

禁烟的演讲稿到分钟 禁烟控烟演讲稿禁烟控烟讲话稿(汇总5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

禁烟的演讲稿到分钟篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好。今天我演讲的题目是《拒绝烟草，对生命负责》有的火炬点燃凝聚的激情，有的火炬却即将燃尽你的生命。烟草就是后者的典型代表。据世界卫生组织统计，烟草的危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一。

据统计，香烟中的有害物质有20__多种，最主要的有害物质是焦油和一氧化碳，其中的成瘾物质是尼古丁。美国环境保护局在1992年就将香烟列为“一级致癌物”，而吸二手烟的危害比吸“一手烟”要高6倍。有80%的肺癌，75%的慢性阻塞性疾病和25%的冠心病均与吸烟有关。全球每年约有500万人死于与吸烟有关的疾病；中国每天有两千人因吸烟而致病死亡，每年近100万。据医学研究表明，吸烟对青少年的危害比成年人更大。青少年正处在身体迅速成长发育的阶段，对各种有毒物质的吸收比成年人要容易。对骨骼发育、神经系统和呼吸系统都有一定程度的影响，长期吸烟会导致注意力下降，同时还会降低人的智力水平、学习效率和工作效率，还有可能使青少年养成不良的生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

作为新时代的中学生，我们有充分的理由拒绝烟草。这既是对自己负责，也是对身边的人负责，对生命负责，对社会的负责！我校已经开展集中治理吸烟的活动，希望全体同学积极行动起来，向吸烟说“不”，共建无烟校园。校团委向全体同学发出以下倡议：

一、从自身做起，更新观念，增强自控能力，抵制烟草诱惑，自觉摒弃吸烟陋习，严禁在校园内外吸烟。

二、从身边做起，投入到戒烟活动中，积极学习和宣传吸烟有害健康的常识，劝阻吸烟，共建无烟校园。

三、从家庭做起，主动向亲友宣传吸烟的危害，规劝父母及亲朋好友拒绝烟草，珍爱生命。

四、加强体育锻炼，积极参加各种有益活动，培养健康的身体和健全的人格，提高自身素质。

为了让我们的生命更洁净，让我们行动起来，共同拒绝烟草。没有烟雾的空气会更加清新，没有烟草的生命会更加绚烂！

禁烟的演讲稿到分钟篇二

老师，同学们：

大家下午好！

“清洁空气，拒吸二手烟”是21世纪的第一个“世界无烟日”的主题，值得令人深思。

二手烟，也称为环境烟草烟，也就是指吸烟的人所呼出的气体和香烟本身燃烧时的烟雾的俗称。二手烟中包含4000多种物质，其中包括40多种致癌物质，吸进体内，亦可能和氡气的衰变产物混合一起，对人体健康造成更大的伤害。美国最

新一份研究报告指出,被动吸烟即吸“二手烟”比原先外界所知道的还要危险,在吸烟者吐出来的烟雾中,烟焦油和烟碱的含量,比吸烟者本人吸入的有害物质多出1—50倍。

“二手烟”危害猛于虎。据统计,目前我国被动吸烟的人数已经达到6亿人。其中有2亿人为未成年人。他们尽管自己不吸烟,但却无奈地吸入别人吐出来的、夹有大量卷烟毒性物质的空气。

有人认为只要通风好,在室内吸烟,对别人没什么影响。这种观点是错误的。烟草烟雾是发散、滞留在墙壁、沙发、地毯、家具的有害微粒(可吸入颗粒物),它包含有重金属、致癌物、放射物质,吸烟者的衣服、皮肤、头发也都有残留。这些可吸入颗粒物可滞留数小时、数天甚至数月,不会随风而散。所以,单纯的开窗通风是没用的。所以请每一位吸烟者,请不要在别人面前吸烟,每一位不吸烟者都要有勇气和责任向吸烟者说:请到室外吸烟。

被动吸烟是一个重大的公共卫生问题,在我们的校园,有个别学生躲在厕所、寝室等地方偷着吸烟的现象也时有发生。学校为大家着想也对这些同学进行了批评教育。希望吸烟的同学到吸烟区吸烟,最好是努力战胜自己,早日戒烟成功。同时也希望大家引以为鉴,杜绝吸烟。

从全球范围看,公共场所禁烟时代已经悄然来临。截至2007年5月底,《烟草控制框架公约》缔约方共有147个国家,占世界总人口的80%左右。2006年1月9日,此公约在我国也已正式生效,2011年,我国已经对公众提供防止接触烟草烟雾的普遍保护。未来,“无烟城市”的打造会让我们生活的环境更加健康。

作为新时代的大学生。我们要时刻警惕吸烟的危害,坚决拒绝吸第一支烟,坚决拒绝吸二手烟,切实做好禁烟的宣传者和实践者,为把我校建设成为无烟学校、和谐校园而努力!

禁烟的演讲稿到分钟篇三

尊敬的各位领导, 评委, 亲爱的黄埔学子:

大家晚上好!

“香烟随风飘, 戒烟莫忘掉”是我今天演讲的主题. 侯同锁整理

我亲爱的同学们, 吸烟的黄埔兄弟们, 你们有没有搞清楚自己吸烟的真正原因? 有的出于公共社交的需要, 有的为了减轻心理压力, 而现在的我们则是为了追求时髦. 而这种所谓的时髦是无形杀手, 时刻危害着自己, 影响他人.

今天, 我们为了爸爸妈妈, 为了他人, 更为了自己, 像戒烟成功的美国总统奥巴马一样, 从现在开始, 把烟戒掉吧! 兄弟们, 我相信你们, 记住我, 记住今天, 从现在开始戒烟吧.

让香烟随风飘去, 跨过我们的黄埔大学, 从此之后, 向我们黄埔兄弟姐妹们说再见! 发扬爱国, 崇德, 团结, 奋进的黄埔精神.

爱国——为祖国栋梁打下基础, 让香烟远离祖国;

崇德——念父母, 为他人, 远离香烟;

团结——手牵手, 心连心, 共同戒掉香烟;

奋进——把我们黄埔打下建造成绿色, 文明, 健康的校园!

同学们, 行动吧! 我的演讲完毕, 谢谢大家.

禁烟的演讲稿到分钟篇四

尊敬的各位领导，评委，亲爱的xx学子：

大家晚上好！

“香烟随风飘，戒烟莫忘掉”是我今天演讲的主题.侯同锁整理

我亲爱的同学们，吸烟的xx兄弟们，你们有没有搞清楚自己吸烟的真正原因?有的出于公共社交的需要，有的为了减轻心理压力，而现在的我们则是为了追求时髦.而这种所谓的时髦是无形杀手，时刻危害着自己，影响他人.

今天，我们为了爸爸妈妈，为了他人，更为了自己，像戒烟成功的美国总统奥巴马一样，从现在开始，把烟戒掉吧!兄弟们，我相信你们，记住我，记住今天，从现在开始戒烟吧.

爱国——为祖国栋梁打下基础，让香烟远离祖国；

崇德——念父母，为他人，远离香烟；

团结——手牵手，心连心，共同戒掉香烟；

奋进——把我们打下建造成绿色，文明，健康的校园！

同学们，行动吧!我的演讲完毕，谢谢大家.

禁烟的演讲稿到分钟篇五

老师，同学们：

大家下午好！

“清洁空气，拒吸二手烟”是21世纪的第一个“世界无烟日”的主题，值得令人深思。

二手烟，也称为环境烟草烟，也就是指吸烟的人所呼出的气体和香烟本身燃烧时的烟雾的俗称。二手烟中包含4000多种物质，其中包括40多种致癌物质，吸进体内，亦可能和氡气的衰变产物混合一起，对人体健康造成更大的伤害。美国最新一份研究报告指出，被动吸烟即吸“二手烟”比原先外界所知道的还要危险，在吸烟者吐出来的烟雾中，烟焦油和烟碱的含量，比吸烟者本人吸入的有害物质多出1—50倍。

“二手烟”危害猛于虎。据统计，目前我国被动吸烟的人数已经达到6亿人。其中有2亿人为未成年人。他们尽管自己不吸烟，但却无奈地吸入别人吐出来的、夹有大量卷烟毒性物质的空气。

有人认为只要通风好，在室内吸烟，对别人没什么影响。这种观点是错误的。烟草烟雾是发散、滞留在墙壁、沙发、地毯、家具的有害微粒(可吸入颗粒物)，它包含有重金属、致癌物、放射物质，吸烟者的衣服、皮肤、头发也都有残留。这些可吸入颗粒物可滞留数小时、数天甚至数月，不会随风而散。所以，单纯的开窗通风是没用的。所以请每一位吸烟者，请不要在别人面前吸烟，每一位不吸烟者都要有勇气和责任向吸烟者说：请到室外吸烟。

被动吸烟是一个重大的公共卫生问题，在我们的校园，有个别学生躲在厕所、寝室等地方偷着吸烟的现象也时有发生。学校为大家着想也对这些同学进行了批评教育。希望吸烟的同学到吸烟区吸烟，最好是努力战胜自己，早日戒烟成功。同时也希望大家引以为鉴，杜绝吸烟。

作为新时代的大学生。我们要时刻警惕吸烟的危害，坚决拒绝吸第一支烟，坚决拒绝吸二手烟，切实做好禁烟的宣传者和实践者，为把我校建设成为无烟学校、和谐校园而努力！