

自己選択・決定ができない。すぐあきらめてしまう。
実行機能が弱く、遅刻をする生徒への個別指導（例）



学校に来るまでのじゅんばん

じかん	すること	じかん	すること（アルバイトのある日）
AM 10:00	おきる	AM 7:00	おきる
AM 10:30	シャワーに入る	AM 7:30	シャワーに入る
PM 12:00	お昼をたべる	AM 8:00	アルバイトはじまる
昼寝をするときは、スマホのアラームを セットしましょう。		AM 10:00	アルバイト終わる
		AM 10:30	うちにかえる
		AM 12:00	お昼をたべる
PM 15:00	学校へいく支度をする	PM 15:00	学校へいく支度をする
PM 15:15	家をでる	PM 15:15	家をでる
PM 15:45	JR〇〇駅につく	PM 15:45	JR〇〇駅につく
PM 15:52	JR 出発する	PM 15:52	JR 出発する
PM 16:05	JR△△駅のりかえ	PM 16:05	JR△△駅のりかえ
PM 16:17	JR 発寒駅につく	PM 16:17	JR 発寒駅につく
PM 16:45	琴似工業高校につく	PM 16:45	琴似工業高校につく

寝るまでのじゅんばん



じかん	すること	じかん	すること
PM 21:00	学校が終わる		
PM 21:05	JR 発寒駅へいく		
PM 21:29	JR 出発する		
PM 21:40	JR△△駅のりかえ		
PM 21:54	JR〇〇駅につく		
PM 22:30	うちにつく		
PM 23:00	夜ご飯をたべる		
PM 23:30	お風呂に入る		
AM 0:00	あとかたづけをする		
AM 1:00	寝る		

※ できるだけ AM1:00 には布団に入ります。