新西兰奥克兰大学暑校经验分享

项目学生：邬妮容

院系：文学院 文化产业系

专业：文化产业

年级：2024 级硕士研究生

学制：3 年

申请时间：研二上

项目时间：2026.1.5-2.18（总共约七周）

所选课程：Dance101G

一、关于课程

1. 在奥大上课和在国内上课有什么不同的地方吗？

我在奥克兰大学暑期学校选修的课程是 DANCE 101。与国内较为常见的课堂教学相比，这门课程更加强调身体实践、个人感受和自主探索。课程并不是传统意义上的舞蹈动作教学或固定舞段编排，而是由教师通过身体元素、动作关系、空间连接和感知练习，引导学生理解自身与身体、身体与环境之间的关系，并在这一过程中寻找适合自己的平衡与表达方式。课堂中，教师不会以统一的动作标准要求学生，而是通过讲解、示范、提问和实践任务，鼓励学生根据自己的身体条件和理解作出回应。这种教学方式给予学生较大的自主空间，也要求学生更加主动地参与课堂、观察身体反应，并把抽象概念转化为具体的动作体验。相较于单纯接受知识，这门课程更重视“在实践中理解”，课堂互动性和开放性较强。

2. 奥大暑期学校课程安排紧张吗？

DANCE 101 每周安排两次课程：一次是 Lecture，主要进行课程理论、概念和案例的讲解；另一次是 Workshop，学生在 Studio 中完成身体练习、动作探索和课堂实践。暑期学校的教学周期相对集中，因此课程推进较快，但理论课与实践课相互配合，整体安排清晰。只要按时参加课程、及时完成每周任务，并对课堂内容进行简单复盘，学习节奏总体可以适应。

3. 课程难度如何？

课程整体难度适中，不要求学生具有专业舞蹈基础。真正的挑战并不在于完成高难度动作，而在于理解教师所讲授的身体概念，并尝试通过自己的动作进行表达。由于课程采用全英文授课，在刚开始接触课程时，需要一定时间消化专业词汇、课堂指令以及部分较为抽象的概念。授课教师十分耐心。当学生对课程内容、动作要求或作业形式存在疑问时，教师都会认真回答，并结合示范帮助学生理解。这种支持性的教学氛围降低了全英文学习和跨专业学习带来的压力，也使学生能够逐渐建立参与课堂的信心。

4. 课后有作业吗？作业形式是什么？

课程每周都会安排一定的课后任务，主要包括个人舞蹈创作和小型 Essay 写作。个人舞蹈创作要求学生结合当周学习的身体元素、动作方法或空间关系，自主完成简短的身体表达。此类作业并不是简单重复课堂动作，而是鼓励学生将课堂内容转化为个人理解和创作。小型 Essay 则要求学生回顾课堂实践，描述自己对身体、动作和课程主题的认识，并将个人体验与课堂概念联系起来。通过这种方式，课程把身体实践与文字反思结合在一起，使学生不仅要完成动作，还要思考动作如何产生、为何这样表达，以及身体经验能够传递什么意义。期末考核采用开放式小论文的形式，学生可以根据课程内容选择相应角度进行分析和总结。相较于标准化考试，这种考核方式更关注学生对课程的理解、个人反思和综合表达能力。

5. 参加暑校的学生来自哪些国家？

课程中的教师和学生来自不同国家和文化背景，课堂具有较为多元的交流氛围。大家虽然在语言习惯、身体经验和艺术理解方面存在差异，但在 Workshop 中能够通过观察、合作和身体实践建立沟通。教师和同学整体都十分友善，课堂氛围包容、开放，学生可以较为自在地提出问题和表达自己的理解。

6. 你选的课程中，有想推荐给后面同学的课程吗？

我愿意向后续参加奥大暑期学校的同学推荐 DANCE 101。首先，这门课程不要求专业舞蹈基础，适合希望接触艺术实践、身体表达或跨学科学习的学生。课程所讨论的“舞蹈”并不局限于舞台表演，而是把身体视为认识自我、感知空间和表达情绪的一种媒介。其次，课程同时包含 Lecture 和 Workshop，既有理论讲解，也有实践体验，学生能够通过亲自参与理解课程内容。对于文化产业及艺术传播相关专业的学生而言，这门课程也提供了一个新的观察角度，使我们能够从身体、空间和感知出发，思考艺术创作、文化表达与个体经验之间的关系。

二、关于语言

在奥大学习生活的这段时间，觉得自己英文水平有提高吗？

在奥大学习期间，我对英语作为实际交流工具的功能有了更加直接的认识。过去在国内学习英语时，更多关注词汇、语法、考试和书面表达；进入全英文课堂之后，英语真正成为获取知识、理解指令、提出问题和参与讨论的媒介。通过这一过程，我体会到语言的核心价值不仅是“说得完全正确”，更重要的是能够准确地传递想法，并与他人建立沟通。对我而言，最大的挑战也是最明显的进步，是比过去更敢于开口表达。全英文授课使课程内容的理解和消化需要更多时间，特别是在面对较为抽象的身体概念时，偶尔会出现不能立即理解的情况。但教师会耐心回答问题，并鼓励学生主动交流。随着课程推进，我逐渐降低了对表达错误的担忧，更愿意通过提问、确认和讨论来解决问题。这段经历提升的不只是听说能力，也增强了我在全英文环境中学习和沟通的信心。

三、关于住宿

奥大住宿条件怎么样？和室友相处如何？室友来自哪些国家？

暑校期间，我与国内学校的同学共同在奥克兰大学附近租住公寓。由于彼此此前已经比较熟悉，合住期间沟通顺畅，相处融洽，在学习和日常生活中也能够相互照应。公寓所在位置交通和生活条件都十分便利，步行即可到达学校，前往超市采购日常用品也较为方便。公寓距离港口和城市公共空间较近，课余时间可以较为便捷地了解城市环境。此外，住所距离 Albert Park 很近，从公寓步行不远即可到达。整体而言，这种住宿安排兼顾了上课、采购和日常出行的需要，也为暑校期间的学习和生活提供了较为稳定的保障。

四、关于学分兑换

由于我在参加项目时已经完成国内研究生培养方案所要求的课程学习，出国前相关学分已经修满，因此本次暑期学校主要以拓展学习经历、体验海外课程和提升综合能力为目的，没有申请将 DANCE 101 兑换为国内课程学分，也未涉及具体的学分认定流程。

五、在奥大学习最大的收获

本次奥大暑期学校的收获首先体现在对不同教学方式的体验上。DANCE 101 将理论讲授、身体实践和文字反思结合起来，使我认识到知识不仅可以通过阅读和课堂讲解获得，也可以在动作、感知和实践中逐渐形成。这种开放式、过程性的学习方式拓展了我对艺术课程和跨学科教育的理解。其次，全英文授课和多元文化课堂提升了我的语言应用能力和跨文化交流意识。我更加明确地认识到，英语不仅是一项需要掌握的技能，更是进入不同知识环境、理解他人经验和开展沟通合作的工具。敢于开口、主动确认和及时表达，比一味追求语言形式上的完美更加重要。再次，这次学习经历也提高了我的适应能力和自主学习能力。在相对陌生的课程体系和语言环境中，需要主动了解课程要求、安排学习节奏，并及时解决遇到的问题。通过这一过程，我对自己适应新环境和完成跨学科学习任务的能力有了更加积极的认识。从专业角度看，课程对身体、空间、感知和表达的讨论，也为文化产业专业的学习提供了新的启发。文化和艺术的生产与传播并不只发生在文本、影像或平台之中，身体本身也可以成为文化表达和意义生成的重要媒介。

六、给后续参加暑校同学的建议

对于后续参加暑期学校的同学，我认为首先需要保持开放的学习心态。海外课程的组织方式、教师与学生的互动方式，以及作业考核形式，可能与国内学习经验有所不同。面对不熟悉的课程内容，不必过度担心自己是否具备相关基础，更重要的是积极参与、及时提问，并在实践中逐渐理解课程要求。

其次，在全英文环境中，应尽量把英语视为沟通和学习的工具，而不是额外的心理负担。即使不能一次完整、准确地表达，也可以通过简单句、关键词和进一步确认来完成交流。教师和同学通常愿意耐心倾听，主动表达本身就是适应海外学习的重要一步。

最后，建议在出发前提前了解课程安排、住宿位置和日常生活信息，并为集中授课预留充足的学习时间。合理安排课堂、作业和休息，有助于更充分地体验暑期学校的教学特色，也能够使这段海外学习经历真正转化为个人成长和专业学习上的积累。

项目学生：古小雨

院系：文学院 文化产业系

专业：文化产业

年级：2024 级硕士研究生

学制：3 年

申请时间：研二上

项目时间：2026.1.5-2.18（总共约七周）

所选课程：Dance101G

Part A.关于课程

在奥大上课和在国内上课有什么不同的地方吗？

我选的是 Dance101 这门课，主要由 2-3 名舞蹈专业的博士生进行讲授，课程包括 lecture 和 workshop 两个部分，每周分两天进行。Lecture 在教室上课，课堂上大家发言非常积极（尤其是西方的同学）；workshop 则在舞蹈工作室开展，我们有很多的身体接触，动作互动，要和同学们一起完成一些编舞作业，很多都是即兴的，很有趣味。课程氛围轻松，大家都非常认真，展示过程落落大方。

2.奥大暑期学校课程安排紧张吗？

不紧张。需要选 1-2 门课程，我选了一门，一周会占用一天半的时间。大部分课程内容，会在暑期第五周左右结束，之后自己复习准备期末。我选择的课程是线上期末考试，我回国后完成的考试。

3.课程难度如何？

G-general 课程属于通识类，不是很难。如果听不懂，可以及时提问同学。而且学校里的中国同学很多，可以自行找课程搭子，一起完成作业。

4.课后有作业吗？作业形式？

每周都及时完成课程作业，通过学校的统一系统上传。我们的课程除了需要完成的小 essay，还有当堂完成的编舞作业，以及当堂展示的艺术项目（类似一个小节目，有点像行为艺术）。

5.参加暑校的学生有来自哪些国家的？

我们当时暑校的话，基本上是奥大本校的学生。除了新西兰籍的同学，还有法国、英国的留学生。当然中国人也会占不小的比例。

7. 你选的课程中，有想推荐给后面同学的课程吗？

很推荐 dance101g

Part B.关于语言

在奥大学习生活的这段时间，觉得自己英文水平有提高吗？

我感觉没有非常大的提高，但是启发了我，让我知道英语口语表达在日常中其实比较容易，但是听力比较难。

Part C.关于住宿

奥大住宿条件怎么样？和室友相处如何？室友来自哪些国家？

可以通过小红书租房（注意甄别），因为是假期，会有很多转租房子的留学生。学校位于 city campus，附近的酒店公寓房源很多。奥克兰有好几个区，住在中区和北区可以坐公交车来学校，房租也会低一点。但新西兰总体上交通不如国内便利，晚上治安也不如国内。建议还是离学校住的近一点比较好。不过 city 天黑后不宜散步哦，真的会有醉鬼和流浪汉。一定不要住在南区，那里是黑帮地盘。我的室友就是我自己国内的同学，能搭伴出行最好啦。

Part D.关于学分兑换（我没有兑换学分）

在奥大学习最大的收获是什么？

短期而深度体验了一下留学生活。从租房，购物到上课考试，甚至还结识了新的朋友。有祛魅的地方，也有出乎意料幸福的时刻。新西兰是个非常美丽的国家，我记忆里的奥克兰是一个有着美丽蓝天的海滨现代城市。有一定的人文历史底蕴，包容度很高，是一个看世界的美丽窗口。总之我觉得世界真的很大，有机会还是要多看看不同类型的社会面貌。中国人既不能盲目自大，也不要妄自菲薄。

其他想要分享的：没有课的时候，可以去学校体育馆办张假期卡运动。环境非常棒。也有很多团体课程。我非常喜欢奥大游泳池，很干净，人也不多，结束后还可以泡温泉~逛超市很有趣！建议大家多试试超市里的各种食品，尤其是牛奶，超级好喝。有一个曲奇饼干也很好吃，忘记名字了，不过大家都可以试试。

项目学生： 邵雪媛

院系： 初等教育学院

专业： 初等教育学

年级：2024 级硕士研究生

学制：2 年

申请时间：研二上

项目时间：2026.1.5-2.18（总共约七周）

如果想要体验线下课程，选课时需要关注上课形式。学校平时有很多活动，比如英文交流、学术讲座等，可以积极报名参加， 提升英语水平。学习导致的肩颈酸痛，运动导致的拉伤、扭伤，校医院都对国际生有免费的按摩。租房建议租住在学校附近，有大超市，吃饭购物都很方便。有学校作为背书，申请签证比较容易，推荐申请本项目。

