**自分が遅刻しなかった日と、遅刻をした日の時間の流れ（下校してから翌日登校するまで）を、例を参考に図示しなさい。**

　　　　年　　　　　組　　　　　　番

氏名

遅刻をしたのは残念ですが、自分で原因が分かれば、次の遅刻を防げるかもしれません。

用紙の表と裏、両方しっかり記入して提出してください。（空欄のまま提出はできません。）

**前の日の①夕食の時間、②就寝時間、③翌日の起床時間、④家を出る時間、⑤HR教室に着く時間の５つは必ず入れてください。**

（　　　　　　遅刻しない日

帰宅(18:20) 夕食(19:30) 就寝時間(23:00) 　　 　　　　　　　　　 起床(6:45) 朝食7:00) 　 家を出る(7:50) 教室到着(8:30)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 家の手伝い | テレビ・宿題  お風呂 | 睡　眠 | 自分で起床  　歯磨き | 20分で食べる  制服にアイロン | バス停まで歩き  バスに30分乗る | 入室 |

遅刻しない日

帰宅(　:　) 　 夕食(　:　) 就寝時間(　　:　　) 　 　 起床( :　 ) 朝食(　:　　) 家を出る(　:　　) 教室到着(　:　　)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

どこに遅刻の原因がありましたか？

遅刻した日

帰宅(　:　) 　夕食(　:　) 就寝時間(　　:　　) 　 　　 起床( :　 ) 朝食　:　　) 家を出る(　:　　) 教室到着(　:　　)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

勤怠支援シート　 　年　　　　組 　 番 氏名

　　　年　　　月　　　日（　　　　）

１　今回やってしまったことは何ですか。　遅刻　　　　　　　　　　回目

２　　１の原因はどこにありましたか。詳しい事実を書いてみよう。（裏面を参考に）

３　　１をしたことに対して、今感じていること。

４　　１をすることは、自分に、あるいは周りの人にどんな影響がありますか。

　　　　例：「〇〇〇　に　△△△△な影響がある」、「〇〇〇に△△△させてしまう。」　等

５　　１を繰り返さないためには何をしたらいいでしょう。具体的にどんな行動をしますか。

例：「前の日に、制服や持ち物の準備を整えてから寝る」、「前の日に天気予報を確認し、雨なら・・・。」

「雨の日はバスに乗らず歩いてくるか、友達の親にお願いする。」、「今までより毎朝２０分早く起きる。」等

６　　今後あなたが遅刻をしないために、誰かに何か手伝ってほしいことがありますか。

例：「〇時までに起きなかったら親に起こして欲しい。」　「友達に夜中にライン送って欲しくない。」等

７　　下の２つのテーマのうちから１つ選び、100文字程度で自分の考えをまとめなさい。

　　テーマ①　時間が大切だと思う時は、どんな時か。　　　　　（　　）

　　テーマ②　これまでに、自分が一番時間をかけてきたこと。　（　　）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

７　提出の前に、表と裏を読み返し、誤字脱字を確認しましたか。（　はい　・　いいえ　）

＊提出期日　　　　月　　　　　日（　　　　）　　　　　　時