

附件三(必填)

● 指導老師專長資格

姓名：

個人身分資料及教育背景：

經歷：

松山高級職業學校游泳校隊 (82-84 年)

輔仁大學體育學系游泳專長 (84-87 年)

經歷：

魏 民權游泳池負責人兼總教練 (88-111 年)

魏 新明國小游泳池總教練 (106-108 年)

魏 竹東泳欣游泳池教練團顧問 (89-95 年)

魏 頭份游泳池教練團顧問 (90-91 年)

平興國中游泳池總教練 (107-109 年)

魏 中華民國海爆協會游泳教練專任講師

魏 桃園市啟航人才培訓協會理事長暨游泳教練專任講師

魏 全國大專杯、分齡游泳裁判

魏 88-111 年間學校游泳社團指導教練

(興國國小、中壢國小、文化國小、富台國小、華勛國小、復旦國小、元生國小、新屋國小、新明國小、新街國小、中原國小、頭洲國小、內壢國中、東興國中、中壢國中)



相關證書或得獎證明

相關證書或得獎證明



教學成果照

教學成果照

附件四之 2(必填)

桃園市中壢區中原國小 111 學年度下學期【週三游泳】社團課程設計表

堂次	教學內容			備 註
	初級	中級	高級	
1	認識泳池環境、上課注意事項及泳池安全宣導，依能力分組			
	水中適應 憋氣講解+練習	漂浮+水中站立複習 蹬牆漂浮+打水複習	自由式綜合練習	
2	水中走路 韻律呼吸講解+練習	自由式原地划手 練習(水面上、水面下) 自由式手腳配合	自由式綜合練習 仰式綜合練習	
3	藉物漂浮講解+練習 漂浮站立講解+練習	自由式換氣加強練習 仰式漂浮練習 仰式漂浮打水	自由式綜合練習 自由式轉仰式練習	
4	打水講解+練習 漂浮+打水練習	自由式綜合練習 仰式划水介紹 仰式雙手划水練習	水中自救練習 (藉物漂浮、水母漂、仰漂) 蛙式介紹	
5	自由式划手講解 自由式划手練習	自由式綜合練習 水中自救介紹 (藉物漂浮、水母漂)	蛙腳講解+練習 蛙手介紹+練習 蛙式綜合練習	
6	自由式換氣介紹 原地換氣練習	自由式綜合練習 仰式綜合練習	自由式綜合練習 仰式綜合練習 蛙式手腳配合	
7	自由式換氣練習 原地划手+換氣練習	自由式綜合練習 自由式轉仰式練習	蝶腰介紹 蝶式練習 蝶式節奏練習	
	游泳檢測			
8	水中自救介紹 水母漂講解+練習 水中自救練習	(藉物漂浮、水母漂、仰漂) 蛙腳介紹	蝶式划手練習 蝶式換氣介紹	
	游泳檢測、授予證書			
9				
10				

※上課日期若逢指導教師參賽或其他請假事項等，請與學務處聯繫討論後，自行與學生家長聯繫並以紙本通知順延補課日；停補課以一次為限，務必上滿 15 堂課(若因週數不足，則退費處理)