

學生出國研修心得報告內容大綱

請於封面上方列標題(標題內容須含：選送生研修學年度/ 學期、
薦送學校系所、年級、中文姓名、前往研修國家及國外研修學校名稱)

研修學年度/學期	107學年度第二學期
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 資訊與財金管理系四年級
中文姓名	尹宜蓁
研修國家	捷克
研修學校	布拉格理工大學
<p>一、緣起</p> <p>一直以來，英語可以說得像母語人士一般流利就是我的夢想。想要將英語說得好，最有效的方式就是天天開口說，但由於英美澳等以英語為母語的國家消費較高，而我的預算有限，因此交換目的地僅將物價相對較低的歐洲國家列入考量。</p> <p>大二時，我投入了北科國際事務處的交換學伴計劃 (Student Buddy Program)，而我的學伴來自捷克布拉格理工大學，因此和捷克締結了特殊的緣分，有一天我也想親眼看看學伴口中說的美麗城市。</p>	

二、研修學校簡介

創立於 1707 年，布拉格理工大學為中歐最古老的大學之一。2018 年，布拉格理工大學位居 QS 世界大學工程技術學院排名第 220 位。布拉格理工大學有著來自全球 117 個國家、超過 3,500 名的國際學生，並設有國際學生社團(International Student Club)執行學伴計劃及籌辦課外活動。

三、國外研修之課程學習(課內)

學習當地語言是融入該國文化常見的方式，再加上自己本身就對學習語言頗感興趣，因此決定選修捷克語言課程。捷克語屬於斯拉夫語系，詞彙和文法上和英文都有很大的差異，尤其動詞隨著主詞不同有多達七種變化，名詞又分為陽性、陰性和中性，應用於句子中甚至連冠詞都要根據名詞的「性別」做變化，這樣的概念是在英文或中文語法裡沒有的，在學習時最大的挑戰莫過於弄懂這變化多端的文法，連捷克文老師都說捷克語是這世界上最複雜的語言之一，有時連捷克人自己也會犯錯。捷克文課程每週只有兩小時，但身在捷克的我們仍可以從日常生活中學習，我認為從生活中學習是能夠讓單字深刻留在腦海裡的好方法，半年下來，我已經可以透過一些關鍵字推測一段捷克文要表達的意思了。

四、國外研修之生活學習(課外)

捷克位於歐陸的中心，便捷的交通網路讓旅行不是件難事，因此我們常利用課餘時間去歐洲各國遊歷。學生時代所讀到的世界史都圍繞著歐洲，而歐洲對於世界的發展及走向都有著無可取代的地位，這樣的背景使得歐洲是最優質的西方歷史課本。大英博物館、柏林圍牆、羅馬競技場、奧斯威辛集中營那些原本只會在教科書裡出現的歷史場景再也不是我讀過，而是我親身去過、親眼看過，這趟交換之旅可以說是「行萬里路，讀萬卷書」最好的體現。

五、與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

1. 課堂上老師與學生互動良好，課堂間老師與學生一來一回地討論是常見的事，而且學生對於不了解的地方也勇於發問
2. 善用網路資源，不論是講義教材、學習資訊、作業都使用網路平台操作，讓同學們透過網路就可以學習
3. 學期提早一個月結束，考試時間可與老師討論後彈性調整

六、研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 全方位提升英語聽說讀寫能力
2. 面對挫折或困難時，能夠冷靜思考處理方式，並快速調適好心情繼續面對接下來的挑戰

3. 規劃旅行駕輕就熟

4. 增加西方歷史、藝術、科學、文化方面等知識

七、感想與建議

「應該很興奮吧？」是在出發前，大家得知我即將赴捷克當交換學生時，最常問我的問題。一個人將要飛往未知的國度生活半年，與其說是興奮，填滿內心的大多是緊張和焦慮。從得知錄取的那一刻開始，辦理簽證、查詢當地生活相關資訊等都是繁瑣卻必要的事前功課，雖然有學長姐的經驗可以參考，但總覺得沒有準備好的一天。

就這樣，我帶著忐忑不安又充滿好奇的心來到布拉格，一場未知的冒險就此展開。機場一出關，就看到捷克學伴舉著我們的名字熱情地迎接我們。我想這就是為什麼許多學校都有交換學伴計劃，讓剛來到陌生環境的交換生不那麼擔心害怕。

「還習慣嗎？」是在抵達布拉格後，大家最常問我的一句話。來到這裡，感受到許多文化衝擊，並發現歐洲人和我們許多生活上的差異，比如去餐廳吃飯時，點飲料是禮貌、多人聚餐時，一定會所有人的餐點都準備好後才一起上菜、地鐵及電車的門必須手動開啟，學校裡甚至有無門電梯。英語有著全球通用語言的地位，但事實上，英語在捷克並非暢行無阻，這對剛開始

完全看不懂也聽不懂捷克文的我們來說有些困擾，前兩個禮拜我們可說是深刻體會了文盲的日子，但正是因為這樣的不便，成為我們努力學習捷克文的動力，上課學、去超市學、搭電車也在學。有一次我們在電車上背捷克文數字，坐在旁邊一名男子看到我們認真的模樣，對我們豎起大拇指，給我們一個讚。除了學習外，身為愛旅行的歐洲交換學生，不善用課餘時間去其他國家旅行就枉費來到這了。在這趟交換旅程中，我走訪了數個國家，旅行對我來說除了是休閒娛樂，也是認識這個世界的方式。我喜歡拜訪大眾較為陌生的國家，比如瑞典、波羅的海三小國，讓我對這些國家不再只是聽過或是只有很粗略的認知，而是了解其歷史和民俗風情。

六個月很快就過完了，當初一度因為找不到交換的目的而想放棄，一波三折的簽證辦理過程曾讓我萌生「為什麼要自找麻煩」的想法，但在這趟交換之旅結束後，我想鼓勵有交換意願的學弟妹們勇往直前，雖然準備過程一點也不輕鬆，但回過頭來絕對不會後悔。

備註：

1. 請依規定大綱項目書寫，但格式不拘，可採用圖文並茂附加插圖
2. 字數限制：至少 2,000 字以上
3. 容量限制：8MB
4. 請另附研修相關照片原檔 20 張

5. 請勿呈現重要個人資料(身份證字號、出生年月日、住址等)

選修學分數上限與下限：上限_____下限_____

是否可跨系選課： 是 否 其他：_____

課程難易度： 困難 普通 容易

學分抵免

- 是否有抵免學分： 有 無
- 學分抵免難易度： 困難 普通 容易
- 抵免學分數：_____堂課，共_____學分
- 當地研修之課程名稱：_Czech Language for Beginner I._ 學分：_2

北科大抵免課程名稱：_____ 學分：_____

_____ 學分：_____

_____ 學分：_____

語言學習資源： 有 無 (如：語言學習中心)

- 是否額外收取費用： 是 否

請簡單說明學習的語言、方式及申請單位等

國際學生社團在新生訓練時會介紹捷克語言及文化課程，國際事務處也會另寄 email 通知。選課方式為於指定期間進入選課系統選擇想要的課程。語言課程提供不同時段及不同等級可選擇，但每班皆有人數限制，如想修習捷克語言的同學應盡早完成選課

住宿

交換學校所提供之住宿選項

- 交換學校宿舍
- 交換學校配合之校外租屋公司
- 交換學校提供之校外租屋資訊

學校是否提供宿舍： 是 否：

校內宿舍型式包含： 單人房 雙人房 其他：_3-4_人房

您採用的住宿方式：

學校宿舍_2_人房 寄宿家庭 自行租屋 其他：_____

其他住宿資訊來源： 研修學校 朋友

網路-網址：_____

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ 4,158 (新台幣) 一週 一個月 一學期

就您所知，其他房型費用：

單人房：\$ 4,620 (新台幣) 一週 一個月 一學期

雙人房：\$ 4,158 (新台幣) 一週 一個月 一學期

多人房：_3_人房：\$ 3,528 (新台幣) 一週 一個月 一學期

交通

研修學校是否有提供接機服務： 是 否

若有，是否收取費用： 是 \$_____ (新台幣) 否

學校附近交通工具 (距離可以步行距離計算)

公車 站名：_____ Dejvická _____ (距學校距離：約4分鐘)

計費方式：_____ 學生票打票起30分鐘內12克朗

火車 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

捷運 站名：_____ Dejvická _____ (距學校距離：約4分鐘)

計費方式：_____ 學生票打票起30分鐘內12克朗

公共自行車 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：_____

其他：_____ 電車 Dejvická 站 _____ (距學校距離：約6分鐘)

計費方式：_____ 學生票打票起30分鐘內12克朗

無

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：_____ 2-32°C

校園內是否有提供無線上網(Wifi)： 有 無

住宿環境是否有提供無線上網(Wifi)： 有 無

當地英語使用普及率： 偏高 普通 偏低

當地物價與台北之比較

例如：捷克布拉格 vs. 台北為 1.2 比 1 (即為當地物價比台北貴 20%)

交換學校所在國家城市與比例 捷克布拉格 vs. 臺北為 1.4 : 1

生活用品採買地點

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

Billa supermarket 位於 Dejvická 電車站旁

Rossmann 位於 Dejvická 電車站旁

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

醫院診所與藥局

學校附近：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

飲食

校園

校內餐廳 宿舍餐廳 宿舍含廚房設備 其他：_____

校外

請大略分享校外附近用餐地點，並以條列式說明

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：_____

餐廳名稱： Vietnamese Restaurant Dua 類型： 越南料理 價位： 30-149 克朗

步行距離： 約 2 分鐘

其他建議

其他建議
