

无烟班会演讲稿(实用5篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

无烟班会演讲稿篇一

早上好！

今天国旗下讲话的主题是《拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代》。

5月31日，是世界卫生组织发起的第二十五个世界无烟日。为进一步提高全社会对吸烟危害的认识，营造无烟、清洁、健康的工作环境和公共环境，做好履行《烟草控制框架公约》工作，卫生部、全国爱国卫生运动委员会近日通知要求开展第二十个世界无烟日活动。2012年世界无烟日主题是“xxx”旨在提高公众对被动吸烟和环境烟草烟雾危害的认识，号召公众积极参与创建无烟环境，营造健康清新的工作环境和公共环境，免除吸烟和被动吸烟给人类带来的健康危害。

吸烟有害健康，戒烟、不吸烟是我们养成健康生活习惯，调节健康心态，建设健康环境，建立健康人际关系的重要内容。特别是青少年学生是祖国的未来，民族的希望，青少年在学习和生活中存在的吸烟等不良习惯和行为，直接影响构建和谐社会的进程。

青少年正处在生长发育阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大，绝不能轻易让烟雾来吞噬你们聪明的大脑、影响正常的生长发育。据报载，一支香烟的尼古丁足以杀死一只老鼠，多么可怕的事实！医学实验证明，大量吸

烟会影响到人体的所有器官和细胞组织，导致各种疾病的产生，诸如慢性气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为全世界的共识。

从另一个方面讲，不吸烟不仅有益于健康，也是一种高尚公共卫生道德的体现。21世纪应该是一个文明健康的世纪，我们要为21世纪创造一个洁净健康的环境。为了提高社会文明程度，保障人民身体健康，提倡社会公德意识，养成良好的生活卫生习惯，最大限度的减少吸烟造成的危害，努力争创文明校园、绿色校园，我们倡议：

- 1、教师首先戒烟、不吸烟以为人师表的示范作用，教育学生拒吸第一支烟，不做吸烟的新一代，远离香烟，努力营造不吸烟的育人环境。
- 2、今天下午校队会课，在全校同学中，开展“拒吸第一支烟，做不吸烟的新一代”签名活动，坚决拒吸第一支烟。
- 3、全校师生要积极参与家庭和社区控烟宣传工作，广泛宣传控烟的有关法律规定和吸烟有害健康的卫生知识，自觉遵守公共场所禁止吸烟的法规，带头不吸烟，并劝阻他人不吸烟。
- 4、鼓励监督身边的同学、亲人、朋友戒烟。

禁止吸烟，控制烟害是世界的潮流，是现代文明的体现！远离香烟、拒绝烟草是我们的心声，更应是我们的行动；拒绝吸烟，创造和谐的校园环境是全体师生共同的责任，抵制第一支烟的诱惑更要从青少年学生抓起。让我们一起努力，为营造和谐的校园环境，为创建无烟校园、创建文明校园贡献我们的力量！

无烟班会演讲稿篇二

大家好！

吸烟已经成为我们青少年生活中常见的现象。相信大家都知道烟草的危害，香烟是世界上最严重的公共卫生问题之一，也是危害人类健康的一个危险因素。

目前超过13亿人在吸烟，每年造成近500万人死亡。为此联合国世界卫生组织建议将5月31日作为第一个世界无烟日，每年开展这个活动，目的是为了警醒吸烟有害健康，呼吁人们放弃吸烟，创造一个健康的生活环境。

“烟草现在是世界第二大杀手，”世界卫生组织在一份声明中说。吸烟造成的危害比非典更严重。如果照目前的趋势继续下去，到2020年，吸烟每年将导致1000万人过早死亡。

既然烟草有如此可怕的危害，为什么那么多人吸烟呢？分析的主要原因有两个：第一，烟草中含有的尼古丁容易上瘾，使人依赖它，不易戒除；另一个原因是，大多数人还没有把吸烟看作是一种有害于他人和自己的丑陋恶习。

相反，他们认为这是一个非常有尊严和聪明的事。因此，吸烟人口就像滚雪球一样越滚越大，越来越依赖它。

吸烟不仅在社会上广泛认为是对身体有害的事情，而且是一种奢侈和昂贵的消费，是现阶段虚荣心强的青年人追求的潮流。觉得所谓吸出品牌，就能吸引异性目光，说白了就是耍酷。

但是你没有想过你的父母，为了一个家庭的生计，他们工作多么努力！为你需要拼命赚多少钱啊！

吸烟患者大多有不良的健康习惯，如随意咳嗽、随地吐痰等，会影响城市文明，破坏环境卫生，传播病毒，造成不良行为习惯。

青少年吸烟的危害比想象中还要大，不仅会导致很多疾病，

还会影响骨骼生长，这是由于青少年正处于快速发展阶段，身体各个器官系统还不成熟，难以抵抗各种有毒物质，烟毒是更深层次的破坏，它甚至可以导致过早衰老。

吸烟还可能导致青少年形成不良习惯，诱发不良行为，甚至导致犯罪。

为了我们自己的健康，为了祖国的未来，我们呼吁青少年自觉远离香烟，并劝说吸烟的朋友和亲人们尽量戒烟，毕竟，没有烟的空气会更清新，没有烟的人生会更绚烂！

谢谢大家！

无烟班会演讲稿篇三

早上好！我今天在国旗下演讲的主题是“远离烟草，珍爱生命”。

5月31日是世界卫生组织发起的第xx届世界无烟日。为了进一步提高社会对吸烟的危害的认识。

创建一个无烟，清洁和健康的工作环境和公共环境，做好履行《烟草控制框架公约》，卫生部和全国爱国卫生运动委员会最近要求开展第xx世界无烟日活动。

旨在提高公众意识到被动吸烟的危害和环境烟草烟雾的认识，并呼吁公众积极参与创造一个无烟的环境，创造一个新鲜的，健康的工作环境和公共环境，免除吸烟和被动吸烟给人类带来的健康危害。

吸烟有害健康。戒烟和不吸烟对于我们养成健康的生活习惯、调节心态、营造健康的环境和建立健康的人际关系是很重要的。

特别是青年学生是祖国的未来，是民族的希望，吸烟等不良习惯和行为存在于青年的学习和生活中，直接影响着构建和谐社会的进程。

青少年正处于成长和发展阶段，对有毒有害物质比成年人更容易吸收，毒害作用更大。

绝对不能轻易地让烟雾吞噬你聪明的大脑，影响正常的生长发育。据报道，香烟中的尼古丁足以杀死一只老鼠，这是多么可怕的事实啊！

医学实验表明，大量的香烟影响人体的所有器官和组织，导致各种疾病，如慢性支气管炎、肺气肿和肺癌等，吸烟有害健康已成为世界共识。

另一方面，不吸烟不仅对健康有益，而且是一种高尚的公共卫生道德的体现。21世纪应该是文明健康的世纪。我们必须为21世纪创造一个清洁健康的环境。

为提高社会文明水平，保护人民健康，提高社会公共道德意识，养成良好的生活卫生习惯，尽量减少吸烟带来的危害，努力建设文明校园和绿色校园，我们提出：

- 1、教师首先要戒烟和不吸烟来示范教师的表率作用。鼓励学生拒绝第一根香烟，不吸烟的新一代，远离香烟，并努力创造一个无烟的环境。
- 2、今天下午，校队将举行一次班集体活动，并在全校开展“拒绝第一根烟，做不吸烟的新一代”的签名活动。
- 3、所有老师和学生都应该积极参与家庭和社区控烟宣传工作，广泛宣传相关法律法规对烟草控制和健康吸烟有害健康的知识，自觉遵守规定在公共场所禁止吸烟，带头不吸烟，劝阻别人吸烟。

拒绝吸烟，创造和谐的校园环境是全体师生的共同责任。抵制第一根香烟的诱惑必须从青少年身上消除。让我们共同努力，为创造和谐的校园环境，创造无烟校园，创造文明校园做出贡献！

无烟班会演讲稿篇四

亲爱的老师和同学们：

早上好！

今天我在国旗下演讲的题目是“建设无烟学校，构建和谐校园”。

相信大家都知道“吸烟有害健康”和“吸烟有害无益”。一支小香烟含有数千种化合物，包括焦油、尼古丁、一氧化碳和其他有害物质。焦油含有数十种致癌物质，尼古丁是一种会上瘾的毒药。长期吸烟容易引起心血管疾病，直接削弱心脏的收缩力，损害脑细胞，导致记忆力下降、头痛、失眠等。世界卫生组织报告称，80%的肺癌、75%的慢性阻塞性疾病和25%的冠心病都与吸烟有关。全球每年约有500万人死于与吸烟相关的疾病；中国每天约有2000人死于吸烟，每年有近80万人死亡。近年来，吸烟、癌症和艾滋病的危害被列为危害人类健康的三大敌人。以上数据触目惊心，我们呼吁：请珍爱生命，远离香烟！

为贯彻落实《江苏省教育厅、卫生部关于进一步加强江苏省学校控烟工作的意见》，响应市、区教育局关于建立无烟学校的通知精神，进一步保障师生身心健康，努力营造无烟、清洁、健康的学习、工作、生活环境。在此，我们提议为所有教师和学生创建一所“无烟学校”：

一、从自我做起，自觉拒绝烟草，树立吸烟有害自己和他人健康的观念，培养良好的健康习惯和文明的生活方式。

二、从校园出发，学校教职工要以身作则，带头不吸烟，积极帮助周围吸烟的同事和同学戒烟，倡导和形成人人都能主动说服他人、老师和家长戒烟的良好习惯，推广无烟办公室、教室和宿舍，共同努力创建无烟校园，营造健康和谐的校园环境。

三、从家庭做起，主动向亲友宣传吸烟的危害，把无烟学校精神带回家，创建和谐文明的无烟家庭。

老师们，同学们，健康是家庭最大的幸福，健康是给亲朋好友最好的礼物。为了自己和他人的健康，为了创建“无烟学校”，为了创造更美好的未来，让我们从今天开始，拒绝吸烟，抽二手烟。让我们齐心协力，积极自觉地加入“无烟”活动。

无烟班会演讲稿篇五

大家好！

今天国旗下讲话的题目是《健康生活令》。

小小一支烟，危害万万千。大家知道吗？吸烟已经被列为世界迄今所面临的最大公共卫生威胁之一。那些看似惬意放松的“吞云吐雾”，其实正悄悄地吞噬着抽烟者和身边人的身体健康。

吸烟给少年儿童造成的危害尤为严重。将“世界无烟日”定在每年国际儿童节的前一天，就是为了提醒人们加倍关注烟草对少年儿童的危害。

同学们，对于身边那些吸烟者以及各种吸烟现象，我们应该如何对待呢？不妨帮助他们制定一个健身计划，和他们一起参加各种体育运动，强身健体，陶冶情操；帮助他们制定一份绿色食谱，培养健康的饮食习惯，让健康食品代替尼古丁；帮助

他们制定一个行动公约，及时而礼貌地制止各种吸烟行为，共同营造文明的绿色生活环境远离烟草危害，引领健康生活。

同学们，让我们从现在开始，学习更多的健康常识，向更多的人普及吸烟的危害性，争取更大的力量，为童年生活营造一片绿色、健康的“无烟区”。