

# 國立臺灣師範大學學生赴國外修習 返國後心得報告書

## 一、學生資料

填寫日期：2024/05/17

英文姓名（姓，名）：Ke, Pei-Ting	臺師大就讀科系所、年級： 健康促進與衛生教育學系 四年級
修習國家：中國大陸	
修習校名：北京大學	
修習學院：光華管理學院	
修習科系：工商管理	
赴外學期別： __113__學年（民國年） <input type="checkbox"/> 上學期 <input checked="" type="checkbox"/> 下學期 <input type="checkbox"/> 一學年	
修習期間： 113年 2月 ~ 113年 6月	

## 二、修習課程名稱

修習課程名稱	任課教授	學分數	學季/學期
經濟學原理	王鎬	3	2022
社會心理學	王輝	3	2023
北大校史與北大學脈	劉詩古、王奇生	2	
生物統計概論	周曉華	2	2022

（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）

原本就知道北京大學是很厲害的學校，也知道裡面的學生都非常厲害也非常認真，但是實際進到學校上課後，真正感受學生的讀書氣息時，還是感到非常震驚，不論是上課時認真作筆記發問，還是下課後積極請教老師等，不畏懼他人眼光、勇於提問和分享是讓我覺得很崇拜的地方。由於北京大學是大陸頂尖學校之一，校內資源非常豐富，學術討論也較為開放，上課時老師大多不會有主觀偏見，接納來自各地的學生，也鼓勵學生向外思考，我覺得整體而言跟臺灣的感受差不多。

生活方面一開始在住宿上不太能習慣，四人一間有蹲式馬桶和洗手台，洗澡需到外面的公共澡堂洗（有簾子的淋浴間），房間外有陽台可以曬衣服，整體而言還算可以接受，但需要一段時間適應。比較麻煩的部份是住宿的規定，像是宿舍有周一到周四和周日晚上11點熄燈的制度，以及晚上10點50分後沒有熱水澡的供應等，如果平時比較晚歸或晚睡同學，可能需要注意調一下作息。而除了住宿方面，其餘部分我認為學校都做得很不錯，包括食堂真的超好吃超便宜，種類多到每天吃一種也不一定吃得完（交換期間），校內也有許多共享單車，出行方便快捷，另外學校的美化也做得很好，會有人專門修剪及種植花草、收拾及分類垃圾，以及整理美化環境等，整體而言生活上都非常自在。另外，因為北京是大陸首都，有許多重要景點、建築及活動，因此時不時就會有警衛或保安駐點，特別是地鐵和觀光景區等，治安算是很好，不過因為地大，從學校到景點大部分都要搭車一小時以上，稍微遠一點點。

北京大學會針對交換生一對一搭配一位在校生，如果有任何問題也可以聯繫對應的負責同學，還記得我一開始剛到北京時，真的很多問題也很常不知道怎麼處理，這時候有學伴就會非常安心。而學校在學期間也會安排港澳台交換生的導覽活動，由學伴帶領我們逛北大校園，不但可以更認識北大歷史，也可以交到許多港澳台的好朋友。另外特別的是，北大也會舉辦港澳台的出遊，我們這次的一日遊是去到故宮和國家博物館，而五一連假時我們去了雲南五日遊，誠心推薦以後要來的學弟妹們一定要好好把握，學校所有的安排都非常到位，這些景點平常是很難預約甚至有些是一般人無法進入的，重點是包含食衣住行育樂是全程免費的，真的大大大推，一定要搶到！（我們這屆因為交換生太多所以有限制名額，大家都要用搶的）。

再來分享一下北大的社團生活，由於我原先給自己的期許就是希望能在校內生活與校外遊玩上取得平衡，因此我也積極參與了很多社團活動，像是因為喜歡跳舞所以加了風雷街舞社以及會出遊看星星的天文社，另外我也參與許多社團的一日遊活動及觀看表演，包含跟隨文物愛好協會到明十三陵遊玩、與鐵路協會到秦皇島與山海關，以及觀看過戲曲社、鋼琴社、音創社、配音社等成發，還有觀看過北大的辯論比賽、十佳歌手大賽、戲劇大賽等，還有最後就是我一直很喜歡的主題夜奔活動（學校不定時有主題夜奔，會在操場放音樂讓學生可以一起跑步）及電影院（北大百周紀念講堂會有許多新上映的電影，可以買學生票真的超級划算！）等，整體而言，北大的活動真的很豐富很多元，與我原先想的不太一樣，學弟妹們可以好好把握。

開銷部份在校內很便宜，學餐大約落在15-20人民幣（依照食量加減算），換算台幣大約70-100元一餐就可以吃得很飽，校外的話就貴很多，有點像台北餐廳的物價。學校的住宿一學期750人民幣，約台幣3000多元，如果大部分時間都在校內，開銷不會太大，常常出去玩的話就要自行估計了，據往年學長姊的參考10萬台幣是非常充裕了。（我自己目前是花了五六萬元，去過四個北京以外的省份）。

#### 四、照片（如有，請提供）

北大校園：



北大食堂：



麻辣香鍋超好吃！

港澳台出遊：



故宮+國家博物館一日遊



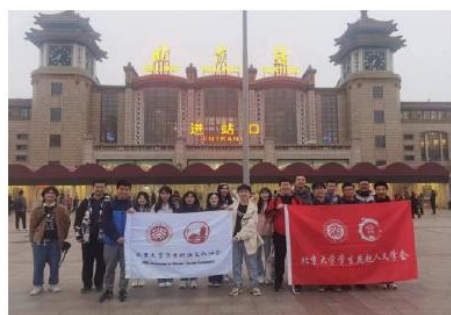
雲南五日遊



## 校園活動：



## 北大社團：



## 五、影音檔（如有，請提供連結）

我的小红书號：782235339

風雷街舞社帳號：<https://b23.tv/CRhwfMt>

北大官方影音號：<https://b23.tv/VCqtSc4>

## 六、其他

有任何問題歡迎詢問我~Email:candycarol100@gmail.com

祝福學弟妹們交換一切順利！