

# 桃園市自強國中 114 年度「3Q 達人故事甄選活動」實施計畫

## 壹、計畫名稱

「3Q VERY MUCH」AQ/EQ/MQ 達人故事甄選活動。

## 貳、計畫依據

教育部 114 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。

## 參、計畫目的

- 一、發揚 3Q 精神，表彰積極健康，和諧關懷的生命態度。
- 二、探索生命內涵，瞭解生命意義，學習欣賞生命的豐富與可貴。
- 三、分享生活經驗，發展生命潛能，營造熱愛生命的友善校園。

## 肆、辦理單位

- 一、指導單位：教育部
- 二、主辦單位：桃園市政府教育局
- 三、承辦單位：桃園市平鎮區忠貞國民小學

## 伍、辦理期間： 114 年 9 月 1 日(一)至 114 年 10 月 3 日(五)。

報名表(附件二)及優良事蹟表(附件三)電子檔請於 114 年 10 月 3 日星期五前寄至輔導組  
[tc103723@tcjh.tyc.edu.tw](mailto:tc103723@tcjh.tyc.edu.tw)。

## 陸、參加對象

由各班導師推薦代表參加：遴選 AQ 達人、EQ 達人或 MQ 達人 1 名代表該班參選。  
(非 AQ、EQ、MQ 各一名)

## 柒、附件

報名規則說明如附件一。報名表如附件二。受推薦學生優良事蹟表如附件三。

**上述表件均可於「學校網頁-最新消息」處下載使用。**

## 捌、獎勵

### 一、校內競賽：

AQ、EQ、MQ 達人各組第一名，嘉獎一次、獎狀一幀、獎品一份。

AQ、EQ、MQ 達人各組第二名，嘉獎一次、獎狀一幀。

### 二、市賽決選獲勝學生：

第一名 1 位：獎狀及禮券 2500 元。第二名 1 位：獎狀及禮券 2000 元。

第三名 1 位：獎狀及禮券 1500 元。佳作 3 位：獎狀及禮券 800 元。

市賽決選獲勝學生之推薦老師(乙名)及學校承辦人員(乙名)各頒發獎狀乙幀。

## 玖、本計畫經 校長核可後實施，修正時亦同。

桃園市自強國中 114 年度「3Q 達人故事甄選活動」規則說明

**(一) 評選對象及條件**

本次活動對象為本校七、八、九年級學生，評選類別分 AQ，EQ，MQ 等三類 3Q 達人故事徵選。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。

**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，並有禮貌體貼、尊重寬恕、忠心誠實、負責合作等良好情操美德，且能實踐有具體事實者。

**(二) 評選名額**

**1. 初選**

先自行辦理校內初選，由各班導師推薦一名代表參加：每班遴選 AQ 達人、EQ 達人或 MQ 達人 1 名代表該班參選。(非 AQ、EQ、MQ 各一名)

**2. 校內決選**

請各班將參加人員相關資料送至輔導室輔導組收件，輔導室邀請校內教師擔任評審遴選 AQ 達人故事、EQ 達人故事、MQ 達人故事各項前一名或擇優送件參加市賽。

**(三) 表格填寫及送件**

- 3Q 達人故事甄選活動報名表 (附件二) 及受推薦學生優喜事蹟表 (附件三)，公告於自強國中網站首頁，請下載使用。
- 各班學生報名參加決選時，應填妥報名表及優喜事蹟表，以電腦打字，並附相關佐證資料影印本，連同電子檔光碟 (內含報名表、優喜事蹟表文書檔；佐證資料免錄)，逕送本校輔導室。
- 書面資料以中文 MS-Word 軟體繕打，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 22pt，不接受手寫稿。
- 報名參加之 3Q 達人，以最近三年內符合評選條件之優喜事蹟，以自我敘述或由師長推薦方式詳細說明，字數請以 2,000 字為限。
- 報名表請放入受推薦學生之生活數位照片檔案，解析度 1280\*960 以上乙張 (或浮貼 6 吋 x 4 吋之照片)。
- 報名表請務必於收件日期 114 年 10 月 3 日 (五) 前將相關資料電子檔寄至 tc103723@tcjh.tyc.edu.tw 並註明班級，有任何問題電校內分機 611 張宏德。

#### (四) 獎勵與表揚

1. 校內初選：為鼓勵學生熱心參與學校活動，表彰優秀作品學生  
AQ、EQ、MQ 達人各組第一名，嘉獎一次、獎狀一幀、獎品一份。  
AQ、EQ、MQ 達人各組第二名，嘉獎一次、獎狀一幀。  
唯該組別參賽人數不足 6 人(含)時，僅取一名給予獎勵。

2. 市賽決選獲勝學生：

第一名 1 位：獎狀及禮券 2500 元。

第二名 1 位：獎狀及禮券 2000 元。

第三名 1 位：獎狀及禮券 1000 元。

佳 作 3 位：獎狀及禮券 800 元。

市賽決選獲勝學生之推薦老師（乙名）及學校承辦人員（乙名）各頒發獎狀乙幀。

桃園市 114 年度「3Q 達人故事甄選活動」報名表

初選收件編號	
決選收件編號	

學校名稱	桃園市立自強國中		參選組別	國中組		
			參選類別	<input type="checkbox"/> AQ	<input type="checkbox"/> EQ	<input type="checkbox"/> MQ
參賽學生	姓名		現讀年級		性別	
	連絡電話		生日	民國	年	月 日
	通訊地址					
身份別 (可複選)	<input type="checkbox"/> 低收入戶 <input type="checkbox"/> 中低收入戶 <input type="checkbox"/> 特殊境遇家庭學生 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 身心障礙學生 <input type="checkbox"/> 家長為中度以上身心障礙之學生 《勾選以上類別之學生，請附相關證明文件於報名表後》					
獲選紀錄	<input type="checkbox"/> 曾於市內決選獲獎(○AQ ○EQ ○MQ) <input type="checkbox"/> 尚未入選市內獎項					
<p><b>【本欄說明】</b></p> <p>1. 請將參賽學生之「個人」清晰橫式彩色生活照乙張浮貼此處(4*6 吋)； 或可插入數位照片於此欄(解析度 1280*960 以上 JPG 縮小)</p> <p>2. 請將此數位照片以參賽學生姓名為檔名，另寄電子檔。</p>						
參賽學生同意主辦機關全權處理得獎作品刊載事宜(學生親簽)						
推薦師長簽章			學校承辦人 聯繫資料	姓名：		
				電話：		
				手機：		
學校承辦人 (請蓋職章)		業務主管		校長		





