

# 教育部學海飛颺暨學海惜珠

## 國立臺灣師範大學受獎助學生返國後心得報告書

### 一、學生資料

填寫日期：2023/1/18

中文姓名：舒章軒	111 年度學海飛颺
臺師大就讀系所、年級：教育心理與輔導學系	
研修國家：英國	
研修校名：萊斯特大學 (University of Leicester)	
研修學院：Study Abroad Program	
研修科系：English Language(ELTU)	
研修期間： 111 年 9 月 ~ 112 年 1 月	

## 二、修習課程 (請依實際修課情形自行增加列數)

研修課程名稱	任課教師姓名	學分數	所屬學季/期
Academic Speaking	Janice	15 credits	Term1
Words and Meaning: English Vocabulary Development	Hania	15 credits	Term1
Game Theory	Jacob	15 credits	Term1
Teaching English to Speakers of Other Languages	Luke	15 credits	Term1

### 三、心得分享(如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字)

#### 一、 整體心得摘要：

萊斯特台灣的城市標準來說大約是彰化或雲林，不是繁華的大都市，但個人認為非常適合想好好體驗英國學生生活的城市，治安良好，有來自各國的學生，交換生的比例也很高，萊斯特地理位置在英國中間，到其他城市也不會太遠；學校端也安排了很多活動可以讓學生交流，只要有意願，絕對有很多機會可以認識不同國家的人；學術方面，個人所知老師們都很有教育愛，課程緊湊且紮實，12 周內就會結束所有課程，可以好好專注體會英國學生生活，並在學期結束去各地旅遊；下面會介紹一些在萊斯特大學的生活細節，一些學校資訊或是申請上的問題就不列入，如果有任何問題歡迎直接寄信或私訊我，還有一些當地景點和食物可以推薦~

#### 二、 學術方面

學校方面規定是要選 4 堂課(60 credits)，換算台灣學制為 12 學分，且會在 12 周內完成，扣除第一周介紹及最後一周作業周，其實只有 10 堂課就結束課程，但如果真的有心可以學到非常多，我修了 3 堂 ELTU 的課，ELTU 的課大部分是交換生，小班制，內容大致都跟英文有關，但不是我們所認知的”英文課”上課有很多和同學討論和交流的活動；另一堂修經濟系的課，就比較接近台灣大學的課，大演講廳，上課時不太有和同學及老師交流的機會，有時會有助教課，助教課中會有較多可以詢問老師或小組分享的機會，教學可能內容很豐富，相較起 ELTU 的課會重一點，而因為是交換生，所以就算最後有期末考(他們通常是假期結束，下學期開始前一周才會考試)考試都可以用作業替代，算是對交換生非常友善。

如果課程內容問題可以再詢問，個人最推薦 Luke 老師的 Teaching English to Speakers of Other Languages.

#### 三、 生活方面

- 食：外食真的很貴(2023 年一餐至少 300 台幣)，且沒有特別好吃，我本人之前完全沒有下廚的經驗，也是到當地才可以學習，後來發現和同學及鄰居煮飯可以稱得上讀書階段最美好的經驗，不只可以吃到各國的特色食物，煮飯和吃飯的過程中也可以和彼此有更多的交流，有時候參加學校安排的”社交”活動會有點尷尬，約朋友一起煮飯吃飯是個容易交朋友的方式，煮飯的材料和器具在宿舍附近都買的到，亞洲的調味料也在當地的亞洲超市都有，咖哩、泡麵、調味品等都有，不需要刻意準備。
- 衣：我去的時候是 9~1 月，當地天氣相較其他城市算不錯，天氣比較乾，體感溫度不會太低，不會很常下雨，但下雨時風都很大，所以用雨傘也

很不方便，如果有要去其他國家可能就要自己斟酌。

- 住：學校主要分 city 跟 village，共通點為隱私都非常好，各種不同的宿舍都有和室友一起使用的廚房和 common room，如果有心想和室友變熟可以舉辦每周的 pizza night 或是固定的宿舍活動，而 city 跟 village 個人認為兩者差異非常大，且會十分影響你的住宿體驗，以下為兩者的優缺點

City：新宿舍，有兩個主要建築，離學校走路 5~10 分鐘可以到，空堂無聊可回宿舍休息，且不需要等時間飄忽不定的校車，且離市中心比較近，也離學校舉辦的派對比較近，如果有大量的旅遊計畫的話會是個好選擇，但住的是新蓋的宿舍，比較沒有當地建築的感覺，整體氛圍也比較像學校

Village：很像一個大社區，各種不同的建築，且每一間的格局布置裝潢都差非常多，很有當地生活的氛圍感，且不同的宿舍就像不同的家，溫馨且比較多機會和朋友相處，缺點為距離學校走路約 40 分鐘，校車從 2022 年開始為免費，但有時遇到尖峰時段會塞車，village 的房子也比較老舊，會有一些設備上的問題，但維修團隊都會在兩天內處理好，如果想選 village 可以聯絡我再告知各間宿舍細節

結論：

City：方便、新、較無趣

Village：”超級”不方便，溫馨，有趣的住宿體驗

當初我選的是 village，因為個人沒有特別熱愛旅遊且想多體會當地生活，下雨天在雨中等 20 分鐘校車真的會很後悔，但重來一次我一定一樣選 village

- 行：英國各地使用 Google map 都不是好主意，請務必使用一個 APP 叫 Citymapper，這個軟體的時間才是準的；  
萊斯特的交通：從 village 到學校可以搭免費的校車，到市中心可以搭公車或 Uber，英國各地的大眾運輸相比台灣其實都很貴，所以基本上 3 個人搭 Uber 可能就跟搭公車的價錢一樣了  
倫敦交通：在倫敦待了將近兩周，基本上都是 underground 為主，公車為輔，Uber 很容易塞車，且地鐵真的很方便，但有一些省錢的細節或是地鐵怎麼搭就請自行爬文。  
英國各地交通：到各個城市主要有三種方法，不論哪種都是越早訂越便宜，價錢大概可以差到 3 倍左右，且客運跟火車都務必要辦學生卡

(Railcard, Coachcard)，搭個兩三次就回本了

1. 搭客運，可以搭 National express 或 Mega 巴士等，最便宜，但時間最長且最不舒服，但以學生來說這應該是最佳選擇。
2. 搭火車，如果可以買到早鳥票會便宜很多，但英國常常有罷工，且可能前一周才知道，要做好隨時換交通方式的心理準備，大約是客運的兩倍價錢，但座位很舒適且很距離較遠會快很多。
3. 搭飛機，如果要去愛丁堡之類比較遠的城市，可以考慮搭飛機，價錢波動很大，運氣好可能比客運還便宜，缺點是不能帶太多行李，多一件手提或行李箱都會被收很多錢。

- 樂：雖然萊斯特不算是很有名且繁榮的大學，但還是有很多學校舉辦的活動，有些給交換生認識彼此的，有寫給住宿生在節日參加的，學校本身也有一些節慶活動，而社團種類也很多，各種文化和國家的活動都有，市中心也有很多酒吧、夜店等場所，我覺得不論內向外向，都可以在這裡找到自己喜歡的活動參加。

旅遊方面，英國各地的城市都有不同的風情，且萊斯特地理位置良好，很適合在學期中去英國各地走走，最後的連假再到歐洲國家，這部分資訊就請自行收集了~

#### 四、開銷概算

名稱	金額
宿舍	62000
來回機票	48000
學校 11 周生活費	78000
旅遊費	100000
雜費	20000

總和：約 30 萬

個人認為自己不算很省但也沒有很奢侈，旅遊方面因為有住朋友家，省了大約 1 至 2 萬，如果努力省錢的話應該 20 萬左右，但如果要去北歐國家可能花費就會高很多。

#### 五、 聯絡資訊

FB: 舒章軒

Instagram: joker\_nelson

信箱: nelson8958@gmail.com

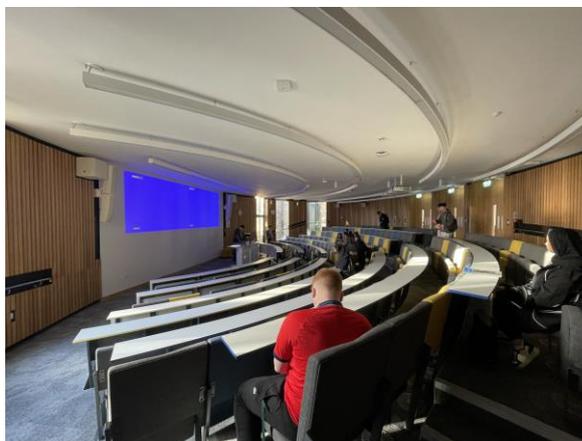
#### 四、 照片 (如有, 請提供)



Village 其中一種宿舍



宿舍交誼廳



經濟課教室