

2023年党员教育培训工作计划表格(实用7篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望对大家的工作与学习有所帮助。

远离烟酒演讲稿篇一

曾几何时，中国人昂起高傲的头颅，以无比的自信向世人宣布：我们能创造任何奇迹。然而那一株株美丽的罪恶之花，一百五十多年前，曾使一个伟大的民族逢同它创造的灿烂文化和雄伟的长城一起坍塌在一片蒙蒙的毒雾里……天朝帝国留给世界最后一个残影，就是一帮帮面色菜黄、骨瘦如柴、蓄着长辫的男人躺在床上吸大烟。中国男子汉的威严和尚武意识早已随着白雾灰飞烟灭了。

终于，当我们历经数十载的努力后，一个新生的人民共和国崛起，结束了中国人被奴役被侮辱的苦难历史时；当新中国周恩来在国际大舞台上庄严宣告，旧中国遗留下来的丑恶现象吸毒被彻底铲除时，这是一代共产党人连同它所缔造的社会的自豪和骄傲。人们在净化的社会空气里，以高亢的生活热情投身生产建设之中，神州大地一派欣欣向荣的创业景象。

然而，几十年过去后，似乎一夜之间，毒害又卷土重来，泛滥成灾。吸毒像急性传染病一样在社会上扩散，新一代“瘾君子”一传十、十传百，已组成一支浩浩荡荡的毒品消费大军；毒品消费与毒品供给相互刺激，暴利之下，甘冒杀头风险的“勇夫”前赴后继，毒源，久堵不绝。

毒品的可怕不言而喻，危害着祖国，危害着人民。更另人担心的是，现实中，青少年吸毒已成为一个触目惊心的严重问

题。最近几年，原创文秘材料，网。我国青少年吸毒的比例始终在吸毒人口中占80%左右。

从我们青少年自身来说，思想幼稚，好奇是此年龄段的固有特征，对任何事物都存在强烈的好奇心和探索欲望。但是，他们往往缺乏必要的文化科学知识和辨别是非的能力，当听说吸毒后“其乐无穷”时便想试一试，从而一发不可收拾，被毒魔死死缠住不能自拔。

此外，不良的家庭环境往往成为我们青少年违法犯罪的重要原因。除了家庭成员的吸毒行为直接造成青少年吸毒外，一些家庭父母离异或者长期外出，孩子得不到正常的教育；一些经济条件好的家庭，父母过分溺爱孩子，无条件地满足孩子的物质要求，使孩子有充分的物质条件去寻求毒品的刺激等等，也可能是导致青少年吸毒成瘾的原因。

杜绝毒品，已成为我们的燃眉之急。

因此，作为祖国的新生代主力建设军，我们青少年应作到珍惜生命，远离毒品。

远离烟酒演讲稿篇二

同学们，不好了！我生病了！这个病给我带来了很大的压力，这种病，叫“延宕，”是不是听上去就很可怕，他还有个更可怕的名字——拖延症。有的人就问了：“拖延症有啥可怕的呢？”其实拖延症真的很可怕，特别是它的普及率，下面我给你举三种拖延症的症状，保证你会中招。

逃避型拖延症

“哎！明天又要写随笔了，累！”“写完了，又要想后天的随笔题材，烦！”“想完了还要写一些起来，以免那天‘太忙’，恶心！”我在房间中想着，随后，便扑到被子上抓狂起来。

这，就是逃避型拖延症，都是想办法逃避一些负面情绪，比如：累、烦、恶心等，人们都不喜欢这种情绪，而这种拖延症的患者呢？他们能拖一会儿，就是一会儿。

乐观性拖延症

“现在是星期日早上8点，明天的随笔完全没有准备，算了，还早，待会再写吧！”我自言自语着，便拿起手机看了起来。

“太累了，先不写了。”我叫了起来，揉了揉眼睛，然后扑到床上大睡起来。

这种拖延症呢，是因为患者过度乐观引起的，他总觉得自己有时间，可到头来时间却不等他了，也就是他没时间干自己的事了。

懒惰性拖延症

“太困了，睡吧！”说着我便倒头大睡，到中午都还没起来。

这种拖延症的患者呢？只有一个特点——懒，一整天都不想干自己该干的事，当然也不会干自己想干的事。

我都不用问你有没有中招，我就问你，你是哪一种啊？有了拖延症就要治好它怎么治呢？那就是改掉自己的坏习惯，记住一句话“没了拖延症，生活变高效！”为了使自己的生活更高效，从现在开始远离拖延症吧！

远离烟酒演讲稿篇三

人活一世，不可缺失的便是“勤奋”二字，“懒惰”则是人人都要厌恶、唾弃的。

我想，或是烦闷或是急躁。的确，生活在一个如垃圾场一般

的家里，谁的心情都不会“美丽”。反之，走进一个井然有序、干干净净的家里，我们可以想象它的主人一定是个极其勤劳的人。

当然这仅仅只是懒惰的一种表现！

第二种懒惰则是我们学习生活中最常见的“把你的作业交了”“搬着凳子蹲在前面补作业，什么时候补完什么时候回座位”等等诸如此类的话相信大家都听过。每个班里都会有那么一个两个从不按时交作业有或说从来不写作业的人。他们未来的人生将会怎样？或许会成功，但成功的几率会有百分之五吗？可能连百分之一的几率都不会有。更别提那些连为谁学习都不知道的人来讲，他可以说是懒到了极致！

悬梁刺股的故事想必大家都听说过吧？悬梁的故事发生在楚国一位名叫孙敬的贤士身上，他到洛阳求学，为了勤于学习，怕受睡眠困扰，因而把头发绑住悬于梁上，如果读书疲累，眼睛一合上，头低下来，那悬在梁上的头发一拉，必定痛得醒过来，最后他苦读有成。刺股的故事则发生在战国苏秦身上。他在鬼谷子那儿学合纵连横之术，学成后到秦国游说，但不被采用。旅费用完只好回家，父母大骂了他一顿，妻子也不理他，他很羞愧难过，于是发愤苦读。读累了打瞌睡，就拿一把锥子在腿上戳，把睡意赶走，又继续苦读。

悬梁刺股意思是只要付出时间和精力，就会有收获。也说的是只要下工夫，就会有收获，用以激励人发愤读书学习。悬梁刺股是用来形容刻苦学习的成语典故。而这个故事也充分说明了勤劳对我们的重要性。

同学们，从今日开始，告别懒惰，让勤奋成为我们的代名词。请永远记住：勤，乃成功之根本！

远离烟酒演讲稿篇四

大家好！我是XX中学XX班级的XXX□

首先，要不断加强自我修养，作为中学生要遵守校纪校规，不断学习中学生文明礼仪规范。用纪律约束自己一些不成熟的想法。

其次，要树立远大的理想，有理想才会有前进的动力。一个人没有理想，就像起航的船只没有方向一样。

第三，要注意交友，很多人都是因为结交了不正确的朋友而一失足成千古恨。就像身边的这位受害者一样。如果他没有那些抽烟的朋友，他就不会学会抽烟。如果他能正确对待自己的身体的疾病与虚弱，就不会听朋友的说辞，用香烟解除病痛。而是应该到正规的医院里救治。

初中阶段，正是人生的黄金季节，有人把这个人生阶段比喻为早晨八、九点钟的太阳。是学习的黄金阶段。也是人的一生中记忆力最好的时段。因此，在这一时期，我们应该努力学习科学文化知识，树立远大的奋斗目标。树立科学的人生观，世界观，价值观，培养良好的行为习惯。学习一定的法律知识，把自己培养成为讲文明，懂礼貌，有抱负，有理想的一代新人。让自己远离不健康的场所，远离低级趣味的人和事。这是对自己的成长负责任，是对家庭，对社会尽自己的一份贡献。

从受害人的经历中我还认识到，毒品是绝对不能沾的，一旦沾上了，就很难摆脱。尽管有解毒成功的，但是比例非常小。我还懂得了，从小应该听从家长的教育，应该遵循老师的教诲。不要一意孤行，毕竟我们还是未成年人，对很多事情的认识是有片面性的，一些看法还很不成熟。因此，遇到什么事情不妨和父母或者老师商量一下，听一下他们的意见和建议。毕竟他们是过来人，有着丰富的经验和生活阅历，那些

也将是我们成长道路上可借鉴的财富。

但是现在，我们身边依然有好多同龄人不听家长的话，不服从老师的管理和学校的教育。一意孤行，不想学习，把大量的课余时间都浪费在网吧里，浪费在网络游戏中。导致整天萎靡不振，无心学习，不能完成每天的家庭作业，上课没有精神，在课堂上睡觉。学习成绩直线下降。身体素质也在每况愈下，健康状况也在每况愈下，时间久了，也像吸毒一样，成瘾。曾经有人说过，网络游戏就是电子毒品，同样也能摧毁人的精神世界，让人越来越颓废。

因此，我代表全社会呼吁：每一个青少年要学会珍爱生命，远离毒品，远离不健康的追求，远离电子毒品。给自己营造一个健康、阳光的成长环境，努力学习科学文化知识，遵纪守法。把自己培养成为有理想，有抱负，讲文明，讲进步的新一代青年。为美好的明天打下坚实的基础！

在此，我也祝福xxx能够彻底地早日摆脱毒瘾，快一点回到正常人的生活轨道上。重新扬起生活的风帆，相信你的明天会更好！

谢谢大家！

远离烟酒演讲稿篇五

大家好！

今天我演讲的题目是《远离垃圾食品，关注身体健康》俗话说得好，有个好成绩不如有个好身体，即使你学习成绩再好都不如一个健康的身体，当你抱有很大理想的时候你肯定会先想要把学习提上去，你从来不会想想自己的身体不受任何伤害。不是不让你完成你的理想，而是你要让你自己在完成理想的过程中，也要保护好自己的身体。

首先要保护好自己的身体就要从饮食上开始调整，我们要拒绝三无产品，也要拒绝超市里的零食，为什么要拒绝三无产品想必大家都知道吧！三无产品也就是指路边上小摊卖的香肠啊，烧烤等，既然它们出于路边，但是同学们想想，路边肯定会有车一辆一辆的飞过都是尘土洒到它们上面。肉眼只能看到它的1%细菌吃路边摊不就相当于吃细菌嘛吗？让它们来危害你的身体，至于超市里的零食，有的同学可能觉得它们都有包装很干净，也不是什么三无产品当然可以吃。可是事实恰恰相反，它们跟三无产品一样，说出来你们可能不信，我也不愿意相信，可它就是具有这一项，如商家有可能把过期的食品用新装的日期。

我邻居特别宠爱他女儿，他女儿要什么他就给什么，从来不看是否健康他女儿我也长得也特别漂亮。如果站在一群人当中，那么她就是亮点。尽管如此漂亮但由于太过宠爱孩子，让她患上了白血病，如此漂亮的女孩却患上了白血病，一种很难治的病。现在他们后悔了，可是为时已晚，世界上没有后悔药，是他们一次一次的纵放才有的今天。所以千万不要让自己后悔远离垃圾食品，让自己身体更健康。

我的演讲到此结束，谢谢大家