生活用品整理實作

姓名: 班級:



整理書包技巧

掌握以下原則:

1. 攜帶學校需要的物品

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

2.攜帶個人需要用到的物品

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

|  |  |
| --- | --- |
| 工作的時間掌握需要哪些原則? | |
|  | 換句話說 |
| 1.專注力 |  |
| 2.工作程序流程要熟記 |  |
| 1. 3. 動作速度快 |  |

請將以下答案遮住(因上課有教導過)

|  |  |
| --- | --- |
| 工作的時間掌握需要哪些原則? | |
|  | 換句話說 |
| 1.專注力 | 例如:工作時不分心 |
| 2.工作程序流程要熟記 | 例如:老闆教導的工作要記得 |
| 1. 3. 動作速度快 | 例如:指定的時間內完成 |

生活用品整理實作

姓名: 班級:

收納衣物技巧

掌握以下原則

口袋式折法<https://www.youtube.com/watch?v=J03hnFoX1Tg>

直立式折法<https://www.youtube.com/watch?v=Mp8SMhRipLU>

練習

|  |  |
| --- | --- |
| 摺衣方式 | 自我評量 |
| 口袋式折法 | □會 □不會 |
| 直立式折法 | □會 □不會 |

在家自我檢視折法

(主要請家長評估孩子在學校習得技巧的流程記憶)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 衣服件數 | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5 | 1 2 3 4 5 |
| 使用摺衣  方式 | □口袋  □直立 | □口袋  □直立 | □口袋  □直立 | □口袋  □直立 | □口袋  □直立 |

行李箱收納法: <https://www.youtube.com/watch?v=KyR9SLCa1ZM>

(請家長利用假日時間觀看，讓孩子整理10-15不同的衣服放置行李箱

PS:若行李箱可以用不同紙袋材質讓孩子整理衣物)

|  |  |
| --- | --- |
| 行李箱收納  (請家長評量) | □空間位置分配需加強  □摺衣不夠熟練  □均能自己完成不需提示。 |

**小蘇打粉＋白醋 自製清潔劑好簡單**

**各位同學家中常有些廚房檯面、水槽、家電、浴室馬桶、淋浴間和磁磚藏有許多污垢需要清理，我們其實可以透過天然的自製清潔劑來清洗。**

**問題一請填上圖片的名稱**

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

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

浴室牆面清洗

各位同學~上週老師已經教過步驟以及實體練習~我們再來複習，~同時在家中也要練習一次唷^^

練習一清潔浴室牆面

請同學圈選出正確的工具

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

浴室牆面/操作勾選表四步驟。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. 先撒小蘇打粉在清潔位置 |  | 在家操作請打勾 | | |
|  | |  |
| 2. 清潔位置由內往外  Figure |  |  |  | |
| 3.用菜瓜布刷一刷 | 畫圓方式往外刷 |  | |  |
| 4.用水沖一沖 | 由上到下，由內到外沖 |  | |  |

清潔浴室牆面四步驟。

1. 請填上正確的順序1-4號碼

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | 由上到下，由內到外沖 | 畫圓方式往外刷 |  |

2.練習寫步驟(可以參考下方填寫)

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

|  |  |
| --- | --- |
| 1.先撒小蘇打粉在清潔位置 | 2.清潔位置由內往外 |
| 3.用菜瓜布刷一刷 | 4.用水沖一沖 |

清潔浴室牆面四步驟。

1.請填上正確的順序1-4號碼

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | 由上到下，由內到外沖 | 畫圓方式往外刷 |  |

2.練習寫步驟(可以參考下方填寫)

|  |
| --- |
| **1.先撒小蘇打粉**  **在清潔位置** |
| **2.清潔位置由內往外** |
| **3.用菜瓜布刷一刷** |
| **4.用水沖一沖** |

洗碗槽清潔

各位同學~上週老師已經教過步驟以及實體練習~我們再來複習，~同時在家中也要練習一次唷^^

練習一清潔洗碗槽

請同學圈選出正確的工具

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

清潔洗碗槽四步驟

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1.先噴撒清潔劑 | 清潔廚房水槽和水龍頭與抗石灰石噴霧關閉在手噴霧瓶的看法照片檔及更多 ... | 在家操作請打勾 | | |
|  | |  |
| 2. 從外到內刷出泡泡  Figure |  |  |  | |
| 3.用水沖洗洗碗槽 |  |  | |  |
| 4.用抹布將水漬擦乾 | C:\Users\user\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\9F14657C.tmp |  | |  |

清潔洗碗槽四步驟。

1.請填上正確的順序1-4號碼

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  | C:\Users\user\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\9F14657C.tmp | 清潔廚房水槽和水龍頭與抗石灰石噴霧關閉在手噴霧瓶的看法照片檔及更多 ... |  |

2.練習寫步驟(可以參考上方填寫)

|  |
| --- |
| 1.先噴撒清潔劑  ( ) |
| 1. 從外到內刷出泡泡   ( ) |
| 1. 用水沖洗洗碗槽   ( ) |
| 1. 用抹布將水漬擦乾   ( ) |

瓦斯檯面清潔

各位同學~上週老師已經教過步驟以及實體練習~我們再來複習，~同時在家中也要練習一次唷^^

練習一清潔瓦斯檯面

請同學圈選出正確的工具

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\user\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\95D7E0D4.tmp |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 清潔瓦斯檯面六步驟 | | 檢核項目 | |
| 自我檢核 | 家長檢核 |
| 1.先將爐架拿至水槽 |  | □完成 | □完成 |
| 1. 瓦斯檯面先噴撒清潔劑   (以家中常用的) |  | □完成 | □能均勻噴灑  □需要指示均勻噴灑  □需要告知噴灑方向 |
| 3. 從外到內刷出泡泡 |  | □完成 | □能均勻刷抹  □有些地方需要提示刷抹  □完全需要提示 |
| 4. 瓦斯檯牆面清潔 |  | □完成 | □能均勻刷抹  □有些地方需要提示刷抹  □完全需要提示 |
| 5.清洗爐架 |  | □完成 | □能均勻刷洗  □有些地方需要提示刷洗  □完全需要提示 |
| 6.用濕抹布擦拭及歸位 | C:\Users\user\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\4C0FA91F.tmp | □完成 | □能均勻擦拭乾淨  □有些地方需要提示擦拭  □完全需要提示 |

瓦斯檯面清潔

1.請填上瓦斯檯面清潔正確的順序1-6號碼

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  | C:\Users\user\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.MSO\4C0FA91F.tmp |  |  |  |

2.練習寫步驟(可以參考上方填寫)

|  |
| --- |
| 1.先將爐架拿至水槽  ( ) |
| 2.瓦斯檯面先噴撒清潔劑  ( ) |
| 1. 從外到內刷出泡泡   ( ) |
| 1. 瓦斯檯牆面清潔   ( ) |
| 1. 清洗爐架   ( ) |
| 1. 用濕抹布擦拭及歸位   ( ) |