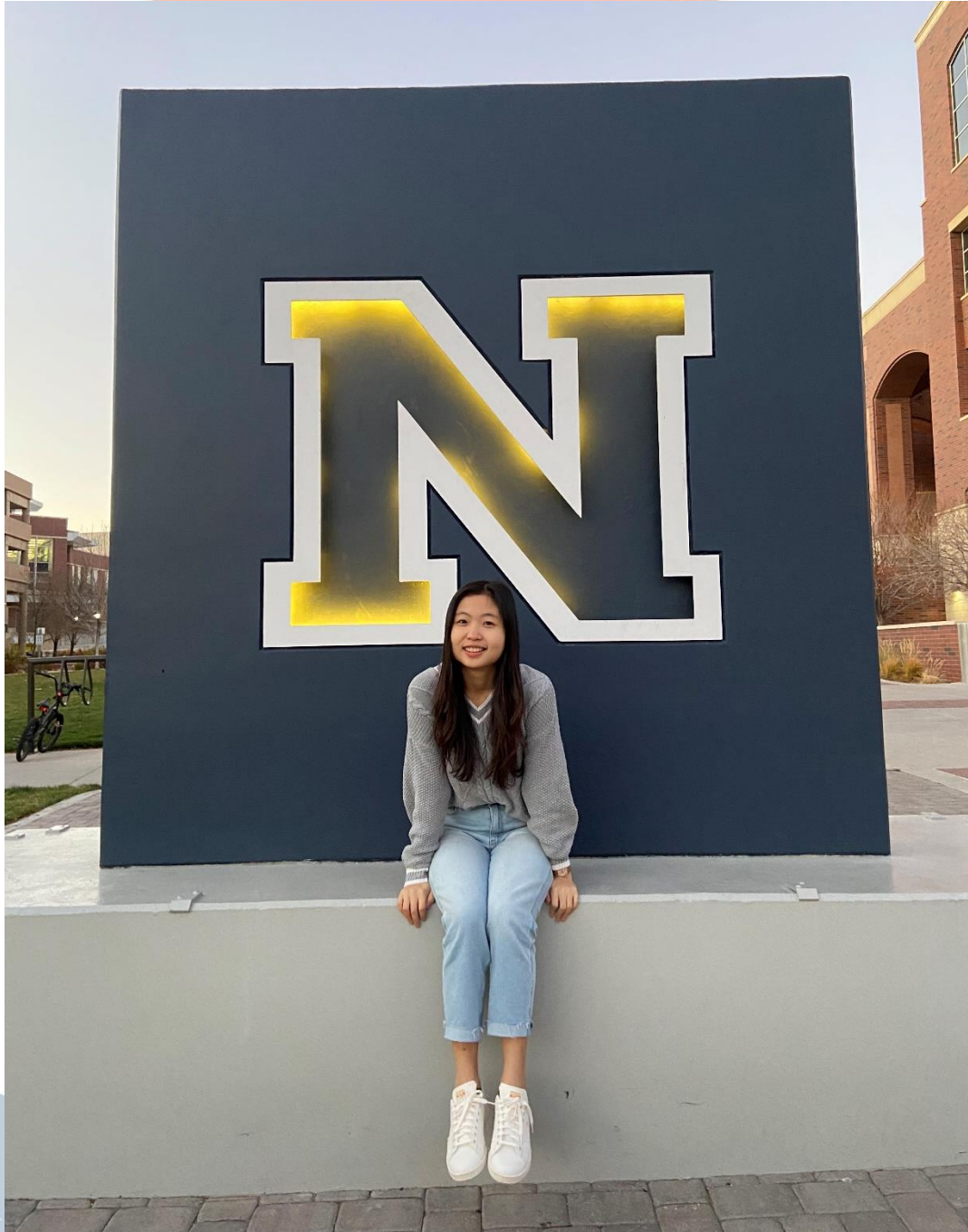


國立臺灣師範大學受獎助學生  
返國後心得報告書



110-1 美國內華達大學雷諾分校

社教系 康可人

# 學生資料

-110 年度學海飛颺

中文姓名：康可人

臺師大就讀系所、年級：社會教育學系三年級

研修國家：美國

研修校名：內華達大學雷諾分校 (University of Nevada, Reno)

修習學院：新聞學院 (Reynold's School of Journalism)

修習科系：新聞系

修習期間：2021 年 8 月至 12 月 (Fall 2021)

# 修習課程

Fall 2021

**JOUR 103.Introduction to Media and Society**

任課教授: Laura Crosswell      學分數: 3

**JOUR 107.1001 Media Writing**

任課教授: Todd Felts              學分數: 3

**ENG 113.Composition for International and Multilingual**

**Students**

任課教授: Maureen McBride      學分數: 3

**MUS 121.Music Appreciation**

任課教授: Valerio Morucci        學分數: 3

# 出國前準備

我申請的是秋季班大概是 6 月中收到入學通知，收到入學通知後會有許多事情要辦，雖然看似很複雜有許多事情要做，不過把它寫下來一件件完成，時間是充足的。

## 英語能力檢定

國際處會安排線上的英文檢定，完成後會依程度建議修習英文課程。在課堂上可以認識許多國際學生，結交好友。

## 體檢與疫苗

交換生須完成學校規定的體檢與疫苗施打，我的話是去大醫院掛旅遊門診，去得時候記得帶上學校的體檢與疫苗表格直接讓醫生填寫，也要記得帶過去的疫苗接種紀錄(可向區公所申請)，這樣可能可以少挨一點針:)

## 修課建議表

可以先上學校網站看自己有興趣的課，再寫信聯絡 academic advisor，他會提供課程建議，回信後完成修課建議表就可以開始選課。

## 簽證

簽證程序比較繁雜網路上有許多資料可以參考，這是我那時候參考的網站，我覺得寫得很清楚。[『美國留學』申請 F1 簽證很簡單 @ 我是 cindy\\_ :: 痞客邦 :: \(pixnet.net\)](#)

## 住宿

可以找外宿也可以選擇住在學校宿舍。我跟另外一個交換生都是住在校外，是透過過去學姊心得中所寫的 international house 尋找的。住在校外可以煮飯，房租也比較便宜，所以我個人比較推薦。申請學校宿舍的程序我不太清楚，不過尋找校外住所可以在入學通知發下來前先詢問，這樣會比較保險，因為很容易會沒有位置。

## 機票

機票我是先買單程票，這樣時間與最後出發地點比較彈性，價錢其實也不會差很多。

## 電話與網路

學校寄來紙本資料時裡面有附一張 mint 的電話卡，不過看之前學姊的心得好像都不太推薦，所以我事先在台灣買好 AT&T 可以儲值的電話(含網路)卡，這樣過去也比較方便，之後是每個月在網路上充值就行了。價錢約是每月 10GB 電話簡訊無限 40 美元。

# 出國後

因為疫情的關係，抵達後多了不少事情，需要先去學校做 COVID test，我記得那時候學校請我們心在家裡隔離一周的樣子，所以辦理學生證還有開戶時間都

比較晚。如果在疫情下交換的同學，可以提早兩周到美國，不過也是要看學校規定，說不定之後就不用隔離了。

## 銀行開戶

開戶很簡單，到學校 Joe center 一樓就有 Wells Fargo 可以開戶，銀行的旁邊就是辦學生證的地方，可以排在同一天處理，並且建議先辦學生證。雖然可以帶台灣的信用卡來這邊刷，不過我建議還是要開一個美國的戶頭，因為這邊很流行使用 money transfer app 跟 mobile payment，開這邊的戶頭辦一張 debit card 就可以使用手機轉錢，這個不論是在買東西或跟朋友之間的金錢往來都很方便。建議可以開兩個帳號，一個是 checking 一個是 saving，把大部分的錢存在 saving 會增生利息。我那時候是先從台灣帶 2000 美，開戶後可以請家人直接用匯的，建議一次匯好，因為每次匯都需要手續費，而且不便宜。正常來說開完戶約 7 天會收到卡片(我應該是個特例，因為另一個交換生有在七日內收到卡片)，不過我等了好久，重新申請了好幾次才拿到卡片，真的超雷的，不過可以先打客服請他幫你開通網路銀行的帳號，這樣 transfer app 跟 mobile payment 都可以在拿到卡片前先使用了。另外，行員會幫你將學生證與 debit card 連結，他說可以使用學生證消費，不過我試過好多家店，不一定能夠刷得出來。

## 當地交通

學生會(ASUN) 有提供 escort 的夜間接送服務，晚上如果在學校待太晚，千萬不要自己走，可以下載 escort 的 app 叫車，只要上車出示學生至即可。至於 Reno 的公車，持學生證可免費搭乘，公車系統不是很好，很常罷工跟遲到。如果想買菜的話可以搭乘學校假日提供的車子，或是可以麻煩有車的朋友載你去。

## 修課心得

美國大學的教學模式跟台灣差距很大，課堂上同學踴躍發言，老師也會給予適當的回饋，教學態度嚴謹，幾乎都很用心在準備課程內容。通常每週都會有作業與 2~3 週一次的小考，我個人認為這樣的教育訓練會讓學生有較扎實的專業基礎。剛開學的時候蠻不習慣的，同時要面對不一樣的教育方式還要面對語言的障礙，不過會慢慢步上軌道的。

## 休閒娛樂

學校很常舉辦活動，尤其是在過節的時候，學校電影院也不時會有電影可以看看，而且活動通常都有得吃有得拿，我就在一個萬聖節的活動玩遊戲拿到一件衣服:)。記得要 follow 學校的社群，這樣會有最新活動的資訊! 國際處每個月也會舉辦活動，可以去那邊吃 pizza 跟大家聊天。喜歡看美式足球的人，學校很常會有比賽，憑學生證可以免費入場，沒有特別熱衷的我覺得一定也要看一場，體驗一下美國文化! Reno 離 Tahoe Lake 很近，假日的時候可以去爬爬山

玩玩水。美國健身文化很盛行，在學校可以看到許多人身著運動裝，因為他們等下就要去運動了:)，想當然學校的健身房肯定很讚，我敢說它是真的讚! 我每個禮拜都會去健身房跑個兩三天，也可以上網預約課程，看之前學姊的心得都說健身房要額外付費，但是不知道為什麼這次是沒有收費的，我直接持我的學生證刷卡就可以進去了! 來交換的其中一大好處就是可以在課餘時間到美國其他城市玩，Reno 離加州很近，利用學期間的小假期就能夠到西岸的大城市玩。學期結束後有一個月的時間可以到處玩，屆時可以跟朋友再安排較遠的地方一起玩。

## 花費

外食一餐平均十美金起跳，如果是吃學校的餐廳的話大概是六~十美金不等，所以通常如果有時間的話我都會回家煮飯。大約一周會去一次超市採買下周的食材，通常一次花費約是五十美金。日用品及食材物價約是台灣的 2~3 倍，不過與外食相比自己煮會省很多。基本花費是 27 萬左右，加上旅行的話(旅行就有

機會亂買東西 XD)，這次交換的總花費約

是 42 萬，不過這不包含防疫旅館的費

用。我個人覺得我是玩了蠻多地方的(我去

餐費: 4萬	基本花費
住宿: 6萬	
來回機票: 6萬	
學雜費: 5萬	
行前準備(簽證、英文檢定、疫苗、快篩): 2萬5	
師大學費: 2萬5	

26萬5

了 San Francisco、Seattle、Sacramento、New York、Arizona、New

Mexico、Texas)，這個花費生活過得也不錯，有個預算再去決定要去多少地

方玩耍!

## 總結

有美國夢的同學們我覺得不妨花個半年的時間來美國交換，我覺得到一個地方體驗不同的文化是件很棒的事，真心推薦大家來 Reno 看看!

## 照片影片

### ● Lake Tahoe



### ● school club fair







● International House Dinner



- **Ribs Festival**



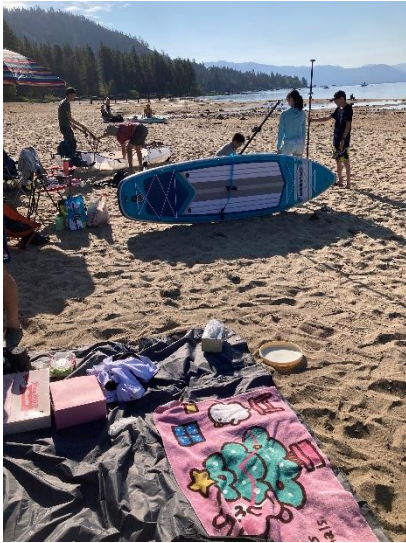
- **Hang out with international students**



- **The Great Reno Balloon Race**



● **Kayaking and SUP**



● **Mid-Autumn Festival**



- **Mountain Hiking at Mountain Rose**



- **OISS Success Pizza**



● **MLB in San Francisco**



下方的連結是之前分享會的簡報，裡面有一很多圖片介紹，大家有興趣的可以參考。

[https://drive.google.com/drive/folders/16sYgPCr8\\_LVWEqUYyTb-qxGOFJJGVMhl?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/16sYgPCr8_LVWEqUYyTb-qxGOFJJGVMhl?usp=sharing)

影片:

Reno exchange student 2021-2022:

<https://www.youtube.com/watch?v=oR-ZSQjfUDU>

Seattle 2021: <https://youtu.be/CbqzFFIVpyc>

New York 2021: <https://youtu.be/-kR3LCwogeo>

聯絡資訊:



有任何疑問都歡迎聯絡我~~