這學期選修游泳，在教每個新泳姿的第一堂課的時候，都會講解一次泳姿需要注意的地方，和容易出錯的地方，雖然之前已經有學過一次了，可是重新聽一次之後，還是會發現自己有些地方平常都含糊過去，並沒有特別注意到，能讓我重新檢視自己的動作。

讓比較會游的人能自行去加強體能和泳姿的正確，然後花時間去教初學者，我覺得這樣的方式很好，可是有時候我在旁邊自行練習，但又有點不太確定自己的姿勢到底有沒有到很標準，可是又不想和初學者一樣重頭開始練。希望可以花一些時間看一下其他人的姿勢，適時的矯正一下。

有點像是現在只有初級班和高級班，可是像我的能力就有點不知道該去哪邊，整學期練下來，雖然有進步但是好像沒有之前從初級進步到中級那麼多，感覺離高級還有很長一段距離，雖然說這應該很正常但有點沒有練習的方向。