

佛光大學 106 學年度
專業實習學生實習手冊



中華民國 101年 5月 8日
中華民國 106 年 06 月 15 日

系主任的叮囑

令人期待的四年級專業實習終於到來。同學們三年磨一劍，就待此刻在職場上大顯身手。專業實習在課程設計中扮演總結性評量的關鍵角色，是用來檢視同學過去三年在佛光大學習得的知識、技能和態度，實際綜合應用於工作時的成效。同學們在專業實習中的表現，不僅代表同學個人的學習成果，也反映出健康與創意素食產業學系過去三年的教學成效。同學在專業實習期間，不論是在餐廳外場負責服務工作或是在廚房負責食物備製工作，所學習的內容都不應受限於實習工作內容，而要廣泛地主動觀察與學習實習單位在服務管理、行銷管理、人理資源管理、產品服務研發管理及財務管理等個功能領域之運作，並做利弊得失之分析判斷。畢竟你們未來終將成為餐飲機構內場或外場的專業經理人，或自行創業成為老闆，除了需要扎實的專業技能外，還需要餐飲業經營管理的能力。

在實習當中你們將發現主動學習的重要。在學校期間師長們不斷地將各式各樣的菜端到你們的面前，希望你們多吃一些，快快長大。在實習期間，你們必須完全改變過往在學校的學習方式，實習單位主管或同事不會有很多時間教你們，多半要靠你們自己想盡辦法主動學習並能舉一反三、觸類旁通。不主動就學不到，學不到就無法完成被交付的工作，導致無法順利完成實習。

這種積極主動的態度不僅要用在學習上面，在工作上和服務上也都須要有積極主動、勇於任事的態度。同學們對實習工作的自我要求要訂定 120 分的目標，即便沒有達到 120 分的理想，也能超過 90 分。讓你突出的工作表現無法被顧客、主管與同事所忽略，讓自己成為實習單位珍貴的資產。不過，實習單位整體工作成敗的關鍵不在單位中個人的表現，而在團隊整體的表現。追求個人表現而忽略團隊整體利益的人，即使成為明星球員，也無法見容於其他團隊成員，終將孤立無援，而被逐出團隊。同學們在實習單位學習與顧客、主管及同事之間的人際互動、待人接物，其重要性更甚於做事；有良好的人際關係會讓你的工作事半功倍。良好的人際關係建立在你對人誠懇的態度、對人的體貼與關懷、對人的真心欣賞與讚美、對人的熱情的服務與協助以及嚴以律己、寬以待人的態度。

雖然主任對同學們做了很多有關在實習單位工作表現的叮囑，其實主任最關心的莫過於同學們在實習期間的安全。同學們除了要遵守工作規則、服從主管與同事的指導，還要避免工作中有對自己或他人的危險行為，預防在工作場所發生割傷、燙傷、凍傷、扭傷及跌倒等意外事件。同學們與顧客、主管及同事的互動也要避免陷自己於險境，包括避免在私密空間與異性單獨相處、下班後避免涉足容易發生是非的場所、避免深夜在外面逗留、避免飲酒以及避免單獨參加同事聚會。實習期間同學如租屋在外，要注意住處的安全。若非使用大眾運輸交通工具，要注意行車安全。

末了，主任提醒你，在實習期間遇到任何無法自行處理的工作上、生活上、

情感上及其他任何困難，主任及系上的老師們都是你的依靠，不論你在何時、何地都歡迎你用電話、Line、FB 及 Skype 等方式與主任、實習輔導老師、導師或助教聯絡，討論解決之道。及早面對與處理問題，可避免事件惡化。同學在實習單位遇到的問題，不僅可能事關個人榮譽，也可能影響佛光大學語素食系形象及未來學生實習機會與就業出路，請同學審慎以對，以維護個人與學校榮譽。

最後，祝福各位同學

實習順利、收穫滿滿！

系主任 許興家 謹識

106.6.30

實習手冊目次

佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習課程實施要點總說明·····	5
佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習課程實施要點草案條文說明表·····	6
佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習課程實施要點·····	8
佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習機構評估表·····	10
佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習機構資料表·····	11
佛光大學學生專業實習合約書·····	12
佛光大學健康與創意素食產業學系學生專業實習成績評分表·····	14
佛光大學健康與創意素食產業學系佛光大學專業實習學生訪視輔導紀錄表·····	15
佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習週報表·····	18

佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習課程實施要點

總說明

為開設專業實習課程，培養實務專業能力、職場倫理、敬業樂群精神、及提升學生職場適應力與競爭力，特依據「佛光大學學生實習辦法」相關規定，訂定專業實習課程實施要點，全文共十四點，其內容概要如下：

- 一、 闡明設立意旨。
- 二、 說明實習對象。
- 三、 說明實習時間。
- 四、 說明實習事務委員會運作。
- 五、 說明合作實習機構遴選程序。
- 六、 說明安排與推薦實習機構程序。
- 七、 說明實習前安全宣導。
- 八、 說明實習報到時間。
- 九、 說明實習前辦理保險事宜。
- 十、 說明實習工作規範。
- 十一、 說明實習單位轉換輔導原則。
- 十二、 說明實習輔導教師職責。
- 十三、 說明實習評分方式。
- 十四、 說明應繳交實習報告。

佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習課程實施要點

草案條文說明表

草案條文	說明
一、健康與創意素食產業學系（以下簡稱本系）為開設專業實習課程，培養實務專業能力、職場倫理、敬業樂群精神、及提升學生職場適應力與競爭力，特依據「佛光大學學生實習辦法」相關規定，訂定專業實習課程實施要點（以下簡稱本要點）。	闡明設立意旨。
二、實施對象為本系大學部學生，依課程規劃進行專業實習。	說明實習對象。
三、每學期專業實習 8 學分 ， 實習 期間以 5 個月並不低於 800 小時為原則。	說明實習時間。
四、為推動學生專業實習相關工作，檢討改進實習成效，得成立實習事務委員會置主任委員 1 人，由系主任兼任之，委員 5~7 人，由本系專任教師互推之，經系務會議通過後產生，本會每學年至少開會 1 次，必要時得加開臨時會議；會議召開應有委員二分之一（含）以上出席；出席委員二分之一以上同意始可決議。	說明實習事務委員會運作。
五、與本系合作之專業實習機構遴選程序如下： （一）由本系教師與學生填具專業實習機構推薦及評核表。 （二）需要時，得由實習事務委員會指派專業實習輔導教師赴實習機構瞭解實習工作環境及實習訓練計畫內容。 （三）實習事務委員會審核專業實習機構。 （四）與審核通過之實習機構簽訂專業實習合約。	說明合作實習機構遴選程序。
六、安排與推介實習機構程序如下： （一）於學生實習 3 個月前公布實習機構資訊，包含企業名稱、地點、實習津貼、工作性質、膳宿狀況等，供學生選擇實習機構參考。 （二）學生選填實習機構優先序。 （三）學系提供實習機構有意前往實習學生名單，需要時得安排學生與實習機構面試。 （四）公告學生實習機構安排結果及實習報到日期。	說明安排與推薦實習機構程序。
七、系主任及專業實習輔導教師須於專業實習課程實施前，針對實習規定及生活作息、實習場所作業安全等注意事項等，對修課學生詳加說明，使學生瞭解並有所遵循。	說明實習前安全宣導。
八、實習報到時間依實習機構需要，學生於徵得實習事務委員會同	說明實習報到時間。

草案條文	說明
意後，得彈性提早報到或延後結束，以利實習工作順利交接。	
九、 本系應於實習報到前，辦理學生平安保險及意外保險。	說明實習前辦理保險事宜。
十、 專業實習以全職工作為限，工作條件須符合勞動基準法之規定，海外實習則配合當地法令規範之。學生於專業實習期間須遵守實習機構工作規則。	說明實習工作規範。
十一、 實習學生單位轉換輔導原則如下： （一）學生若因個人因素或實習機構因素，經實習輔導教師輔導後，仍無法在原實習機構完成實習者，實習輔導教師應提報實習事務委員會，經委員會同意後始得另覓新實習機構。 （二）實習期間實習學生得轉換單位以乙次為限。 （三）實習事務委員會評量學生實習表現，並考量轉換實習單位原因，評定可採計之轉換實習機構前已完成之實習時數。 （四）學生實習機構之轉換，如歸責於學生，得視情節輕重，送實習事務委員會懲處。	說明實習單位轉換輔導原則。
十二、 實習事務委員會遴選本系專任教師擔任專業實習輔導教師，負責學生專業實習輔導與評量工作，其職責如下： （一）密切與實習機構相關人員連繫及研擬實習教學事宜。 （二）對實習學生實施職前教育，規劃實習內容並說明實習計畫。 （三）出席實習事務委員會會議，反映問題及提出解決建議。 （四）規劃及訂定學生實習作業及實習成績評定標準。 （五）定期訪視或電話聯繫實習機構，以瞭解學生實習狀況及問題。 實習輔導教師一學期赴實習機構訪視學生至少 2 次，並提交完整之訪視紀錄。 （六）協助處理學生實習之學習、生活及其他相關事宜。 （七）評閱學生實習作業或報告及評定實習成績。 （八）專業實習成績考核之評定方式。	說明實習輔導教師職責。
十三、 學生專業實習成績得由實習輔導教師及實習機構主管共同評定，其比例為實習輔導教師百分之三十，實習機構主管百分之七十。	說明實習評分方式。
十四、 學生應依計畫完成專業實習工作週誌，未繳交實習工作週誌者，該階段之實習報告成績不予核計。實習期末成績應由本系實習訪視教師及實習機構主管共同評定，並系辦公室存查。	說明應繳交實習工作週誌。

佛光大學健康與創意素食產業學系專業實習課程實施要點

105 年 1 月 13 日 104 學年度第 3 次系務會議草案通過

105 年 3 月 16 日 104 學年度第 4 次系課程委員會通過

105 年 5 月 11 日 104 學年度第 4 次校課程委員會通過

- 一、健康與創意素食產業學系（以下簡稱本系）為開設專業實習課程，培養實務專業能力、職場倫理、敬業樂群精神、及提升學生職場適應力與競爭力，特依據「**佛光大學學生實習辦法**」相關規定，訂定專業實習課程實施要點（以下簡稱本要點）。
- 二、實施對象為本系大學部學生，依課程規劃進行專業實習。
- 三、每學期專業實習 **8 學分**，**實習**期間以 5 個月並不低於 800 小時為原則。
- 四、為推動學生專業實習相關工作，檢討改進實習成效，得成立實習事務委員會置主任委員 1 人，由系主任兼任之，委員 5~7 人，由本系專任教師互推之，經系務會議通過後產生，本會每學年至少開會 1 次，必要時得加開臨時會議；會議召開應有委員二分之一（含）以上出席；出席委員二分之一以上同意始可決議。
- 五、與本系合作之專業實習機構遴選程序如下：
 - （一）由本系教師與學生填具專業實習機構推薦及評核表。
 - （二）需要時，得由實習事務委員會指派專業實習輔導教師赴實習機構瞭解實習工作環境及實習訓練計畫內容。
 - （三）實習事務委員會審核專業實習機構。
 - （四）與審核通過之實習機構簽訂專業實習合約。
- 六、安排與推介實習機構程序如下：
 - （一）於學生實習 3 個月前公布實習機構資訊，包含企業名稱、地點、實習津貼、工作性質、膳宿狀況等，供學生選擇實習機構參考。
 - （二）學生選填實習機構優先序。
 - （三）學系提供實習機構有意前往實習學生名單，需要時得安排學生與實習機構面試。
 - （四）公告學生實習機構安排結果及實習報到日期。
- 七、系主任及專業實習輔導教師須於專業實習課程實施前，針對實習規定及生活作息、實習場所作業安全等注意事項等，對修課學生詳加說明，使學生瞭解並有所遵循。
- 八、實習報到時間依實習機構需要，學生於徵得實習事務委員會同意後，得彈性提早報到或延後結束，以利實習工作順利交接。
- 九、本系應於實習報到前，辦理學生平安保險及意外保險。
- 十、專業實習以全職工作為限，工作條件須符合勞動基準法之規定，海外實習則配合當地法令規範之。學生於專業實習期間須遵守實習機構工作規則。
- 十一、實習學生單位轉換輔導原則如下：
 - （一）學生若因個人因素或實習機構因素，經實習輔導教師輔導後，仍無法在原實習

機構完成實習者，實習輔導教師應提報實習事務委員會，經委員會同意後始得另覓新實習機構。

(二) 實習期間實習學生得轉換單位以乙次為限。

(三) 實習事務委員會評量學生實習表現，並考量轉換實習單位原因，評定可採計之轉換實習機構前已完成之實習時數。

(四) 學生實習機構之轉換，如歸責於學生，得視情節輕重，送實習事務委員會懲處。

十二、 實習事務委員會遴選本系專任教師擔任專業實習輔導教師，負責學生專業實習輔導與評量工作，其職責如下：

(一) 密切與實習機構相關人員連繫及研擬實習教學事宜。

(二) 對實習學生實施職前教育，規劃實習內容並說明實習計畫。

(三) 出席實習事務委員會會議，反映問題及提出解決建議。

(四) 規劃及訂定學生實習作業及實習成績評定標準。

(五) 定期訪視或電話聯繫實習機構，以瞭解學生實習狀況及問題。實習輔導教師一學期赴實習機構訪視學生至少 2 次，並提交完整之訪視紀錄。

(六) 協助處理學生實習之學習、生活及其他相關事宜。

(七) 評閱學生實習作業或報告及評定實習成績。

(八) 專業實習成績考核之評定方式。

十三、 學生專業實習成績得由實習輔導教師及實習機構主管共同評定，其比例為實習輔導教師百分之三十，實習機構主管百分之七十。

十四、 學生應依計畫完成專業實習週報表，未繳交實習週報表者，該階段之實習週報表成績不予核計。實習期末成績應由本系實習訪視教師及實習機構主管共同評定，並系辦公室存查。

(表 1)

佛光大學健康與創意素食產業學系 專業實習機構評估表

公司全銜						
公司 基本 資料	行業別					
	公司地址					
	公司概況					
	公司承辦人		職稱			
	聯絡電話		傳真			
	電子郵件信箱		網站			
實習 條件	實習名額 與單位					
	總實習時數/人					
	實習工作內容					
	實習地點	☐ 同公司地址				
	需求條件 或專長					
	輪班	☐ 是 ☐ 否 每日工作____時	提供薪資	☐ 是 ☐ 否 額度____元(每月)		
	工作時間	每週____時	住宿	☐ 供宿 ☐ 自理		
	勞健保	☐ 是 ☐ 否	膳食	☐ 自理 ☐ 公司提供		
	提撥勞退基金	☐ 是 ☐ 否	配合簽約	☐ 是 ☐ 否		
實習 機構 評估	工作環境	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
	工作安全性	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
	工作專業性	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
	體力負荷	(負荷適合) ☐ 5 ☐ 4 ☐ 3 ☐ 2 ☐ 1 (負荷太重)				
	培訓計畫	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
	合作理念	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
	整體總評	☐ 5	☐ 4	☐ 3	☐ 2	☐ 1
	評估結論	☐ 推薦實習 ☐ 不推薦實習				

(表 2)

佛光大學健康與創意素食產業學系 專業實習機構資料表

公司全銜				
公司基本 資料	行業別			
	公司地址			
	公司概況			
	公司承辦人		職稱	
	聯絡電話		傳真	
	電子郵件信箱		網站	
實習條件	實習名額 與單位			
	總實習時數/人			
	實習工作內容			
	實習地點	☐ 同公司地址		
	需求條件 或專長			
	輪班	☐ 是 ☐ 否 每日工作____時	提供薪資	☐ 是 ☐ 否 額度____元(每月)
	工作時間	每週____時	住宿	☐ 供宿 ☐ 自理
	勞健保	☐ 是 ☐ 否	膳食	☐ 自理 ☐ 公司提供
	提撥勞退基金	☐ 是 ☐ 否	配合簽約	☐ 是 ☐ 否

佛光大學學生專業實習合約書

立合約書人：佛光大學_____（以下簡稱甲方）

_____（以下簡稱乙方）

雙方基於培訓專業人才，共同推展實習合作教學與實務訓練之互惠原則，協議訂定下列事項，共同遵循。

一、實習合作職掌：

甲 方：承辦學生實習有關業務、課程規劃及聯繫，學系專任教師負責指導學生校外實習。

乙方管理部門：依中華民國勞動基準法及有關勞動法令規定聘雇乙方學生，提供乙方每位學生 800 小時以上之實習時數，並參與課程規劃、實習職務分配、報到、訓練及協助輔導實習學生之生活言行。

二、合約期限：

實習期間自 ____年__月__日至 ____年__月__日止。

三、校外實習工作項目及名額

由乙方視公司需要規劃安排與實習生所學相關之課程，提供甲方 健康與創意素食產業學系 學生共____名進行實習工作，且以不影響學生健康及安全的工作環境為原則。

四、實習報到：

1. 甲方於實習前一週通知實習學生應按時報到並確實遵守實習機構之職場規範。

2. 乙方於學生報到時，應即給予職前安全衛生訓練，並派專人指導。

五、實習薪資或獎助學金：

☐無薪資，☐有薪資：以 月 薪計，每 月 給付新台幣_____元，☐津貼 ☐獎助學金 ☐其他，請說明：_____，每_____給付新台幣_____元，

以提升學生的實習意願與學習動機。

六、膳宿：

1. 是否提供伙食：☐是，說明：_____、☐否。2. 是否提供住宿：☐是，說明：_____、☐否。

七、保險

實習生報到時，乙方應即辦理☐勞保、☐健保、☐團體保險、☐意外險。

八、實習學生輔導

1. 乙方實習單位應安排專業實務工作，訂定學習主題及教育訓練計畫，並指派專人指導，嚴格要求敬業精神與培訓專業實務技能，並適時灌輸「管理實務知識」。

2. 乙方所安排之實習內容不得要求學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

方學生與乙方勞動關係亦告終止。

3. 實習期間每位學生均由專業老師及實習單位主管擔任指導老師，共同規劃校外實習工作內容並督導實務實習內容及進行技能指導與工作態度輔導，做為學生工作學習之依據。
4. 實習期間甲方每二個月定期安排輔導老師赴乙方訪視實習學生，負責校外實習輔導、溝通、聯繫工作。若甲方輔導老師未定期訪視，請乙方單位主管協助告知甲方。

九、實習考核

1. 實習期間由甲方輔導老師及乙方主管共同評核實習成績及工作態度表現。
2. 學生表現或適應欠佳時，由乙方知會甲方學生所屬系所輔導處理，經輔導未改善者，取消實習資格或轉介其他實習單位。
3. 實習結束後須繳交「學生校外實習報告書」供系所審查，經評核成績合格者授予學分。
4. 乙、甲雙方不定期協調檢討實習各項措施，期使校外實習更臻完善。

十、附則

1. 為顧及乙方之業務機密，甲方之實習學生及輔導老師因參加本校外實習課程合作所知悉乙方之業務機密，無論於實習期間或實習終了後，均不得洩漏與任何第 3 人或自行加以使用，亦不得將實習內容揭露、轉述或公開發表。
2. 本合約所有相關附件均視為合約之一部分，具合約條款完全相同之效力，其他有關實習合作未盡事宜，乙、甲雙方得視實際需要協議後，另訂之。
3. 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。
4. 乙、甲雙方因本合約內容涉訟時，雙方合意以臺灣宜蘭地方法院為第一審管轄法院。

十一、本合約書一式二份，乙、甲雙方各執甲份存照。

立合約書人：

甲 方： 佛光大學
校 長： 楊朝祥
地 址： 宜蘭縣礁溪鄉林美村林尾路 160 號
統一編號：87786870

乙 方：
負責人：
地 址：
統一編號：

中華民國 年 月 日

(表 4)

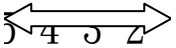
佛 光 大 學 健 康 與 創 意 素 食 產 業 學 系
學 生 專 業 實 習 成 績 評 分 表

系 別		學 號	
姓 名		實 習 單 位	
實 習 期 間	自 年 月 日 至 年 月 日 止		
評分項目	配分	得分	評 語
1.專業知識運用於工作上	10		
2.技術能力能勝任所賦予之工作	10		
3.積極、主動學習	10		
4.遵守公司出勤規定	10		
5.有責任感	10		
6.和同事相處融洽	10		
7.團隊精神	10		
8.溝通表達能力	10		
9.敬業精神	10		
10.問題處理、應變能力	10		
總 分	100		
總 評	(請在評語及總評欄內對學生實習表現做具體之敘述及建議，俾作今後改進之參考)		
簽 章	實 習 單 位 主 管： 人 資 主 管： 實 習 單 位 指 導 人 員：		

佛光大學專業實習學生訪視輔導紀錄表

(一)訪視方式	☐ 親自至實習單位訪視 ☐ 電話訪視【項(十二)、(十三)免填】		
(二)訪視日期	年 月 日 時 分至 時 分		
(三)實習單位名稱		實習單位地點	
(四)接待業界主管		備註	
(五)實習學生姓名			
	共 名		
(六)訪視學生實習表現情況			
(七)業者對學生表現評語及課程改進建議			
(八)實習員訪視項目(依據與實習單位主管訪談狀況評分)			
非常良好 ← 4 3 2 1 非常不好			
1. 實習員學習現況	-----□□□□□		
2. 實習員專業技能表現	-----□□□□□		
3. 實習員生活現況	-----□□□□□		
4. 實習員敬業精神	-----□□□□□		
5. 實習員工作態度	-----□□□□□		
6. 實習員工作效能	-----□□□□□		
7. 實習員學習意願	-----□□□□□		
8. 實習員團隊合作	-----□□□□□		
9. 實習員人際溝通	-----□□□□□		
10. 實習員整體職場表現	-----□□□□□		
11. 實習員開放性陳述或建議			

佛光大學專業實習學生訪視輔導紀錄表

(九) 學生自我敘述實習情況	
(十)實習機構訪視項目(依據與學生訪談狀況給分) 非常良好  非常不好 1. 工作場所安全衛生條件----- 2. 職場週遭環境----- 3. 見習訓練----- 4. 職前訓練----- 5. 職場實習培訓----- 6. 福利措施----- 7. 輔導實習員實習準備工作----- 8. 實習員之工作及生活考核輔導----- 9. 實習員就業技能增進之效益----- 10. 實習機構之輔導成效----- 11. 實習機構開放性陳述或建議	
(十一)整體評估 (請輔導老師簡要具體陳述對業界的考評，包含業界薪酬福利制度、教學目標的配合、建教合作之建議…等)	

佛光大學專業實習學生訪視輔導紀錄表

(十二)名片黏貼處：

(十三)訪視照片黏貼處：（以浮貼或電子檔剪貼的方式貼上，包含含有公司名稱的背景照及輔導老師與學生或廠商的合照）

填表日期：

說明：

1. 請詳實填寫訪視記錄，以備實習輔導及課程改進等參考及行政單位查核用。
2. 訪視記錄以每家實習廠商為一個單位記錄一份，務必放上廠商名片及所需之照片。

佛光大學健康與創意素食產業學系

專業實習週報表

科系： 學生姓名： 學號： 實習單位名稱： 日期：自民國 年 月 日至民國 年 月 日（第 週工作週誌）		
項次	項目	內容簡述
一	工作內容	EX：簡述本週具體的工作內容及作業流程（含前置作業）。
二	實習檢討與心得（遭遇之疑難問題及解決方法）	EX： 1.本週你學到什麼？ 2.你對本週工作的看法。 3.面對本週遇到的工作問題，你採取的解決方法是什麼？ 4.主管或同儕給你工作上的建議有哪些？
三	實習工作回饋	EX：對學校或實習單位之建議。
四	下週工作備忘錄	EX： 1.待辦的工作。 2.工作上必須準備的相關資料。
五	訪視人員考評(訪視老師填寫)	EX： 1.實習生工作狀況。 2.實習生適應情形。 3.與實習單位溝通狀況。