# 七年级下学期数学教学总结

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2025-04-07

*第一篇：七年级下学期数学教学总结2024～2024年度七年级下学期数学教学工作总结土陂中心学校张明德 2024．7．12012～2024年度七年级下学期数学教学工作总结时光荏苒，岁月如梭，一转眼又到学期末了，作为一位入职不到一年的新教师而...*

**第一篇：七年级下学期数学教学总结**

2024～2024年度七年级下学期

数学教学工作总结

土陂中心学校

张明德 2024．7．1

2024～2024年度七年级下学期数学

教学工作总结

时光荏苒，岁月如梭，一转眼又到学期末了，作为一位入职不到一年的新教师而言，在过去的一个学期里，有很多时刻很多东西见证了自己的成长与进步，所以值得花点时间去好好反思和总结一下。现将自己本学期在土坡中心学校所带两个班七（2）班与七（4）班的数学课的教学工作，以以下四个方面总结呈现。

一、说说教学内容

1、综述

这一学期主要有五章内容分别是第6章实数，第7章一元一次不等式与不等式组，第8章整式乘法与因式分解，第9章分式，第10章相交线、平行线与平移。整体而言，前四章属于数与代数部分，后一章属于图形与几何部分。纵观全书，发现本书五章内容共出现47道例题，所以我敦促学生利用课余时间好好复习书上这些精选细挑出来的例题，帮助他们理解这学期所学知识点和知识点的运用。

2、与以前所学和以后要学内容的联系

这一学期所学内容在一定程度上与上学期内容及学习方法相似度很高，比如先学习有理数再学的实数，先学习的一元一次方程再学习的一元一次不等式与不等式组和分式方程等等，有了过去的学习经验，所以这学期的相对简单一些，当然是对上学期的基础大、打的牢固的同学说的。对于基础不牢的同学也没关系，只不过是接受时间较慢一些而已，不影响对新内容的学习。此外，本学期的内容也为八年级的继续学习做了很好的铺垫工作。不管我们在回顾过去还是展望未来，都是在勉励现在，珍惜现在。

3、常见题型与解题思想方法

这学期计算题偏多，比如求实数混合运算，解不等式及不等式，求整式乘法与因式分解，解分式方程，但计算量不是很大，都是简单系数间的运算，关键是看对所学内容的理解程度。比如如何求绝对值这一类型题，需学生明确重点所在—求绝对值我们只关心绝对值里面的正负性不管它里面是什么数或以什么形式出现，判定完正负性，再利用绝对值的结论即可求得；还有分式方程的检验这一块，我们也只关心最简公分母是否为0，跟它到底是什么也没关系。像这样需要同学们抓住重点的分析解题方法，不胜枚举。这学期常用的学习方法有归纳法，整体法，分类讨论法等，归纳法体现在找规律以及概念的学习上；整体法体现在公式的运用上，比如完全平方公式和平方差公式中的字母有可能是一个数，有可能是一个字母，有可能是一个整式；分类讨论法体现在再解不等式时未知数系数正负性的认识上。

二、说说学生

我所带两个班七（2）班与七（4）班的学生给我的感觉是不一样的，我将分别讲述，我们说起学生，大部分都会涉及成绩这一方面的话题，所以我不会免俗地也要谈及这面的内容，但这只是我要说的一小部分，而大部分会说一说学生其他方面的表现，不会单以考试成绩论优秀的而勿略掉学习过程的重要性，所以我将会针对性的讲几个具体学生的实例来展示我们内容的丰富性和真实性。我们不妨先说说七（2）班的学生，再说说七（4）班的学生。

1、七（2）班的学生

说老实话，这个班的学生数学这一课成绩是很不好的，不好到什么程度，说一个事你就明白了，这一学期举行大大小小四次考试，全班结果没一位同学考及格的。但这并不妨碍我，我对这个班学生的喜爱。因为这个班有她独特的魅力，待我给你慢慢道来。我喜欢这个班学生的纯真和率直。成绩的好坏，有多方面的原因，比如基础差，自学自控能力差，师生默契度不够等等，我们不能责怪太多，想想当年上学的我们不也是这样吗？根据现状和近一年的观察，对于这班的学生要求，我的想法倒是很简单，只要学生能够健康成长就好。但这不代表我放弃了对他们的数学教学，我这种做法完全符合新课标的要求“人人都能获得良好的数学教育，不同的人在数学上得到不同的发展”，我不赞成“没有教不好的学生”的说法，我们知道强扭的瓜不甜，只有一厢情愿那是不行的。所以我们应该调整我们的应对策略，有所取舍，整齐划一面面俱到的事还是少做点的为好，因为往往得不偿失，众口难调呀。所以我们应采取因材施教有针对性教学，但又要有教无类，不孤立任何一位学生。把要求降下来，把耐心延长点，我发现学生还是喜欢上数学课的，上课呢也能听懂一部分，只不过不会做太多题，自己解决问题的能力提不上来，估计能的就是那个感觉，这样就导致听了就忘，不愿花时间回味与复习。当然全班不都是这样，那就是我要说的特例了，这个班有位同学，名字叫胡春伟，看着其人骨子里就透着机灵劲，给我的感触比较大。比起她刚进班时的成绩和表现，现在她每一方面都可以说是优秀的。就这四次考试而言，虽然没得多高分，但每一次都比上一次要高，也就是都在进步，最主要的还不是这个，而是上课时的全神贯注度，积极发言的频数，板演次数，作业的完成情况等多方面都说明她本人是喜爱数学的，自己也很努力，平时的表现跟最终的结果的一致性，会进一步的增强她学习数学的信心，我相信有她作为身边的榜样，身边的同学一定会受到它的影响，做出一些相应改变的。当然七（2）班还有其它表现突出的学生，比如张莹莹、张侠、胡兴萍、周雪等等，例子很多，事迹也很鲜明，这里就不再说了。我已经说了我喜爱这个班不是因为成绩好，学生个个优秀，而是这个班学生的纯真和率直。可以说，这是一个充满人情味的班级，有些学生很会做一些小事，打动你那颗僵硬的心，比如送些自制的小礼物和说一些真心，我看着学生对我如此的信任和支持，我都很惭愧，没把他们教的很好，感到自己做的还远远不够好。在这次期末快结束之前，这班的学生还很关心的问我下学年可带他们数学课了？我的回答是，不知道，可能不一定了吧。我此时就发现有些同学就有失落的感觉了，甚至很伤心。我此刻再一次的被这个班的人情味给俘获了，我真心希望能陪他们度过一个完整的初中生涯，且行且珍惜。

2、七（4）班的学生

七（4）班的学生给我的印象跟七（2）班就截然不同，如果刚才我是对七（2）班的学生“谈情”的话，那我对七（4）班的学生就是“谈理”了。这个班的氛围就是爱学习，让我想到了我当时上初中的那会就是这个氛围，特别的熟悉和亲切。所以你也能猜得出来，这学期四次考试成绩还不错，主要是他们自己努力和勤奋的结果，因为平时都很认真和务实，当然也有个别例外，但不影响整体的形象。对于这个班的学生，我是有点严点，批评多了点，现在想想我都有点自责了，没跟他们好好商量着来。可能是学生的能力给那摆着，多少会有点高期望，要求就严厉点。这个班不缺好学生，我要说的一位是一个我印象特别突出的一位，她叫金旭，这个女孩给我的感觉就是爱学习，求知若渴，勤学也善学。说个有关她的事吧，这个学期她缺了不少课，因为眼睛的问题，经常去看病，所以拉了不少课，而她又不能长时间的看书，尽管这样她的课堂表现和考试成绩还是很好，一点也没受影响，我由衷的感到敬服，小小年纪意志力的坚定和那颗爱学的心。当然其他值得一提的人和事还有很多，比如王成辉、宋海、李磊、王英凡、薛振达、李元荣等等，这里就不说了。可能这个班的学生把更多的精力都放在学习上了，很少有感情的表达，比如待人接物有些隔阂不尊重以及不近人情，这个我能理解但我不赞成，我希望他们能生活的更快乐点，与人的交流更融洽些，而不只是看书论理。我可不希望他们像当年的我一样变成书呆子，而后悔莫及。

三、说说自己

比起上学期的初次讲课的青涩，现在我感觉自己进步多了。当然还有很多不足之处等着去改变和发现。先说说进步吧，我感觉我上课越来越有老师的气场和风范了，对知识点的把握越来越到位了，对学生的课堂表现越来越可控力，教学效果也越来越好了。再说说自己的不足，有时备课不是很充分，所以会感到讲得有点乱，有时不能很好的捕捉到学生的反馈信息，以至于不能及时给予纠正，在教案的编写和课件的制作上还存在很多不懂得地方，需要进一步的学习和进步，对于讲课的风格和流程上还需要下一定的功夫。对于进步，我很欣喜，体会到付出和收获的真命题；对于不足，我感到自己的重担才刚刚抬起，不容懈怠。

四、说说展望

我希望我不仅能成为一名合格的人民教师，还是一名优秀的人民教师。我希望能在接下的两年时光里，继续与七（2）班的学生“谈情”，继续与七（4）班的学生“说理”，陪他们度过一个完整的初中生涯，再一次圆我一个初中梦。不管我们在回顾过去还是展望未来，都是在勉励现在，珍惜现在。人生路上慢慢来慢慢走，不时地停歇去发现身边的美和爱，都会增添生活的乐趣和滋味。

张明德

2024年7月1日

**第二篇：七年级下学期数学教学总结**

七年级下学期数学教学总结

七年级学生大多数是14、15岁的少年，处于人生长身体、长知识的阶段，他们好奇、热情、活泼、各方面都朝气蓬勃；但是他们的自制力却很差，注意力也不集中。总之，七年级学生处于半幼稚、半成熟阶段，掌握其规律教学，更应善于引导，使他们旺盛的精力，强烈的好奇化为强烈的求知欲望和认真学习的精神，变被动学习为主动自觉学习。下面我谈谈这一学期来我对七年级数学的几点体会：

一、明确学习的目的性

七年级学生学习积极性的高低，一般是由学习动机所决定，然而七年级的大部分同学学习目的不明确，但他们的可塑性很强，除了加强正常的正面教育，还可利用知识的魅力吸引学生。

二、精心设疑，激发学习兴趣，点燃学生对数学“爱”的火花

爱因斯坦有句名言，“兴趣是最好的老师”。一个人有了“兴趣”这位良师，他的知觉就会清晰而明确，记忆会深刻而持久，在学习上变被动为主动。在教学中，特别注意以知识本身吸引学生。巧妙引入，精心设疑，造成学生渴求新知识的心理状态，激发学生学习的积极性和主动性。如利用课本每一章开始的插图，提出一般的实际问题，这样既能提高学生的学习兴趣，又能帮助学生了解每一章的学习目的。

此外，我还利用学生每天的作业反馈和单元测验成绩的反馈，进一步激发和培养学生的兴趣。

三、精心设计教学过程，改变课堂教学方法，适应生理和心理特点 学生的学习心理状态往往直接受到课堂气氛的影响，因此一定要把学生的学习内在心理调动起来，备课时要根据学生的智力发展水平和数学的心理特点来确定教学的起点、深度和广度，让个层次的学生都有收获。为了适应学习注意里不能长时间集中的生理特点，每节课授课不超过25分钟，剩下的时间看书或做练习；练习要精心设计，形式多样，口算、笔算相结合；有时一题目引导学生用两种方法叫同一张桌子的同学用不同的方法计算；有时叫不同水平的学生上黑板做难易程度不同的练习，让学生尝到成功的喜悦，是不同层次的学生都得到自我表现的机会，获得心理平衡。

四、寓数学思想于课堂教学中

数学观念、思想和方法是数学科学中的重要组成因素，是数学科学的灵魂，教师在传授知识的同时要注重数学思想方法的教育，把常用课本中没有专门讲述的推理论证及处理问题的思想方法，适时适度的教给学生，这有益于提高学生的主动性和分析问题、解决问题的能力。启发学生从数与形两方面去发现问题、解决问题。练习时引导学生思考一般情形下的结论，从中渗透归纳的思想方法，促进其思维能力的形成。

其实，数学思想渗透到概念的定义、法则的推导，定理的问题证明和具体解答中，这就要求教师在教学过程中能站在方法论的高度讲出学生在课本的字里行间看不出的奇珍异宝，讲出决策和创造的方法，精心提炼，着意渗透，经常运用。

**第三篇：2024年七年级数学下学期教学总结**

2024年七年级数学下学期教学总结

撰写人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

日

期：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2024年七年级数学下学期教学总结

本学期，本人担任七年级\_\_\_班数学学科的教学工作。一学期来，本人以学校及各处组工作计划为指导；以加强师德师风建设，提高师德水平为重点，以提高教育教学成绩为中心，以深化课改实验工作为动力，认真履行岗位职责，较好地完成了工作目标任务，现将一学期来的工作总结如下：

一、加强学习，努力提高自身素质

一方面，认真学习教师职业道德规范、“\_\_\_”重要思想，不断提高自己的道德修养和政治理论水平；另一方面，认真学习新课改理论，努力提高业务能力，参加自学考试，努力提高自己的学历水平。通过学习，转变了以前的工作观、学生观，使我对新课改理念有了一个全面的、深入的理解，为本人转变教学观念、改进教学方法打好了基础。

二、以身作则，严格遵守工作纪律

一方面，在工作中，本人能够严格要求自己，时时处处以一个\_\_\_员的标准来要求自己，模范遵守学校的各项规章制度，做到不迟到、不早退，不旷会。另一方面，本人能够严格遵守教师职业道德规范，关心爱护学生，不体罚，变相体罚学生，建立了良好的师生关系，在学生中树立了良好的形象。

三、强化常规，提高课堂教学效率

本学期，本人能够强化教学常规各环节：在课前深入钻研、细心挖掘教材，把握教材的基本思想、基本概念、教材结构、重点与难点；了解学生的知识基础，力求在备课的过程中既备教材又备学生，准确把握教学重点、难点，不放过每一个知识点，在此基础上，精心制作多媒体课件，备写每一篇教案；在课堂上，能够运用多种教学方法，利用多种教学手段，充分调动学生的多种感官，激发学生的学习兴趣，向课堂\_\_\_分钟要质量，努力提高课堂教学效率；在课后，认真及时批改作业，及时做好后进学生的思想工作及课后辅导工作；在自习课上，积极落实分层施教的原则，狠抓后进生的转化和优生的培养；同时，进行阶段性检测，及时了解学情，以便对症下药，调整教学策略。认真参加教研活动，积极参与听课、评课，虚心向同行学习，博采众长，提高教学水平。

四、加强研讨及学习，努力提高教研水平

本学年，我积极参与科组教研活动、学习课改教学理念，在课堂教学中，贯彻新课改的理念，积极推广先进教学方法，在推广目标教学法、读书指导法等先进教法的同时，大胆进行自主、合作、探究学习方式的尝试，充分发挥学生的主体作用，使学生的情感、态度、价值观等得到一定的发挥，为学生的终身可持续发展打好基础。

由于本班学生基础较差，很多学生学习困难又不愿多看书练习，对于潜能生我做了如下工作：

在课堂教学中，我特别注意对学困生加以特别的照顾，如回答问题、上黑板板演方面，只要他们有人举手，就给他们机会，让他们感到在老师心目中与其他生有一样的地位。课堂上，我为了给学困生更多表现的机会，经常向他们提一些简单又具有启发性的问题，对能正确回答问题的学生及时给予表扬鼓励，如果回答不正确就及时给予启发引导。教学中我能对学困生从感情上热情关心，学习中细心指导，发现他们的微小进步，随时给予鼓励，逐步促使他们树立学好数学的信心，变被动地学习为主动地学习。如在平时布置作业时，我给这些学生单独布置，并给予面批，对于作业中的每一点进步，当面加以表扬鼓励，并在本子上写上“有进步”、“你真棒”、“你真行”、“太好了，下次继续努力”等鼓励的话，对于不懂或做错的地方，我当面加以辅导帮助，直至搞懂。学困生最怕的莫过于考试，因为考试抖开了他们的老底，他们怕老师的指责，怕同学的讥笑，更怕家长的拳脚。为了消除他们的害怕心理，在平时考试出卷时，尽量增加基础题的分量，对于综合题，尽可能增加几个小问题，以减小难度。对于考试成绩进步的同学，及时表扬，通报家长，对于考的不理想的学生，及时加以辅导，除对他们的成绩保密外，还与家长谈话，让他们多一点关爱，少一点指责。平时对他们的每一点进步都记入他们的小档案，由于老师的信任和鼓励，这些学困生经过一个时期的努力，思维较以前有所改进，课上也比以前活跃，对数学产生了一定的兴趣，为更好地学习数学打下了较好的基础。

六、正视自我，明确今后努力方向

本次期末考试，我所带七年级\_\_\_班的数学学科成绩相对其它兄弟学校，有一定的差距，本人认真进行了反思，原因主要有以下几个方面：、在课堂教学中充分利用多媒体课件，调动了部分学生的积极性，但对学生基础知识的训练不够，致使学生基础知识把握不扎实；、对知识点的检查落实不到位，部分差生不交作业现象不能经常分层次布置作业及练习；

3、对差生的说服教育缺乏力度，虽然也抓了差生，但没有时时抓在手上。

下学期改进的措施：、进一步加强对新课改的认识，在推广先进教学方法、利用多媒体调动学生学习积极性的同时，努力提高课堂教学的效率。、狠抓检查，落实对知识点的掌握。将差生时时放在心上，抓在手上，多一些谈心、辅导，使其逐步转化进步；

3、加强学生的阅读训练，开阔学生的视野，拓宽学生思路，提高学生解决问题的能力；

4、采取措施，加强训练，落实知识点。

5、加强对学生的管理教育，努力提高教学成绩。

6、群体育人方面的工作还需要进一步加强。特加是要加强与班主任之间的联系，共同解决所任班级班风学风方面存在的问题。

范文仅供参考

感谢浏览

**第四篇：2024七年级下学期数学教学总结**

2024七年级下学期数学教学总结

一学期的工作又结束了，可以说紧张忙碌而收获多多。回顾这学期的工作，我执教七年级(1)班的数学学科，工作中有收获和快乐，也有不尽如人意的地方，为了更好地总结经验，吸取教训，使以后的工作能够有效、有序地进行，现工作总结如下：

一、热爱教师工作，思想进步，团结同志，每天早来晚走，无私奉献，能全面贯彻党的教育方针，以党员的要求严格要求自己，认真完成学校交给的任务和工作，严格遵守学校的各项规章制度，做到不迟到，不早退，不请病、事假，脚踏实地地执行学校的各项要求。

二、积极参加各类学习培训，努力提高自己的教育教学水平

本我们每位教师都要参加县里教师业务能力考试，结合自身特点制定了业务学习计划，本学期我严格按照学习计划，有序有效地进行了学习，我觉得自己的业务水平又上了一个新的台阶，特别是我又认真学习了几本教育教学丛书，我觉得自己有了很大的提升。在平时我阅读了《蔡林深与洋思教育》等书，领悟其中的教学艺术，努力提高自己的教育教学水平，并能在日常教学工作中很好的应用。

三、教学工作和科研工作

在教学工作方面，在备课过程中认真钻研教材，深刻理解教材，灵活运用教材，根据教材的特点及学生的实际情况设计教案，认真地上好每一节课。备课深入细致。平时认真研究教材，多方参阅各种资料，力求深入理解教材，准确把握难重点。在制定教学目的时，非常注意学生的实际情况。教案编写认真，并不断归纳总结经验教训。教学中，我重视学生的思维能力、自学能力的培养，一面自觉学习先进教育思想方法、优秀教学方法等，一面继续进行“课堂教学”的分层教学研究，着力点放在激发兴趣---教给方法---养成习惯---培养能力---形成品格上，改革教学方法、手段，增大课堂容量，提高学习兴趣，实现“后进生转化，中等生优化，优秀生提高，各类学生都得到应有发展”的目标。对于班级的学困生，给予特殊的关照，课堂上多提问，多巡视，多辅导，在课堂上对他们的点滴进步给予适当的表扬，课后多找他们谈心，使他们树立起他们的信心和激发他们学习数学的兴趣，并发动班上的优等生做学困生们的辅导老师，组成“一帮二”小组，根据各自的情况给学困生定出目标，让他们双方都朝着那个目标前进。常思考，常研究，常总结，促进学生全面发展，打好基础，培养学生创新能力”，以“自主——创新”课堂教学模式的研究与运用为重点，努力实现教学高质量，课堂高效率。继续探索数学知识之间的数学思想的运用和数学问题的思路方法、分析规律等；作完初中数学各章的知识树和初中数学的分类知识树；撰写多篇教学经验类等论文。

四、认真参与班级管理，努力形成良好班风

通过班会、晨会对学生进行的思想教育。培养班干部，主动与家长沟通，虚心接受家长的见意，并从家长的角度去考虑问题，争取与家长的教育思想达成一致。我不但注重学生的学习成绩，而且更注重学习态度、方法和习惯；不但重视学生的品德养成，而且更重视学生的思维能力、自学能力的培养，我虚心学习、大胆创新，跟班紧、认真负责、指导到位，并充分发挥学生的自主管理作用，使班级真正形成“团结向上，纪律严明，环境整洁，学习刻苦”的良好班气。

五、工作中存在的问题、教材挖掘不深入。、教法不灵活，不能吸引学生学习，对学生的引导、启发不足。、新课标下新的教学思想学习不深入。对学生的自主学习, 合作学习, 缺乏理论指导.4、差生末抓在手。由于对学生的了解不够，对学生的学习态度、思维能力不太清楚。上课和复习时该讲的都讲了，学生掌握的情况怎样，教师心中无数。导致了教学中的盲目性。5、教学反思不够。

六、今后努力的方向、加强学习，学习新课标下新的教学思想。、学习新课标，挖掘教材，进一步把握知识点和考点。3、多听课，学习同科目教师先进的教学方法的教学理念。4、加强转差培优力度。、加强教学反思，加大教学投入。

**第五篇：七年级数学下学期教学工作总结**

七年级数学下学期教学工作总结

本学期我担任七年级（9）（10）数学教学工作。现将一学期来的成与败总结如下:

一、主要工作及取得的成绩：

1、做好课前准备和课后反思工作，面对新的学生新的教材新的教学要求，激起我的挑战欲望，决心立志要在新的老师角色中争取教学教研方面有所成就。于是我每天都认真阅读、挖掘、活用教材，研究教材的重点、难点、关键，研读新课标，明白这节课的新要求，思考如何将新理念融入课堂教学中。认真参与集体备课、认真书写教案，利用网络资源，参考别人的教学教法教学设计，根据我班同学的具体情况制定课时计划。每一课都做好充分的准备。为了使学生易懂易掌握，我还根据教材制作各种利于吸引学生注意力的有趣教具.课后及时对该课作出总结，写好教学后记，并进行阶段总结，即每章一总结，期中、期末一总结，学完代数、几何、统计知识又一总结。

2、把好上课关，提高课堂教学效率、质量。

新课标的数学课通常采用“问题情境——建立模型——解释、应用与拓展”的模式展开，所有新知识的学习都以相关问题情境的研究作为开始，它们使学生了解与学习这些知识的有效切入点。所以在课堂上我想方设法创设能吸引学生注意的情境。在这一学期，我根据教学内容的实际创设情境，让学生一上课就感兴趣，每节课都有新鲜感。

有老师说过“新课标老师轻松多了”。我原来不同意他的看法，后来我终于明白了，课外要花多些时间精力，而课堂上老师一定要“轻松”，不能太忙。新课标倡导“自主、合作、探究”的学习方式。我在课堂上常为学生提供动手实践、自主探究、合作交流的机会，让他们讨论、思考、表达。由于学生乐学，兴致高昂，通常学生获得的知识都超过教材和我备课的范围。

3、虚心请教同组老师。在教学上，有疑必问。由于没有新课标教学经验，所以我的教学进度总是落在其他老师之后。我虚心向他们请教每节课的好做法和需要注意什么问题，结合他们的意见和自己的思考结果，总结出每课教学的经验和巧妙的方法。

4、做好“培优、辅中、稳差”工作。根据我班学生学习数学的基础和潜力，我把

他们分成三类：优生13人，中层生共5人，待进生4人。利用每天下午放学后的半个小时的时间分别辅导待进生，有问题要问的学生自由来办公室问，或让作业不过关的同学有老师指点。除了老师辅导外，我还要求学生成立“数学学习互助小组\"。

5、制定数学课堂常规，促成良好学风。

二、存在问题和今后努力方向：

1、新课标学习与钻研还要加强；

2、课堂教学设计、研究、效果方面还要考虑；

3、多媒体技术在课堂教学中的使用还有待提高；

4、“培优、辅中、稳差”的方法方式还有待完善。

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！