



WASEDA University



東京大学 & 早稲田大学寒假学术项目

2026 Japan Kanto Academic Immersion
Programme

Winter Multi-Disciplinary Study Tour

目录

CONTENTS

- 项目背景
- 项目特色
- 项目收获
- 课程概况
- 往期导师
- 学术体验
- 参访交流
- 人文体验
- 项目支持
- 学员分享
- 返图集锦



东京大学 The University of Tokyo

东京大学，作为日本首屈一指的国立综合性大学和亚洲学术重镇，自1877年创立以来，始终是日本现代化进程的引擎与思想源泉。其法学政治学研究科（Law Faculty）更是被誉为日本政界、法律界和官僚体系的“精英摇篮”，孕育了无数日本首相、大法官及顶尖学者。东大法学部以其对大陆法系的深刻理解、比较法研究的卓越传统以及对东亚法政格局的深远影响而享誉全球。

2025年QS世界大学排名：位列全球第33位,日本首位。

早稻田大学 Waseda University

早稻田大学是日本最负盛名的私立综合性大学之一，以“学术独立、应用实践”为宗旨，其法学和商科教育尤为卓越。商学学术院（经营管理研究科）则以其创新的商业模式研究和全球化视野著称，与东京企业界联系紧密，课程强调案例分析与战略决策，为日本乃至全球商业领域输送了众多杰出管理人才与创业者。

早稻田大学在2025年日本国内大学中，排名第9位。

两校共同为本项目提供学术支持，旨在让学员深入体验日本顶尖教育资源的多元魅力。

项目背景

Project highlights

项目亮点

本项目是一次融合日本顶尖双名校、深度机构参访与文化沉浸的综合性研学之旅。学员将根据自身兴趣与深造专业选择课程主题，在东京大学与早稻田大学的课堂中汲取知识，并深入日本国会、最高裁判所、知名企业等核心机构，从多维度理解日本社会的运作逻辑与成功之道。



双顶尖名校课程
Double Top Schools Courses



法律与商业摇篮熏陶
The cradle of law and business



东京都市文化体验
Tokyo Urban Cultural Experience



国企一站式安心陪伴
One-stop companionship with state-owned enterprises

Course theme and time

课程主题与时间

项目主题	项目时间	项目天数	项目费用	详情
法学：日本法治理念与实务前沿	2026.02.02-02.08	7天6晚	14800元/人	Page7
商科：日本创新经营与商业模式	2026.01.26-02.01	7天6晚	14800元/人	Page7

注：前15名申请可获得500元奖学金补助。

大学生offer点亮计划

凡是参与2026年游学项目的学员

即可获得3650元/年的大学生offer点亮计划会员权益（仅限300名）

超越同龄人的认知

- 一、前20%社群成员定向推荐高质量实习机会
- 二、1次江浙沪线下大会青年志愿者实践名额
- 三、3次线下青年圆桌讨论之夜

明晰个人发展路径

- 一、1次专家职业兴趣优势测评
- 二、每周社群求职升学经验分享
- 三、每月杭州人才集团大咖讲堂

项目特色

双顶尖学府资源，提供多元学术视角

项目整合东京大学与早稻田大学两所日本顶尖学府的优质教育资源。东京大学以其严谨的学术氛围和深厚的理论研究见长，早稻田大学则注重实践应用与国际化视野。学员将有机会在两所风格迥异的世界级学府中学习，聆听权威教授的专题讲座，参与互动研讨，感受日本高等教育多元化的学术魅力与独特学风。



学术与实践深度融合，深入社会核心机构

项目打破传统课堂边界，注重理论与实践紧密结合。学员将深度参访日本国会、最高法院、贸易振兴机构、知名企业及律所等社会核心组织，透过国际比较视角，直观了解日本法治体系、经济政策与企业管理的先进经验，拓展全球化视野，培养跨文化分析与解决实际问题的能力。

对话前沿学者精英，沉浸学术文化双氛围

学员将在课程及参访中与东京大学、早稻田大学的知名学者、行业领军人物及优秀在校生面对面交流，获取第一手行业洞察与学习经验。同时，通过文化体验与都市探索，深入感受日本传统与现代交融的独特文化氛围，实现学术素养与文化认知的双重提升。



权威导师全程引领，保障教学质量与深度

课程由东京大学、早稻田大学的资深教授、研究员及行业专家共同领衔授课。导师团队不仅具备深厚的学术造诣和丰富的实务经验，更擅长启发式教学与案例研讨，确保课程内容的前沿性与实用性。本土化教学与专业翻译支持，为学员提供高质量的学习体验与深度交流的机会。

项目收获

Certificates, Reports & Letters

硬核成果



项目短期研修证书

由项目主办方颁发，证明学员成功完成为期7天的全部学术课程、机构见学及考核任务，作为对此次境外访学经历的证明



学术评价报告

由学习学院出具，印有学院姓名、课程日期、课程内容和学员的学习情况。



优秀学员推荐信

对于在项目中表现出卓越学术潜力、领导力与思辨能力的学员，项目导师将亲自签发推荐信，助力其未来的名校申请或职业发展。



全球视野与人脉网络

结识来自全球的优秀同龄人，并与日本顶尖大学的学长学姐建立宝贵联系。



注：结业证书与评价报告将授予全体达到出勤与考核要求的学员。推荐信将根据综合表现择优颁发。

课程概况

Course topic

课程主题



项目主题	日本法治理念与实务前沿/ 日本创新经营与商业模式
项目年度	2026年寒假
项目时间	2026.02.02 – 02.08 2026.01.26 – 02.01
项目时长	7天
项目费用	14800元（前15名申请可获得500元奖学金补助）



授课语言	日语授课，配备中文翻译
项目概况	项目融合“体系化课程（Theoretical Modules）”+ “沉浸式见学（Institutional Visits）”+ “批判性文化考察（Critical Cultural Inquiry）”三大模块，涵盖名校学习、企业参访、文化探索等多维度体验。
申请对象	对法学、商科、政治经济学、社会学感兴趣的优秀本科生、研究生
录取人数	为保障教学质量，每班录取人数限制在40人内。
核心课程	课程由该领域的资深教授、学院讲师、行业精英执教，课程师资见往期领衔导师。
结业比赛	课程最终以小组项目汇报和答辩作为结业考核形式，由教授进行评审和指导

学术体验

本项目提供两个独立的学术主题方向，学员需选择其一进行深度研习，以下为往期日程示例，供参考，实际以行前通知为准

【A】法学主题：日本法治理念与实务前沿

日期	上午	下午	晚上
Day1	前往机场，飞往日本	接机，酒店办理入住	破冰活动/欢迎晚宴
Day2	东京大学欢迎仪式 东京大学法学专题课程一： 课题：日本法治理念与实务前沿1	校园参访： 参访东京大学 优秀学长学姐带领校园文化交流	课程自习与自由探索
Day3	东京大学法学专题课程二： 日本法治理念与实务前沿2	机构参访： 日本国会议事厅/最高裁判所 城市探索： 秋叶原、东京塔	课程自习与自由探索
Day4	早稻田大学参访 早稻田大学法学专题课程一： 国际法与跨境法律实务	企业参访：知名律师事务所 文化体验：茶果子手作体验	课程自习与自由探索
Day5	早稻田大学法学专题课程二： 企业法与商务法实务	城市探索： 皇居、浅草寺、银座、涩谷	课程自习与自由探索
Day6	社会考察：镰仓大佛、镰仓高中前、江之岛、鹤冈八幡宫、小町通/自由探索东京		
Day7	办理退房，接往机场	返回内地	

【B】商科主题：日本创新经营与商业模式

日期	上午	下午	晚上
Day1	前往机场，飞往日本	接机，酒店办理入住	破冰活动/欢迎晚宴
Day2	东京大学欢迎仪式 东京大学商科专题课程一： 日本创新经营与商业模式1	校园参访： 参访东京大学 优秀学长学姐带领校园文化交流	课程自习与自由探索
Day3	东京大学商科专题课程二： 日本创新经营与商业模式2	机构参访：日本贸易振兴机构 城市探索：秋叶原、东京塔	课程自习与自由探索
Day4	早稻田大学参访 早稻田大学商科专题课程一： 经济转型期的企业战略	企业参访：朝日啤酒企业 文化体验：茶果子手作体验	课程自习与自由探索
Day5	早稻田大学商科专题课程 全球化背景下的日本市场营销 与品牌战略	城市探索： 皇居、浅草寺、银座、涩谷	课程自习与自由探索
Day6	社会考察：镰仓大佛、镰仓高中前、江之岛、鹤冈八幡宫、小町通/自由旅行活动		
Day7	办理退房，接往机场	返回内地	

参访交流

项目将带领学员深入课程主题相关核心机构，完成从理论到实践的闭环学习。（以下为计划见学机构，实际安排以行前通知



Tokyo & Waseda University | 体验东京高校学子生活

以下为往期学院参考：



东京大学大学院法学部



早稻田大学 商学学院

UTokyo & Waseda|日本参访与文化活动

以下为往期参访机构与文化体验活动，实际参访与体验地点会根据时令与本期学员情况做调整，带领同学们从多维度探索日本社会文化。

最高裁判所



日本国会议事堂



和服体验



日本茶道体验



东京律师协会



事务所参访



朝日啤酒企业参访



日本美食体验



人文体验

项目将带领学员深入日本地标及文化目的地，体验日本人文活动。（以下为往期体验，实际安排以行前通知

「东京传统与现代的建筑」

来到日本，必不能错过东京之旅。登上东京晴空塔俯瞰都市全景，登高望远，俯瞰这座由法律和规则精密构建而成的超级大都市，感受秩序之美。参观浅草寺感受江户风情，漫步银座体验现代繁华，探访明治神宫了解日本传统祭祀。

「食文化茶道&寿司体验」

感受东京独特的食文化,在京都百年茶室中参与茶道表演，学习抹茶制作与和果子搭配，感受“和敬清寂”的禅意美学;前往食文化寿司职人工作坊,跟随资深寿司师傅学习江户前寿司的制作，从选料到握寿司手法，体验日本“匠人精神”。

「感受江户下町风情：浅草·隅田川」

深入东京发源地浅草，穿越地标雷门，漫步于日本最古老的寺庙浅草寺前的仲见世商店街，品尝人形烧、炸馒头等传统点心。搭乘和风屋形船游览隅田川，或从水上巴士眺望东京晴空塔与古典桥梁的和谐交融，沉浸式体验江户时代延续下来的市井人情与氛围。

「温泉旅馆日本特色料理」

学员可自行体验传统温泉旅馆，体验露天风吕与日式庭院晨昏四时的自然交融。晚餐是温泉旅馆体验的另一大高潮,品尝怀石料理，菜肴的摆盘宛如艺术品，使用多种不同的器皿，与食材、季节相呼应，称为“用眼睛品尝的料理”。



项目支持

配备专业带队老师，保障学生安全出行、专注学习、舒心生活。



项目陪同

配备专业中文带队老师
保障学生安全出行
专注学习、舒心生活



项目费用

14800元/人

费用包含：项目期内线下课程费、教材费、酒店6晚住宿费、集体景点、茶果子等文化活动费、每日早餐、接送机费、行程内交通费等

费用不包含：往返机票费、签证费、餐费、自由活动消费及个人其他费用



住宿安排

- **住宿标准**
统一安排入住东京市区酒店双人间，配有独立卫浴、空调、上网设施等

餐食安排

- **用餐方式**
早餐：一般酒店用餐（费用包含）
午餐：在东京大学或早稻田大学学生餐厅用餐或周边自行用餐
晚餐：一般在市区或酒店附近用餐
(人均50-70元人民币)



往返机票

- **不含机票**
学员在咨询项目组确认落地时间的前提下，自行购买往返机票。



差旅提示

- 考虑到国际旅行准备与项目名额限制因素，请尽早完成项目申请
第一时间办理个人护照，以便开启签证流程与机票购买等相关出行准备工作。



申请步骤

- 根据学校官网报名通知要求填写课程网申；
- 按照报名要求提交附加申请材料；
- 按学校要求完成学校内部报名及审核流程



项目咨询

请扫描右侧二维码，联系课程咨询老师

老师：Freya老师（报名协助）
电话19941193177 微信



学员分享

项目最宝贵的是提供了我们与日本法律职业人士直接对话的机会

这次研习彻底重塑了我对比较法的认知。在东大的课堂上，老师系统梳理了日本法从继受大陆法系到自成一体的过程，为我们提供了绝佳的比较法视角。站在国会议事堂里想象法案的辩论，在最高裁判所感受司法最终的庄严，这种震撼是书本无法给予的。项目最宝贵的是提供了我们与日本法律职业人士直接对话的机会，让我们对未来的职业规划有了更国际化的思考。

王同学

洞察日本商业哲学，从精益生产到百年老铺的传承

这次日本商科研习让我亲眼见证了理论如何转化为极致的实践。在丰田工厂，我们看到了“精益生产”和“准时化”不是教科书上的名词，而是流淌在每个环节的血液。但更触动我的是拜访百年老铺时，掌门人讲述的“守破离”经营哲学：先恪守传统，再寻求突破，最终脱离固有模式。这种对“传承”与“创新”的平衡，给了我巨大的启发，这是任何案例学习都无法替代的直观体验。

张同学

与日本企业管理成员的直接对话，打破了我们固有的许多假设

我们带着对“日本企业是否保守”的疑问而来，却在与多位初创公司CEO和资深商社经理人的对话中找到了更复杂的答案。他们对于全球市场、数字化转型的洞察极为敏锐，其“保守”更像是一种基于长期主义的风险规避策略。项目安排的模拟商务谈判工作坊极具挑战，我们必须快速适应日式的沟通节奏和决策模式。与来自不同学校的优秀同学碰撞思想，收获远超预期，真正培养了我们的全球商务思维。

陈同学

法学的魅力在于细节：从法条文字到法庭氛围的差异

这次研习彻底重塑了我对比较法的认知。在早稻田大学的课堂上，教授通过一个具体的合同纠纷案例，深入浅出地对比了中日德三国在请求权基础分析上的微妙差异，为我们提供了绝佳的对比视角。站在最高裁判所的法庭里，其圆形的设计象征着“平等的对话”，这种空间带来的庄严感是书本无法给予的。我深刻体会到，法律不仅是条文，更是一种氛围和文化。

张同学

与来自不同学校的优秀同学碰撞思想，收获远超预期

作为政治学专业的学生，这个项目让我理解了法律是政治的骨架。从古典的浅草寺到现代的国会大厦，日本如何将传统与现代、东方与西方的法政理念融合得如此自洽，是此行最大的谜题。小组讨论和汇报环节非常锻炼人，我们需要快速消化知识并形成自己的观点，与来自不同学校的优秀同学碰撞思想，收获远超预期。这是一次充满智力挑战的旅程。

李同学

从“打卡”到“融入”，一次重新定义旅行意义的旅程

未踏上旅途前，我所理解的日本文化是动漫、是樱花、是浮于表面的符号。但当我跪坐在茶室中，看着茶师以“和敬清寂”之心为我们点上一碗抹茶；当我坐在龙安寺的枯山水前，凝视着由耙制的沙砾和几块石头构成的宇宙——我忽然明白了何为“留白”，何为“侘寂”。文化的精髓不在喧闹的景点，而藏于这些对日常动作极度专注、对残缺与短暂极致礼赞的仪式里。这次旅程教会我的不是知识，而是一种观看世界的新视角。

周同学

从东京证券交易所到银座百年老店，理解多层次的经济生态

此行构建了一个理解日本经济的立体框架。在东交所，我们感受到全球资本市场的脉搏；而在银座的百年糖果老店里，第三代店主则向我们展示了“关系”和“信誉”如何作为隐形资产持续创造价值。这种从宏观到微观、从现代到传统的穿梭式学习，让我们深刻认识到文化如何深度嵌入并塑造商业逻辑。项目最宝贵的是提供了我们与日本不同世代商业领袖直接对话的机会，让我们对未来的职业规划有了更立体的思考。

王同学

从不同视角理解法律职业共同体的协作与张力

我们有幸与现任法官、检察官和律师进行座谈，从不同视角理解法律职业共同体的协作与张力。这种多元的对话机会无比珍贵，让我们不再局限于单一的视角看问题，也对中国的司法改革有了更深刻的反思。这是一次充满智力挑战的旅程。

孙同学

返图集锦





WASEDA University

