

中國文化大學 觀光事業學系 115學年 320小時暑期實習說明會

2026/02/25 by Dr.林欣儀

Q & A

Q: 面試後不喜歡可以不去嗎?

A: 請於公司寄錄取通知時與系辦聯繫放棄該單位。

Q: 去實習後發現單位是我不喜歡的，我可以放棄嗎?

A: 倘若經由系辦系務會議核准後放棄單位，
將處以提高實習時數至600小時的懲罰。
有其他因素請向系辦詢問。

Q & A

Q: 實習壓力很大，無法適應，怎麼辦?!

A: 請與輔導老師、系上聯繫，
討論後續是否需要調整排班；更換部門等。
若同學有不適請盡快反應。
請不要直接翹班，或是與單位起衝突!!

切記：你是代表文大觀光系去實習的!!

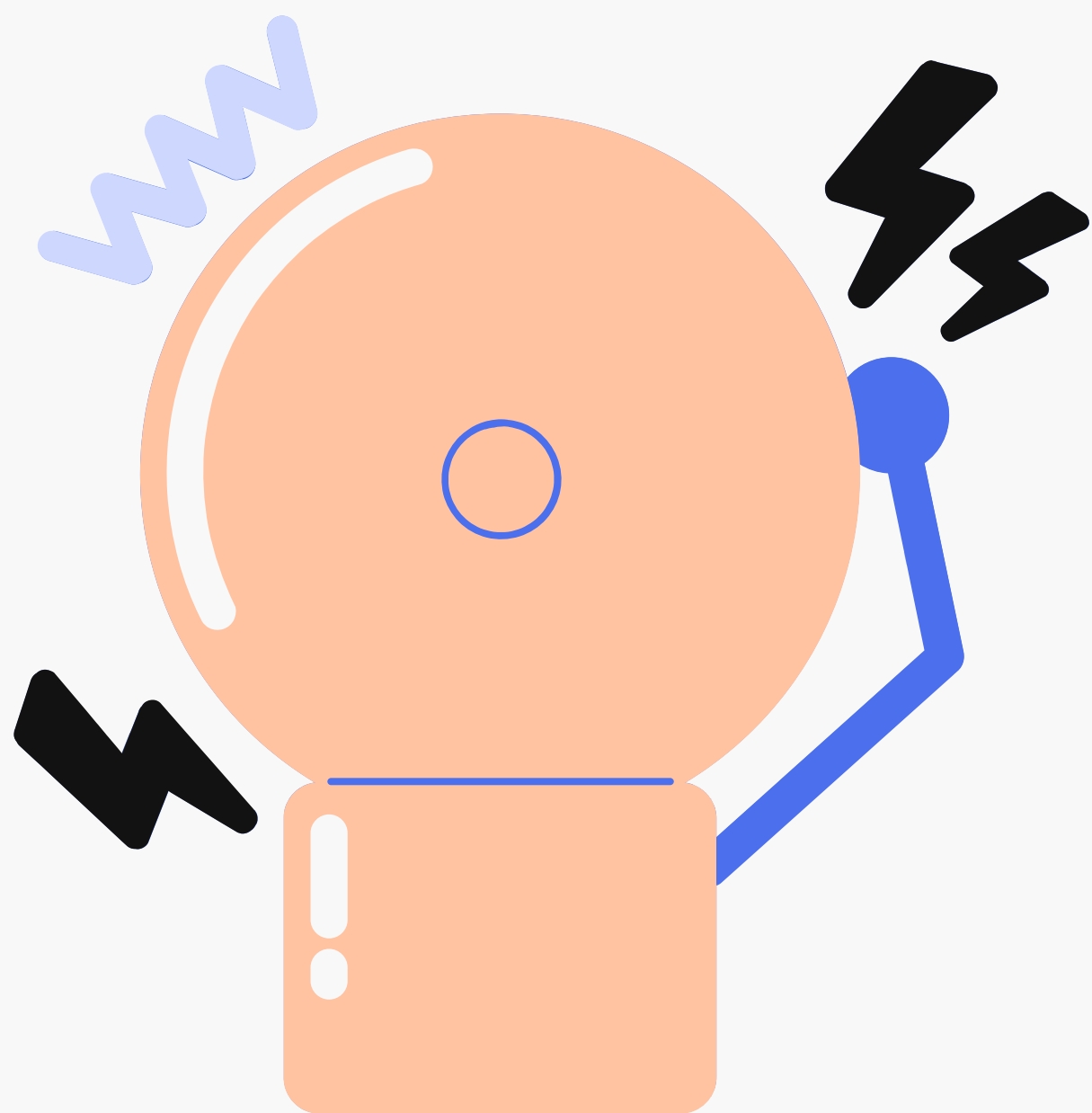
Q & A

Q: 暑假結束，我的實習時數還沒做完，怎麼辦？

A: 請在原單位繼續實習；

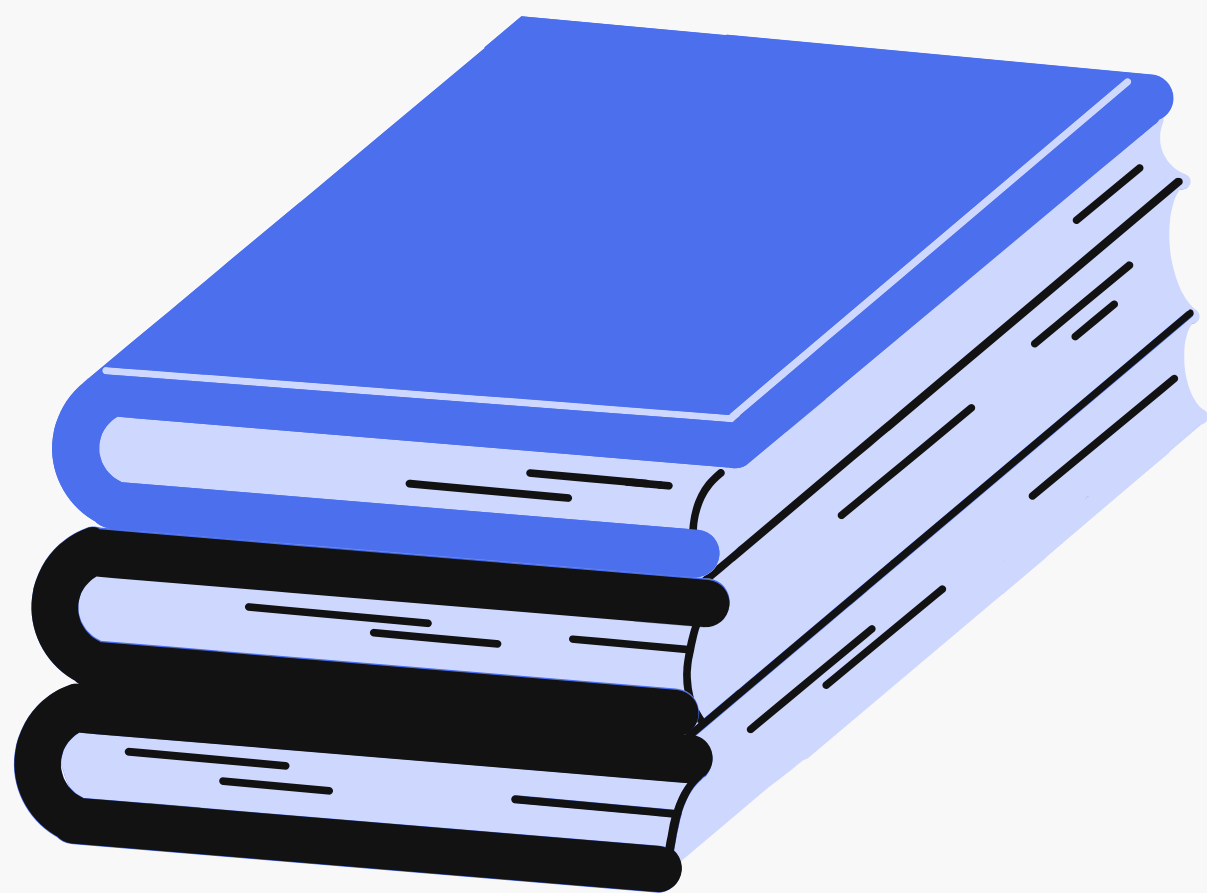
另需自行與系辦回報並登記延長實習。

未依規定正式完成離職程序，亦視同未完成實習。

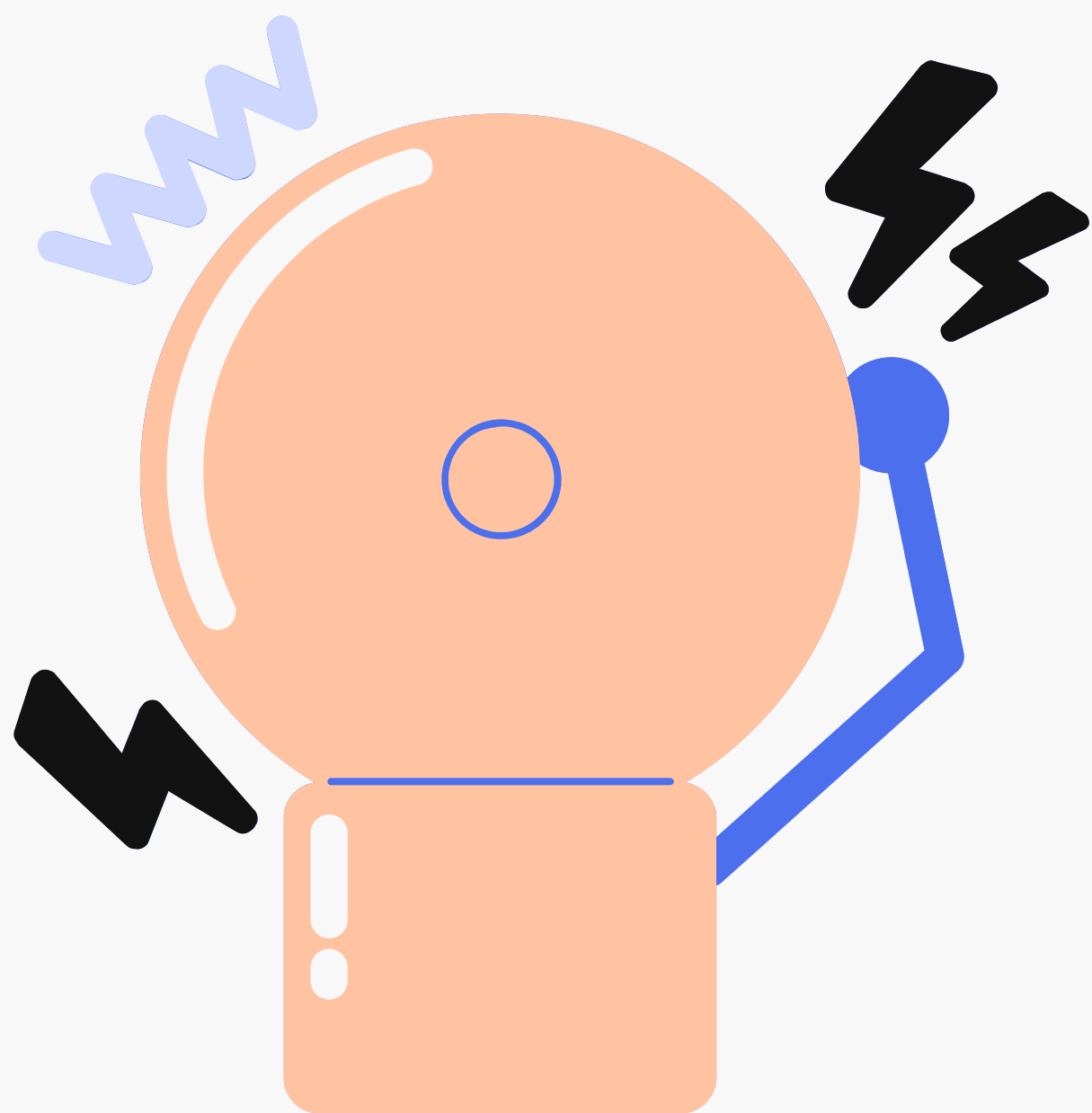


實習「前」 需準備...

實習「前」需準備...



- 列印時數表&考核表(附件二)



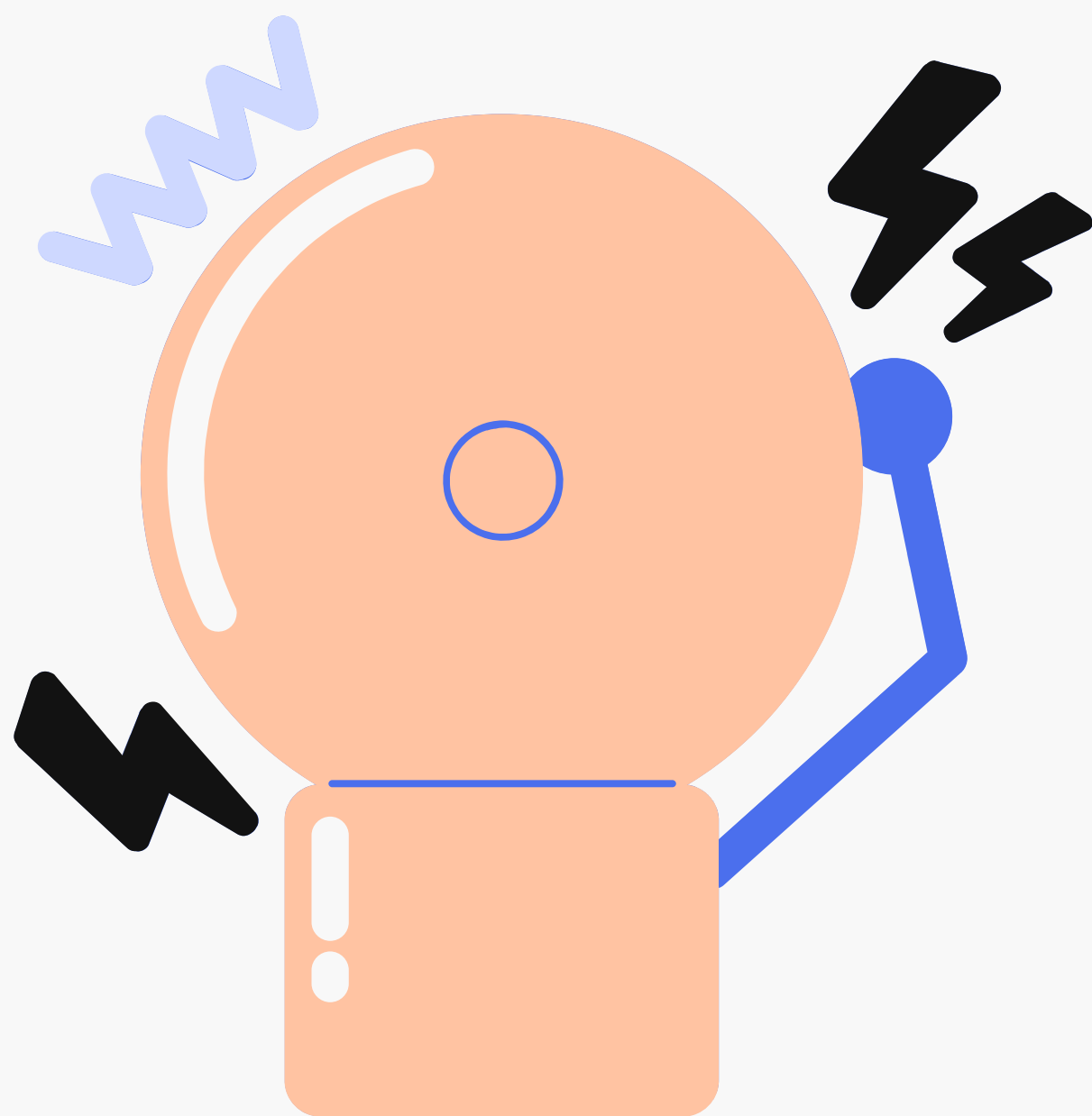
實習「中」 要注意...

實習「中」 要注意...



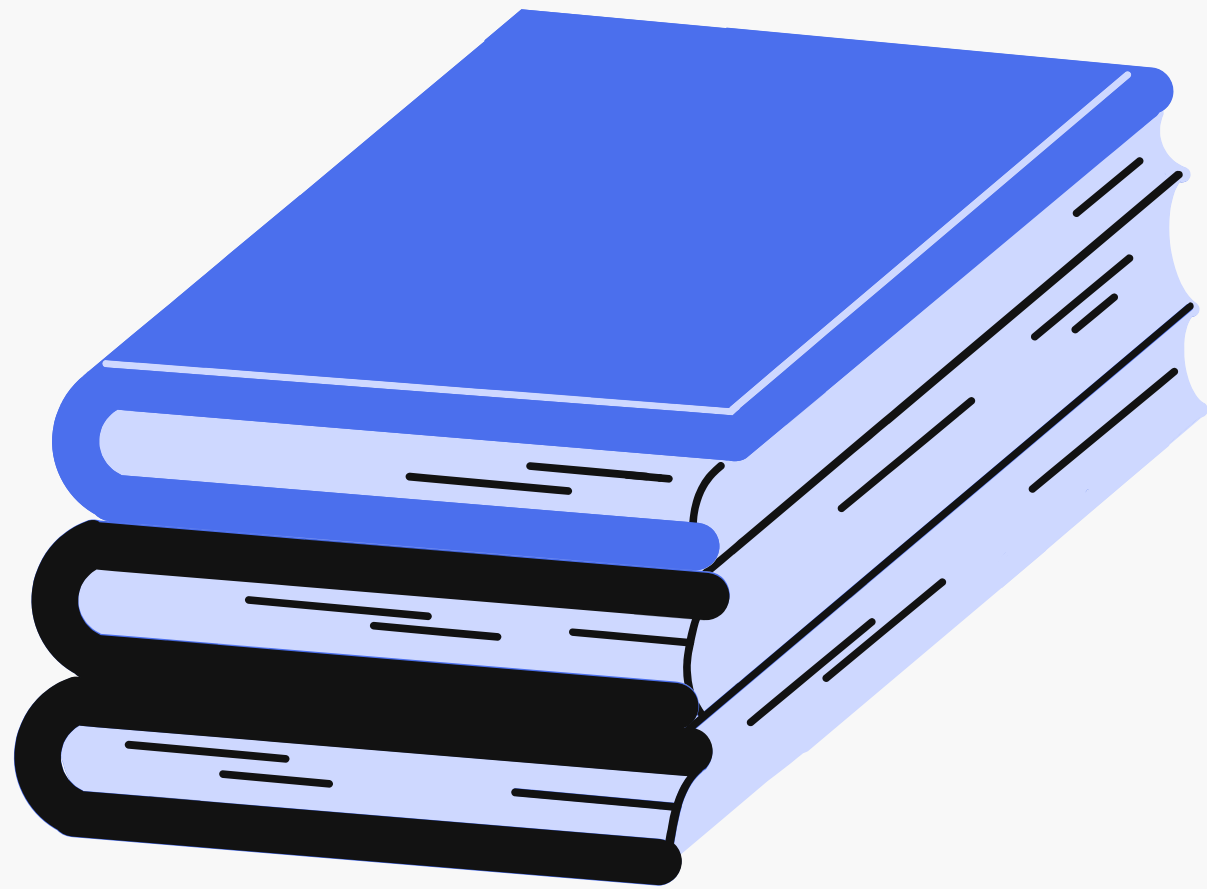
- 填寫實習報到表單(線上)
- 時數表&考核表交由單位填寫
- 確認時數是否達成320小時
- 繳交工作日誌(附件三)

114-115 320小時實習 群組



實習「後」 要繳交...

實習「後」要繳交...



- 填寫自我檢核表(開學後給)
- 時數表&考核表繳回系辦
- 實習心得報告書(附件四)

時數表&考核表(附件二)

1. 實習前 → 列印時數表&考核表
2. 單位報到時 → 交由主管填寫
3. 實習結束後**一個月內** → 請主管以email、郵寄、傳真或**密封**繳回至系辦
4. 考核表成績將成為「觀光實務實習(一)」的成績

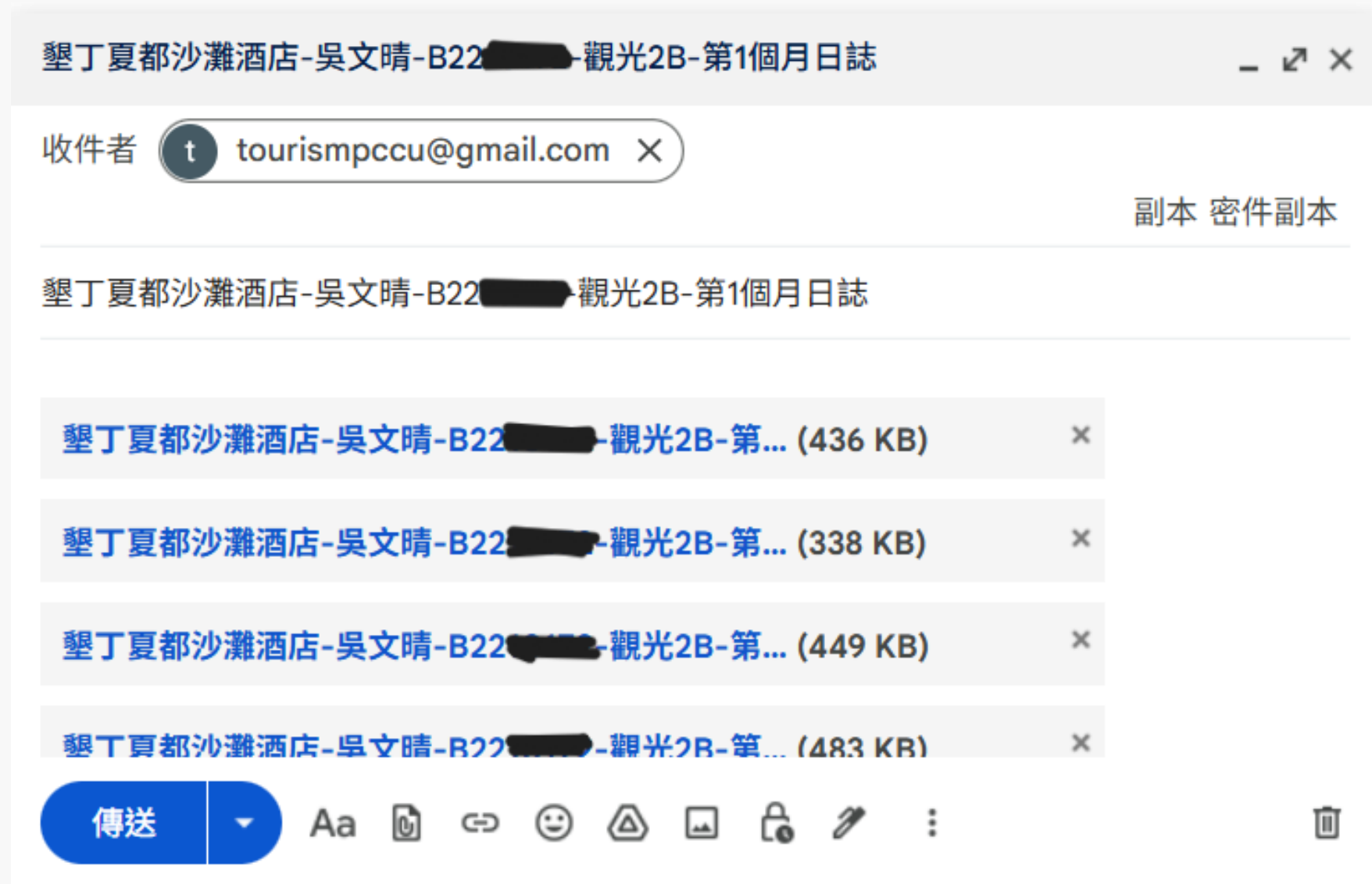
請 貴單位於實習期間，協助填寫本出勤表，做為學生實習時數達 小時以上之證明。

註：請主管評分後，將清楚拍照檔或掃描檔傳email至：tourismpccu@gmail.com，或**密封**後請實習生代為攜回本系繳交，或郵寄至：111396臺北市士林區陽明山華岡路55號 中國文化大學觀光系辦公室收，並敬請惠賜名片乙張，謝謝。

工作日誌(附件三)

- 每滿40小時撰寫一篇，以4篇為單位mail至 tourismpccu@gmail.com。
- 統一格式：PDF檔
- 信件主旨：
xx實習單位-自己名字-學號-班級-第n個月日誌
- 工作日誌檔名：
xx實習單位-自己名字-學號-班級-第n個月-第n週日誌-累積?小時

工作日誌(附件三)



320小時實習

共會有 8篇工作日誌

共會寄到系上信箱 兩次

工作日誌 檔名e.g.:

墾丁夏都沙灘酒店-吳文晴-B22XXXXX-觀光2B-第1個月-第4週日誌-累積時數161.5小時

實習心得報告書(附件四)

- 完成實習後於10月30日前繳交。
- 實習心得報告書將交由系辦統籌安排批改
- 統一mail至tourismpccu@gmail.com
- 繳交格式：PDF檔及紙本
- 信件主旨&檔名：
xx實習單位-學號-系級-姓名-實習心得
- 實習心得報告書成績為「觀光實務實習(二)」的成績

實習心得報告書 格式

- A4紙
- 直式橫寫
- 12pt字型，每行30字
- 中文字：標楷體
- 英文字、數字：Time New Roman

實習心得報告書 格式

- 裝釘：左側4釘書針(不用封套)
- 字數：至少5,000字以上
- 報告書內容包含：
 - a. 單位簡介：1,000字 (20分)
 - b. 實習工作內容：2,000字 (30分)
 - c. 心得與建議：2,000字 (30分)
 - d. 格式及實習相關資料繳交 (20分)

實習心得報告書 內容

- 單位簡介(1000字)
 - 公司之背景介紹
 - 主要市場與業務
 - 各部門組織介紹
- 心得與建議(2000字)
 - 優缺點(各舉兩點以上)
 - 由實習中獲得之經驗及感想
 - 對學校或實習單位之建議
- 實習工作內容(2000字)
 - 實習單位簡介(含組織圖)
 - 工作內容及作業流程(含前置作業)
 - 公司相關規定

實習心得報告書 繳交順序

- 封面 (請上系網實習表單區下載)
- 實習心得評分表 (老師打分用 不要自己寫)
- 實習心得報告
- 左側釘4個訂書針
- 不用封套

電子檔寄送規定 tourismpccu@gmail.com

- 工作日誌

1. 每40小時為一篇，每4篇為單位mail
2. 檔名統一，格式為PDF檔
3. 信件主旨：xx實習單位-自己名字-學號-班級-第n個月日誌
4. 工作日誌檔名：xx實習單位-自己名字-學號-班級-第n個月-第n週日誌-累積?小時

- 實習心得報告書

1. 請於截止日前寄送電子檔案至系上信箱、送交紙本至系辦，逾期視同實習未通過。



若有疑問 請洽文大觀光系辦

- 地點：大恩館819室
- 開放時間：週一至週五 09:00~16:00
(中午時間請讓鎔樺助教休息)
- 實習專用email：
tourismpccu@gmail.com
- 電話：(02)2681-0511 #35705
- 今年協助同學：觀光3B 吳文晴