

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：2023/8/24

英文姓名(姓,名): 吳亭芸	臺師大就讀科系所、年級: 人類發展與家庭學系 五年級
修習國家: 波蘭	
修習校名: 華沙大學	
修習學院: 教育學院	
修習科系: 教育學系	
赴外學期別: <input checked="" type="checkbox"/> 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 7 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
Polish Popular Culture for Beginners	Piotr Kajak	4 ECTS	Summer semester
Contemporary migration – social and economic consequences	Barbara Jaczewska	6 ECTS	Summer semester
E-learning Polish Course A1	Małgorzata Malinowska	4 ECTS	Summer semester
Early childhood education and care in European countries	Olga Wysłowska	4 ECTS	Summer semester

三、心得分享（如學術方面、生活方面、開銷概算等，約1500字）

1. 學術方面

Polish Popular Culture for Beginners (4ects)

是一堂線上的課，每個禮拜老師會傳一些文章、影片，根據這些素材，老師會出一些簡單的小作業，像是寫心得，或是自己搜尋一些波蘭文化的東西到學習平台上跟大家分享，是一堂很輕鬆的課程，如果在學期間這些作業都有完成，就不需要參加期末考。

Contemporary migration – social and economic consequences (6ects)

這堂是實體講述型的課程，是地理系的課，每個禮拜會上不同區域的移民議題，每週也會有一兩個同學上台報告自己有興趣的移民議題。評分方面，每個人可以選擇要上台報告還是考期末考，上台報告可以選擇任何移民相關議題，報告約20分鐘；期末考則是約15題的選擇題加2題簡答題，難度不難，如果沒考過也可以補考。

E-learning Polish Course A1

是一堂線上的課，老師會傳一些講義和簡短的影片到平台上，整學期上完覺得線上的課很難學習到正確的發音和對話。學期初有去上實體的課，但是是波蘭文授課且老師不會講英文，所以改為線上課程。後來發現是有英文授課的課，所以如果想上實體英文授課的課，可能需要第一週每堂課都去看看。

Early childhood education and care in European countries

是教育系的課，每個禮拜會上不同國家的幼兒教育，整學期需要報告一次，2個人一組選一個有興趣的國家，跟大家分享該國的幼兒教育，報告時長約1小時。報告完，老師會再針對這個國家做更詳細的說明和補充。期末考的部分，老師會根據每個禮拜報告的內容出題，包含一些名詞解釋和問答題。

總體而言，根據我修習的課程，覺得課程沒有太大的變化和彈性，課程多為講述或請同學上台報告，不太有機會跟同學互動，除此之外，多數課程只能缺席2次。另外，校區很分散，除非住在 Guest House Sokrates 又在管理學院上課，就可以走路上學，不然原則上大家都需要搭大眾運輸去上課，像我上教育學院和體育課，都離主校區有些距離，選課的時候要特別計算通勤時間。

2. 課外活動

ESN

專門辦活動給國際學生的組織，開學週和學期間都會辦活動，像是 city tour、pub crawl、學習波蘭文、去別的城市玩。參加幾次後，覺得活動品質很看負責人，曾經遇過負責人沒來，大家就只能在附近走一走，也遇過參加的人數太多，以至於很難管理，大家也聽不太到主持人講話。除了以上活動，開學前可以報名 buddy program，就會被分派一個波蘭學生，但遇到的人也是非常看運氣。ESN 辦卡約10歐，有很多合作的公司，像是搭 Ryanair 可以打折還有送行李額度、搭 Flixbus 也有折扣，但如果沒有想要這些優惠，只是想參加活動可以不用辦卡。

3. 生活方面

住宿

住宿大致分為2種，分別是一般的學生宿舍和 Guest House Sokrates。一般的學生宿舍在城市的不同地方，大部分人住在距離學校搭電車約20分鐘的宿舍，有一些是住在搭地鐵約30分鐘的地方，一般學生宿舍是2人住在同一個房間，4人一起共用廁所、冰箱，整層樓共用廚房。我住的是 Guest House Sokrates，比較像學校會館，每個人有自己獨立的房間，會有一個室友一起共用廚房和廁所。住在 Guest House Sokrates 一個月是645波幣，如果要提早、延後入住或寄放行李，可以寄信或去櫃檯問。另外，洗衣服和烘衣各是8波幣。

交通

華沙的交通，不管是地鐵、電車和公車都是一樣的票，是可以上公車或電車再買票的。如果有學生證可以買半價票，所以建議出國前先辦國際學生證，或是一到那邊就去拿學生證，搭一趟20分鐘是1.7波幣，常搭的話，可以直接買月票。如果要去遠一點的地方，就要注意一下 zone，如果到 zone 2，票價就會不一樣。

食物

學校有一間學生餐廳，類似外面的牛奶吧，大家不會特別去吃。

4. 簽證

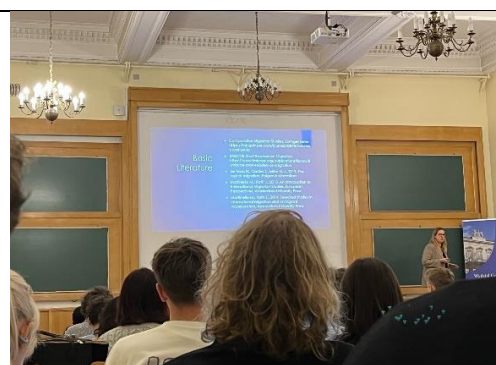
由於沒有在其他交換生文章看過類似的簽證問題，這邊特別寫出來。我是上學期在別的歐洲國家交換，下學期到波蘭交換，原先想要在前一個交換的國家辦

理簽證，但他們說因為同為歐盟國家，所以沒有這樣的業務，因此後來決定在波蘭辦理居留證(只有在波蘭以外，才能辦理簽證，已經入境波蘭，就只能辦理居留證)。辦理居留證程序非常複雜，所有文件都需要翻譯為波蘭文，簽證預約系統也很不容易預約到，預約了2個月都沒有成功，所以如果有人也是下學期到波蘭，簽證建議兩學期間直接回臺灣辦理。如果碰到其他簽證問題，學校有個叫 welcome point 的地方，有任何問題都可以去問他們。

四、照片（如有，請提供）



ESN city tour 的活動



Immigration 上課情況



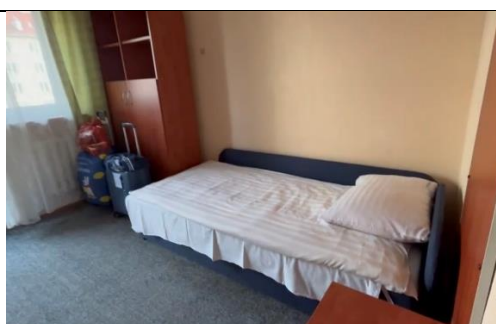
Juwenalia 期末考前的慶祝活動



學校圖書館



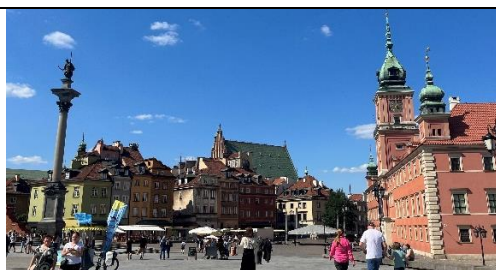
宿舍廚房和餐桌



宿舍房間



舊城區冬景



舊城區夏景



華沙大學校門



華沙夜景



Zakopane 的教堂
Sanktuarium Najświętszej Rodziny



Gdańsk 近郊城堡- Malbork Castle

五、影音檔（如有，請提供連結）

六、其他