



國立臺灣科技大學海外研習心得

姓名：徐O昇

系所：應用科技學位學程

學號：B10503003

研習學期：

106 學年度第 2 學期



交換國家/學校：中國大陸



研習學校授課語言：中文



研習期間：

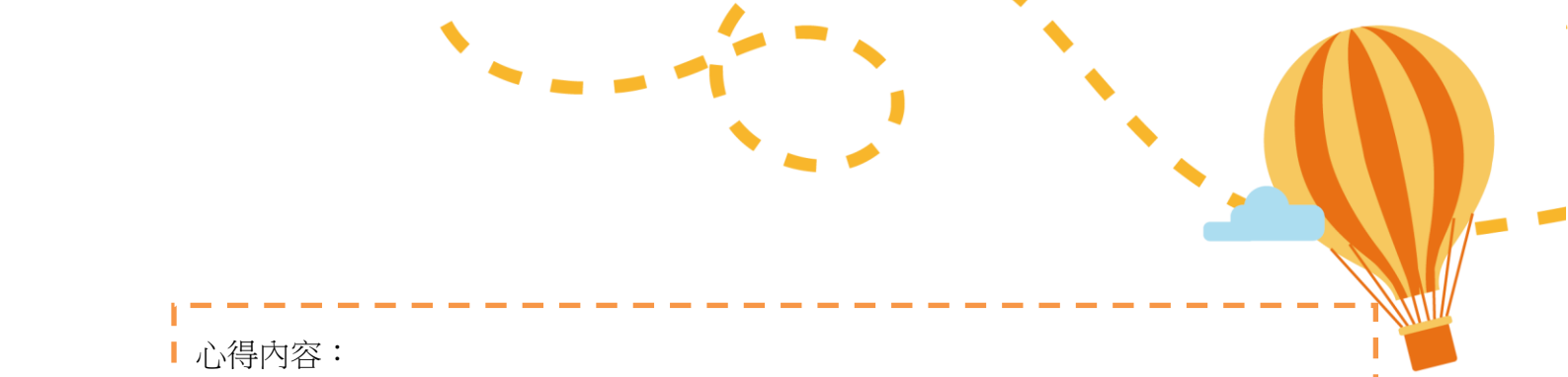
107/03/03~ 107/07/24

2000字報告必須包含下列幾項：

- 一、行前準備
- 二、修課介紹
- 三、生活面臨的困難與解決方法
- 四、心得分享
- 五、給學弟妹之建議
- 六、附說明之出國研習照片12張

* 篇幅若不夠請自行複製使用





心得內容：

一、前言：

成為交換學生一直是我所憧憬的經歷，能夠透過這樣的機會和世界接軌，真正跨出去，透過一學期的時間，去認識、探索世界，感受文化的不同，也更深入認識自己。

我認為，要對一個國家有所認識，首都肯定是極具指標性的選擇。尤其北京位居全中國政治及金融重心，更是許多現代科技與固有歷史的結合地，再加上北京科大附近高校雲集，有非常多機會與特殊專業的人才接觸交流，例：語言、清華、北大等大學，這些的種種，激起我到北科一探究竟的迫切期望。


二、修課介紹：


選課方面，因為我還是大二階段，普通學生在這個階段必修課比較多，因此這次交換我選的課程也是負擔稍重的必修課，共選了四門課，其餘有興趣的課程也會去旁聽，例如我這學期就旁聽了「中國股票市場」、「機械工程專題」等課程，旁聽課程的過程，因為一方面沒有分數壓力，上課起來更自在，很能夠沉浸在老師講述的內容及有趣的實例，有時還能觀察一下課堂中，老師和學生的狀態，藉此稍微了解兩岸教育差異。

大部分的課學期中會有許多作業以及報告等等，但是只有一次期末考試，而期末考的比例約占 70% 左右，相對台科是比較不一樣的配分標準，所以如果修課多的話，在期末階段時間分配就變得格外重要。

三、生活分享：

(1)食：開學第一周，選課、試聽課、退課、辦各種卡，第一周就這麼在慌亂中度過了；第二周，不知道是水土不服還是其他原因，莫名其妙的發燒感冒了，於是，第二周就在發燒中悲慘度過，到了第三周，一切應該都要進入狀況了吧！卻想不到，人生處處有驚喜，平淡的人生我的身體可能不適合，因此，我因為不習慣北京食物的「重油」、「重辣」，牙齦開始出血，並且開始感覺有些鬆動的現象，接下來的兩周左右，我和在學生餐廳賣粥窗口的叔叔成為了好朋友，因為我每天三餐就只能喝粥喝





心得內容：

水，往事不堪回首我想說的可能有些貼切。但後來我也掌握到了訣竅，只要一感覺上火，我就趕緊到超市買水梨，多吃幾個水梨就什麼事都沒有了，所以古時候說：三折肱成良醫是有根據的。

所以也奉勸同學們千萬不要鐵齒，該帶的藥要記得帶，預防性藥品最好也準備一些，以免在異國他鄉之時求助無門。

(2)衣：

剛到北京時我只帶了幾件外套，沒帶什麼厚衣服，因為我非常單純的想，四五月就春暖花開了，帶太多厚衣服到時候回台灣很麻煩，卻沒料到，當時只是三月初，更沒料到的是，北京的天氣是如此俏皮，時不時超冷，或著再下點雨，還很給力的下了一場雪，讓我有幸親眼看見下雪，但說真的我快冷死了。後來實在撐不住，去買了幾件保暖的衣服，就這樣平安的度過了北京的冬天。想一想其實還是挺有趣的，雖然只待了四個多月卻感覺經歷了北京的春夏秋冬，看見了雪也看見了牡丹離開前也趕上了荷花開，為獨缺了北京的楓紅了，期待下次再到北京時能夠一睹楓林大道的風采。

(3)住：


台灣交換生一般住在科大四齋留學生公寓，大部分台灣同學應該都會住在12樓，但是也有個別同學住在不同樓層。住宿一般是兩人一間，每層樓會有一間三人，我個人覺得格局很不討喜，但是空間確實比較大。

(4)行：

我認為科大交通算是很方便，首先，因為許多大學的大學部都已經搬到了郊區，但科大目前還是在海澱區，在科大北門、西門、南門均有公車站牌；東門出去不久也能看見不少商店以及一間大型物美，鄰近的地鐵站為五道口、西土城站，步行過去的時間較久，所以我一般都騎小黃車，大約十五至二十分即可到達。

北京的公交和地鐵票價是低於台北的，加上地鐵線路眾多，四通八達，非常方便，唯一一個問題是，北京在地圖上看似很小，但其實她超大！搭車一小時算是家常便飯了，再加上容易堵車，早、晚高峰，有時走路都





心得內容：

比搭公車還快一點，同樣地鐵在早、晚高峰也是非常驚人的，因此奉勸大家，出門盡量错峰出行。

四、心得及感想：

很開心在這四個月期間認識了來自各地的朋友，許多大陸的夥伴在我剛進學校什麼都不懂的時候熱情地給予我幫助，指導我應該找什麼老師，哪些處室怎麼走，真的讓我的心暖暖的。任課老師也總是很友善且耐心的幫忙解答問題，真的非常感謝！


在這四個月期間我還參加了學院的足球賽和全校的足球賽，沒想到到了北科還能和這麼多有共同興趣的同伴一起踢球，或許平時我們沒有練習沒有交集，但在球場上時，我們卻都彼此肩並肩同一陣線的面對著敵人，或許比賽不是每場都順利，但是我很享受這個比賽的過程，期待著每次的比賽，謝謝你們。

在北京時，應該可以說去過了大部分的景點、公園，在大陸的景點普遍來說都很大，一般來說認真要逛的話一天安排兩三個就已經完全足夠了；而且不只要有時間，體力也是一大考驗，很多人往往走一走就想中途放棄，跑到商店或是百貨去吹冷氣了。

突然想起奧森的永遠走不完和晚上廣場人群的各式活動、紫竹院公園的幽靜和分貝計下的大喇叭、頤和園的大！大！大！和每次都走到不高興、張北的草原、天路和越野車、天津的天津之眼、北戴河的大海和大排檔、謝謝讓我欣賞這麼多此前未見過的美麗的風景，感謝陪伴及幫助我度過交換期間的所有人。

最後，非常感謝北京科大、台灣科大給我這樣的機會，讓我能跨出這一步，有更開闊的視野，不一樣的經歷！

期待有天再回到北京這座城市，看看她的改變，也讓她看看我的不同。





照片說明：

2008年北京奧運場館之一
現為北科大的體育館



照片說明：

學校食堂窗口(早餐)



照片說明：

和其他交換生一起出遊爬
八達嶺長城





照片說明：

北京當年最後也應該是唯一的一次下雪



照片說明：

玉淵潭公園賞櫻



照片說明：

晚上到北京奧林匹克森林公園意外發現超多人在表演和活動





照片說明：

到南京自助旅行時去的中山陵



照片說明：

中國的火車站&高鐵站站台



照片說明：

在北京吃到的一種烤魚，欣賞一下
那辣椒和油



照片說明：

北京鳥巢夜景