

# 高雄市114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

### 一、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」。

### 二、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，建立敘說生命故事之能力，營造  
熱愛生命的友善校園。
- (四) 落實友善校園及生命教育相關議題融入雙語的學習主軸，辦理生  
命教育雙語暑期營隊暨3Q 達人甄選成果展。

### 三、辦理單位：

- (一) 主辦機關：高雄市政府教育局
- (二) 承辦單位：高雄市立仁武高級中學
- (三) 協辦單位：新興高級中學、前峰國民中學、國昌國民中學、明華  
國民中學、鳳山國民中學、前鎮國民中學

### 四、辦理時間及地點：

- (一) 計畫說明會：

1.時間：114年2月14日（星期五）上午8時50分至11時20分

2.地點：仁武高中三樓視聽教室

3.內容：高雄市3Q 達人甄選活動計畫及線上報名操作程序說明，讓各

校承辦人員了解本次作業內容，提昇工作效能，並規劃

主題講座分享（如：邀請三級學校分享校內活動方式以

營造熱愛生命的友善校園等）。（說明會流程如附件一）

（二）3Q 達人甄選時間及地點：

1.校內初選：

（1）校內初選辦理期間：114年2月至3月28日（各校自訂）。

（2）校內初選收件處：各校承辦單位

2.全市決選：

（1）全市決選收件期間：114年3月17日至3月28日止。

（2）全市決選收件處：一律採用線上報名及資料上傳。

（三）生命教育雙語暑期營隊暨3Q 達人甄選成果展：

1.時間：114年8月11日(星期一)至114年8月13日(星期三)，共三天

兩夜。(暫定)

2.地點：南華大學。

3.內容：南華大學為教育部生命教育中心，結合其資源辦理生命教育

雙語暑期營隊暨3Q 達人甄選成果展（邀請國高中優選學

生參加，辦法另訂），落實友善校園及生命教育相關議

題融入雙語的學習主軸。

五、甄選對象：高雄市政府教育局主管各公私立國小、國中及高中職校  
(含進修部) 在學學生。

六、實施方式：

(一) 3Q 達人校內初選：由各校自辦校內3Q (AQ/EQ/MQ) 達人評選，並遴選3Q (AQ/EQ/MQ) 達人各一名，報名參加全市決選。

(二) 3Q 達人全市決選：獲選各校校內之3Q (AQ/EQ/MQ) 達人學生，即為全市決選之候選學生。各校將相關資料已核章報名表、優良事蹟表上傳至高雄市政府教育局全球資訊網/資訊服務入口/「表單填報」系統及「學校評鑑」系統，由仁武高中彙整後，邀請專家學者擔任評審，召開評審會議，擇優遴選後，陳報教育局獎勵與表揚。

七、實施內容：

(一) 3Q 達人評選對象及條件：本評選活動評選類別分 AQ、EQ、MQ 等三類達人。凡能展現3Q 中之一特質，足為表彰之學生，皆可推薦參加，每一受推薦學生僅限參選一類，每校每類以一人為限。

1.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。

## 2.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。

## 3.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) 3Q 達人表格填寫原則：

1. 「3Q 達人甄選活動報名表」及「受推薦學生優良事蹟表」，公告於仁武高中首頁(<https://www.rwm.kh.edu.tw/>)，請下載使用。

2.各校學生參加決選時，資料上傳說明如下：

(1)上傳網址：<https://portal.kh.edu.tw/>

(2)表單填報系統中填寫報名資料，並完成校長提交。

(3)學校數位評鑑網管理系統上傳已核章報名表(附檔名為.jpg 或 PDF)，如附件二，並完成校長提交。

(4)學校數位評鑑網管理系統上傳優良事蹟表(含甄選影片連結)：版面設定以 A4直式橫書規格，邊界(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 為標準。(PDF 檔，檔案大小上限為

2MB，並請勿編頁碼)，如附件三之1、附件三之2、附件三之3。

3.附件三之優良事蹟內容以最近三年內符合評選條件之事蹟為限。

請受推薦學生以文字簡述個人生命故事與優良事蹟，字數以2500字為限(未符合上述規定，評審得斟酌扣分)。並得輔以短影音方式述說個人生命經驗與故事，展現生命潛能。影片內容形式不拘，以5分鐘為限，請將影片上傳至YouTube平台後提供連結，影片標題為：高雄市114年度3Q 達人甄選-就讀學校-學生姓名。

4.資料上傳至指定網站，檔名設定為「學校代碼-類別-校名姓名

名」，例如：「124313-AQ-仁武高中國中部曾幸福報名表」及「124313-AQ-仁武高中國中部曾幸福優良事蹟表」。

5.同教育階段已獲選為高雄市3Q 達人優選或入選者，不得再次推薦參加相同類別。

6.表單填報及檔案整理相關注意事項請參閱附件四。

(三) 3Q 達人推薦報名期限：

1.校內初選截止日期：由各校自訂(114年3月28日前)。

2.全市決選報名截止日期：114年3月28日。

(四) 工作項目時程

	項目	作業內容	辦理單位	期程
1	計畫說明會	3Q 達人甄選活動計畫及網路報名系統說明	仁武高中 圖書館	2/14(五)
2	初選	由各校辦理校內初選，遴選推薦參加決選	各級學校	2月~3/28
3	決選收件	各校上傳學生報名表及優良事蹟表	仁武高中 圖書館	3/17~3/28
4	彙整資料	彙整各級學校報名表及優良事蹟表		3/31~4/11
5	決選評審	由承辦單位邀請專家學者擔任評審，召開評審會議，擇優遴選		4/14~4/25
6	決選彙整	彙整獲選學生名單、報名表、優良事蹟表		4/28~5/2
7	決選公告	決選獲選名冊陳報教育局，由教育局發函通知。		5/09 (暫定)
8	頒獎	獲獎學校領取優選入選3Q 達人學生獎狀及獎品，由校內頒獎。		5/23 (各校自訂)
9	生命教育雙語暑期營隊暨3Q 達人甄選成果展	南華大學為教育部生命教育中心，結合其資源辦理生命教育雙語暑期營隊暨3Q 達人甄選成果展（邀請國高中優選學生參加），落實友善校園及生命教育相關議題融入雙語的學習主軸。	仁武高中 教務處 圖書館 南華大學	8/11~8/13
10	成果彙整	本市三級學校3Q 達人優選學生事蹟成果影片。	仁武高中 圖書館	12/12前

(五) 獎勵與表揚

1.全市決選，高中職組預計選出三類達人各15人；國中組預計選出三類達人各30人；國小組預計選出三類達人各30人，前述獲入選學生中各類組推選5名榮獲優選，其餘為入選。優選學生頒發獎狀乙張及禮券800元或等值獎品，入選學生頒發獎狀乙張及獎品，並依各校獎懲辦法敘獎，以茲獎勵。實際人數依評審會議決議之。

2.每一獲選3Q 達人學生之推薦教師（1人次）及學校承辦人員（1人次），依高雄市各級學校及幼稚園教職員工獎懲案件處理要點規定敘獎（嘉獎1次）。

八、經費需求：本活動所需經費為新台幣400,000元，由高雄市政府教育局專款補助，如經費概算表（附件五）。

## 九、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。

十、本項工作圓滿完成及成果彙集後，承辦及協辦單位相關工作人員依「高雄市各級學校及幼兒園教職員工獎懲標準補充規定」敘獎。

附件一

## 高雄市114年度校園學生自我傷害三級預防工作 - 各級學校生命教育校園3Q 達人甄選計畫說明會

一、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」。

二、目的：藉此研習活動，讓各校承辦人員了解本次作業內容及線上報名操作程序，提昇工作效能。

三、辦理單位：高雄市立仁武高級中學

四、辦理日期：114年2月14日（星期五）上午8時50分至11時20分

五、辦理地點：仁武高中三樓視聽教室

六、程序表：

時 間	活 動 內 容	主持/主講人
08:50~09:00	報到、領取資料	仁武高中圖書館
09:00~09:10	長官致詞	教育局長官 仁武高中校長余忠潔
09:10~10:40	3Q 達人甄選活動經驗分享	仁武高中 施馨茹主任 大仁國中 楊琇媛主任 三民國小 王瑀玲老師
10:40~10:50	休息時間	仁武高中圖書館
10:50~11:10	報名系統操作及注意事項說明	仁武高中圖書館
11:10~11:20	綜合座談	教育局長官 仁武高中校長余忠潔
11:20~	快樂賦歸	

七、參加人員全程參加者覈實登列2小時研習時數。

附件二 高雄市114年度校園學生自我傷害三級預防工作  
- 各級學校生命教育校園3Q 達人甄選活動報名表

學校名稱			
學生資料	姓名		性別 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 其他(請說明)
	年級	年 班	
承辦人	職稱		
	姓名		
	e-mail		
	電話		
	手機		
參選組別	<input type="checkbox"/> 國小組 <input type="checkbox"/> 國中組 <input type="checkbox"/> 高中職組	參選類別	<input type="checkbox"/> AQ 達人(逆境智商) <input type="checkbox"/> EQ 達人(情緒智商) <input type="checkbox"/> MQ 達人(道德智商)
<b>授權書</b>			【此處請置放學生照片一張，形式不拘】
本人 _____(學生姓名) <input type="checkbox"/> 同意本次得獎作品(含優良事蹟內容及甄選影片)授權主辦機關全權處理編輯與刊載事宜。 <input type="checkbox"/> 屬保護個案，推薦內容選擇不公開刊載。			
參選學生簽名處			
家長簽名處			

推薦師長					
學校承辦人		單位主管		校長	

附件三之1

## 高雄市114年度校園學生自我傷害三級預防工作 - 各級學校生命教育校園3Q 達人甄選活動優良事蹟表

一、推薦組別：國小組 國中組 高中職組

二、推薦類別：**AQ 達人(逆境智商)**

三、推薦學校：

四、學生姓名：

五、師長推薦評語：（請師長勾選或書寫推薦原因，可複選）

具有良好的挫折忍受力，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。

其他 \_\_\_\_\_

六、個人生命故事與具體優良事蹟：（請受推薦學生以文字敘述，限2500字內）

七、佐證資料：（以不超過3頁為限）

甄選影片連結：

（受推薦學生得輔以短影音方式提供具體事蹟述說個人生命經驗與故事，展現生命潛能，若無

短影音內容可免附。影片內容形式不拘，以5分鐘為限；請將影片上傳至個人 Google 雲端硬碟或 YouTube 平台後提供連結，影片標題為：高雄市114年度3Q 達人甄選-就讀學校-學生姓名 )

說明：

請掃描或貼上相關可供佐證之電子相片、圖片、文章...等 ( 內容不拘，惟須與推薦主題有關 )

說明：

請掃描或貼上相關可供佐證之電子相片、圖片、文章...等 ( 內容不拘，惟須與推薦主題有關 )

附件三之2

## 高雄市114年度校園學生自我傷害三級預防工作 - 各級學校生命教育校園3Q 達人甄選活動優良事蹟表

- 一、推薦組別：國小組 國中組 高中職組
- 二、推薦類別：**EQ 達人(情緒智商)**
- 三、推薦學校：
- 四、學生姓名：
- 五、師長推薦評語：( 請師長勾選或書寫推薦原因，可複選 )
  - 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。
  - 具良好之溝通能力及人際關係。
  - 具積極樂觀的生活態度且能影響別人。

□其他 \_\_\_\_\_

六、個人生命故事與具體優良事蹟：(請受推薦學生以文字敘述，限2500字內)

七、佐證資料：(以不超過3頁為限)

甄選影片連結：

(受推薦學生得輔以短影音方式提供具體事蹟述說個人生命經驗與故事，展現生命潛能，若無短影音內容可免附。影片內容形式不拘，以5分鐘為限；請將影片上傳至個人 Google 雲端硬碟或 YouTube 平台後提供連結，影片標題為：高雄市114年度3Q 達人甄選-就讀學校-學生姓名)

說明：

請掃描或貼上相關可供佐證之電子相片、圖片、文章...等(內容不拘，惟須與推薦主題有關)

說明：

請掃描或貼上相關可供佐證之電子相片、圖片、文章...等(內容不拘，惟須與推薦主題有關)

附件三之3

**高雄市114年度校園學生自我傷害三級預防工作**  
**- 各級學校生命教育校園3Q 達人甄選活動優良事蹟表**

一、推薦組別：國小組 國中組 高中職組

二、推薦類別：**MQ 達人(道德智商)**

三、推薦學校：

四、學生姓名：

五、師長推薦評語：(請師長勾選或書寫推薦原因，可複選)

具有禮貌體貼之良好的品德修養。

具有尊重寬恕之良好的品德修養。

具有忠心誠實之良好的品德修養。

具有負責合作之良好的品德修養。

其他 \_\_\_\_\_

六、個人生命故事與具體優良事蹟：(請受推薦學生以文字敘述，限2500字內)

七、佐證資料：(以不超過3頁為限)

甄選影片連結：

(受推薦學生得輔以短影音方式提供具體事蹟述說個人生命經驗與故事，展現生命潛能，若無短影音內容可免附。影片內容形式不拘，以5分鐘為限；請將影片上傳至個人 Google 雲端硬碟或 YouTube 平台後提供連結，影片標題為：高雄市114年度3Q 達人甄選-就讀學校-學生姓名)

說明：

請掃描或貼上相關可供佐證之電子相片、圖片、文章...等(內容不拘，惟須與推薦主題有關)

說明：

請掃描或貼上相關可供佐證之電子相片、圖片、文章...等 (內容不拘，惟須與推薦主題有關)

#### 附件四

### 3Q 達人甄選活動表單填報及檔案整理相關注意事項

類別	提醒事項	說明	備註
表單填報	學校名稱部分，煩請填全銜	1.高中職：高雄市立仁武高中 → <u>高雄市立仁武高級中學</u> 2.完全中學：請於全銜後加入國中部或國小部 → <u>高雄市立仁武高級中學國中部</u> 3.國小組：高雄市 <u>新興區</u> 新興國民小學	表單資料將作為評審、獎狀、成果印製之重要依據
	請務必確認 <u>學生姓名</u> 及 <u>參加類別</u> 。	1.請務必於高雄市政府教育局資訊服務入口 ( <a href="https://portal.kh.edu.tw/">https://portal.kh.edu.tw/</a> )完成表單填寫 2.避免學生姓名誤植。 3.類別錯誤樣態舉例： 如： 甲生報名 AQ 達人卻誤植於 EQ 達人的欄位 乙生報名 EQ 達人卻誤植於 AQ 達人的欄位	1.如有獲選，更正姓名將影響獎狀印製及發送時程。 2.報名類別不一致時，以報名表為主。
檔案	文件中之報名類別請勿誤植	事蹟表及報名表中報名類別請務必與表單相符	若有出入，以報名表類別為主。

類別	提醒事項	說明	備註
整理	事蹟表上標題請勿更動	部分學校將標題改為校內之3Q 達人甄選表，煩請上傳時改回高雄市的版本	
	事蹟表中前四項請繕寫完整	事蹟表上請勿忘了填校名、學生姓名	
	佐證資料請另起始新頁	請將「七、佐證資料」以新一頁編排	倘部分佐證資料涉及個人隱私者，在製作成果冊時將會刪除。
	請勿編排頁碼	請勿將資料作頁碼及頁尾編排	由於頁碼在製作成果冊時將無法刪除，造成排版困難
	請以 PDF 檔上傳	可節省檔案大小	
檔案錯置	請確認上傳檔案為該類別學生之資料	例如：甲生參選 MQ 達人，資料上傳在 AQ 的位置	報名類別不一致時，以報名表為主。
甄選影片	影片上傳，並提供影片連結	<p>1. 影片檔案名稱，請命名為：<u>高雄市114年度 3Q 達人甄選-就讀學校-學生姓名</u></p> <p>2. 請將影片以下列任一形式上傳至平台後，提供影片連結：</p>	短影音內容為非必要之項目採鼓勵性質，輔以短影音方式提供具體事

類別	提醒事項	說明	備註
		<p>(1)上傳至個人 Google 雲端硬碟，<u>需開啟權限：共用-存取權(知道連結的任何人)</u></p> <p>(2)上傳至 YouTube 平台，瀏覽權限：可設為<u>公開或私人</u>。</p> <p>(設為私人，需填入可觀看者的電子郵件地址：kh3q@rwm.kh.edu.tw)。</p>	<p>蹟述說個人生命經驗與故事，展現生命潛能。</p>
	<p>影片連結 請縮址</p>	<p>避免網址過長，建議提供縮址後之連結，並請確認連結之有效性。</p>	

