

國立嘉義大學體育與健康休閒學系

# 實習手冊

樂齡運動指導實習

體育與健康休閒產業實習



中華民國 113 年 1 月 編製

## 目錄

一、體育與健康休閒學系實習課程緣起 .....	1
二、實習課程規定 .....	2
三、校外實習表單及文件.....	3
四、校外實習 Q&A .....	5
五、勞基法、職業安全衛生、職場性騷擾法等相關網路資源觀看.	8
六、附件：實習各類表單及文件.....	9
附件 1 學生實習申請書 .....	9
附件 2 「校外實習」合約書 .....	10
附件 3 實習計畫書.....	13
附件 4 實習生上、下班簽到單 .....	14
附件 5 「校外實習」週報表 .....	15
附件 6 國立嘉義大學校外實習合作機構對實習課程暨實習學生 滿意度問卷調查表 .....	17
附件 7 國立嘉義大學學生校外實習課程問卷調查表 .....	19
附件 8 實習報告內文及格式 .....	21
附件 9 「校外實習」訪視紀錄表 .....	24
附件 10 「校外實習」成績考核表 .....	25

## 一、體育與健康休閒學系實習課程緣起

本校104學年度實施課程模組化，推動校外實習縮短學用落差，提早啟動產學連結，訂定校外實習實施辦法，本系因應課程模組同時配合學校實習政策，並重新規劃模組課程「樂齡運動指導學程」及「運動休閒管理學程」作為第二專長，分別提供「樂齡運動指導實習」及「體育健康休閒產業專業實習」等2門必選修課程。

實習之目的在於培育學生在課堂學習理論之外，提早接觸就業環境，運用自己過去所學知能，透過在實際場域中觀察學習、解決問題、與業界導師協帶指導的過程，來精煉知能並培養人脈資本，並為進入職場做準，亦能了解業界實務、應用所學並反思不足，接著利用後續在學時間補足並持續增進專業素養。學生透過實習，提早適應工作場域，建立應有的價值觀、素質、工作態度和行為，並在實習中鍛鍊自己的人際溝通、危機處理，建立實務能力與技巧。

## 二、實習課程規定

本系課程規劃「樂齡運動指導學程」及「運動休閒管理學程」2個學程，畢業前至少選修一個學程修讀，但「樂齡運動指導實習」及「體育健康休閒產業專業實習」等2門為各該學程必選修課程。

### (一) 實習課程學分

「樂齡運動指導實習」及「體育健康休閒產業專業實習」等2門實習課程為2學分。

### (二) 實習期間及時間

1. 學期期間實習，總實習時數不得低於40小時。
2. 申請寒暑假期間實習，總實習時數不得低於40小時。

### (三) 實習機構選擇

實習機構教師詢問後開出各單位實習名額或學生自行選擇，學生於開學二週內應向任課輔導教師提出實習機構申請，由任課輔導教師進行資格審查。

### 三、校外實習表單及文件

『樂齡運動指導實習、體育與健康休閒產業實習』課程表單及文件

如下：

#### (一) 實習前準備文件，繳交授課指導教師：

1. 學生實習申請書 1 份(附件 1 範本)，至校務行政系統同步完成校外實習線上申請作業。
  - (1) 實習課程名稱請填入「體育健康休閒產業專業實習」及「樂齡運動指導實習」，並勾選「審核單位：體育與健康休閒學系」。
  - (2) 【登入路徑：E 化校園→校務行政系統→實習見習登錄系統→校外實習申請】
2. 校外實習合約書一式 2 份(附件 2 範本)：同學拜訪實習單位，了解工作內容後，進行校外實習合約書簽約。
3. 實習計畫書(附件 3 範本)：同學撰寫實習期間工作內容計畫書或教師規定之文件。

#### (二) 實習期間文件

1. 實習生上下班簽到單(附件 4 範本)
2. 『校外實習週報表』(實習日誌)(附件 5 範本)

#### (三) 實習結束

1. 問卷調查：實習機構對實習學生滿意度問卷調查表(附件 6)、校外實習課程問卷調查表(附件 7)。
2. 實習成果經驗分享與反思。
3. 實習報告(附件 8 範本格式)：依教師規定內容及格式撰寫實習報告書。

#### (四) 教師/實習機構訪視及實習成績考核表

1. 校訂選修「專業校外實習」訪視紀錄表(附件 9 範本)：教師訪視時填寫訪視紀錄表。
2. 國立嘉義大學校訂選修「專業校外實習」成績考核表(附件 10 範本)：成績考核表依實質性質不同，教師可增訂其他評分表，期末由指導教師及實習機構共同評分，由教師至校務行政系統上傳成績。

以上相關文件資料：本系網站/學生表單下載/校外實習申請表及各類文件

<https://website.ncyu.edu.tw/dpe/Contents?nodeId=30188>

#### 四、校外實習 Q&A

Q1：為配合學校其他選修課程上課時間，可否安排於週六、日實習或寒暑假實習？

A1：皆可於一週七日內任何一天進行實習，且可申請寒暑假實習，但事先洽詢「樂齡運動指導實習」指導教師丁文琴、「體育健康休閒產業實習」指導教師倪瑛蓮，並依實際實習日期填寫週報表，依指導教師規定撰寫報告書。

Q2：實習期間可以請假嗎？

A2：依實習機構或學校之請假規定辦理。

Q3：若修習「樂齡運動指導實習」、「體育健康休閒產業實習」課程後，因故期中停修或學期成績不及格，是否會影響學期學分計算？

A3：(1)停修後仍需符合各年級每學期規定之應修最低學分數。

(2)依據本校學則第三十七條規定略以「各學系修讀學士學位學生學期學業成績不及格科目之學分數，連續兩次達該學期修習學分總數二分之一者，應令退學。僑生、外國學生、大陸學生、海外回國升學之蒙藏生、派外人員子女、原住民族籍學生及符合教育部規定條件之大學運動績優學生，連續兩次達該學期修習學分總數三分之二者，應令退學。如兩學期間休學者，視同不連續。修讀學士學位學生學期修習科目在九學分以下者，得不受前二項規定之限制。」

Q4：職場實習與打工有何區別？

A4：(1)職場實習係指學校針對學生未來就業、職涯發展所需技能，提供學生至職場從事相關工作實習，並請實習機構指派專人擔任業界輔導教師，參與實習課程規劃，與實習實務之指導。

(2)打工係指同學們進入適用「勞動基準法」的公民營事業單位從事工讀生的工作，其各項勞動條件，如工資、工作時間、休息、休假、請假及職業災害補償，悉依勞動基準法辦理。

(3)職場實習課程係為學校正式課程之一，因此與一般計時打工性質是不同的。

Q5：參與職場實習課程，實習機構會提供工資嗎？

A5：(1)不一定，需視實習機構情況而定。部分實習機構提供實習學生工資者（包括薪資、津貼及獎金等經常性給與均屬之），則同學與實習機構有僱傭及實習關係，亦適用勞動基準法之相關規範。若實習機構無提供實習學生工資，或僅以獎助學金及相關助學金方式提供，則同學與實習機構僅為實習關係（無僱傭關係），僅適用學校訂定之實習辦法及實習契約之規範。

(2)同學參加職場實習課程，該課程係屬學校正式課程之一，且為列入畢業學分之課程，課程規劃是以實務學習為原則。實習之目的並非為賺取工資，實習機構提供同學打工得不到的專業職場經驗，並也耗費心力給予實習學生培訓與輔導，而同學亦獲得經驗及學分，同學可於申請機構時視個人情形斟酌考量。

Q6：實習生可否投保勞保？

A6：(1)實習機構接受學校委託，提供在學學生實習場所，並評定其實習成績供學校參考，學生與實習機構之間既無僱傭關係，又無支領薪資之約定，依照勞工保險條例規定，應不得參加勞工保險。

(2)惟實習生與實習機構（投保單位）如有僱傭關係，並確有支領工資者可加保。

(3)在學學生皆已投保「學生團體平安保險」。體育與健康休閒學系亦會為參加本實習課之學生加保「大專校院校外實習學生團體保險」。

Q7：與上司、同事或顧客間有衝突，應如何處理？

A7：同學若和上司、同事或顧客間發生衝突，務必告知實習指導教師，以瞭解衝突起因，與機構人員溝通。

Q8：實習期間因適應不良、理念、家庭、健康等因素欲停止實習，應如何處理？

A8：若發生以上情況，務必告知實習指導教師和體育與健康休閒學系，以給予輔導與協調。

Q9：實習期間發生性騷擾，應如何處理？

A9：請同學立即告訴騷擾者停止行為，紀錄完整經過，如舉證時間、



地點、嘗試阻止與抗拒、感覺與影響、列舉目擊者及目擊者的反應，並告知實習指導教師或系所，由學校、實習機構依相關法律規定處理之。

Q10：申請學校『專業校外實習』是否可抵免本系「體育健康休閒產業專業實習」及「樂齡運動指導實習」等2門必選修課程。

A10:(1)「專業校外實習」與本系「體育健康休閒產業專業實習」實習內容大致相同可以抵免。

(2)「樂齡運動指導實習」為各種不同的樂齡教案課程設計，並實際至現場教學指導樂齡者上課，原則上不可以抵免。

Q11：申請學校『專業校外實習』(5學分、7學分、9學分)抵免本系本系「體育健康休閒產業專業實習」(2學分)，抵免後多餘的學分是否可當自由選修學分。

A11:因一門課程抵免一門課程，抵免後不可以當自由選修學分。

## 五、勞基法、職業安全衛生、職場性騷擾法等相關網路資源觀看

- ◆ 勞動部職業安全衛生署-職業安全衛生教育訓練影片專區

<https://www.osha.gov.tw/48110/48129/48141/>

- ◆ 職業安全衛生教育訓練暨電腦測驗資訊網

<https://trains.osha.gov.tw/>

- ◆ 全民勞教 e 網-學習園地「職業安全衛生」影片區

[https://labor-elearning.mol.gov.tw/co\\_course.php?tag=1&view=1&cgp=10000871](https://labor-elearning.mol.gov.tw/co_course.php?tag=1&view=1&cgp=10000871)

- ◆ 全民勞教 e 網-學習園地「性別工作平等」影片區

[https://labor-elearning.mol.gov.tw/co\\_course.php?tag=1&view=1&cgp=10000009](https://labor-elearning.mol.gov.tw/co_course.php?tag=1&view=1&cgp=10000009)

- ◆ 勞動部全球資訊網--常見問答

<https://www.mol.gov.tw/1607/28690/2282/>

- ◆ 勞動權益教育教材

- (1) 勞動部編製「職場高手秘笈」

[https://labor-elearning.mol.gov.tw/co\\_topic.php?topic=7&item=7](https://labor-elearning.mol.gov.tw/co_topic.php?topic=7&item=7)

- (2) 社團法人勞動視野協會編製「電資人生涯攻略」

[https://labor-elearning.mol.gov.tw/co\\_topic.php?topic=7&item=9](https://labor-elearning.mol.gov.tw/co_topic.php?topic=7&item=9)

- ▶ 本校專業校外實習資訊：教務處通識教育中心/校訂選修專業校

外實習專區/勞基法、職業安全衛生、職場性騷擾法等政策相關

網頁連結 <https://website.ncyu.edu.tw/gec>

六、附件：實習各類表單及文件

附件 1

\_\_\_\_學年度第\_\_\_\_學期

國立嘉義大學體育與健康休閒學系-學生校外實習申請書

一、指導教師資料：

指導教師姓名	所屬學院	所屬學系	實習課程
	師範學院	體育與健康休閒學系	<input type="checkbox"/> 樂齡運動指導實習 <input type="checkbox"/> 體育與健康休閒產業實習
電話		手機	
電子信箱			

二、參與學生及實習單位資料：

學生姓名		學制/學系	
學號		聯絡電話	
出生年月日		身分證字號	
保險受益人 <small>(若未指定則一律為法定代理人)</small>		電子信箱	
緊急聯絡人/關係		聯絡電話	
實習單位名稱			
實習單位地址			
負責人		聯絡電話	
實習日期			
學分/每週實習天數	<input type="checkbox"/> 2學分：每週實習時數4時，全學期共40小時(含)以上。 <input type="checkbox"/> 2學分：寒假實習40小時(含)以上。 <input type="checkbox"/> 2學分：暑假實習40小時(含)以上。		

備註：每位實習學生需單獨填寫，下列表格可自行複製使用，資料務必填寫完整。

## 附件 2

# 國立嘉義大學校訂選修「專業校外實習」合約書

國立嘉義大學（以下簡稱甲方）與\_\_\_\_\_（以下簡稱乙方）基於共同推動在學學生專業實習制度之共識，經雙方同意訂立本合約，遵循條款如下：

### 一、實習期間與實習名額：

(一)乙方提供甲方「校外實習--樂齡運動指導實習 體育與健康休閒產業實習」課程學生專業實習之機會。

(二)實習期間：自\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日起，至\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日止。

(三)實習人數：學生共計\_\_\_\_\_人，學生名單如下：\_\_\_\_\_。

(四)實習時數：每人每週至少\_\_\_\_\_小時，共計\_\_\_\_\_小時，實習內容規劃詳如實習課程大綱(如附表)。

### 二、實習環境：

(一)乙方應提供安全衛生之實習課程及場所，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職業安全衛生措施之規劃，並不得令實習生從事危險、違法之實習活動。

(二)甲方學生利用乙方所提供之場所實習，應遵守乙方管理規則，接受乙方人員之指導，並切實注意維護安全及業務上保密。

### 三、實習內容：

(一)乙方指示之工作內容為\_\_\_\_\_相關作業，實習性質應與學生在校所學專長領域相關為宜，並不得非法利用實習生留置到夜間加班、輪班，或從事無關專業能力表現之工作。

(二)甲方實習生至乙方所屬機構進行實習時，應遵守乙方工作職場規定，且接受乙方之安排與指導。

(三)乙方若有業務相關問題需由甲方協助時，甲方應推薦適當之教授、學者提供專業諮詢。

### 四、實習薪資(給付)及相關福利事項：請於僱傭關係或非僱傭關係擇一

(一)僱傭關係：乙方應依法支付甲方學生薪資，其有關薪資計算基準及其他相關福利項目如下：

1.薪資：每月給付\_\_\_\_\_元，不得低於當年度基本工資規定。乙方提供之工資應全額予學生，並以金融機構轉存方式直接匯入學生帳戶。乙方不得預扣甲方學生薪資作為違約金或賠償費用。

2.福利：

- (1)宿舍：無 免費提供 付費提供，每月 元。
- (2)伙食：無 免費提供 付費提供，每餐 元。
- (3)交通車/交通津貼：無 免費提供 付費提供，每月 元  
交通津貼，每月 元。
- (4)其他公司福利：

3.其他勞動權益：休息時間、休假、例假、休息日及請假等事項，應依勞動基準法、性別工作平等法及勞工請假規則等相關勞動法令之規定辦理。

4.保險及退休金：甲方學生於實習期間，乙方應依相關法規為甲方學生辦理勞工保險、勞工職業災害保險、就業保險、全民健康保險及提繳勞工退休金，並依規定支付保險費。甲方應為學生投保校外實習團體意外險，並支付保險費。

(二)非僱傭關係：乙方應依下列約定事項辦理：

1.實習給付：無 獎學金/實習津貼，每月\_\_\_\_\_元。乙方提供之實習給付應全額予學生，並以金融機構轉存方式直接匯入學生帳戶。

2.福利：

- (1)宿舍：無 免費提供 付費提供，每月 元。
- (2)伙食：無 免費提供 付費提供，每餐 元。
- (3)交通車/交通津貼：無 免費提供 付費提供，每月 元  
交通津貼，每月 元。
- (4)其他公司福利：

3.休息時間及請假規定：由甲乙雙方協議，依學生個別實習計畫安排及配合實習場域實務訓練所需，議定合理的休息時間及請假規定。

4.保險：甲方學生於實習期間，甲方應為學生投保校外實習團體意外險，並支付保險費。

五、實習輔導機制：

(一)本職學能輔導：乙方應與甲方合作，針對實習生本職學能規劃適合之實習內容，並指派輔導人員帶領實習及教育訓練，增進就業能力與經驗。

(二)生活及心理輔導：甲乙雙方應共同負責實習生實習期間之生活輔導與問題解惑。

六、實習生成效考核：

乙方應定期考核甲方實習生實習成效，於實習結束後提供實習生之實習表現相關資料，並共同參與評核實習成績；另同意協助甲方之實習指導老師定期或不定期前往乙方訪視了解實習學生之實習狀況。

七、爭議處理：

(一)甲方實習生於乙方實習期間，如有未按規定從事有損乙方聲譽或其他不適任情事等，經乙方知會甲方共同處理，視情況決定是否終止實習。

(二)實習訓練期間，如有發生實習糾紛或爭議之情事時，甲方得提請校內實習相關委員會召開會議仲裁，並請乙方推派代表與會；若由乙方內部機制進行處理時，亦須邀請甲方代表共同參與。

八、管轄暨補充規定：

本合約未盡事宜，經雙方同意後得以書面協議補充之，或依中華民國法律之相關規定辦理；如有爭執時，應以台灣嘉義地方法院為第一審管轄法院。

九、甲乙雙方之任何一方若欲終止本合約書時，得以書面告知對方，在另一方收到終止合約之日起一個月後自動終止本合約書。

十、本合約書正本一式二份，由甲乙雙方簽署後各執乙份為憑。

甲方：

學校名稱：國立嘉義大學

代表人：(校長)

地址：

系所：

聯絡人：

連絡電話：



乙方：

機關名稱：(實習機構全稱及單位)

代表人/職稱：(簽名或蓋章)

地址：

聯絡人：

連絡電話：



中華民國 年 月 日

## 附件 3

# 國立嘉義大學體育與健康休閒學系 體育與健康休閒產業實習

## 實習計畫書

### 一、實習單位基本資料

(一) 實習單位名稱：

(二) 實習單位地址：

(三) 實習單位電話：

(四) 單位指導員：

(五) 實習單位簡介：

### 二、實習目標

### 三、實習計畫內容

### 四、對實習單位、自己之期許

申請人： (簽名)

實習單位主管： (簽名)

授課教師： (簽名)

## 附件 4

### 國立嘉義大學體育與健康休閒學系 實習生上、下班簽到單

實習機構名稱： \_\_\_\_\_ 學生姓名： \_\_\_\_\_

年/月/日	星期	上班部門	上班時間	下班時間	當日時數	累計時數
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						
/ /						

備註：1.本表須確實填寫每次上、下班時間並簽名，不夠使用時，請自行影印。

2.實習完成後，全數繳交給實習指導老師供存檔備查使用。

實習生簽名： \_\_\_\_\_

主管簽名： \_\_\_\_\_

第 \_\_\_ 頁



附件 5

國立嘉義大學校訂選修「校外實習」週報表

樂齡運動指導實習      體育與健康休閒產業實習

姓 名	學 號	系科 年級
工作內容		
年 月 日 星期		
年 月 日 星期		
年 月 日 星期		

年 月 日 星期			
年 月 日 星期			
實習心得			
實習機關考 核人員核閱 評語簽章		本校開課教師核閱 評語簽章	

附註：1. 本表由學生按日填寫，於每週末送實習指導人員核閱。

2. 本表應與實習成績考核表於每學期期末考週結束前送交指導教師進行考核，完成課程成績登錄後，與實習成績考核表同時送交系辦備查。

3. 本表如篇幅不足時，可自行加頁。

## 附件 6

# 國立嘉義大學校外實習合作機構對實習課程 暨實習學生滿意度問卷調查表

業界先進 您好：

感謝貴公司提供本校學生實習機會，讓學子們能有學習與成長的經驗。為了解本校學生於貴公司之實習表現與貴公司對本校學生實習的滿意程度，並關心學生實習之狀況，藉由本問卷彙整各機構之意見，作為未來實習課程之安排與參考，您所填寫的資料僅進行整體分析，不涉及個別資料判別，絕不對外公開，敬請安心作答。

在此致上謝意！

敬祝 健康如意

國立嘉義大學 00 系 敬啟

中華民國 年 月

### 壹、基本資料

公司名稱：\_\_\_\_\_ 填表日期：\_\_\_\_\_

實習機構評核者：\_\_\_\_\_ 職稱：\_\_\_\_\_

實習生姓名：\_\_\_\_\_ 就讀系所：\_\_\_\_\_

實習生實習內容：\_\_\_\_\_

實習期間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日～\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

### 貳、對本校整體滿意度

題 項		非常不滿意	不滿意	尚可	滿意	非常滿意
一、對實習學生表現						
1.	溝通表達能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	持續學習能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	人際互動關係與同事相處情形	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	團隊合作能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	問題解決能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

題 項		非常不滿意	不滿意	尚可	滿意	非常滿意
6.	創新能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	工作責任及紀律	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	資訊科技應用能力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	實習學生的（基礎）專業能力符合期待	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	整體表現滿意度	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>二、對學系實習課程</b>						
11	對本系(所)實習課程之安排	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	對本系(所)實習制度的行政配套措施	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	對本系教師能主動安排拜訪機構，關心學生狀況。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	願意與本系繼續合作，繼續提供其他學生實習機會	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

參、其他意見分享：

---



---



---



---

謝謝您的填答，並預祝您健康如意。

## 附件 7

### 國立嘉義大學學生校外實習課程問卷調查表 (實習學生用)

同學您好：

本問卷為推動校外實習欲瞭解同學在參與校外實習課程後，對自我實務技能或是自我成長是否有所助益，並可提供學校在規劃校外實習課程時能更加完備。本問卷僅進行整體分析，請同學依本次實習經驗填答，您的寶貴意見將對未來的學弟妹們能更加順利進行實習。在此致上謝意！ 敬祝 身體健康，學業進步！

○○○○○○系(所) 敬啟

#### 壹、基本資料

- 一、 班級： \_\_\_\_\_ 姓名： \_\_\_\_\_ 學號： \_\_\_\_\_
- 二、 課程名稱： \_\_\_\_\_ 學分： \_\_\_\_\_ 必修 選修
- 三、 開課學年度： 上學期 下學期
- 四、 實習課程類別/時間： 寒暑期實習 學期實習 學年實習 海外實習
- 五、 實習機構： \_\_\_\_\_
- 六、 實習地點： \_\_\_\_\_

#### 貳、實習滿意度調查

題 項	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
<b>一、對實習課程的滿意度調查</b>					
1. 實習前系所提供完善的實習資訊或諮詢管道。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 實習前我已瞭解實習契約內容的權利義務。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 對於系所輔導教師的聯繫、訪視與指導感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 對於系所的行政支援感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 系所安排之產業實務實習課程的學習時數足夠。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 實習內容與我在校所學是有關聯的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 學校所學的專業技能有助於實習工作的運用	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>二、對實習機構的滿意度調查</b>					
8. 實習機構安排的職務與合約工作內容一致。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 實習機構提供我專業且安全的實習環境。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

題 項		非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
10.	我被分配到的實際工作份量與難度是合理的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	實習機構有專人協助指導實習上遇到的困難。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>三、校外實習成效</b>						
12.	我能夠將學校所學的知識，應用於實習機構現場。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	實習課程有助於我吸收新知及拓展視野。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	實習課程有提升我獨立思考及解決問題的能力。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	實習課程有助於培養我獨立自主、負責的精神。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	實習課程有助於我建立良好的人際關係。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	實習課程有助於我培養團隊合作精神。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	實習課程對我的專業知識有實質幫助。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	實習課程有助於我了解業界的的需求。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	實習課程有助於我對職場工作態度的瞭解。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	實習課程對畢業後尋找工作有所幫助。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	實習課程對我的未來職涯規劃有幫助。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	未來實習機構如有意聘用我，我會有意願前往任職。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.	對於實習機構整體的滿意度如何。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.	整體而言，校外實習課程對我的學習是有幫助的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 叁、校外實習建議：

---



---



---



---

謝謝您的填答，並預祝您學業順利！

## 附件 8

# 國立嘉義大學體育與健康休閒學系 體育與健康休閒產業實習

## 實習報告

### 實習報告撰寫格式

**用紙**：報告內容請使用白色 A4 紙印出，橫書打字。

**封面**：“實習報告封面統一格式樣本”，請使用統一格式做為封面，裝訂成冊，否則不予計分。請用“水藍色紙”裝訂為封面。

**字體**：標楷體，字體大小 14。

**格式**：行距->固定行高；行高->22。

**版面設定**：上、下、右側為 2.54cm，左側為 3.17cm。

**使用軟體**：Word

實習報告封面統一格式樣本：版面設定上、下、右邊為 2.54cm；左邊為 3.17cm

# 國立嘉義大學體育與健康休閒學系

## 實習報告

班 級：                      學 號：                      繳交日期：

姓 名：

指導老師：

實習單位：

實習期間：自民國 \_\_\_\_年\_\_月\_\_日至\_\_年\_\_月\_\_日



## 一、基本資料：(範例)

實習機構	**運動中心**部門
地址	
電話	
直屬主管	**副理(經理)
訓練人員	**先生(領班)
實習動機	選擇該實習機構的因素等(扼要說明)

## 二、實習單位簡介 (1000 字)

例如：企業文化、組織、部門、產品、形象.....等。

## 三、實習工作業務說明 (1500 字)

受訓內容、作業流程（實習單位作業流程概述）及工作內容（詳述本身工作內容。如：工作準備、服務流程.....等。）。(1500 字)

## 四、本人擔任工作角色說明與檢討

平時工作項目？如果能重來一遍，個人會如何讓實習更見成效等相關實習工作反思。(1000 字)

## 五、建議事項 (1000 字)

例如：對實習單位、未來實習同學的心態、本系實習制度等建議。

## 六、參考資料

附件一：實習生上、下班簽到單

附件二：實習週報表

附件三：工作服勤照片至少 6 張

## 附件 9

### 國立嘉義大學體育與健康休閒學系選修「校外實習」訪視紀錄表

樂齡運動指導實習      體育與健康休閒產業實習

學期中      寒假      暑假

訪視單位：	訪視地址：
業界督導人員：	聯絡方式：
受訪視學生：	
訪視時間：      年      月      日 星期      上(下)午      時      分	
學生實習情形：	
學生實習照片	學生實習照片
建議與改善：	
受訪視學生簽名：	
業界督導人員簽名：	訪視老師簽名：

## 附件 10

### 國立嘉義大學體育與健康休閒學系選修「校外實習」成績考核表

樂齡運動指導實習      體育與健康休閒產業實習

填表日期：      年      月      日

實習學生	學生姓名		系 所		學 號	
	聯絡電話		電 子 信 箱			
	聯絡地址					
	戶籍地址					
	家長姓名		聯 絡 電 話			
實習機構	機構名稱					
	機構地址					
	負責人姓名		聯 絡 電 話			
	聯絡人姓名		職 稱			
	辦公室電話		行 動 電 話			
實習期限		自    年    月    日 起 至    年    月    日 止 共    天				
項 目	配 分	分 數		總 分		
出勤情形	20%					
實習態度	20%					
實習成效	40%					
實習報告	20%					
實習成績總評	<input type="checkbox"/> 及格 <input type="checkbox"/> 不及格					
實習機關 考核人員評語						
實習機關主管簽章		開課教師簽章		系所主管簽章		

1. 實習成績由開課教師及實習單位共同評定後，由教師至校務行政系統上傳。
2. 本表應與學生實習週報表於每學期期末考週結束後同時送交系辦備查。