

國立高師大附中 111 學年度生命教育 3Q 達人甄選活動實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部「生命教育推動方案」。
- 二、教育部「校園學生自我傷害三級預防工作計畫」。
- 三、高雄市 112 年度「友善校園」學生事務與輔導工作—各級學校生命教育 3Q 達人甄選活動實施計畫。
- 四、本校 111 學年度學生輔導工作實施計畫。

貳、目的：

- 一、發揚 3Q 精神，表彰積極正向，關懷惜福的生命態度。
- 二、探索生命內涵與意義，學習欣賞生命的豐富與可貴。
- 三、分享生活經驗，展現生命潛能，營造熱愛生命的友善校園。

參、主辦單位：輔導室

肆、參加對象：高一、高二、國一、國二及國小部學生

伍、實施內容：

一、3Q 特質說明：

- (一) AQ (Adversity Quotient) 逆境智商達人：具有良好的挫折忍耐力，能以彈性面對逆境，積極樂觀，接受困難的挑戰，發揮創意找出解決方案，不屈不撓，愈挫愈勇，表現卓越有具體事實者（不限定身心障礙學生）。
- (二) EQ (Emotional Quotient) 情緒智商達人：具有良好的情緒管理的能力，激勵自己愈挫愈勇，能設身處地為人著想，良好之溝通能力及人際關係，克服困難，積極樂觀影響別人，有具體事實者。
- (三) MQ (Moral Quotient) 道德智商達人：具有良好的品德，守法重公德、尊重寬恕、忠心誠實、負責合作等良好情操，且有具體事實者。

二、評選對象及條件：

- (一) 國小部各班及國一、國二、高一、高二等各班推薦能展現 3Q 特質，足為表彰之同學。每班 AQ、EQ、MQ 各項達人至多推薦一人，每一受推薦學生僅限參選一類。
- (二) 各班 AQ、EQ、MQ 等達人被推薦人需準備以下資料：
 1. 報名表(如附件一)。
 2. 優良事蹟表(如附件二)。

(1)格式說明：書面資料以中文 Word 軟體繕打。版面設定 A4 直式橫書規格，邊界為上下 2cm、左右 2cm。內頁文字以 14 號標楷體，標點符號以全形字，行距採固定行高 26pt 等格式書寫。

(2)優良事蹟內容以最近三年內符合評選條件之事蹟為限，採自我敘述或由師長推薦方式詳細說明，字數以 2,000 字為限（至少書寫 500 字）。佐證資料表建議放入與推薦主題（逆境智商、情緒智商或道德智商）相關之照片、圖片、經歷、生活紀事等以輔助說明。內容不拘，但以 3 頁為限。

(三)本活動配合高雄市 112 年度各級學校生命教育 3Q 達人甄選活動辦理，國小部和國中部另遴選本校 AQ、EQ、MQ 等達人校代表參加高雄市 3Q 達人市賽決選。本校高中部學生未符合高雄市本活動之遴選對象，故不推舉校代表參賽，僅辦理校內班級達人選拔。

陸、作業時程：

- 一、 各班 3Q 達人資料繳交：112 年 3 月 1 日截止。被推薦人需繳交資料為「報名表」和「優良事蹟表」。
- 二、 本校國小部和國中部校代表遴選：112 年 3 月 6 日。
- 三、 上傳參加高市決選之校代表資料：112 年 3 月 10 日至 24 日。

柒、獎勵

- 一、 各班 3Q 達人代表名單將製成海報張貼、公告，周知全校。
- 二、 各班 3Q 達人代表及國小部、國中部 3Q 達人校代表頒予當選證書。
- 三、 參加高雄市 3Q 達人決選榮獲入選者，予以敘獎。

捌、預期效益

- 一、 培養學生積極正向，關懷惜福的生命態度。
- 二、 引導學生探索生命意義，並學習欣賞生命的真善美。
- 三、 促進生活經驗的交流，營造熱愛生命的友善校園。

玖、本計畫陳 校長核可後實施，修正時亦同。