

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：2018/09/01

獲補助出國年度：106 學年 第二學期	
中文姓名： 黃川瑋	英文姓名(姓, 名): HUANG, CHUAN-WEI
臺師大就讀科系所、年級： 工教系 107 級	臺師大學號： 40370064H
修習國家： 中國大陸	
修習校名： 哈爾濱工業大學	
修習學院： 機電工程學院	
修習科系： 機械設計製造及其自動化專業	
修習期間：2018 年 2 月 ~ 2018 年 7 月	
護照入出境時間：	
出境：2018 年 2 月 24 日	<input type="checkbox"/> 使用自動通關
入境：2018 年 6 月 15 日	<input type="checkbox"/> 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	學季/期
軍事思想與戰例簡介	羅善華	1	春季
中國小說鑑賞	王洪	1	春季
心理壓彈與逆商訓練	趙冰	1.5	春季
室內設計原理	劉杰	1	春季

(表格不足請自行加頁)

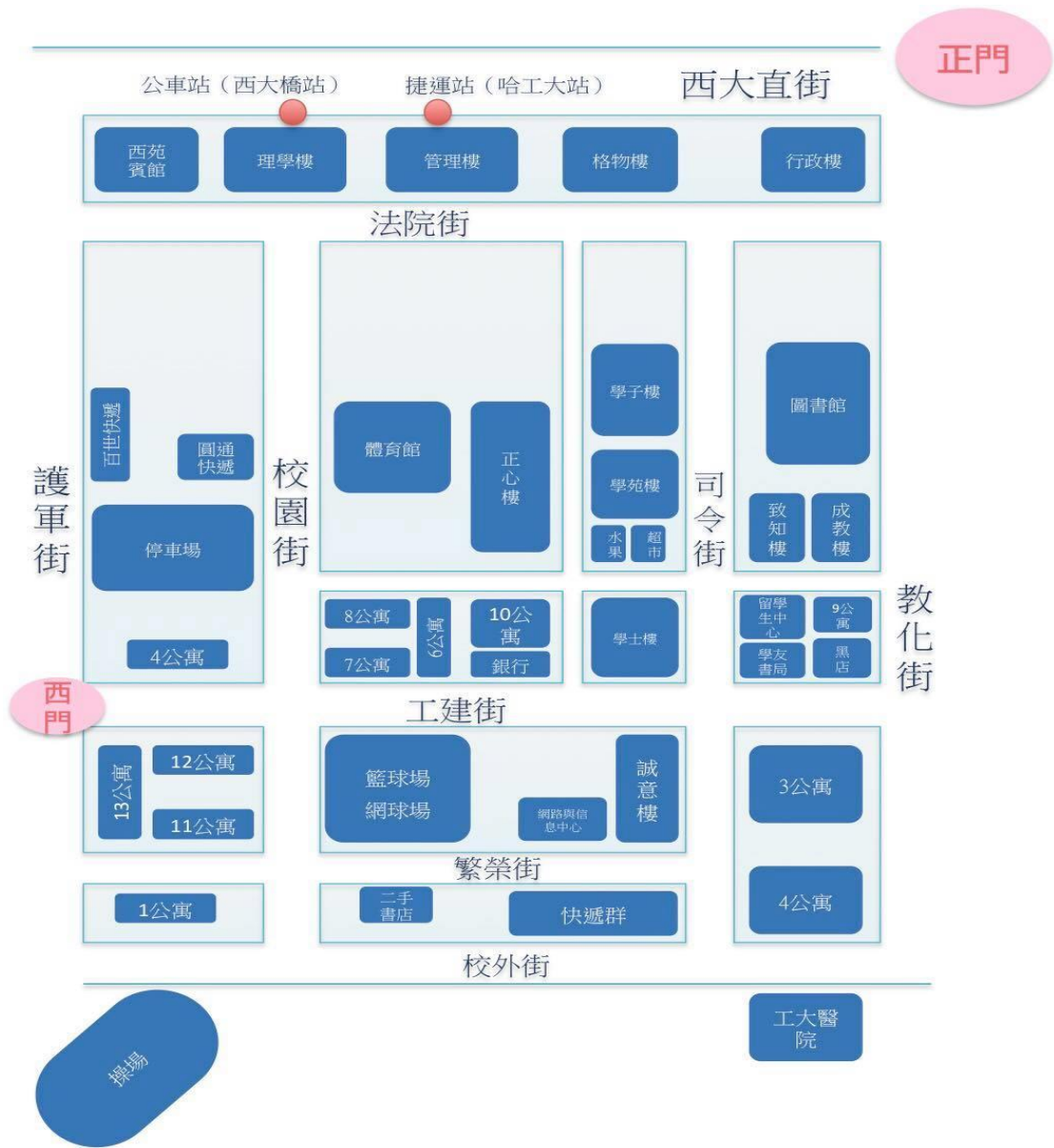
三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約 1500 字）

雖然已經二月底了，但是從飛機上還是可以看到哈爾濱一片雪白，下飛機當天的溫度是零下二十幾度，不過因為是乾冷，所以沒有想像中的冷，只要皮膚不要直接接觸到空氣，冷的程度大概跟台灣很冷的冬天差不多，大陸的出關手續比台灣簡單多了，可是我在出關的時候被要求開行李，因為我的隨身行李裡面有書籍，還好書籍與政治無關，所以被放行了，哈爾濱的機場沒有免稅商店，所以有抽菸、喝酒的可以在台灣買好帶過去，香菸可以帶兩條的樣子。

在大陸生活手機是很重要的，手機最好準備好一點的，容量大一點的，耐低溫的，有人的手機會因為溫度太低直接關機，錢包可以沒帶在身上，但是手機一定要帶在身上，因為在大陸很多事情都是要利用 APP 完成，接下來帮大家稍微介紹一下在哈爾濱的生活和在大陸的必備技能。

到哈工大之前要先把哈工大的地圖載好，因為你會需要自己去尋找住宿公寓，我們住 12 公寓，是個蠻舒適的地方，洗澡還有熱水，大陸學生都要去澡堂洗澡，大家坦誠相見在大陸(北方)是很正常的事情，因為不管去游泳池、汗蒸、健身房等，都會遇到同樣的問題，不過會習慣的，行李可以的話可以考慮帶延長線、衣架、衛生紙、洗髮精、沐浴乳、洗衣精、洗面乳、乳液等等，雖然這些東西在哈工大都買的到，但是相對哈爾濱的物價，這些東西稍貴。

剛到哈工大時，預計需要先辦理餐卡、宿網、學生卡、手機卡、銀行卡、選課。**餐卡**需要張全老師補公文才能辦，需要拿著台胞證去學苑樓的學生餐廳辦理，所以還沒有拿到餐卡都不需要急著辦理宿網。**宿網**需要用餐卡去宿舍一樓的機器申請，宿網可以兩台裝置連接(手機或電腦)，如果想要省錢可以兩個人買一個帳號，30 元一個月。**學生卡**需要禮拜二和禮拜四的一點半到四點半到格物樓 905 才能辦理。**手機卡**有聯通和移動兩家，我是辦聯通的，38 元一個月，要先壓 100 元，因為他不需要學生卡就可以辦，但是要綁兩三個月，移動的方案比較好，但是他需要學生卡才能辦，聯通的是市區的訊號比較好，移動在比較郊區的訊號比較好，在大陸的普及率也比較高。**銀行卡**的話學校裡面就好幾家了，我是辦工商銀行的，因為他的辦理手續比較簡單，有些銀行(例如中國銀行)會需要填大陸使用的拼音，台灣人哪會，而且工商銀行據點很多，全國各地都看得到，就算之後去別的省份玩也不用怕。**選課**的話需要登入哈工大的選課系統才能選 <http://jwc.hit.edu.cn/>選本科教學平台，然後點其他用戶，輸入學號，密碼好像也是學號，點選交流交換就可以開始選課，哈工大的選課系統是要用哈工大的網路才能登入，可以用宿網登入，或者帶餐卡去圖書館借電腦選課，宿網的話需要用手機開熱點給電腦，然後下載 APP，才連的到宿舍的網路，如果在哈工大遇到什麼問題也不需要太依賴張全老師，因為他不會給你太大的幫助，大陸的行政人員都習慣踢皮球，直接去找相關單位詢問就可以了。



在宿舍**洗衣服**的話區要去洗衣幾掃描 QRcode 下載 APP, 如果沒辦法下載的話可以用微信關注公眾號掃描 QRcode 也可以洗衣。**翻牆**的話, 師大很貼心有翻牆教學, 不過記得手機和電腦都要先在台灣設定好, 不然會很麻煩, 如果不會的話可以去教大四樓詢問。**運動**的話可以去籃球場運動, 天氣冷的時候不需要刷卡, 天氣暖活點的話要去申請, 然後刷卡進入球場, 校外人士需要充值才能進入, 羽球的話可以帶學生卡去正心樓下面打, 健身房的話我推薦 12 小時健身房, 走路大該 5-10 分鐘, 環境很大很舒服, 一季 500 元, 如果要游泳的話, 學校有免費的游泳池, 但是要先去哈工大軍醫院檢查, 然後把學生卡和檢查的單子給游泳池的櫃台就可以進去, 但是更衣室和洗澡的地方需要坦誠相見。**玩**的話在哈爾濱唱歌和看電影很便宜, 我們三不五時就會去一下, 真的值回票價, 酒吧的話推薦俄羅斯酒吧, 和外國人進去會招待酒水, 微信可以追蹤 HITCallCencer, 禮拜五晚上在學苑樓對面會舉辦一些活動可以認識外國人, Passion 旅行會常常舉辦出去

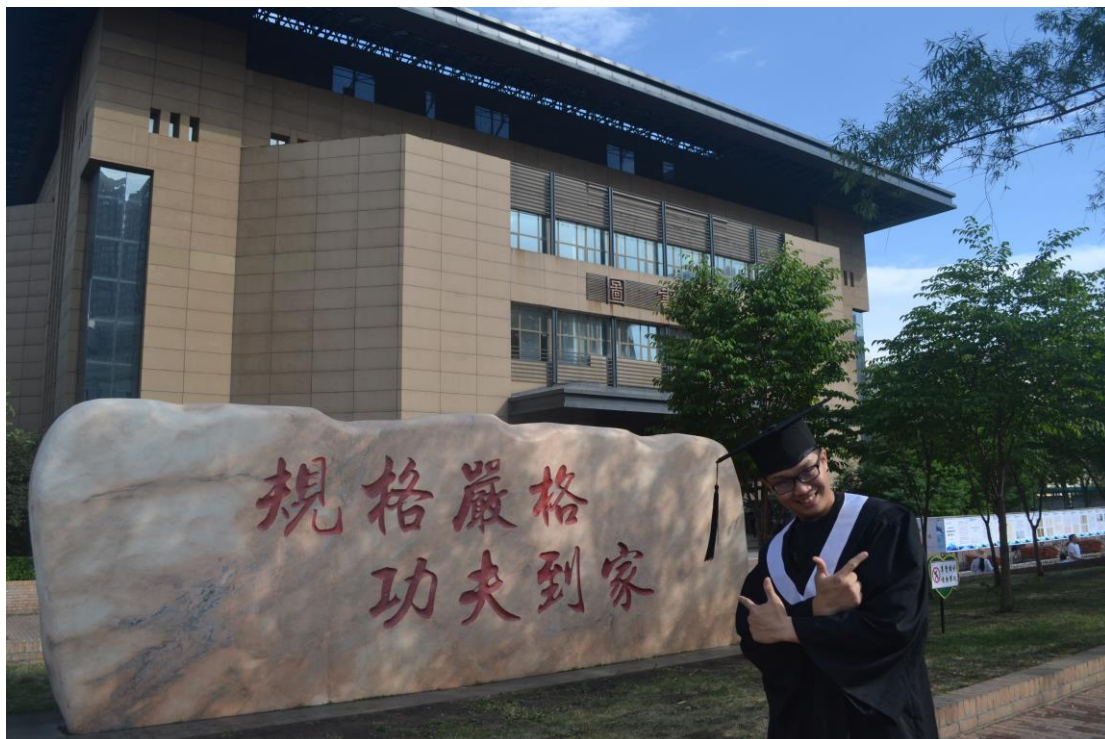
玩的活動，還可以藉由活動認識別校的人。**吃飯**的話哈工大的學餐營業時間早上大概到八點半，中午大概到十二點半，晚上大概到六點半，哈工大的學餐真的很便宜，還可以免費加飯，大概 15 元以內都可以解決，早餐的話推薦去學士樓吃，九點多才開始收，學苑樓有自助早餐吃到飽也很推薦，不過東北的菜都偏鹹，可能需要適應，而黑店則是一整天到晚上九點都有，東西比較好吃，但是也稍貴，如果想吃青菜的話可以去餃子館的樓上吃自助餐，菜色很多而且不貴，但是人很多就是了，晚一點去菜會被夾光，去哈工大也不要忘記嘗試哈工大西門的小夜市、哈爾濱師範大學夜市、黑龍江大學地鐵站小夜市、烤串、啵啵魚、活魚、川菜、湘菜、哈爾濱鐵鍋燉等等。

幾個比較常用到的 APP，**微信支付**和**支付寶**是最重要的支付軟體，兩種支付軟體都各有優惠，我是看哪個有優惠就用哪個，微信可以群收款，不怕收錢的尷尬，還會自動幫你分配好金額，**淘寶**也很好用，因為大陸的貨運很發達，沒幾天就可以收到貨，東西很便宜會不小心在淘寶花太多錢，要克制，**餓了么**和**美團**都可以叫外賣，東西不會很貴，品質也不會比較差，出去玩的話可以多用美團，查攻略和訂票都很方便，像我就用美團玩了大陸十幾個省份。**有一個很重要的事情一定要注意**在大陸不管訂火車票或飛機票記得都要用台胞證訂，用護照訂可能會沒辦法取票，那張票就等於作廢，**F5Access** 師大教學翻牆軟體，**滴滴出行**出門的時候用這個打車，很方便也很便宜，哈爾濱的計程車 8 元起跳(比較容易被坑)，近一點的地方大家分攤很便宜，**手機營業廳**可以看到手機餘額，**中國工商銀行**工商銀行的網銀，可以看到餘額，如果可以這些 APP 可以在台灣先載好，不然去大陸要先翻牆再用 play 商店載，不然就是要用大陸網址載。

在哈工大交換期間會有很多不同的經驗和經歷，記得要好好把握時間，體驗當地或各地的生活，多認識一些來自各地的朋友，多拍一點照片，因為一轉眼，交換就結束了，LOL 是萬惡深淵，如果可以就不要載，他會磨掉妳很多的時間，交換期間是我一輩子最難忘最快樂的日子，祝大家交換順利。

四、照片（如有，請提供）





五、影音電子檔（如有，請提供）

六、其他