

Een kickboksclub op school:

laagdrempelig sporten en een veiligere buurt

De school zat met een speelzaal waar de plafondplaten naar beneden dreigden te komen maar liep aan tegen budgetproblemen, de vereniging beschikte over financiële middelen maar zocht lesruimte. Nu heeft basisschool Olympus een multifunctionele sportruimte waar kickboksvereniging Kimekai Gym na schooltijd lesgeeft. De bonus: de sociale veiligheid in de wijk is een stuk verbeterd.

TEKST: KARIN LASSCHE EN DORIEN DIJK **FOTO'S:** MARGARET ROTTIER

Sinds enkele jaren heeft Kimekai Gym zijn dojo op obs Olympus. Op het eerste gezicht een opmerkelijke locatie voor een kickboksclub. Maar voor wie de mensen kent achter de organisaties, is het een gouden combinatie en een prachtig voorbeeld van hoe een school en een vereniging elkaar via de vakleerkracht en de buurtsportcoach kunnen helpen en versterken.

Gedreven docent

Het verhaal begint bij bewegingsonderwijzer Daan Schuit, geboren en getogen in Heemstede en sinds 2009 vakleerkracht LO aan obs Olympus in de Amsterdamse wijk IJburg. De sportactieve basisschool met zo'n driehonderd leerlingen

▼
Plezier

spreekt hem aan vanwege de multiculturele populatie en de aandacht voor sport, bewegen en gezonde voeding. Dat uit zich onder meer in een actief pauzebeleid en een naschools bewegen- en sportaanbod. De school wordt in dit beleid ondersteund door Jump-in, een programma van de gemeente Amsterdam dat scholen helpt om optimaal bij te dragen aan gezonde voeding en beweging van hun leerlingen en zo overgewicht te voorkomen.

Schuit is gedreven te laten zien dat er veel mogelijk is. Om met zijn beperkte uren toch zoveel mogelijk beweegactiviteiten aan te kunnen bieden, trekt hij meerdere ALO-stagiaires aan, die onder zijn begeleiding ook de naschoolse lessen en soms pauzeactiviteiten verzorgen, variërend van streetdance tot turnen, atletiek en circus. Dan komt hij via Jump-in in contact met Pedja Djurdjevic, die als combinatiefunctionaris naar de Olympus is gestuurd om leerlingen in contact te brengen met sportverenigingen. Op dat moment kunnen de heren nog niet vermoeden hoeveel ze elkaar nog zullen zien. Djurdjevic, een echte Amsterdammer van het type 'grote mond, klein hartje', deed de hbo Maatschappelijk Werk en Dienstverlening (MWD) en is hoofdtrainer van de IJburgse vechtsportvereniging Kimekai Gym. Voor de club is hij op zoek naar een nieuwe ruimte met 'meer sfeer dan een sporthal'.

Doseren van kracht

Eenmaal in gesprek zijn ze het er snel over eens dat de leerlingen van Olympus, die vaak uit kansarme gezinnen komen en relatief veel



gedragsproblemen hebben, gebaat zouden zijn bij weerbaarheidstrainingen. Djurdjevic: “Deze kinderen moeten nog zoveel leren. Sport, en zeker vechtsport is door de directe vorm van contact een uitstekend instrument om ze basisvaardigheden in de sociale omgang aan te leren en ze weerbaarder te maken.” Schuit stelt voor dat Djurdjevic weerbaarheidstrainingen komt geven op Olympus, als onderdeel van het beweegaanbod. Vervolgens ontstaat het idee om voor de lessen van Kimekai Gym een dojo te maken van de speelzaal, die dringend toe is aan een opknopbeurt.

Daar komt de derde persoon in het spel: de directeur van Olympus, Margaret Rottier. Hoewel kickboksen een negatief imago heeft, staat zij open voor de plannen. Schuit: “Zonder haar was het niet mogelijk geweest onze ideeën uit te voeren. Op basis van argumenten heeft ze ons het vertrouwen gegeven om de kickboksclub onderdak te bieden binnen de school. Wat hielp, is dat Kimekai Gym het Fight Right-keurmerk heeft van het NIVM (Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij red.). Het gaat in de lessen heel erg over het doseren van kracht en rekening houden met de ander.” Vervolgens gaat het snel. Rottier heeft goede contacten met het stadsdeel en de vereniging krijgt geld van de afdeling vastgoed om de zaal op te knappen. Samen met de hulp van vrijwilligers, onder wie Ajax-supporters uit de buurt die komen verven, leidt dat tot een multifunc-

“Een combinatie-functionaris maakt de stap naar een vereniging kleiner, dat is hier goed gelukt.”

tionele ruimte met zachte matten. Overdag gymmen er kleuters, na schooltijd geeft Kimekai Gym er les in kickboksen aan jongeren en volwassenen uit de hele buurt. “Met een paar kleine aanpassingen kan hier alles wat ook kan in een gewone zaal,” zegt Schuit tevreden. “Het wandrek hangt bijvoorbeeld wat hoger zodat er een extra mat onder kan.” Als klap op de vuurpijl krijgt Djurdjevic kort na de totstandkoming van de dojo in 2012 de penning van de Sportraad Amsterdam. Die wordt jaarlijks uitgereikt aan een Amsterdammer die ‘met durf, visie, ambitie en inzet een grote bijdrage heeft geleverd aan de sport in Amsterdam’.

Lage drempel

Inmiddels is de dojo de ‘meest druk bezette sportzaal van IJburg’ en vrijwel continu in gebruik. Meerdere vakleerkrachten LO van andere scholen verwijzen kinderen naar de

lessen van Kimekai Gym, net als jeugdzorgorganisaties zoals Altra. Voor 18 euro per maand volgen circa 130 kinderen onbeperkt lessen bij Kimekai Gym, waar naast Djurdjevic nog drie andere trainers met een pedagogische achtergrond lesgeven. De meeste kinderen komen twee keer per week sporten, sommigen - ‘de



kinderen die het het hardst nodig hebben’ - drie keer. De samenwerking tussen Olympus en Kimekai Gym houdt jongeren van de straat en brengt kinderen in beweging, zegt Schuit. “Als de kinderen niet bij de vereniging zouden zijn, zitten ze thuis achter de computer.” Maar er zijn meer voordelen: “Niet alleen is onze zaal opgeknapt, ook hebben we nu een heel ruim aanbod zodat kinderen kunnen sporten op maat. En ze hoeven alleen maar de trap af te lopen voor de lessen van Kimekai Gym. De drempel om te gaan sporten is extreem laag, ook omdat kinderen Pedja al kennen vanuit de weerbaarheidslessen. Een combinatiefunctionaris maakt de stap naar een vereniging kleiner, dat is hier goed gelukt. Verder wordt de buurt vanuit de school bediend, dat komt de naam van de school in de wijk ten goede.”

Schuit roemt verder de sociale controle:

“Jongeren weten dat ze hier geen narigheid uit moeten halen, dat ze meteen gesnapt worden.” De veiligheid in en rondom de school en in de wijk is dan ook verbeterd door de aanwezigheid van Kimekai Gym. “Wij zijn het alarmsysteem van de school”, weet Djurdjevic. “Elke avond zijn hier mensen. Er zijn nooit meer inbraken en het vandalisme rondom de school is vermindert.” Ook ouders worden aangesproken op hun gedrag. Schuit: “We kunnen vanuit school makkelijk het goede voorbeeld geven en bijvoorbeeld mensen aanspreken op hun parkeergedrag bij de school. Ik vind: je moet doen wat binnen je macht ligt. Als je dingen mee kunt pakken, moet je dat doen.”

▲
Aandacht!

Beweging stimuleren op de basisschool

Het programma Jump-in, een sportstimuleringsprogramma van SportService Amsterdam, helpt Amsterdamse basisscholen om kinderen meer te laten bewegen en gezonder te laten eten. Wilt u meer weten over Jump-in of andere programma's om basisschoolkinderen meer te laten bewegen? Kijk dan op www.effectiefactief.nl.

Leren van elkaar

Pedja Djurdjevic is regelmatig op de Olympus aanwezig voor de lessen weerbaarheid en bij Kimekai Gym. Over en weer wisselen hij en Schuit in de wandelgangen veel informatie uit, om kwetsbare leerlingen zo goed mogelijk te kunnen helpen. Djurdjevic: "Na de weerbaarheidles ziet Daan de leerlingen rondlopen, hij kent hun familie. Van hem hoor ik wat er gebeurd is zodat ik daar rekening mee kan houden." Daarbij schroomt hij niet andere professionals te hulp te roepen als dat nodig is, zoals van jeugdzorg of de Intern Begeleiders. "Als ik merk dat een kind problemen heeft, ga ik langs bij Margaret en vraag ik wat we kunnen doen. Daar mag ik altijd voor langskomen. Ik bel ouders ook op als ik zie dat een kind erbij gebaat is om bij mij te komen trainen." Maar het komt ook voor dat een vader bij hem langskomt en verzoekt een hartig woordje met zijn zoon te spreken.

Dat Djurdjevic op school rondloopt, heeft meer voordelen. Als een leerkracht problemen heeft met een groep, kan die zijn hulp invoeren, bijvoorbeeld om extra lessen te geven. Maar Djurdjevic gaat ook de klas in om te kijken wat er gebeurt. Djurdjevic: "Kinderen vergeten snel. Als ik zie dat ze in de klas niet naar elkaar luisteren, spreek ik ze daarop aan en zeg: 'Wat hebben we bij het sporten nou besproken?' Of ik overleg met Daan over wat ik zie en hoe we daarmee om kunnen gaan." Andersom kan de juf of meester ook aanschuiven bij de les van Djurdjevic en zijn of haar voordeel doen met zijn aanpak. "Dat opent ze vaak de ogen voor wat er gaande is in de groep."

Meelopen met de gymdocent

In de praktijk blijken de rustige Schuit en extraverte Djurdjevic elkaar goed aan te vullen. Het contact verrijkt hen beiden vinden ze, vooral omdat de communicatie goed is en ze niet bang zijn elkaar feedback te geven. Ze kunnen het goed met elkaar vinden en hebben respect voor elkaars werkzaamheden. "Ik heb veel geleerd van Daan als docent," vertelt Djurdjevic. "Daan straalt rust uit en heeft goed contact met ouders en kan me tips geven zodat mijn communicatie beter aankomt. Ik zou elke buurtsportcoach zonder ALO-opleiding adviseren om mee te lopen met een gymdocent." Schuit waardeert onder andere het netwerk van de combinatiefunctionaris: "Zijn kring is groter, hij kent zoveel mensen in de wijk en ziet de kinderen ook buiten schooltijd en bij de vereniging of op de middelbare school als ze de van de basisschool af zijn." Dankzij Djurdjevic krijgen leerlingen burgerschapsvaardigheden mee, stelt Schuit. "Pedja spreekt jongens aan op hun gedrag. Hij weet precies wat er bij ze speelt. Hij kent de taal van de straat en zegt waar 't op staat. Soms



klinkt dat grof en hard maar een kind snapt waar hij het over heeft. Er moet iemand zijn die ze aangeeft hoe ze zich op straat kunnen gedragen en ze wijst op hun burgerplicht." Djurdjevic noemt een voorbeeld van afgelopen zomer, toen leerlingen bij het WK naar Oranje zaten te kijken maar tegen Nederland waren. "Als ze zeggen: 'Oprotten met die kaaskoppen', dan zeg ik: 'Wat zeg je nou?' Wij maken er een heel thema van." Schuit vult aan: "Het gaat om kleine sociale vaardigheden die veel kinderen niet meer vanzelf

"Ik zou elke buurtsportcoach adviseren om mee te lopen met een gymdocent."

meekrijgen. Tussen 4 en 12 jaar moet je kinderen burgerschap aanleren. Het basisonderwijs speelt dus een centrale rol. Daarom heb je mensen als Pedja nodig in de school." Djurdjevic besluit: "Als sportdocent ben je heel belangrijk in het leven van een kind. Zelf zal ik mijn eerste trainer, die mij aansprak op mijn gedrag, nooit vergeten." ■

Met dank aan NISB (Dorien Dijk en Karin Lassche), Pedja Djurdjevic en Daan Schuit.

Meer info:

www.nisb.nl

Contact:

dorien.dijk@nisb.nl