

2023年传销危害演讲稿三分钟(大全5篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？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。

传销危害演讲稿三分钟篇一

（一）何谓“早恋”。我们先来看一下何谓“早恋”？所谓“早恋”，顾名思义就是过早的恋爱。中学生谈恋爱属于早恋，主要原因是因其经济、生活尚未独立。爱情并不象我们有些同学想的那样不食人间烟火，是“空中楼阁”，它需要经济上独立，生活上自立而且有能力承担责任，而承担爱情的责任对我们中学生来说还为时过早。再者就是一个人其人生每个阶段都有其任务，中学阶段的我们主要任务就是充实自己，为自己下一个人生阶段打好基础。而恋爱是结婚的准备，是我们在经济和生活都独立后的人生任务。饭要一口一口的吃，同样人生也要一步一步的走，你们说是吗？如果苹果还未成熟就过早的将其摘下来，那么我们便永远无法欣赏它熟透后的醉人的清香。

1、早恋危害中学生的身心健康。首先，从中学生的身体健康方面来看，由于早恋，往往使同学们陷入情网之中不能自拔，将大部分时间花在谈恋爱上，因而忽视了体育锻炼。中学阶段正是同学们长身体的时候，随着身体各器官的发育，要求有相应的体育锻炼，否则，很容易发生心音微弱、供血不足、头晕等疾病。早恋的同学由于缺乏体育活动，所以发生这种疾病的人数远远高于其他同学。另一方面，由于早恋的同学情绪不够稳定，好冲动，易动感情，自控力较差，常常会产生焦虑、烦躁、疑惑、嫉妒等不良情绪。在这些情绪的影响下，很容易产生食欲不振、浑身无力、头晕恶心等症状，久

而久之，会出现消化道疾病、低血糖症状等疾患。再从中学生的心理角度看，早恋的同学都有一个极其复杂的心理过程，其间既有欣喜，也有百思不解、难以倾诉的苦闷。这些同学的恋爱承受着家长、教师的压力，同学们的“白眼”，恋人的挑剔和故意的非难，这一切使得心理承受力本来就差的同学无法保持正常稳定的情绪。同时，早恋的中学生课后很难与恋人见面，但又抑制不住对对方的思念，这时，有的往往会耽于幻想，在幻想中寻求慰藉，得到满足。随后萌发厌倦生活的念头；有的学生则将社会的道德、责任抛到一边。由于这些痛苦的心境和不健康思想的存在，使得这些中学生的道德感、人生价值观和世界观受到严重扭曲。

2、早恋对中学生的学习干扰极大。早恋对中学生的学习影响极大。成千上万的实例告诉我们，沉湎于早恋的同学多数都是沿着“感情直线上升，成绩直线下降”的轨迹运动的。然而，有些向往或陷入早恋的中学生却认为只要热恋的两个人志同道合，就不会影响学习。他们甚至概括出一个所谓“男+女=两个人的合力”的公式来。大量事实表明，这种看法是幼稚、糊涂、错误的。这是因为中学生的早恋不光是风和日丽的春天，也有寒风刺骨的冬季；在早恋的小河中常常会波澜叠起，漩涡环生——早恋的中学生时常要经受嫉妒和失败的折磨！这一切对于涉世不深、意志薄弱、情感易于冲动的中学生本来就是一种“超负荷”运载。在早恋的沉重的几乎要压垮全部稚嫩心灵的超负荷运载下，无心学习，成绩下降，是十分自然的，也是屡见不鲜的。

说了一句不礼貌的话，做出了一个不雅的举动而丧失理智，大打出手，甚至聚众斗殴，以显示自己的本事，以至违法犯罪。另一方面，中学生恋爱还需要有物质上的消费，但他们的经济依赖于父母或他人，自己还不能自立，在从初恋到结婚的一段“马拉松”式的恋爱期间，需要相当的一笔金钱花费。而父母所能提供的一点零花钱又往往满足不了需要。这样中学生就容易误入歧途，诱发偷和抢的念头，最后锒铛入狱。

以上我们谈了中学生早恋的后果，大家千万要切记：“早恋，是一枚包着糖衣的苦果！”。

传销危害演讲稿三分钟篇二

面对香喷喷的烧烤、油炸食品，面对小摊上花花绿绿糖果、辣片……。你是不是经常驻足观望，垂涎三尺，你是不是经常掏出口袋里的钱买一些解馋呢，在校门口，我经常发现有些同学津津有味地吃着油炸臭豆腐；我还亲眼看见有些同学吃方便面、面包随手丢的垃圾屡见不鲜，学校地上纸屑“遍地开花”，零食包装袋随风飘扬，严重影响了校园环境。

- 1、坚决杜绝垃圾食品，尽量不吃零食。
- 2、远离油炸食品，以及小摊上的烧烤等不卫生食品。
- 3、见了废纸、垃圾弯弯腰，主动捡起。
- 4、合理使用零花钱，让零花钱为我们的学习服务。

同学们：我们正处在生长发育的黄金阶段，为了自己的健康，为了能更好地学习，让我们一起行动起来，远离垃圾食品，这样我们的校园更加清洁美丽，我们的身体也将更加健康强壮。

传销危害演讲稿三分钟篇三

大家晚上好！

“香烟随风飘，戒烟莫忘掉”是我今天演讲的主题。

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。

传销危害演讲稿三分钟篇四

大家好，今天我们要给大家介绍的是《吸烟有害健康》

吸烟有一定的社会性，在社交中具有一定的社会功能，但同时又可能诱发多种疾病，对个体健康危害极大。也正由于如此，现在戒烟越来越受欢迎，比如现在用k-smoker办法戒烟的人就非常多了。据世界卫生组织调查，在工业发达的国家中有四分之一的癌症者，吸烟的占90%；死于支气管炎的，吸烟的占75%；死于心肌梗塞者，吸烟的占25%。吸烟不但给本人带来危害，而且还殃及子女，有学者对5200个孕妇进行调查分析，结果发现其丈夫每天吸烟的数量与胎儿产前的死亡率和先天畸形儿的出生率成正比。父亲不吸烟的，子女先天畸形的比率为0.8%；父亲每天吸烟1~10支的其比率为1.4%；每天

吸烟10支以上的比率为2.1%。孕妇本人吸烟数量的多少，也直接影响到婴儿出生前后的死亡率。例如，每天吸烟不足一包的，婴儿死亡危险率为20%；每天吸烟一包以上的，婴儿死亡危险率为35%以上。同时吸烟作为一种成瘾性行为，也有一定的精神卫生问题。男性：烟草中尼古丁有抑制性激素分泌及杀伤精子的作用。同时烟草毒素可阻碍精子和卵子的结合，大大降低了妇女的受孕机会。最新研究发现吸烟还会导致阳痿。女性：烟草更易影响生理，会出现月经紊乱、流产、绝经提前等症状，并使绝经后的骨质疏松症状更加严重。

世界卫生组织的报告表明，吸烟对人类的危害是多方面的，主要导致哮喘、肺炎、肺癌、高血压、心脏病和生殖发育等。其中，二手烟对被动吸烟者的危害一点也不比主动吸烟者轻，特别是对少年儿童的危害尤其严重。愈早开始抽烟的人，其患病的机率愈大。吸烟开始年龄与肺癌死亡率呈负相关。吸烟损害大脑，使智力受到影响。在烟草的烟雾中，一氧化碳含量很高。吸入人体后，与血液中的血红蛋白结合成碳氧血红蛋白，使血红蛋白不能正常地与氧结合成氧合血红蛋白，因而失去携氧的功能。此外，一氧化碳与血红蛋白结合力要比氧气大260倍，而从碳氧血红蛋白中离解出一氧化碳的速度又比从氧合血红蛋白中分离出氧的速度慢得多。由于人的大脑对氧的需要量大，对缺氧十分敏感，因此，吸多了烟就会感到精力不集中，甚至出现头痛、头昏现象。久之，大脑就要受到损害，使思维变得迟钝，记忆力减退。这样，必然会影响学习和工作，使学生的学习成绩下降。烟草中的尼古丁是一种神经毒素，主要侵害人的神经系统。一些吸烟者在主观上感觉吸烟可以解除疲劳、振作精神等，这是神经系统的一过性兴奋，实际上是尼古丁引起的欣快感。兴奋后的神经系统随即出现抑制。所以，吸烟后神经肌肉反应的灵敏度和精确度均下降。

有些人吸烟会引起头晕，恶心，面色发黄等症状，严重者甚至站立不稳等。原因大约有三点，尼古丁中毒，缺氧及过敏症状。尼古丁中毒主要由于吸烟过量导致，通常是老烟枪面

对的问题，情况严重时甚至会猝死或引发心脏病等；而对于吸烟新手来说由于吸烟导致吸入一氧化碳，从而引起大脑缺氧，应及时呼吸新鲜空气严重时吸氧；而有些人对于香烟中含有的尼古丁与烟焦油等成分有过敏反应，就算吸入量不是很大也会有很严重的反应，因个人体质而异，最好及时就医。综上所述，还是不要抽烟比较好。

大家一定不要因为好奇而去尝试着吸烟，也希望更多的吸烟者可以努力把烟戒掉。我们的演讲结束了，谢谢大家！

传销危害演讲稿三分钟篇五

大家上午好！

今天，我的演讲题目是“关爱生命，远离垃圾食品”。

近期，我在放学的时候，经常发现很多同学一出校门便奔向门口的小卖部，不一会儿，一个个手中便出现了一袋袋的“战利品”，一边迫不及待的往嘴里塞一边愉快的聊着天，感觉“美味极了”！再说说我们的午托部，一些同学仗着爸妈不在身边，经常挑食、不吃饭。然后趁着午托老师不注意跑去街边小店买一些所谓的“极好吃食品”，什么“米线”呀，“肉饼”呀，“辣条”呀等等。更嚣张的是他们不仅睡前吃，躺在床上还偷吃，午托老师拦都拦不住。我好奇的问他们这些东西什么味道的，真有那么好吃么？他们的神情告诉我，这个东西确实十分的“美味”。

相信大家都看过有关“辣条”生产的新闻、图片。辣条，“出生”在一个狭小昏暗的空间，它们躺在肮脏的、冰凉的地上，工作人员总是光着脚在它们身上肆意“践踏”，老鼠、苍蝇经常在它们身边穿梭，还有那个硕大的沾满灰尘的调料缸……想想那个场面，真的可以令人呕吐，更别说吃了。

同学们，为了我们的身体健康，请远离这些垃圾食品！