# 掰腕子比赛作文(优选49篇)

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-01-17

*掰腕子比赛作文1今天我们在小桔灯举行了掰手腕比赛，参赛队员是决战队的龚垚光、于议童，王牌：钱鑫；霸气队成员是：张腾、王靖华；王牌：孙成坤。来到比赛专用场地，他们把身体上的所有筋骨都活动开了。第一场比赛是于议童和张腾比赛，他们把手握在一起，杨...*

**掰腕子比赛作文1**

今天我们在小桔灯举行了掰手腕比赛，参赛队员是决战队的龚垚光、于议童，王牌：钱鑫；霸气队成员是：张腾、王靖华；王牌：孙成坤。来到比赛专用场地，他们把身体上的所有筋骨都活动开了。

第一场比赛是于议童和张腾比赛，他们把手握在一起，杨桃老师把他们的手都放好以后，就说出了“开始”。于议童面带微笑，而张腾大汗淋漓，汗流夹背，最终于议童把张腾轻而易举地打败了。就像一个巨人，在追杀一只微不足道的蚂蚁，也许有人问了：“谁是巨人，谁是微不足道的蚂蚁呢？”，“当然是于议童是巨人，张腾是一只微不足道的蚂蚁，真是不自量力。

第二场比赛在开始之前，我们发生了一点儿小问题，我们在策划着该谁上去比赛，我们的脑子都快要乱成粥，无法决定之下，老师便随便抽了我和龚垚光比赛。我们坐在椅子上，很有自信心的样子，但是外表只是虚伪的，内心却是很紧张，充满了担忧。我们开始了真正的较量，我们把手握在了一起。比赛开始了，我和龚垚光僵持了一会儿，我把他按到了桌上，这一回合，龚垚光惨败，我赢了。

第三回合开始了，孙成坤面带微笑，钱鑫嘴里则含着一根棒棒糖，似乎在补充能量，比赛开始时，他们两个人僵持着，他们两个誓不两立，底下的观众热火朝天地为他们加油。孙成坤只差一点就把钱鑫给掰下了，但钱鑫就在那儿硬撑着，最终我们还是胜了。

只要有把握，一定会成功的！

**掰腕子比赛作文2**

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！

**掰腕子比赛作文3**

记得暑假的时候，妈妈给我报了课外补习班。我非常喜欢那里的学习氛围，老师上课很生动，跟我们互动性很强，尤其是上课时还会做一些小游戏，让我们更好的参与其中，以便课后能写出更生动的作文。

让我印象最深刻的就是那次掰手腕比赛了。那次的补习班就我一个女生，其他都是男生，老师看我是女生，就让我在旁边观察他们男生的激烈比赛。其中最引人注目的就是那位姓王的男同学，长得高高壮壮的，他一个人就掰赢了班里的其他男生，引得其他男生都称赞他是“大力士”。他听了得意极了，头抬得高高的，像只比赛获胜的大公鸡。

我看了以后觉得不服气，就对老师说：“老师，我也想去试一试”。老师看了我一下，迟疑了片刻，然后对我说：“行啊，试试就试试。”我觉得老师可能不大相信我会赢。我自己心里暗暗地为我加油鼓劲。

比赛开始了，我把全部的力量贯入右手中，用力往右掰手，想一举获胜。可对方也不是吃素的，也咬紧牙根，用力朝我方向掰，大家僵持着。这时班里其他男同学都在那边为我加油鼓励，我顿时觉得浑身充满了力量，于是我一发力终于把对手给掰了过去。我终于赢了，全班都在为我欢呼。

最后我赢得了比赛，也获得一个“女汉子”的称号。真希望这样的游戏以后能多开展几次。

**掰腕子比赛作文4**

“加油，加油”一阵阵排山倒海的声音从五丁班传来。原来是在进行掰手腕的活动呢！

老师宣布游戏规则：双方分别站在桌子两侧，将右胳膊放在桌一日上，左手背在腰间，其余身体部分不可碰到桌子。

首先第一组上去的是是王子鑫和曹笑傲，只见王子鑫脸上满满的笑容，大摇大摆地走上了讲台，丝毫没有把对手放在眼里。再扭头看曹笑傲，雄赳赳、气昂昂地走了上去，仿佛比赛已经结束，而他就是胜者。

首先要热身，王子鑫扭了扭脖子，转了转手腕。曹笑傲却只蹬了蹬腿，好像在说：对付你，没那么多必要！

“三、二、一、比赛开始！”看，他们两个胳膊一下子就抖动起来，王子鑫满脸通红，眼瞪的像乒乓球一般大小，鼻尖上渗出了一层细密的汗珠，再看看曹笑傲，身体发抖，腿站成了弓步，嘴用力抿着，生怕力气会从嘴里跑出来。这时，激动人心的一刻到了王子鑫的手向右侧倾斜——曹笑傲快赢了，就在这快要决一胜负的时候，王子鑫不知从哪里来的一股劲儿，又让比赛回到了刚开始时。

又是场持久战，仿佛他俩的力气双方已全部用光，手纹丝不动，看似水面十分平静，其实下面波涛汹涌。这一幕看的同学们恨不得一下子跑上去，让这场比赛马上结束，于是只能用声音发泄：“王子鑫，加油，王子鑫，加油！一阵阵排山倒海的声音从王子鑫拉拉队员喊出。“曹笑傲，加油！曹笑傲，加油！”呵，曹笑傲的拉拉队也丝毫不示弱，几个大胆的男生竟站到了椅子上，挥舞着双臂。看，那里的一堆人拿着两根笔，用来充当荧光棒，还有几个人，那着一张纸，上面写着王子鑫，必胜！或曹笑傲，必胜！

“嘭”一个声音从讲台上传来，原来胜败已现：曹笑傲的手紧紧握住王子鑫的手，将王子鑫的手死死摁在了桌子上，脸上透露出一丝笑容。

这一节课在欢乐声中度过了。

**掰腕子比赛作文5**

盼星星盼月亮，我们终于盼来了星期五下午的第三节课。因为这节课张老师要带我们到操场去玩“掰手腕”游戏。我们别提有多兴奋、多激动了！

到了操场，老师拿出提前准备好的一张桌子、两把椅子。接着老师问：“谁要出战？”我充满信心的站了出来。老师又问我：“你要挑战谁？”我大胆地说了出来：“就是你——张老师！”全班同学听了，一片“哗然”，大家都议论着，因为我提出的挑战对象是张老师，有点不可思议。有些同学关切地说：“伏一鹏个子这么小，力量这么小，会不会有事？”又有些同学说：“他怎么可能赢啊？太‘自信’了！”大家七嘴八舌地讨论了一会，直到张老师答应我的挑战，大家才停了下来。大家都迫切地想看一看我和张老师的“对战”。

班长做我们的裁判。我率先伸出胳膊，张老师也坐下伸出胳膊。他那张大手握住了我的小手。班长见我们准备就绪，问我们：“准备好了吗？”我们齐声回答：“准备好了！”班长又说：“预备——”我们便握紧了对方的手。班长又说：“开始！”我和张老师听到号令，就掰了起来。我们僵持了一会儿，谁也不让谁。我发现张老师开始用力了。我也赶紧“发功”，为了能让自己气势上更占优势，我大叫了一声：“啊——”我的小脸憋得通红，我感觉都要着火一般。可看看对面的张老师，他淡定许多，面不改色。最后，尽管我使出了吃奶的力气，却还是败在张老师的手下。自知不是张老师的对视，我灰溜溜地退了回去，脸上一阵阵发热，也不知道是热的，还是臊的。

正当同学们在感叹张老师掰手腕厉害时，忽然有一位又高又壮的同学——小宇，站了出来，也要挑战涨老师了。这下，我们全班沸腾了。这次我自告奋勇来当他俩的裁判：“各就各位——预备——开始！”比赛一开始，小宇领先张老师许多。小宇领先的场面僵持了一会儿，张老师拼劲全力，极力想追回战况，可是只挽回了一点局面。最终，小宇“火力全开”，赢下了与张老师的这场比赛。见同学赢了比赛，我们操场上又沸腾了起来。这场比赛真是太精彩了！

**掰腕子比赛作文6**

一下课，操场就热闹起来，老师说：“同学们，我们来玩儿掰手腕吧。”

首先，老师要挑选两位同学参加，我们都把手举得高高的，没想到老师选了我和常家铭，我高兴极了，心想：可以大显身手了。

开赛前，我和对手一会儿转转脖子，一会儿活动活动手腕，我在心里暗暗给自己鼓劲：“一定要赢对方！”

比赛马上开始了，看着对手长得身强力壮的，我心里不免有些紧张，自己会不会赢呢？不管了，只管拼了就好。我和常家铭面对面坐着，都伸出自己的右手，我们紧扣在一起，其他同学们都围拢过来，里三层外三层的挤满了人，有的小声猜测着谁会赢得这场比赛，

老师一声令下，我和常家铭的力气都集中在了右手，脸涨得通红，眉毛拧成了一团，两人僵持10多秒钟后，突然，我一下子把他的手压在了桌子上，啊！第一局我赢了！心里顿时豪气十足！

常家铭不服气地说：“臭小子，你给我等着，下局我一定会赢的！第二局开始了，他使出了全部力气，我也不服输，眼看他就要赢了，我使出了九牛二虎之力，最终，拼命赢了这场比赛。观众们掌声如雷，我的心里更是乐开了花！

通过这次比赛，我更加自信了。因为我每天都在锻炼哑铃，我认为自己是一个有力量的人。我相信付出必定不会白费，努力发挥潜能，一定会获得成功！

**掰腕子比赛作文7**

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！

**掰腕子比赛作文8**

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。

**掰腕子比赛作文9**

我要和妈妈进行掰手腕比赛，客厅里热闹起来。爸爸当裁判，弟弟、外公外婆组成了啦啦队。

第一回合。我双手十指交叉紧扣，伸长手臂，来了个180。旋转，活络活络了筋骨。比赛开始了，我和妈妈的手握到了一起。看着妈妈轻松愉快的表情，我开始紧张起来，用力握紧了妈妈的手。哨声一响，我们就激烈地比拼起来。“加油，加油——”客厅里沸腾了。我士气高涨，准备一鼓作气，打败“对手”。谁知“一山更比一山高”，妈妈猛一用力，以绝对优势把我的手腕压倒在桌面上。

我垂头丧气，小脸憋得通红，气呼呼地大声说道：“再来！”第二回合开始了。我胸有成竹，用力握住了妈妈的手。哨声再次响起。我死死地盯着妈妈的手腕，眼里燃烧起熊熊的火焰。势均力敌，双方僵持起来。我心想：这次一定要打败她。于是，我铆足了劲，咬紧牙关，拼命地坚持，用力的胳臂都在颤抖。终于，妈妈在我的进攻下败下阵来。顿时，我心花怒放，喜笑颜开，还抱着弟弟转了几个圈。

“第三回合，吡——”爸爸发出了指令。我还沉浸在胜利的喜悦中，妈妈已全力以赴。我刚想使劲，妈妈就一招制敌，快速地把我的手腕压倒在桌面上。我小脸涨得通红，还没回过神，比赛就结束了。爸爸大声宣布：“妈妈获胜！”

虽然比赛结束了，但赛场上的一幕幕一直印在我的脑海里。我暗自告诫自己：胜不骄败不馁，坚持锻炼，为下一次比赛做好准备！

**掰腕子比赛作文10**

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！

**掰腕子比赛作文11**

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。

**掰腕子比赛作文12**

今天,我们班举行了一场别开生面的掰手腕比赛。

下午作文课的上课铃一响，只见节老师走向讲台，在黑板上写下五个大字“掰手腕比赛”，我们便高兴地欢呼起来。这时只听节老师问：“谁想上来挑战？”只见孟升亚把手举得高高的，于是节老师就请他走上了讲台。然后孟升亚提出想和林钧浩挑战，林钧浩就毫不畏惧的大步走上了讲台。

“预备——”还没等节老师说完，两人的双手就已经握在了一起。“开始！”这时，只听节老师一声令下，比赛就正式开始了。

同学们都在为他们呐喊加油，有的同学甚至站在桌子、椅子上喊加油，也有的同学情不自禁地用文具盒敲着桌子为他俩助威。由于双方势均力敌，暂时陷入了僵局。大约僵持了半分钟，双方的脸都憋得通红，只见他们咬紧牙关，全神贯注于手，眼睛瞪得大大的，就象斗牛场上的斗牛一样，谁也不服输。过了一会儿，孟升亚占了上风，但林钧浩也不甘示弱，渐渐地，林钧浩又掰了回来，但是，最后还是孟升亚战胜了林钧浩。之后，其他同学又进行了几场比赛，激烈的掰手腕比赛就在同学们的欢乐声中结束了。

我感觉孟升亚胜利的原因可能是他的力气大。但是，我认为林钧浩也有战胜孟升亚的可能性，因为他如果能抓住孟升亚的弱点，沉着应战，再坚持一会儿，照样可以以弱胜强。曹操不是也打败了袁绍了吗？在日常生活中，我们遇事是不是也要多动脑筋呀？

**掰腕子比赛作文13**

一阵惊喜的欢呼，一次投入的对视，一声拼搏的吼叫……这就是令我难忘的掰手腕游戏。

老师先请了两位旗鼓相当的选手：小天和小宇比赛。只见小天把手“啪”的一声放在桌上，摆出一副胜券在握的架势；而小宇也不甘示弱，他活动了一下手臂，嘎吱一响，好像钢铁侠穿上了他的神奇机械臂，要全力以赴地比赛。他们都准备好了，比赛正式开始：只见他们两个全神贯注，实力不相上下。而台下也随着比赛的开始，爆发出了雷鸣般的呼喊，有的给小天鼓劲，有的给小宇打气。慢慢的，小宇快要坚持不住了，小天开始得意起来，然而，小宇突然青筋暴起，猛地一发力，把小天紧紧压着他的手掰了回去，小天马上再次发力，又把小宇的手掰过去了一些。就在他们胜负难分的时刻，老师宣布时间到，同学们都争先恐后地往前凑，想知道谁胜谁负。看着这两头“老虎”的“战果”，我们都激动不已。原来，他们打平了。

接下来，轮到我和同桌一起比赛了。同桌先使劲发力，想一举把我压下去，然而，在他发力的时候，我在暗地里憋了一股劲儿，在他得意的时候突然发力，把他紧紧地压在了下面。“耶！我赢了！”我高兴得像考到了100分一样激动。

今天，我度过了美妙而又难忘的一天，手腕掰赢的刺激感在心头弥久不散。

**掰腕子比赛作文14**

一场激烈的斗争开始了，我和一位同学掰手腕。所有人都在一旁观战，都用眼睛死死地盯住我们的手腕，生怕一眨眼漏了最精彩的一刻。

我的大拇指和其它四指隔开，握住对方的手。随着评委的一声令下，我使出了一身的三分之一的力气。我的手有一些微微颤抖，她也一样。

比赛越来越激烈，手抖得越来越厉害，可能是用力过度吧。她的脸上露出了紧张，嘴巴张得大大的，仿佛要把你吃了，眼睛上耸。这种表情真有点吓人，似乎也在帮忙用力。我也不甘落后，咬紧牙关，皱起了眉头，用力掰。

比赛持续了许久，我俩依然不分上下，僵持在那里。在那一刻，她居然做了一个笑脸，我有些控不住，气就懈了。她猛的一下子用力，我还缓过神来就被她掰了过去。我真是欲哭无泪，早知道就不笑了。

我为她的妙招无比佩服，愿赌服输，没什么大事。因为友谊第一，比赛第二，才是最重要的。

**掰腕子比赛作文15**

体育课上，老师说：“今天我们要举办掰手腕比赛。”同学们听后，有的欢呼雀跃，有的兴奋不已，还有的手舞足蹈。比赛还没开始场面就已经十分热闹。

壮壮和丁丁来到讲台上，双眼紧紧地盯着对方摩拳擦掌，都不想输掉这场比赛。壮壮看着丁丁自言自语地说：“你这么瘦哪能是我的对手？”丁丁一挑眉毛，轻轻一笑，也没把壮壮放在眼里。

只听老师一声令下，比赛开始了。他们的右手紧紧地握着对方，一开始两人的表情都很轻松，在两人的博弈中，壮壮用力过大，憋得脸通红通红的\'，连鼻头也都是红色的，就像安上了小丑的红鼻头一样感觉很滑稽，牙齿紧闭发出“咯吱咯吱”的声音。而此时的丁丁眉毛拧在一起成了倒八字，眼睛瞪的圆鼓鼓，就像小金鱼的眼睛一眨不眨，紧闭的嘴巴也抿成了一条线，时不时发出“咿呀咿呀”的声音。

这时丁丁快没力气了，他灵机一动想到了一个好办法。他把力气减弱了，壮壮觉得自己要赢了，忽然丁丁就像充满了电一样猛地把壮壮的手腕压了下去。

现场一片欢呼，都给丁丁热烈般的掌声。这可真是一场既有趣又激烈的比赛啊！

**掰腕子比赛作文16**

每个星期，我们都要度过一段快乐的时光，这都源于我们的作文课，因为在这里每次都有新花样。

这不，上节课，老师说：“咱们一会儿要举行一场掰手腕比赛，大家都要积极参与哦。”下课后，同学们纷纷操练了起来。我找马羽凡练习，可每次都是大力士马羽凡赢，我灰心地想：“这次比赛肯定是马羽凡赢。”

上课了，比赛要开始了，同学们都跃跃欲试。老师给我们分组，我心里忐忑不安，祈祷着千万不要把我和马羽凡分到一组，不然我就输定了。

第一局，是郝澍和马羽凡的淘汰赛。比赛十分激烈，双方势均力敌，主要是耐力的比拼，谁的耐力好，谁就会胜出。令人想不到的是，每局都赢的马羽凡居然输给了被我们称为“小豆芽”的郝澍！马羽凡垂头丧气地败下阵来。

接下来是我和白景轩的比赛，我不费吹灰之力就战胜了他。

最后一场是争夺冠军的决赛。我和郝澍先做好了热身活动，然后我们把手紧紧地握起来，只听老师说：“三，二，一，开始！”我和郝澍使出全身力气，拼命地发力，可谁也奈何不了谁。比赛大概僵持了两分钟，只听郝澍大喊一声，猛地把我的手压了下去。我输了，心里很惊讶，没想到郝澍这么瘦小，力量却这么强大，真是人不可貌相啊！

比赛虽然很短暂，但让我难以忘怀。

**掰腕子比赛作文17**

今天老师宣布：“现在举行掰手腕活动！”同学们高兴得一蹦三丈高。

比赛开始了，吴泽翔pk陈智涵。比赛方法：三局两胜。第一局战斗开始。陈智涵趁吴泽翔还没准备好，来了个泰山压顶。陈智涵赢了！吴泽翔火冒三丈，没想到陈智涵准备得那么快，输得太冤。第二局比赛开战，陈智涵对吴泽翔说：“你不是我的对手，快认输吧！”吴泽翔两眼喷火，使出吃奶的劲终于打败了陈智涵。

第三局是决定胜负的一局，也是最紧张的一局。陈智涵又是一个先发制人，吴泽翔也不赖，他早有准备，使出九牛二虎之力，顿时陈智涵脸色通红，泽翔脸色发青。他们的手在中间你掰过来，我掰过去，谁也不让谁。一旁的啦啦队也没闲着，拼命呐喊着：“加油！”双方的筋都暴出来。终于，陈智涵渐占上风。我双眼紧闭着，紧张得不得了。双方僵持了十几分钟，陈智涵终于在体力上占上风，赢了，吴泽翔垂头丧气地败下阵来 。

通过这一次活动让我明白了：“坚持就是胜利。”

**掰腕子比赛作文18**

“耶！加油啊！”教室里，大家齐声欢呼。我还以为发生了什么大事情呢！原来我们班要举行一次掰手腕比赛呀！

老师宣布了比赛规则和注意事项，同学们都跃跃欲试，都想成为“大力士”呢！

首先进行选拔赛，老师把全班分成两组，每组选出一个“大力士”来进行总决赛。经过重重选拔，我们组选出来的是李大虎，而他们组选出来的是大胖子李明。瘦小的李大虎与强壮的李明会揭开怎样的比赛呢？

比赛为一局定胜负来进行，李大虎和李明做着比赛前的准备活动。比赛开始了，李明气场十足地走到挑战台，还不时翻个白眼给我们看，这分明看不起我们，他充满自信地坐上了挑战台。随后，比赛开始了，他们左手放在桌子上，右手握住对方的手，沉着脸，等待着比赛开始。

“开始！”随着老师的一声口令，比赛开始了，周围的同学开始变得紧张，周围的同学开始大声喊起了抑扬顿挫的“加油！加油！”的加油声。我想：我们一定要在气势上打败他们。我开始大喊：“李大虎加油，李大虎必胜！”李大虎突然有了斗志，他开始发力了。李明看到了李大虎发力了，也开始发力了。他们两人的脸渐渐憋成了暗红色，双手发抖，脚不停地发抖，嘴唇都已经咬破了。到后来，李明突然有一些的放松，李大虎乘势追击，果断出击，把李明给战胜了。我们组沸腾起来，李大虎从紧张的心情到十分放松。而李明那组脸刷地红了下来。我们把李大虎围得团团转。

最后，老师给李大虎颁发“大力士”奖章，全场都为他喝彩！

**掰腕子比赛作文19**

“加油！加油！耶！赢啦……”一阵热烈的欢呼声传入我的耳边。咦！今天的五（3）班怎么这么吵？哦！原来我们的居老师在组织同学们举行“扳手腕大赛”。

第一轮是女生组之间的对决。女生们依次抽出了自己的序号。先是1～10号，身为6号的我，一直期待着我的对手。原来，是黄思莹呀！我心想：嘻嘻！她个头比我小，肯定赢不了我！我已经做好了充分的准备。居老师说：“1、2、3！开始”！我用出了自己的全部力气，可黄思莹却只使出一半的力气就把我打败了！唉，是我太轻敌了！时间已悄然流逝。转眼间，女生组的比赛，每一组都分出了胜负。居老师：“现在要吃饭了，在中午，我们再让这些赢的选手大显身手”。在吃饭时，我一直想着比赛，所以早早地就来到了教室，只见有一些小选手，已经开始了私下比拼，比赛正式开始了，在这一次比赛中，我们将请出我们的王牌——倪洁娅。她要和我们的任志冉比赛。在老师的一声令下，她们一边眼神注视着对方，一边用大臂的力量去压制对方，只见她们的力气不相上下，谁也不让谁。好奇的我们一直在旁边为她们加油，之前我们都认为胜负已分，肯定倪洁娅赢。但出乎意料的是，居然任志冉战胜了王牌。时间在欢乐中悄悄溜走，开心的时光勇士短暂的，现在，男女组已决出最后的赢家。

有的同学因这场比赛，伤了友谊，但我想对他们说“友谊第一，比赛第二。友谊是无价之宝，千万不要因为一场比赛，就这样因此变成陌生人。”

**掰腕子比赛作文20**

“号外、号外，五1班即将上演一场掰手腕大战，双方战队首发选手分别是力大无穷的巾帼女英雄小刘和小关公小陆，大家拭目以待！”班长在教室里宣布着这个令人振奋的消息。

仔细一听，我才发现其中的蹊跷：女生和男生比，不公平吧。班长似乎看出我的心思，笑着说：“没错，大家没听错，是男女比赛哦。”

比赛激将开始。双方选手正在紧锣密鼓地热身中。小刘甩甩胳膊，伸伸腿。小陆扭扭脖子，转转腰。坐定后，双方都把利剑般的目光投向对方，仿佛在向对方宣战：你肯定是我的手下败将。随着老师一声令下，比赛正式开始。起初，双方沉着应战，两只握在一起的手没有什么动静。过了一会儿，这两只手开始歪斜，仔细一看，哟，小刘略胜一筹。再看小陆，他紧咬牙关，脸涨得通红，活像一个大苹果，胳膊已经有点瑟瑟发抖，手臂上青筋暴起，看来力气所剩不多。五秒钟后，就听“哐当”一声，小陆那结实的胳膊已经被小刘扳倒在桌面上。那场面，惨不忍睹。

嘿，果真是女汉子，小刘这“巾帼女英雄”的称号果真名副其实！

**掰腕子比赛作文21**

今天又开始活动课了，“掰手腕”比赛。要知道掰手腕可是项体力活，所以一定会精彩。

比赛从小组先开始，我不费吹灰之力就赢下了组员，其它小组也很快完成。在小组赛中获胜的人两两pk，然后再获胜的人进入决赛。

复寒第一场是我和宁梓皓对决，我们准备就绪。

一开始，各自都用尽全力，不相上下，在那儿僵持着。就像两头在打架的公牛一样，谁都不服输，慢慢的我的力气消耗殆尽了，我松了一下我紧绷的手臂，我这一松，宁梓皓瞬间发力，我的手臂立即倾倒了，我就这样输了这场复赛。

第二场复赛由枢潮和宗霖比赛，不用比胜负就很明显了，因为他俩不是一个重量级的，结果毫无悬念，和想的一样，宗霖赢了。

巅峰的决赛开始了，宁梓皓和李宗霖的终极之战一触即发。双方选手跃跃欲试，比赛开始，两只“铁钳”紧紧地握着，就像长在了一起一样，宁梓皓的手背青筋暴起，上嘴唇紧紧咬着下嘴唇，脸上的皮肤都绷了起来。眉头紧皱，眼睛一会儿眯着，一会儿瞪着，看起来用了全身力气，两只手一会儿左偏一下，一会儿又右偏一下，僵持很久。可长得大就是长得大，力气也大，宁梓皓顽强拼搏之后，终究不敌人高马大的宗霖，颤抖的手慢慢地滑向了桌面，不甘心地败下阵来。

但是我很佩服宁梓皓，他不怕比自己强大的人，而且还能坚持那么久，真得很厉害。

**掰腕子比赛作文22**

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。

**掰腕子比赛作文23**

今天下午的活动课上，黄老师和周老师在教室里开始了一场掰手腕比赛。为什么？这是因为黄老师想丰富我们的课余生活。我们班所有的学生都在看他们周围的乐趣。

比赛即将开始，黄老师摩拳擦掌，仿佛在想：我一定不能输给我的学生！周按着手指，仿佛在想：我一定要为同学争光，不能输给老师！“一、二、三开始！”在裁判的命令下，比赛开始了。黄老师和班上最强壮的学生周握着手。黄先生皱起眉头，闭上眼睛，咧嘴一笑，竭力挣脱；周歪着头，脸胀得通红，脸上的肌肉似乎也皱在了一起，似乎带出了护理的力量。只听见同学们叫“黄老师加油！”，曾经叫“周同学必胜！”不时从黄老师和周的嘴里蹦出“啊”“儿”。这时黄老师喊了一声“嘿”，周老师的小手被黄老师的大“五指山”压在下面。“耶！我赢了一个！”黄老师高兴地哭了。

周撅着嘴不服气地说：“再来一个！”但是第二轮，黄老师赢了。

第三轮快到了，周把手指按得格格作响。第三轮开始了！啊呀，一声“周，加油”就能把房顶撑破。周低下头，咧嘴一笑。砰的一声，黄老师的大手被周的小五指山压倒了。“耶！”周抬起手，做了个“v”形。黄老师叹了口气。

然而黄老师还是2: 1击败了周老师。轮到周垂下头了。黄老师大叫：“我赢了，我赢了！\_这场掰手腕比赛真的很有意思！

**掰腕子比赛作文24**

今天，我们在教室举行了一场掰手腕的游戏。同学们都不想跟比自己力气大的比，似乎不愿意比赛。说到选人的时候，大家都不愿意举手，因为不想和王梦琪掰手腕因为他是最胖的同学。

游戏规则是：找一组同学，每组两人比赛，先把对方的手掰平者获胜，除了右手，其他部位不可以动，否则就是犯规。

三！二！一！游戏开始了，老师说：谁要掰手腕啊？现在大家都想参加，我们就黑白配，我们分出了两组，吕子言说：我要战胜你！王建宇也不甘示弱，想要打败吕子言。老师规定三局两胜。比赛开始了，王建宇的小脸红的像苹果一样，同样的，吕子言也是咬紧牙关。第一轮吕子言赢了，而且很快又赢了第二局。因为规则，所以第三局就没有必要进行了。

从这个游戏中让我学会了，输赢是游戏的一个结果而已，友谊才是长存的，我们要以友谊第一，比赛第二为中心。

**掰腕子比赛作文25**

五年级的有一节语文课，我们的语文老师让我们写关于比赛的作文。

老师让我们写掰手腕，老师让井然和一个我忘了名字的人比赛。这场比赛用了很长时间才分出胜负。李老师是裁判，李老师一说：“开始！”全班有的跑到井然后面为他：“加油！”还有的跑到那个人后面为他：“加油”。井然和那个人面红耳赤，尤其是井然。

到最后才分出胜负，我们全都觉得这场比赛很激烈。胜利者是：井然和那个人，因为打平了。

李老师让井然和那个人说说刚才比赛时心里怎么想的。井然说：“我觉得叉叉叉的力气太大了。”那个人说：“我想让我的手放松一下等我的手被扳倒在桌子上时在用力，反败为胜。”井然又说：“就我这只手快没力气了，多么想用另一只手来帮忙呀！”

这场比赛真激烈！

**掰腕子比赛作文26**

这天晚上，我们家别出心裁地举行了一场有意思的掰手腕比赛，参赛人员如下：我，爸爸，妈妈，哥哥以及胖小弟。我们还进行了猜拳，最后结果是我、哥哥和妈妈一组，为蓝方；弟弟和爸爸一组，为红方。

首先，第一轮比赛开始了，哥哥主动请缨要来挑战一下爸爸的权威。“哈哈，你小子也敢和我比，知道我年轻时候被人叫做什么吗？”“什么啊？”“掰手腕大王！”看来，爸爸也是信心十足。比赛正式开始了，哥哥亮出他有力的手臂来，爸爸也不甘示弱，两只手紧紧地握在了一起。

“预备——开始！”只听一声令响，哥哥率先发力，疯狂地扳动起爸爸的手掌来，哪知爸爸身经百战，临危不乱，十分悠闲地抵挡住了哥哥的猛烈进攻。第一回合两人势均力敌，分不出胜负。于是，狡猾的哥哥使用了第二招——河东狮吼。只见哥哥顾着腮帮子，两只眼睛瞪得滚圆滚圆的，一边卖力地使劲，一边扯着破嗓子吼着：“啊！啊——我要赢！”再看看爸爸，还是一脸镇静，丝毫没有受到影响。哥哥沉不住气了，用尽全身力气一叩，哪知道这一掰没把爸爸扳倒，反而把自己身体的重心给甩出去了。“第一局比赛，红方胜利！”

哎，我们这边折损了一位大将，形势不利啊！于是，我主动站出来挑战胖小弟，这小子呆头呆脑的，对付他还不是分分钟的事。于是，我伸出手来紧紧地握着他胖乎乎的小手，对他怒目而视。

“比赛开始！”妈妈发出号令，我猛地使力，试图秒杀小家伙，可是我失算了，小家伙的力气也不小，硬是把我的手掌弄得又酸又痛的，我快要坚持不住了，可是，这一局要是输了，我们蓝方可就没希望了，于是，我咬牙坚持着，感觉到腿肚子都在发颤。我们就这样僵持了很久，突然，我看到胖小弟放松了下来，于是，我趁火打劫，灌上全身力气一搏，哈哈，小家伙输了！

我为我方夺回一分。

哈哈，掰手腕大赛，真是既锻炼了我们的意志，又丰富了我们的毅力，何乐而不为呢？

**掰腕子比赛作文27**

今天，作文班的教室里举行了一场掰手腕的游戏，同学们听到这个消息后齐声尖叫。

老师说明游戏规则：分成两个队，一个叫大力士队，另一个叫领先队。比赛分为两次进行。第一次，各队抽选一个男生和女生进行比赛，胜利者加一分失败者为零分。第二次，各队抽选出一个女生和男生比赛，胜利者加一分，失败者为零分。最后，综合成绩，看哪个队获胜了。还有，比赛的时候，胳膊不能离开桌子。

老师讲完了游戏规则，游戏开始了。大力士队派出的一号选手上来的时候是满脸自信，耀武扬威，台下是雷鸣般的掌声。我们队派出的是一位女生，这位女生上来的时候是优雅美丽的，老师说3、2、1，就开始了。我们队员毫不留情直奔胜利，大力士队也不甘示弱，激烈的比赛开始了，我们队的队员趁他们队的队员不注意的时候，迅速把她的手按在桌子上。老师宣布：这一轮，领先队获胜，我们队高兴得一蹦三尺高。

第二轮开始了，我们队派出的二号选手上场了大力士队派出的二号选手也上场了，我们队的队员用眼睛死死地盯着他们队的队员，我从我们队队员的眼神中感觉到了胜利在望。果然，这一次还是我们胜利了，他们垂着头，慢慢地回到了座位上。这个游戏可真好玩！

游戏结束了，那掰手腕的场景像放电影一样在我的脑海中回放。

**掰腕子比赛作文28**

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！

**掰腕子比赛作文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。

**掰腕子比赛作文30**

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！

**掰腕子比赛作文31**

下午的语文课，班上准备举办一次掰手腕大赛。同学们都十分兴奋：有的同学不停地擦着眼睛，生怕看不清双方的一举一动；有的同学摩拳擦掌，想要立即上去与其他人一试高下。

一番周折，最终，由陆俊超与卞旭进行正式对决。

双方走上讲台，各自摆开了阵式。陆俊超一脸平静，嘴角微微扬起，看起来胸有成竹。而卞旭可能是因为激动的原因，老是在笑，下面的同学担心会影响他的发挥，不停地提醒他：“卞旭！别笑场！”

准备完毕，第一场比赛式开始。只听裁判一声令下：“开始！”双方都开始使出吃奶般的力气。本以为激动的心情会影响卞旭的发挥，但一开始，卞旭就占了上风。两人的手臂上已隐隐约约地出现了筋脉的轮廓。陆俊超紧闭嘴唇，脸上的肉随着身体抖动着，头上也出现了黄豆大的汗珠，眼睛瞪得大大的，一直盯着握得紧紧的手，好像在说：“我一定能成功！”脸也激动得通红，远看好似一个熟透了的大苹果，里面的果肉随时都要溢出来似的。

“加油！”为了能看清，观阵的同学不禁都站了起来，脚踮得高高的，脖子也伸得长长的，恨不得变成一只长颈鹿才好，生怕错过了哪个精彩的画面。班里的欢呼声和加油声更是震天动地，让人觉得隔着几公里也能听到这欢呼加油声。

我的目光又重新回到讲台上。随着两人的手逐渐靠近桌子，卞旭的脸上也慢慢地洋溢出胜利的笑容。陆俊超的手一碰到桌子，裁判宣布：“卞旭获胜！”同学们再次欢呼起来，欢呼比刚才的加油声还要响亮，真的是“震耳欲聋”。

稍作休息后，两人换左手进行第二场比赛。比赛一开始，陆俊超没费什么力，就“秒杀”了卞旭。大家还没反应过来，裁判就宣布：“陆俊超获胜！”大家是又惊奇又欢喜，原来陆俊超是个“左撇子”哩！

第三场比赛又换为右手进行对决。此时，两人都没有太多力气了，便都打算放手一搏。不知是因为他剩下的力气多，还是从对手那里学到了“秒杀”的门道。卞旭居然也“秒杀”了对方，让这场本以为的“持久战”瞬间变成了一场“闪电战”，卞旭以二比一的成绩“掰”过了陆俊超。

这场掰手腕大赛，真的是跌宕起伏，惊心动魄。比赛结束，大家意犹未尽，不愿散去。

**掰腕子比赛作文32**

下午，“叮叮叮”的上课铃响了起来。同学们都纷纷回到自己的座位上，等老师进来。

过了一小会儿，老师便面带笑容的走了进来：“今天，我们来玩个游戏吧！就玩掰腕……”老师还没说完，同学们便开始议论纷纷，直到老师轻声咳了一下，声音才停下来。

比赛开始了，大家开始找其对手来。我的对手是李亦旋。本想我会赢，但是她的力量也是比较大的，于是我们掰了好几个回合，我就气喘吁吁的说我输了。第二场比赛在喧闹声开始了，每个组都选了几个赢家。开始了！大家都屏住了呼吸，选手们都互不相让，脸都憋的通红，终于，结果出来了：女生第一是姜涵、第二是虢亦君，男生第一是岳子洋、第二是王俊杰。

放学了，下课铃响了起来，而同学们仍沉浸在掰手腕的乐趣中。

**掰腕子比赛作文33**

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。

**掰腕子比赛作文34**

“高涵加油!”“高尔浩加油!”一声声此起彼伏的声音在四年级五班响起，瞧!我们班的“大力士”们正在一决高下!

高涵pk高尔浩

两位小选手们坐在了比赛场地上正跃跃欲试呢，裁判员周老师发出口令后，同学们蜂拥而上，把高涵座位前后挤了个水泄不通，我居高临下地望着他们，他俩真是八仙过海----各显神通呢!看!好朋友高涵鼓起了腮帮子，一双圆圆的大眼睛瞪着高尔浩，仿佛要把他生吞了似的。而高尔浩呢?更是夸张，嘴巴里叽里呱啦不知在说什么，脸上的表情好像哑巴吃黄莲----有苦说不出，让围观的同学们捂着嘴偷笑着。当然啦，胜者就是我们的女汉子----高涵!

沈雪菲vs高宇

到了我们班最强女汉纸和最强男子汉的对决了，让我们看看他们的掰手腕大pk吧!沈雪菲和高宇第一轮比赛，高宇赢了，不过，他犯规了，胸脯不可以靠着桌子。接下去，开始了新一轮的比赛，沈雪菲手上一条条的青筋暴露了出来;高宇的脸涨得通红，犹如口中吞进了一串辣椒似的。这次，双方足足僵持了十分钟。眼见俩人不分伯仲，裁判员周老师宣布：“本次比赛结束，沈雪菲和高宇打成平局!”

这一次的掰手腕比赛在同学们的议论声中结束了，男子汉们要注意!现在的女汉子可不比你们少!

**掰腕子比赛作文35**

“加油，加油……”一阵激烈的呐喊声响起，原来，我们在举行掰手腕大赛。因为大家上课表现好，所以老师让我们举行掰手腕大赛。

老师先说了比赛规则，然后每组选一位同学参加比赛。我们组选了一个同学，他身材强壮，大步流星、自信满满地上台了。对手的身材小巧玲珑，但也是信心十足的样子。我们组的同学看了说：“哈哈，你们肯定赢不了我们。”对方组说：“那可不一定，你们别高兴的太早了！”

比赛开始了，只见我们组的选手满脸通红，眉毛缩成一团，眼睛都眯成了一条缝，嘴巴微微张开，一看就是使出了很大力气。结果，我们组的选手以迅雷不及掩耳之势赢了比赛，我们组的同学们都开心的蹦起来了！

第二轮比赛开始了，两组都选出了高大威猛的选手来参加比赛，不分胜负。经过了很长时间的比试，最后还是我们组赢了。

这真是一次难忘的比赛，同时也让我们懂得了一个道理，输赢不重要，友谊才是第一位。

**掰腕子比赛作文36**

星期二的上午，我们班举行了一场别开生面的掰手腕比赛。

这场比赛让班里所有的小朋友都高兴地手舞足蹈起来。有的同学跳起来欢呼，跳起了学校的广播操；有的同学拿起小红旗挥舞起来，像是一朵在风雨中疯狂摇摆的太阳花；还有的同学用手捂着脸，嘴巴咧的像一朵大嘴花。最后，老师选定了“机灵鬼”小明和班里最壮的“老牛”小方参加比赛。

比赛还没开始，小明和小方早已准备就绪。小明一脸自信，想：别看你长得壮实，我一定能打败你的。小方得意洋洋地想：就你这小瘦子，还想跟我比，做梦也别想赢！紧张的比赛即将开始，小明紧张地眉毛都快跳起来了，他一直在心里给自己加油打气。小方此时早已骄傲地尾巴都翘到天上去了。

“预备，开始！”小明和小方的手紧紧地握在一起。“加油！加油！”没想到小方力气比自己想的还要大，小明的眼珠都快从眼睛里跳出来，跑到小池塘里去了。他头上的汗水，就像断了线的雨珠一样往下滴去。小方也好不到哪去，他的嘴巴咧的像一艘在水中游动的大船。脸、鼻子全红了，像是一个要爆炸的红苹果，全身都在发抖。

两人难分上下，“机灵鬼”小明故意示弱，趁小方得意之时，以迅雷不及掩耳之势将小方的手按在了桌上。“小明赢啦！”班上的大个子大叫起来，同学们一起欢呼：“小明、小明、小明……”

**掰腕子比赛作文37**

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！

**掰腕子比赛作文38**

今天上体育课，我们班又掀起一场风波，有趣的扳手腕比赛。

第一局是我们班的王亚磊和王佳琪的比赛，裁判员胡兵龙对他们说，你们准备好啦吗？王佳琪和王亚磊说，准备好啦，于是裁判员胡兵龙一声令下，紧张得比赛开始啦。你看他们俩，都拼劲了全力，想把对方压倒，我们这一组的同学都喊着，王亚磊加油！王亚磊加油！，而另一组的\'同学也大声的喊着，王佳琪加油！王佳琪加油！。

王佳琪的力气较大些，只见他用足啦劲，把王亚磊的手压下去了一点，眼看王亚磊快要输啦！我们激动得叫起来，王亚磊加油！王亚磊加油！，王亚磊听到了我们的叫声，似乎又有了信心，只见王亚磊鼓足了劲，紧咬着嘴唇，头上的汗都沁了出来，猛地一用劲，一下子把王佳琪的手压倒啦，我们们大声叫！我们赢啦！我们赢啦！我们都为王亚磊高兴，为王佳琪惋惜。

**掰腕子比赛作文39**

今天，上语文课的时候，朱老师让我们玩掰手腕的游戏，这真是令人惊喜！我们高兴得一蹦三尺高！

朱老师分配了小组并宣布了具体的游戏规则：“每个人自行找一个人PK，单手右手比赛，比赛时手肘不可以离开桌面，最重要的一点——输了不能哭鼻子。”

游戏开始了，我和何俊泽比赛，我们比赛得特别激烈。何俊泽调整好坐姿，涨红了脸，用尽全身力气，可还是没有把我掰下去。旁边的人一个个“咬牙切齿”，生怕谁输了。朱柏萱在我旁边，一直为我加油打气，但也有不少捣蛋鬼在喊“漏油”。我眉头紧锁，使出浑身解数，也涨红了脸，就在千钧一发之际，我的手突然抽筋，没了力气，被掰了下去。何俊泽得意洋洋，比赛结束后还收获了“大力士”的美称。这可把我气坏了。可没想到，接下来还有一场“好戏”等着他。

就在何俊泽享受大家称赞的时候，朱老师突然说，他也要和何俊泽PK，这可把我们乐坏了。朱老师和何俊泽调整好姿势，其他人聚精会神地看着他们，我甚至屏住呼吸，连眼睛都不敢眨一下，生怕错过什么精彩的精彩。可没想到，不过几秒，朱老师就把何俊泽掰下去了，用朱老师自己的话说，他只用了三分之一的力气！看来“大力士”这个称号，还是非朱老师莫属呀！

游戏结束了，那激动人心的比赛场面，依然在我的脑海中久久地回荡。

**掰腕子比赛作文40**

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！

**掰腕子比赛作文41**

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！

**掰腕子比赛作文42**

今天，老师宣布：我们班要举行一场有趣的掰手腕比赛，大家听了都跃跃欲试，想一显神威。

我先找了马羽凡当对手训练，我们大约掰了半分钟，胜负就已见分晓，马羽凡力大如牛，我和他掰手腕，那简单是蚍蜉撼大树，可笑不自量。我暗自想，待会比赛时可千万不能和他做对手，不然我获胜的希望就会像肥皂泡一样破灭。

比赛正式开始了，老师让我们手心手背选择对手。我把眼睛闭上，心里默念：千万不要和小马同学做对手。可当我睁眼一看，我和小马同学出的都是手背。我失望极了，看来第一名要和我擦肩而过了。

淘汰赛上，我和小马同学紧紧握着对方的手，只见他怒目圆睁，好像要置我于死地。我也毫不示弱，使出九牛二虎之力去压他的手腕……时间一秒一秒地跳过，终于，我看到了他的一丝破绽——在他快要胜利的时候，露出一丝骄傲的喜悦，这时候我用力一掰，竟反败为胜，掰倒了他。我都不敢相信这是真的，真不知道刚才哪来的力量让我掰过他。就这样，两轮淘汰赛结束了。

接下来就是激动人心的时刻——冠军争夺赛。我和杨淼要一决高下。比赛开始了，所有人都在为我们加油，我深吸一口气，鼓起腮帮，憋足内力，牢牢地抓住他的手，我们僵持了大约两分钟，突然，我猛地一用力，胜利了！大家欢呼起来。

这场掰手腕比赛真是精彩，让我终生难忘。

**掰腕子比赛作文43**

最近一两天，不知怎么的，我们班掀起一阵“掰手腕”的浪潮，一到下课，那教室俨然成了“掰手腕”大赛的\'现场。

昨天下午第一节下了课，我率先向范文滔发起了挑战，通过“掰手腕”来一决胜负。

他欣然同意，我们都半蹲下来，手紧紧握在了一起，空气在一刹那间像是凝固了一般，气氛也变得紧张了起来，甚至有些诡异。

“三、二、一，开始！”随着裁判的一声令下，我全身的力量几乎都集中到了右手上，右手受力的影响，顿时变得白一块、红一块，青筋毕露，两只握着的手，左右轻微摆动着。场面进入了白热化。突然，他慢慢松懈了下来，好胜心强的我当然不会放过这次绝佳的机会，找准时机，持续发力，最后轻松获胜。得意！

我相继又向三四位同学发起了挑战。最后，不用说都是以完胜结束了比赛。屡战屡胜的我有些飘飘然了，把目光转移到了坐在我后面的杨子宸，我就不信，他那么瘦，能掰过我！我毫不犹豫向他递交了战书，没想到他竟爽快的答应了。

我抖了抖右手，甩了甩胳膊，一副势在必得的样子。同样，我们将手紧握在了一起，但从他的力度上来看，他的实力还算强劲。

比赛开始后，我占了绝对性的优势，不过两秒就把他的手腕压到了离桌子两三厘米处，但谁知正当我得意洋洋之际，他不知从哪来的力气，没等我反应过来，就逆转了局面，反败为胜。真不应该呀！

这次“掰手腕”的经历给了我一个启示：骄傲，是成功的绊脚石；而谦虚，则是成功的引路人！

**掰腕子比赛作文44**

在今天下午的活动课上，黄老师和周同学在教室里展开了一场掰手腕比赛。为什么？这是因为黄老师想丰富我们的课余生活。我们班的同学都围着他们看热闹。

比赛马上就要开始了，黄老师摩拳擦掌，像是在想：我一定不能输给自己的学生！周按着手指，像是在想：我一定要为同学们争光，不能输给老师！“一、二、三开始！”随着裁判一声令下，比赛开始了。黄老师的手和班上力气最大的周同学的手握在了一起。黄老师紧锁眉头，闭着双眼，咧着嘴，用尽全身的力气使劲掰；周歪着头，脸胀得通红，脸上的肌肉仿佛都皱到一起了，似乎连吃奶的劲都使了出来。只听见同学们一下叫“黄老师加油！”，一下叫“周同学必胜！”，还时不时从黄老师和周同学的嘴里蹦出几声“啊”“呃”。这时，黄老师“嘿”的一声大叫，周同学的小手就被黄老师的大“五指山”压在了底下。“耶！我赢了一把！”黄老师高兴地叫了起来。

周同学噘了噘嘴，不服气地说“再来一把！”可第二回合还是黄老师赢了。

马上就要进行第三回合了，周同学把手指按得“嘎嘎”直响。第三回合开始了！天哪，“周同学加油”的声音简直可以把房顶震破了。周同学低着头，咧着嘴，“咚”的一声，黄老师的大手被周同学的小“五指山”压倒了。“耶！” 周同学举着手做了个“V”字型。黄老师叹了口气。

不过黄老师还是以2：1胜了周同学。这下轮到周同学垂着头了。黄老师大叫：“我赢了，我赢了！！！”这次掰手腕比赛真有意思呀！

**掰腕子比赛作文45**

“加油！加油”这声音是从哪儿传来的，哈哈!你不知道吧，是我们班在举行一场别开生面的掰手腕游戏比赛，可好玩了。

在孔老师讲完比赛规则后，掰手腕游戏开始了，我们已经找好自己的对手，我和房欣冉是对手，我们在焦急等待着老师的命令。就在这时，老师问徐升：“此时，你有什么感受？”“我很紧张！”徐升说。废话这是比赛，谁会不紧张呢！这老师真是的，还不开始，总是吊我们的味口。我一直在提醒自己说：不要紧张，争取赢过房欣冉。“三二一，开始”老师一声令下，我咬紧牙关，屏住呼吸，使出了吃奶的劲，坚持了很长时间，终于把房欣冉的手臂给压到桌子上了，接着跟我比赛的是许薇，我想，连房欣冉都比不过我，她还能比得过我？果然不出我所料，最后，我真的又赢了许薇。

最有趣的还是赢过几个对手的方晨曦和吴语悦的比赛，当老师一声令下：“开始”。只见他们俩咬紧牙关，各得都使出吃奶的劲，他们俩的脸涨得通红。就在他们相持不下，谁也掰不倒谁的时候，“吴语悦加油……”的喊声给他增添了无穷的力量，慢慢地吴语悦把方晨曦的手掰倒了，吴语悦真的赢了，同学们异口同声地说：“吴语悦真了不起！”

这次掰手腕比赛，我赢了两个对手，我得到了这样一个启示：做任何事情都不能退缩，要树立信心，坚持到底，只有这样，才能胜利。

**掰腕子比赛作文46**

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！

**掰腕子比赛作文47**

“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。

**掰腕子比赛作文48**

在星期天的语文课上，老师让我们每组选一个人进行掰手腕比赛。究竟“大力士”的称号会花落谁家呢？请大家拭目以待吧。

经过每组的挑选，选出来朱子赫和郭子寅进行比赛。他们两位实力不相上下，朱子赫高大健壮，郭子寅虽然是位女生，但力气也不小。他们来到一张课桌前，老师说：“这次比赛，只能用右手，并且左手不能助手，如果右胳膊抬起来的话，就算犯规。好了，从现在开始，比赛正式开始！”

比赛一开始，朱子赫先占优势，可郭子寅也毫不松懈，又扳平了局势。可谁知道，他们二位太投入到这个比赛里了，右胳膊抬起来了，所以老师宣布：这次比赛不算，再来一次，谁再抬谁out！

接着是第二轮的比赛，二位“将军”都僵持不下，郭将军使劲地往左一扳，可惜没有成功。朱将军的左手情不自禁的辅助右手往左扳。这样一来，他又一次犯规了，老师哭笑不得的说：“朱子赫啊，你能不能不犯规了呀？你要不行，就换一位选手！”

然后，就是最后一轮了，他们两位吸取前两轮的经验，两人右手紧握，脸、手，不停地颤动着，脸涨得通红，就像两个熟透的桃子。果然，朱子赫把她的手一点一点的往下压，最后终于获胜。

经过激烈的斗争，朱子赫终于荣获“大力士”一称号。

**掰腕子比赛作文49**

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！

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！