# 2024年高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想(10篇)

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-09-29

*时间流逝得如此之快，前方等待着我们的是新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇一开展教育活动，加强学风、班风建设，...*

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的是新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇一**

开展教育活动，加强学风、班风建设，深化教学改革，全面推进素质教育，进一步将我校的体育锻炼成绩推上新的台阶。

1、体育课程改革，积极推进体育教学的科学化进程，构成以学生为主体、以增进其身心健康为核心，的课程体系，让学生生动、活泼主动地得到发展。

2、营造良好的校园体育文化氛围，积极开导学生每天参加1小时体育锻炼，使其养成锻炼习惯，终身受益。

3、积极开展课余训练。管理好学校体育器材。

由于传统的体育教学方法大注重教师的教法，对学生学的方法不够，教师怎样教，学生就怎样练，对学生心理、生理、认识水平和个体差异难以把握，学生学习过程如何，“懂、会、育”的程度如何，难以检验和评价。为了真正体现教学以学生为主体，减少注入式和训练式的教学方法，让学生通过自主学习，培养学生一至二项以上体育爱好和特长。

1、以德育为首，五育并进，形成整体推进素质教育的新格局；

2、以教学为中心，深化教学改革，全面减轻学生过重的课业负担，大幅度地提高学生的素质；

3、体育重点提高学生综合素质为导向，加强学生综合素质的练习；

4、不惜一切代价，带好今年体育高考队的准备工作。

1、进度按计划进行；

2、课堂集中人数由体委负责；

3、场地检查、安全措施要细详；

4、器材归还由体育委员分配；

5、每学期最少有五节理论授课。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇二**

高一年级各班学生基本都在40人左右，各班素质差别较大，男生性情好动，敢于挑战，女生好静，不愿活动，虽然很喜欢体育课，但不喜欢常规传统的教学课堂，对有难度，有危险的运动项目有畏惧心理，运动兴趣运动能力还需加强，另外根据上学期体质健康达标成绩得知，学生的体质普遍较差，运动水平急待提高，本期学校教学场地尚未全部完工，遇到下雨还无法正常进行室外活动，这对体育课的正常教学冲击很大，如何诱导学生自主锻炼、参与锻炼、终身锻炼势在必行，不断加强体育教学全面推动新课程改革势在必行。

正确处理教材,要把握教材的重点,难点，体育技能不同于其它科目，是需要系统进行，循序渐进不断提高、才能掌握一项技术，我们要在继承优良传统的基础上，大胆改革，与时俱进，开拓创新，体现课程的时代性，在课程内容方面，要重视改造传统运动项目和引入新兴运动项目，精选适应时代要求的、有利于为学生终身发展奠定基础的体育与健康基础知识、基本技能和方法，在教学方式方面，力求改变单一的灌输式教法，改变过分强调讲解、示范的教学形式，创设有利于学生主动参与、乐于探究、勇于实践的良好的教学氛围。

我们要根据高中学生生理、心理日趋成熟的特点，十分关注学生

第十五周1体育与健康知识普及2组织竞赛活动

第十六周1发挥学生主体性,让学生自觉参与体育锻炼2心理健康调查与活动

第十七周1体育课程理论学习2社会经验学习与交流

第十八周1考核2考核

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇三**

经过以往的体育教学，二年级学生在游戏、跳、跑、投掷等三项体育活动方面均有所提高，本学期需要在各个方面进一步加强训练，以争取更好的成绩。

1、能知道体育锻炼对身体健康的好处，知道一些保护自身健康的简单常识和方法，能养成良好的卫生习惯。

2、知道一些培养基本活动能力的基本动作和学练方法，能保持正确的身体姿势，具备一定的发展身体素质和基本活动的能力。

3、体验参加体育活动的乐趣，培养认真观察、积极思考、与同伴相互合作的良好品质和习惯。

第一单元：

教学目标

1、教学跳上跳下、跳台阶、跳沙塘，掌握其要领。

2、教学“快快集合”等游戏活动，知道游戏规则。

3、测验立定跳远。

教学重点、难点：

多种跳跃动作，提高弹跳力

第二单元：

教学目标

1、教学法：直线跑、快速跑、自然地形跑。学会不同起跑式。

2、教学“看谁投得准”等游戏活动。

3、进行30米跑的训练、考核。

教学重点、难点：

第三单元教学目标

1、教学跳短绳及其游戏，使学生掌握其技能技巧。

2、学会投沙包、搬运、接力等游戏。

3、进行30秒跳短绳考核。

教学重点、难点

多种跑的活动。起跑的各种不同名称和姿

快速跳短绳的技能技巧

第四单元：

教学目标

1、使学生了解体育常识、人生保健、安全常识等室内体育常识。

2、进行“报数比赛”、“击鼓传花”等室内游戏活动，活跃情趣。

教学重点、难点：

有事例地讲授一些体育卫生知识

四、教学措施

1、认真订教学计划，认真备课上课。

2、培养好体育小组的小助手。

3、做好课前准备，每课前必备体育器材、场地。

4、保证体育课有一定的锻炼强度和练习密度，做好分组安排，不上甩手放任自由课。

5、搞好跳远、30米跑、跳绳等体育考核项目，测定好本学期学生的平时体育成绩。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇四**

本课以新课程标准为指针，坚持健康第一、安全第一的指导思想，以启发思维、观察体验、合作探究为主线，以学生为主体，教师为主导，学练结合为主旨，充分体现兴趣性、师生互动性和学生的个性化教学背景。本课突出一个“新”字，体现一个“改”字，通过运动技能的学习，锻炼学生的心肺功能，培养学生的竞争意识和团队精神，树立勇于战胜困难、挫折的信心和勇气，培养良好的道德品质和意志品质。

跑的这个教材，在人们的日常生活、劳动、体育活动中具有很大的实用价值，也是每个人都具有的自然活动能力。高一年级跑得教材内容主要以跑得专门性练习和跑的技术为主。让学生通过观察、分析、实践等教学活动，改进跑的技术，发展学生的速度、力量、灵敏等身体素质，提高动作的协调性。同时还是培养学生自信、果断等良好心理品质的有效手段。

课的授课对象为高一（22）班学生，该班学生身体素质整体一般，参与跑等项目的活动兴趣不高，以前虽接触过快速跑教材但对快速跑的技术动作掌握情况不够理想，尤其是对摆臂技术的掌握缺憾较大，从而对跑速和跑成直线造成了直接影响。因此在教学设计中针对学生的心理、生理特点，运用了各种方法安排了各种跑的练习，利用游戏的形式让学生自由组合，有效的激发团队精神、合作精神，使学生在参与活动中获得成功，体验成功的喜悦，正确引导学生的心理倾向。

1、运动参与与目标：让学生积极参与到学习中，并大胆向同学展示自己的动作。

2、运动技能与目标：通过游戏活动，让学生学会30米快速跑的正确方法，提高奔跑能力，并了解跑的知识、对身体的作用及注意事项。

3、身体健康目标：通过跑和游戏发展学生跑的能力，促进身体正常的生长发育，培养顽强的精神。

4、心理健康目标：在学习中充分展现自我，感受和体验其中的乐趣。

5、社会适应目标：通过游戏活动，体现合作交往，团结合作的拼搏精神。

教学重点：发展快速跑的能力，及身体灵敏性、协调性。

教学难点：体验、观察、合作探究的锻炼方法。

采用“自主、合作探究”的教学模式，从观察体验入手，创设适合学生特点和教材特点的情景，使学生在快乐的氛围中展现自我和体现团队精神。

通过体验观察、启发思维，激发学生的学习兴趣，调动学生的积极性和运动的参与性。在教学设计和教材处理上通过以下几个步骤实施：

1、导入与热身

课前预设知识问题，让学生带着自己不同的认识进入角色，充分发挥他们的个性和思维，教师以学生朋友的身份，主动地融入课堂之中，自然的走向过渡。采用蛇形移位跑，徒手操和专项练习，起到热身运动，调动和激发学生的练习情趣，并逐渐导入新课，进入教材。

2、合作与探究

合作与探究是本次课的重点，也是一种重要的学练方式。贯彻于课的始终，并在教学中得以突现。以掌握合作跑技术和接力跑技术为难点，以“体验观察——思考比较——感知——寻找问题，选择方法——学会解决问题”为教学流程，在教学中将重难点分为三个层次循序渐进地进行。

第一层：体验与观察：强调教学过程以学生体验与实践为主，让学生带着问题学，有针对性的练，以演示、激励、指导的教学方法引导学生，采用体验法、观察法、尝试法、讨论法、合作法、互助法调动学生的学习积极性，有的放矢地实施教学过程，达成目标。

第二层：巩固与加强：把合作跑作为重点，让学生在快速跑的基础上，以小组竞赛形式调动学生积极性和团结合作积极向上的精神。在竞赛中建立正确的合作跑，并蕴含规则要求，进一步巩固、提高合作跑的能力。

第三层：自主锻炼：让学生根据自身需要，自由结合，发挥想象，选创动作，进行柔韧灵敏练习，使学生学会柔韧、灵敏的练习方法，安全措施，突出学生的组织能力，再次展现师生互动、合作锻炼的课堂情景。

3、放松与小结

在教师的带领下做自上而下的放松活动，力求生理和心理彻底放松。课后小结，对同学们的体会和练习进行讲评。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇五**

学校体育工作确立“健康第一”指导思想，根据学部工作安排，以《学校体育工作条例》为工作依据，贯彻《体育与健康》的教学纲，实施《新课程课标》。力推行体育新课程，面向每一个学生的发展，创造充满智慧的教育，进一步提高教学质量，并开展好校内课余时间小型体育竞赛，激发学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学生健康成长，促进学校体育工作再上新台阶。

高一年段各班学生人数基本在65人左右，各班学生身体素质有差异。但是不影响学生参加体育锻炼的热情，他们正处在青春发育期，接触和参与体育运动的项目也不多，什么对他们来讲都是新鲜的，喜欢接受新知识，但是对某些有难度或难度较的项目接受较慢，特别是协调性要求较高的动作，加上现在的学生力量也是比较弱。男生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强，多数学生喜缓球、足球等运动项目；女生和男生一样活泼，在项目选择上则偏爱于羽毛球、乒乓球、跳绳。在教学上多进行学生组织纪律观念的教育与培养，让他们养成良好的行为习惯。

正确把握教材，特别是把握教材的重点、难点，体育运动不同于其它科目，是需要通过系统的锻炼或练习，循序渐进不断提高、才能掌握的科目。在课程内容方面，结合体育课程，尊重学生学习的意愿，从学生喜欢的科目先入手，有利于培养学生参加学习的热情，而后向其他运动项目转移。在教学方面，力求改变单一的灌输式教法，改变过分强调讲解、示范的教学形式，创设有利于学生主动参与、乐于探究、勇于实践的良好的教学氛围。我们要根据高中学生生理、心理日趋成熟的特点，关注学生学习方式的改变，重视提高学生自主学习、探究学习和合作学习的能力，以促进学生学会学习，提高体育学习和增进健康的能力。

在注意发挥教师主导作用的同时，确立学生的主体地位，尊重学生的情感和需要，促进学生体育锻炼习惯和终身体育意识的养成。课程目标的确定、教学内容的选择和教学方法的更新，都特别注重学生的学习兴趣、爱好和个性发展，促使学生自觉、积极地进行体育锻炼，以全面发展体能和提高所学的运动技能，培养积极的自我价值感，为终身体育奠定良好的基础。

1、深入思考、认真分析学情，确定好教学内容，做到区别对待。

2、认真学习教材，认真备课，设计好每一个礁，增强教学的针对性和实效性。

3、面向全体，尊重个性，培养骨干，互互学，共同营造良好的课堂教学氛围。

4、恰当的教学方法。多渠道、多层次、多种教学方法、教学手段、教学形式紧密相结合，富有启发性，充分调动师生的积极性。

1、严抓课堂常规，根据本校现状制定符合学生课堂要求和练习措施，确保40分钟上课质量。

2、要有明确的教学目的，因地制宜、因人而异，多渠道、多层次、多种教学方法、教学手段、教学形式来教育学生。

3、要注重理论课教学，让学生对体育有更全面更深度的了解、认识，不断提高运动能力、运动水平，促进学生的学习积极性。

4、多开展课余体育活动，提高学生主动参与运动的积极性，培养学生良好的体育运动习惯，为实现终身体育打下基础。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇六**

新的体育与健康课程标准明确指出：坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益。本学期我将通过教学实践，确实增进学生的身心健康，增强体质，使学生掌握田径及篮球运动项目的基础知识和运动技能，培养学生的体育运动的兴趣和习惯，提高学生的运动能力和体育运动技术水平，同时加强思想教育，确实完成教学任务，以达预期的教学效果。

作为刚刚步入新学习环境的高一新生，由于他们来自各间校风不同、师资要求有异、体育风气有别、场地器材条件有差异，这就自然形成了学生对体育课的认识深浅不一、基础不一、身体素质有差距等因素。另外学生对新的学习环境还不是很适应。感情丰富而强烈，表现为情绪波动性、不稳定，不成熟。因此，在进行体育教学时，应深入了解学生的实际情况，预先制定切实可行的教学计划及主要措施，循循善诱地助学生统一认识，打好基础，使原来体育素质较较好的同学能树立新的拼搏目标，而对于体质较差的“困难户”能在新的环境下树立自信，发挥长处，

内容和结构

高一上学期主要进行田径运动的必修课教学。田径是其他体育项目的基础。高一年段进行田径运动的学习，是为了更好地发挥田径运动，作为基础运动项目的功能，为学生进入后期的选项学习打好运动技能和体能等多方面的基础。田径模块教学内容为：短跑和跳远。

高二年段选项教学班的教学内容为篮球运球三步上篮。上篮一般称三步上篮或三步跨篮，是一项基本的秃技术，上篮按出手时手与肩的相对高度，分为高手上篮和低手上篮；上篮包括单手和双手两种手部动作，同时又还包括行进间和跳起两种身体姿态。手部动作有正手、手、勾手的区别。本学期以行进间单手肩上上篮为主要学习内容。

提高体能和运动技能水平，加深对体育与健康知识和技能的理解；学会体育学习及其评价，增强体育实践能力和创新能力；形成运动爱好和专长，培养终身体育的意识和习惯；发展良好的心理品质，增强人际交往技能和团队意识；具有健康素养，塑造健康体魄，提高对个人健康和群体健康的社会责任感，逐步形成健康的生活方式和积极进取、充满活力的人生态度。

强调运动爱好与习惯的养成，强调运动知识和技能的实际应用，要求学生学习的运动技能内容少而精，强调课程内容与学生个体发展和需要的联系；以目标统领内容的选择，地方、学校和学生对学习内容有很的选择余地；增加了健康教育专题的学习内容。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇七**

学习和贯彻科学发展观，开展教育活动，加强学风、班风建设，深化教学，全面推进素质教育，进一步将我校的体育锻炼成绩推上新的台阶。

1、体育课程，积极推进体育教学的科学化进程，构成以学生为主体、以增进其身心健康为核心，的课程体系，让学生生动、活泼主动地得到发展。

2、营造良好的校园体育文化氛围，积极开导学生每天参加1小时体育锻炼，使其养成锻炼习惯，终身受益。

3、积极开展课余训练。管理好学校体育器材。

由于传统的体育教学方法注重教师的教法，对学生学的方法不够，教师怎样教，学生就怎样练，对学生心理、生理、认识水平和个体差异难以把握，学生学习过程如何，“懂、会、育”的程度如何，难以检验和评价。为了真正体现教学以学生为主体，减少注入式和训练式的教学方法，让学生通过自主学习，培养学生一至二项以上体育爱好和特长。

1、以德育为首，五育并进，形成整体推进素质教育的新格局;

2、以教学为中心，深化教学，全面减轻学生过重的课业负担，幅度地提高学生的素质;

3、体育重点提高学生综合素质为导向，加强学生综合素质的练习

4、不惜一切代价，带好今年体育高考队的准备工作。

1、对教育工作的热爱,对自己教育教学能力充满自信,对在学生中树立良好教师形象充满自信,对提高我校教学质量充满信心饱满的工作热情与必胜的信念是实现教学计划的保障.

2、认真研读《教学纲》，理清重点、难点，根据学生的实际情况，设计与之相适应的教学方案，备好每一节课。上课过程中，通过日常生活中的例子引导学生更好地理解和掌握该课内容。注重实际，面向全体，尽可能切入学生实际。

3、除课堂教学外,还组织校田径队的训练与比赛，抓住每个班级有体育特长及有发展潜力的学生,利用课余时间指导学生训练,为提高我校竞技成绩而努力.

4、对体育偏差生,则助制定进步计划,指导学生自觉养成良好锻炼习惯.培优与补差学生的训练,锻炼时间与年级组,班主任沟通商量形成计划,共同协作执行.

5、教学中充分注重从学生中馈收集以矫正和调控教学的作用，从而增强学生的体育锻炼的信心，优化课堂教学，全面提高教学质量。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇八**

新的体育与健康课程标准明确指出：。坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益。本学期我将通过教学实践，确实增进学生的身心健康，增强体质，使学生掌握田径及篮球运动项目的基础知识和运动技能，培养学生的体育运动的兴趣和习惯，提高学生的运动能力和体育运动技术水平，同时加强思想教育，确实完成教学任务，以达预期的教学效果。

作为刚刚步入新学习环境的高一新生，由于他们来自各间校风不同、师资要求有异、体育风气有别、场地器材条件有差异，这就自然形成了学生对体育课的认识深浅不一、基础不一、身体素质有差距等因素。另外学生对新的学习环境还不是很适应。感情丰富而强烈，表现为情绪波动性大、不稳定，不成熟。因此，在进行体育教学时，应深入了解学生的实际情况，预先制定切实可行的教学计划及主要措施，循循善诱地帮助学生统一认识，打好基础，使原来体育素质较较好的同学能树立新的拼搏目标，而对于体质较差的“困难户”能在新的环境下树立自信，发挥长处，

高一上学期主要进行田径运动的必修课教学。田径是其他体育项目的基础。高一年段进行田径运动的学习，是为了更好地发挥田径运动，作为基础运动项目的功能，为学生进入后期的选项学习打好运动技能和体能等多方面的基础。田径模块教学内容为：短跑和跳远。

高二年段选项教学班的教学内容为篮球运球三步上篮。上篮一般称三步上篮或三步跨篮，是一项基本的投篮技术，上篮按出手时手与肩的相对高度，分为高手上篮和低手上篮；上篮包括单手和双手两种手部动作，同时又还包括行进间和跳起两种身体姿态。手部动作有正手、反手、勾手的区别。本学期以行进间单手肩上上篮为主要学习内容。

提高体能和运动技能水平，加深对体育与健康知识和技能的理解；学会体育学习及其评价，增强体育实践能力和创新能力；形成运动爱好和专长，培养终身体育的意识和习惯；发展良好的心理品质，增强人际交往技能和团队意识；具有健康素养，塑造健康体魄，提高对个人健康和群体健康的社会责任感，逐步形成健康的生活方式和积极进取、充满活力的人生态度。

强调运动爱好与习惯的养成，强调运动知识和技能的实际应用，要求学生学习的运动技能内容少而精，强调课程内容与学生个体发展和需要的联系；以目标统领内容的选择，地方、学校和学生对学习内容有很大的选择余地；增加了健康教育专题的学习内容。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇九**

我所带的班级的学生多数来自乡村中学，他们的体育成绩参差不齐，有些同学的身体素质非常差，部分同学没有养成自觉锻炼身体的习惯。存在的问题比较多，需待解决的问题也比较多，这些给本学期的教学带来了很的困难。这些是这次计划制定的依据。所以总体本着严格要求学生，少批评，多鼓励，抓基础，促能力，由浅入深，注重培养学生锻炼身体的习惯。

根据以上的特点，在教学时进度尽量放慢些。课堂上主要教会锻炼的方法和技术，采取由浅入深的方法，循序渐进，课堂上教学主抓双基教学，要能力培养。多结合所学知识与社会实践相结合，让学生认识到学体育与健康课程的重要性。多结合体育人物和事物，让学生多了解体育的历史背景，激发学生学习体育与健康课的兴趣。

本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类、武术等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

1、注重能力培养。根据新课程标准的要求注重培养能力。学习的`过程就是能力养成的过程，不教学生读死书，而应教学会学生如何学习。

2、遵循“教育要面向现代化，面向世界，面向未来”的战略思想，贯彻教育必须为现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体、美、劳全面发展的事业的建设者和接班人的方针，以推进素质教育为宗旨，全面提高教学质量。

3、主抓“双基”教学。依据教学纲要求进行教学，不搞过多的引申和推广，不增加学生的学习负担。

很多高中学校为了片面的追求学生的学习成绩，很少有开设体育课和健康教育课，或者只是高一开设，而高二以后就不开设了，这是不对的。国家在深化教育，这种教学方法应该改正，但是很多学校并没有意识到这个问题，还是以成绩为上的理论教授学生，这就需要我们的范围宣传了。

**高中体育教学计划 高中体育教学计划指导思想篇十**

本学期，xx中学体育科组继续以《学校体育工作条例》为体育工作的基本法规，以推进素质教育为中心，注重本学科的特点：转变观念，提高认识，学习先进的教学理论，用切实抓紧、抓实、抓活体育课程的新思路方法，进一步加大学校体育工作力度，提高学校体育工作水平，推进教学更上新台阶。

根据学校工作安排，进一步规范体育教学常规，面向每一个学生的发展，创造充满智慧的教育，进一步提高教学质量，大力开展校内小型体育竞赛，积极准备田径运动会、篮球赛、足球赛、以及集体趣味活动，促进学校体育工作再上新台阶。

1、体育室整理及卫生打扫，课间操场地的布置及规划。

2、教研组会议，提高体育教师师德修养及业务素质。协商特色项目（校园足球）发展规划以及校运会、课外活动安排等有关事宜。注重教育、教学实践的积累和总结，并提高到理论的高度要求体育组教师每年撰写一篇有一定质量的体育论文。

3、篮球、田径、足球等运动队的队员补充，安排好训练。做到训练工作不间断，日常训练有计划、有检查、有总结，并保证训练工作的质量，力求做到训练工作规范化、制度化，力争在各级各类比赛中取得较好成绩。

4、抓好“两操一活动”质量，努力提高课间操质量。

5、重视场地器材建设，并切实落实体育室器材出借登记、管理制度。

6、进一步完善学生体质健康标准实施办法，结合课堂教学和课外体育活动，做好学生的体质健康锻炼和检测工作。

7、保证每学期2—3次的小型体育比赛，加强课外体育活动的.管理，以活跃学生的业余文化生活。

8、规范体育档案管理，对各类文件和资料应按照学校体育工作综合评估的要求，分门别类妥善保存，以迎接上级部门对我校体育工作的各级各类考核验收。

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