

教學卓越計畫First Mile《游泳訓練班》落實學生水上安全教育

◎ 北港分部教學卓越辦公室 黃靖倫 2010-11-30

有鑒於游泳已是全民必備之技能，教學卓越計畫First Mile規劃游泳訓練班，以落實學生水上安全教育，培養游泳運動技能，以達自救之安全觀念及技巧。在課程中分爲A、B二組以小班教學，由王文郁老師、林家瑜老師各搭配一位助教，依每位學生程度不同指導，從完全不敢下水、只會漂漂到不會換氣，種種情形對症下藥，幾乎每位泳訓班成員都能游出好幾公尺，教學成效顯著。

· 「教學心得」分享

運醫一 劉郁新：「協助教學除了可以增加與人互動的機會，亦能學習教練的教學方法。」

護理一 陳柏州：「藉由這次的游泳TA機會，不僅是在教學上有明顯的成長，經驗的累積及在個人泳技上也有不小的助益，可謂教學相長。」

· 「學習心得」分享

公衛一 洪鈺琇：「經過泳訓班這樣一個月的訓練下來，原本不會自由式換氣的我，逐漸在老師的帶領之下，學會了換氣和正確的自由式游泳姿勢，這讓我很有成就感，對我來說游泳似乎已經不是那麼可怕的一件事了。」

醫技一 謝昶庭：「參加泳訓班的期間，即使遭逢颱風及期中考前的壓力，我仍堅持一定要去上課，因為我心中有個信念及目標《一定要學會自由式!》感謝泳訓班王文郁老師，在短短的五天內，使我成功習得自由式正確划手、換氣及仰式划手。老師會針對每個人的情況深入指導，並且精確回答我們所有問題，真的超讚!」

【相關圖片】



相關泳池安全注意事項教育



基礎漂浮打水練習



換氣教學—頭貼手轉，以手為軸心



游泳助教劉郁新蝶式教學



滑水手勢指正



針對每位學生狀況一對一指導

資料來源：http://www.cmu.edu.tw/news_detail.php?id=1328