

國立臺灣師範大學鼓勵學生赴國外進修補助

學生返國報到單

填寫日期：111.12.15

獲補助出國年度： 111 學年 上學期	
姓名：楊雅涵	臺師大學號：40821101L
臺師大系所：英語學系	
臺師大學院：文學院	
基本核銷文件： <input type="checkbox"/> 國外學校之修業成績單影本 <input type="checkbox"/> 心得報告紙本及電子檔 <input type="checkbox"/> 核給生活費者，檢附護照入出境章戳頁影本	
學院結案確認（以下由學院承辦人填寫）： <input type="checkbox"/> 無另訂其他結案要求或文件 <input type="checkbox"/> 有訂學院結案要求或文件，確認學生已完成	
院戳	
<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">已由國際事務處與學院承辦人確認：該院無另訂其他結案要求</div>	

--

國立臺灣師範大學鼓勵學生赴境外進修補助學生赴國外修習

返國後心得報告書

一、學生資料

填寫日期_111.12.15_

獲補助出國年度： 111 學年 第一學期	
中文姓名：楊雅涵	英文姓名 (姓, 名): Yang, Ya-Han
臺師大就讀科系所、年級：英語學系四 年級	臺師大學號： 40821101L
修習國家：美國	
修習校名：天普大學	
修習學院：General education	
修習科系：General education	
修習期間： 111 年 8 月 ~ 111 年 12 月	

護照入出境時間：

出境：111年8月14日 使用自動通關

入境：112年1月 日 使用自動通關

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	研修學季/期
Workings of the Mind	Andrew Karpinski	3	2022 Fall
Fencing	Tasia Ford	2	2022 Fall
Global Citizenship	Sarah Godwin	1	2022 Fall
Introduction to Art Direction: Visual Communication	George Schwab	3	2022 Fall
Philadelphia sketchbook	Lauren Whearty	3	2022 Fall
The sounds of Philadelphia	Kendra Balmer	3	2022 Fall

(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）

1. 學術：學校會推薦學生修 12 到 15 學分，我自己修 15 學分覺得蠻足夠的，加上有一些課比較輕鬆，所以還能適應。美國雖然要求的學分比台灣少，但是他們相對每一個學分所需花費的時間也比較多。例如，有一些課會要求學生先預習，閱讀文章等，之後上課會討論。各個課程規劃都不太一樣，主要還是要看老師的上課方式和授課大綱。天普在前兩週還有加退選的制度，只是需要透過我們的 advisor，但是還是可以在這期間試試各種不一樣的課程，找到自己喜歡的，因為美國大學相對有更多不一樣且有趣的課程，可以好好把握機會修習。我自己很推薦 Philadelphia sketchbook，這個課程需繳交 75 美元，但是他會給你上課會用到的材料。這個課程會帶學生去費城各個不同的地方畫畫，所以可以因此認識到許多地方。例如我們這學期有去許多博物館、漫畫店、墓地、公園、cherry pier 與 reading terminal market 等不同的地方。我也是藉此課程，認識到更多費城不同的面貌，像是 old city 感覺就是不太一樣。這個課程就算不會畫畫也可以上，主要就是畫自己看到的風景，老師人也很好，很會鼓勵與幫助學生。Workings of the Mind 也蠻有趣的，他是結合心理學與哲學的課程，主要會探討大腦與意識的關係。也會藉由許多案例的分享，探討人是否有意識等議題。此課程就需要花較多時間閱讀文本與看老師的預錄影片，但我覺得因為案例的分享通常都蠻有趣的，所以我還是很喜歡。Global Citizenship 是交換生都會被自動排進的課程，但如果先前就有先選到與此課相同時間的課程，就不會被排到。此課程就是交換生互相分享彼此的文化與探討全球議題，是一門相對輕鬆的課程。The sounds of Philadelphia 很推薦給喜歡音樂的學生。老師會介紹各種不一樣的音樂，每週也會需要閱讀文本與分享自己的心得到討論區，探討音樂與 identity 的關係，像是種族、階級與性別等，各式各樣不同的因素如何影響創作者與他們的音樂。所以此課程不只會認識許多不同的音樂，也會體會到音樂與社會間的關係。其中一個作業是老師會提供許多免費的活動，請學生去參加其中一個，回來要做心得報告。我當時去的是一個 Jazz 的表演，也藉由此機會有全新不同的體驗，覺得很有趣！Introduction to Art Direction: Visual Communication 的老師人很好，會分享許多老師自己在業界的經驗，所以如果對設計、廣告、行銷等有興趣的同學也很歡迎。我們有一個小組報告是要行銷自己的設計的餐廳，所以要自己設計 logo、網頁與商品等等的。可以從中看到各組不同的創意，非常有趣！Fencing 的老師人也很好，也可以藉由出國交換，學到一些台灣可能較少有機會可以接觸到的體育活動。

2. 生活:

(1) 食: 有些學生有 meal plan, 就是一週有固定的餐數, 到學生餐廳吃飯。但是 meal plan 其實蠻貴的, 所以我沒有。我主要都是在宿舍自己煮, 學校附近就有超市, The Fresh Grocer。地鐵兩站的距離也有另一個很便宜的超市 Aldi。宿舍也有基本的煮飯設備, 像是爐子、烤箱與微波爐, 所以自己煮飯, 既方便又省錢。學校也有一些餐車, 可以去試試看, 餐車一餐大約是 7 到 10 美不等。在美國吃一餐通常都是十美左右, 但份量通常都很大, 可以跟別人分或吃到兩餐。

(2) 衣: 費城冬天蠻冷的, 有時會到零下, 所以可以帶些保暖的衣物。可以把握美國勞工節與黑五的折扣買衣服, 會便宜許多。

(3) 住: 我是住在 temple towers, 雖然他想對其他住宿比較貴, 但許多交換生住在這裡, 所以可以交到許多朋友。temple towers 時常也會給交換生辦活動像是 potluck、karaoke、ice skating 等活動, 所以也蠻有趣的。

(4) 行: 天普附近就有地鐵站與公車站, 所以要去市中心或其他地方都蠻方便的。若晚上就很晚回來, 天普在特定區域有陪走員的服務, 可以陪走回家。但晚上還是盡量不要出門, 因為可能會有一點危險。

3. 開銷概算:

主要花費就是住宿費、餐費與旅遊費。Temple towers 是一學期一次繳清, 包含水電費等是約 5770 美元。餐費每個人都不太一樣, 但我主要會去 The Fresh Grocer、Aldi 和 China town 買食材回家煮, 所以可以省比較多錢。旅遊費也是看個人, 我這學期間去了華盛頓、波士頓、紐約、芝加哥。從費城到紐約搭巴士兩小時就可以到了。費城到華盛頓也是巴士三小時能到。到波士頓跟芝加哥我是搭飛機。這些地方的花費也是比較高, 消費還是看個人習慣。

四、照片 (如有 , 請提供)

Orientation week 交換生一起去 old ocean city 玩



美式足球比賽



費城有名的 Reading terminal market 裡的 cheesesteak 和 donut



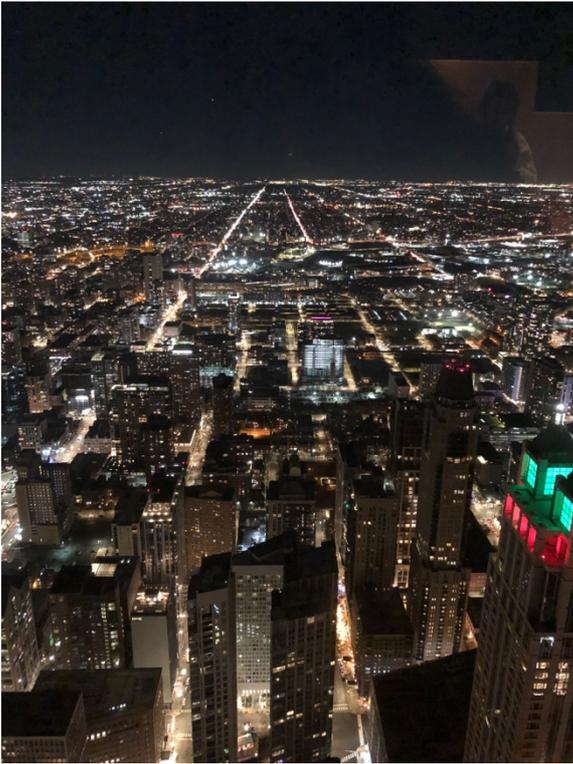
Cherry pier



紐約時代廣場



芝加哥的夜景



波士頓有名的 Quincy Market



華盛頓的 Washington Monument



萬聖節許多人都會裝扮成各式各樣的角色



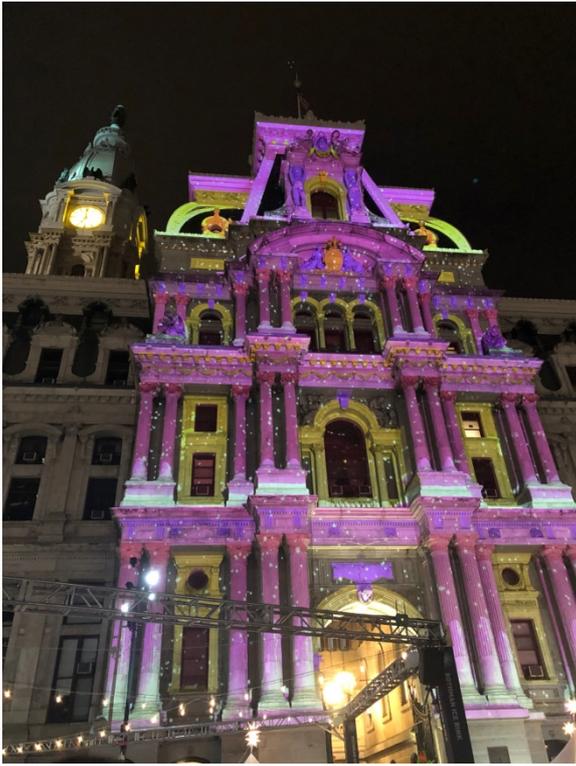
感恩節大餐



Virginia 黑五當天的 shopping mall



費城聖誕節氣氛的 City Hall



Temple Towers 舉辦的活動



五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他