

2023年抽烟检讨书(优秀5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

抽烟检讨书篇一

尊敬的老师：

您好！

对于我自己这次所犯下的错误我感到深深的抱歉，我这样的行为说明我不算是一个好的高中生，一个好的高中生是绝对不会做出这样的事情，更是不会接触香烟这样对于学生算是违禁物品的东西。烟并不是一个好东西，会让还在发育长身体的我们，收到有害物质的阻碍，从而影响我们自身的身体发育。而抽烟的我们也会给身边的同学带来困扰，让同学们也收到二手烟的毒害。这次的事情说起来也是我自己的不对，居然胆大包天到敢在学校操场就开始抽烟，想必知道这个消息之后的父母也是会对我无比的失望，毕竟他们十分的希望我在学校里能够安心的好好学习，而不是接触这些还是学生的我不该接触的。现在的我感到无比的后悔，我作为一个学生却是违反了学校的规章制度和班级的纪律，如果能够让我有一个重新选择的机会，我是一定不会这样做的，更是不会去抽烟，让所有关心我的人这次都感到了失望。当然我也不会否认我这次犯下的错误，错了就是错了，我愿意接受老师您的任何惩罚，也愿意改正自己的错误，如果不给我一个严厉的惩罚的话，要是别的同学在以后也犯下和我一样的错误，那就很有可能是受我的影响，只有让其他同学知道犯下这种错误有多么严重的后果，才能够让大家引以为戒。

在高中这个这么重要的阶段，我本应该做到的是好好的学习，专心的对自己所需要学习的知识付出时间和精力，为即将到来的高考做好充足的准备，而不是还犯下这种低级的错误。说起来也是我自己的思想出现了问题，都什么年代了，还会认为抽烟是一件很帅的事情，却不知在公共场所抽烟是一件极其没有素质的行为。作为一个从小接受着良好教育的学生，我却是做出了这种和我身份不符的行为，我为此感到深深的愧疚和自责。我抽烟的时间其实也不长，也是在之前那个假期的时候接触到的，并且也并没有染上烟瘾，这次也是在其他班朋友的诱惑下才做出这样的事情，不然本来的我只是想要去操场散散步，放空一下自己精神的。当然现在的我也是知道了自己的错误，也希望自己能够得到老师您的谅解，我向您保证自己一定会改正的，以后一定不会再接触烟这个东西，全身心的投入到学习之中。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

抽烟检讨书篇二

敬爱的学校领导：

今天我怀着愧疚和懊悔的心情向您写下这份检讨书，以表示我对吸烟这种不良行为的深刻认识以及再也不吸烟的决心。

xxxx年xx月xx日上午11点左右，我在校园观看校运动会，看完我系的团体操以后由于天气燥热就回宿舍复习中期考试，约到11点38分我们打扫好宿舍就外出食堂吃午饭，12点20的时候舍友打电话说宿舍被子着火，我们立马赶回宿舍，经推

断，这次事件可能由我们吸烟不当而引起的，我当时心里十分懊恼，假如这是放假或其它时间造成的那怎么办了，我的心里充满了忏悔和不安。这次好在我的舍友及时将被子处理好了。但我的内心却因此次事件极度的难以平静，万千的悔恨激荡在我的心头，我犹如一颗被挤在山崖边的礁石整日的受尽风吹雨打，内心的忧虑更加让我寝食难安。

对此我将深刻检讨：

首先香烟极度危害人体健康；其次我还是一个在校花父母钱的大学生，从道德意义和理智上讲都是不应该吸烟的。吸烟就如同吸食父母的血汗啊；我应该节约用钱，来买一些对于学习有用的资料工具来深化我的人生修养；再者我在学校吸烟更是错上加错，学校的规章制度明确表明学生不应该在在校期间打架、斗殴、酗酒、吸烟。但我却明知故犯，实在是非常不应该，而且差一点引起一起事端。

现在想起我当时的行为，可真是千般懊恼，万番悔恨。在目前的情况下，尤其是运动会期间，我应该在运动场上为运动员加油喝彩，真是极其不该做出这样的行为，不但是对老师和运动员的不尊重，也是对我们这个班的不负责，更是对自身的要求不严，约束不够。我竟犯了这样的错误，使我们整个班的形象因此受到极大损坏，究其根本，谈其关键，在于平日里我一罐对自己放松要求，放低标准，从而导致了自己在不注意间犯错，违反了校规，破坏了校纪。

最后，我保证今后不会再有类似行为发生在我身上，并决心为我校的安全工作，维护校纪献一份微薄之力。请关心爱护我的老师同学继续监督、帮助我改正缺点，使我取得更大的进步！为了挖掘我思想上的错误根源，我在此进行了十分深刻的反思和检讨。也很珍惜我能够得到这次改正的机会。相信老师看到我这个态度也可以知道我对这次事件有很深刻的悔过态度，相信我的悔过之心，希望老师可以原谅我的错误，我也向学校保证我不会再吸一根烟，保证此事不会再有第二

次发生。

尊敬的xx□

今天，我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以向您表示我对宿舍抽烟这种不良行为的深刻认识以及再也不逃课的决心。

早在我踏进校们，老师就已三申五令，一再强调，全校同学不得逃课。可是今天上午我还是逃了一堂老师给我们精心准备的无比生动的课，错过了一次老师呕心沥血给我们制作的知识大餐。美术是体现个人鉴赏能力和修养的一门课，我应当珍惜这个机会，可是我错过了，这莫过于人生的一大损失。同时，老师，您的关心也令我深深地感动，我知道少几个人上课对您来说知识有好处而没有损失的，可是您还是及时发现并教导我，令我下次不再犯。

您是多么慈祥，多么伟大啊！我感激的泪水可以添满整个塔里木盆地；我因过分激动而跳跃的心可与唐山大地震相媲美；我浪子回头的决心可赛过女娲补天时的毅力。我坚决保证以后的素描课除极特别的原因我一定会在课堂上认真听讲。如果说把整个太平洋的水倒出来，都浇不灭我对您愤怒的火焰，那么，整个太平洋的水能全倒出来吗？不能，所以我并不恨您，所以我相信你一定能原谅我这次无意间所犯的错误，之所以说是无意间上因为真的没有弄清楚到底是不是在外写生，虽然这也许只是一个不假的理由，真实就是真实，事实就是我没有去上素描课，但我还是向往这样能减轻我所犯的错误的深度。

对不起，老师！这次我犯的是一个严重的原则性的问题。错误已像光天化日下的凶器说出了一切事实。

老师反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻的认识到事已至此的重要性。

我辜负了您的一番心血，事无巨细。见微知著，由小及大，我作为一名大学生有事不请假，给全班作了坏榜样造成了恶劣的影响，对于我逃课的事情，所造成的严重后果我做了深刻的反思：

1、这样有事没请假，让老师担心我的安全。本应按时出现的我为能按时出现，试问则呢不会让平时十分关心每一个学生的老师担心。而这样的担心很可能让来势上课工作分心，造成更严重的后果。

2、在同学们中间造成了不良的影响，由于我一个人在宿舍抽烟，有可能激发一个欲抽烟的同学的坚定决心，景象班级纪律性，也是对别的同学的父母的不负责。

3、影响个人综合水平的提高，使自身在本能提高的条件下为能提高。如今错已铸成，我深感懊悔，深刻检讨自己的错误。

4、思想觉悟不高，对错误的认识不足，试想如果当时我就认识到此事的严重性，错误就不可能发生。之所有的问题都归咎于我还为能达到一个现代大学生应具有的认识问题水平，为能对老师的辛勤劳作作出回报，我越来越清晰的感觉到自己所犯的错误的严重性，为此，我一定会在以后的几年里更严格地要求自己，在认真完成作业地同时，使自己的言行都与一个现代大学生相符合。

望老师能念在我是初犯，认识深刻而且平时表现也不错的份上，从轻处理，请关心爱护我的老师同学继续监督，帮助我改正缺点，取得更大的进步。

抽烟检讨书篇三

尊敬的领导：

您好！

我很抱歉会做出这样的事情，真的很对不起。在被老师抓到我这次吸烟之前，我也曾知道抽烟这样的行为是不对的，会给我们的身体和未来带来不好的影响。我也曾想将这种不好的行为摒弃，我也试过多次，但是我却没能成功。在我闲暇的时候，在我烦恼的时候，我第一件想到的事却是往嘴里塞上一根香烟！明明没有什么好处，只是养成了习惯，我也没能管理好自己，在周围一起吸烟的人的劝说下，我不知不觉间又在手中点上了香烟，我把它吸进肺里，感受着熟悉的感觉，想着反正不差这一根了，结果我就在这样一根一根的自我欺骗下，将这样的恶习一直延续到了现在！

身为学生，还只是初二的学生的我，对于吸烟这种事情不管是在家里还是学校里，他们都是恨不得亲手打掉我手里的香烟。看着在教学楼上的一张张显眼的“no smoking”明明每一张都在这么扎眼的墙上，可我却选择将它们无视，灰溜溜的走进厕所点燃一根香烟。

虽然我是这样的不将自己的健康放在心上，不把学校禁止吸烟这条规定放在心上。可是老师们依然没有抛弃我，他们已让在昏暗的厕所里将我们找出来，把我们放在阳光下。在老师们的正义的制裁下，我们的错误无所遁形。我曾问过一位老师是怎么找到我们的，他回答道：“我们的学校那么干净，厕所本都该是干干净净，要是有那么重的烟味谁会闻不出来？”是啊，烟味难闻，我们都知道，我们每次初来身上都会沾染上这样难以去除的味道，而那些只是普通来上厕所的同学怎么办？他们只是为了上个厕所却只能被迫走进被我们搞得烟雾缭绕的厕所，被迫吸上几口二手烟！本来该是干干净净的厕所被我们给熏得难以忍受。

学校是大家的场所，我们却将大家共用的厕所给“占领”了，在学校这样的公共场所，我们不仅危害同学和老师的健康，还自私的将厕所变成这样，听完老师的教训后我深感惭愧。

我现在已经知道了自己的错误，我愿意将自己所剩的烟上交，

并自觉的接受班上同学的监督，谁都希望自己能够长寿，我同样也希望自己能有个健康的身体，谢谢老师的指正，我会继续坚持下去的。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

抽烟检讨书篇四

尊敬的老师：

我是初一xx班的xxxxxx□我抱歉要向您递交这份检讨书，关于反省我在学校吸烟的错误。首先我必须郑重地向您道歉一下：老师我错了，我真的知道错了！其次我有必要向您坦白我吸烟的经过，已经清楚地告诉您我是怎么学会吸烟的，又是为什么喜欢上了吸烟。

xx月xx日，星期四下午第二节下课，我和班里的xxxx同学一起往了教学试验区走廊玩。然后我看四周无人，就拿出了口袋里的一包xxxx香烟。就与xxxx在走廊里吸烟了，原本想到试验区厕所里吸烟，但没想到当时试验区有很多班级上完实验课下课之后，很多同学和老师就往了试验区厕所。于是我们只好躲在走廊里吸烟，一根烟很快就吸完一半了，眼看就要抽完一根回到教室上课。

但万万没想到在我那根烟还剩1/4的时候，我被您发现了。您看到了在吸烟急急忙忙地就跑了过来，将我和xxxx抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关xxxx同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

关于我吸烟的经过要从高一上学期开始，当时我刚考进这所重点高中，与其他同学不同的事，我是被父母花钱买进来的。父母对我的期望很大，要我天天用功读书。第一学期我很专心地读，但可惜我的成绩还是上不往，于是我就熬夜看书，精神和生理都承受着巨大的压力。后来我听到了大人们说吸烟可以缓解疲惫，于是我就尝试地吸烟了，就到了现在这个情况。

关于我的检讨和反省：首先我已经深刻地意识到了吸烟的危害性，首先香烟的组成成分之一是尼古丁、焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。其次我在学校吸烟更是错上加错，学校的规章制度明确表明学生不应该在学校学期期间打架、斗殴、酗酒、吸烟。但我却明知故犯，实在是非常不应该。

我今后的改正措施：

第一，我将手上的全部香烟，还剩下半包全部上缴给老师。

第二，递上这份1000字的检讨书。

第三，今后尽不在触碰香烟，遇见同学又吸烟者都要上前劝说。

检讨人□xxxxxxx

xx年xx月xx日

抽烟检讨书篇五

尊敬的老师：

您好！

我是初一x班的xxx[]我抱歉要向您递交这份检讨书，关于反省我在学校吸烟的错误。首先我必须郑重地向您道歉一下：老师我错了，我真的知道错了！其次我有必要向您坦白我吸烟的经过，已经清楚地告诉您我是怎么学会吸烟的，又是为什么喜欢上了吸烟。

x月x日，星期四下午第二节下课，我和班里的xx同学一起往了教学试验区走廊玩。然后我看四周无人，就拿出了口袋里的一包xx香烟。就与xx在走廊里吸烟了，原本想到试验区厕所里吸烟，但没想到当时试验区有很多班级上完实验课下课之后，很多同学和老师就往了试验区厕所。于是我们只好躲在走廊里吸烟，一根烟很快就吸完一半了，眼看就要抽完一根回到教室上课。

但万万没想到在我那根烟还剩1/4的时候，我被您发现了。您看到了在吸烟急急忙忙地就跑了过来，将我和xx抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关xx同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

关于我吸烟的经过要从高一上学期开始，当时我刚考进这所重点高中，与其他同学不同的事，我是被父母花钱买进来的。父母对我的期望很大，要我天天用功读书。第一学期我很专心地读，但可惜我的成绩还是上不往，于是我就熬夜看书，精神和生理都承受着巨大的压力。后来我听到了大人们说吸烟可以缓解疲惫，于是我就尝试地吸烟了，就到了现在这个情况。

关于我的检讨和反省：首先我已经深刻地意识到了吸烟的危害性，首先香烟的组成成分之一是尼古丁、焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。其次我在学校吸烟更是错上加错，学校的规章制度明确表明学生不应该在学校学期期间打架、斗殴、酗酒、吸烟。但我却明知故犯，实在是非常不应该。

担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xxxx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使中枢神经系统兴奋，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，与血液中的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。

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。

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，因为我们是最亲的人。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。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日