

防身術課程心得

資管二乙 407402382 陳佩淇

一直以來都想學跆拳道，這學期總算是踏出了我人生的一小步，從防身術學起。

可能是因為自己從小就正義感爆棚，但是從沒贏過打架，也可能是因為高中看跆拳道社的朋友打拳踢腿覺得好帥氣，我的心裡面總是有個小小的聲音在呼喚，呼喚我一定要在大學畢業前嘗試一下那種自信和帥氣的感覺。

選這堂課是經過家裡的反對的，因為小時候和人吵架之後被人從後面拉椅子摔過一次，被醫生診斷不能再摔傷了，所以體育課的跳馬、翻滾都是我從沒有嘗試過的。於我而言光是選這門課就是一件必須鼓起勇氣的事情，每次上課都感覺是背著爸媽偷偷出門玩的那種刺激和快感。

就這樣開心的選上了課，開啟每週二下午偷偷防身術的美好學期。一開始我本來打算選個男生當隊友的，以實現小時候摔男生的夢想，好好打一學期。不過後來發現系上同班的朋友也跟我選同一門，而且班上男生看起來都挺彪悍的，所以我自然地從善如流，和可愛的芸毓組隊了~和認識的朋友一起練習防身術的好處是，我知道她絕不會放水的。而且芸毓以前學過跆拳道，每次陪練的同時都一邊糾正我動作一邊安慰我會進步的，真的是個仙女。（一堂課同時提升自我價值和收穫友情，完美。）

一開始的擒拿術學了好幾個星期，每次上完課走回家的路上，我都在腦子裡一邊複習動作的流程，一邊想象走在前面的人要生擒我，然後我帥氣的把人給打了。就這樣，每個週二不僅是刺激的偷偷防身術，回家過程更是歡快又充滿想象力。

到了學期後半，在練習護身倒法的時候，我必須承認我是那個不會翻滾（也不能翻滾）的同學。每次上課看著別人能翻我不能翻，感覺挺不好意思的，進一步的就覺得大家的程度都太好了，身手好矯健。（可是我還是有牢牢地記住護身倒法的要領的，希望自己永遠不要用到就是了。）接著我們練習了奪刀術，我的媽呀光是假刀我都好害怕。那個假刀的威懾力太強了，我都不敢真做出來刺人的動作，感覺自己離犯罪只差一個理智線的距離。

不能上完奪刀術的全部課程是整堂課最遺憾的事情了，但是整學期我的收穫已經大大的超過我的預期，我已經非常滿足了。這堂課是我這學期的小確幸，是我人生中的小小一步，也是一個非常值得紀念的，走出舒適圈的一段經歷。很開心也很幸運遇到了風趣有料的老師，認真可愛的同學，還有最棒的芸毓。希望疫情解封了之後，還能有機會選跆拳道的課！