

國立雲林科技大學 學生出國研習成果報告

附件 1



研習類別：交換學生

學生姓名：陳冠妤

系所年級：應用外語系 四年級

研習期間：民國 113 年 1 月至民國 113 年 6 月

一、進修計畫摘要

出國進修的目的及意義：

基於從小到大對於西洋文化的熱愛，一直以來都很好奇若能長期居住在以英文為母語的國家會是什麼樣的體驗。在大三時，剛好認識了去西班牙交換的學姊，聽完她的分享之後，我更堅信了出國交換的想法，除了感受不同國家的授課方式及吸取知識外，也希望能藉由交換的機會，去體驗不同國家的文化及生活方式，踏出舒適圈並且開闊自己的視野。

研修主題：

我所交換的學校是位於美國的加州州立理工大學 Cal Poly Pomona。在這所學校的交換生可以依照自己的興趣來選課，不一定要選擇與自己主修有關的課程。不過要特別注意的是，有些課程會有 prerequisite 先修課的要求，如果在交換前有在雲科修過與先修課相關的課程，可以持雲科成績單到 Cal Poly Pomona 國際處詢問是否可以相抵。



進修課程概況

➤ Understanding and Appreciating Image

教授會在每周講解各種與攝影相關的歷史以及不同攝影手法。這堂課對於我來說比較困難，因為有很多專有名詞，期中和期末也是我最不拿手的寫作，所以在這堂課所取得的成績不是很理想，不過學習到很多與攝影相關的東西也很有趣！

➤ Lyrical Jazz Dance Act

課堂人數跟其他課程相比少了很多，總共 7 人。每堂課都先從最基本的暖身做起，接著練習舞蹈的基本功，期中和期末都是跳教授所編的舞蹈。每周都要寫周記，探討自身對於舞蹈的看法以及設立目標。

➤ Voice Class

教授會帶領學生練習利用不同的共鳴位置來發聲，這個學期有總共兩次上台演唱機會。很推薦對唱歌專業很感興趣的同學來選修！

➤ Introduction to Theatre

前幾周教授花了比較多時間在講課上，後期則是安排了很多與劇場相關的活動，我印象最深刻的是和組員一同寫劇本並在台上演出。教授很有耐心、很願意接納同學們的各種想法，在每次各組表演完後，也會不吝嗇地給予讚美，這也讓我更有自信的表達自己，不會害怕出錯。

➤ Intro to Film and Amer Culture

教授每周都會在課堂上撥放不同類型、年代的電影，同學們在觀賞完後需要針對教授給的題目寫一篇 300 字的感想。這堂課對於我來說稍微平淡一些，因為我個人對於動態的課程活動比較感興趣。



二、研修成果與返校後學習的關聯性

在課堂中學到的知識與自己本身的科系沒有太大的關連性，不過因為是自己感興趣的課程，所以我相信這些知識會成為我個人興趣發展的墊腳石，說不定在未來的某個時刻也會派上用場！此外，我也花了很多心力去認識當地的朋友，和他們相處一段時間後，我對於自己的英文聽力及口說變得更有自信，也更加瞭解一些詞彙的常見用法，這些和我本身的英文專業比較相關，而且對於未來也很有幫助。

三、本次出國進修經驗與心得分享

我覺得能有這個機會到一個完全不一樣的國家生活，是個很難得也很難忘的體驗，不敢說整個交換的過程都是快樂的，畢竟一個人到異地生活一段時間，不管遇到什麼樣的難題，都得想辦法靠自己解決。不過也因為這樣，我覺得自己真的成長了許多，我變得更有能力去處理生活上大大小小的事情，而不是遇到問題就退縮、放棄。在美國的這半年裡，我很感謝一路上陪著我的朋友和家人，謝謝他們總是不斷地給我鼓勵，有了他們，我在美國的這段時間真的過得很充實。也很感謝當初沒有放棄交換念頭的自己，很慶幸自己有堅持到底，後續才可以有這麼多難忘的回憶。希望未來還有機會可以再次回到美國，不管是去旅遊或者是生活，我是真的很喜歡這片土地帶給我的一切。

四、建議事項

機票：

我在 112 年 10 月底就先買好來回機票，價格為台幣 41113 元。建議機票能越早訂越好，不然離出發時間越近，機票價格會越貴。如果不想轉機，可以選擇搭華航直飛到安大略 ONT 機場（離學校較近，開車約 15-20 分鐘）或到洛杉磯 LAX 機場（離學校較遠，開車約 40 分鐘）。有朋友推薦我星宇航空（位置舒服、食物好吃），不過星宇航空只有到洛杉磯 LAX 機場。

電信：

美國的主要電信為 T-Mobile 和 AT&T，依照所在的地區，訊號的接受度也有所差異，網路上有很多管道（包含 Kkday、蝦皮等），可以事先買好 sim 卡或 esim。另外推薦 Mint Mobile（綠色狐狸，T-Mobile 旗下電信），這次交換的前三個月我也是選擇購買 Mint Mobile，撇除新用戶優惠，Mint Mobile 本身的價格相對便宜，方案結束後也可以繼續續約，十分方便！

社交：

我覺得在這間學校想要認識當地的學生，需要花比較多的心力，因為他們沒有正式的國際學生社團，少了社團的幫忙，很多事情都需要自己找答案，交不交得到朋友也是看自己願不願意踏出自己的舒適圈去與人交談。我自己當初在還沒開學時，借用了網路平台的力量，才陸陸續續認識到一些好朋友。（個人強烈建議，在美國如果想要自然跟人搭話並建立關係，真的要熟悉 small talk！）

交通：

學校校園非常的大，平常從宿舍走到我上課的教室就需要 20-30 分鐘，不過學校有提供接駁車的服務，可以搜尋 CPP shuttle bus，就可以查詢接駁車的站牌、方向以及動態。學校也有提供 Class Pass 公車卡，搭乘特定路線的公車都是免費的，如果需要採買日常用品，可以搭公車，或者是如果有結交到當地的朋友，可以有禮貌地詢問他們願不願意開車載你去採買。

旅遊：

這次交換，我一共去了 7 個城市旅遊（紐澳良、西雅圖、紐約、夏威夷、舊金山、拉斯維加斯、聖地牙哥），由於美國真的太～大了，基本上都是需要搭乘國內飛機往返，不過秉持著直接在美國境內旅遊會相對便宜的心態，飛機票還是給他買下去了！機票也是能早點訂就早點訂，（美國國內航空個人推薦 Alaska，座位舒適、空服員親切、有充電插座），基本上都可以免費攜帶 1 個手提行李，不過每家航空公司規定不一樣，建議還是要在下訂機票前到航空公司的官網查清楚。

五、附件



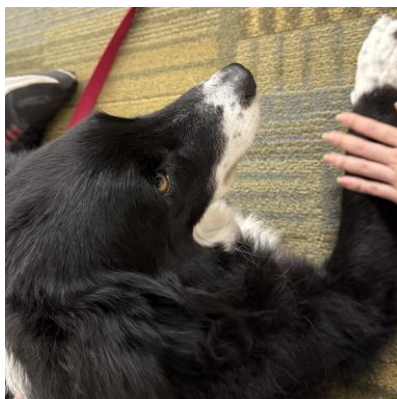
公車卡 Class Pass



學生證



個人愛店— Uncle Chung's Bakery



學校圖書館 Therapy Dog



國際事務處—農曆新年活動



紐澳良 New Orleans — Mardi Gras



西雅圖 Seattle — Em Beihold 演唱會、口香糖牆、巧達濃湯（派克市場）



紐約 New York — SUMMIT、百老匯、時代廣場



夏威夷 Hawaii — Makapu‘u Point Lighthouse Trail、鑽石頭山、恐龍灣



聖地牙哥 San Diego — The Kissing Statue、San Diego Zoo、樂高樂園



舊金山 San Francisco — 唐人街、Mission District、Pier 39

所屬系所
審核意見

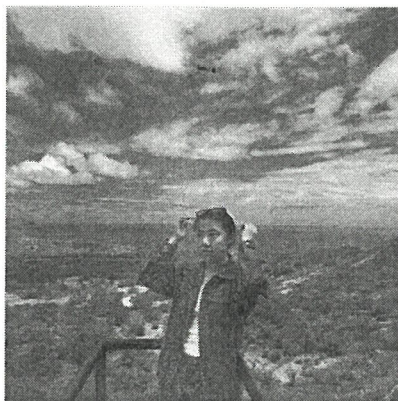
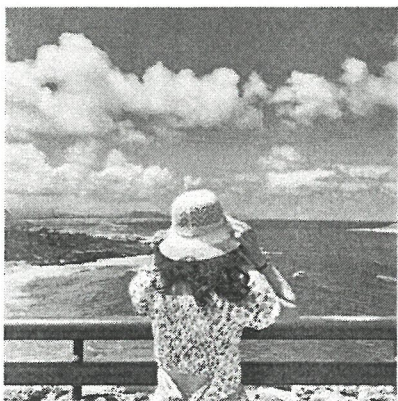
指導老師簽名：

系所主管核章：

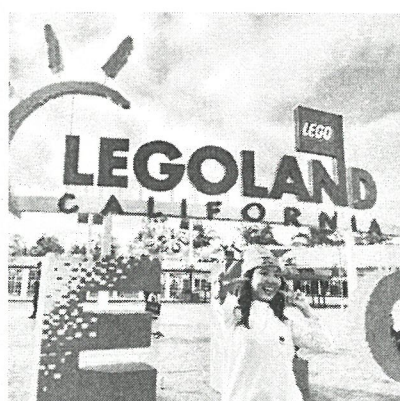
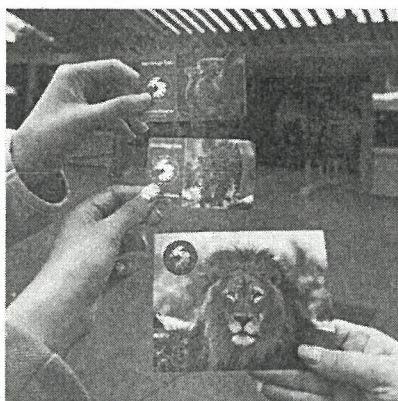
(*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫 (活動照片請附簡單文字說明)。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。



夏威夷 Hawaii — Makapu'u Point Lighthouse Trail、鑽石頭山、恐龍灣



聖地牙哥 San Diego — The Kissing Statue、San Diego Zoo、樂高樂園



舊金山 San Francisco — 唐人街、Mission District、Pier 39

所屬系所
審核意見

指導老師簽名：

系所主管核章：

楊孝慈

應用外語系 主任 楊孝慈

(*本欄務必就報告內容填寫具體意見，不得空白)

※ 備註：

1. 成果報告請用 A 4 紙直式橫書依規定格式撰寫 (活動照片請附簡單文字說明)。
2. 本項成果報告及活動照片應無償授權本校作為推動業務之任何利用。