

组织架构图英文版 三星组织架构培训心得体会(优质9篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

演讲稿吸烟有害健康篇一

这是一次十分深刻的检查，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我不应该违背教官的规定，我们作为大学生，在军训的时候就该以服从命令为天职，而我没有很好的重视到学校的制度以及抽烟的危害。我感到很抱歉，我希望教官可以原谅我的错误。

今天我真的是很深刻的认识到了我的错误，知道教官说的话就要听从，教官说的话也绝对会实现她的诺言，教官所要管的一定是为了我们学生好，所以我们不用挑战教官的纪律，我们还是学生，没有能力对教官说出来的话产生不听从的想法，我们学生在军训的时候唯一可以做的事情就是好好的听从教官的话，遵循军训的纪律，让教官可以放心，让教官可以信任。

犯了这样的错误，对于家长对我的期望也是一种很大的打击，家长辛苦的赚钱，让我们孩子可以生活的好一点，让我们可以全身心的投入到学习当中，可是，我却违背了家长的心意，我犯了这样的错误，简直是对于家长心血的否定，我对此也感到很惭愧，家长的劳累是我们所不知道的，每天为了生存而忙碌，为了家庭而承受着巨大的压力，这一切的一切都是我们所不能够了解的，我们唯一可以做的就是做他们的乖孩

子，听从家长的话，家长是我们最亲的人，也是我们在现在这个社会最可以信任的人，所以我们就尽量地避免家长生气，不给他们带来不必要的烦恼。而我们作为他们最亲的人也不能够惹他们生气，这个都是相互的，当我们伤害到他们的心时，也是对于自己心的伤害，因为我們是最亲的人。没有任何人可以取代。

错误的性质是严重的。我在军训的时候躲在厕所抽烟，并且影响了其他的同学，其结果损害了多方利益，在学校造成极坏的影响。这种行为违背了做学生的原则。我只是顾着自己的一时高兴，和一时的想法，完全不理睬教官和同学的劝阻这是对教官和同学们的不尊重。所以，教官让我写检讨，也是为了让深刻认识到这点。

再次，我这种行为还在学校同学间造成了及其坏的影响，破坏了学校的形象。同学之间本应该互相学习，互相促进，纪律良好，而我这种表现，给同学们带了一个坏头，不利于学校的学风建设。同时，也对学校形象造成了一定损害，我知道，造成如此大的损失，我必须承担尽管是承担不起的责任，尤其是作为重点高校接受教育的人，在此错误中应负不可推卸的主要责任。我真诚地接受批评，并愿意接受处理。对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，恳请教官相信我能够记取教训、改正错误，把今后的事情加倍努力干好。

如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人思想中已深藏了致命的错误：思想觉悟不高，本人对他人的尊重不够，以后我将对教官有更多的尊重。对重要事项重视严重不足。平时生活作风懒散，如果不是因为过于懒散也不至于如此。为了更好的认识错误，也是为了让教官你能够相信学生我能够真正的改正自己的错误，保证不再重犯！

检讨人：___

20__年__月__日

演讲稿吸烟有害健康篇二

我怀着无比愧疚和遗憾的心情向宝贝递交这份戒烟失职的保证书。

首先特别感谢老婆百里迢迢的赶来为我庆祝生日，并带上美好的惊喜、祝福和珍贵的礼物。

面对老婆的好意，我本应该同样送上惊喜，没想到送的“惊喜”还真可谓是“惊喜”。面对老婆的突然驾到，我迎接的方式却是叼着烟卷就出来了……害的老婆迎风流泪、梨花又带雨，看到亲爱的老婆这样我的心里别提有多慌张、难过、羞愧、自责了，但是老婆是识大体的人，能够瞬间整理情绪，暂时放下前嫌，陪我度过一个浪漫温馨开心的生日(在此对老婆送的礼物表示特别感谢，老公很喜欢)。

通过保证书，深刻检讨自己对香烟的抵抗能力弱、自控力差。虽然工地生活很枯燥，我个人又不喝酒、不打牌、不要游戏、不上网聊天，但是也不能因为工作和生活压力大而复吸。吸烟是小事，但是答应了老婆绝对戒烟但又没戒彻底就是我的不对了，这件事情应该上升到个人诚信的高度，但是原先并没有意识到，我也应该提升自己的素养和情操，不让老婆伤心难过吃不香睡不好，并坚决改正。我的行为深深的伤害了爱我的老婆，辜负了老婆对我的殷切希望，戒烟不彻底的行为就像一把重锤、一盆冷水，敲碎了老婆对我的信任，熄灭了希望之火。

对于我的复吸偷吸行为在此做深刻的检讨，希望老婆宽宏大量，本着坦白从宽的政策、严于律己宽于待人的思想、拯救失落老公的出发点、帮助老公改进错误的方针原谅并认可我认错的诚恳态度。

我保证以后遵守当初对老婆的承诺，绝不复吸，用努力工作、吃零食和多想老婆来替代烟瘾!端正戒烟态度，严肃、认真、

提升高度的看待吸烟问题，对自己说过的话，答应的事负责，并对此给老婆造成的难过、伤心、失望、眼泪表示抱歉，对我和老婆之间的感情裂痕负责，并甘愿化作强力胶尽全力修复裂痕，甚至让我和老婆的感情更上一层楼。以后一定下定决心坚决改正，珍爱生命，远离香烟！

保证人□xxx

20xx年x月x日

演讲稿吸烟有害健康篇三

你好，我叫，是xx年级xx班的□xx月号我因为吸烟，被老师抓到，现在已经知道错了，真的，我已经知道错了。现在想起来，我十分后悔自己当初犯下的`错误，我一时鬼迷心窍居然吸烟了，我知道错了。

我违反了学校的纪律，违反了班归班纪，违反了《中学生日常守则》，违反了班主任制定的一系列规矩，我辜负了老师对我的谆谆教导，辜负了学校对我的培养，辜负了家人对我殷切期望，辜负了老师在我身上花费的精力，辜负了老师在我的身上花费的时间，辜负了学校给了我这么好的条件，辜负了学校对我的一系列关怀和帮助。

我真的知道我错了，当老师教导我时，我心中还有些不乐意，现在，我已经冷静下来了，知道自己的行为的错误性，知道了自己行为的荒谬性，知道了自己行为给班级摸黑了，给学校的工作制造了麻烦，我已经知道错了。请老师再给我一次机会，如有再犯，请老师严肃处理。

此致，

敬礼！

保证人：

20xx年xx月xx日

演讲稿吸烟有害健康篇四

您好！

抽烟的危害. 吸烟不利于身体健康，特别是中学生抽烟更是不利于身体健康. 卷烟燃烧后，能产生4700种化合物，卷烟烟气最有害的物质是焦油、尼古丁和一氧化碳。焦油可以致癌；尼古丁在低剂量是可以是中枢神经系统兴奋，而高级粮食反而起到抑制作用，导致血管痉挛，血压升高，心率加快，增加心脏的需氧量而诱发心绞痛；一氧化碳进入人体后，与血红蛋白结合成碳氧血红蛋白，可引起人体组织器官缺氧。因此，吸烟严重有害健康！

抽烟形成二手烟，影响同学老师的健康. 二手烟，是最广且有害的室内空气污染物之一，主要来自吸菸者所呼出的主流菸烟及燃从燃烧中的香菸头所释出的支流烟。

根据实验研究结果显示，吸二手烟对身体影响与吸烟者相似。举例说明：一名自己不吸烟，但配偶吸烟的人的肺癌发病率，增加20%~50%，在含环境烟之乌烟瘴气中生活的无辜者，其获病率是20%~30%。

根据世界卫生组织的统计，每年有五万三千人死於此种消极性烟草中毒之下。抽烟可能会带坏其他同学，影响整个班级学校的学风校风和班风. 不利于正常教学活动开展，不利于同学们健康成长。认错后，表示要痛改前非，好好学习。这件事后，经过老师的批评教育，我深深认识到自己的不对，我决心戒烟。

这是一次十分深刻的检查，我对于我这次犯的错误感到很惭

愧，我真的不应该不重视老师说的话，我不应该违背老师的话，我们作为学生就应该完全的听从老师的话，而我这次没有很好的重视到老师讲的话。我感到很抱歉，我希望老师可以原谅我的错误，我这次的悔过真的很深刻。

相信老师看到我的这个态度也可以知道我对这次的事件有很深刻的悔过态度，我这样如此的'重视这次的事件，希望老师可以原谅我的错误，我可以向老师保证今后一定不会再您的视线范围内出现我抽烟的身影，也绝对不会在偷偷抽烟了。吸烟有害健康，为了自己，为了周围同学的健康，我一定把烟戒了。

这几天我真的是很深刻的认识到了我的错误，知道了老师说的话不能够装做没有听见，老师说的话就要听从，老师说的话也绝对会实现她的诺言，老师所要管的一定是为了我们学生好，所以我们不用挑战老师的纪律，我们还是学生，没有能力对老师说出来的话产生不听从的想法，我们学生唯一可以做的事情就是好好的听从老师的话，好好的学习好，让老师可以放心，让老师可以信任。

犯了这样的错误，对于家长对我的期望也是一种很大的打击，家长辛苦的赚钱，让我们孩子可以生活的好一点，让我们可以全身心的投入到学习当中，可是，我却违背了家长的心意，我犯了这样的错误，简直是对于家长心血的否定，我对此也感到很惭愧，家长的劳累是我们所不知道的，每天为了生存而忙碌，为了家庭而承受着巨大的压力，这一切的一切都是我们所不能够了解的，我们唯一可以做的就是做他们的乖孩子，听从家长的话，家长是我们最亲的人，也是我们在现在这个社会上最可以信任的人，所以我们就尽量要避免家长生气，不给他们带来不必要的烦恼。而我们作为他们最亲的人也不能够惹他们生气，这个都是相互的，当我们伤害到他们的心时，也是对于自己心的伤害，因为我們是最亲的人。没有任何人可以取代。

这次的事件我真的感到抱歉，希望老师可以原谅我，可以认可我认错的态度，我真的已经深刻的反省到我的错误了，希望老师再给我知错就改的机会。也希望同学也要引以为戒，不要犯和我一样愚蠢的错误了，这次的教训真的很大很大。

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

演讲稿吸烟有害健康篇五

今天,我怀着愧疚和懊悔给您写下这份保证书,以向您表示我对吸烟的不良行为,深刻认识改正错误的决心!

我以前对吸烟的`行为. 觉悟不深,在写这份保证书的同时,我真正意识到这件事情的严重性和错误,我感到非常愧疚!

再次,我这种行为还在朋友,家人间造成了极其坏的影响,破坏了形象。而我这种表现,给别人带了一个坏头,不利于国家的建设 知道你是非常的关心我,爱护我,所以我今后要听你的话,充分领会理解你对我的要求,并保证以后努力要求自己. 通过这件事情我深刻的感受到你的心情,使我心理感到非常愧疚,我太感谢你对我的这次深刻的教育。

我真诚地接受批评,并愿意接受处理。对于这一切我还将进一步深入总结,深刻反省,我保证以后不再吸烟,恳请你相信我能够记取教训、改正错误。

保证人xx-x

年月日

演讲稿吸烟有害健康篇六

你好！

事情是这样的，今天是我戒烟的三十五天，我内心觉得自己太厉害了，居然能够坚持三十五天，我当时就觉得在坚持一两个月我就能够完全的戒掉了，今天是周末，我们两个人都不上班，我呢吃完午饭像平时一样出去溜达了在路上碰到个熟人，他是不知道我戒烟了就还是像以前一样，散烟给我抽我当然是很坚定拒绝了，我是要坚持戒烟的怎么能够趁着你不在就偷偷吸烟呢，我当时就非常义正言辞的说到，我戒烟了，以后见到我千万不要跟我烟抽，但是我当时看到我那个朋友当着我的面吸烟把我就心里很难受，似乎我犯烟瘾了，于是交谈了一番，我就回去家了，犯了烟瘾的我是坐也不是，站着也不是，总时间是浑身都不得劲，心情很躁动，没精神啊，于是我就很难受，终于我真的是受不了。

在家里到处翻，看还有又有烟，终于我翻到了一包烟，但是我当时很纠结，我不想让你失望，做了一个很久选择，斗争，我还是没有坚持住自己的原则我就拆了那包烟，去了厕所吸了一支烟，接着又一支烟，我现在还记得我吸了整整三支烟，三支呀，这个问题真的很严重，于是你好像闻到了什么，于是打开厕所发现了我在吸烟，你当时就气的不得了了，我当时内心自责死了，老婆你要相信我，我绝对是下了戒烟的决心，只是今天太难受了，我知道自己今天个原因不是理由。

我非常诚恳的承认今天我在厕所吸烟的错误，为了惩罚我今天的错误，我决定清空你的购物车，真诚的请求老婆你的原谅！

此致

敬礼！

检讨人：爱你的老公

20xx年x月x日

演讲稿吸烟有害健康篇七

我有错！

我越来越觉得自己是一个有罪的人，而且不仅仅是有错了！

这就是我坦白的自己的罪行，我首先对不起自己，再是对不起父母，然后是对不起学校，然后是对不起祖国，其实我也不想这样的，只是我控制不住自己，我也不想堕落啊，但是环境给了我太多可以堕落的机会，我不去上课没人查我，我抽烟喝酒有人卖，没人管，我考试不及格也不会有太大的惩罚，大不了补考，我想泡美眉，美眉也想找个人泡泡。唉！环境使我然，非吾本意！但是我也有不可饶恕的罪行，那就是我没能管住自己，我应该出淤泥而不染的，还有就是，我的身边也有清水啊，我没能和高尚的人交朋友，没能用清水洗涤自己的灵魂，我对不起党！对不起祖国！对不起人民！我有罪！

我愿意用自己的余生洗刷自己的罪行！请党和人民监督！