# 文明行为的演讲稿

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2025-04-27

*文明行为的演讲稿(精选8篇)文明行为的演讲稿要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的文明行为的演讲稿样本能让你事半功倍，下面分享【文明行为的演讲稿(精选8篇)】，供你选择借鉴。>文明行为的演讲稿篇1我看过这样一段话：如果你...*

文明行为的演讲稿(精选8篇)

文明行为的演讲稿要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的文明行为的演讲稿样本能让你事半功倍，下面分享【文明行为的演讲稿(精选8篇)】，供你选择借鉴。

>文明行为的演讲稿篇1

我看过这样一段话：如果你失去了今天，你不算失败，因为明天还会再来;如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在于钱袋;但如果你失去了文明，你将是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

我国素有”文明古国，礼仪之邦“的美誉，中华文明经过了五千年的悠悠历史，举世瞩目。连续几天来我阅读了许多关于文明美德的书籍和事件，让我感动，更让我成长。

轰动全国的小悦悦事件触动了每个人的心灵深处，2次碾扎，18个路人的冷漠对待让我们心寒，但是人间总是有爱的，拾荒阿婆的善行让我们知道世间还是有爱的，人间还有真情在。

小悦悦的事件发生后，引发了无数人的思考与感悟，众多的人在电视上、网络上发表了自己的看法和想法，众说纷纭，还有”彭宇案“和”许云鹤案“，让更多的人深思。是啊，我们不得不深思啊，文明美德不是我中华民族应该世代传承的吗?”不以善小而不为，不以恶小而为之“，这不是蜀王刘备对我们的教诲吗?

传承文明，践行美德，实现中华民族兴盛而伟大不衰，这是我们的责任和使命!

20\_\_年5月12日，一场毁灭性的灾难降临四川，在突如其来的灾难中，9岁半的林浩在自救后，又把一个昏迷的同学背出废墟;15岁的雷楚年在地震发生时不是想着往外逃生，而是冲进教室救出7名同学;13岁的小女孩何翠青本已走出宿舍，却又返回宿舍摇醒10多名还在午休的同学，自己却被压在废墟下50个小时，她凭着巨大的欲望和惊人的毅力最终获救;张家春老师用魁梧的身躯顶住门框，让40几个孩子从他的双臂下穿过，逃过了死亡的厄运，然而这位年仅29岁的羌族汉子，用生命筑起了爱的丰碑……

在生死关头，我看到勇敢无私、英勇献身的不朽之魂，看到了舍己为人的壮举，还有拾荒阿婆这样的善行，她不畏惧世人的误解，她也不畏惧别人的诬陷……这些令人潸然泪下的事实，是他们用生命和行动诠释了世间有爱，人间有情!

>文明行为的演讲稿篇2

文明是一种默默的付出，文明是一种责任的坚守，文明是一种关心的温情，文明还是一种奉献的真情。其实，文明就是一种态度。

天蒙蒙亮的，一抹抹橙色的身影在晨风中晃动，如摇曳的草木，不声不响，他们就是环卫工人们。他们从未错过每一个日出，也从未错过每一个夕阳西下。一年四季，对于他们差别只是衣服的增减，一年到头，都在努力地工作，尽心尽力地守护街道洁净，从未有任何怨言。这是一种默默的付出。

美丽的风景总是让人神清气爽，但文明的人比它们的风景更美丽。在雁荡山的玻璃栈道上，往下望见的便是悬崖断壁的惊人之美。可在这样的美丽中，却有一个污点——一个袋垃圾。有一个身影从我们中挤过，拾起垃圾放进垃圾桶，才从容地走去。我忽然间觉得，这个身影与雁荡山的风景是多么的和谐。文明，这是一种责任的坚守。

在校园的角落中，有几个调皮的孩子在攀爬楼梯，不亦乐乎。生性幼稚的他们并不知道这乐趣中潜在的危险。一名女老师刚好路过，小心翼翼地把孩子们抱下来，用关切的眼神注视着孩子们，用温柔的语调教着他们。从一举一动中，书写着对学生的用心。这是一种温情的关心。

一位步履蹒跚的老人在门口观望，似乎在寻找着谁的身影。盼呀盼，盼到了一位中年大叔。大叔提着一个保温饭盒，温情地放在了老人的手中，搀扶着老人走进了屋子里。手把手地喂老人吃饭，洗老人的脸。老人的身体不好，大叔就让老人靠着床上吃饭。这一切，都是他们发自内心的付出。文明，是一种奉献的真情。

文明，是一种态度，是一种付出、关心、奉献!是人们于心底最纯净的爱!

>文明行为的演讲稿篇3

文明是多样，即便是去做微乎其微的好事也是文明，文明令我们的城市温馨、整洁和环保，它是这座写满梦想的城市陈列在我们心中的一道道亮丽美景。

司机·街道

明媚的春日，我坐着母亲的电动车向学校驶进。

突然，一个没有挂着车牌的汽车向运行的车道驶来。在那辆车即将撞上车道时，吓得我闭上了我的眼睛，思绪飞到了前不久的一则新闻：一辆无车牌的汽车与一位骑电动车的青年相撞，一死一伤……

当我小心翼翼地将眼睛睁开，却看到了那样的一幕。那辆无车牌的汽车静静地停在白线之内，静静地等待着车道上的车行走完毕，他才缓缓地开了起来，直到过了这个十字路口。那一次的那一幕，让我永生难忘……

女孩·沙滩

夏日的午后，金色的沙滩被阳光晒的微微发热。

啦啦啦…一阵轻快的歌声传来。一个梳着双马尾、穿着粉色衣裙，笑容满面的小女孩，哼着轻快的歌谣，踏着欢快的步子在沙滩上捡起彩色的贝壳。走着走着，忽然，她的脚步停了下来。捡起了一个空饮料瓶，抬起头向四周望望，她的眼神中充满了疑惑。他将手中彩色的贝壳放下，拿起空饮料瓶跑走，轻轻的将空饮料瓶投进垃圾箱。

她的脸上出现了刚开始的笑容，哼起原来的歌谣，沙滩上留下了一串脚印，在阳光下散发着金色的光芒……

男孩·草地

夏日的正午，青青的草地在夏日里温热的风中舞蹈。

青青的草地上，几个男孩在草地上踢着足球，谁也没注意到角落里那个写着保护草坪的牌子。围观的人们发出一阵阵的喝彩声。一个骑着单车的男孩在人群的外围停下了脚步。“草地也是有生命和尊严的，我们应该去呵护它，而并非去践踏它。”

踢球的孩子们低下了羞愧的头。男孩走向草地，轻轻将那些有此歪的小草扶正。有悄悄地转身骑上单车离去，夏日正午的阳光本该是毒辣的，但此时却柔和地照在被扶正的草地上……

曾经难闻的空气，一堆堆的垃圾与一场场生命的灾难，到如今可以看见湛蓝的天空，青青的草地，人们相互的谦让，这就是一种进步，是一朵永不凋谢的文明之花。

>文明行为的演讲稿篇4

尊敬的老师，亲爱的同学们：

你们好!今天，我能代表九年级三班在国旗下演讲，内心感到无比骄傲和自豪。我演讲的主题是“文明礼仪是我们学习、生活的根基”。同学们，你知道吗?有一种美，令人追求，令人回味，是一种吸引目光的美，它——光彩夺目。 有一种美，飘逸在浮云上，深埋在古垒下，是一种吸引灵魂的美，它——深藏不露。那就是——文明之美!文明的美丽发自于内心，文明的美丽来自于素养。文明礼仪是人的品格积于一身的体现，它并非遥不可及，其实，它就在我们身边，包含于学习生活的方方面面。现在，就让我们走进校园，来看看校园中，你的行为是否文明?

上课铃声响了，班长喊口号起立时，你是否尊敬的站起来道一声老师好呢?一节课匆匆过去，你是否怀着一颗感恩的心，向传授给你知识的老师，说一声再见呢?也许你做了，但你懒散的样子会让老师感到伤心，而响亮的问好与再见才是对老师工作的拥护和肯定，请你反思一下：自己做到了吗?

教室里，值日生正在打扫卫生，你向他们打招呼了吗?你向他们的劳动表示感谢了吗?校园里，遇到了老师，你是否停下了脚步，向老师问好了呢?也许你从来没有这样做过，那么，请从下一刻起，不要忘记向你遇到的每一位老师、同学问好。一句简单的问候，对你来说非常容易，但会让他们在一天中感到轻松快乐!送人玫瑰，手有余香，何乐而不为呢?

在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑、果皮、食品袋，有的同学却认为：反正有值日生打扫，扔了又何妨;有的同学在教室走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常;还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物，在每天陪伴我们的课桌上乱涂乱画，在雪白的墙上印上几个乌黑的脚印。这些不文明行为，是否曾经出现在你的身上?是否你应该反省一下自己呢?

同学们，如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

人的文明修养并不是与生俱来的，而是靠后天不断完善的。希望同学们不仅要认真学习文明礼仪常识，更要致力于培养良好的行为习惯，为学弟学妹们树立正确的榜样，为31中学树立良好的形象，也为自己的美好的未来打好根基 !

我的国旗下完毕，谢谢大家!

>文明行为的演讲稿篇5

各位家长：

教育“德”为先，素质教育首先就是要培养小学生良好的品格，而具有良好的品格首先是文明礼仪教育。学习文明礼仪，实践文明礼仪，倡导文明礼仪，做一个仪表花一样端庄、言行花一样优雅、心灵花一样美丽的花样少年，是小学生“德”育的核心。孔子说“不学礼无以立”，礼仪是律己、做人的一种行为，没有礼仪如何体现一个人的道德修养?如何增进人与人之间的友谊?人的属性具有社会性，人与人之间必需相互交往，文明礼仪是良好人际交往的“润滑剂”，我们是文明礼仪之邦，我国的社会主义制度的优越性更在于能够团结起来办大事，在和谐文明的人文环境下，我们的国家才会更加强盛，我们就能时刻沐浴在文明礼仪所带来的温暖中。

现在很多家长对孩子的学习成绩看得很重，学习成绩固然重要，若忽视了孩子文明礼仪的教育，对孩子的不文明行为、无礼举动不加以纠正，将会产生难以想象的后果，很多例子可以证明：一个出色的、成功的人，不仅有较深的科学文化知识，更有优良的个人品格素质。在小学阶段，对孩子良好品格的培养至关重要!学校、班级对孩子文明礼仪的培养是一种先进教育，而家长们也应该在生活中以身作则，重视孩子良好习惯和文明礼仪的培养。

家庭教育对学生成长起着至关重要的作用，为更好的利用家庭教育资源，有效改变目前普遍存在的“5+2=0”的教育现状，家校合力，共同提高育人水平。

各位家长，中华民族历来以“礼仪之邦”著称于世，讲文明、懂礼貌是中国人的传统美德。我国是有着五千年悠久历史的文明古国，中国的历史可以说是一部礼仪的历史。在儒家学说中，礼为天下先，强调以礼治国、以礼治家。从古至今，有很多文明礼仪素养极高的人，像孔融、黄香、周恩来等。现在随着市场经济的发展，社会的发展进步，人们更需要文明礼仪来建立和谐的人际关系。学校中大多数学生为独生子女，家长望子成龙追求分数，这造成德育教育被淡化甚至放弃。如在我们的校园内存在着一些不文明的行为，诸如乱扔纸屑，在走廊上、教室里追逐打闹，还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。在家中有的同学随意顶撞父母、不尊重老人。这些确实应该引起我们教育工作者对的高度重视。随着时代的进步，社会的发展，一个人内在素质、外在素养的好坏，将直接关系到人在社会中的发展和成功，加强文明行为养成教育既是我们弘扬传统美德的需要，也是学生身心发展的必然要求。因此我校将每年的四月定为文明礼仪教育月，并开展了一些列的活动。我班根据学校要求开展了如下活动：

一、普及文明礼仪知识。

俗话说：“没有规矩，不成方圆”。必备的文明礼仪知识是人们形成良好文明礼仪行为习惯的基础。礼仪教育的内容涵盖着社会生活的各个方面。从内容上看有仪容、举止、表情、服饰、谈吐、待人

接物等;从对象上看有个人礼仪、公共场所礼仪、待客与作客礼仪、餐桌礼仪、馈赠礼仪、文明交往等。人们在人际交往过程中的行为规范称为礼节，礼仪在言语动作上的表现称为礼貌。加强道德实践应注意礼仪，使人们在“敬人、自律、适度、真诚”的原则上进行人际交往，告别不文明的言行。我们学校的做法是利用周一上午班会课时间进行文明礼仪知识宣传等活动。我班还对镇开设了一堂“与礼仪一起飞翔”的主题班会，同学们在班会课上的出色表现让听课老师啧啧称赞。

二、 发挥校园教育作用。

学校要充分发挥校园广播、黑板报、宣传栏的作用，大力宣传现代公民礼仪教育内容。同时狠抓养成教育。有计划、有步骤的开展教育活动，各班适时总结开展活动的情况，表彰在活动中涌现出来的先进典型人物，用榜样的力量鼓舞和激励孩子们。利用晨会、礼仪教育课对学生进行日常行为教育，结合《中学生日常行为规范》、十个文明习惯等有层次有针对性的对学生实施思想道德指导和文明养成教育，从文明礼仪规范入手，使学生从“要我这样做”转变为“我应该这样做”，让良好的行为习惯内化为学生的自觉行为，逐步让学生养成良好的道德情操、行为习惯。学校围绕文明礼仪教育主题，实行全员育人，做到教书育人，环境育人，文化育人。在学校活动中，我班还争创“周恩来班”，因此我们的教室墙壁文化也在紧锣密鼓的重新设计中。

三、教师要率先垂范，为人师表

我国古代伟大的思想家、教育家孔子说过“其身正，不令而行;其身不正，虽令不从。”“不能正其身，如正人何?”这些话强调了教师以身作则的重要性。现代教育家陶行知先生一生恪守“以教人者教己”的箴言，严于律己。学生具有很强的模仿能力，也很容易受外界环境的影响。教师的言行举止很大程度影响学生，著名作家冰心说过：“教师的现在，就是学生的将来”。一个人格高尚的教师，都必须具有一种严格的自律精神，要求学生做到的事情，自己首先应该做得到。因此，教师的以身作则、为人师表至关重要。我们教师对学生：一张笑脸相迎，一句好话回应，一双眼神鼓励;一颗爱心相待。以良好的仪表风范为学生作榜样。　教师在平时的工作和生活中，树立良好的榜样，公平对待每一位学生，尊重学生，使学生在潜移默化中受到教育，营造了和谐的教育氛围。

四、与家庭教育、社会教育相结合

学校通过家访、召开家长会等形式让家长明白“成才先成人”的道理，让你们积极参与子女的文明礼仪教育。

五、班级语数英教师介绍本学科学习特点，以及家长如何配合教师搞好各学科的学习，提高学习成绩。

六、周宏的赏识教育视频讲座。

>文明行为的演讲稿篇6

文明现象之花草会流泪，悄悄的，阳光填满了校园的每个角落。

渐渐的，同学们踏着轻盈的步子来了。

蓦然间，校园被亲春的色彩包围起来，尽管树木已经披上金黄色的外衣。

我和伙伴们边走边跳，向着充满好闻气味的运动器材前进。器材的每个部分都留下了我们的足迹，无趣的我们惟有徘徊。突然，一个高年级的哥哥闯入了我的眼帘``````

他站在花草边，向着操场望了一眼后，急速向后退，抬起脚，像离弦的箭射了出去，只见他距离花草只有20厘米、10厘米``````我天真的认为：“他会跌倒，甚至是骨折，或者是刹车``````后果谁也说不清。当他到花草边的时候，用力一跃 ，轻而易举地从花上横跨了过去，我吃惊的瞪大眼睛，我的心也跟着“飞”了起来。

伙伴们在一旁观赏我的表演。我学着大哥哥的样子，幻想着我跳过去的激动场面。我运足了气，准备向前冲，我把全身的力气都汇聚到我的脚上，我竭力蹬地，身体已经悬在半空，眼看就要过去了，意外在瞬间降临，我像失去平衡的战斗机，落了下来，压倒了一大片花草，伙伴们赶忙来扶我，还跟我开玩笑：“怎么样?刚才是不是很爽啊?”我生气又有点后悔地回答：“要不你来试试。”随着一片欢笑响彻天空``````

当晚，我做了一个奇怪的梦：我的伤已经好了，正和伙伴们玩耍，忽然，我听见了一阵哭声，我寻声找来``````我来到了一片折段了的花草边原来是一株被压弯的花在哭泣。我伫足聆听。她满脸泪痕的说：“人类真是太无礼了，不仅从我的头上跨过去，还把那沉重的身体压在我的身上，哎——可怜我的纤细的身体变的遍体粼伤了``````”听了她的倾诉，我想起了昨日不文明的行为，我的脸变成了红苹果，心儿也不知为什么跳地那么快，当我张口想道歉时，梦醒了``````

花草是有生命的，我要保卫那些花草，做他们的守护生，不让别人再伤害他们。

次日，我做了一个醒目的告示牌，上面刻着“花草在睡觉，让我们拈起脚步”。同学们再也没有伤害过我们的朋友。有时，当我路过那丛花草时，我会隐约听见他们的笑声。

>文明行为的演讲稿篇7

尊敬的各位领导，各位老师，亲爱的同学们：

大家好。

我们中华民族有五千年悠久的历史，她不但创造了灿烂的文化，而且也形成了古老民族的传统美德，翻开浩瀚的历史，既有张良拾靴、孔融让梨、程门立雪这样千古传颂的典故，也有“不学礼，无以立”、“人无礼则不生，事无礼则不成”、“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”这样代代传承的道理。正是这种文明礼貌，尊老爱幼的传统美德让我们有了“礼仪之邦”的美称。

可是，在改革开放的今天，有一小部分人为了物质，忽略了精神文明。随手扔掉吃空的食品袋，随口把痰吐在干净的大街上，随便折断刚刚种植的小树……甚至还振振有词的说：这只是小事。

曾经有几则报道让我震惊。来长城游玩的韩国游客自动清理长城附近我们随手扔掉的垃圾。澳大利亚街头的垃圾箱上专门用汉语标注：请把垃圾放到里面。我们眼中的小事已经影响到了国家的整体形象。长此以往，“文明古国”何在?“礼仪之邦”何在?

“文明与否，我们有责。”作为祖国未来的建设者，华夏文明靠我们传承，民族精神靠我们弘扬，中华民族靠我们振兴。只有在学习生活中，逐步形成健康的人格，讲文明、知礼仪，做一个合格的文明中学生，我们才是一个对社会有用的人。

让我们把文明带进校园吧。一校是我们的家，这个家的洁净需要我们每个人共同努力来创造，这个家的美丽需要我们每个人共同来维护。请飘扬在风中的纸屑和校园告别吧，请沉睡在地上的痰迹和马路告别吧，请陈列在墙上的涂痕和教室告别吧，让我们用细心的呵护唤起一校的整洁和美丽。在吮吸清新的空气时，在汲取知识的花露时，把“脏话”清除进回收站，把礼貌拷贝进脑海里，让“请、谢谢、对不起”响遍整个校园，用甜美的问候唤出老师和同学们的笑脸。我们学生文明了，校园也就文明了。

让我们把文明带向社会吧。在--市的街道上曾经有一道另类的风景：在主要街道交叉口上，都设有交通岗亭和红绿交通灯。每当红灯亮起来的时候，自动播音系统播放着“现在是红灯，现在是红灯，请您停在停车线以外;现在是红灯，现在是红灯，请您停在停车线以外;交警谢谢您的合作!”如果我们不能用自觉凸显红绿灯的存在，有一天我们的城市也被迫出现这样的“风景”，难道不让我们感到脸上发烧、血流加快?

只有维护了简单的“绿灯行，红灯停”，才能维护我们大家的生命。

文明的维护又何止是交通规则，在车站、商场等公共场合，我们是否告别了旁若无人地大声喧哗，是否告别了随手乱扔废弃物，是否告别了买东西交款不排队，是否告别了上车时乱挤上车后抢座。用安静来彰显内心的纯洁，用卫生来展示个人的修养，用谦让来传递少年的文明。须知，我们少年文明了，国家也就文明了。

“国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身有礼则身修，心有礼则心泰。”文明的举止，文明的行为，辅以恬静、幽雅、舒适的环境，浓郁的文化氛围，会启迪我们去不断探索、求知。好的文明习惯，可以影响我们的学习，我们的生活，甚至将来的一生。

美国汽车公司的巨头——福特公司最成功的总裁福特先生在大学毕业应聘时，因为把面试处地面上的废纸放进垃圾篓而被录用。“虽然其他人学历高，但是他们只“看见”大事，而看不见小事。福特的眼睛不仅看见了小事，而且他的文明行为给面试官留下了深刻的印象”正是这种“处处讲文明，时时爱文明”态度，让福特抓住了机会并建立了汽车行业中的“福特帝国”。

昨天的习惯，已经造就了今日的我们;今日的习惯将决定明天的我们。让我们从现在做起，做文明的小使者，文明传递，心心相传，用自己的行动，来塑造更清新的天空，让文明的画卷，布满整个校园。

>文明行为的演讲稿篇8

老师们、同学们：

早上好!

今天我要讲的题目是“让我们与文明同行”。

在讲这个话题之前，我想先问问同学们，当你行走在马路上而无意间看见路面上有一口痰迹时，你会怎么想?怎么说?当你行走在校园里而无意间看见地面上有一张纸屑时，你又会怎么想?怎么做呢?

在这里先给大家讲两个事例：

第一个事例是：有人发现在新加坡这个通用英语的国家里，他们的公共场所的各种标语大多是用英语书写的。但其中的一些涉及文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“禁止吸烟”、“不准进入草坪”等却用中文书写。这是为什么呢?人家回答：因为有这些不文明行为的大数是中国大陆的游客。为此，到新加坡考察的一位中学校长语重心长地说：不文明行为也是国耻。

第二个事例是：据中央电视台报道，国庆节后的天安门广场，随处可见口香糖残迹，显得格外刺眼，40万平方米的天安门广场上竟有60万块口香糖残渣，有的地方不到一平方米的地面上竟有9块口香糖污渍，密密麻麻的斑痕与天安门广场的神圣和庄严形成了强烈的反差。

以上两个事例表明，文明的一切都是由细节构成的，通过这些细节，我们看见了文明离我们国家还有一定距离。

再看我们身边，绝大多数的同学是具有良好习惯，使讲文明的。遗憾的是，在一部分同学身上，同样还是有着一些不文明的行为。例如，在我们的校园内、楼梯上、教室外的走廊上，总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑、小零食的包装袋或其它的一些垃圾;这些垃圾在地上，却没有人主动捡起来，(都要老师提醒，尤其是班干部也这样)。再例如课间不文明的现象较多(如：低年级小朋友在草地上、花坛的水泥围栏上追逐奔跑;中高年级的学生在教室走廊上的嬉笑打闹，推拉挤压)，这些都留下了不安全的隐患。

同学们，有的时候我们有的同学把文化知识的学习放在首位而常常忽略了社会公德、文明习惯的养成，而这恰恰从本质上体现一个人的思想品质。事实上，良好的行为习惯是保证我们良好学习的前提，也是树立健康人格的基础。在学校往往正是那些没有良好行为习惯的同学破坏了整个学校的学习环境，影响了整个学校的校容校貌。如果我们每一个人都能养成了文明的行为习惯，那么学校的学习环境也就变得良好而有序。我们知道：一个学校只有每一个学生都具有良好了文明的行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创造出优良的学习成绩。现在，我们正处于人生中最关键的探索时期，在这个时期的所作所为，将潜移默化的影响到我们人格的形成，而文明的行为就在帮助我们提高自身的素质，同时也完善了自身的道德品质，所以，我们应该先学会做人，成为一个身心和谐发展的人。

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！