

最新吃零食检讨书(实用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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

吃零食检讨书篇一

尊敬的老师：

今天，我怀着十分愧疚和懊悔的心情给您写下这份检讨书，以向您表示我对在校吃零食这种不好行为坚决改正的决心。早在我刚踏进这个班级的时候，您就已经三令五申，一再强调，全班同学，在校期间不得吃零食。老师的反复教导和严肃认真的表情犹在眼前，我深深地感到震撼，不能辜负老师对我的一片苦心。

通过反思，我认识到自己的行为所造成的严重后果如下：

- 1、让老师担心我的.健康。零食是很不卫生的，不利用身体健康成长，这怎能不让平时十分关心爱护我的老师担心呢。
- 2、在同学们中间造成了不良的影响。由于我吃零食，有可能造成别的同学的效仿，影响班级纪律。
- 3、影响个人综合素质的提高，没能做一名听老师话的好孩子。

为了不辜负您对我的辛勤培育和期望，我保证今后不再犯同样的错误，请关心爱护我的老师同学继续监督、帮助我改正缺点，取得更大的进步！

检讨人：

年 月 日

吃零食检讨书篇二

尊敬的老师：

今天，阳光明媚，天气晴朗，风和日丽。充满朝气的高三18班正在知识的海洋里遨游。而我居然在课堂上吃鱿鱼丝，因而沾污了高三18班的这一股清泉，影响了同班学生的认真学习，也间接摧残了这些祖国的花朵们的花瓣，我真的很对不起先祖，很对不起老师，也对不起党，对不起人民，对不起父母，对不起伟大的共和国。

也许我是吃鱿鱼丝发出的香味影响了同学们的思考，这可能延后了他们成为未来科学家的脚步，影响了社会主义国家的未来建设。而且我毛病特多：好吃懒做，打瞌睡巨响，粗言秽语，通宵上网，上课吃零食的次数更像天上的繁星，数不胜数。

最后，还是怀着万分感激的心情，感谢老师给我一次改过自新的机会，让我这样一根枯草可以再次变成祖国的花朵。我祝愿学生们身体健康，教师的工资一涨再涨。

检讨人：

年 月 日

吃零食检讨书篇三

敬爱的老板：

这次我在单位上班看电影的行为严重地违反了单位的规章制度，也影响了周边同事的正常工作，在此我向您表示深深的反省与检讨。

回顾错误，我于今天上午八点到十点期间偷偷地打开网页观看电影，期间我也完全地荒废了工作，导致相关工作未能够完成。在我观影期间，您曾经叫我进您的办公室，还吩咐我尽快完成业绩报表，中午开会时候要上交。可是我依旧肆无忌惮地观看着电影，以至于您在路过我的座位时候发现我竟然在看电影。

错误已经发生，事到如今我还有什么可以狡辩的呢？我的行为严重地违反了单位工作规章，是对工作纪律的藐视，也是严重地疏于职守、耽误工作的行为。上班看电影的错误是严重的，性质是恶劣的，影响是深远的，教训是惨痛的、结果是悲剧的。通过一下午的面壁思过，我深深地意识到了自己的错误，并且感到万分的羞愧与苦恼。我身为一名在岗工作人员，同时又是在公司三年工作的老员工，未能够在同事面前起好先锋表率作用，而且还搞出这样违反工作纪律的事情，实在是不应该啊。

分析这次错误，我的错误原因主要有以下几个方面：

第一，近一段时间以来我思想上出现了松懈情绪。由于前段时间在工作上出了一点成绩，我就感到有点沾沾自喜了，导致身心都开始放松下来。而近一段时间又迎来了新一阶段工作任务，我一下子就没有能够及时调整好心态，依旧处于慵懒状态，导致了这次错误的发生。

第二，我无视纪律、心存侥幸心理。由于昨天中午单位聚餐的时候我听到有些同事纷纷议论这一部电影非常好看，恰好我没有看过，于是就没办法跟大家沟通。此外，从前公司也有同事在上班期间看电影没有被发现。这种种原因就导致了我心存侥幸心理，想着干脆趁着上午工作期间看了这一部电影。

第三，没有良好的自我控制、调节能力。要知道一名优秀的白领职员，最需要具备的就是自我控制、调节能力。必须时

刻清楚“工作时间就工作，休息时间就休息”，最切记的就是工作期间搞其他与工作无关的事情，这一方面耽误工作，另一方面也是对于本职工作的不负责，对于老板的不负责。这次错误的发生就充分说明了我没有良好的自我控制能力，要是我能够适当的克制一下内心看电影的强烈冲动，等到下班以后再回家慢慢看，一来可以错误不会发生，二来我也能够在工作之余得到电影的娱乐享受。

从以上原因看来，我的错误真的很不应该，反映出我诸多的缺点与不足，急需严肃改正。在此，我决定在今后采取坚决改正错误：

1，我将认真就这次错误向老板表达检讨，呈递书面检讨，并且在口头上也要有一番解释与悔改，以真诚的态度恳求老板能够原谅我。并且向老板与同事们做出郑重地保证：从今往后我再也不会上班期间看电影了，一定要严以律己，遵守公司的各项规章制度。

2，我将在今后工作当中不断培养自身控制、调节能力，做到“早睡早起、科学养护、上班认真、下班悠哉、劳逸结合、勤劳致富”。并且我还将向公司常年未出现过纪律问题的好同事学习，争取学到他们的先进工作经验，努力成为一名合格优秀的白领人士。

总的来说，这次错误让我感到万分的悔恨与羞愧。最后，我啥也不多说了，希望老板、同事们监督我执行改正措施。

此致！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

吃零食检讨书篇四

在此我向您递交我经过一整夜深思熟虑之后酝酿而成的这篇检讨书，以深刻反省我在看电影期间吃零食的错误行为。并且，我向您与同学们表示诚恳的歉意，并且报告我今后的改正措施，争取获得你们最大程度的原谅。

面对错误，我感到非常之愧疚。我这样的行为伤害了同学感情，影响了同学观影，更加违反了学校纪律。我上对不起老师、家乡，我下对不起同学，我中对不起我自己的肚子，还有对不起会议厅的卫生清扫叔叔阿姨们。

现如今，我已深深感到愧疚与难为情！我决心彻底改正，我向老师保证：

今后看电影时间就专心看电影，再也不携带任何食物进去了。一来可以错误不会发生，二来我也能够在工作之余得到电影的娱乐享受。

从以上原因看来，我的错误真的很不应该，反映出我诸多的缺点与不足，急需严肃改正。在此，我决定在今后采取坚决改正错误：

- 1，我将认真就这次错误向老板表达检讨，呈递书面检讨，并且在口头上也要有一番解释与悔改，以真诚的态度恳求老板能够原谅我。并且向老板与同事们做出郑重地保证：从今往后我再也不会上班期间看电影了，一定要严以律己，遵守公司的各项规章制度。

- 2，我将在今后工作当中不断培养自身控制、调节能力，做到“早睡早起、科学养护、上班认真、下班悠哉、劳逸结合、勤劳致富”。并且我还将向公司常年未出现过纪律问题的好同事学习，争取学到他们的先进工作经验，努力成为一名合格优秀的白领人士。

总的来说，这次错误让我感到万分的悔恨与羞愧。最后，我啥也不多说了，希望老板、同事们监督我执行改正措施。

XXX

20xx年xx月xx日

吃零食检讨书篇五

今天，我因为忍不住食物的诱惑，所以偷偷在上课期间吃了零食，这次我错了，如果世上有后悔药可买，我一定会毫不犹豫的把世界上所有的后悔药全部买回来，过上一个无悔的人生，今天，就是今天，我就在教师这个神圣而不可侵犯的地方吃零食了，摸着塑料袋，发出的兹兹声响很大，老师也多次看过我，但我还是一错再错，以为老师没有发现我，直到现在，我才知道，原来我是那么的肤浅，那么的无药可救。

我相信，老师已经给了我很多次机会我，但我却没有好好去珍惜，所以，这一次，我想认真去改，绝无再犯，对于数学，我荒废了很久，对老师的态度或许老师也不大满意，所以以后我上课绝对会认真听讲，不会再从我抽屉里散发出食物的气味与兹兹的噪音，其他老师和我家长都对我付出了很多努力，但是我可能有些辜负了他们的期望。

对于这次的事情，我需要去深思检讨一下，毕竟初三了，已经长大了，不能再像小学那么调皮，我们已经是初中生，初中生就应该有初中生的模范，特别现在是初三，是学习的紧张阶段，是人生的第一次冲刺点，如果就连现在的我都是那样经常进出办公室而不能给后辈留下好印象，那么作为前辈的我，自然是需要反省的，看着初一级那边朗朗的读书声，那么认真的学习态度，我，真的很羞愧。最新上课吃零食检讨书最新上课吃零食检讨书。如果说，这次是初犯，那么还可以值得原谅，但是，有句话叫：“事不过三。”而明显，我却是一而再，再而三去触犯了，到了这次，已经是第三次

了，自然需要去写篇长点的检讨文来检讨一下自己，反思一下自己错做的行为，错的就是错的，我不否认，所以，我以后，绝对不能犯这种低级错误了。

我自以为老师会看不见，但是却忘了“若要人不知，除非己莫为。”我相信老师对我是曾经有过信心的，但这份信心在我的放纵之下却是毫无留情的熄灭了，就在这么一瞬间，我的未来，也是被毫无留情的熄灭了，但，我相信，路是人走出来的，如果以后，我能继续去努力，“未来”这条路，终究会被我走出来的。

而就是今天，我在学校造成极坏的影响。这种行为，即使是并没有影响课堂纪律，仍然是不对的，此举本身就是违背了做学生的原则。我只是顾着自己的一时高兴，和一时的想法，完全不理睬老师的感受。我怀着深切的愧疚与懊悔给你写下了这份检讨书，人总是会犯错的，当然，我也不能把这句话拿来当作借口，但是我还是希望老师能给我最后一次机会，让我重新去改正自己，我以后绝对会去避免这种错误的发生，希望老师能相信我的悔改之心，再次想起，我那和蔼可亲的父母，他们对我的期望，估计也会受到了很大的打击，我的父母们含辛茹苦的去赚钱糊口养家，为了，只不过是能让我的生活过得好一点，以后出来了，能让我去孝敬一下他们罢了，可是，我却违背了家长的心意，我犯了这次的错误，简直就是对家长们辛苦做出的背叛，此时此刻，我的心情已无法用任何语言来表达，家长们的辛苦是我们所不知道的世界，他们所背负的压力，是我们无法预知的领域，以后，我不会再去犯这样的错误，我不想去伤害我的父母们，也不想荒废自己的未来，最后的最后，我还是希望，自己能努力奋斗，以及，老师能给我改正的机会。

其次，我的思想觉悟还不够高，对于这次的错误认识还是远远不够，初三了，我应该想到未来的重要性，如果我能克制住自己的欲望，错误，就不可能再发生，所有的问题，都归咎于我身为新获中学的一名初三学生却还是没有觉悟去认识

这份重要性，对于老师的辛苦劳作我没有好好去尊重，至此，我越来越清晰的感受到自己所犯的错误的严重性，为此，我一定会在以后这一年当中严格要求自己，认真去完成作业，努力的学习，全心全意听课，使自己成为一个优秀的中学生。

其实检讨只是一个完美自身的一个循环过程，我想这次，我已经深刻的认识到自己所犯下的错误，对于以后老师的课，我一定会好好去珍惜，不作出对老师不敬的事情，例如这次，上课吃东西，是犯了《中小学生日常行为规范》的第二十三页里面的“课堂纪律”里的第一条：上课期间不得做与学习无关的事情，我非常感谢老师这次能指正我的缺点已及给予我即使的指正，从今天开始，我保证以后绝对不会再犯下类似的错误，并随时欢迎老师来指正我的错误，假设我有做得不对的，老师对我的指导我一定万分听从，我知道老师是一个外硬里软的人，虽然平时都是装作毫无在意的样子，但实际上却是为了我们同学在偷偷的努力下去，希望老师能在以后的工作当中，能多多帮助我改正，克服缺点，为了把我身错误的根源消灭，我在此也进行了十分深刻的反思与检讨。

我这次已经醒悟了，大概，这种侥幸的心理在这一次已经是被毫无留情的消灭了，这次，我真诚的去找出自己的错误根源，为了使自己能更好的面对自己我已经做出了反省，不再是原来那个我了，这次，我在同学们中间造成了不良的影响，由于我在上课的时候吃东西，有可能影响班级纪律性，让其他同学也放下了警惕心，都有了侥幸的心理，这实际上也是对别的同学的父母的不负责。我辜负了您的一番心血，事无巨细。见微知著，由小及大，我作为一名初三学生还像小孩子一样在上课讲话，给全班作了坏榜样造，成了极恶劣的影响，对于这件事情，所造成的严重后果我做了深刻的反思。

这次的事件我真的感到抱歉，希望老师可以原谅我，可以认可我认错的态度，我真的已经深刻的反省到我的错误了，希望老师再给我知错就改的机会。也希望同学也要引以为戒，不要犯和我一样愚蠢的错误了，相信老师可以在我这次的检

讨当中看见了我深刻的悔改态度与真诚的悔改之心，我的行为不是向老师的纪律反抗，而只是我单单的肤浅，是自己的错误，希望老师可以原谅我最后一次，我保证，类似的事情绝对不会有下次，如果再有下次，那么就请老师随便惩罚，毫无怨言，恳请老师能不计前嫌，能给我一次改过自新的机会，我在此已经强烈的把自己所有反思的结果想了出来了，实际上我并不是坏，我只不过是顽皮了一点，贪吃了一点，老师，这次我真的错了，我相信老师您是一名优秀的教师，会用一颗真诚的心包容我这最后一次的犯错，容忍我最后一次的罪过。

检讨人：

年 月 日