# 掰手腕比赛的作文360字(必备32篇)

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-01-14

*掰手腕比赛的作文360字1上次举行的是悠悠球比赛，是为我们男生准备的，而这次举行的是掰手腕比赛，是位女生量身定做的。比赛采用三局两胜制，也就是两人比三局，选手是：刘文雨，黄美琪、洪洋和王帆。比赛开始了，也不知为什么，我的脚直发抖，好像是我在...*

**掰手腕比赛的作文360字1**

上次举行的是悠悠球比赛，是为我们男生准备的，而这次举行的是掰手腕比赛，是位女生量身定做的。

比赛采用三局两胜制，也就是两人比三局，选手是：刘文雨，黄美琪、洪洋和王帆。比赛开始了，也不知为什么，我的脚直发抖，好像是我在掰手腕一样，可真紧张呀！刚想到这，热烈的加油声才让我恍过神来，一看，刘文雨和黄美琪已经开始比赛了，两个人的手左右摇晃，可就是不倒。最后，黄美琪还是败下阵来，刘文雨离成功不远了。第二次比赛开始了。这下黄美琪稳定了情绪，专心的比赛，可还是失败了。

前面比赛就让人激动，不过下面的比赛更是惊心动魄。

就是洪洋对王帆的那场比赛。药火味相当浓，在这浓浓的药火味里，第二场比赛赛开始了。洪洋和王帆的手劲差不多，我觉得10分钟都下不来。你还别说，这还真让我说中了。一开始，洪洋就使出全身的力气进攻，而王帆使出了全身加二倍的力气做抵抗，洪洋见到这么大的力气，自己也使出吃奶的劲。洪洋像一只老虎，王帆像一头狮子，两人打在一起，不相上下。而旁边的同学已经乱成了一团，嘴里喊着：“洪洋，加油”。或：“王帆，加油”。可时间一长，选手的心就乱了。老师只好让同学们停下喊叫，不过这场比赛实在太激烈了，不一会同学们又喊起来了：“王帆，加油”……我心想：这样的话，会一直比下去，同学们也会一直喊下去，这真是一场持久战呀！不过这场持久战很快就被老师制止了，就算平局，进行下一场比赛，下一场比赛两个人还是不甘示弱，都铆足了劲用力掰。可是还是分不出胜负，这可真让人头疼，老师最后让两人用两只手一块掰，结果由于洪洋犯规多次老师决定王帆获胜。

这次别开生面的比赛结束了。在这场比赛中我感到了快乐，不过在比赛中的四个人表现都非常棒，很值得我学习。

**掰手腕比赛的作文360字2**

在老师的带领下，我们今天举行了一场激动人心的掰手腕比赛。

比赛开始前，依然是自由分组时间，队长依然还是那两位。有了上次拔河比赛的经验，我想都没想又选了洪某某。这次比赛的规则是五局三胜，胜利的加五星，输的减五星。

比赛开始了。先是两位队长的比拼，裁判才喊出开始，突然“啪”的一声响起，同时响起的还有我们队员的欢呼声。也直到这时我才反应过来，原来是我们队胜利了，这整个过程还不到两秒钟。

紧接着又连续进行了几场比赛，现在我们队以二比一占了一小点优势。就在对方队员选对手时，我左躲右躲生怕被选到。然而天意弄人，我还是被选上了。我一再想要推辞，可最后依然还是上场了。我已经做好了必输的准备，因为我的右手有旧伤根本没法使出太大的劲。结局不出所料，我只坚持了一下下便被对手给打败了。

现在双方的比分是二比二平，胜负就看最后的一场了。这是一场两队女生的较量。虽然我们这一队的女生看起来比较弱小，但是正所谓人不可貌相，海水不可斗量。这不，在开始交战后几秒钟便占了上风，但对手也不甘示弱立刻又掰回局面。两位都已满脸通红，青筋暴起，但依旧不肯放弃。就这样僵持了半分多钟，终于对方选手逐渐落入了下风，于是在大家的呐喊声中我方队员再加了一把力，终于把对方打败了。

这次我们又赢了，希望老师不要再食言，记得给我们加上五颗星哦！

胜利后，同学们仿佛意犹未尽，便去挑战邱老师。老师嘴上说着算了，手却把我们全班都打败了。原来老师才是真正的高手啊！

**掰手腕比赛的作文360字3**

“丁零零……”下课了，又到了大课间活动的时间了。同学们像飞出笼子的小鸟一般，纷纷离开座位活动起来。有的玩游戏，有的相约去操场踢球，有的翻花绳，还有的比试跆拳道……真是无比热闹呀！

突然一阵阵震耳欲聋的加油声从教室后面直灌进我的耳朵里，我不由得扭头一看，原来是班长和体育委员在掰手腕。他俩一个高而瘦，一个矮而胖，实力不相上下。同学们也看得起劲，里三层外三层地围得密不透风，都想看看最后谁会是赢家，我费了九牛二虎之力才挤进去。只见班长和体育委员的手掌死死地握在一起，双方都铆足了劲儿，小脸憋得通红，脖子上的青筋都冒出来了。也许是劲使得太大的缘故，两只手臂还在不停地颤抖，就这样僵持了好几分钟。班长的额头上滚下来几颗汗珠子，体力有些不支了，体育委员立马发起猛攻，一举把他掰倒了。大家都为体育委员喝彩。

这场掰手腕比赛真是太精彩了，看得大家心里直痒痒，都想亲自和体育委员比试一番。

**掰手腕比赛的作文360字4**

今天下午，我们将要举行掰手腕比赛，同学们都兴奋不已，迫不及待地想要比赛了。

比赛开始前老师讲了游戏规则。首先进行小组比赛，然后由各小组获胜者抽签进行决赛，最后是终级PK，选出一名获胜者。

随着王老师一声令下：“开始进行小组比赛”。大家就开始各找对手了，我初战告捷后，好几位同学都找我“宣战”，竟然我都赢了。这时的我得意洋洋，心想：Yeah！我赢定了。就在我喜形于色的时候，李笑雨淡然地走到我的面前，说：“我和你比。”当她紧握我的手时，犹如一个大夹子一般紧紧地夹住我的手。我还没回过神来，就听见一声：“开始！”李笑雨趁我不注意，用力把我的手往下压，这时的我一下慌了，还来不及“反击”时，就被她狠狠地压在桌子上，此刻，我心里失落极了，我与决赛失之交臂了。

当初赛结束后，班里的气氛更加浓烈，充满着一股“火药味”，好象战事一触即发，随着刘张扬和齐天赐比赛的开始，让这次活动达到了高潮。他们平静地走上“擂台”，各自都显出一副胸有成竹的感觉，刘张扬伸出像虎爪一样的右手紧握着齐天赐的手。他神情严肃、肌肉绷紧，而齐天赐暗暗偷笑，我想：难道他能战胜“大力士”班长吗？几分钟过后，他们仍不分上下，势均力敌。这时大家不约而同地刘喊：班长加油！整个教室都沸腾了，就像炸开了锅似的，终于刘张扬不负众望，取得了胜利，班里都欢呼雀跃起来，哈哈，看来齐天赐的美梦泡汤了。

有意思的掰手腕比赛很快结束了，虽然我没有进入最终决赛，但我也很快乐，因为友谊第一，比赛第二，参与很重要！

**掰手腕比赛的作文360字5**

今天，我们班举行了一场别开生面的活动掰手腕比赛。

本次比赛是通过淘汰比拼，最后选出一男一女进行较量。

经过时间的推移，最后选出了我和梁清寒进行PK。上场了，对方看着我是女生，满眼的瞧不起，似乎还没开始就已经看到胜利在招手了。真是门缝里看人把人看扁了。女生们都为我加油打气，这次我一定要证明女生也不是好欺负的！

“预备开始！”裁判一声令下，比赛开始了！我紧紧地握着对方的手，身体奋力向左倾斜，拼尽了力气想将对方的手压下去。但对方好像也使出了吃奶的劲儿，只见梁清寒脸涨得好似喝醉了酒的关公，眉毛紧皱着，五官简直都要拼凑在了一起，嘴里还时不时地发出“啊”的声音，我们谁也不让着谁。就这样，胳膊好像被定格了似的，一动也不动，足足僵持了有两分钟，看来要赢他得用巧劲。“一，二，三！”为了更快赢得比赛，我在心中默默数数，数到三时便猛地使劲一压，这样果然效果明显，对方一点一点地被我压了下去。

眼看就要胜利了，可这时对方好像摸透了我的套路，当我数到二时，梁清寒竟先发制人，猛地发力，渐渐地又回到了平局，这可把旁边的女生们急坏了，只听她们扯开嗓门在我耳边大喊：“谢鑫平加油！”声音震耳欲聋，恨不能将所有力气都输到我身上似的。但套路被摸清了，我心中一片慌乱。就在这时，梁清寒趁我一不留神，突然发力，猛地一下子就把我的手压了下去。“梁清寒胜利了！”男生们欢呼雀跃，围着梁清寒又唱又跳

虽然这次比赛输了，但老师常说比赛重在参与，只要我们拼尽全力了，就不要把结果看得太重。这真是一场有趣的活动，我喜欢！

**掰手腕比赛的作文360字6**

“加油！加油！加油”同学们的呐喊声一阵高过一阵，那声音似乎快把房顶掀翻了。

怎么回事呢？原来，同学们利用课间时间在教室里举行一场热火朝天的掰手腕比赛呢。听见裁判员一一陈老师找了一张桌子，正在宣布比赛规则：“两人的手搭在桌子上，双手握在一起，手都不能超过三八线，谁先把对方的手压在桌子上，谁就赢，一局定胜负！”话音未落，同学们就已经跃跃欲试了。

第一轮比赛的选手是方逸辰和刘佳琪。只见他们各自坐在桌一边，两人的手握在一起。陈老师一声令下，两人的比赛就开始了。许多男生一起喊着：“方逸辰，你可是男生，千万别输给女生，让男生丢脸呀！”你瞧，方逸辰感到了巨大的压力，闭着眼，眉头紧皱。对面的刘佳琪睁大了眼睛，头上流出了几颗汗珠，台下的同学也在不停地为他们加油。“哇，刘佳琪赢了，也太厉害了，简直就是女中强人啊！”也不知是谁喊了一声。同学也都跟着附和起来。第一轮比赛圆满结束，刘佳琪取得了比赛的胜利，女生开心的欢呼起来。那声音似乎要把房顶掀翻了。

二轮比赛开始了。参加比赛的是吴嘉豪和郑元浩。吴嘉豪可是我们班的“骨灰级”大师，曾“打遍天下无敌手。”在我们班可称得上是“东方不败”。而郑元浩也称得上是一位重量级选手，体积也很大，话不多说。陈老师一声令下，吴家豪和郑元浩就开始比赛了。他们的手紧握在一起。郑元浩似乎使出了吃奶的劲儿，把吴嘉豪的手往桌子上掰，他的上牙齿咬住了下嘴唇，胳膊上手上都青筋暴起，脖子似手比平时粗了一圈，眉头紧锁，似乎他的眼镜都被挤没了，时不时还有几颗豆大的汗珠划过他的脸颊。吴嘉豪的嘴角却微微上扬，脸红得就像熟透的桃子。忽然吴嘉豪有了一点儿的起色，可郑元浩也不是个省油的灯，一使劲把吴嘉豪的手搬到了自己那，吴嘉豪又掰回了中线……大家都紧张极了。都振臂高呼，有的还把“加油”写在纸上一挥一挥的。过了一段时间，他们依旧僵持着，比赛还是没有分出胜负，又过了一会儿，比赛场地被围的水泄不通。大家都急得围到了桌子旁。台下的同学立马分成了两个阵营。“吴嘉豪加油！”和“郑元浩必胜”的呐喊声，如雷鸣一般在教室里回荡。

再看看台下啦啦队员。朱宇晨似乎觉得郑元浩力气太大，会把吴嘉豪打败，便气得直跺脚。似乎他脚下踩的就是郑元浩。葛先柏也是支持郑元浩的一员，他站在最前面，双手一直向前伸，好像是觉得郑元浩太弱了，想要帮他一把。

眼看郑元皓就要赢了，突然，吴嘉豪以迅雷不及掩耳之势，“啪”的一声，把郑元浩的手死死的压在桌子上。同学们开心的鼓掌欢呼，几个同学热情地冲上去和吴嘉豪拥抱，雷鸣般的掌声再次响起。“吴嘉豪好样的！”几个男生走上前去，双手搭在吴嘉豪的肩上，开心的笑着，比他们自己赢了还要高兴。

这场掰手腕比赛真精彩，也让我知道了比赛还不能只靠蛮力，还要以智取胜。

**掰手腕比赛的作文360字7**

“加油，加油！”随着同学们的加油声，激烈的比赛开始了。

我印象最深的就是第二轮比赛了。先上阵的是孟德宇和高炜晨，在准备的时候，他们两个人手握着手，眼睛瞪得大大的，紧紧地咬着嘴唇像一只只老虎怒目而视。“开始！”随着老师一声令下，同学们在旁边大喊“加油，加油！”他们两个人虎视眈眈地看着对方，好像时刻准备着把对方吃掉一样。高炜晨起先以绝对的优势压制着孟德宇，看自己马上就要赢了，便放松了警惕。没想到，此时的孟德宇从我们的助威声中获得了动力，像小火山爆发了一样，咬紧牙关，脸上青筋凸起，拼了命一样地做最后一搏。终于费了九牛二虎之力把高炜晨扳倒了。我们全队都开心地涌过去抱住孟德宇，“好样的，真棒！”房博文兴奋地说。

我心里暗暗想：看来小身板的孟德宇还是很牛的嘛，真是“人不可貌相”啊！

**掰手腕比赛的作文360字8**

今天我们班举行了激烈的掰手腕比赛。

上课了，老师满面春风地走进教室，告诉我们今天要举行一次掰手腕比赛。话刚说完，同学们就兴奋起来，有的高兴地拍手叫好，有的摩拳擦掌、跃跃欲试。

第一局由温涵和老师比赛。虽说温涵很胖，但是老师人高马大，我心里不禁为温涵捏了把汗。只听裁判一声“开始”，老师不慌不忙、沉着稳定，三下五除二就把温涵的手给扳倒了。这一局老师赢了。

接下来是胡荠文和小瘦子比。只见她们慢慢地走上讲台，坐下来伸出手，然后紧握对方的手，把肘放在桌子上。一切准备就绪，只听裁判一声令下，比赛开始了，同学们大声喊：“加油！加油！”身体不由自主地往前面选手身上靠，似乎也想帮她们一把。小瘦子肌肉紧绷，满脸通红。胡荠文也不甘示弱，她眉头紧皱、咬紧牙关，恨不得使出吃奶的劲。经过短时间的较量，最后小瘦子输了，遗憾地走下场，而胡荠文则高高兴兴地回到了自己的座位上。

紧接着第三局又开始了，这局是两个胖子的比赛。他们都非常自信地走上了讲台，第二个身穿红色衣服的胖子膀大腰圆，好像有使不完的劲，而另一个穿着黄色衣服的也是身高体胖，浑身充满“杀”气。从外表上看，他们互不逊色，可能会有一拼。比赛开始了，他俩互不相让，相持了将近五六分钟也不见分晓。观战的同学在为他们加油的同时，也为他们捏了一把汗。最后，穿黄色衣服的胖子终于坚持不住了，穿红色衣服的趁机把他给扳倒了。

看到赛后胜者高兴、输者丧气的神态，我就想如果能够战平就好了，谁也不会丢面子。但想归想，比赛就是这样，既然是比赛就有输和赢，要比实力、比水平、比毅力，看谁能笑到最后。其实人生处处是赛场，那就是现在和同学比、长大和同事比、始终和自己比，既比工作、学习，又比身体、劳动，还比团结助人，只有比才有动力、才有干劲，也只有比人生才更加精彩。

**掰手腕比赛的作文360字9**

今天上课，老师在我们班举行了一场别开生面的掰手腕比赛。

老师先挑选参赛同学，我自告奋勇的把名字写在了黑板上，接着又有一个叫刘锦羿的女生走了上来。老师先告诉我们比赛规则：比赛时胳膊肘不能离开桌子；其他身体部位不能帮助胳膊和右手。讲清规则后精彩的掰手腕比赛就开始了。

游戏采用三局两胜制，我们俩面对面坐了下来，虎视眈眈地看着对方，我心里想：加油，要先在第一局试探一下对手的实力。老师一声令下，我们就开始了比赛。我咬紧牙关，眉头紧紧皱着用力，刘锦羿则张着嘴巴，眯着眼睛发力，可她力气没我大，没过一会儿就惨败了。我得意地想：还以为她有多厉害呢，原来只是……

这时老师说：“第二场马上开始！”我赶紧做好准备进入了状态，不过这次我就没有第一局那么紧张了。“开始！”老师一声令下，这次我选择把手原地放在那儿，等到她放松了再拍过去，可不知道为什么，感觉这次她的力气变大了，于是我不得不改变策略：一直用力。可她一发力就把我的手压了下去，教室里传出了一阵阵赞扬声，比对我赞扬的声音大多了，我想：我也要得到鼓励，得到赞扬，最后一局是真正分出胜负的一局，我一定要凭着自己的努力赢得这次比赛。

最后一局开始了，我使出吃奶的劲儿，脸涨得通红，刘锦羿也拼了命的使劲儿，谁都想得到“大力士”的称号。我坚持着，在她快要把我手掰过去的时候，我爆发出了最后的力气，一下子把她的手给压了下去。这时，教室里响起了雷鸣般的掌声，这就是对我——大力士张翱雪的掌声！

通过这次比赛，我明白了，做事不能自大，骄兵必败，要谦虚前行。

**掰手腕比赛的作文360字10**

今天下午，我们班举行了一场掰手腕比赛。这场比赛的规则是：“比赛者必须用右手掰，而且胳膊肘不能离开桌子。”

首先，我们挑选了选手，是手上力气大的同学段文卓和吴俐熠。他们先开始赛前宣誓，段文卓说：“我一定会胜过吴俐熠的！”吴俐熠也不甘落后：“这句话应该是我说才对！”

比赛开始了，他们两个一前一后上了场。

老师数到：“三、二、一，开始！”，“一”字一出来，他两个互不相让，全使出了自己的看家本领和吃奶的力气。开始两秒钟，段文卓已经红了脸，胳膊和头上的青筋都露出来了。再一看吴俐熠，他胳膊上的血管也露出来了，他们全都使出最大的力气。只见吴俐熠一鼓作气，把段文卓按倒在桌上，第一场比赛吴俐熠胜利！

休息了一会，开始第二轮的比赛。这回，比赛刚开始，吴俐熠还没有反应过来，手腕就被段文卓压在桌子上。只见段文卓脸上挂着胜利的笑容，吴俐熠嘴巴半张，样子有点滑稽，我们大家也被逗笑了。吴俐熠肯定没想到自己就这么输了。

第三轮比赛开始了，吴俐熠不服气地说：“这次我一定胜你！”，而段文卓更不服气地说：“有本事你来！”比赛越发精彩了，只见他们两个满脸通红，瞪大双眼，谁也不肯让步，胳膊一会偏这边，一会偏那边，耳边全是加油声，我的心也提到了嗓子眼，比那参赛的人都激动、紧张。就在此时，不知道为什么，吴俐熠好像打了鸡血一样，突然轻吼，猛一下把段文卓打败了。段文卓就这样被压得起不来，输了！

比赛结束了，吴俐熠和段文卓发表比赛感言，胜方说：“虽然我胜利了，但我不会骄傲，我会继续努力锻炼身体！”败方说：“我也会努力，争取下次打败他！”

这次比赛胜的人不骄傲，败的人不生气，同学们还增进了友谊。我喜欢这样的比赛！

**掰手腕比赛的作文360字11**

上课铃声响起，乔老师笑眯眯地走进教室，对我们说：“同学们，今天我们要举行一场掰手腕比赛，怎么样？”“太好了！”大家齐声回答道，刚才掉根针都能听见的教室里顿时炸开了锅。

乔老师大声说：“安静！我说一下比赛规则：一是右手不能离开桌子；二是三局两胜。”“遵命！”大家又齐声回答道。

大家推选出了两个大力士赵建博和郭霄北。赵建博长得人高马大，是学校篮球队的队长。郭霄北身体素质也不错，是我们班的体育委员。

随着乔老师的一声令下，比赛开始了。只见他们左手放在讲台桌上，右手握住对方的手，脖子上的青筋清晰可见，一看就使出了浑身的力量。他们向对方瞪着眼睛，喷射出威力十足的光芒。

“加油！加油！”讲台下，我们的加油声一直不停，快要把房顶给掀翻了。大家手掌都拍麻了，嗓子也喊哑了，可还觉得表达不了自己激动的心情。

赵建博和郭霄北势均力敌，不分伯仲，一直僵持着，好像被点了穴一样。双方的指甲由红变白，脸色由肉色变成紫红色。他们的脸像两个熟透的西红柿。就在我们喊得精疲力竭时，郭霄北突然发力，大吼一声，用力一掰，战胜了赵建博。“第一局，郭霄北胜！”乔老师宣布。

稍作休息，第二局开始了。乔老师一声令下，双方同时发力，又进入了厮杀。最终，赵建博还是不敌郭霄北，败下阵来。但赵建博没有羞恼，他拍拍郭霄北的肩膀说：“恭喜恭喜，哥们儿！”乔老师笑着说：“不错不错，友谊第一，比赛第二！”精彩的掰手腕比赛落下了帷幕。

**掰手腕比赛的作文360字12**

比赛马上开始了，同学们正在热身。只见两个人面对面坐着，周围的一群同学把桌子围得水泄不通。这两人高大肥胖，足有百余斤重，我队的人身材瘦小，好似没吃过饭。

只听老师一声令下比赛开始了，竞争立刻变得十分激烈。大胖子信心十足，一开始便占据了优势，可小个子顽强抵抗，使大胖子变得急躁起来。他这样坚持不懈、坚贞不屈的精神，折服了我们，我们大声地为他喊着：“加油，坚持就是胜利!”

听到我们的鼓励，小个子终于反守为攻压了过去。可胖子的力气也绝不是盖的，只见他猛地一发力，两人又持平了。这时，我们再看看小个子，他已经渐渐的体力不支，紧张的额头上布满了汗珠。相反，大胖子终于使出了全部强大的\'力量渐入佳境，又向小个子那儿压了过去。

我们见状，把加油声喊得更整齐更卖力了。渐渐的，加油声已好似一场大合唱。小个子立刻士气大振两眼放光，手上的青筋暴了出来，使出了“洪荒之力”，一下子把大胖子的手压在了桌子上!

终于胜利了!大胖子顿时泄了气，小个子完全不敢相信!我们队士气大振，势如破竹，一鼓作气以5:0的大比分结束了这场比赛。

**掰手腕比赛的作文360字13**

星期五我们在班里进行了掰手腕比赛。比赛规则是两人同时用右手掰，掰的过程中，身体不能碰到桌子，肘关节不能离开桌子。

第一局开始了，男对女，他们比赛可真快，一眨眼就结束了，你猜谁获胜了呢?其实是女生。别吃惊，别小看女生，因为男生瞟了一眼啦啦队，女生就趁着这个短暂的机会掰了回去。男生有点儿不知道结果似的，呆呆地坐在那里，好久没回过神来。

接下来我和小蔡，我和他都互不相让。一直坐在位置上，过了一半的时间，我的手已经酸得不行了，身体也在发颤，一直想要另一只手前去帮忙。但是不行啊，要赢就要受累，重要的是也不能犯规。我俩一直坚持着，我趁他走了神儿的时候，赶快一掰，他又使出浑身的力气，可是已经来不及了。我用尽最后的一点力气把他的手压到桌子上，结果就不用多说啦，我赢了。

**掰手腕比赛的作文360字14**

今天上课，我们进行了一场别开生面的掰手腕比赛。

老师先说明了比赛规则。我方派出了力大威猛的胡浩洋，而对方却派出了体型瘦小的郭家哲。双方选手走上了讲台，我方胡浩洋自信满满，而对方选手郭家哲皱了皱眉头，似乎有一丝担心。随着老师一声令下：比赛开始了。刚开始，我方选手胡浩洋得意洋洋，似乎不把对方放在眼里，对方郭家哲皱紧眉头，似乎有些吃力。比赛过去了一分钟，双方依然没有分出胜负，但是双方选手都涨红了脸，开始还得意洋洋的胡浩洋也变的眉头紧皱起来，突然，胡浩洋的手腕有些松了，郭家哲见缝插针，趁机一使劲，将胡浩洋的胳膊掰倒在板凳上。没想到体形瘦小的郭家哲竟然掰倒了身形威猛的胡浩洋，真是人不可貌相啊！

游戏在欢声笑语中结束了，真希望还能再玩一次啊。

**掰手腕比赛的作文360字15**

二年级肖艺。星期二，下课时，华华和绿绿决定来进行一场掰手腕比赛。红红，小明和黄黄都在为自己支持的人加油。

比赛开始前，华华自信满满地想：我一定能赢过绿绿的，别看他这么胖，他也赢不了我的！绿绿一脸轻松，得意洋洋地想：他这么瘦，还想和我比，自不量力！

比赛开始了，他们俩都用上了九牛二虎之力。华华双眼瞪得像乒乓球那么大，眼睛里迸发出熊熊烈火，嘴巴紧紧地闭着。绿绿使出了全身力气与华华对恃着，只见他浑身颤抖，眼泪都冒出来了。双方僵持不下。

就在这时，绿绿一个不注意，华华趁机用尽全力，猛地把绿绿的手掰倒了。最后，华华赢了，他兴高采烈地跳起来说：“我赢啦！”大家都在为华华欢呼着。

这场比赛真的太有意思了！

**掰手腕比赛的作文360字16**

今天，我们班要在教室里举行一场大力士掰手腕比赛，同学们个个摩拳擦掌，跃跃欲试。

老师笑眯眯地说：“我提议先让王良瑞和姬广宣两位大力士先来，让大家先开开眼，好不好？”“好！”同学们异口同声道。只见他们憋足了劲儿，精神抖擞地走上台，虽没有语言挑衅，但从锐利的眼神中一切却不言而喻。他们捋捋袖子，把胳膊放在讲台上，手有力地握了握，向对方示威，接着互相抓住了对方的手。

随着老师的一声令下，王良瑞和姬广宣握在一起的手微微颤抖，开始较劲了。一时间谁也压不倒谁。“加油，王良瑞!”“姬广宣，必胜！”同学们一起助威呐喊，喊声震耳欲聋，连我都想上去帮他们一把。再一看，他们都咬紧牙关，使出了吸奶的劲儿。脸由粉红变成深红，有变成了紫红。他俩的手一会儿往王良瑞这边歪，一会儿又往姬广宣那边歪。忽然王良瑞瞪起眼睛，大喊一声，猛地一使劲，一下子把姬广宣的手压了下去。同学们欢呼着，跳跃着，为能见到如此精彩的比赛而激动。姬广宣虽然输了，但他脸上还是挂着毫不气馁的笑容。

大家都在比赛，教室里沸腾起来，男生掰手腕，女生在一旁加油鼓励。就算有人输也不气馁，因为毕竟友谊第一，比赛第二嘛！

掰手腕比赛真有趣!

**掰手腕比赛的作文360字17**

今天上午第四节课，我们在管老师的组织下，进行了一场激烈的扳手腕比赛。

赛前管老师要先挑选参赛选手，同学都积级报名，果然，全是男生来报名。他们一个个兴头十足，跃跃欲试，但是清一色全是男生也不行，不知是谁喊了一声：“\_陆章宜！\_顿时，许多看热闹不嫌事大的男生一起附和了起来。本来抱着看热闹心理的我一下懵住了：怎么把我扯进去了？我还没反应过来，就下意识的点头同意了。

管老师把我任命为“逆袭队”的队长；另一队“必胜队”的队长陆江南捷足先登，把我看中的队员抢走了一个，没办法，我挑了张子阳和张博文为我的队员。

比赛要开始了，我和陆江南击了个掌：“比赛第一，交谊第二啊，不是，是友谊第一比赛第二。\_好啊，这陆江南把自己的想法都露出来了。第一局，必胜队的队长陆江南出战，我见次情况，只好也上了台，两边的啦啦员见两队队长交锋个个像打了鸡血一样大呼“逆袭队加迪！”还有喊“必胜队加油”的。

随着管老师一声令下，我和陆江南同时发力，陆江南像一头发怒的豹子：使劲把我的手往下压，我则像一只精明的狐狸，先是和他不相上下，等他力竭了，我狠狠一板，陆江南的手离桌面近了一些，但我是个女生，力气终归不如陆江南大，等他用力一扳，两只手又回到了起始点。两只手再次同时用力，陆江南的\'脸胀得通红，手背青筋暴起，双眼死死地盯着我的手，我也紧张地握紧了手，头上汗如雨下，耳边地加油声不绝于耳，我心中一个声音在大叫：“板倒他！给女生出口气！”但我们的手却像跷跷板似的，一会一换地。最终，我和陆江南平局。第二局，张博文技不如人，非常可惜的输了。第三局时，张子阳奇迹般地板回了比分，我们两队只好平局。

经过这此比赛，我明白了一个道理：一个人的力量很小；但一个团队的力量可是不小。团队成员相互帮助，才有可能取胜。

**掰手腕比赛的作文360字18**

加油，加油一阵阵震耳欲聋的呐喊助威声响彻云霄。哦，原来是二年级班里的小朋友在比赛掰手腕呢！让我们进去看看吧！

比赛快要开始了，小蔡将要对战小明。只见小蔡昂首挺胸、自信满满地走上台。而小明呢？他咬紧牙关，脚好像粘在了地上似的一动不动，一手背后，一手叉腰，虎视眈眈地盯着小蔡，好像燃烧着战斗的怒火。教室里鸦雀无声，同学们都专心致志地盯着两位选手，眼睛瞪得像铜铃一般。

随着老师的一声令下，比赛开始了！两位选手都使出吃奶的力气，争得不相上下。只见小蔡眉毛紧皱，满脸通红，他的身体微微前倾，手还颤抖着，爆出了根根分明的青筋。小明直冒冷汗，眼神凶恶得像一头愤怒的狮子，脚摩擦地面，发出滋滋滋的声音，好像一壶即将烧开的水。教室里热闹非凡，有的在拍手鼓掌，有的着急得直跺脚。

最终，小蔡胜利了。他高兴得一蹦三尺高，脸上洋溢着灿烂的笑容，好像一朵盛开的玫瑰花。而小明垂头丧气，慢吞吞地回到了位子上。但是我们要知道，友谊第一，比赛第二哦！

**掰手腕比赛的作文360字19**

“今天我们要举行一场掰手腕比赛。”老师说道。一说到掰手腕我就有一点害怕，因为以前在学校里玩掰手腕我连小组赛都没有进。后来老师说这只是一场友谊赛，我才开始放松起来，为这场马上就要来临的比赛摩拳擦掌。

老师说：“这次的比赛要注意的是不能用左手帮忙，右手比赛的时候不能离开桌面。”比赛正式开始，只见万昱廷和尹语涵都胸有成竹地走了上来，坐好后，万昱廷自信地笑了起来，我猜她心里在想：这次我赢定了！而尹语涵一脸的严肃，可能是在想：这次遇到高手了。等到老师一声令下，万昱廷便使出了吃奶的力气“攻打”尹语涵，尹语涵节节败退急得满脸通红，让万昱廷夺得了大片的“土地”。这时，万昱廷露出了胜券在握的微笑，尹语涵趁此机会一举将大片“土地”夺回。比赛进入白热化阶段，万昱廷眉头紧皱，咬牙切齿，手上青筋暴起，而尹语涵却面不改色，一副怡然自得的模样，可细看能明显看到手指发白，全身都在颤抖。这样僵持几十秒之后，随着尹语涵的一声怒吼，她成功“打败”万昱廷。这时，全场欢呼、沸腾起来，尹语涵的脸上露出了胜利者的微笑，而万昱廷就像当年曹操一样，非常伤心。

通过这一次比赛，我知道了一个道理：那就是大丈夫要能屈能伸，对对手的仁慈，就是对自己的不仁。

**掰手腕比赛的作文360字20**

今天，我们举行了一场同学口中的“百年一度掰手腕大赛”，那可真是别开生面，想想就刺激！

下午一开始上课，老师就宣布：“掰手腕大赛即将开始！有请裁判小韩同学！”顿时，班里就像那烧开的水，沸腾起来。有的移动位置，凑到前排；有的交头接耳，商量对策；有的甚至练习起了掰手腕。

渐渐的，安静了下来，比赛开始了！激动人心的时刻终于到来了，第一组的贾同学和刘同学自信满满地走上了讲台，较量开始了。起初，贾同学胜利在望，只见刘同学咬牙切齿，一鼓作气，只听“啪”的一声，刘同学将贾同学的手按在了桌子上。经过三局两胜后，刘同学胜出，“耶！”全班同学欢呼雀跃起来。而这时，我心里也有一丝想上去掰手腕的欲望。

接着，是我们班的“大胖”和“二胖”上场。不用想就知道，这场比赛一定很精彩。两位重量级的选手面带笑容走向讲台。裁判说道：“比赛开始！”结果，还没等我回过神来，大胖就已经将二胖的手放在了桌子上，比赛就这样悄无声息地结束了。台下的同学都感到很突然。二胖呢，则尴尬地笑着说；“我就知道嘛！我掰不过他！”呵呵！

不行，到女生上场的时候我一定要上去拼搏一把！

终于到我们女生了，我踊跃地举起了手，我的对手是李同学。看对方已经做好了充分准备，此时我只觉得耳朵发热，手心出冷汗。“开始！”裁判喊道。我竭力想把李同学的手按下去，可没想到，她的劲儿是如此之大。半分钟、一分钟、两分钟……我的手已青筋暴起，两条筋之间的肉皮深深地陷了下去，背上也已经开始冒汗了。这时，只听到台下响起一阵助威声：“魏艺涵，加油！李欣雨，加油！……”两种声音交杂在一起,就像一场交响乐。离我最近的吴同学，真是使上了她平时的劲，为我加油，似乎比我还激动，仿佛上场的不是我，而是她。在这一局中，我曾使上了吃奶的力气想打败李同学，可是她也不甘示弱，硬是不让我赢，两只手腕就牢牢地在中心位置僵持了好久好久。到了最后，我的力气被一点一点耗尽，不想再挣扎，就放弃了，是的，我输了。不过别急！这一局我输了，但下两局不一定啊！短暂的十五秒休息后，第二局开始了，我一鼓作气，只听“啪”的一声，我赢了李同学；第三局，胜败在此一举，一上来我就猛攻，使劲压着她的手腕，三厘米、两厘米、一厘米、五毫米……终于按在桌子上了！我赢了！“耶!——”嘻嘻，开心呀！

掰手腕比赛在我们的欢笑声中结束了，这真是一场激动人心的比赛呀！这次比赛既锻炼了身体，又增进了友谊，当然，也让我多了一份勇气。我，不愧是我！

**掰手腕比赛的作文360字21**

今天是周六，太阳比往日更加的光辉灿烂，我知道这是为什么——因为我们班要进行掰手腕活动，太阳公公一定是来看热闹的！你想不想知道当时的情景呢？我来给你讲一讲吧！

比赛开始了！两队都派出了厉害的选手，分别是杨佳磊和张毅鹏。他俩一上场，我就在心里想：我们队的张毅鹏能赢吗？看他瘦的像个细树枝一样，再看看人家，比他强壮很多呀！我正想着，突然听到了一阵吵闹声，啊！原来是两队的观众们在给选手打气呢。“准备——开始！”一声令下，两位选手紧锁眉头，一只手握住对方的手，另一只手握成拳放在桌子上，两个人都用力的掰着。这时，我突然听到张毅鹏“啊——啊——”的低声吼叫着，脸憋的通红，就像熟透了的苹果。我心想：他肯定是用出了全身的力气！就在一阵热火朝天的加油声中，张毅鹏赢得了比赛！

这可真是一节有趣的活动课呀！真期待下节活动课早日到来！

**掰手腕比赛的作文360字22**

“加油！加油！”今天我们班举行了一次百年一度的掰手腕大赛，课上玩游戏，谁见谁激动。

赛前，老师说这次赢了有奖励，上去就来了大诱惑，让同学们跃跃欲试,有的同学在做热身，有的同学向别人炫耀着自己丰满的手臂，有的同学已经在下面开始比赛，有的同学却在交头接耳，别提有多热闹了。

“比赛开始！”随着主持人的一声令下，全班都沸腾起来。

让我印象最深刻的就是粘瑞翔和候瑞林的那一局。在那一局选人时，他们俩都高高举起了手，“老师千万不要选他们俩呀，不然这是什么奇葩组合呀！”我在心里喃喃道，可老师偏偏不听劝，候瑞林是举世闻名的淘气包，粘瑞翔是书生，这可是天差地别啊！不用说，肯定是候瑞林赢。但我还是要为他们加油！

“嘿呀，嘿呀”比赛开始了，只见他们面目狰狞，时不时还摇头晃脑，都看不出来五官到底该放在哪里了，这时，候瑞林青筋暴起，还泛起了高原红，难道粘瑞祥胜在必得？可现在候瑞林明显占据上风呀！都把粘瑞翔压到黑板那边了！

“N子加油，不要松懈！”台下有人喊道！

场上的比赛越来越激烈，场下的同学们也越来越沸腾，有同学开始坐立不安，有的同学甚至都想帮粘瑞翔一把，而场上他们俩的手开始左右摇摆，分不清胜负，10厘米，7厘米，5厘米，3厘米，近了，更近了，“咚”的一声，侯瑞林手腕把粘瑞翔手腕压了下去，“唉！”最后还是侯瑞林赢了，台下一片叹息声。后来的比赛也是越来越精彩，越来越激烈，赢的那些人个个都是喜笑颜开，输的人只能“泪流满面”地望着他们。

总之，我觉得这一节课是快乐的，是开心的，是难忘的。这也是我们小学时代最宝贵的一块记忆碎片啊！

**掰手腕比赛的作文360字23**

“加油，加油！”阵阵助威声从六（2）班教室中传来，一浪高过一浪，这是怎么回事呢？原来六（2）班正在举行一场激烈的扳手腕比赛呢。

下午第二节作文课，高老师说：“今天我们先来做个小游戏——请两位同学上来跟我扳手腕。”大家一听玩游戏，都高兴得欢呼起来。

女生选我上去扳。老师力气大，所以让我用两只手和她比。虽然使出了吃奶的劲，但老师还是占了上风。手腕一点点向老师那边倾斜，很快我被老师强大的气势压倒了，劲一松，手臂被压倒在桌上。

第二场是牛高马大的男生林苏炜出战。结果会怎样呢？大家充满期待。

比赛即将开始，只见刚比完一场的高老师纹丝不乱，轻松地拍拍手，然后信心满满地站上了讲台。同学们不断地为林苏炜鼓劲加油，七嘴八舌地出着点子。

“三、二、一，开始！”玉婧同学一声令下，高老师和林苏炜就较上劲了。高老师深藏不露，脸不红，气不喘，胸有成竹，还面带着微笑，胜券在握的样子。苏炜则使出了吃奶的劲，瞪大了眼睛，咬牙切齿，额头青筋上凸起，脸胀得通红，就像关公一样。大家都为苏炜加油，喊声不绝于耳。看着他吃力的样子，我紧张得心都快跳到嗓子眼儿了。唉，可惜还是梁山泊的军师——无用。坚持了一分多钟，苏炜体力不支，败下阵来。

下课后，同学们还意犹未尽，看那边玉婧和钰婷比得火热，娴昕和芷涵旗鼓相当，婉鑫和嘉怡也打打闹闹……

虽然这次扳手腕我们没有赢过老师，但是虽败犹荣，因为我们有勇气上台，也努力拼搏过。我相信，总有一天，我们会赢过老师的！

**掰手腕比赛的作文360字24**

叮叮叮上课了，同学们迅速地跑到座位上坐好，静静地等待着老师的到来。

老师神采奕奕地走进了教室，笑眯眯地对大家说：同学们，今天，咱们来比一场力量与技巧的竟争——掰手腕，好不好？好全班同学异口同声地说。面对这样一个能大显身手的机会，班上的许多大力士已跃跃欲试，都想去参加这个与力量争王的比赛。老师接着说：这次比赛，只能用右手，并且不能用左手助力，如果右手抬起来了的话，就算犯规，今天呢，我们举行现场比赛，谁来呢？同学们都高兴地举起了手，生怕老师看不见。王严达、彭宇，老师选好了，第一轮比赛，马上开始。

王严达和彭宇的外表悬殊也太大了吧，王严达骨瘦如柴，似乎一阵风吹就能吹倒，而彭宇，则肉嘟嘟地，乍一看，彭宇肯定要嬴，可事情却是我们意料之外：两人比赛开始后，王严达首选占据了一些优势，一下子把彭宇的手掰下去了一点，最后，王严达大吼一声，使出了吃奶的力气，最终把彭宇这个强悍的对手打败了，呵呵，原来彭宇是外强中干呀！第二场比赛，老师选了肖遥和曹霄鹏去比赛。肖遥可是我们班的骨灰级大师，曾打遍天下无敌手，在我们班上可称得上是东方不败，而曹霄鹏也是一位重量级选手，体积也很大，话不多说，比赛已经开始，两人右手紧握，脸、手不断地顫抖着，脸胀得通红，就像那熟透的桃子。忽然，曹霄鹏有了一点起色，可肖遥也不是省油的灯，一使劲，把曹霄鹏掰到了自己那边，而曹霄鹏又掰回了中线大家都紧张极了，都振臂高呼，有的还把加油写在纸上，一挥一挥的，看到大家如此热情，曹霄鹏，他似乎使出了当年如来佛镇压猴子时的力量，把东方不败打败了！

下课后，教室里仍充满了热情，直到上课铃响起。

**掰手腕比赛的作文360字25**

“加油！加油……”一阵阵惊天动地的加油声从教室里传出来，这是为什么呢？原来是我们正在进行一场激烈的掰手腕比赛啊！

昨天，老师跟我们说要举行一场掰手腕比赛，同学们听了个个都跃跃欲试。今天第一场比赛在张睿驰和姜禹弛之间展开，这一场最激烈，也最振奋人心。

比赛开始了，一上来双方就用了全身的力气，张睿驰的嘴张得老大，好像要把对方吃掉一样，脖子青筋暴起，眉头和眼睛挤在了一起。再看看姜禹弛，他的牙紧紧地咬在一起，也好像要把对方咬“碎”一样，身子倾斜得都要趴在桌子上了。

周围的同学都不断地为自己看好的选手加油，那叫喊声都快把房顶振飞了，有的同学都急得在教室里窜来窜去，各个角度“观战”。

比赛进行到白热化的阶段，此时的张睿驰手腕上崩出了一条又一条的青筋，脸上也露出痛苦的表情，不过他还是用尽力气使劲地掰！很显然，他已经使出了吃奶的劲儿了。再看旁边的同学们，有的拿着两根粉笔，用来充当荧光棒，有的急得咬着笔生怕错过每一个精彩的瞬间。比赛进行到最后，双方的手都开始抖了，张睿驰的手抖得更厉害，头埋得更深，嘴咧得也越来越大，似乎在做最后的挣扎，说时迟那时快，姜禹弛猛地一发力，“啪”的一声！手打在桌子上，张睿驰已经有气无力了，姜禹弛却露出了胜利的笑容……比赛就此结束了。随着飞飞老师宣布：姜禹弛获胜！大家也第一时间送来了祝贺的掌声！

这次掰手腕比赛令我感触颇深，姜禹弛的这种坚持不懈的精神难能可贵，值得我们大家学习，今后，在学习中我要将这种精神发扬下去！

**掰手腕比赛的作文360字26**

今天，我们班举行了一场热闹非凡的掰手腕比赛。我的对手是王婧萱。虽然她是个女生，但她胖乎乎的，力气一定很大，我能掰过她吗？我心里有点忐忑不安，于是，暗暗给自己鼓劲：加油，你一定行的！

比赛就要开始了，我的心砰砰跳着，好像要从嗓子眼里跳出来了。我的左手紧紧地握着拳，手心里一个劲儿地冒汗，我深深吸了一口气，屏住呼吸，咬紧牙关，死死地盯着王婧萱的手，使出全身的劲儿，用力向左掰去。可王婧萱也毫不示弱，只见她用力向右掰来，脸红彤彤的，瞪着两只圆溜溜的大眼睛死死地盯着我。我们的手颤抖着，僵持着，时间一秒一秒的过去了……

比赛终于结束了，我和王婧萱比了个平手，虽然我和王婧萱没有分出输赢，但是我们都非常高兴，因为友谊第一嘛！

**掰手腕比赛的作文360字27**

今天，在课堂上，我们进行了一场“掰手腕”比赛。但我今天肚子有一点疼，就只好在旁边看热闹了。

第一局：卢航pk李锴。他们看起来力气都很大，到底谁能赢呢？随着裁判一声令下，他们俩开始了比赛。卢航的脸有点红，他咬着牙，咧着嘴，很用力的样子；只见李锴眼睛瞪得圆圆的，看起来用的力气很大，显得非常吃力。最后李凯赢了！耶！我们队赢了一局！

第二局：许京PK丁浩。我觉得许京有可能赢，因为他非常高大，我已经迫不及待地想看比赛了。可是许京好像有点害怕，但是脸色没有变，只是有点微红；丁浩的脸色比卢航的脸色要红多了，我想他一定非常紧张。眼看许京胳膊都要抬起来了！“砰”的一声，许京把卢航打败了。我和卢航是一队的，所以我感觉很遗憾。

第三局：李树PK韩阳。比赛开始了，他们两个坐在凳子上，身体纹丝不动，脸憋得比苹果还红。他们互相握着对方的手，手臂已经摇摇晃晃了。我刚刚还在想：他们真的不分上下！这样要僵持到啥时候呀！突然，我发现有点变化了：韩阳的手臂有点歪了，他越来越紧张，脸也憋得越来越红。他已经很用力了，而李树好像在偷着笑。我很不服气：为什么李树看起来那么弱小，力气却那么大呢？最后，韩阳用上了吃奶的力气，竟然赢得了比赛，我真是没有想到！但李树也很开心，因为他努力过了。

我真心喜欢这样的比赛！它让我学会了做事要懂得坚持。

**掰手腕比赛的作文360字28**

今天上午，我们在班里进行了一场轰轰烈烈的掰手腕比赛。老师向我们详细地说了一下比赛的规则后，同学们一个个跃跃欲试。

首先上场的是我们班的两位更大威猛先生温传龙和张同明，只见他俩摆好架势，蓄势待发。老师说了一声“开始”，他俩立即“顶”上了。两人力气不分上下，僵持了好几分钟，还没有分出胜负。只见温传龙咬紧牙关，用尽了力气，就连脖子上的青筋都爆了出来。张同明也不甘示弱，把吃奶的力气都使了出来，脸涨得就像喝醉酒的公关，嘴里还“呀呀呀……”地叫着，温传龙有点招架不住了，手开始往另一边倾斜。同学们的加油声都把教室给淹没了，比赛进入了高潮。就在这时，温传龙好像吃了大力药丸似的，奋力一搏，猛地把张同明的胳膊扳了下去。耶，温传龙拿下了这次比赛的冠军。

这次的掰手腕比赛真是让人热血沸腾啊！

**掰手腕比赛的作文360字29**

刚进门毛老师就对大伙说：“咱们今天来比赛吧！”“比什么呢？”“掰手腕啊！”大家都觉得很不公平，因为毛老师可是大人啊！大人的力气都比小孩的力气大。毛老师笑着对大伙说：“没关系，我用二根手指跟你们比赛好不好？”“好！”我暗暗地笑了下，毛老师可没说两只手不能同时一起掰手腕！

第一场，林嘉佳先上了场。毛老师瞟了她一眼，不屑一顾地对她说：“瞧你这弱不禁风的样子，还是下去吧！”林佳佳不服气地一撇小嘴，说：“谁胜谁负还不一定呢！”随着一声“游戏开始！”，毛老师不费吹灰之力就打败了林佳嘉，林佳嘉垂头丧气地下了台。

参加第二场比赛的是一个叫做王小明的男孩子。王小明十分紧张地看着毛老师。毛老师又开始使用心理战术了，似笑非笑地看着他说：“你，还是下去吧！你是赢不了我的！”比赛开始了，刚开始时双方势均力敌，僵持不下，我们激动地呐喊“加油！”“加油！”黄晓明身体前倾，紧握拳头，两腿使劲地往下坠，把吃奶的力气都用上了，直憋得满脸通红……而毛老师呢，慢慢开始显得有点儿吃力，最后王小明终于赢了。

第三场是我，我一脸从容地看着毛老师，毛老师显得有点儿紧张。我不由得暗自好笑。游戏开始！我一下子使出了全身上下的力气，毛老师快不行了。我趁这个时候用力一掰，一举击败了他。同学们都说我是“女中豪杰”，我可高兴了！

**掰手腕比赛的作文360字30**

今天我和同学们进行了一场掰手腕比赛，李耕似第一名，我第二，陈文杰第三。想了解这场比赛吗？那就往下看吧！

在掰手腕之前，我很轻松，因为我觉得自己一定会输，而且这场比赛老师说就像玩游戏一样，所以我想输赢不重要，重要参与。抽签开始了，我和黄士训抽到了一号。准备，“老师，我赢了！”他用了先发制人，我还没反应过来，就被压下去了。“还没开始呢！”只听老师大声说，“什么？”同学们有的笑起来。第一场比赛正式开始，黄士训一开始就采取了休闲法，不过一下子就被我破解了，我也休闲起来，说：“握手，握手，你好！”但我一直都是防备着的，他突然发力，被我挡住了，掰了回去，一下把他的手压倒在桌上。第二场比赛他没有使用计策，最后和我打成平手。第三场比赛又开始了，这次他采用的是□阵，表面上说说笑笑，让一直放松的我更加放松了几分。结果他突然发力把我用压下去了几分，幸好我用力支撑住了，但他渐渐地心有余而力不足，力气越来越小，被我掰了回来，我再次获胜。最后班里总决赛，我取得了第二名。

这种游戏式的比赛，我们玩得很开心，也懂得了一个道理：比赛不但需要实力，也要擅于运用技巧，才会立于不败之地。

**掰手腕比赛的作文360字31**

吃完晚饭，我们家举办了一次掰手腕比赛，我、妹妹、爸爸和妈妈参加。我们分为两组，我对妹妹，爸爸对妈妈。

首先是我和妹妹开始第一轮比赛，妹妹是个“小不点”，我是志在必得，那是秒赢啊，哈哈哈！妹妹输掉了还高兴的跳着说：“哥哥真棒，哥哥是冠军。”我乐滋滋地到一边休息准备最后的决赛。妈妈和爸爸的比赛也是意料中的一边倒，妈妈只坚持了一分钟便主动认输了。

最后的对决了，只见爸爸向我挥了挥拳头，准备大显身手。妹妹在一边蹦蹦跳跳地喊：“加油！加油！”而我却在想：“和爸爸比赛我处弱势，只能智取，不能硬拼。”“预备——开始！”随着妈妈一声令下，我右手使劲儿往左边压去。爸爸的力气真大，刚一开始，就给我来了一个下马威。他咬牙一使劲儿，我的手就不由自主的往左倾斜。我用了七分的力量维持着局面，心想再咬咬牙，坚持住就是胜利。过了一分钟左右，爸爸的力量稍微减弱一些，我感到轻松了许多，我知道爸爸也需要调整一下了。

我深吸了一口气，猛的偷袭过去，爸爸的手渐渐往左倒去。爸爸回过神来，连忙咬紧牙关，低下头，闭上眼，使出全身的力气往回掰。于是我使出吃奶的力气，又掰回了原位。就这样，我们的手来来回回反复了几次，此时气氛紧张到极点，我们都盯着停在中间的手。突然，我的手颤抖了一下，爸爸使出全身力气，猛的发力把我打败了。

这场家庭比赛，虽然我输给了爸爸，但我收获了很多知识。一方面我年纪还小，输给爸爸很正常。更重要的是，我懂得了永不放弃、永不妥协，抓住机会用智慧面对困难的道理。

**掰手腕比赛的作文360字32**

星期六，我们来作文班上课。老师一走进教室就对我们说：\_今天咱们要举行一场精彩的掰手腕大赛。\_我们听了都高兴地手舞足蹈起来。

老师把同学们分成了红队和蓝队。红队队员是宋奎辰、冯芷轩、周祎辰。蓝队队员是张暄梓、邵田泽、我。老师又找了一名裁判员宣布比赛规则：比赛实行三局两胜制，选手统一右手进行比赛，选手犯规成绩无效。我要代表蓝队参赛，心里很紧张。

比赛终于开始了，第一局上场的是宋奎辰和张暄梓，他们脸憋的红红的，脚使劲的蹬着地。观众们在下面大声喊：\_加油加油！\_可第一局红队赢了，我们蓝队要努力了！第二局是我和冯芷轩。我心想我一定要给蓝队赢回这关键的一局。我使出全身的力气坚持着，不一会儿我就把冯芷轩掰倒了，我的高兴劲就别提了！第三局是周祎辰和邵田泽，虽然周祎辰也想给红队赢回一局，但是最终没有赢得我们蓝队。最终代表我们蓝队的邵田泽把红队的周祎辰掰倒了。蓝队取得了最终胜利！

比赛结束了，蓝队的欢笑声充满了整个教室！

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！