

# 어학연수생 주간 보고서

|               |         |       |                        |
|---------------|---------|-------|------------------------|
| 연수기관<br>(국가명) | APU     | 날짜    | 2024.02.04             |
| 학과            | 간호학과    | 이름    | 전유경                    |
| 학번            | 2348132 | 이메일주소 | qlduarhdwn79@naver.com |

## 학교 생활

### 1. 학업 관련

이번 주는 Reading, Speaking, Listening, writing 총 4 가지 과목에 대한 기말고사 평가가 이루어졌다. Writing 시험은 4 가지의 주제가 주어졌을 때 하나의 주제를 선택하여 그에 대해 2 단락으로 글짓기를 하는 시험이었다. 나는 'How to lose weight healthily'라는 주제를 선택하여 그에 대해 글쓰기 시험을 보았다. 영어로만 2 단락, 약 2 장 분량의 글짓기를 하는 것은 마냥 어려운 일이라고만 다가왔었는데 지난 중간고사와 달리 글쓰기가 더욱 잘 이루어지는 나의 모습에 놀라움을 느꼈던 날이었다. 비록 문법적으로 옳지 못한 부분이 존재할 수 있겠지만, 지난 1-2 주차 때와 달리 이번 시험 때는 나의 생각을 좀 더 자세하고 명료하게 쓸 수 있을 만큼 영어실력이 차차 성장하고 있음을 체감할 수 있었다.

### 2. 생활 관련

유네스코 세계문화유산도시인 말라카에 당일로 여행을 다녀왔다. 네덜란드, 포르투갈, 영국, 중국 등 다양한 나라의 문화가 혼재되어있어 더더욱 여러 문화를 느껴볼 수 있었다. 말라카는 도보가 거의 없고 모든 도로가 차량 위주이기 때문에 다닐 때 차를 조심해야 한다는 점이 있다.

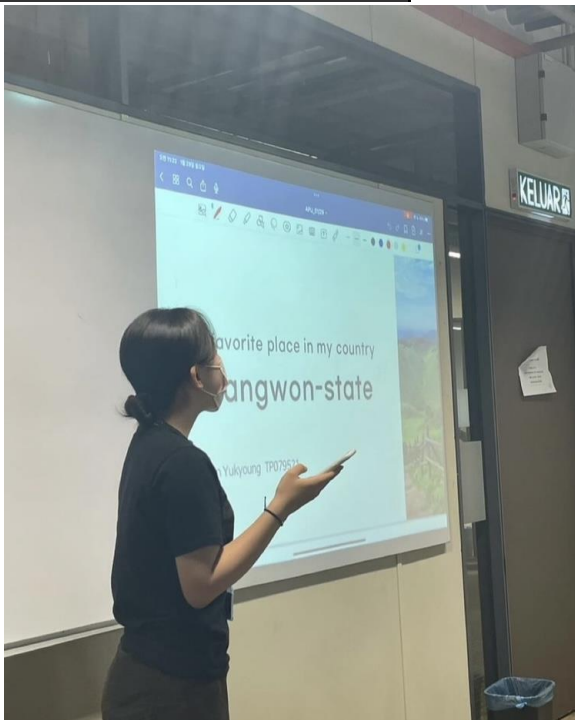
외국인 친구들과 헤어진 이후에도 메시지를 통해서 서로의 안부를 주고 받을 수 있을 만큼 친밀해졌고 영어회화 능력 또한 더욱 갓출 수 있게 되었다.

### 3. 기타

## 향후 계획

외국인 친구들과 지속적으로 연락을 주고 받으며, 서로의 문화를 좀 더 깊이 이해하고 관계를 이어나가는 것이 목표이다. 또한, 그 과정에서 영어 회화 실력을 더욱 함양하고 싶다.

## 사진자료



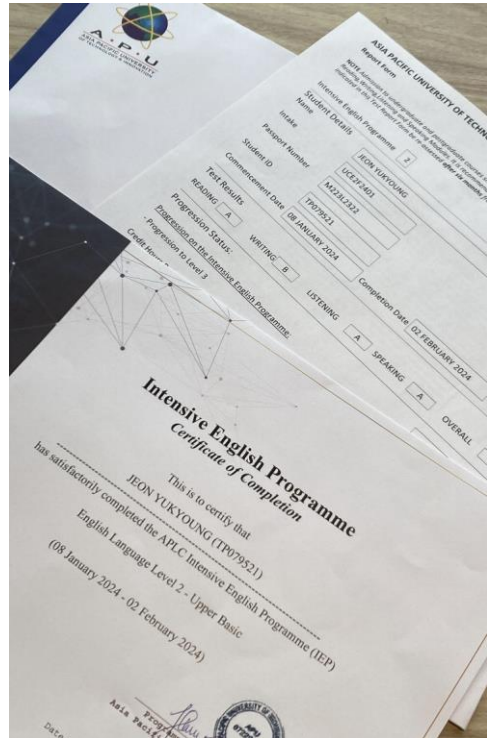
Speaking 기말고사 평가



외국인 친구 'Hasterjan'에게 받은 이별  
선물



Melaka - 네덜란드 광장



APU 수료증 및 졸업장

- How to lose weight healthily - 건강하게 살을 빼는 방법

Nowadays, as people are more interested in health care, diet methods have become very diverse. There are countless types, including one meal a day, home training, one food, and cardio exercise. However, the most important thing in dieting is to lose weight while staying healthy so that it does not strain your body. Therefore, we will find out how to lose weight healthily.

To lose weight healthily, you have to follow these three things. First, you should have proper sleep time. Proper sleep helps a healthy diet by controlling metabolism and keeping body hormones balanced. Lack of sleep can affect appetite - regulating hormones and interfere with diet. Second, you should exercise regularly. You can go to the gym, jogging, or exercise at home while watching home training videos. If it's hard to exercise alone, try it with your family or friends. Exercise will be more enjoyable. In addition, if you go on a diet without exercising, you can experience yo-yo effect. Lastly, you should not forget that you are on a diet for your health. It is not good to exercise excessively or fast just to lose weight. This is a behavior that destroys one's body. In conclusion, there are three ways to lose weight healthily. If you refer to this, it will help you lose weight healthily. Let's all be healthy together!

Writing 시험에 대한 작문 연습

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|