

# Inhaltsverzeichnis

	Vorwort . . . . .	9
	I. Einleitung	
1.	Problemstellung. . . . .	13
2.	Zielsetzung und Vorgehen. . . . .	20
3.	Begriffsklärung . . . . .	27
	II. Hauptteil	
1.	Die Was-Frage	
1.1	Einleitung. . . . .	31
1.2	Zur Etymologie des Wortes »Rhythmus« . . . . .	32
1.3	Verschiedene Definitionsversuche . . . . .	35
1.3.1	Der naturwissenschaftliche Ansatz . . . . .	37
1.3.2	Der geisteswissenschaftliche Ansatz . . . . .	47
1.3.3	Der anthroposophische Ansatz. . . . .	70
1.4	Zusammenfassung . . . . .	73
2.	Die Wann-Frage	
2.1	Einleitung. . . . .	78
2.2	Allgemeine Gedanken zur Zeit und ihrer Beziehung zum Rhythmus. . . . .	79
2.3	Die Bedeutung des Rhythmus für die Anfänge der Zeitrechnung. . . . .	86
2.4	Die Bedeutung des Rhythmus in der gegenwärtigen Zeitrechnung. . . . .	102

2.4.1	Allgemeines zur Zeitrechnung . . . . .	102
2.4.2	Der Tag . . . . .	105
2.4.3	Die Woche . . . . .	108
2.4.4	Der Monat . . . . .	113
2.4.5	Das Jahr . . . . .	115
2.5	Die Rhythmuskforschung . . . . .	119
2.6	Zusammenfassung . . . . .	122
3.	Die Wo-Frage	
3.1	Einleitung. . . . .	124
3.2	Außermenschliche Rhythmen . . . . .	127
3.2.1	Rhythmen in der unbelebten Natur . . . . .	127
3.2.2	Rhythmen im Pflanzen- und Tierreich . . . . .	130
3.3	Rhythmus und Mensch . . . . .	146
3.3.1	Rhythmen im menschlichen Körper . . . . .	147
3.3.2	Der Rhythmus im pränatalen Leben . . . . .	168
3.3.3	Der Rhythmus in der Entwicklung. . . . .	178
3.3.4	Rhythmen im emotionalen Leben . . . . .	187
3.3.5	Der Schlaf-Wach-Rhythmus . . . . .	205
3.3.6	Rhythmus im Kinderspiel . . . . .	221
3.3.7	Rhythmus und Leistung . . . . .	234
3.3.8	Rhythmus und Arbeit . . . . .	249
3.3.9	Der Eigenrhythmus. . . . .	253
3.4	Zusammenfassung . . . . .	256
	Intermezzo . . . . .	259
4.	Die Wie-Frage	
4.1	Einleitung. . . . .	263
4.2	Der Rhythmus im weiteren Sinne als Element der heilpädagogischen Förderung . . . . .	267
4.2.1	Der Rhythmus als Möglichkeit einer ganzheitlichen Förderung. . . . .	267
4.2.1.1	Der motorische Bereich . . . . .	269

4.2.1.2	Der emotionale Bereich . . . . .	269
4.2.1.3	Der kognitive Bereich . . . . .	279
4.2.1.4	Der soziale Bereich . . . . .	281
X 4.2.2	Der Rhythmus als Element des heilpädagogischen Unterrichts . . . . .	282
4.2.2.1	Der Rhythmus als Gliederung des Unterrichts . . . . .	282
4.2.2.2	Die Beachtung des Entwicklungsrhythmus . . . . .	287
4.3	Der Rhythmus im weiteren Sinne als Element der heilpädagogischen Lebensgestaltung . . . . .	296
4.3.1	Der Tag . . . . .	298
4.3.2	Die Woche . . . . .	301
4.3.3	Der Monat . . . . .	304
4.3.4	Das Jahr . . . . .	305
4.3.5	Der Rhythmus im weiteren Sinne als Element der Festgestaltung und der religiösen Erziehung. . . . .	308
4.4	Zusammenfassung . . . . .	322
5.	Die Warum-Wozu-Frage	
5.1	Einleitung. . . . .	324
5.2	Raum und Zeit als Grunddimensionen des Menschseins . .	326
5.2.1	Aspekte zum Raum . . . . .	327
5.2.2	Aspekte zur Zeit . . . . .	336
5.3	Der Rhythmus als Verbindung zwischen Mensch und Welt .	347
5.4	Die Wesensmerkmale: Wiederholung, Polarität und Elastizität . . . . .	358
5.5	Die Bedeutung des Rhythmus für das heilpädagogische Denken . . . . .	387
5.6	Zusammenfassung . . . . .	395

### III. Schlußteil

1.	Zusammenfassung . . . . .	401
2.	Bibliographie. . . . .	408