

嶺東科技大學 觀光與休閒管理系

學生校外實習型態申請表/切結書

申請日期： 年 月 日

一、基本資料				
班級		學號		姓名
連絡電話				
二、本系校外實習「學期型/學年型」說明				
<p>(一)學期型：大三總實習至少 5 個月且實習時數須達 720 小時，課程包含必修課程「校外實習 (3 學分)」、選修課程「觀光休閒實務實習(一) (3 學分)」及「觀光休閒產業實習(一) (3 學分)」，合計 9 學分。</p> <p>(二)學年型：大三下學期及大四上學期總實習至少 10 個月且實習時數須達 1,440 小時。課程包含必修課程「校外實習 (3 學分)」、選修課程「觀光休閒實務實習(一) (3 學分)」、「觀光休閒產業實習(一) (3 學分)」、「觀光休閒實務實習(二) (3 學分)」、「觀光休閒產業實習(二) (3 學分)」及「觀光休閒職場實習 (3 學分)」，合計 18 學分。</p> <p>註：選擇「學年型」校外實習之學生，大四「實務專題(一)」及「實務專題(二)」應配合校外實習輔導老師撰寫「企業個案經營管理分析」或「企業經營管理專案」。</p>				
三、選擇實習型態				
<input type="checkbox"/> 學期型實習 (至少 5 個月及時數須達 720 小時) <input type="checkbox"/> 學年型實習 (至少 10 個月及時數須達 1,440 小時)				
四、切結書				
<p>本人 就讀嶺東科技大學民生學院觀光與休閒管理系 年 班，茲同意安排前往與學校簽訂教育合作合約之國內外經營形象良好之國際飯店、餐廳、旅行社與觀光休閒企業等業者，進行 型校外實習課程，實習期間願意遵守實習課程之相關規定，如有違反之情事（如自行更換實習單位、未依規定確實實習…等），願接受校規與實習辦法之懲處，本人絕無異議。</p> <p>切 結 人： _____ <input style="width: 40px; height: 25px; border: 1px solid black;" type="text"/> (簽章)</p> <p>家 長： _____ <input style="width: 40px; height: 25px; border: 1px solid black;" type="text"/> (簽章)</p> <p style="text-align: center;">中 華 民 國 年 月 日</p>				
五、申請流程				
學生	班級導師	系承辦人	系主任	

學生校外實習意願調查表

填表日期： 年 月 日

班級		學號		姓名			
連絡電話		實習期間	<input type="checkbox"/> 學期型實習(至少 5 個月及時數 720 小時) <input type="checkbox"/> 學年型實習(至少 10 個月及時數 1,440 小時)				
選修實習領域 模組課程 ①請附上成績單。 ②可複選模組。	<input type="checkbox"/> 餐旅經營管理模組 <input type="checkbox"/> 旅行業經營管理模組 <input type="checkbox"/> 休閒遊憩管理模組						
	專業核心	學分	成績	專業選修	學分	成績	審查結果
	餐旅管理概論	3					
	服務業管理	3					
	旅行業管理概論	3					
	服務業管理	3					
	休閒遊憩概論	3					
	服務業管理	3					
申請的實習廠商 ①可填寫 2 家。	廠商名稱： _____ 廠商地址： _____ 希望的實習地點： 1. _____ 2. _____ 3. _____ 希望的實習部門： 1. _____ 2. _____ 3. _____ 職務/工作內容： 1. _____ 2. _____ 3. _____ 職務/工作薪資： 1. _____ 2. _____ 3. _____						
	廠商名稱： _____ 廠商地址： _____ 希望的實習地點： 1. _____ 2. _____ 3. _____ 希望的實習部門： 1. _____ 2. _____ 3. _____ 職務/工作內容： 1. _____ 2. _____ 3. _____ 職務/工作薪資： 1. _____ 2. _____ 3. _____						
特殊身心狀況 ①肌耐力程度(如:負擔重物、久站等)。 ②心理、情緒、人際關係狀況。	本欄與之後實習職務要求有關，請填寫清楚。						

日間部校外實習課程廠商需求調查表

填表日期： 年 月 日

實習期間	<input type="checkbox"/> 學期型實習 年 月 日至 年 月 日，(至少5個月及時數須達720小時) <input type="checkbox"/> 學年型實習 年 月 日至 年 月 日，(至少10個月及時數須達1,440小時)			
企業名稱			統一編號	
企業負責人			職稱	
實習聯絡人		職稱	電話	
傳真			E - m a i l	
聯絡人地址				
實習地址				
企業網址				
提供實習部門	職務/工作內容	提供實習人數	班別	薪資
提供宿舍或膳食	1.住宿： <input type="checkbox"/> 是。 <input type="checkbox"/> 否。		2.膳食： <input type="checkbox"/> 當班供餐。 <input type="checkbox"/> ___餐。	
	3.勞保： <input type="checkbox"/> 是。 <input type="checkbox"/> 否。		4.健保： <input type="checkbox"/> 是。 <input type="checkbox"/> 否。	
	5.團保： <input type="checkbox"/> 是。 <input type="checkbox"/> 否。		6.休假制度：	
額外提供				

校外實習家長同意具結書

附錄四

敝子弟 就讀 貴校觀光與休閒管理系 年 班，茲同意
自 年 月 日起至 年 月 日計 個月共 小時，
安排前往與學校簽訂教育合作合約之國內外經營形象良好之國際飯店、餐廳、
旅行社與觀光休閒企業等業者，進行 ^{學期} _{學年} 型校外實習課程，實習期間願意
遵守實習課程之相關規定，如有違反之情事（如自行更換實習單位、未依規定
確實實習…等），願接受校規與實習辦法之懲處，本人絕無異議。

此致

嶺東科技大學觀光與休閒管理系

家長姓名：

(簽章)

聯絡地址：

聯絡電話：

行動電話：

中華民國 年 月 日

校外實習確認單

填表日期： 年 月 日

班級		學號		姓名	
實習期間	<input type="checkbox"/> 學期型實習 年 月 日至 年 月 日，(至少 5 個月及時數 720 小時) <input type="checkbox"/> 學年型實習 年 月 日至 年 月 日，(至少 10 個月及時數 1440 小時)				
實習單位			實習部門		
單位地址					
連絡人 E-mail					
連絡人 電話			單位傳真		
開始實習 日期			預計結束實 習日期		
實習部門 主管簽章					
學生緊急聯絡人					
姓名					
關係					
電話					
行動電話					
住址					

備註：實習確認單請向實習單位報到後 7 日內，請實習部門主管簽章後，郵寄回系上，逾期不受理。

嶺東科技大學校外實習訪視輔導紀錄表

附錄六

壹、基本資料：

受訪學生		系級班別	
訪視輔導老師		訪視方式	
實習單位：			
受訪實習單位輔導員姓名：			
訪視日期：			

貳、學生實習概況

依據與學生訪談狀況給分		差 ← — — — — — → 佳				
		1	2	3	4	5
1	工作態度與積極度	<input type="checkbox"/>				
2	工作量合理性	<input type="checkbox"/>				
3	工作時間合理性	<input type="checkbox"/>				
4	工作內容熟悉程度	<input type="checkbox"/>				
5	工作出勤情形	<input type="checkbox"/>				
6	工作執行表現能力	<input type="checkbox"/>				
7	工作與同事相處情形	<input type="checkbox"/>				
8	工作與主管相處情形	<input type="checkbox"/>				
9	學習態度與精神	<input type="checkbox"/>				
10	對實習單位滿意度	<input type="checkbox"/>				

參、實習廠商對於實習學生安排與規劃

依據與實習單位主管訪談狀況給分		差 ← — — — — — → 佳				
		1	2	3	4	5
1	工作內容與簽約內容符合	<input type="checkbox"/>				
2	工作分配的適切性	<input type="checkbox"/>				
3	工作量合理	<input type="checkbox"/>				
4	工作中與主管相處良好	<input type="checkbox"/>				
5	工作中與同事相處良好	<input type="checkbox"/>				
6	安排職前或在職訓練	<input type="checkbox"/>				
7	工作環境注重安全衛生	<input type="checkbox"/>				
8	廠商整體評核建議： <input type="checkbox"/> 持續合作 <input type="checkbox"/> 列入改善名單 <input type="checkbox"/> 不再合作					

肆、綜合評語

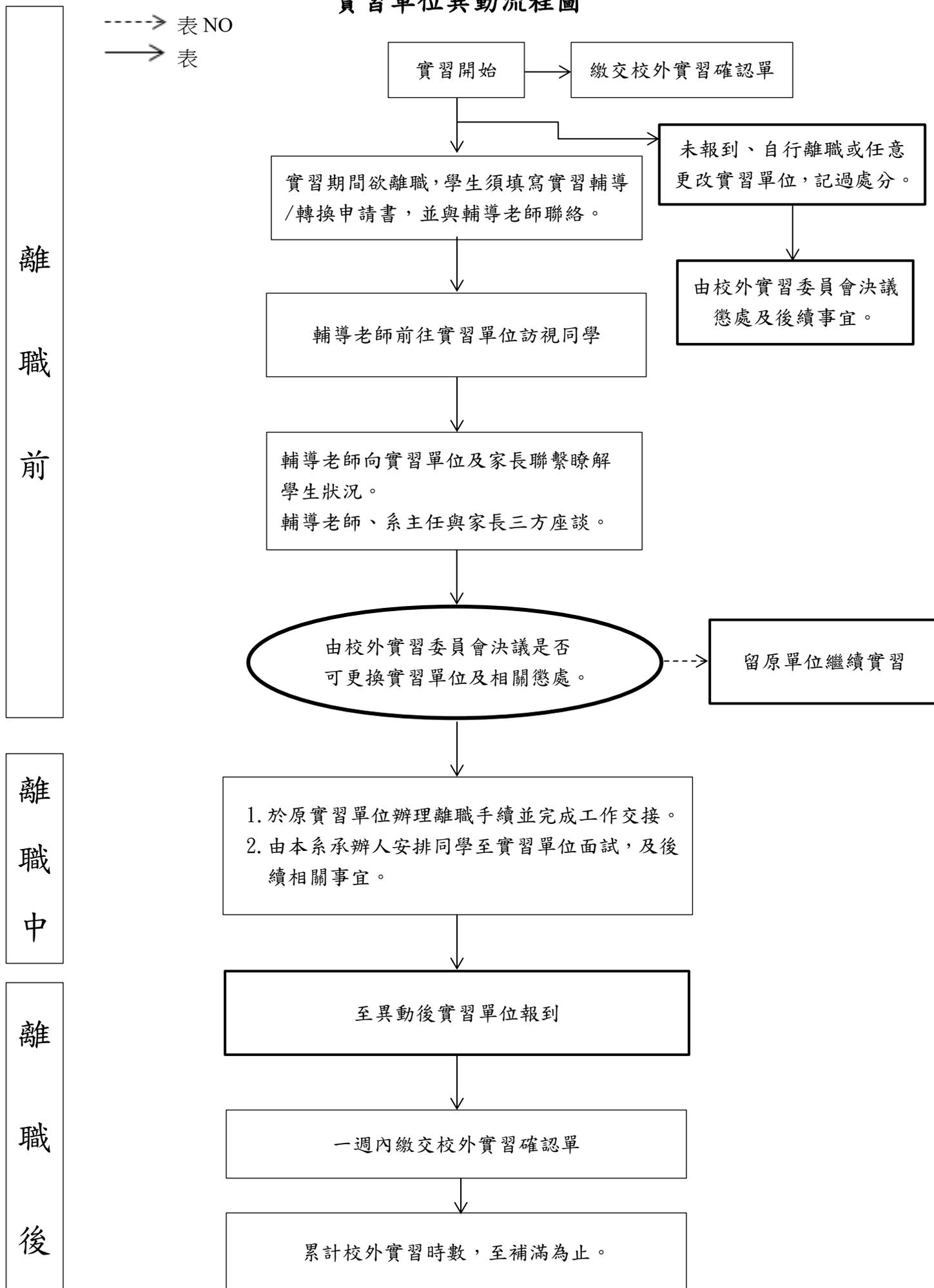
伍、訪視照片

訪視輔導老師_____

系主任_____

實習單位異動流程圖

-----> 表 NO
 ——> 表



校外實習輔導/轉換申請書

申請日期： 年 月 日

一、學生基本資料				
班級		學號		姓名
連絡電話				
二、輔導轉換說明				
1. 實習單位不可抗力因素引起之實習異動，由輔導老師瞭解狀況後，向本委員會提出學生異動申請。 2. 申請輔導轉換學生，由輔導老師瞭解狀況後，都需先與輔導老師、系主任及家長進行三方座談會。 3. 學生因職場環境引起身心不適而欲申請實習單位異動，須檢附教學級醫院之診斷證明。 4. 相關流程參閱「實習單位異動流程圖」。				
三、學生原實習廠商				
原實習單位			原實習部門	
原實習型態	<input type="checkbox"/> 學期型實習 <input type="checkbox"/> 學年型實習			
目前面臨問題：				
建議轉換型態及廠商：				
實習型態：1. <input type="checkbox"/> 學期型實習 2. <input type="checkbox"/> 學年型實習 <input type="checkbox"/> 3. 終止實習				
志願序：1. _____ 2. _____ 3. _____				
四、座談會議紀錄				
五、申請流程				
學生	學生家長	輔導老師	系承辦人	系主任
六、學生校外實習委員會審議結果				
<input type="checkbox"/> 經 年 月 日 學年度第 學期第 次學生校外實習委員會審議通過轉換。				
<input type="checkbox"/> 不同意轉換，原因：				

實習聲明書

學生 _____ (學號： _____)，
前因健康因素，經 _____ 醫院診斷為：
_____，

醫囑應 追蹤治療

在家休養

其它： _____

於 _____ 學年度第 _____ 學期，經觀光與休閒管理系同意：基於健康因素，自民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日起，停止校外實習，自主接受妥善治療與休養。

今本人已遵醫囑完成相關治療程序，身體與心理狀況皆恢復健康正常，足以參加校外實習課程，並願意承擔、配合實習單位的合理工作要求。謹簡具聲明書，請同意本人依規定重新參與課程，完成校外實習。此致

嶺東科技大學觀光與休閒管理系

立聲明書人：

見 證 人： _____ (關係： _____)

中華民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

參考文獻引用書寫格式

引自中華民國體育學會期刊編輯組

壹、內文引註格式

APA 採用姓名一年代的內文引註格式，而不使用文獻編號的書寫方式。

一、單一作者

格式：作者（出版年）
（作者，出版年）

二、兩位作者

格式：用在文句中：甲作者與乙作者（出版年）（註：中文用“與”，英文用“and”）
用在括號中：（甲作者、乙作者，出版年）（註：中文用“、”，英文用“&”）

三、三至五位作者

1. 第一次引用：寫出所有的作者姓名，加上年代。

格式：甲作者、乙作者、丙作者、丁作者與戊作者（出版年）指出
（甲作者、乙作者、丙作者、丁作者、戊作者，出版年）

2. 第二次引用於同一段落時：僅寫出第一位作者加上“等”字，但不加出版年代。

格式：甲作者等
範例：卓俊伶等
Herman 等

註：英文文獻也使用中文的“等”字，而不使用英文的“et al.”。

3. 再次引用於不同段落時：僅寫出第一位作者加上“等”字，並加上出版年代。

格式：甲作者等（出版年）
範例：卓俊伶等（1998）
Herman 等（1993）

四、六位或六位以上作者：僅寫出第一位作者加上“等”字。

格式：（甲作者等，出版年）
甲作者等（出版年）

五、同姓也同年代之作者

1. 同姓但不同名（不同作者）：以名字的縮字來區別。
2. 同姓也同名（同一作者）：在出版年後加 a、b、c 以示區別。

六、機構或團體為作者

1. 第一次引用

格式：（機構全名〔機構簡稱〕，出版年）
機構全名〔機構簡稱〕（出版年）

2. 第二次引用：

格式：（機構簡稱，出版年）
機構簡稱（出版年）

七、學校名稱為作者之文獻

格式：（學校全名，出版年）

八、同時引註兩個以上之文獻

1. 同作者但不同著作：依出版年代由早至晚排列，以逗號（，）分開。

格式：作者（較早出版年，較晚出版年）

2. 不同作者：依作者姓氏字母（A 到 Z）或筆劃（少至多）依序排列，以分號（；）分開。

格式：（乙作者，年代；甲作者，年代）

（A 作者，年代；B 作者，年代；C 作者，年代）

九、引註文獻中特殊的章節：在出版年後加頁碼或章別。

格式：（作者，出版年，頁碼）或（作者，出版年，章節）

十、電子網路資料

因電子網路文獻也都有作者及年代，故上面所提過的格式，都可以用來引註電子網路資料文獻。

貳、文末引用文獻格式

文末引用文獻 (References) 的書寫，APA 格式不採用文獻編號的方式排列，中文部分以作者之姓氏筆劃（由少至多）編排，英文部分以作者姓氏字母（由 A 到 Z）依序排列。同一文獻的文字行間不空行，但文獻與文獻之間必須空一行。在此列出的文獻必須都是在內文中引用到的，內文中沒有引用過的文獻不得在此列出。

一、期刊

格式：作者（出版年）。文章名稱。期刊名稱，卷（期），頁碼。或
作者（出版年）。文章名稱。期刊名稱，卷，頁碼。

二、一般書籍

格式：

作者（出版年）。書名。出版地：出版者。

作者（出版年）。書名（□□版）。出版城市，州別簡稱：出版者。

三、編輯的書籍

格式：

作者（出版年）。篇或章名。載於□□□（主編），書名（頁碼）。出版地：出版者。

四、機構或團體為作者之書籍

1. 機構和出版者不同時

格式：

作者機構全名（出版年）。書名。出版地：出版者。

2. 機構也是出版者時：以“作者”或“Author”二字取代出版者。

格式：

作者機構全名（出版年）。書名。出版地：作者。

五、翻譯書籍

格式：

翻譯者（譯）（譯本出版年）。譯本書名。譯本出版地：譯本出版者。（原作者，原著出版年）

六、學術研討會資料

1. 會議資料或報告書：若只以摘要出現，則須在論文名稱後加註〔摘要〕或[Abstract] 字樣
格式：

作者（出版年）。論文名稱。會議報告書名（頁碼）。出版地：出版者。

2. 海報發表：資料若只以摘要出現，則需在論文名稱後加註〔摘要〕或 [Abstract]字樣。

格式：

作者（出版年，月）。論文名稱〔摘要〕。會議名稱及發表方式，會議城市。

七、電子網路資料

1. 電子期刊：

(1) 電子版與紙本版並行之期刊：應註明電子版或 Electronic version 及頁碼

格式：

作者（出版年）。文章名稱〔電子版〕。期刊名稱，卷，頁碼。

(2) 電子資料已改變或與紙本版不同之期刊：應註明擷取日期，網址資料必須有 Uniform Resource Locator，簡稱 URL，並在投稿前測試網址之正確性。

格式：

作者（出版年）。文章名稱。期刊名稱，卷，頁碼。擷取日期，取自網址

(3) 僅有電子網路版之期刊：有日期應註明日期與編號，網址資料必須有 URL，並在投稿前測試網址之正確性。

格式：

作者（年，月日）。文章名稱。期刊名稱，卷，編號。擷取日期，取自網址

2. 非期刊網路資料（機構或學校單位）

格式：

作者（出版年）。內容名稱。擷取日期，主單位名稱，子單位名稱與網址。

3. 電子資料庫

格式：

作者（出版年）。文章名稱。期刊名稱，卷，頁碼。擷取日期，電子資料庫名稱。

八、審查中與印刷中之文獻

1. 已投稿但尚未被接受刊登之期刊論文：不需寫出投稿之期刊名稱。

格式：

作者（投稿年）。文章名稱。稿件審查中。

2. 印刷中的期刊論文：因尚未正式公開出版，不需寫出出版年及頁碼。

格式：

作者（印刷中）。文章名稱。期刊名稱。

九、學位論文

1. 未出版學位論文

格式：

作者（年代）。論文名稱。未出版博碩士論文，學校名稱，學校所在地。

2. 博碩士論文摘要登錄於國際博碩士論文摘要（DAI）或其他檢索系統且從學校獲得

格式：

作者（年代）。論文名稱。（博碩士論文，學校名稱，年代）。檢索系統名稱，編碼或卷，頁碼。

3. 博碩士論文摘要登錄於國際博碩士論文摘要（DAI）而從 UMI 或其他檢索系統獲得

格式：

作者（年代）。論文名稱。檢索系統名稱，卷，頁碼。（UMI 或其他檢索系統編號）

十、報紙

1. 沒有作者之報導

格式：

文章標題。（出版年，月日）。報紙名，版別或頁碼。

2. 有作者之報導

格式：作者（出版年，月日）。文章標題。報紙名，版別或頁碼。

Step 1：點選入口網站



Step 2：輸入學號與密碼



Step 3：點選「實習平台」



Step 4：點選「實習紀錄」



Step 5：點選「填寫實習紀錄」

學生實習紀錄/問卷

姓名	學號	實習廠商	實習地點	實習期間	
				2025/2/1 ~ 2026/1/31	填寫實習紀錄 填寫實習問卷
				1900/1/1 ~ 1900/1/1	填寫實習紀錄 填寫實習問卷

Step 6：輸入實習心得與上傳照片，按下儲存心得/上傳照片

實習期間 2025/2/1 ~ 2026/1/31

實習時數 1440

心得 實習心得報告撰寫提要 (一)實習期間生活概況。(二)實習期間工作概述。(三)對實習工作的體認與檢討。(四)實習期間最有心得的事項。(五)實習期間最感困難的事項。(六)建議事項。(七)改進意見。(八)結論。

最少輸入100個字

照片 圖片一：
請選擇圖片： 未選擇任何檔案
圖檔大小必須在 10KB ~ 5MB 之間。

圖片二：
請選擇圖片： 未選擇任何檔案
圖檔大小必須在 10KB ~ 5MB 之間。

Step 7：點選「填寫實習問卷」

學生實習紀錄/問卷

姓名	學號	實習廠商	實習地點	實習期間	
				2025/2/1 ~ 2026/1/31	填寫實習紀錄 填寫實習問卷
				1900/1/1 ~ 1900/1/1	填寫實習紀錄 填寫實習問卷

Step 8：開始填寫問卷（每題皆須填寫）填寫完後送，按下「送出問卷」

各位同學您好：

首先恭喜您完成本次實習課程，為了瞭解您在實習過程中的經歷、感受；同時，檢核實習廠商的環境、輔導、及管理制度。麻煩您依據此次實習的經驗填寫問卷題項，幫助學校進一步了解實習課程對您職涯發展的影響，並根據此一評核結果，以作為廠商後續合作的參考依據。感謝您撥空作答！

祝

平安順心

職涯發展處 實習輔導中心 敬上

基本資料

此次的實習，工作單位是否安排工作輪調 是 否

實習前是否已有相關產業的工作經驗 是 否

實習前是否已取得產業相關的證照？ 是 否

實習單位是否提供薪資或津貼 是 否

實習單位是否提供保險 是 否

此次實習，你主要執行的工作職務是？

此次實習，你的實習崗位取得途徑為？ 是 否

對於實習，你有無建議事項？ 是 否

實習輔導老師：

實習對學生專業能力與軟技能提升之影響量表

經過實習的歷練後，我覺得：

我對工作的態度有所改變。 完全不符合 部分不符合 有點不符合 無意見 有點符合 部分符合
 完全符合

我想轉換到其他產業工作。 完全不符合 部分不符合 有點不符合 無意見 有點符合 部分符合
 完全符合

我想在這個產業領域繼續進修升學。 完全不符合 部分不符合 有點不符合 無意見 有點符合 部分符合
 完全符合

我想轉換到其他產業科系進修升學。 完全不符合 部分不符合 有點不符合 無意見 有點符合 部分符合
 完全符合

送出

嶺東科技大學觀光與休閒管理系學生校外實習評量表

(實習機構實習輔導教師)

附錄十二

實習機構：					
實習部門：					
職稱：					
學生姓名：					
實習期間：自民國 年 月 日至民國 年 月 日					
評分項目			評分 (0分-10分)		
學習態度與精神					
環境熟識程度					
工作內容熟識程度					
積極態度					
工作執行能力					
人際關係					
團隊精神					
出勤情形					
儀容與禮節					
溝通技巧					
總分(滿分為 100 分)： _____ 分					
總評語：					
機構 輔導教師		學校 輔導教師		系主任	

嶺東科技大學觀光與休閒管理系學生校外實習評量表

(學校輔導教師)

附錄十二

實習機構：					
實習部門：					
職稱：					
學生姓名：					
實習期間：自民國 年 月 日至民國 年 月 日					
評分項目			評分 (0分-10分)		
學習態度與精神					
環境熟識程度					
工作內容熟識程度					
積極態度					
工作執行能力					
人際關係					
團隊精神					
出勤情形					
儀容與禮節					
溝通技巧					
總分(滿分為 100 分)：_____ 分					
總評語：					
機構 輔導教師		學校 輔導教師		系主任	

嶺東科技大學觀光與休閒管理系學生校外實習評量表

(實習成果)

附錄十二

實習機構：			
實習部門：			
職稱：			
學生姓名：			
實習期間：自民國 年 月 日至民國 年 月 日			
	評分項目	評分	
實習手冊	書面報告內容：包括學習感想及心得， <u>40%</u>		
	敘述方式：用字遣詞，文筆是否通暢， <u>10%</u>		
	切題/格式：撰寫以實習工作內容與環境為主，是否符合格式， <u>10%</u>		
	口頭報告：以公司別分組為原則製作簡報及組員輪流進行5分鐘之口頭期末報告， <u>40%</u>		
總分(滿分為100分)：_____ 分			
總評語：			
學校 輔導教師		系主任	

嶺東科技大學觀光與休閒管理系學生校外實習總成績

附錄十二

實習機構：			
實習部門：			
職稱：			
學生姓名：			
實習期間：自民國 年 月 日至民國 年 月 日			
實習機構 實習輔導教師	得分	比例	得分*比例
		<u>60</u> %	分
學校 輔導教師	得分	比例	得分*比例
		<u>20</u> %	分
實習成果	得分	比例	得分*比例
		<u>20</u> %	分
總 成 績			
學校 輔導教師		系主任	

學生校外實習時數統計表

實習學生姓名		班級	
學號			
實習起迄時間	年	月	日至 年 月 日
實習月份	時數小計	實習單位指導人簽名	
1 月	_____小時		
2 月	_____小時		
3 月	_____小時		
4 月	_____小時		
5 月	_____小時		
6 月	_____小時		
7 月	_____小時		
8 月	_____小時		
9 月	_____小時		
10 月	_____小時		
11 月	_____小時		
12 月	_____小時		
合計	_____小時		
實習單位蓋章			

(請蓋與合約名稱相同之印章)

備註：請學生於校外實習結束後，將此統計表寄至台中市南屯區
 (40852) 嶺東路 1 號，嶺東科技大學觀光與休閒管理系收，
 聯絡電話：04-23892088 分機 3532。