# 最新国培幼师培训心得体会十(精选9篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2024-06-28

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。国培幼师培训心得体会十篇一我有幸参...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**国培幼师培训心得体会十篇一**

我有幸参加了“国培计划”的培训学习，聆听了各位专家、教授的精彩讲座，我非常珍惜这次难得的学习机会。通过这次培训，收获最大的是专家和教授们对我思想上的冲击，激起我心中的许多感想，让我树立了新的正确的教育观，感悟到要善待学生，尊重生命。学到了自信，学到了方法，感悟至深。通过新课程培训我们认识到了新教学教法和设计的新理念。

首先，要创新。教学是一种技术，更是一种艺术，在把握好教学目标的前提下，对教材，对知识点，内容设计，教学评价等，做到有效的创新，才能赋予教学充实而富有个性的生命力。只有教师的教法新颖，学生也才会更有创新意识，学生的兴趣也会更浓厚。

其次、要清晰。教学思路、线索、过程清晰。这首先取决于老师的基本功，基本功扎实了，教学自然也就成功了一半。另外还要在备课时进行大量充分的准备，理清教学脉络。

第三、要贴近生活、社会、学生。枯燥乏味，难于理解的教学是课堂大忌，以致学生对课堂失望，老师对学生失望，形成恶性循环。学生的兴趣爱好广泛，当我们俯下身来，去了解他们的生活，学习，从中取材，与自己的教学有效结合起来，这将大大有益于教学。明确了今后的工作目标。在今后的教育教学中，我要慢慢摸索经验，使自己能够尽快适应教学的信息化。我要时刻告诫自己，解放思想，更新观念，确立创新意识，善于动脑，勤于思考，开拓进取，始终站在时代的前头，不断研究新情况，解决新问题，使自己的工作上一个新台阶。我还要结合我校的实际情况，及时地为学校的建设和发展出谋划策，努力学习同行们的学习态度，求知精神，协作能力，加强平时的学习、充电。相信他山之石，可以攻玉，我一定学以致用，将学到的知识运用于教育教学实践中去，让培训的硕果在教学事业的发展中大放光彩。

**国培幼师培训心得体会十篇二**

这次我有幸参加了“xxx”时期幼儿园继续教育培训班，在这次培训中，我们聆听了张迪，阿甲老师的精彩讲座。两位老师以鲜活的实例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，给了我们强烈的感染与深深的理论引领。在一次次的感悟中，我更进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标，并且与在座的各位老师进行交流与研讨，拓宽了学习的视野，更新了教育观念，理论的应用水平与教学的创新能力得到提升。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育的不断更新，走可持续性发展之路。我们幼儿园教师在教育教学该如何走？作为教师又该如何做？面对这场深刻而全方位的教育改革，我们需要不断学习与创新，这是我们教师教育教学的生命力所在。面对21世纪飞速发展的教育，要使自己在专业道路上不断成长，就应努力走教学与科研相结合的学术道路。这一点对我的启发很深。的确，面对不断更新的教育观念，面对发展的时代，面对变化的孩子，教育需要不断更新，教育需要研究型的教师，只有不断地研究教育教学中的问题，才能提高工作效益，才能提升自身的教育教学素养。

通过这次幼儿园教师继教培训，我们更进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标，使我的教育教学观念进一步得到更新，真是受益匪浅。下面是我通过培训获得的几个方面的体会：

蓝天育系翔幼儿园的张迪老师的“艺术欣赏与创作”，和阿甲老师的“图书的赏的读与妙用”在教育科学理论方面的阐述简要精辟，为我们的教学实践起了提纲挈领的作用，为我们的教育科学理论注入了源头活水，他们又结合幼儿园实际工作让我们了解如何在幼儿园进行教学工作。

幼儿园教育工作应该坚持体、智、德、美诸方面的教育互相渗透，有机结合。遵循幼儿身心发展的规律，符合幼儿的年龄特点，注重个体差异，因人施教，引导幼儿个性健康发展。幼儿教育要面向全体幼儿，热爱幼儿，坚持积极鼓励，启发诱导。合理地综合组织各方面的教育内容，并渗透于幼儿一日生活的各项活动中，充分发挥各种教育手段的交互作用。创设与教育相适应的良好环境，为幼儿提供活动和表现能力的机会与条件。以游戏为基本活动，寓教育于各项活动中。

教师的职业是相通的，热爱事业，热爱孩子是第一位的。幼儿不同于小学，孩子的自我保护能力差，是一生品德行为形成的最佳时期，好模仿，是非观念在萌芽时期等特点要求我们幼儿教师要有更高尚的人格魅力，要正直，和善，温柔，可爱，要因可爱而美丽动人。我们既要做到母亲般的关爱，又要做到高于母亲的教育，从思想上、品质上给予渗透影响，教育他们使他们是非概念清晰，引导他们能关爱别人，带动他们积极乐观开朗，实事求是使他们诚实，幼儿教师要有“敬业、乐业、专业、创业”的精神，要公正地爱每一个孩子，我们带给他们的应该是最美好，最公正，最无私的爱。

张迪老师结合他自己在幼儿园美术教育实践，给我们展示了一些他的美术作品，工作室及幼儿园美工区。使我们学到了一些幼儿园美术教学的方法、美术教学的手段，让我们知道美术活动是丰富多彩的，单单一个制作画框就有很多讲究，例如画图的要领，颜色搭配等。授课内容完全遵循幼儿的身心发展规律，符合幼儿的心理特点，值得我们去认真研究与学习。

阿甲老师“图书的赏读与妙用”的课给了我们很大的启示，他结合实例，边示范讲解，使我们在幼儿“图书的赏读与妙用”方面拓展了视野，把握最新教学动态。

通过这次培训我知道了要转变教育思想、教育理念。先进的教育思想、理念是我们幼儿教师必须思考的问题。在活动中，教育思想直接促进或制约着我们教学方法的选定和设计，同时决定着活动的质量和效果。在设计活动的时候，往往我们考虑到的只是“我该如何教”，而忽视了“幼儿如何去学”的问题。

**国培幼师培训心得体会十篇三**

学习《幼儿教师职业道德》的心得体会幼儿教育是基础教育的基础，是全部教育过程的起始阶段。当今，越来越多的人意识到不能让孩子“输在起跑线上”，从而对幼儿教育给与了前所未有的关注，广大幼儿教师的职业道德状况成为一个社会共同瞩目的问题。

爱岗敬业、保教并重是指幼儿教师要热爱本职工作，尽职尽责，把全部心血和精力投入到幼教事业中。爱岗敬业、保教并重是幼儿教师做好本职工作的思想基础。其基本要求是:对教育事业要有高度的责任感和强烈的事业心;热爱教育，热爱岗位;尽职尽责，保教并重;注重培养幼儿良好的思想品德，不传播有害幼儿身心健康的思想;牢固树立保教并重的教育理念，努力促进幼儿体、智、德、美全面发展。

尊重幼儿、热爱幼儿是指幼儿教师在教育教学过程中，要时时处处尊重幼儿，关心幼儿，爱护幼儿。尊重幼儿、热爱幼儿是幼儿教师职业情感的集中体现。其基本要求是:全面了解幼儿，关心爱护幼儿;对幼儿一视同仁，公平对待;对幼儿严格要求，循循善诱;尊重幼儿的人格、个性和自尊心;不讽刺、挖苦、歧视幼儿，不体罚或变相体罚幼儿;保护幼儿合法权益，促进幼儿全面、主动、健康发展。

热爱是献身的情感基础,要求教师用赤诚的心热爱自己的祖国,热爱祖国的教育事业,热爱自己的学生、自己的学校、自己所爱的教师集体。爱，就是奉献，就是给予。爱心是水，滋润着你我的心田;爱心是金钥匙，能够打开孩子的心灵窗户;爱心更是成功教育的原动力。陶以身立教、为人师表是指幼儿教师在教育教学过程中，要用自己高尚的言行为幼儿做出表率，从而影响幼儿。以身立教、为人师表体现了教师职业道德的典范性。其基本要求是:遵守劳动纪律，尊重社会公德;举止文明礼貌，语言健康规范;衣着整洁得体，教态端庄大方;生活检点，作风正派;以身作则，注重身教。.

教师的一言一行、一举一动都应该体现社会主义精神文明的要求，成为学生和周围群众的表率。教师要言行一致，表里如一，亲切和蔼。教师的语言要纯洁、文明、健康，就是要讲普通话，用语要文雅、优美，语调要和谐、悦耳，语气要亲切，要切忌一切低级庸俗、粗鲁的语言特别是在批评学生的不良行为时，切忌使用侮辱性的语言训斥和辱骂学生。教师的教态要端庄、大方、自然、亲切。上课表情要丰富，要善于运用喜、怒、哀、乐、爱、恶、怨、恨等来表达情感。教师的仪表应具有美感，衣着发式应整齐、洁净、朴素尊重幼儿、热爱幼儿是指幼儿教师在教育教学过程中，要时时处处尊重幼儿，关心幼儿，爱护幼儿。尊重幼儿、热爱幼儿是幼儿教师职业情感的集中体现。其基本要求是:全面了解幼儿，关心爱护幼儿;对幼儿一视同仁，公平对待;对幼儿严格要求，循循善诱;尊重幼儿的人格、个性和自尊心;不讽刺、挖苦、歧视幼儿，不体罚或变相体罚幼儿。

作为一名优秀的幼儿教师，更好的道德境界的方向不断攀登，不断提高自身素质，在自己的人生的道路上更加幸福快乐。

**国培幼师培训心得体会十篇四**

我有幸与来自全市各个县市的幼教同仁们一起相聚在衡阳幼师，参加“国培计划”（202\_）—湖南省幼儿园骨干教师培训，首先很感谢国家给我们搭建的这一学习平台，也感谢领导让我参加了这次难得的国培学习，真的深感荣幸。国培已近尾声，回首这段时间的学习，我受益匪浅。培训中衡阳幼师的老师、专家以及幼儿园的园长的专题讲座，让我大开眼界，在这里我接受了思想上的又一次洗礼。

学习的两个月里，衡阳幼师的老师为我们科学、合理地安排了多个专题的学习，从国家政策到幼儿教育政法解读，从教育理念、教育思想再转变到教学重、难点的解决，每一次的专题讲座都是那么精彩！同时还为我们安排了看电影、外出参观等业余活动。

专家们的讲座涉及点很多，他们用丰富幽默的语言和渊博的知识，把先进的教学理念和教学思想传授给学员们，让我改变了陈旧的教学观念。精彩的案例分析，也让我感受颇深。专家们教给我的不仅是实实在在的理论知识，教给我的更是一种思想、一种境界、一种努力的方向。我认为要解决的问题还很多，还需要自己不断的积累，不断的去学习。

幼师的老师们十分和蔼可亲，他们的讲座要么激情昂扬、要么委婉细腻，理论与实践案例相连系、幽默与严谨并存的语言让我欣赏到了名师的教学风采和国培教师的爱心与责任。老师们给我们带来大量的视频片断，给我很大的启发，有些很吻合我们的`课堂教学，我们同行一起欣赏，并在欣赏中交流。路漫漫其修远兮，吾将有很大的空间去上下左右而求索了！

让我更直观的明白了什么叫“学前教育改革”。走进幼儿园，映入眼帘的是优美的环境。活泼可爱的孩子们跟着老师欢快地做早操。开展教学活动的老师也非常优秀。老师们亲切和蔼、多才多艺，把教室的各个区域布置得美丽精致。其中丰富多彩的主题墙和幼作品儿展示区非常值得我们借鉴学习。

这次培训，使我对教师职业的神圣认识更加深刻，教师肩负着为祖国培养下一代的历史重任。专家、名师的讲座虽然我不能完全消化吸收，但他们先进的教育理念、独到的教学思想、对我今后的教育教学工作起着引领和指导作用。在以后的工作中我会将所学知识以及自己积累的经验再进行慢慢“消化”，然后将这些“高营养”的知识“大餐”融入我今后的工作中，我会学以致用，结合我园的实际情况，让培训的硕果在教育事业发展中大放光彩！

**国培幼师培训心得体会十篇五**

很庆幸有了国培这个机会，我能来到省会的幼儿园进行参观学习，省会的幼儿园和我们乡镇幼儿园就是不一样，无论从硬件还是软件都是我们不能比的。11月6日，我们到的是曲寨幼儿园，一进幼儿园，就感受到一股浓郁的儿童化气息，从院内设施的摆设到楼道里的布置，到处体现出他们工作的细腻。园长首先为我们介绍了幼儿园的各种状况，后来我们就听取了两位年轻老师带来的两节课，这里的老师都很年轻，平均年龄25岁，老师们上课很有活力，孩子的接受实力很强，协作主动，气氛活跃，这和老师平常的训练是分不开的，从这里我感觉到师资的配备真的是很必需的，孩子们谁不喜爱和有活力有朝气的老师在一起呢？听完课后，我们参观了班级环境，我发觉这里环境布置特别简洁，老师的东西比较少，呈现在我们面前的.多数都是孩子们的作品。这样不仅让孩子体会到了胜利感，增加了他们的集体观念，也节约了老师的工作，何乐而不为呢？11月7日，我们来到了43中附属幼儿园，这里的领导阶层很重视这次活动，任园长亲自带队，对我们的到来表示了欢迎。这所幼儿园是一所英语特色的幼儿园，他们特殊重视幼儿的实力培育，配有特地的英语老师、美术老师、艺术老师、体育老师等专职的老师，还特殊支配了两节美术和体育活动供我们学习。这两节课，对我影响最深的是体育老师李老师上的《好玩的魔术》，活动中李老师以魔术表演将孩子带进自己的活动中，通过不同的嬉戏感受“魔术”的力气，孩子们在活动中乐此不疲，兴致勃勃的游戏。整个活动很充溢，幼儿参加主动性特殊高，完全调动了幼儿的心情和熬炼了幼儿的体能，使其达到了老师的教学目的。李老师是一名男老师，作为同行，我对他的敬业精神表示崇高的敬意。总之，通过这次参观学习，让我们开阔了眼界。在今后的工作中，我将努力改正自己的不足，仔细学习别人的优点，不断提高自身的水平，用自己的才智和汗水，全身心的为幼儿创建一个宽松、和谐、民主的环境！

**国培幼师培训心得体会十篇六**

我参加了“国培计划”――中小学骨干教师研修项目广西师范大学的初中语文的课程培训，我作为基础教育的一名普通教师，能参加这次全国性的语文教师培训学习，受益匪浅，现将我本次培训后的心得体会总结如下：

一、聆听专家讲课，在收获中提高。“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”专家们的讲座为我们的教育科学理论注入了源头活水。他们的讲座时而娓娓道来、时而慷慨激昂、时而风趣幽默，真可谓高屋建瓴、旁征博引、妙趣横生。如听了刘永康老师的讲座，我更加明白了创新教育的重要意义，懂得了创新精神的内涵，学到了培养创新精神的有效途径，领悟了如何营造创新精神的良好氛围。专家们的讲座给了我们思想上的洗礼、心灵上的震撼、理念上的更新。“书到用时方恨少，”聆听了专家的讲座，自己的思想真可谓是豁然开朗，许多困扰了自己很长一段时间的教育教学问题也迎刃而解。如以前一直就不知道如何解决课堂生成和课堂预设的矛盾问题，听了王荣生老师的讲座，就有一种“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”的感觉，喔，原来这并不是常态。“纸上得来终觉浅”，在以后的工作实践中，我要更加重视人文思想的渗透，使自己所从事的工作更加完美。

二、与学员们互动，在感悟中进步。本次培训，不仅有专家的讲座，也有学员的互动交流，用这样的一句诗来描述再恰当不过了，那就是“天光云影共徘徊”，有的说学生课堂学习不能只流于形式，要注重效果。有的说对于出现这种现象，教师首先要对学生充分肯定，然后再慢慢引导学生，这样不会伤学生的自尊心，也体现了人文关怀。也有的指出这种现象是时常发生的，教师要善于引导学生展开合理的想象，发挥小组合作学习功能，提高课堂教学效率。大家各抒己见，这样的互动使我所得到的感悟是深刻的，因此，所带来的进步是任何催化剂都无法做到的。所以我要说，没有互动，就不可能产生智慧的火花，更不能拓宽我的视野，更不可能提高我的专业技能。因为交流我充实了自己;因为互动，我获得了进步相信。通过学习，我将把自己的.感悟应用于实践，到那时，自己的工作将会更加得心应手。

三、个人在职研修，在反思中提升。加强学习，促进个人的专业发展。我感觉以前的自己只是埋头应付各种教育教学工作，通过学习和反思，我认识到未来教育需要科研型的教师，而不再是“教书匠”。教师要想从“教书匠”转为科研型教师，首先要树立终身学习的观念，给自己不断充电，消除职业倦担由于我们从事的教育事业，面对的是一群对知识充满渴求的孩子，将他们教育好是我们的责任和义务。同时教师要成为研究者，还要不断地学习，不断地总结，不断地反思，及时将自己的经验写成论文。既不能脱离教学实际又要为解决教学中的问题而进行的研究，即不是在课本上进行的研究而是在教学活动中的探究。

总之，这次培训是一次对教师专业成长极有意义的培训，带给我最深的体会就是教学不仅是一门复杂的学问，同时又是一门高超的艺术，需要我们不断去研究，不断地去反思，不断地去提高。惟其如此，我们才会在教师专业化成长的道路上走得更快，走得更好!

我们不要只顾埋头拉车，还要抬头看路，更要仰望天空。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”

永不忘记昨天启迪，永不放慢今天脚步，永不停止思考明天。

**国培幼师培训心得体会十篇七**

实习在紧张而又愉快的氛围中结束啦，回顾在xxx人幼儿园实习的这六个星期，我知道我是尽了我的全部努力，但尽力不一定就可以说取得了完满的成功，我还存在着许多不足之处，这是我在以后真正进行教育管理工作中需努力改进的：

第三、与家长进行的乐观沟通与联系，这也是教育管理好小伴侣重要的一方面，但我在这方面还做得不够，在以后的真正工作中必须在这方面加以改进。

第四、还不能准时将小伴侣的进步反馈给家长，这会挫败小伴侣的自信心。

但我信任，只要我勇敢的迈出了为师的人生第一步，接下来的每一步将会更加坚定。一滴汗水，一级台阶，一分耕耘，一成秋色，我的生命会因孩子们的欢笑而永久年轻、永久美丽!

**国培幼师培训心得体会十篇八**

我从今年年初参加国培计划的幼师骨干培训以来，从通过听视频、做作业、参加讨论和评论，和老师与同学们不断的交流，感觉自己的理论水平提高了，知识视野开阔了，相信在以后的工作实践中我的教学技能和管理能力会得到一次根本性的转变和提高！现将具体五条心得总结如下：

一、对国培计划的重要性和必要性的认识

幼教的国培计划是我们国家立足长远，通盘考虑后实施的一项重大培训项目，重点是解决学幼教老师的教学水平和技能，让其在思想能得到一次解放和提高。这项工作对我国的幼教事业势必会有一个巨大的推动效应。对基层的幼儿老师会有一个明显的业务提高，对基层的幼教事业发展会有很好的带动作用。

二、感觉其内容的丰富性和别致性

这次国培活动专家阵容强大，有很诸多教育专家的报告，很多都非常知名，学术地位高。他们中有来自高校的学者，有来自知名幼儿园的园长，如此强大的专家阵容足以让我们领略各个领域专家的学术专业之深，接触了一次精彩的视听觉脑力激荡的国家级培训盛会，专家的学识、睿智、幽默时刻回旋，茅塞顿开与豁然开朗充斥着我们，让我们充分感受到专家的人格魅力，散发出无穷的智慧和力量。各个。报告精彩纷呈，理论知识有理有据，引发我们思考领悟，案例翔实有效。

三、培训形式多样，参与性强

这次培训不但有老师视频授课，而且有作业，有评论、有上传资源，参与讨论！形式多样的参与活动让我们在不知不觉中掌握了理论，巩固了技能，开阔了视野。而且每项培训还有明确的考核和打分，让学员有了压力，有了标准，也有了动力。通过这样形式多样的培训肯定会取得预期的效果。

四、理论性和实践性强

这次培训的很多内容使我掌握了许多专业理论知识，也使我了解到了许多书本上没有的知识，这是一种对思想的陶冶、知识的启发。进一步充实了自己的幼教理论基础，有效提升自己对幼儿园教学活动、区域活动的组织能力。也让从事幼教工作的我有了更一步的认识，在我们看孩子的时候更要用一种敬畏的心情和发展的眼光去对待。同时这次培训内容里，很多老师将理论和实践进行了有机的结合，相信在以后实践中我们会将两者很好的融会贯通，习以致用。

五、对我业务知识和技能的提高

通过这次培训我感觉自己收获最大的有两条：

（一）幼教思维和理念得到了开阔和升华。没有先进的、科学的幼教思维和教学理念，最好的教学技能也达不到预期的教学效果，培养不出合格的人才。

（二）实践一定要有教育理论指导。每一堂课，每一个活动，有了理论指导，就有了目标，有了依据，否则就是盲目的！

六、感觉可以进一步完善之处

培训活动可以和面授、现场观摩结合起来，让我们有更直接的接触和更深刻的\'感官体验。

**国培幼师培训心得体会十篇九**

幼儿教师是一个神圣的职业，肩负着为祖国培养下一代的历史重任。当一名教师不容易，但是要当一名好幼儿教师却是非常不易的，通过本次的培训，我更进一步的了解“学高为师，身正为范”这八个字对于幼儿教师的重要性。我们教育的对象是幼儿，对于幼儿来说幼儿园就是他们接触社会的第一步。身教重于言教，幼儿教师个人的范例，对于幼儿幼小心灵的健康和成长是任何东西都无法代替的最灿烂的阳光，所以幼儿教师要加强师德修养，以自己崇高的情操和良好的思想道德风范去感染幼儿和教育幼儿，为幼儿树立良好的榜样，给予他们正面，积极的教育，使幼儿从小身心都得到健康的发展。

幼儿在园一日常规活动也是家长与老师共同关心的问题。《幼儿一日生活活动中组织与实施》就针对此问题展开的深入的研究。学习以后觉得幼儿园保育工作是整个幼儿教育期间的重中之重。在我国。实行保教结合的政策，在通常情况下是做好幼儿教育的同时，尽可能完善幼儿的保育工作。幼儿教育与保育应该是相互渗透，相互联系，不可分割的一个有机整体。再有在教育和保育二者有机结合的情况下，才有利于幼儿身心健康发展。也就是说教育中要渗透保育，保育中也离不开教育。

幼儿正处于身心迅速生长发育和发展的时期，身心各方面的机能尚不成熟，对外界的适应力比较差，对疾病的抵抗力较弱。因此，做好幼儿的卫生保健工作，提高幼儿的健康水平，是一项非常重要的工作，关系到一代人的身体素质。幼儿教师在对幼儿进行教育的过程中，必须认真做好卫生保健工作，防止和消除不利于幼儿生长发育的各种因素，为幼儿提供适应的生活和学习环境。

本次学习中讲的家园沟通的策略也让我懂得了一些沟通技巧，家庭是幼儿园重要的合作伙伴。应本着尊重、平等、合作的原则，争取家长的理解、支持和主动参与，并积极支持、帮助家长提高教育能力。”幼稚教育是一种很复杂的事情，不是家庭一方面能单独胜任的，也不是幼稚园一方面能单独胜任的，必定要两方面共同合作方能得到充分的功效。沟通是一门学问，也是一门艺术。在与家长的沟通过程中，必须了解家长的心理，需要根据沟通对象不同的情况，以真诚的态度，运用灵活的沟通技巧，采取正式和非正式的多种沟通方式，才能收到好的效果。充满爱心，家园合作，运用多种沟通策略，通过灵活的沟通方式，实现有效的沟通交流，使家园协作更密切，教育环境更和谐，孩子的成长更健康，让沟通成为多赢。与家长的沟通在幼教工作中非常重要，要使沟通更有效，需要我们不断学习、不断摸索、不断总结。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！