# 军训的自我评价(大全10篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2024-07-26

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。军训的自我评价篇一军训是大学生活中...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**军训的自我评价篇一**

军训是大学生活中一段难忘的经历。我作为一名大学新生，在刚刚过去的军训中收获颇多。通过这段时间的锻炼、学习和观察，我深刻体会到了军训的重要性，并且自己也有了一些成长和变化。以下是我对军训的心得体会，并对此给出一份自我评价。

首先，军训让我明白了纪律的重要性。年轻的我们通常自由自在，不喜欢受束缚，而军训恰恰要求我们要严守纪律。从早上的集合操练，到下午的军事理论课，再到晚上的音乐排练，我们每一天都要严格遵守时间和规定。当我第一次迟到时，教官严肃地警告了我，并告诉我迟到是对他人时间的不尊重。从此以后，我每天都会提前几分钟到达训练场地，以免再次迟到。这段经历让我深刻明白，纪律对一个集体的重要性，只有每个人都严格遵守纪律，才能使整个集体更加有序、高效。

其次，军训让我明白了合作的重要性。在整个军训过程中，我们在各种任务和训练中都需要团队合作。比如，我们一起组织、协调、执行各种训练任务，相互帮助和配合。尤其是在军事理论课上，我们常常需要进行小组合作，一起讨论、分析和解决问题。通过这些活动，我发现只有团队合作，才能取得更好的成果。每个人都能为集体出谋划策，发挥自己的优势，才能完成更好的任务。这让我明白到，团队的力量是非常伟大的，只有相互合作、相互支持，才能实现更大的目标。

再次，军训让我明白了自律的重要性。在军训过程中，我们要执行各种训练任务，需要自己做好时间安排，明确目标，自觉按时完成任务。有时候，我们需要自己锻炼身体，每天坚持跑步。在完成各项任务之余，我们还需要自我约束，保持良好的生活习惯和作息规律。这个过程让我明白，只有自律，才能提高效率，才能更好地掌握自己的时间和精力，才能保持对目标的坚持和追求。

最后，军训让我明白了毅力和坚持的重要性。在军训过程中，我们遇到了各种艰难和困难。有时候，天气非常炎热，我们要忍受阳光暴晒；有时候，训练内容非常繁重，我们要面对体力和精神上的压力；有时候，任务失败了，我们要承受挫折和失望。然而，正是在这些困难和挑战中，我学会了坚持和毅力。无论是面对身体的疲惫，还是面对训练中的困难，我都努力坚持下来，并且最终获得了一点点的进步。这段经历让我明白，只有坚持不懈，才能战胜困难，才能取得真正的成功。

总的来说，军训是一次锻炼意志和培养能力的过程。通过这段时间的锻炼，我学会了遵守纪律，合作团队，自律自制，坚持不懈。通过自我评价，我认为自己在这次军训中取得了一定的进步，但还有很大的提升空间。我希望通过自我评价的指导，不断完善自己，将这次军训的经验应用到日常学习和生活中，不断提升自己的综合素质和能力。

**军训的自我评价篇二**

经过近一个月的军训，我收获了很多，进步很大。也让我看到了大学正在向我敞开大门。这第一堂课也让我认识了很多朋友。在未来的大学日子里，我们应该互相帮助，一起好好学习，获得更多的知识。对于这次军训，我也要评价一下。

其实之前对军训还是挺期待的，但是真正的训练开始的早结束了，现在特别怀念。可以说我的思想发生了很大的变化，但是这些都让我意识到了一个自己的改变，也更加懂得了在思想上不放弃，坚持的重要性。不管有多难，我们其实都能做到，只要我们愿意克服这些困难，做出改变。只要坚持下去，团结在一起，一起努力，互相打气，一起做一件事。我们在军训中也取得了一些成绩，和其他班级一起唱歌时也受到了表扬，这让我们的团结更加活跃。思维的转变也让我明白了大学不能荒废。以前以为高考完了，就可以放松了，可是真的来到了大学。

身体上，发生了很多变化。以前，我不太喜欢运动。虽然我的体质不算太差，但也不算好。经过近一个月的军训，我也有了很多改变，身体变得更加结实，体重也减轻了。对我自己来说，做一些运动容易多了，这让我意识到这些对我自己来说其实是很好的锻炼。军训给我带来了身体上的变化，让我更有精力去面对学习。以后也能让我知道如何把时间分配到学习和运动上，不断提升自己，进一步提升自己的能力，更加健康。

虽然军训结束了，但我从军训中所获得的东西将永远在我的大学里帮助我。让我好好学习，坚持不懈，面对困难，永不放弃。我们将共同努力寻找解决办法。同时也会积极锻炼身体，让自己更有精神面对学业压力。特别感谢指导老师这几天的教导，让我们真的成长了太多。

半个月的军训时间是短暂的，但留给我的记忆是永恒的。短暂的军训时间已经结束。在这段时间里，我学到了很多，成长了很多，也更有信心开始我的四年大学生活。下面是我对军训时期的自我评价。

在思想上，我对军训这件事做了很多改变。还没开始军训的时候，我就很期待。我对大学军训有什么期待？会和以前的高中不一样吗？这个时候对军训很好奇。真正开始军训的时候，因为环境因素和天气原因，我很期待军训早点结束。我觉得半个月真的很长，时间像蜗牛一样爬行，让我在军训的时候感到无比的痛苦。但是，当军训结束，教官离开的时候，心里有一种深深的悲伤。他们舍不得教官，舍不得军训的时间，会觉得自己会永远记得这半个月的军训日。这些思想上的转变让我明白了军训对我的影响是很大的，我也渐渐明白这只是一个开始。以前以为高考完了就轻松了，现在才知道大学生活才刚刚开始。

身体上，经过半个月的军训，我的身体有了很大的变化。以前不爱运动，也不怎么出门，身体素质不太好。经过半个月的训练，我发现我的身体变得更好更强壮了，不容易生病了，这是一个显著的变化。这些变化让我觉得运动并没有想象中那么难以接受。为了自己的`健康，大学四年，我可以有一个健康的身体，有更好的精力去学习更多的知识。我想我会开始运动，也会平衡运动和学习时间，让身体变得更好。

虽然军训已经结束，但是我在军训中所学到的东西将会产生深远的影响，使我能够更好地投入到大学四年的学习和生活中。我也会努力学习，做任何事都要有执着的信念，不能半途而废。在军训中学到的东西，自己会一直记着，也会运用到自己的生活和学习中，让自己充分的过好接下来的大学时光。我很感激这次军训给我带来的收获。我想我会永远记得这次军训。这半个月将是我大学生活中一段珍贵的回忆。

伴随着我们的成长与进步，军训作为一个老朋友一直陪伴着我们走在接受高等教育的路上。而每一次都会带来更艰难、更难忘的挑战。

**军训的自我评价篇三**

通过

军训

，我懂得了自制、自爱、自理和自强，而不让父母扶着走。我要让我所走过的每条路，都留下我自己的足迹。我已经长大了，有必要去经受风雨的洗礼，在实实在在的生活和学习中，认识自己，提高自己，完善自己。这样我的路才会越走越远，眼前才会展现出壮美的未来，只有这样我们才会充实，才会感受到幸福。

短短的十五天军训，不知不觉中竟已到了尾声。回眸十五天中的我，似乎每一天都在蜕变，每一天都在成长……看着今天被阳光烤得炙热的跑道上一个个整齐的方阵，所有人都可以骄傲的说：这是由我们的努力换来的！尽管大家的皮肤是一天比一天黑，尽管身上的衣服被汗水湿透了一遍又一遍，尽管操场上的蚊虫总是肆意地围绕着大家转，尽管……可没有一个人放弃！每一个人为了不因自己而拖累整个集体都不敢有半点偷懒，尽管军训内容确实乏味，可为了这个“家”，即使再苦再累，也要熬下去，就让挥洒的汗水在阳光的照射下显现出充满青春团结的光芒！

经过这次军队化训练，不但是我们身体更加的强壮，是我们更加的能吃苦耐劳，而且使我们真正了解到人们子弟兵的艰辛与伟大的奉献精神，同时也认识国家国防建设的必要性。她让我懂得了，面对困难，只要你自己相信你能行，你就一定行。接下来的大学日子，我将更加的努力，严格要求自己，将来更好的报答祖国！

共

2

页，当前第

2

页

1

2

**军训的自我评价篇四**

范文一：

暑假终于过去了，渴望已久的大学生涯也随之而来，在开端大学生涯的同时，首先要迎来军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，克服自我，锤炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，教官一遍遍耐烦地领导取代了严格的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵响亮的口号声，更有我们那响亮的军营歌曲。

在汗水中磨练坚韧更能培养胜利：而在泪水中换来的保持总有一天会随时光消失。像军人那样，我阅历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。虽然清楚明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清楚。生涯中有许多艰苦是我想出来的。只要我有刚强的意志，坚定的信心，就必定能克服自己。

在军训进程中，我欢笑过，流泪过。今天，我阅历风雨，蒙受磨练。 明天，我迎接壮丽的彩虹。苦，我爱护现在的甜。累，我体验到超越体力极限的快感。军训，让我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的.阳光大道，首创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无限的毅力。练转身，体现了人类活泼迅速的思维，更体现了集体主义的巨大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的尽力，就不可能有一个完全的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地领会到了团结的力气，合作的力气，以及团队精力的主要，我信任，它将使我毕生受益，无论在哪个岗位上。

在自己的人生路上，也应当印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥

泞

、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去探索、去行进！

范文二：

短短的20天大学军训中，让我感到军人的辛劳，军人的军姿是如何训练回来的。不是凭空就生出来的。

在这20天里，我们在教官的领导和监视下认真地完成每一天的训练义务，我们每天都喊着同样的口号。

做着同样的义务，虽然很累，虽然很ku苦，但是我们都相处很好，才短短20天，让我和其他同窗们情感增添了不少。

有一句话说的好， 有难同当，有福同享， 所以在难见真情在这里艰难的训练大家都咬着牙保持下来， 在这里我想向大家说声：

我们是最棒的，以后生涯我们会更加漂亮！

**军训的自我评价篇五**

太阳很热，但它锻炼了我们的毅力。严格的军训，却让我们成为了一名合格的大学生！在我来到大学之前，我从来没有真正了解过我的生活，我也不知道我是一个什么样的学生。如今，在这所大学的军训中，我们在艰苦的训练中彻底褪去了自己繁琐的.“外衣”，真正认识了自己，进一步提升了自己。现在，我将自我认同我的感受和经历如下：

军训从10月份开始，持续了二十多天。一开始总觉得自己“坚持不下去了”。虽然开学后已是九月，但天气依然酷热难耐。军训第一天，我们就已经让很多同学筋疲力尽了。但是我们的导师老师一直在身边鼓励我们，同学也一直在坚持。这给了我们内心很大的动力，我们继续坚持。

如今，转眼20多天过去了，曾经不可能完成的任务已经圆满完成。对比自己的过去和现在，感觉自己的身体素质有了很大的提高，心智和意志也变得更加坚强了！这是我这次军训的改变，也是我自己的成长！

训练期间还练习了军训的各种基本动作。从立正、稍息到后来更复杂的正步、跑步，虽然训练越来越难，要求越来越严格，但我们团队一直坚持互相帮助、互相支持，让队员们顺利完成军训要求，切实做到“不抛弃、不放弃”。

在这段经历中，我接受了身边很多同学的帮助和建议，也为团队贡献了自己的努力和热情。我觉得通过军训，我们建立了强大的友谊和团队精神，以及积极的团队责任感和荣誉感。相信这份感情会让我们在以后的校园生活中坚持这份团结，一起把xx班建设得更好！

军训期间，每天的训练和生活都异常充实。转眼间，20多天的时间渐渐走到了尽头。现在我已经成为了一名真正的大学生，但是我已经完成了大学的第一次学习！我相信，经过军训的风风雨雨，无论未来我们面对怎样的艰难困苦，都阻挡不了我的前进。

**军训的自我评价篇六**

暑假终于过去了，渴望已久的大学生涯也随之而来，在开端大学生涯的同时，首先要迎来军训。

在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，克服自我，锤炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，教官一遍遍耐烦地领导取代了严格的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵响亮的口号声，更有我们那响亮的军营歌曲。

在汗水中磨练坚韧更能培养胜利：而在泪水中换来的保持总有一天会随时光消失。像军人那样，我阅历铁一样的坚韧，磨练钢一样的意志。虽然清楚明天还是一个迷，但坚韧的心能将明天看的更清楚。生涯中有许多艰苦是我想出来的。只要我有刚强的意志，坚定的信心，就必定能克服自己。

在军训进程中，我欢笑过，流泪过。今天，我阅历风雨，蒙受磨练。 明天，我迎接壮丽的彩虹。苦，我爱护现在的甜。累，我体验到超越体力极限的快感。军训，让我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去 踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，首创一片自己的天空来。

站军姿，给了我无限的毅力。练转身，体现了人类活泼迅速的思维，更体现了集体主义的巨大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的尽力，就不可能有 一个完全的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地领会到了团结的力气，合作的力气，以及团队精力的主要，我信任，它将使我毕生受益，无论在哪个 岗位上。

在自己的人生路上，也应当印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去探索、去行进!

在军训的日子里，我们有喜.有泪.有欢.有苦.。军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，军训自我评价。

却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。日日夜夜如熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

随着军训的推进，渐渐喜欢上了这个团结而又亲切的团体。渐渐喜欢上了严肃而又不失幽默的教官，渐渐喜欢上了认真而又负责的老师……多想这种生活可以一直持续下去呀，可毕竟军训时只是我们生活中一个小片段，可这个小片段让我学会如何去面对挫折，如何再以后的路上走的更坚定，如何让我打造属于自己的一片天空。

**军训的自我评价篇七**

短短的20天大学军训中，让我感到军人的辛劳，军人的军姿是如何训练回来的。不是凭空就生出来的\'。

在这20天里，我们在教官的领导和监视下认真地完成每一天的训练义务，我们每天都喊着同样的口号。做着同样的义务，虽然很累，虽然很ku苦，但是我们都相处很好，才短短20天，让我和其他同窗们情感增添了不少。有一句话说的好，有难同当，有福同享，所以在难见真情在这里艰难的训练大家都咬着牙保持下来，在这里我想向大家说声：我们是最棒的，以后生涯我们会更加漂亮！

**军训的自我评价篇八**

在这高温的炎夏，我们来到一个偏僻的训练基地参加军训，没有很好的睡床，没有可口的伙食，也没有父母呵 护照 顾。我们要面临的是一个艰苦的训练，在这过程中，我们有欢笑，我们有泪水，我们也有爱，酸甜苦辣全都在其中!

在军训中，很苦很累，但这是一种人生必须经历的体验，挑战自我的历练，锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，但是依然在烈日酷暑下的曝晒，教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。操练场上不仅有我们参差不齐的步伐，也有我们阵阵的口号声，更有我们那嘹亮的军旅歌声。

在艰辛中磨练出坚韧更能造就成功：而用泪花换来的坚持总会随历练出的坚强与时间消逝.最后像军人那样，我要历练成为铁一样般的坚韧，磨练钢一样的意志.虽然明白明天，明天毕竟太有深度，对我而言还是一个迷，但坚韧的心能将明天坎坷之路踏平出一条阳光大道.生活中有许多困难是我无法预想出来的.但是只要我有坚强的意志，坚定的信念，我就一定相信能战胜自己.

在军训过程中，我开怀过，伤感过.今天，我接受风雨，承受磨练。 明天，我迎接绚丽的彩虹。苦，让我知道珍惜现在的甜。累，让我切身体会到超出体力极限的快感。军训，让我懂得了怎样去应付挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的碧海蓝天。

限时站军姿，极大的历练了我的毅力。练转身，更是考验和锻炼了活跃敏捷的思维，更展现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

会到军中纪律的严肃，作为战士真的不易，这些收获将使我终生受益，它将激励着我以后更加努力地学习，争取以后做一个对社会有价值的人!很感谢教官的辛苦训练,也谢谢学校的安排.我会以新的姿态面对以后的生活。

**军训的自我评价篇九**

疲惫而又刺激的军训生活在我们整齐划一的阅兵中渐渐落下帷幕。在这x天的训练中，有汗水，有抱怨，有崩溃，甚至有泪水，但与此相比，我觉得我收获了更多的成长，这是难能可贵的，一种自我体验，一种自我突破。

军训正式开始前，听说这几天会很辛苦，身边的人也告诉自己要做好心理准备。其实我还是有点紧张，但更多的是期待。毕竟是新学期新阶段，对周围的一切还是充满了好奇，所以当时我就像打了“鸡血”一样告诉自己，一切都会好的！于是我带着这种兴奋走进了训练场。

如果从整体上评价自己的表现，我觉得是一个从落后到有耐心，最后完全跟上训练节奏的\'战胜自己的过程。军训第一天，我们就被烈日烤焦了。x分钟的军姿是我们从未经历过的痛苦，动作看似简单，但要想到位就没那么容易了，因为我们的要求是完美，教官对我们要求极其严格。这也让我渐渐觉得，如果整个军训坚持下来，似乎没有想象中那么容易，第一天就掉队了。教官给我们做x军姿训练的时候，我还是说了两个字“报告”。说实话，我的计划里不允许自己有这样的情况，但是已经发生了。我对自己说，后悔是没有用的。我一定要保证骨干在接下来的训练中绝不掉队！

调整好状态后，在接下来几天的训练中，我选择了向前看，永不低头。过了几天，我的耐力明显提高了，感觉好像可以适应这样的训练强度了。所以在每一个动作的完成上，我都给自己定下了更高的标准，保证了自己完成的质量。在我的不断努力下，我成功入选了队里的标兵，走在了队里的前列。对我来说，这是一种至高无上的荣耀，也是对自己的鞭策。我时刻提醒自己，任何时候都不能放松，因为这个时候，我的状态代表着整个党队，我们为之争光！这是我的职责！在宣布军训结束的那一刻，我觉得松了一口气，但心里更多的是不舍。虽然训练生活很苦，但我们都得到了不同程度的成长，这才是这次军训的真正意义。

对于这次军训中的表现，我对自己的评价还是不错的。虽然我顺利完成了军训任务，但我仍然认为我需要改正和进步。在以后的生活中，我会不断提醒自己，要努力尽快提升自己的性格！

**军训的自我评价篇十**

时光荏苒，转眼间，初二已经成为过去，我们将进入初三的生活。很多人说初三是灰色的。为了让我们为高三和中考做好充分的准备，一天半的军训成了我们高三学习的第一课。

在这个闷热的八月，烈日不再温暖，而是炙热，但每个学生都是顶着烈日来学校军训的。甚至有些身体不适的同学还坚持和大家一起训练。

第一，听完讲座，我们让汗水肆无忌惮的往下滴，但我们还是保持了应有的坐姿。然后我们去操场训练。我们在操场上都兴致勃勃，似乎一点也没有被闷热的天气所打扰。

每听到一声“立正”。稍息“训练中，我们认真完成了队列训练中的各种姿势。虽然在这个过程中，有同学摔倒了，但是没有人因此而放弃，为了两个字——坚持！

虽然没有橄榄色制服，但是青春活泼的脸是我们的经典。虽然没有凉爽的天气，但充满活力的脸是我们的颜色。操场上的空空气散发着自信和拼搏的气息。操场上的点点滴滴都震撼着我们的心。

我们不可能永远胜利，我们只想尝到苦后的甜；我们没有强壮的身体，只想跌倒后再站起来；我们不可能永远相依，只是想在这最后的一年里共进退；人生不可能一帆风顺，但我们只需要在遇到困难的时候坚持不懈...这是我们每个人的心愿！

人只有在挫折中才能成熟，在困难中才能坚强。当所有不必要的悲伤都在不经意间流露出来的时候，我们小心翼翼地拾起那些断断续续的梦，揉在怀里，用真诚和汗水寻找自己的坐标。但人生漫长而曲折。我们需要的不仅仅是梦想、虔诚和汗水，更需要勇气、信心和坚持！

就算路边开满了花，流连忘返，驻足不前，一醉方休，也是一场梦。忘不了的是绽放着青春色彩的军训剪影，像不凋谢的花朵，成为记忆中永恒的画面。

一排排队伍像大树一样矗立在草坪上，一声声口令在每一个学员中响亮地回荡。密码变了，阵型也变了。这是军事训练，是有组织的活动。

军训是一种考验、磨炼、成熟的活动。童年军训纯粹是游戏；十几岁军训只是一种锻炼；大学里的军训就完全不一样了，性质也升华了。大学十二天的军训，教会了我太多的人生哲理，但让我感触最深的只有一句话。没有付出，就没有收获。军训之后，我真正感受到了它的内涵。

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