游泳運動分析報告

學號：

姓名：

中華民國110年6月30日

報告文件排版規格說明及檢核表

|  |  |
| --- | --- |
| 檢核説明 | 自行檢核 |
| 1. 邊界與字型：左邊界：**3CM**。右邊界：**2CM。**上邊界：3**CM。**下邊界：**2CM**。字型：**微軟正黑體**。 |  |
| 1. 以「**多層次清單**」及「**樣式**」功能編輯及管理文件。 |  |
| 1. 報告字數：至**少3000字** |  |
| 1. 內容應包含**文字**、**圖片**、**表格**。 |  |
| 1. 檔案名稱：**學號**＋**姓名**＋**游泳畢業資格**＋**日期** |  |

繳交及審查說明：

1. 繳交方式：請繳交至黃三峰老師的Line：sport.mac。
2. 審查原則：內文檢閱、結構邏輯、格式排版，未通過審查，請依審查意見進行修改，繳交前請自行確認。
3. 報告繳交：審查通過後，請列印文件作為畢業資格審查。
4. 繳交期限：110年7月7日（星期三）下午5時截止。

目錄

[壹、 游泳運動的發展 4](#_Toc75333490)

[貳、 游泳國際競賽成績 5](#_Toc75333491)

[參、 游泳技術的動作分析 6](#_Toc75333492)

[一、 換氣動作 6](#_Toc75333493)

[二、 腳部打水動作 6](#_Toc75333494)

[三、 手部推水動作 6](#_Toc75333495)

[四、 轉身出發動作 6](#_Toc75333496)

[五、 跳水出發動作 6](#_Toc75333497)

[肆、 游泳運動的學習及訓練方式 7](#_Toc75333498)

[伍、 結論或學習心得 8](#_Toc75333499)

[陸、 參考來源： 9](#_Toc75333500)

# 游泳運動的發展

# 游泳的國際競賽成績

# 游泳技術的動作分析

## 換氣動作

## 腳部打水動作

## 手部推水動作

## 轉身出發動作

## 跳水出發動作

# 游泳運動的學習及訓練方式

# 結論或學習心得

# 參考來源：