



第一次學跳舞

5B 蘇雨雲

在一個陽光明媚的下午，姨姨送我去學跳舞。

這是我第一次學跳舞，心裏一陣緊張。進入舞蹈室之後，我見到了一面大鏡子。同學們都安靜的坐在地，我輕輕的走過去，坐在我的朋友旁邊。老師向我們說：「你們要先做熱身動作，然後記住，無論做甚麼動作，都要保持平衡。」我們點點頭，便開始做熱身動作。

第一個動作是「一字馬」，就是要把雙腿打開並拉直。我嘗試着自己做一遍，沒想到只微微拉開，便不可以繼續下去了，因為有一種撕裂的疼痛感。果然第一次自己練習還是很有難度的！

老師見我不是很成功，便來幫我一把。有兩位老師，她們一個幫我拉腿，一個幫我壓背，使我的背可成功貼地。我心想：真的很痛啊！但拉完筋之後，又會覺得：雖然真的很痛，但都很有用。所以我更加勤奮地練習，最後也終於成功了。

這是我第一次學跳舞的經歷，過程雖然辛苦，但是令我明白到一個道理：堅持加上努力就一定會成功。

