

長榮大學選送優秀學生至海外學校擔任交換生
之成果報告書

東華大學學校留學心得

就讀科系/年級：科工系 4A

學生姓名：洪○婷

研修國家：中國

研修學校：東華大學

※心得報告內容大綱，請就以下主題分享：

1.緣起/準備

1.出國前準備:冬天的衣物(二月到四月底都還是穿冬季的衣服、手套、圍巾、毛帽)、入學通知單(可以在第一天換學生卡要不然會要在去申請入學證明)、學校學生證(出去玩時景點門票大多很貴所以一定要帶學校的學生證可以買學生票)、女生的化妝瓶小罐裝(上海的化妝瓶賣的比台灣貴很多)、暖暖包(台灣的比較好用上海也是有賣不過建議是帶台灣的好)、筆電(建議先找好翻牆軟體)、大頭照辦理文件需要用到帶多張一點

2.簽證之辦理:台灣護照(只有在台灣出入境才會用到!所以到達之後就可以收起來了)和台胞證(相當於在那邊的身分證，最好在當地也是隨身攜帶)、到了當地請記得去警察局辦理報到!它會請你填你些基本資料!到時候匯給你一張證明文件!之後有時間趕快去辦理加簽(加簽會先扣住你台胞證一星期)所以最好早早辦理要不然出去玩時需要台胞證時建沒辦法使用了!



3.機票:下飛的地方有兩個機場虹橋和浦東，建議買機票記得買學生機票(因為托運行李比一般機票的托運公斤數還要多!你會發現很好用)抵達的地方請一定一定...要買虹橋機場!!浦東機場離學校非常的遠!在上海的最東邊和最西邊的距離，你坐計程車光車費就大約 260 元人民幣到最近的延安校區!如果是松江校區的話約 300 人民幣!如果是到虹橋機場的話搭計程車到延安校區需要 60 元人民幣

4.接機:在上海的機場裡你的手機是沒辦法使用機場的免費網路!所以再出發之前你必須先和東華的學伴先約好在哪邊碰面要不然對方的學生會接不到你!

2.研修學校簡介(可就該**研修學校特色**等事項進行陳述)

東華大學有分成兩個校區，一個是延安校區(左圖)和松江校區(右圖)



1. 延安校區位於上海市區裡位於地鐵的延安西路站!在這邊屬於管理學院和服裝設計的科系!離各區的景點很近也很方便!但相對物價也比松江校區貴很多
2. 松江校區位於上海的郊區那邊有許多大學在一起!非常的大!很適合專心念書的學生!但光從宿舍到學校教學樓可能要走半小時以上!位於地鐵的松江大學城站下去之後轉公車搭到二期宿舍!

3. 國外研修之課程學習

1. **選課程序及狀況:**東華大學的課程對於台灣的學生可以自由選課!通常第一周是講解評分方式之後就開始上課了,可是她們又有三個星期的加退選,但是這三星期在第一周時有些老師就會點名了,所以選課時建議在第一周建趕快敲定你的課程,但也要小心有些課程是研究生的課程,而且但他們的課程又是 1~8 周或 9~16 周又或 12~14 周上課的時段有長有短有兩天的時段也有一天的時段,所以建議看好你的上課時間和時段,還有你的課有些分校區記得看清楚!

2. **上課情形:**上課準時是對老師的尊重,而這點大陸的老師就很嚴格!通常比較專業的課程同學都很準時到教室!當初我提早十分鐘到教室就已經很多人了!對於遲到的同學有些老師會直接鎖門或者直接請你出去!所以同學請記得提早到總比關在教室外面來的好!雖然每個老師對於台灣的學生待遇非常得好!但是我們就是代表台灣的學生!所以當然還是要好好表現阿!

3. **學習成效進行:**上過課程會覺得受益良多!雖然感覺像是高中上課方式!作業很多!但學完之後你會覺得學到很多!

4. 國外研修之生活學習

1. **社團:**在台灣的大學會常常看到很多社團在舉辦熱血的活動,但在東華大學課業比較重的緣故!所以比較少看到社團舉辦活動,但是偶爾學校會有比較大型的活動,像是時裝發表會之類的,或者一些創意的東西在學校進行買賣!

2. **課餘活動:**這次交換活動我覺得課後活動是我收穫最大的一次,當初自己對於如何安排旅行是完全沒概念的情況,多虧有香港的交換生,我才從跟團變成自由旅行!而且對於買火車、高鐵、機票、公車、訂旅社、、、等都能自己安排



4. **外國學生或民眾之文化交流經驗:**這次東華大學有舉辦全部的交流生的餐會活動，有來自不同國家的學生!透過這場交流活動!我們還幫助其他國家的學生來台灣觀光規畫行程!

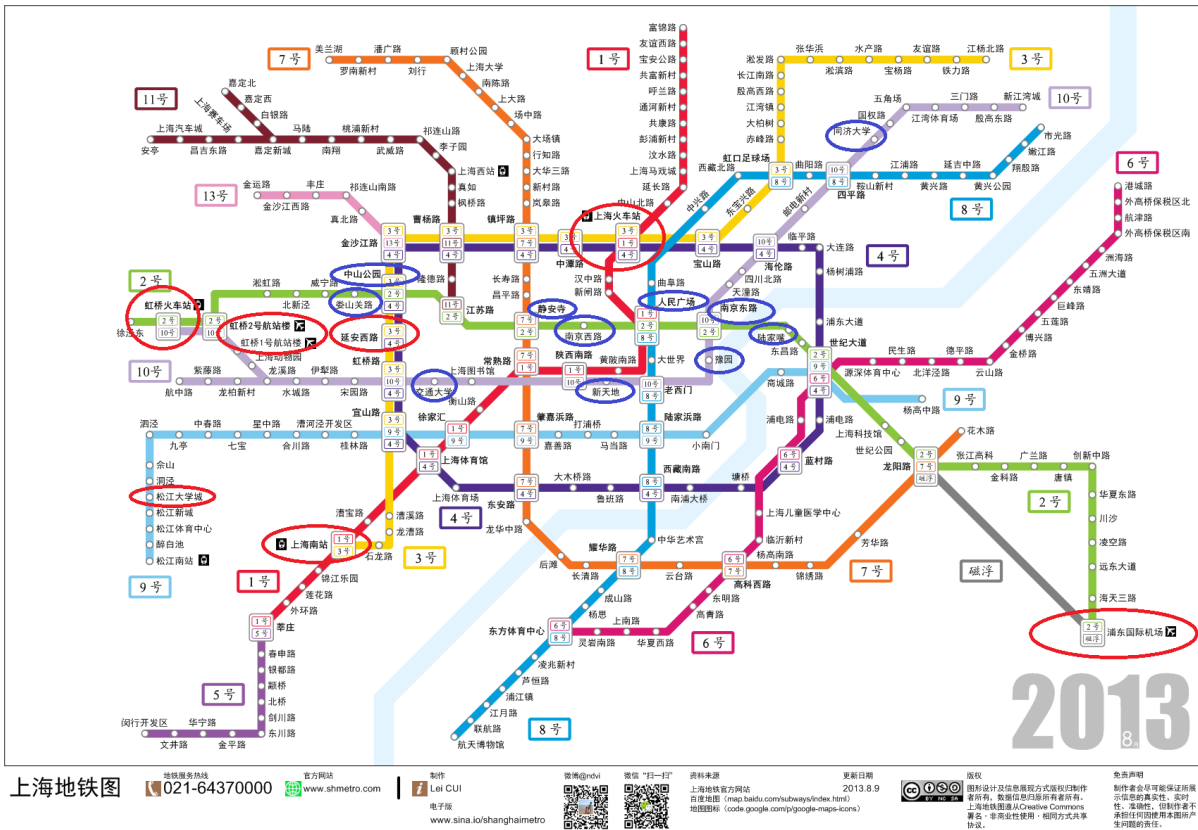


5. 國外研修之日常生活

1. **生活環境、住宿:**東華大學給於台灣生的宿舍是研究生宿舍，宿舍裡面是一廳三房(一房間是兩個人住)，跟台灣學校的宿舍差不多，而且當初住宿住在延安校區的研究生宿舍 21 樓，晚上的美景非常漂亮，但是因為電梯有和洗澡有時間限制，所以必須很早洗澡和很早就必須回宿舍了，通常 10 點 30 分沒熱水 11 點之後沒電梯，關於洗澡的環境跟台灣不太一樣，洗澡地方只有隔間沒有門，要插學生卡才能洗澡，是使用付費型的，可以看到下面的照片是在學校拍的



2. **交通:**東華大學不管是松江還是延安校區，校門出去後就有地鐵和公車，非常方便，而且地鐵有到達巴士總站、高鐵、機場、景區非常便利，如果來上海記得一定要先辦理交通卡，交通卡雖然沒學生優惠但是有轉公車的優惠!



3. **飲食:**東華大學的學生餐廳每個校區都有兩個學生餐廳，東華大學的學生餐廳非常美味和便宜，你常常看到學校的餐廳不只有學生，還有學生或老師會帶著朋友或家人來學校吃，也因位學生餐廳非常便宜又多樣化所以只要沒出去玩一定都待在學校內吃學餐，學校的餐廳是要有校園卡才能消費的!所以要記得你的學生卡是很重要的!



6. 費用篇

因為我支出的費用是沒在記帳的，所以只能說學餐花費 10 人民幣以內，學校周邊吃一餐約 8~30 人民幣，如果和大家一起吃一餐餐館約 30~40 人民幣，至於出去玩的費用很難說，因為光交通費到每個城市就都不一樣了也很難去說個大概出去玩住宿是住青年旅社約 70~40 人民幣(可以辦青年卡)在東華的學生住宿費約 400 多人民幣

7. 此次研修經驗的具體效益(請條列式列舉)

1. 體驗到兩岸學生的上課方式和討論課程
2. 對於旅行有很大的獲益
3. 能知道兩岸學生的對於台灣想法和認知
4. 對於上海城市的觀光和認識

5. 對於中國的地理有很大的了解

8. 感想與建議

這次很感謝長榮大學能給於我這個機會去當東華大學的交換學生，再這次得交換過程中我了解到大陸的老師和學生對於於台灣學生的交流和認識，雖然每次上課都是大家的焦點，但是很多課程上的問題老師都會幫你很細心的解答，而且請假方面老師也非常好，有些老師只需要口頭解釋一下就可以拜託老師補個課了!而且對於團體的報告討論或作業不怕你沒有人會不跟你一組，反而你還會成為熱門的搶手貨，對於旅行方面我認為是我這次收益最多的一次，我在台灣時通常不會旅行到 14 天以上的，對於一開始完全不會訂車票不會規劃旅行不知道如何旅行，對於我都是個非常大的問題，但是慢慢的和香港的學生學習，從一開始什麼都不知道，到一個人跑去四川和北京和青島等都是一個人，超有成就感的，雖然這是半年的短暫交流但是卻大大的開啟我的視野!不過去大陸還是要小心點，因為我曾經被騙過而我台灣別校同學手機也直接被搶，所以那邊詐騙和偷東西也是要特別小心，還有住宿時請要多去確認說我是外賓!!能不能住宿，因為我曾經在第一次山上住宿，結果沒說害的我差點流浪在山上，要不是遇到台灣旅行團的幫助，要不然真的是欲哭無淚，還有暈車藥、感冒藥、胃痛、月經痛需要多準備，我在上海就感冒了兩次身邊的同學都感冒了兩次，也有胃痛，暈車是走山路時暈車的非常厲害，有時候也會暈機，所以藥要預備一些要不然就要當地買藥了，還有雨傘可以帶台灣的也可以當地買 10 元人民幣可是非常不耐用通常用完幾次就壞了，還有出去玩之前要先看一下別人的旅遊資料才不會被坑的太嚴重，而那些旅遊攻略網路上就查的到了，還有百度地圖是找路的最佳夥伴!比問人還有用，所以出發前記得要下載歐!還有支付寶必須好好的介紹一下!這是必備的付錢方是之一，通常要付機票高鐵票之類的，都需要用到你的銀行卡(你辦理存錢帳戶另外他可以直接刷卡扣款)你在網路上要打一堆帳戶的卡號之類很麻煩，但當你綁定支付保之後付款非常方便也非常安全!所以不用擔心!而且對於掏寶是大陸每個女孩子必用的網站，買東西不但便宜也非常好用，他們常常說有了掏寶一個學生每天有 3 個包裹!這是真的!!我在那邊也是最少 3 天一個包裹，什麼生活用品吃的都比外面量販店還便宜，還幫你寄到樓下完全是方便到沒話說，所以將來有機會還是會回大陸再次的旅行和遊玩!