

# 國立高師大附中 112 學年度班級 3Q 達人當選同學資料表

【國中部、國小部專用】

<p>一、部別</p>	<p><input type="checkbox"/>國小部 <input type="checkbox"/>國中部</p>
<p>二、達人類別</p>	<p><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)</p>
<p>三、當選人班級/ 座號/姓名</p>	<p>_____年_____班_____號  姓名_____</p>
<p>四、當選人照片  (請上傳個人生活照，照片以橫式為原則。請掃描右方 QRcode，找到自己入選項目的資料夾後點選上傳，個人生活照檔名請更改為「班級姓名」，例如:國二仁王小明、小六張小華)</p>	<div style="text-align: center;">  <p>照片上傳 QRcode</p> </div> <p>※國小部學生若不方便上傳照片，可以直接將照片貼在此處，由輔導室協助掃描成電子檔</p>
<p>五、當選人具體優良表現或事蹟  (請以約 200~300 字內容敘述或列點說明當選同學與 AQ/EQ/MQ 主題相關的正向特質、優良事蹟、具體行為表現或生命故事經歷)</p>	

**六、佐證資料或個人生命經驗故事短影音：(佐證資料以不超過3頁為限)**

<p><b>(一) 佐證資料</b></p>
<p>(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，惟須與被推薦的AQ、EQ或MQ主題有關。若無相關佐證資料，可免附。)</p>
<p>佐證資料一說明：</p>
<p>(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，惟須與被推薦的AQ、EQ或MQ主題有關。若無相關佐證資料內容，可免附。)</p>
<p>佐證資料二說明：</p>
<p><b>(二) 甄選影片連結：</b></p>
<p>(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。影片內容形式不拘，但以5分鐘為限；請將影片上傳至個人Google雲端硬碟或YouTube平台後提供連結於此。若無短影音內容可免附。)</p>

<p><b>導師簽名</b></p>			
<p><b>導師推薦評語</b></p> <p>(請師長勾選或另行書寫推薦原因，可複選)</p>	<p><b><u>AQ 達人 (逆境智商)</u></b></p> <p><input type="checkbox"/> 具有良好的挫折忍耐力，能以彈性態度面對逆境。</p> <p><input type="checkbox"/> 能積極接受困難的挑戰，發揮創意找出問題解決方案。</p> <p><input type="checkbox"/> 面對困境不屈不撓，愈挫愈勇，表現卓越。</p> <p><input type="checkbox"/> 其他 (請書寫)</p>	<p><b><u>EQ 達人 (情緒智商)</u></b></p> <p><input type="checkbox"/> 具有良好情緒管理能力。</p> <p><input type="checkbox"/> 能設身處地為人著想。</p> <p><input type="checkbox"/> 具良好溝通能力及能建立良好人際關係。</p> <p><input type="checkbox"/> 具正向樂觀的生活態度且能影響別人。</p> <p><input type="checkbox"/> 其他 (請書寫)</p>	<p><b><u>MQ 達人 (道德智商)</u></b></p> <p><input type="checkbox"/> 具有忠心誠實、守法重公德之良好修養。</p> <p><input type="checkbox"/> 具有禮貌之良好品德修養。</p> <p><input type="checkbox"/> 具有尊重寬恕之良好品德修養。</p> <p><input type="checkbox"/> 具有負責合作之良好品德修養。</p> <p><input type="checkbox"/> 其他 (請書寫)</p>

## 說明事項：

- 輔導室將依據本資料表內容製作各班班級 3Q 達人當選同學海報，於校園玄關等處公告張貼以茲獎勵。請配合填寫或檢附以下資料：
  - 填寫具體優良表現或事蹟：請以 200~300 字說明當選同學與 AQ、EQ 或 MQ 主題有關的正向特質、優良事蹟或具體行為表現。
  - 提供佐證資料：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，惟須與被推薦的 AQ、EQ 或 MQ 主題有關。
  - 上傳個人生活照：請當選同學協助提供帥氣、美麗的個人生活照上傳。為便於海報編輯，生活照請以橫式為原則。請掃描 QR code，找到自己入選項目的資料夾後點選上傳，生活照檔名請更改為「**班級姓名**」，例如：國二仁王小明、小六張小華。
- 本資料表請於 3 月 1 日前繳交至輔導室（含上傳生活照）。
- 3Q 達人各類別之優良特質與行為表現參考指標

3Q 達人類別	3Q 達人特質與行為表現說明
AQ (Adversity Quotient) 逆境智商達人	具有良好的挫折忍耐力，能以彈性的心態面對逆境，積極接受困難的挑戰，發揮創意找出問題解決方案，面對壓力困境不屈不撓，愈挫愈勇，表現卓越有具體事實者（不限定身心障礙學生）。
EQ (Emotional Quotient) 情緒智商達人	具有良好的情緒管理能力，能對自己的情緒反應有良好覺察能力，能適切的表達，能設身處地為人著想，具備良好之溝通能力及人際關係，能正向樂觀的激勵或影響別人，有具體事實者。
MQ (Moral Quotient) 道德智商達人	具有守法重公德、有禮貌、自律的良好品德修養，具備尊重寬恕、忠心誠實、負責合作等良好品格情操，有具體事實者。