# 2024年周工作体会心得体会范文

来源：网络 作者：落花无言 更新时间：2024-09-06

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。2024年周工作体会心得体会范文一终于熬到周末...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**2024年周工作体会心得体会范文一**

终于熬到周末了，身心可以休息一下了。回顾下猪猪生平第一次工作的头一个礼拜吧!

早晨班车是6点40，我天天5点多就醒吧!然后洗漱出发，到班车站准时等着!班车准时到达，很豪华!大家陆续上车，就是无聊的漫漫路程了!一趟1.5小时，每天工作8小时，这样一算，我一天基本对时了!到达工厂，好家伙，上百辆班车在工厂门口!有钱呀!小鬼子!然后各去各家，各找各妈!

这个月是试用期，第一个礼拜的内容很简单，貌似和学校一样!前3天是导入教育，课程安排的好紧好紧，“老师”一拨接着一拨，给我们灌输企业文化还有日资企业的一些规矩和注意事项，最主要的也是安全教育。用日本人的话叫：安全最优先!在这头3天也确实体会到了，前3天去食堂吃饭(这个工厂很大，据说有将近1万人吧)路过装焊车间，就是焊接汽车的地方，那场面那是相当壮观，用他们的话叫:“放花”，火花四溅呀!小叉车来回窜!我也庆幸没分哪去!呵呵~有点像跑跑卡丁车里的工厂，一条条流水线真火爆呀!

昨天和今天学习技能，也听说了职业病，貌似在这干的就是拿命换钱吧!走那算那吧!谁叫我不是本科呢!

技能老师不错~用他的话就是带我们玩着过，这也算工作哦~可给工资的!嘿嘿!就和我们扯吧~给我们讲汽车和一些车间发生的危险，叫我们谨记：安全最优先，还有什么4s呀!晕~都是小鬼子提出的，什么整理整顿清扫清洁，还一套套的!不过细琢磨也对，人家做的汽车世界销售第一，那绝对不是吹的!认真听吧!这也是学习呀!还知道了很多汽车的常识，好像一辆汽车的利润是70%左右吧!呵呵(中高档车)!还有很多，可惜我平时不关注这个，也没记住什么，就那些名字就叫我晕晕乎乎的!管他呢!谁给钱就给谁干吧!

这5天当中，上班最怕迟到，进入工作琢磨8个小时怎么熬，虽然现在没进现场还在培训阶段，也不辛苦，不过也很不适应，上午琢磨中午吃什么。下午盼着快下班，下班了盼着赶紧跑，要不班车没有好位置了，回家了也松口气了，一天结束了，上会网看会电视9点多睡觉了!嗨~这几天天天这心情，老人告诉我们说：刚来都觉得别扭，习惯了就好了!希望如此吧

周末写写一周的工作心得，感觉也不错!希望以后继续坚持住!要不真能忘记这里，忘记那些关心我的人!确实没心情也没力气干别的了!

下周继续技能训练，然后军训去了!回来再和各位汇报哈!玩回去了，然后睡觉，不必为明天要早起而早起了。睡个懒觉

**2024年周工作体会心得体会范文二**

一、技术部分

因为我大学的专业是高分子材料与工厂，所以我选择了与专相关的这份工作。确如其他人所说，大学所学的内容在工作上根本不够用。在大学学的是高分子材料整体方面的知识，每个分支都会略有涉及但并不深入，所以初入公司我就发现我有许多东西需要学习，翻阅物料的资料、检测报告；重新回到书本翻看以前忽略的某些相关内容；上网查阅有关资料，领导们和同事们也给了我很大的帮助，让我更快更好的了解公司经营的原料的一些基本知识。在此期间，我的关于pe的基本知识；生产前处理；加工等知识有了长足的进步。关于原料和成品的检测方面也有了一定的提高。

在我入职的第一天隋总就交给我一个任务，替南汇的工厂写一份pe管材挤出成型项目可行性研究报告，写这份报告对我的帮助很大，为了写这份报告我参考了许多经理给我的资料，上网查阅有关文献，让我对于这个行业有了一个大概的认识和了解。

在7月，我有幸去了我们在南汇的工厂，虽然那时并没有开工，但也让我对工厂，生产设备，机械等有了一个直接的认识。在工厂里还有专门负责生产技术的同事给我讲解回料的用料，添加剂，生产回料的设备，生产步骤和过程。虽然某些东西在课本上和实验室中学过看过，但这次的经历使我对工厂的概念有了更直观的了解。

在那之后不久，我又被交予了一向任务，分辨四种已打碎的废料是hdpe还是ldpe，由于我经验不足，特地去了次学校请教老师，得知了分辨材料需要做的测试以及图谱分析方法。回来后又查阅了材料分析的教材，深入了解了测试方法后寻找了上海几家高分子材料测试中心询问。虽然最终没有对这些料进行测试，但让我对于材料的测试分析有了比以往更深刻的了解。

二、销售部分

工作半年来，相比于技术工作，我的绝大部分时间还是花在了销售工作上。在经过熟悉公司熟悉原料的最初几个星期后，我就开始了我正式的销售工作。首先是熟悉相关网站和qq群，再是学着打电话询价格，最后就是寻找客户联系客户。我花了大约一周的时间在化工易贸网上学习报价，记录他人报价，并打电话给在网上卖原料的贸易商询问确切价格，在这期间需要克服打电话时的羞涩与恐惧。

工作总结

格式一般分为：标题、主送机关、正文、署名四部分。

（1）标题。一般是根据工作总结的中心内容、目的要求、总结方向来定。同一事物因工作总结的方向——侧重点不同其标题也就不同。工作总结标题有单标题，也有双标题。字迹要醒目。单标题就是只有一个题目，如《我省干部选任制度改革的一次成功尝试》。一般说，工作总结的标题由工作总结的单位名称、工作总结的时间、工作总结的内容或种类三部分组成。如“\_\_市化工厂1995年度生产工作总结”“\_\_市\_\_研究所1995年度工作总结”也可以省略其中一部分，如：“三季度工作总结”，省略了单位名称。毛泽东的《关于打退第二次\_高潮的总结》，其标题不仅省略了总结的单位名称，也省略了时限。双标题就是分正副标题。正标题往往是揭示主题——即所需工作总结提炼的东西，副标题往往指明工作总结的内容、单位、时间等。例如：辛勤拼搏结硕果——\_\_县氮肥厂一九九五年工作总结——

（2）前言。即写在前面的话，工作总结起始的段落。其作用在于用简炼的文字概括交代工作总结的问题；或者说明所要总结的问题、时间、地点、背景、事情的大致经过；或者将工作总结的中心内容：主要经验、成绩与效果等作概括的提示；或者将工作的过程、基本情况、突出的成绩作简洁的介绍。其目的在于让读者对工作总结的全貌有一个概括的了解、为阅读、理解全篇打下基础。

（3）正文。正文是工作总结的主体，一篇工作总结是否抓住了事情的本质，实事求是地反映出了成绩与问题，科学地总结出了经验与教训，文章是否中心突出，重点明确、阐述透彻、逻辑性强、使人信，全赖于主体部分的写作水平与质量。因此，一定要花大力气把立体部分的材料安排好、写好。正文的基本内容是做法和体会、成绩和缺点、经验和教训。

1）成绩和经验这是工作总结的目的，是正文的关键部分，这部分材料如何安排很重要，一般写法有二。一是写出做法，成绩之后再写经验。即表述成绩、做法之后从分析成功的原因、主客观条件中得出经验教益。二是写做法、成绩的同时写出经验，“寓经验于做法之中”。也有在做法，成绩之后用“

心得体会

”的方式来介绍经验，这实际是前一种写法。成绩和经验是工作总结的中心和重点，是构成工作总结正文的支柱。所谓成绩是工作实践过程中所得到的物质成果和精神成果。所谓经验是指在工作中取得的优良成绩和成功的原因。在工作总结中，成绩表现为物质成果，一般运用一些准确的数字表现出来。精神成果则要用前后对比的典型事例来说明思想觉悟的提高和精神境界的高尚，使精神成果在工作总结中看得见、摸得着，才有感染力和说明力。

2）存在的问题和教训一般放在成绩与经验之后写。存在的问题虽不在每一篇工作总结中都写，但思想上一定要有个正确的认识。每篇工作总结都要坚持辩论法，坚持一分为二的两点论，既看到成绩又看到存在的问题，分清主流和枝节。这样才能发扬成绩、纠正错误，虚心谨慎，继续前进。

写存在的问题与教训要中肯、恰当、实事求是。

（4）结尾一般写今后努力的方向，或者写今后的打算。这部分要精炼、简洁。

（5）署名和日期。署名写在结尾的右下方，在署名下边写上工作总结的年、月、日，如为突出单位，把单位名称写在标题下边，则结尾只落上日期即可。

**2024年周工作体会心得体会范文三**

幼儿园的工作很轻松，但责任很大。在保证安全的前提下要让孩子们吃好、玩好、学好，让孩子们开心，让家长们放心。

在这工作的原因是为了学习跟孩子们相处的技巧，学习电子琴，学习做手工，玩游戏。我发现教幼儿园的小孩并不是想象中的那么简单。比如说教两个汉字，就需要一个小时，孩子们活泼好动，注意力完全不集中，为了把他们的视线转到我身上，需要做游戏或唱歌来达到;孩子们的思维天马行空，创新能力强，有时也让我忍俊不禁。

完全不像以前教高中的时候，学生们都是跟着我的思维走，我也就一味地灌输着知识,同时也是怕他们开放的思维我无法控制，所以就在摇篮中抹杀了他们的“天性”。对于2-5岁的孩子们，我也没有能力抹杀他们的创新思维，也不能抹杀，我们互相牵引着对方的思维，渐渐地他们从我这儿学到了新知识，我也从他们那儿学到了自己不曾注意到的新发现。

教高中生，需要备很久的课，我经常stay up到凌晨2、3点，上课时也很紧张，生怕重难点拿捏不准，知识点讲解不完整，节奏不紧凑……而教小孩儿，关键是引起他们的注意，这也并不容易，在教新东西时，孩子们一会儿又要解便，一会儿又在画画，总之你永远想不到他们之后又会干什么……

**2024年周工作体会心得体会范文四**

时间过得很快，转眼间我便离开学校进入公司，实习的第一周很快便过去了，这一周的实习生活我认为将会是我整个实习生涯中最重要的一周，在这一周接触到了许多在学校没有的东西，我也学习到了许多的新知识。

在刚刚入职的时候我表现的有点儿胆怯，在一个陌生的坏境中我显得很不自在，对于刚刚步入社会的我来说，习惯了学校日常的作息规律，在实习岗位上我很不适应。刚开始进入公司的时候，对于自己的工作我什么也不懂，所以刚开始公司分发给我的任务也是很基础的，让我慢慢的适应我的这份工作，给了我一个缓冲的过程，在工作上有存在不能解决的问题，只要我去请教同事，同事便会细心的指导了，在工作上我十分的感谢周围同事的帮助，经过了一周时间的努力，我已经慢慢的适应了我的工作。这一周也是我从学校到步入社会的过渡时期。

在生活上，外面的世界也和大学有很大的区别，大学住在公寓里每天到教室也就那么几百米的距离，偶尔上课迟到也老师也不会太在意，但是在实习的生活，首先我就需要为自己寻找一个住的地方，所以我和几个朋友一起合租，但是里公司有十多公里的路程，每天都需要早早的起床去挤公交，挤地铁上班，在上班期间也必须严格的遵守公司的相关规定，进入了社会要学会自己对自己负责。虽然每天都会很累，但是我依旧觉得很充实。实习的这一周让我慢慢的习惯了生活的忙忙碌碌。也让我懂得了生活的艰辛。

在我实习的第一周，我自认为这是我自身一个蜕变的过程，在这个过程中，我不断的在成长，特别的是在思想上，我觉得自己比以前变得现实了，因为很多的事情，不是自己觉得自己能行就可以做到的，以前把自己看的太高，现在经过了这一周的实习，我知道了自己以前想法的天真与幼稚。

这是我离开大学参加实习工作的第一周，这一周虽然过得很辛苦，但是我却得到了许多的感悟，面对自己的工作，只要自己在这个岗位上就应该做好，这是自己的义务，在生活中，自己也应该照顾自己不要让家人担心，同时自己有机会就应该努力的去学习，无论是在工作上还是生活中都可以学到许多有用的东西。生活虽然艰苦，但是我却不会放弃。

**2024年周工作体会心得体会范文五**

入职一周，收获颇多，感触颇多。

收获：

1、比较关键的地方。如：玻璃检验批的数量是1000~1500m2；铝合金与其他金属(铁)等连接时一定要有塑胶垫块；立柱的伸缩缝长度不小于10mm等等。虽然一次不可能把所有的记住，但我想通过日后的不断努力和在工作实际中经验的积累，这方面的知识一定会牢固掌握的。

2、了解了如何根据施工图向生产部进行提料。第一步是把所要提的材料中施工图中提取出来，并附上平面、横剖、纵剖图，把材料的规格如实地反映在图上；第二步是填写提料单，把要提的`材料的型号、规格、总量等一一填写在提料单上，且标上统一的编号。我训练的只是其中的一个材料，更具体的还是要靠日后的学习和积累。

3、项目管理手册的学习。通过看项目管理手册，并结合与项目经理梁经理的交流，我大概了解了一个项目从中标开始到工程的竣工验收结算整个过程中的运行情况，项目管理人员的进场，与业主方、总包方、分包方关系的协调，以及各个管理人员职责的划分等等项目管理活动；还有技术方面，如埋件的预埋过程控制，测量放线，以及各种形式幕墙的安装工艺流程等等。虽然这只是个大概，但让我感到自己的视野一下子从一个普通的施工管理人员，转变到了一个项目的帷幄者，能从一个较高的角度去分析把握工作中遇到的问题和事情了。这一点我认为是一个很大的提高。

4、安全技术培训和资料管理培训。前者由于是第一次碰面，张总的目的也旨在提高我们的安全警惕性，而不是提高我们的管理水平。实际上是一个安全技术交底。通过培训，我提高了对安全管理的认识和在施工现场的警惕性，提醒自己在现场一定要全神贯注，时刻注意自身的安全，不能不懂装懂，不逞强，要正确佩戴安全帽和安全带等等；资料管理的培训中，通过余工根据自己的亲身经历和经验总结，给我们讲解了资料归档过程中要注意的问题和细节，我通过提问的方式把一些模糊的地方给弄清楚了，感觉学到了很多实用的东西。

感触：

1、项目部浓厚的学习氛围。梁经理和唐工在一天的繁忙工作后，还坚持看书到深夜，一起来项目的其他同事也在抽时间学习，真的有种一天不学习就会落后就会被淘汰的感觉，有时感到自己的脚步都加快了。慢慢适应吧，学习是件好事。

2、十分简单的工作关系。没有毕业之前，经常听说社会关系如何如何的复杂，如何如何可怕。可来到了这里，丝毫没有这种感觉，大家都在认真努力的工作，能者上，庸者下，没有什么营私，老员工毫不保留的把自己所知道的都教给了我们，项目经理梁经理经常和我们一起玩笑，感觉和朋友没有什么不同的。这不，还要买个篮球，说要组建一个篮球队呢。

3、公司领导和项目经理对我们的关怀无微不至。就说办公室工作环境吧，开始只有一台电风扇，可就因为我们几个来了，梁经理第二天就又买了台电风扇，今天上午公司又从广州公司特别的为我们送来了一台空调。留给我的只有感慨和感激了。还有在我们成长方面，张总更是关怀备至，给我们安排培训，还特别叮嘱梁经理关注我们的发展进步。

工作环境是艰苦，我的心里是高兴的——没有选错公司。太阳是热辣辣的——学习的激情是火热的，投入汗水，投入专注，压力和竞争是无所不在的，我相信我的成长也会是显而易见的。喜欢压力，喜欢挑战，喜欢这种工作氛围。

**2024年周工作体会心得体会范文六**

时间飞逝，自步入富丽中学那一刻起，日子已在不知不觉中过去两星期了。眺望过去的两周，我在学校领导、指导老师、和班主任的帮助下，开展听课、上课的教学工作和班主任管理工作，每天都在学习、总结、反思中进步着。

在实习学校，已不再像大学那样，有老师、有作业、有考试、有工作，一一都安排好了，一步步走下来即可。在这里没有人告诉你究竟要做什么，要如何提高自己，凡事都要主动！我们就像“初生牛犊”，有输的资本，去尝试，无论成败，收获的都是经验。

两周来，我抱着学习的态度，力争把自己份内事做到最好！除此之外，还帮老师打点，管理其它事务。下面是我自己点滴的感悟和收获：

学习当从模仿他人开始。首先谈谈听课体验。我除了听指导老师的课外，还积极听其它老师的课，汲取更多的经验知识。初三级的语文老师都是学校的“老”教师，经验丰富，颇有一套教学心得，但由于应试压力的存在，初三的课堂基本上是比较传统的，一节课四十分钟下来，灌输着众多知识点。而初一、初二年级的年轻教师，有活力，教学讲求新颖、有效的手段。在她们身上，有很多优点都是我要学习的。

我的指导老师----吴老师，她非常重视培养学生的良好学习习惯，任何学生的小动作都逃不过她的眼睛，她讲课从来不用带稿，二十六年的教龄和丰富的经验是她教学成绩卓越的保证。她熟知考点，讲课总能够贯穿知识点，启发学生思维，整个教学过程很流畅。她朗诵能力很强，老当益壮，很有激情。禤老师，是个热情开朗的好老师，她富有感染力的声音和开朗的笑靥深深地感染了我，她的口才很棒，知识渊博，讲课举一反三，重难点突显，讲得非常清楚。教学上，我最欣赏的就是她了。梁老师，初二级的，听了她的《桃花源记》，觉得老师很擅于课堂管理，她总能调动起学生的积极性，课堂很活跃，合作探究解决字词翻译，稳重淡定。郭老师，是我们语文组唯一的男老师，听了他的公开课《醉花阴》和《破阵子》，老师善于旁征博引，他借用钱塘江湖水的来势汹汹来比喻豪放派，用林黛玉的忧郁气质来借此婉约派，对比鲜明，生动，使学生易接受，引来老师们的声声好评。

本周五，我有幸地上了初三（1）、（2）班两节作文评讲课。星期四吴老师问我：“两个班的作文是由你批改的，明天有两节课，主要是评讲上星期的作文的，你去准备下上课，行不？”我眼前一亮，立即应了下来，珍惜这来之不易的锻炼机会。没有电脑，借用了级长办公室的来用；上网找了一些作文写作的技巧和方法；要回两个班，共一百多份同学的作文，一一重新翻阅，在写得好的地方做了摘录。晚上用了两个多小时整理，形成了一份粗略的教案。带着疲惫的身躯入睡。第二天早上给吴老师看了，简单地修改下，定下了稿。

课程主要分为两部分，第一部分是评讲作文《我该如何学好语文》，从破题导入、金榜题名、佳作欣赏到小结，我带着鼓励的眼神、欣赏的视角给全班同学讲解作文，学生在听到同学作品时也非常兴奋，课堂效果不错，最后，让科代表把佳作张贴到“学习园地”，供大家学习分享。第二部分是讲作文的审题、立意和选材。审题的原则是“瞻前顾后，一字不落”，审题主是引导他们站在新的高度去破题，用象征义、引申义立意，或者由释定义入手，从“是什么，为什么，怎么样”去着手写，尝试用发散性思维，多角度地围绕主旨中心写作。立意讲求新意，但不能脱离主旨。选材可以从生活着手，从名人名言着手，分点去论证，材料要精，要切题。我用三环跑道来表示这三者间的关系，审题是中心，立意是次中心，选材视野面要广。

个人感觉，这次上课发挥一般，没有把最好的状态发挥出来。处理较好的地方是：设计的重点突出，条理清晰；引用事例来加深理解抽象的概念；口头表达还可以。发挥不足的主观原因有：准备不充分，课前没有试讲，不够自信；处理课堂突发事件时，心里有点紧张；内容设计得有点难，高估学生的接受度。客观原因：课室多媒体故障，不能形象生动地展示更多学生的作品；课室空旷，回音差，即使大声喊叫，坐后面的学生仍然听得比较模糊。

所以，我觉得，以后自己要多克服这些弱点，才能取得进步。

班主任是一个班级的核心灵魂，他的形为会直接影响到每一个学生，我认为要做一个好的班主任必须做到“三勤”,即眼勤、腿勤、嘴勤。眼勤，指要善于发现班级内存在的各类问题或隐患，并且要及时得当的解决，该表扬的表扬，该批评的批评。每次我要求自己必须做到表扬时具体到人，在班级内树立在各方面突出的榜样;批评时对事不对人，起到广泛警告的作用。“先做人，后做事”，从上课最基本的尊重说起。腿勤，指班主任要有足够的时间和精力，多往教室里跑，特别是早午读、早操（跳绳与跑步）、放学后，及时发现学生的问题，和学生交流，在言谈中渗透教育的理念。嘴勤，指经常和学生交流，做通他们的思想工作，特别是每次作业、

单元测试

后要及时找学生了解他们的想法。如：星期一，我发现两个班共有十三个同学没交作文，布置的《感悟体验》中的题目也没做，于是，我让科代表一一催他们，第二天，仍然有五个同学没交，我利用课间休息期间找他们聊天，了解情况，针对特别懒惰的学生，我要他们写保证书，针对能力较差的学生，我让他们先尝试写四百字，然后五百，六百。最终，他们都交了作文。

现在，我还没能完全记住他们的名字，所以工作起来有时不太方便，我决定找出他们的初中三年的《成长记录》，有空时多多浏览，以便能更深入地了解他们。

除了教学和班主任工作外，这个星期我跟随吴老师负责一项朗诵训练任务，主要对象是初二级两个班参加番禺区学校诵读比赛的选手。诵读的内容是配乐进行的，主要有《红楼梦》《三国演义》《繁星春水》《关雎》等诗篇。要给学生一杯水，首先自己要有一桶水。于是，我跟其它老师借来朗诵的书籍，自己先啃。然后上网搜查视频，模仿。觉得自己去支教，其实就是一个学习的过程，发现自己哪方便存在问题，跟进，补上。

刚好逢上九月十号教师节，我收到了生平第一份教师节礼物----贺卡。礼物虽小，情意却重。我会深深地收藏好它的。看着那些歪歪斜斜的字，看着朴实的“教师节快乐”话语，心里甭提有多幸福。沾了其它老师的光，我吃了五十磅的水果大蛋糕，还去骑自行车环游星河湾领取奖品，晚上去味道馆吃个大餐，充分感觉到集体的温暖。

天时，地利，人和，我觉得人和是最重要的。我坚信通过这一段时间的实习，从中获得的实践经验将使我受益终生，并在今后的实际工作中得到验证。我坚信，顶岗实习不仅仅是学习专业技能和弥补自身不足，更重要的是它是一笔一生都享用不尽的宝贵财富。我期望将大学学到的理论知识用于实际工作中去，实现自己的愿望。我会继续保持谦虚好学的态度，不断总结，不断反思，不断进步！

**2024年周工作体会心得体会范文七**

这一周举办了设计艺术学院首届学生会干部培训班，很幸运的，我是这个班级中的一员。下面我就来讲讲自己的感受吧。从礼仪课开讲，让我们加深了对礼仪在生活中的重要意义，礼仪的实质就是把不方便留给自己。嗯，这句话真的很有道理呢！第二节课时有关ppt的讲解，老大主讲，我觉得最有感悟的一句话是“多学习，早让自己溢出来。”这正是这个班举办的意义所在吧，培养我们干事各方面的能力，学习到更多的东西。最后就是小韩姐主讲的职场应用，从各种应用文写作规范与专有词搭配讲起，到比较贴近现实生活的职场面试应注意技巧，呵呵，明明只是大一新生却有一种自己马上要毕业的感觉，学姐学长的课真的是很给力呢！

这个应该属于收获颇多的一周吧，从最开始的“生会干部培训班”后来的“辈心理辅导员培训班”后面我们班的文艺节目的创作与排练，从实践和理论上都让我有所提升，更为清晰的了解到自己的责任！要在各方面的提高自己，才会走得更远，才会对未来有充分的自信！

【2024年周工作体会心得体会范文】相关推荐文章:

2024年个人周工作计划表模板

2024年第二周第一天军训心得体会范文

学校周工作汇总心得体会范文

周工作总结心得体会 周工作感悟及心得

劳动周个人体会400字 劳动周心得体会400字作文

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