

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：2024.7.10

英文姓名(姓,名): SHEN, Xin-Yi	臺師大就讀科系所、年級: 生技醫藥產業碩士學位學程 二年級
修習國家: 中國	
修習校名: 南京大學	
修習學院: 生命科學學院	
修習科系: 生命科學學院	
赴外學期別: 112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: 112年2月 ~ 112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
現代環境生物技術	吳兵、葉林、江偉	2	一學期
現代科學儀器及生物技術實驗	江亞軍	2	一學期
現代藥劑學選論	吳錦慧	2	一學期

(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）

二月，剛到南京時正值下雪，與台灣溫差極大，一轉眼四個月過去，六月，我們迎來了熱情的南京，但同時到來的還有交換的尾聲，在南大交換的這段時間，我經歷了一段開心且難忘的旅程，從抵達南京的第一天起，我就對這個新環境充滿了未知和期待，雖然很快的就因為還沒有大陸手機號而無法打車遇到困難，但還好當初在師大認識的大陸學伴及時伸出援手，協助我順利打車，謝謝他！

這裡的生活節奏與我以往的生活步調截然不同，最明顯的是**晚餐時間較早**，所以不能太晚去食堂，但多樣化的食堂讓我十分羨慕，有各式菜色可以選擇，但主要以澱粉居多，可能還偏油膩和重口味，可以依照個人喜好自己斟酌選擇，還有晚上宿舍的**門禁時間**，除了進出宿舍需要刷校園卡，晚上12點宿管阿姨會關門鎖門，要留意避免太晚回宿舍需要請阿姨開門，不過剛好這學期女生被分配到的宿舍是研究生宿舍，晚上阿姨不會鎖門，但是晚歸還是需要登記紀錄。

在學業上，我選修了幾門師大沒有開設的課程，除了生科院的現代科學儀器及生物技術實驗和現代藥劑學選論，我還選修了環境學院的現代環境生物技術，上課方式主要是老師講述式，評分方式也以隨堂小測跟繳交報告居多，而且研究生交換只能選研究所的課程，但沒有限制可以選擇的院所，因此也可以跨院選課，在加退選時間內告訴負責的老師以人工方式選課即可，如果對大學部有興趣的課程可以選擇旁聽。上課教材主要以中文為主，沒有統一的課程平台讓我覺得比較不方便，例如 Moodle，剛好我修了三門課，就體驗到三種不同平台，因此，上課 PPT、作業等內容視老師習慣而定，可能通過教學立方(微信上的小程序)、QQ 群組或微信群組分享。

實際上課後，我發現南大生科院在共用儀器的管理上十分用心，每個儀器各有專用室，據了解24小時都可以使用，只要預約即可，由於沒有抵免學分的需求，所以主要選擇有興趣的課程，尤其是實驗課程，讓我有機會親自操作各種先進的實驗設備，學到了許多實驗原理和實用的技能，這些經驗對我的專業發展非常有幫助，除了實驗課程，理論課也讓我受益匪淺，此外，上課也讓我有機會接觸到許多來自不同背景同學，與他們交流各自的研究內容、學習經驗和心得，使我在學術交流中受益匪淺，認識南大的學術氛圍。我發現，每個人對問題的看法和理解方式都有所不同，這讓我對同一問題有了更全面的認識和思考，這段學習經驗不僅提升了我的專業能力，也讓我在個人成長上取得了

巨大的進步。

在生活方面，南大校園內有許多食堂，餐食品項選擇非常豐富且分量充足，不過蔬菜較少，大部分都是澱粉類，平均價格落在9至15人民幣之間，非常便宜，校內也有超市、水果店、理髮店、郵局和快遞站，一個大學城的概念，即使不出校園也可以在校內完成生活所需，今年女生交換生統一住在校園最裡面的研究生宿舍，三人一房，室友都是交換生，房間內有衛浴設備，但是沒有馬桶是蹲坑，洗澡是用花灑沒有蓮蓬頭，與台灣很不一樣。此外，南大仙林校區非常大，校內有定點發車的小紫巴士，每次5毛錢，還有許多共享單車、電瓶車和滑板車，可以掃碼單次借用，每次1.5人民幣/15分鐘，視需求也可以購買月卡，更划算。南大的運動風氣也很盛行，操場、球場和體育館都可以看到不少人，如果要去健身房或使用體育館內的球場都需要在南大 APP 上預約，這學期我很常去打羽球，所以都要在早上八點開放預約時趕緊搶球場，不然就沒有球場了，大家搶場地的手速堪比搶演唱會門票一樣啊！

此外，南大的台港澳事務辦公室也會舉辦各種活動，這些活動不僅豐富了我的課餘生活，也讓我更深入地認識了江蘇這個省份。我參加了兩個梯次分別是去無錫和宿遷，在無錫，我們參觀了美麗的太湖，湖水波光粼粼，讓人心曠神怡，我們遊覽了歷史悠久的鼈頭渚，這裡的櫻花盛開，美不勝收，宛如置身於花海之中。此外，我們還參觀了無錫的古運河，沿著古老的河道漫步，感受到了這座城市古樸與現代融合的獨特魅力，我們還品嚐了無錫的傳統美食，一切都讓我對無錫有了更全面的了解和深刻的印象。

而在宿遷，我們走訪了著名的項王故里，深入了解了西楚霸王項羽的傳奇故事，置身於這片歷史遺跡，我們彷彿回到了那個戰火紛飛的時代，感受到了項羽的豪情壯志和悲劇命運，除了歷史名勝，我們還參觀了三台山森林公園，享受了大自然的寧靜與美好，洋河酒廠的參觀則讓我們見識到了中國傳統釀酒工藝的精妙，走進酒廠，撲鼻而來的是濃鬱的酒香，導覽員為我們介紹了釀酒的各個過程，還有幸品嚐了不同濃度和等級的酒，這些活動不僅豐富了我們的視野，也讓我們更深刻地理解了宿遷的文化和經濟特色。

此外，鄰近端午節，我們還參加了端午活動，現場除了有刺激的龍舟競賽，還有許多美食和小遊戲體驗，大家都樂於其中，一起感受中華傳統佳節的美好，這些互動讓我們對宿遷的風土人情有了更直接的體驗。這些多元的活動不僅讓我們的宿遷之旅充滿了驚喜，也增進了我們對這座城市的認識。這些活動豐富了我的課餘生活，也讓我更認識江蘇這個省份，無論是文化交流活動，這些經歷都讓我對中華傳統文化有了更深的理解和尊重，我們一起分享交流彼

此的文化，讓我受益良多。

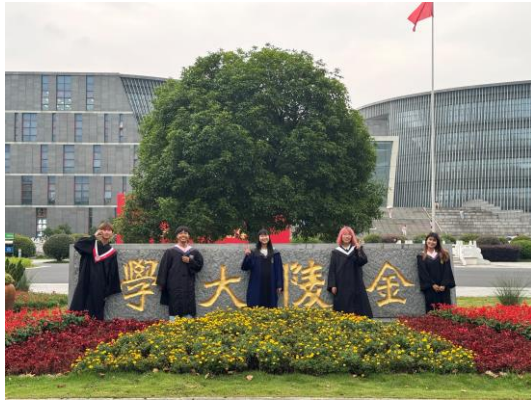
除了參加以上活動，我和幾個朋友計劃了幾次精彩的旅行，探索中國各地的美麗景點，包括北京、青島、重慶和西安等。我們在北京參觀了雄偉的長城和莊嚴的故宮，感受到這座古都的深厚歷史底蘊；在青島，我們漫步於美麗的海濱，還品嚐了當地著名的海鮮和青島啤酒；在重慶，我們體驗了這座山城的獨特魅力，遊覽了洪崖洞和解放碑，還乘坐了纜車，欣賞了兩江交匯的美景，重慶的麻辣火鍋更是讓我們大快朵頤，回味無窮；在西安，我們參觀了兵馬俑，驚嘆於這世界奇蹟的宏偉規模，並遊覽了大雁塔和鍾樓，感受了這座古都的文化底蘊，我們還品嚐了西安的小吃，如羊肉泡饅和肉夾饅，每一口都充滿了地方特色的美味。

在交換期間，我和朋友們一起去過了許多地方，探索了許多曾經只在課本上見過的名勝古蹟，我們終於有機會親眼目睹這些歷史遺跡和自然奇觀，感受到它們的壯麗和震撼，我們也參觀了許多博物館，如南京博物院、故宮博物院和陝西博物院，了解了豐富的歷史文化和珍貴的文物，每到一個地方，我們都認真記錄，留下許多珍貴的回憶。

總結來說，這段交換生經驗是我人生中一段寶貴的回憶，它讓我成長了許多，無論是在學術上還是個人素質上，我都取得了長足的進步，我學會了如何更好地適應新環境、如何更有效地學習、如何更深刻地理解和尊重不同文化。這段經歷將永遠銘刻在我的心中，成為我人生旅途中的一顆閃亮的珍珠。

四、照片（如有，請提供）





五、影音檔（如有，請提供連結）
無

六、其他
無