



# Elternbrief

2020/14

Liebe Eltern,

was sollte mein Kind vor Schuleintritt alles beherrschen, ist eine oft gestellte Frage. Für sprachliche Fähigkeiten gibt es u. a. folgende Orientierungshilfen:

- Die grundlegende Sprachentwicklung sollte in der Regel vor Schuleintritt abgeschlossen sein.
- Selbständige Bildung der Mehrzahl von Wörtern gelingt auch phonologisch immer besser.
- Sätze mit Haupt- und Nebensatzkonstruktionen sollten möglich sein.
- Ihr Kind kann seine Wünsche genau definieren und Telefongespräche führen.
- Der aktive Wortschatz umfasst ca. 2500 Wörter und der passive umfasst ca. 13000 Wörter, eine Empfehlung anhand von Wortlisten finden sie auch in niedersorbischer Sprache demnächst unter [www.dyrdomdej.de](http://www.dyrdomdej.de)

Ich wünsche Ihnen im Namen des Vorstandes eine friedvolle Zeit und bleiben Sie gesund!

Ihre

Ludmila Budar

Vorsitzende des Sorbischen Schulvereins e.V.



### **Inhalt:**

<b>Einfach gesund ernähren! Teil 3: Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Dr. Ute Liebsch</b>	<b>1</b>
<b>Dyrdakojstwo - Die neue Webseite in niedersorbisch</b>	<b>3</b>
<b>Fachberatung für Witaj- Erzieherinnen und Erzieher, Mila Zacharias</b>	<b>4</b>
<b>Unser Insektenprojekt, Witaj-Kindertagesstätte „Villa Kunterbunt“ Cottbus</b>	<b>8</b>
<b>Das große Krabbelwiesenrennen, Eine Geschichte nicht nur für Kinder</b>	<b>10</b>

## Einfach gesund ernähren!

### 3. Teil: Nahrungsmittelunverträglichkeiten (Dr. Ute Liebsch)



„Bauchschmerzen“ sind eine häufige Klage bei Kindern. Besonders ganz kleine Kinder zeigen immer auf den Bauch, wenn ihnen etwas weh tut. Selbst die typischen Infektionskrankheiten werden von Kindern immer im Bauch lokalisiert, was aber verständlich wird, wenn man weiß, dass sich „unser Immunsystem“ zum größten Teil im Bauch befindet. Und dieses ist natürlich auch bei einer Grippe gefordert.

Allerdings gibt es auch noch andere Ursachen für Beschwerden im Bauchbereich und dazu gehören die Nahrungsmittelunverträglichkeiten (NMUV). Diese sind durchaus weit verbreitet. Es wird geschätzt, dass rund ein Drittel der Bevölkerung zumindest zeitweise unter einer NMUV leidet.

Nicht verwechseln darf man die

NMUV mit den Nahrungsmittelallergien (NMA). Eine Nahrungsmittelallergie beruht immer auf einer immunologischen Reaktion mit Bildung von Antikörpern und manifestiert sich vorwiegend an der Haut (allergische Ekzeme, Nesselsucht). 25 % der Patienten zeigen Atembeschwerden (Schnupfen, Asthma), aber nur 10 - 20 % weisen Beschwerden im Verdauungstrakt auf (Bauchkrämpfe, Blähungen, Durchfälle, Verstopfung). Während im Kindesalter vorwiegend Allergien auf Kuhmilch-, Ei-, Weizen- und Erdnussproteine beobachtet werden, reagieren Jugendliche und Erwachsene vorrangig auf Obst und Nüsse.

Von allen Patienten mit chronischen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt haben aber nur sehr wenige (1,5 % bei Erwachsenen, 8 % bei



Kindern) eine echte Nahrungsmittelallergie.

Eine Nahrungsmittelunverträglichkeit wird dagegen bei 20 – 45 % der Patienten mit chronischen Magen-Darm-Beschwerden als Ursache angesehen. Die Symptome können ähnlich sein, z.B. Blähungen, Durchfall, Verstopfung, Ekzeme der Haut, aber auch Infektanfälligkeit, chronische Müdigkeit oder (v.a. im Kindesalter) Hyperaktivität können durch eine NMUV ausgelöst werden.

Im Gegensatz zu den meisten allergischen Reaktionen treten die Beschwerden aber oft erst mehrere Stunden bis sogar Tage nach dem Verzehr auf, sind oft unspezifisch und damit schwer zuzuordnen.

Die häufigsten NMUV betreffen Weizen/Gluten, Milch, Eier und Nüsse.

Die Diagnose NMUV ist eine Ausschlussdiagnose, d.h. bei allen akuten und/oder starken Bauchbeschwerden ist immer ein Arzt zum Ausschluss von organischen Ursachen aufzusuchen.

Bei lang andauernden, wechselnden und eher „leichteren“ Beschwerden kann eine ausführliche Befragung zu den Ernährungsgewohnheiten, möglichst auf der Grundlage einer schriftlichen Auf-

zeichnung der gegessenen Nahrungsmittel über einen Zeitraum von 14 Tagen, mögliche Unverträglichkeiten eruieren. Durch Weglassen dieser vermuteten Auslöser kann relativ schnell die Vermutung bestätigt oder ausgeschlossen werden.

In hartnäckigen Fällen können spezielle Laboruntersuchungen weiterhelfen, diese sollten aber erst erwogen werden, wenn trotz konsequenter Ernährungsumstellung über einen längeren Zeitraum die Beschwerden unverändert geblieben und alle schulmedizinischen organischen Ursachen ausgeschlossen sind.

Im Gegensatz zu den Nahrungsmittelallergien, die meist lebenslang bestehen, kann bei einer NMUV durch längere konsequente Ernährungsumstellung und ggf. einer zusätzlichen Stabilisierung des Darmmilieus häufig nicht nur eine Beschwerdefreiheit erreicht, sondern auch eine vorsichtige Zufuhr der bislang unverträglichen Nahrungsmittel in reduzierter Menge versucht werden.

Der nächste Beitrag soll sich der spannenden Frage widmen: „Darf man Kinder vegetarisch oder sogar vegan ernähren?“

## Dyrdakojstwo

### Die neue Webseite in niedersorbischer Sprache

Gemeinsam Sorbisch lernen ist wie ein Abenteuer - dyrdakojstwo.

Für einen gelungenen Schulstart und Erfolg in der Schule sind gute Sprachkenntnisse notwendig. Das gilt nicht nur für Muttersprachler, sondern auch für Kinder mit Sorbisch als Zweitsprache.

Die vom Sorbischen Schulverein entwickelte Webseite

[www.dyrdomdej.de](http://www.dyrdomdej.de)

mit sorbischen Materialien und Ideen für die Praxis ist auch eine gute Hilfe für Eltern, die ihren Kindern die sorbische Sprache mündlich und schriftlich vermitteln oder die

vorhandenen Sprachkenntnisse festigen wollen. Deshalb sind sprachfördernde Materialien wie Bilder, Reime, Lieder und Spiele notwendig, mit denen Eltern sowie Erzieher und Erzieherinnen ganzheitlich und mit allen Sinnen Kinder in ihren Sprachkenntnissen fördern können. Das entspricht dem Grundprinzip der pädagogischen Arbeit in den Kindertagesstätten.

Außerdem können sich Eltern auf diese Art und Weise gemeinsam mit ihren Kindern die sorbische Sprache aneignen.

Durch die Webseiten begleiten Sie die Figuren Majka, Leńka, Karlo und der kleine Flori.



## Fachberatung für Witaj- Erzieherinnen und Erzieher

Mila Zacharias



In Cottbus/Sielow wurde 1998 die erste Witaj-Gruppe in der Niederlausitz durch den Sorbischen Schulverein e.V. ins Leben gerufen und es gab viele Leute, die das Projekt tatkräftig unterstützten. Mit der Zeit wurden mehr ErzieherInnen ausgebildet und die Kinder wurden tagtäglich nach dem Prinzip der Immersionsmethode betreut.

Ab April 1999 war ich eine Erzieherin, die die Kinder jeden Tag in sorbischer/wendischer Sprache begleitete.

Solch vielfältiges Material für den Vorschulbereich, wie es jetzt gibt, gab es damals noch nicht und so kam es dazu, dass man doch mal

Stift und Zettel zur Hand nahm und ein paar Dinge „serbski“ niederschrieb.

Bereits 2015 war ich als Beraterin für methodische/didaktische Fragen für die ErzieherInnen in den Witaj-Gruppen tätig. Gemeinsam mit der wissenschaftlichen Mitarbeiterin des Witaj-Zentrums Gunda Heyder erstellten wir

praxisnahe Angebote, die mir den direkten Kontakt ermöglichten. So konnte ich die Erzieherinnen in ihrer alltäglichen Arbeit begleiten und unterstützen.

Nachdem 2018 diese Art der Unterstützung für die Erzieherinnen aus unterschiedlichen Gründen wegfiel, war dies eine Verschlechterung für die sorbischen/wendischen Arbeitsbedingungen. Durch die Novellierung des Sorben/Wenden Gesetzes in Verbindung mit einer Förderung des Ministeriums konnte jetzt wieder eine Stelle geschaffen werden. Den Antrag dieses Projektes übernahm der Sorbische Schulverein e.V. und übertrug mir diese bedeu-

tungsvolle Aufgabe. An dieser Stelle danke ich für das mir entgegengebrachte Vertrauen.

Inzwischen ist die Zahl der Erzieherinnen in der Niederlausitz auf ca. 50 aktive Sprecherinnen als Betreuungspersonen in Kindertageseinrichtungen angestiegen. Die Arbeitsbedingungen in Bezug auf die Anwendung der wendisch/sorbischen Sprache sind sehr unterschiedlich.

So habe ich die Möglichkeit, seit dem 01.10.19 diese Erzieherinnen in der Niederlausitz in ihrer Arbeit sprachlich und didaktisch zu begleiten und möchte erreichen, dass sich die Anwendung der Sprache bei jedem einzelnen in der Praxis intensiviert.

Neben der Begleitung in der Praxis gehört zu meinen Aufgaben auch die Koordination von bestimmten Veranstaltungen, Projekten mit externen Zusatzkräften, sowie die Verbindung zu anderen sorbischen/wendischen Organisationen und nicht zuletzt zu den Leiterinnen der einzelnen Einrichtungen. Ich habe ein Büro in der Stadt, in dem ich Interessierte gern empfangen und in angenehmer Atmosphäre Gespräche führen kann.

In der Praxis kann ich in der Be-

gleitung der Sprecherin einfach mal das „Wörterbuch“ im Hintergrund sein. Wenn ich eine Erzieherin in ihrer tagtäglichen Arbeit begleite, so kann ich mit Redewendungen oder einzelnen Vokabeln aufgrund meiner langjährigen Kenntnisse schnell aushelfen.

Wichtig in der Begleitung ist auch, meine sprachliche Vorbildwirkung. Das korrigierte Wiederholen von einzelnen Sprach-Bausteinen kann helfen, das verstehende Hören der Erzieherinnen zu sensibilisieren.

Des Weiteren ist es aber von Nöten, in einem ruhigen Umfeld auf bestimmte Wortgruppen und Themen nochmal einzugehen. Denn in dem ganz alltäglichen, oft hektischen und informationsüberladen-



den Alltag, kann man nicht immer die volle Konzentration auf die Sprache lenken.

Doch nicht nur einzelne Redewendungen und Situationen sind zu wiederholen, man kann sich auch komplett auf ein Angebot gemeinsam vorbereiten. Das kann ein gezieltes, kreatives Angebot sein, ein Lesetext, der in der Aussprache und Betonung geübt wird, eine Vorbereitung auf ein ganzes Programm oder ein Fest. Alles das, was der Kita- und Hort-Alltag so braucht.

Wenn es dann zu der Durchführung des Angebotes mit den Kindern kommt, so bin ich gern bereit, auch das zu begleiten und im Nachhinein in einem Reflexionsgespräch auf alle Dinge einzugehen. Hier steht die Selbsterkenntnis im Vordergrund und gern gebe ich Hinweise zu weiteren Übungsaufgaben oder Empfehlungen für die Arbeit.

Ich versuche möglichst viele Erzieherinnen zu erreichen und freue mich auf diese Aufgaben und auf die weiteren organisatorischen Dinge, die sich aus den Gesprächen ergeben werden. Hier geht es unter anderem auch um die Gewinnung weiterer Erzieherinnen für unseren regionalen Berufszweig. Sehr gespannt bin ich also, wie sich dies al-

les entwickelt.

Ich habe eine Grundausbildung im Gitarrenunterricht und bin Tänzerin



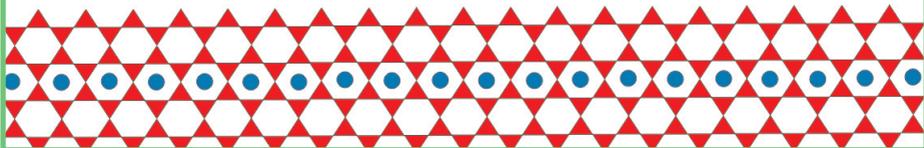
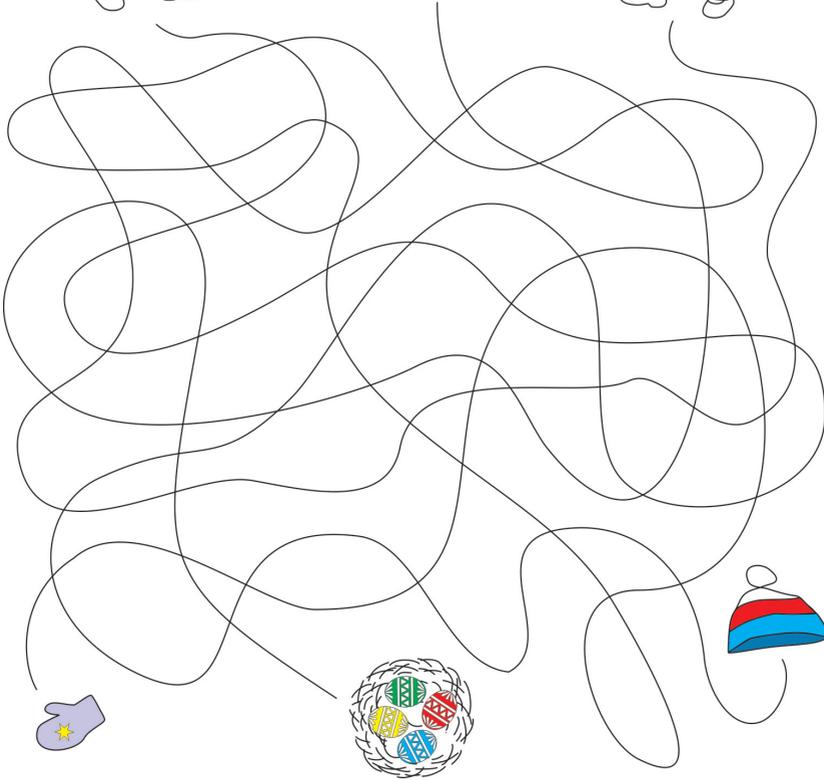
im Deutsch-Sorbischen Ensemble Cottbus. So kann ich auch auf kulturellem Gebiet unterstützend mitwirken.

All diese Aufgaben sind Bestandteil meiner Arbeit als Fachberaterin. Doch ich möchte darauf hinweisen, dass ich keine Kontrolleurin oder Lehrerin bin. Ich bin Begleiterin, rege an, unterstütze und kann Sicherheit geben. Ich für mich weiß, dass ich mich voller Freude und Tatendrang für den Erhalt der s/w Sprache einsetze und sehe als Fachberaterin eine sehr gute und sinnvolle Möglichkeit, dies zu tun.

*gleichzeitig sind weibliche und männliche  
Vertreter gemeint*



Chto namakajo gņezdaško? Wer findet das Nest? Kreuze an und male aus!



## Unser Insektenprojekt

Witaj-Kindertagesstätte „Villa Kunterbunt“ Cottbus



Wir sind kněni Büttnerowa a kněz Mahnkopf und arbeiten in der Vorschulgruppe unseres Kindergartens. In unserer Gruppe haben wir im Januar die Kinder gefragt: „Worüber wollen wir in der nächsten Woche sprechen oder was wollen wir machen?“ Bruno hat vorgeschlagen, dass wir über Insekten sprechen sollten. Die Kinder konnten sich für diese Idee begeistern. Sie sollten ihre Eltern befragen und Bücher zu diesem Thema mitbringen. Wir informierten die Eltern und baten sie um Mithilfe. Gemeinsam wollten wir folgende Fragen erkunden:

- Welche Insekten kennen wir?
- Wo leben Insekten?
- Was fressen Insekten?
- Wie viel Fühler, Flügel und Beine haben einige Insekten?
- Sind Insekten nützlich oder schädlich?
- Welche Tiere fressen Insekten?

Alle Eltern haben unsere Bitte unterstützt. In der darauffolgenden Woche haben wir uns die Bücher über Insekten angeschaut. Das war sehr interessant!

Die Kinder wussten, welche Tiere zu den Insekten gehören, z. B. Käfer, Schmetterlinge, Fliegen, Bienen,

Ameisen, Grashüpfer, Mücken und Libellen. Sie konnten erzählen und auf Bildern zeigen, wo das Insekt Kopf, Brust, Hinterleib, Flügel, Fühler, Fassettenaugen, Mundwerkzeuge (Sugrüssel) und sechs Beine hat.



Insekten leben auf der ganzen Welt. Bei uns können wir sie in der Heide, im Wald, in der Erde, im Wasser, auf dem Feld, auf der Wiese und auch im Zimmer finden.

Einige Insekten sind Pflanzenfresser und fressen Blätter, Blumen oder Holz. Weitere Insekten sind Fleisch-



fresser und fressen andere Insekten und andere kleine Tiere.

Die Kinder wissen nun, dass Bienen, Schmetterlinge und Hummeln nützlich sind. Sie bestäuben Blumen. Vögel, Frösche, Igel, Maulwürfe und Eichhörnchen fressen viele Insekten. Kartoffelkäfer schaden den Kartoffelpflanzen und Mücken saugen Blut.

Die Kinder waren sehr kreativ und haben mit Filzstiften fröhliche Insekten und Libellen gemalt. Aus Salzteig haben die Mädchen und Jungs dann Schmetterlinge geformt und diese mit Linsen geschmückt. Die Kinder waren sehr stolz auf ihre Werke. Weil wir die Schmetterlinge aus Salzteig nicht essen konnten, haben sie noch andere Schmetterlinge aus Quarkteig gemacht. Jedes Kind konnte diese nach Hause mitnehmen.

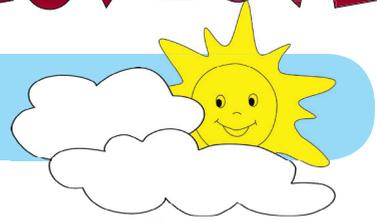


Am Ende haben wir alle Ergebnisse mit Fotos und Texten für die Kinder und Eltern dokumentiert. Wir haben viel gelernt, und die Kinder, Eltern und Erzieher hatten Freude am Projekt.

*Ines Büttner, Erzieherin,  
Manuela Drinkmann, Leiterin*

# Das große Krabbelwiesenrennen

## Eine Geschichte nicht nur für Kinder



Es war ein wunderschöner Frühlingstag, als auf der Krabbelwiese bei Schnirkelhausen wilde Streitereien entflamten.

„Natürlich bin ich der Schnellste hier auf der ganzen weiten Wiese!“, zirpte der Grashüpfer. „Ich kann soo weit springen.“ Mit einem riesigen Satz landete er neben der Florfliege.

Diese kicherte: „Ich habe aber sechs Beine und vier Flügel! Gegen mich hast du überhaupt keine Chance!“



„Pö, pass mal auf, Goldauge“, kreischte die Spinne.

„Ich habe schließlich zwei Beine mehr als du und kann Netze knüpfen und Fäden spinnen!“

„Ähäm“, hüstelte der Tausendfüßler, „wenn es nach Beinen geht, gibt es ja wohl kaum Zweifel an meiner Überlegenheit!“



„Papperlapapp“, quietschte der Marienkäfer. „Wir werden ein Wettrennen veranstalten! Vorne bei der Schnecke ist Start, die wird sich schon nicht vom Fleck bewegen!“, gackerte er schadenfroh und alle lachten über die gemütliche Schnecke. „Das Ziel soll die alte Eiche am Waldrand sein“, bestimmte die Florfliege.

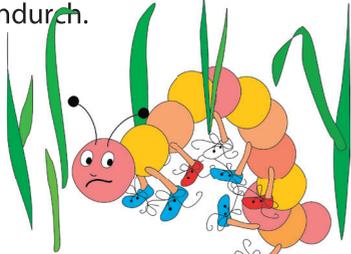
Kurz darauf versammelten sich die sechs aufgeregten Teilnehmer an der Startlinie. Nebenan auf der krummen Weide schmetterte der Buchfink: „Ich bin der Schiedsrichter! Also, auf die Plätze – fertig – LOS!!!“



Ähää. Ähä“, er hustete laut, woran hatte er sich nur verschluckt? Schon sausten die fünf übrigen ehrgeizigen Sportler los.

Der Grashüpfer sprang in riesigen Sätzen über die langen Grashalme und die Spinne hangelte sich geschwind an ihren langen Fäden von Blume zu Blume.

„Platz da!“, schrie der Tausendfüßler und sauste mit seinen vielen Beinen zwischen den hohen Stängeln hindurch.



Oje, was für ein Durcheinander, als sich seine Schnürsenkel verfangen und er das Gleichgewicht verlor.

Der Marienkäfer lachte laut oben in der Luft, bis er eine ahnungslose Biene beim Nektarsammeln streifte und unsanft zu Boden stürzte. Zum Glück schützte ihn sein harter Panzer, nur ein Flügel war verknickt.

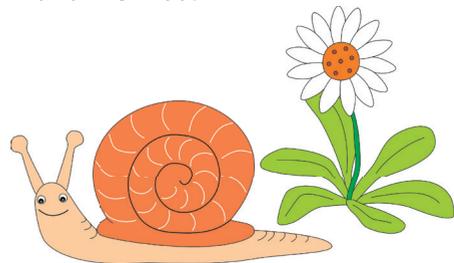
Der Grashüpfer und die Spinne lieferten sich darauf ein spannendes Kopf-an-Kopf-Rennen. Aber, was war das? Als der Grashüpfer die Spinne mit einem riesigen Satz hinter sich lassen wollte, verfang er sich

in ihren Fäden und verknackste sich den Knöchel.



Nun war die Spinne sich ihres Sieges so sicher, dass sie sich eine kleine Pause gönnte und alle acht Beine genüsslich in die Sonne streckte. – kurz darauf war sie eingeschlafen.

Nur wenige Stunden später kroch die gemütliche Schnecke als Siegerin durchs Ziel und wunderte sich nicht besonders: „Wie schade, niemand mehr da.“



Mit freundlicher Genehmigung nach Julia Meumann, erschienen in der Kinderzeitschrift GECKO

**Rasende rennen offene  
Falltüren ein.**

Manfred Hinrich

**Geschwindigkeit ist  
kein Gradmesser für Können.**

Friedrich Löchner