水域安全教案-高二上-術科(抽筋自解)

學習單

班級: 座號: 姓名

1. 為何水中比陸地上更容易抽筋？
2. 該如何預防抽筋？
3. 請選擇身體的兩個部位，並說明該部位在水中抽筋後如何伸展的正確步驟