

## 游泳期末報告

一開始選到這堂課時，本來想要退掉的，但在上了一次課程後就打消了這個念頭，上課方式跟以往小時候學到的游泳方式不一樣，小時候老師就只是把動作交給我們，並沒有顧慮到大家是否可以放鬆的問題，以及有些同學很怕水，連基本的自救都有困難，但是陳老師卻不是如此，而是從適水性開始教導大家，從最基礎的動作教導大家，以及不會因為時間上的問題而一直催趕大家進度，讓進度較慢的同學不會怕感不上大家而緊張甚至是放棄，而我從飄浮都有問題，到現在能夠來回游好幾趟，甚至是大家聞風喪膽的「蝶式」，也能輕鬆的達成。

有別於以往的上課方式以及抱持的游泳方式不一樣，老師總說：「要游的優雅，能游慢才是厲害。」，也讓我心中的壓力減少許多，到後來反而是自主的練習居多，即便為了準備考試而筋疲力竭，但是也讓我對游泳產生了新的興趣。