

阳光舞蹈串词(优秀6篇)

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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

阳光舞蹈串词篇一

大家好！

一株矮小的向日葵生长在角落里。它在哭泣，它抱怨着命运的不公，为何把塔安置在这个阴暗的地方，它渴望阳光。

曾几何时，我也和这株向日葵一样，内敛。直到有一次，一个偶然的机，我从书上看到“学会微笑，便不会有孤独。”于是我学会了怀抱别人的善意，然后嘴角上扬。画出一道动人的弧，这时心里会传来一阵呼唤，那是幸福的呼唤。

我也曾经幻想过，在梵·高笔下的那片葵花地里，我身置其中，任由葵花随舞动，然后没过我的头顶。刹那间，侧身吹来的风停止了，在葵花交织的缝隙中，我望见了湛蓝的天空。缕缕阳光打射进葵花丛里，我倍感温暖，嘴角再次上扬，并猜想，也许在天堂那边，有一朵云正偷偷飘过。也由此生发出，在现实生活中，遭遇挫折时，应抬起头，然后用嘴角画出一道动人的弧线，这样才不会被艰难险阻打败。

这样的感受是何等美妙！

抛开对凡·高和那片葵花地的幻想，只专注于现实生活，天下熙熙，皆为利来，天下攘攘，皆为名往。在这样一个灯红酒绿的时代，我们应不忘保持初心，坚守本质的自己，也要有“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的自信。这样你会发

现，早晨会和她的晨星一起高挂在天的那边，那条白色的起跑线会重又出现在你眼前。你将会如竞发的百舟，向着地平线的方向，向着远方，不顾风雨兼程，全力出发。

成长路上，怀揣着这些情感，在这一路上，便会有鸟儿为你高歌，东风为你助力。他们会如阳光一样，你将不会再感到黑暗，感到孤独，而是赞叹生命的美好。

向日葵停止了啜泣，豁达的心态。它抬起头，原来一直都是自己遮住了太阳。阳光，让它的自信油然而生。然后它嘴角上扬，不再为命运而抱怨。微笑，仰面与自信，让向日葵感到从未有过的幸福，也让我们成长路上，艳阳高照。

阳光舞蹈串词篇二

舞蹈是什么？也许很多人会问。

于是我得到了度娘这样的回答：舞蹈是一种表演艺术，使用身体来完成各种优雅或高难度的动作，一般有音乐伴奏，以有节奏的动作为主要表现手段的艺术形式。它一般借助音乐，也借助其他的道具。但是在我看来她是一——她是肢体的语言，她是心情的抒发，她是美的诠释，她是灵魂的体现！跳舞是一条很艰辛，被泪水和汗水洒满的路，但她同时也是优美极致，不可言喻的一的路。

在这条路上我已走过第11个年头……

经常有人问我：练舞不苦吗？我说：苦啊，但是我喜欢。在我看来舞蹈苦在肉体，但是甜在心灵。当然在舞蹈这条路上也有很多人选择停下脚步。舞蹈的过程越痛苦，结果越惊艳。她很像孔雀的一个特点，那就是吃的东西毒性越大，长得羽毛颜色越艳。

选择了自己喜欢的路，就义无反顾的走下去，相信热爱与

坚持的强大结合会让你在这条路上走出你自己的步伐！

如果说“兴趣是最好的老师，那坚持就是最好的选择！”不要只羡慕别人的成功，自己却只是空口惊叹，这是恒心、毅力、热爱的成果！著名舞蹈家杨丽萍已经53岁，但在她的生命中，舞蹈已和她融为一体。

既然选择坚持就不要总是回首留恋，人生本不是一帆风顺，可青春何尝不是一种抉择与尝试？学会坚持下去！

因为坚持会是你人生中的一大珍宝！

阳光舞蹈串词篇三

收集阳光，让温暖永留心间；收集阳光，让光明永存心底。下面是本站小编为您整理的阳光的演讲稿，希望对你有所帮助。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

黄昏，原本冷萧的秋风，在倾盆大雨之下更是寒冷。大雨哗啦啦的着，天空密布，忽然，只听“咔嚓”一声，天空一声巨响，天空被一道白光划成两半，使人震惊，还没有回过神来，接着又是一下，真是阴森恐怖。因月考失利的我心中更是有些凄凉。

我打着伞走过一个电话亭，只见有一对父子躲藏在电话里，显得很焦虑。那位父亲与我父亲差不多，已是饱经风霜，由于风雨的吹打，头发有些凌乱，还不断有水往下滴。孩子还小，很瘦弱，身上也湿漉漉的。这时，小男孩打了一个喷嚏，一下子扑到了父亲的怀中，开始哭闹着要回家。父亲想了想，抱起孩子就要往外冲，却迟疑了一下，又把退了回来。

雨实在是太大了，出去必然是被淋成落汤鸡。

这一系列的动作深深的被我铭记在心，无法忘怀。是原本失落无助的我心中有了些许温暖，如冬日的一缕阳光，让我看到了希望，不再迷茫，使我重新找到了新的方向，一时的失意并不算什么，只要去努力，拼劲全力，就一定可以成功。

雨还在下……外面是凄冷的，而你却如一缕阳光照亮了我心中的黑暗。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

阳光，似春天的一株小草，给人勃勃的生机；阳光，似夏天的一缕清风，给人透彻的凉爽；阳光，似秋天的一株稻穗，给人丰收的喜悦；阳光，似冬天的一朵寒梅，给人铭记的坚强。

我爱收集春天的阳光。春天的阳光是惬意的，沐浴着暖和的阳光，正是读书的时候，取一本好书，静静地品读，读“谁言寸草心，报得三春晖”，这是母爱的伟大；读“好雨知时节，当春乃发生”，这是春雨的奉献；读“夜来风雨声，花落知多少”，这是春天的美感。

收集春天的阳光让我拥有了博识。

我爱收集夏日的阳光。夏日的阳光是燥热的，听不惯蝉儿的聒噪，但仍喜欢在树下摊一张凉席，闭目养神，不是为了享受难得的荫凉，而是为了享受夏日炙热的阳光。当一缕阳光从树缝间躲到脸庞，世间仿佛都安静了，这就是夏日阳光的美丽。收集夏日的阳光让我懂得了恬静。

我爱收集秋季的阳光。秋季的阳光是柔和的。漫步于果实满枝的树林，吮吸诱人的果香，秋日的阳光洒在光艳的果实上，

让那可爱的水果更加甜美。秋季的阳光让我学会了充实。

寒冬的阳光是珍贵的。当被冬日的寒冷包围，当踏着皑皑白雪，你最需要什么样？当然是一缕温暖的阳光。当温暖的阳光照耀在心中，冰雪融化了。冬日的阳光充满着无限力量，能够穿透一切冰冷。寒冬的阳光让我拥抱了温暖。

我爱收集阳光，因为它的灿烂，因为它的辉煌，因为它不屈于黑暗的吞噬，不屈于乌云的阻挡，不屈于雷电的疯狂。因为它给迷路的人带去希望，给沉睡的人带去光明。

上帝给我们一个瓶子，有人用它去装金钱、名利、地位，他们身上沾满了铜臭，一生到头，只能在污秽的泥淖中翻滚、挣扎。何必呢？明争暗斗苦苦相逼，却不知抛弃名利。收集阳光，会给你小草的生机，清风的透彻，稻穗的充实，寒梅的坚强。

用眼睛收集阳光，阳光给你一时的美丽；用心灵收集阳光，阳光会给你永远的美丽。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

马上就要期末考试了，这是我们本学期的最后一次考试，也是对一年来学习的一次总结，所以，我和同学们都铆足了劲，拿出了十二分的注意力，来做考试前的集中突击。在考前，老师找到我，说：“你这次考试有什么目标没有？”我一挺胸脯说：“我想进年级前10名。”老师突然一笑，说：“那你以前有没有进过年级前10名啊。”我知道老师认为我定的目标很难达到，但我坚定的说：“虽然我以前没进过，但是这次我一会全力以赴的。”老师说，有你这句话，我就放心了，你一定要努力，努力，再努力，加油！老师的话如同一缕阳光，照耀着我，给我力量。

考试当天，妈妈送给我一个向日葵，起先我也没有在意，把它放在了一个角落里。

等到考试结束，得到成绩后，我发现，成绩又跟我开了一个玩笑，我没有完成目标，又一次失败了，我撕破了墙上的海报，誓言，我靠在墙上流泪，所有豪言壮语都破灭了。但我这时看见了角落里的那个向日葵，渺小的它依旧向着太阳，我擦干了眼泪，重新坐在床上，是啊，小小的向日葵都能如此坚强，我为什么不能，我一定要在这个暑假锻炼自己，继续拼搏，永远迎接阳光的照耀！

失败了，再站起来，跌倒了，再爬起来，因为我相信，阳光总在风雨后！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

记得在小学四年级的时候，我成绩几乎每次都是那么不尽人意，每次交卷子时，我都拖拖拉拉。因此成了出了名的“差生”，校长老师几乎不会正眼看我。最让家长老师头疼的是我的书写，字和蚂蚁爬过的痕迹没有什么区别，改我的作业成了许多老师的“恐惧症”。可那时，我唯一的爱好，就是画画。

因此每回交美术作品之时，我总是迫不及待要将自己的心血交给老师，由于画画的不错，美术老师也很肯定我的“作品”，常给我得a□可有一回，我不小心将语文作业本交入了美术本。可噩运终究逃不过，该来的总是会来。

从此，在书写方面，我更加严格要求自己，每当书写凌乱或不想坚持下去时，我会想一想美术老师的那几句教导。从此我的心灵由黑暗转向光明，这句话是我心灵之光，是它，让我体会到了书写的价值。也让我体会到了许多哲理。

这一缕阳光，是我心中最最耀眼的曙光，它将永远不会熄灭。

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

大家好！

我演讲的题目是《照亮我心灵的阳光》。

春天的阳光，哺育着小草，使她青翠欲滴而又富有生机。生活中的阳光，哺育着我们，使我们健康成长！

曾几何时，我在泥泞的小路摔倒，是妈妈用她那双纤细的手牵起我，为我擦去身上的污泥；我和小伙伴在院子里顽皮，是爸爸过来用他那双粗壮有力的手抱起我，给我讲述团结友爱的道理；我在考场失意，是老师用他那亲切的话语安慰我，叫我决不气馁，他那期待的眼神透露出鼓励。

此时，一束阳光，照亮了我的心灵！

此时，一束阳光，照亮了我的心灵！

你看，那斑马线上，一群群忙碌的人们匆匆而过，多得数不清。我看到了这样一幅图画：当小孩被大人安全地送过马路时，小孩、大人都露出了灿烂的笑容；当少先队员扶着盲人老爷爷过了马路的时候，少先队员和老爷爷都露出了阳光般的微笑。

此时，一束阳光，照亮了我的心灵！

于是，我懂得了生活中的阳光是无处不在的。

这阳光里有太多的爱和希望，我无法忽视这些指引我人生的方向的光亮，于是，我小心翼翼地将它们收藏。

我心中的那一缕阳光，照亮了我心灵相聚的空间，引领我们

追逐梦想的起点。

阳光，就是一个甜美的微笑，融化心结，增进友谊！

阳光，还是一片温馨的祝福，看似渺小，温暖人心！

阳光，更是一次真诚的善举，赠人玫瑰，手留余香！

于是，我深信，春雨是花儿的阳光，因为只有春雨的滋润，花儿才可以绽放；我深信，清风是风筝的阳光，因为只有清风的吟唱，风筝才得以飞翔；我深信，梦想是生命的阳光，因为只有梦想的激励，生命才会焕发出七色阳光！

我更深信：美德是七色阳光，她将照亮我们每个人的心房！

我的演讲完毕，谢谢大家！

阳光舞蹈串词篇四

大家好！

我是来自六(五)班的黄__。今天，我在这美丽的校园里，庄严的国旗下，为大家演讲。我演讲的主题是：拥有梦想，收获成功。

我的梦想是当一名优秀的书法家。回想起过去四年经历的路程，是多么坎坷呀！

记得第一天练字的时候，我干劲十足。在老师那里不停歇的坐了两个小时，写了20多页纸。后来翻出来看，那哪里是字呀！却不得不佩服自己那时对书法浓浓的兴趣。可是，这种热度只维持了两三个星期。随着汉字的难度越来越大，又没有任何底子的我，一个汉字经常翻来覆去的写许多遍，还得不到老师的认可。我很灰心，沮丧。是爸爸的鼓励，妈妈的赞

扬，更是自己成为书法家的梦想让我持之以恒。我就像那只蜗牛，不放弃，一步一步地走向金字塔的顶端。在考9级的那个暑假，我在家练了100张作品，写了差不多5000多个字，换来的就是我的书法功底进步神速，出乎意料的拿到了书法的最高级10级。

成功的花儿是灿烂的。但是，谁也不知道，花儿绽放得是多么艰辛，得经过多少风风雨雨！

古人云“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”孙臆挖去筋骨，忍耐着，坚持着，用心地完成《孙子兵法》；司马迁遭受酷刑，忍辱写下《史记》，让人们知道了历史的真相；又聋又瞎的海伦凯勒，她的作品《假如给我三天光明》让人难忘。他们都一样，有着悲惨的经历。他们都一样，是梦想为他们指明方向，不怕困难，不断前行。

今天，是新学期的第一天，我看见的是一张张洋溢着微笑的脸庞。刚刚进入一年级的弟弟妹妹们，你们的梦想才刚刚起航，那梦想一定又香又甜吧！有一首歌，叫做《阳光总在风雨后》，中年级的同学们，你们是否还在坚持着自己的梦想？阳光总在风雨后，不必畏惧时而有乌云的天空；而和我一样即将升入中学的朋友们，让我们一起加油吧！美好的明天在向我们招手，在将我们呼唤。

理想刻在石头上，梦想写在沙滩上。无情的海浪或许冲得走遥不可及的梦想，但绝冲不走已在你心里生根发芽的理想！同学们，追求理想的道路上少不了困难，但只要理想还在，就一定能收获成功。

我的演讲完了，谢谢大家！

阳光舞蹈串词篇五

有这样一个女孩，她只有一条腿，却获得过30多枚金牌，其

中9次还打破了世界纪录，并且凭顽强的毅力考上了理想的大学。她，就是我们家喻户晓的独腿女孩汪娟。

人们都说：我的梦中国梦，我却要说：读了汪娟的故事，“我的梦，舞蹈梦”，从此开始了。

从我20__年起我就开始学舞蹈，每次上舞蹈课我都想过偷懒，可在20__年的第一次六一儿童节，老师叫我编排舞蹈节目，这是我第一次接受老师的任务，是既兴奋，又紧张，兴奋的是我可以像老师一样教同学，紧张的是害怕同学们不听话，节目编排不好，完不成任务，五月的气温在一天天攀升，每天教同学们排练时，汗水湿透了我的衣裳，口说干了，脚立痛了，但想到汪娟姐姐为了参加残奥会而冒着再次截肢，咬紧牙关训练的情景，我又鼓足干劲，继续排练。看到我的学生们一天一天的进步，动作一天比一天更标准，我才真正意识到舞蹈是令人快乐的，于是我便有了长大当“舞蹈家”的梦想。

20__年我们的舞蹈队参加了香港国际舞蹈大赛，当我们带着微笑跳完最后一个动作，台下雷鸣般的掌声接连不断，我们获得团体第一名的好成绩，我的信心倍增，那一天，我还有缘认识了许多新的舞蹈朋友，我们一起聊天，一起玩耍，很快乐，那时我就更喜欢舞蹈了！

时间过得很快，我已经上小学四年级了，这两年班上和学校的许多大型活动，我都积极参与。因为我有我的梦想，我要让舞蹈成为纽带，给人带来幸福与快乐，我要像单腿女孩汪娟一样用恒心和毅力，走出自己精彩的人生，为最美的舞蹈梦增色添彩。

阳光舞蹈串词篇六

大家好！

九、十月份之间的阳光，全年之中是最美的。在已褪去夏日斑斓的冷风里，即使一小丝阳光也令人高兴得不得了了。前几天运动会的阳光，就是一年之中最美的嘴！那天，我全身起了疹子，不能参加任何项目，只能坐在椅子上巴巴地望着，连为同学加油呐喊也不能过于激动。坐在阴冷的角落里，心中不免觉得遗憾与不甘。那时，我的同桌一直坐在我的旁边，不断地与我说着话——如果不说话，我们还能干什么呢？本属于九月末活泼的阳光，无一不盈满在操场上跳跃、奔跑着的运动员身上，我却只能像团棉花般死气沉沉地倚在座椅上，毫无生气。

同桌一定注意我好久了。她挽起我的手，淡淡地说：“我们去楼后走走吧。”我本是没有没什么兴致的，由着她去吧。被她牵手走向教学楼后时，我一直低着头，拖拉地走着。直至同桌唤了一声：“抬头啊。”才发觉已走到教学楼后了，等我发觉，忍不住跳了三尺高——这与楼前真真是两个世界！接近晌午的太阳高高地挂在楼后，比夏日的它还要和蔼地笑着。目所能及之处，是比夏日还灿烂的阳光、阳光！当我回头看我的同桌时，她的小脸被阳光照得容光焕发，自信的火花从她的眼中迸出。她看着我说：“我能解决你的烦恼。”这话只在电影中听仙女说过，在斑斓的阳光中，不觉地我不再烦躁与焦虑，只坐在石阶的一滩阳光上静静地听着。想不起她说了什么。她背着光，那么有把握，那么耐心地讲着。我想，我的脸上一定映满了阳光与感动，记得她最后说：“至于那疹子，你不摸不想不就好了吗？”然后她笔直地站着，脸上带着似刚学会游泳的小雏鸭似的欢快与期待的表情。

那天的阳光，最美，最令人难忘与怀念。