

小学体育教师实习总结7篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/fanwen/zhuanti/30665.html>

[ECMS帝国之家，为帝国cms加油！](#)

小学体育教师实习总结最新7篇

实习总结怎么写？根据今后的工作任务和要求，吸取前一时期工作的经验和教训，明确努力方向，提出改进措施等。下面是小编精心推荐的小学体育教师实习总结，仅供参考，欢迎阅读！

转眼间我一个学期的实习工作已经结束，这段时间里我们从学生一下变成了老师，曾经感觉非常不适应，可是经过一段时间的实习锻炼，使我完成了由学生到老师的角色转变。回想这一学期的实习工作还历历在目。

回想我刚到我的实习学校林口中学时，看着陌生的校园，操场，教学楼以及陌生的面孔，我既紧张又兴奋。一路走来，颇多留恋，诸多感慨。在实习期间，我既是学生，又是教师。作为学生，我虚心求教，不耻下问；作为人师，我兢兢业业，倍感骄傲。我付出了很多，同时收获了更多。

十年树木，百年树人。实习期间，我以做一名高素质的优秀体育教师为目标，全面严格要求自己，不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。一个学期的实习，使我真正体会到做为一位老师的乐趣，同时，也使我的教学理论变成了现实，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。回想这一学期的实习生活，每一秒都充满了汗水和感动。当我漫步在实习校园里，那出自学生一声声的真诚问候掩盖这段日子遇到的所有委屈，最后剩下的只有数不清的欣喜。

我在实习期间正好赶上学校的广播体操，而我从未接触过这套体操，必须从头开始学习，为了尽快适应教学，准确的将这一套体操传授给学生，我经常在休息时间和学校的其他体育老师一起讨论，研究体操视频，独自练习，虽然开始上课时比较仓促，但是我还是慢慢的适应过来了。来到学校经过短暂的观摩后我独自走上了讲台，虽然刚开始心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了示范动作不熟练，分解带操动作迟缓，口号不流利，底气不足，但我还是完完整整地把课上了下来。期间我针对出现的问题进行我反思，不断的改进自己，同时也得到了学校其他老师的指点。他们无私的奉献和帮助，使我体会到了教师这个大家庭的温暖。

为了弥补自己的不足，我严格按照学校的要求，仔细地备课，写教案，积极向其他老师学习，认真把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。为了在短暂的实习期间充分锻炼自己，我们主动和学校的其他老师一起上课，带学生练操，虽然比较辛苦，但当看到学生们作出标准整齐的体操时，心理更多的是欣慰和自豪。

转眼间，实习生活已经结束，这段短暂的实习生活使我的教学经验得到了一个质的飞跃，我学到了很多书本上学不到的知识。学无止境。在取得好成绩的同时，我时刻不忘超越自己，面对教

育事业的满腔热情，将鼓舞着我不断前进。在这四个多月的体育教学实习中，我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但要出色上好每一堂课，完成每一项体育训练，培养出更多的体育优秀学生就需要付出更多的努力和汗水。教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以更加认真的态度虚心学习，不断完善自己，不断提高自身的素质和执教水平，为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗！

愉快而又艰辛的顶岗实习工作开始了，在过去的二个星期中，我们都能顺利完成了从学生到教师的角色转换。在教案的准备和书写上，在课时的掌握上，在班级的管理上，都有了很大的提高，虽然实习的时间还不长，但感受颇多。

通过二星期的实习我觉得：

一、教师要有自己独到之处

虽然实习之前，我们也进行了试教，但是面对中学的实际情况还是没底。随着课改的实施，赋予我们教师更多的要求。这也要求了我们要改变传统而又枯燥的教学模式，大胆创新，不要老是束缚于老的教学方法中，在教学中要有自己独到之处，有新意。

二、初为人师，为人师表

教育实习开始以前，系领导对全体实习生进行了动员，并结合以往教育实习的经验和教训，向实习生进行了热爱教育事业，为人师表的教育，调动了同学们的积极性。因为教师可以说是学生的榜样，你的一举一动，都在影响着学生的身心。

特别是在这所以军事化为管理体制的学校中，我们更应该对自己有严格的要求。要注重和指导老师、别的老师或其他实习生进行交流，多去听听他们上的课，从他们身上吸取经验弥补自己的不足。要切实深钻教材，备好每一堂课。在实习中，我们不仅仅只限于教学工作，还应根据中学生的特点及实习学校的实际情况，开展大量有益的活动，丰富实习生活。我们和学生之间，我们不仅是实习老师，更应是学生的知心朋友，切实了解他们的学习和生活所需，但这两者之间的距离还应保持适当。我与学生交朋友，空余时间和学生一起玩，做好学生的思想工作，与学生打成一片，加强了与学生之间的感情。而在上课或有重要事情时，要对他们提出高要求，又要有一定的严肃度，这样在学生面前才可保持一定的威信，让他们也有一个怕度，否则就很难对班级进行管理。

三、收获与体会

在实习之前，我一向认为做一名教师很简单，但通过这次实习，我不仅尝到了教师的辛苦，更多地感受到了当教师的乐趣和光荣。特别是学生的那一声声“老师好”，把我的心都叫得乐滋滋的。可能是因为大学中享受惯了，过来一时适应不了这里的氛围，开始感觉很累，但是一进班级碰到学生就变得精力充沛，一点疲劳都没了。与学生在一起，生活更多的在于充实。

做一名老师容易，但要做一名好老师却很难。做一名体育老师更加难。教学工作复杂而又繁琐。首先，要管理好整个班集体，提高整体教学水平。然后，又要顾及班中的每一名学生，不能让一名学生落伍。这就要求教师不能只为了完成教学任务，还要多关心、留意学生，经常与学生进行交流，给予学生帮助。做学生学习上的良师，生活中的益友。

实习时间已经过了三星期，其实这还只是一个起点，相信在接下去的实习生活中，我一定会取得更大的收获。这些收获和体会，都对于我今后走上工作岗位，有着很大的帮助。

为期六周周的实习生活弹指一挥间已经划上句号，在这期间我体会到了作为一名教师的酸甜苦辣，也让我体会到当一名教师的不容易与肩负的重任。回想起4月21日当天，年轻的我们捧着一颗颗热情、兴奋而充满期盼的心来到钢城十四中，激动不安之情油然而升。一个个沉甸甸的问号，在我脑中盘旋。我不断自问：作为一个实习生，我能做好吗，我能给学生带来一点进步吗?如今，6个星期的实习工作已结束，我们8位实习生的收获，见证了我们的成长，为我们的实习画上一个完美的感叹号!在这一个多月里，我感觉我经历了许多，这些从未有过的经历让我不断进步、不断成长。从开始上课的羞涩拘谨到课堂上的谈吐自如，感觉自己在一天天的长大，一步步实现从学生到老师的角色转化。钢城十四中给予我太多的第一次：第一次真正站在讲台上面对着五十五张天真的面孔、第一次与学生面对面的探讨问题、谈心、第一次以老师的角色进行监考、第一次与多位资深老师讨论交流，共同探讨教学中所遇到的问题……现在，现将这六周来的收获与感受和大家分享如下：

一、生活篇

时间如涓涓流水缓缓地流过，在这一个多月的时间里留下了许多美好的回忆，让我们细细品味。在钢城十四中一个多月的实习生活过得很充实，很快乐，也让我充分感受到了人与人之间的温情与不尽的光怀。尽管我们八个人来自同班的不同寝室，在实习前我们也不是非常熟悉，但在六个星期的实习期间，我们几乎每天早晨一起等车，一起去学校，一起放学，一起吃中饭，在此期间，我们感觉我们各自的了解逐渐加深。刚到实习学校时，我们一起打扫收拾我们的办公室，讲一个本来混乱的化学实验室整理成了一个干净整洁的办公室，这里记录了我们的欢笑，我们的忙碌，我们的进步与成熟等等。

我们的组长宋乐乐非常的认真负责，在实习期间，她带领我们一起备课，一起听试讲，一起讨论问题，在我们遇到难题的时候总是想办法一起解决，而且她也能够以身作则，做好自己的工作，甚至到后来身体不舒服的情况下依然坚持工作，直到最后一天生病一人赶到学校，她的工作精神真的让我很钦佩，她不愧是一位认真负责的好组长，其他的组员还有杨帆、张文利、陈静文、张莉、胡恋、张萍。我们一起度过了非常难忘的六周，留下了非常美好的回忆。不管是我们一起备课讨论，还是一起听课评价，一起讨论各自带的班级，一起在休息时的欢声笑语等，这些都让人感觉我们真的是一个温馨团结的集体!

我们实习队员从一开始的不熟悉到逐渐的了解，再到现在建立起深厚的友谊，这一切永远都会尘封在我记忆的深处!很感谢各位队友与我一起度过这六周的时光，其中的点点滴滴都铭记于心。实习结束意味着大家要接受另一番现实的考验，希望每一位队友都能坦然地面对，找到一份好的工作或者考研顺利。

我们的指导老师是黄显林老师，班主任是费运良老师，黄老师对人很热心，对于我们的教学总是给我们很认真的指导，并将他的一些教学经验传授给我们;费老师将班主任工作的方法、管理班级的方法、经验都很详细传授给我们，老师们都很热情负责，对我们的工作也很配合，生活上给予关心，工作上给予指导，我们的成长与进步离不开老师们的帮助，在此特别要感谢老师们，祝愿老师能够工作顺利，事事如意。

二、教学实习篇

在六周的实习时间里，我主要负责高二的政治课。高二不同于其它年级，它的教学工作复杂而又繁琐，而且还有面临升到高三的压力。在六周的实习阶段，我讲了四节课，在此感谢指导老师——陈慧老师。她为人亲切热情，她在教学工作方面提供给我的指导非常多，可以说“竭尽所能”，我非常感谢她！

刚来钢城十四中，她就详细地讲解他们学校学生的学习习惯及学习水平，还告诉我上课应该注意的事情。在听课中，我个人体会很深。因为陈老师共教2个班级，学生的基础、课堂的气氛等都有很大的区别，所以在听课的同时，我注意到各个班里学生的不同反应，作好记录，思考以后我该以怎样的形式在不同班级上课才能达到良好的效果。这种听课和我们以往的听课不一样，它不仅为了学习老师所讲的知识，还要去学习老师怎么样讲课，学习如何传授知识，如何控制课堂气氛，如何把握授课时间，好好驾驭整个班级教学等。听课的时候，我会认真做好听课笔记，听课的重点是注意科任老师讲解过程中与自己思路不同的部分，以吸收老师的优点。每个老师各有特点，都有值得我学习的地方。

时光荏苒，如白驹过隙般匆匆而过，转眼间，顶岗实习已经快一个月了，在这短短的一个月中，让我感觉自己成长了许多，从象牙塔迈出的第一步走的特别的稳重，也要感谢学校给我提供这样一个展示自己的平台，让我学会如何面对真实的社会以及学校生活。特别是由学生到老师的一种转变。

对于每个人而言，第一次总是很难忘的，特别是像我们这种第一次站上讲台，面对着底下几十双眼睛，其意义可想而知。而在这一个月中，也让我体验了许多第一次，第一次踏上东西湖开发区辛安渡中学——这片我余下几个月生活与学习的热土，第一次在50多双渴望的眼睛注视下，和他们说话，讲课以及交流。这并不像普通的实习那样看起来轻松，因为没有指导老师在旁边，这让一切都必须自己摸索。现在想来，与我换岗的老师对我也是相当的信任的，第一天去学校后，在把我介绍与学生后，就让我开始带课。可以想象，我当时是很紧张的，当时是带的初一学生，在进行简单的自我介绍和上我的体育课的要求后，就进行教学任务——广播操《舞动青春》，第一次上课的过程远远没有我想象中得轻松，由于初次与学生见面，大部分学生还是很听话，课堂纪律维持的还是很不错的，但依然有个别调皮的学生，还好我事先有所准备，已经大致想了一遍第一堂课会遇到哪些问题与解决方法，所以第一节课还是有条不紊的在预定计划中进行，但自己还是有点不足的地方，由于自己初次上课，导致时间上没有把握好，下课时教学任务没有完成，拖了一点时间的堂。总体而言，效果还是很不错的，学生都很听我的话，这点让我还是很开心的。

这一个月对于课堂教学，总体感觉还是不错的。但我觉得实习不仅仅只有课堂上课这么简单，因为实习生活是方方面面的，比如与学校的一些老体育老师的交流与配合，他们身上毕竟有着几十年的教学经验，因为是个比较偏僻的农村学校，所以除我外，在我们学校另外有两个快要退休的老教师。俗话说，家有一老，如有一宝。老教师的经验之丰富是不言而喻的，与他们交流是件很让人受益匪浅的事情，其中一个老师是我们学校专门带射击队的——射击队是该校的一项传统的体育运动项目。这让我有幸能够学习到对于射击这个不是很普及的运动项目是如何进行训练的。还有就是如何和自己宿舍的老师相处，我想这也是一门学问，由于和大家是初次见面，在自我介绍的时候我都是让大家叫我——小叶，因为我年龄是最小的。在宿舍，我都以一种谦卑的态度，认真向每个老师学习如何和学生相处，在一个月中，我和宿舍的老师相处的还是很愉快的。

总体来说，这一个月收获还是很多的，十一前一天举行的全校秋季运动会在其他两位体育老师的配合下成功的举行，算是这一个月来最有成就感的一件事了吧。这一个月自我觉得还是很有进步的，当然这和学院工作是分不开的。我相信后面的实习生活会越来越顺利的。

来这里实习已经一个月了，对这里的环境也渐渐适应了，现在回顾一下自己初来乍到的心情与感受。

刚来这的第一天是我最难忘的一天，在来这所学校的车上我憧憬自己即将是作为一名人民教师站在讲台或操场给我的学生教授知识，在他们的人生中会有一位我这样的老师曾经走进他们的生活，那种奇妙的兴奋感让我信心倍增，丝毫没有任何的担忧。当我们到达目的地的时候，我踏进这所学校的时候首先想到的是田径场，篮球场，可是在我找了一圈之后我发现这所新建不到两年的学校里没有田径场与篮球场，这对于学田径与篮球主项的我来说是一个多么残酷的打击啊。我感觉我的所学在这里将得不到发挥，没有什么用处。但是我又发现这里有一个活动室，里面有羽毛球场地两片，乒乓球台两张。当时我就暗自庆幸还好我学了羽毛球和乒乓球副项的，这两项我还是可以教学生的，就在我暗自庆幸的时候我走进活动室看见头顶上的屋顶时我就傻眼了，这个活动室高不到三米，羽毛球在里面根本打不起来。此时我的那股兴奋劲像是被一盆冷水从头泼到脚，整个人凉飕飕的。我想用“此起彼伏”、“乐极生悲”这个词来形容我的心情就是最贴切的了。

紧接着安排我们跟着指导老师交接工作，来到办公室发现偌大的办公室只有两张办公桌，两位年轻漂亮的体育老师坐在里面办公，上网。感觉这里环境还不错，办公室宽敞明亮设备齐全。坐定之后和我交接的老师告诉我以后每个星期要一个年级九个班的课，也就是上18节课和2节课外活动课。她说会很辛苦的，可我当时并没有觉得会有多辛苦，自己也没有课多的意识，直到后来自己每天四五节课上下来到最后一节课嗓子哑到一句话也说不出来的时候，我才能体会到那位老师当时所说的辛苦是个什么感觉了。

交接工作之后就是安排住宿，拖着行李来到寝室，里面的高低床给我的感觉很温馨，像是回到了大学寝室，里面有单独的卫生间，就像学校里一样，地面都是瓷砖，干净整洁。里面有一共住了五个人，都是年轻老师。想想以后都住在一起多少会有些拥挤，毕竟在学校的时候是四人间现在住了五个人。可是时间久了跟她们混熟了后就发现那些拘束已经不见了，更多的是熟悉与亲密。我们每天晚上都有聊不完的话题，躺在床上那种开卧谈会的感觉像在203寝室一样温暖，只是现在谈论的话题不再是学习和娱乐，更多的是学生和教学经验。每天都有不一样的事情发生，都过着很快乐很轻松的日子。

从踏进这里的不适应不受到现在的适应与喜爱，是的，我开始渐渐喜欢这里，喜欢这里的学生，喜欢这里的工作氛围，喜欢这里温馨的寝室，喜欢这里的和蔼与亲切。如果让我留在这里我会毫不犹豫的答应。

两个多月的实习生活即将结束，在学校领导和各位体育老师们的指导和帮助下，我完成了由学生向教师的华丽转身。这一路走来，颇多留恋，诸多感慨。在实习期间，我既是学生，又是教师。作为学生，我虚心求教，不耻下问；作为人师，我兢兢业业，倍感骄傲。我付出了很多，收获了更多。下面我将这两个多月的实习做简要的汇报总结。

一、加强学习，忠诚党的教育事业。

作为一名青年教师，我自觉加强政治学习，提高政治思想觉悟。我认真学习了__大精神，仔细体会“ ” 渗透在教育领域的意义，并系统的了解和学习了体育新课标。在课余时间，我阅读教育书籍，学习教育战线中先进人物的事迹，时刻鞭策激励自己。

我热爱教育事业，热爱我的学生。在工作中能够求真务实、开拓进取、大胆创新、乐于奉献，努

力教好每一堂课，带好每一次训练，圆满地完成本职工作。我能够师德规范严格要求自己，以身作则，时时处处做学生表率，凡是要求学生做到的，我自己首先做到。此外，我还能够尊敬领导，团结同事，积极参加学校的各种活动，遵守学校的一切规章制度。

二、深钻教材，认真教学。

体育课教、学、练三者之间的统一。俗话说：施教之功，贵在引导。教师的教学艺术在很大程度上就是他引导水平的体现。只有教师正确而巧妙的引导，才能在学生的学习中起到“引爆”作用，实现认知、情感、行为三者的统一，获得教学最佳效果。

传统的教学组织和教学程序是以教师为中心的教学组织形式，以行政教学班为主的组织形式、分项教学的组织形式等，还有一成不变的课堂教学程序。既严重束缚了教师的手脚，也影响了学生参与体育活动的情绪和积极性。用比较坦诚和理性的思想来思考一下，当在教室里久坐的学生来到操场上的时候，他们需求的是什么？不就是想舒散一下禁锢着的筋骨，放松一下绷紧的大脑。有那位学生想一来到操场就“立正、稍息”，面对体育教师的讲解示范等，学生能喜欢这样的教学法组织形式吗？答案是否定的。根据《新课程标准》的内容，结合学生的年龄特征，我在实习期间有针对性的教学，充分调动学生的学习兴趣，提高体育运动技能，培养学生顽强拼搏的意志品质。

三、我的思索。

在实习期间，我遇到了困难，也对体育教学进行了一定的思索：

1、教师对学生的过高要求也是不利快乐体育的实施。教师在要求学生完成动作或训练时，有必要降低难度或要求，使身体素质较差的学生也能在运动中体验到成功，如我在单足跳的练习中，可允许学生换一次脚，这样就使学生尝到了成功的滋味，有了很大的成就感。对待学生方面，既要求严格注重素质的培养，提高他们的自信心方面，还多给予鼓励和表扬，坚定他们克服困难决心，也培养他们吃苦耐劳，顽强拼搏的体育精神。

2、每一堂课教材合理安排，使学生得到全面的身体锻炼，发展学生各方面的素质。讲解动作要领和保护方法，突出重点、难点，示范动作正确，每堂课分组练习，既有秩序，又有队形。

3、上课期间，在注重终结性评价的同时也应注重过程性评价，告诉学生期末体育成绩=运动参与+运动技能+上课行为+身心健康+社会适应。让学生真正体验到主体地位。同时，这种评价方法对发展学生的体能，增进健康，娱乐身心，调节情绪，减少压力，乐于接受不同观点，分享自己和他人的快乐，会评价他人和自己所获得的成功感，对进一步促进完善新课标的评价方法起着积极的意义。

4、积极虚心请教有经验的领导和老师，使自己在理论和实践相结合，钻研教学大纲，努力地培养体育尖子，辅导差生，提高学生整体素质。

四、我的不足。

实习中我发现了自己的不足，需要改进：

1、对学生，对教材应该更加的细致：需要更钻研新的教材，处理教材应先分析各班学生特点，

作到由易到难，由简到繁。循序渐进。新旧难易程度和不同性质的教材搭配好，备课之间的教材衔接好，每次课的教材注意多样化，使学生的身体得到较全面的锻炼。

2、培养自己应用所学的教育理论观察分析教育问题的能力和兴趣。可能的话，进行教育调查，有利于自己的教学。

3、自我要求应更高，每次课尽可能提早到达上课地点，布置好场地、器材，特别注意检查安全方面的措施，确保上课时学生的安全;同时，要提前做好自身的准备工作。

4、每次课后应认真进行自我分析，虚心听取其他教师的意见，及时在教案中写好课后小结。

总之，从这两个多月的体育教学中，使我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但较出色上好每一堂课，完成每一项体育训练，培养更多的体育优生就很艰难了。总而言之,教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以认真和高度负责的态度虚心学习,不断完善自己,不断提高自身素质和能力水平,为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗!

时间在不知不觉中流逝，我们一行七人渐渐地也马上就要结束实习生涯了，从刚来的不熟悉，到现在的无话不说。可以说顶岗实习是我们竟来走向社会工作的奠基石。这段短暂的实习生涯，让我体会到了以前从未体会到的感想，现将个人心得体会分享如下：

身为一个体育老师，每当去一个学校的时候首先就会看他们学校的体育硬件设施，或许这都成为一些老师的“毛病”了。当我第一次来到东城实验学校的时候，被眼前的实事所征服，操场一圈不到200米还是水泥地，操场中心还有两块练球场，不过只有篮球框，没有篮板，在篮球场的旁边就有一块沙坑，是让学生们跳远用的。不过这里的条件算是好的了。好些地方都连操场都没有。

说实话，第一次跟学生上课却是有点紧张。再次之前我也带过学生上课，不过只是专业的篮球课而不是体育课。这是本质上的区别，身为一名体育老师，在体育课上第一要保证每个学生的安全，不要在课上发生伤害，第二还要让每个学生都要充分的活动，因为学生们一天天的坐在教室里面学习，精神和肉体上都会很疲惫，很厌烦。所以要在体育课上让他们充分的放松。开开心心的上好体育课，这样有助于让他们的精神和肉体上的放松。更好的去上其他的课。

还记得第一次上课的时候，因为场地的原因学生们不能在室外上课，只能在教室上课。我感觉到了学生们的沮丧，对于县级的学校来说，有些学校干脆就从来不上课体育课。体育课的时间都被其他科目的老师占了。学生们很是不愿意，在我跟他们说上室内课的时候，从他们脸上看出了沮丧，失落的表情，但是我又说在室内上体育课他们的精神头又就起来了。他们非常的开心，哪怕只是在室内上体育他们也愿意。所以说学生们需要体育课，而且体育课也是一门很重要的课程，

现在，普遍的孩子很小就很胖，缺乏运动，得不到锻炼，身体素质差等。就是因为他们在学文化课程的同时忘记了锻炼身体。而且有的学生在一上体育课的时候就会请假装病，不喜欢运动，因为他们本身很长时间没有运动过了，身体已经对运动产生的一种莫名的反感，这种现象是很不好的。因此怎么让每个学生上好体育课，在体育课中让每个学生都要充分的活动，老师的课程安排是至关重要的。

学生很喜欢上我的课，没当上我的课的时候就会开心的不得了，课间的休息的时候本来是第三节课上体育的班级，在第一节课课间的时候就上来问上什么，呵呵，他们是多么渴望上体育课。在我

的课上，除了教学大纲的要求必须要做到以外，基本上每节课我都会带学生们做游戏，每节课都不同，学生们也是玩的不亦乐乎。学生们见到我后就会说：“老师你什么时候实习结束啊，走了以后还来不来。”学生们

的热情感动了。没想到我一个体育老师会让学生们如此的

现在，到了实习的最后阶段，我都不敢在跟学生们上课了，因为我怕学生会问我什么时候走，问我还来不来，我都不知道在怎么样回答。在他们问到的时候我心里很难受。在相处半年的时间里师生之间的那份情谊 其实我也不想走，我也不想离开他们，那群可爱天真的孩子们。

天下没有不散的宴席，该分手的时候必要走，但是我从顶岗实习中获得的東西或许会成为我将来最重要的财富，也是我成长道路上最重要的体验、学习。

更多 专题范文 请访问 <https://xiaorob.com/fanwen/zhuanti/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发