

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	109下學期
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 能源與冷凍空調工程系四年級
中文姓名	張坤宏
研修國家	捷克 Czech Republic
研修學校	Tomas Bata University in Zlin

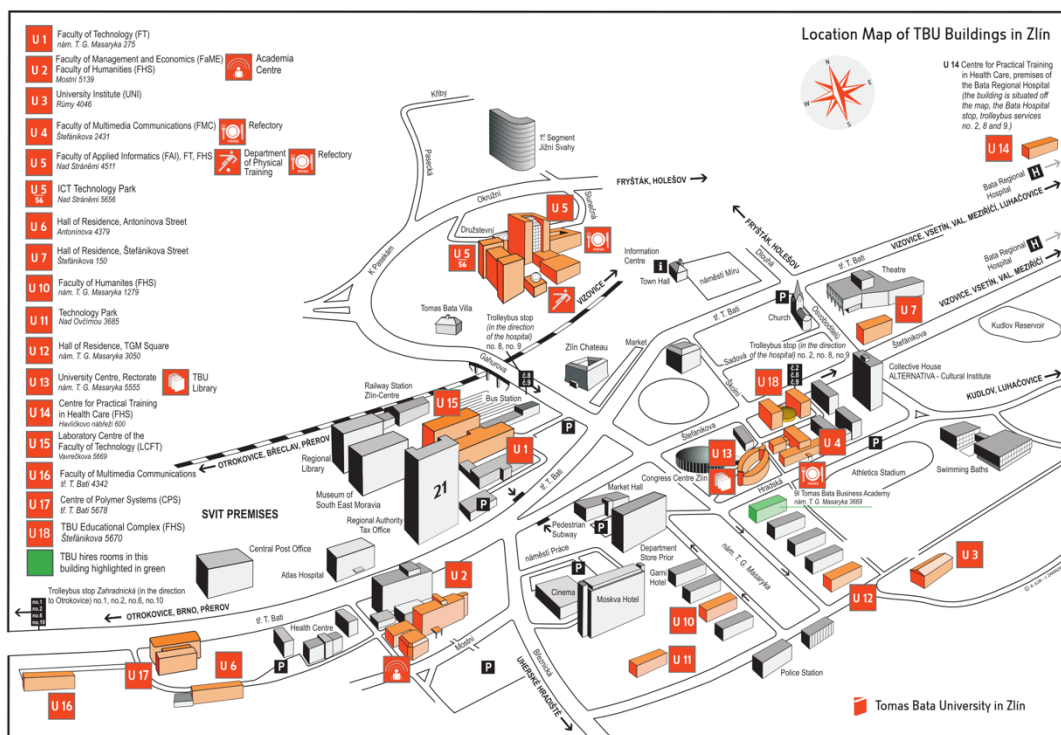
一、緣起

從大一開始，就有點嚮往歐洲大陸的文化、建築、風景、人文，按耐不住的好奇心使我心心念念的做著去歐洲大陸冒險的美夢，因緣際會下知道校內有承辦學生交換的管道及資源，大致上規劃大學四年的時程，我便決定在大四的那年，去實踐我的歐洲美夢。雖然知道可能一路上會花上不少錢，但是幾年打工攢下來的錢加上助學金還有貸款，的確是足夠應付我在國外的開銷，辛苦卻是非常值得。

二、 研修學校簡介



Tomas Bata University in Zlin 是個大學城，不像台灣的大學是規劃在同一個區域上，在小鎮裡，不同學院，不同的教室，座落在不同的地方，與小鎮的居民，店家，公園，超市，生活在同一個大區域這樣，比如我從宿舍光是走路到我的學院就需要大約25分鐘的步行距離。



Zlin小鎮早期是有名的製鞋工廠，Tomas Bata University 就是Bata shoes 創立的，相信來這裡的交換生一定都會知道這件事。超市以及二手商店絕對是這些日子你的好朋友，Zlin雖然小但是也足夠應付生活一切所需了。

三、 國外研修之課程學習(課內)

這學期非常尷尬，因為新冠肺炎疫情關係，我們在學校大約只上了三個星期的課程，學校就被迫停課了，在後來的一個月陸陸續續教授與我們聯繫並且改用線上上課的方式。因為我在台灣的學分已經足夠，因此我只選擇了幾堂課程上課。

首先是我修我所屬的學院課程 Electrotechnice and industrial electronics 很像是台灣的電路學，上課幾週後因為學校停課，教授丟了檔案讓我們自

學，到期末考時再以考試的方式決定是否通過門檻。

再來是其他學院課程，我最喜歡的一堂課 Film Analysis 2 教授上課的方式是會介紹許多電影利用實際的例子——為我們講解，並且會出一個主題，請我們拍攝，並且在上課時候撥出，與大家一起討論優缺點，最後由教授點出影片問題，告訴我們常用的電影拍攝手法技巧等等，讓我們在之後的作業中，拍攝出更完美的作品。雖然自己並不是專業的但是課程的確是大大地讓我對電影相關知識產生興趣。以下我會放上幾部我在課堂自己拍攝的作業影片網址：

Farewell to Gather - <https://youtu.be/qYxP2WA5y30>

Looop - <https://youtu.be/YHfyF0n88Dw>

另外我還有修一門運動類的游泳課，但也是因為疫情關係只上一堂課就被迫停課了，但是可以認識到當地生學生與外籍學生真的是很棒的體驗。

四、 國外研修之生活學習(課外)



與其他交換生聯繫，最好的管道就是參加學校Student Buddy的活動，我在剛到的一週內，有個welcome week活動，每天都有一個活動可以參加，這是最快可以跟其他交換生熟絡方法，我也因此認識很多國家的朋友！還有因為室友是葡萄牙人的關係，我認識了一群葡萄牙女生，我們也相約了幾次到布達佩斯還有波蘭的出遊，有趣的是，從任何互動上還有談話中，可以了解彼此文化的差異，我們會為彼此的日常不一樣感到驚訝，從作息、食物、談吐，甚至是閒聊話題的八卦，過程有趣，也是難能可貴的緣分。可惜的是，因為疫情關係，大部分的交換生都在一兩個月內選擇回到原本的國家，雖然只有短短幾個月的相識，卻足夠產生影響我深遠的

羈絆。

五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉)

我想最大的差別大概就是，學習環境更開放，在上課與教授的互動上是更能夠思考，而不是一昧地接受教授給的東西，當然也更需要自主，因為沒有人有義務幫忙你的任何事情，大多時候都必須要自己解決，在解決問題的能力上，通常能有所增進。因為疫情關係，改為線上課程後，互動較少，我認為上課的效率也是非常的差，這一點我無從比較，不過這讓我知道，上課還是在教室課堂上會比在電腦上有效率就是了。

六、 研修之具體效益(請條列式列舉)

1. 獨立自主的能力
2. 解決問題能力
3. 世界觀的增長
4. 文化差異性的包容
5. 跳脫舒適圈體驗新鮮的事物
6. 挖掘興趣，找尋自己



七、感想與建議

總體來說我覺得我很幸運也很慶幸我有機會能過做出交換的決定，在我即將畢業這個階段，能透過旅程好好認識自己，對我的幫助蠻大的，剛踏上陌生的大地，第一次與陌生人用英文交談，很特別，也讓我知道自己能耐在哪。對我來說不斷嘗試新的東西，讓我的生活很有目標，下廚，攝影，影片剪輯，都是我在疫情下的歐洲生活重心，雖然很可惜蠻辦法看看更多地方，但是這趟旅程已經讓我對自己有足夠的認識，足矣。



「充滿著不確定性，更令我著迷」

我並沒有完全準備好，但是這就是令我驚喜的地方，在自己最大的限度下，勇於嘗試，就會發現很多令人意想不到的事情。只需要勇氣！

赴外研修調查表

姓名：能源與冷凍空調工程系 / 四年級 所屬系所 / 年級：

聯絡資訊(同意公開)：randy861227@gmail.com

研修國家：捷克 研修學校：Tomas Bata University in Zlin

研修學期：☐上學期 ☒下學期

當地研修科系：**Faculty of Applied Informatics**

研修期間：西元 2020 年 2 月 1 日 至 2020 年 6 月 30 日

初期規劃

選擇此校原因：想認識捷克這個國家

是否有相對應科系：☐ 是(系所名稱) ☒ 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 2018 年 7 月 日

何時繳交資料提出申請：西元 2018 年 11 月 日

何時獲得錄取通知：西元 2019 年 7 月 21 日

申請所需資料清單(若有網址請提供)：https://portal2.utb.cz/portal/studium/uchazec/ects-prijeddy.html?pc_pa

簽證申請

是否需要申請簽證：☒ 是 ☐ 否

簽證費用：\$ 2000 (新台幣)

申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：捷克經濟文化辦事處

申請簽證官方網頁：https://www.mzv.cz/taipei/zh_TW/index.html

申請所需文件(請逐一列出)：申請表 護照 捷克學校入學許可 住宿證明良民證

申請所需時程：2020 / 11 / 27 (申請日期) 2020 / 1 / 13 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用

學費：不需多繳學費 (新台幣)

其他項目： 費用： (新台幣)

其他項目： 費用： (新台幣)

整體總開銷(含：簽證、交通、伙食、住宿等)：200000 (新台幣)

課程與學分抵免

選課方式：☒ 線上選課 ☐ 紙本選課 ☐ 其他：

選修學分數上限與下限：上限 30 下限 10

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： 學分：

北科大抵免課程名稱： 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

學校會寄信詢問是否需要

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： 人房

您採用的住宿方式：

☒ 學校宿舍 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

\$ 4200 (新台幣) ☐ 一週 ☒ 一個月 ☐ 一學期

就您所知，其他房型費用：

☐ 單人房：\$ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

☐ 雙人房：\$ (新台幣) ☐ 一週 ☐ 一個月 ☐ 一學期

☐ 多人房： 人房：\$ (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：_____ Zlín - AN _____ (距學校距離：_____ 五分鐘 _____)

計費方式：

☒ 火車 站名：_____ Zlín _____ (距學校距離：_____ 五分鐘 _____)

計費方式：

☐ 捷運 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：

☐ 公共自行車 站名：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：

☐ 其他：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：

☐ 無

生活

當地平均溫度(攝氏)範圍：

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 1.3 vs. 臺北：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

Kaufland - Tyršovo nábř. 5496, 760 01 Zlín - Čepkov Supermarket

BILLA - Zlaté jablko, nám. Míru 14, 760 01 Zlín

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：_Pranaya_ 類型：_素食_ 價位：_80~100 克朗_ 步行距離：_五分鐘

餐廳名稱：_____ 類型：_____ 價位：_____ 步行距離：

其他建議

其他建議
