**靜宜大學 應用化學系**

**校外實習心得報告**

**實習單位:OOOOOOO公司OOOOO部門**

**實習期間:OOO年OO月OO日至  
 OOO年OO月OO日**

**實 習 學 生 : OOO**

**系 級 : OOOOOO**

**學 號 : OOOOOO**

**指 導 老 師 : OOO**

**中 華 民 國 OOO 年 OO 月 OO 日**

**目 錄**

**(說明:完成心得報告後: 滑鼠點在「一、前言」 處🡪 工具列「參考資料」🡪「更新目錄」🡪「只更新頁碼」，即可完成目錄。更新頁碼後，請將  
與心得無關之說明文字(紫色字)刪除。)**

一、前言 1

二、實習單位介紹 1

三、實習工作內容 1

四、個人實習心得 1

五、結論與建議 1

# 一、前言

(如實習動機、實習準備…等簡述)

# 二、實習單位介紹

(如經營理念、組織架構、主要產品與服務、軟硬體設施…等簡述)

# 三、實習工作內容

(如負責業務簡介、工作流程、活動內容等簡述)

# 四、個人實習心得

(如理論與實務印證之體驗、我覺得自己在企業實習工作的表現怎樣？我學到哪些關於職場的重要事情？我覺得自己在專業技能上有哪些進步？還有哪些可以進一步加強的？實習遭遇困難與解決我覺得自己在核心技能上有哪些進步？還有哪些可以進一步加強的…等)

# 五、結論與建議

(對未來職涯發展的助益：實習這是否契合我的職涯發展方向？怎樣可以讓我的實習工作表現更好？如何充實自己？後續學弟妹實習安排之建議、整體評估(反思自省部分)…等。)

報告內容說明：

1. 一至五項內容約2000字。其中「四、個人實習心得」及「五、結論與建議」內文字數合計須超過本報告前三項 (即前言、實習單位介紹、實習工作內容) 之字數合計。

(2.可附上實習單位工作時照片並加以說明。)

排版規範說明:

1.版面規格:紙張頂端、左側、右側及底端各留邊2.5公分，於底端中央處繕打頁次。

2.文字規格:文章主體以標楷體中文為主，英文及數字採用Times New Roman 字型， 字體大小選用14，行距皆為『固定行高22 pt』，由左至右橫式以打字繕排，文字中引用之外語原文以( )標註。

3.頁 次:[1]插圖、表，以Ⅰ，Ⅱ，Ⅲ…等大寫羅馬數字連續編輯。

[2]報告內文頁次從第一章至附錄，均以1，2，3…等阿拉伯數字連續編頁。