

國立體育大學交換學生報告表

※ 請依序回答題目，並將檔案回傳 hayasi@ntsu.edu.tw 信件標題請註明 《薦外交換生心得報告》

※ 學生可不依此報告格式回傳文件，但繳交之文件內容至少須有 2 張 A4 (含圖片)。

※ 本文件將同步公告於研發處國際事務中心 <http://international.ntsu.edu.tw/bin/home.php>，以供未來交換之學生參考。

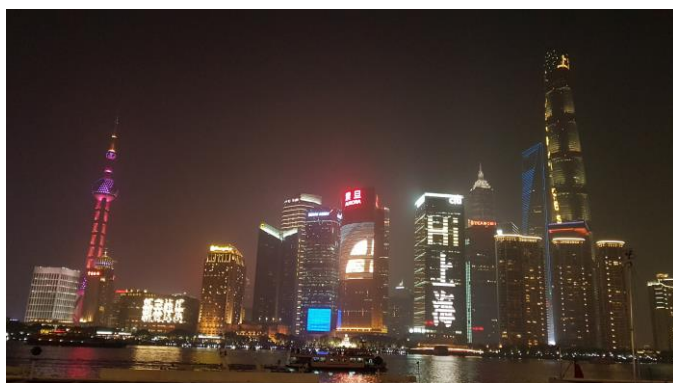
基本資料

1. 填表日期：2019/9/9 (YYYYMMDD)
2. 系級：體育推往學系在職班二年級
3. 學號：1062008
4. 姓名：王為新
5. Email：vino0936526745@hotmail.com
6. 交換學校及系所(全名)：上海體育學院休閒學院
7. 交換學期：自 107 學年第二學期起至 107 學年第二學期止



三、社團篇（請就參加之社團、課餘活動等經驗分享）

因學校社團資訊上下學期資訊不一樣，通常都是上學期會有博覽會，所以下學期資訊不明確，可以請教大陸學生，像我就有規劃假日或是連假時安排出遊活動，所以也可以規劃體驗自由行，也是不錯的體驗，如要做高鐵、火車，可以下載攜程查詢資訊，包括住宿也是可以利用大眾點評查詢。





四、日常生活篇（請就交換學校之生活環境、住宿、交通、飲食等事項進行陳述）

在上海體育學院附近有大賣場，所以可以在附近採購，學校也有小商店可以買生活必需品，學院也有餐廳，交通也是便利，可以下在[高德地圖](#)，也可以下載[摩拜](#)自行車，學校住宿一期半年費用 600 元人民幣，只是住宿有些規定，遵守即可。

五、文化交流篇（請就與當地及其他外國學生或民眾之文化交流經驗分享）

在就學過程中，可以充分的跟老師同學互動，也可相約去出遊，當然也可以會認識到各國來交流的學生，互相分享生活體驗及上課內容課程，也認識當地的上海朋友，當地的美食，私人景點，或是有機會也可以找找打工體驗。

六、您對於國際交流中心辦理與該締約學校之間的交換細節，如甄試、薦送、聯繫等事宜，

您有無任何建議？

我很感謝學校給我這個機會交換學生，讓我體驗了當地生活及經驗，有問題都可以和學校老師及上海體育學院的老師溝通，他們都會協助你們在生活上的問題，讓我備感溫馨。

七、就體大的就讀經驗與締約學校的交換心得，您有無任何建議提供給本校作為改善之處？

每個學校都有不同的體驗，需要親身去體驗，好好規劃，你會有不一樣的感受，好好享受當下的感覺。

八、費用篇（請就參加交換計畫曾支付的費用、每月生活支出及獎學金進行陳述）

交換生是願意自費去交換學習的，所以在食衣住行各方面自己要考量經濟能力，所以自己要衡量一下，機票可以查詢旅行社或是航空公司費用不等。

我自己去過很多次上海費用約單程買過 5000 元、來回也買過 6500 元，所以自己要查好機票費用的因為落差滿大的。

生活費用也是，我是帶上限 2 萬人民幣，絕對足夠，除非是額外旅遊或是購物狂人，不然對一般學生絕對足夠，當地學生的生活費也是不等，有 1000 元人民幣至 2~3000 人民幣的，所以還是回歸自己怎麼去理財規劃節約。

最後祝福大家，好好把握體驗一下，你會有不一樣的人生回憶。

有問題也可以詢問我王為新 LINEID:0955101745