

# 世界无烟日演讲稿 世界无烟日小学演讲稿 (汇总5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？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。

## 世界无烟日演讲稿篇一

优秀作文推荐！各位老师，各位同学：

大家好！

我今天所讲的主题是：吸烟有害健康！

就我们学校而言，就有好一部分男生吸烟，在上学路上、在课室、在宿舍、甚至厕所里。试问：你们真的认为吸烟就表示很有风度、很酷吗？你们可曾想过，当你点燃一支烟，既伤害了你自己也伤害了周围的其他同学，同时给家庭加重了负担，污染了环境。为什么我们不能好好珍惜自己的身体，体惜父母的血汗钱，遵守学校的规章制度呢？同学们，父母送你们来学校是为了长知识、学做人、学本领、以求日后有新作为：奉献给社会。大家可经过这样一则令人深思笑话：有个50多岁的老烟迷，归纳出三个吸烟的好处，第一，可以防盗，因吸烟者睡着了也常常咳嗽，偷盗者以为房主还没有睡，起到防盗的作用；第二，狗都怕他，因长期吸烟者咳嗽驼背至弯腰，狗以为吸烟者在捡石头打它呢；第三，年轻化因吸烟者易患各种疾病、癌症、寿命不长、烟碱[nicotine]是烟草中的主要成分之一，具有很强的毒性。

据报道，一支香烟中的尼古丁可毒死10只小白鼠，25支香烟中的尼古丁能毒死一头牛，40~60毫克尼古丁可使人致死。

尼古丁损害脑细胞，使吸烟者出现中枢神经系统症状；引起血压升高、心跳加快，甚至造成心律不齐、诱发心脏病；引起胃痛及其它胃病；损害支气管粘膜，引发慢性支气管炎；还有致癌作用等。据英国皇家癌症研究基金会对34400名英国男性吸烟者追踪40年的资料分析，吸烟造成的致命性疾病约有40多种，其中仅癌症一类疾病就有多种，如口腔癌、食道癌、喉癌、肺癌、胰腺癌、胆囊癌和子宫内膜癌等等。许多吸烟者辩解说抽烟也有好处，但认为，好处只有1%，而死亡的可能性却增加了100倍。比如吸烟20年的人得肺癌死亡的危险性比不吸烟者增加了20倍，吸烟者中年死亡的可能性是不吸烟者的3倍。

既然烟草有如此可怕的危害，为什么有众多的人吸烟呢？分析其原因主要有两个：一是烟草中所含的尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因是大多数人还没有把吸烟看成是一个丑陋的，既害人又害己的恶习。相反，认为这是一件很有派头，很潇洒的事情。因此，吸烟的人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它的依赖也越来越强。

同学们，我们在校就要像一个学生，懂礼貌、守纪律、遵守中学生守则，中学生日常行为规范，做一个不吸烟、不喝酒、不赌博的好学生，这样父母会放心，师长也会赞许的。为了我们的环境，为了我们的身体，为了我们的青春请大家远离香烟，珍爱生命，让世界天天都是无烟日。

## 世界无烟日演讲稿篇二

各位老师、同学们：

大家上午好！我是xx班的xxx今天，我国旗下演讲的话题是世界无烟日，让吸烟远离世界！

下周x就是x月x日，大家知道那是个什么日子吗对，世界无烟日。在这个日子里，我们都要告诫身边的大人不要抽烟，

这样，既保护了自己的健康，又为他人创造了一个良好的环境。

相信每个同学都知道，烟草危害是当今世界上最严重的公共问题之一，也是人类健康所面临的重大危险因素。我先来给大家读一组数据吧，据统计，目前全球烟民人数达xx亿人，每年因吸烟致死xxx万人，而据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中的尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包烟，相当于吸入了xx毫克的尼古拉，再加上点燃香烟时产生的约xxx种化学成分，足以让人得癌，严重的话，会致人于死地。

少年强则国强，少年弱则国弱。为了摘掉烟草大国的帽子，为了下一代的健康成长，我们要大声呐喊：请别再吸烟了！

谢谢大家！

## 世界无烟日演讲稿篇三

老师们，同学们：

大家好！

今年x月x日第x个世界无烟日，主题“珍爱生命远离吸烟”。相信每一个人都知道，烟草危害当今世界最严重公共卫生问题之一，人类健康所面临最大危险因素。

目前全球烟民总量已突破xx亿人，每年因吸烟致死近xx万人。为此□xxx年xx月联合国世界卫生组织建议将xxx年x月x日定为第一个世界无烟日，以后固定为每年x月x日。开展这项活动，目的在于警醒世人吸烟有害健康，呼吁人们放弃烟草，为人类自己创造一个健康生存环境。

那么烟草究竟有多大危害呢？

据研究，一支香烟里含尼古丁可毒死一只老鼠，而约一包香烟中尼古丁能毒死一头牛。每天吸一包香烟，相当于吸入了xx毫克尼古丁，如果一次性地服用了这些量，人足以被置于死地。除尼古丁外，点燃香烟时产生约xxx种化合物，都导致癌症元凶。

世界卫生组织在今年发表一项声明中指出：“如今烟草已经成为全球第二大杀手。吸烟所产生破坏比非典和最近海啸还要严重。如果维持当前趋势不变，到xxx年，每年将有xxx万人因吸烟而过早去世。”

既然烟草有如此可怕危害，为什么有众多人吸烟呢？

分析其原因主要有两个：一烟草中所含尼古丁令人上瘾，使人对它产生依赖，不容易戒掉；另一个原因大多数人还没有把吸烟看成一个丑陋，既害人又害己恶习。相反，认为这一件很有派头，很潇洒事情。因此，吸烟人群像滚雪球一样越滚越大，人们对它依赖也越来越强。

然而，烟草商们说：“我们生产烟给那些没有知识人，年轻人和愚蠢人吸。”

我国世界上最大香烟生产国，也最大香烟消费国。全世界x分之一以上香烟由中国人一口一口吸掉。而在我国烟民中，青少年又占了很大一部分。对青少年来说，吸烟危害远比想象中大多得多，不仅会导致很多疾病，还会影响骨骼生长发育。

这因为青少年正处于身体迅速成长发育阶段，身体各器官系统还没有发育成熟，对各种有毒物质抵抗力不强，受烟雾毒害也就更深，甚至可以导致早衰，早亡。吸烟还可能使青少年养成不良生活习惯，诱发不良行为，甚至引发犯罪。

反吸烟已成为我国迫在眉睫当务之急。为此，我国政府提出了在今后xx年中，将我国烟民总数减少x亿总体目标。

为了积极响应政府号召，更为了我们自己健康，我们呼吁，全体同学都要自觉地远离香烟，并劝说吸烟亲友尽量戒烟。毕竟，香烟对我们有害无益；毕竟，没有烟雾空气会更加清新，没有烟草生命会更加绚烂！

我的演讲完毕，谢谢！

## 世界无烟日演讲稿篇四

各位老师同学：

大家好！

我是广州中医药大学的xxx□我演讲的题目是：香烟，请从我的身边，走开！

人生在世，常常有所偏爱。有的人好酒，有的人爱花。在蹉跎的岁月里，对烟情有独钟的人更是数不胜数。世纪伟人邓小平嗜烟如命，他不到16岁便开始抽烟。列宁也曾是吸烟者，据说他从17岁就染上这种习惯。伟大领袖毛泽东更是烟不离手，一天可以抽到5包之多。

据世卫组织统计，目前全球每年约有500万人因吸烟而死亡，烟草已成为继高血压之后的第二号“杀手”。如果不加以控制，到年每年吸烟致死的人数有可能增加一倍。同时，吸烟会增加心血管疾病和脑卒中的发病危险。与吸烟有关的疾病还有缺血性心脏病、口腔癌、咽喉癌、食道癌、呼吸道癌症、以及慢性支气管炎等。就算知道这些，相信很多人都会像邓小平一样，说：“正因为我的健康很好，才抽。听人说，抽烟还有好多好处。”我记得其中说可以增加税收，扩大就业率，等等。

话虽这样说，但事实是吸烟对邓公健康的损害，愈到晚年的时候愈明显，后来，邓公患了慢性气管炎，加上有点哮喘。亲人都劝他戒烟，医疗也从医学角度谈了戒烟的必要性。邓公听后说：“好，不抽了！”从此，他就再也没有抽了。

可惜的是，一九九七年二月十九日，距香港回归祖国仅仅一百三十一天之际，他竟溘然长逝。别说不抽烟，只要早戒几年，他就可以到回归后的香港走一走、看一看了。港人该是多么开心，现在只能成了永远都不能弥补的遗憾。

美国《一一教学箴言报》曾组织过一次题为《写给成年人看的童话》的征文，获得第一名的是《一支燃着的烟》，全文仅34个字：“一支冒着袅袅青烟的香烟，指着自已说：‘我是最好的直观教具，说明抽烟会缩短生命。’”各位，生命的长度好比您手中烟的长度，您贪婪的吸食正在加速火苗燃尽您和您周围的人的生命。

相信所有的烟民都知道“吸烟有害您和他人健康”，那么他们为什么还要吸呢？我爸爸说烟瘾难耐呀！邓小平在没有香烟的时候，捡些树叶用碎纸包起来当烟抽。当时他还说：“我是香烟制造厂的。”其实很多尝试过戒烟的人可能都会有这样的想法，“不是不想戒，可是这烟怎一个戒字了得？”为什么这么说呢？林语堂说戒烟要过两关，哪两关呢？生理关和心理关，生理关容易过，心理关难过。于是，很多人一次次“断奶”，一次次地又捡起来。正如幽默大师马克吐温所说的：“戒烟是很容易的事，大家知道为什么吗？那是因为我已戒过一千次了。”

难道戒烟真的就有那么困难吗？我看过一则关于列宁的故事，说的是列宁上大学时开始吸烟。他的母亲是医生的女儿，懂得吸烟的害处。母亲疼爱儿子，她想了许多办法叫儿子戒烟，可都没有效果。有一天，列宁看到母亲在吃自己的剩饭，十分困惑，于是母亲对列宁说：“孩子，我们是靠你爸爸那一点点的抚恤金过日子，每一样多余的花费都会直接影响到家

庭生活。你吸烟虽然花费不多，但日长天久，也是一笔不少的开支，如果妈妈自己不节省，家庭生活会十分困难。”那列宁听到母亲的话，十分愧疚。他对母亲说：“对不起，您说的‘这些过去我没有考虑到。好！从今天开始，我不吸烟了。”我想，人是需要一点的，一种决心的。戒烟也是如此。弗兰克林曾经说energyandpersistenceconquerallthings.意思是说能量加毅力可以征服一切。

相信在座的很多男士都吸烟吧。在这里，献上一首《戒烟歌》。

本国烟，外国烟，成瘾苦海都无边。

## 世界无烟日演讲稿篇五

尊敬的各位，评委，亲爱的学子：

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。

让香烟随风飘去，跨过我们的xx大学，从此之后，向我们兄弟姐妹们说再见！发扬爱国，崇德，团结，奋进的。

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。