

睡觉检讨书反省自己(通用7篇)

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

睡觉检讨书反省自己篇一

尊敬的老师：

我错了！我在课堂上睡觉是不对的。我深切认识到自己的错误。

我在课堂上睡觉虽然不影响老师对同学们传授知识，但是影响了老师的教学情绪，影响了同学们的听课效果，辜负了老师对我的期望，特别是我的胡噜声让大家都产生睡觉的欲望和冲动。

我错了，我真的错了。父母把我送到学校让我学习知识，老师是给我传授知识，不仅劳累还吃粉笔灰，这么辛苦只是为了让我能够学到知识，让我今后做一个对社会有用的人，可我却课堂上睡觉，而且打呼噜这是很非常严重的错误。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，我们还是要尽量地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.....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，我们学生唯一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。

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。

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

xx年xx月xx日

睡觉检讨书反省自己篇二

尊敬的老师：

您好！

我在课堂上，趴在桌子上睡觉，没有来听老师的讲课，我这样做也是浪费了自己的时间，不尊重老师的，对于我的这次行为，我也是要认真的来做好检讨。

我也是昨天晚上没有休息好，玩游戏比较的晚，所以也是导致今天上课就打瞌睡，然后老师讲解的知识也是比较的难懂的，我听着听着也是不觉就趴到桌子上睡着了，没有考虑到老师讲课的辛苦，也是没有想过自己来上大学，不是为了来玩游戏和睡觉的，而是需要认真的学一些东西，不然无论在什么地方，都是可以玩游戏和睡觉的，没必要那么的辛苦来考上大学，既然努力的考上了，那么也是要珍惜在学校学习的一个机会，特别是我们专业其实在社会上还是比较吃香的，也是有很多优秀的毕业生是找到了很好的工作，如果我认真的去学，以后也是更好的到社会去找到理想的工作，如果不认真，那么可能毕业的证书都难以拿到的，那样更是对于自己以前学习辛苦的一个否定，我还是得认真来上课。

老师讲课也是很辛苦的，我们一整个大的班级，要来教好我们，也是需要管很多的，平时的时候老师也是会严格的要求我们，其实大学很多的老师都没有您那么的严格，我也是知道是为了我们好，才这样做的，并不是故意那么的严格，而我这次睡觉，老师的批评虽然严厉，但是也是透着关怀，希望我能真的学到东西，而不是浪费掉了课堂宝贵的时间。我也是知道不该上课睡觉，从小老师也是讲过要认真的上好每一堂课的，而我晚上玩游戏也是需要克制，虽然课后的时间，玩一会游戏放松一下没什么的，但是也是需要去把时间分配好，不能影响了自己的休息，不能耽搁了学习的。

这次的。睡觉，我也是反省了，知道自己对待学习的一个态度的确是松懈了，以后也是不能再这样，必须要认真的来把课堂的知识给学好了，而不是把时间用在不该花的上面，老师，错误已经是发生了，我也是会改的，不会再犯了，以后的课堂上，会认真的来把课给听好，该学好的专业也是认真的学好了，这样到时候我毕业也是能更加有准备的去进入社会，而不是什么都不会，那样也是白上了大学，不该如此，课堂的知识也是非常的重要，我也是要去把笔记给做好了才行。

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书反省自己篇三

尊敬的老师：

今天我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以向您表示我对考试睡觉这种不良行为的深刻认识以及再也不迟到的决心。

早在我踏进校门，老师就已三申五令，一再强调校规校纪，提醒学生不要违反校规，可我却没有把学校和老师的话放在心上，没有重视老师说的话，没有重视学校颁布的重要事项，当成了耳旁风，这些都是不应该的。也是对老师的不尊重。应该把老师说的话紧记在心，把学校颁布的校规校纪紧急在心。所以，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，老师对于我的无故考试睡觉也非常的生气。我也知道，对于学生，保证每堂课按时上课即使是考试，考试不睡觉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，我渐渐的认识到了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。

XXX

睡觉检讨书反省自己篇四

尊敬的xxx□

星期二下午，在我睡得不省人事的时候室友狂轰滥炸的手机，电话终于把我吵醒，在我飞奔去学校的途中，她们平静的告诉我：你来不急了。当我赶到学校门口的时候，发现有人在焊温州师范学院的牌子。因此默哀30秒，为自己的. 第一次法概旷课，为温州师范学院也为这份检讨。

如果我没午睡，如果闹钟模式不是震动，如果及时听到室友的紧急呼叫，如果那天温师不拆牌，如果我不至于倒霉到第一次法概旷课就被发现??。当然这只是当时的想法而不是迟到的借口更不是问题的本质所在，本质在于我的思想意识还不够，觉悟不深。不迟到不旷课是作为学生的基本原则，是对老师劳动成果的最基本的尊重，也是对自己和家长的负责。

希望老师看在我是初犯，又花了一个晚上认真深刻真心反思写检讨的份上，原谅我的错误，我知道错了。

检讨人□xxx

xxxx年xx月xx日

睡觉检讨书反省自己篇五

今天，我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以向您表示我对不尊重领导的不良行为，深刻认识改正错误的决心。

我非常羞愧，领导费尽心机教育我们，为我们操心劳累，希望我们能成为一个知识分子，懂道德，讲文明的人！而我的态度让我现在感觉真是惭愧。竟然做出如此荒。唐的行为。

平时对这件事的认识不深，导致这件事的发生，在写这份检讨的同时，我真正意识到了这件事情的严重性和我的错误，违犯了单位规定，再次，我这种行为还在单位同事之间造成了极其坏的影响，破坏了单位的形象。做为员工本应该听从领导教导，服从领导的安排，而我这种表现，给同事们带了一个坏头，不利于单位建设领导是多么关心我们。爱护我们！而我却给领导找烦恼，添麻烦，所以我今后要遵守单位规定，听领导的话，充分领会理解领导对我的要求，并保证以后尊净领导。希望领导给我改过自新的机会。通过这件事情我深刻的感受到对领导我这种败坏行风的行为心情，使我心理感到非常的愧疚，我太感谢领导对我这次深刻的教育。

我保证以后不再有类似的情况发生，我真诚地接受批评，并愿意接受处理。对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，恳请领导相信我能够记取教训、改正错误！

检讨人：

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书反省自己篇六

尊敬的xx老师□

您好！

我是在您的教学课程上睡觉的学生xxx□我想利用这样的形式来表达我对于我课上睡觉的悔改之心，以及对于这次错误向您的进行一个保证，我想要我可以用我的诚意换来老师您对我的信任，愿意让我将全新的自己展现给老师看。

本来老师一直都有强调不可以在课堂上睡觉，并且我也是知道这一点的，但是我还是没有克制住自己，还是在上课的时候睡觉了。其实我并不是昨天晚上没有睡好，我虽说是经常

晚上有悄悄玩游戏，但是我向老师保证昨天晚上我真的是乖乖的早睡了。今天的第一二节课我都还是听清醒的，不过到了您这堂课，我突然就没有了激情，就开始在课堂上开小差。我开小差也就算了，竟然还公然地就在桌子上睡过去了，我这样的行为确实是挺过分的，我甚至都不能够原谅自己的这种行为。当场您就将我叫醒起来，我确实也是一脸惊愕，我竟然自己都没有发觉到自己睡着了，我这才感觉到自己犯下了大错。

老师平日里就很少对我们会严厉的要求，更也是知道课上没有多少同学在很认真的听课，但是您说只要不扰乱课堂，不趴着睡觉，其他想怎样都行。我恐怕就是因为您这样的态度，以及您平日里的温柔才敢这么的放肆，我有这样的思想很是不正确，竟然还是因为老师您过于温柔了，才敢于做出些违反纪律的事情。其实大部分的同学也都是这样的，像是班主任老师的课，大家甚至都会很认真听课，那毕竟是班主任老师平日里就很是严格的要求我们，对于我们的各方面都有很严格的制度。不过一到您的课上，我们就特别的散漫，老师平时都是在讲台上讲课，只关心几位学习成绩较好的同学，其他的就没有太多的关心，所以才会使得我们越发的肆无忌惮。

我知道是我没有管理好自己，我就必须要承担，没有任何的理由，是我平时就对自己太过于放松，没有把控好自己在学校、课堂上的一点一滴的时光，更是没有将学习作为自己人生中需要更好面对的事情，所以我才会犯下在上课睡觉这样的不可原谅的事，现在我的思想就是有很大的偏差，我必须要现在就及时纠正自己。我知道自己这门学科的成绩较差，就是我没有将这门学科的学习放在心上，我现在已经知晓自己的错误了，并向老师保证，我之后都会以我最为精神的一面来面对您，在课堂上好好的学习，把每一个知识点都记录下来。更是记住我学习的目的是让自己收获到更多的知识，我必定会修正现在的不足，将自己打造成为更加优秀的学生，为自己，也是为学校，为老师争光！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

睡觉检讨书反省自己篇七

尊敬的老师：

关于今天上课时候睡觉的事情，我感到非常后悔，对于自身所犯的错误感到深深的烦恼与内疚，特此检讨！

回顾错误，我当时由于感到学习听不进去，慢慢地就产生了倦意就爬在桌子上睡了起来。面对错误，这已经不是我第一次在课堂上睡觉了，我的上课睡觉行为给周围同学做了非常不好的范例，让周围同学受到了我的影响，同时我的行为还影响老师的教学心情，从而就严重地降低了老师的教学水平，进一步来说让全班同学都受到了我的不好影响。

面对错误，我感到愧疚。经过领导的批评以后，我更是认识到了自身错误的严重性。我屡教不改，经常违反学校纪律，充分说明我是一个不懂事的青年，没有意识到“遵守纪律，积极上进”才是一名青年学生的正途。而我这样上课睡觉，也充分暴露出我“怕懒得、不求学”的不好学习品行，我这样的品行倘若继续存在，在今后就很难立足社会，更是无法适应当今社会对于人才的要求。

总而言之，上课睡觉违反课堂纪律，就是一种违纪违规行为，我错了，我深深地感到了自责，今天班主任给我父母打电话以后，晚上我的心情也不好受。

在此，我向您保证：今后我一定要认清错误，彻底改正这个上课睡觉的坏毛病，即使听不进，我也努力看书，争取理解知识。

检讨人：

时间：