

國立臺中教育大學赴姊妹校交換學生心得報告

112 年 02 月 16 日

姓名	連羿瑄	就 讀 系 所 及 年 級	英語系四年級
交換期間	自 111 年 9 月 26 日 至 112 年 1 月 30 日	交換學校名稱 及 地 點	Newton University Czech Republic
學號	AEN108108	E - m a i l	yixuanlian123@gmail.com

心 得 報 告 內 容

(一) 申請動機

出國交換是充實自我知識與開拓國際視野的重要管道。跳脫舒適圈看看外國學者的教學模式、學生的學習態度，感受不同國家的風俗民情，定能為埋首於課本知識的我，帶來全新的激盪與啟發。此外，國外有許多在地的特色資源，是目前台灣所沒有的；某些特定主題的課程、能收獲到的資料，都是我熱切渴望的！

另一方面，因為我在高中時期曾經參與學校所舉辦的國際交流課程，讓我接觸到國外許多有想法與熱忱青年們，帶給我非常深刻與豐富的國際交流經驗。比起如此短暫的交流，我更希望能夠深入當地，以居民而非過客的方式與當地人們交流，也因此讓我萌生申請交換的動機。

(二) 在本校之申請流程

自行至國研處網站查詢公告可交換學校，並從中挑選有興趣之國家，準備申請表、個人履歷、自傳、國外研修計畫等等相關資料，資料繳交完畢後待學校公布獲選名單即可。

(三) 交流學校特色、學期制度等

牛頓學院是一間小而溫馨的學校，位於布拉格第四區的一間研討中心四樓，搭乘電車和地鐵都能到達，只是可能需要轉車，但交通上都還算方便。因為學校不大，因此同學、老師間的關係都非常融洽，若有需要任何協助，大家都很樂於幫忙。此外，學校也會舉辦很多活動，增進學生間的交流，例如：開學 party、聖誕節舞會、各國聖誕節分享會等。

至於學期制度的部分，我是秋季班的學生，課程從九月中旬開始到一月底結束，上課主要是以小班授課為主，拆成捷克語學程與英語學程，而交換生是在英語學程中，所以不用擔心語言的問題，同時因為是小班制老師也非常注重學生的學習狀況，讓每位同學都有發表自己意見的機會，考試則是多以筆試為主，少部分會有口試或報告；另外，今年因為疫情的關係採用混成式教學，學生可依據自身狀況選擇線上或實體上課。

(四) 出發前準備過程（如簽證護照、選課繳費、安排接機、申請宿舍等）

1. 簽證護照：首先要先注意護照有沒有過期，如果有過期要去外交部辦事處進行換發；沒有過期也要注意護照的有效期限是否能覆蓋在國外交換的整段期間，不然在國外護照過期會非常麻煩。至於簽證的部分，建議大家能盡快辦理就盡快預約時間，不然極有可能會像我一樣還得從捷克寄護照回台灣，請人幫忙代領簽證，不只花錢也相當耗費時間。另外，建議在準備簽證相關資料時，可以多印一份自行保存。

2. 選課繳費：我自身經驗是分成兩階段，第一階段是先在台灣填寫 learning agreement，這是

一個預選課程的概念，因此課程可能和實際開課會有所不同；第二階段則是抵達捷克後，以電子郵件的方式進行選課或更改原預選的課程。費用的部分，則是不需繳交任何學分費，只需繳交中教大的學費即可。另外，如果有申請國際學生證的話，費用是 350 克朗。

3. 接機: 因為牛頓學院並沒有學伴機制，再加上我還有兩個行李箱，搭乘大眾交通運輸工具稍嫌不便，因此我是搭 Uber 到我的租屋處，但在捷克用 Bolt 會比較方便且便宜。

4. 申請宿舍: 牛頓學院本身沒有提供宿舍，宿舍是要看查理大學宿舍有無空位才可申請。今年因為宿舍滿住，我是和另一位同學一起在外面租房子，房租一個月 22000 克朗，廚房、衛浴都是公用的，雖然房租不太便宜，但用品齊全、地點也挺方便，步行十分鐘即到 Andel 市中心。

(五) 抵達後過程 (如報到、選課、安頓生活所需等)

1. 報到: 抵達捷克後，我有去參加學校為新生舉辦的說明會，學校會說明各式規範、介紹校園等等，同時也會請學生填寫一些個人資料。

2. 選課: 請看(四)

3. 安頓生活所需: 捷克有諸多超市品牌，若想一次購足建議去 TESCO，雖然價格會相較其他超市高，但商品種類齊全，能夠一次購足，建議可以辦一張會員卡，有些商品會有折扣，同時也能集點折抵現金。若想要當小資族，可以去 Lidl 買，價錢較便宜，但種類相對少，一樣辦會員卡會有折扣。

(六) 上課情形簡述及注意事項

由於牛頓學院式商學院，因此所有課程都是以商業為主，若沒有相關背景知識，在學期中可能會需要花較多時間準備課程內容。在學程中，我遇到的老師多為捷克或東歐人，有些老師口音較重，但並不影響理解。授課方式除小班制外，老師也非常喜歡和學生互動，因此可以多舉手發言，不只可以訓練英文口語，同時也能為自己多爭取一些印象分數。

(七) 當地環境簡述及注意事項

1. 語言: 在捷克當地，除觀光區英文較流通外，大部分還是講捷克語居多，如果在能力所及的範圍內可以學一些簡單日常用語，生活上會比較便利。

2. 氣候: 我去的時候是捷克的秋季接近冬季時，大部分時間都滿冷的，有時候還會下雨、下雪，保暖衣物可以多帶一些，鞋子的部分建議有防水功能會比較好。

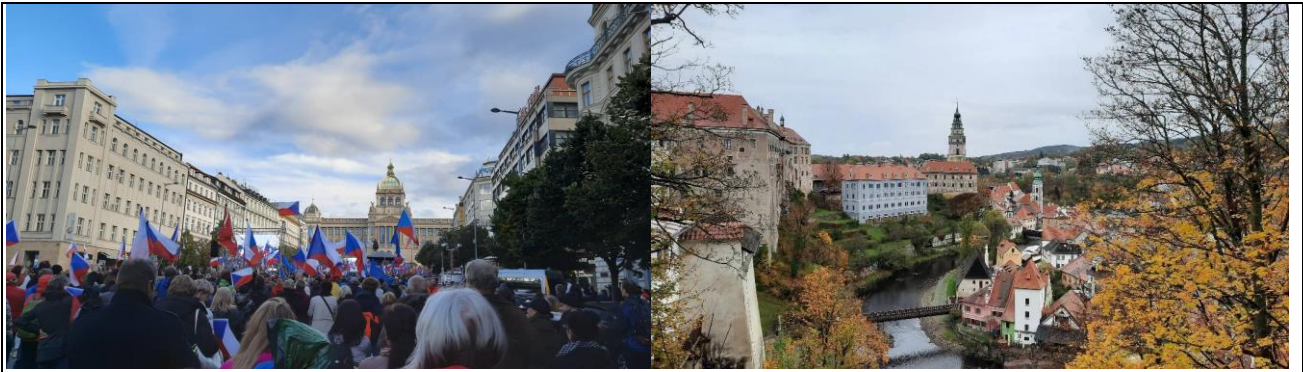
3. 交通工具: 可至 pid 櫃台持學生簽證與入學證明辦理學生交通月票，或使用 pid APP 購票。

4. 物價: 比台北再貴一些，再加上最近通膨非常嚴重，建議大家預算要再多抓一些。

(八) 總體心得

對我而言，捷克是一個讓我又愛又恨的地方，愛的是迷人的景致、便利的生活機能和相對讓人放心的治安，恨的部分是有時的語言隔閡、通膨嚴重的物價和一些不友善的當地人，但整體而言在交換的這段期間是我人生中最貼近自己的時候，因為課程較少的緣故，能夠讓我悠閒的享受生活、思考人生、與自己對話，並從一次又一次的旅行中，體會不同的風俗民情與拓展自己的視野。

(九) 生活照片二~五張



備註：

- 一、心得報告內容請依上列項目簡要敘述，表格大小可自由調整。
- 二、心得報告檔名以『系級+姓名』存成 doc 檔，email 至 ice@gm.ntcu.edu.tw，俾利上網刊載。
- 三、返國後，請於二週內繳交心得報告，以免影響校內經費補助。