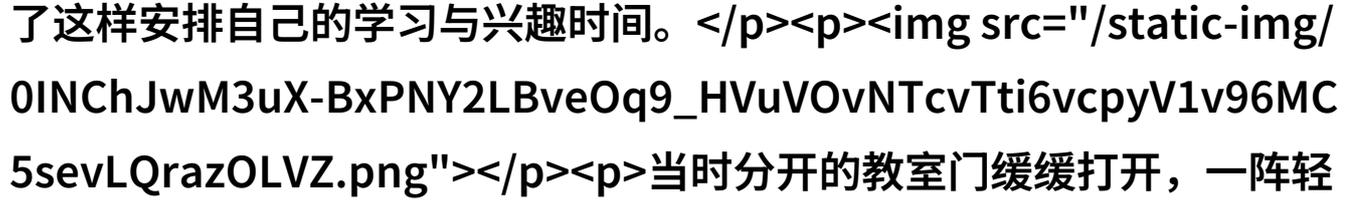
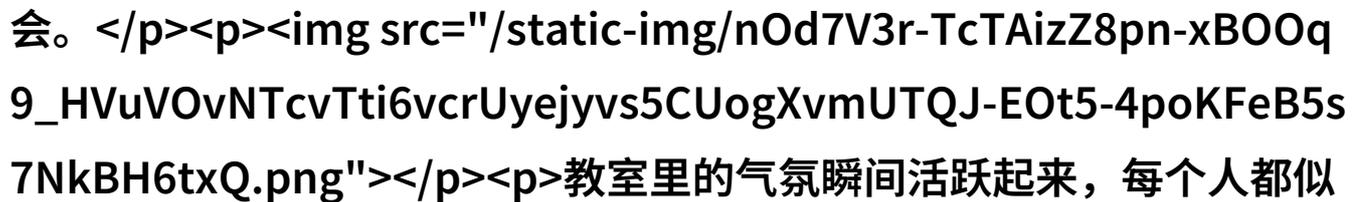


# 上课夹了一节课的跳D我的跳舞日记

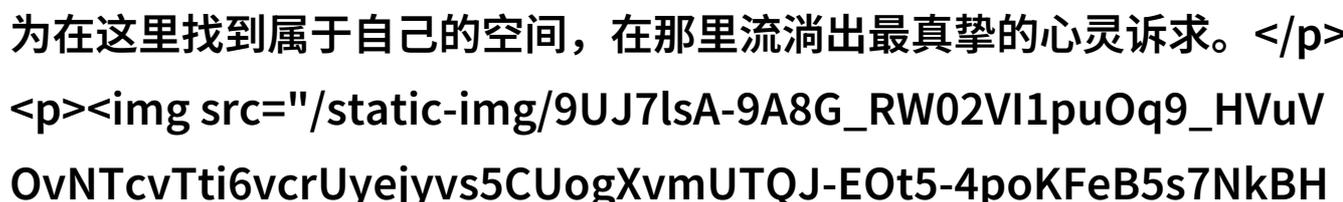
我记得那天是周三上午，课表上标着“生物1301”，我却在心中默念着“跳舞1301”。其实，这不过是一堂课的跳舞课程，我早就习惯了这样安排自己的学习与兴趣时间。

当时分开的教室门缓缓打开，一阵轻快的音乐声伴随着同学们踩踏地板的声音悄然传入我的耳朵。我知道，那一定是我们班级组织的一次特殊活动——夹课跳D。这个词听起来可能有点生僻，但对我们来说却非常贴近，因为它意味着在正常的课堂教学中插入一节纯粹的舞蹈课程，让压抑和枯燥被一扫而空。

我迅速收拾好书包，将头发束起，调整好衣服，就像每个准备要走上舞台的人一样紧张又期待。虽然这只是一个小小的聚会，但对于那些沉迷于音乐与动作的人来说，它无疑是一个美好的逃避现实、释放自我的机会。

教室里的气氛瞬间活跃起来，每个人都似乎忘记了自己原本应该做的事情，而是全神贯注地等待那个让人兴奋不已的声音：“开始啦！”那一刻，我们所有人的注意力都集中到了老师手中的播放器和微弱的地面灯光下散落的小巧麦克风之上。

首先是摇滚乐，然后换成电子舞曲，再接着是一段经典的大提琴旋律，每一种音乐都能激发不同的情感。在这样的节奏下，我们不再是学生，而变成了自由奔放的情侣，或是在夜晚街头遇见的情人，或是在雨后的公园里追逐嬉戏的人物。每个人的身体仿佛都是为了这一刻而存在，只为在这里找到属于自己的空间，在那里流淌出最真挚的心灵诉求。

此刻，我并不是坐在座位上写作文或是草拟数学题，而是我，是那个充满热情、爱唱歌、爱跳舞的小女孩。她用脚尖触

碰地面，用双臂划过空气，用眼眸捕捉每一次闪烁，尽情享受这片刻之间能够拥有的全部快乐和自由。这就是跳D给予我们的，不仅仅是一种运动，更是一种生活方式——一种以身显形的情感表达，一种将内心世界转化为外部表现力的过程。一旦这种感觉融入到日常生活中，你就会发现，即使是在繁忙且乏味透顶的学习环境中，也有那么一点点可以让你停下来，为你的内心重新点燃希望之火焰，让平凡的一天变得更加精彩纷呈。

[下载本文pdf文件](/pdf/638796-上课夹了一节课的跳D我的跳舞日记.pdf)