

靜宜大學出國研修學生心得報告書

- ◇ 此心得報告書須在回國兩週內繳交, 請寄至411ifamily@gmail.com
- ◇ 411遊留學中心確認收到本心得報告書後始能抵免學分

姓名	李淑君	日期	113年 03月 21日
班級/學號	西四A/ 410852762		
研修管道	☒ 交換學生 ☐ 語言學校 ☐ 雙聯學制		
研修國家/學校名稱	雷昂大學(León University)		
研修期間	112年 9月至 113年 2月 ☒ 一學期 ☐ 兩學期		
1. 在國外研修期間的花費共__23萬__台幣 (學費__0__元、機票__5萬__元、住宿__4萬__元、交通__3萬__元、膳食__4萬__元、保險__2萬__元、其他生活費__5萬__元)			
2. 在國外研修時的住宿是 ☐ 學校宿舍 ☐ 外面租屋 ☐ 寄宿家庭			
3. 學校 ☒ 有 ☐ 沒有 學伴制度			
4. 國外研修期間共修了__2__堂課、共__6__學分			

※心得報告--1,500字以上, 包含以下內容

1. 研修國家與學校簡介 (學校環境、地理位置等)
2. 前置作業心得 (機票、簽證、保險等)
3. 課程學習心得 (選課、課程內容、語言課程、學伴、上課方式等)
4. 生活心得 (住宿、伙食、交通、天氣、節慶、交友、活動等)
5. 其他心得或建議
6. 國外研修期間相片至少兩張 (推廣用, 請另外附檔)

1. 研修國家與學校簡介 (學校環境、地理位置等)

萊昂大學(ULE)成立於 1979 年,是一所公立大學,分別位於萊昂市和龐費拉達(Ponferrada)設有校區。ULE 擁有九個學院、三個工程學院、一所博士學校和一個附屬大學。此外,該校還設有一所語言學校,以及與湘潭大學合作建立的孔子學院。學校最著名的專業包括獸醫學和理工學。醫學院校區跟其他科系不同校區。雖然學校規模不小,但校區專設於一個特定地區,不像其他大學學院散佈於整個城市。雖然有許多公車可到達學校,但由於公車班次不是很密集,大部分人還是選擇步行。一般步行至校區約需二十分鐘,不過這個城市本身並不算太大,除非目的地距離較遠,否則大多數人都會步行。

2. 前置作業心得 (機票、簽證、保險等)

機票越早買越能買到划算便宜的機票,另外要到雷昂大學的話我推薦搭到馬德里再轉火車或公車,會比較方便,班次也比較多。

西班牙簽證很鬆,照著網上的表格填,準備要求的文件就好,但簽證官很常不定時放假,所以可以在去台北前先寄信問一下辦事處,如果沒放假的話可以1-2禮拜就拿到,但也有人等1個月以上才拿到。

保險的話我是買Adeslas,因為第一次去找代辦比較安心,但學校也有提供他們那邊的保險,心臟夠大顆也可以嘗試看看。

3. 課程學習心得 (選課、課程內容、語言課程、學伴、上課方式等)

學校在開學前有提供交換學生在語言中心為期兩周,免費的語言加強課程。

我覺得這是一定要去上的,一方面可以學習西班牙語,另一方面也可以在開學前先熟悉環境、認識同學。

開學第一周有歡迎周,有很多活動但不是強制出席,不過我建議開學典禮跟

交換生歡迎派對要去，可以語言交換，也可以熟悉一下自己未來想去的學院。

雷昂大學的選課有點複雜，要紙本繳交，而且要修哪堂課就要去找該堂課的老師要簽名，不過我覺得也不用選太多課，除非你的西文非常非常的好，我建議專精2-3堂課就夠了，因為其實課堂作業很多，報告也是，有些課也常常有小考。不過上課的氛圍普遍很輕鬆愉快，大家也都很踴躍的發言，但是老師也會突然就點你起來回答問題，所以上課要專心聽講。

4. 生活心得 (住宿、伙食、交通、天氣、節慶、交友、活動等)

我是選擇與他人合租公寓，不過因為是老城的關係，Leon的房子都偏老舊，隔音也非常差，所以如果有預算，我建議住學生宿舍會更好。

伙食如果自理會省下很大一筆開銷，因為西班牙的食材不貴，而且當地的料理都很油，所以偶爾吃就夠了，不過一定要去吃吉拿棒，非常好吃。

Leon的交通以走路為主，也有公車，但公車一定要買公車卡才能搭，公車卡要去菸草店買，公車時刻可以在google查到。

夏天天氣偏涼，雖然還是有大太陽，但是風有時候會很大。冬天很冷，今年冬天就有降雪，而且很常下雨，所以防水鞋很重要。

節慶方面學校都會有宣傳，而交友的話除了學校，星期二晚上會有交換生的聚會，在學校特約的夜店，因為這是西班牙的文化，西班牙的夜店不像台灣的，會被冠上不好的名聲，他們的夜店是跟好友約去跳舞喝酒聊天的地方，除非是有活動，不然不太常會有陌生人來搭話。(當然你可以主動去搭話，他們也會很願意跟你說話的)

5. 其他心得或建議

如果有機會的話，我很推薦參加國際交換計畫。透過這個經驗，你會學到很多

事情，也會在不知不覺中成長。同時，這也是認識不同國家的人的好機會。在學生時期，結交的朋友通常比較單純，也容易找到共同話題。我認為出國交換的經驗對我來說是難忘的，回想起來，我發現自己做了許多以前未曾想過的事情。如果擔心適應不了國外生活，我建議放鬆心情，以開放的態度去接受新事物，會發現事情其實比你想像中更有趣。