

# **Habt ihr beim Sportunterricht Angst, dass etwas passieren könnte?**

**Beitrag von „ögretmen“ vom 8. Januar 2009 23:10**

hallo juna,

ich kenne das zu gut, ständig alles im sport kontrollieren zu müssen, aufzupassen, den atem an zu halten, wenn es irgendwie hoch. tief oder wackelig wird. ich habe mich in deinem beitrag sehr gut wieder erkannt!

Ich kann dir nur sagen, dass das von zeit zu zeit schwächer wird und ich mir immer vor augen halte, wie meine sportausbilderin irgendwann erzählt hat, dass sich mal ein schüler bei ihr beim bloßen rennen die fußsohle abgelaufen hat!!! es war wohl genauso schlimm, wie es sich anhört. deswegen kann ich dir nur sagen, dass immer, überall und in jeder situation etwas passieren kann und du schnell versuchen musst alles etwas gelassener zu sehen, wenn das irgendwie geht :))

liebe grüße\*\*.