

Inhalt:

Hans Günther Homfeldt

Einführende Überlegungen

7

I. Ernährungsästhetik und Eßverhalten

17

Ines Heindl

1. Einführung: Ernähren und Sinnesarbeit

17

Inge Bacher, Ines Heindl

2. Mit allen Sinnen den Eßalltag erschließen

22

Werner Lauff

3. Gegessen wird mit den Sinnen - ernährt wird mit dem Verstand

34

Wolfgang Schmid

A. Ganzheitliches Wahrnehmen durch Hemisphären-Synchronisation

51

II. Sinnliche Wahrnehmung und Bewegungsästhetik

63

Barbara Schwaner-Heitmann

X 1. Wahrnehmen, spüren, genießen - ein Teil persönlicher Gesundheitsbildung

63

Barbara Schwaner-Heitmann, Holger Heitmann

2. Sinnliche Wahrnehmung und Bewegungsästhetik. Eine Praxisreflexion

68

Barbara Haselbach

X 3. Wahrnehmung und Gestaltung

76

Eckart Balz

4. Sinnliche Bewegung - Gesunder Sport

85

Hans Günther Homfeldt

B. Selbsterziehung - ein wichtiges Element pädagogischer Ausbildung

99

III. Körperbewußtsein - Kleidungsbewußtsein 112

Traute El Gebali-Rüter

1. Von Körperbeherrschung durch Kleidung zu
Selbst-Bewußtsein in Kleidung 112

Marita Bechthold

2. Gesundsein in Kleidern 119

Eva Schmidt

3. Was wir auf dem Leibe tragen.
Zur Erschließung der materialen Komponente von Kleidung 130

Brigitte Beyer

4. Körperbewußtsein - Kleidungsbewußtsein.
Versuch einer neuen didaktischen Annäherung 144

Reinhard Tausch

- X** C. Förderlicher Umgang mit seelisch-körperlichen Streß-
Belastungen - Möglichkeiten für Erwachsene und Jugendliche 155

**IV. Naturwahrnehmung - Umweltverständnis -
Mitweltbewußtsein** 173

Wilfried Probst

1. Einführende Überlegungen 173

Karl Schilke

2. Immer der Nase nach 185

Karl Kuhn

3. Naturbeobachtungen im Herbst 189

Boje Maaßen

4. Naturerleben im Wattenmeer 206

Willm Prasse

5. Lernen und Naturerleben: Reflexionen zur Naturwahrnehmung 221

Jürgen Funke

- D.** Spüren - Fühlen - Wissen. Resonanzen zu einer Praxis 242

Autoren- und Autorinnenverzeichnis 250