

最新反省检讨书的格式(精选5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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

反省检讨书的格式篇一

一天周末我在写作业，但是我补习班挺多的，所以我断断续续的在写。

就这样，虽然作业不多，但格外的补习班压的我起不来身，所以我利用了空余的时间一直赶赶了好久，我才把作业写好。

我写好时已经快晚上我一拍脑门：糟了，默写还没做，算了我上课了，上好再来默吧，我感觉这节课上得特别漫长。上了好久我终于回到了家，刚踏进家门，妈妈就喊起来：“小航，去把编程作业写起来，别再拖到明天了。”听闻此言，我立马小跑跑到书房，把编程作业编起来。好不容易写好了，我不知为什么突然把默写这件事忘了，我回到房间然后去厕所刷牙，最后躺在床上睡着了，我直到上学都没有发现作业漏做！

第2天我回到学校突然发现默写默写，我的心里五味杂陈，仿佛有两个人在争着，那个恶魔说：“干脆和老师说自己古诗没有默，其他默了，然后再把两个都补起来。”另一个天使说：“自己和老师主动承认错误，老师可能不会罚你检讨。”可最后恶魔胜了，我也没能逃过老师的法眼，于是有了这篇检讨书。

对不起，我错了老师，下次我再也不敢这么做了。

反省检讨书的格式篇二

尊敬的体育老师：

我发现我错了，经过您的'悉心批评以后，我认识到自己不应该逃离体育课。经过深刻反省，我终于对于错了有了一定程度的认识。

首先，我要坦诚我体育课逃课的原因，其实是因为我闹肚子了，身体不舒服，而且最近天气忽冷忽热导致我患上了比较严重的感冒。因此，我陷入了难以忍受的境遇当中，选择了体育课的逃课。

其次，我坦白犯错细节。这天下午，我趁着同学们前往体育操场的间歇当中我躲进了草丛。然后从校园边墙溜走，最后回到了教室。当然了，期间我还去了一趟厕所。

现在我对于自身错误感到深深的自责与难过，我觉得非常对不起您。我这样逃离体育课会让我身体得不到锻炼，我身体得不到锻炼就会影响成长发育，这对我非常不利。

向您保证以后我一定准时按时保时的上好体育课。

检讨人□xxx

时间□20xx年xx月xx日

反省检讨书的格式篇三

亲爱的老师：

您好！

对于我这次的行为我感到深深的抱歉，我的行为不仅仅是在

伤害自己的身体，也让我周围的同事受到了影响。我的产生的二手烟也让他们受到了威胁，也因为这些烟味会影响到大家工作的心情。在办公室这么一个公共的场合，我不能因为自己的原因就自私的做出这种影响到大家，我也需要换位思考为大家着想。我想我不算是一个足够合格的员工，如果是一个足够合格的员工是一定不会做出这样的事情，而是会在上班的时候安心的工作，不做于工作无关的事情。而我却没有做到这些，反而在办公室里抽烟，没有做到我真正该做的事情。其实不管是有多么的想抽也不能够在办公室抽烟影响到别人，这是一种非常没有素质的行为，也是非常错误的行为。

回想自己的吸烟史也是从高中的时候就开始了，从一开始是因为对这个有些好奇，在同学的带领下开始了尝试，到后来自己也慢慢习惯了身边有烟的存在，有时候不抽两根心里慌的很。我也知道抽烟这种习惯不是什么好习惯，但是养成习惯之后确实有些难以摆脱。我也曾经想过要戒烟，让自己能够不用依赖香烟，但是每次也是戒到一半就坚持不下去，又开始抽起来。我对于自己抽烟这件事情也是非常的懊悔，也希望自己当初如果再高中的时候就选择远离的话肯定就不会有这种事情发生了，我的身体肯定也是会比现在要好很多的。可即便是我在后悔也没有用，这些都是已经发生过了的事情，也都不能够重来。

而这次出现了这样的问题也给我自己提了一个醒，不能够让烟把我给支配了，抽不抽烟应该我的选择，而不是身体因为对尼古丁的依赖而去依靠抽烟缓解。我现在也知道了自己的这种行为有多么的错误，我在这里向您做出保证以后一定是不会在办公室抽烟，减少自己抽烟的次数，然后慢慢的戒掉烟这种东西。戒掉烟之后我的身体和精神状态肯定也是会变得更加的好，让自己有更加充足的精力投入到工作之中，为公司做出更多的贡献。请领导您能够给我一个机会去证明自己悔过的决心，我一定不会再让您失望做出这样的事情，一定争取做一个让同事喜欢，领导满意的好员工，请领导您

放心。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

反省检讨书的格式篇四

尊敬的老师：

您好！

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。

早在我踏进校门之时，学校以有明令一再强调，校内不得吸烟，但我对此置若罔闻。故而有今日之事端，给学校造成影响。我的内心却因此次事件极度的难以平静，万千的悔恨激荡在我的心头，我犹如一颗被跻在山崖边的礁石整日的受尽风吹雨打，内心的忧虑更加让我寝食难安。对不起，学校的领导，老师！我犯的是一个严重的原则性的问题，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。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，老师的反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为歉疚，也已经深刻的认识到事态的重要性。

首先香烟极度危害人体健康；其次我还是一个在校花父母钱

的学生，从道德意义和理智上讲都是不应该吸烟的。吸烟就如同吸食父母的血汗啊；我应该节约用钱，来买一些对于学习有用的资料工具来深化我的人生修养；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在校期间打架、斗殴、酗酒、吸烟。但我却明知故犯，实在是非常不应该，而且差一点引起一起事端。

现在想起我当时的行为，可真是千般懊恼，万番悔恨。在目前的情况下，尤其是运动会期间，我应该在运动场上为运动员加油喝彩，真是极其不该做出这样的行为，不但是对老师和运动员的不尊重，也是对我们这个班的不负责，更是对自身的要求不严，约束不够。我竟犯了这样的错误，使我们整个班的形象因此受到极大损坏，究其根本，谈其关键，在于平日里我一罐对自己放松要求，放低标准，从而导致了自己在不注意间犯错，违反了校规，破坏了校纪。

最后，我保证今后不会再有类似行为发生在我身上，并决心为我校的安全工作，维护校纪献一份微薄之力。请关心爱护我的老师同学继续监督、帮助我改正缺点，使我取得更大的进步！为了挖掘我思想上的错误根源，我在此进行了十分深刻的反思和检讨。也很珍惜我能够得到这次改正的机会。相信老师看到我这个态度也可以知道我对这次事件有很深刻的悔过态度，相信我的悔过之心，希望老师可以原谅我的错误，我也向学校保证我不会再吸一根烟，保证此事不会再有第二次发生。

吸烟有害身体健康。众所周知，吸烟及其危害人类身体，其中尼古丁和焦油对肺，胃，肝，心脏等都有严重影响，严重的导致癌症。所以，为了自己，我决定戒烟。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。吸烟及其破坏自身形象。爸爸曾经教导，有素质的年轻人是不抽烟的。

因为他们知道吸烟的危害，而在当今，吸烟就是一个人身份的象征。为了不破坏一个良好高中生的形象，树立良好青年上进进去的榜样。我决定戒烟。

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，完全不理睬老师的感受。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。再次，我这种行为还在学校同学间造成了及其坏的影响，破坏了学校的形象。

吸烟会危害自己的健康，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。

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！

同学之间本应该互相学习，互相促进，而我这种表现，给同学们带了一个坏头，不利于学校的学风建设。同时，也对学校形象造成了一定损害，我们学校被人们心目中一直是一个学术严谨的学校，我们应该去维护这个形象而不是去破坏它！我却忽视老师的话，这是严重的不尊重老师的行为。尊师重道是中华民族的优良传统美德，是当代学生理应具备的品质，现在我才深刻的意识到我的错误。我在学校吸烟，这不仅不是好的表现，同时也是在害我自己，我这种是行为很不对的，违背了做学生的原则，还伤害了他人。

不友善的帮助就是恶意的伤害。我只有认真反思，寻找错误后面的深刻根源，认清问题的本质，才能给集体和自己一个交待，从而得以进步。做为一名学生我应该听从老师的话，我把老师的话当成耳边风并辜负了老师对我的教育之恩，老师含辛茹苦的把知识教会我们，是想让我们做一个对社会有用的人，我却将精力用在了吸烟上充分地辜负了教我知识的老师们，我现在已经彻底认识到我的行为的错误，自从接受了老师对我的批评教育，我已经深刻认识到这件事情的严重性，老师教育我说明老师是非常的关心我，爱护我，所以我今后要听老师的话，充分领会理解老师对我们的要求，并保

证不会在有类似的事情发生。望老师给我改过自新的机会。

老师是希望我们成为社会的栋梁，所以我在今后学校的学习生活中更加的努力，不仅把老师教我们的知识学好，更要学好如何做人，做一个对社会有用的人，一个正直的人，使老师心慰的好学生，老师如同父母对我们的爱都是无私的，所以我也要把老师对我们的无私精神去发扬，通过这件事情我深刻的感受到老师对我们那种恨铁不成钢的心情，使我心理感到非常的愧疚，我太感谢老师对我的这次深刻的教育，它使我在今后的人生道路上找到了方向，对我的一生有无法用语言表达的作用。我所犯的错误的性质是严重的。我在学校吸烟实际上就是做假骗人，其结果却损害了我，在班上造成极坏的影响。此举本身就是违背了学生的职业道德和专心学习的精神、违背了老师的原则。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

反省检讨书的格式篇五

尊敬的公司领导：

首先，我为我犯下的错误向您表示诚挚的歉意！

今后，我将用我的实际行动来改正我的错误，在您的领导下，努力工作，用成绩来弥补我给公司带来的损失……请领导看在我是初犯，给我改过的机会。

最后，我对领导的批评与教育，表示衷心的感谢。今后我次

用心工作，做一名合格的xx公司员工。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日