

2023年远离毒品心得体会(优质5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看一看吧。

远离毒品心得体会精选篇一

一、加强学习锻炼，筑牢思想防线。广大青少年要主动学习国家禁毒法律法规，普及拒毒、防毒知识，不断增强法制观念，提高防毒、拒毒自我保护意识，进一步增强明辨是非、抵制诱惑的能力；要树立远大理想，崇尚科学，尊重知识，刻苦学习，陶冶情操，确立远大理想，树立高尚的人生观、世界观和价值观，构筑抵御毒品侵害的牢固思想防线。

二、自觉树立主人翁意识，积极投身禁毒斗争。广大青少年要从我做起，自觉树立“防毒拒毒，从我做起”意识，远离毒品，远离歌舞厅、网吧等不利于青少年健康成长的娱乐场所，养成健康文明的生活习惯。要不接触毒品，不接触吸毒的人，不刻意模仿成人的不良嗜好，不轻信盲从他人的诱惑，时刻保持高度警惕。要积极参加健康向上的文娱活动，历练品格，强健体魄，养成高尚的情趣、良好的习惯和健康文明的生活方式，用健康的行为抵御毒品的侵害，做“珍爱生命、拒绝毒品”的好少年。

三、迅速行动起来，当好禁毒“宣传员”和“监督员”。广大青少年要积极参加禁毒宣传教育活动，竭尽所能向家庭成员、社区居民、周围的朋友宣传毒品的危害性，帮助他们提高自护意识，增强全社会的毒品防范能力。要树立禁毒人人有责的意识，发现身边有贩毒、吸毒现象，及时向有关部门大胆举报，努力使自己生活的周围成为一方净土。

同学们，拒绝毒品任重道远，与之斗争神圣光荣。让我们携起手来，共同唱响“珍爱生命，远离毒品”的主旋律，让每个人都在明媚的阳光下健康成长！

远离毒品心得体会精选篇二

1、从我做起，当好禁毒工作的宣传员和志愿者。自觉宣传有关禁毒知识，使每位同学及自己的家庭成员与身边市民都能了解毒品的危害，形成“珍爱生命，远离毒品”的良好社会氛围。

2、以防为主，不让毒品进我家。要号召全体同学认真学习有关法律法规知识与禁毒知识，切实提高家庭成员的拒毒、防毒意识。要以防为主，防拒结合，自觉抵御毒品的侵蚀，决不让毒品进我家。

3、不断进行自我教育，积极参与“无毒校园”创建活动。要学法、知法、守法，做到人人远离毒品，家家禁绝毒品。坚决做到不种毒、不制毒、不贩毒、不吸毒。严格按照学校创建“无毒校园”方案办事，为我校创建“无毒校园”作出自己的努力。

4、提高警惕，坚决与毒品犯罪分子作斗争。影响身边人，积极检举揭发毒品犯罪嫌疑人，督促吸毒人员主动到公安机关登记并戒毒，帮助他们认清吸毒危害，走出歧途，回归社会。

承诺人：

时间□x年xx月xx日

远离毒品心得体会精选篇三

一、认识毒品，远离毒品，构筑牢固的思想防线。吸毒损害身体健康、引发恶性犯罪、毁灭个人前途、贻害家庭和社会。

一旦沾上毒品，善良的人会立刻变得丧心病狂，幸福的家庭会因此而四分五裂，一个人美好的前程将就此葬送。我们要认识毒品的危害，主动加强学习国家禁毒方针政策、法律法规，不断增强法制观念，提高拒毒、防毒的技巧和能力，筑起终身抵御毒品的思想防线。

二、崇尚文明，倡导新风 做遵纪守法的好公民。青少年是承前启后的一代，是中华民族腾飞崛起的新生力量。当代少年儿童要胸怀祖国，放眼未来，自觉把个人的抱负同全民族共同理想统一起来。要从自身做起，从现在做起，刻苦学习，树立科学观念，发扬科学精神，明辨是非善恶美丑；注重修养，追求高尚境界，倡导文明新风，彻底革除陈规陋习；增强体质，加强体育锻炼，投身文体活动，倡导健康文明的生活方式，做有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义公民。

三、积极参与，禁绝毒品，做小康社会的建设者。禁毒事关中华民族兴衰存亡。我国把禁毒作为一项基本政策纳入国民经济和社会发展规划，把预防青少年吸毒作为禁毒工作的基础工程，实行综合治理战略，动员和组织全社会力量参与禁毒斗争。青少年是社会中最积极、最有生气的力量，禁绝毒品是我们义不容辞的责任，我们要积极投身到“无毒校园”、“青少年远离毒品”、“不让毒品进我家”创建活动中，成为宣传禁毒、禁绝毒品的生力军。

拒绝毒品任重道远，与之斗争神圣光荣。让我们携起手来，共同唱响“远离毒品，珍爱生命”的主旋律。

倡议人□_x

时间：__年__月__日

远离毒品心得体会精选篇四

你说吸毒有什么好处呢？吸毒没好处吸毒不仅

毁己、毁人、毁家庭还害亲、害友、害社会。吸过毒品的人都因无法忍受毒瘾来临时的痛苦与折磨。所以每当毒瘾来临时都用自尽的方式来解脱。读了《禁毒知识100问》后，我受益匪浅，同时也使我想起了当今的吸毒人员以及他们拥有一个怎样的家庭。

在我的身边曾经有过一位叔叔，他小时候特别聪明，每次考试都是名列前茅。他的妈妈和爸爸常常夸耀他说：“我的儿子学习成绩多么优秀，长大后肯定是祖国的栋梁。”这位叔叔每次都会拍拍胸膛，自豪地回答：“我不仅是祖国的栋梁，而且我还要做到：遵法、守法、讲法。更要遵守的是远离毒品，功在当代，利在千秋。”但是，光说还不行，还要靠自己的行动来实现。

长大后，这位叔叔凭着自己的智慧和勤奋走上了发家致富的道路。娶了个年轻、漂亮的妻子，妻子为他生儿育女，把一家人养得白白胖胖的，但由于妻子无意间染上了毒品而连累了叔叔同他一起吸毒。

从此，夫妻俩整日沉迷在毒品的虚幻世界中。什么事都无心去做，家里值钱的东西不断换成了伤身体的毒品。由于夫妻俩吸毒太过瘾。所以，使得白白胖胖的夫妻俩骨瘦如柴，面呈菜色，像似很久很久都吃不上饭似的。

有一天，我出去逛街，经过他家门口，听到从屋里传来断断续续的声音，我把耳朵往门边凑近点儿听，听到夫妻俩吵架的声音，我很好奇，就用眼睛往里看，透过门缝，隐隐约约看到他们夫妻正在争抢一包用白纸包着的東西。我揉了揉眼睛仔细地看，这回，我清楚地看到他们夫妻俩浑身发抖，面无表情，手脚直抽筋，全身直冒冷汗。整个人缩成一团，脸上流露出来的是痛苦、是可怜的表情。那个样子真的很狼狈。接着我又看到夫妻俩拿注射器把血与毒品混在一起的东西注射进体内。注射完毕后，发抖停止了，手脚不抽筋了，脸上有表情了，冷汗不冒了，注射前与注射后的样子就像变了个

人似的。卡们到那情景真使人心惊胆战，浑身起疙瘩。原本要出去逛街的我连忙回到家中。

这种害怕，使我久久不能忘怀。后来，听别人说那夫妻因吸毒而被判劳动教养。每当我想起那情景，就有一种超级害怕的感觉。

我从那件事中知道了：毒品是个超级大恶魔。毒品对人类的危害极大，它会捶残人的健康，使人百病缠身、骨瘦如柴，最后走向死亡。

作为二十一世纪的小学生，祖国未来建设的栋梁，我们一定要切记：生命是重要的，我们一定要远离毒品，不要让毒品侵蚀我们，不要让毒品毒害我们这一代以及整个社会。

远离毒品心得体会精选篇五

教育目的：

- 1、借助本次活动，了解毒品知识。
- 2、深刻认识、理解毒品等社会问题对个人乃至社会发展带来的危害。
- 3、学习一些预防和抵制的措施和方法，从生理和心理上建立和巩固对毒品等恶习的防线，珍惜生命，远离毒品，完善人格，促进自我的健康成长。

教育过程：

一、引入

首先，观看禁毒宣传片《冰-毒之祸》

腾飞中也阴暗，（播放视频“改革开放后中国的腾飞面貌”），改革开放，中国经济大跨步的走向世界，昂首行进在科技之林。在吃饱喝足后，人民精神生活有了新的向往和梦想。如何释放休闲的激情和苦闷？于是一些娱乐场所酒吧、舞厅、迪厅成了精神栖息的家园，可是这里往往隐藏着享乐主义的精神垃圾——毒、赌、色，这些堪称摧毁一个人思想意识和精神的“糖衣炮弹”！今天我们先来认识第一颗令人生畏的“炮弹”——毒。下面我们掌声欢迎主持人上台为我们主持这次主题班会！

二、认识毒品真面目

几斤烟土可使一个民族沦为亡国奴，真可谓触目惊心。它究竟是什么样子的？人们竟会被它所支配，驱使，乃至俯首称臣。下面我们就一睹它的容貌。

同学们一定都听说过毒品，那什么是毒品呢？毒品都有那些呢？

（一）毒品的种类介绍。

根据《中华人民共和国刑法》第357条规定：毒品是指鸦片、海洛因、冰-毒、吗啡、大-麻、可卡因以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻-醉-药品和精神药品。

（二）毒品的危害介绍。（结合图片学生自己讨论，老师归纳小结）

问：毒品有那些危害呢？

1、毒品毁人毁健康

a□摧毁人的消化功能

b□摧毁人的神经系统

c□摧毁人的呼吸及循环系统

d□传染性病及“艾滋病”

2、毒品令人倾家荡产，家破人亡

a□丧失工作能力

b□倾家荡产

c□给家庭带来无尽的折磨

3、吸毒导致堕落、犯罪

4、吸毒危害社会，成为世界公害

（三）毒品的成瘾性介绍。（给学生读有关吸毒者的故事）

毒品的成瘾性是对毒品产生强烈的渴求欲望，并反复的使用毒品，以取得快感，或避免出现痛苦，使吸毒者处在一种特殊的精神和病态状况，可分为精神依赖和身体依赖两种。

（四）讨论，交流体会

1、了解了有关毒品的知识以及危害性，请同学们谈谈自己的’感受。

2、让学生自由发言。

（五）让学生了解防毒的方法

1、问：当有人向你提供毒品时，你会怎样做？（学生发言。）

2、防毒有五种措施：

一是直接拒绝；

二是找借口溜走；

三是提出反对意见或转移话题；

四是秘密报案（偷偷告诉你依赖的人或拨打报警电话号110）；

五是当毒贩毒友逼你吸毒并威胁你时，要第一时间告诉你的师长。

三、结束语

主持人：禁毒是我们这一代青年的责任，鲜艳美丽的花季怎能有罂粟的盛开？幸福的生活绝不能被毒品破坏。

请谨记：“珍爱生命，远离毒品”！

2015年9月21日 星期日

“毒品预防教育”主题班会记录

主题班会地点：兴街中学166班教室

参与会议人员：166班学生

主持人：

记录员：柏兴西

一、认识毒品真面目

（一）毒品的种类介绍。

鸦片、海洛因、冰-毒、吗啡、大-麻、可卡因以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻-醉-药品和精神药品。

（二）毒品的危害介绍

1、毒品毁人毁健康

a□摧毁人的消化功能 b□摧毁人的神经系统

c□摧毁人的呼吸及循环系统 d□传染性病及“艾滋病”

2、毒品令人倾家荡产，家破人亡

a□丧失工作能力 b□倾家荡产 c□给家庭带来无尽的折磨

3、吸毒导致堕落、犯罪

4、吸毒危害社会，成为世界公害

（三）毒品的成瘾性介绍。

毒品的成瘾性是对毒品产生强烈的渴求欲望，并反复的使用毒品，以取得快感，或避免出现痛苦，使吸毒者处在一种特殊的精神和病态状况，可分为精神依赖和身体依赖两种。

（五）了解防毒的方法

防毒有五种措施：

一是直接拒绝；

二是找借口溜走；

三是提出反对意见或转移话题；

四是秘密报案（偷偷告诉你依赖的人或拨打报警电话号110）；

五是当毒贩毒友逼你吸毒并威胁你时，要第一时间告诉你的师长。

三、交流总结

2015年9月21日 星期日