

臺北市立北安國民中學 115 學年度第一學期社團活動教學進度表

社團名稱	游泳社	預計招收人數	18 人
教師姓名	謝勳毅	上課地點	本校游泳館
社團簡介	藉由課程安排，教導水中自救及增進游泳技能，進而鍛鍊體能。		
器材	自備泳具	材料費用	無
週 次	日 期	上課內容	
五	115 年 10 月 2 日	基本能力測試	
七	115 年 10 月 16 日	水中安全求生	
八	115 年 10 月 23 日	基本泳姿練習	
九	115 年 10 月 30 日	水中安全求生	
十一	115 年 11 月 13 日	游泳姿勢調整	
十二	115 年 11 月 20 日	水中安全求生	
十四	115 年 12 月 4 日	游泳姿勢調整	
十五	115 年 12 月 11 日	成果發表會	