

國立臺北護理健康大學

休閒產業與健康促進系

學生校外實習手冊



中 華 民 國 115 年 5 月

目錄

壹、實習課程宗旨與目標	3
貳、本系實習課程說明	3
參、實習行前提醒	3
肆、實習生的義務與權益	4
伍、實習作業	6
陸、實習成績評分標準	7
柒、安全與訪視規範	7
捌、實習 Q&A	8
玖、附錄	14
附件一 學生校外實習實施要點	14
附件二 緊急危機處理流程圖	14
附件三 實習月誌	14
附件四 個人期中實習報告	14
附件五 個人期末實習報告	14
附件六 小組實習成果報告	20
附件七 學生校外實習學習計畫表	22

壹、實習課程宗旨與目標

本課程旨在使學生了解觀光休閒健康產業相關機構實際的運作與管理並培養其實務能力。藉由在實習機構的實務操作，學生能將在校修習相關課程的理論與知識應用於實習場域中，達到學以致用之目的。

教學目標：

1. 瞭解觀光休閒健康產業的環境、組織及業務概況。
2. 能實際參與實習機構的業務運作。
3. 能應用觀光休閒健康理論與知識於實習中。
4. 能具備健康休閒規劃實務能力。

貳、本系實習課程說明

本系實習課程採「學期實習制」辦理，學生於上學期修習「觀光休閒健康產業實習」課程期間，須完成至少七百二十小時之校外實習；下學期修習「觀光休閒健康產業進階實習」課程時，亦須完成至少七百二十小時之實習時數。各實習機構之工時安排均依循《勞動基準法》相關規定辦理，每週工作時數以不超過40小時為原則，以兼顧學生實務學習成效與勞動權益保障。

參、實習行前提醒

一、校外實習前的準備：

1. 請同學詳閱實習手冊內容，瞭解校外實習相關規範與注意事項。
2. 選定實習單位後，應先瞭解其性質、企業文化、地點及交通狀況。
3. 實習分發報到前，請密切留意實習單位通知，以完成各項報到與實習前準備。
4. 如實習單位未提供住宿，應事先安排住宿事宜，並以交通便利、安全及有同伴為優先考量。
5. 部分實習單位提供宿舍，並酌收管理費或清潔費，請同學於報到前自行向實習單位洽詢及申請。
6. 報到當日請依實習單位規定穿著合宜服裝，並攜帶相關必要物品。

二、校外實習時的注意事項：

（一）學校相關事項

1. 學校已與實習單位簽訂實習合約，同學應遵守相關規範與請假制度。
2. 實習期間將安排實地訪視，由實習輔導老師提供協助與指導，請同學配合參與。
3. 請定期查閱學校公告及實習LINE 群組訊息，以掌握重要資訊。
4. 若未與家人同住，應主動告知家人及實習輔導老師實習與居住地點，以利緊急聯繫。

（二）實習機構相關事項

1. 請依實習單位規定辦理請假，不得擅自離開實習崗位。
2. 專業實習問題可向輔導老師或主管請教，行政事務則向人事單位協調。
3. 確實遵守實習合約規定，離職前完成財物歸還及交接程序。
4. 與主管及同事保持良好互動，以建立職場人脈。

（三）個人品德與安全事項

1. 應注意個人品德，不得有偷竊、洩密、偽造紀錄、私自收取款項、擅自拍攝或外流顧客資料等不當行為。
2. 保持服裝儀容整潔及維持個人衛生，展現專業態度。
3. 搭乘或騎乘交通工具時應注意安全，騎機車務必佩戴安全帽。
4. 實習後應儘速返家，維持正常作息，避免不良場所與行為。
5. 不得於社群媒體揭露顧客個資、實習機構內部資料、營運流程、未公開資訊，亦應避免發表可能衍生法律爭議之言論。

肆、實習生的義務及權益

一、實習生的義務：

1. 同學於實習期間應遵守實習合約、實習單位相關規範及請假制度。
2. 因公或個人因素需離開實習崗位時，應依規定完成請假程序，經核准後始得離開。
3. 同學應遵守實習單位各項人事與業務規定，並秉持負責、積極及專業之工作態度。
4. 實習期間應虛心學習，重視服裝儀容與職場禮儀，以維護學校形象。
5. 實習期間同學每週應主動至學校信箱收信或隨時留意實習相關的LINE 群組，以查看學校、系辦、及實習輔導老師告知之相關事項。
6. 實習期間應盡保密義務，對於工作業務內所知悉的機密，不得洩漏於

任何第三人或自行加以使用。與實習單位於智慧財產權的配合則依各實習單位合約辦理。

二、實習生的權益：

實習期間發生突發事件，例如職業災害、性騷擾、車禍或其他異常情況，務必向實習單位的人力資源單位反應，並立即告知實習輔導老師並轉介校方相關人員。

1. 實習期間如有遭遇主管利用職權壓迫或騷擾之情事，應如何處理？

- 實習期間如有遭遇主管利用職權壓迫或騷擾之情事應以自身安全為優先，避免在高壓情境下單獨與對方衝突，並儘速尋求機構正式管道及學校協助。
- 向人事部門申訴專線（信箱）或上層部門主管報告，並立即通知實習輔導老師、系辦或校安窗口；必要時可同步通知家長或可信任親友協助協調與解決方案。

2. 實習期間遇到性騷擾／性霸凌／性侵害事件該怎麼處理？

- 什麼是「性騷擾／性霸凌／性侵害」？
 - (1)**性騷擾**：以明示或暗示之方式，對他人實施違反其意願或不受歡迎，且與性或性別有關之言語或行為，因而影響他人之人格尊嚴、學習或工作之機會或表現。不受歡迎的認定標準是以「接受者的主觀感受」來定義。
 - (2)**性霸凌**：指透過語言、肢體或其他暴力，對於別人的性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅且非屬性騷擾行為。
 - (3)**性侵害**：指用強暴、脅迫、恐嚇、催眠術或其他違反他人意願的方式進行性交、猥褻的行為；只要不是願意讓他人進行或觸摸身體的任何部位，且接觸程度達猥褻之行為者，也算性侵害。
- 遇到事件應大聲說「不」，引起其他人注意；相信自己的感覺，明確大喊「你不要摸我的●●」、「這讓我不舒服」、「這裡有色狼！」，或立即按求助鈴，並盡快離開現場。
- 遇有疑似性騷擾、性霸凌或性侵害事件時，學生應以自身安全為優先，儘速離開現場並立即通知實習輔導老師、系辦或校安窗口；必要時由學校協助通報、申訴、就醫或法律諮詢。

3. 實習不適應：若於實習期間出現不適應情形，學生得申請轉換或終止實習，惟應先與校內實習輔導老師及機構指導人員進行溝通，並依規定程序辦理。

4. 離職與終止:學生應注意自己與實習機構所簽訂之合約內容，依不同企業在滿足總實習時數後採取的作法有以下三種：(1)學生不可在滿足總實習時數後結束實習，應至約定實習合約期滿始可離開實習場域；(2)學生可在滿足總實習時數後結束實習，但如雙方合意可另行簽訂勞動契約；(3)學生可在滿足總實習時數後結束實習，離開實習場域。

伍、實習作業

一、學生校外實習學習計畫表：

因應教育部校外實習課程規定，本系制訂「A3.學生校外實習學習計畫表」(附件七)，初稿於「職場倫理與溝通」課程完成。實習期間請實習輔導老師協助學生，原則上於實習的第四週前完成修正，以作為實習輔導的檢核依據，並請機構輔導老師、實習輔導老師及學生本人簽名或核章後上傳至iClass作業區。期末由學生與輔導老師共同針對核心能力占比進行評核，同樣請機構輔導老師、實習輔導老師及學生本人簽名或核章後並將最終版上傳至 iClass作業區。學生於實習上下學期皆要繳交一份「A3.學生校外實習學習計畫表」。

二、實習月誌：

學生應於上下學期實習期間，每月撰寫一篇「A4.實習月誌」(至少150字)，並自實習開始滿一個月後起依序繳交，每月30日為繳交截止日，格式詳如附件三。

三、個人期中、期末實習報告：

實習上學期:學生應於期中繳交「A5.個人期中實習報告」及期末當週繳交「A6.個人期末實習報告」(3,000字)，格式內容詳如附件四和附件五。

實習下學期:學生應於期中當週繳交「A5.個人期中實習報告」(3,000字)，格式內容詳如附件四，並於期末繳交「A7.小組實習成果報告」(格式內容詳如附件六)。

四、小組實習成果口頭發表：

學生於實習下學期期末需返校進行「小組實習成果口頭發表」，口頭發表規範如下：

1. 每組以4-5人為原則
2. 根據實習性質找一主題分享
3. 各組自行選擇一位實習老師為輔導老師

4. 報告內容涵蓋緒論、實習工作現況描述、可能衍生的問題及其描述、解決方案(勞資方觀點、校方可提供的課程及輔助方法)、結論

注意:有關上述所有作業請以電子檔形式上傳至iClass實習課程作業繳交區，作業標題及檔案名稱請註明學號、姓名、實習機構及單位。

陸、實習成績評分標準

1. 實習學分達成要件：學生於上、下學期各須完成至少 720 小時實習時數，且各學期實習成績不得低於 60 分。
2. 學生實習成績評定分為三大部分：
 - (1) 實習機構工作表現及出勤之考核成績，占比 30%
 - (2) 實習月誌(10%)、期中報告(10%)、期末報告/成果報告(10%)、實習計畫評核(10%)，占比 40%
 - (3) 本系實習輔導教師訪視考核成績，占比 30%。

柒、安全與訪視規範

一、校外實習職場安全須知：

1. 為保障學生校外實習期間之人身安全與學習權益，同學於實習期間應確實遵守實習單位之職場安全規範與相關作業流程，並配合各項安全教育及環境管理措施。
2. 實習期間應注意工作場所之設備操作安全、消防避難動線及緊急應變程序，避免從事具高度危險性或未經授權之工作內容。
3. 同學應重視交通安全與個人健康管理，避免疲勞工作或單獨前往高風險場所。如遇職場性騷擾、職業災害、暴力事件或其他緊急狀況時，應立即向實習單位主管、實習輔導老師及學校反映，以利即時協助與後續處理。

二、實習輔導老師訪視：

1. 實習輔導訪視旨在瞭解學生實習期間之學習狀況與適應情形，並協助處理其所遭遇之困難，以作為學生實習表現評核與後續輔導之參考，請同學配合實習輔導老師進行訪視與聯繫作業。
2. 實習輔導老師於學生實習期間進行訪視與關懷。國內實習應至少實地輔導訪視1次，每學期至少實地輔導2次以上；境外實習第2

次（含）以後可採非實地訪視之其他方式進行，搭配不定時以通訊軟體（如LINE）或電話做為溝通管道。

捌、實習 Q&A

俗話說「入境隨俗」，各實習單位之人事及業務規定，同學一定要確實遵守。心裡隨時提醒自己，我是代表學校、代表家庭及代表自己。在實習單位實習，應懷著學習的心態，虛心求教，精進能力以提升自我未來的產業價值。以下為實習Q&A整理：

Q1：應該以什麼樣的心態面對實習環境與前輩們？

A1：應隨時展現積極且熱忱的工作企圖心及認真與專注的態度對待實習期間的大小事。遇到不清楚的事物應向前輩或同事們詢問與學習，切勿因自傲自滿而喪失學習機會。

Q2：實習可以遲到早退嗎？

A2：實習時應準時上班且不遲到或早退，並盡力自我要求養成提早到班的習慣，預留充裕的時間做好上班前準備工作，並將心情調適為工作模式。

Q3：實習期間若臨時有事無法到班，可以擅自放假嗎？

A3：如因故臨時無法（準時）到班，請先與單位主管聯繫並說明原因。請假規定以實習單位合約為依據。

Q4：在實習期間，有哪些行為是需要特別注意、務必避免觸犯的原則呢？

A4：實習時須特別注意個人品德行為。特別是在飯店、旅館、餐廳、旅行社、機場等一線服務單位實習之同學，切勿有偷竊、洩密及其他不良行為之發生。一經查證屬實，須接受公司處分，情節重大者，可能涉及法律責任，請同學切實恪守。

Q5：下班後，同事邀約聚餐及喝酒夜唱，我應該參與嗎？

A5：實習期間應盡可能維持生活作息正常，避免不規律的行為影響工作表現；同時也請潔身自愛，勿染不良嗜好。

Q6：客人若未給小費是否可以主動要求或追討？

A6：小費並非客人應付的費用，絕對不可強行要求。若於實習期間獲得小費，各實習單位之處理方法有所差異，應依規定處理。

Q7：實習上下班途中的交通小叮嚀。

A7：上下班期間搭乘或騎乘各類交通工具，應確實注意交通安全，騎機車者務必戴安全帽，開車者務必繫上安全帶。尤其在清晨與深夜時段須特別留意，降低意外發生的風險。

Q8: 實習期間的服裝儀容與個人清潔規範為何?

A8: 請同學在實習期間應定期修剪頭髮及指甲，維持個人清潔衛生。服裝儀容要求則請遵照各實習單位規定，切勿為展現個人風格（如特殊髮型或造型）而違反公司規定。

Q9: 實習相關法規可以在哪裡查詢?

A9: 與實習相關的事項請參閱本實習手冊。校內各項校外實習法規及學校師長連絡資料均可在本校校園資訊網查閱。同時，也建議經常上學校網站查閱最新公告訊息，以隨時掌握校園動態。

Q10: 系上會安排實習輔導老師前往實習單位訪視學生嗎?目的為何呢?

A10: 實習期間實習輔導老師會到單位訪視同學以了解同學的實習工作環境及甘苦談。訪視同時也可了解與協調實習期間遇到的問題。

Q11: 實習經驗甘苦談是否有機會分享給學弟妹呢?

A11: 實習的經驗分享與傳承是學習很重要的養分。系上於上學期皆會辦理實習分享會，邀請同學返校與學弟妹進行實習經驗分享。舉辦時間地點等相關事宜經會議通過後會另行通知同學，屆時請同學們不吝將自己的寶貴經驗分享給學弟妹哦!

Q12: 實習期間遇有疑似不合理事情時應該如何處理呢?

A12: 每位同學均有專屬的實習輔導老師，實習期間遇到疑似不合理事情時，先聯繫實習輔導老師，以獲取事件釐清與因應的相關建議。

國立臺北護理健康大學休閒產業與健康促進系學生校外實習實施要點

105 學年度第二學期第 1 次(106/2/21)系學生校外實習指導委員會審議通過
111 學年度第一學期第 2 次(111/12/15)系學生校外實習指導委員會審議通過
112 學年度第二學期第 3 次(113/6/11)系學生校外實習指導委員會審議通過
112 學年度第二學期第 9 次(113/6/25)系務會議審議通過
113 學年度第一學期第 10 次(114/1/14)系務會議審議通過
113 學年度第二學期第 1 次(114/2/13)系務會議審議通過
113 學年度第二學期第 1 次(114/3/11)系學生校外實習委員會審議通過
113 學年度第二學期第 1 次(114/3/18)院學生校外實習委員會審議通過
113 學年度第二學期第 2 次(114/3/25)校學生校外實習委員會審議通過

一、目的

國立臺北護理健康大學休閒產業與健康促進系（以下簡稱本系）為培養學生務實致用的觀念與能力，特依據「國立臺北護理健康大學學生校外實習辦法」訂定「國立臺北護理健康大學休閒產業與健康促進系學生校外實習實施要點（以下簡稱本要點）」。

二、推動組織

- (一)本系學生校外實習委員會為推動學生校外實習相關工作，協助學生校外實習教學，檢討實習及其成效，成立學生校外實習委員會(以下簡稱本會)，其中主任委員由系主任擔任，其餘委員由本系實習輔導教師、該實習年級學生導師、校外實習機構代表、學生代表等組成，計 7 至 11 人。
- (二)委員任期為一學年度，原則上每學期召開會議乙次，如遇學生實習申訴、爭議或緊急事件得召開臨時會議。本會工作職掌及任務如下：
1. 整體規劃及推動校外實習課程。
 2. 確認合作機構之評估結果及選定。
 3. 擬訂書面契約及學生個別實習計畫。
 4. 協調、處理學生申訴、爭議及意外事件。
 5. 處理學生實習期滿前之終止實習。
 6. 追蹤處理及檢討學生實習輔導訪視結果。
 7. 其他學生權益保障相關事項。
- (三)為因應實習輔導需要，另組成學生校外實習輔導小組(以下簡稱輔導小組)，其中召集人由系主任擔任，其餘委員由本系全體實習輔導教師組成，不定期召

開學生校外實習輔導小組會議（以下簡稱輔導小組會議），處理學生輔導相關事宜。

三、實習課程整體規劃

本系校外實習課程採學期實習，每學期九學分，於校外實習機構為期至少十八週達七百二十小時為原則。實習課程符合本系專業性質、人才培育目標及課程發展之需求，並依教育目標與專業核心能力，訂定學生個別實習計畫；其計畫內容包含實習目標、實習期程、實習課程內涵、實習內容具體規劃及時程分配、教師輔導訪視規劃、實習成效評量等。

四、實習機構評估、媒合機制及實習合約簽訂

（一）實習機構評估與篩選

本系依專業核心能力及培育目標選擇實習機構，並以工作內容、工作環境、工作安全性、工作負荷、培訓目標、薪資福利、實習內容專業程度等項目進行評估與篩選，並於實習委員會議討論實習機構之適切性。

（二）實習機構之媒合及分發

本系透過系主任及實習輔導教師與實習機構接洽，通過實習機構評估及篩選後，經學生實習意願選填，安排學生與機構面談；依據實習機構錄取實習學生之情形，同時考慮學生意願進行實習機會之分發作業。

（三）實習合約之簽訂

本系於校外實習前，以學校為主體與實習機構簽訂實習合約書，並要求實習機構確實依合約執行，以完善對實習學生之權益保障；其實習合約內容明定下列事項：

1. 實習機構依學生個別實習計畫提供學生相關實務訓練，並與系所指派之實習輔導教師共同輔導學生。
2. 實習機構負責學生實習前之安全講習、實習場所安全防護設備之配置及相關安全措施之規劃。
3. 為實習學生投保相關保險。
4. 明定實習時間（每日學習時間、請假或例假規定）、合約期限、實習內容、實習獎學金或薪資之給付、膳宿及交通、成績評核基準等項目。
5. 實習機構與實習學生發生爭議時之協調及處理方式。
6. 學生實習期滿前終止之條件及程序。

學生實習期間於實習機構有從事學習訓練以外之勞務提供或工作事實者，所定產學合作書面契約依勞動基準法規定辦理。

五、實習輔導及訪視運作機制

- (一) 校外實習前，由本系主任、實習輔導老師召開實習行前說明會，向參與實習學生作行前輔導，針對實習規定實習場域作業安全相關事項及生活作息等注意事項詳細說明，俾讓實習學生瞭解遵循。
- (二) 校外實習期間，本系安排實習輔導教師定期訪視實習學生實習進度與成效，並與實習機構及實習學生維持密切聯繫，協調解決實習機構與實習學生各項問題，若實習機構有不適切、實習學生有不適應之情事，應輔導實習學生轉換實習機構。

六、實習不適應轉介機制及爭議協商

(一) 實習不適應

如學生實習時遇不適應事件，由實習輔導老師或導師進行輔導，並紀錄輔導過程包含學生不適應原因、行為敘述、輔導策略與建議、後續實習規劃等，經實習委員會議討論並追蹤後續事宜，必要時得轉介校內學輔中心由專業人員協助輔導。若學生透過輔導後仍無法繼續實習，欲轉換實習機構或終止實習時，經實習委員會議審議通過後，得協助學生轉換實習機構或終止實習。

(二) 爭議協商

學生若與實習機構產生爭議，得向實習輔導老師即時反映，由實習輔導老師與實習機構共同商議爭議改善方案，如未獲改善，可向實習委員會或依「國立臺北護理健康大學學生實習申訴處理辦法」提出申訴。

七、緊急事故處理機制

學生若於實習過程中發生緊急意外事故或職災之情事，由學生、其他同學或機構輔導老師即時向學校實習輔導老師通報狀況，後續由雙方共同協助處理，並將處理情形通報學校實習業務單位存查，並掌握學生情形，協助學生請領保險理賠。

八、學生實習成績考核方式

校外實習期間，實習學生應遵守實習機構與本系之相關規定，並撰寫實習報告；學生校外實習成績由實習機構與本系輔導教師共同評核。其評核方式主要為確認實習的成效，包括實習報告之改善績效、內容完整性及學生實際參與實習作業之時數及勤惰等。

九、學生出缺勤、督導與管理方式

實習請假手續依實習機構規定辦理，未依規定辦理請假手續視為曠職，依情況酌情扣分。若學生因個人重大因素(重病/生產/重大事故傷害等)無法繼續參與實習，應於該學期結束前提出終止實習。該學期實習時數未達總時數2/3以上，該學期實習時數不予列計。

十、學生實習成績評核配比

學生實習成績分為三大部分：

1. 實習機構工作表現及出勤之考核成績，占比30%
2. 實習月誌(10%)、期中報告(10%)、期末報告/成果報告(10%)、實習計畫評核(10%)，占比40%
3. 本系實習輔導教師訪視考核成績，占比30%。

上述成績第一項由實習機構負責考核，第二項及第三項由實習輔導教師負責考核。

十一、實習成效評核與檢討

於實習課程結束後，本系依下列內容進行學生實習成效評核：

- (一) 實習學生對實習課程/實習機構滿意度成效。
- (二) 校外實習機構對實習課程/實習學生滿意度成效。

十二、有關校外實習課程訪視及輔導實施方式，另訂定相關細則辦理。

十三、未盡事宜之處理

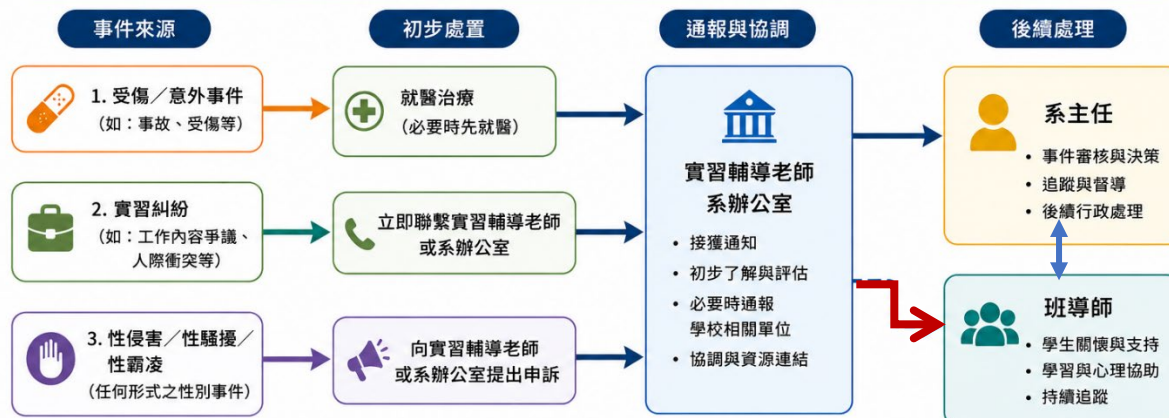
本要點若有未盡事宜，依政府法令及本校相關規定辦理。

十四、實施與修訂

本要點經系、院、校學生校外實習委員會通過後實施，修正時亦同。

緊急危機處理流程圖

學生在校外實習期間可能遭遇各種狀況或疑慮，如實習期間與實習單位發生糾紛，抑或是於實習期間發生意外、實習不適應。為確保學生的實習權益，除了提供實習學生反應及因應的管道之外，系上及實習輔導老師接獲通知後，也將盡速通報學校所設之專責單位，作為學生實習期間因應突發狀況之諮詢管道，以適時提供學生協助及後續處理。



注意事項

- 1 學生應即時通報，勿延誤處理時效，以保障自身權益。
- 2 學校與系上將依相關法規及保密原則處理，尊重個人隱私。
- 3 如涉及法律責任，學校將提供必要之諮詢與轉介服務。
- 4 如需緊急協助，請撥打校安中心專線：**02-28214744**（24 小時）。

相關資源

- 學務處生活輔導組
- 性別平等教育委員會
- 校安中心（校安中心專線：02-28214744）
- 心理諮商輔導中心

114/08/29 修正(114/08/26 會議通過)

國立臺北護理健康大學 休閒產業與健康促進系

實習月誌

實習機構：	日期： 年 月 日 至 年 月 日
實習學生：	服務部門/職務：
學習實習內容	
特殊事件說明	
心得感想	

備註：特殊事件請敘述客訴、危機、緊急事件或任何其他個人認定之特殊事件。

系助理簽名：_____ 實習輔導老師簽名：_____ 系主任簽名：_____

國立臺北護理健康大學 休閒產業與健康促進系

(封面範例)

個人期中實習報告

姓名：

班級：

學號：

實習機構：

中華民國 年 月 日

撰寫注意事項

- 一、 學生應於十一月或四月的第一週繳交期中實習報告，並上傳至 iClass。
- 二、 實習報告若未達 60 分者，應重新撰寫，並以一次為限。
- 三、 實習報告格式規範以 A4 為主，字型大小：大標題 16 點字、小標題 14 點字、內文 12 點字；邊界：上下 2.54cm，左右 3.17cm；行高：單行間距。
- 四、 實習報告字數須達 3000 字以上，包括封面、目次、內容，內容應包含以下三大部分：
 - (一) 實習機構介紹：實習機構簡介、業務市場、組織體系等
 - (二) 實習工作內容：
 - 1. 工作內容
 - 2. 機構作業流程或規定
 - 3. 心得與反思，包含與系上課程學習的連結與收穫
 - (三) 附錄 (附件或補充資料；另請附上實習照片至少兩張)

國立臺北護理健康大學 休閒產業與健康促進系

(封面範例)

個人期末實習報告

姓名：

班級：

學號：

實習機構：

中華民國 年 月 日

撰寫注意事項

- 一、 學生應於一月的第一週繳交期末實習報告，並上傳至 iClass。
- 二、 實習報告若未達 60 分者，應重新撰寫，並以一次為限。
- 三、 實習報告格式規範以 A4 為主，字型大小：大標題 16 點字、小標題 14 點字、內文 12 點字；邊界：上下 2.54cm，左右 3.17cm；行高：單行間距。
- 四、 實習報告字數須達 3000 字以上，包括封面、目次、內容，內容應包含以下二大部分：
 - (一) 個人心得與建議
 - 1. 實習機構之優缺點
 - 2. 實習經驗與心得
 - 3. 建議（含實習機構方面、學校方面）
 - (二) 附錄（附件或補充資料；另請附上實習照片至少兩張）

國立臺北護理健康大學 休閒產業與健康促進系

小組實習成果報告 (主題名稱)

學 生：

班級/學號/姓名

班級/學號/姓名

班級/學號/姓名

班級/學號/姓名

指導老師：

中華民國 年 月

成果報告撰寫注意事項

- 一、 本系將於期末擇一天舉辦期末實習成果發表會，學生須返校參加，詳細內容將另行公告。
- 二、 每組 4-5 人為原則，並尋找一位實習輔導老師為指導老師，針對實習性質尋找一項主題來分享。
- 三、 繳交完整小組實習成果報告電子檔(須達 3000 字以上)，及準備發表會約 10 分鐘報告的 PPT，並上傳至 iClass。
- 四、 實習報告格式規範以 A4 為主，字型大小：大標題 16 點字、小標題 14 點字、內文 12 點字；邊界：上下 2.54cm，左右 3.17cm；行高：單行間距。
- 五、 實習成果報告包括封面、目次、內容，內容應包含以下六大部分：
 - (一) 緒論
 - (二) 實習工作現況描述及特性
 - (三) 實習中可能衍生的問題
 - (四) 解決方案：1. 勞方及資方觀點 2. 建議學校改善方向 3. 其他
 - (五) 結論
 - (六) 附錄 (附件或補充資料)

114/08/29 修正(114/08/26 會議通過)

國立臺北護理健康大學 休閒產業與健康促進系

學生校外實習學習計畫表

基本資料			
學生姓名		學號	
實習機構		部門及職稱	
實習學期	____學年度____學期	實習期間	自 年 月 日起至 年 月 日止
實習輔導老師		機構輔導老師	
實習學習目標	(依觀光休閒健康產業實習/進階實習之課程目標調整) 範例：		
實習輔導老師輔導規劃			
1. 因應教育部校外實習課程規定，本系制訂「學生校外實習學習計畫表」，初稿於「職場倫理與溝通」課程完成，實習期間請實習輔導老師協助學生原則上於第四週前完成修正，以作為實習輔導的檢核依據，並請機構輔導老師、實習輔導老師及學生本人簽名或核章後繳交至系辦公室。 2. 每學期輔導至少實地訪視兩次，如有更換實習機構應視實際情況增加輔導與訪視次數。 3. 訪視完成後，請填寫並繳交「校外實習輔導老師訪視紀錄表」及「校外實習機構評估表」。			
實習成效考核與回饋			
實習成效評核項目與權重	1. 實習輔導老師訪視輔導及返校出席考核(30%)。 2. 實習月誌(10%)、個人期中實習報告(10%)、個人期末實習報告/小組實習成果報告(10%)、核心能力實習評核(10%)，共計40%。 3. 實習表現及出勤之考核成績 (由實習單位於期末提供，30%)。		

實習回饋方式	上學期 1. 學生應每月繳交實習月誌。 2. 期中與期末繳交個人期中/期末實習心得報告。 3. 配合系上規劃返校分享實習心得及填寫實習相關問卷。 下學期 1. 學生應每月繳交月誌。 2. 期中與期末繳交個人實習報告/小組實習成果報告。 3. 配合系上規劃返校出席實習成果發表會及填寫實習相關問卷。
--------	--

實習進度計畫							
期間	課程主題			實習具體項目			
第 <u>一</u> 週至 第 <u>四</u> 週 (建議四週為一單位)	(範例)餐飲外場實務操作			(條列式說明) 1.認識工作職掌 2.員工教育訓練 3.收拾與整理餐桌。 4.填寫工作表單。 5.了解顧客的需求，並即時給予協助。 6.參與公司各項訓練。			
第 <u>一</u> 週至 第 <u>四</u> 週							
第 <u>五</u> 週至 第 <u>八</u> 週							
第 <u>九</u> 週至 第 <u>十二</u> 週 請自行增加							
系核心能力占比(總分 100%)							
	休閒遊憩 規劃能力	健康促 進服務 能力	休閒旅遊 健康危機 處理能力	休閒旅遊科 技應用能力	休閒健康知 能與國際接 軌能力	關懷社會與 專業倫理能 力	自主學習能力
學習 占比	____%	____%	____%	____%	____%	____%	____%
實習 評核	____%	____%	____%	____%	____%	____%	____%
總達成率： _____ % (學生及輔導老師共同評核)							

機構提供實習指導與資源

●機構提供實習學生的整體培訓規劃

- ◎基礎認知 ☐ 產業知識 ☐ 企業文化 ☐ 職業安全衛生 ☐ 其他：_____
- ◎實務訓練 ☐ 產品知識 ☐ 實務技能問題 ☐ 服務技能 ☐ 實務問題分析 ☐ 庶務管理
☐ 溝通協調 ☐ 其他：

●機構提供資源及設備投入情形

- ☐ 職前訓練 ☐ 專人指導 ☐ 設備教學 ☐ 其他：_____

請根據上述勾選項目，條列式說明培訓與資源投入內容：

機構輔導老師實習課程規劃

●機構輔導老師提供的指導內容：

- ☐ 表單撰寫 ☐ 服務技能 ☐ 設備操作 ☐ 系統操作(如酒店管理訊息系統、票務系統等)
☐ 協調溝通 ☐ 採購或備貨 ☐ 其他(請說明)：_____

●機構輔導老師提供的輔導方式：

- ☐ 口述解說 ☐ 操作示範 ☐ 案例研討 ☐ 其他：_____

機構輔導老師：

實習輔導老師：

實習學生：