

3Q達人

甄選活動

新莊高中，幾乎每年都有同學獲選高雄市3Q達人，

還在等什麼？今年就是你/妳！

一、目的：

1.發揚3Q精神，表彰積極正向，關懷惜福的生命態度。

2.探索生命內涵與意義，學習欣賞生命的豐富與可貴。

3.分享生活經驗，展現生命潛能，營造熱愛生命的友善校園氛圍。

二、實施內容：

1. 由各班導師推薦AQ、EQ、MQ達人各1名，詳情如導師推薦表（附件一）。

（凡獲導師推薦之同學，並確實完成甄選活動**優良事蹟表**（附件二），輔導處將頒發獎狀，並予嘉獎乙支鼓勵。）

1. 報名方式統一以**紙本**收件，甄選活動**優良事蹟表格**請參考（附件二），可至**本 校首頁最新消息或輔導處網頁**「行政單位>輔導處」下載使用。

**建議下載電子檔，完成電子編輯後列印繳交！！！**

1. 甄選活動優良事蹟表填寫請參考**寫作重點**（附件三）或至輔導處公告參考歷年優秀作品。
2. 校內收件時間，由即日起至**114/3/11(二)**截止。
3. 聯絡人：輔導處林曉君老師(分機853)。

三、**何謂3Q？**

1. AQ（Adversity Quotient）逆境智商達人：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。

高雄市立新莊高級中學 113學年度 第二學期

附件一

**114年度3Q達人校內甄選 導師推薦表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 推薦類別 | 班級 | 座號 | 性別 | 姓名 | 備註 |
| AQ達人 |  |  |  |  |  |
| EQ達人 |  |  |  |  |  |
| MQ達人 |  |  |  |  |  |

 ＊導師簽名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**◎ 校內作業說明：**

一、各類別每班可推薦1名學生參選（凡能展現**3Q特質，足為表彰之學生，皆可推薦，受推薦學生僅限參選一類**。）

二、請務必於**114/3/11(二)前**將此**導師推薦表**（附件一）及獲選學生的甄選活動**優良事蹟表**（附件二）擲交輔導處，以利作業，謝謝！

三、曾接受推薦的學生仍能繼續推薦，唯高中階段已獲選為高雄市3Q達人者，勿再推薦。

四、凡獲導師推薦之同學，並確實完成甄選活動**優良事蹟表**（附件二），輔導處將頒發獎狀，並予嘉獎乙支鼓勵。

五、甄選活動優良事蹟表填寫請參考**寫作重點**（附件三）或至輔導處公告參考歷年優秀作品。

六、相關資料可做為上傳學習歷程檔案的素材，歡迎各位導師鼓勵同學踴躍參加！

七、活動相關問題請洽輔導處林曉君老師（分機853）。