

## 高雄市○○○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、推薦類別：MQ 達人

二、學生班級：○年○班

三、學生姓名：姚○○

四、具體優良事蹟：

我出生於一個小康的家庭，從小父母對我們的陪伴與關愛不遺餘力，我們每天回家總是滔滔不絕的跟家人分享自己所發生的事情，在家中我們可以暢所欲言，所以在談論過程中父母知道我們如何待人處事，也從中跟我們分享該如何正確與人相處。而她們最重視的就是我們的品德教育，媽媽常說：人生最重要的學習是要怎麼跟人相處，就算成績再好，不能順利的融入團體中，那未來的人生道路孤軍奮鬥會很辛苦，唯有團結合作才能有更好的績效。感謝爸媽從小給我很多與同儕練習的機會，因為我們家有三兄弟，身為大哥的我從小與弟弟們相處，學習領導他們也需要同理他們的心情，更重要的是我可以配合他們去調整，這些都是我人生中難能可貴的經驗。

以下列舉具體表現：

### (一) 禮貌待人

從小我出門時看到鄰居，我的家人都會有禮貌地跟他們打招呼，也教導我們打招呼的良好習慣。與此同時，長大後的我如果遇到師長、鄰居或者是爬山時遇到的山友也會主動跟他們問好。我的父母對於「請、謝謝及對不起」也非常重視，需要他人協助時我會在開頭加上請，在接受他人的幫助後跟他道謝，買東西時我也會主動跟幫我服務的人道謝，做錯事時我會主動認錯並向對方道歉，為表誠意還會加個 90 度鞠躬。

### (二) 樂於助人

由於媽媽從事早療工作，所以幼兒園畢業那年的暑假到媽媽的公司擔任志工，協助特殊孩子的生活自理及學習，帶領我的老師誇讚我真是精明能幹，都能主動協助學生，也能觀察到老師需要什麼協助而補位，而媽媽常會跟我們說：「施比受更有福」，後來到了國小我也秉持這樣的態度在幫助同學，印象最深刻的就

是我有一位同學，他是個較無法融入同儕的人，分組時總是在座位上等老師幫他安排組別，後來分組時我會主動邀請他跟我們一組。由於他比較內向害羞，下課時經常在教室閱讀課外讀物，所以我下課會邀請他去戶外跟同學一起玩，後來老師看他很有跑步的潛能，問他是否有參加田徑隊的意願，起初他是拒絕的，但在我不斷勸說下，他才決定一起去參加，他的個性也逐漸變得活潑開朗，較會與其他同學互動，我們還一起參加市小運並且榮獲 800 公尺四人接力第二名的佳績。

### (三) 勇於嘗試、接受挑戰

在生活中有很多第一次，平常我就會幫忙分擔家事，空閒時我會幫媽媽煮飯學到不少烹飪技巧，前些日子由於疫情的關係，改為線上上課，爸媽沒辦法每天都請假，我們三兄弟幾乎都自己待在家中學習，此時我平常學習到的烹飪技巧就派上用場，在沒有長輩在家的情況下，就由我來烹飪我們的午餐。

國小畢業典禮有項重大任務就是製作畢業影片，當下我沒多想就接下這個挑戰，殊不知後面還有很多我沒有接觸過的經驗，如：影音剪輯、文字排版及版面設計等，經過我的努力最後成功克服種種挑戰，成果受到大家的好評。

### (四) 團結合作

在團體中，我能主導也能配合，並在團體之中擔任好自己該做的任務，我曾經參加過英文讀者劇場，榮獲優等獎。

由於在 Teeball 甄選中表現出色進入校隊，在練習過程中認真積極，代表學校至校外參與比賽，榮獲男女混合組亞軍。

參加學校辦理的運動會，我們班大隊接力排名第一名，因此代表學校參加高雄市國民小學體育促進會辦理的班際大隊接力賽，獲得丁組第六名。

### (五) 認真負責

我在國小時時常擔任幹部及主動協助很多公共事務，期間我會把老師交待的事銘記在心並竭盡所能把老師交待的事做到最好。我擔任旗手時，我會主動約其他成員放學前去降旗，某次我請假，沒有我的提醒，當天同學就忘了降旗。

有一次我負責清潔餐車，老師請我用抹布擦拭餐車，但我發現用擦的無法用乾淨，後來我向老師反應這個問題，並詢問老師可以用洗的嗎？老師說：很棒！謝謝你有發現這個問題並願意清洗。於是餐車就讓我洗的亮晶晶！

## (六) 勇於認錯

我的個性說話較直接，有時候會不慎傷害到別人，當別人對我批判時，我會真心悔改修正自己錯誤的地方並像對方道歉，讓我跟對方相處的更融洽，我也會在一段時間後再詢問對方，我現在還有再做錯讓你覺得不舒服的事情嗎？以此來確認我的改進，對方是否感受的到。舉個例子來說，之前同學總是在課堂中提出非常簡單的數學問題，我直覺反應說出：「這個這麼簡單，你也要問哦？」但當下我並沒有查覺這樣的話語已傷了同學的心，後來這位同學主動告訴我說：「你數學課這樣說我，傷了我的自尊心。」我當下感到十分抱歉並跟他道歉，後來下課時間就會主動詢問他是否有需要教他的題目，數學課他繼續提問簡單的問題時，我就不再發言。過了一段時間，我詢問他：「我現在還有講出讓你自尊心受損的話嗎？」他回答：「沒有」，我心裡非常開心，因為媽媽曾經教導我多一個敵人不如多一個朋友。

在求學過程中，有許多考試的經驗，而我時常發現，老師有多給我分數的情形，但我每次都會主動告訴老師我的考卷有寫錯的地方卻沒有扣到分數，也因為這個好品性，老師總是很相信我。

我覺得這世上沒有最好的只有更好的，期許我的良好品德可以日益精進，需要調整的地方我會努力改進。感謝我的家庭給我的教導及練習的機會，良好的品德在未來人生的道路上，一定能讓我受益良多，正因努力朝向培養良好品德的方向自我砥礪，使我在學習路上種下美好的種子，在我生活中遇到困難時必有貴人會出現相助，所以我會繼續種更多良善的種子。

七、佐證資料：

說明：參加各項團體活動練習和他人合作與協調的能力。

獎狀

班際大隊接力賽  
第六名

獎狀

樂樂棒球錦標賽  
男女混合組亞軍

獎狀

高雄市國小運動會  
200 公尺接力賽第二名

獎狀

高雄市英語讀者劇場比賽  
優等獎

說明：認真學習、品學兼優，榮獲、市長獎、模範生及成績優良表揚。

獎狀

高雄市政府  
模範生

獎狀

高雄市政府  
畢業成績優良

獎狀

數學領域  
成績表現優良

獎狀

語文領域  
成績表現優良

獎狀

數學領域  
成績表現優良

獎狀

社會領域  
成績表現優良

獎狀

自然與生活科技領  
域  
成績表現優良

說明：國小四、五年級學期成績單~二位老師評語皆讚同我的品德

### 學生成績通知單

四年○班 ○號 姚○○

導師評語：

思考敏捷活潑大方的○○，喜歡閱讀，見識廣博；擔任幹部認真負責，友愛同學，會主動協助需要幫助的同學，是個很棒的孩子。課業學習若能再細心一定會更好！

### 學生成績通知單

五年○班 ○號 姚○○

導師評語：

○○聰明有禮，負責盡職，學習認真，有自己的想法，若說話在委婉些，表現會更好。

說明：國中一年級班級導師推薦函

### MQ 達人~姚○○

任何一個團隊若有一位好的楷模總是以身作則，那對於所有成員來說，是學行上莫大的激勵力量，而○○就是這樣的一位學生。他的眼眸閃亮、動作靈巧，有著個人獨特魅力以及這年紀的孩子裡難得一見的美好品德—責任、自律、誠實，這些源自於○○父母的諄諄教誨與全人教育。○○在智力測驗上PR 高達 99，課業表現蒸蒸日上，專注學習、擁有極佳的思辨力並積極參與各項語文與數理競賽、班服 Logo 創意競賽（獲選），在運動體能項目更是表現傑出，是位短跑健將，在學校運動會分別拿到冠、亞軍成績。

擔任班長的○○是導師經營班務的最佳助手，○○有很棒的領導力與執行力，除了謹遵導師指示並按時稟報進度外，也主動利用社群軟體組織班群，協助布達及提醒同學班級注意事項。「做愛心不落人後」的○○，平日會主動協助與照顧需要幫忙的同學，當老師公開徵求幫忙人手時，○○常是第一位舉手說：「老師，我來！」，同學受到激勵而爭相表現時，○○則是謙虛退讓；課堂上，○○會約束同學的不當行為，對於同學課後的偏差行為（例如偷滑手機、打架）也能義勇指正，受到同學的敬重與愛戴。子曰：「益者三友，友直、友諒、友多聞」，○○於此三者受之無愧。

岡山國中○年○班導師 林○○ 2023/3/5