

# 2023年大学生上课睡觉检讨书(大全5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 大学生上课睡觉检讨书篇一

尊敬的老师：

您好！

我是您在xx班的学生xx[]今天，我犯下了一个非常严重的错误——在您的课堂上睡觉！当然，您作为老师，早就知道了。毕竟是您在课堂上提醒了我，这才让我明白了自己的错误！真的很对不起！

这次的xx课上，我因为自己实在是困得不行，无意间在课堂上睡着了，真的很对不起！您也了解我，在过去的学习中，自己从没有这样犯下错误！在您专心致志的时候睡觉！这实在是有些太过分，太糟糕了！我我很惭愧，作为xx班的学生，我在学习上，其实并算不得出色，在上课的时候也总是不能全部领会老师所授。但尽管如此，我也一直在努力，认真的挺好每一堂课，不将学习落下！

可是，自己在这次却犯下了这样的错误！在您的课上睡觉，这是我怎么也没有想过的事情啊！但是也怪我，怪我没能控制好自己行为，没有约束好自己。这才导致了今天的这一出错误！我真的非常的惭愧。

在这次的'事情后，我也深刻的反思了自己在上课的时候犯下

的错。仔细想想，自己身上还是有不少的错误!当然，面对这次在课堂上睡觉的问题，的原因还是因为在昨天的时候，自己没能及时的上床睡觉，这导致在刚走到教室门口，自己就忍不住哈气连天!现在想想，自己应该早些察觉自己这样的状态会给上课带来怎么的错误，也许还能及时的制止这个错误的发生。

但说到底，主要还是自己没能在昨晚的时候休息好，贪图玩乐，导致作业写晚了，不仅伤害了自己的健康，还给了老师带来了这样大的麻烦!真的很抱歉!

我知道，自己这样的行为真的非常的糟糕，不仅仅让老师不得不打断上课来纠正我的错误，还让同学们看到了我这样的错误行为，甚至给大家带来了一个负面的榜样!这是非常不对的!我知道，自己这样，是对老师的不尊重，是对xx班级的不负责!是对大家的影响!

当然，我现在也通过了自己的思考反省了自己。犯下这个错误，也是因为我在平时没有注意好自己的那些细小的错误，这才导致了这样的问题!但是经过这次您的提醒，让我深刻的认识到自己在自我管理上的不足!当然，我一定会改正自己的错误，希望老师能原谅我，我一定会更加严格的要求自己!

此致

敬礼!

检讨人□xxx

20xx年x月x日

## 大学生上课睡觉检讨书篇二

尊敬的老师:

您好！

经过一天的自我反省与检讨，我已经从本质上认识到了自己的错误，我错了，我不该在上课的时候睡觉。

因为昨天晚上睡得比较晚，导致今天的精神状态不好，上午上课的时候听着听着不自觉地睡着了。同学们看到很不好，老师也非常生气，我无比自责，写下了这份检讨书。

感觉到很困的时候可以在下课时间内小小的眯一会儿，学校也给老师学生们安排了午休时间，为的就是让我们有充足的睡眠，打起精神来，在学习上更加努力，我却没有等到下课和午休，在课堂上睡着了，触犯了规矩，犯下了严重的错误，也导致了一系列严重的不良后果。

上课睡觉是对自己的一种不负责任，耽误了自己的学习进度，影响到了后面课堂知识的理解，学业只能靠自己的努力来建设，容不得一丝松懈，我却放纵了自己；上课睡觉也是对老师的一种不尊重，老师来到学校，把自己渊博的知识传授给我们，在讲台上站着，我们在下面坐着，我却无视老师的无私奉献，浪费了老师的一片良苦用心；上课睡觉更是对父母的一种伤害，爸爸妈妈每天上班赚钱，送我到学校来上学让我学习更多的知识，我却辜负了爸爸妈妈对我抱有的希望。

学校和班级都明文规定了上课期间不允许睡觉，我严重违反了学校和班级的规章制度，破坏了规整的秩序。对不起老师、同学和爸妈。因为我一个人的睡觉，对老师的课堂造成了不良影响，也破坏了同学们舒适的学习环境，我感到十分歉疚。作为学校里的学生，就应该有学生的样子，听从老师的管教，遵守校园与班级的各项规章制度。作为爸妈的孩子，应该努力学习，对得起爸妈的期盼。

我再次反思自己的错误，上课睡觉虽然是个小细节，却是一个大问题，我知道，课堂上不能有一点点懈怠，不然下一个

知识点就听不懂了。上课睡觉不仅仅是个人问题，我破坏了班级在学校里的优良形象，破坏了正直的班风和校风。

我错了。从今往后，我一定严格要求自己，给自己制定一个规律的作息时间表，按时作息，以良好的精神面貌迎接每一天的校园生活，老师的教诲我一定会牢记在心，这是最后一次睡觉，最后一次写检讨书，我一定吸取这次的教训，保证下不为例。希望老师能给我一次改过自新的机会，请原谅我。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

## 大学生上课睡觉检讨书篇三

尊敬的老师：

您好！

我是xx□最近因为上课经常睡觉影响到了课堂上课的氛围和纪律被老师的慧眼抓住，对此我深表歉意，因为自身的原因而影响到同学的学习思维打断老师的讲课思路，在这个高中时间紧张，大家都在争分夺秒的吸取知识，而我浪费了大家的时间，对此对于大家我只能再次说一声“对不起”！

对于我上课睡觉的原因大部分还是我自身存在的问题，因为在我们的宿舍里面我是宿舍里面的积极分子，特别是在晚上的时候特别活跃，像极了猫头鹰一样，昼伏夜出，在晚上我们洗漱完成上床之后的时候，其实大家都是特别安静的，因为我们的高中在市里面也算是重点高中，所以大家的学习氛

围还是比较强烈的，有的在那里静静的看书，有的在床上闭眼等着睡觉，但是也有像我一样的同学，在晚上不想在床上看书学习也不想那么早早的进入梦乡，所以我们都会在床上一直叽叽喳喳的说话，聊个不停，常常聊到晚上的十一二点钟，同时也带动了那些在安静看书学习和闭眼睡觉同学，然后我们一起在床上聊个不停，从女生聊到游戏，从游戏聊到我们之后向往的大学，每当在晚上十一二点的时候就会有同学以明天还要上课为由终止了今天晚上的聊天谈话，虽然有些不尽兴，但还是为了自己和别人的学业没有在继续说话了。

今夜无话，每到早上的时候我都有些无精打采的样子，而我的那些室友们各个生龙活虎的样子，哪像是昨天熬夜聊天的样子，像是打了鸡血一样，感觉我是属猫头鹰的，不属于12生肖，而有的老师可能因为课程本身就是那么乏味，从而更加容易激起自身的困意，然后不知不觉的就在课堂上睡觉，以上就是我白天睡觉的原因。

我本身是知道上课睡觉是不好的行为，会影响到老师和同学上课的情况，在通过和老师面对面的交谈了一下，老师通过自己的言传身教深刻的影响到了我，我们都是农名子弟，在如今的社会上立足在没有任何帮你的话，那只能靠自己了，而靠自己最根本的基础就是通过学习来获取知识的力量从而武装自己，来达到或获取自己想要的东西，在此非常感谢老师对我的教诲，对此在之后的学习中，努力学习严格要求自我，保证上课再也不上课睡觉了！

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

# 大学生上课睡觉检讨书篇四

尊敬的老师：

您好！

在二零一五年四月十八日上午的英语课上我由于过于疲惫而沉沉睡去，直到英语张老师叫我起来回答问题我才在恍惚中醒来。那时候我才发现英语课已经过去了一大半，老师所说的那许多知识都与我擦肩而过了。我顿时觉得羞愧万分，恨不得找个地缝钻进去。张老师却耐心的教育我，问我为什么今天上英语课这么困。老师的关心使我的心里更加不好受，于是我不由得想在这里把我心中的羞愧一股脑的倒给我最亲爱的老师和我最可爱的同学们，希望借此检讨能够得到老师的原谅，得到同学们的谅解，也同时使我自己深深记得自己的过错，自此不再犯错。

上课是学生的天职，甚至可以说是同学们生活的一部分，而我却在课堂上睡了觉，这是对自己不负责同时也对班级不负责任的行为，因为上课是同学们接受知识最直接的方式，我在这种时候沉沉睡去，使得老师的工作对我而言成了无用功，自己的时间也就这样白白浪费了。

另一方面来说，其他的同学都在认真学习，我却在睡觉，这会使得我们班级的班风和学风受到损害，这造成的损失是不可估量的。

因此，我决定以后加强自我管理，提高写作业的效率，每晚早睡，早晨早起，调整自己的生物钟，使得自己能够有充足的精力来应付每天的学习和工作，再也不会上课睡觉了。同时，如果以后班级里有其他的同学上课睡觉，我一定会第一时间告诉他们我自己的事例，为营造氛围更加良好的班风学风做出自己的贡献。

检讨人□xxx

20xx年x月日

## 大学生上课睡觉检讨书篇五

尊敬的xx老师：

您好！

我在深刻反省自身错误，充分认识错误的基础上向您递交这篇“上课睡觉的检讨书”，以表达我对错误的认知与反省态度，提出相应、切实的改正措施，最大程度地纠正自身错误，弥补错误带来的不良影响。

回顾错误，我感到深深的悲痛□xxxx年xx月xx日下午xx课，老师讲本学期重点学习课程。然而，我听到第一小段就呼呼大睡，甚至还进入了深度睡觉发出了嘴巴吮吮的声音，严重地影响了班级上课秩序，直接损害了学风，潜移默化地伤害到班风。

我的错误是严重的，造成的后果是相当恶劣的。因此，我必须就错误进行深刻的反思。幸运的是，经过昨天整晚的面壁思过，我思想上终于有所觉悟。正所谓“关键在思想，根本是觉悟”，我现在觉悟提高了，我认为自身可以克服错误，重新做回好学生。

检讨人：

日期：