

# 禁止吸烟的英语演讲 校园禁烟演讲稿禁烟演讲(大全9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 禁止吸烟的英语演讲篇一

大家好！

然而，烟草商们说：“我们生产的烟是给那些没有知识的人，年轻的人和愚蠢的人吸的。”我国是世界上最大的香烟生产国，也是最大的香烟消费国。全世界三分之一以上的香烟是由中国人一口一口吸掉的。而在我国的烟民中，青少年又占了很大的一部分。对青少年来说，吸烟的危害远比想象中大得多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。这是因为青少年正处于身体迅速成长发育的阶段，身体的各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质的抵抗力不强，受烟雾的毒害也就更深，甚至会导致早衰，早亡。吸烟还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。反吸烟已成为我国迫在眉睫的当务之急。为此，我国政府提出了在今后25年中，将我国的烟民总数减少1.1亿的总体目标。所有为了积极响应政府的号召，更为了我们自己的健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟的亲友尽量戒烟。毕竟，香烟对我们有害无益；毕竟，没有烟雾的空气会更加清新，没有烟草的生命会更加绚烂！

珍爱生命健康成长

生命是宝贵的，每个人都只有一次，她不像财富能失而复得，也

不像离离原上草周而复始。我们要珍爱生命，珍惜现在的生活，让生命之花绚丽多彩。

深夜，一个大哥哥还坐在电脑前玩游戏，嘴里不停地发出：“真刺激啊-----”那神情多么专注，忘记了时间，忘记了明天还要上班，忘记了周围的一切。忽然，一本书掉到了地上，“啪”的一声，把他惊动了，一抬头，发现已经是凌晨两点，这才恋恋不舍地关掉电脑。

不久前，我听说xx中学有一位大姐姐从楼上跳下来，除此之外，我也经常听到有的人因为一些小事离家出走。事情发生后，他们的亲人伤心欲绝，痛不欲生。据我所知，这些人这样做并不是因为发生了什么大事情，只是一些极小的事。让我们来想想看，为什么会这样呢？我想有可能是因为他们平时骄纵惯了，想干什么就干什么，这次没得到满足，或是他们有什么心里话无法向别人诉说，一时想不开才会这样的。同样的，他们也是在摧残生命。

我觉得养成良好的行为习惯非常重要。每个人制定一张作息时间表，按时作息。平时，抽出一定时间进行运动，运动能增强我们的体质，锻炼我们的意志。多看一些好书，书能陶冶我们的情操，开阔我们的视野，让我们健康成长。看见好吃的东西，要适可而止，不图一时之快酿成大错，遇到解决不了的事情，不要憋在心里，可以找同学、爸妈、老师诉说，多与他们谈心，保持快乐的心情。

让我们养成良好的习惯，健康的生活方式，珍爱生命，珍惜生活，健康成长，真正接过上一辈手中的接力棒，担负起建设祖国的重任。

## **禁止吸烟的英语演讲篇二**

大家早上好！

今天我要讲话的题目是《吸烟有害健康》。

我们都知道香烟盒上都标有“吸烟有害健康”的字眼，但多数人还是选择了无视它，甚至对烟草趋之若鹜！学生吸烟，在我校只是少数人的问题。但是学校却一再重拳出击，厉行禁烟，逼得少数小烟民们苦不堪言！他们三五成群，东躲西藏，和老师“打游击”，打一枪换一个地方，不怕熏，不怕黑，不怕臭。为了过一把烟瘾，他们一会儿躲进厕所，一会儿藏进街边小卖部，一会儿躲进宿舍，个别同学甚至躲到被子里。

学校为何要这般的为难这些小烟民们呢？烟草究竟有多大危害呢？

世界卫生组织称烟草危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一，人类健康所面临的最大危险因素。目前全球烟民总量已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人。为此，1987年11月联合国世界卫生组织建议将1988年4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年5月31日。开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康生存环境。

据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只小白鼠，而约一包香烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了50——70毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约5000种化合物，都是导致癌症的元凶。

既然烟草有如此可怕危害，为什么有众多人吸烟呢？

分析其原因主要有两个：一烟草中所含尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因大多数人还没有把吸烟看成一个丑陋，既害人又害己的恶习。相反，认为这是一件很有派头，很潇洒的事情。因此，吸烟人群像滚雪球

一样越滚越大，人们对它依赖也越来越强。

我国是世界上最大香烟生产国，也是最大香烟消费国。全世界三分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大得多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。这是因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深，甚至可以导致早衰，早亡。吸烟还可能使青少年养成不良生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

为了我们自己的健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟亲友尽量戒烟。毕竟，香烟对我们有害无益；毕竟，没有烟雾空气会更加清新，没有烟草生命会更加绚烂！

我的讲话完毕，谢谢大家！

## 禁止吸烟的英语演讲篇三

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。

## 禁止吸烟的英语演讲篇四

大家好！

首先问大家一个问题，大家知道为什么我们要反对吸烟吗？现在我就来谈谈吸烟对我们的危害。

首先，吸烟影响个人形象。对于这一点，同学们可以注意观察你身边吸烟的人，他们大都牙齿被烟熏黄，并且口臭，常常大声咳嗽，随地吐痰，他们的脸色大都昏暗无光。这些都严重影响了个人形象与社会交往。

其次，如果你一点都不在意，而且你的烟龄很长，下面就更为可怕了，那就是吸烟会导致肺癌、喉癌、口腔癌等多种癌症。也会导致心血管病、慢性支气管炎、肺气肿、肠溃疡等很多疾病。吸烟几乎损害了人体全部的重要器官。全世界每年因吸烟死亡达250万人之多，烟是人类第一杀手。自觉养成不吸烟的个人卫生习惯，不仅有益于健康，而且也是一种高尚公共卫生道德的体现。在吸烟的房间里，尤其是冬天门窗紧闭的环境里，室内不仅充满了人体呼出的二氧化碳，还有

吸烟者呼出的一氧化碳，会使人感到头痛、倦怠，工作效率下降，更为严重的是在吸烟者吐出来的冷烟雾中，烟焦油和烟碱的含量比吸烟者吸入的热烟含量多1倍，苯并芘多2倍，一氧化碳多4倍，氨多50倍。

有资料表明，长期吸烟者的肺癌发病率比不吸烟者高10—20倍，喉癌发病率高6—10倍，冠心病发病率高2—3倍。循环系统发病率高3倍，气管炎发病率高2—8倍。有人调查了1000个家庭，发现吸烟家庭16岁以下的儿童患呼吸道疾病的比不吸烟家庭为多。

第三，吸烟伤害无辜，为什么要这样说呢？根据美国医学研究人员发表的研究报告指出：被动吸烟俗称二手烟，在人体吸烟所呼出的气体中，含有大量的尼古丁，焦油等物质，据研究，一支香烟所含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟所含尼古丁能毒死一头牛，而且尼古丁等有毒物质大多处于吸烟所呼出的气体中。所以被动吸烟者的病率比直接吸烟者高出很多。5岁以下儿童，在不吸烟家庭，33.5%有呼吸道症状，而吸烟家庭却有44.5%有呼吸道症状。吸烟害己害人，应该自觉养成不吸烟的良好卫生习惯。大家能够关注消防安全，珍爱生命，不要玩火，学会保护自己。世界上什么东西最宝贵？毫无疑问，是人的生命！每个人来到这个美丽的地球上，都是幸运的。短短的一生，只要生命不息，都可以尽情享受到新鲜的空气、温暖的阳光，享受到亲人的关爱、老师的呵护，享受到日新月异的生活，憧憬一个又一个美好的希望。

因此，禁止吸烟不仅是一个卫生问题，而且也是一个社会问题。联合国确定每年5月31日为全球戒烟日，世界卫生组织把吸烟看成二十世纪的瘟疫。为了祖国的未来，每一个人都有责任保护下一代的健康；为了祖国的未来，我们青少年应该珍惜自己的身体，珍惜自己的年华，不要再吸烟了。

为了我们自身健康，也为了他人健康，让我们远离香烟，让

我们校园的空气更加清新吧！

我的演讲结束，谢谢大家。

## 禁止吸烟的英语演讲篇五

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

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。

## 禁止吸烟的英语演讲篇六

相信每一个人都知道，烟草的危害是当今世界最严重的公共卫生问题之一，是人类健康所面临的最大危险因素。目前全球烟民的总数已突破13亿人，每年因吸烟致死近500万人。为此，1987年11月联合国世界卫生组织将1988年4月7日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年的5月31日。开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康的生存环境。

那么烟草究竟成多大危害呢？

据研究，一支香烟里所含的尼古丁可毒死一只老鼠，而约一

包香烟中的尼古丁能毒死一头牛，每天吸一包香烟，相当于吸入了50-70毫克的尼古丁。如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生的约5000种化合物，都是导致癌症的元凶。

既然烟草有如此可怕的危害，为什么有众多的人吸烟呢？分析其原因主要有两个，一是烟草中所含的尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因是大多数人还没有把吸烟看成是一个丑陋的、既害人又害己的恶习。相反，认为这是一件很有派头，很潇洒的事情。因此，吸烟的人群像滚雪球那样越滚越大，人们对它的依赖也越来越强。

我国是世界上最大的香烟生产国，也是最大的香烟消费国。全世界三分之一以上的香烟是由中国人一口一口吸掉的。而在我国的烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟的危害远比想象中大多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼的生长发育。这是因为青少年正处于身体迅速成长发育的阶段，身体的各器官发育还不成熟，对各种有毒物质的抵抗力不强，受烟雾的毒害也就越深，甚至可以导致早衰、早亡。吸烟还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。反吸烟已成为我国迫在眉睫的当务之急。为此，我国政府提出了在今后的20年中将我国的烟民总数减少1.1亿的总体目标。

亲爱的同学们，为了积极响应政府的号召，更为了我们自己的健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟的亲友尽量戒烟。因为香烟对我们有害无益；更因为没有烟雾的空气会更加清新，没有烟草的生命会更加绚烂。

## 禁止吸烟的英语演讲篇七

大家好！

我是叶施云，来自502班。我呢，虽然在老师面前是一个有点



胆小的女生，但是我和周边同学还是处得不错的。我们经常能互帮互助，不管是男生还是女生。除此之外，我的书法也写得不错，在校内和校外都学了好几年的字，而且考出了六级，今年准备冲刺7级。我觉得，这对于今后的帮助应该是非常大的。

在英语方面，我是很有自信的，我的每次成绩最少能达到90分以上。另外，我还在外面学了三年多的英语，目前已经升到新概念1—2了。这对于我的视、听、说水平是非常重要的，也大大增加了我的词汇量。每次默写单词，我几乎都能写全对。就在上一次第一单元所有单词默写中，三颗星（最高也是三颗星）呢。在家中，我都会花上25分钟左右的时间来流利地朗读课文。有空时我还会看带有英文的书，爸爸说这能提高我的英语水平。遇到不懂的还可以翻开英文字典查看注释。以上几点，大大地增强了我的语法知识。

对于作业，我都是很及时地上交，回到家后只有朗读课文就行了。有时看到课代表迟迟没有发本子时或组织同学听写单词时，总会一个劲儿地催他。

如果我当上了英语课代表，一定会仔细检查同学上交作业中的错误，让他们及时改正。也会把他们不准确的发音，尽我所能地纠正。同学遇到不理解的阅读题目，我也会在确定答案的情况下，跟他们进行分析。总之，我会配合各项工作，尽到我的职责，并及时地搬发本子，和老师报告上交作业的情况。

我相信我一定能胜任的！请大家给我一次机会吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## **禁止吸烟的英语演讲篇八**

吸烟就是一个慢性自杀，在此我向大家呼吁！

众所周知，烟草的公共卫生灾难，已经被世界所公认。《20xx年中国吸烟与健康报告》所揭示的中国烟草危害，更是触目惊心。WHO估计全世界有500万人死于吸烟导致的肺癌，其中有100万人发生在中国，远远超过中国矿难死亡人口的总和。烟草已经成为中国人民健康的主要杀手。可以毫不夸张的说，烟草已经成为全球最大的卫生灾难，在中国这一灾难还在加剧！

5月31日是第x个世界无烟日，可是无烟的日子仍然遥不可及。卫生部履行《烟草控制框架公约》领导小组办公室今天公布的数据显示，我国是世界上烟民最多的国家，有3.5亿人喜好享受吞云吐雾的感觉，并因此制造了5.4亿被动吸烟者，其中15岁以下儿童有1.8亿。履约办提供的20xx年中国控制吸烟报告说，我国每年死于被动吸烟的人数超过10万，每一个凋零的生命就是一条拒绝被动吸烟的重要理由。因此卫生部呼吁立法控烟。

这一系列数字确实让人感到触目惊心，同时也让我们意识到亟待立法控烟！

控烟，在中国遇到的阻力，也不仅仅来自烟草生产厂家，更多的来自当前的控烟体制。我国市场经济尚不发达，在国民经济和财政收入中，烟草是块肥肉，烟草行业举足轻重，烟草维持着数以百万计的烟农的生计，并在卷烟生产和流通过程中为社会提供了大量的就业机会。因此在控烟的过程中，许多地方政府及其相关部门，也确实面临着两难的选择。一方面，政府充当着控烟者的角色；另一方面，又充当着鼓励扩大，烟草生产的角色！还有政府官员在公开场合说禁烟影响社会稳定之类危言耸听的话！

从这一点可以看出，没有足够的经费支持和强有力的法律保障，单靠道德和良知的控烟结果是完全可以预见的。虽然说控烟在我国有困境和阻力，但是也有好的转机。

第四，美国巨富身份的纽约市市长县布鲁格捐出了1.25亿美金巨款，用于推动全球控烟工作。该款的首要使用地区便是中国，这对中国开展控烟工作而言可说是至关重要的大力投入和及时甘雨了。

从这四点来看，目前我国控烟工作还是有着良好的契机的，这时候我们要是再出台相关的法律法规，加强控烟的立法和行政措施，为削减烟害拟定方案，付诸实施，控烟工作一定会有很大的进展。

抽烟带了的疾病和死亡，正一步一步威胁着我们人类，因此控烟刻不容缓！强烈支持卫生部立法控烟的呼吁！

让我们一起创建无烟环境，享受健康生活。迅速离开吸烟的统治，摆脱烟这个病魔。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 禁止吸烟的英语演讲篇九

大家早上好！在这里演讲是我的荣幸，我很高兴与你分享我的话题。那么今天我想谈谈哪个更重要，时间或金钱。有些人常说：“金钱比时间更重要。”他们认为如果人们有钱。他们可以买衣服，食物，饮料，房屋、汽车、电脑等等。但我不这么认为。

因为当时间走了，我们不能把它弄回来。但是我们可以继续赚更多的钱。

我们可以利用时间来赚钱。但是我们不能用金钱来获得时间。失去的财富也许被行业所取代。失去了知识的学习。失去的健康通过节制或药物恢复，但失去的时间一去不复返。

我不能浪费我的时间赚钱。所以我认为时间比金钱更重要。我们必须充分利用我们的时间去学习和工作。每一刻在历史

上是一个短暂的时间, 珍贵而独特。

学生, 你热爱生命吗那么, 别浪费时间, 因为生命是由时间组成的。人生很长, 如果你知道如何使用它。让我们节省我们的时间。

好的, 谢谢你的倾听, 仅此而已