

## A F D E L I N G    B.

### HOOFBEGINSELS VIR 'N CALVINISTIES-CHRISTELIKE LIGGAAMLIKE OPVOEDING. 1)

---,---

#### HOOFSTUK    I.

##### DIE PROBLEEMSTELLING.

Die feit dat liggaamsoefeninge wat met een of ander bedoeling bedryf word , afhanklik is van 'n mensbeeld wat bewys of onbewus nagestrewes word en wat om verwerkliking vra , kan afgelei word uit die volgende uiterste gevalle. In die een geval waarby - as gevolg van die dualistiese opvatting :liggaam-siel, die siel alles , die liggaam niks nie - die liggaam aan verwaarlosing prysgegee word , is enige vorm van oefening van die liggaam waardeloos. In die ander geval waarby - as gevolg van die humanistiese opvatting die mens alles , God niks is nie - die liggaam 'n prooi word van verheerliking , is enige vorm van oefening van die liggaam waardevol ; die woord „liggaamskultus“ 2) word hier tereg gebruik. Tussen hierdie uiterstes lê vanselfsprekend talryke nuanserings.

Waar liggaamsoefeninge afhanklik is van die mensbeeld , kan die gevolgtrekking gemaak word dat die beskouing omtrent die mens van baie groot belang is vir die waarom , die wat en die hoe van liggaamlike opvoeding in sy verskillende vorme. 3)

Die opset van hierdie verhandeling is nie in die eerste plek om kritiek te lewer op bestaande of bepaalde sisteme van liggaamlike opvoeding nie. Elke sisteem het sy eie bedoelinge as gevolg van die bepaalde uitgangspunt : die beskouing omtrent die mens. By bestudering van die verskillende sisteme moet die blik dan ook meer gerig word op die bedoeling as op die tegniese verskil in wyse van houding en beweging by die onderskeie sisteme. Ons opset is ewewel om bo alles die hoofbeginsels van die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding uit te stippel.

1) N.b. Met Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding word hier bedoel 'n liggaamlike opvoeding gedra deur 'n Calvinistiese wêreld- en lewensbeskouing.

2) vide Afd. A, Hoofstuk I , p. 4 , 12).

3) vandaar die uitvoerige behandeling van die verskillende mensbeskouinge in Afdeling A , Hoofstuk III.

Volgens die geskiedenis is daar tot dusver nog maar min van Christelike kant tot die liggaamlike opvoeding bygedra , veral wat betref die praktyk. Aan die liggaamlike opvoeding soos dit in ons land ontwikkel , ontbreek ten enemale die Calvinisties-Christelike agtergrond. Die Christelike godsdiens vorm die beste grondslag vir 'n deeglike en doeltreffende opvoeding. In die Christelike wêreldbeskouing kan nog weer 'n bepaalde standpunt ingeneem word ; die Calvinistiese opvatting word gereken om die naaste aan die Woord van God te staan , die meeste met die Heilige Skrif ooreen te kom , die inhoud en die gees van die Skrif beter te vertolk. 4) Van alle wetenskapsideë vind die Christelike wetenskapsidee sy kardinale onderskeiding daarin dat dit ook op wetenskaplike gebied erns maak met die oortuiging dat die Heilige Skrif die Woord van God is , dat ook die wetenskap aan Christus , as Koning , behoort en dat dit eis dat ook die wetenskap na die stem van die religie sal luister. 5) Die religie is die sentrale verhouding van die mens tot God ; alle ander verhoudings van die mens is hieraan ondergeskik.

Die religieuse element moet dus die grondslag vorm van onderwys en opvoeding ; die liggaamlike opvoeding kan en mag hierby nie uitgesluit word nie. Die Christelike lewensbeskouing sien ook die liggaamlike lewe as 'n gebied waarop Gods veelvuldige wysheid en goedheid aan die lig kom ; derhalwe moet die uitgangspunt sowel as die doel en die metode van die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding gegrond wees op gegewens van die Heilige Skrif.

Dit staan ons nie vry om te kies of ons die mens ook deur liggaamlike opvoeding wil lei , vorm en toerus nie ; dit is 'n uitgemaakte saak. Dit is ons plig , 'n bevel van God. Maar tegelykertyd is dit ook ons plig om daartoe mee te help , naamlik om die opvoedingswerk te lei langs bane wat prinsipieel verantwoord is. Slegs dan kan liggaamlike opvoeding in die

4) Koers II , 394.

5) *ibid.* , 315.

eerste plek beoefen word om God ook daardeur te verheerlik ; 6) daarbenewens kan dit bydra tot die vorming en volkome toerusting van die mens om geskik te wees tot goeie diens. Dit is net die Christelike opvoedingsideaal wat rekening hou met die soewereiniteit van God.

Voor alles moet ons ons dus tot taak stel die bestudering van die Calvinisties-Christelike beskouing omtrent die mens. Doeglik moet nagegaan word die oorsprong , die wese en die bestemming van die mens. 7) Daarbenewens moet 'n diepgaande studie gemaak word van die Calvinisties-Christelike lewens- en wêreldbeskouing , die taak van elke Calvinistiese opvoedkundige. Dit is en bly die eerste vereiste dat die opvoedkundige , wat die leerstof betref , sy keuse doen op grond van die lewens- en wêreldbeskouing.

Indien die menslike kultuur reg verstaan word , dan val aan die kultuur die taak ten deel om die wysheid en goedheid van God deur die ontwikkeling van die natuurlike aanleg des te meer te laat skitter , ook wat die liggaam as natuurlike instrument van gevoel en wil betref. 8) Deur rekening te hou met die soewereiniteit van God word die mens verplig tot gehoorsaamheid aan die wet van God , maar ook word aan die mens 'n eie kring aangewys waarin hy as beelddraer van God self gesag uitoefen.

Is 'n opvoeder met Christelike ideale besiel , dan kan en moet dit in sy houding en werk uitkom. As die ideaal die hoogste is , naamlik die toewyding van sy lewe aan die Wil van God , dan sal die praktiese toepassing van hierdie beginsel verreikende gevolge hê. Die Christen sal dié leerstof kies , waarmee hy sy Christelike doelstelling kan bereik ; die keuse word dan bepaal deur die belydenis dat die vernaamste doel van menslike lewe is om God te ken en te dien. Vervolgens moet die leerstof gekies word op grond van die eie opvoedingsdoel ; ook hier vind ons vir die Christelike opvoedingsdoel die Christelike opvatting van die lewensdoel. Ook die Calvinisties-

6) 1 Korinthiërs 6 : 20 b.

7) vide Afdeling A , Hoofstuk III , p. 3 et seq.

8) Brederveld : De Lichamelijke Oefening , 24.

Christelike liggaamlike opvoeder moet sy eie beginsel vind , uitbou en toepas. Die moontlikheid is daar om liggaamlike opvoeding te beoefen in die lig van die Woord van God. 9)

'n Christen is nie beperk tot die produkte van die Christelike bodem nie , want daarbuite vind hy tal van vrugte van God se algemene genade. 10) Calvyn self het die vraag gestel : „Sal ons beweer dat die ou regsgeleerdes die waarheid nie geken het nie , die natuurkundiges blind was , die onderwysers in die welsprekendheid geen verstand gehad het nie , die dokters dwaas was , die wiskundiges onsinnig ?" 11)

So ook op die gebied van liggaamlike opvoeding vind mens baie vrugte van God se „Gemeene Gratie" 12) ; die Christen kan hiervan 'n dankbare gebruik maak. Maar om meer as een rede word hier egter tot groot versigtigheid gemaak. Daar mag 'n radikale teenstelling in die beskouing omtrent die mens bestaan wat van son aard is dat dit die genoemde gebruik belet. Hierby moet ook in gedagte gehou word dat daar eintlik geen liggaamlike opvoeding vir alle tye en volke bestaan nie. Liggaamsoefeninge kan in alle tye sorg dra vir 'n individuele sowel as kollektiewe lewensewewig ; die waarde en die aard van liggaamsoefeninge hang steeds af van die kultuuumstandighede. 13) Hierdie aanleentheid is dus van meer ingewikkelde aard as wat dit op die oog sou lyk. In geen geval egter is dit korrek om by die Christelike opvoeding , dus ook by die Christelike liggaamlike opvoeding sonder meer alles te aksepteer wat nie van spesifiek Christelike oorsprong is nie.

Die feit dat daar tot dusver nog maar min van Christelike kant tot liggaamlike opvoeding bygedra is , het tot gevolg dat die Christen-liggaamsopvoeder dus wel by die „wêreld" moet aanklop om die produkte van „wêreldse" bodem , veelal sisteme van opvoeding en onderwys waarin 'n humanisties-ewolusionistiese wêreldbeskouing die grondslag vorm , 'n wêreldbeskouing wat die mens nie as beeldraer van God sien nie , en ook nie as 'n wese

9) Smith : Doel en Plek , 11.

10) Los : Moderne Paedagogen , 5.

11) loc.cit.

12) vide Afdeling A , Hoofstuk III , p. 56.

13) vide Afdeling A , Hoofstuk I , pp. 2 , 5.

wat in sonde ontvang en gebore is nie. 14) En al het aan die ander kant iets van die hoogste doel van die opvoeding deurgestraal in amper alle stelsels danksy die invloed van die Christelike kultuur, wat baie verder reik as die meeste mense vermoed, 15) tog is dit onvanpas om „wêreldse“ sisteme in onveranderde vorm in die Christelike onderwys en opvoeding op te neem.

Die ontwikkelingsbehoefte van die gawe tot onderskeiding op hierdie gebied word des te dringender gevoel namate die belangstelling in liggaamlike opvoeding in Christelike kringe groei. Ongetwyfeld kry liggaamlike opvoeding 'n plek in die organisatoriese lewensverband in die lewe van die Christen; daar bestaan 'n strewe om te kom tot 'n positief-Christelike siening van liggaamlike opvoeding. Daar kan nie genoeg bygedra word tot die vermeerdering van die kennis van 'n Christelike liggaamlike opvoeding nie. In geskrifte is daar reeds verskillende bydraes op hierdie gebied gelewer. Van die meeste hiervan is by die opstel van hierdie verhandeling met dank gebruik gemaak. 16) Op dié manier kan die Christen-liggaamsopvoeder ook sy verpligting nakom om geestelike leidsliede met raad en daad by te staan en om rekenskap te gee van die waarom en die hoe van liggaamlike opvoeding. Want 'n Christelike organisasie wat hom besig hou met liggaamlike opvoeding, is ingesluit, het in hierdie tyd 'n groot verantwoordelikheid op hom geneem. 17)

Verblydend is die feit dat ook in hierdie land goeie sorg bestee kan word aan die opleiding van die toekomstige vakonderwyser, danksy die instelling van 'n spesiale leerstoel vir liggaamlike opvoeding, naamlik aan die Potchefstroomse Universiteit vir Christelike Hoër Onderwys. Uit die aard van die saak neem aan 'n Universiteit die geestelike vorming die eerste plek in; liggaamlike opvoeding word daarby ingeskakel omdat dit in die reël ook die geestelike lewe bevorder. Hiermee is egter die

14) vide die eerste van die drie hoofpunte van die leer van die heilige Doop, uit die Formulier om die heilige Doop aan die kinders te bedien.

15) Los: op.cit., 6.

16) vide lys van geraadpleegde werke, p. 198 et seq.

17) van Asch: Gymnastiek, 7.

volle , honderdpersent positiewe waarde nog nie erken nie ; dit is 'n akseptering van liggaamsoefeninge met 'n voordelige bybedoe-ling as gevolg van die besef dat liggaamlike opvoeding 'n waarde-volle bydrae tot die opvoeding van die mens kan lewer. Dit is duidelik dat Gods Woord 'n lig kan wees ook op die pad van die liggaamlike opvoeding. Hierdie beginsel moet oorgeplant word op die studente wat die Lig in ons volkslewe verder kan indra. 18)

Samevattend kan ons dus sê dat die beskouing omtrent die mens wel die eerste en die belangrikste bepaler is van die inhoud van liggaamlike opvoeding ; dat aan liggaamlike opvoeding , soos dit tans ontwikkel , die Calvinisties-Christelike agtergrond so goed as heeltemal ontbreek ; dat dit voor alles dus die taak van die Calvinisties-Christelike liggaamsopvoeder is om 'n deeglike studie te maak van die Calvinistiese beskouing omtrent die mens , om na te gaan die oorsprong , wese en bestemming van die mens en daarbenewens om kennis te dra van die Calvinistiese lewens- en wêreldbeskouing ; dat dié opvoeder , gewapen met hierdie kennis sy die opvoedingsdoel kan bepaal en sy leerstof op grond hiervan kan kies ; en ten slotte dat dié studie , gesien die onmiskenbare groei van liggaamlike opvoeding in Christelike kringe , van meer as dringende betekenis is aangesien dit die gawe tot onderskeiding by dié opvoeder ontwikkel sodat dit in die praktyk kan uitkom.

18) Smith : op.cit. , 7.

# I. DIE TEORIE.

## HOOFSTUK II.

### ALGEMENE BEGINSELS.

#### 1. Die Protestants-Christelike Opvoeding in die algemeen.

In die opvoeding en onderwys (en wel vernameelik in die skoolpraktyk) 1) gaan dit om drie faktore , te wete om

(a) die kind , (b) die doel en (c) die metode.

(a) In die eerste plek gaan dit dus om die kind wat opgevoed en onderwys moet word. Die opvoeder moet weet wat 'n kind is , watter aanleg , gawes en kragte aan die kind gegee is , met watter tempo die groeiproses verloop en in watter mate omgewingsinvloede daarop kan inwerk. Dit is 'n pedagogiese aksioma 2) dat die opvoeding moet aansluit by die skeppingsgegewens ; die didaktiese begrensing sê dat dit nie anders kan , die etiese dat dit nie anders mag nie. By die opvoeding word nie rekening gehou met die wil van die opvoeder nie , maar steeds met die aard van die opvoedeling , soos deur God geskape en groeiende na sy aard. 3)

Die mens is 'n eenheid , maar ook 'n volheid van lewe omdat hy geskape is na Gods beeld. Hier het ons die kategorie van die totaliteit , die ondeelbare eenheid van die komplekse veelheid. Volgens Kohnstamm is dit die hoofbegrip van die moderne psigologie (Moderne psilogiese opvattingen omtrent godsdienst en religie). 4) Die geheel moet nie atomisties verstaan word uit die saamvoeging van die dele nie , maar omgekeerd moet die dele organies uit die ontplooiing van die totaliteit verstaan word. 5)

Volgens die Heilige Skrif is daar binne die funksietotaal

- 1) Waar ons ons in verband met die onderwerp nie noodwendig behoef te beperk tot die skool nie , aangesien dit die liggaamlike opvoeding in sy geheel betref , is dit miskien aan die ander kant gewens om maar steeds die oog op die skool gerig te hou. Dit is mos die skool waar die liggaamlike oefening op die mees reëlmatige en uitgebreide wyse plaasvind. Bowendien van Gustave le Bon , die Franse psigoloog en sosioloog kom die bewering dat die onderwysstelsel van 'n land van nog groter betekenis vir die land is as sy regeringsvorm ..... en : "What happens in the school affects the population as a whole".
- 2) van Klinken : Hoofdlinje , 7.
- 3) vide Afdeling A , Hoofstuk III , p. 49 et seq.
- 4) van Klinken : op.cit. , 20.
- 5) Bavinck : Wijsbegeerte , 183.

van die lewende mens die sogenaamde funksionele totaliteit ; daar is nie net geen hoër of laer (byvoorbeeld die verstand hoër of meer as die gevoel) nie , maar ook geen beter of slegter nie. Op hulself is die funksies goed ; dit is egter die sonde wat die onderskeie funksies in verkeerde rigtings gestuur het. Hieruit volg dat alle funksie-splitsing binne die eenheid geoordeel is. 6)

Verder leer die Skrif dat die mens ondanks verskeidenheid in geslag , aanleg en karakter , kleurige differensiasie , nie alleen en nie in homself bestaan nie , maar dat hy in lewensverband staan met die menslike geslag in sy geheel. God het die menslike geslag „uit een bloed" geskape. Dit is die kontinuïteit in die geslagte. 7) Daarnaas het elke kind iets in hom wat nie uit erflikheid verklaar kan word nie ; hierdeur skyn elke geboorte 'n nuwe skepping te wees. Kragtens skeppingsordonnansie bestaan die mens as 'n twee-eenheid : liggaam en siel in organiese verbinding en korrelasieverband. Die mens is bewus van homself as 'n eenheid , 'n persoonlikheid en tog bestaan hy in twee rigtings : na die liggaam en na die siel — onderskei , maar nie geskei nie. Liggaam en siel is die noodsaaklike konstituanten van die mens. Hierdie eenheid van die menslike natuur is van groot betekenis uit 'n etiese standpunt 8) : die een persoon , die hele mens is verantwoordelik vir al sy dade. 9)

(b) In die tweede plek gaan dit in die praktyk van opvoeding en onderwys om die doel wat mens beoog. Die opvoeder moet aan homself hiervan steeds rekenskap gee. Hierdie rekenskap is minstens net so belangrik as die kennis omtrent die opvoeding. Die doelstelling lê nie net (gedeeltelik egter wel) in die kind nie ; die opvoedingsideaal kan onder andere ontleen word aan die etiek , aan die wysbegerpte , aan die teologie. In dié geval spreek ons van die fundamentele pedagogiek. 10) Beroemde funda-

6) cf. Waterink : Psychologie van het kind , 42.

7) cf. in dié verband die erflikheid.

8) Ook die verlossingswerk van Christus veronderstel die eenheid van die menslike natuur.

9) van Klinken : op.cit. , 27.

10) Die ideaal kan ook ontleen word aan die sosiologie (cf. Dewey) of aan die psigologie (cf. Montessori).

mentele pedagoë is byvoorbeeld Bavinck , Waterink , Kohnstamm , Coetzee.

Die bestudering van die Heilige Skrif is van die grootste fundamentele betekenis vir die opvoeding. Dit verhelder nie net die insig in die kernvraagstukke van die opvoedkunde nie , ook betreffende die doel , maar skerp tewens die kritieke vermoë en leer om die karakter en die struktuur van die pedagogiese stelsels beter te onderskei. Ofskoon die betekenis van die Skrifstudie veral op didakties-metodiese gebied lê , raak dit egter meer die oorsprong , die wese en die bestemming van die mens , in die onderhawige geval van die kind en die opvoedingsdoel en opvoedingsideaal in sy geheel.

Aan die mens is 'n eie lewe en lewenswette geskenk. God het middelle gegee om die lewenswette mee te vervul en om die lewensroeping mee na te jaag. Ons moet ons kinders leer watter lewenswette daar is en watter middelle God vir ons gegee het om in ooreenstemming met die wette vir die lewe die lewensdoel na te jaag wat God ons self gestel het. 11) Die swaartepunt , die uitgangspunt , die begin en die einde van alle lewe is God self. Hy is die Oorsprong van die lewe en hou alle lewe in Sy hand.

(c) Eindelik gaan dit in die praktyk van opvoeding en onderwys ook om die metode , die weg waarlangs die doel wat beoog word , bereik kan word. Die opvoeder moet weet hoe om die opvoedingsplan uit te voer. Sy opvoedingsmiddelle moet sodanig gekies word dat daar rekening gehou word met sowel die struktuur van die kind as met die gestelde doel.

Waar die uitgangspunt , die kind vir die Christelike pedagogiek , 'n vrywel konstante faktor is en in breë trekke die doel ook aangegoe is , 12) kan daar in die metode nogtans groot variasies opgemerk word. Vandaar nog die volgende opmerkings : -

Die Christen-pedagoog moet steeds vashou aan die ewige norme. In die amptelike vervulling van sy taak aanvaar hy Gods wil oor die lewe en sien hy die deur God gestelde norme as

11) Koers II , 365.

12) 2 Timothéus 3 : 17 , "sodat die mens van God volkome kan wees , vir elke goeie"werk volkome toegerus".

maatstaf van goed en kwaad en as waardemeter vir waarde en onwaarde , ook by die opvoedingswerk. As God Hom openbaar , dan gee Hy aan die lewe die norme. 13)

Die karakter van die hedendaagse opvoeding word vernaamlik bepaal deur twee teenstellings wat mekaar kruis. Die eerste is die van berekening (deskriptief) of konstruksie (normatief) ; die tweede dié van individu of gemeenskap. 14)

(a) Die deskriptiewe pedagogiek is ervaringsopvoedkunde ; dit wil glad niks weet van wysgerige of godsdienstige veronderstellinge wat vooraf opgeset is nie : die opvoedingsdoel lê in die kind self. Die oriëntering is in die rigting van die hulpwetenskappe biologie , fisiologie , psigologie. Dit is 'n positivisties-naturalistiese pedagogie 15) : positivisties omdat dit slegs dié gegewens aanvaar wat deur die ervaring of deur die rede as vasstaande erken word ; naturalisties omdat dit die mens as dominant sien in die natuurgebeure waar alles verloop volgens die nooit falende kousaliteitswette.

(b) Die normatiewe pedagogiek meen dat die opvoeding beheers moet word deur onveranderlike norme. Slegs as deel van die praktiese wysbegeerte is die pedagogiese wetenskap moontlik ; die pedagogiek „zal filosofisch zijn of ze zal niet zijn".

(Kohnstamm) 16) Die normatiewe pedagogiek is georiënteer na die normwetenskappe teologie , etiek , filosofie , estetika en logika.

(c) Die individuele opvoeding is gekant teen die massaopvoeding ; dit sien bo alles die afsonderlike mens as voorwerp en doel van die opvoeding.

(d) Die sosiale opvoeding daarenteen stel die gemeenskap op die voorgrond. Die enkeling het slegs betekenis en waarde in sover hy deel het aan 'n gemeenskap. Die tiperende in die opgroeiende kind word genivelleer. Die enkeling bestaan dus dour en vir die gemeenskap.

13) 'n Norm is die van ons willokeur onafhanklike waardemeter vir die beoordeling van wat geld en van wat moet geld. (Koers II , 374).

14) van Klinken : op.cit. , 192.

15) cf. Afdeling A , Hoofstuk III , 1 , p. 40.

16) van Klinken : op.cit. , 193.

Die Christelike pedagogiek is in 'n sterk mate normatief , waarby egter die groot waarde en betekenis van die deskriptiewe wetenskap erken word. Voorts erken dit die waarde van die persoonlikheid , maar weet tegelykertyd dat die mens 'n sosiale wese is.

Ons sien dus en konkludeer dat die kinders , na liggaam en siel , met al hul vermoëns en kragte , in geheel hul ontstaan en bestaan die voorwerp moet wees van noukeurige ondersoek deur die opvoeder. Daarby moet nie uit die oog verloor word dat geen enkele kind op homself aangewese mag wees nie. Hy word uit en in die gemeenskap gebore ; hy staan met die verlede en hede in verband ; deur allerlei bande is hy gebind aan gesin en familie , aan geslag en volk , aan stand en beroep . Die mens is 'n individu , maar tegelykertyd 'n sosiale wese , selfstandig en afhanklik tegelykertyd. Hy oefen invloed uit en ondergaan invloed. Die maatskappy is aan die een kant die resultante van die samelewing van die individue en aan die ander kant weer bepaal dit op sy beurt ook al die individue. Die maatskappy is voorwaarde , nie oorsaak van die persoonlikheid nie. 17) Dit is vir die opvoedkundige van die grootste belang om dit alles helder in te sien.

Vir die Christelike pedagogiek lê die beginsels in die Woordopenbaring , maar ook in alles wat God geskape het , in die kosmos , soos ons dit leer ken deur middel van die wetenskappe biologie , fisiologie en psigologie. Albei kenbronne is één , albei van God , uit albei moet geput word.

Die Heilige Skrif leer :-

- (a) Wat die mens oorspronklik was , naamlik beelddraer van God. Die mens en dus ook die kind kan nie geken word sonder God nie. Ons ken onself in sover ons God ken (Calvyn). 18) Vergelyk in dié verband die waarde van wysheid. 19)
- (b) Wat die mens deur die sonde geword het. 20) Sonde is elke oortreding van die Wet van God. Ons word in sonde ontvang

17) Bavinck : Paedagogiese Beginselen , 20.  
 18) van Klinken : op.cit. , 195.  
 19) Spreuke van Salomo , Hoofstuk 2.  
 20) Romeins 3 : 9 vv.

en gebore 21) ; deur die sonde is die diep lewensverbondenheid met God verbreek. 22)

(c) Watter verandering deur die Woord en Gees van Christus in die hart en lewe van die mens teweeggebring word. 23) Deur Christus versoen God die wêreld en die mens weer met Homself. 24)

(d) Die prioriteit van die ewige. Ons verhouding tot God moet al ons ander verhoudinge bepaal — wat ons hier op aarde ook al wen , dit alles sal ons niks baat as ons siel daardeur skadelik is. 25)

(e) Die vastheid van ordening. Daar is een God ; Hy is soewereine Wetgewer ; alles wat geskape is , is aan Hom onderworpe. 26) Daar is vaste lewenswette wat die mens nie strafloos kan oortree nie.

Die Christelike pedagogiek erken die normatiewe karakter van die Heilige Skrif , sluit hom aan by die gewilde skeppings- en herskeppingsorde van God en kan so 'n antwoord op die meeste kardinale vrae vind. 27)

Ons moet dus in die eerste plek die opvoeding laat aansluit by die skeppingsgegewens , in hierdie geval by die feit dat die mens 'n eenheid is en dat funksie-splitsing binne die eenheid geoordeel is. Voorts moet goeie rekenskap gegee word van die doel van die opvoeding en teweens besef word dat die bestudering van die Heilige Skrif van die grootste fundamentele betekenis is. Ten slotte moet die opvoeder , rekening houdende met die struktuur van die kind en met die gestelde doel , weet hoe om sy plan uit te voer. Daarby moet hy vashou aan die ewige norme en Gods wil oor die lewe aanvaar.

Ten slotte moet ons daarop wys dat ons hier te doen het met prinsipies en biologiese feite. Prinsipies wat gebaseer is op die Openbaring van God in die Skrif het oortuigende krag. Die feite bevat materiaal wat gekeur kan en moet word met die toetssteen van die Skrif. So kom ons tot 'n opvoedkunde waarin

21) Psalm 51 : 7.

22) Génesis 3 : 8 , 23 , 24.

23) Johannes 3 : 3 , 5 ; II Korinthiërs 3 : 5.

24) Romeine 3 : 21 , 22 vv.

25) Lukas 9 : 25.

26) Jesaja 25 : 5 - 7.

27) Bavinck : op.cit. , 22.

die norme uit die Woordopenbaring en die gegewens uit die kosmos tot 'n gewyde sintese ontwikkel het. 28)

§ 2. Liggaamlike opvoeding as onderdeel van Opvoeding in sy geheel.

As kind is die mens reeds 'n mens. 29) Hy is egter mens in die kiem, in potensie, 'n mens op weg om volwasse mens te word. 30) Hy het opvoeding nodig om te kom waar hy moet wees. Hierdie opvoeding is nie net moontlik nie, dit is ook noodsaaklik; die mens is nie net vatbaar vir opvoeding nie; hy het ook 'n behoefte daaraan.

Aangesien die mens fisies en psigies bestaan, is die versorging wat hy nodig het tweeledig van aard. Die Christelike opvoedingsplan omvat derhalwe:

- a liggaamlike opvoeding;
- b geestelike opvoeding bestaande uit: religieuse opvoeding,  
etiese opvoeding,  
estetiese opvoeding,  
intellektuele opvoeding,  
sosiale opvoeding.

Uit hierdie mees gebruikte en gebruiklike skema sou kan afgelei word dat die liggaamlike en die geestelike opvoeding los van mekaar staan. Juus die teendeel is die geval. 31)

'n Ander - die jongste - indeling van die verskillende aspekte van opvoeding, sonder om daarmee ewemin te bedoel dat bepaalde onderafdelings van die geheel van die opvoeding afgesonderd word, is:

1. intellektuele of verstandelike opvoeding,
2. kulturele opvoeding.
3. wilsopvoeding, sedelike opvoeding en karaktervorming,
4. gevoelsopvoeding en estetiese opvoeding,
5. sosiale opvoeding,
6. nasionale opvoeding,
7. liggaamlike opvoeding,
8. godsdienstige opvoeding. 32)

Die groot verdienste van die tweede skema lê ongetwyfeld hierin dat die liggaamlike opvoeding opgeneem is in die ry van aspekte; hierdeur kan die verband tussen die aspekte onderling beter gelê en verstaan word. Die mens is 'n psigo-fisiese een-

28) van Klinken: op.cit., 29.

29) Bavinck: op.cit., 11 et seq.

30) Waterink: op.cit., 9.

31) van Klinken: op.cit., 312.

32) Waterink: Theorie der Opvoeding, 51

heid ; dus moet daar ook 'n organiese samehang by die opvoeding in sy geheel wees. Geen van die genoemde onderdele is afsonderlik bestaanbaar en verstaanbaar nie. So is ook die liggaamlike opvoeding 'n deel van Opvoeding in sy geheel en kan die verband gesien word met enigeen van die ander onderdele.

Dat hierdeur die eenheid van die opvoeding tot sy reg kom , behoef nie betoog te word nie. Reeds Pestalozzi het op die skole van sy tyd skerp kritiek uitgeoefen omdat daarin die eenheid van die opvoeding nie tot sy reg gekom het nie. Sy kritiek sou ook op die skole van vandag nog vir die grootste gedeelte van toepassing wees. Ons onderwys word nog in 'n sterk mate beheers deur die didaktiese materialisme en deur die opvatting dat die ore van die leerling sy belangrikste organe is. Volgens Krieck (Philosophie der Erziehung) val ook liggaamlike opvoeding volkome binne die ruime grense van die opvoedingsbegrip. 33)

Al bogenoemde aspekte van die opvoeding kan in tweërlei sin werkzaam wees : positief deur te bevorder wat goed is , negatief deur te weer wat kwaad is. Gaan ons na op watter verskillende gronde die daarstelling van liggaamlike oefening as onderwysvak op die skole deur opvoedkundiges bepleit word , dan staan die medies-higiëniese grond in kompensatief-preventiewe betekenis steeds op die voorgrond. 34) Op dié manier sou die liggaamlike opvoeding slegs negatief werk. Maar op grond van die bogenoemde onderskeiding van opvoedingsaspekte is dit duidelik dat ook liggaamlike opvoeding as aspek in wisselwerking verband en invloed moet hê op elkeen van die orige sewe aspekte. Die verband en invloed van die aspek liggaamlike opvoeding op die intellektuele , die kulturele , die wils- , die sedelike opvoeding , die karaktervorming , die gevoels- , die estetiese , die sosiale en die nasionale opvoeding is onder opvoedkundiges baie bekend en vorm in die opleiding dankbare temas om uit te werk. Vir ons doel is dit egter veral van betekenis en belang om die verband te lê tussen die aspekte 7 en 8 , naamlik die liggaamlike en die godsdienstige opvoeding.

33) Verslag Congres '39 , 104.

34) vide van Klinken : op.cit. , 314.

Hierdie verband lê onder andere in die uitdrukkingsvermoë van die mens.

Liggaamlike opvoeding vermeerder die uitdrukkingsvermoë van die mens in besondere mate. Hierdie vorming is van die grootste betekenis vir die geestelike lewe. By die behandeling van die verskillende opvoedingsaspekte sal hierdie vermoë weer ter sprake kom. Ook in die liggaam, die menslike gestalte, het God 'n spraak gelê. Die ontwikkeling van die uitdrukkingsmoontlikhede in die wordende mens is steeds 'n belangrike taak van alle onderwys en opvoeding. Die uitdrukkingsvermoë van die liggaam neem daarin 'n groot plek in. 35) By toneel- en danskuns 36) kry ons genoeg voorbeelde van die mate waarin die mens louter deur liggaamshouding en -beweging kan spreek. Die uitdrukkingsvermoë van die liggaam is aanvanklik slegs die enigste en dan nog 'n baie gebrekkige manier waarop die kind uiting kan gee aan sy innerlike. Eers baie later word dit deur die taal aangevul. So goed as die kind naderhand ten opsigte van sy taal ook opgevoed moet word, kom sy vermoë tot uitdrukking deur middel van die liggaam eweseer vir verdere ontwikkeling onder bevoegde leiding in aanmerking; hiertoe kan die liggaamlike opvoeding baie bydra.

Hiermee het ons tewens 'n voorbeeld gegee van die werking van liggaamlike opvoeding in positiewe sin. So kan daar meer voorbeelde, vernameklik op die psigologies-pedagogiese, die sosiaal-etiese en die estetiese gronde gegee word, waaruit terselfdertyd blyk dat die liggaamlike opvoeding hom steeds meer van die (ou) negatiewe afwend na die (meer moderne) positiewe.

In wese is die skoolse liggaamlike opvoeding 'n surrogaat, soos die skool dit in sy geheel is. 37) Oorspronklik was alle opvoeding - onderwys inbegrepe - die taak van die gesin. Aan die omstandighede dat die ouers nie meer in staat was om hul opvoedingstaak na behore te vervul nie, het die skool sy be-

35) van Klinken : op.cit. , 318.

36) cf. o.a. die ballet van Kurt Jooss.

37) van Klinken : op.cit. , 317.

staan te danke. In doel en wese is die skool dus 'n noodhulp wat langsamerhand onontbeerlik geword het. Die skool gee onderwys wat die ouers weens die gekompliseerdheid van die samelewing nie kan gee nie. Die opvoeding is hierby natuurlik nie uitgesluit nie. Verskillende omstandighede op skool het daartoe gelei dat aan die kind die so nodige beweging vir sy ontwikkeling, sy spel en speelgoleentheid steeds meer ontnem is. Die gevolg was dat daar weer 'n nuwe „vak" moes geskep word om goed te kan maak wat deur skool en lewe bederf is.

Die moderne opvoeding vra die aandag vir die feit dat die mens 'n dubbele posisie inneem as „natuurwese" en as „kultuurgewordenheid". Die moderne opvoedingsgedagte aanvaar slegs twee feite, naamlik die invloed van die kultuur as produk van die ekonomiese verhoudinge waaronder die mens lewe en waaraan hy hom nie kan onttrek nie, en die invloed van die natuur wat in die mens werk en wat elke onderdrukking straf in die gees en in die liggaam. 38)

Dit word meer en meer erken dat dit onjuis en oppervlakkig is om in liggaamlike opvoeding slegs 'n teëgif vir die intellektualisme te sien. Dit word hoe langer hoe beter ingesien dat liggaamlike opvoeding hom nie in die eerste plek beywer vir die versterking van swak-geworde spiere en dat dit ook nie wens om op te gaan in of stil te staan by die vermeerdering van liggaamlike vaardigheid nie.

Doel en middele word tans duidelik onderskei. Dit kom dus minder aan, in die lig van die suiwer wetenskaplike karakter van die moderne opvattinge insake liggaamlike opvoeding, op verbetering soek in die tegniese uitvoering, as op die korrekte interpretering van die invloed van oefeninge op die mens as psigo-fisiese wese.

Ons stel dus vas dat die wese van liggaamlike opvoeding nie die tegniese „kan" is, en ook nie die vorming van die liggaam nie. Die wese van liggaamlike opvoeding is sy aandeel in die totaal-opvoeding.

### § 3. Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding in die besonder.

Op alle terreine van die lewe wil die Calvinisties-Christelike beskouing die Eer van God verkondig sien. Dit beskou hierdie wêreld nie as 'n tranedal nie , maar as 'n wyngaard van die Here , 'n wyngaard waarin gearbei moet word. 39) Die hoogste lewensdoelstelling omvat al die verrigtinge van die Christen ; al sy gawes is en bly die eiendom van God , die gawes van liggaam en gees. Só dra die mens die kultuur en vervul hy iets van die goddelike opdrag : beheersing van die lewe in die diens van God.

As koning van die skepping staan die mens temidde van die ryk wêreld van God. In teenstelling met die dier wat net besonder en opvallend goed gespesialiseer is in een bepaalde opsig , byvoorbeeld tipiese maniere van vinnige voortbeweging , langdurige vas , veelvuldige voortplanting , skerp sintuie , en dergelike , is die mens die grootste spesialis in nie-spesialisasie. Met die middele deur God aan hom gegee , is hy meester oor geweldige kragte 40) om alle skeppingsmoontlikhede in diens van die lewe te stel. Dit is 'n goddelike opdrag om alle skeppingsgawes van God te kultiveer. Die Christen alleen kan bewus met al sy kragte die Skepper verheerlik. Alle oefening van liggaam en gees moet derhalwe dien tot verheerliking van Hom wat alle dinge gemaak het om Homself ontwil.

As skepsele van God moet ons leef soos die Here ons geskape het ; of ons nou eet , of drink , of iets anders doen , dit alles moet gedoen word tot die verheerliking van God. 41) Hiermee kom ons dus onder die tug van die Wet van die Here en tree die skerp teenstellings na vore : die onderhouding teenoor die verwaarlosing , die versorging teenoor die minagting , die besteding teenoor die vernietiging van die skeppingsprodukte. 42) God het die mens opdrag gegee om die hele skepping in al sy openbaringsvorme te beskerm teen aanvalle (negatief) en om dit tot ontwikkeling te bring (positief). As ons die gebod bewaar,

39) cf. van der Leeuw : Wegen en Grenzen , 100.

40) Psalm 8 : 7

41) 1 Korintheërs 10 : 31.

42) den Boeft : Waarom Lichamelijke-Oefening geboden ? , 7.

dan sal ons eers sien watter bevalligheid en bekoorlikheid daar deur die algemene genade bestaan in die verskyning van die menslike liggaam. Hiermee wil ons egter die liggaam nie op die troon plaas nie , soos dit juis in ons tyd so seer die geval is, gesien die uitdrukking van die skoonheid daarvan in advertensie , die vergelyking daarvan by wedstrye (Miss „Universe", Miss „Physical Excellence") , of die verheerliking van die prestasie daarvan tot in die absurde deur pers , radio en televisie. Die liggaam as sodanig staan te veel in die middelpunt van belangstelling ; ons eeu dra juis die kultus van die liggaam as kenmerk. Hierdie kultus is opvallend Amerikaans en het tot nou toe meer met rekords en sinlikheid as met skoonheid te doen. 43)

Van die liggaam word gesondheid verlang , sy skoonheid aanbid , sy prestasie toegejuig. 44) „Hier is een voor ieder geopende poort , waardoor het ware , gelukkig-stemmende , scheppende leven , dat zo geheel anders is dan ons doordachte handelen , zijn intocht in ons menszijn houdt. Het is de cultus van de god Dionysos 45) , die van de bedwelmende hymnen van Nietzsche 46) uit de zielen van een jong geslacht heeft betoverd ; van de god Dionysos , die bedwelmt en verrukt , en in de extase van het buitensporige leven de mens doet uitgaan buiten de grenzen van zijn al te nuchter leven". (Stählin : De betekenis van het lichaam , p. 46.) 47) Die mens wil gelyk word aan die skone dier.

X Waar ons liggaam inderdaad 'n skeppingsproduk van die almagtige God is , het ons die plig en is dit ons taak om alle sorg daaraan te bestee. Ons moet alle kragte waaroor ons liggaamlik beskik , ook gebruik. 'n Gedeelte van hierdie sorg beteken die direkte , doelgerigte opvoeding van die liggaam.

Opvoeding is steeds 'n sistematiese en beplande werk wanneer die doel eenmaal bepaal is. Ons moet die middele wat God vir ons gee , dankbaar gebruik. Slegs met die ontplooiing van alle kragte kan mens 'n kultuur dien waarin God verheerlik word. So kan hy en so moet hy ook meewerk aan liggaamskultuur , want ook die liggaam is en bly van God en is as sodanig bestem om ewig te wees. 48)

43) van der Leeuw : op.cit. , 103.

44) van Asch : op.cit. , 8.

45) = Bacchus , seun van Zeus , die Latyns-Griekse mitologiese god van die wyn.

46) 1844-1879 ; Duitse filosoof wat die Christendom skerp aangeval het.

47) van Asch : loc.cit.

48) vide Heidelbergse Kategismus , Sondag 22 ; Job 19 : 25 ; 1 Johannes 3 : 2.

Liggaamlike opvoeding moet dan in die eerste plek nie gedra word deur lus nie , maar deur gehoorsaamheid. Die genoeë mag nie die deurslag gee nie , al kan in die gehoorsaamheid ook reeds lus en genoeë gevind word. Waar ons in ons liggaam te maak het met 'n tempel 49) , moet ons ook hier aan die Here die beskikking oor ons lewe gee. 50) Vir die Christen is die enigste troos in lewe en in sterwe dat hy met liggaam en siel nie aan homself nie , maar aan die getroue Saligmaker behoort. 51)

Dit is in gehoorsaamheid aan die Wet van die Here dat die skool in sy opvoedende werk ook hiermee rekening moet hou. Die gemeenskap moet 'n beroep doen op die volle individualiteit , die volle persoonlikheid van die kind. Die skool mag dus nie net 'n beroep doen op die intellektuele moontlikhede van die kind nie. 52) Dit is nie goed as die skool te veel gerig is op die intellektuele aktiwiteit van die kind (in besonder die intellektuele aktiwiteit van Herbart) nie. By die arbeid van die skool moet alle gawes , alle kragte van die kind in diens gestel word van die totale persoonlikheidsvorming. Verskillende uitings van die ontplooiingsdrang van die kinders moet in die didaktiese aktiwiteit opgeneem word. 53) Dus ook die verdeling van tyd wat aan die verskillende aspekte van die opvoeding toegemeet word , moet op grond van noukeurige wetenskaplike ondersoek en bevindings teenoor God verantwoord word ; hierin lê eweens ons roeping. 54)

Dit is in gehoorsaamheid aan Christus dat ons ons liggaam gebruik soos die Here wil hê dat ons dit sal gebruik. Heiligheid is steeds die sieraad van Gods tempel. Daarom moet ons steeds daarop uit wees om nie die mens nie , maar om die tempel te dien. Liggaamlike oefening moet gerig wees op 'n natuurlike beweging van die liggaam , 'n beweging in ooreenstemming met

- 49) Paulus aansol nie om in Joodse milieu die liggaam die hoogs moontlik denkbare waarde toe te ken nie deur dit 'n tempel Gods en 'n tempel van die Heilige Gees te noem (1 Korintiërs 6 : 19) ; staande in die tempelgebou van Sy Vader het Jesus ook van Sy liggaam as tempel gespreek (Johannes 2 : 21.).
- 50) den Boeft : op.cit. , 10.
- 51) Heidelbergse Kategismus , Sondag 1.
- 52) Waterink : op.cit. , 110.
- cf. Keyter : Opvoeding en Onderwys , 162.
- 53) Waterink : op.cit. , 135.
- 54) den Boeft : op.cit. , 8.

die natuur soos deur die skepping in die liggaam gelê. Stryd moet gevoer word teen alles wat teen die natuurlike is ; teen-natuurlikheid dien die liggaam nie , maar berokken dit skade . Die tempel word dan misbruik. 55) Word liggaamsontwikkeling as tempeldiens opgevat , dan is reeds dadelik liggaamlike uitputting uitgesluit en eweneens die „liggaamlike opvoeding om die liggaamlike opvoeding". Tempeldiens het altyd seën en welvaart vir eie lewe ten gevolge.

Samevattend merk ons dus op dat die liggaam nie verag , maar ewemin verheerlik moet word nie. Dit moet geheilig , aan God gewy en tot eer van God gebruik word. Dit moet gestel word tot 'n lewende , heilige en aan God welgevallige offer ; dit is ons redelike godsdiens. 56) Alle kragte waaroor ons liggaamlik beskik moet tot ontplooiing gebring en op die juiste wyse gebruik word. Verwaarlosing van hierdie aspek van die opvoeding beteken verwaarlosing van die liggaam en dit beteken vir die Christen verwaarlosing van die woonplek waarin die Heilige Gees 'n tempel wou toeberei het. As iemand die tempel van God skend , sal God hom skend. 57)

55) cf. Mattheüs 21 : 12 en 13.

56) Romeine 1 : 12.

57) 1 Korintheërs 3 : 17.

### HOOFSTUK III.

#### UITGANGSPUNT VAN DIE CALVINISTIES-CHRISTELIKE LIGGAAMLIKE OPVOEDING.

Die gegewens wat ons deur die Heilige Skrif verskaf word , mag nooit verwaarloos word nie. 1) Die Woord van God gee lig oor alle lewe en oor alle lewensverhoudinge. Dit bevat die beskrywing van die generasie , degenerasie en regenerasie van die mens.

Binne die skeppingsgeheel verkeer die mens in 'n enige , uitsonderlike situasie : aards uit die aarde , maar die asem van die lewe ingeblaas 2) tot 'n ondeelbare en onverdeelde geheel , nie net verhef tot die kroon van die skepping nie , maar ook in die posisie om die stem van God te hoor , om God te antwoord en om God aan te roep. Die mens is die laaste , mees volkome en voortreflikste skepsel deur God gemaak tot Sy deelgenoot van die ewigheid ; in hom is alles verenig wat aan die skepsele slegs gedeeltelik geskenk is ; die „syn“ , die lewe , die gevoel en die rede. 3)

Die begin ewewel is God , die Soewereine. Ons gedagte gaan hierby uit na die proloog van die Johannes-evangelie met die magtige aanvang : „In die begin was die Woord“. 4) Ook die mens het sy bestaan aan die magswoord te danke. Die Woord is in die eerste plek die selfopenbaring van God , maar ook die uitgaande Woord wat hom openbaar in en aan die skepsel. Die skepsel kan hierdie Woord verstaan en daardeur kom tot 'n bewuste lewe wat uitgaan bo die instinktiwe , die dromend onbewuste , die natuurbeërlikheid , wat ook baie mooi is , maar homself nie ken en die Skepper nie ken nie. 5)

In die Wysheid van God lê die ordening van die geheel wat in ons bewuste lewe nie net aan die abstrakte redenering nie , maar ook aan die organiese beskouing , die harmonie van die skoonheid , die ordinansies van die sedelike wêreld die

1) Waterink : Oorsprong en wezen der Ziel , 12.

2) Génesis 2 : 7.

3) Comenius : Didactica Magna , 63.

4) Johannes 1 : 1.

5) Brederveld : De Lichamelijke Oefening , 3.

juiste plek gee. 6) Alles het deur die Woord sy sin en betekenis ontvang wat hierin bestaan dat dit God moet eer en dien op elke terrein van die lewe en onder alle omstandighede. Hiertoë moet die hele Skepping in onderlinge harmonie saamwerk.

Ook aan die mens het God sy „natuur“ , sy „orde“ , sy „aard“ gegee. Hierdie aard is sodanig dat 'n onveranderlike lewenswet in hom openbaar moet word , naamlik dat die mens beeld-draer van God is. In die skepping van die mens na Gods beeld en in sy „geschapen zijn als kind van de Schepper“ lê die kernpunt vir die hele wesensbepaling van die mens. Die wesenlike van die menslike lewe bly altyd sy totaliteit as mens ; die feit dat hy selfbewussyn besit , dat hy as religieuse wese ook verband het met God , met die mensegomeenskap , met heel die skepping. 7) Die hele lewe van die mens word beheers deur die feit dat hy as skepsel van God geskape en dat sy wese religieus bepaal is. 8) Dit moet ewewel nie beperk word tot die feit dat die mens God kan dien en aanbid nie. Volgens Calvinisties-Christelike opvatting beteken die religieuse bepaaldheid van die mens dat hy geskape is om God te dien in alle verbande waarin God hom geplaas het met alle gawes wat hy van God ontvang het , opdat hy God sou kan dien. 9) In dié verbande het God aan die mens sy verstand gegee om te verstaan , sy wil om te heers en te dien , sy gevoel om hom priesterlik te wy ; maar ook sy sosiale besef en gevoel om in die gemeenskap en met die gemeenskap God te verheerlik ; ook sy kulturele besef sodat hy alle kultuurbesit en kultuuraktiwiteit sou kan ophef tot God. Die pedagogiese probleem moet benader word vanuit die verbondsverhouding. Die verband tussen God en mens is die eerste en die dominerende verband.

Ook die liggaamlike mens is 'n vervulling van 'n raadsbesluit wat deur God geneem is : „Laat ons mense maak na ons beeld , na ons gelykenis“. 10) Hierdeur is dit reeds onmoontlik

- 6) Brederveld : op.cit. , 4.  
 7) Waterink : Psychologie van het kind , 10.  
 8) Waterink : Theorie der Opvoeding , 17.  
 9) ibid. , 18.  
 10) Génesis 1 : 26.

om die liggaam te beskou as 'n „omhulsel", as „stof", as „materie-liggaam"; ook is die liggaam nie 'n „wegwerplik kleed" nie. 11) Juis in onderskeiding van die ander skepsele het God aan die liggaam van die mens baie sorg bestee. Wat dus ook die liggaamlike bestaan betref, moet dit van die skepping van die mens geld: Toe sien God al wat Hy gemaak het en - dit was baie goed". 12) Dit gaan sekerlik teen die Heilige Skrif in om die liggaam as skeppingsproduk agter te stel by die siel. Die lewe kry ongetwyfeld meer diepte as ons weet dat God Hom wil bedien nie net van die rykdom van die geestesgawes nie, nie net van die dieptes van die sielelewe nie, maar ook van die kragte van ons liggaam. God het eweseer reg op ons liggaam.

Dientengevolge moet die mens hom aan die Goddelike wêreld-orde hou om sy taak as beeldraer van God te vervul. 13) Die resultate van wetenskaplike ondersoek op hierdie gebied leer die mens hoe God Sy skepping laat funksioneer. Daarnaas on-  
 daarbo leer die mens deur die Bybel die diepere sin van die natuur en die natuurlike verstaan en kry die menslike denke en handeling diepere betekenis; dit neem rigting en verkry 'n verstaanbare vorm. God verlang van die mens dat hy Hom sal liefhê met sy hele hart en met sy hele verstand en met sy hele siel en met sy hele krag. 14) Die mens moet hom met sy hele natuur in diens van God stel. Alle gawes van hoof, hart en hand moet in dié diens aangewend word. Word dit nagelaat, dan ontstaan bedrog teenoor God met lewensonrus, lewensverdeeldheid, self-misleiding, geveinsheid en selfbedrog as gevolg. Dit word as sonde beskou om die natuur, soos deur God gegee, geweld aan te doen. Die mens wat nalaat om te trag om sy gawes van hoof, hart en hand in harmoniese samehang tot ontwikkeling te bring, staan skuldig teenoor God omdat hy tekortkomings vertoon wat hy nie hoof te hê nie; hy het talente begrawe en moontlikhede misken. 15) Elke mens dra die verantwoordelikheid om na vol-

11) Waterink: op.cit., 550.

12) Génesis 1: 31a.

cf. Sondag 22, Heidelbergse Kategismus.

13) Groenman: Lichamelijke Opvoeding, 27.

14) Markus 12: 33.

15) Lukas 19: 20.

maaktheid te strewe. 16)

Die onderskeidings van ons liggaamlike bestaan het ons aan die Skepping te danke ; sonde kan geen enkele onderskeiding in die lewe roep nie. Indien die sonde dit wel kon doen , sou dit vir ons nie nodig wees om aan die versorging van ons liggaam besondere aandag te bestee nie. Die mens is egter nie in staat om te voldoen aan die volstrekte eise wat God stel nie. In Jesus Christus ewewel is 'n nuwe begin gemaak , die begin van die herskepping. Die geloof in Jesus Christus gee die vaste oortuiging dat al ons werk , hoe gebrekkig ook , sal meewerk aan die koms van Gods koninkryk. Die feit dat die mens 'n religieuse wese is , beteken onder meer dat die mens die menslike lewe in sy volle sin kan en moet lewe. 17)

Waar die mens 'n onverdeelde eenheid is , is hy sogenaamd 'n individualiteitstruktuur. Die nadruk moet hier sterk op die „syn“ van die eenheid val , op die „syn“ as bestaansvorm met die ter sydestelling van die „hê“ as besit. 18) Hiermee word mos elke voorstelling van 'n opbou van twee of meer substansies wat saam die mens sou vorm , uitgesluit. As beweer word dat die mens 'n liggaam het , dan word daarmee eintlik aangedui dat die mens self geen liggaam is nie ; die liggaam is dan die besit van die mens en besit is nie dieselfde as besitter nie. Dieselfde geld natuurlik ook vir die bewering dat die mens 'n siel het . As dit korrek sou wees dat die mens 'n liggaam en 'n siel het , dan bly die vraag wat die mens self is.

Die aanleg van die mens is veelsoortig en veelvormig , en dit is sowel bewus as onbewus van karakter. Daar is baie moontlikhede waardeur en waarin die mens hom kan uit : fantasie , verbeelding , instink , intuïsie , wil , ken en kan. Die uitings hiervan kan goed of sleg wees , mooi of lelik , sterk of swak , groot of klein , baie of min ; saam egter vorm hulle in hul onderlinge samehang die mens as liggaam.

16) Mattheüs 5 : 48.

17) Waterink : op.cit. , 50.

18) Groenman : op.cit. , 65.

Alle menslike vermoëns vind hul knooppunt as liggaam. 19)

Moontlikhede wat in aanleg gegee is , is gegee as liggaam ; eienskappe wat hul daaruit ontwikkel , word as liggaam ontwikkel. Die mens is in sy doen en late , in al sy funksies van ken en wil , selfs in sy wese slegs op te merk as liggaam ; net so goed kan aan die liggaam opgemerk word wat die mens mis , wat minderwaardig of gebrekkig aan hom is.

In die individualiteitstruktuur word vier deelstrukture onderskei : die fisies-chemiese , die vegetatief-bioties gekwalifiseerde , die instinktiwe gevoelstruktuur en die aktstruktuur. 20) Die eerste drie strukture is gedifferensieer , spesifiek gekwalifiseer na bou en funksie ; hierdeur het hulle in hul hoedanighede 'n starre begrensing en hierin vind die plastisiteit van die liggaam sy grense. Die aktstruktuur daarenteen is ongedifferensieer. 21) In en deur sy aktstruktuur kan die mens hom „wend of keer" 22) ; in religieuse vryheid kan die siel oor die liggaam beskik as sy uitdrukkingsveld. Die moontlikheid vir die mens om te wend of keer is tegelykertyd die grondslag vir die opvoeding en die pedagogiese kriterium — ook vir die liggaamlike opvoeding. As die kriterium die grondslag en die doel van die geheel van die pedagogiese aktiwiteit is , dan kom mens tot 'n beroep op die mens as geheel in die opvoeding. Die wesenlike vorming van die mens is dan moontlik , omdat die eerste drie strukture , wat op hulself slegs aanleiding gee tot 'n starre bewegingstegniek , betekenisvol word in verbinding met die aktstruktuur, wat noodsaaklik is vir die vorming van die persoonlikheid.

Watter kwaliteite so 'n persoonlikheid sal hê , hang in hoë mate af van die leidende beginsel wat by die vorming van die mens as geheel aanvaar word. Vernuwing in die vorm van kerstening van die liggaamlike opvoeding is dan nie in die eerste plek 'n opdrag vir die seek na ander leerstof , oefen-

19) Groenman : op.cit. , 66.

20) vide Afdeling A , Hoofstuk IV , § 2 , p.61.

21) Groenman : op.cit. , 107.

22) term uit Ou-Hollandse lied ; gaan , beweeg (letterlik en figuurlik) in enige rigting uit eie welbehag.

stof of 'n ander lesindeling nie , maar die vind van 'n nuwe instelling , 'n nuwe beginsel , 'n nuwe gees waarvolgens die liggaamlike opvoeding gegee moet word. Dit is 'n nuwe vertolking van die gegewe werklikheid vanuit die akt-lewe. 23)

Kortliks kom dit dus hierop neer : In die skepping van die mens na Gods beeld lê die kernpunt vir die hele wesensbepaling van die mens. God wil gedien word met alle gawes wat hy aan die mens gegee het , ook die gawes van die liggaam. Waar God besondere sorg aan die liggaam van die mens bestee het , moet die Christen dit as sy plig beskou om die versorging te bly behartig. Die mens mag nie tekortkomings vertoon nie en word vir onvolmaakthede verantwoordelik gehou. In opvoedkundige terme beteken dit : 'n beroep moet gedoen word op die mens as geheel.

## HOOFSTUK IV.

### DIE DOEL VAN DIE CALVINISTIES-CHRISTELIKE LIGGAAMLIKE OPVOEDING.

Dit is skoon 1) om mense op te voed tot ware , egte , volle mense vir wie niks mensliks vreemd is nie , en om alle gawes en kragte in die mens tot harmoniese ontwikkeling te bring. Die mens is meer as deel van 'n geheel ; hy het persoonlike selfstandige waarde. 2) Maar hierdie ideaal is slegs dan bereikbaar as mense gevorm word tot mense van God , wat aan God behoort , wat Sy kinders is en wat daarom vry en onafhanklik staan teenoor die hele wêreld. Skoon is dit om mense te vorm tot nuttige lede van die raatskappy ; organies hang die mens mos saam met sy gesin en geslag , met sy volk en heel die mensheid. Na hierdie doel kan egter net met vrug gestroewe word as mense gevorm word tot mense Gods , wat tot alle werk volkome toegerus is, wat om Gods wil die naaste liefhet , wat in hul beroep trou arbeid , omdat dit 'n goddelike beroep is.

In die Christelike opvoedingsideaal is elke teenstelling versoen : van man en vrou , van baas en dienskneg , van persoonlikheid en gemeenskap , van verstand en hart , van skool en lewe , van skoonheid en nuttigheid , van verstandsonwikkeling en gemoedsbeskawing , van patriotisme en kosmopolitisme. Want die vrees van die Here is die beginsel van alle wysheid.3) Die godsaligheid is nuttig vir alles. 4) Die ideaal van 'n Christelike opvoeding bestaan uit : waaragtige godsvrug , organies verbonde met deeglike kennis en egte beskawing 5) en 'n gesonde liggaamlike ontwikkeling 6).

Daar moet steeds 'n strewe wees na 'n bewuste en 'n harmoniese lewe. 7) Hierdie bewustheid en hierdie harmonie eis van ons denke twee dinge : om goed te onderskei en om goed die

- 
- 1) term uit "President Steyn" van Celliers ; vide Pienaar : Digters uit Suid-Afrika , 23.
  - 2) Bavinck : Paedagogische Beginselen , 48 et seq.
  - 3) Psalm 111 : 10.
  - 4) 1 Timotheüs 4 : 8.
  - 5) Bavinck : op.cit. , 53.
  - 6) Coetzee : Vraagstukke Opvoedkundige Politiek , 33.
  - 7) Brederveld : De Lichamelijke Oefening , 4.

samehang te ontdek. Onderskei moet word : die verskillende faktore wat saamhang met liggaamlike oefening , die verskillende strominge wat hul hier openbaar. Ontdek moet word : die samehang van hierdie faktore met die verskillende vorme van wêreldbeskouing , die samehang ook van die praktiese strewe met die Christelike wêreldbeskouing. 8)

By die bepaling van die doel van liggaamlike opvoeding moet enersyds gewaak word teen 'n oorskatting van die liggaam , want die mens is nie net liggaam nie. Die liggaamlike opvoeding moet weliswaar die ontwikkeling van die liggaam en die versterking van sy organe beoog , maar die nadruk moet val op die opvoeding van die hele mens deur middel van die liggaam. Om hierdie rede moet die doel van liggaamlike opvoeding by die doel van die hele opvoeding ingepas word. 9)

Die Christen beoog 'n liggaamlike opvoeding wat deur 'n sistematiese , goed geleide oefening die kragte en gawes wat hy in sy liggaam van God ontvang het , sodanig kan ontwikkel dat hy tot alle goeie werk bekwaam is ; opdat hy ook sy liggaam tot Sy eer en in Sy diens kan en mag gebruik. 10) Tot Gods eer wil nie allereers sê dat die mens vaardiger , sterker word nie , maar dat in sy krag en vaardigheid , wat in die hele kunswerk van Gods vingers , ontadel deur die sonde , maar in Christus heilig en deur Sy krag aanvanklik weer blinkende in meerdere volmaaktheid , Gods grote Naam geprys word. 11)

Die doelstelling is dus wel bewus in die glorie van die Skepper , wat alles , ook die liggaam van die mens , tot Sy eer geskape het. God het die mens die moontlikheid gegee om Hom te dien ook in hierdie tempel en die waaragtige Christen soek ook hier in die openbaring van die genade na die vrymaking van die liggaam uit die bande van die sonde deur die kruis van Christus. Net die in Christus vrygemaakte lewe is hier in staat om die juiste riglyne te vind. Die liggaamlike opvoeding is eintlik alleen by die Christen veilig. In die liggaamlike op-

8) Romeino 12 : 2.

9) Smith : Doel en Plek , 3.

10) de Vries en de Bruyn : De tempel des Geestes , 16.

11) ibid. , 30.

voeding gaan dit om die afweer van skadelike invloede en om die godvrugtige ontwikkeling ; om te stry teen die kwaad en om uit te kom vir die Here ook in hierdie tempel ; om te bou en te bewaar , ook in hierdie lewensopenbaring. 12) In sy kulturele arbeid het die Christen uiteindelik as hoogste bedoeling : die tot uitdrukking bring van alle gawes wat God aan die mens gegee het. Ook die liggaamlike aspek van die bestaan van die mens is hiertoe van betekenis ; die hele motoriek , die liggaamlike beweging is van baie groot invloed op die ontwikkeling van die persoonlikheid , ook in die geestelike aspek. Die versorging van die liggaam is die eis van die Wet van God. Kragtens die Christelike uitgangspunt egter is die liggaamlike opvoeding nooit bedoel as 'n middel om die spiere van die jongmens sterk te maak , sodat hy homself heerlik kan maak in allerhande sportwedstryde nie. 13) Die doel van liggaamlike opvoeding is : om mee te werk aan die vorming van die totale mens , soos hy na Gods orde behoort te wees. Hierdeur word aan die kind die kans gegee om uitdrukking te gee aan sy eie self. 14)

„Opvoeding" moet die hoofdoel bly ; 15) die nadruk moet nie altyd val op „liggaamlike" nie , want die liggaamlike opvoeding beoog ook die opvoeding van die hele mens , terwyl die byvoeglike naamwoord slegs die weg aandui waarlangs die opvoeding moet geskied.

Soos die kind 'n ondeelbare eenheid vorm , so moet ook sy opvoeding wees — onverdeeld en ondeelbaar. 16) Die opvoedingsplan in sy geheel kan in 'n aantal aspekte uiteengesit word. 17) Hierby moet onder andere gelot word op moontlike Bybelse gegewens , 18) wat as ordebepalings die opvoeder dwing om bepaalde weë te volg. Die Bybel gee aan die denke en gevolglik ook aan die handeling rigting en inhoud. Deur hierdie rigting te hou , word dit moontlik om die Woord van God ook in die opvoeding te verbuig en te vervoeg tot verstaanbare taal en tot

12) den Boeft : Waarom Lichamelijke-Oefening geboden ? , 13.

13) Waterink : Theorie der Opvoeding , 551.

14) Waterink : Psychologie van het kind , 54.

15) van der Merwe : Liggaamlike Opvoeding , 11 et seq.

16) Groenman : De Lichamelijke Opvoeding , 56

17) ibid. , 47 et seq.

18) Psalm 36 : 10.

natuurlike vorme.

Die bedoelde aspekte is die volgende : -

1. Die waardering van 'n goeie gesondheid. In die gewone gang van sake beskou die ouers dit van groot belang om hul kinders 'n goeie gesondheid te verskaf en te waarborg. Hierdie toestand is van 'n natuurlike orde , heeltemal na die aard van die mens. Die siek mens is beperk in sy vermoëns en dikwels gekortwiek in sy denk- , verbeeldings- en wilslewe. Die ontwikkeling van die gesondheid daarenteen gee die moontlikheid tot die vorming van vitale , lewenskragtige en geharde mense.

Christus was steeds met innerlike ontferming bewoë as Hy die skare kreupeles , blindes , melaatse , verlamdes en kranksinniges gesien het ; vandaar dat Hy hulle steeds gehelp het. 19)

Die gesondheid is 'n opvoedingsaspek en die vorming van gesonde mense 'n opvoedingsideaal.

2. Die onbevange , spontane , ongekunstelde , emosionele en instinktiewe uiting van die kind se belewenisse. Kinders moet hul gee en uit soos hulle is , eerlik sonder geniepsige bybedoelings. Daardeur is hulle vatbaar vir goeie raad en leiding ; hulle kan beïnvloed word. Hierdie kinders stel vertroue in gegewe versekeringe van wat behoorlik en wat onbehoorlik is ; hierdie kinders gee hul vertroue en kan as persoon gevorm word. Die ontwikkeling dus van die emosioneel-instinktiewe bied die moontlikheid tot die vorming van onbevange , spontane en lewensblye mense. Die geloof word gewek , die karakter ontwikkel.

Christus het Hom steeds die groot kindervriend betoon. Hy het hulle aangeraak en hulle geseën , Sy arms om hulle geslaan. 20) Die onbevange houding van die kindertjies het Hom getref , sodat Hy die volwassenes daarop gewys het. 21) Ook hul spel het Hy gadegeslaan. 22)

Die instinktief-emosionele noem ons 'n opvoedingsaspek , die vorming van onbevange , spontane mense 'n opvoedingsideaal.

19) Matthéus 8 : 1-3 ; 28-32. M.9 : 27-30 ; 32-35. M. 12 :9-13.

20) Markus 9 : 36.

21) Markus 10 : 13-16.

22) Matthéus 11 : 16-17.

3. Die besit van insig en deursig in bepaalde situasies. As 'n kind blyke gee, veral wanneer die kind vir die eerste keer teenoor 'n bepaalde moeilikheid te staan kom, dat hy in- en deursig het, dan word dit gewaardeer, omdat die kind dan die bewys van 'n mate van intelligensie lewer. Die intelligensie wat hier bedoel word is vernaamlik dié van die deursien van die natuurlike ordening wat deur God gestel is, soos ons dit leer ken in Sy wet en verordeninge. Hierdeur word dit moontlik om die lewensbelangrike te leer onderskei van die, vir die lewe onbelangrike en misleidende. Hierdie vorm van intelligensie bestaan nie uit skoolse geleerdheid sonder meer nie; dit is 'n vasberadenheid in die onderhouding van die reëls en verordeninge, omdat hulle betrekking het op die hele wet van God vir die lewe van individu en gemeenskap. Hierdie ontwikkeling van die intelligensie gee die moontlikheid tot die vorming van „logiese" mense, mense wat insig en deursig besit — ook in hulle handelwyse. Die ouers moet dit die kinders inskerp en daaroor praat as hulle in hul huise sit en as hul op pad is en as hul gaan lê en as hul opstaan. 23)

Die ontwikkeling van die intellek as 'n vermoë in sy geheel vir die deursien van verordeninge is 'n opvoedingsaspek; die vorming van 'n mens wat insig en deursig besit 'n opvoedings-ideaal.

4. Die vermoë om hom uit te druk. Hierdie vermoë is in soverre van dié onder 2. genoemde onderskei, dat dit meer in tegniese sin bedoel is. Dit word steeds gewaardeer as 'n kind in staat is om in woorde, in skrif, in handel en in wandel aan te gee wat hom beweeg om hom te uit in woorde, skrif of handeling. So 'n kind beskik oor 'n goed ontwikkelde uitdrukkingsvermoë 24) waardeur hy in staat is om hom verstaanbaar te maak. Dit gaan hier dus om die verstaanbaar-wees, om die moontlikheid om verstaan te word en om die inspanning om hierdie eienskap jou eiendom te maak. Hierdie ontwikkeling gee die moontlikheid tot die vorming van uitdrukkingsvolle en uitdrukkingskragtige

23) Deuteronomium 6 : 7.

24) vide Afdeling B, Hoofstuk II, § 2, p. 103.

mense wat in staat is om hul innerlike bewoënhed duidelik te maak aan en oor te dra op ander mense. 25) Die getuienis van God kan bestaan in die handeling , in die aksie van die Christen ; in sy daad , in en deur sy bewegings kan hy die ordeninge van God openbaar.

Die uitdrukkingsvermoë is 'n opvoedingsaspek ; die vorming van uitdrukkingskragtige mense 'n opvoedingsideaal.

5. Die vermoë om met ~~ander~~ kinders om te gaan. Hier val die onvermoë eerder op by die kind as die vermoë. Daar is kinders wat altyd die baas oor ander kinders wil speel , wat ander kinders altyd tiranniseer en kinders wat hul steeds uit die omgewing van ander kinders terugtrek as gevolg van 'n gebrek aan vertroue òf in homself òf in die ander kinders. So 'n kind word sosiaal gestrem en is as sodanig nie in staat om in 'n gemeenskap te lewe , te werk of om iets vir die gemeenskap te beteken nie. Moontlik is daar sprake van 'n gebrek in die wederkerigheid van die liefhê van homself net soos die ander en die andere soos homself. 26) Hierdie toestand is nie volgens die natuurlike orde van die samelewing van die mense soos deur God bedoel nie. Die ontwikkeling van die sosiale gedrag gee die moontlikheid tot die vorming van mense wat in staat is en wat bereid is tot saamlewe en -werk met andere , tot opbou van 'n lewensgemeenskap.

Die ontwikkeling van die sosiale word 'n pedagogiese aspek genoem en die vorming van mense wat geskik is vir 'n „natuurlike" gemeenskapslewe 'n pedagogiese ideaal.

6. Die orde in die daaglikse handeling. Dit wek vertroue as die kind 'n gedrag aan die dag lê wat orde vertoon by sy verrigtings , wat reëlmatig al sy take verrig , wat weet hoe om die energie wat voorhande is , spaarsaam te gebruik. Rustige oorleg voor en tydens die arbeid is 'n waardevolle eienskap. Dit sal in die latere lewe steeds van die grootste belang blyk. Ook die Heilige Skrif maak melding van dié lewenswyse. 27)

25) I Korintheërs 14 : 7 , 9 vv.

26) Mattheüs 22 : 39.

27) I Korintheërs 14 : 40.

Dit is 'n kwessie wat die ontwikkeling van die ekonomiese handeling betref , wat die moontlikheid gee tot die vorming van mense wat weet hoe om hul energie spaarsaam en ordelik te gebruik om daardeur met die kleinste inspanning die grootste nuttige effek te bereik. Die lewensenergie word dus op ekonomiese wyse gebruik en dienoreenkomstig word aan die lewe vorm gegoo.

Die ontwikkeling van die ekonomiese is 'n pedagogiese aspek , die vorming van die mens wat sy energie spaarsaam en ordelik weet te gebruik 'n pedagogiese ideaal.

7. Die gevoel vir estetika. Die gemis van hiordie gevoel , veral van houding en beweging , wat tot uitdrukking kom in 'n slordige onverskilligheid , is altyd te betreur. In houding en beweging kan 'n sekere innerlike flinkheid , paraatheid tot uitdrukking gebring word. Wanneer dit in die individu nie aanwesig is nie , dan mis die bewegings van die kind elke uiting van maat en harmonie ; die individu mis dan die natuurlike orde van die harmonie in sy bewegings , waardeur hy stylloos , ongeorden en onesteties voorkom. Die ontwikkeling van hiordie estetiese belowing gee die moontlikheid tot die vorming van mense wat in hul denk en doen maat , harmonie en stylbesef vertoon. Ook die Bybel sê dat die sieraad van die jongmanne hul krag is , 28) dat die slap hande versterk en die struikelende knieë vasgemaak moet word 29) as dit gaan om God te loof en Hom eer te bewys.

Die ontwikkeling van die estetiese is 'n opvoedingsaspek , die vorming van die harmoniese mens in denke en doen 'n opvoedingsideaal.

8. Die afhanklikheidsbesef van goddelike ordeninge. Hierdie aspek raak die religie , die pistiese , die geloof en geloofsverskynsels , die vertrouwe in sy transendente betekenis , van die rus in God deur Jesus Christus. Tot die geloof word ook gereken die kennis dra van goddelike ordeninge. Om kinders

28) Spreuke 20 : 29.

29) Jesaja 35 : 3-4.

te verhinder om daarvan kennis te neem , is om kinders in die pad te staan om kennis te neem van hul heil , is om dit vir die kinders onmoontlik te maak om hulself te word en hulself te ken , is om kinders te verhinder om lewensekerheid te kry. Dit is natuurlik nie net van toepassing op kinders nie , maar ook op volwassenes. Die groot lewensvraag is hier : word die rus gevind in God alleen (transendente kennisleer) of huldig mens die opvatting waarby die rus in die kosmos self gevind word met alle teenstrydighede daaraan verbonde (immanente kennisleer) ? Dit is 'n goddelike eis en 'n kinderreg om kinders vir lewensonrus te bewaar. God het daarvoor Sy orde gegee , die orde van die geloof in Hom deur Sy Seun. Christus is die herskepper van alle lewensonrus , van alle twyfel en vermoedheid. Dat hieroor nie disputeer kan word nie , word deur die Bybel duidelik te kenne gegee : „Kom na My toe , almal wat vermoeid en belas is , en Ek sal julle rus gee". 30) Hierdie orde was , is en sal bly 31) soos Christus daarin — dieselfde , onveranderlik. 32) Die ontwikkeling van die religieuse gee die moontlikheid tot die vorming van mense wat uit hul diepe besef van afhanklikheid van goddelike ordeninge moedig verantwoordelikheid aanvaar , trou is en vertrouwe skenk , wat durf glo om daaruit die lewensreëls vas te stel , wat in gehoorsaamheid lewe gee aan die ordeninge wat deur God gestel is.

Die ontwikkeling van die religieuse is 'n opvoedingsaspek en die vorming van mense met 'n sterk verantwoordelikeidsbesef vir goddelike ordeninge 'n opvoedingsideaal.

Hierdie aspekte mag nie as abstraksies gesien word nie ; elkeen het sy betekenis vir die vorming van die kind as geheel. Ook is elkeen van hierdie aspekte vir die opvoedings- en lewenspraktyk 'n verstaanbare ideaal en hanteerbare begrip. In hierdie aspekte kan die fisies-biotiese , psigiese , analitiese , linguistiese , sosiale , ekonomiese , estetiese

---

30) Matthéüs 11 : 28-30.

31) Hebreërs 13 : 8.

32) Matthéüs 5 : 17 , 18.

Jesaja 40 : 8.

1 Petrus 1 : 25.

en pistiese wetskringe herken word. 33) In hul onderlinge samehang moet die aspekte vorm aanneem , tas- en sigbaar word ; in die lewe van die kind wat opgevoed moet word , moet die aspekte hul konkretiseer tot lewenswerklikhede. Hierby moet - dit sy weereens benadruk - steeds voor oë gehou word dat , soos die kind 'n ondeelbare eenheid vorm , ook die opvoeding onverdeeld en ondeelbaar moet wees — die opvoeding soos God dit opdra en soos dit in Sy Naam gedoen moet word. Die kind is nie die eien- dom van die mens nie , maar 'n mens van God. In die volkome toe- rusting vir elke goeie werk 34) lê die eenheid opgeslote , sonder bars of kraak , ongedeel , harmonies. Daar bestaan drie eenhede wat die rig-snoer vorm : die eenheid van lewe , die eenheid met mekaar en die eenheid met God. Die mens is van God en die lewe is van God. Alles het met God te doen en so mag niks los van God staan nie , ook nie die liggaamlike opvoeding nie. Die eenheid met God beheers alles. Slegs gelei deur God kan die loiding gegee word.

Die laaste doel van die mens egter lê buite hierdie le- we. 35) Verenig met God wat die hoogste volmaaktheid , roem en geluksaligheid in ewigheid geniet. Alles wat ons in hierdie lewe doen en ly , toon ons dat ons die hoogste doel hier nie bereik nie , maar dat alles in ons na iets anders strewe. 36) Wat ons ook mag wees , doen , dink , spreek , versin , wen , besit — dit is niks anders as 'n leer waarvan ons , steeds voortgaande , telkens hoër sporte betree sonder om ooit die hoogste te bereik.

Samenvattend stel ons vas dat waar die mens aan God behoort , hy eweneens moet word tot 'n mens van God. Ook die gesonde liggaamlike ontwikkeling maak deel uit van die ideaal van 'n Christelike opvoeding. Die hele opvoeding in al sy dele

33) cf. Afdeling A , Hoofstuk III , s. 4 , p. 49 ; ook ver- wys ons ter vergelyking na die onderafdelings van die geheel van die opvoeding , soos vermeld op p. 101.

34) 2 Timótheüs 3 : 17.

35) Comenius : Didactica Magna , 64.

36) vide Openbaring 4 : 11.

moet alle gawes van die mens tot uitdrukking bring. Die doel van die aspek liggaamlike opvoeding moet by die doel van die hele opvoeding ingepas word en bestaan uit die aandeel in die hele opvoeding van die hele mens , soos die opvoeding ooreenkomstig die wil en die mens na die orde van God behoort te wees.

## II. DIE PRAKTYK.

### HOOFSTUK V.

#### DIE METODE VAN DIE CALVINISTIES-CHRISTELIKE LIGGAAMLIKE OPVOEDING.

##### § 1. Inleidend.

Ons het in voorgaande hoofstukke nagegaan om watter redes liggaamlike opvoeding wenslik en noodsaaklik , ja verplig geag moet word en watter doel dit ~~moet~~ nastrewe. Hierin behandel ons ook nog die maniere waarop die prinsipes in die praktyk tot uitdrukking moet kom.

Ofskoon dit soos reeds eerder deur ons vermeld 1) veral geleë is in die bedoeling , nie soseer in oefeninge of beweginge nie , waar die verskil met die praktyk van ander lewensopvattings tot uiting kom , die bedoeling wat verwerklik moet word en afhanklik is van die uitgangspunt : die mensbeskouing , sal van die verskil tog ook iets in die praktiese uitvoering merkbaar moet wees.

Die probleem van sport en liggaamlike opvoeding was in Protestants-Christelike kringe van oudsher 'n moeilike saak. Die afwysende houding is bepaal deur twee faktore : in die eerste plek deur 'n geregverdigde en korrekte afkeer van sportverdwaasing en sportvergoding , van 'n liggaamskultuur wat in liggaamskultus ontaard het en in die tweede plek deur 'n nie geregverdigde en nie korrekte onderskatting en miskenning van die liggaam en van die ontwikkeling daarvan.

Eintlik het mens met die liggaam geen raad geweet nie. 2) In Christelike kringe is daar steeds 'n sekere ang vir die liggaam gekoester ; die liggaam was 'n gevaarlike ding vir die geloof en Christelike lewe. Gedurende 'n lang tyd is die liggaam in kledingstukke gehul wat soveel as moontlik moes bedek ; die liggaam is as sonde beskou. In die lewenspraktyk is die liggaam en die liggaamlike ontwikkeling derhalwe agtergestel ; uit die aard van die saak is aan liggaamlike opvoeding baie min gedoen.

---

1) vide Afdeling B , Hoofstuk I , p.89.

2) van Asch : Gymnastiek , 7.

Tans belewe ons 'n periode van groeiende waardering in Christelike kringe en dit is juis hierdie groei of die toegeeflike houding wat aanleiding tot onrus gee. Hier skuil 'n gevaar 3) wat nie voortkom uit die feit dat liggaamlike opvoeding tans meer gewaardeer word as vroeër nie, maar juis uit die redes waarom mens hierdie toegeeflike houding aangeneem het. Hierdie eeu is die eeu van die liggaam, van die vitale; meegaan met die mode van die tyd is die motto, toegee aan dit wat nie meer gekeer kan word nie is die praktyk. Die omgekeerde van wat in die Middeleeue plaasgevind het wat liggaamlike opvoeding betref, sien ons tans gebeur: aksepterling van liggaamlike opvoeding sonder dat daaraan 'n rigting en 'n sin gegee is. Vandaar die enorme misbruik van sekere onderdele van liggaamlike opvoeding. So het die moderne sportlewe twee kante: 'n goeie en 'n slegte kant; dit is 'n mengeling van gesonde sportlewe prestasies en van sportvergoeding. Gedeeltelik is dit die gevolg van die negatiewe instelling van die Christendom. As die Christene hul in die sportkultuur nie laat geld en nie trag om hierdie kultuur van hul kant te fundeer in 'n positiewe Christelike waardering van die liggaam nie, dan mag dit geen verbasing wek dat die sport ontspoor nie. Dan kan daar maar net vreugde wees oor die feit dat daar nog soveel in die moderne sport gevind kan word wat aanvaar kan word, ook deur die Christen.

Wat dus 'n allereerste noodsaaklikheid is, is die verligting van sentrale laboratoriumwerk, die trek van prinsipiële en praktiese vaste lyne. (Prof. G. van der Leeuw: Nationale kultuurtaak, 50). 4) Nêrens is die geestelike element so beslissend as juis by liggaamlike oefening en sport nie. Sou hierdie oefening opgaan in geperfeksioneerde tegniek van die liggaam, dan was dit moontlik vir die verdediging van die land van enige — betreklike — belang. Vir die volksopvoeding sou dit niks beteken nie. Inteendeel, dit sou as loutere vulling van die vrye tyd, bydra tot die toenemende ontlediging

3) van Asch: op.cit., 7.

4) ibid., 8.

van die lewe , tot die nihilisme wat die groot vyand is wat ons samelewing bedreig. 5) Ons kultuur is besig om sport en liggaamsoefening tot loutere tegniek te maak , waarby slegs die spanning van die stryd aan die geheel betekenis gee. Word die geestelike kant oor die hoof gesien , dan word die verheugende oplewing van die liggaamskultuur tot 'n organisasie van sinledige prestasie en vermaak. (van der Leeuw : op.cit.,52).

Vir 'n groot gedeelte het liggaamlike opvoeding ongetwyfeld te doen met die instinktiwe lewe. Wie die enorme betekenis hiervan wil ontken , handel in stryd met die werklikheid. Die kind het 'n instinktiwe drang tot vryheid om te beweeg ; die suigling protesteer reeds heftig teen enige inperking van sy vryheid , die kind wat opgesluit is , kry 'n paniekerige angs. Sonder verstandelike oorwegings tree die verskynsels van angs daar op waar teen die instink in gehandel word , soos byvoorbeeld teen die instink tot vryheid. Dit is verkeerd om in oorskatting van die verstand die instink uit te skakel. Wat dus in die lewe moet vermy word , wil mens tot harmonie in die menslike „syn" kom , is oorskatting van die verstand , onderdrukking van die instink , aanbidding van die liggaam. 6)

Ons moderne tyd vra steeds groter geestelike inspanning as gevolg van die feit dat alle lewensverhoudings deur die ontsaglike groei van die tegniek en die vinnige tempo van die ontwikkeling steeds gekompliseerder word. Dit is darem wenslik dat ook die Skeppingsplan van God die geestelike funksies van die tydelike menslike bestaan onafskeidbaar met die liggaamlike vervleg is.

Die gimnastiek is hiertoe 'n uitstekende middel mits dit nie ontaard in 'n moderne „liggaamskultuur" , wat die liggaam van instrument van menslike persoonlikheid verhoef tot sentrum van aandag nie. Die ware sentrum van ons bestaan lê in die hart , wat slegs in Christus rus vind. 7) Met die gees van hierdie wêreld kan die Christen geen transaksies aangaan nie ;

5) cf. Smith : Dool en Plek , 9.

6) van Asch : op.cit. , 10.

7) Matthéüs 11 : 28.

h afgodediens met die gawes van Gods skepping kan en mag nie geduld word nie. h Waaragtige geloofslewe ken geen terreine van „onverskillige sake" nie. Dit moet derhalwe as h roeping beskou word om ook die liggaamsoefening in die gees van die Christelike lewensvisie te laat geskied.

Vir die welsyn van die mens veral in hierdie , by uitstok nerveuse tyd moet dus die liggaamlike oefening van baie groot belang goag word. 8) By h goeie en ontwikkelde gesteldheid word die geestelike spanninge beter verdra. Hierby kom dat die wyse waarop ons in verhouding staan teenoor ons liggaam , steeds deur ons wêreldbeskouing beïnvloed word. Dit moet as h plig gevoel word om die liggaam te versorg uit eerbied vir wat God geskape het , maar die Christen verdra geen naturalistiese verering nie. Hy wil geen gimnastiese strewes wat aan die heerlijkheid van die mens diensbaar wens te wees nie , maar h Christelike liggaamlike opvoeding wat met alle onderwys wat deur die Christelike lewensgedagte gedra word , hom diensbaar stel aan eties-religieuse doeleindes. Word die liggaamlike opvoeding op Christelike grondslag aangebied , dan word aan die gevaar dat die aksent eensydig op die liggaam sou val , ontkom. Dan is daar ook geen miskenning van die gevare wat ons in geestelike opsig uit en deur ons liggaam bedreig nie. Die higiëniese wins uit h liggaamskultuur kan baie groot wees , maar die kans op skade aan die siel is deur die ongebonde liggaamlikheid ewensoon nie gering nie.

En so kan die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding gesien word as h groot seën , veral tans. Wat is naamlik die beeld van ons tyd ? Verwarring en ontwrigting in allerlei lewensverbande , verlies van eie geestelike agtergrond , aantasting van onmisbare waardes , onsekerheid en matheid , gebrek aan vertroue en uitsig , twyfel en angs , afkeer van die oorgelewerde , h onbeskaamde uitlewing van die self met name op

8) N.b. Verskillende van hierdie opinies is ontleen aan h sogenaamde propagandauitgawe van h Christelike gimnastiekvereniging te Amsterdam - Nederland , waaraan verskillende vooraanstaande persone , soos prof. Dooyeweerd , dr. Honig en andere meegewerk het ; die uitgawe is nie in druk verskyn nie.

seksuele gebied , geen bindinge , geen remminge , geen planne , geen diepte , geen tuiste , geen arbeidsvreugde nie , 'n lewe in 'n roes van lawaai en vermaak of in 'n dodelike verveling , geen sien van die sin van die bestaan en van die werk vir 'n toekoms nie , gejaagdheid en onrus , egoïsme en onverskilligheid , as gevolg van die vernummering van die lewe , ook deur die ontwikkeling van die tegniek en die groot-industrie , aan die een kant die neiging om homself te verloor in die massa , sy verantwoordelikheid op te gee , aan die ander kant - as net so ongesonde reaksie - die drang om homself te handhaaf , onwil om te staan in ordelike , gereëldo verbande , oormatige beklemtoning van die vryheid , oorgaande in normlooshoid , in nihilisme.<sup>†</sup> So staan die moderne mens vreemd teenoor God , innerlik gesplete , eensaam in die gemeenskap , sonder houvas.

9) Slegs die luister na die Woord van die Here en die leiding deur die Gees van die Here gee die goeie reël en vastheid , geesdrif , energie , vertroue en vergesig , rus en eerbied , herstel en orde , die ware vryheid van die regte gebondenheid , selfstandigheid en gehoorsaamheid , roopingsbesef , werklus en toewyding , meeleef met ander , ruim belangstelling , besinning , geloof , hoop en liefde.

Ongetwyfeld kan die liggaamlike opvoeding meewerk tot die verkryging van die genoemde positiewe eienskappe en het dit in hierdie tyd 'n roeping , 'n taak. Dat dit met die gesteldheid van die moderne mens - al is dit 'n gevolg van die kultuur - daar so treurig uitsien , moet die Christen allereers bedroef. Maar dan is dit towens die taak van die Christen om ook op die gebied van die liggaamlike opvoeding die leiding te neem en om die geheel in die juiste bane te lei. Dit is beslis afkeurenswaardig om een en ander uit die kultuur oor te neem , maar om dit omtlik as taak van die „wêreld“ te beskou om die kultuur te lower. 10) Dan laat mens die kultuur , dit is die aankweek van wat God in die menslike natuur gelê het , rustig

9) Gereformeerde Weekblad , Jrg. VIII , No. 4. (25-7-52).  
 10) Brederveld : De Lichamelijke Oefening , 20.

aan andere oor , pluk genoeglik die vrugte daarvan en kla dan nog oor die God-vergetenheid van die wêreldse kultuur , welke God-vergetenheid mens deur sy eie afsydigheid gesteun het. So iets het met die Christelike wêreldbeskouing niks te maak nie ; mens het hier inderdaad sy standpunt nie deurdink nie , maar het die bestaande besware en gevare ontvlug en kom beswaar agter die resultate van andere aanhink. Die Christen moet soek na die regte begrip van sy kultuur en dan is dit hom ook opgelê. Dan eers het hy die reg om die mindere vir die meerdere te laat wyk , om steeds die middelpunt van sy strewe in die oog te hou , en om waar nodig te sê : dié weg volg ons nie. Dan sal die liggaamlike opvoeding 'n plek kry wat daaraan deur juiste onderskeiding toegewys word. Dan het die liggaamlike oefening in ooreenstemming met die Christelike lewensbeskouing , juis omdat hy self bou , die reg om ander strominge te toets en te keur , om te verwerp wat met eie beginsels in stryd is , beginsels ontleen aan die Heilige Skrif , om te aanvaar wat mens eintlik volgens eie standpunt self moes gevind het. 11)

Dit kan opgemerk word dat ook in die liggaamsoefeninge baie ooreenkomstigs , baie gemeenskapliks is , maar dit neem nie weg dat die doel by alle ooreenkomstige en gemeenskaplike dinge nog kan verskil , dat daaraan nog verskillende waardes geheg kan word en dat mens nogtans in verskillende rigtings kan gaan.

Die middele moet min of meer bewus in verband met die doel gekies word , wat nog nie wil sê dat elke stap wat gedoen word so spesifiek bepaal is deur die enige , eie opvoedingsdoel dat elkeen alles in elke opsig anders sou doen nie. 12) Daar is 'n groot gebied van handelinge , handelwyses , handelmetodes wat in sy wese vry is van wêreldbeskoulike gedetermineerdheid. Daar bestaan nie 'n „Hegeliaans-idealistiese" heilgimnastiek nie ; daar bestaan nie 'n „Rooms-Katolieke" atletiek nie , maar wel 'n idealistiese , Hervormd- of Rooms-Christelike gees waarin mens die handelinge kan voltrek. By elke beweging

11) Brederveld : op.cit. , 21.

12) Langeveld : Persoonlikheidsontwikkeling. (Uit: *Do Lichamelijke Opvoeding* , Jrg. 28 , p.160 et seq.)

kan mens hom van sy Christelike taak bewus wees en daardeur 'n besondere aandag en toewyding ontwikkel. Baie oefeninge van die groot motoriek en van die detailmotoriek, van die loop of spring, van die gryp of vang kan in elke wêreldbeskouing geplaas word. Allereers egter moet steeds oor die liggaamlikheid self beslis word; dit moet as grondslag en rigpunt vasstaan. Vervolgens sal dan sonder enige gevaar van vervaging van wesenlike grense blyk hoeveel mens gemeen kan hê in die keuse en toepassing van middele. Met dieselfde oefening kan mens mos voorberei tot misdadige handeling en tot die mees nobele prestasies. 'n Baie groot gebied van die liggaamlike opvoeding is „wertfrei“. As egter nie vooraf deur die opvoeder vasgestel word hoe hy die feit van die liggaamlikheid van die mens self waardeer nie, dan kan hy nooit klare wyn skenk nie; hy bring dit nie verder as „somategnikus“, desnoods „somatiese ingenieur“ nie; hy word nooit „opvoeder“ nie.

Bestudering van ander rigtings is darem op Christelike standpunt ook noodsaaklik — nie net om af te wys wat onder mooi skyn trag om binne te sluip nie — dit sekerlik in die eerste plek —, maar ook om te soek na die elemente van waarheid waar elke rigting behoefte aan het, as dit op die duur invloed wil uitoefen; suiwer dwaling breek homself af. 13)

Vir die Christelike lewensbeskouing staan dit vas dat God alles met wysheid gemaak het en dat ons die wysheid van God in Sy werke moet naspour. Dit is ons plig om te ondersoek in hoeverre in die empiriese menslike bestaan die intuitiewe en die intellektuele faktor 'n verskillende funksie het om te verrig, in disharmonie kan geraak, tot harmonie kan gebring word. Die teorieë moet dan van die feite geskei word; dit moet ondersoek word wat nie uit iemand se wêreldbeskouing voortvloei nie, maar slegs daarin verwerk is; die vraag moet gestel word in hoeverre die dinge in ooreenstemming met die werklikheid is daar moet op die waardering van die dinge gelet word; dit moet nie opgedring word nie, maar voortvloei uit eie lewens-  
13) Broderveld: op.cit., 22 et seq.

beskouing.

Aan die praktyk sal dit ook noodsaaklikerwys waargeneem kan word dat die liggaamlike opvoeding vanuit 'n Christelike beskouing omtrent die mens 'n ander grondslag het as die neutrale of die moderne. Die Christen mag hom nie laat lei en dryf deur misplaatste oersug nie ; in die keuse van sy stof moet hy versigtig wees. 14) As vrug van Gods algemene genade werk die gewete dikwels remmend. Waar hierdie inwerking ontbreek , bly die gevolge ook nie uit nie. Grense moet daar vir die Christen wees , ook op hierdie terrein ; die moderne leier het 'n ander maatstaf as sy Christelike kollega.

As ons vanuit evangeliese standpunt oor hierdie diens van die totale mens gaan spreek , dan moet ons met groot nadruk sê : „Dit mag nie tot verby 'n bepaalde grens gevoer word nie. Want dit gaan om die mens , opdat hy behou sal word in die wêreld". In die wêreld het die mens reg op 'n persoonlike lewe ; hy moet nie en hy mag nie ondergaan in die massa , in die geheel van hulle wat nie 'n eie persoonlike aard het nie ; 15) hy moet hom nie skaar by die horde , waartoe hulle behoort wat hulleself geen besondere waarde toeken , in die goeie of in die slegte nie , maar hulleself voel „as elkeen" , hulle gelukkig • voel in die bewussyn van aan die ander individue gelyk te wees. Maar dan moet hierdie mens ook sy persoonlike uitdrukkingsvermoë ontwikkel en dit is 'n baie belangrike opdrag van die liggaamlike opvoeding in hierdie tyd. 16) <sup>1</sup>Die menslike persoonlikheid is die samestelling van karaktereienskappe waardeur hy hom duidelik van ander persone onderskei , waardeur hy homself is en nie 'n ander nie. 17) Juis in hierdie tyd skyn dit deur niemand in aanmerking geneem te mag word , deur niemand gewaardoer en deur niemand verdedig te word nie. Die huidige mens , die seun van die vryheid , is daartoe gedoem om hom

14) de Vries en de Bruyn : De Tempel des Geestes , 30 et seq.

15) Ortega y Gasset : Opstand der horden , 4.  
van der Hoop : Geestelike Vrijheid , 10-12.

16) van Asch : op.cit. , 21.  
vide Afdeling B , Hoofstuk II , § 2 , p. 103.

17) de Greeff : Het blinde mensdom , 146 et seq.

soveel as moontlik aan alle ander individue gelyk te maak , as hy hom tenminste opgeneem wil sien in die massa van die deursneemense en as hy aan die angs wil ontnap om as gevolg van h te opvallende persoonlikheidsvorming agterlaat te word in die mees volstrekte eensaamheid. Dat hierdie probleem die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding ten seerste affekteer , val nie moeilik om in te sien nie.

Opsommend stel ons dus vas dat die waardering vir liggaamlike opvoeding in Christelike kringe inderdaad groei , maar dat hierin juis h gevaar skuil , want is met die aksepterings wel h rigting aan liggaamlike opvoeding gegee ? Die trek van prinsipiële lyn is dringend noodsaaklik. Ook op dié gebied is dit die taak van die Christen om leiding te gee , om die geheel in juiste bane te lei ; om die middele in ooreenstemming met die doel te kies en om aan elke mens die geleentheid te bied om sy persoonlike uitdrukkingsvermoë te ontwikkel. Dit is ewenwel nie die enigste probleem nie ; daar is meer probleme op die gebied van liggaamlike opvoeding wat vir die moderne opvatting geen besondere moeilikheid oplewer nie , maar vir die Christelike opvoeder onmiddellik aanleiding gee tot oordenking en daaruitvoortvloeiende versigtigheid wat betref die praktyk.

Dié probleme wat onses insiens van aktuele sowel as prinsipiële belang is , sal in die volgende paragrawe behandel word ; hulle handel allereers oor die hoofprobleem : die keuse van die oefenstof , en vervolgens oor probleme van meer onderlinge uiteenlopende strekking , nogtans onmiddellik verband houdende met die praktyk van liggaamlike oefening , te wete : sport en sportverwording ; amateurisme en professionalisme ; ondersoek , toetsing en meting ; demonstrasie en vertoning ; die seksuele vraagstuk en liggaamsoefening en die noodsaaklikheid van spesiale opleiding van leerkragte ; al hierdie probleme gesien vanuit die Calvinisties-Christelike standpunt.

## § 2. Die keuse van die oefenstof.

Net soos daar h wêreld vol doelstellings is , is daar ook h wêreld vol oefenstof. Elke werker op dié gebied het in die

loop van die eeue sy deel daaraan toegevoeg. Dit kan vandag as 'n groot seën beskou word , maar tegelykertyd as 'n groot vloek. 'n Groot seën , want ons is daardeur in staat om die kind 'n ryk gevarieerde program aan te bied ; 'n groot vloek , want ons is daardeur maar al te gou geneig om alles wat maar enigsins op 'n oefening lyk , om alles wat ons voorgangers met 'n bepaalde bedoeling ingevoer het , sonder meer , kritiekloos 18) te aanvaar en in die praktyk toe te pas.

So goed as Ling ewewel slegs dié oefeninge in aanmerking neem wat fisiologies vasgestel is en waarvan die waarde op mediese gronde bepaal kan word 19) , so sterk behou ons ons die reg voor om , tot tyd en wyl daar van 'n eie Christelike sisteem sprake kan wees , uit die groot hoeveelheid oefenstof bepaalde oefeninge aan te neem sowel as andere te verwerp volgens die waardebepaling op prinsipiële , fundamentele gronde. Die ideaal hierby bestaan hierin dat mens trag om so volkome moontlik te handel ooreenkomstig die aanvaarde norme en die aangenome beginsels , omdat hieruit die verwagting gebore word dat aanvaarbare resultate bereik kan word. 20)

Niks op die wêreld kan die wet van oorsaak en gevolg ontsnap nie ; siekte en die vroeë oudag kan die gevolg wees van onwetendheid , verwaarlosing of veronagsaming van die wette van die natuur soos deur God aan ons gegee. Om dié wette te leer en om hulle te gehoorsaam , 21) is die enigste veilige en verstandige beleid.

Die Christen moet dus positief bou aan 'n liggaamlike opvoeding in gehoorsaamheid aan die Woord van God aan die een kant en aan die ander kant op negatiewe wyse ontmasker en afwys die humanistiese ideale op hierdie gebied.

Die negentiende eeu het die liggaam steeds as materie gesien met gevolg dat daar 'n gimnastiek ontstaan het , en dat ons vandag nog 'n gimnastiek het , wat hom in die eerste plek besig hou met die liggaam — die Duitse gimnastiek met arms ,

18) vide Waterink : Theorie der Opvoeding , 27.

19) cf. Afdeling A , Hoofstuk II , § 4 , p. 28.

20) Groenman : Lichamelijke Opvoeding , 23.

21) Exodus 15 : 26.

bene , romp en hoof ; die Sweedse gimnastiek met gewrigte , spiere , hart en longe. 22) Nie net word die mens gesien in dele nie , ook die liggaam is 'n optelsom van die samestellende dele. Soos 'n motor wat herstel moet word , word die onderdele repareer — en wel van buite af. 23) Mens besit 'n liggaam wat na willekeur gebreek en gemaak kan word ; dit is maar 'n masjien , net maar materie. En so het die gimnastiek deur die rasionalisme uitermate verstandelik geword ; die nut moet aangetoon word ; elke oefening wat gegee word , moet 'n nut hê , te wete 'n liggaamlike nut. Daarby wil die mens leer om na willekeur te beskik oor die materie wat hy in sy liggaam besit. Die liggaam is slegs instrument en mag nie met 'n eie strewe kom nie ; dit moet onderdruk , beheers word. Daarom is die bewegings gekenmerk deur hul eenvormigheid , deur hul stilering. Aan almal , klein en groot , man en vrou word 'n bepaalde wyse van hoe om te beweeg , geleer. Die g e v o e l vir hoe om te beweeg word sistematies onderdruk ; hande word op die heupe geplaas , tydens die loop moet die arms in 'n voorgeskrewe houding bly en daaraan word alle aandag bestee — die hele bedoeling van die oefening staan of val mos hiermee. Die mens moet leer om sy stoflike bestaan onder sy beheer te hê. En nie net die een mens nie , maar alle mense tegelyk , want stoflik gesien is alle mense mos aan die bekende wette van die stof onderworpe en kan hulle gelykgemaak word. Die individu is hierin van geen betekenis nie , hy is deel van 'n geheel ; daar is een norm van houding , een norm van beweging , en daarvan mag nie afgewyk word nie.

Dis nie die persoonlik-eie nie , maar die onderskikking van die enkeling aan die geheel , die uniformering , die nivellering wat steeds die doel was. Die afwyking van die voorgeskrewe houding en beweging is steeds as 'n belangrike fout beskou. Eintlik was alles in daardie tyd , die hele onderwys , alle kultuur gerig op die gelykmaking. Die tipe wat hier-

22) van Asch : op.cit. , 26.

23) cf. dr. Bess M. Mensendieck : „Das Montieren des weiblichen Körpers habe ich mir zur Aufgabe gemacht". (uit : Funktionelles Frauenturnen).

uit voortgekom het , was die halfbeskaafde , die aartsvyand van die persoonlikheid. 24) Dis die produk van die industriële tydperk. Die algemene onderwys gepaard aan die oppervlakkige nivellering van die klasse en die oorgrote gemaklikheid van die geestelike en materiële verkeer , het die tipe van die halfbeskaafde tot 'n oorheersende in die gemeenskap gemaak.

Wie dus liggaamsoefeninge wil , slegs as liggaamlike oefeninge , maak 'n fout. 25) By die vroeëre gimnastiek was die liggaam veral besig , die spiere het gewerk , die organe moes versterk word ; dit moes soos medisyne „gesluk" word. By al die rasionale gimnastieksisteme is die aksent op die liggaam geplaas, die liggaam as materie ; hierby het die denk- en die gevoelslewe agtergebly en tekort gekom. Dit het ook tot uiting gekom in die manier waarop 'n voorwerp soos 'n stok of 'n bal en 'n apparaat soos die brug en rekstok gebruik is. Hier was nie sprake van 'n aanvoel , 'n betasting nie , maar van 'n brute behandeling , 'n oorwinnaarshouding ten opsigte van hierdie apparate. Deur krag moes dit oorwin word. Dit verklaar tegelykertyd die moeite 26) wat dit vir 'n egte turner 27) opgelewer het om byvoorbeeld te swem ; hierby moet mos die element water , as die mens hom daarin wil voortbeweeg , aangevoel , erken word en dit is iets wat 'n turner nie ken nie. In sy houding staan hy dus vreemd teenoor die natuur.

Op alle moontlike maniere het die magshouding van die mens tot uiting gekom : in die manier waarop die turner die apparaat vasvat , waarop hy op die grond neerkom , die stramheid van sy bewegings , selfs die felheid van sy blik. 28) Wat hierdie mens egter wel geleer het , was 'n ysterharde dissipline , 'n korrekte houding , manlikheid , stiptheid — almal waardevolle eienskappe , ook vandag nog.

Teen die onderdrukking van die verstand aan die begin van hierdie eeu het die liggaam , die drifte en die gevoel dan ook in opstand gekom. Nuwe denkbeelde doen hul intree ; daar word

24) Huizinga : Geschieden wereld , 164.

25) van Asch : op.cit. , 27.

26) Boasson : Bestemming van de Mens , 107.

27) 'n gimnas wat spesiaal aan apparate oefen.

28) van Asch : op.cit. , 28.

meer gewys op die totale mens ; die aksent word verlê op drif , temperament en gevoel. Mens kom tot die besef dat die denke nie outonoom is , nie selfstandig kan werk nie , maar steeds gevoed en geloi word deur ander funksies. Die twintigste eeu het die liggaam ontdek wat sedert die Grieke nie in die mate liefgehad, aangevoel en vereer is nie. 29) Ons belewe die rebellie van die liggaam teen die oorheersing van die inteltek , van die lewe teen die meganisasie. Die liggaam word tot die ointlike mens verklaar ; in die tempel sien die mens die godheid self ; lewenskultus word nou liggaamskultus. Die liggaamskultus kom in opstand teen die verstandskultus ; hulle albei trek die mens skeef , albei soek die oplossing van alle probleme in die mens self , albei mis die openbaringslig , of wil dit nie erken nie. By die nuwe liggaamlike opvoeding val gevolglik die aksent op die drif en op die gevoel. Die beweging moet beleef word , die verstand meer uitgeskakel , 'n spontane verloop van die beweging is die ideaal , geen regulasie , geen kontrole deur die harsings nie — die ritmiese gimnastiek doen 'n beroep op die vitale.

'n Beroep op die vitale sonder insig en rigting loop egter ook die gevaar om deur te slaan na lewenskultus wat liggaamskultus geword het. Baie oordrywings wat ons in hierdie krisistyd sien , is die gevolg van ongehoorsaamheid aan die skeppingsordeninge ; hul vloei voort uit die soewerein-verklaring van die instink , of die logiese , of die estetiese , die ekonomiese , die sosiale. 30) Die mens moet hom hou aan die lewenswette , soos in die skepping neergelê en aan ons geopenbaar ; die samelewing moet beheers word deur gehoorsaamheid aan die skeppingsordeninge. Ontstellend is die gedagte dat God die mens na Sy oebeeld geskape het en dit is deur Sy groot guns dat ons dit mag weet. Die ware antwoord op die vraagstuk lê in die terugkeer tot die Christendom. Christus het steeds die geestelike en die stoflike vereenselwig ; Hy het Hom steeds sonder oorgang van die een gesigspunt na die ander begewe , die geestelike in liggaamlike beelde uitgedruk en die liggaamlike in sy geestelike

29) van Asch : loc.cit.

30) ibid. , 45.

betekenis gesien. Die genesing van liggame het Hy verbind met dié van die siel , selfs die sakrament van die Heilige Nagmaal , die hoogste geestelike realiteit , Sy offer , verbonde met die mees gewone liggaamlike werkzaamheid : eet. 31) Hy het nooit die siel teenoor die liggaam gestel , nooit die een ten gunste van die ander geloën nie (Tournier : Radicale Therapie , 138). 32)

Die wondere is tekens van die versoeningswerk en die weldade wat God skenk , tokens van die ewige onverganklike goedere van Sy Koninkryk. Dit was nie Sy bedoeling om maar net 'n paar te genees of te red van die dood nie ; dan sou Sy werk ook onvolmaak gewees het , want dié wat herstel of opgewek is , het later tog weer siek geword en gestorwe. En dan nog : wat van al die duisende wat ongeholpe gebly het ? Daarom moet ons in die paar genesings en opwekkings die verseëling en verduideliking van Sy prediking sien ; die wondere predik op hul beurt die raad en wil van God wat Hy gaan volbring ; hulle kondig Sy komende triomf aan. Die wondere behoort tot al drie ampte van die Christus 33) ; hulle roep uit dat Hy al die gevolge van die sonde sal wegneem , die gevolge wat hul openbaar op verskillende gebiede en in allerhande gestaltes : in siekte tot die dood toe , in die versteuring van die harmonie in die natuur , in die stormwind en die geweld van die golwe , in armoede en gebreke , bowe-al in die mag van satan oor die menslike gees. 34)

Ons moet dus die mens , ook in die opvoedingswerk steeds beskou in die lig wat God laat skyn oor die menslike lewe ; dit is ons Christenplig en Christentaak om vir die mens in alle opsigte sorg te dra. Versorging is ewewel nog geen opvoeding nie , en ook liggaamlike opvoeding is meer as liggaamlike versorging. Dat hierdie opvoeding dus - mede in verband met die ingewikkeldheid en grootsheid van die wese nie met die willekeur nie , maar met die beste kour van middels moet geskied , is gebiedend noodsaaklik.

31) Mattheüs 26 : 26 ; cf. Génesis 2 : 17.

32) van Asch : op.cit. , 44.

33) sc. koninklik , profeties en priesterlik.

34) Wielenga : De Wonderen van den Zaligmaker , 6.

As daar in die individualiteitstrukture onderskeid gemaak word tussen die fisiese , biotiese , psigiese (en akt-)struktuur 35) , dan moet mens nie vergeet en uit die oog verloor nie dat deur die allernouste samehang van hierdie strukture ons hand en ons hart , ons voet en ons oog baie meer word as stof , plant en dier. In die Bybel word die samehang duidelik aange- toon , die samehang wat so heg is dat een lid genoom kan word vir alle lede. 36) Vandaar dat ons by die opvoedingswerk nooit die mens in aparte strukture moet indeel , nooit die liggaam moet sien as 'n optelsom nie. Die mag wat die mens oor die na- tuur het , kan slegs uitgeoefen word in volkome gehoorsaamheid aan die wette van hierdie natuur , waarin die mens ook self in- begrepe is. Die mens is een met die natuur en afhanklik van die natuur en dit mag nie vergeet word nie. En al het die student in die liggaamlike opvoeding die menslike liggaam en sy funksies afsonderlik bestudeer , al het hy as vasstaande geleer , dat liggaamsoefeninge daar is om die liggaam fiks te hou , al kan mens liggaam , siel en goes onderskei , dit alles mag nie aan- leiding tot die opvatting van die „liggaam" as materie word nie - die „syn" en die funksioneer van die liggaam moet in onskiedbare samehang met die hele mens gesien word. Ons liggaam is die vorm van ons individuele bestaan ; in die liggaam kom ons die hele mens teë.

Volgens die Calvinisties-Christelike beskouing omtrent die mens het elke individu 'n eie taak , 'n eie verantwoordelikheid , is elke individu 'n persoon. Derhalwe staan gelykshakeling , uniformering , heeltemal opgaan in die gemeenskap waarin mens die persoon nie meer kan terugvind nie , ook op die gebied van die liggaamlike opvoeding , teenoor 'n geloof wat telkens weer begin met „Ek". 37) Die beeld van God moet juis nie net in die een mens gesien word nie , maar in die veelheid en verskeiden- heid van die mense wat slegs deur die verskeidenheid in staat is om die beeld van God te wees. 38)

35) vide Afdeling A , Hoofstuk IV , § 2.

36) I Korinthiërs 12 : 12 vv.

37) Heidelbergse Kategismus , Sondag 7 , vraag 23.

38) vide Afdeling A , Hoofstuk III , § 4c , p.54.

Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding gaan dus uit van die oerbied vir die lewe , veral die lewe van die mens , en het 'n groot respek vir die persoon. 'n Gimnastiek met die doel om almal gelyk en gelyktydig te laat beweeg , kan dus nie aanvaar word nie.

Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding erken die eenheid in die mens as gevolg waarvan daar nie 'n dressuur van die liggaam(sdele) nagestreef word nie , maar 'n opvoeding van die hele mens deur middel van die liggaam as medium ; die liggaam is slegs die aanknopingspunt vir 'n meer omvattende opvoeding. 39) 'n Gimnastiek wat die liggaam daarby nog sien as 'n samestelling van dele wat afsonderlik geoefen moet word , kan nie aanvaar word nie.

Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding trag om die kennis omtrent die wette van die natuur , soos deur God aan die mens gegee , te dra , te vermeerder en steeds te gehoorsaam. 'n Gimnastiek met die doel om die meesterskap van die mens oor homself , gereedskap of apparaat te vermeerder en te demonstreer, kan nie aanvaar word nie.

Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding sien en erken die openbaringslig ook op hierdie gebied ; dit wil die aksent nie laat val op spesiale vermoëns van die mens met uit-skakeling van ander vermoëns nie , sodat dit 'n "beweeg" word wat die liggaamlike lewensimpulse sonder doel of verstandelike intensie , maar om die beweging self ontwil en om die skoonheid daarvan , aandryf. „Op alle gebied roert zich het bloed , de impuls en de intuïtie weer opnieuw tegen het verstand , de wil en het intellect". (sien Gräser : Körpersinn) 40)

Nou kan dit wees dat mens met dieselfde oefening verskillende bedoelings het. Dis daarom dat die baie belangrike feit vasgestel moet word dat eintlik die stof nie primêr is nie , maar die bedoeling , die motief , wat daaragter skuil. Nie die wat nie , maar die waarom staan voorop. Dit gaan nie om 'n groot

39) van der Merwe : Liggaamlike Opvoeding , 15.

40) van Asch : op.cit. , 29.

aantal oefeninge 41) , nie om die metode , nie om die tegniek nie , maar allereers en allermees om die siening van die waardes in die lewe en hoe hulle deur middel van hierdie opvoedings-aspek , deur middel van hierdie werkmiddel ervaar , geken en verwerklik kan word. Hierdie belangrike feit is te dikwels oor die hoof gesien ; vandaar dat daar soveel verskil van mening omtrent die sisteme ontstaan het. Te veel het mens na die oefenvorme gekyk , te min na die doel wat daaragter lê.

Wat is die motiewe wat die mens - as enkeling - tot liggaamlike oefening beweeg ? 42) Dit is moontlik dat sy motiewe deur die oefening self bepaal word ; in elkeen is daar 'n bewegingsdrang aanwesig wat hom op 'n bepaalde wyse wil uit , veral by kinders op spontane manier. Daar is ook so iets as die belewing van eie liggaam , die gevoel van eie krag en behendigheid , die genot van iets te kan doen. Sonder hierdie natuurlike instinktiewe grondslag sou liggaamlike oefening nie bestaan nie. Baie seldsamer is die geval dat die ge-isoleerde mens tot liggaamlike oefening kom uit dieperliggende motiewe : hetsy met die doelstelling van gesondheid of liggaamlike krag of vaardigheid. Natuurlik is dit ook moontlik dat liggaamlike oefening opgelê word , maar dit sou nie moontlik wees sonder die teenwoordigheid van die kant van die beoefenaar nie , sodat dit steeds by die natuurlike instinkte moet aansluit.

Ryker word die beeld as ons die mens sien as 'n sosiale wese temidde van sy medemense. Sien ons nog af van die verouderde noodsaaklikheid van die liggaamlike verdediging wat tot uiterste kraginspanning gelei het , ook in die vreedsame toestande lewer die sosiale faktor 'n aantal motiewe tot liggaamlike oefening op : daar is die aantreklikheid om saam iets te doen , wat die enkeling spoedig sou verveel ; daar is die lokking van die wedstryd en sy spannings , die sug tot gelyk doen , liefs tot oortref , die begeerte na eer en roem. Daar is die toeskouer : mens wil laat sien wat jy kan , hetsy alleen hetsy

41) cf. i. a. die omvangryke boekwerke : die leerplanne vir liggaamlike opvoeding-Nasionale Adviserende Raad, Suid-Afrika.

42) Brederveld : op.cit. , 5.

tesame met ander — dis die terrein waar die roem nog groter word en ook die oorgang gevorm word tot prestasie vir geld , in wedstryd , in akrobatiek en ten slotte in kuns.

Dit is duidelik dat hierby die gevolge van wat mens doen hoe langer hoe meer uit die oog verloor word ; die gesondheid en krag mag versterk , dan wel uiteindelik gebreek word. Mens kan hierby goeie psigiese eienskappe verwerf of afkeurenswaardige. Vandaar die baie valse waarderings. Mens neem in die totaalbeeld op wat besonder getref het , meesal die eksesse ; mens onderskei nie die strewe van die een van dié van die ander nie — alles word oor een kam geskeer.

Daar is verskillende verskynsels wat die aandag van die opvoeder verdien en wat hy beslis moet ken . 43) Die liggaamlike ontwikkeling van die kind deurloop onderskeie fases ; daar is 'n permanente afwisseling van 'n toename meer in lengte- en dan weer in breedtegroei. Onhandigheid gaan dikwels daarmee gepaard. Daarom mag 'n onderwyser nooit dryf nie ; hy moet steeds lei , help , steun. Verder moet die doen steeds gerig wees op die bereiking van 'n natuurlike (met die aanleg ooreenstemmende) ontwikkelingsresultaat ; die uitdrukkingsmoontlikhede van die kind moet meer gedifferensieer word ; en dit met die doel dat straks die totale uitdrukkingswyse van siel en liggaam van die eienaar des te meer 'n eenheid sal word. Waar die verskeidenheid , die gedifferensieerdheid wat in aanleg aanwesig is , tot ontplooiing gekom het , daar eers kan die mens 'n eenheid wees wat homself is. Van die motoriese drang van die kinders moet baie gebruik gemaak word ; hierdie drang het 'n algemene en 'n spesiale aspek (byvoorbeeld die drang van die kind om homself tot uitdrukking te bring , om ekspressie te gee aan sy gevoelens).

Daar is 'n kenmerkende onderskeid in die beweging van die mens wat sy liggaam beskou as werktuig , as instrument , as „nie van hom nie" , en die mens wat een is met sy verskyningsvorm. 44) In die eerste geval kry mens die verskynsel : be-

43) Waterink : Psychologie van die kind , 55.

44) van Asch : op.cit. , 20.

paalde bewegings vir bepaalde situasies ; die beweging is aangeleer , verrasionaliseer ; die spontane , die eie is opgelos in die nabootsing. Dit lewer 'n armoede aan ekspressie : die „dreun“ , die verstarring tree op (klassikale onderwys). Die persoonlike in spreek , pantomimiek , sing en beweging , selfs in musiek- , dans- en tekenonderwys word sistematies onderdruk. Ook die liggaamsoefeninge dra hiertoe by. Alle „physical training“ , alle „body mechanics“ 45) , alle oefeninge waarby dit gaan om dele van die „instrument“ liggaam te rek , te versterk , asof die dele daar somer so aan hang , nie tot onself behoort nie , sal uiteindelik die gevolg hê dat die beleving , die persoonlike , die ekspressiewe verminder.

So kan die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding hom met baie bestaande oefenstof versoen , kan met baie daarvan vrugbare werk lewer , kan 'n dankbare gebruik daarvan maak , maar aan die ander kant moet dit op prinsipiële gronde baie van die praktiese elemente verwerp. Steeds moet dit gedwing word tot 'n ernstige ondersoek van die beginsels en praktyke. 46) Steeds bly daar vir elke geslag genoeg werk oor , naamlik om dieper in te dring in die raaisels van die Openbaring van God , omdat die mens nooit die fundamentele beginsels van God se Woord in al sy omvattendheid , in al sy konsekwensies kan deursien nie. Met dankbaarheid en vrug word by die werk van hervorming (nie ontvorming nie) die leiding van die wetenskap en die wysbegerpte , maar ook van die opvoedingspraktyk , aanvaar , want dit prikkel voortdurend tot selfverbetering en selfbesinning.

Opsommend kan ons sê dat daar dus eintlik nie verkeerde stelsels , ook nie verkeerde oefeninge moontlik is nie , maar verkeerde bedoelings , of foutiewe uitvoerings van 'n bedoeling. Alles hang af van die standpunt wat die opvoeder ten aansien van liggaamlike oefening inneem.

45) N.b. met opset word hier Engels-Amerikaanse uitdrukkings gebruik.

46) Cootzee : Moderne Opvoeding , 43.

Ofskoon dit in hierdie verhandeling slegs die fundamentele aspek van die liggaamlike opvoeding betref en die bespreking van die ander aspekte ons in aanraking bring met allerlei ander vraagstukke , is dit wellik nogtans gewens om 'n paar opmerkings te maak wat die liggaamlike opvoeding in sy geheel raak

(a) Die algehele psigomotoriek van die mens is 'n „so-syn" van hierdie mens wat sowel psigies as somaties , ons sou ook kan sê : psigo-somaties , bepaal is. 47) In geen enkele geval , by geen enkele individu , dus ook by geen enkele kind is 'n volledige psigiese ontplooiing moontlik nie sonder dat hierdie psigiese ontplooiing gepaard gaan met en in samehang staan met 'n liggaamlike uitdrukkingswyse en met 'n ontplooiing van die liggaamlike uitdrukkingsvermoë. Ook die omgekeerde is waar : daar is geen adekwate beweging van die liggaam moontlik sonder dat dit geskied saam met en in samehang met 'n psigiese motiliteit nie. Die „houterige" mens is in die reël nie houterig omdat sy spiere nie wil nie , maar omdat hy psigies gespanne is en strak staan en gevolglik soepelheid mis.

Die mens wat hom psigies moeilik uitdruk , selfs in baie gevalle die stotteraar , het hierdie eienskap omdat hy psigies gerem is , maar dikwels ook omdat hy liggaamlik en motories sy spiere nie weet te gebruik nie. Samehang tussen die psigiese en somatiese is dus oor die hele linie onmiskenbaar en is so reël in geheel ons optrede , dat in baie gevalle die enigste aangrypingspunt vir 'n liggaamlike remming die psigiese is en dat in net so baie gevalle die enigste aangrypingspunt vir 'n psigiese remming die liggaamlike bestaan is.

(b) Verder is dit vir die opvoeder van groot betekenis om voortdurend te bedink dat die liggaamlike opvoeding volkome betekenis het in heel die vorming van die persoonlikheid , aangesien daar 'n permanente verband is tussen die uitdrukkingsmoontlikhede waaroor die liggaam beskik en die , in psigiese sin , beleving van die dinge.

Maar nie net op die psigiese terrein in engere sin lê hier 'n groot waarde nie ; ook in meer „goestelike" sin mag ons

47) Waterink : Theorie der Opvoeding , 552.

die betekenis van liggaamlike opvoeding nie oor die hoof sien nie. Allerhande geestelike worstelinge , geestelike moeilikhede , selfs religieuse moeilikhede kan saamhang met 'n ernstige gebrek aan wat ons sou kan noem geestelike uitdrukkingsvermoë of geestelike belewingsvermoë. 48) Dit is dan geen geestelike gebrek in eintlike sin nie. Dit is dikwels die verskynsel dat die gees nie die beskikking het oor die noodsaaklike psigiese nie ; dit is in hierdie geval dus ook nie die beskikking het oor die psigo-somatiese motiliteit nie.

Daar bestaan 'n noue verband tussen die geestelike lewe en die voorstellingswêreld wat mens het ; die voorstellingswêreld egter word baie intensief beïnvloed deur die manier waarop ons self ons in die wêreld , die gebeure in die wêreld , die gedragsoopenbaringe van ons medemense kan voorstel. Hierdie vermoë om ons die dinge voor te stel , word beheers deur die vraag hoe ons onself kan beweeg in die wêreld. Die beeld wat ons van die wêreld het , is nie 'n beeld wat slegs gevorm word deur ons oog of deur ons oor nie ; ons skep hierdie beeld ook na ons eie gelykenis en ons doen dit dus ook weer deur ons eie uitdrukkingsvermoë , deur ons reseptiewe vermoë ; maar hierdie reseptiewe vermoë hang onmiddellik saam met ons uitdrukkingsvermoë , met die manier waarop ons verstaande , ontvangende en tegelykertyd gewende uitgaan tot die wêreld.

Hieruit blyk wel hoe belangrik dit is vir die mens om die vermoë te besit om homself in die wêreld te beweeg ; die noodsaaklikheid van liggaamlike opvoeding vir die vorming van geheel die persoonlikheid vloei in wese hieruit voort. Hoe sterk dit in die praktyk kan wees , word bewys deur die feit dat mens inderdaad in staat is om by 'n kind gedragswysiging te bereik deur bepaalde liggaamlike oefeninge. Dit kan byvoorbeeld die konsentrasie van die kind belangrik verbeter. Konsentrasieverbetering beteken 'n totaal ander manier van opvatting van die dinge in die buitewêreld ; en daardeur ook 'n ander manier van reaksie op die dinge in die buitewêreld. Veelal sien mens die enorme betekenis van liggaamlike opvoeding vir die per-

48) Waterink : op.cit. , 553.

soonlikheidsvorming en die karaktervorming aan die uitwerking wat liggaamlike oefening het op abnormale gevalle. Mens moet hierby bedink dat wat van groot invloed is in die abnormale geval , natuurlik ook in die normale van krag moet wees.

(c) Liggaamlike opvoeding is meer as enkel net die waarborg vir 'n goeie , soepele motoriek , vernameelik wat betref die beweging van die ~~ekstremitate~~ , meer as die waarborg vir 'n gunstige verloop van senu- en stofwisselingsprosesse , meer as die waarborg vir 'n voortreflike bloedsomloop , soos die lewe meer is as 'n meganiese lewe , meer as 'n chemiese lewe , meer as 'n dinamiese lewe. 49) Die menslike organisme is 'n „verbesondering" van 'n groter geheel. 50) En daarmee moet die liggaamlike opvoeder ten seerste rekening hou. By die keuse van die stof moet die Christen nie aarsel nie af te sien van oefeninge , selfs van stelsels as hulle nie of nie meer in die kader van hierdie tyd , hierdie gevorderde eeu , maar bowe-al nie in die raamwerk van die fundamentele beginsels pas nie.

Die Calvinisties-Christelike rigting staan lynreg teenoor alle sogenaamde neutrale rigtings sowel wat betref die uitgangspunt as die einddoel ; maar dan moet die rigting ook steeds trag om die Christelike karakter , ook in die praktyk , te handhaaf : „Die Christelike karakter van die vak liggaamlike oefening in ons tyd , in die geheel van die Christelike onderwys van vandag".

Dikwels is die „kindere van die wêreld" in hul geslag ryker met vindingsgawes bedeel as die „kindere van die lig". Ja , selfs is dit volstrek niks ongewoons nie dat die kindere van die „wêreld" van daardie uitvindinge en ontdekkings voordeel trek en dat die dissipels van die Here eers baie laat agteraan kom om van dieselfde genot voordeel te trek. 51) In hierdie vertraging lê 'n bedekte seën opgeslote. Wat mens nog slegs enkele jare gelede as 'n vasstaande waarheid beskou het , wat as onaantasbaar gegeld het , dit alles is vandag aan twyfel ,

49) cf. Afdeling A , Hoofstuk III , § 3 , p. 45.

50) Duvergé en van As : Spherioide , 5.

51) Kuyper : Gemeene Gratie , Deel II , 517.

twyfel aan die absoluuthede van die waarhede , onderhewig gestel. 52) Verdragting verskaf die geleentheid vir besinning en dit mag verhoed dat dinge in Christelike kring binnegebring word wat daar heeltemal nie hoort nie. Op dié manier kan die Christen gevrywaar word van minder gunstige of selfs ongewenste resultate van oefening.

(d) Baie aandag moet bestee word aan die manier waarop die instruksie tot korreksie van houding en beweging gegee word. Die begrip „instruksie” is eintlik reeds ’n „steen des aanstoots” 53). Elke vorm van instruksie moet as onnatuurlik verwerp word ; instruksie kan beter op indirekte wyse gegee word , byvoorbeeld deur die gee van handelingsopdragte wat sodanig gekies is dat dit die gewenste korreksie outomaties meebring.

In die praktyk van die liggaamlike opvoeding het die leer-krag steeds te doen met bewegende kinders wat hulle as sodanig oefen , ontwikkel en vorm , wat hiermee , hierdeur en as sodanig op pad is om iemand te word. 54) Hieraan moet die leer-krag leiding gee , hy moet die „bewegend-worden” beoordeel. Dit is van die grootste belang dat die leerkrag uiterste sorg aan hierdie , inderdaad nie onbelangrike , kultuurtaak bestee.

Natuurlike bewegingsopdragte geniet verreweg die voorkeur bo onnatuurlike houdingsinstruksies ; die oefening moet die deelnemer in sy geheel tref en ook die deelnemer moet die oefening as ’n eenheid deurleer. Dit sal des te sterker geskied , namate dit meer ongestoord , vloeiender en met meer sukses verloop. 55) Die aandag wat spesiaal geskenk word aan ’n doel-beweging blyk in die praktyk ’n stouring van die objektiewe en die subjektiewe vloeiende verloop 56) te gee ; uit ondersoekinge kom mens tot die gevolgtrekking dat die leer van afsonderlike onderdole van ’n beweging agtergestel moet word by die beoefening van die „totaalbeweging”. 57) In die samohang van die bewegingsonderdole , wat alleen deur die rangskikking en die relasie van die impulse moontlik is , word ’n strewe

52) Groenman : op.cit. , 9.

53) Buytendijk : Menselijke houding en beweging , 146.  
„steen des aanstoots” : Romeine 9 : 32 , 33.

54) Groenman : op.cit. , 242.

55) Buytendijk : op.cit. , 317.

56) die beleef van ’n tipiese motoriese gestalte-kwaliteit.

57) Buytendijk : op.cit. , 319 et seq.

na volkomenheid benader.

(e) Die eerste kenmerk wat aan die bewegings van 'n kind opval is die onsekerheid en die onbepaaldheid. Dit beteken dat die bewegings ongerig is, hulle het geen vaste relasie tot 'n eindpunt, hulle bereik nie die eindpunt nie. Die beweging van 'n kind is wanordelik, chaoties, verloop as 'n onreëlmatig kronkelende lyn sonder skerp beklemtoning van begin of einde. Die onsekerheid kan die gevolg wees van 'n onvoldoend ontwikkelde koördinasie of van 'n ongerigte instelling ten aansien van die buitewêreld. 58) Wat by laasgenoemde ontbreek, is die grondkenmerk van die arbeid, naamlik die ekonomie in die uitvoering. 59) Daar is 'n bewegingsoormaat in alles, wat tot uiting kom in die loop, manipuleer, in handeling en gebare. Dit gee 'n onregstreekse verloop en beslis nie die indruk van plan- en doelmatigheid nie. Om hierdie rede is die jeugdige beweging 'n spontane beweging. Die oormaat van die aktiwiteit demonstreer 'n innerlike spankrag, 'n spontane vitaliteit, 'n opwelling van die aktiwiteit as uit 'n bron. Ouer mense beperk hul bewegings uit bedagsaamheid of versigtigheid; funksioneel bestaan dit uit 'n aanpassing van die bewegings aan die situasie en die moontlikhede van die eie kan. By kinders ontbreek dit ewewel. Hier het die spontaneïteit, die ongegronde, onbepaalde beweging-van-binne die oorhand, tipies vir die jeugdige beweging. Hierdie gesonde bewegingsdrang maak 'n bepaalde ontwikkeling deur, dit vorm die dinamiese grondslag vir die ontwikkeling van alle sensu-motoriese funksies en kom eers tot rus as die aktiwiteit die vorm en maat gevind het wat by die arbeid en die sorg deur motiewe en situasies bepaal word. Die bewegingsdrang fundeer die jeugdige bewegingsvorm en moet daarom as een van sy mees tipiese eienskappe beskou word; bowendien maak dit die ontwikkeling van speel, die belangrikste uiting van die kinderlewe, moontlik.

Hoewel die beweging van die kind spontaan is, moet mens

58) Buytendijk : op.cit., 463 et seq.

59) vido Afdeling B, Hoofstuk IV, p. 121.

tog insien dat dit deur die indrukke van die buitewêreld opgewek en in sy verloop , vir 'n deel altans , hierdeur bepaal word. Alle lewe is 'n samelewing met die „Umwelt" , die milieu in ruimste sin.

Gedurende die ontwikkeling van geboorte tot puberteit tree daar egter 'n aantal veranderings op waarmee ook ten seerste rekening gehou moet word in die praktyk van die liggaamlike opvoeding. Homburger onderskei vier stadia : die hipertonic van die suigling , die lomp manier van beweeg van 'n kind wat sopas leer loop het , die los , gemaklike , lewendige beweeglikheid omstreeks die vierde jaar en die gematigde motoriek wat hom in die laaste kinderjare mede onder invloed van die opvoeding vorm. 60) 'n Sekere „onhandigheid" is die kenmerk van die kinderlike motoriek en 'n grondtrek van die jeugdigheid in die algemeen. Van die aspekte wat die jeugdige dinamiek in die vierde stadium kenmerk , tree in die eerste skooljare veral deur oervloed van impulse die ligte hipermetrie en die voerkrag van die bewegings na vorentoe. Hierdie eienskappe val op deur die teenstelling tot die beheersing van die gedragswyses wat deur die talryke opvoedingsideale bowerk word. Huis en skool stel aan die kind baie konkrete eise ; daarby is daar 'n onuitgesproke suggestiewe drang uitgaande van die volwassene , medeskoliers , sport , spel en toekomsideale. Deur al hierdie invloede gaan die kind anders staan en loop , anders groet en spreek ; daar ontstaan 'n steeds meer nadruklike individuele tipologie. En so kom die laaste pre-puberteitstadium tot volle ontwikkeling.

Hierdie teorie pas goed in by die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoedingsmetode ; die respek vir die individu word hierdeur gehandhaaf. By die verskillende moeilikhede van die begin kan die opvoeder belangrike dienste bewys sonder om daarmee die individuele trekke en karakteristieke skade aan te doen. In die spontaneïteit kan 'n goeie geleentheid tot opvoeding gesien en gevind word ; met die genoemde veranderings moet ewewel goed rekening gehou word. Bowe-al moet die kind as kind gesien word en nie as volwassene-in-sakformaat nie.

Leidende beginsels van die liggaamlike opvoeding is ook in die eerste skooljare reeds van baie belang. Die bewegingswyses wat dan besig is om te ontwikkel, bepaal nie net die grondstruktuur van die verhouding tot die wêreld op hierdie leeftyd self nie, maar ook die wyse waarop die puberteitsfase tegemoet getree word.

(f) Die verandering in die puberteit is die belangrikste fase in die individuele menswording. 61) Die mens is na sy wese op die gemeenskap aangewese; die „konfrontasie” met die medemens bepaal in hoofsaak die struktuur van die bewussyn en van die gedrag. Die puber voel die wêreld aan in 'n sfeer van kritiek; duisend pare oë is steeds op hom gerig; alles daag die puber uit, alles eis 'n „houding”. Vir 'n deel van hieruit die behoefte aan sport en die hierin heersende geskematiseerde orde en samelewing waarin maklik 'n plek verwerf kan word, verklaar word. Hier kan die puber hom laat geld en 'n deel van sy eensaamheidsgevoelens kwytrake. Ooreenkomstig die „breuk” in die lewensloop vind ons in die gehele gedrag onstandvastigheid, plotse-linge oorgange, 'n aantal tipiese teenstellings. Deur die gemis aan aanpassing ontbreek in alles die juiste verhouding, die maat; dit geld vir die tonusverdeling in rus sowel as vir die krag, die rigting en die omvang van die bewegings. Die dismetrie van die dinamiek van die puber is algemeen bekend; die ontbrekende maat kom op allerlei maniere tot uiting: voorwerpe word te sterk aangepak, die handdruk is oordrewe, die eksplosiewe in stem, gebaar en handeling oorheers. In die bewegingsomvang is 'n hipermetrie aanwesig; daardeur is die puber onhandig en lomp. Die mimiek ontwikkel vinnig tot „hipermimie”; as gevolg van nuwe sosiale verhoudings en die selfgevoel verander die simmetriese uitdrukkingsbewegings van die kind in die growwe en oordrewe mimiek waaragter kritiek, twyfel, wantroue, veragting en versigtige distansiëring opgeslote lê.

Stommingswisselinge beheers die motoriese beeld: depressie kom tot uiting in 'n bewegingsremming, opgewektheid in 'n

61) Buytendijk: op.cit., 489.

bewegingsoordad. Hierdie afwisseling kan plotseling geskied. Die algemene spierspanning kan van verkrampte houding tot 'n volledige atonie wissel. Gespanne bewegings is hoekig, atoniese skiet hul doel verby. So kan energieke aktiwiteit ook plotseling verander in 'n bewegingsonlus, luiheid of traagheid.

Namate die jeugdige persoon hom in die ruimte van die werklike lewe begin tuisvoel, hom aanpas aan die wêreld van die volwassenes, leer hy sy bewegings beheers; hy begin nou bindend en organiserend belangstel in 'n vold van werksaamhede en ontspannings, waartoe 'n goed geleide opvoeding die geleentheid bied. Die persoonlikheid verwerf die vaste reëls en leidende beginsels vir die gedragswyses, dus die karakter. In die motoriek sien ons 'n matigingsproses; die matigings van die bewegings beteken 'n reorganisasie van die funksionele verhouding tot die omgewing. Ofskoon onderdeel van die milieu-invloed, verdien die betekenis van liggaamlike opvoeding, spel en sport vir die reorganisasie van die motoriek, in en na die puberteit, spesiale vermelding. Die waarde hiervan kan veral ten aansien van die skooljeug, die industriële en administratiewe beroep nie hoog genoeg aangeprys word nie. 62) Sistematies geleide liggaamlike opvoeding kan die beheersing van die liggaam laat herwin, die uitbundigheid van die sportiewe uitings kan 'n katarsis vir die hormonale prikkeling wees, die afrigting en die gedissiplineerde atletiek kan die selfbewussyn bestendig, die saamspeel die afsondering en die vervreemding ophief in die reële, gesonde sfeer van jeugdige saamstaan en sy etiese waardes. Op dié manier verminder 'n goeie motoriese opvoeding die gevaarlike „lodge van die hart“, verjaag dit die ongesonde fantasie en die selfsugtige jag na lusbevrediging wat in baie vorme die ontwikkeling van die persoonlikheid bedreig met 'n aanhoudende pubertinisme, een van die grootste sedelike gevare van die samelwing.

Met die waarde van liggaamlike opvoeding in hierdie tydperk, is tegelykertyd ook die middele aangegee; die nadruk

62) Buytendijk : op.cit. , 495.

moet egter gelê word op die goeie leiding. Die taak is glad nie maklik nie : dit mag bepaald as 'n kuns beskou word om 'n groep pubers ook hierdie beskrawe moelikhede heen te help. Uit die feitlike gegewens van sy arbeidsterrein moet die leerkrag beslis wat pas en wat nie pas nie , gewenste faktore moet hy begunstig , ongewenste soveel as moontlik skadeloos maak. In die periode van die ontwakende geslagsdrif is baie liggaamsbeweging noodsaaklik ; daar mag geen gebrek aan liggaamlike vermoedheid wees nie ; slegs so word die aandag van die moelikhede afgelei.

(g) Vir 'n kennis van die manlike en die vroulike beweging kan die tiperende onderskeidings wat in die psigologie opgespoor is , enigsins as rigsgaand gebruik word. 63) By die mens is die grondkenmerke van die manlike en die vroulike beweging die meeste uitgesproke en dus die maklikste herkenbaar. Dit is twee tipiese maniere van beweeg , wat manlik en vroulik genoem word , omdat die een oorwegend by manne , die ander oorwegend by vroue voorkom. Die manlikheid of vroulikheid van 'n bewegingswyse kan ons dadelik en maklik herken , onafhanklik van die geslag van die persone by wie dit voorkom. In hierdie opsig is ons oog baie goed geoefen. Die verskil kom die beste uit by alle verrigtinge waarvan die verloop nie onder dwang van die situasie staan nie , maar van innerlike , persoonlike faktore afhang : sogenaamde sinlose bedrywighede , gedagtelooos uitgevoer. As voorbeeld kan loop geneem word , maar dan loop as uitdrukking van 'n spontane bewegingsdrang , waarby die innerlik-bepaalde dinamiek tot uiting kom. 'n Sodanige manier van loop druk maklik die emosionele toestand en stemming uit. Die verskil tree dan aan die dag in die wyse waarop die handeling in sy natuurlike komponente (die stappe) ingedeel word en in die wyse waarop elke onderdeel , elke stap op homself verloop. Die manlike gang vertoon 'n skerp indeling in afsonderlike , duidelik geskeide dele , die vroulike beweging daarenteen kan meer getipeer word as gelykmatig , vloeiend. In die manlike gaan die

63) Buysendijk : op.cit. , 498 et seq.

beweging tallose kere voort , terwyl die vroulike beweging sonder end voortgaan. Elke abrupte , hoekige , reglynige , sterk doelgerigte handeling besit 'n manlike karakter. Die manlike handeling het 'n sterk reaktiewe karakter , die vroulike daarenteen het oorwegend die karakter van 'n funksionele kringproses.

In die natuur kan die manlike beweging vergelyk word met 'n rots wat van die berge afval ; dis 'n sigbaar sprongsgewyse beweging ; die murmel van 'n spruitjie daarenteen , die in sigself eindelose beweging , is 'n voorbeeld van die simboliek van die vroulike dinamiek.

Met die resultate van hierdie studie kan en moet in die praktyk van liggaamlike opvoeding ook terdeë rekening gehou word. Ons wil nie die karakteristieke oorbeklemtoon sien nie , maar ons wil die bewegings opdra en uitgevoer sien volkome in ooreenstemming met die beskrewe geaardheid. Gewoonlik is die vrou hierby die slagoffer , al het sy daaraan vir 'n groot gedeelte self die skuld. In geen enkele opsig wil sy agterstaan by die man nie , uiterlik en innerlik wil sy soos die man gaan lyk. Meesal is die vroulike jeug vir verdere ontwikkeling aangewese op skole wat uitsluitend vir seuns ingerig is ; dikwels moet sy uiteindelik voldoen aan eise deur manne vir manne vasgestel. 64) Volgens Christelike beginsels moet die opvoeding , en in elke geval die liggaamlike opvoeding , rekening hou met die aard van die opvoeding. 65) Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding verwerp derhalwe op fundamentele gronde dié sisteme wat met genoemde verskille geen rekening hou nie. Want ook die vrouesport word gewoonlik vanuit die manlike gesigspunt geleid.

Vir baie mense beteken liggaamsoefeninge : vergroting van prestasiemoontlikheid , bevordering van gesondheid ; dat daar deur onjuiste of oordrewe liggaamsoefeninge gebreke in die liggaam kan ontstaan , beseft nie elkeen nie ; en bowendien moet hierby die feit beklemtoon word dat die prestasiemoontlikheid

64) Wirtz : Opvoeding der vrouwelijke rijpende jeugd , 187.

65) Kok : Naar zijn (haar) aard ; uit : Belijden en Beloven, Jrg.9 , No.46.

vir die man en die vrou nie dieselfde is nie. 66) Wat die man nog nie nadeel berokken nie , kan die vrou met haar swakker liggaamsbou reeds benadeel en miskien vir haar gevaar oplewer. En dit is voorwaar een van die mees belangrike eise wat aan liggaamsoefeninge gestel moet word , naamlik dat dit nie benadeel nie. Topprestasies is steeds die individuele gevolg van persone met 'n spesiale aanlog. Vir die man kan dit goed wees , vir die vrou daarenteen is dit nie geskik nie. As gevolg hiervan kan , behalwe die bekende uitwendige („sounsliggaam”) , ernstige inwendige veranderinge plaasvind ; in sommige gevalle kan die beskadiging selfs 'n verminderde geskiktheid om te baar ten gevolge hê. Uit ondersoekings 67) het geblyk dat die meeste atletiese oefeninge vir dogters bo 13 , 14 jaar nie meer geskik sou wees nie. Nie alle soorte liggaamsoefeninge moet ewewel op gelyke voet beoordeel word nie ; daarby is die graad van intensiteit van die beoefening steeds belangriker as die soort liggaamsoefening. Die normale vroueligaam is nie geskik vir topprestasies in snelloop , spring , vinnig gooi , op die hande staan of akrobatiek nie.

Dit gaan om die behoud van 'n gesonde moederskap , en baie van die liggaamsoefeninge , soos dit maar al te dikwels beoefen word , is vir die normale vrou nie van nut nie , doen haar eerder skade aan. In hierdie tyd wat reeds aan geboortes arm gaan , is daar geen redes om die geboortes nog dour nuwe gevare , wat ontstaan dour sleg bedrowe liggaamsoefeninge , te bemoeilik en om die wil om te baar te verswak nie. 68) Die vrou mag in haar roeping om geboorte te gee nie gekortwiek, belemmer word nie.

(h) Natuurlikheid is een van die hoogste formele eise wat aan die houding en beweging van die mens gestel kan word. In hierdie verband word dikwels gebruik gemaak van die begrip „harmonie” waaronder - wat die suiwer liggaamlike betref - verstaan kan

- 66) Ljubljana : Komen de Lichaamsoefeningen de vrouw ten goede?  
uit : De Lichamelijke Opvoeding , Jrg.25, No. 7.  
67) in hierdie verband noem ons name soos van : Bach , Selt-  
heim en Westmann , Schiötz , Mydlaiski en Milicer , Bickel.  
68) Ljubljana : loc.cit.

word : die natuurlike opbou van die liggaam , waarby die normale gesonde verhoudinge tussen die liggaamsdele onderling deur 'n goeie houding bewaar word. 69) Elke onderdeel van die liggaam wat van die natuurlike opbou afwyk , veroorsaak 'n versteuring van die ewewig en noodsaak 'n verandering in houding van een van die ander liggaamsdele.

Die Griekse woord vir mens (*άνθρωπος*) en vir man (*άνηρ*) is albei verbonde met die voorvoegsel *άνα*, of „an" wat „opwaarts" beteken. Die opgerigte houding is die kenmerk van die mens en man teenoor die vee , die *πρόβατον* , die vooroorlopende. Vir die vrye Griek was 'n fiere en statige gestalte die kenmerk van sy innerlike adel en die ewebeeld van sy gode wat steeds in die skoonste menslike gedaante voorgestel en in die beeldhoukuns veraanskoulik is. 70)

Die omgekeerde van natuurlikheid is onnatuurlikheid , onegtheid , gekunsteldheid , gemaaktheid ; hierdie eienskappe word steeds as minderwaardig beskou. As gevolg van die ongedifferensieerde akt-struktuur 71) waardeur en waarin die mens hom kan „wend of keer" , die siel oor die liggaam kan beskik soos oor sy uitdrukkingsveld , kan die mens , in teenstelling met alle andere skepsele , onwaar wees , hom anders voordoen ; dit is 'n fundamentele ervaring wat die mens omtrent homself besit. Tegelykertyd weet hy dat onegtheid in gedrag karakterloosheid beteken , onwaaragtig en eties ontoelaatbaar is. 72)

Dit is in die menslike lewe waar die begrip natuurlikheid eers sy volle inhoud verkry , want alleen in die mens is die teenstelling van innerlik en uiterlik nie slegs skynbaar nie , maar werklik. Die mens besit van nature 'n vermoë tot uitdrukking ; deur hierdie gawe is hy in staat om te openbaar wat daar innerlik in hom plaasvind. Daar is 'n innige verband tussen innerlike beleving en die uitdrukking daarvan. 73) Die uitdrukkingsvermoë van die mens hang baie nou saam met sy geestelike

69) Lakmaker en Ruurs , Lichaamsoefening , 17.

70) Hecker en Heyn : Geschiedenis , 6.

71) vide Afdeling A , Hoofstuk IV , § 2 , p. 62.  
Afdeling B , Hoofstuk III , p. 113.

72) Buytendijk : op.cit. , 546.

73) vide Afdeling B , Hoofstuk II , § 2 , p. 103.  
Hoofstuk IV , punt 4 , p. 119.

lewe ; daar is selfs 'n wisselwerking tussen wat in die gees deurleef word en wat geuit word. Die geestelike ontwikkeling moet noue verband hou met die ontwikkeling van die uitdrukkingsvermoë ; hierdie twee moet hand aan hand gaan.

Elke uiting van die menslike lewe staan in verband met die liggaam. Die vraagstuk van die liggaamlike opvoeding kan in hierdie verband dus opgevat word as 'n algemene vraagstuk in dié sin dat dit een van die grondslae vorm vir 'n optimaal-lewensvatbare menslike ordening. Hier vind mens 'n basis waarop voortgebou kan word ; in die tallose aspekte is liggaamlike opvoeding vir baie lewensgebiede 'n direkte rig-snoer. By die weergee van die skoonheid van menslike modelle deur die kunstenaar , beeldhouer , skilder byvoorbeeld is dit slegs moontlik om waardevolle en bekorende produkte te skep , as die kunstenaar hom rig na die gegewens wat die liggaamlik-volwaardige individu hom verskaf. 'n Harmoniese liggaamlike opvoeding speel 'n belangrike rol by die verkryging en onderhouding van die staat van liggaamlike volwaardigheid.

Wat in die opvoeding en samelewing deur voorbeelde en voorskrif aan gewoontes in die ruimste sin verkry word , moet so volledig moontlik tot die eie word ; ook die beweging moet nie telkens deur oorleg en wil voortgebring word nie , maar uit 'n diep-gefundeerde , gegrooide instelling as vanself opwel. Die natuurlike beweging by die kind is nie sonder vastheid van rigting , nie sonder reëlmaat , maar ook nie sonder wisseling en oorspronklikheid nie. Dit ontstaan as 'n spel , 'n samespel van indrukke en spontane impulse. Deur hierdie speelse karakter en deur die uitdrukking van reël en oorspronklikheid op dieselfde moment is die primêre natuurlikheid aan die grasia verwant.<sup>74)</sup>

Vir natuurlikheid moet daar 'n innerlike bepaling wees — die vryheid wat hom in die verskynende motoriek openbaar. Natuurlikheid as 'n kwaliteit van die motoriek kan alleen in verband met die persoonlikheid en die omstandighede beoordeel word : wat vir die een hoogs natuurlik is ('n kind wat huppel),

---

74) Buytendijk : op.cit. , 552 et seq.

is vir die ander beslis onnatuurlik (n ou juffrou wat huppel).  
Alle natuur in die mens is eers menslik deur die gees.

Nou is die variabiliteit van die mens in sy geestelike hebbelikheid onbegrens , as gevolg waarvan dit ook die geval is vir wat die gees in en met die liggaam wens om uit te druk. Hiertoe is dit nodig dat die liggaam uiterste plastisiteit besit. 75) Aan die mens mag nooit die moontlikheid ontnem word om sy natuurlike ontwikkelingsgevoeligheid vir die verkryging van sy eie liggaamlike habitus te volg nie. En dit is wat juis in die moderne maatskappy gebeur : die mens word groot moeilikhede in die pad gelê by die verkryging van sy eie natuurlike habitus. Die moderne mens is in sy bewegingslewe gerem sy liggaamlike habitus is vervorm , krampagtig , onnatuurlik. In sy geestelike uitdrukkingsvermoë , in sy uitdrukkingskrag skiet hy te kort. Hy leef uit 'n totaal onnatuurlike liggaamsbesef.

Dit is 'n taak van die liggaamlike opvoeding om in die mens die besef weer wakker te maak dat die liggaamlike gedrag , ook die van die daaglikse handeling , uitdrukking en openbaring is van geestelike aksies. Wat verlore was , moet dus weer teruggegee word ; die opheffing van die skadelike invloede kan slegs geskied deur 'n doelmatige oefening van die liggaam , op natuurlike wyse. Die soek na 'n harmoniese ontwikkeling van die liggaam kan alleen geskied deur die liggaam sy funksies so ongedwonge en natuurlik moontlik te laat beoefen. Slegs dan ontstaan die prikkel wat die liggaam daartoe bring om in houding en beweging ook natuurlik te wees.

Mens moet veral in dié verband waak teen eensydigheid ; 'n te 'n groot nadruk op die regop-houding byvoorbeeld kan maklik in 'n lordose eindig ; 'n oormatige steun wat te veel van die skouergordel verg , kan 'n turnboggel veroorsaak ; die beoefening van die krag sport lei in oordrewe vorm tot afstaande arms of tot 'n te sterke ontwikkeling van die bo-liggaam , sodat daar 'n wanverhouding ontstaan tussen die bene en die romp.

---

75) Groenman : op.cit. , 105.

En so kan mens , met 'n geslaagde toepassing van liggaamlike opvoeding , kom tot 'n beskouing van die mens as 'n eenheid , nie 'n siel in 'n toevallige liggaam nie , maar een organisme waarvan die diepste wese hom net so goed uit in die kleinste liggaamsbeweging as in taal of gedagte. En daarmee sal ons langamerhand weer die moontlikheid van die uiting deur liggaamsbeweging terugwin , die moontlikheid van die uitdrukking van die heilige deur die sierlike beweging. 76) Die sukses van die toepassing is dan 77) te danke aan die beskouing omtrent die mens in die lig wat God laat skyn oor die menslike lewe , ook by hierdie opvoedingswerk en aan die volkome erkenning van die Openbaringslig. 78) Dit is prakties uitvoerbaar om ook by hierdie vak die Calvinisties-Christelike karakter te handhaaf. Vir elke leeftyd en geslag is daar bepaalde karakteristieke in die manier waarop mens jou beweeg ; hiermee moet by die keuse van die oefenstof ten seerste rekening gehou word ; soveel moontlik moet die oefenstof aansluit by die natuur van die mens.

### § 3. Probleme van meer uiteenlopende strekking.

#### a. Afrigting en dressuur.

In die eenheid van die mens het die liggaam 'n groot aantal funksies ; ongetwyfeld is hierdie funksies , met uitsondering van die vegetatiewe , vir opvoeding vatbaar. Hierdie funksies mag mens nie beskou as van mekaar losstaande faktore nie 79) ; die een sonder die ander is by die mens nie denkbaar nie. As 'n enkaptiese geheel vorm hulle die menslike liggaam , die laer strukture is in die hoër strukture morfologies gebonde. Die mens het die vermoë om sy bewuste aandag willekeurig te rig op sy bewegings , sy gebare , sy houding. Daarom is geleide en aanvaarde oefening daarvan by die mens moontlik. 80) Die dier daarenteen bly , ook in sy hoogste ontwikkeling , strak gebonde aan die onmiddellike omgewing waarin hy lewe.

76) van der Leeuw : Wegen en Grenzen , 104.

77) Matthéus 6 : 33.

78) Psalm 36 : 10b.

79) I Korintheërs 12 : 25.

80) De Lichamelijke Opvoeding , Jrg. 28 , 157.

Die dierlike „insig" staan regstreeks in verband met en is 'n direkte gevolg van die onmiddellike „nou" ; die dier kan hom nie , soos die mens , „wend of keer" nie ; van die lewe en van sy lewe kan die dier niks maak nie. 81) Hy gaan nie bo die sintuiglike gevoelstruktuur uit nie ; sy plastisiteit is nie vir variasie vatbaar nie. Soos dit is , kan dit nie anders nie.

As gevolg van die bostaande moet daar onderskeid gemaak word tussen die woorde „afrigting" en „dressuur". In die geval van die dier kom ons met oefening nie bo dressuur uit nie ; by die mens het dressuur vernaamlik betrekking op die vegetatiewe funksies , soos byvoorbeeld die geval is met die sindelikhedsdressuur , of op baie ondergeskikte dele van die menslike handelinge. Afrigting moet derhalwe streng van dressuur onderskei word. By afrigting werk die subjek op 'n innerlik voorgestelde doel aan ; by afrigting is die persoon erken ; by dressuur word hy verwaarloos of selfs — gebruik. Onderdeel van afrigting is oefening , - oefening hier weer in die betekenis van aktiewe meewerk (ingoskakel) van die subjek.

Desnoods kan gesê word dat mens die dier „oefen" as jy dit dresseer ; maar die passiewe , telkens deur dwang of omkoping (met lekker happies) opgewekte gedrag wettig nie die gebruik van die term „oefening" op gelyke basis in verband met die term „dressuur" en in verband met die term „afrigting" nie.

Dressuur het iets kunsmatigs ; 'n gedresseerde dier doen 'n ding wat hy van nature , uit homself nie sou doen nie ; die uitvoering het 'n tweede natuur geword. Gewoontevorming is 'n waardevolle element hierby. Ook die sindelikhedsdressuur by die opgroeiende mens begin met die vorming van die gewoonte ; geen mens ter wêreld is vanaf sy geboorte sindelik nie ; niemand hou oorspronklik van orde en geen enkele sterfling bring 'n fatsoenlike gedrag uit die moederliggaam saam nie. Al hierdie eienskappe moet die mens vir homself verwerf en uit die gewoonte ontstaan die wilsgerigtheid ; 82) sekere gedragswyses word as waardes belewe. Nou is dit moontlik om die kind met

81) vide Afdeling A , Hoofstuk IV , § 2 (4) , p.62.

82) Verslag Congres '39 , 74.

behulp van dwang en straf sodanig te dresseer dat hy na 'n bepaalde tyd die gewenste gedragswyses vertoon. Maar hierdie dressuur beteken op homself geen wilsvorming nie : neem die dwang en straf weg en die kinderlike wanordelikhede uit vroeër leeftyd sal weer na vore tree. Bly die verworwe gedragswyse , dan het die Kind intussen die waarde daarvan beleef of ingesien ; die kans dat die negatiewe gevoelens wat die al te strengte middele by die dressuur toegepas , met die vereiste gedrag geassosieer het , die bereiking van die gewenste resultaat van die gewoontevorming verhinder , is egter groot.

Oefening is van oorsprong natuurlik. Die aanknopingspunt is hier die natuurlike funksionele selfvervolmaking. Al lopende leer mens beter loop , al grypene leer mens beter gryp , onsovoorts. 'n Kind van twee jaar kan vir homself al loopprobleme daarstel , loop in 'n kring , agteruitloop , huppel ; later word die eerste spronge gewaag , oers van 'n kussing op die grond , dan van die grond op die kussing , vervolgens oor die kussing en so word al doende speelsgewys die hele koördinasie geoefen. Op later leeftyd kom daar 'n strowe na prestasieverbetering , nog later die van die gekose oefening tot verbetering van die prestasie deur herhaling , deur die kritiese herhaling van 'n handeling. Die kritiese karakter van 'n herhaling is vir die oefeningseffek van groot betekenis. Die natuurlike het sy natuurlike grense ; dit sien nie vooruit en nie agteruit nie ; dit leef in die oomblik ; dit sien nie buitekant homself nie. Dit beperk hom tot homself en het vrede met homself ; dit kom nooit op die idee dat daar ander moontlikhede bestaan nie. Die natuurlike onderskei nie , orden nie , deel nie in nie , doseer nie ; dit doen wat dit doen as gebod , dit leef vanuit sy eie primêre prikkels ; solank die prikkels werk , lower dit sy prestasies ; verswak of verdwyn die prikkels , dan verloor dit sy krag of word dit tot leë sleur. 83)

Aangesien niemand 'n goeie regter oor homself kan wees nie, moet die kritiek van die kant van die „toeskouer" kom ; en dis 83) Do Lichamelijke Opvoeding , Jrg.28 , 159.

hier waar die gevaar lê. Die kritiese toeskouer kan die kind van sy onbevangenheid , van sy plesier in liggaamsbeweging en liggaamlike prestasies beroof. Dit doen hy as hy in die eerste plek kritikus is , as die afwysende , die afkeurende in sy uitings oorwegend is ; of as hy hom verbaas oor dinge wat vir die kind vanselfsprekend is , of - wat erger is - as hy die kind in sy onskuld uitlag of bespotlik maak ; of as hy aan die kind eise stel wat buite die kind se vermoë lê , wat sterk afwyk van alles wat vir die kind natuurlik en gewoon is. Daarom moet die liggaamlike opvoeding by die kind steeds uitgaan van wat deur die kind as natuurlik aangevoel word. Daar moet gewaarsku word teen al te grote nadruklikheid by die verlang van wysigings in houding en beweging , 84) 'n nadruklikheid wat die natuurlike sekerheid aantast , die plesier ondermyn , die skuld bevorder. Die natuurlike moet gesuiwer word , verruim , vervolmaak , sowel in die meganiese verloop , as in die uitdrukking en skoonheid.

Met die beoefening van die verskillende vorme van liggaamlike opvoeding moet 'n beloning van waardes gepaard gaan wat in staat is om 'n bepaalde wilskerightheid op te wek. 85) Daar bestaan sekere algemeen menslike kwaliteite wat op amper elke gebied van die lewe hul waarde het soos : moed , selfbeheersing, volharding , ontsegging van genot , gemeenskapsin. Die liggaamlike opvoeding met die oneindige moontlikhede om te differensieer en daarby tog steeds weer die onmisbare waarde van die geheel te laat uitkom , hou vir die ontwikkeling van genoemde kwaliteite ryke hooftakke in. Dit is vir die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding om nie net die waarde van hierdie kwaliteite te erken nie , maar daarby ten eerste rekening te hou met die feit dat die natuurlike voorwaardes vir die ~~verwaring~~ **verwaring** van karaktereigenskappe besonder verskillend is ; in verband daarmee moet die gestelde opgawes sodanig gedifferensieer word dat die ontwikkeling van hierdie kwaliteite in elke individu afsonderlik kan plaasvind.

84) cf. in hierdie verband ook die gebaar (resitasie-wedstryde).  
85) vide : Afdeling A , Hoofstuk V , § 5 , p. 86.

Ons stel dus vas dat daar terdeë onderskeid gemaak moet word tussen dressuur en afrigting. Wyl dressuur iets kunsmatigs is, is oefening, afrigting van oorsprong natuurlik; in verband hiermee moet die praktyk van die liggaamlike opvoeding die natuurlike karakter van die oefenstof steeds handhaaf.

#### b. Gevaar en liggaamsoefeninge.

Die opvoeding tot mense wat handig en beslis in hul doen en late is, is in hierdie tyd van drukke verkeer, van vinnige arbeid, van jaag en jag 'n belangrike eis. Die daaglikse lewe vra meer en meer mans en vrouens met 'n vaste wil, gereed om 'n besluit spoedig te neem. 86) Hiertoe kan sekere oefeninge, vernaamlik dié waar selfs in eenvoudige vorme vir die leerlinge die denkbeeld van gevaar aan verbonde is, byvoorbeeld apparaat-oefeninge, goeie dienste bewys. Wesenlike gevaar hoef daar nooit te wees nie: deur geleidelike opklimming in moeilikheid leer die leerling die denkbeeldige gevare, sonder dat hulle hom noemenswaardig verskrik, nie net oorwin nie, maar hy leer ook om die gevaar, as dit daadwerklik voorkom, koelbloedig onder die oë te sien. Ook hierdie oefeninge moet slegs as 'n middel gesien word, maar dan ook nie meer as net 'n middel om selfvertroue, teenwoordigheid van gees en vasberadenheid te kweek nie. Langs veilige, metodiese weg word die koördinasievermoë geskool tot 'n hoogte van behendigheid en selfbeheersing, soos geen onderdeel van liggaamlike opvoeding dit vormag nie. 87) Die leerling raak heeltemal vertrouwd met die situasie en voel hom as gevolg daarvan later nie vreemd staan teenoor enige soortgelyke werklike gevaarsituasie nie. Die gevaar hoef dan nie meer af te skrik nie; die oefeninge daartoe dwing tot vinnige berekening, prikkel tot vasberade durf, kweek moed. Spelenderwys word hindernisse oorwin en so kan in die gevaar 'n deeglike middel gesien word om die doel te bereik. Maar ook hier weer is die Christelike opvoeder gebonde

86) de Vries en de Bruyn: op.cit., 27.

87) die koördinasievermoë is die eienskap van ons liggaam om in bepaalde tyd, met die mees moontlike suiwerheid en juist bedoelde kraginspanning 'n bepaalde beweging of werksaamheid te verrig.

aan sekere grense. Behalwe dat die nodige tegniese voorsorgsmaatreëls geneem moet word , moet die praktiese nut aantoonbaar wees. By liggaamsoefeninge word die geoefendheid en die bedrewenheid steeds groter ; as mens wil aanhou om die behendigheid te oefen , op te voer , dan is daar steeds weer 'n groter , sterker gevaarprikkel nodig en dan betree mens die terrein van die roekeloosheid. Dan gaan die deur Gods gees verligte gewete spreek , wat die verantwoordelikheid teenoor die groot Rentmeester voel. 88) Wie hom buig vir die Woord wat daar duidelik spreek : „Jy mag die HERE jou God nie versoek nie" 89) en uit hierdie getuigenis uit genade geleer het om te verstaan wat die ideaalgestalte van die mens is , kom tot ander gedagtes , sien grense. Dis hier waar dit geld dat ons nie ons naaste met gedagtes , en ook nie met woorde of enige gebaar en nog minder met die daad , deur onself of deur ander mag onteer , haat , wond of doodmaak nie ; dat ons ook onself nie mag wond of moedswillig in enige gevaar begewe nie. 90)

Die gevaar is dus ook 'n middel van goeie kwaliteit , maar die hanteer daarvan vereis die nodige versigtigheid. Die oefenstof op homself mag geen enkele aanleiding tot gevaar gee , mag geen ongelukke versorsaak nie ; dis die leerkrag wat met 'n bepaalde bedoeling die gevaarelement daarstel.

### c. Sport en sportverwording.

Daar is geen onderdeel van liggaamlike opvoeding waaroor meer gedagtes gewissel is en word as sport nie. As gevolg van bepaalde mensbeskouings het bekware valkmense tot die opstelling van bepaalde sisteme van gimnastiek gekom , beroemde psigoloë het verskillende verklarings van die spel as sodanig gegee , - oor sport praat selfs „Jan Rap en sy maat". 91)

Naas die gimnastiek het sport met 'n eie funksie opgetree ; in hierdie eeu het 'n sportiewe instink opgekom soos nooit tevore nie. Hierdeur het die sport steeds meer baan gebreek en

88) Lukas 16 : 2.

89) Deuteronomium 6 : 16.

90) Heidelbergse Kategismus , Sondag 40 , vraag 105.

91) omnibus et lippis et tonsoribus notum - Horatius.

ook in Christelike kringe 'n plek ingeneem. In die begin het die Christelike volksdeel, onder andere in Nederland, hom heftig teen sport verset. As redes word opgegee: die feit dat van die begin af die Sondag as die sportdag by uitnemendheid gekies is en ook dat die eerste beoefenaars voortgekom het uit 'n ongelowige omgewing. 92)

Vandag egter staan sport in die middelpunt van die algemene belangstelling. Dit geld hier ewewel 'n diep ingrypende vraagstuk wat nie net 'n etiese nie, maar ook 'n sosiale en 'n higiëniese aspek het. Daar is 'n sportvergoding wat tot so 'n suggestiewe verhitting geword het, dat selfs van vrysinnige kant protesteer is teen die „spel van dwase”; daarteenoor staan die sportverguising wat sport minag en veroordeel.

Die Christen mag sport nie negeer nie; sport is 'n uitnemende middel tot liggaamsoefening; by die opvoedingswerk sal die Calvinisties-Christelike liggaamsopvoeder van hierdie onderdeel 'n dankbare gebruik kan maak - hy moet ewewel so beslis moontlik posisie inneem. Ook die regte sportwaardering moet by die lig van Gods Woord gesoek word. Die Bybel staan vyandig teenoor alle slaphed en traagheid. 93) Altyd wek die Skrif op tot manlike kloekmoedigheid in die betoning van krag van wil en krag van aksie. 94) Goeie en goed-geleide sport - op hierdie twee sake kom dit aan - kweek uitnemende menslike waardes nie net op liggaamlike gebied nie; in sport skuil ook fundamentele geestelike waardes.

Deur 'n goed-geleide wedstryd word afguns, jaloersheid, selfsug, gebrek aan groepsgevoel (spangees) bestry. Juis in so 'n wedstryd kan mens die kinders daartoe bring om hul vir 'n oomblik honderdpersent in te span, ook by die pogings om onderskeie dinge te leer ken of by die poging om die maksimum van hul „kan” te gee. 95) Die wedstryddrang kan op skool pragtig ingeskakel word. Dit mag nie lei tot onsuiwere jaloers-

92) Tazelaar: Christelike Encyclopaedie V, 249.

93) Romeine 12:11.

94) Exodus 18:25; I Konings 1:42; Psalm 60:14.

95) Waterink: Psychologie van het kind, 137.

heid en tot afguns nie ; 'n sfeer van sportiwiteit , dikwels van skerts moet die geheel beheers. 96) Onderwerping , oefening plig kan op hierdie wyse middel of poort tot 'n hoër gesindheid of besinning word. Sport bevorder nie net tug , soberheid , reinheid nie , maar dit is ook 'n middel tot ridderlikheid. 97) Sport is 'n uitnemende saak.

Die verskil tussen spel en sport is dat die sport 'n spel moet heet waarby dit gaan om vergelyking , om die meet van kragte. Die spelvorm uit hom daarby in die juiste sportiewe gedrag. Word hierdie gedrag nie gehandhaaf nie , dan verwyder sport hom hoe langer hoe meer van spel. Die lewensblyheid van sport as spel , die onbevangenheid van bewegings , die „afreageer" van baie spannings , die toets van homself (en andere) in selfbeheersing (word die wedstryd nou gewen of verloor) , eerlikheid, deursettingsvermoë , konsentrasie , intelligensie , vaardigheid en gemeenskapsgevoel , maak sport tot 'n beter geneesmiddel as alles wat die arts aan middels sou kan voorskrywe. 98)

Wie hierdie dinge so insien , is ook in staat om die omvang van die sportverwording in hierdie tyd in sy ware perspektief te sien. Die ware sport het 'n hoogs opvoedkundige betekenis ; dit is as 't ware die kroon op die opvoedingswerk wat vooraf gegaan het. Sport is die mees gewilde en tegelykertyd die mees gevaarlike onderdeel van liggaamlike opvoeding ; dit is 'n onderdeel waar die liggaamlike opvoeding 'n uitnemende gebruik van kan maak , maar wat terselfdertyd die posisie van liggaamlike opvoeding self in die gedrang bring. Daarom moet die liggaamlike opvoeding steeds daarteen waak dat dit nie in die greep van sport geraak nie ; en veral nie in die greep van ontaarde sport nie wat 'n doel op homself geword het , 'n soort aktiwiteit wat niks gemeen het met gesonde opvoeding nie. 99)

Maak mens op korrekte wyse by liggaamlike opvoedingswerk gebruik van hierdie onderdeel , dan plaas mens die leerling voor steeds groter wordende moeilikhede ; mens doen 'n beroep

96) Waterink : op.cit. , 136 ; cf. van der Leeuw : op.cit., 104

97) de Hartog : Modern Heidendom , 88.

98) van Asch : op. cit. , 38.

99) Hébert : De Sport , 17.

op sy energie , op sy wil om te oorwin of om beter resultate te verkry ; laat hom stry met ander. Al hierdie eienskappe vorm die diepste wese van die sport. Hoe ouer die kind word , hoe meer sal die sporadiese speelaktiwiteite oorgaan in georganiseerde sport in sy verskillende vertakkinge , wat dan ook die ernstige aandag behoort te geniet. 100)

Die egte sport is dus in sy diepste wese opvoedend. Bowendien word dit oorheers deur die nuttigheidsbeginsel wat sport in die regte spoor hou en bolet dat daar 'n afwyking sal woos na die fantastiese , die kunsmatig verwronge of 'n ydele poging tot kragtoere. Van alle buitensporige en van allerlei eksesse word sport teruggehou deur 'n by uitstek opvoedende element : m a a t. Met ander woorde : 'n bepaalde roël omtrent die vereiste inspanning word vasgestel , afgemoot na elkeen se „kan“ en ook die hoeveelheid van die herhaling word beperk. Ten slotte word die rigting van sport deur die groot beherende , morele idee : a l t r u i s m e bepaal. Hieruit volg dat die gevaar wat in 'n suiwer en uitsluitende liggaamsontwikkeling geloë is , afgewend word.

As sport die drie remmingsfaktore wat dit in die goeie rigting hou : doelmatigheid , maat en altruïsme mis , dan is die opvoedende krag daarmee heen. Dan kan dit van 'n opvoedende element tot 'n skadelike , 'n verwoestende faktor word. 101)

By 'n vergelyking van die sport soos dit teenswoordig opgevat en beoefen word , spesiaal in die eksesse , en die doeleindes met die gesonde liggaamlike opvoeding en sy doeleindes , bestaan daar teenstellings wat van besondere belang is vir liggaamlike opvoeding wat op Christelike lees geskoei is.

In die eerste plek gebruik liggaamlike opvoeding die oefening as middel ; die nodige inspanning en die hoeveelheid van arbeid wat gelewer moet word , word afgemoot na elkeen se kragte. Solank die ontwikkeling nog nie voldoende is nie , word die prestasie op die agtergrond geskuiwe. By sport is die oefening nie middel nie , maar doel. Slegs die tegniese „kan“

100) Keyter : Opvoeding en Onderwys , 161.

101) Hébert : op.cit. , 21.

het waarde. Mens is doende om te presteer , om 'n bepaalde afstand in korter tyd te kan aflê , om so hoog , so ver as moontlik te kan sprin , gooi en dergelike. 102)

Waar die liggaamlike opvoeding daarna strewe om alle kragte en gawes so volmaak as moontlik te ontwikkel , streef sport na spesialisasie ; dit pas meestal slegs een bepaalde , een soort oefening toe. Daar word selfs nadruk gelê op die feit dat enige andere oefening die verkreeë resultaat van die bepaalde sal benadeel ; niks mag die verwesenliking van die prestasie hinder nie.

Die opvoeding rig hom tot almal , naam juis die middelmatige en swakkere (die meerderheid) in aanmerking en bring hulle langs die weë van geloidelikheid daartoe om die maksimum van hul ontwikkeling te verkry sover as hul gestel dit toelaat. Sport soek by voorkeur die sterktes uit , soek na hulle wat van nature uitstekende hoedanighede en vermoëns het. Gewoonlik gaan vir die ontwikkeling nie eers 'n lang tyd van voorbereiding vooraf nie.

Die swakkes wat nie daarin slaag om 'n sekere graad van volkomeheid reeds in die aanvang te verkry of om die vereiste inspanning en die vermoënisse wat die voorbereiding van 'n proef eis , vol te hou nie , sal hul afkeer van sport , of hul sal dour oorvermoeionis daarvan moet afsien. Hulle sal daar dus nie in slaag om hulself te ontwikkel nie , hul sal daar selfs nie sterker van word nie.

Die liggaamlike opvoeding gee 'n onderwys in ooreenstemming met die eise wat gestel moet word in verband met matigheid , skoonheid , alle voorskrifte van die higiëne ; die toepassing hiervan is van die allergrootste belang vir die jeug. By sport is gesondheid in geen deel die grootste sorg nie ; harding , temperatuursveranderinge , is algar kontrabande — die kampioen eis 'n kunsmatige versorging.

Die liggaamlike opvoeding sal steeds trag om die gevonde tekortkomings aan te vul ; mens probeer om die vermoëns onder-  
102) Hôbert ; op.cit. , 22 - 27.

ling gelyk te maak en juis die oefening waarvoor mens die minste geskik is , word doelbewus flink onder hande geneem. By sport hou mens krampagtig vas aan die beoefening van daardie een item , waar mens in die aanvang alreeds so 'n sukses mee behaal het. Sport het dan ook slegs 'n baie beperkte kader van oefeninge , wat steeds dieselfde is en wat uitgevoer moet word volgens onveranderlike reëls.

Liggaamlike opvoeding probeer om 'n volledige wese te vorm; dit eis 'n minimum bekwaamheid in elke soort uit verskillende oefeninge 103) ; by sport is dit voldoende om een buitengewone prestasie te volbring en al sou mens ook in alle andere soort oefeninge niks kan presteer nie , tog word mens toegejuig as 'n wese met 'n buitengewone liggaamlike bedrewenheid. 104)

Die liggaamlike opvoeding probeer om die massa op te voed en lê hom nie spesiaal daarop toe om die skitterende begaafdheid van die enkele individu na vore te bring nie ; slegs die resultate wat verkry word deur mense as 'n groep word as waardevol beskou. Sport soek na die kampioen , die uitsonderingswese en offer , om hom te ontdek , desnoods alle andere op.

Sport het morele gevare. 105) As die begrip „maat" 106) van die sport wegval en aan die stryd geen vaste grense gestel word nie , dan is 'n neiging tot strydlustigheid , en in bepaalde gevalle tot liggeraaktheid , baie gou die gevolg. Hierdie laaste terugslag op die karakter is des te groter namate die fisieke vermoedheid , en in die besonder dié van die senustelsel , as gevolg van te sterke inspanning aansienliker is. Die jeug misgematigdheid , is geneig om misbruik van alles te maak. Maak hulle misbruik van die beoefening van hul geliefde sport , dan word hulle ware maniakke. Vir 'n maniak is die minste insident aanleiding om op te stuif en uit te daag. Hy dink slegs daaraan om oor andere baas te kan speel.

Wedywering is 'n uitstekende opvoedingsmiddel , maar dit

- 103) Kohlrausch : „Die beste houding het mens gekry by hul wat aan veelkampe deelneem!" - Lakmaker & Ruurs : op.cit. , 20.  
 104) cf. Natorink : „Hoopie" oor Opvoeding , 555.  
 105) Hébert : op.cit. , 28 - 37.  
 106) Titus 2 : 6. (Statenvoortaling).

moet baie versigtig hanteer word ; dit vereis die uiterste behoedsaamheid. Word dit byvoorbeeld sonder enige beperking en onafgebroke aangewend , sal dit ongetwyfeld skade aan die jeug berokken. Moontlik is die gesamentlike werk 'n groter prikkel as die wedywering teen mekaar. 107) Sport wat aanstuur op 'n individualisme toon 'n agterstand by die idees wat mens as 'n vooruitgang beskou in sake die algemene opvoeding.

Met die optrede in die openbaar , die werk vir toeskouers, en veral die groot menigte , die oordrewe aandag wat aan alle sportgebeure in die pers gegee word , bevind ons ons teenoor 'n aantal groot gevare. 'n Wedstryd werk reeds ydelheid in die hand , 'n openbare vertoning lei tot 'n oormaat van verbeelding. As daar geen publiek is om toe te juig nie , dan kan daar nie in die mate presteer word nie — 'n bewys van sug na roem en bevrediging van ydelheid. Dit alles lei tot 'n gedagte aan die volmaaktheid van wondermense. Dit sou daarom goed wees om 'n baie versigtige gebruik van wedstryde te maak en die kompetisie terug te bring tot die minimum wat nodig is om die vuur van die geesdrif brandende te hou. Wat die vertoning betref — dit is in die geheel nie geskik vir die jeug en boweal nie vir die rypere jeug nie.

Die egte sportgeslag word op skool gevorm. 108) In die skole het sport sterk posgevat. Seer seker sou dit 'n groot voordeel wees , as dit in hierdie milieu 'n goed georganiseerde liggaamlike opvoeding sou aanvul. Helaas sien ons nie orals en altyd die regte samewerking van die aktiwiteite nie ; veelal is die buitemuurse sport onder nie-deskundige leiding georganiseer. Moontlik word daar suksesse behaal , wellig wen die skool daar weer 'n beker mee. Die vraag bly egter : is die liggaamlike opvoeding daarmee gedien ? Is die opvoeding in die algemeen daarmee gedien ? Gaan dit alles nie ten koste van die deelnemers nie ? Is dit nie te veel uit rekordjagtery nie ? Te oordele aan die advertensies van baie skole , skyn dit asof die aantal bekere en rekords deur die skool behaal , sy ver-

107) sic F.W. Sanderson , Engels pedagoog van faam.

108) van Asch : op.cit. , 38.

naamste aanbeveling is. As gevolg daarvan word dan ook dikwels spesiale beurse aan belowende „sportmanne" toegestaan om hulle maar net op die rol van die skool te kry. Daardeur word sport as 'n advertensiemiddel gebruik en hou dit op om 'n opvoedingsmiddel te wees. Daardeur word dit 'n vloek vir die individu sowel as vir die volk in plaas van 'n seën. 109)

Die hele sportorganisasie sou dus direk onder die deskundige leiding moet val, sodat wat met liggaamlike opvoeding opgebou word, nie deur sport weer afgebreek word nie. 110) Dan sal daar ook nie so gou sprake kan wees van die ernstige fout wat deur baie skole gemaak word, te wete die oordrywing van een vertakking van sport (byvoorbeeld rugby) en die totale verwaarlosing van alle andere nie. 111) Uitsluitlike beoefening van sport, veral op skole, werk anti-opvoedend. 112) In die algemeen laat die deelnemers elke voorafgaande ontwikkeling na om hul uitsluitlik aan hul geliefde sport te wy — ons dink in hierdie verband ook aan die (Laerskool-)leeftyd waarop dit reeds 'n aanvang neem 113) —, sodat hier van die begin af die groot fout van spesialisasie gemaak word. Die volwassene is gevorm en kan op sy leeftyd die vrugte van sy leertyd pluk en geniet, ook op die terrein van die sport; die jeug daarenteen moet nog gevorm word. Word hier nie gewerk volgens die beginsels van die geloidelikheid nie, dan kan, indien nie dadelik nie, dan tog later ernstige moeilikhede verwag word. Dat die natuur ook hier nie met hom laat spot nie, sien ons aan die aantal persberigte omtrent plotselinge sterfgevalle van jeugdige persone juis van dié wat baie aan sport deelgeneem het; selfs die dood tydens wedstryde is nie 'n uitsondering nie. Dit moet tog stem tot nadenke oor die werklike waarde. En watter waarborg het ons daarby van die gunstige eienskappe soos aangekweek deur ware sport, ook in die geval van ontaarde sport? Dieselfde geld selfs vir die ware sport; dikwels kan mens baie onsportiewe dade waarneem by persone wat juis sport

109) Keyter : op.cit. , 161.

110) Wouters en van de Hulst : Verdieping en belijning, I, 18.

111) Keyter : op.cit. , 162.

112) Hébert : op.cit. , 47.

113) vide Verslag Congres '39 , 51.

hoog op die hart dra. In die geskiedenis kan mens selfs volkstamme aanwys wat so alom bekend staan om hul sportiewe karakter en gedrag en wat nogtans baie onsportiewe dade gedoen het, en nog steeds doen.

Corruptio optimi pessima — met alle waardering vir sport kom ons tog tot die historiese besluit dat ons hier met 'n ont-aarding te doen het : van mensvorming tot vakwedstryd, van die sin van die kwalitatiewe oefening tot die onsin van die kwantitatiewe jag. 114) Die belangstelling word nie meer gekonsentreer op die inhoud van karaktervorming nie; die spanning rig hom tans op die uiterlike kykspel, wie dit gaan wen in anolheid, behendigheid. Die wedloop gaan met weddenskap gepaard. Die algehele belangstelling word gerig op die liggaam as die een-en-al. Hier oorwoeker die verheerliking van die lyf, van die stof, van die laer mens en sy natuur. Hier word die kragte van liggaam, siel en gees vermors uit winsug en roemsug. 115)

Huizinga praat van puerilisme waaronder hy verstaan die houding van 'n gemeenskap wat hom onmondiger gedra as die staat van sy onderskeidingsvermoë hom sou veroorloof, wat in plaas van die seun tot die man op te groei sy gedragswyses by dié van die seunsleef tyd aanpas. 116) Hierdie puerilisme uit hom op tweërlei maniere : in aktiwiteite wat as ernstig en gewigtig geld, maar heeltemal van spelkwaliteit deurtrokke is, en in aktiwiteite wat as spel geld, maar deur die wyse waarop dit beoefen word, die ware spelkwaliteit verloor.

Ook in die sportiewe het op menige wyse die hedendaagse puerilisme binnegedring, naamlik as die kompetisiiewese vorme aanneem wat in die belangstelling die geestelike heeltemal op die agtergrond dring. Dit dreig om binne te sluip met die oormatige organisasie van die sportiewe self, en met die oormatige betekenis wat sportnuus in die dagblaaie vir baie mense as geestelike voedsel begin aan te neem. Dit vertoon hom in 'n

114) de Hartog : op.cit., 89.

115) soos in Romeine 1 : 23, waar "die heerlikheid van die onverganklike God verander is in die gelykvormigheid van die beeld van 'n verganklike mens".

116) Huizinga : In de Schaduwen van morgen, 159.

besonder sprekende vorm daar waar die „fairheid" van die wedystryd afstuit op nasionale of ander hartstogte. Sport het in die algemeen die vermoë om selfs sterk nasionale antipatieë tydelik op die agtergrond te dring. Maar dit is bekend, dat daar aan hierdie verheffing bo die sug na eie glorie seer sokorlik iets ontbreek waar die skeidsregter uit vrees vir 'n publieke opstootjie nie meer onafhanklik kan beslis nie. 117)

Die twee sfere van spel en erns raak vermeng. In die gedragswyses wat as erns wil geld, is daar duidelik 'n spellement. Die erkende spel daarenteen kan deur sy tegniese organisasie en dourdat mens dit te ernstig opvat, sy onvervalste spelkarakter nie meer handhaaf nie. Dit verloor die onmisbare kwaliteite van onttrokkenheid, onbevangenheid en blyheid. 118) Die verwarring van spel en erns is van al die kenmerke van die hedendaagse lyding van hierdie tyd ongetwyfeld een van die belangrikste. 119)

Van belang is dit ook om hier die vraagstuk: „sport vir meisies" te bespreek. As die vraag gestel word of dit goorloof is, dan moet mens ook in die oog hou met watter doel dogters sport beoefen. 120) En hier geld dit ook weer: wil mens beoefening van 'n gesonde sport desnoods as afwisseling in die gewone alledaagse bestaan hê of wil mens roem en eer behaal, bewonder word, genot skop uit streling van die ydelheid? Vanselfsprekend is ook vir die meisie sport wat die gesondheid bevorder sonder om in ander opsig ernstige nadeel te veroorsaak, noodsaaklik. Die gesondheid en kuishheid moet hierby ver naamlik in ag geneem word.

Christendom en sport vorm nie 'n teenstelling nie, hulle veronderstel mekaar eorder. 121) Die Christendom is nie denkbaar sonder 'n noulettende sorg vir die liggaamlike lewe nie; derhalwe is alles wat die liggaamlike welstand, wat die volle ontplooiing van alle liggaamsgawes, ook van die vrou bevorder,

117) Huizinga: op.cit., 164.

118) ibid., 166.

119) ibid., 172.

120) Wirtz: op.cit., 134.

121) ibid., 136.

ointlik Christenplig.

Samevattend kan ons opmerk dat dit - ook hier - weereens gaan om die bedoeling , die sfeer , die gees wat daar hoers on nie om die oefenstof as sodanig nie. Hier is selfs nie iets „hoër" en „laer" bedoel nie , maar 'n anders gerig-wees. Is die rigting werklik anders , dan is 'n afsonderlike voortsetting wenslik , selfs noodsaaklik. 122) By die wedstryde moet mens 'n ander toetssteen kies wat die belangrikste elemente waaruit die liggaamskrag bestaan , laat uitkom. 123) Hébert doen aan die hand om die toeskouers van die vold te jaag , dié van wie maar net die inspanning van hul stembande as aanmoediging gevra word 124) , en om dit aan „kermisklante" oor te laat om 'n vertoning te gee.

#### d. Amateurisme en professionalisme.

In die loop van die vyfde eeu voor Christus het in Griekeland waar wedstryde en oefeninge steeds as heilig beskou is , die verskynsel beroepsatletiek ontstaan. Oorspronklik is onder andere Euripides , bekende treurspeldigter , vir hierdie beroep opgelei , maar reeds spoedig het hy hom met weersin van hierdie bedryf wat sy fyn en digterlike gees onaangenaam gestem het , afgekeer. Hoe dit daar onder die atletegroep toegegaan het , beskrywe hy duidelik in die bekende reëls : „Van alle rampe oor Griekeland is die geslag van atlete die ergste van wie niemand iets goeds geleer het of kan leer nie". 125) Die feit dat beroepspolers , ook uit die buiteland aan die wedstryde kon deelneem , het aan die heilige groot afbreuk gedoen. Die heilige het heidens geword.

Ook in ons tyd is die groot swak plek in sport die professionalisme. Veral in die laaste jare is daar 'n neiging om die verskillende spele en sportsoorte te professionaliseer. Terwyl die amateur 126) 'n kuns , 'n stokperdjie of selfs 'n beroep uitoefen uit liefde vir die kuns , stokperdjie of beroep , of son-

122) van Asch : op.cit. , 41.

123) Hébert : op.cit. , 56.

124) van der Hoop : op.cit. , 12.

125) Hecker en Heyn : op.cit. , 14.

126) van die Latynse werkwoord : amare - om lief te hê.

der om betaling daarvoor te ontvang , maak die beroepspeler sy bestaan uit een of ander sport of kuns. As ons ons oorgee aan enige liefhobbery , doen ons dit gewoonlik omdat ons daarin belangstel ; die grootste genoeë kan uit hierdie oorgawe geput word. Ons hoef nie in kompetisie met ander te tree nie , want ons soek nie enige voordeel , van watter aard ook al , daaruit nie.

By die verskillende takke van sport is die betekenis van amateur verskillend ; dit is die reglement van die beherende organisasie van elke tak van sport wat gelees moet word om die juiste status of plek van 'n amateur in die besondere tak te begryp. Daar is takke waar amateurs en beroepspelers saam in een span kan speel (27) , in ander gevalle mag amateurs vir professionele verenigings speel , die omgekeerde kan nie toegestaan word nie tensy met toestemming van die beherende organisasie ; en dan is daar nog takke van sport waar dié wat behoort tot die een seksie beslis nie kan deelneem aan wedstryde van die ander seksie nie. Watter reëls daar ook al mag opgestel wees , die feit bly , dat daar takke van sport is waarin dit moontlik is dat een goeie skop van 'n bal 'n bepaalde vereniging 'n burgerman se vermoë oplewer of een vergeefse duik na dieselfde bal die vereniging 'n finansiële skade toebring wat nie met drie syfers uitgedruk kan word nie.

Dit het geen betoog nodig nie dat die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding hom ten sterkste moet keer teen die beroepspeler (28), daarby wel besoffende dat dit eintlik nie die sport of selfs nie altyd die sportmens kwalik geneem kan word nie , want die skuld lê gewoonlik by hulle wat nie aan sport meedoen nie. (29) Die funeste gevolge het gekom van die massa wat iets in sport sien , nie om te doen nie , maar om na te kyk. Slim sakemonse het spoedig ingesien dat mens hier geld kan verdien ; waar die massa is , is geld. En so breek die tyd aan dat sport aan hulle behoort wat iets daaruit verdien. En die beroepspeler is gewillig om in diens te tree - hy laat hom

127) byvoorbeeld krieket.

128) I Korinthiërs 10 : 7 ; Génesis 3 : 19.

129) van Asch : op.cit. , 39.

betaal. Dit is die resultaat van ~~sport~~ wat deur vertoning ont-  
 aard is. 130) Hulle wat die sport dan beoefen, doen dit nie  
 meer om hul in sekere opsig te ontwikkel of ten bate van hul  
 gesondheid nie, maar louter om geld.

Die beroemspeler oefen in die geval 'n beroep uit wat bo  
 alles slegs natuurlike gawes vereis en in verskillende gevalle  
 slegs 'n onbeduidende voorbereiding; hy profiteer van sy aanleg  
 en sy betreklike superioriteit in oefeninge wat in wese uiters  
 eenvoudig is.

Dit is om te betreur dat een van die beste en skoonste  
 onderdele van liggaamlike opvoeding weereens in die Geskiedenis  
 op so 'n liederlike wyse misbruik word; dit is betreurenswaardig  
 dat in hierdie gevorderde een genoeg volwasse mense gevind kan  
 word wat nie meer die onderskeid raaksien tussen arbeid 131) en  
 spel, tussen inspanning en ontspanning, tussen roeping en  
 vermaak, tussen die moet en die mag nie; mense wat die waardes  
 in die lewe volkome omgekeer het; mense wat van 'n - met betrek-  
 king tot die wêreldgebeure - onbeduidende vorm van ontspanning  
 'n beroep gemaak het en daarin 'n oordadig goeie bestaan vind -  
 'n lowenstaak met 'n lukratiewe bestaansmiddel.

Naas die ware beroemspeler ken ons vandag ook nog die  
 kwasie professionalis, en na aanleiding hiervan is daar 'n groot  
 huigolary in die wêreld. Hierdie figuur staan nie as 'n beroep-  
 speler bekend nie, maar trag tog om op slinkse wyse sekere  
 voordele uit die deelname aan sport te bekom, hetsy bestaande  
 uit 'n regstreekse betaling, terwyl hy bowendien 'n betrekking  
 beklee op 'n kantoor, fabriek, ensovoorts, of bestaande uit  
 voordele langs omweë. Prestasies op sportgebied het 'n aanbe-  
 voling geword vir welke betrekking in die maatskappy dan ook.  
 En so mag dit wees dat die kwasie professionalis groter loon  
 ontvang as die openlike beroemspeler. Tot selfs in onderwys-  
 kringe het hierdie verskynsel deurgedring. Vanselfsprekend is  
 daar niks verkeers in as van twee kandidate alle eienskappe  
 en kwalifikasies nagenoeg dieselfde is en een van die twee is

130) Hébert : op.cit. , 44.

131) Psalm 104 : 23 ; Exodus 23 : 12.

bowedien 'n ware liefhebber van gesonde sport om aan die voorkeur te gee aan die „filagoon" ; maar daar is gevalle van onverdiende promosie in die professie as gevolg van prominensie in sportverslae. Gevolglik is dit die taak van die liggaamlike opvoeding om aandag te skenk aan die volgende twee punte : in die eerste plek moet dit die jeug op die verkeerde in 'n dergelike handelswyse wys. Op hierdie manier hou sport die jeug van die werklike arbeid af ; die lewenstaak kom eerste , daarna gesonde sport as 'n weldadige afwisseling van die taak ; nooit mag sport die bedoeling inhou om daaruit ekstra voordole te geniet nie. In dié geval sou daar nie langer van 'n wesenlike onderskeid tussen die amateurisme en professionalisme sprake kan wees nie , slegs van 'n degenerasie van elke morele idee by sport. Sport voed op óf tot die goeie óf tot die kwade ; dit hang heeltemal af van die manier waarop dit opgevat word. Hierin lê 'n groot geheim. Hulle wat die jeug aangespoor het om sport te gaan beoefen soos dit teenswoordig opgevat word , het daarmee , aangesien hulle die vraagstuk van liggaamlike opvoeding in sy geheel nie oorsien het nie , 'n baie groot en ernstige fout begaan. 132)

In die tweede plek moet die „benoemende owerheid" tordoë besef dat te groot nadruk op sportbekwaamhede nadelige gevolge kan hê. Dit sal nie net daarmee liggaamlike opvoeding in die pad staan of verkeerde indrukke van lewenswaardes skep nie , maar tegelykertyd blyk gee van die onkunde dat besit van natuurlike gawes , soos deur God in bepaalde persone gelê , dat aanleg in 'n sekere rigting , nie noodwendig en vanselfsprekend begaafdheid op alle ander gebiede in die lewe beteken nie. Sport op homself is alreeds te populêr as dat dit die ekstra prikkel tot beoefening sou nodig hê.

#### e. Ondersoek , Toetsing en Moting.

Die mens het baie aspekte 133) en dit is noodsaaklik om by die opvoeding die nodige kennis van die verskillende aspekte te dra. Stoods sal daar weer onderwerpe gevind kan word wat van

132) Hébert : op.cit. , 54.

133) vide Afdeling A , Hoofstuk III , § 1 , p.38.

belang is om ondersoek te word. Die praktyk kan deur die ondersoek bevestig , goedgekeur , maar ook afgekeur word.

As ons ons bepaal by die suiwer liggaamlike , moet byvoorbeeld rekening gehou word met die feit dat nie alle mense ewe sterk gespierd is nie ; ook met die beste oefening kan die swakgespierde dit nooit so ver bring as die ander wat oor meer spierweefsel beskik nie. Dit is die tegniese ondersoek wat die gegewens hier kan verskaf. Hiernaas kon ons ook 'n mediese ondersoek. Mediese keuring is noodsaaklik vir algar wat die verskillende vorme van liggaamsoefening , veral sport , reëlmatig en sistematies wil beoefen. Dit kan voorkom dat die mens een of ander gebrek het wat dit vir hom noodsaaklik maak om hom , desnoods tydelik , van ekstra liggaamsinspanning te onthou. Dikwels doen die geval hom voor dat die hart by die deurmaak van een of ander kindersiekte gelyk het ; die gevolge kan in so 'n geval noodlottig wees as nagelaat word om die hart geruime tyd rus te gee.

Beoefening kan direkte skadelike gevolge hê , byvoorbeeld ongevallen (ook as gevolg van swak plekke in die sisteem) , maar daarnaas ook indirekte skade meebring , as gevolg van 'n te groot inspanning van daartoe nie toereikende kragte nie. Veral in verband met die laasgenoemde gevolge moet pogings aangewend word om die skade te voorkom. Vir die sterk inspanning van kragte is dikwels 'n groot inspanning van die wil nodig ; dit is hierdie inspanning van die wil wat gewoonlik die normale remming deur die vermoedheid opsyskuiwe. In so 'n geval is dit dus noodsaaklik om bepaalde grense vir die bepaalde gevalle te stel. Hierdie beoordeling is besonder moeilik en kan slegs betreklik wees , maar dit mag nie verhinder dat in die meeste gevalle tog wel 'n oordeel gevorm kan word of 'n liggaam slegs teen gewone inspanning bestand is of 'n maksimale inspanning soos dit by wedstryde voorkom , goed kan verdra. Hierby moet mens nie altyd dink aan 'n „wedstryd in optima forma" 134) nie ; ook by die gewone oefenspel kan die onderlinge wedywering so intensief word dat die

134) Siegenboek van Heukelom : Sportkeuringen (uit : Na 75 jaar , 251.)

inspanning net so erg is as by 'n groot offisiële wedstryd. Een en ander hang nie net van die omstandighede af nie , maar ook van die aard van die individu.

Dit is dus nie slegs by die oefen vir groot wedstryde en die nastreef van 'n kampioenskap dat die mediese keuring , voorsorg en toesig nodig is nie ; die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding , met die groot respek vir elke individuele wese en lewe , kan op prinsipiële gronde die noukeurige mediese ondersoek slegs toejuig ; en nie net 'n keuring voor die aller-eerste oefening nie : 'n goeie keuring is eers volledig en betroubaar as die leerlinge wat by die eerste keuring tot die oefeninge toegelaat is , later nog weer 'n keer gekeur word. Die oorkoming van die praktiese moeilikhede by die organisasie hiervan is dit wel word.

Ook van die mediese kant word die behoefte aan fisiologiese ondersoek gevoel , sowel van bio-fisiese as van bio-chemiese aard. Hierdie ondersoek lewer die kennis omtrent die invloed wat daar van tal van oefeninge uitgaan op die verskillende fisiologiese funksies , soos asemhaling , bloedsomloop , spysvertering , stofwisseling , uitskeiding , hormoneproduksie , die invloed op die sensustelsel en vermoeidheid deur spierarbeid veroorsaak. Sommige van hierdie ondersoekings kan nie meer sonder die nagaan van die invloed van liggaamsoefeninge op bepaalde funksies voltooi word nie. Ons dink hierby ook aan die gebied van die bewegingsleer ; hier moet die anatoom en die fisioloog mekaar die hand reik. Die studie van die werking van spiergroepe by bepaalde bewegings , die koördinasie van die spierwerkings , die bewegings in die gewrigte , die ekonomie van die bewegings , verskaf geleentheid tot gemeenskaplike arbeid. Veral op hierdie gebied is daar nog te veel onsekerheid. 135)

Die aanrakingspunte tussen liggaamlike opvoeding en antropologie is legio. By die studie van die groei , by die ondersoek na die invloed van liggaamlike opvoeding in die algemeen en van bepaalde vorme van liggaamlike oefening in die besonder op die

groei-proses en op die instandhouding van die goeie liggaamsvorm by die volwassene, is die antropometrie 'n amper onontbeerlike hulpmiddel. Na aanleiding hiervan kan mens pragtig en geslaagd rekening hou met individuele konstitusionele eienaardighede, heeltemal na die aard van die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding. Die liggaamlike opvoeding het behoefte aan fisiologiese en statisties-somatometriese ondersoek na die invloed van die verskillende vorme van liggaamlike arbeid op sowel die fisiologiese funksies (op verskillende leeftye, by albei geslagte en by verskillende konstitusiotipes) as die groei.

Al die verskillende soorte ondersoek sal 'n beter insig verskaf in watter maniere die waarde van die onderskeie metodes en stelsels beoordeel kan word, op watter maniere mens te werk moet gaan om die beste resultate van die opvoeding te verkry.

Eienskappe wat gewoonlik gemeet word, is: krag, snelheid, uithouvermoë en behendigheid. Dit is dus duidelik dat hierdie metings met die resultate nimmer die doel van liggaamlike opvoeding mag word nie (die nadruk sou weer te veel gelê word op prestasie); daarby mag mens nie uit die oog verloor dat 'n persoonlikheid in sy totaal net so min in getalle uitgedruk kan word nie. Die doel van die metings moet daaruit bestaan, naamlik dat dit 'n bydrae is tot die sekerheid van die korrekte toepassing van die oefenstof. Ten slotte moet die uitslae van die metings as vertroulik beskou en behandel word, ter voorkoming van onderlinge vergelyking.

#### f. Demonstrasie en Vertoning.

Teenswoordig is daar amper geen skoolfunksie nie of liggaamsoefeninge staan op die program. Oppervlakkig gesien kan hierteen geen die minste beswaar gemaak word nie; dit kan slegs bydra tot die verhoging van belangstelling in die onderhawige deel van die opvoeding. Tog is daar 'n paar punte waarteen op prinsipiële gronde sekerlik beswaar gemaak kan word; vandaar dat ook die behandeling hiervan in hierdie verhandeling tuis behoort.

Onder 'n demonstrasie verstaan ons 'n praktiese verduideliking; dit kan wees van 'n les in sy geheel, van 'n gedeelte van

in les , van die opbou van in les , die gebruik van in apparaat , sodat belangstellendes in ware indruk kan kry van die inhoud van die werk , van wat leerling tydens in les doen ; kortom hoe die leerlinge hul opvoeding ook in hierdie rigting ontvang. Gewoonlik stel die ouers baie belang hierin. In sekere sin stel dit hulle ook gerus , veral as hulle self kan sien dat hul kind, wat hierdie vak betref , in vertroude hande geplaas is , in veilige omgewing verkeer.

In Mooi demonstrasie van liggaamsoefeninge op in oueraand of selfs op in publieke byeenkoms , ter opluistering van die geleentheid , beteken in verering van die vak. Ook is dit goed as vakmense onderling met hul leerlinge demonstreer ; as een vakman wat werklik iets het om te demonstreer , sy kollegas uitnooi om in demonstrasie te kom bywoon. So iets kan in verbetering van die vak beteken.

Ter wille van die publiek ontaard helaas in demonstrasie maar al te gou en al te dikwels in in vertoning. Die onskuld en die vryheid van die demonstrasie is gewoonlik daarmee heen ; met allerhande faktore word rekening gehou , as gevolg waarvan die toeskouer in valse beeld van die werklikheid kry. Moontlik is vir die buitestaander die werklikheid nie interessant genoeg om na te kyk nie , maar dit gee die leerkrag nie die reg om die „hors d'oeuvre" as in hele maaltyd aan te bied nie , of om sy oefenstof in te rig op die bevrediging van die sensasielust van die massa nie. Wesenlik beteken dan in vertoning in verlaging van die vak , in baie gevalle tot die peil van kermisakrobatiek. Op prestasie word te dikwels in hierdie geval ook weer die nadruk te sterk gelê en veral waar die toeskouer aanwesig is , kan dit by die opgroeiende kind in ongesonde eersug prikkel. 136)

Onnodig om hierby te vermeld dat by enige optrede vir en in die publiek besondere aandag geskenk moet word aan die kleding van die deelnemers. Wat tydens in gewone , intieme les nog toegestaan sou kan word , moet beslis agterweë bly ingeval daar toeskouers aanwesig is. Gedagtig aan die veelvuldige aanleiding 136) Psalm 10 : 14 (Statonvertaling) ; Jereia 48 : 29.

tot sonde wat ook die liggaam gee , moet die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding steeds trag om nie so na as moontlik aan die grens van die ongeoorloofde te werk en te leef nie , maar ook waak teen die skyn van die kwaad. 137) In die volgende paragraaf sal die seksuele vraagstuk afsonderlik behandel word ; ons volstaan hier met die opmerking dat dit vir die toeskouer funèls kan wees om onledig 138) langs die kant te sit en kyk na bepaalde vorme van liggaamsoefeninge.

Aan die ander kant ontvang die jeug met die vertoning ook dikwels 'n verkeerde opvatting omtrent liggaamsoefeninge en dit kan van ongunstige betekenis wees vir die toekoms van die vak , 139) afgesien van die feit dat dit anti-opvoedend is. In die besonder doel ons hier op skole waar die beoefening van enige vorm van liggaamsoefening gedurende die hele jaar amper gemis word , maar aan die einde van die jaar die leerlinge plotseling in 'n kort tydjie afgerig moet word , spesiaal vir die vertoning, of waar gedurende die hele jaar in die werk rekening gehou moet word met die komende publieke vertoning. Dit kom dus neer op 'n misbruik van liggaamsoefeninge , iets wat by 'n korrekte opvatting van liggaamlike opvoeding nie tuis behoort nie.

'n Demonstrasie behoort dus werklik die voorkeur bo 'n vertoning te geniet , ook gesien die belangrike feit betreffende die voorbereiding : 'n vertoning vereis steeds spesiale afrigting, terwyl 'n demonstrasie feitlik enige tyd gegee kan word. Hoe minder voorbereiding , des te natuurliker sal die demonstrasieles verloop ; des te meer sal die belangstellende toeskouer dit geniet ; des te beter sal die persoonlikheid van die kind tot sy reg kom ; des te hoër waarde sal daar uiteindelik geheg word aan hierdie belangrike deel van die totale opvoeding.

#### g. Die Seksuele Vraagstuk en Liggaamsoefening.

Ons lewe is 'n liggaamlike lewe en dit kan nooit vol en

137) I Thessalonicense 5 : 22.

138) cf. II Samuël 11 : 2.

139) gewoonlik is gimnastiek die slagoffer : meesal nie so populêr as die ander vorme in gebruik by die liggaamlike opvoeding nie , maar tog die onderdeel by uitnemendheid om op die feesprogram gelaas te word.

skoon word as die liggaam nie mag meetel nie. 140) Die liggaam kan die werktuig wees waardeur die gees sy uiting vind ; dit moet onder tug gehou en aan die gees diensbaar gemaak word. Maar ons moet die liggaam verstaan en in goeie kondisie hou. Word die liggaam verwaarloos , dan druk dit op die gees , want die gees moet hom deur die liggaam uit en daarom het alle kragte wat in ons liggaam woel , betekenis en waarde. Tot hierdie kragte behoort onder andere die seksuele. Juis die seksuele lewe toon hoeseer die mens as 'n eenheid geskape is en as 'n eenheid handel. 141) Te dikwels word die seksuele , wat die geslagslewe betref , los van die geestelike , suiwer liggaamlik gesien. 142) En hier lê een van die oorsake wat tot 'n seksuele noodtoestand waaronder die jeug , vernaamlik die rypende 143) jeug ongetwyfeld verkeer 144) , gevoer het. Die verband tussen die enger seksuele en die geestelike ryping is te veel uit die oog verloor. Om tot geslagtelikheid te geraak , is geestelike ryping eweseer nodig as liggaamlike. Die liggaamlike sonder die geestelike voer tot prostitusie van die liggaam in al sy verskeie vorme , soos geestelike ryping sonder die liggaamlike tot oksaltasie en ekshibisie voer , albei in oordragtelike betekenis. As die seksuele noodtoestand beëindig moet word , dan moet dit kom tot 'n harmoniese ryping van beide „liggaamlik- en geestelik-syn" ; tot 'n harmoniese opvoeding van albei waarby die gees rekenskap gee van die liggaam en die liggaam hom onderwerp aan die gees ; en nie een van albei vir homself na die bevrediging soek wat uitsluitend vir hom moontlik is nie.

Die seksuele is op homself goed , het onmiddellike betekenis. Ook die „seksuele-vir-sig" vorm 'n deel van dieselfde mens wat God , as na Sy beeld en gelykenis geskape , goed genoem het. Dit is 'n wonderlike bestel , ook deur God geskape en aan-

140) Gray : Als man en vrouw , 14.

141) van Asch : op.cit. , 7.

142) van der Spek : Seksuele nood , 13(Zedelijkheidsvraagstuk).  
van Asch : loc.cit.  
Keyter : op.cit. , 297.

143) Rypend sien op die liggaams- en sielsprosesse wat besig is om te ontwikkel , die geestelike en liggaamlike wysiging tot geslagsrypheid.

144) van der Spek : op.cit. , 12.

gesien en geprys as goed , waardeur ons Skepper , God , ons gemaak het tot skeppers van nuwe lewe , tot skeppers van nuwe heerlijkheid , tot skeppers van mense wat Gods beeld dra en uitdruk. 145) Hierdie groot , geweldige , majestueuse wat die seksuele , ver weg van die banale , maak tot ryke skeppingsmoontlikheid van die mens , lê aan die oorsprong van ons bestaan.

En nou is hierdie grootse gekoppel aan die mees voor die hand liggende , die mees heftige sinneprikkeling wat aan die mens geskenk is ; 'n sinneprikkeling waarin die hele liggaam op 'n biologies uitermate geraffineerde wyse betrokke kan word. Daar is geen ander orgaan of organestelsel van die menslike liggaam wat , so spoedig as die prikkeling ook maar eens die meganisme in beweging bring , so dring en dryf tot uitloeiing , tot beëindiging nie. En dit met 'n sodanig onge verknoping van die suiwer , bruto , liggaamlike met die subtielste verfynde geestelikheid , dat ook selfs via die laaste die eerste ten slotte sy mag kan laat geld. In die menslike liggaam sluimer die drifte wat baie begerig is om ons voort te dryf , wat daarna hunker om ons mee te sleep sodra die drifte gewok word. Dit is uitermate moeilik om biologiese kragte wat vol gewelddadigheid is te verander , tot niet te maak — hulle bly magtige versoekings ; maar wel kan mens hom verbind om paal en perk te stel aan alles wat die seksuele wakker roep , prikkel , uitlok , uitdaag.

Vanselfsprekend het hierdie besondere nood sy oorsprong in die enige , alomvattende , groot nood van die mensheid : die sonde. Ons moet die geslagslewe sien as 'n deel van die skitterende waarheid van God en nou het die verband tussen die geslagslewe en die sonde van die mense hierdie deel van die lewe vir die meeste bederwe. 146)

In sy goeie vorm vloei uit die bestaan van seks die wedygse aantrekkingskrag voort wat jong mans en vrouens op mekaar uitoefen. Dit is iets suiwer mensliks wat op die hele lewe in-

145) van der Spek : op.cit. , 23.

146) Gray : op.cit. , 23.

van Asch van Wijck : Kan de jeugd , 100(Zedelijkheidsvraagstuk).

vloed het. In die goddelike plan moet dit wel 'n baie mooi en skoon bedoeling hê, gesien die sterk, diep en algemene invloed. Ons seksuele natuur is 'n gawe van God met skitterende moontlikhede van rykmakende ervaring. Daarom is dit van so 'n groot belang om dit nie te misbruik nie. In 'n geheiligde lewe is plek vir die vrye, gelukkige en volle uiting van die instinkte en verlangens wat in ons geslagtelike natuur wortel. Ons moet dit derhalwe aanvaar, maar dan ook 'n korrekte gebruik daarvan maak, en dit nie misbruik nie.

Naas die permanente seksuele misbruik ken ons onder andere dwalinge en foute wat van verbygaande aard is, korrigeerbaar, slegs inherent aan die ontluikende geslagtelike lewe. 'n Tipiese jeugsonde is byvoorbeeld die verskynsel van verhoogde belangstelling in die eie liggaam en die as 't ware uittoetsing daarvan. Verkwistend word die liggaamskrag gebruik en psigiese verstourings kan die gevolg wees. 147) Die ervarings bring disharmonie in die lewe. Die seksuele kan hom verlaag tot dierlikheid. 148) In sy baie vorme van oëspel tot vrye omgang 149) belowe dit genot en hou dit genot in. Dit is nie 'n skyngenot nie, maar 'n wesenlike genot. Die sinlike dring homself brutaal op in allerlei vorme wat spot met distansie en distinksie. Die jeug wil die dinge hê op die oomblik dat hulle verlange daarna het. Dit is die werklikheid van die sonde wat ons met die werklikheid van die feite onder oë moet sien. Maar as ons die werklikheid so sien, dan sien ons ook watter houding ons ten opsigte daarvan moet aanneem. Dit gaan hier om iets wat op homself goed is, maar wat op hierdie aarde, waar die gebrokenheid van die sonde niks meer volmaak laat bly, nooit in volheid gerealiseer kan word nie. 150) Dan word die roeping van elke mensekind om hierdie skone gawe so volmaak moontlik te laat wees. Ons moet bly glo en onvoorwaardelik bly vashou aan die sêde wat nie net glo in en aan 'n ervaring van eeue nie, maar

147) Gray : op.cit. , 63.

148) van der Spek : op.cit. , 23.

149) Cootzoo : Empiriese Opvoedkunde , 192.

150) van Asch van Wijck : op.cit. , 100.

'n innerlike lewenswet is ; dit is vir die Christen skeppingsordinansie. 151)

Die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding het met betrekking tot hierdie vraagstuk 'n problematiese taak. Aan die een kant wil ons die aandag van die liggaam afwend ; aan die ander kant word die aandag deur die werk moontlik juis op die liggaam gevestig. Tog moet die opvoeding in die geheel terdeë rekening hou met die gevare op hierdie gebied. Die seun kan geleer word dat enkele dele van sy liggaam heilig is , dat hy dit met skroom moet behandel en hom tegelykertyd moet hard ; die seun kan denkbeelde bygebring word wat hom kan red , maar daarnaas moet hy met groot stelligheid daarop gewys word dat hy besondere strikke moet vermy. 152)

Voorts is daar enkele voor die hand liggende punte met betrekking tot die juiste behandeling van die liggaam , waaroor die mediese professie dit eens is. Oor die algemeen lei dit tot die slotsom , dat ons 'n eenvoudige lewe moet lei , en ons liggaam op sy ondergeskikte plok moet hou. 153) Meer foute en node van die seksuele lewe is die gevolg van wilswakte as van onkunde ; daarom moet die jongmens gedwing word tot dissipline : by name tot seksuele dissipline. Die opvoeding moet daarna strewe om die oorgang maklik te maak van die onbewuste werking van die biologiese stukragte na en in 'n bewuste kennis en beheersing van die seksuele motiewe.

Die ware geheim tot 'n welgeslaagde stryd om die reinheid word gevind in 'n lewe van gesonde en afwisselende werksaamheid. 'n Sittende en eensame lewe blyk dikwels baie noodlottig ; juis hierby word die aandag so maklik op geslagtelike voorstelling - 'n groot wonderlike gewaarwording vir die jonge lewe - gerig. Die man wat hom in die opwekkende buitelug van die lewe beweeg, bemark dat sy nadelige denkbeelde vervaag en sy gees weer gesond word. 154) Dis goed om goeie liggaamsbeweging te neem , maar

151) van der Spek : op.cit. , 38.

152) Gray : op.cit. , 25.

153) ibid. , 77.

154) loc.cit.

nie te veel nie. Dit is dikwels oorvermoeide mans wat struikel. 155) 'n Ruime plek moet gegee word aan gesonde sport wat , beoefen onder die tug van strenge spelreëls , baie daartoe bydra om die seuns seker van hulself te maak en 'n verstandige veiligheidsklep is vir 'n oormaat aan energie. By gebrek aan liggaamsinspanning neem die geslagtelike prikkelbaarheid toe en styg die kanse op jeugdige bevredigingspogings.

Die moderne tyd ly aan 'n gebrek aan skaamte en die opvoeders sit met die vraag : wat kan nog toegestaan , wat moet sekerlik verbied word ? In Génesis staan dat die mens voor die val nakend was , 156) altwee , die mens en sy vrou , maar hulle het hul nie geskaam nie. Die mens kon voor die val nakend wees , omdat hy rein was ; die seksverskil het deur sy volmaakte reinheid nog nie vat op hom gehad nie. Sedert die val is die vlekkeloosheid egter weggeeneem en beklee die mens sy liggaam omdat hy hom , volgens Adams woord , skaam. Die skaamte mag nie opgehef word , nie omdat mense sê dat dit nie mag , maar omdat God sê dat dit nie mag nie. 157) In die plek van die vlekkeloosheid het die gewete gekom.

In die loop van die eeue het die naaktheid nie steeds dieselfde betekenis gehad nie. In die tyd van die Grieke het mens die naaktheid gesien as behorende aan die bo-wêreld. 158) Om hierdie rede het hulle , die Spartane die eerste , die oefeninge en wedstryde heeltemal nakend uitgevoer. Lang en slopende gewade (die omhulling) was aan die onderwêreld gowy. Ook by die Germane vind ons geleenthede waar naaktheid voorskrif was. Die oudste , uit oorlowering bekende , inheemse dans was die wapendans , feitlik 'n plegtigheid by die meerdorjarigheidsverklaring waarby die jongelingskap nakend en met gevulde spiese tussen skerp swaarde deur godans het.

155) Gray : op.cit. , 87.

Lammerts van Bueren : Seksuele gevaren , 131 (uit: Het Zedelijkheidsvraagstuk).

156) Génesis 2 : 25.

vide Koers in die Krisis II , 92.

157) Jeremia 3 : 3b.

I Korintheërs 15 : 34.

158) Hecker en Heyn : op.cit. , 182.

Die naaktkultuur 159) van vandag is sonder meer skaamte-loos ; op alle moontlike maniere 160) word die valse seksuele belangstelling gewek en gaande gehou. Normaalweg lê by elke rypende individu in die ontwaking van die seksualiteit ook 'n element van erotiek (liefde vir die skone liggaam as sodanig) ; die jongmens word omhooggevoer in sy bewondering van die skone liggaam maar ook verlaag deur die drang tot die sinlike. 161) Maar gelukkig ontwaak gelyktydig daarmee ook die diepere skaamtegevoel wat bewaar teen die sonde. Die skaamtegevoel hou die meeste jongmense weg van ernstige oortreding. Teenoor die slegte invloed van die moderne samelewing kan ons hier die toegewyde arbeid van die ouers , die gesamentlike arbeid van die hele skoolpersoneel en ook die medewerking van die toonaangewende klasse van die samelewing plaas ; dit is die noodsaaklike vereistes vir die bevordering van die gesonde seksuele groei van die jeug. 162)

Liggaamlike opvoeding kan hier ongetwyfeld baie belangrike dienste bewys , mits op besonder noulettende wyse gewaak word teen die prikkeling van die sinlikheid. Die eerbied vir die pronkstuk van die skepping : die mens , die ander mens , die eie mens , die ander se liggaam , die eie liggaam , moet steeds gehandhaaf bly. Alles wat maar enigszins die sinne kan prikkel moet ten alle koste vermy word. Ook in hierdie opsig kan die Calvinisties-Christelike liggaamlike opvoeding stry teen dit wat nie by die mens tuis behoort nie : die sonde , en ontwikkel wat na Gods beeld gemaak en deur Christus herstel is : die ware mens.

Die waaksaamheid teen genoemde prikkeling kan slegs geskied as mens volkome op hoogte is van die gevare op hierdie gebied. Dit kan allereers in die kleding gesoek word. Dis vanselfsprekend dat die eerbaarheid veral van die kleding van die dogter in en buite die liggaamlike opvoeding op dieselfde

159) Bréderveld : op.cit. , 22.

160) vide Keyter : op.cit. , 312.

Engelbrecht : Smeltkroes , Hoofstukke 6 - 12.

161) Coetzee : op.cit. , 193.

162) Keyter : op.cit. , 311.

wyse van geldigheid is. Die feit dat mens aan liggaamsoefeninge deelneem, gee nie 'n vrybrief om daar, wat die kleding betref, losbandig oor te raak nie. As dit goed is, dan moet die vroulike liggaamlike opvoeding die grasia en die reinheid van die vrouelewe laat blyk; slegs dan is dit verhewe.

Voorts behoort daar nadruk gelê te word op aparte lesse vir seuns en dogters. Afgesien van die feit dat mens dan tot 'n gelykvormige behandeling sou geraak en daarmee die ware wese van een van albei partye geweld sou aandoen, met gevolglike verkragting van sekere lewensverskynsels, skending van die lewenseenheid en geweldaandoening van die individualiteit, 163) is dit haas vanselfsprekend dat dit hoogs ongewens is om seuns en dogters terselfdertyd in hierdie vak te onderrig.

Verder is dit nie uitgesluit dat in die oefenstof self ongewenste prikkels mag lê nie. As voorbeelde noem ons die opklim teen pale deur seuns; as by hierdie oefening nie die korrekte tegniek toegepas en daarop die strengste kontrole uitgeoefen word nie, kan die seun 'n ondervinding hê wat ooreenkom met dié van geslagsomgang. Soortgelyke sensasies ondervind die dogter as sy swaai-oefeninge doen byvoorbeeld aan die ringe. Waar dit by die seuns in genoemde voorbeeld aankom op 'n prikkeling van die binnekant van die dye, bring die swaai-oefening by die dogter sekere inwendige, tipies vroulike, organe in beweging en beroering. 164) Op dié manier sou dit dus moontlik wees om juis deur die werk die aandag op die liggaam te vestig, in stede van dit van die liggaam af te lei. Ook kan nie aanbeveel word om seuns en dogters te laat deelneem aan die sogenaamde mense-piramides nie, afgesien van die nut van dergelyke oefeninge". 165) Dit is verreweg die beste

163) Keytor : op.cit., 152.

164) cf. in dié verband die verskillende draai- en sweefapparate, soos in gebruik op die kermis; hierdie apparate is amper algar gekonstrueer met die bedoeling om die geslagswellus by die besoekster op te wek. Ook is dit bekend dat op see, as gevolg van die skommeling van die boot, die moraal van baie vrouens aanmerklik daal.

165) By 'n vertoning deur dame- en manstudente van een van die opleidingskolleges in die provinsie is dit onlangs vertoon dat op 'n bepaalde teken van die „leerkrag" die hele piramide inmekaarstort, sodat albei geslagte deurmekaar liggende op die grond te lande kom. Vir 'n dergelyke onsmaklike gedoente is die publiek nog bereid om hande te klap.

om elke liggaamlike kontak heeltemal te vermy.

Baie van die oefenstof mag bevorderlik wees vir die fisieke gesondheid , maar as daar van 'n bepaalde oefening aangetoon is, dat die beoefening sekere seksuele gevare oplewer , dan moet ons daarvan onverwyld afsien. Die siel bly die vernaamste. Word die siel verwaarloos dan is alle liggaamlike opvoeding van geen nut nie. Doen ons met en deur liggaamlike oefening skade aan die siel 166) , dan sou ons handel in direkte teenstelling met die wil en bedoeling van God. Die woord : „deur Christus gegrepe" geld vir alle terreine van die lewe ; wie deur Hom gegrepe is , is veilig , ook vir die gevare van die seksuele lewe.

h. Noodsaaklikheid van die spesiale opleiding van leerkragte.

Tot slot van hierdie verhandeling nog 'n enkele woord omtrent die opleiding van leerkragte. Ons beperk ons hierby slegs tot die feite wat direkte betrekking op die onderwerp het.

Die opleiding moet steeds gelyke tred hou met die ontwikkeling van die vak ; die praktyk en die opleiding oefen 'n wederkerige invloed op mekaar uit. Danksy die ontwikkeling wat die vak deurgemaak het , het die leerkrag in die liggaamlike opvoeding langsamerhand van 'n tegnikus 167) pedagoog geword wat leiding moet gee aan die totale vorming van die (totale) leerling.

Die liggaamlike opvoeding van vandag kan sonder die wysgerige antropologie nie meer gefundeer word nie en die verdiepte insig in die betekenis en die bestaan van die mens as liggaam , gee genoemde leerkrag 'n eie taak en plek temidde van die beroepsopvoeders. Vanselfsprekend bly die vernaamste deel van die praktyk die ou opdrag , naamlik die versorging van die werktuiging van die mens 168) , maar nou van die mens as geheel. Die opdrag was en is nog steeds van waarde ; deur verdieping en belyning word ewewel die wesenlike betekenis gereeld groter. Die liggaam word nie meer gesien as iets wat 'n passiewe en 'n

166) Markus 8 : 36.

167) vide Afdeling B , Hoofstuk V , § 1 , p.131.

168) Groenman : op.cit. , 240.

aktiewe bewegingsapparaat besit nie , maar as die uitdrukkingsveld van die gees , volgens Calvinisties-Christelike opvattinge tegelykertyd uitdrukkingsveld van die beeld en gelykenis van God.

Uitgaande van die bewegingslewe van die kind het die liggaamlike opvoeding die taak om hierdie bewegingslewe self ook te vorm. Agter hierdie bewegingslewe skuil die lewe in sy geheel. Vandaar dat die student van die hedendaagse liggaamlike opvoeding meer as ooit tevore deeglike kennis moet neem van 'n aantal vraagstukke wat gekies moet word uit die verskillende fakulteite ; deeglike kennis moet verwerf word van die lewensbesef van andere , waardeur dit vir hom moontlik word om self ook tot 'n verantwoorde lewensbesef te geraak.

Die moderne pedagogiese instelling omvat die mens as geheel ; dit is gevolglik die geesteswetenskappe wat die leiding moet gee by die vorming van die leerkragte en nie meer net die mediese of die natuurwetenskappe , soos dit tot dusver vrywel steeds die geval was nie. In die lewe beslis die motiewe en nie die vorme nie. 169)

By die vestiging van die aandag op die lewende totaliteit van die mens moet tewens getrag word om die verskeidenhede wat hierin aangetref word , te verstaan , om in die pedagogiese praktyk so daarmee rekening te hou dat die mens as lewende totaliteit daardeur gevorm kan word.

Dat 'n dergelike opleiding genoegsame tyd vereis , hoef nie betoog te word nie. 170) Dit is 'n fatale gedagte dat die leerling van die laerskool wat betref die versorging van sy liggaamlike opvoeding wel kan klaarkom met iemand wat slegs beperkte kennis , onvolkome ontwikkeling en onvolwaardige vorming besit , en wat hom gevolglik in die praktyk al gou deur die smaak van die jeug self laat lei. Mens kan verstaan dat 'n leerkrag in 'n sekulêre vak vir die laerskool met minder kennis van die bepaalde vak kan klaarkom as sy kollega wat aan die hoërskool werksaam is. So min as aan 'n eerstejaarstudent

169) Groenman : op.cit. , 244.

170) cf. in dié verband die spesiale eenjarige kursus aan die onderwyserskolleges.

in die geneeskunde 'n sertifikaat van bevoegdheid om as kinder-arts op te tree , uitgereik word , so min verantwoord is dit om die nie-volledig opgeleide in die liggaamlike opvoeding op die jeug van die laerskool los te laat.

Ons het gesien dat volgens analities-sintetiese metode alle aspekte van die mens bestudeer moet word 171) ; met minder sou die kennis van die mens onvolledig wees en dit op sy beurt die vorming van die doelbewuste leiding aan die opvoeding nie regverdig nie.

Dit hoef derhalwe ewemin betoog te word dat 'n opleiding tot die beroep wat 'n dergelike omvangrike kennis vereis , verreweg die beste aan 'n Universiteit gevolg kan word. Dit is alleen die Universiteit wat die nodige hulp en bystand by die studie van die verskillende aspekte van die mens , soos die fisies-chemiese , anatomiese , fisiologiese , metafisiese , intellektuele , morele , artistieke , religieuse , ekonomiese en sosiale aspekte kan verleen aan hulle wat hul so volmaak as moontlik wens voor te berei vir 'n pedagogiese taak soos dié van die liggaamlike opvoeding , vir hierdie deel van die werk vir die ewigheid.

171) cf. Afdeling A , Hoofstuk III , § 1 , p.38.

BIBLIOGRAFIE.AFDELING B.

- Bavinck , H. : Paedagogische Beginselen.  
 : Wijsbegeerte der Openbaring.
- Boasson , J.J. : De Bestemming van de Mens.
- Brederveld , J. : De Lichamelijke Oefening in het Licht  
 der Christelijke Levensbeschouwing. Bijdrage  
 tot de kennis eener Christelijke Lichamelijke  
 Opvoeding.
- Buytendijk , F.J.J. : Algemene Theorie der menselijke houding en  
 beweging ; als verbinding en tegenstelling van  
 de physiologische en de psychologische  
 beschouwing.
- Coetzee , J.C. : Die Moderne Opvoeding. 'n Histories-Kritiese  
 Studie.
- : Inleiding tot die Algemene Empiriese  
 Opvoedkunde.
- : Vraagstukke van die Opvoedkundige Politiek.
- Comenius , J.A. : Grootte Onderwijsleer (Didactica Magna).
- de Greef , E. : Het blinde mensdom.
- de Hartog , A.H. : Modern Heidendom.
- den Boeft , F.A. : Waarom is Lichamelijke-Oefening den Christen  
 geboden ?
- de Vries , J. en de Bruyn , C.A. : De Tempel des Geestes welke  
 is Uw Lichaam. Bijdrage tot de kennis van een  
 Christelijke Lichamelijke Opvoeding.
- Duvergé , F.C.G. en van As , J.G. : Spheroïde. Handleiding voor  
 Gymnastiek met de Spheroïde , Bal en Hoepel.
- Engelbrecht , J.J. : Die Jeug in die Smeltkroes.
- Gray , A.H. : Als man en vrouw schiep God den mensch.
- Groenman , G. : De Lichamelijke Opvoeding als Anthropologisch  
 probleem.
- Groshoide , F.W. c.s. : Christelijke Encyclopaedie voor het  
 Nederlandsche Volk ; deel V.
- Hébert , G. : De Sport tegen de Lichamelijke Opvoeding.
- Hecker , W.A.A. en Heyn , A.C. : Geschiedenis van de Lichaams-  
 oefeningen van de Oudheid tot Heden.
- Huizinga , J. : In de Schaduwen van Morgen. Een diagnose van  
 het geestelijk Lijden van onzen tijd.
- : Geschonden wereld. Een beschouwing over de  
 kansen op herstel van onze beschaving.
- Jan Luiting Fonds No.12 : 1862-1937. Na 75 jaar. Gedenkboek.
- : No.13 : Verslag van het eerste Nederlandsche  
 Congres voor Lichamelijke Opvoeding. 1939.
- Keyter , J.de W. : Opvoeding en Onderwys. 'n Inleiding tot die  
 Studie van die Opvoedkunde.
- Koers in die Krisis , Deel II.
- Kuyper , A. : De Gemeene Gratie. Deel II.
- Lakmaker , L.B. en Ruurs , C.J. : Doet U voldoende aan Lichaams-  
 oefening ?
- Los , S.O. : Moderne Paedagogen en Richtingen.
- Ortega y Gasset , J. : De opstand der horden.
- Pionaar , E.C. : Digtters uit Suid-Afrika. Bloemlesing uit die  
 poësie van die Tweede Afrikaanse Taalbeweging.
- Smith , D.P.J. : Die Doel en Plek van Liggaamlike Opvoeding in  
 die Opvoedingsprogram. Inougurele Rede.
- van Asch , J.C. : Gymnastiek gezien vanuit een Christelijke  
 beschouwing omtrent de mensch.
- van der Hoop , J.H. : Geestelijke Vrijheid. Een Psychologische  
 Studie over de Crisis van de Westerse Cultuur.
- van der Leeuw , G. : Wegen en Grenzen. Studie over de verhouding  
 van Religie en Kunst.
- van der Merwe , I.R. : Liggaamlike Opvoeding.
- van der Spek , J. c.s. : Het Zedelijkheidsvraagstuk.

- van Klinken , L. : Hoofdpijnen en Hoofdpunten van de Opvoedkunde.  
 Waterink , J. : De Oorsprong en het Wezen van de Ziel.  
 - : De Psychologie van het kind op de Lagere  
 School.  
 - : Theorie der Opvoeding.  
 Wielonga , G. : De Wonderen van den Zaligmaker.  
 Wirtz , J.C. : De Opvoeding der Vrouwelijke Rijpere Jeugd.  
 Wouters , D. en van de Hulst , W.G.: Verdieping en Belijning ,  
 Deel I.

#### Tydskrifte

- : Belyden en Belevon , Jaargang 9.  
 : De Lichamelijke Opvoeding. Orgaan van de  
 Vereniging van Leeraren en Onderwijzers in  
 de Lichamelijke Opvoeding in Nederland.  
 Jaargange 25 en 28.  
 : Gereformeerd Weekblad , Jaargang VIII.

## FINALE SAMEVATTING.

Die groeiende waardering van liggaamsoefeninge in Christelike kringe gee aanleiding tot 'n gevoel van enige onrus ; die groot vraag is : wat is die oorsaak van hierdie groei ?

In die inleidende hoofstuk van die oriënterende afdeling (Afdeling A) het ons reeds die vraag gestel : wat is in die algemeen die oorsaak van die wisseling betreffende die intensiteit van waardering van liggaamsoefeninge ? En ons het aangotoon dat die waarde wat toegeskryf word aan die kultuur van die liggaam hand in hand gaan met die beskouing omtrent die mens. Hierby is die oenhoud van die menslike wese in die loop van die tyd ook nie steeds gesien en verstaan nie , sodat daar gereeld sprake was van 'n splitsing in siel , gees en liggaam. Op dié manier kon mens liggaamsoefeninge nog beskou as suiwer oefening van die liggaam. Dit is vanselfsprekend dat , hoe hoër die liggaam aangeslaan is , daar ook meer aandag aan die liggaam bestee , die liggaam meer en beter geoefen is en omgekeerd. So sien ons in die geskiedenis periodes van verering van die liggaam afgewissel met periodes van minagting ; tyd van bloei van liggaamsoefeninge afgewissel met tyd van verval.

Voorts het ons die vraag gestel : wat bepaal die karakter van liggaamlike opvoeding ? Aan die hand van voorbeelde is aangotoon dat dit bepaalde tydsomstandighede kan wees , maar dat dit bowe-al die heersende lewens- en wêreldbeskouings is. Die groot skeidslyn tussen teïsme en humanisme was vir ons onderwerp begryplik van die grootste belang. Dit raak die kern van die saak. Waar het die mens sy oorsprong , wat is die mens , wat is sy bestemming ? Lê die doel van die opvoeding „diesseits“ of „jenseits“ ? - is hier die gewigtige vrae. Vir die Christen vloei baie gevolgtrekkings hieruit voort.

By bestudering van die geskiedenis van die opvoedkunde met betrekking tot die doel van liggaamlike opvoeding blyk dat daar van die oudheid tot hede baie beskouings omtrent liggaamlike opvoeding verkry is en dat daar baie doelstellings is , maar dat dié in die meeste gevalle op suiwer liggaamlike gebied

lê ; steeds word die biologiese noodsaaklikheid beklemtoon. Hierteenoor staan die stroming wat meen dat die doel van liggaamlike opvoeding hierin nie mag opgaan nie. .

Die Christelik-teïstiese antwoord op die vraag : „Wat is die mens ?" lui dat die mens in wese skepsel en beelddraer van God is ; die Calvinistiese beskouing laat die mens 'n tussenposisie inneem , naamlik tussen goddelik en dierlik ; volgens Christelike denke depersonaliseer al die humanistiese rigtings die mens ; dié rigtings laat die volheid van die menslike persoonlikheid nie tot sy reg kom nie. Op grond van die Heilige Skrif kan die Christen die humanistiese rigtings toets en verworp.

Hiervoor moet egter iets anders in die plek gestel word , naamlik die Christelike beskouing - in die onderhawige geval - omtrent die mens in sy oorsprong , wese en bestemming. Hierdie studie kan weer nuwe lewe in die liggaamlike opvoeding blaas , weer nuwe beseeling gee. Wat in die Calvinisties-Christelike beskouing prominent is , is die vraag in verband met die oorsprong van die mens (buite die Heilige Skrif om onoplosbaar) , die wese van die mens (elke individu beeld van God en tog wesenlik onderskei van alle ander individue) en die bestemming van die mens (met 'n ewige betekenis , waarby elke individu deel uitmaak van die gehele mensheid wat met miljoene lede slegs in 'n mate die beeld van God kan ontvou).

As gevolg van die sonde het die liggaam sy voormalige heerlikheid verloor ; ons mag egter nie ons aan die gevolge van die sonde onderwerp nie. Alle middele moet aangewend word om sonde en ellende te bestry ; hieronder val ook die liggaamlike opvoeding. Liggaamsoefeninge behoort ruimer gesien te word as net oefening van die liggaam ; dit moet die hele persoonlikheid van die mens raak. As mens in staat is om gawe en kragte wat hy van God ontvang het as 'n eenheid te openbaar in die samehang van die lewensgemeenskap , dan besit hy persoonlikheid. Die Bybel wys op hierdie eenheid ; derhalwe mag ons as Christene nie die eenheid aan die verbreking oorgee nie , wat neerkom op die veroordeling van die liggaam en gevolglik op die verwaar-

losing van die versorging daarvan.

'n Middel tot versorging is liggaamlike opvoeding ; baie gunstige invloede kan van hierdie aspek van die opvoeding uitgaan. Verskillende hiervan is in 'n aparte hoofstuk van die verhandeling (Afdeling A , hoofstuk V) behandel. As hierdie invloede wetenskaplik aangetoon is , dan moet die Christen tot die gevolgtrekking kom dat hy positief aan liggaamlike opvoeding behoort deel te neem. Hy mag dit ewewel nie in sy lewensprogram opneem nie , omdat hy „met sy tyd wil en moet meegaan" , omdat hy nie by die „wêreld" wil agterstaan nie , omdat hy bang is om die jeug te verloor as hy nie spesiale sportwedstryde vir hulle organiseer nie , omdat hy in die aksepterling van liggaamlike opvoeding voordelige bybedoelings (meer studente wat inskrywe , en dergelike) sien. Dit is algar minder gewenste oorsake van die groeiende waardering van liggaamsoefeninge.

Die enige ware oorsaak van die gesonde groei kan slegs gevind word in die besef dat liggaamlike opvoeding in die eerste plek gedoen moet word om God daardeur te verheerlik. Dan is dit ook des te meer belangrik om die positiewe standpunt te stel , die Christelike standpunt soos vervat in die Calvinisties-Christelike lewens- en wêreldbeskouing , geopenbaar in die Woord.

Besieling met ideale - in die onderhawige geval - met Christelike ideale moet effek hê op houding en werk van die opvoeder. Die Christen sal die leerstof kies waarmee hy sy doelstelling kan bereik. Ook op die gebied van liggaamsoefeninge kan mens baie ideale aantref ; ons kan feitlik sê dat liggaamsoefeninge sonder ideaal net so sinloos is as 'n manel vir 'n skelet. Alle opvoeding het sy oogmerke ; steeds stuur dit af op 'n doel. Kennis van die Calvinisties-Christelike lewens- en wêreldbeskouing verskaf moontlikheid om die doel te bepaal , doelstellinge wat bevrediging gee en aanpasbaarheid toon. Die opvoeding moet aansluit by die skeppingsgegewens ; die Heilige Skrif is ook hiertoe die beste bron. Daarby moet die opvoeder vashou aan die ewige norme en Gods wil oor sy lewe aanvaar. Norme uit die Woordopenbaring en gegewens uit die kosmos lei

tot 'n opvoedkunde in die ware sin van die woord.

Volgens opvoedkundiges val liggaamlike opvoeding volkome binne die ruim grense van die opvoedingsbegrip. Dit laat die nadruk weer meer op die positiewe as op die negatiewe sin van liggaamlike opvoeding val. Een van die positiewe aspekte is die vermeerdering van die uitdrukkingsvermoë van die mens. Alle kragte en gawes van die kind moet in diens gestel word van die totale persoonlikheidsvorming. Die kragte waaroor ons beskik moet op die juiste wyse gebruik word.

Dit volg alles uit die feit dat God gedien wil word met alle gawes wat Hy aan die mens gegee het, ook die gawes van die liggaam. Vir tekortkomings op hierdie gebied word die mens as geheel verantwoordelik gehou. Ook op liggaamlike gebied is daar moontlikhede om God te dien; die versorging van die „tempel" kan gesien word as die eis van die Wet van God. Watter doel ons egter ook al hier op aarde najaag, die laaste doel van die mens lê buite hierdie lewe.

Die middele moet min of meer bewus in verband met die doel gekies word; in die praktyk moet die Christen hom steeds van sy Christelike taak bewus wees; dit laat sy aandag en toewyding toeneem. Want dit is goed en noodsaaklik om prinsipiële lyne te trek, om 'n rigting aan liggaamlike opvoeding te gee, maar dan moet dit ook in die praktyk blyk. Die Christen moet dit as roeping gevoel om ook hier die leiding te neem en om die geheel in juiste bane te lei. Aan elke mens moet die geleentheid gegee word om sy persoonlike uitdrukkingsvermoë te ontwikkel; dit is een van die belangrikste take op hierdie gebied.

Die praktyk gee bowendien aanleiding tot verdere probleme spesiaal vir die Christelike opvoeder. In die verskillende bydraes wat op die gebied van kennis van 'n Christelike liggaamlike opvoeding gelewer is, is onses insiens te min aandag aan die praktyk gegee; en dit is juis waar dit op aankom; die behoefte aan en noodsaaklikheid van hierdie ondersoek is dan ook duidelik gevoel. Die mees voor die hand liggende probleme is na aanleiding hiervan in die laaste hoofstuk van die verhandeling behandel.