# 掰手腕比赛的作文思路(推荐36篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2025-03-03

*掰手腕比赛的作文思路1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...*

**掰手腕比赛的作文思路1**

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！

**掰手腕比赛的作文思路2**

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。

**掰手腕比赛的作文思路3**

“加油！加油！”教室里呐喊声此起彼伏，这到底是怎么回事？寻声找去，原来是剑桥大学的教室里正在进行激烈的掰手腕比赛。

“哪位同学要来比掰手腕呢？”老师正在寻问谁要来比掰手腕。只听见一声“我来！”原来是我们班的郑胜涛和方思豪呀！两人走上讲台上，老师问了问台下同学：“你们觉得两人谁是胜者呢？”我们看了看方思豪又看了看郑胜涛，心想：方思豪又高又壮，手臂上全是肉，而郑胜涛单身力薄，肯定方思豪获胜！于是一大堆人支持方思豪。

“预备——开始！”老师一声令下，两人便开始了较量。双方的脸一个红色，一个青绿色。方思豪开始发起了猛攻，身体向右倾斜，两人的手斜了50度。但郑胜涛也并不服输，只见他咬牙并进，把方思豪的手靠在桌子上。双方的手一直僵在这里。场下的观众千姿百态，有的人本来不观注的也目不转睛地盯着比赛；有的人直接双手握拳站起来看上去比选手还紧张；还有的人跑到讲台，我也飞快跑到讲台，只怕有人抢了我的最佳观看位置……

比赛已经到了白热化的阶段。方思豪的汗水流满了睑，郑胜涛的脸由青绿色变得通红，真像熟透了的苹果。我仔细一看，双方的指甲都发白了，大拇指已经握得发紫了，像葡萄一样。

比赛僵持了近十分钟，双方仍旧苦战不下。老师只好把这场比赛判为平局，最后老师给两位同学两颗奶糖作为奖励。原来一场比赛不能只看外表，还要要看实力。

**掰手腕比赛的作文思路4**

“加油，加油”听到这呐喊声，大家非常熟悉吧！没错我们班正在举行掰手腕比赛。

现在大家都在准备着，有的在活动手腕，有的在讨论对策，有的在为选手们加油助威。教室热闹得像菜市场一样。

比赛开始了，只见小叶同学走得不急不慢，眼睛里还带一丝丝的杀气，好像冠军非他莫属似的。但是小黄同学也毫不逊色，上来就给小叶一个下马威，只见他用大拇指从脖子那轻轻划过，仿佛在说：“不要自不量力了，你输定了！”

比赛开始，他们俩轻轻地把手肘放在桌子上，眼睛死死地盯着对手。随着一声“开始”，他们俩把吃奶的劲都用上了，桌子都跟着晃动起来了。这时胜利渐渐地偏向于小叶这边，他们俩的头上滚落下来了一颗颗豆大的汗珠，小黄咬紧牙关看着小叶，好像在想：要是我输给了这小子，还怎么敢说自己力气大呢，不行！小黄就像疯了似的，脸憋得通红，仿佛把所有力气都用上了，终于把小叶打败了。这轮游戏结束了，小黄获胜。此时的小黄开心得合不拢嘴。

第二轮游戏开始了，是两位女生。一位叫小玲，还有一位叫小心。这两位女生虽然很瘦，但是这架势却丝毫不输给男生呢！小玲她一上来就用了吃奶的力气，可小心却没有，大家都非常疑惑，有的人说她不会玩，人家都用力气可她却不用，她到底在干什么？可是小心却不管周边的言语，还是淡定地对战。过了一会儿，小玲累到没有力气，嘴唇发白时，小心一个反击直接打败，这局是小心获胜。全场炸开了锅，都在纷纷鼓掌说：“原来这掰手腕比赛不但要力气还要智慧呀！”

怎么样？这就是我们班的掰手腕比赛，多么有趣呀！

**掰手腕比赛的作文思路5**

今天课上老师举行了一场掰手腕比赛，比赛开始之前，老师先把桌子抬到讲台上，又准备两把椅子作为掰手腕的台子。老师随后就说了比赛规则：一律用右手比赛，压倒对方在桌上三秒不能动为胜，三局两胜。

比赛开始了，选手段文卓和吴俐熠先后说了自己的感想，然后坐在“比赛席”上，只听老师一声令下，双方就开始了激烈的比赛，吴俐熠眉头紧锁，头上、手上都鼓起了青筋，好像非跟你拼个你死我活不可。慢慢的，吴俐熠的胜算越来越大，他用尽全力地掰，把脸涨的发红。终于，老师倒计数后，公布吴俐熠获胜啦。吴俐熠开心地喊：“我赢啦！”

第二局开始了，段文卓可就不甘示弱了。他已经准备好立马赢下这场比赛啦，比赛一开始他就占了上风，他用全身的力气拼命地掰，功夫不负有心人，段文卓终于赢下了这场比赛。

最关键的可是第三局，段文卓和吴俐熠一个个都像发出了洪荒之力一般不分胜负。他俩僵持了好一会儿，一会儿吴俐熠占了上风，一会儿段文卓又压歪了吴俐熠。吴俐熠咬紧牙关，豆大的汗珠流了下来，随着吴俐熠的“嘿、哟”，段文卓渐渐地败了下来。但他还不放弃，咬牙坚持。可是胜利最终还是属于吴俐熠了。

这真是场令人难忘和兴奋的比赛！

**掰手腕比赛的作文思路6**

比赛开始，我鄙夷地看了看其他参赛选手，哼！我赢了你们就像大象踩死蝼蚁一样简单。毕竟我是全班最高也是最壮的，这场掰手腕比赛的输赢已毋庸置疑，我要是输了那可真叫个奇迹。

第一局，我的对手是阮诗涵，他可能是其他选手中实力最强的。我必须像寒冬里扒掉他的秋裤那样毫不留情。果然，我刚一发力他就下去了一截，他几乎没有任何反抗的余地，可还是困兽犹斗，我又轻轻加了一点力，他便整个被我压下去。

之后的另一组比赛也开始了，经过一段比拼之后，孙荣廷胜出。接着轮到我和孙荣廷比了。如果说阮诗涵是正餐，那么孙荣廷连佐料都算不上。我一上场，他的气场已下去了一半。本以为这孙荣廷能挺个几秒，可是他太不争气，我刚开始发力，用了不到三成力气，他便排山倒海似的轰然倒塌了。

与此同时，女生那边的比赛也落下帷幕了。她们那边的冠军是王小朵。好了，没得说了，我跟她比赛，她根本毫无招架之力。

本以为比赛结束了，正准备下台写作业的我，却被陈老师叫住了，于是只好跟陈老师较量一次。

比赛一开始，我便用了十成力气，陈老师不但没被我掰下去，反而愈战愈勇。也许是我前面消耗了一些力气，也许陈老师是个练家子。看她脸上的表情，五官都因用力扭曲到了一起，好像是我占了上风一样。狡猾老练的陈老师，她一定是在麻痹对手。相比之下，我虽然表情正常，可手臂上的肌肉像要被撕裂一般。随着时间的推移，陈老师仿佛有用之不竭的力量，来来回回僵持了许久，我终于招架不住输了。唉，有时候人生的大起大落实在太快，这场比赛确实太刺激了。

**掰手腕比赛的作文思路7**

下课了，同学们大课间又开始了“掰手腕”比赛了。一号选手是一位又胖又壮的男生，看他那微胖的脸上挂着得意的笑容，胸有成竹的.走到课桌边；而二号选手是一位清秀可爱瘦瘦的女生，她不自信的挪步到桌边，心里在嘀咕：“要是我输了怎么办？同学们会笑话我吗？”

激烈的比赛正式开始了，看！一号选手右手紧紧地握住对方的手，身子用力地倾斜，两条腿微微地打开，左手紧紧地抓着左腿的裤子，两只脚稳稳地放在地上。在观察二号选手，她抿着嘴巴露出可爱的小酒窝，但眼神中透出紧张的神色。她的左手也放在腿上，仿佛在给右手传递力量，左腿微微地抬起来，要把全身的力量都使出来。

两局过去了，一直都是一号选手遥遥领先。到了最后一局，一号选手有些洋洋得意了，握紧的手臂看得出一点也没有用力，他用挑衅的眼神看着对方，似乎在说：“别费力气了，这次还是我赢”。二号选手脸部变得通红，她使出全身的力量，同学们为她加油的声音越来越高，都在为她助威。最后一局二号选手终于胜利了，她开心的和同学们拥抱在一起。

真是一场难忘的“掰手腕”比赛。

**掰手腕比赛的作文思路8**

“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。

**掰手腕比赛的作文思路9**

“加油，加油！”太阳猛烈地照射在大地上。教室里传来一阵阵呼喊声，原来是老师在带领同学们玩掰手腕的游戏。

首先，上阵的第一组是由张帅带领的“无敌胖子”队。他们的对手是由吴刚带领的“百战百胜”队，两队的实力可谓是旗鼓相当。赛前，他们做好了十足的准备，只见他们把衣袖撸起来，转动着手腕，然后做了个热身运动，最后把手使劲搓热，像一群等待猎杀猎物的狮子。吴刚为了鼓舞军心，走到两个队员身边，双手使劲地搭在他们肩上，说道：“加油，我们一定会赢！”张帅也不甘示弱，走到桌子旁边，用力地拍着桌子，大喊道：“无敌胖子，加油！”

比赛开始了，首先出场的是两队队长，吴刚和张帅。随着一声哨响，比赛拉开帷幕。吴刚握紧张帅的手，使劲地往下掰，一滴滴汗珠落在他的脸颊，脖子上的青筋像一条条蚯蚓一样，他的另一只手死死地抓住桌角，桌子发出“咯吱咯吱”的响声。为吴刚加油的啦啦队也大声呐喊着：“吴刚加油！”窗外的树上飞来一群小鸟，好像也是来看比赛的。张帅满脸憋得通红，眼睛瞪得大大的，他好像在想：不行啦，我要坚持不住啦！只见他的手突然放松，吴刚乘胜追击，张帅输了。张帅累倒在地，他甩了甩右手说：“我太累啦，不然不会输的！”

随后两局，“百战百胜”队以绝对优势3：0赢了“无敌胖子”队。这真是一场既精彩又激烈的掰手腕比赛啊！

**掰手腕比赛的作文思路10**

星期四的下午，我们班举行了一场万年一度的掰手腕大赛。

比赛还没有开始，我们就开始布置场地，整个教室里都充满了热闹，欢天喜地的气氛，大家都很激动，很期待这场别开生面的比赛。有的人摩拳擦掌、跃跃欲试；有的人已经迫不及待地和同桌开始比了；还有的人正在交头接耳，议论着此次比赛的冠军，究竟花落谁家。

我往后扭头一看，正看见了小郭，他把袖子拉开，正炫耀自己的粗而大的胳膊，而一旁的小刘却不屑一顾，这时贾同学也拍拍拍自己的胸脯，好像胸有成竹的样子。

主持人小韩示意大家安静下来，原本乱哄哄的教室立马安静下来。小涵正式宣布：“比赛开始！”

没想到第一场就是小胖贾昊瑄和刘锦泽！两人互相瞪起来，越看越不顺眼。“男生第一轮第一场一一比赛开始！”只见小刘咬紧牙关，一下子把小贾掰了下来，“耶！”台下传来一阵火山爆发般的掌声。

第二场，大家纷纷为自己的好朋友加油。只见两人那强壮有力的胳膊掰了起来，这次小贾卯足了劲儿，准备一鼓作气扳回一局，小贾先是尴尬地笑了笑，随后瞪起眼睛撸起袖子，他咬牙切齿，紧皱眉头，一点一点地把小刘掰下来了。

最后一场，小刘不甘示弱，用吃奶的力气，小贾也很认真用力掰。两人不相上下，最后一局决胜局，到底谁会赢呢？“啊啊啊！”只见小刘咬牙切齿，把小贾的手一点点压下去，而小贾也不甘示弱，两人的手腕，一会儿左，一会儿右，摇摇晃晃的。终于，小刘用全身的力气把小贾的手掰下去了，小贾吃了败仗。

第二轮，小郭和小侯走上了战场。“你觉得谁会赢啊？”同桌问我。“那肯定是郭柳源赢啊！你看实力悬殊这么大！先看看小郭粗胳膊粗腿，虎背熊腰，浑身肥肉，再看看小侯跟竹竿似的，风吹一下都站不稳。”我回答道。同桌不再说话。

两人走上战场开始比赛，只见小侯咬紧牙关，皱紧眉头，用尽吃奶的力气，可小郭面无表情，一动不动，好像在给他挠痒似的。小郭笑了笑，猛一发力掰起小侯的手晃来晃去，好像在羞辱他一样。很显然，小郭轻松胜利。

大家都为侯瑞林加油打气，小贾站起来大喊：“侯瑞林加油！侯瑞林加油……”

第二场，侯伟林也很努力，皱紧眉头，青筋暴起，目瞪圆睁。“啊！”小猴咬紧牙关，手腕一点一点的像小郭那边倾斜。“加油！加油！”有些同学按耐不住蹦了起来，有一个同学甚至走到讲台上为小候加油。小郭应该是轻敌了，脸上露出慌张的表情，可为时已晚，侯同学拿下了这场精彩的比赛。小郭这次真是大意失荆州了！“耶，太棒了！”“哇！”台下爆发出雷鸣般的掌声。好几位同学惊讶地张大了嘴巴，大家不敢相信，平时看起来弱不禁风的侯同学竟然赢了班级大力士郭柳源，老师也激动地蹦了起来出来。

最后一局决胜时刻，小郭不敢再轻敌了，认真对待，猛一发力，把小侯的手按向桌面，五厘米、四厘米……快了，快输了。小侯要坚持不住了。没错，小郭还是赢了。大家纷纷为小侯感到惋惜。

时间一分一秒的过去，这节快乐的语文课就这样结束了。

**掰手腕比赛的作文思路11**

“谁是我班得大力士，我们来举行一场掰手腕比赛”。老师语音刚落，同学们顿时欣喜若狂地欢呼起来。一双双高举的小手，真像一片手指森林。

老师请出了鲁柠征和蒋锐来进行比赛，我看鲁柠征胸有成竹的样子，心想：鲁柠征长得十分结实，蒋锐显得太瘦了，肯定鲁柠征会赢。比赛开始了，同学们震耳欲聋的加油声此起彼伏，你看，蒋锐紧紧地闭着眼睛，脸蛋也憋得通红，嘴巴张得大大的，好像使出了全身的力气似的，再看鲁柠征他十分沉着，从他表情上来看，他好像说：“哼，你根本不是我的对手。”最后果真是鲁柠征旗开得胜。

接下来余淼上去了，但很快也败下阵来。

最精彩的比赛当然要数邓尧天和鲁柠征的比赛了。只见邓尧天显得非常自信的样子，我半信半疑，难道比蒋锐还瘦小的邓尧天会赢吗？比赛开始了，只见邓尧天一脸严肃，过了一会儿，邓尧天有点抵挡不住了，用力时手臂颤抖着，似乎以用出了全身力气。同学们的呐喊声更大了，邓尧天咬紧牙坚持了下来，时间一分钟一分钟地过去了，他们仍然僵持着不分胜负。老师宣布比赛结果是邓尧天和鲁柠征打平。真没想到瘦小的邓尧天竟然能和鲁柠征打平，实在是令人佩服。

比赛结束了，同学们仍沉浸在一片欢乐之中。

**掰手腕比赛的作文思路12**

今天上午，我在格伦大语文进行了一次别开生面的掰手腕比赛。这场比赛进行得非常激烈，就请让我向你娓娓道来吧！

一开始，老师先宣布了比赛的规则，再问谁和谁先比赛。同学们听了个个都摩拳擦掌、兴高采烈的。比赛开始了，先是李小滺和王雅琪，只见李小滺面带微笑，似乎很有信心，而王雅琪却心情沉重，似乎很怕李小滺……而我在旁边看到一个又一个同学的比赛，心里就像有几百个小精灵一样在怦怦直跳。快了，再下一个就轮到我了，只见我的对手正胸有成竹地看着我，似乎很有信心赢我，我的心里就是十五个吊桶打水——七上八下！

轮到我比赛了，我把手往桌子上一放，我的对手刘甜握住我的手，露出了邪恶的笑容。比赛前，老师采访了我们的心情，我倒是很紧张，可刘甜却是很自然，镇定自若的样子。比赛开始了，站在我这一边的同学大声地为我加油打气。我紧锁眉头，握紧拳头，咬得牙齿“嗞嗞”地响。我想：“我会不会输？她的年龄比我小，如果我输了，那我的脸可就丢大了！”刘甜也咬紧牙关，握紧拳头，眼睛死死地盯着我们的手，也许她会想：“我一定要赢！我在学校的力气可是很大的，我一定不会输的！”周围的同学也瞪大了眼睛，一直观看着。突然，刘甜的手松了一下。说时迟，那也快，我抓住时机，把她的手压了下去，终于，我赢了！同学们也在为我鼓掌……

激烈的比赛就先告一段落了，这次比赛可真是惊心动魄啊！如果还有机会，我还要再来一次！

**掰手腕比赛的作文思路13**

我们玩过的游戏有很多，可大家是不是很少玩或没有玩过掰手腕呢？今天我就来说一说我们班掰手腕吧！

今天最后一节课，老师刚把掰手腕儿几个字写到黑板上，大家就七嘴八舌地说了起来。于是，老师开始选人了，大家都把手举到天花板上了，最后，老师选了安禹名和吴鑫辉，我想：一定是吴鑫辉胜。所以我没有去看、果然吴鑫辉毫不费力就胜了安禹名。

老师让吴鑫辉留下，又找了于昊正。我想：这下有意思了。我跑到赛场，可人满了。我找了一个地方看。他们开始了比赛，尽管他们已用了自己最大的力气，可还掰不过对方，此时，他们在用自己的眼睛狠狠地瞪着对方，仿佛在说“等着吧，无论如何我也要胜了你。”两分钟过去了，他们的手腕还没动，不过同学们的加油声一声比一声响、一声比一声亮。他们的脖子上都有了汗珠，终于，于昊正胜利了！他的好多粉丝都开始欢呼、第二场，于昊正依然占上分，又赢了。看着他的汗珠大粒地往下掉，可以知道他花费了许多力气才胜利的。

这个游戏不仅让我们知道他们几个谁最强，还让我们度过了一个欢乐的下午。

**掰手腕比赛的作文思路14**

今天，我们在班上举行了激烈的掰手腕比赛。一听老师说要掰手腕，大家议论纷纷。

比赛规则是：参赛者统一用右手进行比赛，身子不能碰到桌子。肘不离开桌子的前提下，谁先把对方压倒在桌子上谁就是赢家。

老师让欠两两进行比赛。比赛还没有开始，我已经紧张不已了。我的对手是王诗然，我心里想：“平时妈妈说我的力气小，今天肯定办理。”老师说：“三二一，开始。”我咬紧牙关，紧紧盯着手，王诗然抿紧嘴巴，积蓄力量，好像在说：“我赢定了。”本想试探一下王待然的力量，没想到她的力气这么大，眼看她力量渐渐地变大，我也使出了九牛二虎之力，渐渐地，我体力不支了，我看到我的手一点一点地被王诗然给压下来，我闭上眼睛不敢往下看，最后我的手被王诗然的手重重压下。唉！输了！

经过激烈的选拔，我们两组选出了两位高手，分别是王泽楷和陈伽烨，扣人心弦的大力士争霸赛，他们大摇大摆的走上来，只听一声令下，大家大声地喊道：“加油，加油！”他们俩互不相让，握在一起的手一会儿左，一会儿右，王泽楷面红耳赤，而陈伽烨面带笑容，我看到这里，心里暗暗地佩服陈伽烨，果然，在同学们的欢呼中，陈伽烨把王泽楷给打败了。

啊！陈伽烨才是真正的大力士。

**掰手腕比赛的作文思路15**

“语文课上千年一度的掰手腕大赛现在开始！”

随着小韩同学这响亮的宣告，全场的人都欢呼着雀跃着。看，角落里的胡同学已经与别人掰起了手腕；而坐在最后一排的郭同学开始敲锣打鼓，还不忘秀出自己丰满的大臂；坐在我旁边的贾同学早把自己的手举得高高的，恨不得把手举到天上，脸上也露出激动的表情。“等一下，安静一下。”小韩同学赶快管理纪律，“由于我们班同学有高有矮有胖有瘦，为了公平起见，高和高的比，瘦和瘦的比，好，现在啊，我宣布，男子掰手腕比赛现在开始。”

刚才举手的小贾干脆直接站到了凳子上举手，主持人小韩看中了他，便把他请到赛场，小贾大步流星地走了过去，还不忘转转手关节，手关节发出的响声让人毛骨悚然。主持人经过筛选，选出了与小贾同学体型差不多的刘同学，刘同学慢慢地走上赛场，坐上座位，精彩的掰手腕大赛第一回合就要正式开始了。

两个人的`胳膊肘不约而同地放在了桌上，“砰砰”两声转入观众的耳朵里，观众瞬间被镇住了，也被这气势磅礴的两位选手所吸引，教室里安静极了，大家屏住了呼吸，一双双眼睛注视着即将开始的大战……

随着倒计时的结束，两位选手卯足了劲，两手交叉在一起开始了较量，两人手心都出现了青印，贾同学显得非常吃力，脸都红了，额头上青筋暴起，可两只手腕却未动分毫。刘同学表情没变化，可嘴里却大吼了起来。就这样僵持了许久，两人把全身的力气都用上了，大家都为两位捏了一把汗，“加油”声不绝于耳，两位同学都全力以赴、志在必得。等了一会，手竟然往那边倾斜了，是谁的力气更大？是刘同学，他竟然将贾同学的手掰动了，一厘米、两厘米、三厘米，一点点往前推进，刘同学脸涨得通红，使出全身的劲攻城略地！贾同学意识到大事不妙，连忙加劲防守，额头大汗淋漓，但大势已去，刘同学又大吼一声，贾同学手瞬间倒了一半，刘同学意识到这好像有用，便又吼了一声，不到一眨眼功夫，伴随着一声“啪”，贾同学的手重重地摔在了桌上，观众们的加油声戛然而止，比赛结束了，刘同学振臂高呼，“耶，我赢了”！

看完比赛我只想说刘同学，你是从三国里走出来的吗？你是张飞附体，仅靠三吼就结束了比赛！我们也要为贾同学的拼搏精神点赞，坚持到最后一刻，虽败犹荣！

**掰手腕比赛的作文思路16**

在今天的课上，我们举行了一场激烈的掰手腕游戏。一听老师说要掰手腕，我心里扑通扑通直跳。

老师说：“游戏规则是掰手腕的时候肘要放在桌子上，腹部不能靠在桌子上。谁先把对方的手压倒在桌子上就赢了。

老师叫我们两两比赛，我的对手是于东健，我想：这次肯定输定了。一会儿老师说：“一三三开始。”我和于东健的手立刻握在了一起。才开始我和他旗鼓相当，渐渐的我觉得对方快坚持不住了，于是，我就乘胜追击，咬紧牙关，把全身的力气都集中到右手上，不到一分钟，于东健的手就被我压在桌子上，我惊喜万分！想：谁说女子不如男，我还赢了呢！

经过一番选拔，每组都选出了一个高手，分别是王泽楷和陈伽烨。接下来就是扣人心弦的大力士争霸赛了。他们大摇大摆地走上了讲台。听老师一声令下，比赛开始了。他们互不相让，我发现王泽楷憋红了小脸，他们僵持着，握在一起的手，一会儿往左，一会儿往右，双方丝毫不敢松懈。突然，陈伽烨把王泽楷的手压在了桌子上。我们个个目瞪口呆，原来陈伽烨才是名副其实的大力士呀！

今天的掰手腕真激烈呀！

**掰手腕比赛的作文思路17**

每天我一到教室，大家就奔过来问我要不要和他们比赛掰手腕。我点点头但又好奇地问：“不是后天体育课比吗？难道提前了？”同学立马摇摇头说：“那也得多多练习呀。”

比赛如期来临，大家都议论着自己有没有可能会胜利，自己的对手是谁啊等等。“第一局，柴子轩对战冯涵菁。”老师公布道。两位选手站了上去，瞪着眼，谁也不肯认输。终于比赛结果出来了，柴子轩胜。“柴子轩，你的下一个对手是任黛雯。”天呐！竟然第二局就是我。

我走上台，深深吸了一口气，“一定要胜利！”我在心里默念着。我选了有力的右手放上桌面。当两只手紧握的一刹那，哨声便吹响了。我猛然使力，对手被我吓了一跳。但领先只是暂时的，我们的实力不相上下，一直僵持着，我紧咬牙关，他越来越累，松了一下。好极了，我马上用力一压，他很快就被压倒了。下一个对手，我用同样的方法又胜利了。我开心极了，一旁的拉拉队员也大声地欢呼着。我享受着这个属于我的胜利时刻！

这次比赛让我收获满满并且也意识到了坚持就是胜利！

**掰手腕比赛的作文思路18**

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！

**掰手腕比赛的作文思路19**

不知从什么时候起，我们班流行起了掰手腕的比赛，今天下课时我也参与到了这项比赛中。

下午第二节课一下课，我就看见张笑语和王子涵开始了激烈的掰手腕比赛。只见她们两个的脸都憋得通红，好像把吃奶的力气都使了出来，张笑语纤细的\'手腕上有好几根青筋都冒了出来，我真有点担心她的手腕承受不住这么大的力气。她们两个人的力气不相上下，僵持了一会，最后张笑语趁王子涵放松了的那一瞬间猛一用力，获得了胜利！

看着她们玩得这么起劲，我也跃跃欲试。于是我和我的好朋友任菲桐也决定来一场比赛。比赛要开始了，我们俩都自信满满，随着张笑语的一声：“开始！”，我使出了全身的力气，想一下就掰过她。可谁知任菲桐虽然看着瘦，力气也很大，无论我怎么用力，她还是稳如泰山的坐在那里，手一动也不动。我瞪大了眼睛，对着她大叫了一声，试图用吓唬的方式让她的手抖一下，然后趁机赢得胜利。可她只是疑惑的看了我一眼，我见这个方法没有奏效，心里默默的叹了一口气。

就在这时，任菲桐突然发起力来，糟糕，我快要输了，我的手已经快到了危险的边缘。我使出了我的洪荒之力，努力往她那边掰。最后我们俩的手僵在了那里，我继续咬紧了牙关，心里默念着：坚持努力，再坚持再努力！果然，只要你想着全力以赴就已经接近成功了！最后，任菲桐终于败下了阵来。

比赛结束了，我揉了揉自己酸痛的手腕，心中充满了胜利的喜悦。这可真是一次激烈的比赛啊！

**掰手腕比赛的作文思路20**

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。

**掰手腕比赛的作文思路21**

今天，我们在教室里玩“掰手腕比赛”。

比赛分为两轮，男生一轮，女生一轮。两名男生，两名女生进行比赛，五局三胜。

第一轮是男生比赛，分别是我们班的高成浩宇和吴廷浩，他们都是重量级选手，比赛前，他们跃跃欲试，摩拳擦掌，已经迫不及待地来到比赛台上，气势汹汹，卷卷袖子，准备大干一场，一切准备工作做好后，赵老师说：“三、二、一开始。”

比赛刚开始他们非常淡定，时间一分一秒地过去了，吴廷浩渐渐招架不住了，而高成浩宇却神态淡定，轻松自如，吴廷浩咬牙切齿，眉头紧锁，双方目不转睛地盯着对手，最后，吴廷浩使出了浑身的力气，都没能打败高成浩宇，后四局也大败而归。

第二轮是女生之间的对决，赵老师派出史方芮和陈栩娜出站，开战了，她们俩的实力不分上下，啦啦队队员更是热情高涨，大喊：“加油，加油，加加油！”史方芮开始“攻击了”，凝神闭气，陈栩娜有些支撑不住了，双唇紧闭，在最后关头，陈栩娜发力了，我们看见陈栩娜有反转的机会，大声喊：“：加油！”。最后，她还是没能战胜史方芮。

通过这个游戏让我知道了一个人不仅要有强壮的身体，而且遇事要冷静。

**掰手腕比赛的作文思路22**

今天，段老师带领我们举行了一场精彩的掰手腕比赛。

老师先把“擂台”摆好，并宣布了规则：一、不能用另一只手帮忙；二、身体不能按触到桌子；三、不能抬肘。一切准备就绪，同学们无比期待地等待比赛开始。

比赛终于开始了。首先上场的是我和杨国瑞。我们先握了握手，再摆好姿势准备开战。我的心情非常紧张，我的怀里就像有一只兔子在疯狂地跳来跳去。随着老师一声令下：“开始！”我和杨国瑞同时发力，但杨国瑞的力气比我大，我只觉得一股巨大的力量向我的手心冲击而来，我使出了吃奶的力气，想把那股力量压下去，但是很难，我的手慢慢被压下去了。眼看就要被压在桌面上了，我无可奈何地闭上了眼睛，不忍心看他被打败的样子。就这样，连一分钟都不到，我就输了。杨国瑞的脸上露出了胜利的微笑，而我，沮丧极了。第二轮也是这样，一分钟不到，我又输了，杨国瑞赢了。我非常的不服，心里暗暗地想着：回家要多练练手劲，下次一定要把杨国瑞打得落花流水。

今天的掰手腕比赛真是气死我了！竟然连输两场给杨国瑞。回去后我要苦练“神功”，下次一定要把他打得跪地求挠！

**掰手腕比赛的作文思路23**

今天，我们在教室里举行了掰手腕比赛。

我们男生的心情非常激动，情绪高涨到了极点，似乎瞬间就要爆发出来。女孩子们都好像若无其事似的，照样做着她们的事情，因为这种比赛是男生的天下。

可说到分组的时候，女生们抢着说我要跟谁一组，不要跟谁一组，个个像一只只母老虎似的，吼声震天动地，因为大家都知道谁的实力强，谁的实力弱。老师好不容易把全班十二个人分成了两组，女生们有的唉声叹气，好像今天运气特别不好一样；有的脸上笑咪咪的，到处跟其他人炫耀，好像吃了蜜糖似的；还有的开心到了极点，好像恨不得站在桌上，向天上大叫一声：“啊！”

到了比赛的准备时刻，选手们有的磨拳擦掌，紧张得好像要晕倒似的；有的在做准备运动，一会儿蹲马步，一会儿做压腿；还有的好像胸有成竹，高枕无忧似的，自若镇定地坐在椅子上，其实他们心里也是在做着斗争的。

终于，第一次比赛开始了。选手们把双手放在桌子上，之后，两位选手把自己和对方的手合在一起，握成球状。“开始！”只听芦老师一声令下，选手们的脸都憋得通红，像一个个红彤彤的大苹果，他们的眼睛紧紧地盯着对方，目光像一把利剑，生怕一不留神就输掉了。

后场的“啦啦队”有的在拼命地喊着“加油！”；有的站在凳子上；还有的干脆站在了桌子上。

最后，第二组输了，第二组的人个个都咬牙切齿，非常不甘心，也非常生气。

我爱掰手腕。

**掰手腕比赛的作文思路24**

星期五的上午，我们班举办了一场让人拍手叫好的比赛——掰手腕。

比赛前，王老师把“擂台”摆好，宣布了比赛规则：参赛选手统一用右手比赛。比赛过程中，身体不能触碰到桌子，不能抬肘。谁先把对方的手腕压到桌子上，谁获胜。王老师话音刚落，教室里就沸腾了，许多大力士摩拳擦掌、跃跃欲试。

比赛在同学们的期盼中拉开帷幕。首先出场的是窦弋博和王烁淇同学。只见，身材魁梧的窦弋博昂首挺胸、威风凛凛地走了上去，神气十足，自认为胜利非他莫属。身单力薄的王烁淇也自信满满，大吼一声，满脸充满杀气地走到“擂台”前。他俩握了握手，把胳膊放在了桌子上，摆开了大战的阵势。王老师一声令下：“预备，开始！”只见双方选手的大拇指紧紧扣在一起，眼睛死死盯住对手，拼命将对方的手腕往下压。大约30秒后，窦弋博的脸涨的通红，手腕上的青筋暴出，好像他要把王烁淇的手碎一样。这边的王烁淇也是咬紧牙关，眉头紧锁，仿佛使出了吃奶的劲儿，顽强抵抗。他们俩就这样处于胶着状态，一时难分上下，比赛暂时陷入僵局。这时，旁边拉拉队再也坐不住了，围了上来，有的扯着嗓子大喊：“加油！加油啊！”，“用力！用力呀！”；有的握着拳头恨不得上去帮一把。就这样大约僵持了1分钟，只听，王烁淇突然大吼一声，使出九牛二虎之力开始了突然反击。此时，王烁淇眼睛瞪的圆圆的、牙齿咬的咯咯直响，脖子上的青筋清晰可见。窦弋博喘着粗气，手开始发抖，头埋的更深，嘴也抿得越来越频繁，似乎在做最后的挣扎。说时迟那时快，王烁淇猛的一发力，“啪”的一声响，比赛结果出来了。王老师宣布“王烁淇获胜！”。同学们向王烁淇伸出了大拇指，送去了祝贺的掌声。

接着，其他同学纷纷开始了比赛……一轮轮的比赛都总是那么激动人心，意犹未尽。

从这次比赛中，我明白了：“做任何事情不能只有蛮力，还要有信念和毅力。”

**掰手腕比赛的作文思路25**

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!

**掰手腕比赛的作文思路26**

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！

**掰手腕比赛的作文思路27**

我非常胖，妈妈总是想方设法让我减肥，这不，休息时，妈妈要求我与他比赛掰手腕。

“来就来吧！谁怕谁呢！”我知道妈妈是想让我挑战我的体力。

妈妈请来了德高望重的老爸做裁判！我想：这次的晚报作文正好是——掰手腕，这个题材可帮了我！我做完热身运动，就迎赛了！

随着裁判“3、2、1、开始！”，我与妈妈双方较量正式拉开了序幕，只见我们脸上都出现了用力的表情，我看到妈妈的脸憋得通红通红的，简直就像猪肝色，我虽然看不到自己的脸，想必也涨红的像猴子屁股一样。此时，我与妈妈交战持续了一分多钟，最终妈妈支持不住松了一下，我以微弱的优势，夺得了这场比赛的胜利。

“别高兴的太早了，要来三局才可分胜负呢！”平时一向老实本分的妈妈，如今也学会了耍赖皮呢！

爸爸笑着叫道：“开始了，3、2、1……！”

我憋住手中力气，用劲一掰，感觉妈妈的手腕微抖了一下，到底是女人，耐力不够，胜利在望了，可就在这一秒之内，妈妈竟突然来了个鲤鱼翻身，把我压下去了，正所谓骄兵必败呀！我愤愤不平地说：“老虎不发威，你当我是病猫！我们骑驴看唱片—— 走着瞧！来，再玩第三局！”

真正的决战回合来到了，爸爸非常正式地宣布：“各位来宾，振奋人心的时刻来到了，目前双方比分是1：1，儿子队与妈妈队的最后决战就在这局了，到底鹿死谁手呢！让我们拭目以待吧！3、2、1、开战！”

随着爸爸的话音刚落，我便先下手为强，全力进攻，我拿出了学校掰手腕霸主和不压倒对方誓不罢休的气势，向妈妈发起了总进攻，我几乎是用身体扑上去世，最终战胜了妈妈。

妈妈不甘心地说：“再来一局呀！”我说：“是你说三局两胜的，你又怎么能反悔呢！君子一言，驷马难追！”

“算你这小子聪明，好了，现在去把今天的事情写下来，名字叫做：掰手腕！哈哈……”

我恍然大悟地说：“妈妈你好阴啊！原来是逼我写作文啊！我晕……”

全家人都笑了起来，笑声布满了每个角落。

**掰手腕比赛的作文思路28**

今天，我们班里举行了一场有趣又激烈的掰手腕比赛。

本来，教室里是鸦雀无声的，直到老师宣布举行掰手腕比赛，教室里突然热闹起来。有的同学在为选手呐喊助威，有的同学在磨拳搽掌跃跃欲试。

随着裁判一声令下，一场激烈的龙争虎斗开始了。第一回合的两名猛将上场了，他们是：“破折号”和“鱼罐头”。他们俩属于力量型的选手，想必是一场全力以赴的龙争虎斗。他们俩都有绝招，“破折号”的绝招是千斤顶，“鱼罐头”的绝招是四两拨千斤。他们一坐下来，观众都感到他们的气场特别强。他们把手放在桌子上，比赛才刚拉开序幕，两个人就处于势均力敌的阶段。过了几十秒钟后，“鱼罐头”显得有些无力，“破折号”因此占了上风。

很快，比赛进入白热化阶段，“破折号”使出浑身解数，青筋爆出，却依然对“鱼罐头”挤眉弄眼的，似乎在说：“你太差劲了，根本打不过我的！”鱼罐头也不甘示弱，涨红了脸似乎在反驳说：“不到最后，还不知道谁胜谁负呢！”这时，场下的观众围着选手高喊：“加油！加油！加油！”全部的观众都扯开嗓门，为选手们加油鼓劲。

说时迟，那时快，比赛很快见分晓了。“破折号”渐渐显得有些回天无力，“鱼罐头”趁着这个机会，使出九牛二虎之力，猛地一攻，一下子反败为胜。

比赛很快结束了。如果这次掰手腕选手们没有全力以赴，那就会失败。通过这次比赛，我知道了要全力以赴才会成功。

**掰手腕比赛的作文思路29**

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。

**掰手腕比赛的作文思路30**

今天，我们班举行了一场盛大的掰手腕比赛。掰的时候胳膊肘不能离开桌子，屁股不能离开椅子。同学们特别高兴，因为他们都觉得自己可以胜利，很有信心。

轮到乔宇航和冯翔云比赛了。乔宇航先举起小指头指着对方，仿佛在说：“哈哈，我赢定了！”冯翔云一脸愤怒，立出了中指，说：“大个子也别骄傲，说不定你也不会赢的。”

“比赛开始！”老师一声令下，他们俩就开始了激烈的斗争。同学们从座位上跑到最前面，一点儿也不想错过这精彩的较量。乔宇航眼睛一直不停的眨，嘴巴张得老大，好像在用一种奇怪的战术让对方笑，这样对手就会因没有力气而失败；而冯翔云却一心一意地盯着自己的右手，绝不上当。过了一会，双方都把眼睛眯成了缝，嘴巴都要蹦到鼻子那儿了，仿佛把吃奶的力气都用上来了。同学们尖叫道：“加油！加油！”此时冯翔云加了一把劲，把乔宇航的手狠狠地按在桌子上。“太好了！赢了！”冯翔云高兴地喊着。

同学们的眼睛睁得像一颗颗圆圆的石头，似乎不敢相信小个子赢了大个子。乔宇航难过的走回了座位。

我真佩服冯翔云有这么大的力气和勇气！

**掰手腕比赛的作文思路31**

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！

**掰手腕比赛的作文思路32**

今天上午，体育老师告诉我们一个好消息，体育课要举行扳手腕比赛。教室里炸开了锅，我们欢呼雀跃。

好不容易熬到了体育课。老师把全班同学分为四队，排列在四面，从中挑出8名身强力壮的同学参加比赛。

一场激烈的比赛就要开始了，这场比赛是力量与毅力的较量，谁把对方的手扳倒在另一边，谁就赢了。8名同学个个摩拳擦掌，跃跃欲试。

经过前两轮的淘汰赛，我们班的张涛和刘畅这两位“大力士”闯入了决赛。同学们都拭目以待。

“预备，开始！”老师大喊一声，刘畅和张涛这两双大而有力的手就像两把虎钳子一样紧紧地“咬”在一起。很快，刘畅的脸涨得通红，仿佛是一个熟透了的红苹果。张涛也不甘示弱，头发都竖起来了，眼睛直瞪着对方，一副虎视眈眈的样子，好像一只凶猛的狮子来势汹汹。十秒、十五秒……两只有力的大手“咬”在一起，纹丝不动。这时，教室里响起了拉拉队员的喊声：“张涛加油！”“加油！刘畅！”这时，张涛和刘畅都受到了鼓舞，他们更带劲了。张涛使出了全身的力气把刘畅的手向下按。快了快了，眼看刘畅的手就要倒在课桌上了。教室里顿时鸦雀无声。大家都屏住呼吸，心都提到嗓子眼了。快了快了，空气仿佛都在刹那间凝固了。大家都在等待着奇迹的发生。就在这千钧一发的时刻，只见强壮的刘畅凭借全身的力量，一咬牙，一跺脚，只听“哎呀”一声，刘畅把张涛的手又扳回到了原位。同学们呐喊助威，呐喊声震耳欲聋。只见张涛同学手上青筋突起，牙齿“咯嘣咯嘣”响，给力再给力。刘畅同学的额头上的汗珠一滴一滴地从他的脸上流下来。一分钟、三分钟，突然张涛使出全身力气来了个猛虎下山，势不可当。只听“啪”的一声，刘畅的手被重重地扳倒了。“张涛获胜了！”全班同学欣喜若狂，为张涛送去了最热烈的掌声，也为刘畅送去了赞扬。

这场激烈的拔河比赛终于结束了。在这场比赛中让我收获最多的是：让我看到了同学们的坚强意志和勇于拼搏、积极向上的精神。

**掰手腕比赛的作文思路33**

“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！

**掰手腕比赛的作文思路34**

2月1日的作文课上，我和同学们进行了掰手腕比赛，同学们都努力赢过对方，比赛非常有意思！

我和郭晓芃一组掰手腕。第一局我们用左手，老师刚说：“预备”，我就感受到对手有一股“神力”，使我无法抵挡。第一局我最终失败了，我想可能是一位我缺少信心吧！第二局我们改用右手于是力大无比，没有多少人能胜我，老师一声令下，我不费吹灰之力就赢了，我们一比一战平，那高兴劲呀！可想而知了。我要拿下第三局！

最后一局定胜负，有了上一次经验，不管是左手还是右手我都有很大的把握。第三局用左手，用左手我可不占优势，但我一定要用力，我的脸憋得通红，我想努力再努力我一定能赢，手腕上真的很有劲了，我一扭手腕她就顺势靠在了桌子上，啊！我终于赢了，我以二比一战胜了对手，我太高兴了！

接下来是李婧夷和孙羽萌一组比赛，一上来李婧夷就使上全身力气打败了孙羽萌。第二局我们都希望孙羽萌赢，可没想到的是她再次失手，我们都为她感到遗憾。第三局比赛已经意义不大了，可是也得比呀，就在这时我看到李婧夷轻而易举地连赢三句，她太厉害了。

通过这次比赛我懂得了：坚持就是胜利。

**掰手腕比赛的作文思路35**

“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！

**掰手腕比赛的作文思路36**

“加油！加油！”我们班的呐喊声此起彼伏，一声高过一声，是什么事情令他们他们如此热闹呢？原来大家正在掰手腕。

游戏规则是：两人的手紧握，对等放在桌子上，然后谁的手先碰上到桌面谁就输。

首先，第一战是王浩和王宇进行pk。只见王浩喜上眉梢，、大摇大摆地上台了，王宇也是兴高采烈、欣喜若狂。比赛一开始，双方就进入了白热化阶段。只见王浩用力掰王宇的手，但王宇却不慌不忙，镇定自若。眼见王宇的手快要碰到桌子了，我们的心都提到了嗓子眼，但不可思议的是，王宇一下子就把王浩的手摁到了桌子上。“哇哦！这么厉害。”同学们都大吃一惊。我过去崇拜地问：“王宇，你是刚才是怎么做到的啊？”王宇淡定地说道：“掰手腕靠得不是蛮力，要知道，掰手腕靠得是腕力！”我恍然大悟，若有所思地点了点头。

第二场是我和王宇进行对战，来确定到底谁才是班里的“大力士。”我和王宇坐在比赛位置上，稍微有一些紧张，但脑海中回想着刚才王宇说的话。心里一直给自己打气：不用紧张，找准时机，你可以的！刚开始时，我并没有用全力，王宇快把我的手按到桌子上时，此时大家都在为他鼓掌喝彩。就在这时，我趁他得意之时，用腕力把他反杀了。“咦？哇！太厉害了吧！”大家一个个惊呼起来。

游戏结束后，同学们欢乐的声音飘啊飘，教室已成快乐的天堂，快乐就是这么简单。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找