

姜建志

的 受 傷 經 驗

事件	<p>我在籃球的後面和朋友一起玩球，有人來搶球，我就先累到氣喘吁吁。又有人來搶球，我就先累到氣喘吁吁。</p>
----	---

想一一想想你都做到了嗎？
 (做到的打√，沒做到的打×)

在適當的場地作適當的事

正確使用活動器材

配戴防護用具

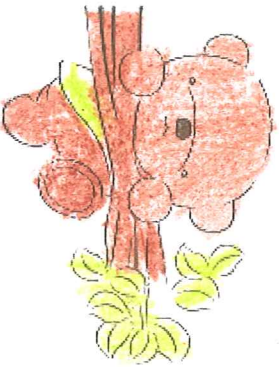
做暖身操

你覺得是因為什麼原因造成你受傷的呢？

有人拿到球了
 又有人要搶球。

下次活動前，你可以做什麼或注意一些什麼來降低受傷的機會？

要在場上搶球。



洪敬喻

的 受 傷 經 驗

事件

我在上車道的時候，我在球場跑步的時候就每每受傷

想一想——你想你都做到嗎？

做到我的打勾，沒做到的打叉

在另適的當地的場地作適的當的事

✓

正確地使用活動器器材

✓

配戴防護用具

✗

做暖身操

✗

你覺得是因為什麼原因造成你受傷呢？

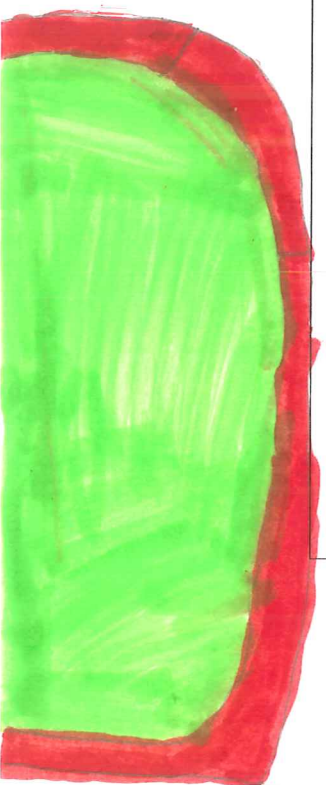
因為打球 思我不知為何

下次活動前，你可以做什麼或注意一些什麼來降低受傷的機會？

我下次活動前我要跑步只一、二步



洪敬喻 18



郭軒呈

的 受 傷 經 驗

上午打球打受傷打出了一个口子

事件

想一想你都做到了嗎？

(做到的打√，沒做到的打X)

在另適的場地作適的事

√

正確使用活動器器材

√

配戴防護用具

X

做暖身操

√

你覺得是因為什麼原因造成你受傷的呢？

沒心思看球

下次活動前，你可以做什麼或注意一些什麼來降低受傷的機會？

出心看球不要
玩

