



國立高雄科技大學
National Kaohsiung University of Science and Technology

個別實習計畫

系別：_____

班級：_____

姓名：_____

學號：_____

實習機構/計畫名稱：_____

實習類型：☐暑期實習 ☐寒期實習 ☐專案實習

☐學年實習 ☐學期實習

實習期間：自 年 月 日至 年 月 日

個別實習計畫同意簽署處			
實習學生	家長	學校實習 輔導老師	實習機構 (校內專案實習 可免簽署)

一、實習基本資料

系（所）			班級		
學生姓名			學生學號		
學生電話			學生通訊地址		
實習課程名稱			實習類別	☐ 暑期實習 ☐ 寒期實習 ☐ 學期實習 ☐ 學年實習 ☐ 專案實習（計畫代碼/名稱： _____）	
學校輔導教師	姓名		業界輔導教師	姓名/職稱	
	電話			電話	
實習機構名稱/部門			實習機構地址		
實習職稱			實習項目		
實習期間	自 年 月 日至 年 月 日（海上實習可填寫預估時間） 每日 _____ 小時，每週 _____ 小時				
薪資或其他給付	☐ 實習薪資 每月 / 每時 給付新台幣 _____ 元。 ☐ 視學生表現提供學生獎助學金，每月給付新台幣 _____ 元。 ☐ 無補助。				

二、實習學習內容（可自行修訂）

實習課程目標與內涵	針對學生未來就業、職涯發展所需技能予以規劃，透過實習協助學生將理論與實務結合，並培育良好職場倫理及工作態度，以提升學生就業競爭力，其內涵如下： 1. 培養 _____ 專業能力（依系所目標）。 2. 強化 _____ 實作能力。 3. 構築下列職場軟實力：☐溝通協調能力、☐跨部門協作能力、☐問題解決與靈活應變能力、☐抗壓與情緒管理能力、☐自我學習與適應能力、☐專業倫理與責任感、☐時間管理與任務執行能力、☐觀察與學習能力、☐跨文化理解與國際視野、☐正向職場態度與職業倫理、☐認識產業趨勢與就業市場需求、☐職涯規劃與發展目標、☐累積職場經驗與人脈 （可自行增列其他內涵）		
各階段實習內容具體規劃及時程分配： ①寒暑期實習至少規劃二階段 ②學期實習至少規劃四階段	實習階段	期間	實習主題及內容
	階段一	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	職場適應與專業訓練 1.介紹公司文化、規章制度及工作流程 2.指派實習導師並建立學習目標 3.帶領實習生熟悉工作環境和團隊成

3 學年實習至少 規劃八階段 4. 專案實習至少 二階段			員 4.實習安全規範與職場禮儀 5.指派實習導師並建立學習目標
	階段二	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	觀察與技術學習 1.培養專業觀察能力 2.初步理解部門工作邏輯與流程
	階段三	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	基礎任務實作 1. 基礎技能訓練與專業知識講座 2. 專業基礎工作技能養成
	階段四	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	跨部門簡易合作 1. 建立橫向協調能力，體會組織運作的整體性 2. 學習標準作業流程 3. 參與跨部門專案互動任務
	階段五	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	進階任務參與 1. 學習標準作業流程 2. 參與實際專案或工作任務 3. 給予實習生具體的工作目標與任務 4. 提供實作機會，讓實習生將理論應用於實際工作中
	階段六	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	交流與學習 1.安排團隊合作或交流活動 2.組織分享會或工作坊，邀請同仁分享經驗 3.促進實習生對公司整體運作的了解
	階段七	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	專題企劃與獨立任務 1. 自主規劃小型專題 2. 技術優化方向
	階段八	第 <u> </u> 週 至 第 <u> </u> 週	實習成果 1. 實習發表 2. 完成實習作業

實習機構提供實習課程指導及資源說明	實習機構提供培訓內容： ◎實務基礎訓練：☐職業安全與教育訓練☐企業知識培訓 ☐企業文化訓練☐其他：_____ ◎實務主題訓練：☐知識管理☐學習內容溝通☐專業知識探討 ☐實務問題釐清☐實務問題排除☐實務問題支援 ☐實務問題分析☐實務案例分享☐產品除錯 ☐製程改善☐庶務管理☐技術指導 ☐其他：_____ 實習機構提供資源與設備投入情形： ☐實驗設備☐儀器機台☐專人指導☐教育培訓☐資訊設備☐測試耗材 ☐車輛裝備☐服裝配件☐其他：_____
業界專家輔導實習課程規劃	業界輔導老師提供的指導內容： ☐程式設計☐機台操作☐實驗程序☐機械模具☐文件撰寫☐檢測操作 ☐實驗測試☐材料鍍膜☐除錯操作☐資訊管理☐採購備料☐製程管理 ☐設計溝通☐藝術創造☐財經規劃☐創新管理☐設計模擬☐軟體操作 ☐經營管理☐其他：_____ 業界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：_____
教師輔導訪視實習課程規劃	學校輔導老師提供輔導項目： ☐產業趨勢☐專業知識指導☐實驗指導☐人際溝通☐實習表現 ☐不適應輔導☐其他：_____ 學校輔導教師訪視作業： ☐學年實習：每學期總訪視紀錄至少二次，其中實地訪視不得低於一次。 ☐學期實習：每學期總訪視紀錄至少二次，其中實地訪視不得低於一次。 ☐暑(寒)期實習、專案實習：總訪視紀錄至少二次，其中每機構實地訪視至少一次。 ※海上實習及境外實習實地訪視則視經費考量辦理。

三、實習作業：依各系（所）實習規範辦理。

四、實習成效考核與回饋

實習成效考核指標及評核方式	1. 系（所）實習輔導老師評定實習生之實習成果(60%) 2. 業界輔導老師評定實習生之實習成果(40%) 3. 學生於不同實習機構實習，各實習機構評定之成績按實習時數比例分別核算後加總。 4. 實習輔導老師得依學生曠職及請假（公假、喪假及產假除外）情形考量扣除實習課程成績。
實習回饋方式及規劃	應完成事項：實習機構滿意度調查、實習生滿意度調查 其他回饋方式： ☐系所課程檢討會議☐實習成效檢討會議☐實習機構合作檢討 ☐實習成果座談會☐校務研究分析☐校務研究追蹤 ☐衍生產業實務專題☐實習成果競賽☐輔導經驗交流 ☐教師實務深耕☐教師實務研習☐業界產學合作 ☐專業課程諮詢調整☐其他：_____

五、實習權益及規範相關事項

(一) 實習前準備事項：

1. 為保障同學學習權益及安全，請同學先行確認實習前已辦理實習保險。
2. 同學應參加實習前說明會，並可自行蒐尋性別平等、安全衛生、勞動權益、職場倫理或實習經驗等資訊，以保護自身權益。
3. 實習前應簽訂職場實習合約書，若實習機構另與實習學生簽訂職場實習合約書以外之契約，於簽署前可先徵詢實習輔導老師意見。
4. 役男出境申報程序：
 - (1) 4 個月內短期出國，請自行至內政部移民署網頁登錄申請。
 - (2) 4 個月以上需依役男出境處理辦法第 4 條第 1 項第 3 款規定：「在學役男因奉派或推薦出國研究、進修、...、受訓或實習等原因申請出境者，最長不得逾一年，且返國期限截止日，不得逾國內在學緩徵年限。...」在學役男因上述原因申請出境，需由學校以公文書方式提出相關證明文件向戶籍地直轄、縣市政府提出申請。

(二) 實習中注意事項：

1. 學校實習輔導教師會透過實地訪視、電話訪談、通訊軟體等方式了解同學實習情形。

職場實習異常處理機制：

常見的實習異常事件如下，敬請依處理機制辦理並填寫「職場實習異常事件處理紀錄表」，詳細記錄異常事件事由，及後續輔導處理經過及結果，以利後續追蹤確認。

類型	性別平等事件	實習勞動權益爭議	實習適應不良	職安/意外事故 (含海外)
型態	性騷擾、性侵害、性霸凌	薪資、獎助學金、膳宿問題、輪班情形及休假等不符實習合約、實際工作地點及工作內容有落差、工作環境危險、遭遇不合理要求及對待等	企業文化和自我期待有落差，無法適應工作狀態融入企業團隊等	因職務而受傷、上下班發生交通等意外、於海外遭遇緊急事故
處理機制	A.明確拒絕 遇到性平事件，應該要明確的告知自己的感受，要求對方停止該行為 B.紀錄蒐證 a.詳盡記下事情發生經過及當時感受，並保留相關或對話紀錄 b.請目擊者或有類似事件的受害者一同站出 c.填寫本校職場實習課程異常事件紀錄表 C.通報所屬主管及學校實習輔導老師 a.將事發經過告訴學校實習輔導老師及所屬主管並提供相關紀錄證據 b.學校老師於獲知 24 小時內立即向所屬校區校安中心完成通報 D.必要時可選擇終止實習 E.拒絕成為加害者 應尊重他人身體自主權及決定權，否則將可能承擔刑事責任或民事賠償	A.與主管溝通 工作若發生異常或疑慮時，可向主管報告或請益，掌握處理時機 B.通報學校實習輔導老師 請將發生事由妥善記錄，並通報學校及業界實習輔導老師 C.查證及提出改善措施 實習輔導老師需協助查證並與實習機構共同商議改善方案，並提出輔導改善措施 D.爭議/不適應未獲改善 a.若未獲改善，則需召開系級實習委員會，必要時提送校級實習委員會審議 b.若學生及實習機構同意相關會議決議，則學生續留原實習機構 c.若未能同意，則依實習合約進行解約	A.請立即就醫治療並配合相關緊急應變措施 B.通報學校實習輔導老師 本人或其他同學請立即通報家長、學校及業界實習輔導老師、校安中心，了解意外或職災狀況並協助處理 C.保留相關單據申請理賠 請檢附診斷證明書、收據等資料，向實習機構及學校申請保險理賠 【海外實習緊急事故】 A.學生就近向當地聯絡人或實習機構通報，並聯繫系（所）、實習輔導老師及家長 B.必要時可向警察局或駐外單位求助，「外交部緊急聯絡中心」全年無休、24 小時輪值，聯繫處理旅外國人急難救助事件（「旅外國人緊急服務專線」電話 0800-085-095【諧音「您幫我、您救我」】，海外付費請撥 +886-800-085-095【當地國際碼】）	

2. 職場實習轉換及終止機制

- (1) 若欲轉換實習機構，離職前應告知實習輔導老師，並申請轉換至新實習機構，經系級學生職場實習委員會同意且完成實習前作業流程，始可前往實習。
- (2) 學生因無法完成實習而發生終止實習事件，系（所）應與實習機構進行解約並了解終止事由，作為後續辦理實習機制之參考。

(三) 實習注意事項說明：<https://ascdc.nkust.edu.tw/p/412-1022-9442.php>。

(四) 本校校安中心、實習專責單位緊急聯絡管道：<https://ascdc.nkust.edu.tw/p/404-1022-24276.php>。

