

寶吉祥文史教育協會第二屆中小學生成語故事徵文比賽
(電腦打字格式)

篇名：破釜沉舟-我學會了游泳

七月，蔚藍的天空上，如火爐般的太陽熱得使人喘不過氣來，當我在泳池中自由自在如魚般穿梭時，情不自禁的露出欣喜的笑容，歷歷在目的回憶就像播放的電影，一幕幕在眼前出神入化播放中。

俗話說：「水能載舟，亦能覆舟。」水是生命不可或缺之元素，但是它亦能瞬間變身為無形殺手，在我小時候，與家人度假在泳池中玩耍之際，突然腳滑了，水面淹沒我整個人，隨之而來的是水下的沉靜與漸漸不足的氧氣，只能看見我試著求救的小手在水面上抖動著，幸運的是父親在危急之下將我整個抬到岸邊，曾有過這次刻苦銘心的經驗後，我更堅定務必學會游泳才能自救的信念！原本2021年已預計開始學游泳，卻因疫情打亂了所有的計畫，被迫延遲在一年後的暑假，時間來到2022年的炎夏，小時的陰影讓我連洗頭都會非常懼怕水滴到臉上的感覺，每次去泳池或海邊時，我都只敢在岸邊觀看，可是我非常嚮往漂在海面看海天連成一線的畫面，一直有這樣想法的我替自己訂了目標，就是學會一個泳式往前游動，我央求母親找教練報名，怕自己有臨陣脫逃的念頭，我決定用手邊所有零用錢報名游泳課程，逼迫自己每當放棄的念頭閃過時，會令我格外珍惜這是用自己的零用錢報名的游泳課程的機會。

一開始，我先在家透過每天洗頭讓水可以直接沖洗的經驗後，讓自己習慣不再懼怕水後，才能跨越心中的那一道障礙，七上八下再度來到泳池邊，心中還是怕嗆水和沉水降臨，於是我努力聽從教練每一步的指導，教練牽著我信心喊話：「不要緊張，放輕鬆就會浮起來。」我嘗試放輕鬆憋氣後便能仰漂浮在水面上，出乎意料之外，我竟能像樹葉一樣飄在水上，感到雀躍不已，但教練告訴我這是學游泳成功的第一步，這更意味著學習的路途上，有更多的關卡等著我去破解。

每天回家我會按照教練的教學練習憋氣20秒以上，在我學會仰漂還不會換氣時，教練先教我自由式正確的划手和踢水，接著二周內我全力以赴在泳池中不斷反覆練習划手和踢水，每天不間斷的練習，如願以償我能正確的划手和踢水了！接著學習蛙式換氣，深吸一口氣後在水裡慢慢把氣吐掉，水上冒出泡泡，代表成功換氣，在某次練習過程中，茅塞頓開的摸索出蛙式換氣，趁勝追擊下教練教導我蛙式換氣技巧並配合手的技巧，成功解鎖蛙式換氣的目標！接著兩周的時間，我持續不懈的學自由式，搭配換氣時，總是無法順利將臉部吸吐氣搭配身體的動作，左右手划手切換一直無法順暢銜接，重覆的練習後察覺轉頭時才吐氣，導致無法深吸到空氣繼續後面的動作，發現盲點後的我，便努力去突破瓶頸並加強練習時間及頻率，皇天不負有心人，我順利的用自由式往前游動了10公尺！縱使我還有很多進步的空間，意料之外的成果令我勇氣倍增，後面的訓練令我如魚得水。

經過兩個月暑假學習過程中，從恐懼到熟悉，從失敗到習慣，本不是一件簡單的事，每天對自己信心喊話，這不是艱難的事，不辭辛勞去反覆練習，從錯誤中修正調整自己的動作，每一次的成功都是信心的養分，愛因斯坦曾說：「只有放棄嘗試的，才是失敗者」驗證了只要不放棄，沒有不可能完成的事，堅持不懈的信念始終能品嚐到成功的甜美果實！



第三名 0125 〈破釜沈舟—我學會了游泳〉

決審評語 A

本篇是一篇完整的長文，詳細敘述從懼怕水到學會游泳的過程，全文條理清晰，有許多細節的描寫，是本文的優點。其中以所有零用錢報名游泳課程，以逼迫自己不要放棄，亦可符合「破釜沈舟」題旨。但有些詞彙的誤用，例如：「出神入化播放中」、「怕嗆水和沉水降臨」等，此外「不辭辛勞去反覆練習」一般也不會形容自己，以及過多的形容詞，皆使得全文顯得僵硬不自然。但圖畫的部分則每格都生動的講述一個完整的故事。特別是水的動態效果和人物的表情細節，讓畫面充滿生命力。

決審評語 B

如果此篇真是三年級小學生所寫，沒有家長的「熱情參與」，那這文筆是超齡的成熟。用詞造句熟練不青澀，行文流暢。

作者鉅細靡遺地描述學習游泳的過程，生動活潑，情感真誠。

圖畫得很好，配合文章將游泳時的不同角度與情境描繪出來，構圖用色俱佳。