

卓越養生太極八法

◎ 衛生保健組 何文照 2010-09-12

結合本校中西醫學整合之特色並重中西醫學之教學與研究，為弘揚創校精神與精髓，結合保健、養生與預防醫學，由教學卓越計畫及學務處衛生保健組合辦99學年醫學系及中醫系約232參加新生訓練課程中推廣「太極八法」以太極簡易八式多元推廣中醫養生學、融入體育教學為技能學習，中學西用，實證醫學之鍛鍊，從基本、可近性與易學開始，練習太極拳可以強健體魄、修養心性，提升健康與學習效能，將進一步結合學習，進行深入性與全面性配合教學卓越，對於課業、人際與心靈相關活動措施推廣，深度與廣度兼具，必能培養終身運動習慣，強身好學，中西合璧，發揚傳統創校精髓，德智體群美五育並進，教學相長，永續卓越，追求天人合一之最高境界，成長服務學習。

【相關圖片】



由中醫系馬培德老師教學學科



由中醫系何宗融老師教學學科



動作整齊



細說太極八法動作



新鮮人認真學習

資料來源：[http://www.cmu.edu.tw/news\\_detail.php?id=1093](http://www.cmu.edu.tw/news_detail.php?id=1093)