


Kees Damhuis

VAN CONGO EN IRAK NAAR FITKLAS IN LOCHEM

Nadat hij zijn jongensdroom najoeg en als beroepsmilitair op vredesmissies in Congo en Irak diende, werd Kees Damhuis – na wat omwegen – naar Gelderland gegidst. Als combinatiefunctionaris van Stichting Welzijn Lochem zet hij zich in om de fitheid van de kinderen op de scholen in kaart te brengen en te verbeteren. “Je bent de spin in het web, tussen de kinderen, ouders, scholen en gemeente.”  EDDY VEERMAN

“In Lochem zijn er zestien basisscholen, verdeeld over elf kerken”, steekt Damhuis van wal. “Vanuit Stichting Welzijn Lochem brengen we een breed schoolprogramma en ik ben daarin als combinatiefunctionaris verantwoordelijk voor de pijler Sport. We zetten in op zogeheten Fitklassen: door middel van het afnemen van de eurofittest op de scholen willen we de fitheid van

**“WIJ ZIJN EEN BELANGRIJKE
SCHAKEL TUSSEN DE GEMEENTE
EN DE BURGERS”**

de Lochemse jeugd in kaart brengen.” Aan de hand van de eerste resultaten schreef Damhuis een interventie. “Ik benoemde vanuit de testen de zaken die slecht scoorden, zoals hand-oogcoördinatie, sprongkracht of conditie. De lessen die uit de interventie komen – de zogeheten Beweegimpuls-lessen – zijn zo ontworpen dat zij de minst scorende onderdelen van de eurofittest ver-

beteren. Elke school heeft in totaal twintig uur per jaar recht op mij. Daarnaast geven we in het brede schoolprogramma lessen die een groepsleerkracht normaal gesproken niet snel zal geven, zoals slackline, freerunning, ultimate frisbee, Burner Games en coöperatieve spelen. Ook zijn er sportverenigingen die lessen aanbieden op de scholen.”

“Na enige tijd nemen we de fittest nog eens af; de resultaten zijn steevast heel goed. Met deze cijfers over het resultaat van de beweeginterventie kun je een goed en duidelijk beeld overbrengen naar de gemeente.”

Damhuis werkt samen met JOGG en de GGD. “Ik heb korte lijntjes met de coördinator ‘brede school’ en werk veel samen met jongerenwerk. De GGD komt bij ons in de klas om tijdens de fittest het BMI te meten. Zo krijg je een veel completer beeld van het kind. De cijfers van ongezond gewicht komen daardoor sneller op de radar bij de GGD en met die cijfers kunnen we verder. De school kan dan met de ouders in gesprek gaan.”

Het is en blijft altijd een keuze van een school om mee te doen.



“We zijn nu drie jaar bezig. De meeste scholen doen mee aan de Fitklassen en een aantal maakt daarnaast gebruik van de Beweegimpuls-lessen: lessen die meer gericht zijn op de motorische verbeterpunten. Inmiddels is bewezen dat deze Beweegimpuls-lessen een positief effect hebben op de motoriek van kinderen. Vandaar dat we een pilot gaan draaien om ze meer te stimuleren op scholen.”

Uitbreiding

“Twee jaar terug waren er in deze gemeente nog twee vakdocenten lichamelijke opvoeding actief. Inmiddels is de een gestopt en de ander alleen dit schooljaar nog actief. Die ontwikkeling baarde mij zorgen en ik heb gekeken hoe mijn inzet nog effectiever kan zijn voor scholen. Zo heb ik de externe partij Alles In Beweging ingehuurd om vier workshops te geven over bewegen in de klas. Nadat ik het probleem had aangekaart bij de scholen, meldden zich wel veertig leerkrachten aan. Dat is heel mooi, want zij zien in de praktijk als beste dat regelmatig bewegen goed is voor de concentratieboog van de kinderen.”

“De gemeente heeft ondertussen geïnvesteerd in uitbreiding, waardoor we een extra sportcoach kunnen inzetten. We willen tevens de samenwerking aangaan met een hogeschool en studenten inzetten om data te verwerken.” Damhuis bezoekt wel-

eens studiedagen en netwerkbijeenkomsten voor buurtsportcoaches. “Dan zie je dat er in andere gemeenten een heel team klaarstaat, terwijl ik – nu nog – in m’n eentje zestien scholen ‘beman’. Dan moet je voortdurend keuzes maken.”

Voeten in de drek

“De buurtsportcoach zal naar mijn mening blijven bestaan, maar de naam is inmiddels een containerbegrip geworden en zegt minder over de inhoud. Wij staan met onze voeten in de drek, zijn een belangrijke schakel tussen de gemeente en de burgers. Omdat ik hier inmiddels vier jaar werk, weten scholen me sneller te vinden, in allerlei situaties. Ouders ook. Zo kwamen er bijvoorbeeld eens ouders naar me toe om melding te maken van een vechtpartij op een schoolplein waar ik mijn wekelijkse buurtsportactiviteit geef. Ik kon een leerkracht appen en die ging meteen aan de slag om het op te lossen. Dat maakt je – onmisbaar wil ik niet zeggen – een meerwaarde.”