

廖啟宏交換學生心得分享

彰化師範大學運動學系四年級

專長：羽球

交換學校：北京體育大學（教育學院）

交換時間：105年3月至7月

一、 什麼機緣想去北京體育大學？

在彰化師大進修過高爾夫球課的我，運用這項新的技能，參與更多的活動，然而再一次參與廈門海峽兩岸高爾夫球交流賽的機緣，知道了交換學生的機制，也認識了幾位內地的朋友，開啟了我的北體大之旅。

二、 去了北京體大學上了什麼課？

去北京體育大學，我只選了一門羽球課，因為羽球課一星期授課時間為五天，一次皆為三個小時以上，其餘的課程皆為用旁聽的方式去進修。

三、 北京體大的學習風氣與課程有什麼不同？

北京體育大學在大陸地區屬於明星學校，所以一流的運動員都擠破了頭想要進入貴校，除了老師常常為奧運培訓的導師和隊醫外，還有很多是剛退役不久的選手。

另外因北體大校內有國家隊訓練基地，所以見到奧運選手跟遇到保潔阿姨一樣容易。訓練風氣更不用說，大家為了成為下一個冠軍，早晨五點，校園裡就很多隊伍都在訓練。

專業的課程大多為小班制，大概二十人一個班，基本上人人都可以參與實作訓練。

如果你也是想交換的學生，交換生基本上是各系所的課程都可以選，不知道可以選什麼課的同學，可以在學校裡先打聽明星老師，問學校課程是否可以抵免，如果不行建議可以考慮旁聽機制，因為不管你是一年或是半年的，我不相信你會出去旅行，也不希望你不出去旅行。

至於上課遲到早退是老師的權利，很多老師鐘響就鎖門，第一排常常上課鐘前就沒有位置，另外大陸地區學生，基本上是有問題就問，好於學習。

四、 參觀了哪些地方？

除了北京（故宮、長城、頤和園、圓明園、鼓樓、鐘樓、南鑼鼓巷、後海、國家體育總局、國家圖書館、國家博物館、清華大學、北京大學、五道口、三里屯等．．．）

一級城市我還去了，上海、深圳、廣東

其他省份包括

河北、重慶、青海、甘肅、寧夏、內蒙古、福建、海南、澳門、香港、陝西、江蘇．．．等

五、 參加了什麼課外活動？

除了在學校進修羽毛球，此外為了讓技能更加提升，還觀摩與參與了大小賽事，我去崑山看了羽球界最大的團體賽事（湯姆斯杯、尤伯杯），參與體育博覽會、高爾夫球用品博覽會、全國性的賽事（天速君樂寶羽毛球公開賽）、雪花啤酒杯、重慶黑山谷羽毛球公開賽、全國佛雷斯羽球高校杯、高爾夫佳麗選拔賽、北京體育大學主持人大賽、世界田徑錦標賽...

五、學習到什麼？

教授常說：『彰化很小有機會多出去走走．』

在這趟旅程後，我對這句話特別有感處，台灣人口現在約 2400 萬，大陸地區光廣東省就 3000 萬，這塊餅真的很大，不管是體育產業或是其他事業，都有很多的發展空間，希望大家可以走出去，讓自己知道我們在大中華地區跟別人的差距，還有更認識自己，清楚以後人生的方向．



大屏幕的海報，此圖中間為小弟



天空之鏡 茶卡鹽湖



青海湖 騎犛牛



天速杯 賽後報導



北京奧運開幕場地



擔任北京體育大專業隊助教



2016 北京體大台灣交換生



高爾夫球博覽會



西部影視城 騎駱駝



羽球隊全體球員



擔任寧夏青年隊演講者



人帥真好，人醜被騷擾



東莞 滑水行

有任何問題可洽 line:johnny840110 (johnny 廖)

2016.10/24