

國立臺灣師範大學(受獎助)學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期：104/04/

中文姓名：葉庭君	英文姓名(姓, 名): YEH TING CHUN
臺師大就讀科系所、年級： 社教系四年級	臺師大學號： 40002005E
修習國家：美國	
修習校名：北科羅拉多大學	
修習學院：無特定學院	
修習科系：無特定科系	
修習期間： 103 年 8 月 ~ 103 年 12 月	

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/期
Introduction to Marketing	Suzanne Conner	3	Fall semester
Introduction to Music	Jittapim Yamprai	3	Fall semester
Introduction to Criminal Justice	Alan Price	3	Fall semester
Introduction to Theatre	William N Johnston	3	Fall semester

(表格不足請自行加頁)

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

來美國的四個月多，即使只是短暫的停留，卻帶走許多美好的回憶。雖然不是第一次來美國，但這是第一次一個人到異地體驗校園生活。我所在的北科羅拉多大學，位於美國中西部的科羅拉多州，是一個以爬山和雪上運動著名的州，所在的大學城名為 Greeley，氣候乾燥，艷陽高照。我住在四人一室的宿舍裡，房間裡有自己的客廳、廚房和浴室，如果想要自己料理三餐順便省錢的話，雖然費用較高但卻是不錯的選擇。校園的大小真的跟台灣不能比，北科羅拉多大學有兩個校區，如果你選的課程在不同校區，那就必須在中間間隔的十五分鐘下課用盡全力走到下個教室。當然你也可以在學校租腳踏車，或是搭校車縮短通勤時間。還記得每天早上都要提早好一陣子起床準備，再走 20 至 30 分鐘才能到上課的教室，雙腳的肌肉都茁壯了。這種情況到了冬天更是慘不忍睹，在零下十七度的下雪天，還沒走到教室，大腿都麻了，不過當作運動也是不錯。

學校國際事務處和戶外活動組會不時舉辦一些付費和免費的活動，例如印象最深刻的幾次是國際事務處以非常低的價格帶我們去看 NBA，沒看過還真的無法像像是如此的震撼；另一次是十二月戶外活動組的滑雪活動，在台灣要滑雪是多麼不容易的事，我選了滑雪板來做第一次的嘗試，當然摔了一整天，屁股和膝蓋都是瘀青，不過真的很過癮，達成來到科羅拉多州一定要體驗的活動之一。

然而，對我來說，選在秋季班出國交換實在是太完美了，能夠體驗到美國當地是如何真正地在過節慶，無論是感恩節、萬聖節還是聖誕節，個個精彩，就算拍不到畢業照，我也覺得非常值得。從開學前一個禮拜便有所謂 Home coming 系列的活動，彷彿在歡迎學生回到校園上課一樣，舉辦了各式各樣的遊戲攤位和食物攤位，只要憑學生證就能免費換餐點，各個宿舍也會不定時舉辦小活動，開學前後的兩個禮拜幾乎不用煩惱要吃什麼，免費的贈品更是滿載而歸。萬聖節我與室友應朋友的邀請參加 Halloween party，屋子裡的萬聖節布置真的是超到位，連晚餐都有蜘蛛網和小白鬼的造型；宿舍更是舉辦了刻南瓜燈大賽，第一次嘗試刻南瓜的我一刻便愛上，決定隔年萬聖節一定要再回味一次。感恩節時我到室友家一起度過，體驗了真正美式家庭的感恩節大餐，火雞、地瓜泥和南瓜派等各式傳統菜餚，享受與一家人團聚的氣氛。感恩節當天晚上不能錯過的就是傳說中的 Black Friday Shopping，是美國一年一度超級大特價，第一次看到美國的商店開那麼晚大概就是這一年一次！雖然學期在聖誕節前兩個禮拜就結束了，但是一過感恩節隔天，美國家庭就會陸陸續續將聖誕裝飾掛上，一到晚上便可來場聖誕燈會，到處都充滿聖誕氣氛。

回歸到體驗校園很重要的一部分—課程，這次我選了剛剛好 12 學分，課程分別有劇場、音樂、行銷和犯罪制裁導論。由於我沒有特別修習某個系的課，因此都只能選導論，但我認為在出國交換的時候剛好可以跳脫自己所學，去嘗試各種不同的課程和領域，開發自己的興趣。在美國校園體驗上課的過程中，可以發現到當地的學生很踴躍發言，雖然不是每個人的發言都很有深度，但是他們嘗試以積極的發言讓教授記住他們。當然，教授們也非常喜歡課堂上的互動，發問和課堂討論都少不了，所以在課餘時間也要積極認識同學，好互相關照。美國的教授喜

歡學生課前和課後都必須念書，每周也都會有小考，絕對不像台灣的大學那麼好混的，再加上對我們來說，唸書等於同時要念英文和專業科目，需要花更多的時間準備。

就如同我過去曾經建議去打工度假的朋友，來美國交換也是一樣道理：想多出去玩就要自己想辦法找人帶你去。由於美國地大物博，想去想看的太多了，如果像我一樣自己不會開車，就必須多多認識朋友，請他們帶你去。不要覺得害羞或是不好意思，只要真心的、熱情的和他們交朋友，你會更深入體驗美國的文化也能去更多地方開闊眼界。幸運的話，還能交到知心好友，在未來能相約在世界各地重新聚首。學期結束後，我與香港的朋友在美國西岸一同旅行了十五天，到了西雅圖、舊金山和洛杉磯。雖然時間不是很長，無法做深入體驗生活的旅行，但這趟旅行也為我的交換學生生活畫下一個美好的句點。



從宿舍窗戶看出去



學校建築物(教室)



UNC BEAR



Roommates



Denver



Ambassador Friend



學校辦的 Ice Cream Social



商學院



Birthday



Birthday



美式足球比賽 Football game in UNC



Jazz concert



劇場系的戲劇表演



Halloween-Pumpkin Carving Contest



我畫的南瓜



南瓜燈



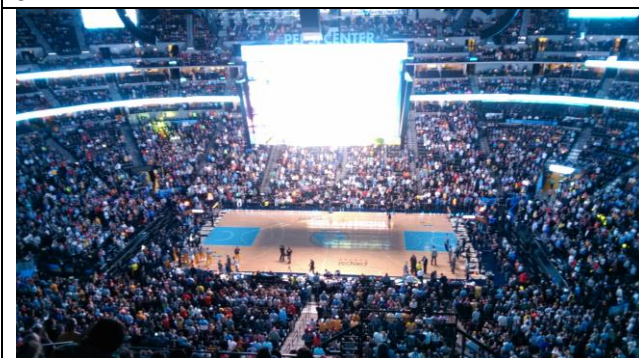
HAPPY HALLOWEEN!



JACK LANTERN



室友朋友家的 HALLOWEEN PARTY



NBA-Denver Nuggets/ Cleveland Cavaliers



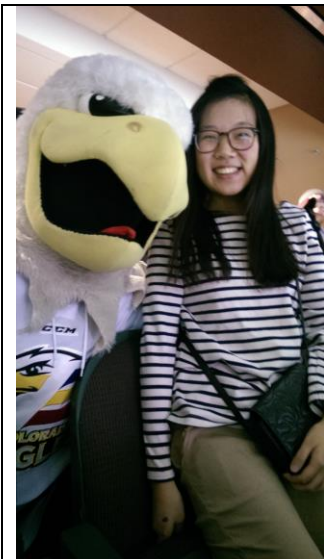
第一場雪



白雪覆蓋校園



Ice Hockey Game 冰上曲棍球



Ice Hockey Game



Freezing cold



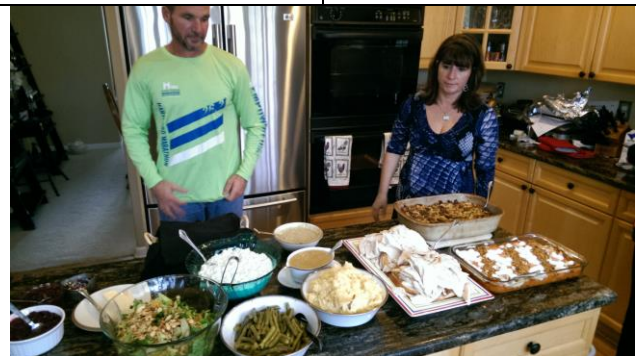
餐觀茶觀光工廠



到室友家裝飾聖誕樹



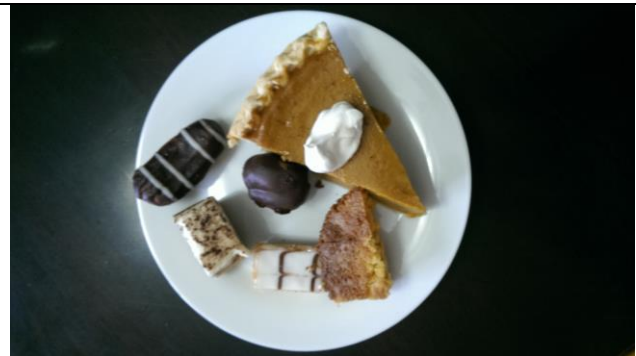
Black Friday shopping 廣告單



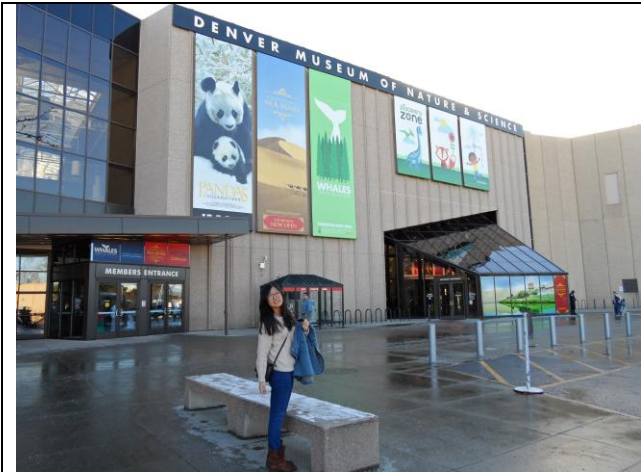
Thanksgiving Meal 感恩節大餐(室友舅舅家)



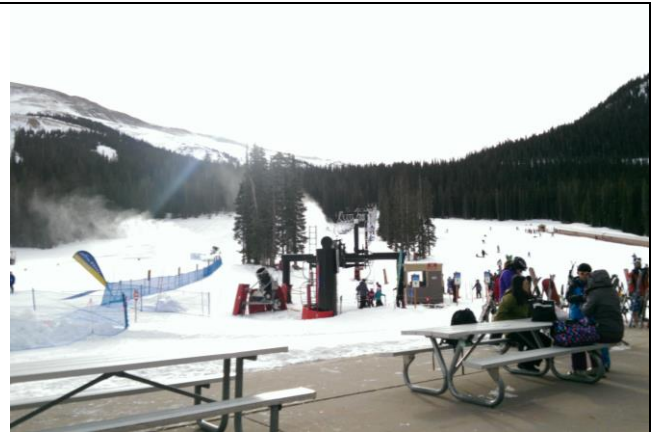
Thanksgiving Meal



Thanksgiving Meal



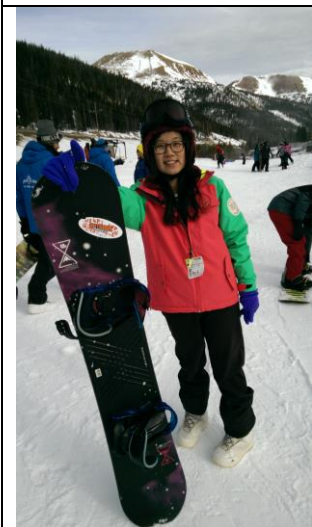
Denver Museum of Science and Nature



滑雪場

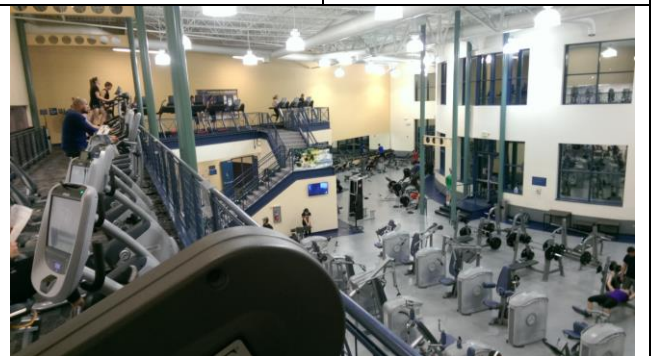


聖誕節家家戶戶的燈飾



滑雪 Snowboarding & Skiing

Friendship Family



我最愛的墨西哥菜 CHIPOTLE



西雅圖派克市場 Pike Place Market

我的美國男朋友-健身房



西雅圖 Crab Pot 大啖螃蟹海鮮



西雅圖派克市場 Pike Place Market



西雅圖 Gum wall



太空真塔 Space Needle



Pike place chowder



EMP Museum



少女的酥胸馬可龍



Golden Gate Bridge 金門大橋



Alcatraz Island 惡魔島



Pier39 海獅



Cable car 嚕嚕車



好萊塢



環球影城



中國戲院



環球影城



Disney



Santa Monica