

中央大學學生國內外實習計畫書

壹、實習動機與目標

鼓勵學生體驗目標職場，培養學生學術、務實致用的能力與態度，建立正確職場觀念，適性發展個人未來需求職能，並提升未來於職場的競爭力與適應力。企業亦能於實習期間觀察學生之表現，評估將來聘用之潛力，藉以儲備公司可用之才。

貳、計畫實習對象

- 一、本校在學生，且實習期間必須保有本校學籍，不可為休學或畢業等狀態。
- 二、本校或企業要求之其他資格。

參、主辦單位

中央大學學務處職涯發展中心

實習媒合會

實體媒合會：預計於每年 4 月舉辦「企業實習媒合會」，針對當年暑期及學期實習，邀請合作企業免費至本校擺攤並宣傳，也可進一步安排現場面試，讓學生近距離了解實習企業及職缺資訊。

線上媒合會：因應疫情或企業不可配合實體活動之時間，企業可提供宣傳影片，或企業至本校，由本校協助拍攝宣傳影片，增加線上宣傳曝光率。

面試

甄選程序得由本校依據申請人之線上書面資料先行篩選，再以系統通知企業進行現場或線上等方式面試。確認錄取名單後，請企業**主動聯繫本校**，本校將通知學生進行簽約。

簽署合約

媒合工作結束後，將進行實習單位、學校、學生三方協商簽署本校所訂之實習合約書，內容包含合約期限、各方職責、工作項目、薪資、保險、輔導內容、考核等資料。(本校公版請參考[官網表單下載>企業合作專區](#))

實習計畫內容

一、實習期間：依企業規劃為主，以下為參考之時程

1. 寒假實習：每年寒假期間，並得配合實習單位彈性調整。
2. 暑期實習：每年暑假期間，並得配合實習單位彈性調整。
3. 學期實習：每年 2 月至 6 月期間或 9 月至 1 月期間，並得配合實習單位彈性調整。
4. 海外實習：暑期或學期實習，並得配合實習單位彈性調整。
5. 學年實習：由兩個學期實習合併。

二、實習企業職責

- 1、實習企業應為政府機關或經政府登記立案之單位，其餘及海外企業應檢附足證明合法設立之相關文件。

2、實習待遇

- (1) 企業須提供實習生薪資，並符合實習當地基本工資。
- (2) 如學生實際實習內容涉及勞務付出及薪資給付，學生與實習企業間成立僱傭關係，應由實習企業為學生投保勞工保險；如學生實習以學習為主要目的，無從事學習訓練課程以外之勞務提供或工作事實，應協助辦理相關保險。
- (3) 實習企業負責安排各種實務訓練，唯不使學生擔任與實習內容不相關及具危險性之工作。
- (4) 實習生每日工作不得超過 8 小時、每週至少實習 24 小時且不超過 40 小時為原則，否則依勞基法規定給付加班費。
- (5) 海外實習
 - 甲、企業須提供實習生於實習期間之住宿及膳食需求。
 - 乙、實習機構得支付實習生機票補助(憑單據核銷)。

3、合約

實習機構須與本校簽訂實習合約，內容包含合約期限、各方職責、工作項目、薪資、保險膳宿、輔導內容、考核等資料。

(請參考[官網表單下載](#)>企業合作專區)

4. 學生個別實習計畫

實習機構替實習學生擬定個別實習計畫，安排專業實務工作。

※以上條件皆可協調

陸、常見 Q&A

Q1：請問有申請合作的期限嗎？

A1：全年開放企業申請，但建議於開始實習前 2 個月完成申請。

Q2：請問有限制實習的期間嗎？

A2：依企業規劃，可參考 P2 實習期間。

Q3：是否需要配合系所的實習課程（學分）？

A3：本計畫書流程皆以實習課程模式進行，學生若需學分得自行向學校申請。

Q4：請問貴校學生是否可以配合全職實習？

A4：除了暑假及寒假外，原則上大部分學生於學期間需回學校上課至少一天，建議規劃實習生每週 3~4 日左右至企業實習，使學生可彈性安排課餘時間進行實習。

Q5：若企業也有制式合約，貴校是否可以配合簽約？

A5：除了配合簽訂本校合約，若經本校法務審閱無不利本校學生之處，本校可配合再簽貴企業合約。另外也可將貴企業合約內容合併自本校合約，減少簽約成本。