

桃園國中 115 年度「3Q 達人故事甄選活動」實施計畫

壹、計畫依據

- 一、教育部國民及學前教育署推動高級中等以下學校生命教育實施計畫
- 二、桃園市 115 年度友善校園計畫
- 三、桃園市忠貞國小生命教育中心 115 年度計畫

貳、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。

參、辦理單位

- 一、主辦單位：輔導室
- 二、協辦單位：教務處、學務處、總務處

肆、辦理期間：

- 一、各班初選：各班票選推薦每類至多一名同學，於 10 月 16 日(星期五)23:59 前繳交受推薦學生優良事蹟表電子檔（如附件）至 tyjh0401@gm.tyjh.tyc.edu.tw，並於繳件後之上班時間至輔導室確認。
- 二、校內複選：10 月 20 日前進行複選。
- 三、全市決選：10 月 23 日前，推薦各類各三名 3Q 達人代表學校參加全市決選。

伍、辦理方式：

一、評選對象及條件

本次活動分三個類別評選，評選類別分別為 EQ，MQ，AQ 等三類 3Q 達人故事甄選。凡能展現其中特質，足為表彰之學生，**每班每類至多推薦一名學生**參加，曾獲獎者不重複參加同類別，以發掘更多之表率學生。評選對象及條件如下：

1. **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。
2. **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。
3. **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。

4. 桃園市 3Q 達人故事甄選佔比說明：優良事蹟內容 80%、相關佐證資料 15%、特殊身分類別 5%

【註：特殊身分學生含低收入戶學生、中低收入戶學生、原住民族學生、特殊境遇家庭學生-符合衛福部特殊境遇家庭扶助對象、身心障礙學生、家長為中度以上身心障礙者之學生。具特殊身分學生於送件時請附證明文件或戶口名簿予以佐證】

二、各班初選方式：由各班同學自己推薦或提名適當人選，經全班表決後，推薦每類至多一人參加校內複選。

三、校內複選方式：由校長及各處室主任進行評選，由各類推薦人選中，票選各類前三名，各類總票數前三名同學代表本校參加全市 3Q 達人故事甄選活動之決選。

陸、獎勵方式（校內獲獎以不重複獎勵為原則）：

一、各班初選獎勵：嘉獎一次。

二、校內複選獎勵：前三名嘉獎兩次。

三、全市決選獎勵：

1. 獎狀：獲獎學生及班級導師頒發獎狀 1 張。第一名需親至忠貞國小參加公開頒獎並另備 PPT 以分享（頒獎日期未定，12/10 前）。

2. 獎金：第一名 1 位，禮券 2500 元。第二名 1 位，禮券 2000 元。第三名 1 位，禮券 1500 元。佳作 3 位，禮券 800 元。

說明：

1. 報名需繳交(1)「報名表」及(2)「(報名類別)優良事蹟推薦表」之電子檔。檔案可於學校公佈欄下載(右下角 QRcode)，不接受手寫稿，如有疑義，請洽輔導室吳老師 3358282#620。

(1)「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 x4 吋之照片）。

(2)「(報名類別)優良事蹟推薦表」請以中文 Word 軟體繕打，版面設定以 A4 直式橫書規格，邊界（上下左右均 2 cm），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。推薦內容以最近三年內符合評選條件之優良事蹟為主，以自我敘述或由師長推薦方式詳細說明，具體優良事蹟字數請以 2,000 字為限，可另附相關佐證資料。

2. 報名一律透過電子郵件方式進行並於 115 年 10 月 16 日(星期五)23:59 前逕寄至 tyjh0401@gm.tyjh.tyc.edu.tw。

3. 信件標題請註明「115 年桃園國中 3Q 達人-類別及班級座號姓名」（例：115 年桃園國中 3Q 達人-AQ 達人 720 班 25 號陶中甫）

4. 逾期或資料不完整恕無法受理。



初選收件編號	
決選收件編號	

桃園市 115 年度「3Q 達人故事甄選活動」報名表

學校名稱	桃園區桃園國民中學		參選組別	國中組		
			參選類別	☐ AQ ☐ EQ ☐ 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)	☐ 低收入戶 ☐ 中低收入戶 ☐ 特殊境遇家庭學生 ☐ 原住民 ☐ 身心障礙學生 ☐ 家長為中度以上身心障礙之學生 <i>《勾選以上類別之學生，請附相關證明文件於報名表後》</i>					
獲選紀錄	☐ 曾於市內決選獲獎(○AQ ○EQ ○MQ) ☐ 尚未入選市內獎項					
【本欄說明】 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) 2. 請將此數位照片以參賽學生姓名為檔名，另寄電子檔。						
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		

桃園市 115 年度「3Q 達人故事甄選活動」受推薦學生優良事蹟表

學校名稱	桃園區桃園國民中學	推薦組別	國中組	推薦類別	AQ 達人
學生姓名		推薦師長姓名			

一、師長推薦原因：(請師長勾選或補充推薦原因)

- ☐ 具有良好的挫折復原力，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：

二、具體優良事蹟：

(請受推薦學生以自我敘述或師長推薦方式於下方說明優良事蹟，依附件 1 之格式規範下可視需求編排內容，可刪除文字底線或加上照片；此部份字數以 2,000 字為限。)

[illegible]

桃園市 115 年度「3Q 達人故事甄選活動」受推薦學生優良事蹟表

學校名稱	桃園區桃園國民中學	推薦組別	國中組	推薦類別	EQ 達人
學生姓名		推薦師長姓名			

一、師長推薦原因：(請師長勾選或補充推薦原因)

- ☐ 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：

二、具體優良事蹟：

(請受推薦學生以自我敘述或師長推薦方式於下方說明優良事蹟，依附件 1 之格式規範
下可視需求編排內容，可刪除文字底線或加上照片；此部份字數以 2,000 字為限。)

[illegible]

桃園市 115 年度「3Q 達人故事甄選活動」受推薦學生優良事蹟表

學校名稱	桃園區桃園國民中學	推薦組別	國中組	推薦類別	MQ 達人
學生姓名		推薦師長姓名			

一、師長推薦原因：(請師長勾選或補充推薦原因)

- ☐ 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：

二、具體優良事蹟：

(請受推薦學生以自我敘述或師長推薦方式於下方說明優良事蹟，依附件 1 之格式規範
下可視需求編排內容，可刪除文字底線或加上照片；此部份字數以 2,000 字為限。)

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.