

大学上课睡觉检讨书(模板9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？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学上课睡觉检讨书篇一

尊敬的老师：

您好！

我是xx班的xxx□今天在您的课上，我睡着了，我知道在上课的时候睡觉是一种很不尊重老师的，但我当时实在是没能坚持住。我也知道您发现我睡觉时很不开心，所以我写下了这份检讨书，像您表达我的歉意。

昨天晚上，我们宿舍好像突然都打开起了话匣子，不同于平常的安静，宿舍的所有人都在讲话，不过我们有克制着自己声音，不让声音传递到外面。虽然我们的声音很小，但每个人都是在滔滔不绝的讲着，说着自己以前的趣事，说着对未来的憧憬，就这样一直聊到了很晚。以致于到了第二天我的睡眠严重的不足，早上差点没起来，之后的每一节课也是在硬撑着，老师讲的那些内容基本上没听进去多少，一直撑到了第四节课，也就是您的课上。这个时候我是实在有些撑不住了，我看到另一边我的室友xx也开始睡起觉来，我就更加困了，您口中的那些知识点在我听起来就像是催眠曲一样，最后实在撑不住就睡着了。

等我再次醒来时是您在用手轻轻敲着我的桌子，这个时候这一节课已经过去大半时间，周围的同学们都在认真写着作业，您没有大声的批评我，估计是顾及当时正在认真学习的

同学，不想耽误他们的时间吧！虽然您没有斥责我，但您的脸色始终有些难看，任何一个老师发现有学生上课睡觉时都不会有好脸色吧！无论如何，你没有在课堂上大肆批评我，给我保留了一些颜面，这让我非常的感谢。事后您也没有找我谈话，但我的内心一直觉得非常的抱歉，写下了这方面检讨书时才稍微好受了一点。

老师，希望您能够原谅我，我已经知道错了，我知道上课睡觉是不对的，这件事情班主任也已经跟我们强调了很多遍了，我以后会多加注意的，以后每天晚上我会注意好休息时间，尽量不耽误第二天的学习。作为一名学生，我们还是要以学习为主的，而且再过不久我们就要迎来期中考试了，所以这段时间老师讲课的内容很多都是会考的地方，为了能拿到一个好的成绩，我一定会认真听课的，还有，相信每个学生的父母都对我们抱有着极大的期望，我们要让父母看到一张优秀的成绩单才行，在学校读书的机会来之不易，一定要好好珍惜才行。

检讨人□xxx

20xx年x月x日

大学上课睡觉检讨书篇二

您好！

我是xxx□我现在非常的自责，想到自己的表现，我就非常的难受，因为学习真的不多了，学习时间也一天一天的过去，留给自己的时间是少之又少，有的很多事情都是要自己主动去做好的，作为一名大学生，我现在却还这么不自觉，上课的时候就想睡觉，自己从来没有坚定过状态，对自己的要求低了，肯定就会堕落，我不希望这样下去，今天再上课，期间我睡觉了，我不是一名合格的大学生，也真的是给班级丢人了，这也是过度的放纵了自己，我需要去承担起责任，对

于今天的表现也不应该有这样的反应，所以必须要反省。

今天在上课的时候不认真听着，听着就睡着了，这种情况不是第一次出现，因为自己没有和你的安排好时间，在晚上的时候过度的放纵自己，过的让自己没有好的休息时间，休息不好，肯定在白天上课的时候就没有好的精神状态，我真的非常的自责，有些时候就控制不住自己，不知道怎么去合理的安排时间，有些东西本来就摆在明面上面，但是我还是坚持不下去，现在的情况是这样子的，我一天天都在消磨自己的时间，学习的事真本来就不多了，这一个学期眼看就要过去，但我自己还是没有正常去学习好，没有认真的听好每堂课，而且今天在上课的时候，我居然睡着了，这样的情况非常恶劣，当时老师在讲课，而我自己却不知道什么情况，迷迷糊糊的就睡过去了，有很多东西就忽视了，专业知识是非常宝贵的，而我这样的浪费时间，耽误自己，还是对自己的一种不负责任。

现在想了想，今天的情况我真的很难受，因为现在的学习时间本来就不长，马上就要步入大三，这一学期就幼儿园是非常关键的，大二的专业课，每一堂课都非常重要，自己在学校学习的，本来就不是全部，更多的还是需要自己钻研，而我在学校上课的时候都不好好的听讲，考试的时候又怎么能够过呢？考试是检验自己的一种方式，我觉得我肯定是考不好的，因为这样下去的话，会让自己堕落，作为一名大学生，我现在的情况很不好，我需要改正，需要纠正一下现在的情况，不能够任由其发展下去，一定要好好的去回顾一下，我也知道现在的情况是什么样子的，我必须要重视起来，所以积极的去做好自己的事情，处理好学习上面的错误，这是对学习的负责，也对自己的一个负责，没有什么事情是不能够改正的，但一定要坚持下去，我现在就是犯了一个错误，我的意志力不坚定，所以无法帮我纠正这样的错误，我肯定会重视起来，严格要求自己，请您给我一个机会。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

大学上课睡觉检讨书篇三

尊敬的老师：

您好！

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□20xx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。

我最后郑重地向您保证：今后我一定要头悬梁，锥刺骨，确保在课堂上不睡觉了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

大学上课睡觉检讨书篇四

尊敬的老师：

您好！

希望这样下去，今天再上课，期间我睡觉了，我不是一名合格的大学生，也真的是给班级丢人了，这也是过度的放纵了自己，我需要去承当起责任，对于今天的表现也不应该有这样的反响，所以必须要反省。

今天在上课的时候不认真听着，听着就睡着了，这种情况不是第一次出现，因为自己没有和你的安排好时间，在晚上的时候过度的放纵自己，过的让自己没有好的休息时间，休息不好，肯定在白天上课的时候就没有好的精神状态，我真的非常的自责，有些时候就控制不住自己，不知道怎么去合理的安排时间，有些东西本来就摆在明面上面，但是我还是坚持不下去，现在的情况是这样子的，我一天天都在消磨自己的时间，学习的事真本来就不多了，这一个学期眼看就要过去，但我自己还是没有正常去学习好，没有认真的听好每堂课，而且今天在上课的时候，我居然睡着了，这样的情况非常恶劣，当时老师在讲课，而我自己却不知道什么情况，迷迷糊糊的就睡过去了，有很多东西就无视了，专业知识是非常珍贵的，而我这样的浪费时间，耽误自己，还是对自己的一种不负责任。现在想了想，今天的情况我真的很难受，因为现在的学习时间本来就不长，马上就要步入大三，这一学期就幼儿园是非常关键的，大二的专业课，每一堂课都非常重要，自己在学校学习的，本来就不是全部，更多的还是需要自己钻研，而我在学校上课的时候都不好好的听讲，考试的时候又怎么能够过呢？考试是检验自己的一种方式，我觉

得我肯定是考，因为这样下去的话，会让自己堕落，作为一名大学生，我现在的情况很不好，我需要改正，需要纠正一下现在的情况，不能够任由其开展下去，一定要好好的去回忆一下，我也知道现在的情况是什么样子的，我必须要重视起来，所以积极的去做好自己的事情，处理好学习上面的错误，这是对学习的负责，也对自己的一个负责，没有什么事情是不能够改正的，但一定要坚持下去，我现在就是犯了一个错误，我的意志力不坚决，所以无法帮我纠正这样的错误，我肯定会重视起来，严格要求自己，请您给我一个时机。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

大学上课睡觉检讨书篇五

尊敬的老师：

您好！

我是xx□在这样的环境下面我认为我是做的很，今天在上课的时候还是缺少一个好的心态，我不能够再这么下去消耗时间了，有些事情应该要给自己一些压力，情况就是样的情况，今天我在上课的时候睡觉了，当时就是抱着一个侥幸的心理，再也不能够这么持续下去了，大学时间是过得非常快的，我却没有想到这一点，这非常的不好，以后再也不能够出现这样的情况，上课睡觉的行为是非常，我一定要对自己各个方面做深刻的检讨，我也知道这样的情况非常的不合适，毕竟现在我也是一名大二的学生了，剩下的时间不是很多，大学时间是非常珍贵的`，今天我上的是专业课，我却在睡觉，

这十分的恶劣。

在这个过程中我应该做的认真一点，这次上课期间睡觉的情况已经不是第一次，记得上一次我就是这么一个情况，我也是在上课的时候睡着了，这样下去肯定是，就是因为自己不好好的休息，耽误了睡眠然后第二天就是没有精神，这样下去对学习是非常不利的，我不希望再出现上课睡觉的情况了，以后还是会有很多事情发生，现在不能够再出现这样事情了，但是今天我又一次在上课期间睡觉了，我现在真的是非常自责，这样的影响是非常，以后一定不能在上上课期间睡觉了，我也是想了想现在这样行为很不好，虽然管的不严格，但是这些都是最基本的事情，我却连这个都做不好，这十分的影响班上的学习气氛。

通过今天这件事情我也反思了自己一下，确实是恶劣，我现在是在大二阶段，而且今天还是专业课，每一次老师都是非常的幸运的，您在上面讲课为了让我们能够学习到知识，但是我却真的是做的非常的不好，没有认真的听讲，在上课期间总是走神，我也是非常的有感慨，这些都是应该持续做好的，我以后再也不能够在上上课期间睡觉了，这样的习惯实在是不好，没有合理的安排自己的时间，这样下去不仅没有休息好还非常的耽误学习，我作为一名大学生这一点自觉性都没有真的是很惭愧，以后一定是不能够再这样持续下去了，需要调整自己的心态，我不能够因为自己的不合理休息影响了学习，今天这样在课堂上睡觉的事情，一定不会再出现了，我一定好好反省。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

大学上课睡觉检讨书篇六

尊敬的辅导员：

您好！

我是xx[]我为自己今天上课睡觉一事，作深刻反省，今天我没有准守上课纪律，真的是非常的不好，这样影响很大，作为一名大学生这也是我应该要端正好的态度，真的感觉非常的吃力，未来在学习当中我一定会端正好自己，好好的上课，上课睡觉的行为我感觉非常的吃力，我会纠正自己这样的行为的，是我晚上不好好的休息，白天在上课的时候就支撑不住了，真的感觉非常难受，以后我再也不会这样下去了。

这段时间以来我还是要认真去做好分内的职责，大学的学习虽然是比较轻松，很多事情都是需要自己自觉，现在想想这实在是非常的不应该，我不能因为平时比较轻松就让自己这么放纵，毕竟不是每一个人都是应该这么消耗下去的，非常的影响自己的学习，我再也不会让这样的事情发生了，作为一名大学生我真的是感觉非常自责，真的不允许这样的情况发生，上课睡觉的行为非常的严重，上课睡觉的情况我一定会端正好自己的心态的，每天好好的休息，合理的安排自己的时间，不再让这样的情况发生了。

今天我也是想了很多，上课睡觉的情况我真的感觉非常的吃力，现在我真的是应该要对自己这种行为做出深刻的反省，这段时间我还是应该要让自己保持一个好的心态，认真的上课，是我松懈了，没有考虑太多，我真的应该好好的反省自己，作为一名大学生我是不合格的，是应该要检讨自己的，继续这么下去肯定会出现很大的问题的，作为一名学生我是不合格的，老师在上面幸苦的讲课，而我却睡觉，现在想了想真的非常的不好，感觉继续这样下去会犯错的’，这不是我应该要有的态度，只有坚持去搞好自己分内的职责，才能够有更多的进步，我觉得我真的是不够自觉，作为一名大学生

我真的应该要保持好心态，坚持去做好分内的事情，再也不会让出现这样的情况了。

我知道在这样的情况下面，影响很不好，睡觉的情况影响课堂形象，今天您查课的时候刚好就看到我在睡觉，我真的是非常的羞愧，当时就感觉无地自容，这不是大学生应该有的样子，没有遵守上课纪律，我还睡觉，不好好的安排自己的时间，这真的是非常的不好，我一定会提起精神再也不会上课睡觉了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

大学上课睡觉检讨书篇七

您好！

我为我在您的课上睡觉而向您道歉，感到非常的对不住您，我也知道这科是专业课，也是您精心准备过的课程，作为xx的学生，我在这样的专业课上应该做到认真的学习，不被其他的事情而影响，更别提在这样重要的课程上睡觉了。哪怕大学比之前的学习阶段更提倡自由，我也不能够这样来怠慢老师的教导。

我们大家都知道老师您的脾气，您是真心的希望我们能够学有所成，在教导我们课程的时候非常的认真，常常一些话会让我们这些上了大学以后就有些吊儿郎当的人感到非常的不适应，但是我们却都认可老师您说的话是对的。

您在上课上除了教导我们知识以外，还会常常跟我们说一些人生上的道理，苦口婆心的劝导我们在大学认真学习，不要浪费这难得的时间。虽然一开始我们不以为然，但是当我们看到老师您除了跟我们讲这些道理以外，自己也认真的遵守后，我们有话也说不出来了。毕竟您是真的认真的在履行您所说的话，并不是一般人那样说一套做一套。

这次想必您也很失望吧，毕竟我在平时跟您的关系也还算不错，对您也尊敬，却没想到居然做出在您的课上睡觉这种事情。这是轻的发生都怪我在晚上没有按时的休息，明明天色已经很晚了，但我却依然贪图玩乐，拿着电脑手机不肯放手，弄到很迟才睡觉，再让在您的课上无精打采，最终选择了睡觉。

所以在这次事情以后，我回到寝室对我的行为进行了反复的思考，思考我这段时间的行为，思考我的学习态度。对于我的行为是从心里感到愧疚，这种愧疚既是对老师、对家长，也是对我自己的愧疚。

我想要成为一个优秀的人，所以我会从今天开始改变我的行为，至少迟到旷课上课睡觉等等违纪并且影响学习的行为我是肯定不会做了，还请老师您放心的相信我这一回，定然不让您失望。

此致

敬礼！

检讨人□xx

我xx年x月x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

大学上课睡觉检讨书篇八

尊敬的老师：

您好！

我是xxx□我现在非常的自责，想到自己的表现，我就非常的难受，因为学习真的不多了，学习时间也一天一天的过去，留给自己的时间是少之又少，有的很多事情都是要自己主动去做好的，作为一名大学生，我现在却还这么不自觉，上课的时候就睡觉，自己从来没有坚定过状态，对自己的要求低了，肯定就会堕落，我不希望这样下去，今天再上课，期间我睡觉了，我不是一名合格的大学生，也真的是给班级丢人了，这也是过度的放纵了自己，我需要去承担起责任，对于今天的表现也不应该有这样的反应，所以必须要反省。

今天在上课的时候不认真听着，听着就睡着了，这种情况不是第一次出现，因为自己没有和你的安排好时间，在晚上的时候过度的放纵自己，过的让自己没有好的休息时间，休息不好，肯定在白天上课的时候就没有好的精神状态，我真的非常的自责，有些时候就控制不住自己，不知道怎么去合理的安排时间，有些东西本来就摆在明面上面，但是我还是坚持不下去，现在的情况是这样子的，我一天天都在消磨自己的时间，学习的事真本来就不多了，这一个学期眼看就要过去，但我自己还是没有正常去学习好，没有认真的听好每堂课，而且今天在上课的时候，我居然睡着了，这样的`情况非常恶劣，当时老师在讲课，而我自己却不知道什么情况，迷迷糊糊的就睡过去了，有很多东西就忽视了，专业知识是非

常宝贵的，而我这样的浪费时间，耽误自己，还是对自己的一种不负责任。

现在想了想，今天的情况我真的很难受，因为现在的学习时间本来就不长，马上就要步入大三，这一学期就幼儿园是非常关键的，大二的专业课，每一堂课都非常重要，自己在学校学习的，本来就不是全部，更多的还是需要自己钻研，而我在学校上课的时候都不好好的听讲，考试的时候又怎么能够过呢？考试是检验自己的一种方式，我觉得我肯定是考不好的，因为这样下去的话，会让自己堕落，作为一名大学生，我现在的情况很不好，我需要改正，需要纠正一下现在的情况，不能够任由其发展下去，一定要好好的去回顾一下，我也知道现在的情况是什么样子的，我必须重视起来，所以积极的去做好自己的事情，处理好学习上面的错误，这是对学习的负责，也对自己的一个负责，没有什么事情是不能够改正的，但一定要坚持下去，我现在就是犯了一个错误，我的意志力不坚定，所以无法帮我纠正这样的错误，我肯定会重视起来，严格要求自己，请您给我一个机会。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

大学上课睡觉检讨书篇九

尊敬的老师：

您好！

我是xxx□我现在非常的自责，想到自己的表现，我就非常的

难受，因为学习真的不多了，学习时间也一天一天的过去，留给自己的时间是少之又少，有的很多事情都是要自己主动去做好的，作为一名大学生，我现在却还这么不自觉，上课的时候就想睡觉，自己从来没有坚定过状态，对自己的要求低了，肯定就会堕落，我不希望这样下去，今天再上课，期间我睡觉了，我不是一名合格的大学生，也真的是给班级丢人了，这也是过度的放纵了自己，我需要去承担起责任，对于今天的表现也不应该有这样的反应，所以必须要反省。

今天在上课的时候不认真听着，听着就睡着了，这种情况不是第一次出现，因为自己没有和你的安排好时间，在晚上的时候过度的放纵自己，过的让自己没有好的休息时间，休息不好，肯定在白天上课的时候就没有好的精神状态，我真的非常的自责，有些时候就控制不住自己，不知道怎么去合理的安排时间，有些东西本来就摆在明面上面，但是我还是坚持不下去，现在的情况是这样子的，我一天天都在消磨自己的时间，学习的事真本来就不多了，这一个学期眼看就要过去，但我自己还是没有正常去学习好，没有认真的听好每堂课，而且今天在上课的时候，我居然睡着了，这样的情况非常恶劣，当时老师在讲课，而我自己却不知道什么情况，迷迷糊糊的就睡过去了，有很多东西就忽视了，专业知识是非常宝贵的，而我这样的浪费时间，耽误自己，还是对自己的一种不负责任。

现在想了想，今天的情况我真的很难受，因为现在的学习时间本来就不长，马上就要步入大三，这一学期就幼儿园是非常关键的，大二的专业课，每一堂课都非常重要，自己在学校学习的，本来就不是全部，更多的还是需要自己钻研，而我在学校上课的时候都不好好的听讲，考试的时候又怎么能够过呢？考试是检验自己的一种方式，我觉得我肯定是考不好的，因为这样下去的话，会让自己堕落，作为一名大学生，我现在的情况很不好，我需要改正，需要纠正一下现在的情况，不能够任由其发展下去，一定要好好的去回顾一下，我也知道现在的情况是什么样子的，我必须要重视起来，所以

积极的去做好自己的事情，处理好学习上面的错误，这是对学习的负责，也对自己的一个负责，没有什么事情是不能够改正的，但一定要坚持下去，我现在就是犯了一个错误，我的意志力不坚定，所以无法帮我纠正这样的错误，我肯定会重视起来，严格要求自己，请您给我一个机会。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

文档为doc格式