

最新上课睡觉检讨书格式(模板8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

上课睡觉检讨书格式篇一

尊敬的学校老师：

你好！

今天的xx课上，我没有控制住自己的贪玩，贪睡的个性，就不自觉地在课堂上睡觉，结果被老师发现了我的这一严重错误，并及时地对我进行了指出和纠正。

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xx期间（可写什么大检查、百日活动之类），我利用这宝贵的学习时间来睡觉，真是极其不该。这样的行为，不但使对老师的不尊重，对我们这个集体的不负责，更是对自身的要求不严，约束不够。这不但使老师对我产生了极为不良的印象，同时也令老师对我们整个这个集体留下了极坏的印象，使我们的集体在校园内丢了脸，掉了队。在校内进行“??”（特别活动名）的时候，我竟犯了这样的错误，使我们的这个集体的形象受到极大损坏，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经意间再次犯错，违法了班规，破坏了班纪。

我的这一行为，对不起老师，对不起自己。

如果自己平时能像其他同学一样，向班干部多学习，对自己要求严格，对自身提高标准，想必就不会犯下此类严重错误。

学世上是没有后悔药的，事已至此，多说无意，唯有以此教训为诫，以此事件为警，借作此次检查为契机，从现在起，提高对自身的要求，加强自我约束，强化自身责任感，深化集体主义荣誉感，在学校内争当一名作风习踏实的学生，为我校我班争光添彩，同时也为自己留下一笔宝贵的财富。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

上课睡觉800字检讨书

上课睡觉检讨书1500字

上课睡觉的检讨书范文

上课睡觉的检讨书800字

上课睡觉检讨书格式篇二

尊敬的老师：

关于我在上课睡觉的事情，在此递交我的检讨，以深刻我的错误行为。对于我的行为给您造成的影响，给班级同学树立的不良范例，在此向您们致以深深的歉意与无比的意。

20xx年4月17日我在您的课堂上呼呼大睡也就罢了，期间我还发出了几声“嗷嗷嗷”的呼声，直接引得班级哄堂大笑，严重地影响了您的课堂教课心情，给您造成了严重害，更加使得您感到很尴尬与气愤。

经过您的批评，我感受到了您的愤怒，我知道自己的行为是很过分的。导致我课堂睡觉的原因很多，其中重要的一条还是因为我最近患上了失眠，晚上经常睡不着，白天又昏昏欲睡，加上现在正是春末夏初时候，我每年的这个时候经常容易“春困”。实不相瞒，“春困”是一种轻微病症，您要是不相信我可以出具医院证明。

可是不管怎么样，我上课睡觉就是不对的，违反了学习规定、违反了班级纪律。在此，我要好好就这个错误申明与检讨。

我最后郑重地向您保证：今后我一定要“头悬梁，锥刺骨”，确保在您的课堂上不睡觉了。

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

上课睡觉检讨书格式篇三

尊敬的学校老师：

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的深深的烦恼与内疚，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。

此致！

XXX

XX年X月X日

上课睡觉检讨书格式篇四

尊敬的xx老师：

您好！

作为正在为高考而奋战的学生，我为我在上课时间睡觉感到很抱歉，我的抱歉不仅仅是对您，更是对我自己。在高中任务如此繁重的时刻，我竟然还能在课堂上睡着，我的心真的太大了。

在之间我还觉得对于高考我们还有很长的时间，在学习上我更是，没有下苦功夫，每天都是得过且过，将每天的学习任务完成就奔去走道、操场四处玩耍。偶尔晚上睡得太晚，早上就睡个懒觉，在上课铃响的那刻才冲进教室。有时实在没

有睡好就会在课堂上偷偷地打瞌睡，我一直以为我的伪装是多么的高明，但现在才真正的明白过来，我是多么的愚蠢。老师站在讲台上的对于全班同学的一举一动都是尽收眼底，平时的暂且放过只不过是我不想打断讲课思路，更是不想影响其他认真听课的同学。我真是太愚蠢了，竟然还妄想着自己的那点小聪明可以逃过一切。今天我是真的知道错了。

对于这次以及之前所犯下的错误，我都进行了反省，在这如此关键的时刻，我再也不应该要随心所欲了，我必须引起重视，明白当前的重要任务就是好好学习，努力提高成绩，最后考上一个好的大学。对此我为自己制定了如下几条规则：

- 1、再也不在课堂上睡觉了。每天做到早一点点睡觉，早一点点起床，并且确保午休的时间，保证全天的睡眠充足。若是还在课堂上犯困，就站起来听课，清醒一下头脑，确保不做有违班级规定的事情。

- 2、努力为高考而奋斗。在接下来越来越临近高考的时间里，努力提升学业成绩，将全部心思都放在学习上。将压力化作为动力，多向学习成绩优秀的同学学习，多多向老师请教问题。

- 3、严格以校规校纪、班规班纪来规范自己的行为，做一个循规蹈矩的乖学生，努力维护班级的形象，坚决抵制有违班级形象的事件发生。尤其是规范自己的行为，才能作为其他人争相模仿的榜样。

经过这次对自己有错行为的反复思考，我已经明确的知道未来应该努力的方向，并会以最严格的要求，促使自己向该方向努力的靠近。我相信“功夫不负有心人”，在未来我一定会成为最好的自己，并且经过自己在学习上我拼搏，考进我最喜欢的大学，去迎接我幸福而美好的大学生活。

烦请老师花费时间监督，管教于我，我一定好好对自己的错

误进行弥补，为老师争光！

致此

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

上课睡觉检讨书格式篇五

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x月x日

上课睡觉检讨书格式篇六

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。

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。

此致！

检讨人□xxx

20xx年x月xx日

上课睡觉检讨书格式篇七

尊敬的老师：

您好！

我真的对不起您的教导，因为我在x月x日这天上xx课时，居然做出了上课睡觉的行为，出现这种错误是极其不应该的。经过xx老师的点醒后，我已经完全意识到了我的错误，在此我向您作出深刻检讨。

我之所以出现上课睡觉的情况，主要还是因为最近学习压力比较大。我作为一名初三的学生，即将面临着中考，老师和家长都希望我能考一个好的高中，这样才能让自己在学习这条路上走的更好更远。我也深知老师和家长对我的殷殷期待，所以我在在校期间，认真的听好了每一节课，哪怕是我不太喜欢的课程，我也从没有放弃过听课，因为我很想让自己的学习成绩变得更好，这样才能考一个好高中，不让我的老师和父母失望，而且我也不想让自己在初中同学面前丢脸。

正是由于学习上花费的精力太多了，这导致了我的精神变得越来越差。我在家里时，同样不会放过任何学习的机会，我不停地做题，不停地看书，有时候一学就学到晚上十点多，最后还是我爸妈心疼我，不断地催促我睡觉我才上了床。当我早上起来时，我都会感到头疼，可能是看书看得太久了，导致我的睡眠质量大大的降低了，而且睡得也太少了，每次去学校后我总感觉整个人没有精神。

在x月x日这天，我还是和往常一样晚睡早起，到了学校后开始了我的学习。在上xx课时，我不知道怎么突然就袭来了困意，让我眼皮都一直垂着，看黑板都没力气了，所以我就想趴在课桌上睡一会儿。可当我趴在桌上后，我整个人就完全放松了下来，一下就进入了睡眠状态，而且睡得还挺死。后来，听我同学说起我睡觉这事，知道了因为我半天都趴在课桌上，这引起了xx老师的注意□xx老师直接走到我身边拍了拍我，可我没反应，所以xx老师直接拉我站起来，让我清醒清醒。到最后，我趁着下课时和xx老师说明了我的情况□xx老师也表示了理解，并让我注意好劳逸结合，不要因为学习而把身体搞垮了，我听到xx老师的教诲后，心里也很感动。

现在，请老师放心，我以后一定注意好自己的学习和作息，不会再给老师添麻烦了，我要争做初三x班的骄傲！

此致

敬礼！

检讨人□ xx

xxxx年x月x日

上课睡觉检讨书格式篇八

尊敬的学校老师：

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。

XXX

20xx年xx月xx日