. Braham van Engeland aan die begin van 1939 die pos van organiseerder aanvaar<sup>2)</sup>. Hierdie aanstelling val saam met die N.A.R.L.O. se veldtog vir verbeterde gesondheid in die Unie, asook met die toer van Niels Bukh se Deense gimnaste. Op daardie stadium was dit nog die liggaamlike opvoeding van die seun wat veel te wense oorgelaat het, want die houding van die seuns lok ongunstige kritiek uit<sup>3)</sup>. Daarom dat hoë verwagtings van mnr. Braham gekoester is, wat met behulp van vakansiekursusse en die keuse van manstudente vir spesiale opleidingskursusse sou bydra om veral die liggaamsopvoeding van die seun te bevorder. Mnr. Braham lewer dan ook 'n waardevolle bydrae, ook in die samestelling van die

---

1) Natalse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1934, p. 23.

2) Id. Verslag van die S.G.O., 1938-39, p. 11.

3) Ibid.

leerplanne van die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap. Om op hoogte met die ontwikkeling van die vak te bly, besoek hy Engeland in 1955 vir 'n kursus in Opvoedkundige gimnastiek, dog teen daardie tyd het die Sweedse gimnastiek, soos dit oorspronklik toegepas is, reeds verdwyn.

Na 1939 toon die vak vooruitgang sodat in 1945 berig kon word dat 90 minute per week vir die vak toegestaan is<sup>1)</sup>. Fasiliteite was ook besig om te verbeter<sup>2)</sup>. Op daardie stadium is hoofsaaklik van die leerplanne van die N.A.R.L.O., wat toe reeds verskyn het, gebruik gemaak.

Tot 1950 maak die vak steeds vordering. In laerskole is dit verpligtend en 90 minute per week word steeds gehandhaaf. In sekondêre- en hoërskole was dit nog nie verpligtend nie en is die insluiting in die rooster aan die oordeel van hoofde oorgelaat. Dit geniet wel veel aandag, want 85% van die skole het tussen 80 en 90 minute per week aan liggaamlike opvoeding bestee<sup>3)</sup>. Wat die werk betref, is 'n minimum vir elke kwartaal beplan waarin 'n goeie standaard verwag is. Daar is beplan dat die werk wat in die lesse gegee is, verband met buitemuurse aktiwiteite moes hou.

Na die behoefte wat gevoel is, word daar in 1953 'n leerplan vir standerd I tot VIII uitgegee. Die tabelle is saamgestel om as leidraad vir leerkragte te dien en om 'n minimum standaard van afrigting te verskaf<sup>4)</sup>.

Tans bestaan daar leergange vir hoërskoolseuns. Die leergange vir die laerskool is opgestel sodat dit gewysig kan

- 
- 1) Braham, E. The organisation of Physical Education in Natal. Report of the first South African congress for physical education, 1945, p. 176.
  - 2) Ibid.
  - 3) Id. Physical Education in Natal, Report of the second South African congress for physical education, 1950, p.63.
  - 4) Natalse Onderwysdepartement, Leerplan vir Liggaamlike opvoeding, 1953, p. 1.

word na gelang van die ondervinding van die leerkragte. Vir dogters in die hoërskool is onderwyseresse geregtig om hulle eie skemas op te stel om aan te pas by hul opleiding en fasiliteite. Hierdie skemas is onderhewig aan goedkeuring deur die Departement van Onderwys.

Vir die opleiding van onderwysers/esse is dit nog die Opleidingskollege wat 'n belangrike rol speel. In 1945 word berig dat dit ook die Universiteit is wat leerkragte oplei. Die studente wat hul opleiding aan die onderwyskollege kry, was byna uitsluitlik dames wat 'n tweejarige kursus volg<sup>1)</sup>. In 1950 was toestande nog soortgelyk. As gevolg van die beperkte aantal manstudente aan die kollege is daar nog nie 'n dosent vir mans aangestel nie. In daardie jaar is daar ook 'n eenjarige kursus in die vak vir dames ingestel. Weens heersende omstandighede moes onderwysers/esse ook akademiese werk op skool gee. Daarom dat Braham<sup>2)</sup> beweer "This one year Physical Training Course added to an academic training is the most useful combination for our staffing". Intussen lei die Durbanse Onderwyskollege ook studente in die vak op.

### C. Transvaal

#### 1. 1850-1900

As gevolg van die geleidelike bevolkingsverbreiding vanaf die Suide word spore van liggaamsoefeninge nie op so 'n vroeë stadium in die provinsie gevind nie. Gedurende die Groot Trek is liggaamlike aktiwiteite op informele wyse beoefen. Die program het aktiwiteite soos perdry en jag ingesluit. Die Voortrekkers het nie eens die gedagte gekoester om liggaamsoefeninge in die program te voeg nie, want die daaglikse arbeid het genoeg oefening aan die jeug verskaf om hulle liggame te ontwikkel.

---

1) Braham, E. The organisation of Physical Education in Natal. Report of the first South African congress of physical education, 1945, p. 176.

2) Id. Physical Education in Natal. Report of the second South African congress for physical education, 1950, p. G3.

In die eerste spore van gewone onderwys in 1851 met die koms van die leerkragte J.W. Spruyt, W. Poen en H. van der Linden is liggaamsoefeninge nie in die leerplan opgeneem nie. Vermelding verdien Van der Linden se voorstel oor die reëling van onderwys, want volgens artikels 9 en 10 van die reglement moet die onderwyser sorg vir die rein- en sindelikheid van die kinders op skool<sup>1)</sup>.

Die eerste keer dat liggaamsoefeninge in die Transvaalse onderwys genoem word, is in 1874 met die verskyning van die onderwyswet van President Burgers. In die leerplan vir die meer uitgebreide laeronderwys word melding van gimnastiek gemaak. Die eerste spore van onderwysersopleiding is ook in die wet vervat. In die opleidingskursus vir die O<sub>2</sub> en O<sub>1</sub> sertifikaat word gemeld dat die persoon oor genoegsame teoretiese kennis en praktiese bedrewenheid in nuttige liggaamsoefeninge moet beskik<sup>2)</sup>. President Burgers was sy tyd ver vooruit in vergelyking met heersende toestande in die land, daarom sou dit vir die saak van die vak soveel beteken het as hom die geleentheid gegun kon word om die wet deur te voer. Tot op hierdie stadium en daarna is spore van die Sweedse gimnastiek glad nie te vinde nie.

Vanaf 1874 tot 1900 vind Jooste<sup>3)</sup> geen tekens van liggaamsoefeninge of aanverwante vakke nie, behalwe dat die onderwyswet van Mansveldt in 1882 bepaal dat gesondheidsleer in hoër meisieskole doseer moes word. Kelder<sup>4)</sup> vind egter dat na aanleiding van afkortings agter die name van sommige onderwysers sekeres kwalifikasies in die vak gehad het.

---

1) Coetzee, J.C. Onderwys in Transvaal (1838-1937), p. 20-1.

2) Kilian, H. de V. 'n Histories-kritiese ondersoek na die onderrig van atletiek vir seuns in Transvaal, p. 66.

3) Jooste, M. Die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika, Deel II, Vigor VII:4, (Sept. 1954), p. 72.

4) Kelder, op. cit., p. 119.

## 2. 1900-1936

Die Sweedse gimnastiek maak sy verskyning aan die begin van hierdie periode toe in 1902 ongeveer 200 leerkragte uit alle dele van die Britse Ryk ingevoer is. Onder Sargant as Direkteur van Onderwys kan 'n mens verwag dat "sports en drill" in die sogenaamde kampskole sou wortel skiet<sup>1)</sup>. In die verbreiding van die stelsel is dit weer eens Brittanje wat 'n groot rol speel. Leerkragte en hoofde aan stedelike hoërskole was meestal uit Engeland afkomstig.

Die begin van hierdie periode kenmerk 'n snelle verbreiding van die Sweedse gimnastiek. In die nuwe onderwysstelsel van 1903 word liggaamsoefeninge in die leerplan gemeld, terwyl in die inspekteursrapport oor die Pretoria Girls' High School in daardie jaar verklaar word dat "Physical Culture" voortaan uitgebrei sal word<sup>2)</sup>. In 1903 is daar reeds in 252 skole aan 18,828 leerlinge liggaamsoefeninge gegee<sup>3)</sup>. Met behulp van vakansiekursusse verbrei die stelsel ook. In die onderwysordonnansie van 1903 word aanbeveel dat klasonderwysers gereeld sulke kursusse moet bywoon ten einde meer bevoeg te wees om hierdie vername onderdeel van die skool-kurrikulum tot sy reg te laat kom<sup>4)</sup>.

Die verbreiding van die Sweedse gimnastiek word verder gerugsteun deur die Engelse leerplan wat in 1904 verskyn. Inspekteur Purves van die Rustenburgse kring beveel aan dat elke onderwyser van so 'n kopie voorsien moet word<sup>5)</sup>. Hierdie werk het 'n groot rol in die ontwikkelingsgeskiedenis van die vak vir die volgende dertig jaar gespeel, want ook die hersiene

---

1) Kelder, op. cit., p. 119.

2) Kilian, op. cit., p. 80.

3) Kelder, op. cit., p. 119.

4) Van der Merwe, 'n Histories-kritiese ondersoek na die leerplan in liggaamlike opvoeding, p. 40-1.

5) Kilian, op. cit., p. 82.

uitgawes het as uitgangspunt van alle liggaamsoefeninge wat in Transvaal gegee is, gedien.

In 1906 kry Transvaal selfbestuur met Generaal J.C. Smuts as koloniale sekretaris en Minister van Onderwys. Sy onderwyswet van 1907 bepaal dat onderrig in die laerskool gegee moes word in gesondheidsbegrippe en liggaamsontwikkeling en algemene gimnastieke oefeninge<sup>1)</sup>. Hiermee moet nie aange= neem word dat die vak slegs in laerskole beoefen is nie, want leergange van laer- en hoëronderwys moes sover moontlik aan= eenlopend wees. Die wet het 'n belangrike bydrae vir die bevordering van die vak gelewer en hierna sou die vak in alle skole beoefen moes word en daardeur die verbreiding van die Sweedse stelsel by monde van die leerplanne uit Engeland, aan= help.

Kelder<sup>2)</sup> meld dat liggaamsoefeninge in die 1906-leer= plan van die Normaalkollege voorkom. Later is by die Onder= wyskolleges van Pretoria, Potchefstroom, Heidelberg en Johan= nesburg aansienlike tyd aan liggaamsoefeninge bestee.

In die jaar 1912 volg twee belangrike stappe toe mediese inspeksie onder leiding van dr. C.L. Leipoldt ingestel is en mnr. Collard die eerste organiseerder vir die vak word.

Alhoewel Collard alles in sy vermoë doen om die vak te bevorder, wil dit voorkom of die vak in hierdie periode nie tot sy reg gekom het nie. Dit is veral die geval op die platteland. In 1913 meld mnr. J.L. Moerdijk van die Noord= westelike kring "Physical Exercises are neglected to the great injury of the physical and moral development of the pupils"<sup>3)</sup>.

---

1) Coetzee, op. cit., p. 106.

2) Kelder, op. cit., p. 119.

3) Transvaalse Onderwysdepartement, Verslag van die Direkteur, 1913, p. 120.

Sulke ongunstige rapporte kom tot aan die einde van die periode gereeld voor, sodat die Direkteur in sy verslag van 1935 sê: „As Transvaal tred wil hou met die tye moet onderrig in liggaamsoefeninge in groot letters op die onderwysprogram geskryf staan - wat nie op die oomblik die geval is nie"<sup>1)</sup>. Hierdie ontugtering lei daartoe dat die waarde van liggaamsopvoeding opnuut besef is. Dit loop daarop uit dat drie rondreisende instrukteurs in daardie jaar aangestel is om die posisie in die plattelandse skole te verbeter. In 1935 meld die Direkteur in sy verslag dat die aanstelling van twee instrukteurs, 'n man en 'n dame, aan elk van die vier Normaalkolleges dit moontlik sal maak om studente op te lei en om toesig te hou oor die onderrig van die vak in 'n beperkte aantal skole en om dit te verbeter<sup>2)</sup>.

Alhoewel die vak op skool nie na wense verloop het nie, gaan dit in enkele skole goed en verbrei die Sweedse stelsel nog deur mense wat oorsee opgelei is. So is mej. M. Theiler vanaf 1924 tot 1951 aan die Jeppe High School for Girls werkzaam. In haar studies in Engeland maak sy kennis met die Sweedse gimnastiek, onder andere aan die "Anstey College of Physical Education" vanaf 1919 tot 1922. Mej. P. Carden (tans mev. Holland) studeer vanaf 1920 tot 1923 aan die "Anstey College of Physical Education" in Engeland. Daarbenewens volg sy ook 'n kursus in Swede waar sy met die Sweedse gimnastiek kennis maak. Sy werk van 1923 tot 1924 aan die Johannesburg High School for Girls en vanaf 1926 tot 1940 as dosente aan die Johannesburgse Onderwyskollege.

In 1930 gee die Transvaalse Onderwysdepartement (T.O.D.) die werk „Liggamsoefeninge terme wat gebruik moet word" uit. Hierdie werk is in ooreenstemming met die Engelse leerplan van 1919 opgestel. Dit sou ook sy deel in die verbreiding van die stelsel bydra.

---

1) Transvaalse Onderwysdepartement, Verslag van die Direkteur, 1935, p. 20.

2) Ibid., p. 19-20.

### 3. 1936-1968

Aan die einde van die vorige periode begin die vak vorm aanneem. Hierop word voortgebou deurdat verskeie spesialiste vir die vak van oorsese ingevoer is om die tekort aan opgeleide instruksors aan te vul. In die opsig beperk die T.O.D. sy keuse nie tot 'n bepaalde land nie; gevolglik is 'n verskeidenheid stelsels in die daaropvolgende jare gevolg. Die idee was dat hierdie mense mettertyd aan Transvaalse toestande sou gewoond raak om sodoende later 'n bydrae te lewer in die samestelling van 'n leerplan wat by omstandighede van die provinsie sou aanpas<sup>1)</sup>. Hierdie beoogde leerplan het nie die lig gesien nie, omdat later besluit is om te wag vir die leerplanne van die N.A.R.L.O., wat na hul verskyning gevolg is.

Daar is verder beoog om vanaf die begin van 1939 die volgende betrekkings in die vak aan hoërskole te skep<sup>2)</sup>.

- |                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Hoërskole met 'n voltydse spesialiteit-onderwyser op die vaste personeel ..... | 10 |
| 2.a. Hoërskole wat deur besoekende spesialiteit-onderwysers bedien word .....     | 30 |
| b. Ander skole wat ook deur besoekende spesialiteit-onderwysers bedien word ..... | 66 |

In die aanstelling van die onderwysers gaan die T.O.D. versigtig te werk. Die beleid was om liewers te wag op geskikte onderwysers. Die gevolg was dat dit 'n geruime tyd sou duur voordat genoemde poste gevul sou wees. Om die probleem so spoedig moontlik op te los, stel die administrasie in 1938 vier beurse beskikbaar vir oorsese studie. Twee mans en twee dames is uit applikante gekies om 'n driejarige kursus in die buiteland te volg.

---

1) Transvaalse Onderwysdepartement, Verslag van die Direkteur, 1938, p. 32.

2) Ibid.

Vordering is in die daaropvolgende paar jaar gemaak, sodat die Direkteur in 1940 kon meld dat 32 poste vir voltydse instrukteurs geskep is, waarvan 29 reeds gevul was<sup>1)</sup>.

Uit voorafgaande blyk dit dat verskillende stelsels hierheen verbrei. Gevalle kom nog voor van mense wat van oorsee hierheen kom of in die buiteland gaan studeer en sodoende in 'n geringe mate nog tot die verbreiding van die Sweedse gimnastiek bydra. So studeer mej. J.M. Dugmore vanaf 1938 tot 1941 aan die "Chelsea College of Physical Education" waar sy opleiding in die Sweedse gimnastiek geniet. Vanaf 1943 tot 1947 is sy werksaam aan die Girls' High School in Johannesburg. In 1935 kom mnr. A.P. Rutgers uit Nederland om aan verskeie opvoedkundige inrigtings te werk. Opleiding in die Sweedse gimnastiek geniet hy aan die „Utrechse Opleidingsinstituut vir Liggaamlike Opvoeding".

Die vak vorder nog 'n stap verder toe mnr. Matt Maré in 1949 as opsiener aangestel word. Hy bedank na 'n jaar se diens. Hierdie pos word later verander na die van „Adviseur in Liggaamlike Opvoeding" wat in 1954 deur mnr. H. v. N. de Vos gevul word. Hierna is ook ander vakinspekteurs aangestel waaronder mnr. H. Ahrens in 1957 wat 'n merkbare groot bydrae in die vak in Suid-Afrika lewer. Mnr. Ahrens het sy opleiding aan die Universiteit van Göttingen in Duitsland geniet.

Sedert 1954 ondervind die vak 'n opbloei in die provinsie danksy die bydrae van die adviseurs. Hierdie bydrae word in die vorm van kursusse, vervaardiging van films, publikasies van artikels in „Vigor" en die uitgee van pamflette, gelewer. Die eerste amptelike leerplanne verskyn in 1961. In 1968 is 'n komitee saamgestel vir die hersiening van die leerplan vir teuns. Omdat die komitee van Onderwys hoofde

---

1) Transvaalse Onderwysdepartement, Verslag van die Direkteur, 1940, p. 21.

'n komitee saamgestel het vir 'n kernsillabus vir seuns, staan die werk tans oor tot die kernsillabus gefinaliseer is, waarna die nodige aanpassings gemaak sal word.

Die opleiding van onderwysers aan opleidingskolleges geniet in hierdie periode veel aandag. In 1938 word besluit om 'n spesiale eenjarige kursus in die vak aan Heidelberg in te stel. Vanaf 1936 was daar toe reeds voltydse dosente vir die vak aan Potchefstroom vir mans en in Johannesburg vir dames werkzaam. In 1940 volg 'n meer spesiale eenjarige kursus te Johannesburg vir mans en dames en te Pretoria vir dames en te Heidelberg vir mans. In 1943 is 'n derglike kursus ook vir mans te Potchefstroom aangebied<sup>1)</sup>. Later is 'n tweejarige spesialiseringkursus, bekend as die „Transvaalse Onderwysdiploma met spesialisering in Liggaamlike Opvoeding" aan al vier kolleges ingestel. In 1966 word kursusse gesentraliseer en na vier jaar verleng. Die Middelbare Spesialiseringkursus in Liggaamlike Opvoeding is aan die Goudstadse Onderwyskollege toegeken. Ander kolleges behou die semi-spesialiseringkursus in Liggaamlike Opvoeding vir die Senior Primêre en Junior Primêre kursusse.

Aan die onderwyskolleges is verskeie dosente aangesel wat 'n deeglike kennis van die Sweedse gimnastiek oorsee opgedoen het. Mej. B. Hull (mev. Bronkhorst) was aan Potchefstroom (1937-1938), Heidelberg (1940-1942) en Pretoria (1945-1946) werkzaam. Opleiding in die Sweedse gimnastiek geniet sy aan Silkeborg, Denemarke vanaf 1934 tot 1937.

Mej. Emmie Hartmann studeer ook te Silkeborg vanaf 1936 tot 1938 en loop 'n kursus onder Niels Bukh<sup>2)</sup> te Ollerup in 1937 asook een onder majoor J.G. Thulin te Lund in 1938. Vanaf September 1939 tot Desember 1948 was sy aan die Potchefstroomse Onderwyskollege werkzaam.

---

1) Smith, op. cit., p. 94.

Mej. Karen Junker, dogter van R.H. Junker, hoof van Silkeborg, was in 1938/39 ook aan die Potchefstroomse Onderwyskollege verbonde.

Van die Universiteite in Transvaal is dit die Potchefstroomse Universiteit wat eerste begin het met opleiding in die vak. Hoewel studente sedert 1936 reeds in die Universiteitsonderwysdiploma liggaamlike opvoeding as 'n praktiese vak kon kies, meld Smith<sup>1)</sup> dat vanaf 1936 tot 1944 die vak maar 'n geringe plek in die leerprogram van die Universiteit ingeneem het. Vanaf 1942 is 'n akademiese kursus ingestel wat onder die Departement van Opvoedkunde ressorteer en as 'n eenjarige B.A.-kursus goedgekeur is. Tot 1944 is bogenoemde kursus deur dosente van die plaaslike Onderwyskollege waargeneem. Eers in 1945 kry die vak volle erkenning toe dit as hoofvak vir die B.Sc.-graad ingestel is. Vanaf 1947 word die B.P.Ed.-graad deur die Potchefstroomse Universiteitskollege aangebied. Met sy selfstandigwording in 1951 het die Universiteit die B.P.Ed.-graad met geringe wysigings behou<sup>2)</sup>. Hierdie kursus het oor vier jaar gestrek. Tans kan die vak as hoofvak vir die graad B.A. of B.Sc. geneem word.

As eerste hoof van die Departement, wat dit tans nog beklee, is professor D.P.J. Smith aangestel. Met 'n beurs deur die T.O.D. in 1938 toegeken, studeer hy aan die „Reichsakademie für Leibesübungen" in Berlyn en besoek as gasstudent ook die „Akademie voor Lichamelijke Opvoeding" in Amsterdam. In 1939 word hy na die Lingiade Kongres in Stockholm uitgenooi, dog kon dit weens omstandighede nie bywoon nie. In hierdie studies maak hy nie kennis met die Sweedse gimnastiek nie, dog met behulp van handboeke oor die onderwerp het hy 'n deeglike kennis van die stelsel opgedoen.

---

1) Smith, D.P.J. Liggaamlike Opvoeding aan die Potchefstroomse Universiteit. Vigor IV:4, (September 1951), bylaag.

2) Ibid.

Vanaf Januarie 1947 kry die Universiteit van Pretoria 'n selfstandige departement vir liggaamlike<sup>ke</sup> opvoeding onder die vleuel van die Fakulteit van Opvoedkunde. Aanvanklik is 'n vierjarige professionele graadkursus bekend as B.Ed.Phys. ingestel. Hierdie graad het agtereenvolgens toelating tot die grade M.Ed.Phys en D.Ed.Phys. verleen<sup>1)</sup>. Hierdie kursus is later verander en kon liggaamlike opvoeding as hoofvak vir graaddoeleindes gevolg word. Prof. Claude Smit is as die eerste hoof van die departement aangestel. Prof. Smit het 'n belangrike bydrae in die ontwikkeling van die vak sedert die dertigerjare in Suid-Afrika gelewer. In die jare 1937/38 besoek hy Duitsland waar hy aan die „Reichsakademie für Leibesübungen" studeer. Gedurende hierdie oorsese studies het hy ook 'n kort kursus onder Niels Bukh te Ollerup in Denemarke deurloop. In hierdie studies het hy egter nie met die Sweedse gimnastiek kennis gemaak nie. Hy maak wel kennis met die Sweedse gimnastiek deur die kontak wat hy met persone gehad het, wat aan die Kaapstadse Opleidingskollege (Mowbray) opgelei is. Om sy kennis van die stelsel uit te brei, het hy getrag om 'n kursus aan laasgenoemde inrigting te volg. Omdat dit 'n instelling uitsluitlik vir dames was, kon hierdie onderneming nie deurgevoer word nie. Aan die begin van die sestigerjare besoek prof. Smit Duitsland en Engeland vir navorsingswerk. Mev. Denna Smit, wat as lektrese aan die Universiteit diens gedoen het, het ook oorsese studies geniet. In haar studies van 1937/38 o.a. ook aan die Universiteit van Berlyn het sy egter nie met die Sweedse gimnastiek kennis gemaak nie. In 1947 word mnr. K.A. Schrecker as senior lektor aan die Universiteit aangestel en beklee die pos tot in 1966. Mnr. Schrecker het in 1939 uit Duitsland na Suid-Afrika gekom. Hy studeer aan die Universiteit van Greifswald, die Onderwyssseminaar te Stettin en aan die Ryksakademie in Berlyn. In hierdie studies maak hy nie kennis met die Sweedse gimnastiek

---

1) Anon. Liggaamlike opvoeding aan die Universiteit van Pretoria. Vigor II:1, (Desember 1948), bylaag.

nie, maar wel deur werke oor die Sweedse gimnastiek, waaronder die van Thulin, wat hy deeglik bestudeer het.

Na die toer van die Switserse gymnaste deur Suid-Afrika in 1948 word mej. Gertrud Oertli, een van die spanlede, as lektrese aan die Universiteit aangestel.

#### D. Oranje-Vrystaat

##### 1. 1850-1900

Die vroeë geskiedenis van die Vrystaat is nou verwant aan die van Transvaal en Natal. Probleme met die onderwys sou bykans soortgelyk wees. Toestande was nie gunstig nie en pogings is aangewend om dit te verbeter, soos blyk uit die Hollandse onderwysers wat in 1849 met die toedoen van Andrew Murray na die provinsie gekom het<sup>1)</sup>.

Na die provinsie in 1854 soewerein geword het, wil dit blyk of hierdie ongunstige omstandighede in die onderwys bly voortduur het. Die toedrag van sake vind Sir George Grey ook in 1855 toe hy Bloemfontein as hoë kommissaris besoek. Om die saak van onderwys te verbeter, stel hy 'n bedrag van £2000 beskikbaar vir die stigting van 'n skool in Bloemfontein. Hierdie skool sou later die Universiteit van die Oranje-Vrystaat word. In die begin maak die leergange geen melding van liggaamsoefeninge nie<sup>2)</sup>.

Dit is eers in 1872 dat die Volksraad die onderwyswet deurvoer. Die leerplan wat aan Grey Kollege en die Normaal-skool gevolg is, het ook gimnastiek ingesluit<sup>3)</sup>. In distrik-skole moes die vakke wat aan genoemde inrigtings gedoseer is, ook gegee word, behalwe waar die inspekteur anders dink. In

---

1) Malherbe, op. cit., p. 353.

2) Ibid., p. 354-7.

3) Ibid., p. 361.

die leerplan van wykskole kom geen liggaamsoefeninge voor nie.

Hierdie wet het blykbaar eers in 1874 in werking getree toe dit deur die toedoen van eerw. John Brebner, as Inspekteur van Onderwys, van stapel gestuur is. In 'n brief van dr. Brebner wat op 12 Augustus 1876 geskryf is, gee hy 'n beskrywing van inspeksiemetodes wat gevolg moet word. Hierin word melding gemaak van gimnastiek as eksamenvak. 'n Bedrag van 2/6 is aan 'n onderwyser betaal vir elke leerling wat in 6f naaldwerk 6f teken 6f gimnastiek 6f houtwerk geslaag het<sup>1)</sup>. In die opsig was die Vrystaat die ander provinsies of republieke ver voor. Volgens Jooste<sup>2)</sup> is dit moontlik dat die Vrystaat in die verband die Britse Ryk en moontlik sekere Europese state ook vooruit was.

Bewyse of die Sweedse gimnastiek in die verband enige vorm van verbreiding toon, bestaan nie.

## 2. 1900-1936

Die verbreiding van die Sweedse gimnastiek aan die begin van die periode staan in noue verband met die verbreiding van die stelsel in Transvaal. Tot in Julie 1903 het die onderwysadministrasie in die Transvaal en die Oranje Rivier Kolonie (O.R.K.) onder een hoof, mnr. Sargant as Direkteur van Onderwys, geressorteer<sup>3)</sup>. Die ongeveer 200 leerkragte wat in 1902 uit alle dele van die Britse Ryk ingevoer is, sou ook "Sports en drill" in die Kampskole van die provinsie beoefen het. In Julie 1903 kom hierdie gesamentlike kontrole van onderwys in die twee kolonies tot 'n end toe mnr. Hugh Gunn as "Acting Assistant Director of Education" van die O.R.K. aangestel word. In 1904 word hy bevorder tot Direkteur van Onderwys<sup>4)</sup>.

---

1) Malherbe, op. cit., p. 372.

2) Jooste, M. Die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika, Deel II, ~~Vigor~~ VII:4, (September 1954), p. 72.

3) Coetzee, F. Die geskiedenis van liggaamlike opvoeding in die laerskool in die Oranje-Vrystaat, p. 35.

4) Ibid.

Alle pogings is in hierdie beginjare aangewend om die onderwys te bevorder en die belangstelling is in die toename in skole te bespeur. Teen Junie 1903 was daar op byna elke dorp 'n skool geopen. Hierbenewens was daar nog twee soorte landelike skole, naamlik Wykskole (Ward Schools), waarvan die minimum bywoning 25 leerlinge was; en die Plaasskole (Farm Schools) wat minder leerlinge gehuisves het. In Junie 1903 was daar 11 Wykskole en 'n jaar later het die getalle tot 104 gestyg. In 1904 is 227 aansoeke vir nuwe skole op die platteland ontvang<sup>1)</sup>.

In Desember 1903 word die "Code of Regulations for Government Elementary Schools" gepubliseer. Hierdie Kode bring groter eenvormigheid in die werksaamhede van skole teweeg. In die leerplan van die "Infant Department" en in die "Classes above the Infant Department" word van "Physical Training" melding gemaak<sup>2)</sup>. Dit blyk dat liggaamsoefeninge in alle klasse van die laerskool ingesluit is. Volgens Coetzee<sup>3)</sup> was die genoemde kursus waarskynlik meer vir dorpskole bedoel.

Om in die behoefte van leerkragte te voorsien, word vakansiekursusse vir onderwysers wat nie oor kwalifikasie vir bepaalde vakke beskik nie, aangebied.

Aan die begin van die periode was die provinsie ook afhanklik van leerkragte wat uit Engeland ingevoer is. Dit lei tot ontevredenheid, omdat dit as 'n middel tot verengelsing van die bevolking sou lei. Dit lei tot die ontstaan van skole vir Christelike Nasionale Onderwys (C.N.O.-skole) deur privaat organisasies sonder enige steun van die owerheid. Wat ten op=

---

1) Coetzee, F. op. cit., p. 35.

2) Ibid., p. 39-40.

3) Ibid., p. 40.

sigte van liggaamsoefeninge in die skole gedoen is, is nie bekend nie. Hierdie nadelige tweespalt in die onderwysstelsel word eers in 1905 met die passering van die Onderwysordonnansie opgelos<sup>1)</sup>.

In die Kode van Regulasies van 1905 en die van 1909 is die kursus van liggaamsoefeninge van 1903 in die leerplan behou. Hierdie kursus van 1903 is tot in 1920 behou toe dit met 'n nuwe in die hersiene Kode van Regulasies vervang is. Hierdie leerplan, asook die leerplan van 1929, was weer eens op die Sweedse stelsel van opvoedkundige liggaamsoefeninge gebaseer<sup>2)</sup>.

Die Sweedse gimnastiek sou na die verskillende skole in die provinsie verbrei. Hierdie verbreiding het egter nie geheel en al na wense verloop nie, want in 1906 word die vak slegs in 'n paar dorpskole beoefen. So word melding gemaak van die Hoërskool vir Meisies „Eunice” in Bloemfontein waar Sweedse gimnastiek, swem en spele deurgaans bevorder is.

In 1908 is 'n dame verantwoordelik vir spele en later 'n assistent-onderwyseres in orde-oefeninge, aan die Normaal-kollege aangestel<sup>3)</sup>. In 1912 kom die Polytegniese Kollege in Bloemfontein tot stand wat behulpsaam sou wees met die opleiding van leerkragte in tegniese vakke. Van daardie jaar af het studente van die Normaalkollege klasse in gimnastiek aan die Polytegniese Kollege bygewoon. In 1912 word ook vakansie-kursusse van wye omvang in Bloemfontein gehou. Melding word gemaak van 64 leerkragte wat die kursus vir sang en "Drill" bygewoon het<sup>4)</sup>. In die daaropvolgende jare is daar nie kursusse in liggaamsoefeninge georganiseer nie.

---

1) Coetzee, F. op. cit., p. 48.

2) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1929, p. 64.

3) Kelder, op. cit., p. 121.

4) Coetzee, F. op. cit., p. 59.

Vanaf 1919 het die Normaal- en die Polytegniese Kolleges hulp van militêre instrukteurs gekry om met die onderrig in die vak te help. Dit wil voorkom asof hierdie instrukteurs hulle opleiding in Engeland, heelwaarskynlik Aldershot, geniet het, want name soos sersant-majoor Burns, sersant Wilson-Taylor en sersant Walker word as Dril-instrukteurs genoem<sup>1)</sup>. Die naam van mnr. A.H. Britton wat sedert 1930 aan die "St. Andrew School" te Bloemfontein onderwys gee, kom ook voor. In 1935 los hy vir sersant Walker, wat met verlof was, af. Mnr. Britton wat in 1929 na Suid-Afrika kom, het sy opleiding hoofsaaklik te Aldershot geniet waar hy deeglike kennis van die Sweedse gimnastiek opgedoen het. Blykbaar was van die damespersoneel ook uit Engeland afkomstig. Dames soos mej. Barnes tot 1918, en mej. Duncan vanaf 1919, was verantwoordelik vir die onderrig van "drill" aan studente. In 1928 is mej. Köhler vir die onderrig van "drill" en spele aangestel.

### 3. 1936-1968

Die kenmerkende vordering van die vak in hierdie periode is ook in die provinsie te bespeur. Aan die begin van 1939 word mnr. A. van der Plaat en mev. I. Salmon as organiseerders aangestel. Na hulle diens aanvaar het, het hierdie twee persone alles in hul vermoë gedoen om die vak in die provinsie te bevorder. Omdat fasiliteite op daardie stadium nog gebrekkig was, het mnr. v.d. Plaat die aanlê van grasperke as oefenterreine gepropageer<sup>2)</sup>. Om die leerkragte se kennis in die vak te verbeter, is benewens die opleiding aan die Normaalkollege ook aan vakansiekursusse gedink.

Reeds in 1939 kon mnr. v.d. Plaat die gunstige verskynsel dat leerkragte belangstelling in die vak toon, opmerk<sup>3)</sup>.

---

1) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1919, p. 59.

2) Van der Plaat, A. Uit die Oranje-Vrystaat. Liggaamsopvoeding I:2, (Junie 1939), p. 48.

3) Ibid.

Toestande het egter nie in 'n oogwink verbeter nie. As gevolg van die swak finansiële posisie van die provinsie meld mnr. v.d. Plaat in 1941 dat sekere kosbare maatreëls nog agterweë gelaat moes word<sup>1)</sup>.

In die toepassing van die vak moes daar ook van onopgeleide leerkragte gebruik gemaak word<sup>2)</sup>. Wat die inhoud van die stof betref, is die leerplanne van die N.A.R.L.O. na hul verskyning as handleiding gebruik.

In die ontwikkeling van die vak in hierdie provinsie het die verdedigingsmag ook 'n bydrae gelewer. Behalwe die gewone vakansiekursusse vir leerkragte wat deur instruktors van die Normaalkollege teen omstreeks 1945 nog aangebied is, het die Departement van Verdediging kampe vir uitgesoekte skoliere gereël. Hierdie seuns is geleer om liggaamsoefeninge aan 'n peleton te gee en verskeie van hulle het dan op skool as demonstrateurs en as assistente van onderwysers opgetree. Die Departement van Verdediging het ook 'n bydrae gelewer deur toestelle na skole te stuur wat ook deur nie-kadette gebruik kon word<sup>3)</sup>.

In 1950 berig mev. Salmon<sup>4)</sup> dat vordering in die vak gemaak is. Daar was ook die moontlikheid van vordering in die toekoms veral wat die tydtoekenning en fasiliteite betref.

In die vyftigerjare is mnr. J. van R. Furter en mej. E. Neethling as vakinspekteurs aangestel. Addisionele vakinspekteurs is later toegevoeg. Die aanstelling van spesiale leerkragte vir vakonderwys in liggaamlike opvoeding, ook in

---

1) Van der Plaat, A. Liggaamsopvoeding in die O.V.S. Liggaamsopvoeding III:1, (April 1941), p. 11.

2) Ibid.

3) Id. Liggaamsopvoeding in die O.V.S. Verslag van die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir liggaamlike opvoeding, 1945, p. 172.

4) Salmon, I. Planne met betrekking tot die toekomstige ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in die O.V.S. Verslag van die tweede S.A. kongres vir liggaamlike opvoeding, 1950, p.E4.

die primêre skole, laat die ontwikkeling van die vak in die provinsie gunstig vertoon. Onder leiding van die vakinspekteurs is leerplanne vir liggaamlike opvoeding uitgegee; hierdie leerplanne is in 1965 weer herdruk.

Ten opsigte van die opleiding van leerkragte in die vak bestaan daar sedert 1939 'n eenjarige kursus aan die Bloemfonteinse Onderwyskollege. In 1939 is mnr. A.H. Britton as dosent aan die inrigting aangestel. Later is mej. Anne-Lise Stolz aan die inrigting aangestel. Sy is te Ollerup onder Niels Bukh opgelei en was lid van die Deense gimnastiekspan wat in 1939 deur Suid-Afrika getoer het. In 1950 was die kursus wat in die vak gevolg kon word soos volg:<sup>1)</sup>

- "1. Primary school teachers in training (1st year).
2. Primary school teachers in training (2nd year).
3. U.E.D. students (post-graduates).
4. Specialist students in nursery school teaching.
5. Specialist students in physical education".

Die leerplanne van die O.V.S. Primêre Onderwysertifikaat en die Hoër Primêre Onderwysertifikaat wat sedert 1960 gevolg is, dui daarop dat die vak reeds in die eerste en tweede jaar deur studente wat 'n driejarige kursus volg, beoefen is<sup>2)</sup>. Volgens die 1968 leerplan kan studente ook in hul derde jaar vir die hoërskool opgelei word<sup>3)</sup>.

Vanaf 1947 is 'n graadkursus in liggaamlike opvoeding aan die destydse Universiteitskollege van die Vrystaat ingestel. Hierdie kursus loop aanvanklik op die B.Ph.Ed.-graad uit. As eerste hoof van die nuwe departement is prof. I.R. van der Merwe aangestel. Prof. van der Merwe geniet oorsese studies vanaf 1938 tot 1940. In die tydperk studeer hy aan die

- 
- 1) Britton, A.H. Physical Education at the Faculty of Education, University of the O.F.S. Vigor IV:1, (Desember 1959), p. 60.
  - 2) O.V.S.-Departement van Onderwys, Leerplan vir die opleiding van onderwysers in liggaamlike opvoeding, 1960, p. 1-7.
  - 3) Id. Leerplan vir die opleiding van onderwysers in liggaamlike opvoeding, 1968, p. 1-19.

„Akademie voor Lichamelijke Opvoeding" in Amsterdam en in 1939 woon hy die Lingiade Kongres in Stockholm by. In sy studies aan die Akademie in Amsterdam maak hy kennis met die Sweedse gimnastiek as deel van die lesings wat hy bywoon.

## II. BEMOEIING VAN DIE SENTRALE REGERING

### A. Die Nasionale Adviserende Raad vir liggaamlike opvoeding

#### 1. Ontstaan

Na die Eerste Wêreldoorlog het 'n hernieude belangstelling in die liggaamlike toestand van die mens dwarsoor die wêreld ontstaan. Hierdeur kom die moderne strominge in liggaamlike opvoeding tot ontwikkeling. Die belangstelling het ook weldra 'n invloed op Suid-Afrika na die opspraakwekkende indeling van die Suid-Afrikaanse volk as 'n C3 nasie<sup>1)</sup>. Hierdie belangstelling tree in die helfte van die dertigerjare sterk na vore. In die opsig is Suid-Afrika veel dank ver=skuldig aan vakmanne wat van oorsee af ingevoer is en 'n groot=skeeps veldtog vir die vak op tou gesit het<sup>2)</sup>. Hierdie mense het belangrike stelsels van oorsee op dieselfde wyse waaraan hulle gewoon was, toegepas. Van 'n erkende en eenvormige stelsel was daar dus geen sprake nie.

Die belangstelling van die Verenigde Koninkryk in die nasionale fisieke fiksheid en rekreasie met die wet van 1937 is, naas genoemde faktore, ook op die leiers van Suid-Afrika gere=flekteer. Die toenmalige minister van onderwys, sy edele J.H. Hofmeyer, het 'n komitee saamgestel om die status van liggaam=like opvoeding in die Verenigde Koninkryk te ondersoek en om aanbevelings vir verbetering te maak.

---

1) Van der Merwe, I.R. 'n Prinsipiële beskouing oor houdings=oefeninge, p. 1.

2) Obholzer, A. 'n Eie stelsel vir Suid-Afrika. Liggaamso=voeding I:1, (April 1939), p. 9.

Op grond van voorafgaande is die Nasionale Skema vir liggaamlike opvoeding in 1937 in die lewe geroep toe die Kabinet, in ooreenstemming met die algemene begeerte wat reeds orals in die land geopenbaar is, besluit het om ook sulke stappe te doen as wat reeds in die meeste beskaafde lande gedoen is<sup>1)</sup>. So ontstaan die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoeding onder voorsitterskap van professor M.C. Botha. Hierdie was dan die eerste wesentlike stap wat gedoen is om liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika te koördineer en op hegte grondslag te plaas<sup>2)</sup>.

## 2. Samestelling

Die raad is soos volg saamgestel:

- a. Die Sekretaris vir Onderwys (professor M.C. Botha) Voorsitter.
- b. Die Sekretaris van Volksgesondheid (dr. E.H. Cluver).
- c. Die Sekretaris vir Verdediging (mnr. A.H. Broeksma).
- d. Die Sekretaris van Volkswelsyn (mnr. G.A.C. Kuschke).
- e. Die Superintendent van Onderwys, Natal (mnr. F.D. Hugo) as verteenwoordiger van die Provinsiale Administrasie van Natal.
- f. Die Superintendent-Generaal van Onderwys, Kaapland.
- g. Die Direkteur van Onderwys, Transvaal (mnr. H.H.G. Kragt), as verteenwoordiger van die Provinsiale Administrasie van Transvaal.
- h. Die Direkteur van Onderwys, Oranje-Vrystaat (mnr. S.H. Pellissier) as verteenwoordiger van die Provinsiale Administrasie van die Oranje Vrystaat.
- i. Majoor Troskie Maré, D.S.O., L.P.R. as verteenwoordiger van die Verenigde Munisipale Uitvoerende Komitee van Suid-Afrika.
- j. Mnr. R. Honey, as verteenwoordiger van die Olimpiese en Britse Rykspele Assosiasie.
- k. 'n Onderwyseres in liggaamsopvoeding (Mej. E. Percival Hart).
- l. 'n Deskundige in liggaamsopvoeding wat op daardie stadium nog aangestel moes word.

---

1) N.A.R.L.O., Die nasionale skema vir liggaamsopvoeding. Liggaamsopvoeding I:2, (Junie 1939), p. 16.

2) Botha, J.F. Die N.A.R.L.O. Verslag van die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir liggaamlike opvoeding, 1945, p.166.

Dit is duidelik, soos Botha<sup>1)</sup> beweer, dat in die samestelling van die Raad gepoog is om alle regerings- en ander departemente wat moontlik by liggaamlike opvoeding betrokke is, in die Raad verteenwoordig te kry.

### 3. Werksaamhede

Die Raad het verskeie funksies gehad waarvan die belangrikste die opdrag om liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika te koördineer en algemeen te bevorder<sup>2)</sup>. Samevattend was die werksaamhede die volgende:

- a. die opvoeding van die publiek en verspreiding van inligting in verband met liggaamlike opvoeding;
- b. die daarstelling van 'n eenvormige leerplan en 'n stelsel van liggaamlike opvoeding vir die land as geheel;
- c. navorsing in verband met liggaamlike opvoeding;
- d. steun aan munisipaliteite en ander inrigtings wat fasiliteite vir liggaamlike opvoeding oprig en werksaamhede reël;
- e. steun aan die vrywillige klubbewegings in liggaamlike opvoeding;
- f. burodiensle.

In sy taak het die Raad daadwerklik opgetree. Om die saak van die Raad te propageer, word van die radio en pers gebruik gemaak. Reeds met die eerste vergadering wat in Mei 1938 gehou is, word gevoel dat die doeltreffendste wyse waarop sy doel bereik kon word, was om Niels Bukh van Denemarke te nooi om met twee spanne van sy studente na Suid-Afrika te kom en vertonings in die groter sentra te lewer<sup>3)</sup>.

---

1) Botha, op. cit., p. 166.

2) Ibid.

3) N.A.R.L.O., Die nasionale skema vir liggaamsopvoeding. Liggaamsopvoeding I:3, (September 1939), p. 8.

Hierdie toer, wat vanaf 24 Augustus tot 14 Oktober 1939 duur, het in sy doel geslaag. Die vak is nie net bevorder deur die vertonings nie, maar deur lesings en artikels in die blad „Liggaamsopvoeding” deur Niels Bukh self. Ook lewer mej. Anne-Lise Stolz, 'n lid van die span wat haar in Suid-Afrika gevestig het, 'n groot bydrae tot die ontwikkeling van die vak. Die besoek dra sy deel by tot die indirekte wyse van verbreding van die Sweedse stelsel.

In 1947 reël die N.A.R.L.O. 'n besoek van die Switserse gimnaste wat vanaf 15 September tot 20 Desember duur<sup>1)</sup>. Dat die besoek enigsins tot die verbreding van die Sweedse stelsel sou bydra, is te betwyfel, want „Switserse gymnastiek het nog nooit 'n suiwer formele of militaristiese doel nagestreef nie, ....”<sup>2)</sup>.

#### 4. Offisiële organe

Aan die begin van die bestaan van die N.A.R.L.O. het dit geen amptelike mondstuk gehad nie. Met 'n vergadering in Mei 1939 word besluit om gebruik te maak van die kwartaalblad „Liggaamsopvoeding”, toe deur die Universiteit van Stellenbosch uitgegee, as amptelike mondstuk van die Raad<sup>3)</sup>. Vanaf September 1939 word die blad die offisiële orgaan van die N.A.R.L.O. en word toe uitgegee deur die Universiteit van Stellenbosch in samewerking met die N.A.R.L.O. en die Unie-Departement van Volksgesondheid tot November 1945.

In September 1947 word begin met die uitgawe van die kwartaalblad, met die kragtige Latynse titel „Vigor” deur die N.A.R.L.O. (Unie-onderwysdepartement) in samewerking met die Departement van Gesondheid (Unie). Hierdie kwartaalblaaie

---

1) N.A.R.L.O. Toer van die Switserse gimnaste. Amptelike program, p. 5-8.

2) Ibid., p. 3.

3) Op't Hof, M. Brief van die N.A.R.L.O. Liggaamsopvoeding I:3, (September 1939), p. 3.

het 'n groot bydrae op die vakgebied in Suid-Afrika gelewer. Of hierdie blaaie enigsins tot die verbreiding van die Sweedse gimnastiek bygedra het, kan nie sondermeer aanvaar word nie. Wel kan genoem word dat artikels wat enige verband met die Sweedse stelsel hou, eerder 'n bekendstelling daarvan is.

Behalwe genoemde kwartaalblaaie wat uitgegee is, is sedert September 1942 tot September 1947 die halfjaarlikse vakblad „Volkskragte" uitgegee. Onder redaksie van drr. B.M. Clark, E.H. Cluver en E. Jokl is die blad gewy aan die publikasie van vakliteratuur, oorspronklik of andersins, wat kon dien tot verbetering van die volk se gesondheid, werkkrag en lewensgeluk.

#### 5. Die samestelling van eenvormige leerplanne

Van die vele funksies wat die N.A.R.L.O. gehad het, is die samestelling van eenvormige leerplanne wat hierdie studie betref die belangrikste.

##### a. Junior Boek

Hierdie werk wat reeds in 1941 verskyn, is saamgestel om by die emosionele en fisieke vermoë van seuns en dogters tot tien jaar aan te pas. Hierdie werk was geslaagd en moes in 1950 herdruk word.

##### b. Senior Boek I

Hierdie werk verskyn in 1943 en is saamgestel vir seuns bo tien jaar en mans. Hierin word formele gimnastiek wat alle vorms van vormgewende- of houdingsoefeninge insluit, behandel. Ook die meer kunsmatige behendigheidsoefeninge, soos toestelgimnastiek en tuimeloefeninge, word uitvoerig behandel.

##### c. Senior Boek II

Omdat die program van liggaamlike opvoeding so 'n wye veld dek, is hierdie werk wat in 1947 verskyn, hoofsaaklik aan

die rekreatiewe sy van die program gewy.

d. Senior Boek III

Hierdie werk verskyn in 1952 toe die N.A.R.L.O. reeds afgeskaf is. Die werk is die eweknie van Senior Boek I en II, in die geval vir meisies bo tien jaar en vroue.

e. Leerplan vir Liggaamlike Opvoeding vir Normaal- en Opleidingskolleges

Om eenvormigheid by die opleiding van onderwysers te verseker, gee die N.A.R.L.O. in 1941 'n ongepubliseerde leerplan in die verband uit.

f. Terme in verband met Liggaamlike Opvoeding

Omdat Suid-Afrika vir 'n lang tyd nie oor 'n eenvormige stelsel beskik het nie, het daar ook nie 'n definitiewe terminologie vir die verskillende afdelings van die vak bestaan nie. Om dit te oorbrug, word so 'n werk in 1940 gepubliseer.

6. Die leerplankomitee

Om die funksies te verrig, is verskeie onderkomitees deur die N.A.R.L.O. saamgestel. Hieronder was die leerplan-komitee wat genoemde eenvormige leerplanne moes saamstel. Die komitee het soos volg daaruit gesien:

Mnr. E. Flemming, Voorsitter (Pretoriase Tegniese Kollege)

Maj. D. Craven (Departement van Verdediging)

Maj. M. Dixon (Transvaalse Onderwysdepartement)

Mnr. Claude Smit (Departement van Unie-onderwys)

Mnr. A. v.d. Plaat (Vrystaatse Departement van Onderwys)

Luit. E. Braham (Nataalse Departement van Onderwys)

Mnr. H. Taylor (Kaaplandse Departement van Onderwys)

Mej. M. Logeman (Kaaplandse Departement van Onderwys)

Maj. (Mej.) E. Percival Hart (Transvaalse Onderwysdepartement)

Mev. J. Rademeyer.

Later is die volgende lede gekoöpteer:

Mev. D. Smit

Mev. A. v.d. Plaat

Mev. V.D. Lounsbury

Mev. D. Flemming

Luit. (Mej.) M. Barret.

Daarbenewens het die komitee gebruik gemaak van die deskundige dienste van mnr. A.H. Britton, kapt. G. Barber, mnr. J.F. Botha, mnr. K.A. Schrecker, mnr. A.P. Rutgers, mej. P. Carden, mej. Anne-Lise Stolz, mev. G.E.A. Postma, mev. E. Jokl en baie ander persone wat geraadpleeg is oor verskillende aspekte van die leerplan. Dit is interessant dat feitlik alle lede van die komitee op die een of ander stadium met die Sweedse gimnastiek kennis gemaak het, want hulle het óf van oorsee na Suid-Afrika gekom óf oorsese studies geniet. Weens omstandighede, waaronder drukke werksaamhede elders, kon alle lede nie deurentyd hulle deskundige dienste lewer nie. Dit is van pas om in die samestelling van die werke die name van prof. Claude Smit en mev. Denna Smit te noem, vanweë hulle belangrike bydrae. Hulle het 'n groot aantal hoofstukke vir die verskillende leerplanne opgestel en baie daarvan beskryf.

#### B. Die ontwikkeling sedert 1951

Om verskeie redes<sup>1)</sup> het Sy Edele die Minister van Onderwys, Kuns en Wetenskap in 1951 besluit om die rade, waaronder die N.A.R.L.O., af te skaf en een Sentrale Raad saam te stel. Die Raad sou bekend staan as die Nasionale Adviserende Raad vir Opvoeding Buite Skoolverband (N.A.R.O.B.S.). Met die oog op die veelsydigheid van die bedrywighede, sou die Raad bygestaan word deur vier permanente onderkomitees waaronder Die Nasionale Komitee vir Liggaamlike Opvoeding en Ontspanning. Hierdie komitee sou die N.A.R.O.B.S. behulpzaam wees met al die pligte op die gebied van liggaamlike opvoeding en ontspanning wat voorheen deur die N.A.R.L.O. behartig is.

---

1) Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap, Reorganisasie van sekere dienste. Vigor IV:3, (Junie 1951), p. 5.

Hierdie herorganisasie bring sekere veranderinge mee. So word die kwartaalblad „Vigor" vanaf Junie 1951 deur die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap in samewerking met die Departement van Gesondheid (Unie) uitgegee. In 1966 kom die Departement van Sport en Ontspanning tot stand en vanaf 1 Januarie 1967 sou „Vigor" die nuwe Departement se verantwoordelikheid wees. Die laaste uitgawe van die blad verskyn in Desember 1966 aangesien die nuwe Departement besluit het om nie 'n plaasvervanger vir „Vigor" op daardie stadium uit te gee nie.

1. Uitgawes deur die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap

As gevolg van die feit dat gedagtes met verloop van tyd wysig, het die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap 'n verteenwoordigende leerplankomitee aangestel om deeglik ondersoek in te stel na die beste vorm waarin nuwe werke aangebied kon word. Dit loop daarop uit dat twee afsonderlike werke in die plek van Junior Boek uitgegee is. In 1958 verskyn „Liggaamlike Opvoeding vir Meisies van Standaard II tot V" en in 1960 „Liggaamlike Opvoeding vir Seuns van Standaard II tot V".

2. Uitgawes deur die Departement van Kultuursake

Na die herorganisasie van die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap verskyn twee werke in 1968 onder die Departement van Kultuursake. Die „Handboek vir Liggaamlike Opvoeding" (Gimnastiek vir seuns en mans) wat 'n hersiene uitgawe is van die oorspronklike Senior Boek I en die „Terminologie vir Liggaamlike Opvoeding" wat geheel en al op gimnastiek toegespits is.

3. Die leerplankomitee

Onder die name wat in die komitees dien, is daar nog dié van mense wat oorsese opleiding geniet het, hoewel verskeie vakmanne wat in Suid-Afrika opgelei is, ook hul deel bydra.

### III. DIE SUID-AFRIKAANSE WEERMAG

Die Suid-Afrikaanse Staande- en Burgermageenhede het ingevolge wetgewing wat in 1912 ingedien is, tot stand gekom<sup>1)</sup>. Militêre opleiding voor, gedurende en onmiddellik na die Eerste Wêreldoorlog was van so 'n aard dat dit aanvanklik onnodig geag is om afsonderlike aandag aan die liggaamlike opleiding van die soldaat te gee<sup>2)</sup>. Die oefeninge wat uit intensiewe drillwerk - bereide of op die grond - verkry is, was voldoende vir die fisieke welvaart van die soldaat.

Loubser<sup>3)</sup> vind dat daar by die opleidingsdepots van die Suid-Afrikaanse Berede Regiment ("S.A. Mounted Rifles") en die Suid-Afrikaanse Veldartillerie ook niks tussen die jare 1919-1923 omtrent liggaamlike opvoeding gedoen is nie.

Die eerste spore van georganiseerde liggaamlike opleiding word by die Suid-Afrikaanse Militêre skool te Robertshoogte aangetref. In September en Oktober 1922 word 'n kursus vir liggaamlike opleiding en ontspanning, No. 7G, onder leiding van J.L. Higgin-Botham, 'n vroeëre imperiale adjudant-offisier, gereël. Reeds met hierdie eerste kursus neem die Sweedse gimnastiek sy intrede in die Weermag se program vir liggaamlike opleiding. In die daaropvolgende jaar gaan die verbreiding van die Sweedse gimnastiek voort, toe vroeg in 1923 'n algemene kwalifiserende instruktorskursus aan die Militêre Skool onder leiding van sersant-majoor J.L. Higgin-Botham aangebied is<sup>4)</sup>.

Dit blyk dat in die verbreiding van die Sweedse stelsel dit Engeland is wat die beherende rol speel, want in 1923 word majoor T.H. Wand-Tetley van die Britse Leër na die Militêre skool gesekondeer. Onder sy leiding word twee "long Physical

---

1) Loubser, T.J. Die plek van liggaamlike opvoeding in militêre opleiding, p. 95.

2) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

3) Loubser, op. cit., p. 95.

4) Ibid., p. 95-6.

and Recreational Training Courses"<sup>1)</sup> aan die einde van 1923 en begin van 1924, by die Militêre skool aangebied. Na die tweede kursus is majoor Wand-Tetley terug na Engeland, dog hy laat opgeleide instrukteurs agter wat sy werk kon voortsit.

In die periode hierna tot 1932 is min ten opsigte van liggaamlike opleiding gedoen. 'n Oplewing volg toe daar in 1932 twee instrukteurs, van die S.A.-Artillerie, korporaals Schmidt en Carelson benoem word om 'n kursus van nege maande by die Opleidingsdepot van die Suid-Afrikaanse Polisie (S.A.P.) te deurloop. Sedert 1927 het sersant P.L. Grobbelaar, wat oorsese studie te Aldershot geniet het, instrukteurskursusse op 'n wetenskaplike grondslag aan die Opleidingsdepot van die S.A.P. gereël<sup>2)</sup>.

In 1933 word die Spesiale Diensbataljon (S.D.B.) in die lewe geroep om werk te verskaf aan jong mans wat weens omstandighede van daardie tyd finansieel swaar getref is. Onder leiding van instrukteurs Schmidt en Carelson en nog ses instrukteurs wat in 1934 aan die Opleidingsdepot van die S.A.P. kwalifiseer, lewer die S.D.B. vanaf 1934 tot die begin van die Tweede Wêreldoorlog massavertonings in verskeie plekke in die land. In 1935 is die Pioniersbataljon in Bloemfontein in die lewe geroep, met 'n spesiale instrukteur vir liggaamlike opvoeding, sodat die vak in albei die bataljons op gelyke voet geplaas is. Die kroon op die werk wat deur hierdie beweging gedoen is, is met die Britse Rykskou in 1936 geplaas toe 'n indrukwekkende vertoening deur hierdie bataljons gelewer is<sup>3)</sup>.

Hierdie prestasies het blykbaar die owerhede geïnspireer om die nodige aandag aan liggaamlike opleiding te gee. Om die vak met moderne ontwikkelings te laat tred hou, word instrukteurs vir oorsese opleiding afgesonder, terwyl ook van

---

1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

2) Loubser, op. cit., p. 97.

3) Ibid., p. 97-8.

buitelandse instruktors gebruik gemaak is. So word sersant J.A. Wallis, S.A.I.K. in 1935 aangewys om 'n kursus aan die "Army School of Physical Training" te Aldershot te volg. In 1937 volg luitenant D.S. Pretorius 'n uitgebreide kursus te Aldershot, gevolg deur verdere opleiding op die vasteland, asook aan die "Loughborough College" in Engeland. In 1938 is majoor F.F.S. Barlow en sersant-majoor G. Barber van die "British Physical Training Corps" na die Unie Verdedigingsmag gesekondeer. Onder leiding van majoor Barlow en sersant-majoor Barber met die hulp van luitenant Pretorius en sersant Wallis, is die liggaamlike opleidingstak van die S.A. Militêre kollege in 1939 gestig, wat as permanente opleidingsentrum van instruktors sou dien<sup>1)</sup>. Majoor Barlow is in 1940 terug na Engeland, terwyl sersant-majoor Barber die Staande Mag na die Tweede Wêreldoorlog as kaptein verlaat het.

Teen die einde van 1937 is 'n Direkteur van Liggaamlike opvoeding in die leër, dr. D.H. Craven, agerende as kaptein aangestel. Dr. Craven het die eerste Assistent-instruktorskursus in 1938 onder majoor Barlow deurloop en is daarna vir 'n studiereis oorsee. In September 1939 het hy sy nuwe pos aanvaar. Hierdie pos het gedurende die Tweede Wêreldoorlog verdwyn<sup>2)</sup>. Gedurende sy studie oorsee, besoek dr. Craven Duitsland, Praag, Lund en Aldershot. In 1939 woon hy die Lingiade kongres te Stockholm by en volg ook twee kort kursusse onder Thulin.

Omstreeks 1945 is majoor D.S. Pretorius na Brittanje, waar hy onder andere ook besoek gebring het aan remediërende rehabilitasiesentrums van die Britse leër, lugmag en Departement van Gesondheid<sup>3)</sup>. Hierna is dit eers in 1961 dat 'n persoon van die Weermag vir oorsese opleiding gestuur is, toe sersant A. van Driel 'n gevorderde instruktorskursus van ongeveer drie

---

1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

2) Loubser, op. cit., p. 99.

3) Ibid., p. 102.

maande te Aldershot bygewoon het<sup>1)</sup>. Op hierdie stadium toon die Sweedse gimnastiek egter nie meer tekens van verbreiding nie.

In later jare word vakmanne wat aan Suid-Afrikaanse Universiteite opgelei is tot die personeel toegevoeg, soos blyk uit die aanstellings van kolonel P. Goosen en majoor G.J. Geyer. Hierdie twee persone, wat onderskeidelik aan die Universiteit van die Vrystaat en die Universiteit van Pretoria opgelei is, speel 'n belangrike rol in die beheer van die vak in die Weermag.

Die fisieke het in die militêre wese gedurende en na die Tweede Wêreldoorlog nog altyd 'n belangrike plek ingeneem. Die tak Liggaamlike Opleiding in Pretoria aan die Militêre Kollege hou hom besig met verskillende opleidingskursusse vir instruksors, terwyl rekrute in hul program deeglike liggaamlike opleiding geniet. Omdat liggaamlike opleiding in die Weermag 'n wye veld dek, is daar periodiek verskillende reekse tabelle of oefenprogramme vir die verskillende kursusse opgestel. In 1966 verskyn die Handleiding vir Gevegsliggaamlike Opleiding. Hierdie uitgebreide en omvattende werk, wat deur militêre outoriteite op die vakgebied saamgestel is, sluit oefenprogramme vir die verskillende kursusse in en is tans nog in gebruik.

Onder die vleuels van die Weermag het ook die Kadetorganisasie, die Liggaamlike Opleidingsbataljon, die Vrouehulpverdedigingskorps en Sisteine vir Fisiese Rehabilitasie, wat met liggaamlike opleiding gemoeid was, geressorteer<sup>2)</sup>.

---

1) Loubser, op. cit., p. 109.

2) Ibid., p. 99-102.

#### IV. DIE SUID-AFRIKAANSE POLISIEMAG

In die opleiding van die rekrut aan die S.A.P.-kollege in Pretoria het die liggaamlike aspek nog altyd 'n belangrike plek in die opleidingsprogram geniet. Dit blyk ook uit die werk wat sersant P.L. Grobbelaar vanaf 1927 gedoen het toe hy instruktorskursusse aan die Opleidingsdepot van die S.A.P. op wetenskaplike grondslag gereël het<sup>1)</sup>.

Ook by die S.A.P. het die verbreiding van die Sweedse gimnastiek, veral via Engeland, geskied, want sersant Grobbelaar het oorsese studie in liggaamlike opvoeding te Aldershot geniet. As gevolg hiervan het hy dan ook as "Aldershot" Grobbelaar onder sy makkers bekend gestaan.

Om op hoogte met ontwikkelings in die veld van liggaamlike opleiding te bly en omdat die belangrikheid van die fisieke geskiktheid van die polisieman deur die owerhede terdeë besef is, is instruktors periodiek na Engeland gestuur om kursusse te Aldershot te deurloop. So besoek sersant W. Welgemoed en sersant C. Scheepers Engeland in die laat veertigerjare om instruktorskursusse aan Aldershot te volg.

Die bydrae wat die S.A.P. in die verlede tot die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika gelewer het, word vandag nog gehandhaaf. Om aan die rekrut die opleiding te gee om die taak waartoe hy geroepe is op die mees geskikte manier uit te voer, geniet hy ook 'n omvattende akademiese opleiding. As gevolg hiervan het die periodetoekeening vir liggaamlike opleiding in die afgelope 6 tot 7 jaar afgeneem. Ten spyte hiervan geniet die vak nog deeglike aandag, deurdat ses periodes van 40 minute elk per week aan die liggaamlike opleiding van die rekrut gewy word.

---

1) Loubser, op. cit., p. 97.

Benewens die liggaamlike opleidingsprogram waarin elke rekrut deel, word daar ook vir 'n verskeidenheid na-uurse sportsoorte voorsiening gemaak. Uit hierdie verskeidenheid sportsoorte maak die rekrut 'n keuse waarin hy deeglike af-rigting geniet.

Die liggaamlike opleiding in die S.A.P. is goed georganiseer. Kolonel Alwyn Burger beklee die verantwoordelike pos van sportoffisier. By die opleidingsdepot werk meer as 20 instrukteurs in liggaamlike opleiding onder die bekwame leiding van luitenant W.K. Schuld.

## HOOFSTUK VII

### DIE INVLOED VAN DIE SWEEDSE STELSEL OP DIE ONTWIKKELING VAN LIGGAAMLIKE OPVOEDING IN SUID-AFRIKA

Die Sweedse stelsel het wel sy weg na Suid-Afrika gevind. Die feit dat dit gebeur het, dui onmiddellik daarop dat hierdie stelsel invloed op die vak alhier sou openbaar. Dit kan dus verwag word dat die stelsel op verskeie maniere die vak in genoemde instansies sou beïnvloed het.

#### I. DIE ONDERWYSDEPARTEMENTE

Onderwysdepartemente staan in beheer van die opleiding van leerkragte aan Onderwyskolleges. Daar sal dus noodwendig onderlinge aanpassings gemaak moet word t.o.v. die werk wat in skole en kolleges gedoen word.

##### A. Kaapprovinsie

##### 1. Publieke skole

##### a. 1652-1900

Die invloed van die Sweedse gimnastiek dateer vanaf 1892. Muir doen alles in sy vermoë om dit aan te moedig. Alhoewel dit dan in 1893 reeds in ses dorpe se skole beoefen is, betreur die groot meerderheid inspekteurs dit dat slegs 'n paar skole die noodsaaklike vak in die skoolprogram ingevoer het. Waar dit wel beoefen is, het dit goeie resultate geïewe. Vanaf 1894 tot 1900 is daar wel vordering in die vak gemaak soos blyk uit die getalle:<sup>1)</sup>

|      |           |                  |
|------|-----------|------------------|
| 1894 | 252 skole | 17,508 leerlinge |
| 1895 | 320 skole | 21,390 leerlinge |

'n Vermeerdering van 68 skole en 3,882 leerlinge in een jaar. Tog was Muir nie tevrede nie, want in 1898 is dit slegs 'n derde van die leerlinge wat onderrig in die vak geniet.

---

1) Kelder, op. cit., p. 116.

b. 1900-1936

In die skole waar liggaamsoefeninge wel beoefen is, is van die Sweedse gimnastiek gebruik gemaak. Dit word telkens in jaarverslae genoem. In 1911 "Physical drill forms part of the regular curriculum of the great majority of our schools"<sup>1)</sup>. In 1914 word weer aanbeveel dat die Engelse leerplan gevolg moet word. In 1915 "The Swedish system is usually followed ..." <sup>2)</sup>. In 1916 „Vrije en orde Oefeningen worden in feitlik alle Scholen onderwezen"<sup>3)</sup>.

Telkens word op die invloed wat die oefeninge op die karakter en dissipline van die kind het, gewys: "The training given reacts beneficially on the discipline of the school, while the advantage to the individual pupil is great, ..." <sup>4)</sup>.

Die invloed van die stelsel was groter op die liggaamsoefeninge van die dogter as die van die seun. In 1909 beweer Muir dat dit die sterk seun is wat te veel sport kry, terwyl die swakkeres, wat dit die meeste nodig het, geen liggaamsoefeninge kry nie. Hy spreek die wens uit dat Hoërskoolseuns ook liggaamsoefeninge moes doen<sup>5)</sup>. Wat die liggaamsoefeninge van die meisie betref, was daar in 1909 reeds 9 of 10 skole waar dames gimnastiek gegee het, in 1913 was daar 18 en in 1915 in meeste van die groot meisieskole. Daarom dat Muir in 1913 beweer "... it is gratifying to observe the steady diminution in the number of schools without provision for such training"<sup>6)</sup>.

---

1) Kaapse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1911, p.14.

2) Id. Verslag van die S.G.O., 1915, p. 5.

3) Id. Verslag van die S.G.O., 1916, p. 7.

4) Id. Verslag van die S.G.O., 1911, p. 14.

5) Kelder, op. cit., p. 116.

6) Kaapse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1913, p. 15.

Die invloed blyk ook uit die toename deur die volgende:  
syfers van skole en leerlinge wat in die vak gedeel het:

|         | Skole | Leerlinge |
|---------|-------|-----------|
| 1909    | 2,855 | 126,971   |
| 1910    | 3,107 | 135,331   |
| Toename | 252   | 8,360     |
| 1911    | 3,262 | 142,930   |
| Toename | 155   | 7,599     |
| 1912    | 3,336 | 149,847   |
| Toename | 74    | 6,917     |
| 1913    | 3,618 | 158,096   |
| Toename | 282   | 8,249     |
| 1914    | 3,634 | 178,978   |
| Toename | 16    | 20,882    |
| 1915    | 4,097 | 200,964   |
| Toename | 463   | 21,968    |
| 1916    | 4,143 | 206,053   |
| Toename | 46    | 5,089     |
| 1917    | 4,228 | 207,454   |
| Toename | 85    | 1,401     |

---

Daar is 'n toename in die getalle van skole en leerlinge wat in die vak gedeel het. In die 21 jaar vanaf 1894 tot 1915 is die toename 3,843 skole en 183,456 leerlinge. In 1901 geniet 47% van die leerlinge in die provinsie liggaamsoefeninge, terwyl dit in 1911 heelwat meer as die helfte was<sup>1)</sup>.

Vir die res van die periode duur die toestand dat dogters groter belang by die vak het, voort. In Hoërskole het die seuns hoofsaaklik aktiwiteite van die kadetbeweging geniet. In enkele gevalle het instrukteurs die Sweedse gimnas-tiek ook in Hoërskole toegepas.

---

1) Kelder, op. cit., p. 116.

c. 1936-1968

In hierdie periode verskyn die leerplanne van die N.A.R.L.O. en latere werke deur die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap. Hierdie werke speel 'n belangrike rol in die toepassing van die vak in die Onderwysdepartemente van die vier provinsies. Hierdie werke word in die afdeling oor die bemoeiing van die Sentrale Regering bespreek.

Die leerplan van die "Board of Education" van 1933 speel nog 'n belangrike rol aan die begin van hierdie periode. Tot omstreeks 1943 is dit nog algemeen in gebruik. Die leerplanne van die N.A.R.L.O. is geleidelik ingevoer en wat die seuns se liggaamlike opvoeding betref, is teen 1944 hoofsaaklik daarvolgens gewerk. Hierdie werke was te omvattend, maar dit is as handboeke beskou waaruit die oefenstof geput moes word. In die primêre afdeling sou die twee werke van die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap 'n rol in die toepassing van die vak speel.

In die omvattende en ryklik geïllustreerde werk van J.J. Schoombee en C.A. Victor „Liggaamlike Opvoeding op skool vir seuns" word die skoolleerplan gedek. Klem word gelê op die ewewigtige ontwikkeling van die liggaam en beklemtoon deurgaans dat die goeie houding ontwikkel en in die werking gehou behoort te word<sup>1)</sup>. Dit herinner aan die Sweedse idee van die harmoniese ontwikkeling van die liggaam. Die oefeninge wat hiervoor gebruik word, verskil geheel en al van die Sweedse formele oefeninge vir elke deel van die liggaam afsonderlik. Die raamwerk van die les sien soos volg daaruit:<sup>2)</sup>

---

1) Schoombee, J.J. en Victor, C.A. Liggaamlike opvoeding op skool vir seuns, p. 4.

2) Ibid., p. 8.

## Laerskool

Afdeling A (helfte van die lestyd)

Oefeninge en bedrywighede met die klem op:

1. Inleidingsbedrywighede
2. Arm-skouergordel
3. Nek-kop en boonste romp
4. Heup en onderste romp
5. Voet-been
6. Sydelingse romp

Afdeling B (helfte van die lestyd)

Algemene en groepbedrywighede en spele.

Die raamwerk vir die hoërskool is dieselfde met die uitsondering dat onder Afdeling A strawwer oefeninge, waar van sterker statiese posisies gebruik gemaak word, of van hefbome of van die liggaamsgewig of van 'n ander gewig nog bygevoeg word. Opmerklik is dat 'n groot deel van die tyd aan Afdeling A bestee word. Spesiale aandag word aan oefenstof vir die volgende soorte oefeninge gegee: vryoefeninge, maat-oefeninge en hysoefeninge.

Omdat die leerplan van die N.A.R.L.O. vir dogters in 'n later stadium verskyn, sou die Engelse leerplan van 1933 vir dogters langer in gebruik bly. Die Sweedse gimnastiek sou moontlik langer invloed uitoefen. Mej. R. McCormick het vanaf 1951 tot 1953 die Sweedse gimnastiek aan die St. Cyprian's School in Kaapstad toegepas.

## 2. Onderwysersopleiding

### a. 1652-1900

Sedert 1892 het die Sweedse gimnastiek groot invloed op onderwysopleiding gehad. In die vakansiekursusse word uitsluitlik daarvan gebruik gemaak. Die kursus van 1893 word deur 92 leerkragte bygewoon, waarvan 52 slaag<sup>1)</sup>. Die geldelike ondersteuning wat van 1882 gereken moes word as 'n maksimum

---

1) Kelder, op. cit., p. 116.

jaarlikse toelae van die Regering ter aanvulling van salarisse van onderwysers in spesiale vakke, was in 1893 onder Muir se bewind 2/6 per leerling<sup>1)</sup>. Indien dit van toepassing was op liggaamsoefeninge sou dit bydra om die leerklagte in die beoefening van die vak te inspireer.

b. 1900-1936

Die vakansiekursusse wat tot 1908 aangebied is, was steeds op die Sweedse stelsel gebaseer. Leerkragte wat van oorsee af ingevoer is, veral van Engeland, sou 'n deeglike kennis van die stelsel gehad het, want die opleiding vir dames in die vak was in daardie land uitsluitlik op die Sweedse stelsel gebaseer.

Die leerplan wat aan die Kaapstadse Opleidingskollege vir dames gevolg is, sluit die volgende in:<sup>2)</sup>

„Hygiene

Educational Gymnastics

Remedial Gymnastics

Games

Swimming

Dancing

Theory and Practice of Teaching".

Onder die afdeling gimnastiek speel die Sweedse gimnastiek 'n groot rol, want mej. Black gebruik dit as basis van haar musikale werk. Mej. Black erken onomwonde haar aanhang aan die Sweedse stelsel vanweë die dissiplinêre waarde wat dit inhou. Die afdeling korrektiewe gimnastiek dui daarop dat die Sweedse gimnastiek ook daar sy invloed laat geld het.

Enkele getalle van studente wat hulle vir die Departementele professionele eksamens van die vak ingeskryf het, is soos volg: 1923 (7), 1924 (4), 1925 (6) eerstejaars en (3) tweedejaars

---

1) Kelder, op. cit., p. 115.

2) Black, M.C. The training of Physical Education teachers. Report of the first South African congress of physical education, 1945, p. 123.

1926 (3) eerstejaars en (5) tweedejaars 1927 (2), 1928 (4), 1929 (14).

In die eenjarige kursus wat in 1931 ingestel is, sou die spesialisering in heilgimnastiek grootliks uit die werk van Sweedse oorsprong put.

c. 1936-1968

In die leerplan vir die eenjarige kursus wat aan die Kaapstadse Onderwyskollege vanaf 1936 gevolg kon word, kom die volgende afdelings voor:<sup>1)</sup>

Gimnastiek

Teorie van Opvoedkundige Gimnastiek

Teorie en praktiese werk van Remediële Gimnastiek

Musikale "drill".

Die kursus wat vir die eerste keer in 1936 vir die opleiding van mans voorsiening maak en aan die Paarlse Opleidingskollege ingestel is, maak onder die afdeling Teorie voorsiening vir die geskiedenis van die vak, terwyl gimnastiek in die praktiese werk beoefen is<sup>2)</sup>.

In die leerplan van die Hoër Primêre Kursus<sup>3)</sup> en die Diplomakursus vir dames wat in 1950 verskyn, kom praktiese gimnastiek, opvoedkundige en remediële gimnastiek en musikale "drill" voor. In die leerplan van dieselfde jaar vir mans word praktiese-, opvoedkundige- en remediële gimnastiek, vir die Hoër Primêre<sup>4)</sup> en Diplomakursus<sup>5)</sup> genoem.

---

1) Black, M.C. op. cit., p. 125.

2) Smith, D.P.J. 'n Histories-kritiese ondersoek ná die opleiding van onderwysers, p. 87.

3) Cape of Good Hope, Department of public education. op. cit. p. 49-50.

4) Ibid., p. 47.

5) Ibid., p. 54-5.

Primêre Onderwysdiploma vir dames van 1968 word verdeel in:

1. Teorie.
2. Metodiek.
3. Praktiese werk.
4. Oefenonderwys.

In die praktiese werk word gimnastiek deurlopend in die drie jaar aangebied<sup>1)</sup>. In dieselfde jaar verskyn ook die leerplan vir mans vir die Primêre Onderwysdiploma. In die praktiese liggaamlike opvoeding van die eerstejaarskursus word die volgende oefeninge genoem:<sup>2)</sup>

Inleidende bedrywighede; vry oefeninge met en sonder apparaat; maat- en klasbedrywighede; oefeninge op apparaat; gesteunde spronge; tuimelvaardighede; vaardighede op die balk, beuelperd, brug, rekstang en ringe; oefeninge aan die muurrekke; oefeninge met medisyneballe; oefeninge op en met langbanke; vloeroefeninge, asook sport- en spelvaardighede en -bedrywighede.

Die praktiese liggaamlike opvoeding in die derde jaar is 'n voortsetting van 'n versigtig vooruitbeplande skema en 'n progressiewe toepassing van alle afdelings wat aan die begin van die eerste jaar genoem word.

Mej. M.C. Black het die Sweedse gimnastiek nog tot in 1948 aan die Kaapstadse Opleidingskollege toegepas. Dit wil voorkom asof haar invloed nog tot in die vyftigerjare gestrek het, want in die leerplan van 1950 word nog melding gemaak van "Musical Drill" as deel van die opleiding van damestudente.

Aan die Opleidingskollege van Grahamstad is dit mej. I. Winton wat in hierdie periode nog haar werk op Ling se stelsel baseer.

In die latere jare is dit veral die "Movement Training" gebaseer op Laban se idees wat 'n groot rol in die opleiding

- 
- 1) Kaapse Onderwysdepartement, Sillabus vir die Primêre Onderwysdiploma in liggaamlike opvoeding (vroue), 1968, p.7.
  - 2) Id. Sillabus vir die Primêre Onderwysdiploma in liggaamlike opvoeding (mans), 1968, p. 2.

van dames speel. Mejj. J.M. Dugmore en R. McCormick dosente, aan die Kaapstadse Opleidingskollege, maak veral daarvan gebruik.

Korrektiewe gimnastiek vind 'n plek in die opleiding van mans sowel as van dames en in die verband behoort gekonstrueerde oefeninge van Sweedse oorsprong 'n rol te speel. Apparaat van Sweedse oorsprong word gebruik om oefeninge wat in die opleidingsprogram voorkom, uit te voer.

Uit die leerplanne van die sertifikaatkursus, die diplomakursus en die B.Ed.Phys.-graad<sup>1)</sup>, asook die kursus van 1968 wat vir graaddoeleindes<sup>2)</sup> aan die Universiteit van Stellenbosch gevolg kon word, is die invloed van die Sweedse stelsel moeilik bepaalbaar. Dr. J.W. Postma verklaar dat by die kursus „Rigtinge in die liggaamlike opvoeding“, in die tweede jaar, praktiese lesse gegee word in die Sweedse- en Deense gimnastiek. Hierdie rigtinge word teenoor mekaar gestel<sup>3)</sup>. Ook mnr. J.C. Kelder het Sweedse gimnastiek as deel van die klasse in „Rigtings in liggaamlike opvoeding“ gegee - teoreties en prakties. Prof. D.H. Craven het nooit die Sweedse gimnastiek toegepas nie.

Net soos in die geval van die Universiteit van Stellenbosch is die invloed van die Sweedse stelsel nie uit die leerplanne van die Diplomakursus<sup>4)</sup> en later die graadkursus van 1968<sup>5)</sup> wat aan die Universiteit van Grahamstad gevolg kon word, duidelik nie.

---

1) Smith, D.P.J. 'n Histories-kritiese ondersoek na die opleiding van onderwysers, p. 88-90.

2) Universiteit van Stellenbosch, Jaarboek, 1968, p.411-12.

3) In korrespondensie met dr. J.W. Postma.

4) Locke, op. cit., p. 54.

5) Universiteit van Grahamstad, Jaarboek, 1968, p.377-380.

Korrektiewe oefeninge word in die leerplan ingesluit. Die werk van K.A. Schrecker, "Corrective gymnastics for schools" word in die verband voorgeskryf, Prof. E.E. Locke het in die houdings-oefeningtabelle sommige Sweedse gekonstrueerde oefeninge ingesluit. Apparaat van Sweedse oorsprong word in die toepassing van sekere oefeninge gebruik<sup>1)</sup>.

## B. Natal

### 1. Publieke skole

#### a. 1835-1900

Die liggaamsoefeninge wat in 1866 by die Hoërskool vir seuns in Pietermaritzburg met behulp van oefenbalke gedoen is, het geensins verband met die Sweedse gimnastiek gehou nie. Hierdie provinsie het sterk onder die invloed van Engeland gestaan en teen daardie tyd is die Sweedse gimnastiek nog nie in opvoedkundige inrigtings beoefen nie, hoewel dit toe reeds in mediese verband sy verskyning gemaak het.

In die primêre afdeling maak die leerplan na 1877 vir liggaamsoefeninge voorsiening. Dit kan verwag word dat die Sweedse gimnastiek tot 1900 moontlik sy invloed sou laat geld, want dit is vanaf 1878 dat die Sweedse gimnastiek in primêre meisieskole in Engeland beoefen is.

#### b. 1900-1936

Die vakansiekursus in die Sweedse gimnastiek werp vrugte af, want goeie gevolge in die praktiese toepassing daarvan was in baie skole merkbaar<sup>2)</sup>.

Dit is ook die aanstelling van spesiale leerkragte aan die meisieskole van Durban en Pietermaritzburg in 1912 wat goeie resultate toon, want "the effects are being to be seen in the

---

1) Locke, op. cit., p. 52.

2) Kelder, op. cit., p. 117.

improved carriage of the girls"<sup>1)</sup>. Indien die leerkragte hulle vir die vak sou beywer, sou die Sweedse stelsel groot invloed gehad het, maar skoolhoofde het nie altyd die nodige steun aan die vak verleen nie.

Die invloed wat die stelsel gehad het, was groter op die liggaamsoefeninge van die dogter, want in 1913 word beweer: "considerable advance has been made in physical training as far as girls are concerned". Oor die liggaamsoefeninge van die seun word berig: "The old system of physical drill for cadets has been discarded, and no adequate system has yet been prescribed in its place"<sup>2)</sup>.

In verskeie rapporte word daarop gewys dat dit met die liggaamsoefeninge van die dogter goed gaan. Op die swak houding van seuns wat nie die nodige deelname in sport en liggaamsoefeninge kry nie, word gedurig gesinspeel. Hierdie toedrag van sake word tot in die dertigerjare waargeneem, waar die liggaamshouding van die seuns dikwels ongunstig vergelyk met die van die dogters wanneer hulle in die openbaar verskyn. Hierdie verskynsel word soms toegeskryf aan die verskil in resultate tussen militêre "drill" en Sweedse "drill"<sup>3)</sup>.

Dit moet nie sonder meer aanvaar word dat die Sweedse stelsel sy invloed op alle meisieskole laat geld het nie. Die teendeel is waar, want in gunstige rapporte oor die vak blyk dit dat dit van toepassing is op skole in die groot stede, terwyl nie veel melding oor plattelandse skole gemaak word nie<sup>4)</sup>. Aan die ander kant was daar wel skole wat die vak vir seuns aangebied het en in die opsig is goeie resultate behaal<sup>5)</sup>.

---

1) Natalse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1912, p. 13.

2) Id. Verslag van die S.G.O., 1913, p. 12.

3) Id. Verslag van die S.G.O., 1932, p. 23.

4) Id. Verslag van die S.G.O., 1915, p. 15.

5) Id. Verslag van die S.G.O., 1932, p. 15.

In die gevalle waar dit vir seuns aangebied is, is dit moontlik aan kadetoffisiere toevertrou.

Ten spyte daarvan dat die toepassing van die vak in hierdie periode nie altyd na wense was nie, moet onthou word dat waar dit wel beoefen is, die invloed van die Sweedse gimnastiek oorheersend was. Die Engelse leerplanne is uitsluitlik gebruik. Die invloed wat Engeland op die provinsie gehad het, blyk daaruit dat na die verskyning van die leerplan van 1933, waardeur die meer formele oefeninge van die verlede vervang is deur vrye liggaamsbewegings, gevoel is dat die ouer onderwysers toegelig moes word deur 'n instrukteur van die nuwe tipe. Daarom word daaraan gedink om sulke instrukteurs wat te Leeds Universiteit opgelei is, na die provinsie te bring om instruksie te verleen<sup>1)</sup>.

c. 1936-1968

Tot met die verskyning van die leerplanne van die N.A.R.L.O. sou die werke van die "Board of Education" van Engeland, soos in die Kaapprovinsie, as handleiding in die toepassing van die vak dien.

In 1945 verklaar mnr. Braham: "The National Advisory Council Syllabuses (those published) are used in our schools, ....<sup>2)</sup>. Alle onderwysers moes in die aanbieding van lesse die raamwerk soos in die leerplanne voorgeskryf, volg.

Die werke wat later deur die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap vir die primêre afdeling uitgegee is, speel 'n belangrike rol vanweë mnr. Braham se aandeel in die samestelling van die werke.

---

1) Natalse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1934, p. 29.

2) Braham, E. The organisation of Physical Education in Natal. Report of the first South African congress for physical education, 1945, p. 177.

In die leerplan wat in 1953 deur die Natalse Onderwydepartement uitgegee word, geniet houdingsoefeninge vir bewegbaarheid en sterkte in die werktabelle deeglik aandag<sup>1)</sup>.

## 2. Onderwysersopleiding

### a. 1835-1900

Vir leerkragte was die provinsie in hierdie periode hoofsaaklik van mense wat van oorsee af ingevoer is, afhanklik. Melding word gemaak van 'n kort kursus wat gedurende 1866 te Pietermaritzburg gehou is. Britse onderwysers moes hulle vir hul werk bekwaam en moontlik ook iets omtrent liggaamsoefeninge vir Suid-Afrikaanse toestande leer. Volgens Jooste<sup>2)</sup> is dit hoogs waarskynlik dat hierdie onderwysers met 'n agtergrond van Engelse sport en spele hulle sou beywer vir die afrigting van een van die algemeen beoefende hoofspele van daardie tyd, soos bv. krieket en sokker. Sweedse gimnastiek was by hierdie mense nog onbekend. Dit kan verwag word dat Britse leerkragte wat na 1878 ingevoer is, kennis van die Sweedse gimnastiek sou hê.

### b. 1900-1936

Aan die begin van 1900 word leerkragte, veral dames, in die Sweedse gimnastiek opgelei. Vanaf 1904 sou die dames wat in die derdeklasonderwysertifikaat in Pietermaritzburg opgelei is, met liggaamsoefeninge as vak kennis maak, want die vak is toe al in laerskole toegepas<sup>3)</sup>. Die spesiale leerkrag wat in 1912 aan die Natalse Opleidingskollege aangestel is, het dames in die Sweedse gimnastiek opgelei, want die vak was toe al etlike jare in die skole in swang.

---

1) Natalse Onderwysdepartement, Leerplan vir liggaamlike opvoeding, 1953, p. 2-4.

2) Jooste, M. Die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika Deel I. Vigor VII:3, (Junie 1954), p. 33

3) Ibid., p.33-4.

Die invloed van die Sweedse gimnastiek op die opleiding van mans vergelyk ongunstig, soos blyk uit die mislukking van die kursus wat vir 1913 beplan is.

Dit is moontlik dat daar in die dertigerjare vakansiekursusse aangebied is<sup>1)</sup>.

c. 1936-1968

Behalwe vir die hoër opvoedkundige instellings in die provinsie wat hul deel bydra in die opleiding van onderwysers, meld Braham in 1950 dat in die verlede onderwysers vir die vak ook in ander provinsies opgelei is<sup>2)</sup>. In die opsig laat die opleiding in ander provinsies sy invloed op onderwysersopleiding van die provinsie geld.

Dit kan verwag word dat spore van die Sweedse stelsel in die program van die opleiding wat na 1950 in die provinsie aangebied is, sou voorkom.

C. Transvaal

1. Publieke skole

a. 1850-1900

Die onderwyswet van President Burgers van 1874 is in navolging van die Nederlandse onderwyswet van 1857 opgestel. Die gimnastiek wat in die leerplan genoem word, hou geen verband met die Sweedse gimnastiek nie, want die stelsel verskyn in daardie land eers aan die begin van die twintigste eeu. Wat moontlik in gedagte was, was die werk van Spiess en Maul wat na 1852 in Nederland gevolg is. Die aanhaling „De Gymnastiek, indien door de ouders of voogden verlangd, en de oefening in het gebruik van sabel en geweer, alsook in het drillen”<sup>3)</sup>, herinner aan Spiess se idees.

- 
- 1) Natalse Onderwysdepartement, Verslag van die S.G.O., 1933, p. 19.  
2) Braham, E. Physical Education in Natal. Report of the 2nd. South African congress for physical education, 1950, p.63.  
3) Kilian, op. cit., p. 66.

b. 1900-1936

Onder die 200 leerkragte wat uit Brittanje aan die begin van 1902 ingevoer is, oefen die Sweedse gimnastiek sy invloed in die kampskole uit. Dit sou in alle waarskynlikheid die dogter se liggaamsoefeninge wees wat die grootste voordeel uit die stap trek.

Die invloed blyk ook uit die 252 skole met 18,828 leerlinge wat in 1903 liggaamsoefeninge geniet. Hierdie op= lewing is blykbaar die gevolg van die onderwysordonnansie van 1903 waarin die saak van liggaamsoefeninge aandag geniet<sup>1)</sup>.

Liggaamsoefeninge is aan sekere skole met sukses toegepas, want na 1905 het die vooroordeel waarmee inspekteurs en onderwysers te doen gekry het, geleidelik afgeneem. Na 1907 merk verskeie inspekteurs vooruitgang in dissipline en houding op en in groter dorpe word liggaamsoefeninge goed ge= organiseer. Aan die Hoër Meisieskool kry alle vorms twee uur per week liggaamsoefeninge en elke middag word afgesonder vir spele, swem ens.<sup>2)</sup>. Inspekteur H.P. Mills van die Noordelike kring vind in 1909 dat die vak na die verskyning van die nuwe kode vooruitgang gemaak het.

Daar was egter nog streke waar teenkanting van ouers ondervind is en soms is die vak erg verwaarloos. Dit blyk uit die rapporte van inspekteur S.O. Purves van die Rustenburg= kring en die van inspekteur Thompson van die Heidelbergkring in 1905. Op die platteland is die vak erg verwaarloos. In 1904 tot 1905 is ses rapporte oor die vak uitgebring, in 1906 vyf, in 1907 slegs drie, in 1908 net twee en in 1909 slegs een<sup>3)</sup>.

---

1) Van der Merwe, I.R. 'n Histories-kritiese ondersoek na die leerplan in liggaamlike opvoeding, p. 40-1.

2) Kelder, op. cit., p. 120.

3) Van der Merwe, op. cit. p. 42-3.

Teenkanting het veral van die platteland gekom, omdat skole nie oor geskikte fasiliteite, soos sale en grasperke beskik het nie. As gevolg hiervan is die oefeninge of in die selfde klaslokale of buite in die son gegee. Hierdeur is die belangstelling van die leerling gedemp, want leerkragte het nie met Suid-Afrikaanse omstandighede rekening gehou nie en soms is die oefeninge op die warmste tyd van die dag gegee. Daar is ook nie vir geskikte kleredrag voorsiening gemaak nie en nog minder om die belanstelling gaande te maak<sup>1)</sup>.

Nieteenstaande die feit dat die vak nie tot sy reg gekom het nie, het die owerheid tog belang by die fisieke ontwikkeling van die jeug gehad. Dit blyk uit die Maaltye Voorsieningswet van 1906, die instelling van inspeksie en die oprigting van skoolklinieke onder leiding van dr. C.L. Leipoldt in 1912.

Dit is eienaardig dat sedert daardie tyd meer belangstelling getoon is in die intellektuele aspek van die saak en meer toegespits is op die teoretiese kennis van die liggaam en sy werking, asook op die persoonlike higiëne en matigheid, as op die praktiese aspek van liggaamsoefeninge. Dit getuig die inhoud van die verskillende leerplanne wat later verskyn onder die opskrif „Liggaamlike Opvoeding“, maar wat eintlik meer skemas vir gesondheidsleer en matigheid bevat. Nie een van die kodes gaan op die praktiese aspek van die oefeninge in nie. Van der Merwe<sup>2)</sup> meen dat dit moontlik te wyte is aan die feit dat dit in die Engelse leerplanne wat in Suid-Afrika toegepas is, vervat is.

Sedert 1912 tot 1931 het mnr. Collard, as organiseerder, alles in sy vermoë gedoen om die vak te bevorder. Ten spyte hiervan vind Kelder<sup>3)</sup> dat daar in 1921 slegs een liggaams=

---

1) ~~Kilian~~, op. cit., p. 83.

2) Van der Merwe, I.R. 'n Histories-kritiese ondersoek na die leerplan in liggaamlike opvoeding, p. 43-4.

3) Kelder, op. cit., p. 120.

oefeningonderwyser uit byna 5,000 was, terwyl daar terselfder=tyd 'n verpligte bepaling was dat liggaamsoefeninge eers toe=gepas word in skole waar drie of meer gekwalifiseerde onderwy=sers is. Hierdie donker kant kom voor ten spyte van die ver=slag van die Onderwyskommissie van 1917 waarin verklaar word „Lichaamsoefening, niet maar gewoon 'drill' moet worden be=schouwd als een onmisbaar element in de leergang"<sup>1)</sup>. Verder word bepaal dat liggaamsoefeninge oor die algemeen op die Sweedse gimnastiek gebaseer moes word.

Daar was egter nog kringe waar liggaamsoefeninge wel aandag geniet het. Inspekteurs A.M. Robb, F.W. Mills en G.A.C. Kuschke van die Witwatersrand-Sentraalkring berig in 1927 dat liggaamsoefening in die skole 'n goeie standaard hand=haaf<sup>2)</sup>. Voorbeelde van dames wat die Sweedse stelsel toepas, is onder andere mej. M. Theiler aan die "Jeppe High School for Girls" en mej. P. Carden.

Die werk van die T.O.D. oor die gebruik van terme in die vak wat in 1930 verskyn, is op die Engelse leerplan van 1919 gebaseer. Die 72 tabelle word in dieselfde volgorde aangebied<sup>3)</sup>.

Ten spyte van die pogings om die vak te bevorder, ge=niet dit nie die gewenste aandag op skole nie, sodat die Direk=teur in 1935 verklaar „Die liggaamlike geskiktheid van ons leerlinge laat veel te wense oor en, wat erger is, die Departe=ment doen op die oomblik bloedweinig om dit te verbeter<sup>4)</sup>.

---

1) Transvaalse Onderwyskommissie, Verslag, 1917, p. 24.

2) Transvaalse Onderwysdepartement, Verslag van die Direkteur, 1927, p. 101.

3) Transvaalse Onderwysdepartement, Terme wat gebruik moet word, p. 1-72.

4) Id. Verslag van die Direkteur, 1935, p. 19.

c. 1936 -1968

Die Engelse leerplan het aan die begin van hierdie periode nog as handleiding gedien. Na die verskyning van die leerplanne van die N.A.R.L.O. is dit gebruik, want in die voorgestelde leerplanne van die T.O.D. van 1948<sup>1)</sup> en 1952<sup>2)</sup> word dit so aanbeveel. Later speel die werke van die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap 'n belangrike rol in die toepassing van die vak in die primêre afdeling.

Die liggaamlike opvoeding van die dogter was langer aan die Engelse leerplan onderwerp. Dit wil ook blyk of die Sweedse gimnastiek dan langer in die verband toegepas is. Mej. M. Theiler pas nog byvoorbeeld die stelsel tot 1951 toe, terwyl mej. Dugmore vanaf 1943 tot 1947 die Sweedse gimnastiek aan die Meisieskool in Johannesburg, waaraan sy verbonde was, toepas.

In die leerplanne van 1961 word bepaal dat voorkeur aan gimnastiekaktiwiteite in die skoolprogram verleen word, deurdat 60% van die beskikbare tyd aan sulke aktiwiteite bestee word<sup>3)</sup>. In 1967 verval hierdie bepaling toe 50% van die beskikbare tyd aan gimnastiekaktiwiteite toegeken word<sup>4)</sup>. Onder die afdeling Oefeninge ter bevordering van Lenigheid, Spierversterking, Koördinasie en Houding word 'n verskeidenheid soorte oefeninge gegee, waaruit vier gekies moes word<sup>5)</sup>. Onder die soorte oefeninge kom vry oefeninge, oefeninge met behulp van langbanke, muurrekke en maats voor. Apparaat van Sweedse oorsprong word dus nog gebruik. Die oefeninge wat gedoen word, wyk geheel en al af van die Sweedse formele oefeninge. Idees van Sweedse oorsprong mag egter voorkom.

---

1) Transvaalse Onderwysdepartement, Voorgestelde leerplanne vir grade tot St. 8, 1948, p. 294.

2) Id. Voorgestelde leerplan vir die laerskool, 1952, p. 260.

3) Id. Leerplan vir liggaamlike opvoeding, seuns, 1961, p. 6.

4) Id. Instruksie en algemene wenke i.v.m. liggaamlike opvoeding op skole, 1967, p. 4.

5) Id. Leerplan vir liggaamlike opvoeding, seuns, 1961, p. 10.

Weens die funksionele oorvleueling word die oefeninge in die volgende afdelings geklassifiseer:

Arm-skouergordel

Nek-boromp

Heupe-onderromp

Voet-been

Sy-romp.

Die ou Sweedse idee van gelokaliseerde bewegings word dus oorbord gegooi.

In die afdeling Algemene Bedrywigheide is dit die ewewigsoefeninge wat op die Sweedse idee dui.

## 2. Onderwysersopleiding

### a. 1850-1900

In hierdie periode bestaan geen bewyse dat die Sweedse gimnastiek enige invloed op die opleiding van onderwysers gehad het nie.

### b. 1900-1936

Volgens Coetzee<sup>1)</sup> was die leerkragte, veral dames, wat in 1902 ingevoer is "...fully certificated and many of them trained as infant mistresses and specially qualified in singing". Hierdie dames sou in Engeland met die Sweedse gimnastiek kennis gemaak het.

Die aanbeveling in die Onderwysordonnansie van 1903 oor vakansiekursusse meld dat die kursusse waargeneem sou word deur goedgekeurde instrukteurs<sup>2)</sup>. Dit is hoogswaarskynlik dat instrukteurs van Engeland met 'n deeglike kennis van die Sweedse gimnastiek in gedagte was.

---

1) Coetzee, J.C. op. cit., p. 73.

2) Van der Merwe, I.R. 'n Histories-kritiese ondersoek na die leerplan in liggaamlike opvoeding, p. 41.

In die 1906-leerplan van die Normaalkollege word gemeld dat die studente bewys moes lewer dat hulle klas kan gee in marsjeer en eenvoudige liggaamsoefeninge, wat veral daarop gerig moet wees om presiesheid van beweging aan te leer<sup>1)</sup>.

Om by die heersende skoolprogram aan te pas, sou die opleiding van leerkragte aan die opleidingskolleges aandag aan die Sweedse gimnastiek moes gee. Mej. P. Carden, wat vanaf 1926 tot 1940 dosente aan die Johannesburgse Onderwyskollege was, het ook die Sweedse stelsel toegepas.

c. 1936-1968

Aanvanklik het elke kollege sy eie leerplan vir die vak opgestel. Volgens Smith<sup>2)</sup> was dit in hooftrekke dieselfde as die leerplan wat deur die N.A.R.L.O. vir Normaalkolleges saamgestel is. Die leerplan is eers in Maart 1942 deur die kolleges ontvang. In die toepassing van die vak sou die werke van die "Board of Education" van Engeland wat in 1937 verskyn, moontlik 'n rol as handleiding speel.

Van die dosente wat aan Onderwyskolleges werksaam was, is dit mejj. Hull, Hartmann en Carden wat van die Sweedse stelsel gebruik gemaak het.

Die leerplanne vir die Onderwysdiploma met Spesialisering in liggaamlike opvoeding wat deur die T.O.D. uitgereik is, was slegs in hooftrekke saamgevat. Dit is aan die personeel van kolleges oorgelaat om leerplanne in besonderhede op te stel. Die leerplanne sluit onder andere korrektiewe gimnastiek en liggaamsoefening met en sonder apparaat in<sup>3)</sup>. In die

---

1) Kelder, op. cit., p. 119.

2) Smith, D.P.J. 'n Histories-kritiese ondersoek na die opleiding van onderwysers, p. 96.

3) Transvaalse Onderwysdepartement, Handboek van regulasies en kursusse vir die opleiding van onderwysers, 1954, p. 18, en Sillabusse vir Onderwysopleidingskursusse, 1955, p. 112-4.

opsig sou idees, oefeninge en apparaat van Sweedse oorsprong gebruik word.

Die leerplanne vir die vierjarige kursusse wat vanaf 1967 in werking tree, is vir die Middelbare kursus (mans en dames), Senior Primêre kursus (mans en dames) en Junior Primêre kursus (dames) opgestel. In die leerplanne is spore van die Sweedse gimnastiek merkbaar, deurdat apparaat van Sweedse oorsprong in die beoefening van Strukturele oefeninge gebruik moet word. Korrektiewe gimnastiek geniet aandag in die Middelbare<sup>1)</sup> en Senior Primêre<sup>2)</sup> kursus.

Die kursus vir die Universiteitsonderwysdiploma wat vanaf 1936 aan die Potchefstroomse Universiteit gevolg kon word, stem ooreen met die kursus vir gewone onderwysers aan die onderwyskolleges<sup>3)</sup>. Die leergang vir die B.P.Ed.-graad is slegs in hooftrekke uiteengesit<sup>4)</sup> en dit is dus moeilik om enige afleidings te maak. Professor Smith het in sy werk, ook in die ander inrigtings waar hy werksaam was, die Sweedse stelsel as basis gebruik. Hy het egter nooit die suiwer Sweedse gimnastiek beoefen nie, dog gebruik dit om hom te lei by die opstelling van sy eie oefeninge. Hierdie oefeninge is aangevul deur sport en spele. Na sy studie in Duitsland is die rekstok en brug tot die gimnastiekprogram by die gesteunde spronge wat hy toe reeds al beoefen het, bygevoeg. In die huidige leerplan word die geskiedenis van liggaamlike opvoeding in Swede in kursus II, vraestel 2, behandel, terwyl korrektiewe gimnastiek in dieselfde vraestel duidelik uiteengesit word<sup>5)</sup>.

- 
- 1) Transvaalse Onderwysdepartement, Leerplan vir die Middelbare kursus in liggaamlike opvoeding, 1967, p. 53.
  - 2) Id. Leerplan vir die Senior Primêre kursus in liggaamlike opvoeding, 1967, p. 33.
  - 3) Smith, D.P.J. 'n Histories-kriteise ondersoek na die opleiding van onderwysers, p. 96.
  - 4) Id. Liggaamlike opvoeding aan die Potchefstroomse Universiteit, Vigor IV:4, (September 1951) bylaag.
  - 5) Potchefstroomse Universiteit, Jaarboek 1969, p. 213.

Die praktiese liggaamlike opvoedkunde wat van die eerste studiejaar af 'n deurlopende geheel vorm, sluit vir sowel mans as dames vrystaande oefeninge, oefeninge met muurrekke, langbankies en toue in<sup>1)</sup>. Hieruit blyk die Sweedse idees, hoewel bankies en muurrekke in die verlede min gebruik is.

Die leerplan vir die B.Ed.Phys.-graad wat vanaf 1947 aan die Universiteit van Pretoria aangebied is, is in hooftrekke saamgevat<sup>2)</sup>. In die derde- en vierdejaar van hierdie studie is heilgimnastiek en massage ingesluit. Korrektiewe gimnastiek word in die kursus van 1968 in die tweede en derde jaar voorgeskryf<sup>3)</sup>. Prof. Smit het nie die Sweedse stelsel in sy werk aan die Universiteit toegepas nie. Terwyl hy nog in die Kaapprovinsie was, het hy dit soms op vrywillige basis by skole toegepas. Mnr. Schrecker het die Sweeds-Deense gimnastiek wel toegepas. Aan die Kleurlingopleidingskollege het hy dit toegepas soos die inspekteur dit voorgeskryf het. By Universiteite en klubs het hy dit deurgaans as houdingsoefeninge gebruik. Mnr. Schrecker is by uitstek 'n kenner van korrektiewe gimnastiek. In sy werk "Corrective Gymnastics for Schools" kom idees van Sweedse oorsprong voor. Reeds by die inleiding van die werk beweer hy: "The immediate aim of corrective gymnastics being a structural one, viz. good posture, this kind of physical training mainly comprises structural exercises, i.e. such as are apt to influence the shape of the body by suppling certain joints and altering the tonus of muscles; such exercises are on the whole, constructed ones, i.e. they have been devised with a specific intention"<sup>4)</sup>. Hy beweer dat die oefeninge van Sweedse en Duitse oorsprong is<sup>5)</sup>. Aangesien die houdingsafwykings gewoon-

---

1) Potchefstroomse Universiteit, Jaarboek, 1969, p. 216.

2) Universiteit van Pretoria, Jaarboek, 1948, p. 144-5.

3) Id. Jaarboek, 1968, p. 185-6.

4) Schrecker, K.A. Corrective gymnastics for schools, p. 1.

5) Ibid., p. 2.

weg tot sekere dele van die liggaam beperk is, is dit nodig om die kompenserende effek van die korrektiewe oefening op 'n beperkte deel van die liggaam te konsentreer. "This is, as a rule, to be achieved best by means of partial movements, such as are restricted, more or less, to the respective segment;..."<sup>1)</sup>. Hierdie werk wat idees en oefeninge van Sweedse oorsprong inhou, is hoog aangeskryf by ander vakmanne aan hoër opvoedkundige inrigtings.

#### D. Oranje-Vrystaat

##### 1. Publieke skole

###### a. 1850-1900

Alhoewel dit uit bronne blyk dat liggaamsoefeninge in die periode reeds as eksamenvak aandag geniet, vind Kelder<sup>2)</sup> wat die Jaarverslae van die provinsie sedert 1879 nagegaan het, geen inligting oor liggaamsoefeninge nie. Dit is onwaarskynlik dat die Sweedse gimnastiek in hierdie periode enige invloed uitgeoefen het.

###### b. 1900-1936

Die "sports en drill" wat moontlik deur ingevoerde onderwysers in kampskele beoefen is, se invloed het nie lank gegeld nie, want hierdie skole het gou opgehou om te bestaan. Teen die einde van 1902 het konsentrasiekampe een na die ander opgebreek, sodat aan die begin van 1903 slegs twee kampskele bestaan het. Hierdie skole is vroeg in daardie jaar gesluit, want teen Maart het geen kampskele meer bestaan nie.

In die Kode van Regulasies van 1903 word aandag aan liggaamsoefeninge verleen. Hierdie kursus word in 1904 in skedule XII uiteengesit<sup>3)</sup>. In die beoefening van die vak word aanbeveel dat die oefeninge met behulp van kleinapparaat en met

---

1) Schrecker, op. cit., p. 14.

2) Kelder, op. cit., p. 121.

3) Coetzee, F. op. cit., p. 150.

musiekbegeleiding uitgevoer moet word. Dit laat aan die idees van Alexander dink. Tog word daarop gewys dat geskikte oefeninge bestaan, wat sonder apparaat uitgevoer kan word. Klem word op asemhalingsoefeninge gelê, terwyl die nadruk op die ontwikkeling van al die dele van die liggaam val.

Alhoewel daar met hierdie kursus gepoog is om die vak sy regmatige aandeel in die skoolprogram te gee, word dit deur sekere faktore beperk. Eerstens is te min leiding aan leerkragte verskaf oor die groepering van die oefeninge vir die verskillende ouderdomsgroepe. Hiermee ondervind die onopgeleide leerkrag veel probleme en, alhoewel vakansiekursusse aangebied is, was opgeleide leerkragte hiervoor nie voldoende nie. Omdat die keuse van die vakke wat in die leerplan opgeneem sou word vir 'n groot deel in die hande van die onderwyser self was, spreek dit vanself dat onderwysers geneig sou wees om die vakke waarvan hulle die minste kennis het, uit te skakel<sup>1)</sup>. In die tweede instansie is teenkanting van ouers ondervind. Punt 6 van die skedule bepaal dat vrystelling in die beoefening van die vak aan leerlinge verleen moet word indien hulle ouers of voogde daarop aandrang. Daar kan verwag word dat veel kinders deur ouers van deelname aan die vak weerhou is. Om die rede sou die vak ook nie veel aandag in die C.N.O.-skole geniet nie.

Dit verbaas dan nie dat ongunstige inspekteursrapporte aan die begin van die periode algemeen voorkom nie. In 1906 rapporteer 'n inspekteur, "Drill is admirably taught in a few Town Schools, but its importance is still insufficiently realized"<sup>2)</sup>. In dieselfde jaar merk 'n ander inspekteur op: "Some of the minor subjects, however, such as Singing, Drawing, Drill and Sewing have not hitherto been able to receive the attention to which they are entitled"<sup>3)</sup>. In 1907 rapporteer

---

1) Coetzee, F. op. cit., p. 43.

2) Ibid., p. 46.

3) Ibid., p. 45-46.

'n inspekteur dat "Except in a few of the best Town Schools Singing and Physical Drill are not systematically practised"<sup>1)</sup>.

Pogings is aangewend om toestande te verbeter, veral na verbeterde onderwysersopleiding en die weglating van punt 6 uit die skedule vanaf 1905. Dit wil tog blyk dat toestande in alle dele van die provinsie nie na wense was nie, want in 1917 nog rapporteer mnr. P. Elffers van die Noordelike kring "Singing, Drawing and Drill are seldom professed"<sup>2)</sup>. Mnr. J.F.W. Kupferburger van die Oostelike kring berig in dieselfde jaar "At some country schools no Physical Exercises are taught, .."<sup>3)</sup>.

In 1920 word die Kode van Regulasies hersien en 'n nuwe leerplan vir liggaamsoefeninge sien die lig. Die oefeninge word nou vir die verskillende standerds aangetoon. Byna alle apparaat is uitgeskakel en meer vrye oefeninge is ingesluit, in teenstelling met orde-oefeninge. Die oefeninge vir St. II word byvoorbeeld so uiteengesit:<sup>4)</sup>

Romp oefeninge. Halve beenbuigings.

Beenplaatsen. Armen strekken en buigen.

Alle oefeninge vierdelig.

Ademhalings oefeninge.

Die Sweedse invloed is in hierdie leerplan prominent. Dit het toe blykbaar beter met die vak gegaan, want in die jaar toe hierdie leerplan opgestel is, berig mnr. J.F.W. Kupferburger van die Middel Noordelike kring „Naaldwerk, Zingen, en Lichaams oefeninge worden meer algemeen onderwezen"<sup>5)</sup>:

---

1) Coetzee, F. op. cit., p. 46.

2) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1917, p. 43.

3) Ibid.

4) Coetzee, F. op. cit., p. 154.

5) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1920, p. 93.

Hierna word min informasie in jaarverslae oor die toepassing van die vak verstrekk. Vanaf 1927 word afsonderlike verslae vir vakke uitgebring, dog in daardie jaar word nog geen melding van liggaamsoefeninge gemaak nie. In 1928 maak die verslag slegs melding van buitemuurse bedrywigheide waarin onderwysers 'n leidende rol speel<sup>1)</sup>.

In 1929 verskyn die nuwe leerplan vir die laerskool wat op die Sweedse stelsel gebaseer is. Die Engelse leerplan van 1919 word as handleiding aanbeveel<sup>2)</sup>.

Die vak het van nou af groter aandag geniet, want die rapport van die „Raad van Inspekteurs" van 1929 vergelyk gunstiger met die wat in die verlede uitgebring is. Uit die verslag blyk dit dat daar in meeste dorpskole onderrig in die vak gegee word, terwyl op die platteland wel iets aan die vak gedoen word<sup>3)</sup>. In die meeste gevalle is dit slegs die jonger seuns en dogters wat onderrig in die vak geniet. „By die groter seuns vervang kadetoeffening meestal die gewone gimnastiek"<sup>4)</sup>. Toestande het geleidelik verbeter en die vak begin ook aandag in hoërskole geniet<sup>5)</sup>. In die verslag van 1933-34 word gemeld dat, alhoewel die vak nie meer 'n eksamenvak is nie, word dit in die meeste skole tot standerd VIII gedoseer<sup>6)</sup>. So pas mnr. A.H. Britton die Sweedse stelsel vanaf 1930 aan die St. Andrew School in Bloemfontein toe.

- 
- 1) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1928, p. 67.
  - 2) Coetzee, F. op. cit., p. 166-8.
  - 3) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1929, p. 64-66.
  - 4) Id. Verslag van die Direkteur, 1930, p. 60.
  - 5) Id. Verslag van die Direkteur, 1932, p. 68.
  - 6) Id. Verslag van die Direkteur, 1933-34, p. 76.

Nog 'n gunstige verslag volg aan die einde van hierdie periode waarin gemeld word dat die vak gereeld een keer per week gegee word<sup>1)</sup>. Op plaasskole is die vak egter nie na wense beoefen nie.

c. 1936-1968

Tot omstreeks 1939 sou die Sweedse gimnastiek nog invloed toon. Mnr. Britton het tot in 1939 nog van die stelsel gebruik gemaak in sy werk aan die St. Andrew School in Bloemfontein. Na die besoek van Niels Bukh in 1939 toon sy Primêre gimnastiek invloed. Soos in die ander provinsies, is dit die leerplanne van die N.A.R.L.O. wat 'n groot rol speel in die toepassing van die vak<sup>2)</sup>. Van der Plaat<sup>3)</sup> meld in 1945 dat hy in die orgaan van die Onderwysersvereniging oefenstof vir die Sweedse bank en springkas gepubliseer het.

In die veertigerjare deurloop onderwysers en seuns kursusse by die Verdedigingsmag, wat ook heelwat moderne liggaamsoefeninge insluit<sup>4)</sup>.

Omdat Senior Boek III van die N.A.R.L.O. eers aan die begin van die vyftigerjare verskyn, het daar tot op daardie stadium nie 'n grootskaalse eenvormigheid geheers in die liggaamlike opvoeding van die dogter nie. Daarom beweer mev. I. Salmon<sup>5)</sup> in 1950: "At present with so many new theories in relation to Physical Education it would be a mistake to lay down any hard and fast policy for the future". Daar is getrag om verskeie tipes werk te volg ten einde vas te stel watter die gunstigste by Suid-Afrikaanse toestande sou aanpas.

---

1) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1935, p. 86.

2) Van der Plaat, A. Liggaamsopvoeding in die O.V.S. Verslag van die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir liggaamlike opvoeding, 1945, p. 172.

3) Ibid., p. 175.

4) Ibid., p. 171.

5) Salmon, I. op. cit., p. E4.

In die leerplan vir skole wat in 1965 herdruk is, kom idees van Sweedse oorsprong voor. Onder die doel van die vak word onder andere genoem<sup>1)</sup>: Om liggaamsgroei en -ontwikkeling te bevorder, wat ook die teenwerking van fisieke nadelige invloed as gevolg van ongesonde leefwyse insluit. Onder die afdeling „oefening" in die praktiese les, moet onder andere alle liggaamsdele, waar moontlik, gedek word. Variasies in lestipe is belangrik bv. o.a. vrystaande oefeninge, maatoefeninge, oefeninge met apparaat soos balanseerbankies, muurrekke ens.<sup>2)</sup>.

## 2. Onderwysersopleiding

### a. 1850-1900

Die Onderwyswet van 1872 wat ook gimnastiek vir die Normaalskool in die leerplan insluit, lewer 'n bydrae tot die ontwikkeling van die vak. In 1874, toe hierdie wet in werking tree, het die Sweedse gimnastiek nog nie invloed uitgeoefen op die lande vanwaar die stelsel na Suid-Afrika verbrei het nie. Dit is moontlik dat die Sweedse stelsel aan die einde van hierdie periode 'n geringe invloed sou hê.

### b. 1900-1936

Behalwe vir onderwysers wat ingevoer is en vir vakansie-kursusse wat aangebied is, word leerkragte teen 1904 in orde-oefeninge en liggaamsoefeninge aan die Normaalskool opgelei<sup>3)</sup>. Met die aanstelling van spesiale leerkragte aan die Normaalskool in 1908, kan verwag word dat die Sweedse gimnastiek veel aandag sou geniet. Vir die derdeklas onderwyssertifikaat word liggaamsoefeninge as 'n afsonderlike vak aangegee. Die liggaamsoefeninge wat studente vanaf 1912 aan die Polytegniese Kollege gedoen het, het „Vrije en Orde-oefeningen der Gymnastiek"<sup>4)</sup> in-

---

1) O.V.S.-Departement van Onderwys, Leerplan vir liggaamlike opvoeding Std. 6-10, 1965, p. 3.

2) Ibid., p. 6.

3) Coetzee, F. op. cit., p. 44.

4) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1912, p. 24.

gesluit.

Blykbaar was die militêre instrukteurs wat sedert 1919 "drill" aan die Normaalkollege aangebied het, vanaf Engeland afkomstig. Hulle sou 'n deeglike kennis van die Sweedse gimnastiek hê en leerkragte daarin onderrig.

Gedurende 1923 is nuwe kursusse vir die opleiding van onderwysers aan die Normaalkollege gevolg. Onder die nuwe stelsel was daar een bepaalde verbetering te bespeur, naamlik dat veel meer aandag aan praktiese vakke waaronder liggaams-oefeninge, gewy kon word<sup>1)</sup>.

In 1926 word 'n verlenging in kursusse beoog. In 1928 word uitvoering aan hierdie aanbeveling gegee, toe die Laer Primêre Kursus na twee jaar en die Hoër Primêre kursus na drie jaar verleng is. Hierdeur is aandag aan die verwaarloosde vak gegee. Hierdie stap het nie gou vrugte afgewerp nie, want in 1929 word nog 'n behoefte gevoel aan vakansiekursusse vir opleiding in minstens die essensiëleste gedeeltes van die vak<sup>2)</sup>. Met die tyd het toestande verbeter en, as gevolg van die toenemende aantal onderwysers met tegniese kwalifikasies en met die oog op seksie 77 van die Onderwysordonnansie van 1930, is daar in 1931 voorsiening gemaak vir die uitreiking van Professionele Tegniese Onderwysertifikate vir bevoegdheid in tegniese vakke, waaronder ook liggaamsoefeninge. Sertifikate van hier aard is vir geruime tyd nie deur die Raad uitgereik nie, aangesien die beskikbare aantal betrekkings in die provinsie waarvoor tegniese bekwaamheid vereis is, nie spesiale opleidingskursusse geregverdig het nie<sup>3)</sup>.

---

1) O.V.S.-Departement van Onderwys, Verslag van die Direkteur, 1923, p. 43.

2) Id. Verslag van die Direkteur, 1929, p. 66.

3) Id. Verslag van die Direkteur, 1931, p. 103.

Omdat die Sweedse gimnastiek die heersende stelsel in die skoolprogram was, moes leerkragte in hulle opleiding daarmee kennis maak.

c. 1936-1968

Die kursusse wat vir diensdoenende onderwysers aan= gebied is, was van sodanige aard dat dit onderwysers 'n insig sou gee van die werk wat in die leerplanne van die N.A.R.L.O. sou voorkom. Daarom skryf V.D. Plaat<sup>1)</sup> in 1941: „As hierdie mense naderhand (en ek hoop spoedig) die leerplan van die Nasionale Adviserende Raad insake Liggaamsopvoeding in hande kry, sal hulle weet met hom te werk". Hierdie kursusse is deur dosente van die Normaalkollege waargeneem.

Oor die leerprogram wat aan die Normaalkollege ge= bruik is, meld Smith<sup>2)</sup> dat dit dieselfde was as wat vir alle eenjarige spesiale kursusse deur die N.A.R.L.O. voorgeskryf is. Voor hierdie leerplan in gebruik geneem is, sou ander gebruik moes word. Mnr. Britton het vir 'n kort tydjie wel die Sweed= se gimnastiek aan die Normaalkollege gebruik, tot Niels Bukh die Deense Primêre Gimnastiek in 1939 bekend gestel het.

In die leerplan vir die Hoër en Laer Primêre Onderwys= diploma wat sedert 1948 gebruik is, word onder die praktiese werk melding gemaak van "Personal gymnastics to improve posture, ..." <sup>3)</sup>. Die boeke wat deur die N.A.R.L.O. reeds uitgegee is, sou as leiding dien, terwyl oefeninge van moderner stelsels ook gebruik sou word. Vir dames word oefeninge aan o.a. Sweedse apparaat voorgeskryf.

- 
- 1) Van der Plaat, A. Liggaamsopvoeding in die O.V.S. - Liggaams= opvoeding III:1, (April 1941), p. 12.
  - 2) Smith, D.P.J. 'n Histories-kritiese ondersoek na die op= leiding van onderwysers, p. 92.
  - 3) O.V.S.-Departement van Onderwys, Leerplan vir die opleiding van onderwysers in liggaamlike opvoeding, 1948, p. 1.

In die leerplan van 1960 word weer van kunsmatige oefeninge melding gemaak, asook toesteloefeninge onder die afdeling Persoonlike gimnastiek<sup>1)</sup>.

Die leerplan van 1968 skryf steeds oefeninge voor wat 'n goeie houding ten doel het, terwyl aandag aan korrektiewe gimnastiek gegee word<sup>2)</sup>.

Uit die leerplan van die vierjarige graadkursus<sup>3)</sup> wat vanaf 1947 aan die Universiteitskollege van die Vrystaat gevolg kon word, is die Sweedse invloed nie maklik bepaalbaar nie. In die huidige kursus wat aangebied word, word die volgende opgemerk. By die eerste vraestel van kursus I word die geskiedenis van die vak behandel. Daaronder word die ontwikkeling van die vak in Swede ook behandel. Studente kry dus 'n insig in die Sweedse gimnastiek, hoewel op 'n teoretiese vlak. Die derde vraestel van kursus III behandel korrektiewe gimnastiek. Vir houdingsafwykings word van remediale oefeninge gebruik gemaak<sup>4)</sup>.

Prof. I.R. van der Merwe het in die teoretiese voorlesings met nadruk na die Sweedse gimnastiek verwys. Hy het dit ook as voorbereiding vir komende aktiwiteite in praktiese klasse toegepas. Hierdie oefeninge beskou hy as noodsaaklik, alhoewel hy volgens die Gaulhofer-Streicher sisteem gewerk het.

- 
- 1) O.V.S.-Departement van Onderwys, Leerplan vir die opleiding van onderwysers in liggaamlike opvoeding, 1960, p. 2.
  - 2) Id. Leerplan vir die opleiding van onderwysers in liggaamlike opvoeding, 1968, p. 8.
  - 3) Universiteit van die O.V.S., Jaarboek, 1947, p. 164.
  - 4) Id. Jaarboek, 1968, p. 194-203.

## II. BEMOEIING VAN DIE SENTRALE REGERING

### A. Die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoeding

#### 1. Die besoek van Niels Bukh

Niels Bukh besoek Suid-Afrika op die stadium toe die vak in die land op die drumpel van groot ontwikkeling staan. Sy werk en idees sou dus ongetwyfeld invloed op die vak alhier toon. Reeds in die eerste uitgawe van „Liggaamsopvoeding” in April 1939 stel hy die Deense Primêre Gimnastiek bekend met die artikel „Deense Boere-Gimnastiek” en beklemtoon ook die waarde van die gimnastiek<sup>1)</sup>. Op 17 Oktober 1939 spreek Bukh die N.A.R.L.O. en ander verteenwoordigers van staatsdepartemente en -inrigtings toe. In die loop van die toespraak is die noodsaaklikheid van 'n eenvormige stelsel beklemtoon, na aanleiding van die groot afwykings wat in metodes wat hier gevolg is, voorkom<sup>2)</sup>.

Die toer van die Deense gymnaste lewer 'n verdere bydrae op die invloed van die vak toe mej. Anne-Lise Stølz haar in Suid-Afrika vestig en 'n betrekking aan die Bloemfonteinse Onderwyskollege as dosente in liggaamlike opvoeding, aanvaar. Sy lewer ook 'n bydrae in die samestelling van Senior Boek III.

'n Duidelike beeld van die invloed van die Deense gimnastiek sal in 'n kritiese bestudering van die leerplanne van die N.A.R.L.O. verkry word. Hierdie werke is die basis waarin die verskillende stelsels en strominge hul invloed toon.

#### 2. Offisiële organe

In die offisiële organe van N.A.R.L.O. verskyn verskeie artikels wat met die Sweedse stelsel verband hou. Die agting

---

1) Bukh, N. Deense Boere Gimnastiek. Liggaamsopvoeding. I:1, (April 1939), p. 16.

2) Id. Mnr. Niels Bukh oor liggaamsopvoeding. Liggaamsopvoeding II:1, (April 1940), p. 3.

wat K.A. Knudsen vir die idees en werke van Ling en Bukh gehad het, is welbekend. In Junie 1939 skryf Knudsen in „Liggaamsopvoeding“ die artikel „Ling se gimnastiek en Niels Bukh“. 'n Verdere artikel deur dieselfde skrywer verskyn in September 1939 onder die titel „Niels Bukh“, juis gedurende die besoek van die Deense gimnaste aan Suid-Afrika. Dit is duidelik dat kort voor, gedurende en na die toer van Niels Bukh prominensie aan die Deense Primêre Gimnastiek in die blad „Liggaamsopvoeding“ verleen is.

In September 1939 skryf dr. A. Obholzer die artikel, getitel, „Pehr Henrik Ling“. In hierdie artikel gee dr. Obholzer 'n objektiewe oorsig van Ling se lewe en werk en aan die einde maak hy die realistiese afleiding dat, hoewel Ling baanbrekerswerk gedoen en goeie werk gelewer het, sy sisteem reeds verouderd is<sup>1)</sup>. In Junie 1940 skryf dr. Obholzer 'n verdere artikel „Gekonstrueerde of funksionele Beweging?“. In die artikel bespreek hy die kernvraag, soos deur die titel aangedui, wat hom op die Lingiade kongres van 1939 in Stockholm voorgeen doen het<sup>2)</sup>.

Ook uit die pen van (die tans dr.) J.W. Postma van Stellenbosch verskyn artikels wat met die Sweedse gimnastiek verband hou. In die uitgawes van November 1940, April en Junie 1941 skryf hy 'n reeks artikels onder die opskrif „Strominge in Liggaamsopvoeding“. In die artikel wat in April 1940 verskyn, onderwerp hy die Deense Primêre Gimnastiek aan 'n beskouing in hoeverre dit as 'n sisteem van liggaamlike opvoeding vir die kind kan geld<sup>3)</sup>. Met die artikel „Die invloed van rekkings=

---

1) Obholzer, A. Pehr Henrik Ling. Liggaamsopvoeding I:3, (September 1939), p. 25.

2) Id. Gekonstrueerde of funksionele beweging?. Liggaamsopvoeding II:2, (Junie 1940), p. 3.

3) Postma, J.W. Strominge in liggaamsopvoeding. Liggaamsopvoeding III:1, (April 1941), p. 3.

oefeninge op lenigheid" plaas dr. Postma die werk van Bukh onder die soeklig<sup>1)</sup>. In 'n ander artikel wys dr. Postma op die waarde van die Sweedse bank in die beoefening van sekere liggaamlike aktiwiteite<sup>2)</sup>.

Verskeie ander artikels wat verband met die Sweedse stelsel hou, het in die kwartaalblaai „Liggaamsopvoeding" en „Vigor" verskyn. Genoemde artikels dien as voorbeelde.

### 3. Eenvormige leerplanne

#### a. Junior Boek

In die bestudering van hierdie werk is idees spruitende uit die Sweedse stelsel, merkbaar. Verskeie punte van verskil kom ook voor.

'n Belangrike verskynsel in die werk is die feit dat die fisiologiese en psigologiese ontwikkeling van die kind by die samestelling van die oefenstof, deeglik in aanmerking geneem word. By die gebrek aan wetenskaplike gegewens in verband met Suid-Afrikaanse kinders is die groeikurwe van Stuttgart as basis geneem<sup>3)</sup>. Dit is 'n afwyking van die oorspronklike Sweedse stelsel, wat die Sweedse gimnastiek aan kritiek blootgestel het.

Onder die afdeling Inleidende oefening van die les word aktiwiteite soos vry of formeel hardloop en loop genoem, terwyl gewoon marsjeer as nie voldoende nie, beskou is<sup>4)</sup>. Formele stap en hardloop en marsjeer mag hierdie deel van die les nog 'n formele kleur gee, maar dit wyk af van die suiwer formeel-militaristiese vorm van inleiding wat kenmerkend van die Sweedse stelsel was.

---

1) Postma, J.W. Die invloed van rekkingsoefeninge. ~ Volkskragte II:2, (Maart 1944), p. 91.

2) Id. Die gebruik van die Sweedse bank. ~ Liggaamsopvoeding III:1, (April 1941), p.13.

3) N.A.R.L.O., Junior Boek, p. 1.

4) Ibid., p. 7.

In die houdingsoefeninge-deel van die les word 'n goeie houding by staan, sit en loop uit 'n estetiese en gesondheidsoogpunt as uiters belangrik beskou<sup>1)</sup>. Om dit te bereik, moet die spiergroepe van die hele liggaam gerek en versterk word. Dit spreek van die Sweedse stelsel, wat die ontwikkeling van 'n goeie houding as hoofsaak gestel het, terwyl Ling se idee van 'n omvattende harmoniese ontwikkeling van die liggaam aangehang word. Ook die idee van Niels Bukh se rekking van spiergroepe blyk invloed te hê.

'n Afwyking van Ling se opvatting dat 'n enkele spier of spiergroep beoefen kan word, blyk uit die aanhaling „Daar bestaan geen enkele oefening wat net 'n sekere groep spiere in beoefening bring nie, ...”<sup>2)</sup>, dog verder word beweer dat by elke oefening daar darem sekere spiere is wat die vernaamste werk doen, waarvolgens oefeninge dan in bv. rompoefeninge, beenoefeninge of armoefeninge ingedeel kan word. Daar moet aanvaar word dat die Sweeds-Deense gedagtes in die volgende aanhaling voorkom „... die houdingsgedeelte moet min of meer uit vier tot ses vormgewende oefeninge vir die romp (d.w.s. maag-, sy-, rug- en nek-oefeninge) en ter versterking en lenigmaking van arms en bene bestaan”<sup>3)</sup>. In die uitvoering van hierdie oefeninge bestaan geen vaste voorskrif t.o.v. die volgorde waarin dit uitgevoer moet word nie. Oefeninge in die daaglikse lesprogram van die Sweedse stelsel moes volgens 'n vaste en vooropgestelde volgorde uitgevoer word. Geleidelike vordering wat 'n kenmerk van die Sweedse gimnastiek was en 'n sekere mate van herhaling, is as noodsaaklik beskou<sup>4)</sup>. Bevele wat ooreenstem met die van Niels Bukh, verbetering van foute en klasopstellings kom ook in die werk onder bespreking.

---

1) N.A.R.L.O., Junior Boek, p. 7.

2) Ibid., p. 8.

3) Ibid.

4) Ibid., p. 12.

'n Formele neiging word in die afdeling eind oefeninge bespeur. Marsjeer en halthouding word genoem<sup>1)</sup>.

Die sogenaamde asemhalings oefeninge wat 'n vaste plek in die Sweedse lesprogram gehad het, word in die werk oorboord gegooi. Fisiologiese navorsing teen daardie tyd het reeds op die foutiewe opvatting t.o.v. die oefeninge gewys<sup>2)</sup>.

Die praktiese uitvoering van die vormgewende oefeninge toon geensins ooreenkoms met die sulwer formeel-militaristiese Sweedse gimnastiek nie. Die Sweedse oefeninge pas nie by die fisiologiese en emosionele gesteldheid van die kind nie. Die werk van J.G. Thulin „Gymnastics for little children" is as een van die bronne in die samestelling van die werk gebruik.

'n Hoofstuk in die werk word aan springoefeninge gewy<sup>3)</sup>. In die Sweedse lesprogram het spring en gesteunde spronge aandag geniet.

#### b. Senior Boek I

Idees wat met die Sweedse gimnastiek verband hou, is in Junior Boek bespreek. 'n Verdere bespreking t.o.v. die vormgewende oefeninge is nodig.

Erkenning word aan liggaamlike opvoeders soos J. Lindhard en Niels Bukh verleen, wat reeds die behoefte aan 'n nadere omskrywing van die uitwerking van oefeninge erken en pogings aangewend het om die indelingstelsel te verbeter<sup>4)</sup>.

Die samestellers van hierdie werk erken dat die meeste vormgewende oefeninge kunsmatig van aard is en 'n beperkte uit-

---

1) N.A.R.L.O., Junior Boek, p.8.

2) Ibid., p. 19.

3) Ibid., p. 129-147.

4) N.A.R.L.O., Senior Boek I, p. 115.

werking het, met die hoofsaaklike doel die verbetering of voorkoming van 'n foutiewe liggaamshouding, asook die voorbereiding van die liggaam om hom te kan gebruik vir alle ander funksionele bedrywighede wat krag, uithouvermoë en senuweekoördinasie verg en ontwikkel<sup>1)</sup>.

Ten opsigte van die indeling van oefeninge word daar erken dat dit mank gaan aan sekere gebreke wat sulke kunsmatige indelings meebring, dog dit sal die gimnastiekonderwyser wat kennis van fisiologie en anatomie het, nietemin help om 'n program saam te stel wat oefeninge vir die hele liggaam sal bevat<sup>2)</sup>. Uit die bespreking is die Sweeds-Deense invloed duidelik.

T.o.v. die oefenstof is dit ook interessant dat 'n verskeidenheid oefeninge van Sweeds-Deense oorsprong voorkom. In die hoofstukke wat oor die vormgewende oefening handel, kom vrystaande oefeninge, maatoefeninge, oefeninge aan die muurrekke, oefeninge met die Sweedse bankies en ook oefeninge met die Sweedse balk voor. Die oefeninge word vir die verskillende spiergroepe ingedeel en daar word ook aangedui wat die effek van 'n betrokke oefening is.

#### i. Beenoefeninge

Onder vrystaande oefeninge word ritmiese spronge genoem, asook allerlei passe en verbindings van passe met armbewegings. Die rekking van die agterste dyspiere<sup>3)</sup> kom voor. Uitvalposisies onder spierversterkende oefeninge kom ook in die Sweeds-Deense gimnastiek voor.

#### ii. Armoefeninge

Die uitvoeringswyse van die oefeninge verskil geheel en al van dié soos in die Sweedse stelsel gedoen. Hysoefeninge

---

1) N.A.R.L.O., Senior Boek I, p. 115,

2) Ibid.

3) Ibid., p. 122-5.

aan die Sweedse balk<sup>1)</sup> toon ongetwyfeld dat dit van Sweedse oorsprong is.

### iii. Nekoefeninge

Omdat die nekspiere alreeds genoegsame oefeninge by die rompoefeninge kry, word nie veel aandag daaraan verleen nie.

### iv. Sy-oefeninge

Sy-oefeninge bestaan uit sywaartse buigings en draai-bewegings van die romp.

### v. Maagoefeninge

Aan hierdie oefeninge word veel aandag verleen, omdat dit 'n bydrae tot 'n goeie houding lewer. Die oefeninge versterk die spiere wat die hekkengordel en borskas verbind. Strawwe maagoefeninge word veral met behulp van maats, muurrekke, langbanke en die Sweedse balk uitgevoer.

### vi. Rugoefeninge

Soos by die Sweedse en Deense gimnastiek word rug-oefeninge as van groot belang vir 'n goeie houding beskou. Spanboogoefeninge wat sy oorsprong in Swede vind en veral ook deur Bukh baie beklemtoon word, geniet aandag. Spanboogoefeninge met behulp van maats en die muurrekke geniet prominensie in die werk.

### vii. Ewigsoefeninge

Ewigsoefeninge wat in die Sweedse lesprogram 'n vaste plek geniet, word in die werk onder vrye ewigsoefeninge en ewigsoefeninge met behulp van apparaat, behandel. Die Sweedse bank en -balk leen hulle tot die aktiwiteite.

---

1) N.A.R.L.O., Senior Boek I, p. 440-445.

c. Senior Boek III

Dit is duidelik dat in hierdie werk die vormgewende oefeninge ook aandag geniet en op die versekering van 'n goeie houding gerig is. 'n Verskeidenheid oefeninge wat spore van die Sweeds-Deense gimnastiek toon, word gegee. Hierdie oefeninge word opgestel met behulp van maats, muurrekke, Sweedse balk en -bank terwyl vrystaande oefeninge ook aandag geniet. Aktiwiteite met behulp van klimrame word deeglik bespreek en met foto's geïllustreer.

Hierdie oefeninge is deur bekwame vakmense opgestel om die oefeninge by die gesteldheid van die vrou en dogter te laat aanpas.

d. Leerplan vir Liggaamlike Opvoeding vir Normaal- en Opleidingskolleges

Onder die afdeling Geskiedenis van Liggaamlike Opvoeding word die Moderne tyd vanaf die 17de eeu tot die huidige behandel<sup>1)</sup>. Studente sou 'n insig oor die Sweedse stelsel kry.

Die praktiese liggaamsoefeninge het o.a. die volgende ingesluit: Vrye oefeninge, maatoefeninge, muurrekoefeninge, langbankoefeninge en oefeninge aan die Sweedse balk.

Benewens die opleiding in vormgewende oefeninge, maak studente ook kennis met verswarings, bevele, verbetering van foute en klasopstellings.

e. Terme in verband met Liggaamlike Opvoeding

In die werk is daar, na heelwat oorweging, besluit om die terminologie van die "Board of Education" en van die "Ling Association" asook die wat in die Verdedigingsmag in gebruik was, as grondslag te aanvaar<sup>2)</sup>. Verder is talle Engelse,

---

1) N.A.R.L.O., Leerplan vir Normaalkolleges, p. 5.

2) Id. Terme i.v.m. liggaamlike opvoeding, p. 5.

Nederlandse en Duitse boeke as leiding gebruik. Die werk het nie alle aspekte van gimnastiek gedek nie, gevolglik is mnr. E. Flemming afgesonder om dit uit te brei. Die Sweedse vertaling is toe as basis vir die leerplanne aanvaar. Die gevolg hiervan was dat alhoewel die Junior Boek elementêre terme bevat het, dit Senior Boek I en III was wat omvattender gedeeltes oor gimnastiekterme ingesluit het. Word die terme vergelyk met die werk van Van Blijenburgh, wat op die Sweedse stelsel berus, is die ooreenkoms duidelik merkbaar.

#### B. Die ontwikkeling sedert 1951

##### 1. Uitgawes deur die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap

###### a. Liggaamlike Opvoeding vir Meisies

Ten opsigte van die doelstellings word klem gelê op die ontwikkeling van krag en lenigheid om gesonde liggaamsgroei aan te help en swak houdingsgewoontes teen te werk<sup>1)</sup>. Bedrywighede ter bevordering van houding wat lenigmakend en spierversterkend van aard is, word so ingedeel:<sup>2)</sup>

- i. Rompbewegings met uitwerking op die sye en/of maag.
- ii. Been- en voetbewegings, met inbegrip van die heupe.
- iii. Bewegings vir die arms, skouers en boonste ruggedeelte, wat armswaai en -rol en armsversterkende bewegings (veral hys-hange) meebring.

Ofskoon boogmaakbewegings rompbewegings is, kan hulle hier ingesluit word, aangesien hulle dieselfde uitwerking op die boonste gedeelte van die liggaam het.

In die toepassing van die oefeninge ter bevordering van die houding is die invloed van die Sweedse formele oefening geensins merkbaar nie. Die invloed bly beperk tot die idee van die houding in stand te hou of te verbeter.

---

1) Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap, Liggaamlike Opvoeding vir Meisies, p. 1.

2) Ibid., p. 20.

b. Liggaamlike Opvoeding vir Seuns

Vormgewende oefeninge maak 'n belangrike onderdeel van die les uit. In die voorgestelde raamwerk van die les behoort volbewegings en spierversterkende oefeninge een derde van die periode uit te maak<sup>1)</sup>. In die aktiwiteite is die bedoeling om die klem op die volgende liggaamsdele te laat val:

Arm en skouergordel

Nek en boromp

Heupe en onderromp

Voete en bene

Sye van die romp

Sweedse apparaat wat as middel kan dien om hierdie liggaamsdele in beoefening te bring, word nie grootliks gebruik nie. In die vrystaande oefeninge ontbreek die suiwer Sweedse formele oefeninge.

2. Uitgawes van die Departement van Kultuursake

a. Handboek vir Liggaamlike Opvoeding

In hierdie werk is die klem wat op die oefeninge vir die bewaring en bevordering van 'n goeie houding val, opmerklik. 'n Goeie houding kan verkry en gehandhaaf word deur strukturele oefeninge<sup>2)</sup>.

Onder die formele en informele metode word aan die hand gedoen dat die meer formele metode gebruik word by die onderrig van die strukturele oefeninge waar bepaalde effekte beoog word<sup>3)</sup>.

Die oefeninge word onder die verskillende afdelings soos in „Liggaamlike Opvoeding vir Seuns“ opgestel. In die toepassing van die oefeninge word weer van apparaat van Sweedse

---

1) Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap, Liggaamlike Opvoeding vir Seuns, p. 3.

2) Departement van Kultuursake, Handboek vir liggaamlike opvoeding, p. 3.

3) Ibid., p. 11.

oorsprong gebruik maak. In die praktiese uitvoering van die oefeninge verskil dit geheel en al van die Sweedse formele oefeninge.

b. Terminologie vir Liggaamlike Opvoeding

Aansienlike veranderings kom in die werk voor, hoewel spore van terme wat in die eerste uitgawe en in die leerplanne van die N.A.R.L.O. gebruik is, soms merkbaar is.

III. DIE SUID-AFRIKAANSE WEERMAG

In die kursus wat in 1922 deur sersant-majoor Higgin-Botham aangebied is, was die leerstof hoofsaaklik oefeninge van Sweedse oorsprong, die rykuns en oefeninge met die bajonet. Die twaalf regiments-onderoffisiere wat die kursus bygewoon het, maak kennis met 'n reeks liggaamsoefeninge wat as die Staandemag Liggaamsoefeningtabel ("Permanent Force P.T. Table") bekend gestaan het. Hierdie tabel was so saamgestel dat die oefening sou bydra tot die ontwikkeling van al die verskillende dele van die liggaam, van die enkels af tot by die nek<sup>1)</sup>. In die algemene kwalifiserende instruktorskursus wat deur sersant-majoor Higgin-Botham in 1923 aangebied is, word die „een-periode-per-dag“-sisteem gevolg. Oefeninge van Sweedse aard, bekend as die "Six Union Tables" is gebruik en dit is verder aangevul met knuppeloefeninge, oefeninge aan die rekstok en brug en veel-eisende touklimoefeninge<sup>2)</sup>. Die voorbeeld van 'n tabel wat voor 1924 gebruik is, toon duidelik die Sweedse invloed.<sup>3)</sup>

---

1) Loubser, op. cit., p. 95.

2) Ibid., p. 96.

3) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

## Physical Training Table

### Introductory

#### Circulatory Group

Hopping, with leg raising sideways, forwards and backwards.

#### Arm Suppling Group

(1) F. in. str. - Hand bending and stretching.

(2) Arms bend. Arms stretching forward.

(3) Arms raising sideways.

#### Leg Suppling Group

(1) Shoulder support. Knees raised foot circling.

(2) Hips firm, heels raising and knees full bending.

### General

#### Balance Group

(1) H.F. Knees raising with marching (so many steps forward, sideways, backwards or with turnings).

(2) Standing put - feet reversed and followed through - hold balance with medicine bags.

#### Trunk Suppling Group

(1) Sitting astride benches-knee grip-trunk bending forward and full downward.

#### Running Group

Sit - feet circling.

(2) Georges 100 up.

(3) Preliminary Track work.

#### Climbing, pulling and lifting Group.

(1) One arm tug wrist grip.

(2) Ranks to back seesaw.

#### Jumping, vaulting and ground work

(1) Dive over rope 3 feet high.

(2) High kicking with leading leg (hurdle ex).

(3) Side kicking with rear leg (hurdle ex.)

Wrestling and unarmed  
combat

- (1) Counter to the cross buttock and double.
- (2) Arm throw.
- (3) Arm throw and grape vine.
- (4) Competitive wrestling.

Final

Marching Group

- (1) Marching - stepping short.
- (2) H.F. Marking time with knees raising.

Corrective breathing

Arms raising sideways and upwards, with breathing.

Carriage Group

F. form. A. sidew. str. Hands turning.

Die kursusse wat majoor Wand-Tetley in 1923 en 1924 aanbied, was meer gebalanseer en moderner as die wat reeds aan= gebied is. Die liggaamsoefeningtabelle is wetenskaplik opgestel en aangevul met apparaatwerk. Behalwe die tabelle wat gevolg is, het die kursusse ook ander liggaamlike aktiwiteite ingesluit en is lesings oor liggaamlike opleiding, anatomie, fisiologie en eerstehulp gehou<sup>1)</sup>. Tabelle van maj. Wand-Tetley is ook deur Aktiewe Burgermageenhede gebruik. In 'n brief, gedateer 19 Augustus 1924, word gemeld dat sulke tabelle aan die distriks staf offisiere van Kaapstad, Port Elizabeth, Oos-London, Pieter= maritzburg, Durban, Johannesburg, Pretoria, Kimberley, die Spoorweg en Hawens Brigade en die Direkteur van Seindienste in Pretoria gestuur is<sup>2)</sup>. In hierdie tabelle word van Sweedse oefeninge gebruik gemaak. 'n Voorbeeld van so 'n tabel sien soos volg daaruit:<sup>3)</sup>

- 
- 1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.
  - 2) Ibid.
  - 3) Ibid.

## Active Citizen Force Tables

Table I    ½ hour Duration

### Introductory

- |                        |                                                                                                                                                   |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. <u>Marching</u>     | (a) Quick March ... Halt (b) Quick Mark time ... Halt (c) Turnings (by numbers) (d) Quick March and increase to Rapid. (e) Double March ... Halt. |
| 2. <u>Start. Pos.</u>  | (a) Fingers stretching (Fin. str.) (b) Hips firm (H.f.) (c) Arms bend (A.b.) (d) Feet close (F. cl.) (e) Foot sideways place (f. sidew. pl.)      |
| 3. <u>Carriage</u>     | (a) With fingers stretching. Head bending backward.<br>(b) with fingers stretching heels raising.                                                 |
| 4. <u>Arm Suppling</u> | (a) fingers stretching and parting.<br>(b) A.b. Arms stetching sideways<br>(c) Arms raising forward.                                              |
| 5. <u>Leg suppling</u> | (a) H.f. - Heels raising and knees bending.                                                                                                       |
| 6. <u>Breathing</u>    | Hands on abd. Deep breathing (dia=phragmatic).                                                                                                    |

### General

- |                          |                                                                 |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| 1. <u>Balance</u>        | (a) H.f. - knee raising. (b) H.f. kr. - leg stretching forward. |
| 2. <u>Trunk suppling</u> | (a) H.f. F. sidew. pl. - Trunk bending forward.                 |

3. Unarmed Combat
  - (a) Wrist releases (b) Come along Hold. (c) Stop for come along hold. (d) Thumb break from shake hands (e) Arm break. (f) Dislocate shoulder.
4. Running, Jumping and Groundwork
  - (a) W.G. George's 40 up slowly. (b) Preliminary track work. (c) Upward jumping (d) Hl. r., K.b. - Upward jumping with knees bent. (e) front roll.

#### Final

1. Marching
  - (a) Quick march (b) Slow march.
2. Corrective Breathing
  - Arms raising sideways with breathing.
3. Carriage
  - Show correct position of attention.

Ses sulke tabelle bestaan, wat daarop dui dat dit heelwaarskynlik die "Six Union Tables" is.

Die leerplan van die kursus wat instrukteurs in 1932 aan die Opleidingsdepot van die S.A.P. gevolg het, het in kort bestaan uit 'n vrystaande tabel, vrystaande vertoontabelle, gimnastiek, boks, stoei, skerm, lewensredding, eerstehulp, elementêre anatomie en fisiologie en sportadministrasie. Die vrystaande tabel bekend as die "small hop table" het uit 36 oefeninge bestaan wat saamgestel is vir die ontwikkeling van die hele liggaam. Die tabel is so saamgestel:<sup>1)</sup>

---

1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

Tabel I

1. Klein wipspronge.
2. Vier en eenmaal knieë diep buig.
3. Arms strek in verskillende rigtings.
4. Wipspronge met voet sywaarts plaas.
5. Elmboë en arms uitslaan.
6. Wydsbeenstaan, vloer klap.
7. Vyf klein wipspronge, drie wydsbeen met hande klap.
8. Gebuk knieë strek, arms uitslaan.
9. Klein en groot armswaaie.
10. "S" links en regs buig.
11. Wydsbeen spring, handeklap, twee wipspronge, drie wydsbeen met arms sywaarts oplig.
12. Vinnig vooroor buig tot arms buig.
13. Wydsbeen staan, arms een na die ander ronddraai.
14. Wydsbeenspring met arms open.
15. Klein armswaaie.
16. Hakke oplig, knieë buig met arms uitslaan.
17. Dye klap en arms uitslaan.
18. TWEEDE OEFENINGE
19. Wydsbeenstaan, arms een na die ander uitslaan.
20. Kniesenings een na die ander strek.
21. Rompdraai met arms uitslaan.
22. "S" links en regs.
23. Albei arms ronddraai.
24. Vloer klap.
25. Voete binnetoe, buitentoe, een na die ander.
26. Klein en groot armswaaie.
27. Op die knieë, arms boontoe uitskiet.
28. Hande agter die rug.
29. Sittende, elmboë en arms uitslaan.
30. Punte van voete aanraak en agteroorrol.
31. Kop en bors om die beurt oplig.
32. Punte van voete aanraak en agteroorrol.
33. Viermaal vooroor buig, met tydmaat oor op knieë, en arms om die beurt uitslaan.
34. Plat op die maag lê, lyf oplig.

35. Wydsbeen staan, heupe en arms strek.
36. Klein en groot armswaaie.
37. Klein wipspronge.

Hierdie tabel het vir etlike jare daarna as standaard vir gebruik in die Unie Verdedigingsmag gedien. Alhoewel op sigself goed, is sekere gebreke in die tabel gesien "... such as the lack of a natural pause for breathing which rendered it liable to abuse under a bad instructor"<sup>1)</sup>. In hierdie tabel is oefeninge van Sweedse oorsprong nog merkbaar, hoewel dit wil voorkom asof daar 'n meer dinamiese vorm van werkwyse gevolg is.

In die laaste helfte van die dertigerjare geniet instrukteurs opleiding te Aldershot, terwyl instrukteurs vanuit Brittanje hierheen gesekeundeer is. Voorkeur word aan die stelsel wat in die Britse leer gevolg is, gegee omdat dit toe as van die gevorderdste stelsels beskou is. In hierdie stelsel was die Sweedse invloed in die ritmiese oefeninge merkbaar, terwyl die Deense gimnastiek en die Duitse apparaatgimnastiek ook deel van die stelsel uitmaak<sup>2)</sup>.

In 1951 sien die rooster vir instrukteurs wat onderlig in liggaamlike opleiding aan rekrute gee, soos volg daaruit<sup>3)</sup>.

|           |                         |          |
|-----------|-------------------------|----------|
| Groep I   | Marsjeer en hardloop    | 4 minute |
| Groep II  | Inleiding               | 7 "      |
| Groep III | Asemhaling              | 2 "      |
| Groep IV  | Spel en Spel-aktiwiteit | 3 "      |
| Groep V   | Postuur:                | 7 "      |

- 
- 1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.
  - 2) Ibid.
  - 3) Ibid.

|            |                         |              |             |
|------------|-------------------------|--------------|-------------|
|            |                         | Kniesenings  |             |
|            |                         | Skouers      |             |
|            |                         | Romp         |             |
|            |                         | Sy           |             |
| Groep VI   | Ontwikkeling:           |              | 10 minute   |
|            |                         | Maag         |             |
|            |                         | Toue         |             |
|            |                         | Ewig         |             |
|            |                         | Hys          |             |
| Groep VII  | Behendigheid            |              | 10 "        |
|            |                         | Springkas    |             |
|            |                         | Mat          |             |
|            |                         | Spring en    |             |
|            |                         | Steunspronge |             |
| Groep VIII | Speel of Spelaktiwiteit |              | 3 "         |
| Groep IX   | Asemhaling              |              | 2 "         |
| Groep X    | Finale                  |              | 2 "         |
|            |                         | Totaal       | <u>50</u> " |

Van die instrukteurs word verwag om by die verskillende groepe geen tyd te verspeel nie. Die klasse moet deurgaans wakker gehou word. In lesprogram I<sup>1)</sup> word voorbeelde van klasopstellings gegee, terwyl uitgangshoudings soos hande op heupe, arms sywaarts, arms ringgebuig, arms naas gebuig met vuiste ens., voorkom. Ten opsigte van die verskillende groepe word die volgende oefeninge aangetref:

- Groep I Marsjeer en Hardloop
- a. Voorwaarts mars - halt
  - b. Tonegang
  - c. (Stand) markeer die pas met knieë en arms beurte-  
lings vorentoe op lig.
  - d. Looppas mars - looppas markeer die pas. Die

---

1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

inleidende deel van die Sweedse lesprogram het gewoonlik uit klasopstellings, verandering van opstelling en marsjeeroefeninge bestaan.

#### Groep II. Inleidende oefeninge.

Springoefeninge soos huppelspronge en huppelspronge met tone sywaarts stel uit die uitgangshouding (Stand: hande op heupe), kom voor. Springoefeninge het 'n deel van die Sweedse daaglikse lesprogram uitgemaak. In die groep word van ander eenvoudige oefeninge gebruik gemaak. Hierdie oefeninge toon 'n meer ritmiese neiging wat afwyk van die formalistiese Sweedse oefeninge, soos blyk uit oefening (d) (Wydsbeenstand) Romp verende diep vooroor buig in tellings van drie en boontoe strek.

#### Groep III. Asemhaling

Ritmiese in- en uitaseming deur neus volgens demonstrasie.

Dwarsdeur alle programme moet aseming volgens individu se eie tyd gedoen word.

Die Sweedse lesprogram is altyd met asemhalingsoefeninge afgesluit.

#### Groep V. Houdingsoefeninge.

In hierdie groep word oefeninge vir die kniesenings, skouers, rug en die sye gegee, wat daarop dui dat die ontwikkeling van elke liggaamsdeel afsonderlik beoog word. In die uitvoering van die oefeninge word van Sweedse apparaat, soos die muurrekke, gebruik gemaak. Wat die uitvoering van hierdie oefeninge betref, kom statiese kontraksies wat kenmerkend van die Sweedse uitvoeringswyse was, nouliks voor. Die oefeninge word meestal op 'n ritmiese of verende wyse uitgevoer.

#### Groep VI. Ontwikkend.

Oefeninge vir die maag en oefeninge met toue kom voor, terwyl ewewigsoefeninge en hysoefeninge, wat 'n belangrike deel van die Sweedse lesprogram uitmaak, hierdie groep verder aanvul.

Ewewigsoefeninge soos (i) (hande op heupe) knieë beurtelings vorentoe oplig en (iii) (Balk of bank). Systand. Ewewigsmars vorentoe en agtertoe, afspring, kom voor.

By hysoefeninge word van die Sweedse balk gebruik gemaak.

#### Groep X. Eindoefeninge.

'n Goeie houding is kenmerkend van die soldaat, daarom dat dit

in die programme van die Weermag aandag geniet. Dit is ook die Sweedse oefeninge wat op die ontwikkeling van 'n goeie houding gerig is. Behalwe die aandag wat 'n goeie houdingsposisie geniet, kom ook ander eenvoudige oefeninge in die groep voor soos oefening (ii) (Hande op heupe). Tone sywaarts plaas. Van die groepe oefeninge word in ander tabelle vir liggaamlike opleiding, soos die Voorafgaande tabelle 1952<sup>1)</sup> en Basiese les=programme 1951<sup>2)</sup>, gebruik.

Teen 1961 kom nie veel afwykings in die patroon wat t.o.v. tabelle gevolg is, voor nie. Loubser<sup>3)</sup> vind nog dat oefeninge in groepe uitgewerk word, waaruit tabelle opgebou is. Elke tabel bestaan uit die volgende hoofgroepe<sup>4)</sup>.

|    |                               |    |        |
|----|-------------------------------|----|--------|
| 1. | Marsjeer en hardloop .....    | 4  | minute |
| 2. | Inleidende oefeninge .....    | 6  | "      |
| 3. | Asemhalingsoefeninge .....    | 1  | "      |
| 4. | Kleinterreinspele .....       | 4  | "      |
| 5. | Houdingsoefeninge .....       | 8  | "      |
|    | a. oefeninge vir die dyspiere |    |        |
|    | b. skoueroefeninge            |    |        |
|    | c. rugoefeninge               |    |        |
|    | d. syoefeninge                |    |        |
| 6. | Ontwikkelingsoefeninge .....  | 10 | "      |
|    | a. maagoefeninge,             |    |        |
|    | b. touklimoefeninge           |    |        |
|    | c. balanseeroefeninge         |    |        |
|    | d. hysoefeninge               |    |        |
| 7. | Algemene bedrywighede .....   | 10 | "      |
| 8. | Kalmerende oefeninge .....    | 2  | "      |
|    | Totaal                        | 45 | "      |

---

1) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

2) Ibid.

3) Loubser, op. cit., p. 114.

4) Ibid., p. 114-116.

Die volgende tabelle is toe gebruik<sup>1)</sup>.

1. Tabela vir voorafgaande opleiding.
2. Tabela vir rekrute.
3. Saamgestelde tabelle vir gevorderde rekrute
4. Ontwikkelingstabelle, of die sogenaamde „Wildebeestabelle“.

Die Handleiding vir Gevegsliggaamlike opleiding wat in 1966 verskyn, bevat opleidingsprogramme vir die verskillende kursusse. Hierdie hele uitgawe is soos volg saamgestel:

- Aanhangsel A. Liggaamlike Opleidingsprogramme vir rekrute.  
Aanhangsel B. Lesprogramme in Liggaamlike Opleiding vir Diensvakeenhede.  
Aanhangsel C. Gevegsliggaamlike Opleidingsprogramme  
Aanhangsel D. Toegepaste Fikshou-oefeninge.  
Aanhangsel E. Die Daaglikse Twaalf.  
Aanhangsel F. Gevegsliggaamlike Opleidingsprogramme vir valskermsspringers.  
Aanhangsel G. Uithouvermoë-opleiding.  
Aanhangsel H. Handgemeen.  
Aanhangsel J. Hindernisopleiding.  
Aanhangsel K. Swem.  
Aanhangsel L. Toetse.  
Aanhangsel M. Rekreatiewe Liggaamlike Opleidingsprogramme.  
Aanhangsel N. Hitte-uitputting.

Van belang is die programme wat vir rekrute opgestel is<sup>2)</sup>. Elke lesprogram is in vyf dele verdeel, wat gesamentlik 'n periode van 40 minute uitmaak. Die dele is soos volg saamgestel.

|          |                              |       |           |        |
|----------|------------------------------|-------|-----------|--------|
| Deel I   | Beweeglikheid en opwarming   | ..... | 7         | minute |
| Deel II  | Kleinere spele               | ..... | 1         | "      |
| Deel III | Krag                         | ..... | 12        | "      |
| Deel IV  | Behendigheid en uithouvermoë | ..... | 18        | "      |
| Deel V   | Houding en asemhaling        | ..... | 2         | "      |
| Totaal   |                              |       | <u>40</u> | "      |

1) Loubser, op. cit. p. 117-119.

2) Suid-Afrikaanse Weermagargiefbronne.

Vier lesprogramme is opgestel. Elke lesprogram oefen die hele liggaam en bewerkstellig harmoniese algehele ontwikkeling en algemene fiksheid. Die oefeninge het dus 'n gebalanseerde ontwikkeling van die liggaam tot gevolg. Verder het die oefeninge ook 'n korrektiewe uitwerking. Die Sweedse gimnastiek het ook 'n algehele harmoniese ontwikkeling van die liggaam ten doel. Die metode van die toepassing van die oefeninge is meer formeel en elke oefening moet op definitiewe bevel uitgevoer word. Die instrukteur dui die ritme aan en die persone moet die oefeninge dienoooreenkomstig uitvoer. Die oefeninge wat in die verskillende dele voorkom, is soos volg:

#### Deel I.

- a. Inleidende oefeninge.
- b. Oefeninge vir die skouergordel en arms.
- c. Oefeninge vir die romp.
- d. Oefeninge vir die bene.

In die oefeninge vir die bene word o.a. van spronge gebruik gemaak.

#### Deel III.

- a. Hys - Die hysoefeninge het die ontwikkeling van die arms en skouers ten doel. Dit kan op geïmproviseerde of gevestigde apparaat gedoen word en word progressief gedoen, eers in pare en daarna individueel. In die toepassing van die oefeninge speel die Sweedse balk 'n belangrike rol.
- b. Romp - sydelings - Dit is 'n vrystaande oefening wat daarop gemik is om die sydelingse spiere van die romp te ontwikkel.
- c. Bene - Vrystaande oefeninge wat die beenspiere versterk.
- d. Romp - maagspiere.
- e. Romp - rugspiere.
- f. Buik hys - Dit is 'n saamgestelde oefening wat 'n algemene versterkende uitwerking op die hoofspiere het. Ook hier word o.a. van die Sweedse balk gebruik gemaak in die toepassing van die oefeninge.
- g. Alternatiewe oefeninge - word gebruik as plaasvervangers vir hys- en maaghys-oefeninge wanneer hysapparaat nie beskikbaar is nie.

#### Deel V. Houding en asemhaling.

Baie aandag word aan 'n goeie houding gegee, want dit word hier gekorrigeer. Marsjeerwerk en houding word streng volgens militêre gebruik uitgevoer. Dit is ook die asemhaling wat aan die Sweedse gimnastiek laat dink. In Lesprogram I word die asemhaling soos volg beskryf: „Wydsbeenstand, hande net onderkant bors. Haal diep asem deur die neus en asem uit deur die mond, terwyl geringe druk met hande uitgeoefen word". Asemhalingsoefeninge in die Sweedse lesprogram is egter gewoonlik met liggaamsbewegings gekombineer. Die formele wyse blyk ook daaruit dat die asemhalingsoefeninge met bevele uitgevoer moet word.

#### IV. DIE SUID-AFRIKAANSE POLISIEMAG

Die leerplan van die instruktorskursusse wat deur sersant P.L. Grobbelaar vanaf 1927 aan die opleidingsdepot van die S.A.P. in Pretoria aangebied is, was maklik verstaanbaar. Die leerplan het uit vrystaande tabelle, vrystaande vertoonreekse, gimnastiek, boks, stoei, skermkuns met bajonette, lewensredding, eerste hulp, anatomie en fisiologie, sowel as skeidsreg en tydhouding by boksgevegte, bestaan. Sportadministrasie en die uitmeet van sportvelde het ook aandag geniet<sup>1)</sup>. Die vrystaande tabelle het in 'n mate oefeninge van Sweedse oorsprong ingehou<sup>2)</sup>. Die uitvoeringswyse van die oefeninge in die tabelle verskil egter van die Sweedse gimnastiek in dié sin dat die oefeninge op 'n meer dinamiese vorm van werkswyse uitloop. Die volgorde en aantal oefeninge wat so 'n tabel bevat het, het ook van die Sweedse lesprogram afgewyk.

Daar is met die loop van tyd nog van oefentabelle in die opleidingsprogramme gebruik gemaak. Omdat die werk te Aldershot 'n invloed op die vak in die S.A.P. gehad het, sou

---

1) Loubser, op. cit., p. 97.

2) Sien p. 173-4 van hierdie verhandeling.

die invloed van die Sweedse stelsel alhier soos in die leerplanne te Aldershot gebruik, verloop.

Op die huidige stadium is die liggaamlike opleiding aan die Polisiekollege daarop gerig om die rekrut liggaamlik geskik te kry om, wanneer hy in die praktyk staan, sy werk met die nodige bekwaamheid te kan uitvoer. Die belangrikste oogmerk sover dit die fisieke opleiding betref, is om die rekrut fiks te maak; daarom word sy uithouvermoë, krag, vaardigheid spoed en soepelheid ontwikkel. Soos by die soldaat, is 'n goeie houding kenmerkend van die polisieman; daarom word baie aandag aan die ontwikkeling van 'n goeie houding verleen.

Aan die begin van die kursus word liggaamsmate van die rekrute geneem en word hulle aan 'n eenvoudige toets onderwerp wat die volgende nommers insluit:

1. Die 100 meter.
2. Gewigstoot.
3. Verspring.
4. Die myl.

Om die vordering te bepaal, word die liggaamsmate en toetse aan die einde van elke maand weer geneem. Dit gee nie net die instrukteur kans om sy program krities te benader nie, maar ook die nodige belangstelling by die rekrut as hy 'n insig in sy vordering kry.

Om die beoogde doelstellings na te streef, sluit die program van liggaamlike opleiding veral die volgende in:

1. Vrystaande oefeninge en oefeninge met apparaat wat bydra tot die ontwikkeling van 'n goeie houding, krag en beweeglikheid van die gewrigte;
2. Sportvaardighede soos boks en stoei, wat uit die aard van die polisieman se werk, handig te pas sal kom. Om hom in situasies waarin hy mag beland, te kan verdedig, word die rekrut ook in ander vorme van selfverdediging opgelei, hoewel nie gespesialiseer nie. In atletiek word kort afstande vir die bevordering van spoed en lang afstande vir uithouvermoë be-

oefen. In die somer word aandag aan swem verleen. Dit is in die opsig waar rekrute deeglike opleiding in lewensredding ge= niet; daarom dat rekrute van die S.A.P. ook in die afgelope 3 tot 4 jaar hoogstaande prestasies behaal het in die verwerwing van medaljes.

3. Hindernislope op die hindernisbaan bevorder ook die uithou= vermoë.

Om die invloed van die Sweedse gimnastiek in die huidige program te ontleed, moet idees uit die vrystaande oefen= inge en oefeninge met apparaat nagegaan word.

Vrystaande oefeninge word gewoonlik vanaf die begin van die opleiding beoefen. Die instrukteurs het kennis van 'n verskeidenheid oefeninge onder die opleiding van lt. Schuld opgedoen. Hoewel idees uit oefentabelle wat in die verlede gebruik is, van nut kan wees, word daar van vaste vooropgestelde oefenprogramme afgesien. Hierdeur word instrukteurs nie ge= bind nie en kan inisiatief aan die dag gelê word en kan die vak vir sowel die instrukteur as rekrut, aangenaam en tot voordeel aangewend word.

Vrystaande oefeninge kan byvoorbeeld soos volg verloop:

1. Vertikale armswaaie. Die arms word vorentoe, ondertoe vorentoe boontoe geswaai, met 'n strekking op die tone by die boontoe strek van die arms.
2. Spring wydsbeen. Plaas hande agter die nek met die elmboë teruggeforseer. Buigings sywaarts. (Dit is 'n oefening vir die romp en ook op die postuur gerig).
3. Wipspronge, bv. vier wipspronge, op vyfde volle kniebuiging op hurke met hakke netjies teen mekaar, rug reguit hande voor gestrek. (Beenoefening).
4. Arms vorentoe en sywaarts strek (Armoeffening).
5. Wydsbeen, bene gestrek. Vorentoe, agtertoe, sywaarts en op strek met romp (Rompoeffening).
6. Gewone wydsbeenspronge met arms na vlugposisie.

Die tabel kan daar afgesny word of kan verder gaan, byvoorbeeld:

7. Armsirkels. Grootste moontlike sirkels vir lenigheid in skouers.
8. Wydsbeenstand met arms sywaarts. Alternatiewe voete raak terwyl die romp na elke aanraking weer regop kom.
9. Enige springoefeninge vir die bene bv. vyf wipspronge, gevolg deur drie wydsbeenspronge met die hande bo die kop klap.
10. Lê-steun. Opstote.
11. Maaglê met arms sywaarts. Lig die romp op.
12. Op voete. Die program word op 'n dinamiese manier uitgevoer. Om die ratsheid te bevorder word die rekrute vinnig op die voete gebring en gejaag om bv. vinnig die gimnasium se mure te raak en terug te kom.
13. Ruglê. Knipmes.
14. Weer op maag draai. Alternatiewe voetplasings.

Hierdie oefeninge word stadig en sistematies mettertyd opgebou. Die oefeninge word mettertyd geleidelik aangevul. Die oefeninge word met behulp van bevels uitgevoer en, hoewel die nodige dissipline gehandhaaf word, het die militariese grondslag in die uitvoering van oefeninge verdwyn. Uit die reeks oefeninge blyk dit dat 'n harmoniese ontwikkeling van die liggaam 'n oogmerk is.

In die opleidingsprogram word daar ook van oefeninge op Sweedse apparaat gebruik gemaak. So word die Sweedse balk nog vir hys- en ewewigsoefeninge gebruik, terwyl oefeninge ook aan die muurrekke uitgevoer word. Soms word ook nog asemhalingsoefeninge gedoen.

Aandag word ook aan tabelle vir vertoondoeleindes gegee.

## HOOFSTUK VIII

### SAMEVATTING EN GEVOLGTREKKINGS

#### I. SAMEVATTING

Doelbewuste aangewende formele oefeninge dateer sover terug as 2,600 v.C. Ten spyte hiervan is formele oefeninge tot 1800 in sporadiese gevalle beoefen. Die oefeninge is hoofsaaklik om die genesende waarde daarin opgesluit, beoefen. Op die gebied van formele oefeninge is die bydrae van die Sweedse stelsel uniek. Inspirerende faktore vir die ontstaan van die stelsel was die militêre en mediese. Hierdie rigting en denkkeelde van P.H. Ling en sy navolgers het die belangstelling van vaklui in ander lande aangegryp. Dit het daartoe gelei dat die Sweedse gimnastiek na talle lande dwarsoor die wêreld versprei het. Na gelang van omstandighede is die vak in 'n mindere of meerdere mate deur die stelsel in die lande beïnvloed.

Omdat Suid-Afrika 'n jong land is, was hy in die verlede vir die opvoeding van die liggaam afhanklik van wat in ouer en gevestigde lande gedoen is. Om verskeie redes, waaronder die noue bande met Denemarke, Duitsland, Engeland en die Nederlande, is dit hierdie lande wat die vak in Suid-Afrika grootliks beïnvloed. Omdat die Sweedse gimnastiek sy invloed op hierdie lande laat geld het, het dit na Suid-Afrika verbrei. In die verlede het die opvoeding van die fisieke in ons land aandag geniet. Die vak is in verskillende instansies alhier beoefen en bevorder. Oplewing in die vak dateer egter uit die helfte van die dertigerjare, danksy die belangstelling van die Sentrale Regering. Die doel van hierdie ondersoek is om die invloed van die Sweedse stelsel van formele oefeninge op die ontwikkeling van die vak in die verskillende instansies in Suid-Afrika krities te benader.

## II. GEVOLGTREKKINGS

### A. Die onderwysdepartemente

#### 1. Die periode tot 1900

Alhoewel sporadiese pogings aangewend is om die vak te bevorder, het dit nie tot sy reg gekom nie. Dit was 'n donker periode in die geskiedenis van die vak in Suid-Afrika. In die laaste dekade skemer lig deur toe die Sweedse gimnastiek sy intrede in skole van die Kaapprovinsie maak.

#### 2. 1900-1936.

In hierdie periode het die Sweedse stelsel sy sterkste inslag gehad. Die Sweedse gimnastiek is algemeen beoefen en die stelling „die liggaamlike opvoeding was die Sweedse stelsel”, geld. Omdat ander rigtings in die vak toe nog nie hier bekend was nie, word dit as 'n periode van onbekendheid gesien. Die Sweedse gimnastiek het die heerskappy in die liggaamlike opvoeding gevoer, omdat dit so 'n groot invloed op die vak in Engeland gehad het. Historiese bande met Engeland het daartoe bygedra dat die vak ook deur genoemde land grootliks beïnvloed is. Die invloed vanuit ander lande was minimaal. Alhoewel die stelsel die toon in die vak aangegee het, was dit nie heeltemal geslaag nie. In sommige skole vir meisies in dorpe en stede is dit met sukses toegepas, maar op die platteland en in skole vir seuns, veral in die hoër afdelings, het dit nie goed daaraan toe gegaan nie. Hiervoor was verskeie faktore verantwoordelik.

'n Stelsel in liggaamlike opvoeding word opgebou om in die spesifieke behoeftes van die land waar dit ontstaan het, te voldoen. Die inhoud van 'n sodanige stelsel word grootliks deur etnologiese, kulturele, godsdienslike, klimatologiese en geografiese faktore beïnvloed.

Ten tye van die invoering van die Sweedse stelsel was daar op die platteland nie 'n groot behoefte aan die vak nie. Rede hiervoor moet gesoek word in die feit dat, in vergelyking met Europese lande, daar nie 'n groot bevolkingsdigtheid bestaan het nie. Kompensasie vir liggaamlike passiwiteit was dus nie 'n groot behoefte nie.

Die Suid-Afrikaanse volk was 'n volk met 'n sterk vryheidsideaal. Om enig iets op die volk af te dwing, was in botsing met sy aard. Die formeel militaristiese oefeninge was nie aanvaarbaar nie, omdat dit na die Anglo-Boereoorlog deur Engelse onderwysers en instrukteurs onderwys en toegepas is. Die militêre kleur van hierdie stelsel het moontlik ook die gedagte laat ontstaan dat die veroweraar soldate van sy verowerdes wou maak. Ongelukkig het ingevoerde leerkragte die stelsel hier toegepas soos wat dit oorsee gedoen is. Verontagsaming van Suid-Afrikaanse toestande en omstandighede het die stelsel erg benadeel. Tekort aan opgeleide leerkragte, veral vir seuns, het die vak laat skipbreuk ly.

By die Afrikaner het tradisie nog altyd 'n groot rol gespeel. 'n Aanvaarbare stelsel van liggaamlike opvoeding sou beslis hiermee rekening moes hou. Die Boerevolk, met sy tradisionele boeresport en volksdanse, kon nouliks hierdie vreemde uitheemse liggaamsoefeninge aanvaar.

In die samestelling van 'n program vir liggaamlike opvoeding is die sterkste bepalende faktor die leerling self. Die inhoudelike van 'n sodanige stelsel moet dus by die biologiese en psigologiese eienskappe van die verskillende ouderdomsgroepe aanpas. Die Sweedse formele oefeninge was nie deurgaans geskik en eie aan die eise van die jeug nie.

In teenstelling met Swede is die aangename klimaat van Suid-Afrika veral bevorderlik vir rekreatiewe sportsoorte. Die nadeel van die Sweedse gimnastiek is juis dat dit nie rekreatief van aard is nie. Dit was dus nie algeheel geskik vir plaaslike klimaatsomstandighede nie.

Dit blyk dat die Sweedse gimnastiek nie geheel en al met die volk se aard, tradisie, belangstelling en behoefte verband gehou het nie.

### 3. 1936-1968

Die Sweedse gimnastiek is in 'n mate aan die begin van hierdie periode en in sporadiese gevalle, veral vir dogters, nog tot diep in die veertigerjare, toegepas. Die invloed van die stelsel het egter geleidelik verdwyn om slegs spore in die hedendaagse stelsel te laat. Hiervoor was ook verskeie faktore verantwoordelik.

Hierdie periode staan bekend as die van kennisname en ontdekking van feitlik alle bestaande stelsels en strominge in die vak. Dit was gepas dat die Suid-Afrikaanse volk daardie stelsels en strominge sou ondersoek. Daaruit is 'n stelsel opgebou wat by die volksaard en behoeftes gepas het. Kennisname en ontdekking van die stelsels en strominge het geskied deur vaklui wat oorsee gaan studeer het en mense wat van die buiteland hierheen gekom het. Vakmanne van Suid-Afrika wat oorsee gestudeer het, het 'n ideale toestand geskep, want hulle het die behoeftes en omstandighede van hul land geken. Hulle kon maklik insien wat vir plaaslike omstandighede geskik sou wees.

Die beskikbaarstelling van fasiliteit in liggaamlike opvoeding in die jongste tyd het verder daartoe bygedra dat die invloed van die Sweedse gimnastiek verdwyn het. Ander vorme van liggaamlike aktiwiteite kon nou beoefen word.

Buitelandse vyande en binnelandse rasseverhoudings beïnvloed ook die vorm en inhoud van 'n stelsel van liggaamlike opvoeding. Die aanvalle van buitelandse vyande sal 'n regering noop om aandag aan die militêre opleiding van sy jeug te skenk. Behalwe vir die afgelope dekade of wat, was daar vir Suid-Afrika geen groot bedreiging van buite nie. Gevolglik het die behoefte aan 'n militaristiese stelsel van liggaamlike opvoeding,

soos die Sweedse, nie op skole bestaan nie.

Dit blyk dat die suiwer Sweedse stelsel van formele oefeninge vir die skoolprogram in die moderner omstandighede nie meer gepas is nie. Die vraag is egter of ons met ons huidige stelsel van liggaamlike opvoeding enigiets bydra tot die verbetering van 'n kind se houding. Houding kan nie met fisiese oefeninge alleen verbeter of gekorrigeer word nie. Dit verg baie beslis ook 'n verstandelik-bewustelike instelling. In hierdie opsig kan die Sweedse gimnastiek met sy dissipline 'n waardevolle bydrae tot die huidige program lewer.

In die afgelope tyd het die vak op skool aansienlike vordering gemaak. Hiervan getuig onder andere die fasiliteite wat tot beskikking van liggaamlike opvoeding gestel word. Met die vordering in die vak is 'n kardinale oorweging vir die suksesvolle toepassing van die vak egter agterweë gelaat. In die afgelope dertig jaar het die tydtoekenning vir die vak dieselfde gebly. Indien die owerhede dit sou oorweeg om te doen wat in talle ander lande ten opsigte van die vermeerdering van periodes gedoen word, sal dit wat reeds vir die vak gedoen word op doeltreffende wyse geïmplementeer kan word.

#### B. Bemoeiing van die Sentrale Regering

Die verbasende vinnige groei van Suid-Afrika op ekonomiese, tegnologiese en opvoedkundige gebied het die soeke laat ontstaan na 'n doeltreffender wetenskaplik gefundeerde stelsel. Navorsing deur universiteite het daartoe bygedra dat stelsels aan wetenskaplike ondersoeke onderwerp is. Die basis van 'n stelsel vir liggaamlike opvoeding moet breed wees en gegrond op gesonde biologiese beginsels. Hiernaas moet dit op pedagogiese, sosiologiese en psigologiese beginsels gefundeer wees. Aansprake wat die Sweedse stelsel op die gebiede gemaak het, was nie altyd wetenskaplik verantwoord nie. Op die onjuistheid van sekere opvattinge in die Sweedse stelsel is gewys\*.

---

\* Vir 'n kritiese beskouing van die Sweedse gimnastiek sien: Postma, J.W.: Onderzoek na die wetenskaplike basis van die Europese strominge in die liggaamsopvoeding van 1900 tot 1940. p. 103-120.

Die samestellers van die werke van die N.A.R.L.O., die Departement van Onderwys, Kuns en Wetenskap en die Departement van Kultuursake het die nodige faktore in aanmerking geneem vir die daarstelling van 'n geskikte stelsel. Slegs die beste elemente uit die verskillende stelsels en strominge is geneem vir die samestelling van 'n eklektiese stelsel vir Suid-Afrika. In hierdie stelsel het die Sweedse gimnastiek spore gelaat. Die Sweeds-Deense gimnastiek lewer 'n waardevolle bydrae tot die samestelling van die vormgewende oefeninge in die werke.

### C. Die Suid-Afrikaanse Weermag

In die liggaamlike opleidingsprogramme wat in die Weermag gebruik is, het die Sweedse formele oefeninge 'n baie groot invloed gehad. Vanaf 1922 bestaan die tabelle feitlik geheel en al uit die Sweedse gimnastiek. Na 1932 toon die oefeninge nog die Sweedse invloed, hoewel die oefeninge 'n meer dinamiese uitvoeringswyse volg. Vanaf die laat dertigerjare bly die Sweedse gimnastiek, saam met ander vorme van liggaamlike aktiwiteite, behoue, dog in 'n meer ritmiese vorm.

In die tabelle van die vyftigerjare asook in die programme wat in 1966 opgestel is, speel houdingsoefeninge steeds 'n belangrike rol. Uit die oefeninge is idees van Sweedse oorsprong nog te bespeur, soos blyk uit o.a. ewewigsoefeninge wat ook op die Sweedse balk uitgevoer word, hysoefeninge met behulp van die Sweedse balk en asemhalingsoefeninge. Hoewel sommige eenvoudige oefeninge in sekere groepe ook nog voorkom, is die suiwer Sweedse formele oefeninge nouliks te vinde. Die oefeninge word gewoonlik op 'n verende wyse uitgevoer. Desnieteenstaande word daar by die toepassing van die programme nog op 'n formele metode te werk gegaan, waar oefeninge op definitiewebevele uitgevoer word.

Die oefenprogramme hou veel goeds in. In die jongste programme is die samestelling van die oefeninge so dat 'n harmo-niese algehele ontwikkeling van die liggaam verkry word. In die toepassing van die programme is een van die doelstellings om so min tyd moontlik verlore te laat gaan; die rekrute word deurgaans wakker gehou. Hieruit is veel te leer, veral ook vir die skoolprogram waar die tyd tot beskikking van die vak so ekonomies moontlik gebruik behoort te word. Die klem wat op 'n goeie houding gelê word, verdien waardering, veral vandag waar die moderne leefwyse houdingsafwykings bevorder.

In die verbreiding van die Sweedse stelsel is dit weer eens Engeland wat uitsluitlik die belangrikste rol speel. Die vraag ontstaan waarom dit juis Brittanje is wat die metodes van die liggaamlike opleiding in die S.A.W. gedikteer het. Dit is om verskeie logiese redes verklaarbaar. Die belangrikste hiervan moet gesien word in die lig van die noue verband wat deur die jare tussen hierdie twee lande bestaan het. In sy verde-digingstelsel sou Suid-Afrika as gewese lid van die Statebond, baie nou met Brittanje skakel. Militêre owerhede in Suid-Afrika het die stelsel van liggaamlike opleiding in die Britse leer as van die gevorderdste beskou.

Voorafopgestelde oefenprogramme volgens 'n vasgestelde patroon deur instrukteurs, lei tot eenvormigheid in die opleiding van die rekrute. Dit verseker die bereiking van die beoogde doelstellings, waarvan onder andere fisieke fiksheid seker die belangrikste is. Dit mag egter die nadeel inhou dat inisiatief van die instrukteur ontnem word. Bekwaamheid van 'n instruk-teur word dus gemeet aan die suksesvolle wyse van die toepassing van die oefentabelle.

In die laaste dekade tree veranderinge in, deurdat ook vakmanne aan Suid-Afrikaanse Universiteite opgelei, deur hul kennis die opleidingsprogramme verryk.

Ter afsluiting kan nie nagelaat word om die belangrike bydrae van die S.A.W. in die ontwikkeling van die vak in Suid-Afrika te beklemtoon nie. Fisieke fiksheid, die belangrike vereiste vir weerbaarheid, word op 'n goed georganiseerde basis tot ontwikkeling gebring.

#### D. Die Suid-Afrikaanse Polisiemag

Omdat Engeland so 'n belangrike rol in die opvoeding van die liggaam in Suid-Afrika gespeel het, het die verbreiding van die Sweedse stelsel na die Polisiemag ook via daardie land plaasgevind. Instrukteurs wat te Aldershot opgelei is, het hul kennis op bekwame wyse in die opleidingsprogramme van rekrute toegepas.

Alhoewel die Sweedse gimnastiek invloed op die liggaamlike opleiding van rekrute in die polisiemag gehad het, is dit duidelik dat die stelsel nie slaafs nagevolg is nie. Vrystaande tabelle wat vanaf 1927 gebruik is, het oefeninge van Sweedse oorsprong ingesluit, maar statiese kontraksies maak plek vir 'n dinamiese vorm van werkwyse. Tabelle wyk ook af t.o.v. die volgorde waarin oefeninge gedoen en die aantal oefeninge wat uitgevoer is.

In die huidige program speel vrystaande oefeninge, wat op die verbetering van die houding en soepelheid gerig is, nog 'n belangrike rol. Ook die idee van 'n harmoniese ontwikkeling kom met die Sweedse idee ooreen en moet aangeprys word, terwyl die waarde van 'n sistematiese vordering nie oorbeklemtoon kan word nie.

Hoewel Sweedse formeel-militaristiese oefeninge nie meer voorkom nie, word apparaat van Sweedse oorsprong by die uitvoering van sekere oefeninge nog gebruik. Muurrekke en die Sweedse balk word gebruik; die Sweedse balk vir die uitvoering van hys- en ewewigsoefeninge. Ook word asemhalings-oefeninge wat 'n vaste plek in die Sweedse lesprogram gehad het, nog soms uitgevoer.

Opsommend kan genoem word dat, alhoewel die tydtoekening vir die vak, as gevolg van die beklemtoning van ook die akademiese sy van die opleiding, afgeneem het, word werk van hoogstaande gehalte gelewer. As die opgeleide polisieman die kollege verlaat, is hy ten volle toegerus om sy taak op fisieke gebied, ook met die nodige bekwaamheid uit te voer. Die indruk wat die besoeker aan die S.A.P.-kollege kry, is dat die instrukteur in liggaamlike opleiding groot vrymoedigheid openbaar om te wys wat daar t.o.v. die vak gedoen word.

## BIBLIOGRAFIE

- ALEXANDER, A. Modern gymnastic exercises, (Part II-Advanced). London, George Philip, 1890.
- ANON. Liggaamlike opvoeding aan die Universiteit van Pretoria. Vigor II:1, Desember 1948.
- BLACK, Margeret C. The training of physical education teachers. (In The report of the first South African Congress for physical education, 9-12 January 1945, Stellenbosch, Pro Ecclesia, 1945.)
- BOARD OF EDUCATION, ENGLAND. Recreation and physical fitness for girls and women. London, His Majesty's Stationery Office, 1937.
- Recreation and physical fitness for youths and men. London, His Majesty's Stationery Office, 1937.
- Reference book of gymnastic training for boys. London, His Majesty's Stationery Office, 1931.
- Syllabus of physical exercises for use in public elementary schools. London, His Majesty's Stationery Office, 1905.
- The syllabus of physical exercises for public elementary schools. London, His Majesty's Stationery Office, 1909.
- Syllabus of physical training for schools. London, His Majesty's Stationery Office, 1919.
- Syllabus of physical training for schools. London, His Majesty's Stationery Office, 1933.
- BOTHA, J.F. Die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoeding. (In Die verslag van die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir liggaamlike opvoeding, 9-12 Januarie 1945, Stellenbosch, Pro Ecclesia, 1945.)
- BRAHAM, E. The organisation of physical education in Natal. (In The report of the first South African congress for physical education, 9-12 January 1945, Stellenbosch, Pro Ecclesia, 1945.)

- BRITISH MILITARY AUTHORITY. Manual of physical training. London, His Majesty's Stationery Office, 1914.
- Manual of physical training. London, His Majesty's Stationery Office, 1931.
- BRITTON, A.H. Physical education at the faculty of education, University of the O.F.S. Vigor IV:1, Desember 1950.
- BUKH, N. Deense Boere-gimnastiek. Liggaamsopvoeding II:1, April 1940.
- Mnr. Niels Bukh oor liggaamsopvoeding. Liggaamsopvoeding II:1, April 1940.
- Primary gymnastics. London, Methuen, 1948.
- CAPE OF GOOD HOPE, DEPARTEMENT OF PUBLIC EDUCATION. Courses of training for European Teachers. Cape Town, Federal Printing Co., 1950.
- CHRISTENSEN, L.E. en TRAP, P.M. Text-book of gymnastics. London, University of London press, 1937.
- COETZEE, J.C. Onderwys in Transvaal (1838-1937). Pretoria, Van Schaik, 1941.
- COETZEE, F. Die geskiedenis van gesondheidsleer- onderwys en liggaamlike opvoeding op die laerskool in die Provinsie van die Oranje Vrystaat (1902-1930). (M.Ed.-verhandeling, Universiteit van Suid-Afrika), 1937.
- DAMBACH, J. Physical education in Germany. New York, Teachers College, Columbia University, 1937.
- DEKKER, P. en PENDERS, J. Handleiding voor het geven van schoolgymnastiek, Deel I. Rotterdam, Nijgh en van Ditmar's, 1926.
- DEPARTEMENT VAN BINNELANDSE SAKE, NEDERLAND. De volledige gymnastiek voor mannelijke leerlingen van 13 tot 20 jaar. 's-Gravenhage, DEPARTEMENT VAN BINNELANDSE SAKE, 1916.
- DEPARTEMENT VAN KULTUURSAKE. Handboek vir liggaamlike opvoeding: Gimnastiek vir seuns en mans. Pretoria, Staatsdrukker, 1968.
- Terminologie. Pretoria, Staatsdrukker, 1968.

- DEPARTEMENT VAN ONDERWYS, KUNS EN WETENSKAP. Liggaamlike opvoeding vir meisies, (5½-12½ jaar). Pretoria, Staatsdrukker, 1958.
- Liggaamlike opvoeding vir seuns, (8½-12½ jaar). Pretoria, Staatsdrukker, 1960.
- Reorganisasie van sekere dienste. Vigor IV:3, Junie 1951.
- DIXON, J.G.,  
McINTOSH, P.C.,  
MUNROW, A.D. en  
WILLETS, R.F. Landmarks in the history of physical education. London, Routledge and Kegan, 1957,
- EDITORIAL. An outline of physical education in South Africa. Vigor II:1, Desember 1948.
- GROENMAN, G. De lichamelijke opvoeding als Anthropologisch probleem. Groningen, P. Noordhoff, 1948.
- HACKENSMITH, C.W. History of physical education. New York, Harper and Row, 1966.
- HECKER, W.A.A. en  
HEYN, A.C. Geschiedenis der lichaamsoefeningen van de oudheid tot heden. Leiden, A.W. Sijthoff's, 1924.
- HEYN, A.C. Beknopt overzicht van de geschiedenis, stelsels, methoden en aesthetische stroomingen der lichaamsoefeningen Deel III en IV, Amsterdam, D.B. Centens, 1932.
- HOLMBERG, O. Ling's gymnastics, as developed and at present carried on in Sweden, Lingiaden Kongressen, Vol. I. Lund, Berlingska Boktryckeriet, 1939.
- HOLMSTRÖM, Agne. Swedish gymnastics to-day. From Ling to the Lingiad. Stockholm, Sohlmans förlag, 1949.
- JOOSTE, M. 'n Beknopte oorsig van die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika, Deel I, Vigor VII:3, Junie 1954.
- 'n Beknopte oorsig van die ontwikkeling van liggaamlike opvoeding in Suid-Afrika, Deel II, Vigor VII:4, September 1954.
- KAAPSE ONDERWYSDEPARTEMENT. Jaarverslae van die Superintendent-generaal, 1910 tot 1940.
- Sillabusse vir liggaamlike opvoeding aan onderwyskolleges (mans en vroue), 1968. (ongepubliseer).

- KELDER, J.C. Die historiese ontwikkeling van liggaams-  
oefeninge in die Onderwysdepartemente,  
(In Die verslag van die eerste Suid-  
Afrikaanse kongres vir liggaamlike opvoe-  
ding, 9-12 Januarie 1945, Stellenbosch,  
Pro Ecclesia, 1945.)
- KILIAN, H. de V. 'n Histories-kritiese ondersoek na die  
onderrig van atletiek vir seuns aan die  
Transvaalse middelbare skole, (M.Ed.-  
verhandeling, Universiteit van Suid-Afri-  
ka), 1949.
- KNUDSEN, K.A. A textbook of gymnastics Part I. London,  
Churchill Ltd., 1947.
- Ling se gimnastiek en Niels Bukh, Lig-  
gaamsopvoeding I:2, Junie 1939.
- LEONARD, F.E. en  
AFFLECK, G.B. A guide to the history of physical edu-  
cation. London, Henry Kimpton, 1947.
- LINDHARD, J. The theory of gymnastics. London,  
Methuen and Co. Ltd., 1939.
- LING ASSOCIATION. Terminology of Swedish educational gym-  
nastics. London, Ling Association,  
1928.
- LOCKE, E. Physical education at Rhodes University  
College, Vigor II:4, September 1949.
- LOUBSER, T.J. Die plek van Liggaamlike Opvoeding in  
militêre opleiding in die Suid-Afrikaan-  
se leër, (M.Ed.-verhandeling, Potchef-  
stroomse Universiteit), 1961.
- MALHERBE, E.G. Education in South Africa, (1652-1922).  
Cape Town, Juta and Co., Ltd., 1925.
- McEWAN, H.E.K. Die les in liggaamlike opvoeding. Kaap-  
stad, Maskew Miller Bpk., 1960.
- McINTOSH, P.C. Physical Education in England since 1800.  
London, G. Bell and Sons, Ltd., 1952.
- McKENZIE, R.T. Exercise in education and medicine.  
Philadelphia and London, W.B. Saunders  
Co., 1924.
- McKERRON, M.E. A history of education in South Africa,  
(1652-1932). Pretoria, Van Schaik, Ltd.,  
1934.

NASIONALE ADVISERENDE  
RAAD VIR LIGGAAMLIKE  
OPVOEDING.

Die nasionale skema vir liggaamsopvoeding, Liggaamsopvoeding I:2, Junie 1939.

Die nasionale skema vir liggaamsopvoeding, Liggaamsopvoeding I:3, September 1939.

Leerplan vir liggaamlike opvoeding, Junior Boek. Pretoria, Staatsdrukker, 1950.

Leerplan vir liggaamlike opvoeding, Senior Boek I. Pretoria, Staatsdrukker, 1943.

Leerplan vir liggaamlike opvoeding, Senior Boek II. Pretoria, Staatsdrukker, 1947.

Leerplan vir liggaamlike opvoeding, Senior Boek III. Pretoria, Staatsdrukker, 1952.

Leerplan vir liggaamlike opvoeding vir normaal- en opleidingskolleges. 1941, (Ongepubliseer).

Terme in verband met liggaamlike opvoeding. Pretoria, Staatsdrukker, 1940.

Toer van die Switserse gimnaste: Ampelike program. Pretoria, Staatsdrukker, 1947.

NATALSE ONDERWYS=  
DEPARTEMENT.

Jaarverslae van die Superintendent-generaal, 1910 tot 1940.

Leerplan vir liggaamlike opvoeding, standers I tot VIII. Pietermaritzburg, Natalse Onderwysdepartement, 1953.

NIJSTEN, W.H.

De vrije en de gereguleerde gymnastiek Deel I. Den Haag, J.B. Wolters, 1930.

OBHOLZER, A.

Gekonstrueerde of funksionele beweging? Liggaamsopvoeding II:2, Junie 1940.

'n Eie stelsel vir Suid-Afrika, Liggaamsopvoeding I:1, April 1939.

Pehr Henrik Ling, Liggaamsopvoeding I:3, September 1939.

- OP'T HOF, M.      Brief van die Nasionale Adviserende Raad vir Liggaamlike Opvoeding, Liggaamsopvoeding I:3, September 1939.
- O.V.S.-DEPARTEMENT VAN ONDERWYS.      Jaarverslae van die Direkteur, 1910 tot 1940.
- Leerplanne vir die opleiding van onderwysers in liggaamlike opvoeding, 1948, 1960, 1968. (Ongepubliseer).
- Leerplan vir liggaamlike opvoeding, standers I tot V. Bloemfontein, A.C. White, 1965.
- Leerplan vir liggaamlike opvoeding, standers VI tot X. Bloemfontein, A.C. White, 1965.
- POSSE, N.      Handbook of school-gymnastics of the Swedish system. Boston, Lee and Shepard, 1904.
- POSTMA, J.W.      Die gebruik van die Sweedse bank as apparaat vir spring-, optel- en draag-oefeninge, Liggaamsopvoeding III:1, April 1941.
- Die invloed van rekkingsoefeninge op lenigheid, Volkskragte II:2, Maart 1944.
- Inleiding tot die liggaamlike opvoedkunde. Kaapstad, A.A. Balkema, 1965.
- Onderzoek na die wetenskaplike basis van die Europese strominge in die liggaamsopvoeding van 1900-1940, (D.Ed. Ph.-proefskrif, Universiteit van Stellenbosch), 1945.
- Strominge in liggaamsopvoeding, Liggaamsopvoeding III:1, April 1941.
- POTCHEFSTROOMSE UNIVERSITEIT.      Jaarboeke 1945 tot 1969.
- RICE, E.A., HUTCHINSON, J.L. en LEE, Mabel.      A brief history of physical education. New York, Ronald Press Co., 1958.
- RIJSDORP, K. en KRAMER, J.P.      De ontwikkeling van de stelsels van lichamelijke opvoeding. Rotterdam, Nijgh en Van Ditmar's.
- Hedendaagse lichamelijke opvoeding, Rotterdam, Nijgh en Van Ditmar's.

- SCHOOMBEE, J.J. en  
VICTOR, C.A.      Liggaamlike opvoeding op skool vir seuns.  
Kaapstad, H.A.U.M., 1968.
- SCHRECKER, K.A.      Corrective gymnastics for schools.  
Kaapstad, A.A. Balkema, 1965.
- Fitting the different trends into the  
physical education syllabus. (In The  
report of the first South African con=  
gress for physical education, 9-12  
January 1945, Stellenbosch, Pro Eccle=  
sia, 1945.)
- SMIT, C.      Die ontwikkeling van die term liggaams=  
opvoeding, Liggaamsoopvoeding V:2, Junie  
1943.
- SMITH, D.P.J.      'n Histories-kritiese ondersoek na die  
opleiding van onderwysers vir liggaam=  
like opvoeding op die openbare skole,  
(M.Ed.-verhandeling, Universiteit van  
Suid-Afrika), 1944.
- Liggaamlike opvoeding aan die Potchef=  
stroomse Universiteit, Vigor IV:4,  
September 1951.
- STEENKAMP, L.S.      Onderwys vir blankes in Natal, (1824-  
1940). Pretoria. J.L. van Schaik,  
Bpk., 1941.
- SUID-AFRIKAANSE KON=  
GRES VIR LIGGAAMLIKE  
OPVOEDING.      Verslag van die tweede kongres.  
Stellenbosch, 10-12 Januarie 1950.  
(Ongepubliseer).
- SUID-AFRIKAANSE  
WEERMAG.      Argiefbronne.
- TAYLOR, H.J.      The administration and organisation of  
physical education in the Cape Province.  
(In The report of the first South Af=  
rican congress for physical education,  
9-12 January 1945, Stellenbosch, Pro  
Ecclesia, 1945.)
- THULIN, J.G.      Kleuter-gymnastiek. Leiden, A.W.  
Sijthoff's, 1935.
- TRANSVAALSE ONDER=  
WYSDEPARTEMENT.      Handboek van regulasies, voorwaardes  
en kursusse vir die opleiding van on=  
derwysers. Pretoria, Staatsdrukker,  
1954.
- Jaarverslae van die Direkteur, 1910 tot  
1940.

TRANSVAALSE ONDER=  
WYSDEPARTEMENT.

Leergang vir liggaamlike Opvoeding  
graad I tot standerd X (Dogters),  
graad I tot standerd I (Seuns). Pre=  
toria, Staatsdrukker, 1961.

Leergang vir liggaamlike opvoeding,  
standerds II tot X (Seuns). Pretoria,  
Staatsdrukker, 1961.

Liggaamlike opvoeding. Instruksies  
en algemene wenke aan skole. Pretoria,  
Wallachs, 1967.

Liggaamsoefeninge: Terme wat gebruik  
moet word. Pretoria, Staatsdrukker,  
1930.

Sillabusse vir die Middelbare spesiali=  
serings- en die Senior Primêre- en  
Junior Primêre semi-spesialiserings=  
kursusse in liggaamlike opvoeding.  
1967, (Ongepubliseer).

Sillabusse vir die Transvaalse Onder=  
wysersopleidingskursusse. Pretoria,  
Staatsdrukker, 1955.

Verslag van die Onderwyskommissie, 1917.  
Pretoria, Staatsdrukker, 1920.

Voorgestelde leerplanne vir die laer=  
skool. Pretoria, Staatsdrukker, 1952.

Voorgestelde leerplanne vir grade tot  
standerd VIII. Pretoria, Staatsdruk=  
ker, 1948.

UNIVERSITEIT VAN DIE  
ORANJE-VRYSTAAT.

Jaarboeke 1947 tot 1969.

UNIVERSITEIT VAN  
GRAHAMSTAD.

Jaarboeke 1945 tot 1969.

UNIVERSITEIT VAN  
PRETORIA.

Jaarboeke 1947 tot 1969.

UNIVERSITEIT VAN  
STELLENBOSCH.

Jaarboeke 1937 tot 1969.

VAN BLIJENBURGH, W.P.H.

Handleiding voor het onderwijs in de  
gymnastiek. Rotterdam, W.L. en Brus=  
se's, 1930.

VAN DALEN, D.B.,  
MITCHELL, E.D. en  
BENNET, B.L.

A world history of physical education.  
New York, Prentice-Hall, 1953.

VAN DER MERWE, I.R.

Beginnels waarop 'n prinsipiële sisteem van liggaamlike opvoeding moet berus. Bloemfontein, Sacum Bpk.

—

'n Histories-kritiese ondersoek na die leerplan in liggaamlike opvoeding in Transvaalse laer- en middelbare skole, (M.Ed.-verhandeling, Universiteit van Suid-Afrika), 1944.

—

'n Prinsipiële beskouing oor die betekenis van houdings- en ewewigsoefeninge in die liggaamlike opvoeding, (D.Ed.-proefskrif, Potchefstroomse Universiteit), 1950.

VAN DER PLAAT, A.

Liggaamsopvoeding in die O.V.S. (In Die verslag van die eerste Suid-Afrikaanse kongres vir liggaamlike opvoeding, 9-12 Januarie 1945, Stellenbosch, Pro Ecclesia, 1945.)

—

Liggaamsopvoeding in die O.V.S. Liggaamsopvoeding III:1, April 1941.

—

Uit die Oranje-Vrystaat, Liggaamsopvoeding I:2, Junie 1939,

VAN SCHAGEN, K.H.

De lichamelijke opvoeding in de laatste drie eeuwen, Deel I. Rotterdam, Nijgh en van Ditmar, 1926.

WEBSTER, R.W.

Philosophy of physical education, Iowa, Brown, 1965.

BYVOEGSEL

PRIVATISSIMAE

AHRENS, mnr. H.  
BERENDS, dr. J.J.  
BLACK, mej. Margeret, C.  
BRAHAM, mnr. E.  
BRITTON, mnr. A.H.  
BRONKHORST, mev. B.  
CRAVEN, dr. D.H.  
DUGMORE, mej. J.M.  
GEYER, maj. G.J.  
HARTMANN, mej. Emmie.  
HOLLAND, mev. P.  
KELDER, mnr. J.C.  
LOCKE, prof. E.  
LOMBARD, mnr. B.D.  
LOUNSBURY, mev. V.D.  
McCORMICK, mej. R.  
POSTMA, dr. J.W.  
RETIEF, mej. Joyce.  
RUTGERS, mnr. A.P.  
SCHOOMBEE, mnr. J.J.  
SCHRECKER, mnr. K.A.  
SCHULD, lt. W.K.  
SMIT, prof. C.  
THEILER, mej. Margaret.  
VAN DER MERWE, Mej. H.A.  
VAN DER MERWE, Prof, I.R.  
WINTON, mej. I.

## SUPPLEMENT

### THE INFLUENCE OF THE SWEDISH SYSTEM OF FORMAL EXERCISES ON THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL EDUCATION IN SOUTH-AFRICA

#### I. INTRODUCTION

During its development physical education was mainly supported by the military and medical world. These quarters were the stimuli for the work produced by P.H. Ling. Based on his concepts, his followers continued his work which resulted in the Swedish system of formal exercises. By 1900 Swedish gymnastics and German "turnen" were directive in European physical education. This was the main cause why the Swedish system spread to countries all over the world and influenced the subject according to circumstances. South Africa, as a young country, had to take notice of the system. The system was not brought directly to this country but reached it via a number of other countries with which South Africa had closer relations. This system influenced the quarters concerned with physical education in South Africa.

#### II. THE AIM OF THE INVESTIGATION

It is necessary to investigate physical education methods which are followed in South Africa. In this way it can be ascertained if the methods were suited to local circumstances.

The aim of the investigation is:

1. to give a review of the development of formal exercises up to 1800 in order to indicate the connection with the Swedish system;
2. to give a review of the origin, development and application of the Swedish system;
3. to indicate the measure in which the system spread to Denmark, Germany, England and the Netherlands and to indicate the influence of the system on physical education as practised by these countries;
4. to indicate how the Swedish system reached South Africa and

the influence it exercised on the subject. In order to achieve the last aim, the investigation will be centred on the Departments of Education - which includes teacher training-, the rôle of the Central Government, the South African Defence Force and the South African Police College.

In this way a scientific evaluation can be made of the influence of the Swedish system and whether its application was a success.

### III. THE METHOD OF INVESTIGATION

The historic method of investigation was employed. In the background study secondary sources were used. In the investigation of the influence of the system on the subject in South Africa the material was collected in the following way:

1. With regard to the Departments of Education the applicable annual reports since 1910 were studied. Syllabi were acquired and subject inspectors were consulted either by correspondence or by personal interview. Annual reports and syllabi from higher educational institutions were studied and correspondence and interviews were conducted with the staffs of these institutions. Material was also collected from other articles and magazines.
2. All the publications of the National Advisory Council for Physical Education, The Department of Education, Arts and Science and The Department of Cultural Affairs concerned with the subject were consulted.
3. The unpublished documents in the archives of the South African Defence Force were consulted.
4. As the documents concerned with the physical training of recruits at the Police College could not be obtained, sole use was made of personal interviews.

After the material had been collected, it was possible to arrive at a scientific analysis of the influence of the Swedish system of formal exercises on the subject in South Africa.

### IV. CONCLUSIONS

#### A. The Departments of Education

##### 1. The period up to 1900

Swedish gymnastics was practised in a number of schools

in the Cape Province.

## 2. 1900-1936

During this period Swedish gymnastics had its greatest influence. Swedish gymnastics was generally practised and the true statement was that "physical education was the Swedish system". Because other systems and trends were unknown this period was considered as a period of ignorance. Swedish gymnastics ruled the subject because it had such a great influence on the subject in England. Historic bands with England caused that country to influence the subject in South Africa. The influence from other countries was so small that it can not be considered. Notwithstanding the fact that the system influenced the subject to such a marked degree, it can not be considered to have been successful. In certain girls' schools in the urban areas it was applied successfully but in the boys' schools and schools in rural areas it was not a success. Several reasons can be given for this state of affairs.

## 3. 1936-1968

Swedish gymnastics was still applied during the first part of this period and in some instances up to the late forties. The influence of the system gradually declined until it left only faint traces in the present system.

This period is known as the period of discovery as nearly all the known systems and trends in the subject were studied. It was necessary to investigate these systems and trends as a system suited to our needs could be developed from them.

### B. The influence of the Central Government

The development of South Africa on all levels made it necessary to find a scientifically founded system. Claims made by the Swedish system were not always scientifically founded. The false claims made by the System have been indicated\*

---

\* For a critical evaluation of the Swedish gymnastics see: Postma, J.W. Onderzoek na die wetenskaplike basis van die Europese strominge in die liggaamsopvoeding van 1900 tot 1940, p. 103-120.

The compilers of the publications of the National Advisory Council for Physical Education, The Department of Education, Arts and Science and The Department of Cultural Affairs studied all the relevant data when they devised a suitable system. Only the best elements of the different systems and trends were retained in the compilation of an eclectic system. In this system the Swedish system left traces. The Swedish-Danish gymnastics contributed to the postural exercises or formative gymnastics in the publications.

#### C. The South African Defence Force

In the physical training programme of the Defence Force, Swedish formal exercises had a great influence. From 1922 onwards the tables consisted nearly entirely of Swedish gymnastics. After 1932, the exercises, although still retaining the Swedish influence, showed a more dynamic form of execution. Since the late thirties Swedish gymnastics was retained with other exercises, but in a more rhythmic form. England, once more, was mainly responsible for the spread of the Swedish system.

In the tables of the fifties as well as the programme drawn up in 1966 free-standing exercises still played an important rôle. In these exercises ideas of Swedish origin can still be ascertained. Although certain simple exercises still occur, the pure Swedish formal exercises have disappeared.

During the last decade changes have been made as the introduction of specialists trained at South African universities have enriched the training programmes.

#### D. The South African Police Force

The spread of the Swedish system to the Police Force occurred via England. Although the Swedish gymnastics influenced the physical training of the recruits, it was not followed slavishly. Free-standing tables which were used in 1927, included exercises of Swedish origin, but static contractions had to make way for a more dynamic operation. The tables also diverged with regard to the order and number of the exercises executed.

In the present programme much attention is given to free-standing exercises which is aimed at improving the posture and suppleness. The concept of a harmonic development is comparable with the Swedish idea and must be commended. The value of a systematic progression can not be overemphasized. Although Swedish formal-military exercises are no longer attempted apparatus of Swedish origin is still used with certain exercises.