

佛光大學 113 學年度
專業實習學生實習手冊



中華民國 113年 5月 25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 謹識

113.05.25

實習手冊目次

佛光大學健康與創意蔬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蔬食產業學系專業實習課程實施要點·····	6
佛光大學健康與創意蔬食產業學系專業實習機構評估表 ·····	8
佛光大學學生專業實習合約書 ·····	9
佛光大學健康與創意蔬食產業學系學生專業實習成績評分表·····	13
佛光大學健康與創意蔬食產業學系佛光大學專業實習學生訪視輔導紀錄表·····	14
佛光大學健康與創意蔬食產業學系專業實習月誌表·····	15
佛光大學健康與創意蔬食產業學系專業實習心得報告·····	16

佛光大學健康與創意蔬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，全文共十三點，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，及學生應繳交實習報告。
- 十三、 說明實習評分方式。

佛光大學健康與創意蔬食產業學系專業實習課程實施要點

113 年 10 月 16 日 113 學年度第 1 次系務會議修正通過

- 一、 健康與創意蔬食產業學系(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、 每學期專業實習之實習時數每學分 80 小時,總時數不得高於 720 小時為原則。
- 四、 為課程學生專業實習相關工作,檢討改進實習成效,得成立實習課程委員會置主任委員 1 人,由系主任兼任之,委員 5~7 人,由本系專任教師及學生代表組成,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估表。
 - (二) 需要時,得由實習課程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) 實習課程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、性別平等及勞動相關權益等,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,學生於徵得實習課程委員會同意後,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課程委員會,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)實習課程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，送實習課程委員會懲處。

十二、實習課程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)出席實習課程委員會會議，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、實習日誌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。

學生應依計畫完成專業實習報告，未繳交實習報告者，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。

(表 1)

佛光大學健康與創意蔬食產業學系 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			
	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		
老師評估結論		☐ 推薦實習 ☐ 不推薦實習		
實習老師簽核				

佛光大學學生校外實習合約書

立合約書人: 000 (學生姓名) (以下簡稱甲方)

0000000000 股份有限公司 (以下簡稱乙方)

佛光大學 (以下簡稱丙方)

為推展校外實習課程教學與實務實習訓練以培訓專業人才，基於互惠原則，三方協議訂定下列事項，共同遵循。

一、校外實習工作職掌：

- (一) 甲方充份了解實習內容與權利義務，並願意前往完成實習計畫。
- (二) 乙方負責甲方實習職務分配、報到、訓練及輔導實習學生。
- (三) 丙方負責聯繫協調實習有關事項及安排分發學生實習單位，並指派輔導教師負責指導學生專業實務實習。

二、實習相關內容

- (一) 本次實習有關實習生系所班級、學號、姓名、實習課程名稱、學分數、實習時數，詳如：「實習合約附件」。
- (二) 工作內容為_____相關作業，以不影響實習學生健康及安全的工作環境為原則，並不得要求實習學生協助從事違法行為或從事無關專業能力表現之工作。
- (三) 實習時間自____年____月____日至____年____月____日，每日8小時，每週實習時數____小時，請假、例假依規定辦理。
- (四) 實習條件：(請依下列選項自行勾選)

薪資：

- ☐無薪資及獎助學金。
- ☐有薪資：每☐時☐週☐月給付新台幣 NT\$190 元。
- ☐有獎助學金：每☐時☐週☐月給付新台幣_____元，以提升學生的實習意願與學習動機。
- ☐其他：(如勾選請詳述)

膳宿、交通：

- 1. 是否提供伙食：☐是，說明：_____，☐否。
- 2. 是否提供住宿：☐是，說明：_____，☐否。
- 3. 是否提供交通：☐是，說明：_____，☐否。

三、實習報到

- (一) 甲方依規定時間準時前往報到，並將報到回覆單傳送回佛光大學負責之實習指導教師。
- (二) 丙方於實習前 2 週將實習學生名單及報到資料送達乙方。

- (三) 乙方於學生報到時，應即給予甲方報到回覆單，開始提供職前訓練，並派專人負責實習期間之輔導事宜。

四、實習保險

依據教育部當學年度規定辦理意外傷害保險。若甲方與乙方成立僱傭關係且支領薪資，依照勞工保險條例第6條及第8條規定，應參加勞工保險，並由乙方投保勞工保險。

五、實習學生輔導

- (一) 實習期間甲方均由乙方實習單位專責同仁擔任指導業師，督導實務實習工作內容及進行技能指導工作。
- (二) 依教育部規定，實習期間丙方得安排輔導老師赴乙方訪視實習學生，暑期實習 1 次、學期實習 1 次，負責專業實務實習輔導、溝通及聯繫工作，所需費用由丙方自行負擔。
- (三) 乙方應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安全措施組織規劃。

六、實習考核

- (一) 實習期間由丙方輔導老師及乙方實習單位專責同仁共同評核實習成績，學生實習成績考評表由各系自訂。乙方應於實習結束將實習成績考評表擲交丙方，俾利核算實習成績。
- (二) 學生表現或適應欠佳時，由乙方知會丙方處理，經輔導未改善者，得經由乙方與丙方協議後，取消學生之實習資格，並決定其後續相關實習時數與成績之評定。
- (三) 實習結束後，由乙方為完成實習學生開具蓋印實習單位名稱之「實習證明書」，其內容包含：實習學生姓名、系所班級、課程名稱、實習期間及實習時數。
- (四) 乙、丙雙方不定期協調檢討實習各項措施，期使校外實習課程合作更臻完善。

七、實習問題協調

- (一) 學生實習若產生爭議，應向機構輔導老師或學校輔導教師即時反映，由雙方各自或共同商議爭議改善方案。如未獲改善，學生得依據爭議協商處理作業程序提出申訴。
- (二) 甲方於乙方實習期間，如有未按規定從事有損乙方聲譽或其他不適任情事等，經乙方知會丙方共同處理，視情況決定是否終止實習。
- (三) 實習期間業務所用之相關設備由乙方供應，但如有故意毀損之情形由甲方負責賠償。
- (四) 實習期間，如有發生實習糾紛或爭議之情事時，丙方得提請校內實習相關委員會召開會議討論協商，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

請丙方代表共同參與。

(五) 若甲方因故無法完成實習計畫，則須提早於十天前通知乙方，終止實習關係約定。

若甲方與乙方為僱傭關係，則終止勞資關係約定時，依勞動基準法規定辦理。

八、保密協定：

為顧及乙方業務機密，甲方及輔導老師因參加本案校外實習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，均不得洩漏予任何第三人或自行加以使用，亦不得將實習內容揭露轉述或公開發表。若洩露則學生及其家長須負賠償責任。丙方並應協助乙方相關損害賠償程序之進行或相關文件之提供。

九、本合約所有相關附件均視為本合約之一部份，具合約條款完全相同效力。其他有關校外實習課程合作未盡事宜，甲乙丙雙方得視實際需要協議後，另訂之。

十、本合約書一式三份，甲、乙、丙三方各執乙份存照，以茲信守。

立合約書人：

甲 方： (簽章)

身分證字號：

電 話：

地 址：

乙 方：OOOO 股份有限公司 (公司用印)

代 表 人： (負責人用印)

單位專責人： (簽名或蓋章)

統一編號：

地 址：

丙 方：佛光大學 (學校大印)

代 表 人： (校長用印)

職 稱：校 長

統一編號：87786870

單位主管(或指導老師)： (蓋章或簽名)

地 址：宜蘭縣礁溪鄉林美村林尾路 160 號

中華民國____年__00__月__00__日

實習合約附件

一、實習期間：_____年_____月_____日至_____年_____月_____日

二、實習機構：

三、實習項目及內容：

四、實習學生所屬系/所：健康與創意蔬食產業學系

五、實習課程：詳如下表

區分	實習課程名稱	學分數	課程代號	實習時數
	專業實習(一)	8	VS206	
	實習專題製作(一)	2	VS207	

六、實習人員名單：詳如下表

NO.	系級	學號	姓名	性別	課程代號
1	蔬食系				VS206. VS207

*附件用印方式如下，請擇一辦理：

1. 蓋雙方騎縫章；2. 蓋雙方代表人小章

(表 3)

佛 光 大 學 健 康 與 創 意 蔬 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	人 資 主 管： 實 習 單 位 主 管： 實 習 單 位 指 導 人 員：		

(表 4)

佛光大學

學年度學生 ☐ 全學期 ☐ 暑期實習訪視紀錄表 (學校自存)

姓名		手機		住家電話	
系所		訪談老師		實務教師	
實習機構		實習地址			
訪視項目	訪問意見			訪視改進摘要	
	良好	正常	待改進		
實習場所安全性					
學員工作態度與出缺勤狀況					
雇主同事關係					
每日實習時數	_____ 小時				
有無意外險	☐ 有 ☐ 無				
實習內容					
張貼教師訪視照片			張貼教師訪視照片		
張貼教師訪視照片			張貼教師訪視照片		

(表 5)

佛光大學實習月誌

實習生姓名		學 號	
實習日期		實習機構	
實習機構督導	督導	學校督導	督導
本月實習內容			
專業成長			
導師審核			

填表日期：

佛光大學(28 點字)
健康與創意蔬食產業學系(28 點字)
專業實習心得報告(28 點字)

實習單位(28 點字)

指導教師：

學 號：(26點字)

學生姓名：(26點字)

中華民國 年 月 日(20點字)

註：本專業實習心得報告，請分別於上學期期末考前一週及下學期實習結束時，完成繳交予系實習輔導教師進行成績評量。

目 錄

	頁碼
一、飯店、餐廳或企業簡介.....	XX
二、經營現況.....	XX
三、員工福利.....	XX
四、教育訓練課程.....	XX

五、特別活動介紹.....	XX
六、個人工作內容與檢討	XX
七、實習心得	XX
八、附件	XX
九、參考資料.....	XX

封面規格：如上述。以淡黃色封面平面膠裝。

內文規格：A4，段落單行間距，邊界上、下、左、右各2公分，標題16點字粗體、內文字體 14點字。3000字以上。