# 最新教师暑假培训心得体会(实用8篇)

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2025-04-12

*教师暑假培训心得体会一为进一步提高我县教师的业务素质及教学质量，今年暑假在全县范围内在编教师进行为期半个月的教材梳理、单元教学模式探究、课时分析等方面的强化培训，参训学员共228人。尽管参培学员很多，但我们还是按照教育局、镇教委的计划圆满完...*

**教师暑假培训心得体会一**

为进一步提高我县教师的业务素质及教学质量，今年暑假在全县范围内在编教师进行为期半个月的教材梳理、单元教学模式探究、课时分析等方面的强化培训，参训学员共228人。尽管参培学员很多，但我们还是按照教育局、镇教委的计划圆满完成了教学任务，达到了预期目的。现将此次培训总结如下：

按照暑期教师培训安排计划，培训采取集中培训；分散到镇、校培训；小组研讨课等方式进行，内容涉及课堂管理技巧、教案与课堂活动准备、语音语法知识、教学资源的合理运用等，并根据受训老师的英语知识掌握程度和课程标准的要求、有侧重点的实施培训。

1、领导高度重视，组织严密有序。

从培训的筹备决策起，局领导非常重视，教育局师训科盖主任、段主任多次亲临现场检查指导。确定工作步骤，制定培训方案，明确培训要求。对培训中可能出现的各种问题，尽管是在假期学校领导做到了检查落实，对参训人员要求严格管理，教研员要求坚持全程跟班。

要求通过此次培训，切实提高我县英语教师的语言能力和英语教学能力，不断提高英语教师队伍的整体素质，把我县英语教师队伍建设成一支能力强、业务精的队伍，各级领导参与筹划，使得培训工作井然有序并得以顺利开展。

2、培训形式多样，培训内容丰富。

培训前，指导教师采用电话访谈等方式了解指导对象基本状况、工作水平、实践经验，收集培训对象对培训的具体需求，制订与修改培训方案和执行计划。培训过程中，指导教师及时收集指导对象参与培训活动的反馈与评价，不断总结经验，有效提高培训质量。

培训以课堂教学为主要组织形式，有理论讲授、教学实践练习、及综合测评等。让受训教师以学生的身份感受教学的各个环节，更好的启发他们在实践教学中真正做到以学生为主体，限度的激发学生兴趣，适时、适度的鼓励、表扬学生，强调学生是教学资源中最主要的资源。尽可能多层面的进行语言实践活动，不断改进英语教学的方式方法。而且从课堂组织，教学方法的设计，教学观念的更新等多方面做了详细的讲解，为学员解决了许多教学实践中的疑难和困惑。

3、规范管理，提升专业素质

通过本次学习班的学习，参与学习的老师无论在教学理论，还是方法与实践中都有不同程度的收获。促进了教师自身专业知识的提高，为教师的自己发展提供良好的学习机会，也为教师树立终身学习奠定基础。

1、学生学习和生活中如何广泛的普及英语口语有待探讨。

2、对培训的思想认识不到位，缺乏长远目光和责任意识。只希望指导教师告诉自己应怎么做，或者帮助自己解决什么样问题，而对于借鉴性建议性的解决问题的方法不愿意接受或尝试。

在今后培训中要注意做好以下几方面工作：

1、要让参培教师明白，培训并不能解决教学实践中的所有问题，自己的问题还得靠自己解决，培训只能起到启发和引领的作用。

2、做好培训教师的跟踪、定期回访工作。

总之，此次培训形式灵活，内容丰富，效果显著，对英语教师的人生态度，工作态度，教学理念，教学方法等都产生了积极而深远的影响，对促进我县英语教学水平的提高夯实了基础。我们将有待于大胆探索改进，为全面提高我县的英语教学水平而不懈地努力。

**教师暑假培训心得体会二**

暑假是老师们迎来休整的重要时期。作为一名教师，能够抽出时间进行家访，既是对学生进行关心和关爱的表示，也是提升教学效果的重要手段。在暑假期间，我参与了学生家庭的家访活动，并在其中获得了许多感悟和收获。

一、家访能够深入了解学生

家访是教师了解学生的重要途径之一。通过实地访问学生家庭，我们一方面能够了解他们的家庭教育、家庭环境与偏好，另一方面也能进一步了解学生的性格、内心世界、学习状态等。而这些信息对于我们制定更加合理的教育方式和教育目标都有着重大的意义。例如，我在其中了解到有些学生家庭比较单纯，不太注重孩子的课外活动，那么我就可以推荐他们去参加一些学科兴趣培训，以便开发他们的潜能。

二、家访能够增强交流与连接

家访不仅是老师了解学生的重要途径，也是与家长的交流与连接的重要方式。在家访过程中，我们坐在学生家庭中，面对面的交流，既能增进彼此的了解，也能够加强教师与家长的沟通。在家访中，家长可以充分表达对教育的想法和意见，我也可以及时的针对学生的学习情况，给出建议和意见。在这个过程中，我们能够帮助家长了解教育的点点滴滴，并与家长一起肩负起教育孩子的重任。

三、家访能够增强教师责任感

家访不仅仅是为了了解学生情况，更是为了提高教师责任感和使我们对工作更加认真负责。通过走访学生家庭，我们能够更加深刻的感受到教育的重要性，既能更好地了解学生，更能够激发我们教育孩子的责任感和使命感。在家访过程中，家长对孩子的期望也会使我们更加努力，不断提高我们的自我要求和教学水平，以便满足家长的需求和期望。

四、家访能够促进学生发展

在学生的成长过程中，教育的力量功不可没。而家访的实施，无疑能够为学生的全面发展提供有力保障。学生在家庭中受到的关爱和教育，以及家庭中的影响与体验都将影响到学生的一生。家访的实施，既能够促进学生的全面发展，同时也能够促进教师自身的发展。

五、家访能够为教育提供更多方式

家访的方法和效果已经证明了其重要性，未来期望教育系统能够更多的推广家访，让更多的学生受益。同时，我们也可以再家访的方式上做些创新，让更多的教育资源得到有效的利用。例如，我们可以引入“家长开放日”，当家长能在学校进行一次向老师“报告”的时候，也可以在家访中向家长透露学生在课堂上的表现，促进家长和学校更好地沟通。同时，家庭作业也可以经过教师的指导，让家长成为学生一起学习的伙伴，促进学生与家长之间的互动与交流。

总的来说，家访不仅能够让老师更加了解学生，也可以让家长更加了解教育，促进学生的全面发展。在教育问题日益突出的当下，家访作为一种特殊的教育形式，可以为我们教育工作者和社会带来更多的启示和思考。

**教师暑假培训心得体会三**

8月26日至30日，我校组织了xx年暑期师德学习活动。在这几天里我们学习了市教育局规定的《国家中长期教育改革和发展规划纲要》，并集中听取了吴副局长主讲的关于国家当前形势的分析主题报告，在这些日子的学习过程中，使我对教师这个职业和教师的师德素养有了更深一层的认识，一下是我这5天以来的暑假师德培训心得体会。

教师的道德是教师的灵魂，师德是教师职业理想的翅膀，教师的工作是神圣的，也是艰苦的，教书育人需要感情、时间、精力乃至全部心血的付出，这种付出要以强烈的使命感为基础。一个热爱教育事业的人，是要甘于寂寞，甘于辛劳的。就像本校的黄淑微老师和金燕燕老师一样，在班主任的位置上数十年如一日的默默耕耘。她们心系学生，勤勤恳恳的在自己的岗位做着简单却又繁琐的工作，这种忘我的崇高精神是我们每个教师都必须学习的，也是师德的首要条件。

在教育中，一切师德要求都基于教师的人格，因为师德的魅力主要从人格的特征中显示出来。教师是人类灵魂的塑造师，要想教人必须要知道怎样做人。教师只有以身作则、爱岗敬业才能起到人格感召的作用，培养出言行一致的人。

同时，教师的职业是一份特殊的职业，这个职业有苦也有乐，有得也有失。在教学过程中了解学生，建立民主平等、亲密的师生关系，做学生的良师益友是我们每个教师努力的方向。我们要明白：教师对学生的爱，是师德的核心。教师对学生的爱，是一种只讲付出不计回报的爱。这种爱是神圣的，是教师教育学生的感情基础。学生一旦体会到这种感情，就会亲其师，从而信其道，也正是在这个过程中，教育实现了其教书育人的功能。

师者，传道授业解惑。我们选择了教育事业，就要对自己的选择无怨无悔，尽心尽责地完成每一项教学任务。只有这样学生才能受到老师的影响而努力学习，不断进取。而体育教学是学校教育教学的一部分，其特殊性不仅仅在于它是一门身体力行，培养学生健康体魄的特殊学科，最主要的是随着新课程改革的深入，体育健教学不仅仅要使学生的身体得到锻炼，还要使学生的心理健康成长。身为体育教师，要在课堂教学中教给学生正确锻炼的方法，还要培养学生在学习与生活中遇到挫折时积极面对挫折，解决困难的能力。因此，我们不能因为社会或学校对体育这门学科的错误观念而忘记身为教师的责任，忽略自己的本职工作。

在20世纪的新时代，我们更深刻的体会到在科学和技术发展速度如此之快的背景下，如果不经常处于学习的状态，自身的知识结构和技能水平很快就会落后于课堂实践的要求。面对当今时代的发展，教师要走在时代和学生发展的前头。做到闻道在先术业有专攻，。因此，我们要勤于提高自己各方面的素质，在掌握专业知识的同时，深入研究教育学、心理学、教育方法等方面的知识，把教育理论的最新研究成果引入教学过程中，使教学的科学性和艺术性在我们的课堂上完整地统一起来。同时，要善于利用现代教育技术，恰当有效地选择教学方法和方式，直观形象地展示教学内容，使教学知识的传授与创新思想结合起来，培养学生的创新精神与创新能力。以创新求取的精神，积极开展教育和科学研究。在耕耘中拓展视野，在执教过程中提炼师艺，升华师德。

承然，教育工作是辛苦而单调的，每天都进行着大量的平凡琐碎的工作，日复一日年复一年的重复着备课、上课、管理班级等同样的事情。但一年树木，百年树人。为了这个远大的目标，我们会立足现今，着眼未来，以苦为乐，甘于寂寞，以各位先进教师为榜样，在教育教学的工作实践中，用高标准的师德观念，规范自身的行为，提高自身的素质，在平凡的岗位上，发挥出不平凡的力量。

**教师暑假培训心得体会四**

暑假是一年中教师们休息的季节，也是他们不断提高自身素质的宝贵时间。为了增强自己的书法水平，我利用这个暑假开始了练字的旅程。通过不断的磨砺和积累，我深刻体会到练字不仅是一种技能的训练，更是对心性和修养的磨练。以下是我在练字过程中的感受与体会。

首先，练字让我放慢了脚步，静下心来。在日常的工作中，由于忙碌和压力，我常常时刻处于急躁和焦虑之中。然而，在练字的时候，我不得不放下一切外在的干扰，全神贯注地投入其中。眼睛追随着笔画的轨迹，手指微微发颤，心态渐渐变得平静起来。练字的过程就像是一次冥想，让我放慢了脚步，体察自己内心的情绪，重新调整和平衡。

其次，练字让我对细节有了更多的敏感和把握。书法艺术的魅力之一在于它的细腻与严谨，要求练习者在每一笔、每一画的过程中都要精益求精。在练字的过程中，我逐渐培养了对字形的敏感性，通过不断地观察、比较和揣摩，我能更准确地掌握每个笔画的位置和力度，使字形更加工整美观。这种对细节的把握不仅有助于提高书法的水平，也对我的教学有了积极的影响，我更能关注学生们作业中的一丝一毫的改进空间，帮助他们进步。

第三，练字让我更加坚定了对美的追求。美是一个古老而广泛的概念，无论是自然的美还是人性的美，都蕴藏着十分深沉的哲学内涵。在练字的过程中，我深深体会到了对美的追求和欣赏的重要性。每一次写字之前，我都会给自己一点时间，欣赏一些优秀的书法作品，感受那种遒劲有力、纸上跃然生动的美感。这样的感受让我对于书法有了更加深入的认识，也让我在其他艺术形式中更加敏锐地寻找美的踪迹。

第四，练字让我更加珍惜时间的价值。在忙碌的工作中，我们经常抱怨自己没有足够的时间去做一些有意义的事情。而练字就像是为我打开了一扇窗户，看到了时间的真正价值。每一天，即使只有短短的半小时，我也坚持练字，这种持之以恒的努力不仅让我获得了书法方面的收获，更让我明白时间是可以被创造和利用的。人生短暂，如果我们把时间用在了自己喜欢的事情上，那么每一秒都是有价值的。

最后，练字让我更加富有了耐心和恒心。书法艺术需要刻苦的练习和不断的积累。通过一次又一次的错误和改正，我慢慢发现，只有耐心和恒心才能让我的字变得越来越好。这个过程并不是一蹴而就的，而是需要我一遍又一遍地揣摩和琢磨。通过练字锻炼的耐心和恒心也同样能够应用到我的教学中，帮助学生在学习过程中保持对知识的持久的热爱和耐心的探索。

通过这个暑假的练习，我深深地感受到了练字的重要性和价值。它不仅是一种技能的锻炼，更是对自身心性和修养的一次磨砺。在以后的教学生涯中，我将继续坚持练字，提高自己的书法水平，也希望能够通过自己的努力，启发更多的学生去追求他们感兴趣的事物，不断提高自身素质和能力。

**教师暑假培训心得体会五**

第一段：介绍教师暑假课堂的背景和意义（200字）

教师暑假课堂是指暑假期间为教师在职进修提供的专业课程。在传统观念中，教师暑假是休息放松的时光，然而，随着教育事业不断发展和更新，教师需要不断提升自身专业水平，才能更好地适应教育改革的要求。因此，教师暑假课堂应运而生，为教师提供了一个学习交流的平台，以便他们在暑假期间更新自己的知识和技能，为新学期的教学工作做好准备。

第二段：总结个人参加教师暑假课堂的体验和感受（300字）

作为一名参加教师暑假课堂的教师，我深刻体会到了这一机会给我带来的巨大收益。通过参加课堂，我不仅扩展了自己的知识面，还学到了许多实用的教学方法和技巧。例如，在语文课堂上，我学习了一种启发式教学的方法，通过引导学生主动思考和探究，提高他们的学习兴趣和能力。在数学课堂上，我学到了一种以问题为导向的教学模式，通过解决实际问题培养学生的数学思维和解决问题的能力。这些新的教学方法和理念使我在教学实践中更加灵活和高效。

第三段：分享与他人的交流和学习体验（300字）

在教师暑假课堂中，我还有幸结识了许多志同道合的教师朋友。通过与他们的交流和学习，我收获颇丰。他们来自不同的学校和年级，有不同的教学经验和教学风格。通过听取他们的分享，我了解到了许多教学上的新思路和新方法。例如，一位来自农村学校的教师介绍了她在乡村教学中的创新经验，通过拓宽学生的视野和培养学生的实践能力，让乡村教育变得更有活力和吸引力。这些交流和学习的经验让我深感教师的成长和进步需要与他人的交流和学习相辅相成。

第四段：反思个人在课堂中的不足和改进方向（200字）

虽然参加教师暑假课堂给我带来了很多收益，但我也发现了自己在课堂中的一些不足之处。首先，我意识到自己在课堂管理和学生激励方面还存在一些问题，需要更加注重培养学生的自主学习能力和学习兴趣。其次，我在教学设计方面还有待提高，需要更加注重课堂教学的立意和目标，确保每一堂课都能够真正地促进学生的学习。因此，我决定在新学期中加强相关方面的学习，提高自己的教学水平。

第五段：展望未来，总结全文（200字）

通过参加教师暑假课堂，我深刻认识到了不断学习和进取的重要性。作为一名教师，我们需要不断地更新自己的教学理念和教学方法，以适应教育改革的要求。虽然参加教师暑假课堂是一个短暂的经历，但我相信这对于我的教学事业来说是一个重要的契机。我将牢记所学所得，不断深化教学实践，为学生提供更好的教育服务。我期待着一个充满挑战和机遇的新学期。

**教师暑假培训心得体会六**

暑假期间读了李镇西老师写的《做最好的班主任》这本书，感受颇深。这本书是李镇西老师26年班主任工作经验和教育智慧的精华集萃，全方位的阐述了他的教育观，教师观，学生观，家长观，班级管理，学生思想工作，学生心理健康教育等的理念和实践。从这本书中让我深深体会到要构建和谐师生关系非常重要而且也要注意以下几点。

真诚关心和爱护学生，不仅在思想上，学习上，生活上等给予关心，而且要具体体现在实际行动上，我就让学生写《老师我想对你说》，把平时不敢当面跟老师说的话通过写的形式告诉老师，让老师更深入地了解自己的学习，生活和想法，使得学生更能感受到教师的亲切与平易近人。

小学生尽管年龄小，但他们也是感觉敏锐，有独立想法的个体。教师的为人，责任心和爱心，学识和教学能力水平，对学生的态度等，都会在平日的言行举止中传达给学生。教师付出的\'爱心和奉献，会得到学生的真情回报。

1，要热爱学生。

“教育不能没有爱，没有爱就没有教育”，爱是教育的灵魂。只有热爱学生，才能正确对待，宽容学生所犯的错误，才能耐心的去雕塑每一位学生。特别是对待班上的后进生，更要给他们多一些的爱。要经常找他们谈心，多发现他们的优点，及时地给予表扬，督促他们不断前进。

2，给学生以尊重。

尊重比热爱更为重要。因为给学生以尊重学生才能感受师生的平等，才能感受自尊的存在。一旦他们认为失去自尊他们就会失去向上的动力，精神的支柱，由此导致消沉。反之，他们就会获得向上的动力源泉。为此，我们要尊重学生的人格，意愿，隐私权等等，采用一切的方式肯定学生，赏识学生。

3，做学生的朋友，走进孩子内心

4，让学生当主人。

知识最终要靠学生自己去掌握，做人最终要学生自己去做。这就决定了学生的主体地位。因此应该让学生主动参与实践，学会自我教育，自我管理，自我成才，才能使学生的个性得到全面展示。

5，改变自己。

师生关系是对立统一的，教师处于矛盾的主要方面，在运动变化中起着主导作用。因此，构建良好的师生关系关键在于教师。作为教师首先应该结合自身的工作转变观念，加强自身修养，提高师德素养和教学能力，以高尚的品格和过硬的素质去感染学生，征服学生。很多教师就是因为这点让他们每到一个新的班级都会获得学生的一片欢呼。其次，应该做好角色的转换。在素质教育中教师不再是独奏者而应是伴奏者，舞台的中心应该是学生，教师的任务是激发学生学习的兴趣而不是学生的监督者。

**教师暑假培训心得体会七**

这个假期我们不但进行了远程培训还听取了2位专家的讲座我感觉自己提高很多。

首先我认为教师必须有高尚的品德。教师职业的最大特点是培养、塑造新一代，自己的道德品质将直接影响下一代的成长。在教育活动过程中，教师既要把丰富的科学文化知识传授给学生，又要用自己的高尚人格影响学生、感化学生，使学生的身心健康地成长发展。因而教师必须要有高尚的思想境界，纯洁美好的心灵。在工作中，教师要安贫乐教，甘于奉献。必须耐得住寂寞，受得住挫折，将自己的所有精力全身心地投入到教学实践中去，正如著名教育家陶行知所说的“捧得一颗心来，不带半根草去”。

新的世纪，新的形势向我们提出了更新更高的要求，所以作为教师应做好充分准备，转变理念 ，迎接挑战。我们己经进入了知识经济时代，网络时代，今天的知识就是明天的经济。这就给培养人才的教师提出了新的要求，教育要进一步注重对学生创新和实践能力的培养，要进一步接受以人为本的理念，进一步从“以教师为中心”向“以学生为中心，以教育为中心，以学习为中心”方面转变等等。尤其要注重自身素质的不断提高。并做到两个转变，一是由经验型向科研型转变，二是由技能型向艺术型的转变。在“和谐、互动、探索、创新”的基本教学模式中不断钻研摸索，逐步形成自己独特的教学风格，迎接 “课改”。 过去有句形象的话，要给学生一杯水，教师必须有一桶水。

而在今天仅有一桶水的观念是不够的，要有一缸水，一江水，常新的水。教师除了在自己所教专业方面要做到“知得深”外，还要对其它学科和领域的知识“知得广”。大家都知道，二十一世纪是一个信息化的时代，我们的学生要学会学习。而我们，再也不能只以教育者的身份出现，而应教学相长，在学会工作的同时，也要学会学习，加强自己各方面的素质，不断地给自己增添燃料，储备能量，使自己不断完善，充实自我，必须形成终身教育的观念，只有这样，才能自信地面对学生。在21世纪的教学过程中，教给学生科学的思考方法将比简单的传授知识更重要，方法可以使学生受用终身，也可以使学生在某种程度上超过教师。\"在本世纪，传统的师生关系将发生变化。教师将更多的在思维方式与知识的导向性上给学生以指点。教育不能再象以往那样，只会知乎者也，再也不是灌输，不是表演，是以学生发展为本，让学生学会学习，学会创造，学会共同生活，学会审美，形成可持续发展的教育 。

其次每一个学生都有属于他们自己的天地、成长于不同的环境，拥有不同的个性，这是要成为优秀教师必须知道的非常重要的基石，永远不要看到一个侧面就觉得了解一个人的全部，而对学生做出不客观的评价。我们应尽量多关心他们，从而达到进一步的了解，以实现了如指掌的境界。有的孩子在学校非常内向，在家里却活泼外向，老师就要不厌其烦的引导学生在学校也走向活泼开朗。同时我们也要充满爱心，要懂得原谅，要学会用另一种眼光看待学生，尽量发现他们的闪光点，多表扬、少批评。古语道：“人之初，性本善”，即使他们犯了不可原谅的错误，我们也要从本质出发，相信他们是善良的，对他们进行教育和引导。

回头看看自己很多时候：抱怨工作的繁杂，抱怨学生的不懂事，抱怨生活中的许多不如意，抱怨社会中的许多不公平，有用吗?没用!所以希望在以后的生活中：少一分抱怨，多一份理解，少一分埋怨，多一份宽容!不论在什么时候都要：善待他人，发展自己!

**教师暑假培训心得体会八**

为期三天的规范汉字书写培训活动结束了，三天的时间里，虽然辛苦点儿，但是很充实，很快乐，在充实快乐中我也不断成长着。

在这次培训中，日照师范学校语文高级讲师刘祥海老师为我们作了《规范汉字硬笔书写》的讲座。在讲座中，刘老师结合自己的练字心得和授课经验，从基本笔画入手，结合汉字结构特点，给我们在座的老师们讲述了硬笔书法的基本常识，并生动地演示了硬笔书法的起笔.运笔.收笔和回笔。边讲解边示范地教我们掌握正确的执笔姿势.讲解汉字的八种基本笔画的书写要领，不同结构的汉字书写规律。培训中，刘老师还总结了教师书写中存在的普遍问题，并提出了有效的练字方法，要求我们每一位教师动手.动脑相结合练字。除此之外还向我们介绍了关于粉笔字与钢笔字书写运笔的问题，听了刘老师的讲座，让我耳目一新，受益匪浅，使我深刻的意识到硬笔书法对于教师的重要性。下面浅谈一下我自己在这次培训学习的一点心得体会：

一、练字要有一丝不苟，持之以恒的精神。

培训中，我不仅被刘老师高超的书写技能所深深地打动，更是被他那种持之以恒的精神.追求卓越的精神所深深地感动。长久以来，总觉得自己的时间和精力有限，练字没能坚持下来。通过这次培训，我体会到了练字的快乐。今后我将学习刘老师的那种坚持不懈.持之以恒的练字精神，并把它落实到实际行动中去。

二、充分发挥老师的榜样作用。

罗.阿谢姆说过：“一个榜样胜过书上二十条教诲。”老师以身作则，做出榜样，对于学生来说就是无声的引导。老师的字体能潜移默化的影响着学生的字体，因此不论平常上课的板书中，还是书法课上，老师都要认真的书写每一个字，起到示范带头作用，这样长期下去，学生的写字水平也会有很大的提升。

三、让学生养成提笔即是练字的好习惯。

人们常说：“文如其人，字如其人。”这是因为字写得如何往往能反映出一个人的学识.性格.气质.风度等。因此，上好写字课对于培养学生养成良好的写字习惯非常重要。听了刘老师的讲座，我才深刻的意识到教师的责任与义务，教师要不断的提醒学生运用书法知识，并注意教师的示范作用，从而不断增强学生“提笔即是练字”的书法意识，这样就能养成一种良好的练字习惯：不管什么情况下，只要一提起笔，就要一笔一画地写，认认真真的写，把每个汉字写得端正美观大方。

总之，这次培训对于我来说是充实的，快乐的，在快乐中不断成长着，我成长，我快乐!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn