新西兰奥克兰大学学期项目经验分享

项目学生：刘畅
院系：资源环境与旅游
专业：环境工程
年级：2023 级硕士研究生
学制：3 年
申请时间：研三上
交流时间：研三下
项目时间：2026 年 3 月 2 日-2026 年 6 月 30 日
所选课程：
busan200
stats108
intbus202
finance261

为什么会报名参加这个项目？

因为想出国学习一下，看看国外的教育体系和人文，正好新西兰是个非常美丽的国家，奥大也是新西兰排名第一的学校，觉得这个机会很合适。

在奥大上课和在国内上课有什么不同的地方吗？

上课形式差不多，都是在大教室里面听教师讲课，但是奥大的教育系统是用 canvas，和国内有很大区别，基本上做作业、课堂互动、签到、小组作业、测试、考试，全程都在 canvas 上操作，所以要先熟悉一段时间这个系统。

奥大学期课程安排紧张吗？

不算紧张，因为可以自主选择上课时间，不过有的课需要上讲座和实验，一周会有两节，尽可能不要选太多这样的课，不然的话每周的上课量会比较大。

课程难度如何？

有一定难度，首先无论是作业还是测试都是全英文，并且很多课程会有期中考试，所以一门课可能要考两次试。

课后有作业吗？作业形式？

有作业，有的是出练习题和测试，有的是小组作业，基本上都在 canvas 上完成，小组作业要和组员单独联系并且分配任务量。

参加项目的学生有来自哪些国家的？

奥大各个国家的人都有，欧洲、中国、泰国、印度、韩国、日本等，这个学校的留学生还是比较多的。

你选的课程中，有想推荐给后面同学的课程吗？

stats108 难度不算高，但是签到、课堂测试、作业、课前预习、考试比较多；finance261 一周只上一节，中间的两次测试全是选择题，不过期末考试的难度比较高。

在奥大学习生活的这段时间，觉得自己英文水平有提高吗？

有的，除了学校的老师们会讲英文，生活中也有很多遇到英文的场合，开口说英语的次数多了，还是会有一定的进步。

奥大住宿条件怎么样？和室友相处如何？室友来自哪些国家？

我没有住宿舍，我是在外面租的 House，我的舍友都是中国人，相处的比较和谐，我的朋友有租学生宿舍的，舍友有韩国人和印度人。

在奥大学习最大的收获是什么？

还是在一个陌生的环境中熟悉教育和生活中的日常事宜吧，能够锻炼自己应对突发情况的能力，以及熟悉环境的能力。

还有其他想要分享给后面参加项目的同学吗？

去之前提前办张 visa 卡，准备一些纽币，这样落地前几周消费上不会出现什么问题，后面办张本地的银行卡，会更方便一些。

想体验当地 house 的可以租 house，但是可能会离学校比较远，奥克兰这里全是坡，走起路来要比平路累很多，并且交通工具没有特别发达，没有共享单车，只有共享电滑板，不过按分钟收费，算下来不比打车划算。公交车经常要等半个小时，所以上学不会太方便，还是建议住的离学校近一点。

学校有一个奥克兰最大的健身房，项目交流的学生可以按月办卡，值得一去。

关于饮食的话，大部分时候是去超市买食材自己做饭，国外的超市，有很多半成品，比如冷冻蔬菜，里面有很多种类，吃的时候可以直接倒进去，不用自己洗菜备菜，很方便；还有一些罐头一类的，可以搭配意面。超市里的肉类也处理的比较干净，做起来很方便。并且国外的超市食品安全和质量问题还是不错的，所以建议同学们可以多逛超市自己做饭。不用担心饮食吃不习惯，这里的中超也有很多，不管是蔬菜水果，还是速食，种类都很多，可以直接在家复刻中餐。学校附近也有很多中餐厅。

关于气候，新西兰在南半球，和国内的季节是反着的，国内夏天的时候，那边是冬季，奥克兰比较靠北，所以气温要比新西兰整体的温度高一些，我在那边经历了夏末到冬天，夏天也不怎么热，20 多度吧，大部分人家室内都不安空调的，冬天也没那么冷，差不多 3-15 度吧。所以如果你到那边是夏天的话，正常准备夏天的衣物就行，如果你到那边是冬天的话，带一件羽绒服就够了，按照北京深秋到初冬的穿搭准备就行。

关于学习，第一节课老师会介绍课程安排和考试情况的，如果说有期中考和期末考，并且都是闭卷的形式的话，要仔细考虑一下，虽然我相信大家的学习能力没有问题，不过出国交流，接触学习以外的生活也是很重要的，如果大部分精力用在了课程上，也是比较累的。总体来说，新西兰的环境还是很美的，跟网上的视频差不多，并且哪怕是很出名的景点，也不会很多人，所以生活起来还是很惬意的，同学们在平衡好学习之余，也可以多出来走一走，享受一下新西兰的阳光呀。

项目学生：曹媛
院系：艺术与美育研究院

专业：艺术学
年级：2024 级硕士研究生
学制：3 年
申请时间：研一下
交流时间：研二上
项目时间：2025 年 7 月 16 日-11 月 17 日
所选课程：

ACADENG 100:Forms in Academic English

CHINESE 130:Rethinking China

MEDIA 102:Media and Culture

ARTHIST 231:Framing the Viewer:20th Century Art

关于课程

Study abroad 项目是可以自由选择课程的，可以不局限于专业学科，如果没有学分转换的需求，我认为这是一个很好体验其他学科的机会，可以根据自己的兴趣选择。若需要学分转换我个人建议选 1 或 2 阶段的课程,这是基础阶段的课程。在选课前尽量阅读课程大纲，查看考核形式，一般有 presentation、quiz、exam、essay，可以在 UoA 的网站找到。

UoA 的课程一般分为 lecture 与 tutorial，lecture 以老师为主，课程时间为 2h；tutorial 以学生为主，主要进行课堂小组讨论，完成课堂任务，复习 lecture 内容，答疑解惑，课程时间 1h。

根据不同课程要求，一般 lecture 不需要签到，每节课后有 recording，可以在 canvas 上查看，配有英文字幕，tutorial 需要到场，一般计入考勤。

我选择的课程都是根据国内下学期的课程来选的，因为涉及到学分转换，分别是 academic english 100，讲授基础的学术英语写作、语法、格式；Chinese 130，从多角度认识中国；media 102，媒介文化的基础课程；art history 231，20 世纪艺术史课程，主要讲授分析艺术作品的方法论，有一定难度，适合有艺术史基础的同学，线下闭卷考试。每学期开授的课程都不一样，大家按需选择就好。硕士的话只要是把学位课修完是不影响开题的，这边学业压力不是很大，有精力的话是可以这边和国内的课程一起上的。

关于语言

Akl 这边有一些免费的公开英语课程，教堂也可以进行英语练习。UoA 有提供内部的语言学习课程 ele，比如 talk to locals,lets talk,talk to aucklanders,比较推荐 talk to locals，每一桌都有一个 local 志愿者，围绕提供的话题讨论 45 mins。但说不说这件事还是在个人，刚开始说不上来的话，倾听也不失为一个好的选项。来奥克兰大学两个月，感觉在英语听力上有进步，口语需要看自己，因为交流这件事本身就看自己是否想要交流，不必纠结语法，如果没有交流的意愿，没有人会强迫你说话，因为大家都很 nice，可能认为你不想被打扰。

关于住宿

UoA 的学生宿舍不在校园内，主要有四个住处。我住在 Carlaw Park Nicholls，每个 flat 有四个房间，一个卫生间，一个浴室，厨房和客厅，配有电视、冰箱、微波炉、水壶、烤箱、面包机、基础厨具、基础餐具，条件还是很不错的，距 UoA 走路 10 分钟。

如果没有提前请求，室友是随机分配的，可以选择同性别楼层，室友可能来自不同国家不同专业，不会一起上课，作息会不同，但相处起来都很愉快，公寓的卫生需要共同维持。

关于生活自理能力

除了大一的学生，其他学生都要选择 self-catering 宿舍，对生活技能是比较大的挑战。不过不必担心，akl 的外卖系统还是比较完善，住在 city 附近的中餐也很多，超市里食物的种类也比较齐全；每个学期都有 inspection，所以可以通过检查来保持卫生。

关于心理适应、交友、成长

每个人刚到一个陌生的环境多多少少会有些不适应，但随着时间便会消失，不必担心，按照自己的生活节奏来就好了。校园内宿舍内经常会举办活动，akl 当地的活动也可以参加，认识新朋友的机会很多，试着独立生活对个人成长很有帮助。

关于文化冲击

新西兰是典型的多元文化国家，这需要我们彼此理解和尊重对方，希望新加入的同学可以以开放的心态拥抱差异性，而且毛利文化是非常有魅力的，希望大家可以多多探索。

总之，欢迎大家来奥克兰大学学习。



