



教育部青年發展署

青年體驗
學習計畫

目 錄

一 計畫目的

二 青年體驗學習內容

三 申請流程

四 審查作業

五 參與青年執行期間輔導配套措施

一 計畫目的

提供高中職應屆畢業生除升學以外的選擇

透過「自己提企劃」，訓練生涯規劃能力，
拓展多元之生活體驗學習面向

運用體驗學習期間探索自我及生涯，
以發展未來生涯方向，提升多元競爭能力

二 青年體驗學習內容

- 由青年自行規劃，或參考運用本部提供之體驗學習管道及資源
- 研提2至3年體驗學習企劃
- 規劃單一或結合數種體驗類型，於國內或國外實踐

志願服務

壯遊探索

達人見習

創業見習

其他

二 青年體驗學習內容

志願服務

❖ 至志願服務運用單位，國內外皆可，如機關、機構、學校、法人或非營利組織等從事志願服務。

➤ 青年署成立16家青年志工中心，提供相關服務活動與輔導諮詢。

資訊可至「青年和平志工團網站-最新消息-青年志工中心」查詢

<https://gysd.yda.gov.tw/ch/index/index.php>



二 青年體驗學習內容

壯遊探索

❖ 至國內外各地長時間遊歷、學習觀察，與當地人文社會深度互動交流，了解我國或他國文化、風土民情，賦予自我與平常以往不同的任務或挑戰。

➤ 青年署於全國設置青年壯遊點，青年可與壯遊點聯繫，進行探索體驗，認識瞭解與關懷臺灣這片土地的不同面向。相關資訊可參考壯遊體驗學習網

—青年壯遊點專區<https://youthtravel.tw/travelspot.php>

➤ iYouth青年國際圓夢平臺

<https://iyouth.youthhub.tw/>

➤ 外交部NGO雙語網

<http://www.taiwanngo.tw/>

iYouth青年國際圓夢平臺
iYouth Platform for Making Youth's International Dream Happen



二 青年體驗學習內容

達人見習

- ❖ 可選定國內外之工藝中心、機構等單位學習當地民俗或地方特有的技能、藝能、技藝等，增進個人文化素養或技術涵養。
- 跟隨手藝達人、工藝達人見習，也是體驗學習的方式。

例如青年學習養身按摩技巧，幫助成人和嬰兒保健；利用暑假跟隨咖啡達人學習拉花技巧；在北港學習竹燈籠編織與彩繪，或在臺東鹿野瞭解茶文化，體驗烘培茶葉過程。



二 青年體驗學習內容

創業見習

❖ 至新創公司向創業家見習之方式學習新創事務，增進對創業之瞭解，見習地點可涵蓋國內外。

➤ 青年可先蒐集新創公司的資訊，接洽有興趣的產業，規劃見習內容，體驗過程中可進一步思考生涯規劃方向。相關資訊可參考

➤ 青年署「青年資源讚」網站-就業創業專區

<http://youth-resources.yda.gov.tw/>



➤ 創創點火器網站-新創展示會專區 <http://www.rockfuture.net/topic/>

➤ 大專畢業生創業服務計畫-群星榜專區

<http://ustart.yda.gov.tw/>



U-start
勇於挑戰 大膽創新

二 青年體驗學習內容

其他

❖ 自行規劃符合體驗學習精神之內容。

➤ 青年可規劃如打工換宿，或在壯遊行程裡同時擔任志工、與達人見習過程中也在當地社區從事志願服務，各種多元的方式，進行更豐富的體驗與學習。

➤ 青年故事案例—「青•探」

(網址 https://www.youtube.com/watch?v=IHab_iUmcUA)

青年署官網-「國際及體驗學習-壯遊體驗-青年壯遊體驗學習活動-成果分享」



二 青年體驗學習內容



看看他人的經驗

超牆青年
ROCK THE FUTURE

超牆
影音



當青年遇到青年



超牆TuesDay



國際參與



度假打工



壯遊體驗



青年志工



社區參與



Rich職場體驗



青年創很大

「超牆青年」(<https://ydahub.tw/>) 集結了青年發展署為青年規劃的達人直播、超牆新聞、超牆特輯等多元的方式，提供青年豐富的資源與服務，讓青年藉由看到、聽到其他青年逐夢的過程和經驗，看得更高、更遠，最終可以順利翻越、超越高牆，飛向未來！

三 申請流程

申請流程

申請資格

- 當年度高級中等學校應屆畢業生
- **不包含**：參與產學攜手合作計畫、雙軌訓練旗艦計畫、產學訓合作訓練者

申請方式

- 備妥申請資料並上傳至「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」填報系統

<https://young.cloud.ncnu.edu.tw/SignUp>

申請資料

- 申請書：含基本資料表、自傳與動機、學習及國際體驗(想參與的體驗學習類型、體驗學習企劃內容)
- 簽署方案共同注意事項

三 申請流程

申請書內容(一)

基本資料表

體驗計畫：
點選青年體驗
學習計畫

參與期程：
視企劃需求，
選擇2年或3年

教育部 108 年度「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」申請書

● 基本資料表

申請日期：108年○月○日

姓 名		身分證 統一編號	
就讀學校 (全銜)		希望就業 的地區	縣 市
出生日期	○年○月○日	性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
就讀學制班別	<input type="checkbox"/> 日間部普通科(高中) <input type="checkbox"/> 進修部普通科(高中) <input type="checkbox"/> 綜合高中_____學程 <input type="checkbox"/> 日間部專業群科(高職)_____科 <input type="checkbox"/> 進修部專業群科(高職)_____科 <input type="checkbox"/> 實用技能學程(<input type="checkbox"/> 日間上課 <input type="checkbox"/> 夜間上課)：_____科 <input type="checkbox"/> 建教合作班：_____科 <input type="checkbox"/> 非學校型態實驗教育(與學校合作) <input type="checkbox"/> 非學校型態實驗教育(非與學校合作)		
特殊條件	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 身心障礙_____類別 <input type="checkbox"/> 中低收入 <input type="checkbox"/> 低收入		
授權同意	為參加「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」之申請需要，本人同意提供「青年教育與就業儲蓄帳戶方案填報系統」內之個人資料，惟僅限於使用於本方案必要之範圍內，且個資必須採取安全妥適之保護措施與銷毀程序，非經本人同意或法律規定，不得揭露於第三者或散布。 <input type="checkbox"/> 同意 <input type="checkbox"/> 不同意		
體驗計畫 (場域)	<input type="checkbox"/> 青年就業領航計畫(職場體驗) <input type="checkbox"/> 青年體驗學習計畫(學習及國際體驗) (限選一項)		
參與期程	<input type="checkbox"/> 2年 <input type="checkbox"/> 3年 註：1.職場體驗至多發給3年儲蓄金 2.學習及國際體驗不發給儲蓄金 3.計畫執行期間皆可辦理兵役暫緩召集		
電子信箱 (常用的郵件信箱)		聯繫電話	
		行動電話	
緊急聯絡人 姓 名		關 係	
		電 話	
通訊地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> (郵政區號) 縣 市 區鄉 里 鄰 路 段 號 樓 市 市鎮 村		
戶籍地址	<input type="checkbox"/> 同上 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> (郵政區號) 縣 市 區鄉 里 鄰 路 段 號 樓 市 市鎮 村		



申請與審查

申請書內容(二)

自傳與動機

自傳與動機

簡述個人成長背景與現況、學習歷程特殊表現與經驗、自我期許及未來發展等，並陳述申請計畫的原因。

- 家庭、成長背景，對我帶來什麼影響
- 描述自我特質，並連結到為何想參加計畫、自我期許、未來想像的生活或環境、實踐自我價值的方向
 - ☑ 我對哪些事物有興趣
 - ☑ 我的人格特質
 - ☑ 曾經培養的興趣或能力、已具備哪些能力
- 在學校學習期間，有哪些特殊的經歷或表現，和這次提企劃的關聯度

三 申請流程

申請書內容(三)

學習及國際體驗探索規劃

想參與的
體驗學習類型

- 志願服務
- 壯遊探索
- 達人見習
- 創業見習
- 其他 (至多3項)

- ❖ 志願服務：至志願服務運用單位，國內外皆可，如機關、機構、學校、法人或非營利組織等從事志願服務。
- ❖ 壯遊探索：至國內外各地長時間遊歷、學習觀察，與當地人文社會深度互動交流，了解我國或他國文化、風土民情，賦予自我與平常以往不同的任務或挑戰。
- ❖ 達人見習：可選定國內外之工藝中心、機構等單位學習當地民俗或地方特有的技能、藝能、技藝等，增進個人文化素養或技術涵養。
- ❖ 創業見習：至新創公司向創業家見習之方式學習新創事務，增進對創業之瞭解，見習地點可涵蓋國內外。
- ❖ 其他：自行規劃符合體驗學習精神之內容。



申請流程

申請書內容(四)

在開始著手研擬體驗學習企劃內容前，
可以先想想以下5W+2H+1E+1R

WHY 寫這份企劃的緣起，發現什麼問題或機會？

WHAT

企劃有哪些內容、
如何把想法具體化

HOW 用甚麼方法達成目的、
具體的行動方式達成各項目標

WHO 企劃執行過
程和哪些人有關聯

WHERE 將會在
哪些地點執行企劃

WHEN 每個階段
的期程

HOW MUCH

經費來源
預算有多少
支出在哪些項目
如何分配經費

EFFECT

預期達到什麼成效
未來如何檢視有否達到
最初設定的目的

RISK 風險應變

執行企劃過程可能遇到
哪些挑戰、困難、危機
如何因應

三 申請流程

申請書內容(五)

學習及國際體驗探索規劃—體驗學習企劃內容

體驗學習 企劃內容 綱要

- (一)企劃發想：動機、目的等。
- (二)體驗學習規劃主題、內容及執行方法：
包含事前規劃準備、執行過程記錄、呈現方式等。
- (三)行(期)程。
- (四)預算規劃及來源。
- (五)預期效益：自我期許等。
- (六)其他：請自行延伸撰擬，如有相關附件亦可放置於企劃中。



申請流程

申請書內容(六)

學習及國際體驗探索規劃—體驗學習企劃內容

企劃發想

- ☑ 參與計畫的動機，例如受到人、事、物的影響，或想透過計畫實踐個人興趣、理想，或訓練獨立生活、探索哪些領域。
- ☑ 規劃的目的，例如想達成個人哪些理想或價值觀、想改變環境成為什麼狀態、想釐清生涯方向。

規劃主題 內容 執行方法

- ☑ 執行企劃前準備事項，例如體驗地點與單位資訊蒐集、行程安排、出國語言能力、取得志願服務證。
- ☑ 鼓勵規劃多元體驗類型，並設定主題，例如2年有3段期程，各進行服務老人、學習傳統療法、踏查臺灣小百岳等不同的主題。
- ☑ 想在執行企劃的過程當中，發現什麼、學習甚麼
- ☑ 執行過程中，如何管理自己的時間、遇到挫折時如何面對
- ☑ 如何評估執行完成後，自己要繼續升學或是進入職場
- ☑ 除了填寫雙週誌，還可用哪些工具紀錄自己體驗過程，例如相片圖文、影像錄影、臉書粉絲專頁或IG
- ☑ 體驗成果的呈現方式，例如寫成一本書、剪輯為影片、辦理分享會、回高中母校分享經驗

三 申請流程

申請書內容(七)

學習及國際體驗探索規劃—體驗學習企劃內容

行(期)程

- ☑ 2年(或3年)期間，每種體驗學習類型的執行區間、執行主題、地點等。以下為執行2年的範例。

起迄年/月 (期程)	體驗類型	執行主題	地點	單位名稱	備註
108.8~109.7 (為期 1 年)	志願服務 (為主)	服務老人	嘉義市	OO 老人 安養中心	安養中心提供 住宿
	壯遊探索 (為輔)	登山健身 探索山岳 之美	臺灣小百岳 當中，至少 完成 20 座	無	參加登山社學 習登山技能、 假日爬山壯遊
109.8~109.12 (為期 5 個月)	壯遊探索	打工換宿 學習英文	臺東縣、 花蓮縣	OO 民宿、 OO 青年 旅舍	一方面賺取 110 年到英國 的旅費，一方 面準備英文
110.1~110.7 (為期 7 個月)	壯遊探索	英國藝術 文化探索	英國倫敦等 各處旅行	美術館、博 物館、展覽 館等場所	透過住宿青年 旅舍結識各國 不同青年朋友

三 申請流程

申請書內容(八)

學習及國際體驗探索規劃—體驗學習企劃內容

預算規劃 及來源

- ☑ 盤點執行企劃可能會產生的經費支出，其中保險費務必編列，並建議編預備金，以因應臨時需求，並請說明經費來源，或籌措經費的方式。以下為執行2年的範例。

經費項目	金額(新臺幣)	支用內容
交通費(國內)	25,000	含油資、機車維護、火車、公車等
交通費(國外)	40,000	機票、地鐵、公車等
餐費	48,000	部分打工換宿供餐：2,000*24(月)
住宿相關費用	50,000	國內或國外的住宿費用
裝備費	5,000	睡袋、大背包等
課程費	10,000	登山技能培訓、英語能力課程
生活費	240,000	其他生活開銷：10,000 × 24(月)
保險費	4,000	投保意外險 200 萬元及醫療保險 20 萬元
預備金	20,000	支應臨時需求的彈性費用
合計	442,000	
經費來源/ 籌措方式	經費來源主要為自己以前的儲蓄，並透過體驗學習期間的打工換宿籌措不足之經費	



申請流程

申請書內容(九)

學習及國際體驗探索規劃—**體驗學習企劃內容**

預期效益

- ☑ 期待執行完成後，實現哪些自我期許的理想。
- ☑ 對未來生涯方向，有否更清楚的藍圖。
- ☑ 完成企劃目的後，對個人、親友、社會帶來的影響。

其他

請自行延伸撰擬，如有相關附件亦可放置於企劃中，例如：

- ☑ 校內外各項表現的紀錄、擔任班級幹部、參與社團活動、語言檢定、專業證照、工讀經歷等(檢附證明文件)
- ☑ 與體驗學習類型相關的經歷文件

四 審查作業

學校初審推薦青年，參加企劃輔導營(5-6月期間)後
修正企劃書提報複審



第一階段行前企劃審查(7月)
審查通過者可依所提企劃執行



第二階段執行情形審查(前一年度12月底提出執行報告)
審查通過者，青年署具函證明青年參加本計畫



第三階段成果報告審查(執行期滿一個月內提出報告)
審查通過者可獲得完成計畫參與證明書

四 審查作業

企劃輔導營

預計5~6月期間辦理，協助提案青年完善企劃書內容

企劃輔導營邀請講師講授企劃書撰寫方式及學長姐分享執行經驗，並安排審查輔導委員與青年面對面研討企劃內容。



五 參與青年執行期間輔導配套措施

諮詢輔導 小組委員

提供參與青年
體驗學習
或教育學習
問題諮詢

郭祥益/高雄市立中正高中輔導室退休主任

賴樹盛/全球在地行動公益協會秘書長

丁元亨/願景青年行動網協會執行長

謝智謀/國立臺灣師範大學公民教育與活動領導學系教授

陳美燕/國立臺灣師範大學運動休閒所教授

林玉珮/主婦聯盟環保基金會常務董事

劉克襄/中央社董事長

朱士維/國立臺灣大學物理學系教授

賴偉傑/臺灣綠色公民行動聯盟理事

王國英/中央大學大氣科學系暨大氣物理研究所特聘教授

五

參與青年執行期間輔導配套措施

補助保險 經費

補助每人每年新臺幣2,500元為限之投保經費

兵役 學籍保留 配套措施

協助役男暫緩徵兵、已獲得大專校院錄取之學生可辦理保留入學資格或休學

諮詢輔導 專案窗口

提供參與青年計畫執行問題諮詢服務
(02)77365582 youthee@mail.yda.gov.tw

五

參與青年執行期間輔導配套措施

預約 諮詢輔導

視青年需要，得採個別或團體方式諮詢輔導

座談會

邀請參與青年分享執行近況，並請輔導小組委員提供建議

雙週誌

參與青年填寫雙週誌，留下體驗過程心得紀錄
青年亦可於線上提問，由輔導小組委員協助

五 參與青年執行期間輔導配套措施

LINE 群組互動

與參與青年建立LINE群組聯繫互動，鼓勵青年相互交流經驗與分享

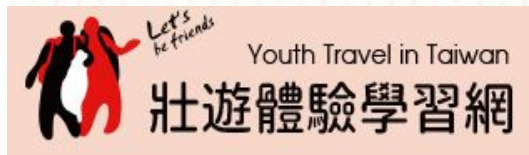
成果 分享

邀請參與青年進行分享及傳承體驗學習經驗，擴散計畫辦理效益，約12月辦理

就學 配套措施

- 若有獲得大專校院的錄取通知，請務必報到，才能作為保留學籍的依據。
- 提供大學回流教育機制(特殊選才、甄選入學或個人申請、彈性選系)；執行企劃期間會進行就學意願調查
- 完成體驗者可獲得參與證明書，作為未來申請入學備審資料

計畫網址及諮詢資訊



<https://youthtravel.tw/>



諮詢窗口 02-77365582
02-25527115



youthee@mail.yda.gov.tw



青年體驗學習計畫-宣導影片
<https://youthtravel.tw/>
(壯遊體驗學習網/影音專區)

簡報結束

謝謝聆聽

