

輔仁大學運動休閒管理學士學位學程

「產業實習」實習辦法(112學年度入學生適用)

一、實習期間：一年級寒假起至四年級上學期結束為止。

二、課程目標：本課程是針對運動休閒管理學士學位學程四年級學生所設計的，目的在提供學生與相關專業機構接觸與學習實務之機會。其主要的目標如下：

- (一) 提供學生將課堂所學之理論與技術應用於實際工作之機會。
- (二) 協助學生培養未來進入社會所需的基本專業技能，包括了解溝通能力的重要、學習承受壓力、在期限之內完成任務以及熟悉專業人員應對進退方式等。
- (三) 讓學生了解相關機構在提供服務或執行某項計畫時可運用的資源網路。
- (四) 協助學生在運動、休閒、管理及相關領域建立專業的認同感。
- (五) 提供實習機構觀察與評估未來可能的聘雇人才，並藉由新人、新血、新點子的加入，拓展原有的專業服務工作。

三、實習內容

(一) 實習時間

本課程的實習安排於一年級寒假起至四年級上學期為止，實習期間應依實習機構之作息規定，**總實習時數不得少於200小時(以上)**。若未來有意出國進修運動、休閒管理領域的同學，則需注意國外學校、機構所需之實習時數，以斟酌延長實習時間。

(二) 實習機構的選擇

- 實習機構的選擇主要分為三大方向：

- 1、學生自行尋找的實習機構。
- 2、海外相關運動、休閒機構。
- 3、系上提供的實習機構。

- 學生在自行尋找實習機構時，應先考慮以下原則：

- 1、實習機構能符合課程目標，能學得企業組織的經營技能。
- 2、實習機構至少有一名能力、經驗適當的工作人員，能客觀公正地評量學生在機構的表現，於實習期間與學程(系)上保持聯繫，並於實習結束時填寫實習督導評鑑表。
- 3、學生正式決定自尋實習機構之前，應先自行影印**學生自尋機構資料表(如附件一-1)**，將實習機構之規模、型態及實習單位、實習內容等資料填妥，徵得任課老師簽名**同意後**，始得做為實習機構。並於一周內繳交實習計

畫書、**合約書** (如**附件一-2**、**附件一-3**) 給任課老師，才算完成專業實習登記手續。

- 4、**產業實習需簽定[運動休閒管理學士學位學程產業實習合約書]**，以保障三方之權益。**(附件一-3)**

PS：以任課老師簽註日期之後才開始計算實習時數，不得先行實習補簽實習登記。

(三) 海外相關運動、休閒機構之實習

有意到海外實習的同學，須事先提出申請，經任課教師及學程主任裁示通過辦理。

(四) 學程(系)提供的實習機構

學程(系)於每學期初公告經與本學程已簽約合作之校內、外運動休閒機構、單位、場所，經報名面試合格後經任課老師簽名開始累計時數，並規定完成相關手續。

四、實習相關報告與評量

(一) 學生自尋實習機構資料表(附件一-1)

登記手續：學生正式決定自尋實習機構之前，應先徵得任課老師同意，再自行撰寫/影印「自尋實習機構資料表」，將欲實習機構之規模、型態及欲實習單位、實習內容等詳細資料...等填妥；將實習計畫書繳回給任課老師/助教，才算完成專業實習登記手續。

自尋實習機構資料表內容必須包括：(附件一-1)

- 1、實習機構基本資料、經營型態、運動休閒種類、服務型態、規模...等。
- 2、在此實習機構中所要實習之職稱、工作職責、實習內容...等。

(二) 實習計畫書(附件一-2、附件一-3)

學生於進入實習機構後(包括校內實習單位)，**一周內**必須與實習機構之督導人員進行了解未來實習內容，自行擬出一份實習計畫書、**合約書**。

實習計畫書內容必須包括：(附件一-2)

- 1、請說明選此機構之「原因」、「目的」及「實習項目」。
- 2、實習目標設定：根據個人在機構中的觀察所得，擬定實習期間希望達到的目標，計畫要學習之項目、技巧、能力...等(可分數階段，或註明大概之時間分配)，並說明它如何協助個人專業成長。
- 3、實習項目：請依實際狀況，在與實習機構督導討論過後，擬合適的實習項目，實習項目應儘可能詳細。

4、**合約書(附件一-3)**：產業實習需簽定**[運動休閒管理學士學位學程產業實習合約書]**，以保障三方之權益。

5、繳交時間：實習計劃書務必於開始實習後一週內繳交給負責之助教，遲交不予接受。如有更改或增補之處，請於實習開始後兩週內補齊。

(三) 實習工作紀錄表 (表格詳見附件二)

- 1、學生於實習期間，每實習滿40小時應繳交一份實習工作紀錄表，總實習期間共應繳交五份實習工作紀錄表，每次至少1000字以上，請用電腦打字後列印繳交。
- 2、實習工作紀錄表上面必須註明期間、姓名、實習機構及督導姓名。實習工作紀錄表繳交如須郵寄者，請自行影印備份，以免遺失。
- 3、實習工作紀錄表內容分兩大部分，實習工作紀錄部分簡單扼要的說明此階段主要的工作內容；心得部分則記錄下此階段較有意義的事件、所學到的技術及技巧、實習所碰到的困難問題、心得感想等。
- 4、每次工作紀錄一定要在那段工作時間結束後一週內繳交任課老師或寄到助教之手上，遲交不予接受。

PS：報告須用電腦打字，否則不予接受。

(四) 督導評鑑 (如附件三-1,-2,-3)

實習期間學生不得任意缺席，如需請假應依實習機構請假規定辦理，並得經實習機構督導同意，且於事後補滿實習時數，及必須執行實習機構督導所指派的工作。實習結束後，實習機構之督導將依學生表現予以評分(附件三-3)，並附上工作時數表/時數證明(附件三-2)。

(五) 實習心得口頭報告

實習結束之後，學生必須於產業實習成果發表會上，以口頭或海報形式，發表實習之心得感想，並描述實習期間的經驗及實習機構的運作方式，作為個案討論與職場生涯之參考。

(六) 期末書面報告 (如附件四) (上學期)

學生須依任課老師規定，將實習經驗與心得，統整做成成果報告書面繳交 (內容可參考附件五之詳細說明)。

(七) 產業實習成果報告書 (如附件五、六、七) (下學期)

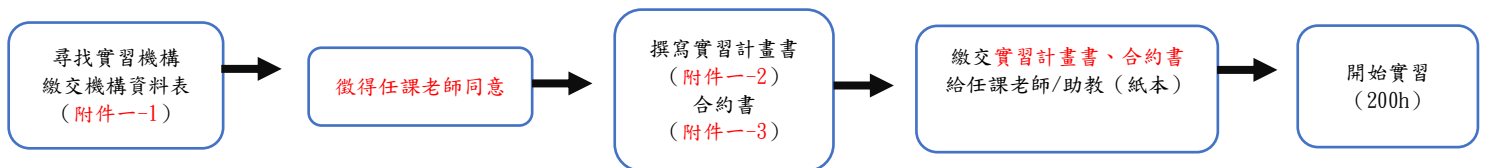
- 1、學生需於產業實習成果發表會發表後，學期末前完成產業實習成果報告書，彩色影印繳交至系上存檔。(相關排版順序及印刷注意事項於課堂說明)
- 2、成果報告書應包含書背、目錄、證照、產業實習檢核表(如附件五)、個人履歷表(如附件六)、服務時數統計表及心得(如附件七)。

五、 產業實習課程開課學期：四年級上、下學期 (4學分)。

實習機構資料表及計畫書(撰寫前提醒事項)

● 規則/內容說明：

1. 產業實習資料流程：



- 登記手續：學生正式決定自尋實習機構之前，應先徵得任課老師同意，在自行撰寫/影印「實習機構資料表」(附件一-1)，將欲實習機構之規模、型態及欲實習單位、實習內容等詳細資料填妥；將實習計畫書繳回給任課老師/助教，才算完成專業實習登記手續。
- 檔案下載：請務必至「系上官網-實習手冊專區」下載正確格式，格式不正確者，將退回重新補繳。
- 繳交時間：「實習計畫書、合約書」(附件一-2、附件一-3)務必於開始實習後一週內繳交給負責之任課老師/助教，遲交不予接受。
- 實習時數：繳交「實習計畫書」才開始計算時數(一週內給予計算)，未繳交者，不予計算。
- 學生於進入實習機構前後(包括校內實習單位)，必須與實習機構之督導人員進行了解未來實習內容，擬出一份機構計畫表及實習計畫書，內容包括以下幾點：
 - (1) 學生自尋實習機構資料表(附件一-1)(含：實習機構相關基本資料、機構規模、分類、經營型態、服務型態、職稱、實習內容…等)。
 - (2) 實習計畫書(附件一-2)，請說明選此機構之「原因」、「目的」及「實習項目」。
 - (3) 實習目標設定：根據個人在機構中的觀察所得，擬定實習期間希望達到的目標，計畫要學習之項目、技巧、能力…等(可分數階段，或註明大概之時間分配)，並說明它如何協助個人專業成長。
 - (4) 實習項目：請依實際狀況，在與實習機構督導討論過後，擬合適的實習項目，實習項目應儘可能詳細。

壹、學生自尋實習機構資料表					
班級		姓名		學號	
手機		地址			
機構督導		聯絡電話		機構統編	
機構名稱					
機構地址					
機構規模 (營業額、設備、員工數...)					
實習分類(勾選)	<input type="checkbox"/> 運動	<input type="checkbox"/> 休閒	<input type="checkbox"/> 管理	<input type="checkbox"/> 其他：_____	
運動/休閒/管理 實習型態 實習模式					
實習職稱				授課 老師 簽名	
實習內容					

貳、實習計劃書

一、請說明選此機構之原因、目的、實習項目（約 500-1000 字）

選此機構之原因、目的：

實習項目（條列式呈現）：

實習項目說明（詳細）：

二、實習目標

實習目標設定

計畫學習之能力：項目、技巧、能力…等
(可分數階段，或註明大概之時間分配)

個人專業成長說明

輔仁大學 運動休閒管理學士學位學程 產業實習合約書

一、甲、乙雙方組成實習輔導小組，由甲方實習輔導教師及乙方代表組成。

二、甲、乙雙方組成實習輔導小組，其任務如下：

- (一) 建立聯繫管道，以瞭解學生實習情況，增進實習單位與本系的合作關係。
- (二) 學生於實習期間，除接受實習輔導小組管理外，並遵守實習單位之規定、指導與監督。
- (三) 實習期間宜派專人負責指導與考核，藉以瞭解、輔導並改進實習課程之實施。
- (四) 負責監督學生實習與生活管理，如有重大問題，實習輔導小組得集會議定提前終止實習，並通知甲、乙雙方處理。

三、甲方之職責：

- (一) 由甲方辦理實習說明會，與乙方同意後分發實習學生。
- (二) 與乙方密切合作，規劃實習課程內容及實習相關事宜，監督與瞭解學生實習情形，並協助解決實習相關問題。
- (三) 輔導、考核實習學生，切實遵守乙方安排實習工作之相關規定。
- (四) 對於任何與乙方有關之實習文件及報告內容，甲方均應視為機密文件，絕不外洩。

四、乙方之職責：

- (一) 實習單位應安排專業實務工作，並指派專人指導，嚴格要求敬業精神與培訓專業實務技能，惟不使學生擔任危險性之工作。
- (二) 實習單位所安排之工作不得要求實習生協助從事違法行為。乙方如有違反，甲方得逕行終止本合約，甲方實習生與乙方勞動關係亦告終止。
- (三) 實習期間，若實習生有適應不良或異常狀況，應主動通知甲方；由甲乙雙方協商處理方式。如情況無法改善，必要時甲乙雙方得終止該學生之實習。
- (四) 實習期間，負責學生之訓練、指導、生活管理與實習成績之評定。
- (五) 指派一名有能力、經驗適當的工作人員，能客觀公正地評量學生在機構的表現，於實習期間與學程(系)上保持聯繫，並於實習結束時填寫實習督導評鑑表。
- (六) 實習學生實習期間，由乙方視實習狀況，得補助部份交通、誤餐費用、工讀金…等費用。
- (七) 保險：實習期間乙方須為實習學生就下列險種擇一投保：(1)僱主意外

責任險、(2)勞工保險、(3)大專校院校外實習學生團體保險。

五、本合約實習期間：

自民國_____年_____月_____日起至_____年_____月_____日止。

六、實習效益：

- (一)提供學生將課堂所學之理論與技術應用於實際工作之機會。
- (二)協助學生培養未來進入社會所需的基本專業技能，包括了解溝通能力的重要、學習承受壓力、在期限之內完成任務以及熟悉專業人員應對進退方式等。
- (三)讓學生了解相關機構在提供服務或執行某項計畫時可運用的資源網路。
- (四)協助學生在運動、休閒、管理及相關領域建立專業的認同感。
- (五)提供實習機構觀察與評估未來可能的聘雇人才，並藉由新人、新血、新點子的加入，拓展原有的專業服務工作。

七、本合約如有未盡事宜或變更事項，悉依甲方實習辦法辦理，由雙方協調修正之。

八、本合約自雙方簽約日起生效。

九、附則

- (一)本合約所有相關附件均視為本合約之一部分，具合約條款完全相同之效力，其他有關實習合作未盡事宜，甲乙雙方得視實際需要協議後，另訂之。
- (二)本合約書之準據法為中華民國民法、勞動基準法等相關法令，合約書未盡周詳之處，均以中華民國法令為準則。

十、合意管轄

- (一)關於本合約或因本合約引起之糾紛，甲乙雙方同意以誠信原則解決，如有訴訟之必要，雙方同意以臺灣新北市地方法院為第一審管轄法院。
- (二)本合約書正本一式兩份，甲、乙雙方各執乙份。

立約人

實習生：

系級：_____ 學號：_____ 姓名：_____ (簽章)

甲方：

合作機構：輔仁大學運動休閒管理學士學位學程

代表人：鄭翔尹

職 稱：實習指導教師

機構地址：新北市新莊區中正路 510 號



(簽章)

乙方：

合作機構：

統一編號：

代表人：

職 稱：

聯絡人：

機構地址：

(簽章)

中華民國 年 月 日

附件二

實習工作記錄表

指導老師：_____

繳交日期：_____

姓名：_____

班級：_____

實習機構：_____

學號：_____

實習職稱：_____

第_____次工作記錄

<p>工作 期 間</p>	<p>_____年_____月_____日起 _____年_____月_____日止</p> <p>共計_____小時</p>
<p>工 作 紀 錄</p>	
<p>心 得</p>	<p>(每份至少1000字)</p>

附件三-1

_____ :

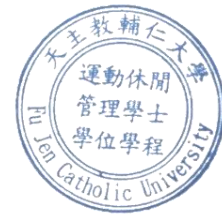
感謝 貴機構給予本學程(系)_____同學與相關機構接觸之機會，學生實習期間盼 貴機構能注意學生實習狀況並與本學程(系)保持聯繫，若有任何問題請隨時聯絡。

為配合本實習課程之設計，於學生實習結束時，煩請配合填寫督導評鑑表（如附件）。表格內之相關資料請您詳填，並於完成後寄回本學程(系)，若您委託學生拿回，為求公正，請您務必彌封。感謝您的合作與協助！

祝您

順利

平安



輔仁大學運動休閒管理學士學位學程 謹上

※聯絡方式

負責教師： 鄭翔尹 教師

地址：新北市新莊區中正路 510 號輔大運動休閒管理學士學位學程

電話：02-2905 -2850 (鄭翔尹 教師)

附件三-3

運動休閒管理學士學位學程產業實習評量表

實習單位：_____

學生姓名：_____

實習部門：_____

實習成績：_____分

是否有給薪：是 時薪_____元；否

請問 貴單位是否願意留任該學生？是 否

考核期間： 年 月 日至 年 月 日

實習總時數_____小時

說明：
 2分 — 不滿意
 4分 — 勉強
 6分 — 好
 8分 — 很好
 10分 — 優秀

評估項目	自我評估	主管評估	評估內容	考核項目	自我評估	主管評估	評估內容
工作品質			2：工作懶散，錯誤頻繁 4：經常犯錯，工作不細心 6：大體滿意，偶而有錯 8：均能保持正確清楚，有錯自行改正 10：工作一直保持超高水準	服從性			2：不完全接受指示，我行我素 4：時常會對主管的指示表示異議 6：大致上接受指示，偶而會有質疑 8：幾乎完全接受，願意實行 10：完全接受，不質疑且貫徹實行
學習能力			2：若非一再教導，無法吸收 4：學習緩慢，但通常能記得 6：學習速度尚可，也能牢記，偶而還需向主管請教 8：學習快速，記憶良好 10：超乎尋常的學習速度，且完全吸收	主動性			2：只能照章行事，需不斷監督 4：處理新事物容易出錯，經常需要監督 6：經常性工作無須指示，新事物需要監督 8：多數的場合流露機智，極少需監督，主動從事改進 10：一直是自立工作，自動額外增加工作
出勤			2：請假或遲到早退過多 4：經常請假或遲到早退 6：偶而請假或遲到早退，但均辦理請假手續 8：絕少，除非有必要且正當或不可避免之理由 10：從未請假或遲到早退	合作性			2：似乎無法和人合作 4：時常無法和人合作，表現不同意的態度，難以相處 6：大致上與人相處愉快，偶爾會有磨擦事情 8：相互合作愉快，願意接受新方法服務 10：與同事或主管密切合作，隨時準備接受新觀念，與人相處良好
儀容			2：經常未依規定儀表服飾穿著 4：需主管人員提示注意儀容 6：大致尚可，仍有小細節應加改進 8：均能依規定儀表服飾穿著 10：極佳	勤勉			2：有機會就偷懶，喜歡與人閒聊 4：時常忽略工作，不專心 6：通常能堅守其工作，偶爾會閒聊 8：大部分時間都能勤勉做事 10：一向受人信賴工作盡善盡美
工作知識			2：與工作有關知識大部份都不甚了解 4：某些工作方面如能增進些知識最好 6：對工作均相當程度的瞭解 8：充分瞭解全面工作情況 10：工作各方面均能掌握且極為有效確實執行	工作速度			2：工作緩慢，從未按時完成工作 4：工作能力低於平均水準 6：合乎要求，偶而超過 8：超出平均水準 10：速度超乎常人，質量比要求的多且好

評語：

督導簽章：_____

機構章：

當您完成此評鑑表後，請您將之放入信封內，封好並在封口簽上您的姓名，再請您直接將它寄回系上。如果您有任何問題歡迎您與下列老師聯絡！

<地址：24205 新北市新莊區中正路 510 號 輔仁大學運動休閒管理學士學位學程>

鄭翔尹 教師 02-2905-2850

實習期末報告大綱

系級：_____ 學號：_____ 姓名：_____

第壹章 實習動機與目的
第貳章 實習單位簡介
一、歷史沿革
二、規模
三、企業理念
四、組織架構
第參章、危機強弱分析
一、競爭者分析(SWOT、SO、ST、WO、WT)
二、競爭策略(成本領導、差異化、焦點集中)
第肆章、個人學習反思
一、團隊
二、目標
三、個人
第伍章、結論與建議

附件五

教育學院運動休閒管理學士學位學程
學年度第 屆產業實習檢核表

入學學制：(轉系/轉學生請加填原本學校/系所)		入學年度：		學號：	姓名：		
聯絡手機：		E-mail 信箱：					
實習內容		機構名稱	實習職位(內容)	實習期間	時數	產業實習評量表	業主回饋表
	1					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
辦理活動		活動名稱	擔任職位(工作內容)	活動期間	地點	產業實習評量表	業主回饋表
	1					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	3					<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
活動服務參與		活動名稱	參與身分	活動日期	地點	備註	
	1						
	2						
證照/認證		名稱		取得日期	地點/機構	備註	
	1						
	2						
	3						
爭取榮譽		比賽/活動名稱	名次	日期	比賽/活動規模	備註	
	1						
	2						

附件六

 個人履歷 (格式)

姓名	(中文)		請貼照片
	(英文)		
	出生年月日	民國 年 月 日	
	手機號碼		
E-mail			
通訊住址			
學歷	學校名稱	畢業科系/學程	修業起訖年月
			年 月至 年 月
			年 月至 年 月
工作經歷	單位/職稱		任職/卸職起訖年月
	/		年 月至 年 月
	/		年 月至 年 月
服務/其他經歷	1. XXX 2. OOO 3. XOX 4. OXO		
自我介紹 (約 250~300 字)		專長/技能 (建議條列式)	

服務學習與實務見習 服務反思單

學號：_____ 姓名：_____ 服務：_____

一、本項服務的對象及服務目的是？

二、在服務過程中令我印象深刻的事情？

三、我所服務的對象有無改變，請描述。

四、在整個過程中，我感到最困難的部分是什麼？又是如何解決？

五、在整個過程中，我最主要的貢獻是什麼？跟原本的工作設定一樣嗎？

六、在服務過程中，有什麼事情我覺得最滿意？

七、服務結束後我的感想是？跟原本的想像一樣嗎？

八、請描述整個過程中，我學習到的東西是？

九、如果滿分是100分，我會在這個活動為自己打幾分，為什麼？

服務學習與實務見習 活動反思單

學號：_____ 姓名：_____ 活動：_____

一、本次活動目的是？

二、在活動過程中令我印象深刻的事情？

三、參加活動後我的觀念改變是？請描述。

四、在整個過程中，我感到最困難的部分是什麼？又是如何解決？

五、在整個過程中，我最主要的貢獻是什麼？跟原本的工作設定一樣嗎？

六、在活動過程中，有什麼事情我覺得最滿意？

七、活動結束後我的感想是？跟原本的想像一樣嗎？

八、請描述整個過程中，我學習到的東西是？

九、如果滿分是100分，我會在這個活動為自己打幾分，為什麼？

附件三

服務學習與實務見習 服務/活動照片

學號：_____ 姓名：_____ 服務/活動：_____

照片描述

照片描述

照片描述