

長榮大學
綠能與環境資源學系

學生校外實習
【實習手冊】



中華民國 113 年 12 月

December, 2024

目錄

前言	3
實習時程規劃表	4
長榮大學安全衛生科學學院綠能與環境資源學系校外實習規定 錯誤! 尚未定義書籤。	
常見實習問題	5
附件一、長榮大學綠能與環境資源學系職場實習課程申請表.... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件二、長榮大學能與環境資源學系校外實習學生簡歷表..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件三、長榮大學能與環境資源學系校外實習切結書..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件四、長榮大學能與環境資源學系學生校外實習家長同意切結書 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件五、長榮大學能與環境資源學系校外實習報到確認單..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件六、學生實習爭議協商處理流程..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件七、長榮大學學生轉換實習機構與終止校外實習申請表.... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件八、長榮大學學生校外實習課程異常事件紀錄表..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件九、長榮大學能與環境資源學系校外實習考核表..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件十、實習週誌及心得報告..... 錯誤! 尚未定義書籤。	
附件十一、長榮大學能與環境資源學系校外實習訪視紀錄表.. 錯誤! 尚未定義書籤。	4

前言

大學四年級有些同學會選擇職場實習課程，面對實習課程，你可能會想問自己是否要參與職場實習？而實習的宗旨又是什麼呢？

隨著勞動市場的劇烈變化，職涯發展的模式逐漸朝向多元化與彈性化，「就業力」已成為許多國家青年政策的核心議題。為提升本校學生的職場競爭力，本校積極推動學生與產業的接軌，鼓勵學生參與業界實務實習，將專業理論與實務相結合，藉此深化職場訓練，培育符合業界需求的專業人才。

實習課程的重要性，大致可以歸納為以下幾點。第一，同學有機會進入產業，了解與接觸實際職場的人事物；第二，運用學校所學專業知識技術，應用於實習活動課程中，了解自我學習的成效表現；第三，實習過程中更認識自我的能力表現與職場適應表現，釐清自己進入特定產業可能還需要那些準備。

為了讓同學在實習前，先認識各項實習規定與了解可能會遇到哪些實習常遭遇到的問題，以提早準備，因此，本學系製作實習手冊供同學閱覽，期待同學們在實習中可以收獲專業知能與專業認同，對於未來投入專業領域有所幫助。

長榮大學綠能與環境資源學系實習時程規劃表

時間 (月份)	工作項目/校內	工作項目/學生	表單	說明與注意事項
5-6月	實習機構評估		長榮大學校外實習機構評估表	實習機構須經學程學生實習委員會審查通過後方可公告
6-7月	公告實習廠商資料與廠商實習內容		公告通過審查之實習廠商	實習廠商資料表包含有廠商資料、實習內容與實習名額
7-8月		學生履歷撰寫	學生簡歷表	履歷請務必經由導師確認
9月 (開學第一週)		學生提出實習申請	長榮大綠能與環境資源學系實習課程申請表	自我檢核資料必要項須完成(或於實習之前完成) 1.修畢前六個學期規定學分數 2.第七學期規定之學分數足夠 3.英文畢業門檻 4.資訊能力畢業門檻
9月	學生實習資格審查(本系實習委員會就申請表進行審查，審查通過後才具有實習資格)			
10月		學生履歷繳交	學生簡歷表	電子檔與紙本都需繳交
10-11月	實習媒合分發	通過者，三方簽訂合約書、學生校外實習切結書及家長同意切結書	1.校外實習切結書 2.家長同意切結書 3.實習合約書	實習媒合包含廠商面試: 若未獲實習廠商通過時，得更換實習機構重新申請 **注意事項：參加廠商面試者，須依廠商規定時間報到
翌年 1月	1.辦理實習行前說明會 2.領取實習合約書	參與實習之學生均須出席	1.行前說明會簽到表 2.合約書領取簽到表	1.學生於實習前，須依學程規定時間聆聽「校外實習行前說明會」，除不可抗拒之原因，未參加說明會者不得參與實習 2.合約書須本人親自領取並簽名
翌年 2月		實習學生至實習單位報到	報到確認單	報到確認單須於完成報到後1週內寄回學程負責老師
翌年 1-5月	洽詢實習機構、調查學生需求		實習機構基本資料表	
翌年 4月	實習返校作談會	與學弟妹分享實習心得		1.須製作投影片進行報告，內容包含實習單位簡介、實習內容及實習心得 2.大三、大四學生需參與
翌年 3-5月	實習輔導訪視		校外實習輔導訪視紀錄表。	由實習輔導訪視老師及廠商指導老師填寫
翌年 6月	實習成績評核	1.繳交實習心得報告 2.實習成果發表	1.考核表 2.實習週誌 3.實習心得報告 4.報告投影片電子檔 5.海報電子檔	1.須製作投影片進行報告(內容包含:實習單位簡介、實習內容及心得) 2.海報 3.實習考核表:實習單位於實習結束前一週完成考核(由實習單位寄回或彌封後由學生帶回)

長榮大學安全衛生科學學院 綠能與環境資源學系校外實習規定

111年01月21日110學年度第3次系務會議通過

111年06月22日110學年度第4次院務會議通過

112年03月08日111學年度第二學期第1次系務會議修正通過

112年7月13日111學年度第5次院務會議修正通過

113年3月1日112學年度第9次系務會議修正通過

113年3月29日112學年度第10次系務會議修正通過

113年6月5-6日112學年度第5次院務會議修正通過

113年9月2日日113學年度第1次系務會議修正通過

113年9月5日113學年度第1次院務會議修正通過

113.10.04 113 第3次系務會議修正通過

113.12.05 113 第2次院務會議修正通過

114.01.10 113 第6次系務會議修正通過

- 一、長榮大學（以下簡稱本校）綠能與環境資源學系（以下簡稱本系）為使學生理論與實務相配合，增加實務經驗及學習良好工作態度，以培養學術及實務經驗兼備之人才，特訂定長榮大學綠能與環境資源學系校外實習規定（以下簡稱本規定）。
- 二、本系之校外實習為學期課程，上學期課程名稱為「產業實習」，下學期課程名稱為「職場實習」，為9學分之專業選修課程。
- 三、本規定所稱之實習單位包括產業界、政府單位、學術研究機構、民營檢驗單位等。
- 四、實習期間：上學期「產業實習」為16週或640小時以上、下學期「職場實習」為12週或480小時以上，實習期滿方可承認實習單位考核成績，並於實習期滿前撰寫一份實習報告，並於規定時間內繳回學校以作為課程成績評核之依據。逾期未繳交者以不及格計算。
- 五、由本系考核實習單位，並發函至各合格實習單位徵詢可提供之實習名額，統計後公告。
- 六、申請「產業實習」之學生須修畢前五個學期必修課程、申請「職場實習」之學生須修畢前六個學期必修課程及符合學校規範，始有資格提出實習申請。學生須依規定時間於校外實習課程前一學期填寫「實習課程申請表」及「學生個別實習計畫書」（附件一）及「簡歷表」（附件二），由本系系務會議依據學期成績、操行成績、缺曠、獎懲紀錄、導師推薦等條件，篩選符合資格學生製成名冊，交由職場實習單位遴選或面試。
- 七、選修實習課程之同學，經錄取公告確認後，均不得再更改或放棄；且皆需填寫「實習切結書」（附件三），以示負責。
- 八、學生於實習前，須依本系規定時間聆聽「校外實習行前說明會」，除不可抗拒之原因，未參加說明會者不得參與實習。
- 九、學生依規定時間繳交「校外實習家長同意書」（附件四），本系始能認可學生家長同意學生選修實習課程。

- 十、學生於實習期間應投保團體意外（傷害）保險，保險費不得低於勞保最低工資保險費。實習期間之膳宿旅費、雜費等，除實習機關另有規定者外，均由學生自行負擔。
- 十一、學生實習原則上為無給職，實習單位可依其單位規定核發薪資。
- 十二、學生需依指定日期前往實習單位報到，並於報到後一週內繳回「實習報到確認單」（附件五）。實習期間學生應遵守實習單位之政策、紀律與工作規則，接受實習單位主管與指導老師之督導，準時上、下班，不無故遲到早退。學生於實習期間因公、事、病請假，須依實習機構員工請假規則辦理。
- 十三、實習學生不得擅自解約及更換實習單位，否則該課程成績以不及格計算。如遇不可抗拒之因素，依長榮大學綠能與環境資源學系學生校外實習爭議處理流程(附件六)進行評估，若需要更換實習機構，則須填寫長榮大學綠能與環境資源學系學生轉換實習機構與終止校外實習申請表(附件七)，同時留存長榮大學綠能與環境資源學系學生校外實習課程異常事件紀錄表(附件八)，並經由本系依學校規定開會審議處理之。
- 十四、實習學生需依學系規定時間參與實習返校座談會與實習成果發表。
- 十五、實習成績滿分為100分，實習期間之操守、出勤、工作表現、工作態度以及書面報告均列入計分，其中實習期間工作表現由實習單位指導主管負責填寫學生「實習考核表」（附件九），評分占總成績50%；本系實習成果占總成績50%（含實習書面報告、實習週誌及實習成果報告）。實習書面報告格式如(附件十)，。若實習單位所給分數為不及格（少於60分），該課程成績則為不及格。
- 十六、如有未盡事宜經實習委員會討論後呈系務會議討論。
- 十七、本規定經本系系務會議、院務會議通過後開始實施，修正時亦同。

常見實習問題

1. 我實習時遇有特殊狀況(如生病)，要怎麼請假？
 - (1) 提前通知：若可預知情況，應提前告知單位主管及學校指導老師。
 - (2) 依實習單位規定請假：遵守單位的請假制度，提供病假證明或相關文件(如診斷證明書)。
 - (3) 保持聯絡：讓相關人員了解情況，避免影響實習進度。

2. 遇到颱風天，需要補時數嗎？

依實習單位規定，如果實習單位有特定規定，應遵從安排。

3. 實習時發生意外(像是車禍)，要怎麼辦？

若受傷，先尋求醫療協助。在通知相關人員（迅速聯絡實習單位、學校及家人說明情況）。此外，保留證據（保存相關醫療單據及意外報告，後續若需申請保險或處理責任，可作為依據）。

4. 萬一我無法適應實習單位，要怎麼辦？

與單位主管及學校實習指導老師討論問題根源，尋求建議與協助。

5. 在實習單位，他人對我有不尊重的行為或言論？
 - (1) 詳細記錄時間、地點及情況，為後續處理提供依據。
 - (2) 向單位主管或學校指導老師反映情況，必要時考慮學校或單位的申訴管道。

6. 我跟實習單位的主管相處不來，怎麼辦？

請其他同事或學校老師協助溝通，化解誤會。

7. 有那些行為不適合在實習單位出現？
 - (1) 遲到早退、隨意請假等不負責任的工作態度。
 - (2) 在工作時間使用手機進行與工作無關的活動。
 - (3) 散播八卦或參與辦公室政治。
 - (4) 無禮的行為或言語，特別是對同事或長官。
 - (5) 洩露公司機密或違反實習單位的規定。

8. 我不清楚要繳交那些實習作業與報告？
 - (1) 查閱學校或實習課程提供的指導手冊或文件。
 - (2) 參閱學程網頁與本手冊的附件資料。

9. 在實習前，我可以(需要)做那些準備？
- (1) 確認自己已符合可申請實習之要求。
 - (2) 熟悉實習單位背景：了解單位的業務範疇、企業文化及主要產品/服務。
 - (3) 培養相關技能：提升與實習工作相關的基本技能。
 - (4) 準備實習相關的必需文件：確認履歷表、實習申請表等資料齊全。
 - (5) 調整心態：保持學習心態，接受可能的挑戰與磨練。
 - (6) 了解規定：熟悉學校及實習單位對實習的相關規範與要求。
10. 為什麼要參加校外實習？
- 校外實習能幫助學生將理論與實務結合，提升職場適應能力與協助探索職涯發展，並能增加畢業後的就業機會，進一步提高職場競爭力。
11. 實習前應注意哪些事項？
- (1) 了解規定：研讀學校或系所的實習相關規定。
 - (2) 熟悉合約：清楚實習合約的內容，包括待遇、工作時間及保險。
 - (3) 確認輔導教師：與學校輔導教師聯繫，獲取聯絡方式。
 - (4) 制定計畫：與輔導教師討論實習計畫，提前蒐集相關資料。
 - (5) 參加說明會：出席實習前的職前講習與相關活動。
 - (6) 考量實習條件：檢查交通便利性、安全性，提早準備住宿與交通安排。
 - (7) 準備文件：備妥個人報到資料及體檢等事項。
12. 實習學生的權利與義務
- (1) 準時完成實習，對所擔任職務負責。
 - (2) 維護校譽，服從合作機構指導，認真學習。
 - (3) 遵守考勤規定，請假須按流程報備。
 - (4) 定期繳交實習報告並與輔導教師保持聯繫。
 - (5) 遇到不合理要求應立即向學校反映。
 - (6) 不得洩漏公司機密。
13. 校外實習與打工的差異？
- 校外實習是學校正式課程，旨在為學生職涯發展設計，並由合作機構提供指導；而一般打工則缺乏這類專業安排與規劃。
14. 若實習期間遭受不合理對待，該怎麼處理？
- 如遇加班、不合理休息安排、欠薪等問題，應立即向實習指導教師反映具體情況，由學校協助處理或協商。若問題無法解決，可在學校協助下轉換實習機構。

15. 如果薪水與合約不符，該怎麼辦？
- (1) 檢查實習合約，確認薪資內容是否正確。
 - (2) 向合作機構及業界輔導教師反映情況，同時通知學校輔導教師。
 - (3) 若無法解決，學校將協助與機構協商，保障學生權益。
16. 實習途中或工作時發生意外，該怎麼辦？
- (1) **申請保險理賠**：留存就診證明與收據，提供給學校或合作機構處理。
 - (2) **意外險與勞保**：如投保實習意外險或勞保，分別向學校或機構協助申請賠償。
17. 實習期間被要求簽署其他契約怎麼辦？
- 學生不應立即簽署，需確認契約內容並向學校實習承辦單位或輔導教師諮詢後再決定。
18. 實習學生是否可以投保勞保？
- 若與合作機構存在僱傭關係並支領薪資，依勞工保險條例規定，實習學生應參加勞保。若為無薪水之學習，則合作單位應提供團保。
19. 其他應注意事項
- (1) **求職安全**：在尋找實習或工作的同時，注意求職安全，並蒐集相關產業資訊，提前了解實習內容與環境是否符合勞動法規。
 - (2) **審閱契約**：如訂有書面契約，務必仔細閱讀，確認契約內容是否公平合理，以保障自身權益。
 - (3) **參考資源**：關於職場權益的更多資訊，可參考以下連結：
RICH 職場體驗網 - 職場權益篇
[HTTPS://RICH.YDA.GOV.TW/RICH/#/ARTICLE/GRID/170928165306](https://rich.yda.gov.tw/rich/#/article/grid/170928165306)
勞動部 - 工讀生權益
[HTTPS://WWW.MOL.GOV.TW/1607/28162/28166/28240/](https://www.mol.gov.tw/1607/28162/28166/28240/)
台灣就業通 - 工讀生勞動權益與義務
[HTTPS://JOB.TAIWANJOBS.GOV.TW/INTERNET/SPECIAL2/STUDENT_NEW/DOCDETAIL.ASPX?UK=372&DOCID=91](https://job.taiwanjobs.gov.tw/internet/special2/student_new/docdetail.aspx?uk=372&docid=91)

長榮大學綠能與環境資源學系

實習課程申請表

申請學年		申請日期	
班級		學號	
姓名		聯絡電話	
實習意願	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，我無意參與該學年的實習課程。我瞭解勾選此選項即代表本人放棄該學年實習資格，本人不得於此表繳交後，以任何理由再向系上提出該學年的實習申請。		
自我檢核資料	已修畢前五個學期規定之學分數 (已完成必修及模組學分規定)	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	
	第六學期規定之學分數足夠 (已完成必修及模組學分規定)	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	
	英文畢業門檻	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，何時完成：	
	資訊力	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，何時完成：	
實習機構志願排序			
志願序	機構名稱	機構部門	實習地點
範例	工研院	P200	新竹
1			
2			
3			

以上志願，未獲錄取

- 系上協助與尚有名額之實習機構媒合
放棄實習

申請人簽名(須有日期)：

核定實習機構(系辦填寫)：

長榮大學綠能與環境資源學系 學生個別實習計畫書

基本資料			
學系 / 班級		姓名	
學號		實習課程	課程名稱 / 學分數
實習指導老師			
實習類型	<input type="checkbox"/> 寒假 <input type="checkbox"/> 暑假 <input type="checkbox"/> 單一學期 <input type="checkbox"/> 學期期間 <input type="checkbox"/> 全學年		
預估實習總時數		實習期間	(民國) 年 月 日至 年 月 日
實習機構 / 部門		工作職稱	實習生
實習地址			
實習計畫 (實習計畫為初擬定，主要依機構實際實習內容為主)			
實習動機	學習更多在學校沒有探索過的領域知識，了解如何操作業界系統，並能夠藉由這次實習機會提早熟悉職場環境，了解自己不足的地方，在真正進入職場前，做足一切準備。		
實習目標	建立在職場上應有的責任感與工作態度，並將自己應負的任務做到最好，將在學校所學應用於實習的工作上，提升自我，能夠位實習公司盡自己的一份心力。		
實習期待	期許自己能夠學習危機處理及實務經驗，增強自己的抗壓性，能夠在面對所學知識與實際上有所落差時保持積極、不怕挫敗的學習精神，針對自己的缺點與不足加以改進		
月份(日期)	工作項目	實習內容	預估時數
實習課程成效 回饋方式(可複選)	<input type="checkbox"/> 校外實習成果報告 <input type="checkbox"/> 校外實習成果展 <input type="checkbox"/> 校外實習心得分享座談會 <input type="checkbox"/> 學生校外實習自我評量暨機構滿意度問卷調查 <input type="checkbox"/> 企業實習成效暨學生實習成績評量 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
學生簽章	實習機構主管	實習指導老師	系(學程)主任

備註：1.同學填寫完送請實習機構主管簽章後，繳交實習指導老師審閱，並經系主任用印後由學生所屬學系/實習指導老師存查。

2.學生實習計畫應填寫完整實習期間，除實習合約簽約一年者實習計畫得上下學期合併繳交乙次外，其餘以學期繳交為原則。

長榮大學綠能與環境資源學系

校外實習學生簡歷表

姓名		出生日期	年 月 日	照片
就讀科系		年級		
聯絡電話	手機：		電話：	
Email				
居住通訊處				
證照				
緊急聯絡人姓名			關係	
緊急連絡人電話	手機：		電話：	
自傳				
對實習的 期待				
其他				

長榮大學綠能與環境資源學系

校外實習切結書

本人 _____（系所：綠能與環境資源學系 年級：____
學號：_____），參與長榮大學綠能與環境資源學系
專業實習課程，前往 _____ 進行校外實
習，本人諒解此項實習係由實習單位提供實習機會，非屬勞資聘雇
關係，且本人願意負擔安全保險費用（勞保、意外險或團保等）。
實習期間願保證遵守校方及實習單位之規定與備註事項，並注意自
身安全，並於實習結束前一週繳交實習週誌與實習心得報告，如有
違反規定事宜，願自行承擔一切後果。

此致

長榮大學

立書人： _____（簽名）

身分證字號： _____

出生年月日： _____

戶籍地址： _____

聯絡電話／行動電話： _____

備註：

1. 請於規定時間內前往實習公司（單位）報到，實習期間必須謹守實習公司（單位）規定。
2. 實習期間及結束後，嚴守實習公司（單位）商業機密，違者需負法律責任。

長榮大學綠能與環境資源學系

學生校外實習家長同意切結書

本人同意子女 _____(學號：_____)

自____年____月____日起至____年____月____日止，前往由長榮大學綠能與環境資源學系所核定之實習機構，進行校外實習課程。本人子女實習期間願配合督導及遵守各項實習規章，並服從學校指導教師及實習單位指導人員之教導。如有違規事件，願接受校規及相關法規之處理，本人絕無異議。

此致

長榮大學

學生： (簽名)

家長： (簽名)

戶籍地址：

聯絡電話：

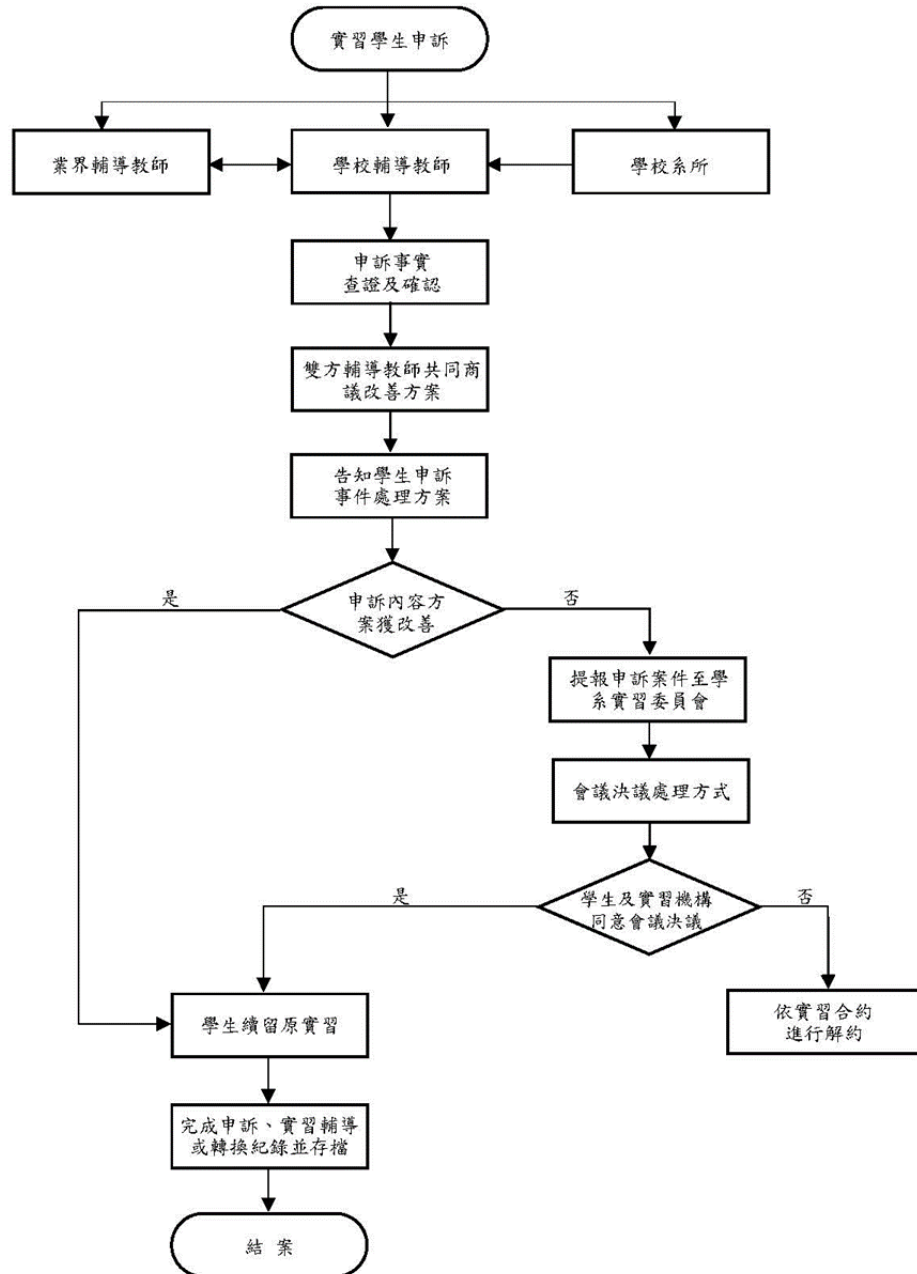
長榮大學綠能與環境資源學系

校外實習報到確認單

實習機構		部門	
實習地點			
學生姓名		學號	
報到日期			
實習機構 主管姓名			
實習機構 主管職稱			
實習機構主管 聯絡電話			
實習機構主管 簽章			
備註			
<p>說明： 本校學生於實習報到後兩週內，請實習簽章確認，郵寄或親送至長榮大學綠能與環境資源學系。 收件地址：71101 臺南市歸仁區長大路 1 號 綠能與環境資源學系 黃昱淳 小姐收</p>			

附件六

學生實習爭議協商處理流程



長榮大學學生轉換實習機構與終止校外實習申請表

申請日期： 年 月 日

編號：_____

申請項目	<input type="checkbox"/> 轉換實習機構 <input type="checkbox"/> 終止實習		
系 所		班 級	
姓 名		學 號	
原實習機構		離職日期	
新申請實習機構		擬報到日	
轉換實習機構 或終止校外實習 原因	學生簽名：_____		
輔導老師輔導意 見及建議處理方 式 (檢討與評估)	輔導意見： <input type="checkbox"/> 留任原機構： <input type="checkbox"/> 原部門 <input type="checkbox"/> 轉調其他部門 <input type="checkbox"/> 轉換實習機構：新實習機構名稱：_____		
系級校外實習 委員會審議	<input type="checkbox"/> 終止實習 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
備 註	本案經____年____月____日____學年度第____次系級校外實習委員會審查 審查結果： <input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過		
	1. 轉換實習機構與終止校外實習若為學生個人因素，視情節簽報懲處。 2. 缺曠達四週或終止校外實習，不予核計實習成績。 3. 學生轉換實習機構時，須確認新實習機構同意並經輔導老師審核通過後，方可至原實習機構離職。		
輔導老師(簽章)	系所主任(簽章)		

長榮大學 學生校外實習課程異常事件紀錄表

學系 / 班級		實習課程		
姓名		學號		
實習機構		實習職務		
事件發生日期 _____年___月___日		事件類別	<input type="checkbox"/> 性別平等爭議 <input type="checkbox"/> 薪資/工時爭議 <input type="checkbox"/> 實習適應不良 <input type="checkbox"/> 意外事故 <input type="checkbox"/> 境外實習緊急事故 <input type="checkbox"/> 其他_____	
填表日期 _____年___月___日				
異常事件事由	學生			
	實習機構			
	學校實習輔導老師			
輔導處理經過及結果				
後續追蹤記事				
填表人	學校實習輔導老師	系所單位主管	會辦單位 (如無免會)	學院院長
<p>※本紀錄表用印後，正本請於系（所）留存。</p> <p>※若異常事件類別有關「性別平等爭議」者，請會辦「性別平等委員會」。</p> <p>※若異常事件類別有關「意外事故」者，請會辦「校安中心」。</p>				

長榮大學綠能與環境資源學系
校外實習考核表

實習機構：			
實習部門：			
學生姓名：			
專業能力		學習態度	
工作能力	(0-10分)	出勤情況	(0-10分)
工作效率	(0-10分)	積極主動性	(0-10分)
創造性	(0-10分)	溝通能力	(0-10分)
執行能力	(0-10分)	負責態度	(0-10分)
邏輯思考	(0-10分)	配合度	(0-10分)
整體評分			
整體評語			
請假	病假： 天 時	事假： 天 時	
	公假： 天 時	曠職： 天 時	
實習單位指導人員：	部門：	職稱：	
實習機構主管簽章：	部門：	職稱：	

本考核表請彌封後寄回：

71101 臺南市歸仁區長大路1號 長榮大學 綠能與環境資源學系 黃昱淳 收

實習週誌 及心得報告

實習單位：

實習部門：

學 號：

姓 名：

實習期間：自 年 月 日至 年 月 日止

長榮大學綠能與環境資源學系

學生校外實習工作日誌

日期/工作時間	當週時數	工作內容
____年__月__日 至 ____年__月__日		
____年__月__日 至 ____年__月__日		
____年__月__日 至 ____年__月__日		
____年__月__日 至 ____年__月__日		
____年__月__日 至 ____年__月__日		

- 1、以月為單位，記錄每週工作項目，包含實習工作內容、扮演之角色、如何克服困難或挫折、愉快或不愉快的實習經驗、提昇工作效率之策略等。
- 2、實習期滿後，應將所有撰寫之工作日誌彙整成冊，在規定期限內連同實習報告(含電子檔)一併繳交至學系辦公室。
- 3、本表格若不敷使用請自行增加。

附件十

實習心得與感想：

○○○學年度第○學期

長榮大學安全衛生科學學院

綠能與環境資源學系

學生實習書面報告

系級：

學號：

姓名：

目錄

- 一、 實習單位簡介
- 二、 實習內容
- 三、 實習心得
- 四、 實習檢討與建議

.....

長榮大學學生校外實習訪視紀錄表

系/所/學程		實習生姓名	
實習單位		實習部門	
訪視時間	年____月____日	訪視方式	實習期間至少實地訪視1次
實習情形 及 工作表現	1. 實習生在工作崗位上，專業技能的學習狀況。	□5 □4 □3 □2 □1	
	2. 實習生對工作的整體滿意度。	□5 □4 □3 □2 □1	
	3. 實習生在工作崗位上之出勤狀況。	□5 □4 □3 □2 □1	
	4. 實習生與同部門同事之間之互動情況。	□5 □4 □3 □2 □1	
	5. 實習生與主管之間之互動情況。	□5 □4 □3 □2 □1	
	6. 實習生與客戶或不同部門同事之間的互動情況。	□5 □4 □3 □2 □1	
	7. 其他事項：		
實習生 生活現況	1. 實習生對生活現況的滿意程度。	□5 □4 □3 □2 □1	
	2. 不滿意事項：		
實習機構 現況	1. 實習機構提供給實習生的實習環境。	□5 □4 □3 □2 □1	
	2. 實習機構對於實習生的實習訓練與輔導。	□5 □4 □3 □2 □1	
	3. 實習機構協助推動實習相關事宜的配合程度。	□5 □4 □3 □2 □1	
	4. 實習機構承辦人員的交談、溝通及互動的態度。	□5 □4 □3 □2 □1	
	5. 實習機構提供之工作內容與簽約內容、所學的符合程度。	□5 □4 □3 □2 □1	
	6. 實習機構分配實習工作之適當程度。	□5 □4 □3 □2 □1	
	7. 實習機構建議事項：		
	8. 綜合評語：		

5：非常滿意 4：滿意 3：可 2：不滿意 1：非常不滿意

實習訪視 照片	照片黏貼處 (請任課教師與同學一同入鏡)
指導老師：	(簽章)
	系所主管：
	(核章)

說明：

1. 每次訪視或訪談後，均應詳實填寫實習訪視紀錄表，以備實習輔導及課程改進等參考及行政單位查核。
2. 表單如不敷使用，請自行增列相關欄位。