# 最新中学生抽烟检讨书(实用11篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-04-02

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧中学生抽烟检讨书篇一尊敬的班主任：很抱歉要向您递交这...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**中学生抽烟检讨书篇一**

尊敬的班主任：

很抱歉要向您递交这份xx-x字的检讨书，关于反省我在学校抽烟的错误。

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抽烟的经过，已经清楚地告诉您我是怎么学会抽烟的，又是为什么喜欢上了抽烟。x年x月x日，星期x下午第x节(上课还是下课)x课，我和班里的xx-x同学(没有可不填)一起去了(什么地方)。然后我看周围无人，就拿出了口袋里的一包xx香烟。就与xx同学在走廊里吸烟了，原本想到xx-xx里吸烟，但没想到当时xx-x有很多同学。上完xx-x下课之后，很多同学和老师就去了实验区厕所。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xx-x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-x抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关xx-x同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

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盯焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。

其次：我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。

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：认真学习，不辜负家长和老师的期望。

希望学校和老师能给我一次重新做人的机会，我一定不辜负大家的期望。

xx-x

尊敬的张老师：

我是你的学生：xx今天我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书,以向您表示我对吸烟这种不良行为的深刻认识以及再也不吸烟的决心。

吸烟就危害自己的健康，这是十分不利于青少年的成长的，虽然我吸烟的时候并没有感觉到什么太大的不适，但是我知道这种危害是有潜伏期的。其次，作为一个在校生而言，我的吸烟行为实在愧对于学生这个代名词，要做一个新世纪人才，从小就要严于规范自己的行为，所以这种行为实为愚蠢。再次，吸烟也有害身边人的健康，对于受到过我危害的同学，我深感愧疚，而且吸烟对于学校的工作管理，也实为大不敬。我深刻的认识到了自己的错误。 吸烟，损害健康之物也!烟中含有大量尼古丁，吸烟过量会得肺病，肺结核，还会导致死的早，每个烟盒上都会写着“吸烟有害健康”六个大字，我这样做实在对不起亲爱的同学，亲爱的父母，还有关心我的老师，这样做实在有愧于心啊!老师严禁我抽烟之事，实乃关心我的健康，我的幸福!虽然别人说，我被管得太严，但我不这样想，我想老师这样做是为了我的健康，我的未来，实在是我的幸福啊!人生在世，知己难逢，但一好的老师更加难求。老师要我戒烟之事，我今后一定谨记于心，一定要这句话看得比我的座右铭还重要!就算这个陋习再难改，我也要改掉，记得李嘉诚说过这样一段话：“栽种思想，成就行为，栽种习惯，成就性格，栽种性格，成就命运。”为了我的未来，我一定要改掉陋习。

我知道，对于学生，不吸烟是一项最基本的责任，也是最基本的义务。但是我却连最基本的都没有做到。事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。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。如今,大错既成,我深深懊悔不已。深刻检讨,认为在本人的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,以后我将对老师有更多的尊重.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，也是为了让老师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!

“人非圣贤，孰能无过，知错能改，善莫大焉。”希望老师给我改过自新的机会。我向老师保证，我肯定不会在抽烟了。

本人做出以下保证：

1.坚决不在学校吸烟。

2.愿意接受同学的监督。

3.如果有吸烟行为愿意接受学校的一切处罚包括退学。

我向老师保证：以后绝对不会抽烟，请老师相信我。

此致

敬礼

检讨人：

x年x月x日

1、

\*老师：您好！

我本人在此首先承认自己在学校教学楼厕所中抽烟这一恶劣行为的极其错误性。

我向来和其他烟民一样，只是为了个人一时的解困解乏解烦解忧解手（再没的解了），而不留意间丝毫没意识到这竟会辗转地有损诺园的良好学习风气，以至于像年级组长说的那样怪不得总有一些家长来电反映怎么你们教学楼厕所总给人一种浓烟滚滚的深刻难忘印象。

我承认自己在这当中担当着一份“义不容辞”的重要责任。

我的抽烟历史应该有资格说是源远流长，少时每到过年放炮就会从老爸那拿上一根点上，趁机秀上一会儿，那时是学大人的没有什么本质作用。但最纯真的始点却是在高中阶段，那时所在学校是爱国将领杨虎城于20xx年创办的尧山中学，也许大都喜好抽烟，所以我们学校的烟民有不少，有点对大是一种拥戴方式的味道，当然多是为了自己。现在的学校领导“申明大义”很是体恤我们男生，了解这个阶段的男生在即将成为男人时所必须面对和解决的各种烦心事，对于在学校抽烟这一校规给予比较宽松的政策，明显的一点是校园各处的小商店都有售林林总总的香烟。但这里面还是有度的，并没有夸张到让我们在校园教室等比较正点的场所也给予允诺，更不会在校长面前点上的。我们多是选择厕所寝室以及晚自习时情侣出现几率最高的操场和树丛深处。

我所知道的是，大多男生点根烟（还有不正派的男老师）在大庭广众之下过嘴瘾或着过喉瘾，多是为别人抽的。为的是以烟雾缭绕来体现自己身上的另类因素，好让从他身旁路过的人（多是妙龄美女）对他产生景仰羡慕之类的好感，我本人每见到这部分群体总觉得怎么这些男人虚到这等份上！对了，这就是为什么我要用心良苦地独选在没人的厕所角落抽烟。

我现在这个时段抽烟一是为了提神二是在思考自己的事情。处在这种阶段，对于我来说这种行为实为迫不得已也！等到跨过这个时期后，进入自己理想工作生活状态，多姿多彩多薪水下根本再没时间和闲情去发楞和漫无目的地冒烟，免费送我一箱我也不会去点火，到那时候火会全用在新年时的礼花炮竹上。而对于那些已年迈三四十的已进入自己工作状态的男士或者另类女性，仍有时间就去冒上三五根的“恶习”，我只能极端地理解成他们虽然年龄上已远远越过我的现阶段。但是心理却还可怜巴巴地在十八、九岁晃晃悠悠，脑袋见识能力进度太慢。

我的在家的已过天命之年的老爸，告别吸烟生涯快25年了吧，但家里仍然存放着不少

的香烟，那些都是用来招待来家做客的先生们的，他们多是三四十。

我说到这块是绝不会掩饰掉吸烟所带来的诸多坏处的，

“smokingisharmfultoyourhealth！”（吸烟有害健康）这句话每个香烟盒都携带着，但是没有大的作用出现反而吸烟的人越来越多，我真想把他它歪译成“此为废话”。一大股被燃烧后的氧气氢气二氧化氮等混合毒性气体外加上烟草尼古丁烧焦后的有毒物质随着那么如此这般的吸上一口，统统闯入人体肺部，它们除了慢节奏灭掉血红细胞外还会向心脏挺进——听起来这些复杂程序像是在谋杀而且是美国式的高端手略——但是这活生生的却是连中国的民工都会况且还很是娴熟的小菜一碟——而且他们这样做多是很乐意的自愿性质。

我真向说“吸烟有害健康”这句话是我n年前所首创。我在此罗列以下吸烟对现阶段的我们送来的诸位副作用：资金麻烦、道德麻烦、安全麻烦、风度麻烦、感情麻烦随之必会有损。

我以上所述的这些足以说明我自己这方面的问题，所以再就没必要闲情逸致地去把这个检查的字数往浩浩荡荡的3000发挥了，才能有限外时间更有限。

我想你也很清楚在厕所那地方无论是课间还是课堂进行时，都会有三三两两的烟民冒着烟出没，让我去寻找那位给我分香烟的.兄弟，不如让我把在那点火的全拽出来摆在你面前。

我最后一次认识和肯定到自己的错误。并且还想额外地愿意帮主管这方面的老师一把，抓一个两个学生来办公室训训不会有半点效果出现的，没准还回更风风火火气势凶凶。理应抓一个相我这样典型的在校烟民犯子，强加给予严厉批评和高等级处分，给其他烟民协会同行呈现出重要性，杀一还儆不上一大帮吗。

我的观点是从“本”根治问题，用精神上百分百的东西去说服俘虏他们。到抗战胜利后，你们管制这方面的老师兴许都会荣得特殊胸前勋章，“\*\*\*学校禁烟先锋老师。”

我有关在教学楼wc中抽烟这一错误的检讨书即将闭幕，保证往后在教学楼附近以及寝室一定以身作则，不再有时间就点根烟腾云驾雾。但是这个暂时的良好习惯仍会在校外断续保持的，我这样做只是为了学校在外的远大名声。

我写的这份检讨书，每个段落都是以“我”来独自带队行文，其意在虚心听取你所提出的高明指导——“怎么不从你自己自身找问题”——并默默无闻地伏诸行动。

我——至此苦心苦力挖掘出的这些琳琅满目的问题想必足够身为老师的您满有不错的成就感了吧，只是可惜篇幅离你提出的3000高标准仍是“路漫漫其依旧修远兮“，我真无辄矣。

学生：晨闻

某年某月某日

2、

敬爱的老师：

我是你的学生：xxx。今天我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以向您表示我对吸烟这种不良行为的深刻认识以及再也不吸烟的决心。

早在我踏进校门，老师就已三申五令，一再强调，全校同学不得吸烟，我觉得有必要而且也是应该向老师做出这份书面检讨，让我自己深深的反省一下自己的错误。

对不起，老师!我犯的是一个严重的原则性的问题。我知道，老师对于我的吸烟也非常的生气。我也知道，对于学生，不吸烟是一项最基本的责任，也是最基本的义务。但是我却连最基本的都没有做到。

事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。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。如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人的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，以后我将对老师有更多的尊重。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，也是为了让老师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!

xxx

3、

尊敬的班主任老师:

我怀着深深懊悔的心情向您递交这份检讨，以深刻反省在校抽烟的严重错误。

回顾我的错误，我感到内心十分纠结。20xx年9月13日下午，我伙同几名同学去实验楼男厕所抽烟，路上被您找到我们抽烟。

经过您的严肃批评，面对错误，我感到十分痛心。我的错误充分暴露出我不思进取、行为散漫、品行不端等问题。身为一名高中学生，自己尚未成年就公然在学校抽烟，给周围同学树了不良范例，给班主任的学生管理工作业绩蒙上阴影。

错误发生之后，我回家反思，面壁思过了三天，终于幡然醒悟。我决心浪子回头，彻底改正错误:

首先，我必须就抽烟这样严重的错误向全班同学道歉，并且彻底摒弃抽烟恶习，与之彻底告别。

其次，我必须重塑自我内心，纯洁心灵重新认真投入学习当中，与同学们共同学习，一同努力。

再次，我必须从此次错误当中充分吸取教训，以自己经历告诫身边失足的同学，避免他们重蹈我的覆辙。

最后，我十分恳求地希望班主任老师原谅我的过错，给我一次重新改正的机会，我将尽我所能弥补错误带来的负面影响，努力认真学习以优异成绩回报师恩。

此致!

4、

尊敬的张老师：

我是你的学生：xx今天我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书,以向您表示我对吸烟这种不良行为的深刻认识以及再也不吸烟的决心。

吸烟就危害自己的健康，这是十分不利于青少年的成长的，虽然我吸烟的时候并没有感觉到什么太大的不适，但是我知道这种危害是有潜伏期的。其次，作为一个在校生而言，我的吸烟行为实在愧对于学生这个代名词，要做一个新世纪人才，从小就要严于规范自己的行为，所以这种行为实为愚蠢。再次，吸烟也有害身边人的健康，对于受到过我危害的同学，我深感愧疚，而且吸烟对于学校的工作管理，也实为大不敬。我深刻的认识到了自己的错误。

吸烟，损害健康之物也!烟中含有大量尼古丁，吸烟过量会得肺病，肺结核，还会导致死的早，每个烟盒上都会写着“吸烟有害健康”六个大字，我这样做实在对不起亲爱的同学，亲爱的父母，还有关心我的老师，这样做实在有愧于心啊!老师严禁我抽烟之事，实乃关心我的健康，我的幸福!虽然别人说，我被管得太严，但我不这样想，我想老师这样做是为了我的健康，我的未来，实在是我的幸福啊!人生在世，知己难逢，但一好的老师更加难求。老师要我戒烟之事，我今后一定谨记于心，一定要这句话看得比我的座右铭还重要!就算这个陋习再难改，我也要改掉，记得李嘉诚说过这样一段话：“栽种思想，成就行为，栽种习惯，成就性格，栽种性格，成就命运。”为了我的未来，我一定要改掉陋习。

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，也是为了让老师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!

“人非圣贤，孰能无过，知错能改，善莫大焉。”希望老师给我改过自新的机会。我向老师保证，我肯定不会在抽烟了。

本人做出以下保证：

1.坚决不在学校吸烟。

2.愿意接受同学的监督。

3.如果有吸烟行为愿意接受学校的一切处罚包括退学。

我向老师保证：以后绝对不会抽烟，请老师相信我。

此致

敬礼

检讨人：

x年x月x日

5、

尊敬的班主任：

很抱歉要向您递交这份xxx字的检讨书，关于反省我在学校抽烟的错误。

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!

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xxx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xxx抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关xxx同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

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盯焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。

其次：我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。

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：认真学习，不辜负家长和老师的期望。

希望学校和老师能给我一次重新做人的机会，我一定不辜负大家的期望。

xxx

**中学生抽烟检讨书篇二**

尊敬的老师：

您好!

我是xxx，吸烟是不利于健康的，对身体非常的不好，特别是我们这个年纪更加要对香烟敬而远之，我也是一名高一的学生了，您曾经无数词告诫我们不要在校内的任何角落吸烟，作为一名xx中学的学生，我们坚决不不能染上这种不好的习惯，对学校产生不好的影响，可是我却没做到，我还是吸烟了，让您当场的抓住。

吸烟是我一直都很厌倦的事情，我一直觉得吸烟不好，每次闻到他人吸烟我就特别的反感，我对烟特别的嫌弃，但是昨晚我却吸烟了，我没有做到一名学生的基本守则，我丢失了作为一名学生该有的形象，我觉得自己真的很不应该这样，这次的吸烟事件让我静下心来想了一想事情的严重性，我觉得一旦有了第一次就会有第二次，这次还好被您发现了不然我一定会有下一次，吸烟我觉得自己这次吸烟的事件相当严重，我一定对自己深刻反省。

事情是这样的，就在昨天晚上下课后，我们班上几个同学就拉着我去商店买东西吃去了，我们每天晚自习下课都会去商店买东西吃，最开心的也就是那个时候一天的紧张学习结束了，大家非常的轻松感觉就是对自己防空的状态，在晚自习下课的时候班上的同学就特别的亢奋，晚上拉着我去了商店，但是去了商店有同学就买了烟，我知道xx同学是吸烟的，我们都没说什么了，但是今天我们不一样xx同学让我们跟着一起吸烟，我以前是特别的不喜欢烟这个东西，但是今天不知道为什么很想去尝试一下，我想知道为什么那么多人每天都要吸烟，烟到底哪里好了，于是我就尝试着吸烟了。

我们回到了寝室，我一路从商店回到可寝室，拿出了xx同学给我的烟借了个火，我就吸起了烟，那个时候已经很晚了，这个时候一般您都会来查寝，我这时候我突然就想起来您还没查寝，我觉得您一定会来，于是我就熄灭了烟扔了烟头，可是还没过一分钟您就来了，这个时候我进来寝室就闻到了烟味，您当然明白是怎么回事，当时您就很生气，当时我简直就不知道怎么办了，您问我们是谁吸的烟，我知道瞒是瞒不住了，这个时候也没必要在撒谎了，于是我就向您承认了我吸烟的事情，我觉得非常的自责很后悔不应该去尝试的，这次就是我没有坚守住自己的本心，没有控制住自己犯下了吸烟这种错误。事后您也是非常的生气，也很不可置信是我吸烟了，让您失望了，您严厉的处理了这件事情，我一定会好好的检讨自己，再也不吸烟了。

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**中学生抽烟检讨书篇三**

尊敬的班主任老师：

我怀着深深懊悔的心情向您递交这份检讨，以深刻反省在校抽烟的严重错误。

回顾我的错误，我感到内心十分纠结。20xx年xx月xx日下午，我伙同几名同学去实验楼男厕所抽烟，路上被您找到我们抽烟。

经过您的严肃批评，面对错误，我感到十分痛心。我的错误充分暴露出我不思进取、行为散漫、品行不端等问题。身为一名高中学生，自己尚未成年就公然在学校抽烟，给周围同学树了不良范例，给班主任的学生管理工作业绩蒙上阴影。

错误发生之后，我回家反思，面壁思过了三天，终于幡然醒悟。我决心浪子回头，彻底改正错误：

首先，我必须就抽烟这样严重的错误向全班同学道歉，并且彻底摒弃抽烟恶习，与之彻底告别。

其次，我必须重塑自我内心，纯洁心灵重新认真投入学习当中，与同学们共同学习，一同努力。

再次，我必须从此次错误当中充分吸取教训，以自己经历告诫身边失足的同学，避免他们重蹈我的覆辙。

最后，我十分恳求地希望班主任老师原谅我的过错，给我一次重新改正的机会，我将尽我所能弥补错误带来的负面影响，努力认真学习以优异成绩回报师恩。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**中学生抽烟检讨书篇四**

尊敬的班主任：

很抱歉要向您递交这份xxx字的检讨书，关于反省我在学校抽烟的错误。

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抽烟的经过，已经清楚地告诉您我是怎么学会抽烟的，又是为什么喜欢上了抽烟。x年x月x日，星期x下午第x节(上课还是下课)x课，我和班里的xxx同学(没有可不填)一起去了(什么地方)。然后我看周围无人，就拿出了口袋里的一包xx香烟。就与xx同学在走廊里吸烟了，原本想到xxxx里吸烟，但没想到当时xxx有很多同学。上完xxx下课之后，很多同学和老师就去了实验区厕所。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xxx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xxx抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关xxx同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

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盯焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。

其次：我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。

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：认真学习，不辜负家长和老师的期望。

希望学校和老师能给我一次重新做人的机会，我一定不辜负大家的期望。

检讨人：xxx

xx年xx月xx日

**中学生抽烟检讨书篇五**

尊敬的班主任老师：

我怀着深深懊悔的心情向您递交这份检讨，以深刻反省在校抽烟的严重错误。

回顾我的错误，我感到内心十分纠结。20xx年xx月xx日下午，我伙同几名同学去实验楼男厕所抽烟，路上被您找到我们抽烟。

经过您的严肃批评，面对错误，我感到十分痛心。我的错误充分暴露出我不思进取、行为散漫、品行不端等问题。身为一名高中学生，自己尚未成年就公然在学校抽烟，给周围同学树了不良范例，给班主任的学生管理工作业绩蒙上阴影。

错误发生之后，我回家反思，面壁思过了三天，终于幡然醒悟。我决心浪子回头，彻底改正错误：

首先，我必须就抽烟这样严重的错误向全班同学道歉，并且彻底摒弃抽烟恶习，与之彻底告别。

其次，我必须重塑自我内心，纯洁心灵重新认真投入学习当中，与同学们共同学习，一同努力。

再次，我必须从此次错误当中充分吸取教训，以自己经历告诫身边失足的同学，避免他们重蹈我的覆辙。

最后，我十分恳求地希望班主任老师原谅我的过错，给我一次重新改正的机会，我将尽我所能弥补错误带来的负面影响，努力认真学习以优异成绩回报师恩。

关于中学生抽烟的检讨书6

敬爱的老师：

我…深深地检讨了我的错误。并保证绝不再犯。

把烟带进学校就是不对的，更在学校释无忌惮的抽烟更是不对。我深刻反思了自己的错误。幸有老师您的发现，不至于让我一错再错。

为此，我特地百度一下。搜索到吸烟的危害，增长了见识。决定把它明记于心来告诫自己，告诫身边的朋友，家人。

吸烟的危害，尽人皆知。全世界每年因吸烟死亡达250万人之多，烟是人类第一杀手。自觉养成不吸烟的个人卫生习惯，不仅有益于健康，而且也是一种高尚公共卫生道德的体现。

在吸烟的房间里，尤其是冬天门窗紧闭的环境里，室内不仅充满了人体呼出的二氧化碳，还有吸烟者呼出的一氧化碳，会使人感到头痛、倦怠，工作效率下降，更为严重的是在吸烟者吐出来的冷烟雾中，烟焦油和烟碱的含量比吸烟者吸入的热烟含量多1倍，苯并芘多2倍，一氧化碳多4倍，氨多50倍。

有资料表明，长期吸烟者的肺癌发病率比不吸烟者高10-20倍，喉癌发病率高6-10倍，冠心病发病率高2-3倍。循环系统发病率高3倍，气管炎发病率高2-8倍。

所以，我为此深深的震惊!不能吸烟啊。吸烟还会危及他人健康。吸烟对被动吸烟者的危害一点也不比主动吸烟者轻，特别是对少年儿童的危害尤其严重。

所以，我就此改过。借此检讨反思。以此为据。

检讨人：xxx

时间：20xx.7.31

**中学生抽烟检讨书篇六**

尊敬的班主任老师：

我怀着深深懊悔的心情向您递交这份检讨，以深刻反省在校抽烟的严重错误。

回顾我的错误，我感到内心十分纠结。20xx年xx月xx日下午，我伙同几名同学去实验楼男厕所抽烟，路上被您找到我们抽烟。

经过您的严肃批评，面对错误，我感到十分痛心。我的错误充分暴露出我不思进取、行为散漫、品行不端等问题。身为一名高中学生，自己尚未成年就公然在学校抽烟，给周围同学树了不良范例，给班主任的学生管理工作业绩蒙上阴影。

错误发生之后，我回家反思，面壁思过了三天，终于幡然醒悟。我决心浪子回头，彻底改正错误：

首先，我必须就抽烟这样严重的错误向全班同学道歉，并且彻底摒弃抽烟恶习，与之彻底告别。

其次，我必须重塑自我内心，纯洁心灵重新认真投入学习当中，与同学们共同学习，一同努力。

再次，我必须从此次错误当中充分吸取教训，以自己经历告诫身边失足的同学，避免他们重蹈我的覆辙。

最后，我十分恳求地希望班主任老师原谅我的过错，给我一次重新改正的机会，我将尽我所能弥补错误带来的负面影响，努力认真学习以优异成绩回报师恩。

此致！

**中学生抽烟检讨书篇七**

尊敬的张老师：

我是你的学生：xx，今天我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以向您表示我对吸烟这种不良行为的深刻认识以及再也不吸烟的决心。

吸烟就危害自己的健康，这是十分不利于青少年的成长的，虽然我吸烟的时候并没有感觉到什么太大的不适，但是我知道这种危害是有潜伏期的。其次，作为一个在校生而言，我的吸烟行为实在愧对于学生这个代名词，要做一个新世纪人才，从小就要严于规范自己的行为，所以这种行为实为愚蠢。再次，吸烟也有害身边人的健康，对于受到过我危害的同学，我深感愧疚，而且吸烟对于学校的工作管理，也实为大不敬。我深刻的认识到了自己的错误。

吸烟，损害健康之物也！烟中含有大量尼古丁，吸烟过量会得肺病，肺结核，还会导致死的早，每个烟盒上都会写着“吸烟有害健康”六个大字，我这样做实在对不起亲爱的同学，亲爱的父母，还有关心我的老师，这样做实在有愧于心啊！老师严禁我抽烟之事，实乃关心我的健康，我的幸福！虽然别人说，我被管得太严，但我不这样想，我想老师这样做是为了我的健康，我的未来，实在是我的幸福啊！人生在世，知己难逢，但一好的老师更加难求。老师要我戒烟之事，我今后一定谨记于心，一定要这句话看得比我的座右铭还重要！就算这个陋习再难改，我也要改掉，记得李嘉诚说过这样一段话：“栽种思想，成就行为，栽种习惯，成就性格，栽种性格，成就命运。”为了我的未来，我一定要改掉陋习。

我知道，对于学生，不吸烟是一项最基本的责任，也是最基本的义务。但是我却连最基本的都没有做到。事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。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。如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人的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，以后我将对老师有更多的尊重.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，也是为了让老师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！

“人非圣贤，孰能无过，知错能改，善莫大焉。”希望老师给我改过自新的机会。我向老师保证，我肯定不会在抽烟了。

本人做出以下保证：

1. 坚决不在学校吸烟。

2. 愿意接受同学的监督。

3. 如果有吸烟行为愿意接受学校的一切处罚包括退学。

我向老师保证：以后绝对不会抽烟，请老师相信我。

检讨人：xxx

时间：20xx年xx月xx日

**中学生抽烟检讨书篇八**

您好！

我是您教了三年的学生，是您无比信任，值得骄傲的学生，我叫xx。但是现在我连说出我的名字我都感到羞耻，因为这个名字曾很多次的出现在了学校优秀学生榜的名单上，曾无数次的被学校老师夸奖。就因为我这次在学校寝室抽烟的事情，就足以让学校老师失望了。所以我知道我做的太不应该。我学什么不好，偏偏要去学坏，要去学大人抽烟。所以我深刻的认识到了自己的错误，也深刻的做了一次反省。

说起我是具体从哪一天开始抽起的，我已经不太记得了，但是我记得是在不太久之前。大概是在上个月的第二个星期吧，我作为学生会的一员，在查完学生们的就寝纪律的时候，发现了有一个同学在抽烟，我当场就没收了，还把他的名单上报给了学校。我现在再来想想我自己，觉得也挺搞笑的。我在没收了他的烟后，就把它丢到了宿舍的一旁，没去管它，但是有一天，我心情异常的烦闷，在回到寝室看到了那包烟后，就动了想抽他的心，那时只想让自己心情能平静下来，所以一时冲动，就拿起那包烟抽了起来。自从那次我感受了抽烟能让我心情平静下来的快感后，我就一发不可收拾了，每周都要躲在寝室厕所吸几次烟。直到这周的星期三，我被班主任您查寝的时候抓到了。我才开始反思我这一行为。

第一，抽烟本身就是对身体的一种损害，我在抽烟的同时也是在不爱惜自己的身体。

第二，我在寝室抽烟，就是在让寝室的\'同学吸二手烟，也等同于我在损害我室友们的身体。

第三，我还是个中学生，学生就应该以学业为主，香烟和啤酒都不是我们现阶段该去触碰的东西。

第四，学校里三令五申的强调过，不能违法纪律，不允许出现抽烟喝酒赌博的情况，而我还是作为一个学生会的干部，我竟然还带头抽起烟来，公然违法学校纪律。

所以，我该检讨，我该向我的室友们道歉，也该向给予我厚望的您道歉，对不起，我让您失望了。我更该受到学校的严厉处罚，但是在这次过后，我也会改正。我要做回以前的好学生模样，我在这里向学校保证，想老师您保证，我再也不抽烟，不喝酒，更不赌博，我要做一个时代的三好青年，做一个学生们学习的好榜样，继续做一个让您骄傲自傲的优秀学生。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**中学生抽烟检讨书篇九**

很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。

3月11日，星期四下午第二节下课，我和班里的孙金龙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中华香烟。就与孙金龙在走廊里吸烟了，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，将我和孙金龙抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关孙金龙同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

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盯焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。

其次：我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。

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：认真学习，不辜负家长和老师的期望。

希望学校和老师能给我一次重新做人的机会，我一定不辜负大家的期望。

**中学生抽烟检讨书篇十**

尊敬的班主任：

很抱歉要向您递交这份xxx字的检讨书，关于反省我在学校抽烟的错误。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抽烟的经过，已经清楚地告诉您我是怎么学会抽烟的，又是为什么喜欢上了抽烟。x年x月x日，星期x下午第x节(上课还是下课)x课，我和班里的xxx同学(没有可不填)一起去了(什么地方)。然后我看周围无人，就拿出了口袋里的一包xx香烟。就与xx同学在走廊里吸烟了，原本想到xxxx里吸烟，但没想到当时xxx有很多同学。上完xxx下课之后，很多同学和老师就去了实验区厕所。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xxx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xxx抓个正着。在这里我要解释一下老师，这件事真的不关xxx同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

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盯焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。

其次：我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。

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：认真学习，不辜负家长和老师的期望。

希望学校和老师能给我一次重新做人的机会，我一定不辜负大家的期望。

关于中学生抽烟的检讨书4

我由于没有意识到吸烟的严重性，造成了十分严重的错误，当时老师对我进行了批评教育，在学校老师们的教育和家长的帮助下，我终于意识到自己犯的错误的严重性。并意识到了吸烟的危害：

第二：吸烟严重危害他人身体健康。在吸烟者周围，吸烟者吞云吐雾的烟雾缭绕着无辜的被动吸烟者，同样的，他们的身体也在遭受着侵害，对我们这些还在生长发育的年轻人来讲，这是非常有毒有害的。所以，为了自己的亲人和朋友，我绝对戒烟。

第四：吸烟浪费经济资源。我们这些年轻人大多还在念书。没有独立生活能力，所以哪来抽出那么一笔开销花在烟上，如果把这些钱省下来，我们可以做很多事情，错误的性质是严重的。我在吸烟的时候不但危害自己的身体健康，还危害其他的同学，这是有悖学生的行为，其结果损害了多方利益，在学校造成极坏的影响。这种行为，即使是并没有给别人带来伤害，仍然是不对的，此举本身就是违背了做学生的原则。我只是顾着自己一时的想法，完全不理会老师的感受。这也是不对的，人是社会的人，大家不应该只是想着自己，我这么做，害的是我自己，我这样做，看似在现在满足了自己，实际上是在害自己。而且，这也是对老师的不尊重。所以，当老师对我进行批评教育的时候，也是为了让我深刻的认识到这点。

其次，我吸烟没有主动自首也是一种对老师的工作不尊敬的表现。中国是一个礼仪之邦，自古就讲究尊师重道，这是一种传统的美德，过去我一直忽视了它。抛开着一层面，不单单是老师，无论对任何人，我们都应该尊重他，尊重他的劳动，他的劳动成果。我这样做，直接造成了不尊重老师，不尊重他人，不尊重他人劳动的恶劣影响。作为一名学生，一名正在接受高等教育的人来说，这种表现显然不符合社会对我们的要求。

在此，我要对学校老师和同学表达深深的歉意，并且做下保证以后不会再犯。

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**中学生抽烟检讨书篇十一**

尊敬的老师：

您好！

我非常的抱歉，因为这次我违反了学校的纪律，竟然在大庭广众之下抽了烟，这一行为给我们校园的环境带来了极其恶劣的影响。通过这一次，我知道了自己的愚钝和无知，也知道了作为一名中学生，抽烟本是一件不对的事情，而我这次的行为更是一件值得批评的事情。非常抱歉让老师您为我生气了，也很抱歉因为我一个人而让我们班级都蒙了羞。此刻我也不知道自己是怎样的心情，我也知道道歉并不能为这个结果带来任何改变。所以现在，我只能在这里给大家真诚的先说一声对不起，往后我会改正自己的缺点，不再做出这样的事情，去影响他人了。

昨天下午的时候，第六节课体育课，解散之后我就和几个男同学一起去了操场的一个小角落，原本是想一起聊聊天的，但是聊着聊着就开始抽烟了，我开始还在想在操场抽烟不会被抓吧。结果不一会我们就被老师抓到了，抓到之后我才知道这件事情的严重性。可能是因为我的家庭的原因，我总觉得抽烟不是一件很大的事情，因为我的爸爸经常抽烟，有时候还会调侃我要不要抽一口，导致我认为抽烟是一件很正常的`事情。

虽然抽烟这件事情，在学校大家都极力的禁止，我也知道在校抽烟是不对的。但是在我的内心，我还是觉得抽烟是一件正常的事情。但是这次被老师抓到之后，班主任和我单独聊了很多，她知道了我的家庭情况，同时也对我进行了疏导。这时候我才多多少少有一点点的醒悟，我也知道了我爸的做法是不对的，同时我也会回去跟他聊一聊，此外我也会慢慢的把抽烟这个坏毛病改掉，争取走上一条正道，不再做这些不好的事情了。这次我真的非常的感谢我的班主任，有史以来，我第一次感受到了这么多的温暖，虽然我抽了烟，但是老师让我明白了很多，也让我自己有了很多的感悟。

所以对于这件事情，我必须要重视起来，去改正自己，也去戒掉这个毛病。只是非常的抱歉这次给大家都惹了一些麻烦，也给我们的同学带来了很多的困扰，非常的抱歉，但我也会好好的去改正自己，不再给大家带来这种不良影响了。我在此保证，今后不会再触摸烟这个东西，也不会再做违反学校纪律的事情，我会好好学习，每天进点步，让老师您宽慰！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn