



國立金門大學赴大陸地區交換學生心得報告

姓名	林欣誼	學號	110511446
就讀本校系所	運動與休閒學系(所) 三年級		
研修學校	陝西師範大學	研修系所(學程)	旅遊管理專業
研修期間	自 107 學年第 1 學期起至 107 學年第 1 學期止		
姐妹校修讀學分數	2		

心得內容(1000 字以上，請附照片 3 張以上)

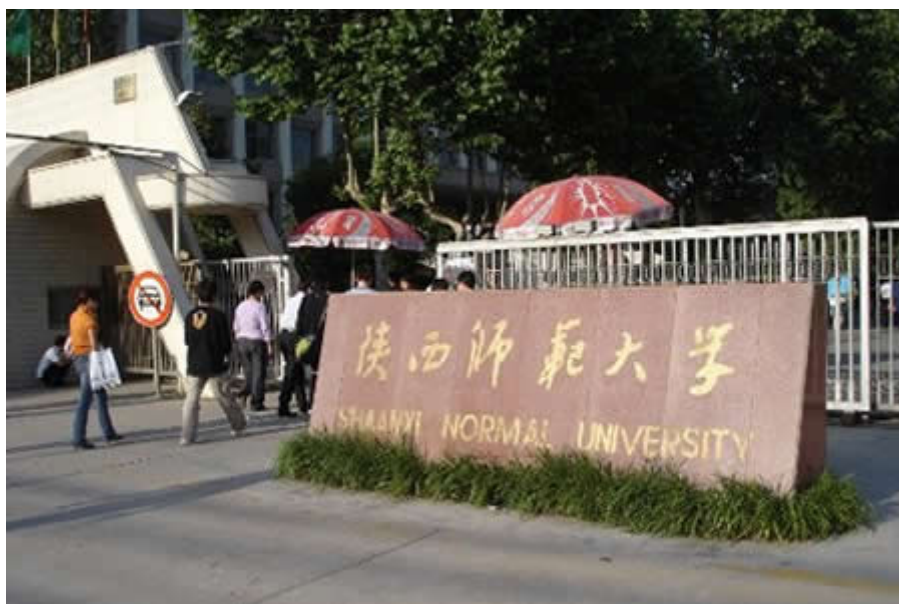
一、緣起

在進入金門大學時，就把申請交換學生設定為目標，藉著交流學習的機會，除了能夠拓展視野、增廣自己的見聞之外，也可以體驗不同的文化與民俗風情。會選擇陝西師範大學是因為我對歷史蠻有興趣，而陝師大就座落於「十三朝古都」西安，擁有非常豐富的歷史文化，且西安位於西北方，不管是在飲食或氣候方面都有非常大的差別，來這裡更能體驗到不同的環境和生活方式，所以我選擇了陝西師範大學！

二、研修學校簡介

陝西師範大學是教育部直屬、世界一流學科建設高校，國家「211 工程」重點建設大學、國家教師教育「985 工程優勢學科創新平台」建設高校，是國家培養高等院校、中等學校師資和教育管理幹部以及其他高級專門人才的重要基地，被譽為「教師的搖籃」。

陝師大前身是 1944 年成立的陝西省立師範專科學校，1954 年更名為西安師範學院，1960 年與陝西師範學院合併，定名為陝西師範大學，1978 年劃歸教育部直屬。建校 70 多年來，學校秉承「厚德、積學、勵志、敦行」的優良傳統，立足西部，面向全國，已發展成為一所有重要影響的綜合性一流師範大學，形成了「抱道不曲、擁書自雄」的學風和「淳厚博雅、知行合一」的校風。



三、 姐妹校研修之課程學習(包含選課狀況、上課情形、學習成效、社團、課餘活動等事項)

關於選課方面，是由各學院的教學秘書人工加選，先去旁聽自己有興趣的課程，決定好要選的課程之後，到學院的辦公室將課程名稱、授課老師和時間繳交給教學秘書即可。課程分為考試課與考察課，必修幾乎都是考試課，而且成績比重以期末考筆試為主(1~18週)，通常選修會是考察課，期末考以報告的方式為主(1~9週或10~18週)。學校分為長安校區和雁塔校區，車程大約需要1個小時，如果有想要跨校區選課的話需要特別留意。上課情形老師一樣都是用PPT的方式講課，跟在金大是沒什麼差別。老師和學生通常在上課前五分鐘就會到教室準備，而且上課鐘響老師就會準時關門了，所以要提早出門避免遲到。

	悦食尚	昨天
	征集 雷锋精神——发现身边的好人...	
	陕西师范大学马克思主义学院	昨天
	喜欢马克思的是你，热爱辩证法的是...	
	陕师大心理学院	昨天
	"心"班级 我院2018级本科生举办"反...	
	陕西师范大学学生会	昨天
	花开百样，女生节为你	
	陕西师大历史文化学院	昨天
	【史院公告】关于举办"忆七秩峥嵘...	
	陕西师大文学院	昨天
	"师大春光好，青年须有为"主题摄影...	
	陕师大微言	昨天
	福利 观影团招募：你有再遇到过和...	
	陕师大计算机科学学院	昨天
	计算机科学协会纳新啦！	
	美美民教	昨天
	仙女们的节日 叮！！我们承包你宿...	
	教院天地	週三
	女生节快乐！ 美丽的一天，致美丽...	
	千斤小哥	週三
	眼睛不好的人就不要吃火锅了。	
	陕西师范大学美术学院	週三
	弘扬雷锋精神，从娃娃抓起	
	陕师大新传院学生会	週三
	十三届全国人大二次会议隆重开幕	
	陕师大计科学生会	週三
	2019年计算机科学学院学生会纳新...	
	陕西师范大学国际商学院	週二
	开学啦 朝气蓬勃的国际蓝们整装待发...	
	陕师生命	週一
	纳新 知否，知否？院会待君已久！	

	师大化院团委	昨天
	我院组织观看第十三届全国人民代表...	
	闪Star户外	昨天
	【写给师大某女生】一封十二个月的...	
	唯物视界	昨天
	青年大学习 以精品奉献人民，用明...	
	逗逗地科	昨天
	女生节专题 长安横幅，雁塔全家福...	
	外院见闻	昨天
	3.7女生节 领取你的专属祝福！	
	启夏青年	昨天
	纳新特辑 知否！知否！团校秘书处向...	
	陕西师范大学	昨天
	陕师姑娘	
	微观数科	昨天
	数科女神 喜欢你的从A到Z	
	陕师大新传院学生会	週三
	十三届全国人大二次会议隆重开幕	
	陕师大计科学生会	週三
	2019年计算机科学学院学生会纳新...	
	陕西师范大学国际商学院	週二
	开学啦 朝气蓬勃的国际蓝们整装待发...	
	陕师生命	週一
	纳新 知否，知否？院会待君已久！	
	滴水行动	2019/3/2
	滴水行动 执委自我介绍	
	陕西师范大学社团联合会	2019/2/27
	纳新啦 可爱联联，在线组队	
	陕西师范大学材料科学与工...	2019/2/25
	陕西师范大学材料科学与工程学院 2...	
	陕师大思源社	2018/12/21
	西安地铁四号线志愿者项目化合作签...	

四、 姐妹校研修之生活學習(包含生活環境、住宿、交通、飲食等事項)



1. 飲食

長安校區的食堂有 2 個（陽光苑、溢香樓），都是 2 層樓，付款方式為使用校園卡支付，口味偏鹹偏油偏辣偏酸，份量都很大份，也很便宜，有許多種中國各地的特色麵食，普遍 7~8 元人民幣就可以吃撐吃好，一餐 10~12 元人民幣就算貴了，正門外面萬科住宅區的魏家涼皮不錯吃價格也還能夠接受。



2. 住宿

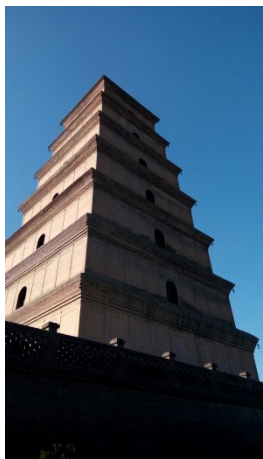
宿舍是四個人一間，上面是床鋪下面是書桌，書桌沒有附檯燈，如果有需要的話需要自己買，房間裡面沒有浴室也沒有熱水，我都是去碩士樓洗澡，那裡有門有隔間，但是有些浴室是故障的，通常都需要排隊，冷氣要用租的，冬天有供暖，在一樓有洗衣機，但是沒有烘衣機。



3. 交通

在校務樓前面的停車場有校車可以往返長安校區和雁塔校區，刷校園卡付費一次3元，建議可以買一張長安通交通卡搭地鐵或是公交車都比較方便，要去市區有兩種方法，搭600路或者是搭616路的公交車，比較建議搭600路因為陝師大是始發站，通常都會有座位。

五、 文化交流經驗分享



大雁塔



瀘沽湖



鐘樓



玉龍雪山



永興坊

六、 研修之具體效益

1. 拓展人際與視野。
2. 培養自己獨立自主性。
3. 學會珍惜身邊的一切事物。
4. 離開舒適圈，融入當地生活。

七、 感想與建議

1. 可以帶點台幣過去，如果到最後錢真的不夠再去銀行換。
2. 讀萬卷書真的不如去行萬里路吧！