

最新睡觉检讨书犯错(优质8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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

睡觉检讨书犯错篇一

尊敬的老师：

您好！

今天我犯了一种很严重的错误，我为我的错误行为向您道歉，我是真的意识到自己做错了，我也为自己今天的行为作深刻的检讨，从内心深处的反思自己的这种错误行为。

事情是这样的，因为昨天睡觉睡的比较晚，今天上课的时候没有精神，整个人感觉很困，眼睛都有点打不开，最后终于支撑不住了，就在老师您的课堂上睡了过去，让老师发现了后，罚我站在教室外面醒瞌睡。看到老师生气的眼神，我已经意识到自己做错了，我就算再困，也不应该在上课的时候睡觉，这是我的错，我的这种行为严重的违反了课堂纪律，我在做深刻检讨。

昨天晚上睡的晚是因为自身的原因，不能作为今天上课时间睡觉的借口，知道直接睡眠会不足，那晚上就应该早点睡，要有充足的精力在第二天的时候能够全身心的学习。我在上课睡觉是自己对学习态度不好的体现。我作为学生，要把精力都放在学习上面，我要是心思都在学习上面，上课的时候思路都跟着老师的思路走，上课的时候也不会困得睡着。说到底，还是我自己的意识出现了问题，没有更重视学习。

而且我的这种行为，是对老师工作的不尊重。老师讲课也是要精力的，作为老师最希望的就是在自己上课的时候学生们都能够认真的听讲，那自己所做的工作就不会觉得白做，要是班上的人都向我一样，一困就睡觉的话，那对于正在认真讲课的老师是多么的不尊重，让老师多么的寒心啊。我意识到这点，对于我的行动我真的很惭愧，我觉得我很对不起老师的辛勤与辛苦。尊师重道本来就是作为学生最基本的道德要求，现在我的行为却是不尊重老师，我很惭愧。

我以后会严格的规范好自己的行为，也规划好自己的时间，一定会保证自己每天充足的睡眠，让自己每天都能精神饱满的来上课学习，不会再做出违反课堂纪律的事情，会认真的听老师讲课，和老师进行互动，提高自己的学习效率。要是真的控制不了自己，可以在教室里站着听老师讲课，也不能做出上课睡觉的这种错误的行为。希望老师能够原谅我这一次，我是真的知道自己错了，以后也不会再犯，也请老师能够监督！

此致

敬礼！

检讨人：

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书犯错篇二

尊敬的xx老师：

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□xxxx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嘴巴吮吮的声音，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。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书犯错篇三

尊敬的老师：

您好！

今天，我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以想您表示我对晚自习睡觉这种不良行为的深刻认识以及我决定再也不逃课的决心。早在我进入高中之初，我就坚定了好好学习，努力成才的决心，但是我却辜负了老师、家长以及同学的关心，我上课睡觉了。虽然我逃课是由于晚自习身体不舒服，忘了和班长请假，但我真的不是存心不想上课的，我错过了在优秀的环境下补充知识的机会，这莫过于人生的’一大损失。

对不起，老师！这次我犯的是一个严重的原则性错误。错误

已经发生，我却不知如何挽回，只好告诫自己要努力把握好今后的每一分钟，时时刻刻铭记老师的教导，努力学习，争创辉煌。最起码也要学会立足社会的知识，掌握自力更生的能力。

作为一个高中生，我深知学习之重要，术业之根本，如今听了辅导员的教导，更让我由衷觉得十多年的求学经验没有错，老师们都是过来人，我们的道路他们都走过，所以他们告诉我们的，都是宝贵的经验，这不是金钱所能衡量的，更不是书本上的泛泛知识可以概括的。老师的反复教导犹言在耳，严肃认真的表情仍旧在眼前，我深深为之震撼，也深刻地认识到事已至此的严重性。如今大错已成，我深深懊悔不已，深刻检讨，认为我在思想中已深藏了致命的错误，思想觉悟也不高，更没有很好地掌控自己的情感反而让情感掌控了我，我的定力还是不够的坚定。老师，虽然我的言语不多，写字也很潦草，但这正是我急切想表明我真的知道我错了的迫切心情。我真的错了，我保证我再也不犯了！

作为一个高中生，违反了“学生守则”明令禁止的行为，实属不该，我认识到自身的错误，而且知道找理由是不对的，在有人教育的时候，我们应该把握机会。我会提高自己的思想觉悟，重视问题，并真正实行，以后会尽量不逃课，好好学习专业知识，并谨遵老师的教导。从今以后我会对我的行为负责，我会改，试着去努力做好一个属于自己的我。不管是纪律上，还是人格上，我都会试着去改变呢！也很感谢你们给我写这份检讨书，让我和你们进一步靠近呢！也感谢你们给过我展现过属于自己舞台的地方！通过这份检讨书，这只笨拙的笔为你们写上我的祝福呢！祝你们xx节快乐，身体健康，天天开心，万事如意！

□xxx

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书犯错篇四

尊敬的老师：

您好！

今天我怀着愧疚的心情向您写下了这份检讨书。非常抱歉，身为您班上的学生，我却在您上课的时候犯下如此大错。在您正在讲台上津津乐道的时候，在同学们正认真吸收您所教授的知识的时候。在这宁静而美妙的旋律中，我睡觉打呼噜的杂音，却突然穿插进来！打破了这份原有的平静。您拍了拍我桌子，我在您严厉的目光中醒来。我迷糊的揉着眼，看见旁边的同学哈哈大笑，自己却不知道发生了什么事。当我抬头看到您的脸的时候，我就知道万事休矣。

对不起老师，对不起，我不应该将神圣的课堂做为我酣睡的梦床。从我醒过来，同学们都在笑。想必，已经笑了很久了。虽然我知道同学们的笑声并不带恶意我。可是在这声声笑声中，我却无地自容。您勒令了他们的喧闹，虽然您当时对我怒目而视，可在之后却没有给对我做出相应的惩罚，反而转身走回了讲台上，继续开始讲课。我默默地听完了这节课。您之后不仅没有把我撇下不管，还将一开始我睡着时没听到的内容，从头再快速的讲了一遍。虽然这让我受益匪浅，但却影响了其他同学的学习进度，对此我感到十分的抱歉。

现在已经临近xx考试，我昨天却遇上了难题导致复习完成的时候已经很晚了，在早上一大早来教室上课的时候就已经很困，一直强撑着打起精神，但在您的课上，我终于还是没顶住周公的'盛情邀请。对不起，老师。我知道不应该这么晚才睡，就算是为了学习，可是影响到了第二天的课程就实在得不偿失。我现在也一直在后悔，我不仅在课堂睡觉，还打扰其他同学的学习，耽误了自己也耽误了别人。我的所做所为不仅违反了校规也违反了作为一个学生的准则，没有尽到作为学生好好学习的义务。

虽然老师只让我在课后抄课文，以作为小惩大诫，但我依然感到难以原谅自己的所做所为。现将这份检讨书递交给您，希望您能成为我的监督，我以后必将努力学习，合理安排作息，再不会出现今天这样的场面。以这份检讨为证，希望老师和同学能监督我，让我的坏习惯得以改正，谢谢。

此致

敬礼！

检讨人：

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书犯错篇五

您好！

我是您所教的高二年级_____班的_____，我今天是向您检讨我在的时候。由于昨天晚上开了一本书，一开头就看入迷了，结果一口气就看到凌晨几点了，这一发现不得了了，室友他们都睡了好久的觉了，我还在看书，然后就睡晚了，早上学校的闹铃又早，我就只睡了二三个小时，睡眠是肯定不足的，为了不迟到在艰难也得从床上爬起来。所以课堂上我就坚持不住，整个人都趴在桌子上睡了过去。我对此事感到抱歉。

已经步入高二的我，还是严格的把的时间调控好，也没有做到自律。做事情还是这么没有计划，所以才会有这次的错误出现。上课是多么严肃的事情，而我竟在课堂里睡起觉来，给人的感觉就是这不是上课，是在玩，玩累了就睡觉，以为还是小孩子呢。我很懊恼这次在您上课期间做了违反了课堂的纪律的行为，给您也带来了问题。同样因为我睡觉，靠近我前后和左右的同学看见了，可能也会跟着我学，带来了一

个坏影响。

晚上看书看得很晚是很不可取的，因为会很严重影响睡眠的质量，会提前把第二天的精力给消耗了，就会导致后面上课没有精力了，这是多么损神的事。但我明知道，我还是忍不住的想要去把书看完，这下子书是看完了，对自己造成的害处倒是不少。消耗完我所有的精神，然后我上课就不能认真了，整个人都是萎靡的状态，在您今天讲的内容我是一个都没有听进去。如今我这样做是对自己的一种伤害，没有睡好觉就会影响身体健康，一个晚上的觉没有睡足，以后不管睡多久多很难补回来。我这做的是多不明智。

因为影响不好，所以我今后一定不会看书很晚了，会把时间控制在一个范围，到了那个时间我就要停止继续看，然后上床睡觉，把睡觉的质量提上来，到了第二天上课才不会有睡觉的事情了。现在我很明白上课在睡觉是一个特别不好的行为，影响自己也会影响他人的学习。在此，还希望老师可以去宽恕我、原谅我，请相信我会努力改正的，我也会监督其他的同学们，不要在晚上熬夜做作业或者是做其他的事的，也会让他们来监督我，我们互相帮助。

检讨人：_____

_____年____月____日

睡觉检讨书犯错篇六

敬爱的老师：

今天，我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以想您表示我对晚自习睡觉这种不良行为的深刻认识以及我决定再也不逃课的决心。早在我进入高中之初，我就坚定了好好学习，努力成才的决心，但是我却辜负了老师、家长以及同学的关心，我上课睡觉了。虽然我逃课是由于晚自习身体不舒服，

忘了和班长请假，但我真的不是存心不想上课的，我错过了在优秀的环境下补充知识的机会，这莫过于人生的一大损失。

对不起，老师！这次我犯的是一个严重的原则性错误。错误已经发生，我却不知如何挽回，只好告诫自己要努力把握好今后的每一分钟，时时刻刻铭记老师的教导，努力学习，争创辉煌。最起码也要学会立足社会的知识，掌握自力更生的能力。

作为一个高中生，我深知学习之重要，术业之根本，如今听了辅导员的教导，更让我由衷觉得十多年的求学经验没有错，老师们都是过来人，我们的道路他们都走过，所以他们告诉我们的，都是宝贵的经验，这不是金钱所能衡量的，更不是书本上的泛泛知识可以概括的。老师的反复教导犹言在耳，严肃认真的表情仍旧在眼前，我深深为之震撼，也深刻地认识到事已至此的严重性。如今大错已成，我深深懊悔不已，深刻检讨，认为我在思想中已深藏了致命的`错误，思想觉悟也不高，更没有很好地掌控自己的情感反而让情感掌控了我，我的定力还是不够的坚定。老师，虽然我的言语不多，写字也很潦草，但这正是我急切想表明我真的知道我错了的迫切心情。我真的错了，我保证我再也不犯了！

作为一个高中生，违反了“学生守则”明令禁止的行为，实属不该，我认识到自身的错误，而且知道找理由是不对的，在有人教育的时候，我们应该把握机会。我会提高自己的思想觉悟，重视问题，并真正实行，以后会尽量不逃课，好好学习专业知识，并谨遵老师的教导。从今以后我会对我的行为负责，我会改，试着去努力做好一个属于自己的我不管是纪律上，还是人格上，我都会试着去改变呢！也很感谢你们给我写这份检讨书，让我和你们进一步靠近呢！也感谢你们给过我展现过属于自己舞台的地方！新年快到了，通过这份检讨书，这只笨拙的笔为你们写上我的祝福呢！祝你们圣诞节快乐，身体健康，天天开心，万事如意！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

睡觉检讨书犯错篇七

尊敬的任课老师：

您好，今天在您的课堂上，我没有控制住自己，不自觉地睡着了，在此过程中，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。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“上课睡觉检讨书”，以表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。

现在想起我当时的行为，可真是万分的悔恨。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，不但是对老师的不尊重，也对我们这个集体的不负责，更是对自身的要求不严格，约束不够。我的行为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。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。

xxx

20xx年x月x日

睡觉检讨书犯错篇八

亲爱的老师：

您好！

上课迟到一次两次还能够说是情有可原，但是一个月里面连续迟到好几次，这就需要我们去认真的反思这其中的问题了，老师您也是一样的，对于我的一次两次的迟到，您都表示理解，也都是只提醒我要我下一次提前一点，但是在我这个月你们多次迟到的时候，您也就马上的批评了我，对于我的错误我也已经严重且深刻的意识到了，我也反思了自己的错误，对于自己多次上课迟到的错误，我表示深厚的歉意和悔意。

最近学校也在一直紧锣密鼓的进行抓那些上课迟到的学生，你也一直在班级群里面说，要我们多注意，上课的时候不要迟到，不要迟到，每天上课之前你都会在班级群里面提醒我们今天什么时候要上课，要早一点到教室，不要迟到，这是您一直以来都时刻的提醒着我们的，当我上课第一次迟到的时候，您都是很热心的关心我、问我是为什么会迟到，更是告诉我要我下一次早点，但是我并没有将您的话放在心里，在第二天上课的时候，我又迟到了，尽管我知道自己的做法是错误的，但是我完全没有想要去改变，在自己多次迟到之后，您生气了，这是我第一次看见您生气，以前的您都是非常的友善和平和的，不管是对我们学生，还是对谁，您都是细声细语的说话，所以在这一次您对我多次上课迟到的错误进行严厉的批评和教育之后，我才意识到自己的错误的严重，所以既然知道自己做错了，我就应该去改正这样的错误，不让错误再一次的发生，从根本上面彻底的改变。

所以我决定，在之后的学习当中，一定会认真的改变自己的态度，不会觉得无所谓，不管是对自己的学习，还是上课的纪律、学校的规矩，我都会认真的遵守，认真的对待，我也绝对不会将您的话和良苦用心当做是耳旁风，更不会因为自

己的错误让您生这么大的气，之所以会多次的迟到，还完全的没有意识到自己的错误，很大的原因是因为自己对于学习和学校的纪律都没有严格的认识到，自己的学习态度也不是特别的端正，作为一个大学生，我应该去认真的对待自己的学习，能够有足够的自制力和自觉性。

经过这次的错误，我也决心要改变自己，要改正自己的错误，改变自己的思想，成为一个优秀的大学生，不让自己将来后悔自己没有足够的努力，也一定会一直加油，更加努力。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月xx日

文档为doc格式