# 第一次跳舞表演范文（17篇）

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2023-12-28

*通过总结，我们可以发现并强化个人优点。写总结时要注意遵循客观事实和真实情况，不夸大不缩小。接下来是一些经典总结范文的合集，希望可以帮助到正在写总结的你。第一次跳舞表演篇一一阵优美的音乐响起，舞蹈家们迈着轻盈的步伐，走上舞台，在舞台的中间偏偏...*

通过总结，我们可以发现并强化个人优点。写总结时要注意遵循客观事实和真实情况，不夸大不缩小。接下来是一些经典总结范文的合集，希望可以帮助到正在写总结的你。

**第一次跳舞表演篇一**

一阵优美的音乐响起，舞蹈家们迈着轻盈的步伐，走上舞台，在舞台的中间偏偏起舞，这是多么优美啊！以下是小编给大家整理的第一次跳舞。

作文。

范文，喜欢的过来一起分享吧。

在我的生活中有许许多多的第一次。但是令我印象最深的是：第一次跳舞。

在我上幼儿园大班的时候，我和妈妈去逛滨江。我见到有些哥哥姐姐叔叔阿姨在那儿跳舞，觉得很好玩，我就跟妈妈说：“妈妈，我要学跳舞可以吗？”妈妈听了马上毫不犹豫地答应了。

妈妈给我报了芭蕾舞蹈班。第一次，去上课所以我非常兴奋。老师一开始让我练的是--一字马。我心想：哼，一字马而已嘛，简单啦！我立刻做给老师看。老师见我一字马过关了，就微笑的点着头。然后老师让我把脚直直的伸到头上去，保持这样的动作五分钟。我的一字马可以，这样的动作也不是很难啦！我就展开双手，慢慢地把其中一只脚伸到头顶。一秒，两秒，三秒……半分钟不到我的身体开始抖动了。没想到不过一会我整个人都重重的倒在地下了。老师见到了，摇了摇头。

回到家，我的双腿和双臂开始作痛了。我就哭着跟妈妈说：“妈妈，我不学跳舞了，还有那动作好难学噢。”妈妈疑惑地问：“为什么呀？”“你看。”我把脚伸出来给妈妈看，“都扭到肿了。”我回答。妈妈和蔼可亲地说：“不要哭啊，当初是你自己说要学的呀，但是你现在又不学，钱都交了，岂不是浪费了。还有，我们做什么都好，都有坚持不懈，就算你跳得再不好，只有坚持练习也会有好的一天。”

我听了妈妈的话后，在接下来的课中：训练时，再痛，再难，再苦我也坚持下去，一次次地跌倒后，都会坚强地再次站起来。结果两个月后，我已经可以一边听着音乐一边跟着音乐跳舞了。

在这一次学舞蹈中，我知道了：不管遇到什么困难，只有坚持和坚强下去就会有成功的一天。

小时候，妈妈经常带我去看舞蹈表演。我看到许多大姐姐们穿着美丽的演出服装，在舞台上翩翩起舞，我看得都入了迷，心里羡慕极了，便下决心学跳舞。

上幼儿园中班时，我哀求妈妈让我学舞蹈，妈妈立刻同意了。最初两年，我在少年宫刻苦地学习着：上课铃还没响，老师就让我们练习起《虫儿飞》这个舞蹈来。别看这个舞蹈很简单，但跳起来可是真累人。一会儿要踢腿，一会儿要下腰，还要转圈、蹦脚、钩脚等等，把我弄得晕乎乎的。

上了小学后，我转到春天少儿艺术团学舞蹈。我努力地练习着各个基本功，有踢前腿、下腰、空腰、后踢腿，……，好多好多，说也说不完。刚开始做这些基本功时，腿很酸、很痛，我努力地忍着快要掉下来的眼泪，一点一点往下压，练久了，腿竞然不疼了。经过一年的努力，我成功面试上了艺术团的小演员班，我高兴极了，俗话说：一份耕耘，一份收获嘛！

上小演员班是很光荣的，也是很辛苦的，不但要学很多舞蹈，还要练许多基本功，让我印象最深刻的是前转翻。

一天，老师教我们一个新动作－前转翻。老师开始讲动作要领：“前转翻最重要的就是腿要用力蹬，身子才好用力。”我听了，半信半疑：就这么简单？想着，我便翻了一次。“砰”的一声，我刚抬了一半的腿掉了下来，好像被一块大石头砸过一样，生疼生疼的，我有点灰心了。老师鼓励我，让我继续努力，一定会成功。于是，我一鼓作气，腿用力地蹬着，果然，经过一次次练习，我获得了成功，我笑了，这么难的基本功我竟然学会了，真不可思议，学了几年，我越跳越好了，身子也比以前轻盈多了。

没想到，舞蹈的基本功还对我的体育成绩也很有帮助，那些立位体前屈、坐位体前屈等等，对我来说，就是小菜一碟，所以样样都考优。

舞蹈给我一个健康的身体，还给我带来了快乐！

你们学过舞蹈吗？我在这次学习舞蹈的过程时知道了怎样才能学好舞蹈：坚强，能吃苦耐劳。

我从四岁时开始学的舞蹈，我的胯在舞蹈班里是最差的一个人，但是我跳的舞在舞蹈班里绝对是最出色的一个，因为压胯，我哭了好几次，太疼了，所以不能吃苦的人根本不能学舞蹈。

有一次，老师让我过去压胯，我的腿马上就下去了，可是太疼了，老师让我忍一会，可是我连这一会都没忍下来，太疼了，我哭了，老师对我说，你看看别人，都能坚持，就你不能坚持。我并没有恨老师，以为我心里知道那是为我好。

从那儿以后我开始下定决心，我每天在家里也练，在舞蹈班里也练，因为我要学会坚强，能吃苦耐劳。

过了几天，我又去了舞蹈班，我们今天先下腰，然后压胯，别人一个一个都下完了腰，然后去压胯，有的人受到了表扬，我心想：我一定也要受到表扬。我下完了腰，我去让老师帮我压胯，老师一点点往下给我压，倒疼的时候我忍着，老师一直在旁边鼓励我，别人也一直在旁边鼓励我，让我很感动，胯一直再往下，一直再往下，老师让我休息一下，过了一会，我去找老师，让老师接着给我压胯，我一直都很坚强，但是到了最后，我太疼了，老师让我在忍一会，我心想：王瑜莹，你一定要坚强，吃苦。终于，我的胯下去了，我很开心，老师也在一直说我很棒，下次继续努力。我把这件事告诉了我的家人，他们为她们有这样一个女儿感到骄傲，同时我很高兴。

从中，我体会到，无论做什么事，都要学会坚强，要有吃苦耐劳的精神。

。

**第一次跳舞表演篇二**

有意思真的很有意思。老人要学会跳舞。刚听说城里的老人都有这个爱好，现在已经传到我们国家了。最近几天村里组织了一个老人学舞蹈的活动，我奶奶也报名了。

晚上，我怀着好奇的心情和奶奶来到村委会门口。我看到很多老人聚集在那里，用一种非常不和谐的方式扭动着“121”密码。他们被安排成四对，前面有一个领舞，第一个有点技术，刚进后排队伍，最后是我奶奶。看，最后一排的老人跟在第一排后面。动作缓慢，缺乏弹性。奶奶更有趣。跳舞一点节奏都没有，看起来很匆忙。我忍不住笑了。奶奶回头一看，见我在笑她，踢我的脚，摇我的手。她气愤地说，‘我不学，学起来好难，学不好。’我很着急，马上不笑了，鼓励奶奶说：‘奶奶。我是认真学的。经过外婆的努力，舞蹈终于变得有点像样了。演出结束后，我奶奶饶有兴趣地让领舞者指点迷津，似乎有点“上瘾”。

回家的路上，我故意对奶奶说：‘你们这些老人真有意思。“你必须学会跳舞，这太不可思议了，”我奶奶一本正经地对我说：‘跳舞既愉快又有体力，何乐而不为？’是的，随着生活条件的改善，农村居民的健康意识也增强了。我暗暗祈祷外婆越活越年轻。

**第一次跳舞表演篇三**

我的绝招是跳中国舞，我非常喜欢跳舞，喜欢使得我对跳舞念念不忘。

有一次，妈妈本来要我去跳舞的，后来有朋友要和我们去香格里拉酒店吃饭，妈妈终于被说服了，对我说：“今天你不用去跳舞了，赶快去穿漂亮的.衣服吧！”我无奈地走进房间。一到酒店，妈妈就开始狼吞虎咽地吃起来，我却没有一点心思吃饭，心里不停地在想：如果到时跟不上怎么办？同学讥笑我怎么办？我终于忍不住了，问妈妈：“到时跟不上怎么办？”妈妈一边吃东西一边说：“赶快吃东西，到时再说。”我才松了口气，开始吃东西。

舞蹈看起来很容易，但练起来不知要流多少汗。我3岁开始跳，现在才上大班呢。学跳舞，就要有扎实的基本功，基本功主要练两个地方：腰和腿，还要练形体，也就是排练一些舞蹈，让我们尽量往高处拉，头往上抬。还有一个最重要的，那就是软度训练。每一次我们都要练一些技巧，比如前翘、空翻、侧手翻等等，还要老师帮我们搬腿，那市最痛的环节，每次老师压腿，我都说太痛，老师总是回答：“你的腿软，还叫？”

通过跳舞，我明白了一个道理：功夫不负有心人，只要不放弃，就可以成功！

**第一次跳舞表演篇四**

偶然一次，我被王老师选去跳舞，跳的是“巾帼奥运娃”。我惊呆了，我一个舞蹈白痴，怎么可能上台比赛呢？我去跟王老师讲，可王老师坚持说不，我真是秀才遇到兵——有理讲不清呀！就这样，我学起了舞蹈。

刚开始学，我的动作简直惨不忍睹，总是不能跟上其他队员。看看她们，一个个跟女将似的，动作纯熟，柔中带刚，像真的在战场上作战似的。再看我，一个没带武器的麻瓜，上了战场，也不知道怎么对付。

看着她们翩翩起舞的样子，我仿佛看见了，在那个遥远而神秘的月亮上，她们站在那儿，跳起舞，旋转跳跃，扬起挂在身上的彩带，围着月亮飞来飞去，好象月亮是一朵花，而她们则辛勤的小蜜蜂。

一个星期过去了，两个星期过去了，三个星期过去了，四个……。

不知不觉，到了比赛的日子了，我也融入这个舞蹈中，不是那个什么都不会的麻瓜。

我们的衣服是大红色的，里面是一条到屁股的连衣裙，外面套着一件到腰着儿的衣服，肩膀上的衣袖不是平的，而是尖的，翘起来的。还有的就是围腰的围裙，有几处是银的。胸口贴着一张圆圆的牌——卒。还有脚腕和和手腕，手腕也是大红色的，不过上面镶着零零碎碎的银片，美极了。

上了场，我和伙伴一起在台上跳跃、旋转、转身、挥旗、扬马鞭，样样都做到了。

我仿佛又看见了，他们围着月亮边唱边跳，起起落落……。

**第一次跳舞表演篇五**

“啊！什么？真是这样的吗？”我十分惊讶，“呜呜，我不想这样呀！”听了这些话，好奇的你一定会问：“这是怎么回事呢？”下面，解答人——也就是我，就来帮你把谜团解开吧！

这天天气很晴朗，而我的心却阴沉沉的，原因是：我接到了一个通知：要男生和女生手拉手跳集体舞。当接到通知时，我简直都要疯了。“哎，只好接受事实，因为，抵抗无效！”“同学们，你们要知道，这种集体舞是只有很有教养的人才能跳的，你们这样，只能表现出你们很没有教养！”每当我没有信心时，老师的这句话便让我重新有了勇气和信心。

开始学习了，我按照老师的动作一个一个的\'认真学习，把老师讲的要领记在了心里，并且十分努力的去做。可是，有些时候，我要么就是做错了动作，要么就是动作给做快了，我仔细看了看其他同学的动作，并且认真努力的去模仿，还真没想到，没跳多久，动作就做得十分的完美，还做得很优美我心里十分得意！

学会了跳集体舞，我真开心！

**第一次跳舞表演篇六**

铃声一响，舞团的孩子们一个接一个冲进教室，全然不顾现在已经上课了，让教室雷鸣般，响彻全世界！老师一进来就马上喊:“安——安静——！”所有人都惊呆了，教室一下子鸦雀无声！

大家回到座位上，老师把音乐放好，大家轻快地跳着，跳得越来越流畅，跳得越来越“热”。这真是一个热门的舞蹈团。我们之所以这么厉害，是因为老师讲解的时候，大家都屏住呼吸，认真上课，和大家一起长时间的练习，才能达到这么好的效果！但是不完美，很完美，还有一些地方需要注意和小心！有些高难度的动作，对某些学生来说更难。

但是人们讨厌有时候很多学生路过的时候一直看着笑着。他们认识的学生笑得更大声，吸引更多的\'人一直笑。我真想把他们打得落花流水，真是可恶！我们心想:你愿意吗？你为什么能取笑我们？我们在努力学习！

终于下课了！虽然大家都有点生气，但还是带着欢快的心情离开了。这些快乐阻挡了那些愤怒和悲伤的人。太神奇了！所以生气难过的时候，往好的方面想，不要太冲动，不然会后悔的！

跳舞带来很多欢乐，有时候不知道该怎么办，经常有人笑有人哭！然而，跳舞真的很有趣。它带给我如此多的快乐和健康！

**第一次跳舞表演篇七**

高一的时候，看到几个大姐姐穿着绿色的裙子，转圈，手平放在空中，左右转了一会儿，转圈，好快。像一个旋转的电风扇，看起来像一团绿色的羊毛。越看越对舞蹈感兴趣。我忍不住说：“哇！太好了！”

看着看着，突然想到如果能学会这一招，一定会受到老师和伙伴的表扬。于是，我报了舞，认真学了舞。不过我一来就会学一些横叉竖叉之类的进阶动作。每次横叉下不去，竖叉又下不去，腿总是弯弯曲曲的，大腿很疼。腰痛，腿痛，背痛。每天练习一些对着我的动作，有时候体会跳舞的累和痛，学习一些最美的舞蹈姿势。每个星期天在学习期间，我都会练习跳舞，因为我知道跳舞是为了让我们成为苗条的女孩，有跳舞的精神。

几年后，我坚持不懈地练习舞蹈。我在班上和男生女生比，也赢了不少同学！我太开心了！而且骄傲。

当有一天表演的时候，我不需要太多的努力就能像直铅笔一样划下来。竖叉的好做法！果不其然，旁边的观众竖起大拇指称赞道：“这些小姑娘一定在台下待了很久。他们现在表现真的很好！”

我爱跳舞，对自己的小舞技非常自豪！

**第一次跳舞表演篇八**

人人都知道，拉丁舞是非常优美的舞蹈。以前，也有不少人以为，拉丁舞是一个最好跳的舞蹈，其实不然。

我5岁的时候，就开始学拉丁舞了。一起步，就感受到这个舞蹈不是想象的那么简单，而是非常难。在我学的过程中，也遇到了非常多的困难和挫折。

才开始，我穿起拉丁舞鞋子就感到非常不习惯，更不用说跳起来的不习惯了。老师教我们跳舞了，我也跟随着音乐跳了起来。不一会儿，我突然“嘣”的一声摔倒在地上。那时，所有学拉丁舞的同学都在笑我，我也伤心地哭了。立即，老师做了个手势，让大家先安静了下来，然后，她走过来和颜悦色地说：“做任何事情，都不能轻易放弃。你要像顽强的爬山虎一样，不管刮风下雨，都要努力地往上爬。”听了老师的\'话，我感到精神抖擞。以后，我一跌倒就会想起老师说过的这句话。

“世上无难事，只怕有心人！”经过不断地磨练，我成为了在班上跳得最好、深得老师喜欢的优秀学生。

经过这次拉丁舞蹈班，我懂得了一个道理：轻易放弃，只要经过不断地努力，就没有什么做不了的事。

**第一次跳舞表演篇九**

小时候，妈妈经常带我去看舞蹈表演。我看到许多大姐姐们穿着美丽的演出服装，在舞台上翩翩起舞，我看得都入了迷，心里羡慕极了，便下决心学跳舞。

上幼儿园中班时，我哀求妈妈让我学舞蹈，妈妈立刻同意了。最初两年，我在少年宫刻苦地学习着：上课铃还没响，老师就让我们练习起《虫儿飞》这个舞蹈来。别看这个舞蹈很简单，但跳起来可是真累人。一会儿要踢腿，一会儿要下腰，还要转圈、蹦脚、钩脚等等，把我弄得晕乎乎的。

上了小学后，我转到春天少儿艺术团学舞蹈。我努力地练习着各个基本功，有踢前腿、下腰、空腰、后踢腿，……，好多好多，说也说不完。刚开始做这些基本功时，腿很酸、很痛，我努力地忍着快要掉下来的眼泪，一点一点往下压，练久了，腿竞然不疼了。经过一年的努力，我成功面试上了艺术团的小演员班，我高兴极了，俗话说：一份耕耘，一份收获嘛！

上小演员班是很光荣的，也是很辛苦的，不但要学很多舞蹈，还要练许多基本功，让我印象最深刻的是前转翻。

一天，老师教我们一个新动作－前转翻。老师开始讲动作要领：“前转翻最重要的就是腿要用力蹬，身子才好用力。”我听了，半信半疑：就这么简单？想着，我便翻了一次。“砰”的一声，我刚抬了一半的腿掉了下来，好像被一块大石头砸过一样，生疼生疼的，我有点灰心了。老师鼓励我，让我继续努力，一定会成功。于是，我一鼓作气，腿用力地蹬着，果然，经过一次次练习，我获得了成功，我笑了，这么难的基本功我竟然学会了，真不可思议，学了几年，我越跳越好了，身子也比以前轻盈多了。

没想到，舞蹈的基本功还对我的体育成绩也很有帮助，那些立位体前屈、坐位体前屈等等，对我来说，就是小菜一碟，所以样样都考优。

舞蹈给我一个健康的身体，还给我带来了快乐！

**第一次跳舞表演篇十**

1.在舞蹈比赛中又拿奖状了，进步小明星!女儿继续加油哟!

2.宝贝在舞台上翩翩起舞，一会儿跳跃，一会儿转圈，美极了。

3.舞蹈是有节拍的步调，就像诗歌是有韵律的文体一样。

4.宝贝先给我们作舞蹈示范，看着宝贝优雅的舞姿，我心里羡慕极了。

5.宝贝第一次学跳舞，老母亲有点热泪盈眶。

6.女儿自练舞蹈，感觉女儿特别的用心，在舞蹈方面特别的有天赋。

7.第一次正儿八经的学跳舞，青少年宫上这学期的第一节课，希望你能坚持下去哦!加油，宝贝儿。

8.女儿得奖状啦，眼巴巴的眼神好可爱。哈哈哈哈，小朋友们，寒假愉快。

9.第一次在天母蓝鸟吃饭，却吃得匆忙。赶着回来带女儿去学跳舞，又迟到了半个钟。

10.女儿的舞蹈表演圆满结束，舞台上靓丽的展现，台下付出了无数的辛苦汗水，宝贝加油。

11.女儿能得到今天如此的奖励，和老师您的细心教导，精心培养是离不开的。

12.女儿作为学校舞蹈队的老队员，参加了开学典礼的舞蹈表演。

13.哎呦喂，宝宝得奖状了!

14.送女儿去学跳舞，女儿没学会爸爸先学会了。

15.小班时女儿学舞蹈，因为后背有点驼，被老师用力拍。外面看了有点心疼，第二学期没有续报。

16.昨天第一次参加女儿幼儿园的元旦庆演，虽然幼儿园操场上天气冷风又大，但看着小家伙在台上台下都跳的特起劲，心里还是很高兴的，心想以后是不是送她去学跳舞!

17.宝宝长大了，可以像天鹅一样跳舞了。

18.今天女儿舞蹈艺术学校照片出来了，是不是还挺不错的，女儿希望你越来越棒。

19.我的女儿真的是我的小天使，一直都是我贴心的小宝贝，女儿舞蹈得奖，这一切都是他人生当中所有的厉害之处!

20.这是我女儿跳的舞蹈，多谢大家支持。

21.我女儿总是这么聪明伶俐，女儿跳舞真的是婀娜多姿，女儿跳舞真的是相当的好看!

22.我很高兴看到我女儿获奖。

23.恭喜自家孩子舞蹈比赛中获奖，一分耕耘一分收获，付出终有回报，或早或晚。

24.宝宝人生的第一张奖状，希望未来的日子能健康成长，继续努力，做自己喜欢的事情。

25.你就是妈妈最大的安慰，你就是妈妈最大的快乐，我的宝贝在跳舞，跳出了妈妈幸福的样子!

26.这次女儿很棒!恭喜获奖!希望宝贝乘胜追击，拿更多的奖项，宝贝是爸妈的骄傲。

27.看着她努力踮起脚尖的样子有点心疼，可是辛苦总会有回报的，加油!女儿。

28.刚才女儿传了个视频，外孙女在幼儿园的舞蹈表演。节拍压得好，动作也很到位，下面老师有说，笑起来很可爱。入眼!

29.我的女儿就是那么棒，每天都在努力的锻炼的女儿舞蹈得奖，这一切都是他努力而付出得到的回报!

30.宝贝女儿学跳舞，只要你喜欢的，我都会支持你去做。

31.这次比赛虽然得奖了，但也让孩子见识了强劲的对手，是一次学习的机会。

32.以后如果我有女儿，她想学跳舞，我就打断她的腿说，看看你妈，大学的时候就是因为跳舞，跳到腰肌劳损了。

33.我今天心情很好，因为我女儿得奖了。

34.女儿得奖状了，我应该更努力工作!

35.厉害，宝贝的作品得奖了，多谢老爸的指点。

1.女儿四岁去学跳舞，已经有点晚了，和同龄小朋友一起有点跟不上了。我对我以后的陪读生涯感到焦虑了。还好心心现在还是很喜欢去学校上课的。

2.孩子舞蹈比赛中得奖了，她非常高兴，我就替她开心。期望她之后得多多奖，加油小孩。

3.女儿的舞蹈表演圆满结束，舞台上靓丽的展现，台下付出了无数的辛苦汗水，宝贝加油。

4.宝贝儿第一次学跳舞，说老师表扬了她好几次，看视频跳的是还不错了，动作还蛮标准的。

5.女儿得奖状是对父亲的奖赏。

6.在舞台上你的仿佛是最灿烂的花朵，妈妈愿意永远照耀你。

7.宝贝一会儿跳跃一会儿转圈，优雅的舞姿真是可以用\"啊娜多姿”米形容，

8.孩子上台表演的朋友圈说说有这些：

9.小宝贝第一次上台表演，虽然不是最优秀的，但是在爸爸妈妈心中你已经是最棒的了。

10.她表现很淡定，我很紧张!疫情下的无观众表演，孩子们依然热情洋溢童真尽现。爱他们!

11.今天是宝贝学校文化艺术节，演出很成功，孩子的表演很完美，鲜花和掌声应送给孩子和老师，感谢老师们这几天的辛苦陪伴。

12.女儿的校园艺术节表演圆满结束，舞台上靓丽的展现，台下付出了无数的辛苦汗水，宝贝加油。

13.女儿舞蹈表演的照片直接做成书，非常漂亮，非常有意义的一本书。

15.女儿得奖状了，我高兴的不得了，她面无表情的说不就一张纸吗?

16.宝贝，放松一点，平时练习时怎么做就怎么做，认认真真地投入就可以了，要自信一点。

17.我的女儿一直在努力的学习舞蹈，女儿跳舞真的是惊若天人，让我非常感叹，这就是仙女下凡一般!

18.舞蹈真的可以改变一个人，假期的慵懒习气都在舞蹈的带动下改变了，生活习惯变好，还能远离手机和电脑。

19.今天是女儿的跳舞表演，三年学舞，不是那么灵活的舞者，却也有了憨憨的热爱。哪个女孩，不爱穿着美美的衣服，化着妆，跳一段自己觉得也很可爱的舞呢。祝你演出顺利。

20.女儿去跳舞了，每天都在家苦练基本功，看到女儿那么刻苦，我真的很心疼。

21.长达一个月的练习。明天终于登上舞台。女儿背后的汗水与辛苦明天会得到检验。祝女儿演出成功。

22.女儿幼儿园阶段都不愿意学跳舞，这学期突然对跳舞感兴趣，我帮她报了个为期2个月的基本功训练班，今天结束，年后正式上舞蹈课。

23.得了一个小小的奖状，非常开心，好久没有这么开心了。

24.哇，好厉害，热烈祝贺!

25.女儿舞蹈得奖状了，我真高兴。

26.咱家孩子舞蹈比赛拿回奖状了，老母亲心怀大慰。

27.女儿长大了，不淘气了，变成好孩子了!瞧瞧，这是奖状。

28.我的宝宝真棒，在舞蹈比赛中获得奖状了，我真的好骄傲。

29.这时候的一切都是那么的庆幸，女儿跳舞真的是每一个动作都做得那么精致，真的是相当的美丽!

30.自己孩子拿奖状了，心情倍儿好!

31.女儿的第一次舞蹈表演，大清早起来化妆走台，辛苦了，看到他和小朋友们在台上表现的很不错，爸爸我好开心。加油哦女儿，期待你的未来会更精彩!

32.希望女儿不要骄傲，继续努力，在老师的教导下勤学苦练，以后能拿到更好的成绩。

33.女儿得奖状啦，每个小朋友都有。

34.孩子，你仍然很棒。

35.宝宝得奖状了，好开心，弥补一下我，童年的缺失。

1、女儿得奖状了，看把她美的。

2、希望你再接再厉，勇攀高峰，努力拼搏实现梦想。

3、女儿现在学画画.跳舞.小提琴，我认为接下来有拼音数学等各种压力，加上她的骨骼太硬也不适合中国舞，就暂停了她的舞蹈班。

4、亲爱的女儿，看你对舞蹈付出的努力，终于有了回报，我感觉特别的欣慰。

5、人生的第一张奖状，加油，努力的小孩。

6、女儿学跳舞学了五次，今天第一次登台表演，傻乎乎的妈妈给女儿穿错了演出服，导致女儿跳舞的时候几次露出小内内，回家一看录像，再仔细研究一下那个演出服，才发现不对。这次真怪妈妈。

7、怎么一不留神我女儿得奖了!

8、女儿学跳舞已经有一年半了，上课几乎没落下过，可是练得一般般，不认真也不吃苦，劈叉还不行，下小腰还凑合大腰下不去，今晚我又给上了上思想课。

9、我家的小朋友拿奖啦!第一次拿真棒，发朋友圈纪录一下这个快乐的时候。

10、我家女儿得奖了，比我这个当爹的有出息。

11、看会儿舞蹈表演，女儿表示也想学，其实女孩子嘛学学舞蹈，还是不错滴。

12、宝贝第一次学跳舞，老母亲有点热泪盈眶，第一次体验课的时候因为有事耽误，下午一点改为四点，不凑巧的看了大年级的姐姐们练舞，难度系数太大了。

13、吾家有女初长成。从今后舞蹈学校多了一朵自信.娇艳的小花!

15、聪明出于勤奋，天才在于积累。上了舞台别紧张哦。

16、早上老妈接到电话，宝贝女儿幼儿园得奖状了!一张舞蹈比赛一等奖!一张好孩子。

17、女儿得奖状了，奖励吃顿好的!

18、幼儿园的舞蹈比赛，女儿得奖状了。

19、我家孩子真棒，舞蹈比赛中得了个奖状，孩子未来可期呀!期待你的更上一层楼。

20、我的宝贝登上了她学跳舞后的第一次舞台。愿我的倪小多，越来越自信，越来越精彩。

21、我的女儿对舞蹈就是那么的痴迷，女儿舞蹈得奖，这一切都是在自己的意料之中!

22、宝贝真棒，在舞蹈比赛中得奖了。

23、我们家孩子得奖了，爸爸妈妈愿意在希望和骄傲中看着你长成参天大树。

24、刚才幼儿园老师传了个视频，女儿在幼儿园的舞蹈表演。节拍压得好，动作也很到位，下面老师有说，笑起来很可爱。入眼!

25、几天来唯一的好消息就是女儿得奖。

26、今天心情不错，因为女儿得奖了。

27、一年的跳舞时长，你带来了一次又一次的惊喜，期待下一次闪光灯下的你。

28、女儿去学舞蹈是一个很辛苦的过程。坚持下来，看到女儿在舞台上的舞蹈表演，家长们的心情自然是十分欢喜的，为女儿自豪骄傲。

29、用自我的不懈努力，证明你一点儿也不比别人差。

30、周日早起看小女儿舞蹈表演，演出卖力，谢幕后舍不得下中午朋友给老公接风，全部大喝一顿，晕乎乎的赶紧休息半小时。

**第一次跳舞表演篇十一**

在练习厅里，我和潘潇一起练起了不知练了多少遍的拉丁舞，就在这时，老师带来了一个似好似坏的消息，那就是下个星期去参加红河之星的才艺大赛，我们四个被分在小学c组--舞蹈组，老师对我们说：“那个舞台很大，周围有一排气球，如果有气球突然间爆了，不要管它，继续跳着。”

比赛的那一天，我们坐在等候区里，像一只只热锅上的蚂蚁，焦急地等待着，只听主持人说：“有请28号为我们带来----欢乐恰恰！”妈呀！这是我的编号。

一听28号，我紧张的要死！所以我赶紧慌慌张张地上台，看着台下的评委们，我的心里仿佛有一只活泼的小鹿，“咚、咚”地跳着，我往四周扫了一眼。我的妈呀！老师说这个舞台很大，原来那么大，整个演播厅里可以坐下一千多个观众，这个气氛可真紧张，紧张的让人喘不过气。评委们的中午饭都在评委席上度过。这里面可真热!闷得我脸红扑扑的，连腮红也不用打，像一个熟透了的大红苹果。表演结束了，我心中悬挂的大石头也落了下来。

的滋味真紧张！

**第一次跳舞表演篇十二**

在练习厅里，我和潘潇一起练起了不知练了多少遍的拉丁舞，就在这时，老师带来了一个似好似坏的消息，那就是下个星期去参加红河之星的才艺大赛，我们四个被分在小学c组--舞蹈组，老师对我们说：“那个舞台很大，周围有一排气球，如果有气球突然间爆了，不要管它，继续跳着。”

比赛的那一天，我们坐在等候区里，像一只只热锅上的蚂蚁，焦急地等待着，只听主持人说：“有请28号为我们带来----欢乐恰恰！”妈呀！这是我的编号。

一听28号，我紧张的要死！所以我赶紧慌慌张张地上台，看着台下的评委们，我的心里仿佛有一只活泼的小鹿，“咚、咚”地跳着，我往四周扫了一眼。我的妈呀！老师说这个舞台很大，原来那么大，整个演播厅里可以坐下一千多个观众，这个气氛可真紧张，紧张的让人喘不过气。评委们的中午饭都在评委席上度过。这里面可真热!闷得我脸红扑扑的，连腮红也不用打，像一个熟透了的大红苹果。表演结束了，我心中悬挂的大石头也落了下来。

。

**第一次跳舞表演篇十三**

今年2月7日下午，我带上心爱的笛子，怀着喜悦的心情来到龙山剧院参加排练。

时间过得真快，一晃就到了晚上,随着阵阵锣鼓声响起，“余姚市首届青少年迎春音乐会”拉开了序幕。当主持人说下面是笛子四重奏《牧场欢歌》时，幕布缓缓拉开了，我看到台下黑压压的一片，观众们都看着我们，我的心提到了嗓子眼上，又紧张又激动。这时，音乐响了起来，我快速地把笛子放到嘴巴边，跟着音乐认真地吹起来。我紧张的心情慢慢地放松下来，进入了音乐的海洋里，我忘记了台下的观众，也忘记了自己。笛声一停，台下响起了热烈的掌声，我们带着微笑走下了台。

在以后的几天里，我一直沉浸在喜悦的氛围中，更让我惊喜的是记者叔叔把我演出的照片刊登在《余姚日报》上了，我看到自己吹笛子时的那份专注和投入，别提有多高兴了。

经过这次表演，我懂得了人一定要自信、大胆，要把自己给“秀”出来。我要记住这句谚语：胆大走遍天下，胆小寸步难行。难忘我的，以后我要加倍努力吹好笛子，争取有更多的表演机会。

**第一次跳舞表演篇十四**

生活中有无数个第一次，滋润着我们成长，促使我们更上一层楼。每个第一次都面临着心里的恐惧，要克服恐惧，才能战胜困难。

我是个胆小鬼，十分怕羞，一般来说不上台表演和发言，即使上也是勉强。“表演”这两个字，在我的心里十分恐惧!如同一个魔鬼扼杀了我的勇气。从这几点就可见一斑了。

当老师说“即兴表演”这几个字时，我的心就砰砰直跳，“表演”加上“即兴”这可是魔鬼中的魔鬼。我的语言表达能力、组织能力并不好。被老师叫起来发言时，都惊恐不安、脚直发抖，更别说表演了，既要有演技又有台词、动作，更重要的是大胆、善于表达的心。

我忐忑不安地想：如果不上也不行，更……更丢人脸面。但上的话又紧张，要克服重重心理困难。我连举手发言都受不了!这时，表演开始啦!不，还没来……“算了，上，上就上吧!”这句话可是我克服心理困难后，艰难的从嘴里捞出来的，这对我来说是一个慎重的选择，不能轻易呀。

虽然我演的是个配角，仅是跑龙套，但我也是压力山大。表演开始时，我心里默默祈祷着最后一个上，感觉时间过得太快了，能不能慢一点。无奈，很快就我们上了。我的脑子里一瞬间空白了。心里默默给自己加油!“洪煜昊，你能行的!加油!加油!加油!”

表演结束后，我心里的那块大石头才落下来。这次别有深意的表演深深告诉我：任何第一次，心里都会充满恐惧，每个人都一样，或许这是人的本性。但不同的是有的人能勇敢地面对困难不知难而退，要迎难而上，不屈服与挫折，只有这样才能换来成功，更上一层楼。

文档为doc格式。

。

**第一次跳舞表演篇十五**

高中二年级那年元旦，班上准备组织一次迎新春舞会。在请来的武林高手的示范之后，班长福荣为了带动大家自由搭对跳舞，第一个走到我跟前，请我跳舞。我的心里微微动了一下，好像是一片落花不期然地扫过眼前。不过只有那么轻轻的一动，那轻轻地一动也让我心惊胆战：莫非他知道我暗恋他。我有点心慌慌地低头让福荣拉着我的手，他的另一只手放在我的`背后，我感觉到那只手的温柔热隔着衣服灼烧着我的后背。

看着福荣已经带头，男生们陆陆续续的邀请女生搭对。不一会儿，舞池里便翩然起来。

我并不是一个很害羞的女孩，但是我还是心慌得厉害，准备迈开步子的时候，却发现福荣杵着再没了其他动作。我小心翼翼地抬起头，看见福荣正全神贯注地抬头看着天花板。我想他只是在努力回忆刚才示范的舞步吧，亦或是因为不好意思。等了许久，福荣终于积满了自信，这时候他给我一个信号说“准备好了，走。”他的眼神坚定，毅然决然的样子看上去不像是要进舞池，而是要打鬼子冲锋陷阵去，或者是邀请我杀进南天门，逼玉皇大帝让出宝座吧。着实把我吓的心跳一阵加速。

不过令人无奈的是，跳了没几步，我忍不住放开福荣的手捂着嘴哈哈地笑了起来。

福荣有点纳闷，说：“我，你不要笑得这么狡诈，我胆子小。”

我说：“你老是挠我的腰，我实在是痒得不行，忍不住。”“哎，你实在个子有些高，我的手放在你肩胛上实在是太累人，就让我放腰上吧，轻松些。”

“我不和你跳了，再和你跳我会笑岔气的。反正女生不再怎么长个子了，你加把油窜高了在去那个我跳了。”

他有些尴尬地看着我，我伏在他耳边说：“你要是不窜个我就在也不暗恋你了。”

我看着他脸红的一塌糊涂，只能我笑着跑开了。

**第一次跳舞表演篇十六**

本周三，又到了上社团的时候了，还是像以前一样——演话剧。

老师把剧本发下来，我一看：哇，《骆驼祥子》！

老师说：“本周我们演骆驼祥子中的一个片段。”老师给我们看了这个话剧的视频，学学人家的语音语调，随后，老师让我们自己组团排练。

我数了数这个剧本所需要的人数，这正好是我们班参加这个社团的人数。于是，我就把我们班的同学都召集过来，我对他们说：“刚才我数了数和咱们的人数一样，我们十班作为一组来演一次，怎么样？”大家都同意了，分配好角色后，我们就开始排练了。

我演的是“刘四爷”，这个角色的台词比较少，但是这个人物的感情非常丰富。于是我就让我们组朗读比较好的同学教教我，他说一句，我也跟着说一句，每一句都练了好几遍。他建议我稍微有点手上的动作，他说这样更容易说出来。我就把他教给我的动作加上了，我排练了十几分钟后终于学会了。

然后，就开始正式表演了。随着第一组演完了，我开始紧张了。这不禁让我想起报社团的时候。

那天晚上，我报得比较晚，生怕报不上这个社团。我问了滕老师好几遍：报上了吗？滕老师说第二天早上才能在她的系统中看到最终的名单。早上我来到学校，见到滕老师后，我就迫不及待地问：“老师，您给我报上了吗？”当我听到老师说“报上了”的时候，我激动得快要跳起来了。

既然我这么喜欢这个社团，为什么会紧张呢？我不应该紧张啊。对，我不能紧张。

第二组演完后，就该我们了，我放松心态，信心满满地上场了。我发现，我并没有紧张，该到我说台词的时候，我的情感比排练的时候更加饱满，每一个动作都做得非常到位。别人说完一句我就会不打哏地接上来，有需要和别人连贯起来的时候，我也能从容面对。

我有一句台词是：“这群东西又穷又懒。你们哪，也就是拉车吧，当一辈子牲口！”这个地方最难演，但我还是没有害怕。我挑着声调，斜着眼睛，满是鄙夷地说着。这时，我看到了老师赞赏的笑。

几分钟后我们演完了，老师走过来对我们说：“嗯，演得非常好！没有一点紧张，太厉害了。”听到这里，我非常开心。下面的同学使劲地为我们鼓掌，一同说好。

这就是我的。

**第一次跳舞表演篇十七**

每一个小朋友都有许多难忘的第一次，而我最难忘的是我。

记得那还是我幼儿园的时候，我参加了班里的舞蹈小组，老师给我们编排了一个舞蹈叫《劳动最光荣》，我在里面表演的是小蜜蜂。开始我很紧张，老师后来鼓励我，她说：“每个人的第一次都有点紧张。”有了老师的这份鼓励，我的心情渐渐放松下来。在后来的演出中，我的动作很到位，表演也很投入。

。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！