

【體育2.0特寫】郭馥滋接續USR行動 建立樂齡學習樂園

趨勢巨流河

自從107學年執行USR Hub計畫，體育處開始經營樂齡運動課程，建立口碑之後，不只夫妻檔一起來，連親朋好友都「吃好道相報」，現在Line群上人數超過400人，每天從早到晚，群組上傳訊叮叮咚咚熱鬧不斷。老學生們跟緊Line上的活動訊息，個個都成為鐵粉。這學期開設的「樂齡運動班」，兩班共超過130人的名額，老同學們都早早準備好上線搶課，報名在4分鐘之內就額滿。

隨著執行樂齡運動，連結在地深耕，推動樂活健康，兼任體育處秘書的助理教授郭馥滋在112學年度嘗試性的提出青銀共學的計畫「哈囉！我的資深同學！」受青銀雙方好評，不僅讓「資深同學」們都想再來重修，也成功地把課堂中低頭滑手機的大學生找回來。113年再次挑戰，以有氧舞蹈課程提案，持續促進「代間學習」，讓「老大人」刺激大學生對健康與運動的重視，也將挑戰青銀共學的極限。

曾經為臺北市衛生局「高齡者運動」教學影片作示範，累積百萬點閱率的她，受到這群資深同學的愛戴，背後一步一腳印投入與人心力付出不在話下，但她樂在其中：「教學就是讓人開心的事，再累都值得。」（文／賴映秀）







