# 浅析如何组织体育课开放式教学

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2024-08-27

*第一篇：浅析如何组织体育课开放式教学浅析如何组织体育课开放式教学淄博市淄川区西河镇中心小学翟帅传统的体育教学的一个重要弊端在于过分强调教师的主导作用，而忽略了学生的主体作用，使学生的主观能动性受到压抑，这种落后的教学方式已不能满足当今体育...*

**第一篇：浅析如何组织体育课开放式教学**

浅析如何组织体育课开放式教学

淄博市淄川区西河镇中心小学

翟帅

传统的体育教学的一个重要弊端在于过分强调教师的主导作用，而忽略了学生的主体作用，使学生的主观能动性受到压抑，这种落后的教学方式已不能满足当今体育教学的发展需要，取而代之的将是开放式的体育教学，这种教学方式在重视教师主导作用的同时,更加强调了学生主体作用的发挥,并能有效地引导学生理解地分析体育课的实质和价值,从而 真正实现由“要我学”向“我要学”的转变。总的说来，体育课的开放式教学主要体现在五个方面的“开放”。

1、开放“教学过程”。

开放式教学是当代体育教育的一个重要特征，它不仅要求学生感知、理解、掌握、巩固、应用体育的理论与实践，而且还必须是知、意、行、情的相互作用、相辅相成的辨证统一的过程。“知”就是认识过程，如掌握体育知识、技术、技能，培养能力，发展智力；“意”就是意向过程，如动机、兴趣、意志等；“行”就是行为过程，如身体练习，实践行为等；“情”就是情绪过程，如要体育运动中体验愉悦、焦虑、成功及失败等。教学过程中，只有优化知、意、行、情的整体过程，才能更为有效地激发学生的学习兴趣，提高学生的综合运动能力，使其运动素养从低级到高级，稳步地加强。

2、开放“教学内容”。

实践证明，只有适应社会需要和学生实际需要的教学内容，才能

使体育课真正具有吸引力,体育课的开放式教学之所以成为当今体育课教学发展趋势的一个重要原因，就在于它具备了这样一个基本条件。

开放式体育教学要求教学内容，以〈〈体育教学大纲〉〉为依据，以课本为基础，以学生需要为补充，以立足于课本，但又不仅仅局限于课本之中，使之内外相融、多角度、多方位、多渠道地实现教学内容的开放，如根据学生的实际能力，对课本中的内容，在难度和深度上予经加强；对与教材内容有关联的技术，举一反三，滚动传授；对学生普遍喜爱的教学内容，适当增加课的比重，根据地域特点，开设有民族特色的运动项目的课程，适应终生体育的需要，教会学生一二种简单易学，行之有效的运动方法等。

3、开放“教学活动”。

封闭式体育教学将教学活动禁锢在课堂中，封闭在单纯的学科教学中，而开放式体育教学的教学活动则完全改变了这一切。首先，教学中，部分学生在现有的学习基础上，依然还有兴趣和热情欲对某项运动或技术做进一步的了解和掌握，这时候便应组织某些课外活动小组或某个项目课余训练队，从而使课堂教学活动得以延伸。其次，体育不是单一学科，对于其中的许多内容来讲，单纯地讲解动作方式和过程，便不如结合其他，如物理学、生物学、化学等学科加以分析。更加有利于学生的理解。再次，就从教育者而言，担当了多种角色，如教师、辅导员、教练员等，教师和学生的关系表现的更加密切和不可分割。以上三个方面符合了开放体育课对教学活动的基本要求，既

课堂内外相结合，理论联系实际和双边活动多样化。

4、开放“教学手段”。

体育课的开放式教学的手段要求符合实际，多种多样，以调动学生积极性和主动性，获得最大的教学效益，以求通过教学手段的多样化和可操作性逐步完成开放式体育教学的七个转变。（1）由单纯应试达标测试转变为体育素养的全面发展；（2）由面向部分尖子学生转变为面向全体学生；（3）由只重视课本教材转变为课本内上兼容；（4）由只强调技战术的掌握转变为理论联系实际的应用；（5）由教学“一刀切”转变为因材施教；（6）由单纯的学科教学转变为多学科的综合施教；（7）由单纯的课堂教学转变为多种形式并存。

5、开放“考核评价”。

封闭式体育教学对学生进行评价时，往往仅从学生掌握技术动作的情况和各种测试的分数出发，忽略了学生的其他与体育课有关的因素。而开放式体育教学的考核与评价则体现了综合性和系统性。它主要从三个方面着手，一是学生在体育课上对教学常规的执行情况；二是学生在课堂教学活动中的具体表现；三是学生对教学内容的实际掌握情况，包括理论与实践两个方面。开放式的考核与评价更加客观和公正，更有利于学生树立良好的学风。

总之，开放式体育教学在其实施过程中，显示了其巨大的潜在优势，但在运作中还应注意以下几个方面的问题。

第一、必须强调科学性。

体育教学具有鲜明的知识性、理论性、实践性、有其严密独特的教育目的、教育功能和内在体系，因此，在开放式体育教学中，必须始终按照教学大纲，紧扣教材，突出重点，有计划，有目的，有步骤的实施，对课的结构大胆创新，灵活地运用已有的结构模式而不必拘泥于某种一成不变的课程结构模式。

第二、必须坚持可操作性。

开放式教学要求坚持实事求是的原则，在教学的各个环节中开展的一切活动都要从实际出发，有的放矢，切忌无空谈，不求实效。

其中最关键的就是教师如何引导与学生怎样学的问题。教师应在不断改进“教学意图”引导的过程中注意激发学生的学习需要和兴趣，给学生更多的思考时间和表现机会，给学生留出自主学习的空间、真正让学生拥有主动权、自主权。

第三、必须突出主体性。

在教学中，教师不但要始终发挥主导作用，精心组织和指导学生，而且尊重学生、理解学生、引导学生发挥主体作用，有意设置一些探索性的问题，留给学生充分思考的余地，让学生带着思考、带着问题去练习与学习，让学生在“试一试、干一干、闯一闯”的过程中带来一个个成功的喜悦，让学生真正成为学习的主人。

第四、必须立足于整体性。

学生运动能力的提高和体育素养的加强，是由很多相互联系、相互依赖、相互影响、相互作用的因素决定的，开放式体育教学既要考虑到学生的个体发展，又要考虑到所教班级所有学生的共同进步；既要使学生在某一方面的运动能力有突出表现，又要让他们在体育素养的各个方面全面发展。

淄博市淄川区西河镇中心小学

翟 帅 邮编：0533-255161 电话：0533-5518211

**第二篇：《开放式组织》读后心得**

《开放式组织》读后心得

通过学习《开放式组织》，了解了作者在开源领域的管理经历，向读者描绘了一幅领导力的蓝图。他的经历对传统公司的领导者来说，也是向开放式公司转变、激发公司发展潜力的范本。公司不论大小、不论规模、不论行业，从本书介绍的开放式组织模式中都能受益匪浅。每一次变革，本质上都是由人来主导的，因此如何最大限度发挥人的价值，才是企业发展首要考虑的问题，这也是《开放式组织》一书核心表达的内容。

这本书的实用价值不仅在于作者提出了具体的做法，而且由于作者是从传统公司转入开放式公司的，既有传统经验，也有开放式的感悟，这就使得其中的方法更显得切实可行，而不是虚无缥缈。

对于传统公司是这样的：“以层级结构和传统模式为基础”，自上而下、有秩序、有结构。制定公司战略的只是公司的一小部分人——公司的高层领导，或许再加上几个咨询顾问，然后再一层一层地通知下去，由各部门员工按部就班地执行，这个过程并没有全公司上下的参与，其他人只是战略或方案的执行者。在传统公司，“领导者的力量体现在指挥别人的力量上”。在这种模式下，员工只是公司的执行者，就像流水线上的工人，领导下达什么任务，就完成什么任务，没有一个“催化剂”去激发他们的热情，每个人内心的想法和创意得不到挖掘，也无从表达。他们不会想去了解这些指令的用意何在，对公司的发展有什么意义，更不会提出自己的意见，来帮助计划更好的实施。在这种情况下，公司规模越大，浪费的人的能量也就越多。

传统公司严密的结构和强大的秩序性，在工业时代，的确带来了巨大的收益。不过发展到今天，在这个追求创新和速度的时代，传统模式造成的资源浪费只会拖住公司前进的脚步。

现在，社会已经进入互联网时代。我们可以感知到的互联网最核心的特点就是开放性和互动性，现今网络将每一个人都连接起来，让我们感受到以前所未有的方式自由连接，我们都可以很便捷地为丰富网络信息贡献自己的力量，并且发挥出无限的创造力。

在这种背景下成长的我们，更多关注的是个人价值的体现，而开放式的组织能给人以足够的空间来表现自己。团队中，每次会议，不是一个人的会议一个人拍板，鼓励大家思考，尊重每个人的意见，发扬群策群力，优中选优；关注客户的动议，同客户一条心，及时响应客户的诉求，解决客户关注的问题，与客户站一起，最终方能赢得客户的认可，达成共赢局面；公司的政策及导向需先学习了解透彻，并向全员宣导，解释理由和想达到的效果之后，让全部门管理者共同参与讨论解决的方案，并运用到全业务流程中，而这种自由度，就是开放式组织最大的特点，极大的开放性。在一个开放性的环境中，人也是自由的，他们有更大的空间、更轻松的环境，来发挥自己的智慧，表达自己的想法。开放式组织最终的结果就是它放大了公司所拥有的资源，尤其是人的资源，自下而上，团队内部形成自趋动。对于从开源起家的红帽公司来说，他们利用的人的资源，从一开始就超越了公司的局限，扩展到社区成员，以及大量的开源爱好者，红帽公司的成功离不开力量强大的群体智慧，这是我们要学习的核心；

红帽公司作为开放式公司，它的成功和它所创造的巨大价值，是业界有目共睹，也想效仿的，就像作者在书中说的那样：“改变你曾经习惯的方法将伴随痛苦，但这对于每一个21世纪的领导者来说，都是必须明白的道理，也是必须迎接的改变”。

**第三篇：谈谈体育课中的“开放式”教学体会**

谈谈体育课中的“开放式”教学体会

保亭县南林中学 黄进连

在新课程标准的教育教学理念影响下，全国各中小学学校，都在探讨着适合当代少年儿童的教育教学模式。有的根据各校的实际情况，展开了各种各样的教研活动。我校是以“一问多探多思”的教师工作反思作为主题，同时又借鉴于“杜朗口中学”等学校的教学模式。现在不少学校的个别教师都在摸索和实践之中，而我体育这门学科也和其他科目一样，都是以学生为主体，教师为主导，培养学生自主学习的能力，以及涉及到更多的问题等等。下面就来谈谈我在体育课中尝试的“开放式”教学体会：

一、“开放式”教学的形成

“开放式”教学和“放羊式”教学，从整体上看，都是“放”或“松”的含义。可因人而异，也存在理性上的差异，即理解和操作方法的不同。“开放式”教学有时代的特征，而“放羊式”教学显得传统化，不负责似的教学。可实际上，懂得如何放羊，并放得丰富多彩，这没什么不好的。这恰恰符合我要提出“开放式”教学。

从我个人来理解，“开放式”教学是具有时代性的、灵活多变的教学手段与自主探究、合作的学习，并且有更多的师生互动、互换，以及“收”与“放”灵活的有效教学之一；而“放羊式”教学是传统的字眼，是许多教师因没有透彻理解这个词的含义，常常把“羊”放得到处乱跑，没有秩序，使得其他科任教师都觉得他们也能上好这样的体育课。原因是“放”时过于“松”，同时也没有适当的“收”，再加上教师又不在场，任学生满校园跑，久而久之，学生的纪律散漫，恶习的趋势加快，同行们有不好的看法。说真的，这种做法，已经违背了“放羊式”教学的意图。说实在的，我也犯过这样的错误，但如果把收、放很好地结合起来，相信效果会更好的，而我讲的“开放式”教学，就是在这个基础上建立起来的，然后再过渡到发展学生的个性与共性。

二、“开放式”教学的特征

1、“开放式”教学具有时代性

如今社会发展迅速，网络信息随着经济的崛起而走进千家万户，孩子们固然收取的信息也就增多了，见识也广了，好玩和厌学占有的比例也不少，孩子们所喜欢的体育项目也多样化了。一堂课里只给孩子们玩一样的东西是不够的，条件好的学校，场地和器材设施都很齐全，课堂中应适当运用“开放式”教学是非常合理的。特别是城里的孩子，胆子大、自控能力差，常常会令授课教师头疼，一收则死、一放则乱，加上一个班人数多，教师的收其实也慢也乱也吵，教师有时也无奈，随之任之。在这种情况下，如果掌握好“开放式”教学，那最好灵活去使用，不能一放无收，否则日后的体育课难于常规授课。如：我在2024年11月24日，参加保亭县教科局开展的体育教学调教活动中，我深深体会到了这一点。当时，我们统一的课题是《足球运球过人基本动作：扣球和拨球》。我授课的班级是七年级（3）班，人数很多，相比之下，与我所在学校一个班的两倍。回想当时：我的课上得特别糟糕，一放就乱，一收就死，一吵不停，我都不知如何是好。最后，我失败了。可我反思了自己失败的原因在于采取教法不得当，但也很无奈，因为公开课的教案就是这么的死板，因此我没有达到因材施教的效果，也没有很好地运用已有的足球来让孩子们快快乐乐地玩，或让他们触球的机会多些。后来，我了解到这个班是普通班，而且几乎是城市户口，独生子女多，调皮、好动或不想动的都有。真的，要想以常规教学去提高教学质量，难度是非常大的。严格来说，社会的发展，时代的变迁，传统的教育教学难于满足当今孩子们的运动需求。根据我了解到，县城学校的体育课，要是按常规授课难度极大，纪律好的班级才勉强过得去，可长期来也会扼杀孩子们个性的发展。有时候他们也会“开放式”教学会来弥补学生体育活动兴趣的缺陷。于是，我想到了“开放式”教学。因为它涉及到的运动内容多，教师以精讲学生多练为主，它可让学生先学后教，最后再实践提高。它非常适合当代学生的运动心理，绝大多数学生喜欢这样的课。这难道不能说“开放式”教学是具有时代性的思想理念吗？

2、“开放式”教学能灵活多变的教与自主探究、合作的学。

随着新课改的发展，“洋思中学”和“杜朗口中学”的教学模式的出现，许多学科都开始提倡在课堂中，以学生为主体，教师为主导，并让教师少讲到精讲，学生多练习、多思考、多提问、多回答等等。那么，我们中小学体育这门学科也应该不例外，我这里讲的“开放式”教学也趋向于这种教学形式。那又为什么说“开放式”教学能灵活多变地教，学生自主地学习呢？要说明这个问题之前，首先让我们来看看，我过去的传统教学。如：一堂投掷铅球课，传统教学多是先教后学，学生总是被接受式的学习。教师脱离不了教材呆板的知识，也克制了学生自主的创造的意识。学生总是跟着老师走。这样的课，能让学生快乐地学吗？加上我们是乡村中学，器材少，学生得不到充分地锻炼，等着练习的人数多，一节课下来都没有摸到铅球几次，白白浪费了等待参与的时间。如果是县城中学，器材充足，学生就能有充分的时间练习，不过，危害性大，且这一种运动又枯燥无味，许多学生练习时不积极不主动，加上铅球又重又脏，很多学生投了几次就不想再投了，女生最为多见。像这样的课，多上一节就会使学生对体育课多厌倦一次。长期下来，我们的学生就会对体育课产生厌倦的情绪，那是多么可怕的事啊！

当然啦！课改后，许多骨干教师都已经给同学创设更有激情的学习情境，也基本改变了课堂的学习氛围。如：扔纸飞机、打靶、打雪战等。

但是，一个学期来，不能总是这样上课，因为学生喜欢的项目总是不尽相同的。我们课改中也提倡学生的个性与共性的发展，以学生为主体，教师为主导的课堂教学，这是符合新课改的思想理念的。因此，我还是建议在体育教学中，适当安排“开放式”教学的课时数，是有利于学生的健康成长与体育兴趣的培养。器材宁可数量不多，可种类要多，尽可能以最常见的运动器材都有为好，在这种条件下，我们体育教师有必要使用“开放式”教学。当然，在我们乡村学校这方面的资金投入不足，可我们要充分利用现在的资源进入课堂，使课堂更加丰富多彩，不会枯燥无味。如：我所在的乡村中学里，体育器材数量不足，种类也不多，场地也有限，在这情况下，我以《原地单手肩上投篮》为主的教学内容，来结合“开放式”教学，并充分利用现有的资源：4个篮球、一台乒乓球桌、一副羽毛拍和两个排球。这明显弥补了主要教学内容的练习器材不足。因此，在课的开始时，先让学生自由地选择运动项目。结果发现，体弱或不好动的女生多喜欢羽毛球和乒乓球，男生也一样，性格保守选择也偏向于这两项，排球占的比例较小，篮球占的比例较大，可男生多，女生少。但不管如此，教师根据学生所喜欢的项目进行分组，选出组长，并给各组提出一些要求。（如：打羽毛球的学生必须能连续接10个回合的球不掉；乒乓球同样要求每个学生必须能接10个来回的球不停；排球也是10个来回；篮球命中率须50%以上。）这样的分散练习，需要一节课完成，在下一次课时时，就要轮换活动内容。要因人而异，对学生的要求也不相同的。当学生明确了学习目的后，练习积极又主动，课堂氛围非常好，同时也给学生创造意识的空间。可这样一放，可能还会有个别学生不遵守纪律，不听指挥。因此在放的同时，对科任教师的要求反而更高，绝不能一放就乱。教师要从主要的授课内容开始，指导、纠正动作，每一项活动都要巡视到位，并适当地指导学生练习。开始时，我也觉得很乱，有的学生会偷懒、组长管不住等一些问题。但经过一段时间以后，学生变得有秩序了。教师在指导中，可以随时参与学生的活动，使师生互动、互换，促进交流与勾通，在实践中不断增强师生的情感和谐。无形中，教师和学生对练的动作是学生最好的示范动作。学生有时胜于老师，乐开了花，课堂气氛也变得非常活跃起来。而不像别人说的“放羊式”那样一放则乱。这里要求教师要根据放中有收、收放结合的原则，才能更好地把握课堂的组织教学。通过教师时而指导学生练习；时而和学生进行比赛、参与实践；时而让体育尖子或组长帮助体育基础差的同学作指导。这就说明了“开放式”教学能使教师灵活多变地传授知识。

在学习与实践中，把学生分到各项运动中去，使学生比先前人数集中时，有更多的实践机会，同时，自主、探究的学习也有了尝试。有时还得到同学间的帮助，或在争论中去争取进步。记得有一次，谭秋灿和高成同学在老师没到来指导之前，他们俩在篮球场上争论着投篮动作的最后手指拨球动作。前面的同学说是用食指和中指拨球，拇指和无名指、小指控制左右方向，而后者却说，是用食指和中指、无名指同时拨球的，而只有拇指和小指是控制球的左右方向。后来，我到了以后，才和他们俩解释清楚。其实，都一样可以的，因人而异，因命中率的高低而取决于它。书上的知识是死的，而用的人却是活的，因此，两人都没有错。

从这一事例，不难看出，只要给学生充分的时间去练习，孩子们就会发现问题的，并积极自主探究与实践，是培养学生良好的创造意识与合作地学习，一堂课里，处处都有欢声笑语和自主学习的劲头。从长远看，更有利于学生的健康成长。这样的课，难道你说不好吗？这个老师不负责任吗？难道你说，一堂课里，就一定要学习一个内容吗？我们是乡村学校啊！基础设施不足，每堂课都围绕着一个内容来讲，然后轮流练习，实在令学生很乏味，是行不通的，不合理的。这样不但不能培养学生的体育课兴趣及运动参与，反而，会增加孩子们对体育课的厌倦心理。一个班里几十个人轮流等着一两个球来练习，怎能达到学生练习的强度呢？我想：只要孩子们玩得开心，又快乐地参与运动，教师还能有什么理由不让孩子们这么做呢？因此，在体育教学中，适当运用“开放式”教学，更能体现出，以学生为主体，教师为主导的新课程理念，又能更好地培养学生的体育运动兴趣，以及自主探究、合作地学习的能力。同时，对学生的个性与共性有着长远的发展。

总之，“开放式”教学是符合时代的要求的，如果能很好的运用，对培养学生终生热爱体育运动兴趣是有很大的帮助。不过，这只是我个人在新课改下的教学体会。大家可以参考，也不妨试试，也许会探索到更好的教学途径之一。

**第四篇：四年级体育课组织教学反思.（本站推荐）**

四年级体育课组织教学反思

酒泉市西大街小学汪浩

新学期开始了，刚刚接手新一级的一个四年级，学生表现出纪律性差，好动的特点，不管教师在课前做了多少充分的准备工作，教案写的如何的完美，但是当你面对一群组织纪律习惯不太好的学生时，你完美的教案和课前的准备都只能抛到一边，课堂的组织就成了老师主要的是事了，只有组织好课堂，内容才能得以很好地实施，才能算是一节成功的课，而课堂是老师与学生接触、交流最多的场所，是教师给学生传道、授业、解惑的地方，加上体育课自身特点，不同于其它的课堂教学。这对于教师来说，不是那么容易的事，小学生缺少组织性和纪律性。那么体育课中，如何做到这一点：首先：组织与引导起着关键作用。

组织就是在课堂中有纪序，按照层次进行各种活动，不能搞“放羊式”教学，这样容易出现伤害事故，所以课堂的组织，在体育课中起重要作用。但是，组织也不是把学生栓住，这样容易把一堂课变成“死课”，学生活跃不起来，兴趣就消失，对体育就会产生厌倦情绪，因此，体育课既要组织好，还要把课堂搞活跃，只有这样，才能提高学生的学习积极性，“健康第一”的宗旨才能得一展现。其次要了解小孩子的心理。

他们好动，好奇，对其他的事情非常感兴趣，喜欢听老师的表扬，鼓励等等。所以教师要抓住学生这种特点来组织教学。例如，我在四年级上课是他们不听话了，说：“老师看一看那一组小朋友守纪律，排的又快又齐，老师要给他表扬。”这样他们为了得到这个表扬，他们会做的很好的。

第三适时用善意的谎言。

就是要学生知道不管是什么组织都有他的纪律，人人都要遵守。要学生知道体育课是为了能让他们的身体得到锻炼，每个人都是班级的一部分，谁不遵守纪律谁就破坏整个班级的学习的环境。重视培养学生对体育运动的兴趣，独立锻炼身体的能力、终身锻炼身体的意识、态度、习惯，注意提供有意义的运动消遣手段与方式，满足学生运动精神娱乐等方面的追求与享受，为学生的终身体育运动奠定基础。

**第五篇：体育课教学组织、教学调控反思**

体育课组织教学反思

新学期开始了，刚刚接手新一级的一个一年级，学生表现出纪律性差，好动的特点，不管教师在课前做了多少充分的准备工作，教案写的如何的完美，但是当你面对一群组织纪律习惯不太好的学生时，你完美的教案和课前的准备都只能抛到一边，课堂的组织就成了老师主要的是事了，只有组织好课堂，内容才能得以很好地实施，才能算是一节成功的课，而课堂是老师与学生接触、交流最多的场所，是教师给学生传道、授业、解惑的地方，加上体育课自身特点，不同于其它的课堂教学。这对于教师来说，不是那么容易的事，小学生缺少组织性和纪律性。那么体育课中，如何做到这一点：

首先：组织与引导起着关键作用。组织就是在课堂中有纪序，按照层次进行各种活动，不能搞“放羊式”教学，这样容易出现伤害事故，所以课堂的组织，在体育课中起重要作用。但是，组织也不是把学生栓住，这样容易把一堂课变成“死课”，学生活跃不起来，兴趣就消失，对体育就会产生厌倦情绪，因此，体育课既要组织好，还要把课堂搞活跃，只有这样，才能提高学生的学习积极性，“健康第一”的宗旨才能得一展现。

其次要了解小孩子的心理。他们好动，好奇，对其他的事情非常感兴趣，喜欢听老师的表扬，鼓励等等。所以教师要抓住学生这种特点来组织教学。例如，我在四年级上课是他们不听话了，说：“老师看一看那一组小朋友守纪律，排的又快又齐，老师要给他表扬。”这样他们为了得到这个表扬，他们会做的很好的。第三适时用善意的谎言。就是要学生知道不管是什么组织都有他的纪律，人人都要遵守。要学生知道体育课是为了能让他们的身体得到锻炼，每个人都是班级的一部分，谁不遵守纪律谁就破坏整个班级的学习的环境。重视培养学生对体育运动的兴趣，独立锻炼身体的能力、终身锻炼身体的意识、态度、习惯，注意提供有意义的运动消遣手段与方式，满足学生运动精神娱乐等方面的追求与享受，为学生的终身体育运动奠定基础。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找