# 2024年大学生上课睡觉检讨书(通用10篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-08-23

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。大学生上课睡觉检讨书篇一尊...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**大学生上课睡觉检讨书篇一**

尊敬的老师：

您好！

我是xxx，对不起在您的课上我睡觉了，这样不认真听课的行为实在是不符学生本职，尤其是我已经上大学了，是一个大学生了，而且我才大一，我就在上课的时候选择睡觉，太不明智了，也对自己管理太松了，为此我检讨自己。

作为一个大学新生，我对于大学的生活比较放松，所以就放松了自己，晚上就不按时睡觉，拿着手机在那熬夜玩，导致早上起不来，上课没有精神。尤其是今天的课，我是半点都没法坚持，不断的想打起精神上课，但是我却坚持不下去，眼睛直打眯，无法把注意力集中。我其实心里知道这是不好的，尤其是现在大一，正是打基础的时候，我这样不顾学习，在网上熬夜玩手机，导致白天不能正常上课。因此这次在您的课堂我就熬不住趴在桌子上睡觉了。也幸好在课上到一半的时候，您把我叫醒了，让我站起来清醒一会，不然后面的课我都会直接睡过去，那上课的意义就没有了。我也为此进行了反省，我深知当前我的状态是不行的，作为学生，在课上不听课，这个大一的学习是没有办法取得好成绩的。同时我也明白自己睡觉的行为会给教室里一部分的同学带去影响，给他们带去不好的效仿。我犯这样的错，实在愧对我的父母，他们努力把我送上大学，不停的努力工作，就为了我在未来能够有个好的生活，可是我现在大一才开始，就已经开始懒散和懈怠了，这怎么对得起他们的辛苦。

经过反省，也通过老师的开解，我真正的明白当前的重任是学习，而不是放松自己，让自己把学习给搞差。我好不容易经过高中三年的苦读，完成自己考大学的梦想，怎么可以轻易就放弃呢？所以我自这次之后，不再这样了，我会规划自己一天的学习和生活，让自己有个好的生活习惯，每天早睡，禁止自己晚上熬夜玩手机，然后造成我白天的精神不济情况。我认真的向老师道歉，也认错，愿未来在老师您的课上您能继续监督我，让我可以把学习跟上去。我之前落下去的学习，我会在后面慢慢的跟上来，不会让您一再的.失望的。还愿老师相信我，我一定可以做到的，在这大学完成自己的学业和梦想，为自己不断前进做准备。

此致

敬礼！

检讨人：本站

20xx年xx月xx日

**大学生上课睡觉检讨书篇二**

尊敬的老师：

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。

取这次教训，认真学习，认真听讲，课下认真复习语文，认真完成老师布置的家庭作业。绝不会不认真的对待学习，以后我一定改，并且我以后要对得起老师、对得起自己、对得起一切关心我的人，我以后会尊重老师，与同学和谐相处。

由此我联想到，生长在社会主义的蜜缸里，长在社会主义红旗下，我竟然在课堂上，没有好的学习态度，并且还睡觉。我深感惭愧，我强烈的自责，我对不起父母，对不起老师，我真诚的向老师道歉，希望老师宽大处理。让我重树学习信心，为表示我的悔改，我决心以后在学校都不再睡觉。我要加倍努力挽回我失去的光阴，我知道老师对我的.惩罚是对我的最大帮助和爱护。我感谢老师对我的帮助，希望老师通过我以后的表现，相信我已经真心改正自己的错误。

我保证以后不会在任何一节课睡觉，专心听课，请老师和各位同学相信我、并在平时能监督我，请看我的行动吧。

此致

敬礼!

检讨人：xxx

日期：xxxx年xx月xx日

**大学生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，20x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。

检讨人：xxx

20x年xx月xx日

**大学生上课睡觉检讨书篇四**

尊敬的老师:

你好，我是你的学生xxx，当你看到这份检讨书的时候，我已经经过的深刻的反思并认真写下了我的过错和认识。

我错了！我在课堂上睡觉是不对的。我深切认识到自己的错误。

我在课堂上睡觉虽然不影响老师对同学们传授知识，但是影响了老师的教学情绪，影响了同学们的听课效果，辜负了老师对我的期望，特别是我的胡噜声让大家都产生睡觉的欲望和冲动。我错了，我真的错了。

父母把我送到学校让我学习知识，老师是给我传授知识，不仅劳累还吃粉笔灰，这么辛苦只是为了让我能够学到知识，让我今后做一个对社会有用的人，可我却在课堂上睡觉，而且打呼噜这是很非常严重的错误。

这是一次十分深刻的检查，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我真的不应该不重视老师说的话，我不应该违背老师的话，我们作为学生就应该完全的听从老师的话，而我这次没有很好的重视到老师讲的话。我感到很抱歉，我希望老师可以原谅我的错误，我这次的悔过真的很深刻。

这几天我真的是很深刻的认识到了我的错误，知道了老师说的话不能够装做没有听见，老师说的话就要听从，老师说的话也绝对会实现她的诺言，老师所要管的一定是为了我们学生好，所以我们不用挑战老师的纪律，我们还是学生，没有能力对老师说出来的话产生不听从的想法，我们学生可以做的事情就是好好的听从老师的话，好好的学习好，让老师可以放心，让老师可以信任。

犯了这样的错误，对于家长对我的期望也是一种很大的打击，家长辛苦的赚钱，让我们孩子可以生活的好一点，让我们可以全身心的投入到学习当中，可是，我却违背了家长的心意，我犯了这样的错误，简直是对于家长心血的否定，我对此也感到很惭愧，家长的劳累是我们所不知道的，每天为了生存而忙碌，为了家庭而承受着巨大的压力，这一切的一切都是我们所不能够了解的，我们可以做的就是做他们的乖孩子，听从家长的话，家长是我们最亲的人，也是我们在现在这个社会上最可以信任的人，所以我们就要尽量的避免家长生气，不给他们带来不必要的烦恼。而我们作为他们最亲的人也不能够惹他们生气，这个都是相互的，当我们伤害到他们的心时，也是对于自己心的伤害，因为我们是最亲的人。没有任何人可以取代。

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，这次的教训真的很大很大。

检讨人：

日期：

**大学生上课睡觉检讨书篇五**

尊敬的老师：

您好！

您之前更我们说过您是一个对学生犯错非常包容的老师，但是您也说您最忌讳最讨厌自己的学生在您教课的时间在课上睡觉。我昨天在上午的第一节您的课时，就犯下您最不喜欢和最不想看到的事情。您平时是对我们非常好的一个老师，也是我在所有科任教师了最喜欢、也最尊敬的一个老师。我在以前的学习中也犯了很多错，你不仅包容我在学习上面的这些错误，还帮我指正我在这些方面的做法。所以这次我在您课上睡觉我是对我自己十分过意不去的，虽然上课睡觉我自己也有点身不由己，但是我还是犯了您最大的忌讳，让你为我上课睡觉而感到生气，希望这份在您课上睡觉的检讨书能平复您的心情。

您曾经说过，在上课时间睡觉在表面上只是影响了自己的学习，但其实确实影响了整个班级的学习环境。我现在已经非常明白您之前跟我们说的这些话的含义，我上课时间睡觉不仅会影响到我自己，更是给其他同学积极向上的学习热情一些负面影响，也会破坏您在上课教学的时的心情。上课睡觉耽误自己上课进度和影响自己的学习成果本来已经就是值得让自己检讨和认错的行为了，更加别说我在祸害我自己的同时，也将同学们和老师们也一起祸害了，我也就更加能体会到您之前说您最忌讳学生在您课上睡觉的心情了，假如换成是我自己，我现在也一定非常讨厌在非常重要学习的时间里睡觉这样子的做法了。

我这次在上课睡觉，可能是我在前一天学习完后没有休息好，也可能是在吃过早餐后导致的有点困，也可能是我在第一课时的学习状态很差等等，但这都是我自己本来就应该注意并且避免发生是事情，绝无可能是老师您上课的方式和上课的内容的问题，不然只有我一个人在第一节课上面睡觉被您抓住，所以这是我自己在您这门课中存在着一个很大的需要自我检讨、自我认识和自我改正的不足。引起我们在上课时间睡觉的原因有很多，但是同时让我们在上课时避免睡觉的方法也是有很多的，这都处决于我们自己是否在课上全神贯注，我想这也是您这次最想让我自己思考的一个问题，现在我对这个问题已经有了自己非常好的答案，我也会在您上课时间的好好的告诉您我这次的答案！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**大学生上课睡觉检讨书篇六**

尊敬的班主任老师：

您好！

我是xx，是在是感觉非常的有压力，这段时间以来我在学习当中是做的不够好的，作为一名大二的学生我一直都在认真做好自己的事情，今天上课睡觉了，这让我感觉非常的有压力，我实在是很自责，作为一名大二学生这让我不知道怎么跟您解释了，大二阶段的学习当中这是我没有做好的地方，这次睡觉的情况非常的影响班级形象，我是在感觉很愧疚，今天上课睡觉了，我真的应该好好的反省一下。

今天睡觉是因为我没有合理的安排好自己的时间，出现了这样的情况是我不愿意看到的，我实在是非常的为难，这让我感觉自己确实还是有很大的压力的，上课睡觉的事情真的不应该出现，这是我的问题，已经是一名大二的学生了却还是犯这样的错误，感觉自己做的很不好，忘记了您的教导，在这样的环境下面这给我的压力是很大的，今天我上课睡觉就是一个例子，作为一名学生我做的是不好的，真的应该要深刻的反省一下，这次上课睡觉的情况让我感觉非常的吃力，今天上课睡觉的情况让您失望了，您已经好几次说过这样的情况了，我现在这样下去确实是有很大的问题的，这不是我想要看到的情况。

作为一名学生这是我应该要有的态度，由于昨天晚上我没有好好的休息，上课的时候也是没有精神，这让我感觉确实很自责，这段时间以来的学习当中我的表现也让您失望了，是我做的不够好，因为上课的时候没有精神，我在上课期间总是昏昏欲睡，在这一点上面我确实还是要有自己的态度，今天是专业课，这实在是让我不知道怎么跟您解释了，这是我的问题，在这方面是我应该思考的，这次在上课睡觉的时候我让您失望了，在大二阶段我还是做的不够好，我也对自己的行为感到羞愧，毕竟这样的情况很影响学习，在学习上面做的不够好就肯定会出现大问题在，这一点是一定的，我不知道怎么去做好这些，但是现在我出现的情况也不是很好，上课期间我就一直在睡觉，老师在幸苦的讲课，而我什么也没有听进去，身为大学生我这是极大的不尊重，对于这样的情况必须要及时的纠正，我没有想好接下来要怎么去搞好自己的学习，但是这次的错误，我必须深刻的检讨自己，不在上课的时候睡觉了。

此致

敬礼！

检讨人：本站

20xx年x月x日

**大学生上课睡觉检讨书篇七**

尊敬的老师：

您好!

我是您在xx班的学生xx，今天，我犯下了一个非常严重的错误——在您的课堂上睡觉!当然，您作为老师，早就知道了。毕竟是您在课堂上提醒了我，这才让我明白了自己的错误!真的很对不起!

这次的xx课上，我因为自己实在是困得不行，无意间在课堂上睡着了，真的很对不起!您也了解我，在过去的学习中，自己从没有这样犯下错误!在您专心致志的时候睡觉!这实在是有些太过分，太糟糕了!我我很惭愧，作为xx班的学生，我在学习上，其实并算不得出色，在上课的时候也总是不能全部领会老师所授。但尽管如此，我也一直在努力，认真的挺好每一堂课，不将学习落下!

可是，自己在这次却犯下了这样的错误!在您的课上睡觉，这是我怎么也没有想过的事情啊!但是也怪我，怪我没能控制好自己行为，没有约束好自己。这才导致了今天的这一出错误!我真的非常的惭愧。

在这次的事情后，我也深刻的反思了自己在上课的时候犯下的错。仔细的想想，自己身上还是有不少的错误!当然，面对这次在课堂上睡觉的问题，的原因还是因为在昨天的时候，自己没能及时的上床睡觉，这导致在刚走到教室门口，自己就忍不住哈气连天!现在想想，自己应该早些察觉自己这样的状态会给上课带来怎么的错误，也许还能及时的制止这个错误的发生。

但说到底，主要还是自己没能在昨晚的时候休息好，贪图玩乐，导致作业写晚了，不仅伤害了自己的健康，还给了老师带来了这样大的麻烦!真的很抱歉!

我知道，自己这样的行为真的非常的糟糕，不仅仅让老师不得不打断上课来纠正我的错误，还让同学们看到了我这样的错误行为，甚至给大家带来了一个负面的榜样!这是非常不对的!我知道，自己这样，是对老师的不尊重，是对xx班级的不负责!是对大家的影响!

当然，我现在也通过了自己的思考反省了自己。犯下这个错误，也是因为我在平时没有注意好自己的那些细小的错误，这才导致了这样的问题!但是经过这次您的提醒，让我深刻的认识到自己在自我管理上的不足!当然，我一定会改正自己的错误，希望老师能原谅我，我一定会更加严格的要求自己!

此致

敬礼!

检讨人：

日期：

**大学生上课睡觉检讨书篇八**

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，以向您表示我对上课睡觉这种不良行为的深刻认识以及再也不犯的决心。于是我一再告诉自己不能辜负老师对我们的一片苦心。

关于上课睡觉的事情，我觉得有必要说一说。我觉得我向您所说的这些原因是不充分的。虽然我知道这种行为也是不对的，但是我还是做了，所以，我觉得有必要而且也是应该向老师做出这份书面检讨，让我自己深深的反省一下自己的错误。对不起，老师!我犯的是一个严重的错误。

我知道，老师对于我的行为也非常的生气。我也知道，对于学生，保证认真上课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要付出代价了。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。我平时生活作风懒散，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。一个人的犯错误，有可能造成影响班级纪律性，年级纪律性，对学校的纪律也是一种破坏，而且给对自己抱有很大期望的老师，家长也是一种伤害。每一个学校都希望自己的学生做到品学兼优，全面发展，树立良好形象，也使我们的学校有一个良好形象。

xxx

20xx年xx月xx日

**大学生上课睡觉检讨书篇九**

尊敬的老师：

您好!

我错了!我在课堂上睡觉是不对的。我深切认识到自己的错误。

我在课堂上睡觉虽然不影响老师对同学们传授知识，但是影响了老师的教学情绪，影响了同学们的听课效果，辜负了老师对我的期望，特别是我的胡噜声让大家都产生睡觉的欲望和冲动。我错了，我真的错了。

父母把我送到学校让我学习知识，老师是给我传授知识，不仅劳累还吃粉笔灰，这么辛苦只是为了让我能够学到知识，让我今后做一个对社会有用的人，可我却在课堂上睡觉，而且打呼噜这是很非常严重的错误。

这是一次十分深刻的检查，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我真的不应该不重视老师说的话，我不应该违背老师的话，我们作为学生就应该听从老师的话，而我这次没有很好的重视到老师讲的话。我感到很抱歉，我希望老师可以原谅我的错误，我这次的悔过真的很深刻。

不过，人总是会犯错误的，当然我知道也不能以此作为借口，我们还是要尽量的避免这样的错误发生，希望老师可以相信我的悔过之心。“人有失手，马有失蹄“，我的不良行为不是向老师的纪律进行挑战，绝对是失误。老师说的话很正确，就是想要犯错误也不应该再您的面前犯错误，我感到真的是很惭愧。

这几天我真的是很深刻的认识到了我的错误，知道了老师说的话不能够装做没有听见，老师说的话就要听从，老师说的话也绝对会实现她的诺言，老师所要管的一定是为了我们学生好，所以我们不用挑战老师的纪律，我们还是学生，没有能力对老师说出来的话产生不听从的想法，我们学生唯一可以做的事情就是好好的听从老师的话，好好的学习好，让老师可以放心，让老师可以信任。

xxx

20xx年xx月xx日

**大学生上课睡觉检讨书篇十**

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了大半时间，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

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn