# 预防溺水宣传活动总结10篇

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-05-19

*预防溺水宣传活动总结（10篇最新）预防溺水宣传活动总结如何写?开展防溺水宣传活动有利于全面提高学生的安全意识，有效预防和减少溺亡事件发生，下面是小编为大家搜集整理的关于预防溺水宣传活动总结10篇，供大家参考，快来一起看看吧!1预防溺水宣传活...*

预防溺水宣传活动总结（10篇最新）

预防溺水宣传活动总结如何写?开展防溺水宣传活动有利于全面提高学生的安全意识，有效预防和减少溺亡事件发生，下面是小编为大家搜集整理的关于预防溺水宣传活动总结10篇，供大家参考，快来一起看看吧!

**1预防溺水宣传活动总结**

学校安全工作是一项长期、复杂、艰巨的系统工程。确保师生安全是学校工作的一个重要内容，安全工作责任重于泰山。学生是祖国的未来和希望，他们能否安全、健康的成长关系到学校、家长、社会的切身利益。让学生树立安全意识，是全社会的任务，更是学校德育的一项重要内容之一。为了全面提高学生们的安全意识，增强学生的自我保护意识，根据上级文件精神，奓山中学认真落实“安全第一，预防为主”的方针，紧紧围绕“预防溺水，珍爱生命”的主题，在校园内开展了一系列的安全教育活动，取得了一定的成效。现将防溺水教育活动开展情况总结如下:

一、高度重视，认真部署安排防溺水教育活动工作。

学校根据区教育局要求，成立了奓山中学预防溺水教育活动领导小组。并组织教师认真学习了区教育局关于开展防溺水安全教育活动的通知精神，在全体教师会上通报了学校开展防溺水教育宣传活动实施方案，使全体教师都重视防溺水宣传教育工作。

二、加大宣传力度，营造良好的氛围。

学校制作了“预防溺水，珍爱生命”宣传展板，利用学校电子显示屏向学生宣传防溺水重要性，宣传防溺水知识，宣传溺水救护办法和常识。

三、开展丰富的活动，力求活动的实效性。

1、利用“国旗下讲话”、“安全教育十分钟”等形式，开展了多次全校性的“预防溺水，珍爱生命”教育动员，使全体师生人人参与

到教育活动中来，人人为预防青少年学生溺水事件的发生献计献策。

2、在安全教育周期间，学校向各班发放了《预防青少年溺水》知识宣传单。对学生进行了比较系统的防溺水安全知识教育，寓教于乐，使学生对安全知识有了更广更深的了解。

3、各班都刊出一期以“预防溺水，珍爱生命”为主题的黑板报，向学生宣传防止溺水的基本常识。做到主题突出，内容丰富，教育性强。让学生充分体会到安全的重要性。

4、各班级利用周二班会，组织开展“预防溺水，珍爱生命”主题班会活动。让学生讲述我们日常生活中存在的易发生溺水的危险地带、水域，发动学生自己来分析应如何避免溺水现象的发生。班主任们以典型的案例警示和教育了学生，向学生描述溺水致死原因、溺水症状，使每一个学生在安全意识和自护自救能力上都得到了提高。

5、发放《关于做好学生防溺水安全工作的告家长书》580份，告知学生家长在防止孩子溺水问题上应负的监护责任，请家长共同做好学生的安全管理工作。

6、利用校讯通、电访、实地走访、家长会等形式，加强家校联系，及时沟通，携手共管。

7、奓山中学进一步加强学校与家长、村（社区）的联系，完善中小学生校外游泳安全关照网络。设立安全关照员、安全巡视员。

8、学校组织专班对学校周边河流、池塘、水库以及学校内部的水池等水域情况进行认真摸底排查，并消除各种安全隐患，积极预防溺水事故的发生。在学校周边的池塘、水库、河流等地方设立安全警示牌，并在事故多发地设立游泳安全巡视员或义务监督管理员。

9、落实双休日和假期教师安全巡查值班制度，安排学校行政人员或教师在课余时间到学校周边的水域进行巡查，及时发现、制止、通报学生的不安全行为。

10、实施举报奖励制度，教育学生发现私自游泳现象必须第一时间向学校报告。学校设举报电话：\_\_6592；\_\_403。

11、做好节假日的安全教育。告诫学生双休日、即将到来的暑假更应该防溺水。

总之，奓山中学及时有效的开展了一系列防溺水安全教育活动，让学生们的安全知识面更广了，安全意识更强了，对安全的理解更深了。当然，安全工作是一项长期性的工作，我们必须时时树立\"安全第一\"的意识，安全教育的工作要从小抓起，坚持不懈、长此以往地抓下去，切实将这项工作抓紧抓好。

**2预防溺水宣传活动总结**

为了全面提高学生的安全意识，我校认真落实“安全第一，预防为主”的方针，紧紧围绕“预防溺水，安全度夏”的主题，在五月份开展了一系列的安全教育活动，取得了一定的成效。

一、高度重视，认真部署安排工作。组织教师认真学习了关于开展防溺水安全教育活动的通知精神，使全体教师都重视防溺水宣传教育工作。

二、各中队出一期 “预防溺水，安全度夏”黑板报，向同学们宣传防溺水重要性，宣传防溺水知识，宣传溺水救护办法和常识，做到主题突出，内容丰富，教育性强。让学生充分体会到安全的重要性。组织大队委对黑板报进行评比，共评出一等奖6名；二等奖9名；三等奖9名。

三、组织全校学生分级观看“防溺水”影片，之后，并要求三至六年级学生写一篇观后感，分年级进行了评比。总共评出一等奖10名；二等奖22名；三等奖33名。通过写观后感，更进一步加深了学生的安全意识。

四、一年级、二年级和三4班利用周一班会，开展以“预防溺水，安全度夏”为主题的队会活动。让学生讲述我们日常生活中存在的易发生溺水的危险地带、水域，发动学生自己来分析应如何避免溺水现象的发生。班主任们再通过影片以典型的案例警示和教育了学生，向学生描述溺水致死原因、溺水症状，使每一个学生在安全意识和自护自救能力上都得到了提高。

五、做好节假日的安全教育。告诫学生双休日、即将到来的暑假更应该防溺水。

总之，通过教育，学生安全知识面更广了，安全意识更强了，对安全的理解更深了。当然，安全工作是一项长期性的工作，仅仅靠安全周活动是远远不够的，我们必须时时树立\"安全第一\"的意识，安全教育的工作要从小抓起，坚持不懈、长此以往地抓下去，切实将这项工作抓紧抓好。

**3预防溺水宣传活动总结**

为加强幼儿园安全管理，预防溺水事故的发生，一旦发生幼儿溺水，最大程度挽救幼儿生命，确保师幼生命安全，我园在5月24日下午开展防溺水应急演练。

全体师幼来到操场进行防溺水自救自护模拟演练，为让演练达到切实效果，让全体幼儿对溺水的原因、如何预防溺水以及如何自救互救有更加系统、全面的了解。教师先情景表演溺水救护，然后再组织幼儿一起体验溺水“窒息”的`感觉，让幼儿在体验中感知、领悟防溺水技能。

园长进行演练的总结：游泳安全应做到“五不”：

1、不私自下水游泳。

2、不擅自与他人接伴游泳。

3、不在无家长带领的情况下游泳。

4、不到无安全设施、无救援人员的水游泳。

5、不擅自下水施救域。

防溺水演练活动总结3

不会游泳的自救

(1)落水后不要心慌意乱，一定要保持头脑清醒。

(2)冷静地采取头顶向后，口向上方，将口鼻露出水面，此时就能进行呼吸。

(3)呼吸要浅，吸气宜深，尽可能使身体浮于水面，以等待他人抢救。

(4)切记：千万不能将手上举或拼命挣扎，因为这样反而容易使人下沉。

会游泳的自救

(1)一般是因小腿腓肠肌痉挛而致溺水，应心平静气，及时呼人援救。

(2)自己将身体抱成一团，浮上水面。

(3)深吸一口气，把脸浸入水中，将痉挛(抽筋)下肢的拇指用力向前上方拉，使拇指跷起来，持续用力，直到剧痛消失，抽筋自然也就停止。

(4)一次发作之后，同一部位可以再次抽筋，所以对疼痛处要充分按摩和慢慢向岸上游去，上岸后最好再按摩和热敷患处。

(5)如果手腕肌肉抽筋，自己可将指手上下屈伸，并采取仰面位，以两足游泳。

互救

(1)救护者应镇静，尽可能脱去衣裤，尤其要脱去鞋靴，迅速游到溺水者附近。

(2)对筋疲力尽的溺水者，救护者可从头部接近。

(3)对神志清醒的溺水者，救护者应从背后接近，用一只手从背后抱住溺水者的头颈，另一只手抓住溺水者的手臂游向岸边。

(4)如救护者游泳技术不熟练，则最好携带救生圈、木板或用小船进行救护，或投下绳索、竹竿等，使溺水者握住再拖带上岸。

(5)救援时要注意，防止被溺水者紧抱缠身而双双发生危险。如被抱住，不要相互拖拉，应放手自沉，使溺水者手松开，再进行救护。

医疗或第一目击者现场急救

(1)第一目击者在发现溺水者后立即拨打120或附件医院急诊电话请求医疗急救。

(2)第一目击者或急救医务人员到达现场后，首先将溺水者救上岸。

(3)立即清除溺水者口鼻淤泥、杂草、呕吐物等，并打开气道，给予吸氧。

(4)进行控水处理(倒水)，即迅速将患者放在救护者屈膝的大腿上，头部向下，随即按压背部，迫使吸入呼吸道和胄内的水流出，时间不宜过长(1分钟即够)。

(5)现场进行心肺复苏，并尽快搬上急救车，迅速向附近医院转送。作为救护者一定要记住：对所有溺水休克者，不管情况如何，都必须从发现开始持续进行心肺复苏抢救。

**4预防溺水宣传活动总结**

学校安全工作是一项长期、复杂、艰巨的系统工程。确保师生安全是学校工作的一个重要内容，安全工作责任重于泰山。孩子是祖国的未来和希望，他们能否安全、健康的成长关系到学校、家长、社会的切身利益。让孩子从小树立安全意识，是全社会的任务，更是学校德育的一项重要内容之一。为了全面提高学生们的安全意识，增强学生的意识，根据上级文件，我校围绕“珍爱生命，预防溺水”的主题在校园内开展了一系列的安全教育活动，取得了一定的成效。

1.学校成立开展学生预防溺水教育活动领导小组，制定相关制度，层层把关，并把文件传达到每一个教师，每一个学生，每一个家长。

2.开展国旗下防溺水专题安全讲话。随着近期天气已经转暖，夏季已经来临，学生发生溺水事故将进入高发期。为防止此类事故的发生，做好学生防溺水安全教育与管理工作，确保我校学生的生命安全。我校总员利用国旗下讲话，对全体学生进行防溺水专项安全工作。

3.为了增强同学们的安全防范意识，提高同学们的自护自救能力，减少安全事故的发生，特别是防止溺水事故发生，促使同学们的健康成长。

4.各班召开一次防溺水安全教育主题班会。各中队利用班队课让学生讲述我们日常生活中存在的易发生溺水的地带、水域，发动学生自己来分析应如何避免溺水现象的发生。

5.出一期防止溺水的\'大型宣传牌。以预防溺水为主题，向学生宣传防止溺水的基本常识;明确要求学生不准无家长或老师带领下私自下水游泳，不准擅自与同学结伴游泳，不准到无安全保障的水域游泳或玩水。做到主题突出，内容丰富，教育性强。让学生充分体会到安全的重要性。

6.发一封《防溺水专项安全教育告家长书》。加强学校与家长的联系，增强家长安全意识和监护人的责任意识，向家长通报学校上、放学时间和放假、开学时间以及学生应遵守的事项等，请家长共同做好学生的安全管理工作。必要时，学校要再次与学生及家长安全责任书。

通过教育，学生安全知识面更广了，安全意识更强了，对安全的理解更深了。当然，安全工作是一项长期性的工作，仅仅靠这几项活动是远远不够的，我们必须时时树立“安全第一”的意识，安全教育的工作要从小事抓起，不懈、长此以往地抓下去，才能确保我们的身边无安全事故发生。

**5预防溺水宣传活动总结**

夏季即将来临，溺水事故进入高发期。为强化学校安全教育，增强安全防范意识，掌握防溺水知识技能，提高自救互救能力，筑牢安全防线，\_\_二中多管齐下扎实开展预防溺水安全专项教育活动，确保溺水事故零发生。

召开专题会议，认真落实一岗双责：x月\_\_日，学校召开防溺水专题安全工作会，安排部署防溺水工作，明确责任，强化教育。每周学生离校前，学校德育处负责人都要反复强调预防溺水安全的重要性，讲解一些预防溺水相关知识、救护技能与注意事项。让学生懂得一些防溺水的基本常识，特别强调周末、节假日期间和同学们结伴外出游玩的管理，没有家长等监护人的带领不准私自下沟、渠、河等处游泳等规定和要求。

加强宣传力度，营造安全氛围：x月\_\_日，德育处主任刘\_\_作了题为“珍爱生命、预防溺水”的国旗下讲话，训导全体师生要增强安全防范意识，提高自我保护能力。学校制作张贴了防溺水知识宣传栏，教育学生做到“六不”。学校电子屏循环播放“珍爱生命，慎防溺水，远离危险，平安成长”等防溺水安全警示标语，利用校园广播反复宣传《防溺水》知识，举办防溺水专题黑板报和手抄报比赛 ，此外，各班班主任还利用校讯通、班级Q群、班级微信群等平台向家长及学生发送防溺水安全知识和警示信息。让防溺水安全真正做到入耳、入眼、入心。

签订责任书，家校联手齐抓共管 ：校历来高度重视防溺水安全教育，今年更是在放寒假期间就组织同学们和家长学习签订了《\_\_二中防溺水安全承诺书》，要求学生阅读，再带回去给家长阅读，签上名字后交回回执联由学校存档。信中希望广大家长务必增强安全意识和监护意识，切实承担起监护责任，加强对孩子的教育和管理，特别要经常进行防溺水的安全教育。学校还将在x月\_\_日组织召开家长会，发放教育部《致全国中小学生家长的一封信》，进一步加强家校联系，明确责任，共同抓好防溺水安全教育，筑牢安全防护墙。

召开主题班会，开展分析讨论活动:x月\_\_各班组织召开了防溺水安全教育主题班会，各班利用班会课时间，播放溺水事故视频，列举具体事例，以近年来发生的中小学生溺水死亡事故的\'惨痛教训案例，让学生体会亲人失去孩子悲痛欲绝、泣不成声的痛苦，开展分析、讨论活动，进行预防溺水安全警示教育，让学生牢记“六不准”。

宣誓承诺签字，安全牢记心间：x月\_\_日，各班利用政训，在班长的带领下，举起右手庄重宣誓：认真学习防溺水安全知识，坚决做到“六不”，我绝不私自下水游泳，我绝不擅自结伴与人游泳……铮铮誓言响彻校园，各班学生在宣誓以后，在防溺水承诺书上签下自己的名字。

活动的顺利开展增强了教师、家长、学生的安全意识，深化了教师一岗双责责任意识，提升了学校和家长的监管意识。

**6预防溺水宣传活动总结**

进一步加强全体师生的安全教育工作，不断强化广大师生的安全意识，预防和杜绝溺水事故发生，结合本校实际情况，我校按照文件要求，开展了预防溺水教育专项活动，并取得了显著效果，现总结如下：

一、方案可行，组织有力

为确保今年防溺水安全教育活动的广泛开展和顺利进行，学校召开了预防溺水等安全工作专题会议，认真分析了校情，对防溺水工作进行了全面布署，制订了实施方案，成立了防溺水安全教育宣传活动领导小组，具体负责活动的组织、协调工作。制订了防溺水安全预案，细化了各类人员工作职责，明确了预防教育的工作目标、工作内容和工作方法，制订了监督、保障措施，该项工作的开展有条不紊。

二、教育宣传氛围浓厚，形成了校内外的高度共识，安全意识得到了进一步强化

1、学校召开了一次防溺水等安全教育主题校会，集中向学生进行了一次安全知识宣传，各班召开了主题班会，强调了安全纪律，悬挂了\"珍爱生命、预防溺水\"\"严禁在没有大人的陪同下私自下水游泳\"等横幅，学生及家长集中举行了签责任书。制订了严明的防溺水班级公约，进一步规范了学生行为，要求相互监督，自觉遵守。

2、积极与各位家长协调配合，齐抓共管。对家庭教育提出了很好的建议和要求，向家长宣传预防学生溺水安全教育的意义，提醒家长切实加强放学后和节假日期间对学生的`安全管理，加强学校与家长的联系，及时向家长通报学校上、放学时间和放假、开学时间等，共同做好学生的安全教育和管理工作。教育宣传工作深入到了每个学生家中，做到警钟长鸣，防患于未然。

3、向家长发放《防溺水安全教育》的宣传材料，提高家长的安全意识，并履行好监护人的职责。并通过校讯通，向家长广泛宣传防溺水知识，提高学生的自我保护意识和自护自救能力。教育活动得到了家长的有力支持和配合。

4、学校通过校报，各班利用黑板报，以宣传防溺水基本常识为主题，进行了书面宣传，再次浓厚了教育氛围。

5、安全教育工作常抓不懈，学校管理持之以恒。每周一晨会必讲，发现问题必究并及时在全校内通报，师生的安全责任意识长久保持。

三、隐患排查及时，加大督促检查力度

本次专项活动期间，学校对内部安全隐患进行了认真自查与整改，及时排除了各类隐患。并采取措施进行督促检查。

（1）学校实行严格的门卫制度，学生在校期间决不允许随便出入校园。如有事有病必须持班主任签字的请假条，确保学生在校园期间的安全。

（2）学校实行午查制度，值日领导、值日教师进行经常性检查，坚决杜绝学生早到校，并防止学生到海边耍水，让学生养成良好的午休习惯。

（3）要求家长与学校密切配合，加强学生放学后、双休日、节假日的安全管理。如去有水的地方玩耍，必须要有家长的陪同，确保孩子的人身安全。

（4）在学生当中实行监督举报制度，如发现有玩水的同学要及时制止，立即向学校报告。

（5）实行严格的责任追究制度。学校本着\"谁主管，谁负责\"的原则，让人人将安全工作记在心上，讲在口头上，抓在手头上，落在行动上。

通过教育，学生安全知识面更广了，安全意识更强了，对安全的理解更深了。当然，安全工作是一项长期性的工作，我校必须时时树立\"安全第一\"的意识，安全教育的工作要坚持不懈地抓下去，切实将这项工作抓紧抓好。

**7预防溺水宣传活动总结**

5月15号到5月21号为\_\_市学校交通和防溺水安全教育周。根据本园实际情况，通过开展一系列内容丰富、形式多样的交通安全和防溺水安全教育活动，使广大师生及学生家长在参与活动的过程中，树立交通安全和防溺水安全意识，掌握交通安全和防溺水安全知识.

活动内容：

1．召开一次安全工作部署会议，传达了《第六个\_\_市学校交通和防溺水安全教育周活动实施方案》的文件精神

2.一场启动仪式。5月15日上午，举行\_\_市第六个“学校交通和防溺水安全教育周”启动仪式。

3．分发中小学生交通和防溺水安全为主题的告家长书，发送到每一位学生家长（监护人），切实加强家校联系。通过班级微信平台，进一步加强家校联系。

4．进行一次交通安全逃生演练。掌握危难时自救的.方法，确保学生生命安全。

5.一次专题教育。5月15日，利用升旗仪式时间，进行一次“珍爱生命、安全出行、远离溺水、从我做起 ”主题的国旗下讲话。

6. 一次安全隐患排查。

7．召开一次预防溺水安全家长会

8．利用福建省学校安全教育平台，组织参加“20\_\_年全省中小学生（幼儿）预防溺水专题教育”活动，完成率达100%。。

9.组织一次专题培训

10.一场总结反思。活动结束后，及时对活动开展情况进行总结反思，重点总结工作成效和需要进一步加强的方面，为今后开展活动提供经验和借鉴。

**8预防溺水宣传活动总结**

为加强全体师生的安全教育工作，不断强化广大师生的安全意识，预防和杜绝溺水事故发生，结合本校实际情况，于5月19日至23日，开展了为期一周的预防溺水教育周主题活动，并取得了显著效果，现总结如下：

一、可行，组织有力

5月15日学校召开了预防溺水等安全工作专题会议，认真分析了校情，对防溺水工作进行了全面布署，制订了实施方案，成立了以校长为组长的防溺水工作领导组，细化了各类人员工作职责，明确了预防教育的工作目标、工作内容和工作方法，制订了监督、保障措施，该项工作的开展有条不紊。

二、隐患排查及时，标语警示牌保证长效

5月16日至18日间，对学校内部安全隐患进行了认真自查与整改。对学校周边水域、交通隐患等分人分区域组织寻访。及时排除了大小隐患近十处。附近水域防溺水警示牌共立9块，永久性宣传标语32块，所有标语字体鲜明，主题明确，发挥了突出的警示与教育作用。

三、教育宣传氛围浓厚，形成了校内外的高度共识，安全意识得到了进一步强化

1、学校召开了一次防溺水等安全教育主题校会，集中向学生进行了一次安全知识宣传，各班召开了主题班会，强调了安全纪律，悬挂了“珍爱生命、预防溺水”横幅，学生集中举行了宣誓和签名。制订了严明的防溺水班级公约，进一步规范了学生行为，要求相互监督，自觉遵守。

2、向全体学生印发了《致各学生家长一封信》，共350份，对家庭教育提出了很好的建议和要求，教育宣传工作深入到了每个学生家中。

3、各班分头召开了家长会，共15场次，家长到会率达80%以上，与孩子共同参加签名活动。在师生面前逐人表态发言，教育活动得到了家长的有力支持和配合。

4、各班利用黑板报，以宣传防溺水基本常识为主题，进行了书面宣传，再次浓厚了教育氛围。

5、6月初，学校与裴岗交警中队联合，向学生进行了一次交通事故图片展，一起起惨痛的史实。震憾了学生心灵。

6、安全教育工作常抓不懈，路队管理持之以恒。每周一晨会必讲，发现问题必究并及时在全校内通报，师生的安全责任意识长久保持。

**9预防溺水宣传活动总结**

炎炎夏日临近，为进一步加强校园安全教育，保证学生生命安全，帮助广大学生增强防溺水安全意识，掌握防溺水知识技能，提高自救互救能力。中畈中心小学本部又进一步开展了“预防溺水珍爱生命”签名活动。

首先，副校长用一个个发生在身边的鲜活悲惨的实例，一组组触目惊心的数据引起了全校师生对防溺水事故的重视。接着，安全主任洪有平介绍了一些实用的、关于学生如何预防溺水和溺水救护方法等各类安全知识。紧接着，全校师生在洪主任的带领下，进行百人集体宣誓“六不准”。

接下来，一至五年级的学生排着整齐的队伍陆续在“预防溺水珍爱生命”的横幅上郑重地签下了自己的姓名，签下了对于防溺水的一份，共同远离危险水域，携手构筑起预防溺水伤害的坚固屏障。学校后续还将结合实际情况，组织开展防溺水的一系列教育活动：如在防溺水安全教育主题班会的基础上再出一期关于防溺水的黑板报;学校还将向家长发放《防溺水书》，在校园内张贴宣传标语、悬挂横幅警示语;在宣传栏发布防溺水的相关知识等多种渠道，加强防溺水的宣传教育。

通过开展此次防溺水学生宣誓签名活动，让防溺水教育深入人心，不断提高师生、家长的安全意识及学校安全教育的实效。使每个学生意识到安全的重要、生命的可贵!

**10预防溺水宣传活动总结**

近日，随着气温升高，\_\_小学校通过多种形式对学生开展防溺水安全教育活动。现将活动总结如下：

1、加强组织领导，明确责任分工。学校严格落实安全管理责任，坚持从分管安全副校长到每一名教师层层落实责任，按照就近、方便原则，实行学生安全教育与监管的“双包”责任制，做好安全记录，让所有教职工都参与到防溺水工作中。

2、加强宣传教育，增强安全意识。学校LED电子显示屏滚动播放“谨防溺水，远离危险”宣传标语，利用师生集会和主题班会讲述发生在身边的溺水案例，让学生深刻地感受到溺水事故的严重后果，做到警钟长鸣。

3、加强家校配合，构筑安全防线。向全校学生家长发放《致全区中小学校、幼儿园学生家长的一封信—防溺水》，进一步提高对孩子的监管和保护意识，家校携手，为保障孩子的生命安全构筑了坚实的防线。

4、加强社会通联，做到齐抓共管。学校联系社区对校园周边范围内可能发生溺水事故的河流、池塘、水库等隐患进行排查，设立醒目的警示牌，防止溺水事故发生，防范于未然。

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！