

# Angst vor Bällen im Sportunterricht

**Beitrag von „Panic“ vom 27. September 2009 22:12**

Bin kein Sportlehrer, aber nur so als Idee:

Lass sie erstmal nicht mitmachen, wenn sie das will. Evtl. kann sie in der Zeit mit einer Freundin, die gut im Ballspiel ist mit Softbällen fangen trainieren.

Und wie wäre es, wenn sie anfänglich mit einem Helm (Fahrradhelm, oder noch besser Rugbyhelm) mitspielen kann. Ich denke, vor der Klasse weinen ist schon unangenehm genug, da wird das mit dem Helm nicht peinlicher.

Denke dass nur, da ich z.B. reite und als mein Pferd mal eine Phase hatte, in der es stieg, bin ich nur mit so einem Motorradfahrer-Rückenpanzer geritten. So fühlte ich mich sicher und war wieder handlungsfähig statt erstarrt.