

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	111-2
薦送學校、系所、年級	國立臺北科技大學 應用英文系二年級
中文姓名	██████████
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照片插圖4張
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)

一. 緣起

從小就有著環遊世界的夢想，總覺得這想法好遙遠，就一直放在心中期盼著長大有一番事業後再來圓夢。從高中就選擇應用外語科，打算學好英語，為夢想做準備，升上大學後，學校為新生開設了大學入門這門課，課程教導如何盡早適應大學生活、學生該有的生命力與好奇心，其中最喜歡聽畢業學長姐回來分享他們精彩的大學生活，有位學姊就分享到交換學生的經驗，體驗在國外生活、學習第二外語，交到許多國際朋友、踏遍歐洲10多國，頓時發現，以前交換學生跟我完全搭不上邊，現在機會就在眼前!於是就種下了出國換的想法。

北科大國際事務處有很多交換的簽約校，國際交流資源豐富，事務處網頁設計完善，資訊掌握容易，另外政府也有補助，就決定好好把握大學資源，到國外生活看看，也算是送給自己的20歲生日禮物，磨練一下自己的英語能力，並學習西班牙語。做決定的過程將近一年，考慮的因素很多，像是學分問題，資金問題等等，後來就決定先交報名表，勇敢衝一波。

二. 研修學校簡介

Universitat Politècnica de València(瓦倫西亞理工大學)，在2023年為世界大學排名的400名，位於西班牙第三大城市瓦倫西亞，治安相對安全許多，共有三個校區(Vera、Gandia、Alcoy)，主校區(Vera)在瓦倫西亞大學區內，位於Universitat de València(瓦倫西亞大學)正對面。其他兩個校區距離市中心車程約一小時，所以要特別注意選課位置。

三. 國外研修之課程學習(課內)

這邊的課程分配跟台灣蠻不一樣的，會分成 lecture section 與 lab section。老師不會點名，注重課程參與度。這學期共修習了三門課程，分別為 Marketing Management(行銷管理)、 Strategy and Organization Design (策略與組織設計)、西語 A1。

1. 行銷管理

為大三課程，學分數較重，由於行銷管理需要利用許多數據來分析市場現況，因此需要基礎運算能力與計算機，若數學能力不怎麼好，學起來會蠻吃力的。lecture

section 是全班一起上，主要就是老師講解課程內容，解說完一個概念後，就會發下 case study 讓學生馬上練習，若有何問題就可以提問，待全部同學完成後，老師再統一解題。lab section 分三組於不同時段小班上課，包含這段時間讓學生確保老師能夠關切到每組的進度與問題。期末小組需繳交一項新產品行銷專案，老師會安排各週須完成進度，搭配課程內容讓學生能夠及時運用課程所學，其中需要思考產品本身的可行性、分析市場現況與需求，以及該採取哪些行銷手法。整體來說，這門課可以學到許多相關知識，讓自己的產品更有競爭力。

2. 策略與組織設計

為大二課程，上課方式與行銷管理雷同，但學分數較輕，評分方式以 lab section 與期中、期末考為主，無須製作專案，上課內容注重概念理解，幫助學習組織控管與設計，以及各種策略類型和實施方法，對於團體生活很有幫助。

3. 西語 A1

因為本身是英文系，所以這門課是我最喜歡的，當初選擇西班牙也是對因為西語很有興趣，在交換前就有學習基礎發音與文法，所以在課程前幾週的課程相對輕鬆，老師是在地瓦倫西亞人，是外聘語言學校的老師，教的是瓦倫西亞腔，老師幽默風趣，了解各國文化，略懂多國語言，課程從基礎發音教起，每週都有新進度，並複習學過的內容，課堂動靜穿插得宜，完全不冷場，其中幾週老師還找朋友來讓我們練習道地會話，評分方式有期中期末考，另外期末還要上台用西文分享自己的國家。整體來說是收穫滿滿，十分歡樂的學習經驗。

四. 國外研修之生活學習(課外)

剛到西班牙的時候，任何東西都很新奇，很多東西都不一樣，生活作息也很不一樣，西班牙人早餐在9點左右，午餐大約下午2點，3點到5點午睡，所以很多店在這時間是關門的，9點才開始吃晚餐。

另外西班牙人是很重視宗教和節慶的民族，剛好3月是西班牙瓦倫西亞法雅節，期間天天有派對，走一個路口就有一群樂隊或是舞台在狂歡，年輕人會狂歡到4點，年輕人睡了，再換幼、壯年人出來敲鑼打鼓放鞭炮，十分熱鬧。這裡的主要語

言為西班牙語和加泰隆尼亞語，自己在那生活了半年，覺得語言不算太大障礙，因為瓦倫是交換學生熱門選擇，所以對於交換生的規劃十分完善，像是各系會舉辦迎新活動，學校也有歐洲交換學生會(ESN)或校外交換學生旅行社，經常舉辦各式活動，如主題派對、瓦倫西亞探索旅行、西班牙城市探索，以及鄰國特色行程，讓交換生免於規劃行程的煩惱，享受與各國交換生共同探索世界的樂趣。

五. 與台灣學習環境之比較

1. 老師與學生互動多。
2. 專業課程注重實作。
3. 班上有許多國際生，課堂中能夠學習不同文化，進而學習未來在國際職場團隊合作的技能。

六. 研修之具體效益

1. 磨練英語聽說能力，熟悉不同腔調，學習多種方言。
2. 學習第二外語，利用中、英、西語，得以與世界80%人口溝通，透過語言連結這世代被抽離的心。
3. 學會如何與自己對話，漸漸找出自己真正想追求的。

七. 感想與建議

這半年來走過西歐十多個國家，看到大自然的美妙與創作，讀過各個文化族群的人生經歷，在遇到外國新朋友時，最常聊的是各自的國家、生活、美食還有語言，在我看來，語言是最好連結人們最好的媒介，雖然很多人可能覺得讀語言要幹嘛，用翻譯機就好了，但只要你會說他們的語言，他們就會開始覺得你使他們的一份子，你是懂他們的，就算只是基本的打招呼，也遠比冰冷的翻譯機來得溫暖。

最後想說，想做甚麼就勇敢去做，青春就是本錢，在沒有太多羈絆和牽掛的時候，為人生多添加點色彩吧！

畢竟我也不能再次回到二十歲，半夜在西班牙街頭上和陌生人一起跳舞了！

赴外研修調查表

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：商業管理系

研修期間：西元 2023年02月06日 至 2023年06月30日

初期規劃

選擇此校原因：位於西班牙第三大城市，治安相對安全許多，也是許多西語學習者的首選

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 2022年04月01日

何時繳交資料提出申請：西元 2022年07月01日

何時獲得錄取通知：西元 2022年11月04日

申請所需資料清單(若有網址請提供)：依照交換校學生系統填寫資料即可

簽證申請

是否需要申請簽證：是 否

簽證費用：\$2510(新台幣)

申請/核發簽證單位(如駐台辦事處)：駐西班牙台北經濟文化辦事處

申請簽證官方網頁：<https://visawebapp.boca.gov.tw/>

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：2022/12/07(申請日期) 2022/12/19(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)

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：

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
- 西班牙語，交換生選課系統可選，於程度前測後分班

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](https://www.idealista.com)

住宿費用：12,870 含水電網路 (新台幣)

您所住宿的房型費用

\$ 12,870 (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：Serradora-Betero (距學校距離：校門口)

計費方式：申辦免費學生交通卡，可搭乘公車與地鐵，須上網預約，並攜帶護照至特定捷運站取卡

■火車站名：Cabanal (距學校距離：步行10分鐘)

計費方式：依里程計費 瓦倫西亞至巴塞隆納約為45歐

■捷運站名：La Carrasca、Betero (距學校距離：校門旁)

計費方式：申辦免費學生交通卡，可搭乘公車與地鐵，須上網預約，並攜帶護照至特定捷運站取卡

■公共自行車站名：_____ (距學校距離：校內外皆設有車柱)

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：冬季7-15度，夏季25-35度

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 瓦倫西亞1.5 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

Consum

Dia

Charter

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)，路上可見十字綠色招牌 Farmacia 藥局

飲食

校園

■校內餐廳 宿舍餐廳 宿舍含廚房設備 其他：

Bocalinda, Cervceria 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

Restaurantes concretos 餐廳

La Zalamera: comidas mediterránea, asiática y otras. C. Polo y Peyrolon 17 (Cerca de Blasco Ibañez)	
Baovan Food Experience - 1. Benimcalet: c. Dolores Marques 5, Metro Benimaclet. Food: Bao de Taiwán. - 2. Mercabañal 3. Ruzafa: c. Pintor Salvador Abril 22	
Plaza Xúquer - Calle Serpis - Montaditos Tanto Monta. Marroquí Alzujama. Montaditos típicos: Lizarrán. Montaditos fake (baguettes): 100 montaditos. Miércoles: birra 1 euro	
Cerca: El Viñedo, calle Dr. García Donato, 10. Minibocadillo Chivito (hamburguesa) + bebida: 3 euros	
Paella: El Rall (centro) - Casa Roberto (el mejor, caro) - Paseo Marítimo (distintos restaurantes)	
c. Conde Altea - c. Salamanca: todo tipo de restaurantes	Plaza de la Reina: La Taberna de la Reina
Italianos: La vita è bella - La Piazza - La Mafia, etc...	
Asiáticos: Little Thai, Lemon GrassLoving Hut (vegano), y diferentes WOKs Baovan Experience: Benimaclet / Mercado Cabañal	
Japoneses: restaurantes japoneses Ruzafa, y restaurantes japoneses Conde Altea (calle)	

Tapas, paella, montaditos, etc 西班牙小菜、燉飯

Zona Centro Comercial Corte Ingles - Calle Ruzafa (zona enfrente de Plaza de Toros)	
Plaza Xúquer - Calle Serpis - Avda. Blasco Ibañez	
Barrio Ruzafa: muchas calles pequeñas, restaurantes de todo tipo	
c. Conde Altea - c. Salamanca	
Plaza de la Reina, Plaza Doctor Collado, Plaza del Negrito	

Helados 冰淇淋

Glasol	
Guapaletas	

VEGETARIANOS 蔬果

La Tastaolletes, calle de Salvador Giner, 6	
---	--