

生活報告

2024 fall semester-羅浮堡大學

● 交換學校介紹

羅浮堡大學於 1909 年創校，前身是羅浮堡學院 (Loughborough Colleges)，至 1966 年由英國皇家認可，定名為羅浮堡大學，也是英國當時的第一所科技型大學。經過近百年的努力發展，羅浮堡大學成為一所擁有獨樹一格風範的綜合性大學，在國際間獲得優良聲譽並佔有領導性的地位。完全大學指南 Complete University Guide 是根據學生滿意度、學術研究、入學標準、研究評估及畢業前景等十個計算標準排名的指標，2025 羅浮堡大學排名全英國第六，而且維持在英國密德蘭地區 (The Midlands) 最優良大學的地位。

羅浮堡大學十分注重學生的體育發展，許多體育相關的排名都是英國第一，甚至是世界頂尖等級的，因此很適合喜歡運動的同學前來就讀。適合交換生的方式就是可以加入宿舍或是學校的運動隊，雖然要經過徵選並繳交隊費，但根據其他交換生的回饋都非常不錯，也能認識許多志同道合且來自各地的朋友們。

● 課程及學術

1. 選課

以 fall semester 來說，羅浮堡大學的選課會在六月中要求學生回傳欲選擇的課並回傳，缺點是無法得知每個課程的上課時間，簡單來說只能盲選，如果有課衝堂在開學後一個多禮拜內需要另外調整，有任何問題都直接去找 international relation 辦公室的老師即可，他們都非常親切且很樂於幫助國際生。

因為本身有到歐洲各地旅行的計畫，所以當時就把課程都調整得非常集中，一星期只有兩天的課。羅浮堡大學對於學分的最低要求是 25 ECTS，所以可以不必達到建議的 30 ECTS 沒關係，尤其是也有旅行計劃的同學。

2. 上課氛圍

基本上每堂課都會有需要討論的環節，教授十分鼓勵學生能交換彼此想法，我認為這是個很好的機會與各地的學生們交流，即使沒有舉手發言，也能藉此練習英文表達，並結交更多上課的夥伴。在我看來，這裡的學生都十分友善，如果表達不太順暢也不用害怕，其實他們都聽得懂也很有耐心，更時常認可國際生的英文能力，所以在交流時不用太有壓力。

3. 成績計算

成績計算方面，有些課程會有分組報告或是個人的 essay 作業，也有完全取決於期末考試的，其中期末考試又分為線上與實體。這些在選課時基本上都能看到每個課程的分數佔比以及計算方式，而無論是報告、作業以及考試方式，教授也都會講得很明確很清楚，有問題也能隨時問。但因為實體期末考試是類似於政大的大會考，校方會一直到 12 月中才公布各科考試日期，因此如果要購買回程機票可以不用太早買，或是確定考試日期後再做更改。

● 生活及文化交流

1. 學校活動

羅浮堡大學針對國際生有許多活動，除了學期前的 welcome session，也會不定期有專屬於國際生的聚會，大家可以一起享用免費餐點、認識彼此。這些活動通常都會透過學校的信箱發送，所以有興趣的話，記得要隨時留意有沒有新的消息。

2. 超市

羅浮堡的市中心有 Sainsbury's 及 Tesco 兩個大型超市，基本上各式生活用品與食材都能買到，可以考慮一次購買多一點的量，因為離學校也有一段距離。校園內的 student union 也有 co-op 超市，品項相對少但是相當方便，在下午三點後也有當天的即期品，價格便宜非常多，對於想省錢的同學是個好選擇。

3. 住宿

羅浮堡大學提供許多學生宿舍，會在完成註冊資料後讓交換生上網填寫志願，我當時所有步驟都是最短時間就完成了，也很快送出我填的志

願，然而很不幸地我當時並沒有被分配到宿舍，且公布結果的時間相當晚，所以當下蠻措手不及的。後來校方提供給我的選擇也是學生宿舍，但是地點在羅浮堡的近郊，萊斯特 (Leicester)，通勤到學校要花費一小時。但因為別無選擇，所以我就住在了萊斯特。當時有不少交換生也遇到相同的情況，所以在我的宿舍中，其實也有不少羅浮堡大學的學生，個人認為校方應該會盡量避免類似情況再發生，但建議還是不要認為一定會被分配到宿舍。

- 交換需注意之事項

1. ETA 電子簽證

在我交換時，在英國 180 天以內都免簽，故我在行前完全不用事先處理關於簽證的事務，相當方便，但自 2025 年開始，英國開始實施了電子簽證，這個就是適用於待在英國 180 天以內的人。只要上網搜尋「英國 ETA」基本上就能找到申請頁面了，配合護照綁定即可。另外切記避免護照過期，在國外要辦理的話相當麻煩。

2. 當地行動電話與行動網路

以我個人為例，我並沒有辦理英國當地的電話號碼，而除了叫外送或是少數網購時需要電話號碼外，幾乎沒有用到，但還是看個人意願。通常電信行都是電話及網路一起辦理的，價格也便宜，網路提供的流量也一定足夠。建議在出發前可以先買一週的網卡，安頓好之後再去當地的電信行辦理即可。

3. 兵役

男性同學務必要確認有處理好兵役緩徵，政大提供的服務相當完善，跟著步驟走即可，但因為我當時一時疏忽沒有處理好，導致後來在 OIP 的協助下，在交換期間才補辦理完成。