

生活用品整理

房間整理

同學們早安，上課前先來動一動吧！

請點我

請跟著一起做健康操

今天我們要來做房間整理
下面有兩張照片你喜歡哪一張呢？



相信你一定喜歡乾淨整齊的房間。今天請你
跟著老師的步驟開始整理房間吧！

整理床鋪

早上起床你有沒有摺棉被呢？請您觀看下方的影片並學著做喔！

請點我

摺被子



整理書桌

請你將文具、書籍分類放好，如果有壞掉的物品請爸媽確認後丟棄避免雜亂。

請點我

[請觀賞書桌收納影片](#)



整理衣櫃

天氣愈來愈熱，冬天的厚衣服可以收起來了。請依照短袖、短褲、長袖、長褲分類好整理衣櫃吧！

請點我

[摺衣服教學技巧](#)



整理竅門

1.先「整理」後收納

平時，我們都不太會去使用封陳在箱子及不在視線範圍的物品，為了避免在有限的空間囤積不必要的東西，房間整理步驟 便是從斷捨離開始，將已經用不到的東西果斷丟掉或捐出！

2.讓物品有自己的家

「整理」不是以把東西都扔掉為目的，也不是把東西都塞進櫃子就是整理的乾淨，而是用自己的角度，幫物品找到屬於「它們的位置」。

請完成以下的檢核表

項目	完成	未完成
整理床鋪		
整理書桌		
整理衣櫃		
掃地		
拖地		