

しっかり食べよう朝ごはん 《2時間目》

年 組 番

1. ○○さんの生活にアドバイス

青いふせん…問題だと思うところ

黄色のふせん…アドバイス

2. 自分の生活に生かそう

(1) 目標

--



今はできていないことや、やってはいるけれど難しいことなどから考えよう。

急に高い目標は難しいので、少しがんばれば達成できそうなことから挑戦しよう。

(2) 具体的にやること



今のよくない行動を、よい行動におき変えてみよう。

できたときのごほうびを決めておくと、やる気アップ！

目標ややることは、途中で変えても大丈夫。

(3) 周りの人に協力してもらいたいこと

だれに	どうしてもらいたいのか

家族、先生、友達など

食べるための準備やかたづけ、買い物にかかわることなど。

できなかったときにしてもらいたいこと。

できたときに、してもらいたいこと。

ワークシートを元に、家の人と話をしたら、サインをもらおう

--