

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	109-2
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 工業工程與管理系 四年級
中文姓名	許家綺
研修國家	西班牙
研修學校	瓦倫西亞理工大學
一、 緣起 二、 研修學校簡介 三、 國外研修之課程學習(課內) 四、 國外研修之生活學習(課外) 五、 與台灣學習環境之比較(請條列式列舉) 六、 研修之具體效益(請條列式列舉) 七、 感想與建議	

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)

緣起

決定在大學期間出國交換是因為想跨出舒適圈、體驗不同的生活型態，並且增進語言能力。而正好北科提供了許多資源及選擇給學生善用，因此順利在四下沒有必修課的時候申請上了心目中理想的學校做交換。

研修學校簡介

學校

西班牙瓦倫西亞理工大學 (Universitat Politècnica de València, UPV)，位於西班牙第三大城市—瓦倫西亞，地理位置靠近海邊、天氣佳，為許多歐盟學生出國交換最佳選擇之一。該校為西班牙排名前十的大學，科系以理工類為主，學校腹地廣大、交通便利，有提供英語授課課程及西班牙文課程。



•工業工程學院(ESTII)

交通

瓦倫西亞交通方便，大眾運輸工具有地鐵、公車、路面電車、共享單車，瓦倫西亞地形平坦，若距離不遠用走路的方式也是好選擇。車票部分可在 Tabacos 商店購買 Mobilis 卡^{註1}，地鐵票加值一次10歐 (Bonometro)，可用於搭乘地鐵及路面電車，以距離計價。公車票一次儲值十趟旅程 (Bonobus, 60分鐘內換乘免費)，上車刷票即可。共享單車 Valenbisi^{註2}可以上網登錄並付費，啟用後每次騎乘前30分鐘免費。

註1：[Mobilis 卡詳細資訊](#) (同一張卡可用於地鐵、路面電車、公車、共享單車)

註2：[Valenbisi 註冊網站](#)

學餐

校內學餐可以方便快捷解決一餐，食物普通但價錢相對便宜，有販售三明治、吐司、漢堡、披薩、義大利麵、咖啡、茶飲、果汁、啤酒等。正餐也有 Menu del dia 可選擇，類似當日特餐的概念，可以選擇前菜、主菜及點心或飲料、咖啡，每間學餐價錢不一，在5~10歐之間。

附近環境

校內外都有設置共享單車站，校外也有路面電車及巴士。離學校走路15~20分鐘的距離可以到 Malvarrosa 海灘，是當地人和學生都喜歡去休閒、散步的地方。Plaza del Xuquer 及 Plaza del Honduras 有很多學生愛去的咖啡廳、酒吧、餐廳，價錢中等、食物都不錯。紫色框的區域為 Blasco Ibáñez，該區及附近是學生熱門租屋區域，離學校近、生活機能佳且租金不會太貴。



國外研修之課程學習

在交換的期間我總共修了五門課，職業道德與企業社會責任、組織績效良系統、策略管理與創業、西班牙文 A2、英文 B2，除了西班牙文課以外都是英語授課，以下介紹幾門較有趣且收穫多的課程。

職業道德與企業社會責任

這堂課由兩位老師授課，各負責半學期的課程，上課的過程老師會鼓勵學生腦力激盪且發表自己的意見，有時也會在課堂上指定主題給每位同學，會有十分鐘做準備然後發表，對於思考和英文口語表達能有很好的練習，在每位學生和老師來回發表意見的同時，自己也可以學習其他學生是如何表達自己的想法。這堂課的一開始我還不習慣需要一直在課堂上發表意見，擔心說得不好或是別人聽不懂，但經過幾堂課的練習後，我發現無論想法如何，只要有自己的理由然後用簡單的句子表達出來，老師們或同學都可以再給出意見或是表示贊同。在課程的最後，每位同學需要針對一個企業的社會責任議題做口頭報告，報告結束後老師也會和同學們一起針對報告內容做討論，是非常有趣而且有收穫的一堂課。

策略管理與創業

這堂課的教授每周都會安排與創業相關的課程，帶領學生體驗創業的過程，學生們要三人一組，從顧客、產品、市場、財務四個角度切入，一步一步完成創業計畫。這堂課是這學期最需要投入心力的課程，每周老師都有安排不同的進度需要完成，有時也有長篇文章需要閱讀之後到課堂上做討論。雖然最後沒有任何小組真的實行創業計畫，但是經過課堂中學習可以了解到創業真的是很繁複、需要耗費大量心力而非單純靠運氣的过程。很推薦已經有創業想法或是想學習創業過程的同學修習。

國外研修之生活學習

因為 UPV 沒有提供宿舍，學生需要自行在校外租屋，也因此我有機會和當地人及不同國家的人一起相處。在有困難的時候也有人可以幫忙或詢問，也能在生活中觀察不同文化背景的人的生活方式和習慣。改變最多的部分我認為是變得更獨立、更會社交一點，畢竟我自己一個人來，即使有室友還是要自己試著處理問題，也要試著自己出席社交場合多認識來自不同國家的學生，我認為和其他學生互相認識、分享自己經驗是很有趣的，也能在交流過程中透過別人的分享來了解他們的文化。

瓦倫西亞有很多為交換學生、一般民眾辦活動的組織，在平日、周末都有不同的活動可以參與，例如一日遊、多日遊、語言交換、學生 Party 等，可以用便宜的價格搭乘私人巴士遊覽一些城市、小鎮或是免費參與活動認識新朋友。以下推薦兩個評價好的組織。

Happy Erasmus

- 參加活動的是各國交換生居多
- 出遊活動較多、會舉辦學生 Party
- 週末有 Oceanografic (全歐洲最大水族館) 學生折扣票
- 氣氛活潑、玩樂為主

Valencia Language Exchange

- 參加活動的人員較多元，當地人、外國人、學生都有
- 主要舉辦語言交換活動，也有出遊活動
- 互相交流為主

在學校原有的西班牙文課程外，我希望可以再加強西班牙文的學習，因此有另外找了線上家教，每周找一小時空閒時間和老師練習口說，學好西文不管在生活上或是在西班牙旅遊都有很好的幫助。以下為我使用的平台和我的家教老師。

Amazing Talker

- Kesia 老師，來自馬德里，口音是標準的西班牙文口音。上課時比起一直教文法，老師比較喜歡直接用口說練習的方式來學習，若有機會到馬德里旅



•Oceanografic

遊也可以去找老師噢！

與台灣學習環境之比較

- 1.教授較喜歡和學生互動，希望學生多發表意見。
- 2.常常有課中或課後練習，但只要有跟上課程都非常簡單。
- 3.課表沒有固定1~8節的時間，不過有衝堂需要提早離開或是晚進教室只要通知教授即可。
- 4.上課全英文，需要習慣各國教授及同學口音。
- 5.比較少死記硬背的課程，偏重練習與理解。

研修之具體效益

- 1.自己離開台灣生活變更獨立自主
- 2.在外語環境下語言能力進步
- 3.外食不便宜，每天煮飯廚藝進步
- 4.危機處理能力更好
- 5.對於不同文化接受度變更高，順帶學習別人的優點、檢視自己不足的地方

感想與建議

到西班牙交換在北科學生之間不算熱門的選項，不過在經過半年的體驗後，我很推薦西班牙及這間交換學校。學校資源及課程不錯、生活品質好，且這裡英文普及率不算高，因此若有心學習西班牙文的話，在西班牙有大量機會可以練習、進步。會了基本西班牙文加上中文及英文就已經會了世界前三大語言，是很划算的投資。

另外，西班牙因為本身歷史及文化的多元性使各個自治區各有鮮明的特色、風情，所以在國內旅遊也可以感受到在不同國家旅遊的感覺，我覺得這是在台灣比較感受不到的，所以很建議若來西班牙交換的一定要安排時間到其他城市旅遊。

赴外研修調查表

姓名：許家綺 所屬系所 / 年級：工業工程與管理系 四年級

聯絡資訊(同意公開)：cc31531@gmail.com

研修國家：西班牙 研修學校：瓦倫西亞理工大學

研修學期：上學期 下學期 當地研修科系：工業工程與管理系

研修期間：西元 2021 年 2 月 1 日至 2021 年 6 月 28 日

初期規劃

選擇此校原因：有相應科系，想練習西班牙文

是否有相對應科系：是(系所名稱工業工程系) 否

赴外學校申請

何時開始準備資料：西元 ___ 年 ___ 月 ___ 日

何時繳交資料提出申請：西元 ___ 年 ___ 月 ___ 日

何時獲得錄取通知：西元 2021 年 1 月 18 日

申請所需資料清單(若有網址請提供)：學校會寄 Email 通知所需資料，依照需求準備即可

簽證申請

是否需要申請簽證：是 否

簽證費用：\$ 2020 (新台幣)

申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：西班牙商務辦事處

申請簽證官方網頁：

<http://www.antortaiwan.org/member.asp?cid=9>

申請所需文件(請逐一列出)：1.長期簽證申請表兩份 2.護照正本影本
3.最近六個月照片兩張 4.身分證正本影本 5.入學證明正本影本 6.交換生資格英文證明正本 7.海外醫療保險證明正本影本

申請所需時程：2020/12/14 (申請日期) 2020/12/29 (取得日期)

費用

當地學校需繳交費用

學費： 0 (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)： 150,000 (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 20

是否可跨系選課： 是 否 其他：可跨系選課但不保證可選上

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：
 學分：

北科大抵免課程名稱： 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

西班牙文(有 A1~B2可選擇)，在交換學校的選課系統上申請

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：idealista

住宿費用：

您所住宿的房型費用

\$ 9400 含水電網路瓦斯 (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：_____ (距學校距離：_____)

計費方式：購買10次票8.5歐，購買地點：TABACOS

火車站名：_____ (距學校距離：_____)

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：_____ 校內校外皆有站點，可在 GoogleMap 搜尋 Valenbisi 或下載 Valenbisi APP)

計費方式：直接購買年票較划算，購買地點：TABACOS

其他：_____ 路面電車 Tram _____ (距學校距離：_____)

計費方式：儲值 Bonometro 一次10歐，可搭路面電車及地鐵

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

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 _____ 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

Mercadona

Aldi

Consum

Supercor

其他：請以條列式簡單說明店名、交通位置等

一般日用品雜貨可在 Google 地圖上以關鍵字搜尋“ Bazar” ，找離住處最近的商店

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

校內有藥局(圖書館旁)，路上也有很多藥局 Farmacia、
Parafarmacia(藥妝店)

飲食

校園

校內餐廳 宿舍餐廳 宿舍含廚房設備 其他：

Bocalinda

Cerveceria Campus

La Tarongería

Pizzeria UPV

Cafetería Agora

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： TantoMonta 類型： Tapas 價位： \$ 步行距離：

餐廳名稱： Bastard Coffee & Kitchen 類型： Cafe 價位： \$\$ 步行
距離：

Plaza Xuquer 以及 Plaza Honduras 有很多酒吧、餐廳，為學生聚會區域

其他建議

其他建議
