How to clean up and push back to remote Git

1. Check status – git status to see untracked/modified files.
2. Remove unwanted files – git clean -f (and -fd for dirs) if needed.
3. Stage changes – git add . (or specific files).
4. Commit changes – git commit -m "message".
5. Sync with remote – git pull origin <branch> to avoid conflicts.
6. Push changes – git push origin <branch>.
7. Verify – check git log -1 or view on GitLab/GitHub.