

# 最新通知迟到现象上班 迟到吸烟心得体会 (大全6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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 通知迟到现象上班篇一

人生中总有一些习惯或陋习，常常配以负面的评价。迟到和吸烟就是其中两个典型例子。作为一个经历过迟到和吸烟的人来说，我深知这两个习惯给自己和他人带来的不良影响。然而，正是通过这些不良经历，我深刻体悟到了时间和健康的珍贵，以及良好习惯的重要性。本文将通过探讨我个人在迟到和吸烟问题上的心得体会，展示我如何在经历中成长并改变。

首先，迟到是一个我长期以来的毛病。无论是上学、上班还是约会，我总是不可避免地拖延时间，导致迟到成为我的习惯。然而，每当我在面对怒火中的老师、失望中的朋友或疲惫中的自己时，我才会意识到迟到的严重性。不仅仅是给他人造成困扰，更是让自己错失了珍贵的机会和时间。因此，我开始反思自己的问题所在。通过调整时间观念，以及制定详细的计划和时间表，我开始逐渐改掉迟到的习惯。现在，我意识到时间的宝贵，始终保持准时，以充实自己的每一天。

其次，吸烟是我曾经一度沉迷其中的恶习。年轻时，我轻率地跟风尝试吸烟，但很快陷入无法自拔的泥沼。吸烟不仅严重损害了我的身体健康，还给我的家人和朋友带来了担忧与厌恶。然而，我却陷入了对尼古丁的依赖，无法控制自己。直到有一天，我突然意识到我需要采取行动，改变这种糟糕

的习惯。我参加戒烟讲座，倾听专家的建议，了解吸烟的危害，并加入戒烟小组。在小组的帮助下，我渐渐戒掉了吸烟的习惯。如今，我感到更加健康和自信，也再也不会让吸烟坏习惯再次缠身。

另外，迟到和吸烟让我认识到良好习惯的重要性。只有养成良好的习惯，才能使我们能够高效地利用时间，保持身心健康，以及建立良好的人际关系。对我来说，从迟到和吸烟的体验中，我学到了固定时间管理和自我约束的重要性。我开始制定每天的计划，提前预留时间来应对不可预见的情况，以避免迟到。此外，我也开始养成健康的生活习惯，包括规律锻炼、健康饮食和充足睡眠。这些良好习惯不仅让我身心愉悦，也赢得了他人的尊重与信任。

最后，我认识到改变习惯需要坚定的决心和持久的努力。迟到和吸烟不是一天就能改变的，它们是积习需要长期克服的。在这个过程中，我懂得了耐心和坚持，并时刻提醒自己改变的重要性。无论是追求准时还是健康的生活方式，都需要坚持不懈地努力。而改变习惯不仅仅是为了自己，更是为了身边的人，为了共同创造一个更好的环境和氛围。

总之，迟到和吸烟是我经历过的两个不良习惯，它们带给我很多痛苦和困扰。然而，正是通过这些不良经历，我深刻认识到时间和健康的重要性，开启了改变自己的道路。通过探索解决问题的途径、养成良好习惯，并坚持下去，我成功克服了迟到和吸烟的习惯。通过这些改变和成长，我深信只要有决心和努力，没有任何坏习惯改不掉的。我们要时刻珍惜时间，呵护健康，努力养成良好的习惯，让自己和他人都能更好地生活。

## 通知迟到现象上班篇二

在人们的求职生涯中，迟到是一个十分普遍的问题。迟到给我们带来的不仅仅是被领导“罚款”这样的物质惩罚，更重

要的是我们在迟到时失去的机会、遗憾的心情与影响人际关系的负面效果。迟到所带来的种种问题，让我们不得不反思并且从中汲取教训。

## 第二段：分析迟到产生的原因，反思自己的行为

首先，分析造成迟到的原因十分重要。或许我们在时间安排上失误，或许我们在交通工具上遇到了困难，或许我们在任务分配上存在问题。然而不能否认的是，我们在迟到问题中所扮演的最重要的角色就是自己。我们是否提前预留了足够的时间给自己？我们是否给予了所需的重视和付出？在迟到时，我们首先要反思的就是自己，要意识到自己在迟到问题中扮演的角色，而非将责任推给他人。

## 第三段：发掘迟到被罚的意义，艰难锻造中的成长

每一次的迟到和被罚，都是一次意义深远的经历。从迟到被罚中我们能够收获努力提升自我的动力。通过被处罚，我们学会了从失败中总结经验教训；从被责骂中，我们意识到我们的拖延和忽视造成了不必要的麻烦。迟到被罚是教会我们严肃时间观念和尊重他人的时刻，我们能够从中体会到成长中的艰辛和变得更好的渴望。

## 第四段：解释如何改进，展示对待迟到的诚恳态度

改进迟到问题的方法有很多，不同人侧重的方面也不尽相同。一方面，对于自我管理能力较为薄弱的人来说，建立一个合理详尽的事项计划及时间安排是必要的。养成良好的处事规划和及时管理的能力，能够减缓迟到问题的发生。另一方面，提高忍耐力和自律性也是改进迟到问题的重要环节，只有经过长时间的磨砺，才能形成良好的时间观念和严谨的工作方式。

## 第五段：总结心得，强调对于迟到问题的反思和成长

总之，迟到带来的罚款只是其表面上的一种惩罚。从迟到被罚中，我们看到了自己的不足，看到了自己需要提升的地方，看到了我们付出的不应该被忽视的细节。通过深刻反思自己的行为，我们能够明白迟到问题背后的根源所在，从而着手解决问题并且培养出优秀的时间观念和对待任务的态度。迟到并非是一种懈怠，而是一种对自己和他人不负责的表现，因此，我们应该引以为戒，不断成长和提升，并在向成功迈进的路上不再迟到。

## 通知迟到现象上班篇三

迟到是一种不良习惯，无论在学校还是在职场，都会受到批评和处罚。作为一名大学生，我在过去的一次迟到后受到了学校的处罚，深刻体会到了迟到带来的影响。在这次处罚后，我反思并整理了自己的心得体会。

### 第二段：原因分析及启示

迟到的原因多种多样，如交通拥堵、起床困难等。自我反思后，我发现迟到主要是由于我对时间的管理不善。我常常过于乐观地估计自己完成任务所需的时间，导致收尾工作不得不连夜赶，无法按时到达学校。这次处罚让我意识到，时间管理是非常重要的，我应该合理安排时间并严格按计划行事。同时，我也意识到迟到会导致他人等待和计划延误，给他人带来麻烦和困扰，因此我要对自己的行为负责任，严守时间纪律。

### 第三段：处罚引起的反思

作为惩罚的一部分，我被要求到学校门口为迟到的同学站岗。这一经历让我深切地感受到了迟到的尴尬和羞愧。大家对我投来异样的目光，我明白了迟到给人带来不好的印象。这让我意识到，我们的行为不仅代表着个人形象，也代表着我们所处的集体和团队。迟到不仅仅是一种个人行为，也关乎到

我们的集体形象和团队凝聚力。迟到不仅自己受罚，也让整个团队受到影响。因此，我决心改正自己的行为，做一个守时的人。

#### 第四段：目标制定与行动计划

为了改正自己的迟到毛病，我制定了一套行动计划。首先，我会每天早上早起半小时，给自己预留出足够的时间应对突发情况。其次，我会制定详细的计划表，明确分解每项任务所需的时间，并尽量提前完成。同时，我还会主动与同学约定早上一起走，相互监督，提高自己的自觉性。最后，我会时刻警醒自己，提醒自己守时的重要性，并将准时到达视为养成好习惯的一部分。

#### 第五段：改变与成长

经过一段时间的努力，我逐渐改掉了迟到的坏习惯。我的目标是始终保持守时和准时到达。通过认真执行自己的行动计划，我渐渐对自己的时间管理能力和守时意识有了明显的提升。同时，我也收获了更多的时间用于学习和提升自己。守时不仅能够提高效率，还能培养自己的责任心和团队合作精神。改掉迟到的坏习惯，我感到自己更自信、更有活力，也在大学生活中取得了更好的成绩。

#### 结尾：

通过此次迟到被罚的经历，我深刻体会到了迟到的不良影响，意识到了守时的重要性。我制定了行动计划，并坚持付诸实践，这一过程不仅让我改正了迟到的毛病，也让我认识到时间的宝贵和珍惜。通过自己的努力，我成功地改变了自己，提高了自己的守时能力，也让自己变得更加自律和有序。迟到被罚的经验让我受益匪浅，也让我对自己的未来更加充满信心。

## 通知迟到现象上班篇四

近年来，随着竞争的加剧和生活节奏的加快，工作、学习压力不断增加，很多人不可避免地会出现请假或迟到的情况。作为一个职场新人或学生，我深刻体会到了请假和迟到所带来的后果，同时也从中获得了一些宝贵的经验和体会。

### 第二段：请假的后果及体会

早期，我因为种种原因频繁请假，一度导致工作任务积压，同事和领导的不满情绪也逐渐累积。我深刻意识到，只有高度负责地履行工作义务，才能赢得他人的尊重和信任。同时，请假也会带来工作延误和工作负荷的繁重，这让我意识到合理安排时间是十分重要的。一个更明智的做法是，提前和领导沟通交流，并准确评估自己的工作量，以便合理调整工作进度，尽量避免请假。

### 第三段：迟到的后果及体会

迟到常常会给人留下不负责任和不认真工作的印象，同时也会干扰其他人的工作计划。迟到不仅导致我自己的工作进度受阻，还影响了同事的工作效率。通过迟到的惩罚，我明白了准时的重要性。为了改正这个不良习惯，我开始提前规划每天的活动时间，并制定实际可行的行动计划。此外，提醒自己立即行动，不要拖延，认真完成每个任务。

### 第四段：请假和迟到的应对策略

对于即将请假的情况，我会提前与领导沟通，说明请假原因，列出工作计划和任务，确保工作的顺利进行。同时，我会尽量选择非高峰工作期间请假，以减少工作压力。对于自己容易迟到的情况，我会提前规划每天的时间，确保能够合理安排工作和生活。此外，我还会加强自我监督，确保准时抵达目的地。

## 第五段：结论和展望

在请假和迟到的经历中，我深刻认识到时间和责任的重要性。只有做到对自己的工作负责，才能得到他人的认同和尊重。因此，从今以后，我将积极改善自己，遵守时间规则，提高自己的自律能力。同时，我也鼓励身边的同事和朋友共同遵守准时准点的原则，共同营造一个高效有序的工作环境。

综上所述，通过请假和迟到的体会，我深刻认识到自律、负责和时间管理的重要性。请假和迟到不仅会给自己带来不必要的麻烦，还会影响他人的工作。因此，我将以此为戒，不断改进自己，努力在工作和学习中做到高效、准时与负责。

## 通知迟到现象上班篇五

- 1、学会12个生字，读写迟到等7个词语，并初步学会运用。
- 2、会把两句简单的话合并成一句话，会根据提问把话说具体。
- 3、会流利的朗读课文。
- 4、初步养成关心他人利益、爱护庄稼的思想感情。

：什么情况下，谁赶紧怎么样的句式把句子写完整。懂得爱护庄稼的道理。

：迟、晨、绳、紧是字音难点，紧、稻是字形难点。正确理解秋生上学迟到和老师表扬他的内在关系。

3课时

第一课时

教学目标：

1、学会本课11个生字，认识绞丝旁，学会它的写法，理解迟到、稻田、稻秧、牛绳等词的意思。

2、读通课文，初步了解课文内容。

教学过程：

1、揭示课题

(1)出示课题，读题。

(2)通过预习，知道这是谁说的话，读出问的语气，再读课题。

(3)学习生字迟。迟与尺的区别，用迟到说一句话。

2、初读课文，自学生字词。

轻声读读课文，读准音，读通课文，认清字形。

3、检查自学情况

(1)出示生字，读一读，你会读哪几个生字？

(2)各种形式读生字。

(3)哪几个生字你要提醒小朋友注意的？

重点指导稻、紧、绳等字。

(4)认读生字词语。

(5)看图，从图上知道哪些词语的意思。理解：稻田、稻秧、牛绳。

4、读通课文



指名分段读。

5、抄写生字。

第二课时

教学目标：

- 1、理解课文内容，知道秋生是个爱护庄稼的好孩子。
- 2、结合课文，理解赶紧的意思，学会看图运用赶紧把句子写完整。
- 3、能正确的朗读课文。

教学过程：

1、复习检查。

(1)卡片认读生字。

(3)卡片认读生字。

2、学习课文第3段。

(1)读课题，这句话是谁说的？找到着句话，读读这一段，老师在什么情况下说的？

怎么问的？问什么要奇怪的问？用奇怪的语气读读这句话。

(2)师接着读第二句话，漏掉小声的，问什么要加上这个词？讨论这个问题。读这句话。

(3)如果你是秋生，会怎样把这件事告诉老师？自由说，指名说。

3、学习课文1、2两段。

(1)读第一段

所说你知道了什么?理解稻田、稻秧。

(2)如果你是秋生看到牛在吃草，会怎么想，怎么做？

(3)读这一段。

(4)看第二幅图，秋生在干什么？

找到写这幅图的这句话，读一读这句话，出示两句话，比较有什么不同？

其中一句漏掉赶紧。

(5)齐读这一句话，注意读好赶紧一词。

再看图说说秋生怎样把牛拉出稻田，学着他的样子再表演读这句话。

(6)读第二句，秋生把牛交给放牛的人，

会跟放牛的人说些什么？

(7)秋生把牛交给放牛的人，问什么马上向学校跑去？

(8)指导朗读这一段。

4、课堂作业

第三课时

教学目标：

1、学习课文最后一段，知道秋生是为了爱护庄稼而迟到，因此老师表扬了他。初步培养爱护庄稼的思想感情和行为习惯。

2、能正确、流利的朗读课文。

教学过程：

1、复习

(1)认读生字、新词。

(2)出示课堂作业2，比一比，说说异同，完成后反馈讲评。

(3)口头填空课文第二自然段。

2、读课文1、2、3段。

3、自学第4段，完成练习，出示填空

秋生不让牛吃( )，他爱护庄稼，所以老师( )他。

4、.总结课文

(1)通过这篇课文的学习，我们知道要向秋生学习，做个( )、( )的好孩子。

(2)我们是不是也这样去拉牛，该从哪些方面做起？

(3)朗读课文。

5、课堂作业4、5。

2、你今天怎么迟到了

你今天怎么迟到了

老师 奇怪

秋生 牵牛

老师 表扬 秋生

## 通知迟到现象上班篇六

- 1、理解故事内容《迟到的茗茗》，并知道茗茗经常迟到的真正原因。
- 2、要求幼儿懂得每天要按时上学，做到不迟到。
- 3、教育幼儿勇于承认错误，并改正错误。
- 4、鼓励幼儿敢于大胆表述自己的见解。
- 5、鼓励幼儿大胆的猜猜、讲讲、动动。

重点：理解故事内容，并能连贯讲述故事。

难点：请幼儿自己制定一个作息表，并帮助自己规划好自己的时间。

《迟到的茗茗》的图片、幼儿用书《迟到的茗茗》、《我的作息表》

一、激趣引入——我用谈话形式来吸引幼儿，激发他们的学习兴趣积极主动性。

二、出示教学图片，采用直观教学法，帮助幼儿理解故事内容，这一环节主要分两个步骤进行。

1、分段讲故事。

此环节我运用了直观方法和提问法，把故事进行分段讲述，先通过观察后，再鼓励我们大胆表达。这样对幼儿有很大的吸引力，并充分调动了他们的视听觉帮助他们理解故事内容。

2、幼儿翻阅幼儿用书《迟到的茗茗》完整欣赏故事，使幼儿懂得勇于承认错误并改正不要依赖别人并养成良好的作息习惯。

此环节其实重在揭示思想内涵，进行情感教育，通过看幼儿用书的形式让幼儿完成整欣赏故事，有利于幼儿更形象的欣赏故事，理解故事能大胆讲述故事简单的对白，我利用幼儿用书让幼儿更形象的欣赏故事。

3、通过交流讨论茗茗经常迟到的原因？上学为什么不能迟到？你们也要上小学了，怎么样才能保证自己上学不迟到？等等，并引导幼儿深入分析故事帮助幼儿领悟要想不迟到，只有改变自己。

三、操作法：幼儿完成幼儿用书作业《我的作息表》

在这一环节，让幼儿通过，自己动手操作自己的作息表能更进一步加强幼儿对时间的观念，并养成良好的作息习惯。

让幼儿先观察图片，再听讲故事，幼儿知道故事的内容。交流讨论环节茗茗经常迟到的原因。教育幼儿勇于承认错误，并改正错误。在制作《我的作息表》这一环节，教师如果先引导幼儿在自己的作息表的时钟上写上数字点数。幼儿会更容易看懂。