

2023年班级吸烟检讨书(通用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

班级吸烟检讨书篇一

尊敬的老师：

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xx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，而高剂量反而起到抑制作用，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，血管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。

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。不过，人总是会犯错误的，当然我知道也不能以此作为借口，我们还是要尽量的避免这样的错误发生，希望老师可以相信我的悔过之心。“人有失手，马有失蹄”。我的不良行为不是向老师的

纪律进行挑战。绝对是失误，老师说的话很正确，就是想要犯错误也不应该再您的面前犯错误，我感到真的是很惭愧，怎么可以这么的对自己健康不负责任。

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上最可以信任的人，所以我们就要尽量的避免家长生气，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。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

时间□20xx年xx月xx日

班级吸烟检讨书篇二

尊敬的老师：

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xx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，而高剂量反而起到抑制作用，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，血管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。

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。不过，人总是会犯错误的，当然我知道也不能以此作为借口，我们还是要

尽量的. 避免这样的错误发生，希望老师可以相信我的悔过之心。“人有失手，马有失蹄”。我的不良行为不是向老师的纪律进行挑战。绝对是失误，老师说的话很正确，就是想要犯错误也不应该再您的面前犯错误，我感到真的是很惭愧，怎么可以这么的对自己健康不负责任。

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，所以我们就要尽量的避免家长生气，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。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

时间□xx月xx日

班级吸烟检讨书篇三

尊敬的老师：

您好！

其实在写下这份检讨书的时候，我思考了很久，而且不知道从何下笔，老师，请您相信，我是真的已经认识到自己的错误了。

在上周的星期四下午，我和其他三个同学，被一名老师当场发现在厕所抽烟。您接到通知很快便赶来了，当时的我简直脸上顿时火辣辣的，我觉得很没有面子，因为抽烟严重违反了校纪校规，并且还被当场抓获。

我被学校进行了通报批评处分，严重警告并留校察看。老实说，这件事情我再怎么羞愤也没用，错误是自己一手造成的，我觉得没有面子并不全是因为被您发现了，还有对自己的自责。

现在的`我是一名高一的学生，入学的第一个星期，就被抓到在校抽烟了，给同学们和老师都留下一个非常不好的印象。

我甚至都不知道该怎么去挽回，同时也为自己的不懂事感到深深的自责，在我过去的初中生活里，一直都是同学们，老师眼中的好学生。因为成绩过于优异，被学校保送到这所高中。

我知道经过这件事情的影响，你们心里肯定也对我保送生的头衔产生了质疑，因为抽烟不该是一个保送生该有的行为。我们都是刚刚接触的关系，过去的辉煌或暗淡在现在都是过眼云烟，没有人会在乎你的过去，现在进入高中就是全新的开始，成王败寇，还看今朝。

其实抽烟，是我在暑假偷偷学来的坏习惯，在过去，我是非常厌恶抽烟的行为的，可是我却成了自己厌恶的那种人，很多次我的心里都在进行着思想斗争，我知道这么做是不好的，纸是包不住火的，迟早会被发现，但是我控制不了自己抽烟的欲望，于是便放纵了自己。

我也不知道该怎么去解释，怎么去挽回，在老师您对我的教导时，我深刻领悟到了自己的错误，并且您还问了我从前的班主任，当时我感到非常诧异，因为初中班主任是我最喜欢最信任的老师，她一直都特别照顾我，她得知了这个情况后非常的惊讶，随后在电话里和我进行了一段很长时间的谈话。

老师，请您相信我，我知道你以为我是那种顽固型的学生，但是我不是，许是给您的第一印象太差了吧，导致我的诚信度下降的这么厉害。老师，我是知错就改的学生，并且一直都非常听从老师指挥，我发誓以后再也不会抽烟了。

我知道您现在可能还不会相信我，但是在接下来的时间里，我会为自己扳回一局，努力学习，请同学和老师们随时监督，这一次学校下达的处分，我甘愿受罚。

还请老师您能原谅我，我知道错了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

时间□xx月xx日

班级吸烟检讨书篇四

尊敬的班主任老师：

对于我在学校寝室吸烟的事情，相信您已经调查得很清楚了。面对错误，我感到很懊悔很羞愧，我觉得自己是一名不合格的中学生。

在此我不得不老老实实、一五一十得向您坦白我的吸烟历史□xx年6月我在一次暑假旅游当中第一次接触香烟，从此慢慢就开始了吸烟，开始一次吸一两根，后来就烟不离嘴了。直到现在我共计在学校吸烟23次，最后一次就是这第23次遭到了您的发现。前几次都是在学校实验楼厕所里偷偷摸摸地进行，期间几次都是在宿舍里。

面对错误我感到羞愧不已，我已经幡然醒悟。彻底地觉得了吸烟是很不好的，吸烟有害健康不说，我这样的未成年人（只有17岁周岁）是禁止吸烟的。而且我在宿舍吸烟更加玷污了宿舍清洁的环境，同时也是损害了寝室其他同学的利益。

现如今我已经深深懊悔，愧疚之情难以言喻。不管怎么样，在今后很长时间里我都要认真反省错误，积极戒除吸烟恶习，并且向从前受我不良影响的宿舍同学道歉。

检讨人□xxx

时间□20xx年xx月xx日

班级吸烟检讨书篇五

尊敬的老师：

您好！

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。我犯的'是一个严重的原则性的问题。

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。这种行为，即使是并没有给同学和老师带来损失，此举本身就是违背了做合格学生的原则。

我只是顾着自己的便利，和一时的想法，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，损害了全班同学的上课和学习风气，我这样做，同时也是老师全心为同学们服务的不尊重。如今，大错既成，自己的错误需要自己来承担。我的错误让老师失望了，让家长失望了。我会以此为戒，作为教训，我会改正抽烟的坏习惯，对自己严格要求，对自身提高标准，不让老师和家长再为我操心，不再让你们失望了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

时间□xx月xx日