# 生活万花筒掰手腕作文350字左右(推荐25篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2025-05-29

*生活万花筒掰手腕作文350字左右1我在学校参加过很多比赛，但给我印象最深的是掰手腕比赛。那是下课后。一开始只有我和李春丹。我们在同一张桌子上玩。她用左手，我用左手。游戏开始了。我一直很瘦，只花了一点力气和她一起画画。然后我一努力就打败了她。...*

**生活万花筒掰手腕作文350字左右1**

我在学校参加过很多比赛，但给我印象最深的是掰手腕比赛。

那是下课后。一开始只有我和李春丹。我们在同一张桌子上玩。她用左手，我用左手。游戏开始了。我一直很瘦，只花了一点力气和她一起画画。然后我一努力就打败了她。她很不服气，撅着嘴说：“再来一次。”我点头同意了。这次我一定要让她输。

游戏又开始了，这次我用右手，她也用右手。这次我握不住手了，她渐渐占了上风。就在我的手快要被她砸到桌子上的时候，我想通了：“她快把我砸到桌子上的时候，我一定是没力气了。到时候我再努力一次就能把失败变成胜利。”按照这个计划，我不但赢了，还让她输了！

然后，我和老师摔断了胳膊。我从没想过我会赢，但我真的赢了。真不敢相信。惊喜溢于言表。我成了掰手腕比赛的冠军，还得了一个值得省的小奖！其他同学不服气，想和我比，但都成了我的败类！

老师对我印象深刻，我很开心。从此以后，同学中没有人敢对我无礼，因为我会说：“有本事你跟我掰腕子。”

**生活万花筒掰手腕作文350字左右2**

生活是丰富多彩的，就如一个万花筒一般，有很多事情到现在仍记忆犹新，我就给大伙儿说说我生活上的事儿。记得在小的时候，我很多事都弄不明白，见抗日战争中有许多战士牺牲了，以为拍这一部片子要真的要有许多人被杀了，我把自己的想法告诉了周围的人，大家都哄堂大笑，于是很耐心地告诉了我这只是拍片子，并不是真的，我似懂非懂地说明白了。

生活是个万花筒，生活中有不少趣事儿，现在回忆起来，都会“扑哧”一声笑出声来。我再来说我学习的状况，通过我学习的状况，大家应该能猜出我现在生活的习惯吧。

大伙儿应该都知道我经常说错字，有时还会将一说成了二，闹出了让人啼笑皆非的事儿。这只是课堂上的习惯，不过要是说到这课堂上，我举手发言原先还是挺不错的，可是现在我不仅成绩不怎么样，，而且现在连唯一值得骄傲的资本都没了 现在老师对我的印象也逐日变差了，在老师眼里我一逐渐从以前的聪明的孩子变成了一个无一优点的差生了，就比如说我作业迟交，背书不过关，上课不认真听，走神……这些毛病总是我成绩上不去，我想上级，可总是想着玩，所以我考试时都尽了全力，仍无济于事，只能临时抱佛脚。

现在，我努力了，但那只是微乎其微，无论我怎样努力，但是那些知识总是左边耳朵进，右边耳朵出。生活就是个万花筒，包含着酸甜苦辣。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右3**

说起“扳手腕”，大家一定会觉得是男孩子相互较量的游戏，虽然我是个女孩儿，可我也爱玩扳手腕。

今天我的好朋友张凌薇来到我家玩，一进门她就骄傲地对我说：“你敢和我扳手腕吗？”薇薇个子小小的，一副弱不惊风的样子，而我平时和其他小朋友玩扳手腕时，几乎都是赢家，这次当然也不会输给薇薇。于是我信心满满地说：“来呀！谁怕谁。”

只见“薇薇”自信地伸出了右手，手肘撑在桌上，我也不输气势，伸出右手。我和“薇薇”的手紧紧地握上了，我们同时深吸了一口气，一齐喊着：“预备，开始。”我抓紧她的手往下压，明明我已经使出了九牛二虎之力，可她的手似乎一块巨石，一动不动。我抬头看了看她，她竟然还在微笑，这么耗费精力的比赛竟然还能轻松地微笑，这位对手太强大了。最后，我实在是精疲力尽了，一放松，她用尽吃奶的力气把我的手压在了桌子上。

我一边喘气一边说：“你你的力气可真大呀！”“薇薇”笑着说：“哈哈哈！我厉害吧，只要你再加把气，一定能超过我的。”这次我虽然输了，可输得心服口服了。我得好好练习扳手腕，争取下次再和薇薇切磋时能赢过她。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右4**

扳手腕可不光是个力气活，还是个技术活。正因如此，在我们班上，几乎没有一个女生扳手腕能比得过男生的，我当然也一样。但是这样也好，我们女生也就可以经常欣赏到男生之间的扳手腕的较量。

前几天，班上又有两位男同学开始扳手腕的较量了，受益的自然是我们女生啦，好处虽没有，但毕竟可以养眼嘛。于是我们女生很快分成两队，一边一队，自动当起了拉拉队，两方选手很快入场，看他们脸上那表情，正是在蓄力呢，看样子待会儿的比赛一定会十分精彩！

比赛正式开始，两方选手在椅子上就坐，刚刚坐下，立刻就开始了激烈的战斗。红方选手紧紧握住对方的手，憋足了劲，让对方动弹不得，可蓝方也不甘示弱，把脸憋得紫紫的，鼻梁、额头都溢出了细密的汗珠。很快他们的脸越憋越紫，但他们还是不肯松手，都想坚持到最后，场面就这样僵持了三分多钟，终于红方选手趁蓝方选手不注意的时候，猛地一下把蓝方选手的手给撂倒了。这场僵持了半天的比赛也终于结束了。红方选手凭借自己惊人的毅力和了不起的手腕，赢得了这场比赛的冠军。

看完这场比赛，我更加相信自己总结出来的扳手腕的技巧——扳手腕可不光是个力气活，还是个技术活。我还要加上一点，还要有持之以恒的信念！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右5**

今天，我们要在课堂上做一个游戏——掰手腕儿。

龚老师开始选人了，同学们都争先恐后的喊着：“选我！选我！”最终，龚老师选了瘦一点的安禹明和胖一点的吴鑫辉比赛。

他们俩各就各位，龚老师一声令下比赛开始了。吴鑫辉使劲抓住安禹明的手腕还没等他反应过来就把他的手腕掰倒了。龚老师宣布：“吴鑫辉获胜！”第一轮结束了。

接下来进行第二轮比赛了，老师让第一轮胜利者站在讲台上，又请于浩正和他比一轮，这两个人不论体型个头都是旗鼓相当。此时班级沸腾了，同学们都挤在讲桌前给它们加油呐喊，甚至有的同学站在了桌子上给它们加油。此时双方抓紧彼此的手腕正在僵持，吴鑫辉目不转睛的盯着对方好似在说：“我能赢第一轮，就能赢第二轮！”于浩正更不敢示弱，咬紧牙关，瞪大双眼使劲用力朝桌面方向压去，周围的同学们不断的给他俩加油，大概一分钟时间，这时只见吴鑫辉的胳膊有些松动，于浩正大喊一声，啪！于浩正胜喽！大家欢呼了起来。

一节精彩的课堂游戏在我们的欢呼声中结束了。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右6**

上课铃响了，叶老师一如既往地抱着一些练习册走进教室，大家有些疲倦地打开语文书，读书声懒懒散散，叶老师看看我们，一拍脑门儿，叫道：“我们玩掰手腕吧！”啊？我们不太相信自己的耳朵，呆在原地。

叶老师选了我同桌与另一位同学掰手腕，大家都找好座位，等待看“好戏”；我只好奇的驻足观望，只见同桌的手像铁箍般束缚住对方的手，不断地发力，对手也毫不示弱，拼命把同桌的手往下按；过了一会儿，同桌耐力较弱，手被对方压得很低，他头上汉如雨下，太阳穴处青筋暴跳，牙齿咬得紧紧的，恨恨地看着对手，又掰回了一点儿；而对手也不轻松：憋着气，脸颊气鼓鼓，红扑扑，像在和别人生气一样，脚不停的踢着，连眉毛都竖起来了。

又过了好长时间，同桌终于耐不住了，手被对手按在了桌上；一时，教室里静静地，过了一会儿，有的欢呼，有的叹气，有的不服气，还有的正生气呢……

**生活万花筒掰手腕作文350字左右7**

今天唐老师给我们举行了一场掰手腕大赛，我们被分成两组，我在A组。

比赛还未开始，我看着对手，双手托在胸前，思考了片刻，想出一个取胜的策略。比赛准备中，我小心翼翼地问：我们俩在比赛前可以比一次试试吗？他爽快地答应了我的请求，我在比赛时假装自己的力气很小，快速地输给了他，让他放松警惕。比赛正式开始，正当他得意洋洋觉得自己快要赢的时候，我一个用力，把对手直接秒杀。胜利的欢呼声和鼓掌声像脱缰的野马，疯狂的钻入了我的耳朵里，我高兴地从椅子上蹦了起来，像出笼的小鸟在教室里大声喊道：我赢了，我赢了！而我的对手皱着眉头，一脸疑惑，心里一定在想，我是怎么输的？明明快要赢了呀？

接着，我又以这种方法打败了两个选手，就在我得意洋洋，眉飞色舞地炫耀自己的胜利，觉得自己是掰手腕高手时。一个高大、威猛的对手坐在我的面前，我顿时像泄了气的皮球软了。比赛开始了，我使出了吃奶的劲儿，可是他的手还是纹丝不动，他的力气可真大呀！啊！我的手被他压稳稳的压在了桌子上。

虽然我输了，但是我还是很高兴。毕竟，我是三连冠呀！比赛就这样在欢乐的海洋中结束了！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右8**

生活就像一个万花筒，各色各样的人在其中上演着各种各样的事。

先说说学校吧。看，五（1）班教室里可真热闹：一群男生围在一齐玩卡片，一群女生七嘴八舌谈论着星期天的事。班干部正在催一些同学交作业。值日生在打扫教室。教室外，操场上可就更热闹了。一、二、三年级的，四、五、六年级的都活跃在操场上。低年级的同学在玩造房子，高年级的同学在打羽毛球。我们班的一些篮球迷在篮球场上进行激烈的篮球比赛，一些女生则在跳皮筋。

恰逢是墟日，喧闹的大街上，琳琅满目的商品让人应接不暇。大街上叫卖声，讨价还价声，汽车喇叭声此起彼伏，不时传入学校，好一派热闹繁忙的景象。

家里，奶奶在厨房煮饭、烧菜。爷爷在客厅看新闻。我在房间看着趣味的故事书。下班回来，劳累了一天的爸爸、妈妈坐在沙发上休息。

生活就像万花筒，每时每刻，每分每秒都在上演着精彩的剧目。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右9**

“加油！”“加油！”一声声助威声从教室里传出来。发生了什么事？我们一起去看一看。

课堂上，大卓老师说：“今天，我们来玩个小游戏吧——扳手腕。谁来？”我自告奋勇地上了吧。许多同学向我投来蔑视的眼光，他们议论纷纷：“一个女孩子参加？太自不量力了吧，不要一会儿输得掉眼泪”。也有一些女同学小声地说：“她可真勇敢！”

我和姚志顺一组，我俩坐在一起，我心中开始不平静了，心里七上八下的，十分紧张。我右手握着他的右手，只听老师一声令下“开始！”我便使了全身的劲。慢慢地慢慢地，姚志顺发力，我觉得自己快输了。不行啊，我用了洪荒之力，把手顶了回去。渐渐地，姚志顺开始没有力气了，我一发力，在电光火石间用泰山压顶之势把他给彻底打败了。许多人难以置信的瞪大了眼睛，就好像是做了一个梦。

第二个对手是个虎背熊腰的汉子。比赛开始了，虽然我使出了吃奶的劲，但对手的手腕纹丝不动。慢慢地慢慢地，我的力气开始衰竭，豆大的汗珠从我额头上落下，手开始发抖了，这样，对方轻易地就把我手腕压倒了。

虽然我败下阵来，但我却一点也不难过，因为我战胜了自己。一个游戏告诉了我，只要敢于挑战，敢于坚持，你就是赢家。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右10**

“加油！加油！加油！”“哈哈哈哈！”六年级（6）班传来了惊天地泣鬼神的笑声。怎么回事？哦！原来这里正在举办掰手腕大赛啊！

孙以喆对战钱政宇。比赛开始，两人使出浑身解数一时斗得难解难分。只见钱政宇脸上、膀子上、手腕上、手背上处处都是暴起的青筋，好像大树生在地上的树根。背上汗如雨下。孙以喆好一点，只是汗流浃背，但是牙咬得咯吱吱地响，好像在发内功呢。他们的手一会儿一起往左，一会儿又一起向右，而我们的心也像系在这双手上，上上下下、左左右右，一刻也停不下来。最终，孙以喆到底胖一些，体重优越性在僵持的最后阶段终于展露，孙以喆在最后关键时刻掰回去了一点，孙以喆赢了。

严思源对战童周。只见两只手紧紧地握在一起，要不是相持的力量让两只手不停地颤抖，别人还真以为他俩是摆POSS呢！女生的腕力果然不是徒有虚名，在最后时刻，两只手还是偏向了严思源，于是，严思源最终获得胜利。

胜败乃兵家常事，更何况还是一场游戏呢？友谊第一，比赛第二。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右11**

就在放假前班里兴起了一阵掰手腕”风波。

具体是怎么兴起”的，我不清楚但一次下课后去找同学聊天时就已经开始了。一位女同学拦着“路人”一起掰手腕，无成不胜。正在她得意时，又一位女同学走过来，第一局，这赢了她。她不服，于是又有了第二局、第三局，结果都败下阵来。哈哈，“打脸”来得正快。正所谓“‘正义’会迟到，却从不会缺序”啊！

后来，儿乎我每一次来，都有三四个女同学在一起掰手腕，也有像我这样吃瓜”的。

后来，男生也开始了“掰手腕”风夹。应该是从中间四排后面“兴起”的吧？开始也只是男生和男生排，女生和女生拜。后来，女生中有一“强手”与男生们掰了起来，没想到她竟大获全胜。正在准备下一场时，老师进来了。

说：“不能跟女生掰手腕…”男同学说：“老师，我们都掰不过她”老师接着说：“赢了不光彩，输了……”哈哈，真象了，达就像龟兔赛跑（这个比喻好像不太恰当），免赢了——应该——（mmm……；乌愿输了——正常，赢了——高手。害，男生果然是“男”生，太难了！

直到放假了，这“拜手搅风波”没有要停下来的意思。看来，“掰手腕”很受大家的欢迎啊！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右12**

今天，我在和小伙伴们玩游戏的时候，妹妹就跑了进来说要玩掰手腕，我和小伙伴们高兴极了，因为，我们以前和她玩掰手腕的时候我都输了，这次，我一定要决一死战。

我叫王轩轩当裁判，然后我们就剪刀石头布决定谁和妹妹来掰手腕，没想到我的对手是妹妹，更没想到我会赢了她。

比赛中我和妹妹紧张的握住手。这时候裁判喊了一声准备，开始！我就用了身上全部的力气来跟妹妹掰手腕，过了一会儿，我就感觉脸正在发烫，我的牙齿也咬得咯咯响，可是我只有一个信念：坚持就是胜利。我们俩一直在坚持着，直到妈妈叫我们回家吃饭 时，我的劲儿一下就来了，我一下子就把妹妹的手掰下去了，裁判叫道：这一轮杨舒婷获胜！妹妹很不高兴，因为她想：以前我都能把姐姐打败，为什么现在姐姐会打败我了呢？看妹妹不乐的在想啊想，我就说：妹妹，不是每个人玩游戏的时候都会得到第一名，如果我以后和再和你玩，说不定是我输呢！说完妹妹明白了道理，我们俩手拉着手快快乐乐的回家吃饭了。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右13**

今天在作文课上，我们玩了一个游戏——掰手腕。

一听到“掰手腕”这三个字，同学们惊讶得眼睛都要掉到地上了，作文课怎么还扳手腕呢！我心中暗暗叫苦：“哎，我最不擅长的游戏就是扳手腕了！”别看我长得这样壮，其实我手上没有一丝力量。但我转念一想，“万一对方比我还弱，我不就“逆袭”了吗？”

我怀着既激动又紧张的心情上场了，看着对面小许那又大又胖的手，我突然觉得自己必输无疑了！随着“裁判”的一声令下，我耳边不断地响着加油声，眼角边不停地有人把手举起，握成拳头在空中舞动着，脚边传来“咚咚”地跺地声，各种声音此起彼伏，别提多热闹了！

就在我和小许的手抓在一起的一瞬间，我的心都要跳出来了！我能感觉到她的手在不断地用力，她的眼睛死死地盯着我们握在一起的手，看那架势好像一只怒吼的狮子，要把我一口吞掉。见此情景，我也不甘示弱，几乎使出了吃奶的力气。时间一分一秒地过去了，我们双方都用尽了力气，使劲地往反方向用力。终于，“啪”的一声，比赛结束了……

壮如小牛的我竟然输给了一个女生，呜呜呜……

**生活万花筒掰手腕作文350字左右14**

星期天下午，张老师给我们来了一场掰手腕比赛，比赛前，老师把“擂台”摆好，宣布比赛规则;参赛选手统一用右手比赛，途中身体不能接触桌子，也不能离开桌子。谁把对方的手腕儿压到桌子上，谁都获胜。

先是两个女孩儿小红和小华上场了。老师一声令下，双方的手，右手大拇指紧紧地扣在了一起。双方眼睛死死地盯住对方，使出吃奶的劲儿，想把对方的手腕往下压，她们僵持很久，都分不出胜负，最后他们打了一个平手。

最后轮到我和小明出场。我们各自扣住对方的手腕，开始比赛了。我脸涨得通红，眉头紧锁，用比自己平时大五倍的力气把对方的手腕儿往下压。小明对我发起了顽强的抵抗，大约一分钟后，小明的力量渐渐的缩小，我知道他快坚持不住了，于是我拼命使出全身的力气，把他的手腕儿往下压，他的手腕儿被我被我按在桌子上。“耶，我获得了胜利。”

通过了这个比赛，让我知道了坚持不懈，不轻易放弃，就会有巨大的收获。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右15**

“加油，加油……”咦！这是哪里传来的声音？原来是成章作文班举行一次有趣的掰手腕比赛。

首先是我对战雷文博，结果我因为力气大赢得了比赛。接下来的是熊轶对战郑朱砚。两位都是实力派选手，个个虎背熊腰，肌肉发达。比赛开始啦，两位选手都使出全身的力气，毫不示弱，双方不分上下。你看熊轶，他把吃奶的劲都使出来，青筋暴出，满头大汗，整张脸通红。而郑朱砚，眼睛瞪得很大，咬牙切齿地似乎要把对手给吃下去。

比赛进入白热化阶段，突然郑朱砚的手用力按了下去，眼看熊轶的手就要被压下去了，但熊轶仍然咬牙切齿地坚持着。啊，你看，熊轶的手背，离桌子越来越近啦，三厘米、两厘米、一厘米，我们都以为熊一要输了。突然，只见熊轶猛地将手往上一翻，郑朱砚措不及防，输了比赛。原来熊轶耍了个心计，趁对方放松警惕，突然一个回马枪，赢得了比赛。

掰手腕，不仅要比力气大，而且，要比的是方法，哪怕对方力气比自己大，都有可能输。这就是扳手腕的技巧，你们一定要记住哦！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右16**

今天，老师想看看谁是大力士，就开了个“小小掰手腕”的活动。

老师请了五位算强壮的男同学。随着老师一声令下，①号和②号就紧紧地抓住了对方的手，生怕输给了对方似的，随后，他们死死地盯着对方。一、二、三，②号同学一下子就赢了，只见他高兴地脸上像绽放着一朵美丽的桃花似的。而①号呢？他只好垂头丧气地回到了座位。然后，③号和④号也昂首挺胸地走了过去，他们的脸上也充满了自信。“一、二、三，开始！”老师一声令下。话音未落，随着“啪”地一声，③号同学顺雷不及掩耳之势胜了！“哇！”同学们不约而同地叫了起来，有的甚至还拍起了手，真令人拍案叫绝呀！接着，⑤号和⑥号也陆续走上了讲台。开始！他俩紧紧握住了对方的手往下压，两只眼睛也死死地盯着对方，发射出“杀人”的目光。一秒，二秒······两个人的脸早已红得像个大苹果了，一颗颗晶莹的汗珠顺着脸颊往下淌。结果，两人打了个平手。

看来，掰手腕也不容易呀！光费力气，也许不会胜，只有用智慧，才能轻而易举地打败别人啊！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右17**

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。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右18**

“听我的，他会赢！”“不，他会赢！”班里闹成一团，原来是在挑扳手腕的参赛选手啊！这时，老师站出来说：“同学们，安静！现在由王梓旭和花炀进行男子扳手腕。同学们一阵欢呼。

比赛开始了！啦啦队在下面拼命叫喊，有些都恨不得要爬到桌子上，只见王梓旭恶狠狠地盯着花炀，仿佛在说：“我一定会把你打败的。”双方握紧了手，老师一声令下，便开始了，他们的脸都涨红了，花炀也使出了吃奶的劲儿，但不用5秒钟，花炀便倒在了王梓旭的脚下。

接下来是女子扳手腕，是我对戴煜涵。我想：你一定是我的手下败将的。

开始了，我握紧了“敌方”的手，她先占了优势，离胜利只差35度了！但我也不甘示弱，赶紧守住我的“35度城池，”再向她的领土进行攻击，“快了快了，”一位同学说，全场沸腾了。在离胜利只差15度的时候僵持住了，怎么扳也扳不下，最后我大获全胜，我高兴极了！

这次活动告诉我们，做什么事情都要坚持不懈，千万不能放弃！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右19**

今天，周老师给我们上了一堂有趣的活动课，那就是掰手腕啦！

初赛的时候老师先说清楚了规则：两两PK，胜利的一方进入决赛。接着老师把大家平均分成两组，男女各一组。大家顿时议论纷纷了起来，有的同学觉得很轻松，不就是掰手腕嘛，对方一定比自己弱。但是还有的同学觉得很紧张，很害怕自己输掉了比赛。经过一轮比拼，终于到了大家都期待的决赛。

决赛的时候，老师说这次的规则是三局两胜，刚才获胜的队伍一个一个PK，选出最终的胜利者。上场的同学没忍住被同学们逗笑了，一下没了力气。其他同学激动了起来，想获得第一名的奖励“五颗星”。教室里瞬间热闹非凡，那些选手因为太用力，脸上都变得红彤彤的。只见他们咬紧牙关毫不放松，两个手紧紧地握在一起，似乎要推倒一头大象。他们还认为自己的对手就像一只狮子一样凶猛，下面的观众兴致高涨，有的喊加油有的却在喊漏油！

我们班最终的胜利者是杨同学，我们觉得这节课真是作文课和体育课的结合呀，我太开心啦！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右20**

今天，谭老师举行了一场掰手腕比赛，老师的话音刚落，掰手腕高手们就跃跃欲试，准备在这场比赛中大显身手。

老师安排我和王璟琛进行第一场比赛。我大步流星地走到一张空桌子旁，做着热身运动，为比赛做准备。我的对手呢，神气十足地走到桌子旁，自认为冠军非他莫属。我们坐在椅子上，用手紧紧地握住对方的另一只手，我充满敌意地看了对方一眼，他也狠狠地瞪了我一眼。“三、二、一！开始！”老师一声令下，我们便掰了起来。只见他满脸通红，好像把所有的力气都用在了手上，可就是掰不倒我，我也使足了力气掰，也掰不倒他。时间一分一秒地流逝着，我和他就这样对峙着，过了一会儿，我一声怒吼，使劲向左一掰，把对方掰倒了。他像一头斗败了的公鸡，耷拉着脑袋，就这样，我顺利地进入第二局。

第二局，是我和王启隆对战。比赛开始了，我趁他不注意，用力一掰，就把他的手腕掰倒了。这时候的我，像一个打了胜仗的将军；而他呢，垂头丧气的。就这样比赛结束了，我轻而易举地夺得了冠军。

这真是一场激烈而又精彩的掰手腕比赛呀！我非常喜欢这场比赛！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右21**

今天，老师给我们班分成4个小组比赛掰手腕，然后从这6个当中各选1-2人进入决赛。

掰手腕开始了，于是我就VS周彬煌，一开始我就用尽全身的力量，想一下子拜倒他。可他虽然瘦瘦的，但力气却不小，眼看就要输，我没有放弃，断续用力反搏。我咬紧牙关，只感觉一滴滴小汗珠从我脸上流下来，我把他掰到死角，可他好像一点也不在意，我突然感到一股强大的力量。“啪”我输了。心想：我怎么会输呢？以前在班上我也是前几名啊，今天却败在他的手中，真是让人惭愧不已啊！（全段的心理活动，十分好，让读者身临其境）

到了总决赛了，进入总决赛的人一共有5个。首先张栩萌VS姜鹏程，我猜想姜鹏程赢定了，因为张栩萌只有70斤左右，而姜鹏程呢！120斤左右，只见，姜鹏程脸都红了，牙齿也紧紧咬住，想一下子掰倒对手，张栩萌也好像用尽全力两人的手都在不停颤动，台下叫声此起彼伏“加油——加油——加油！”最终打了个平手。

这真是一次有趣的掰手腕！

**生活万花筒掰手腕作文350字左右22**

愉快的掰手腕开始了，我们兴奋地凑到了一起，我们先选出了两名力大无比的队员小方和小赵，两位膘肥体壮，势在必得！裁判注视着两方：“3，2，1开始。”

激烈的比赛开始了，我们只见小方开始发力，眼睛和眉毛凝成了一团，鼻子上方挤成了一个“川”字。牙齿使劲地咬着，好像牙齿都快破了。

对方小赵，手上的脉搏都清晰可见，小赵的脚都在用力，他把鼻子都耸起来了。他们俩都把全身的力气用在了左手上，那一缕缕暴起的青筋仿佛诉说着他们的不轻言放弃。

在这时，我的手也是如此，就像十根木头，我都可以弄断，我都在心里替他们暗暗发力。

突然小赵用力把小方的手以迅雷不及掩耳之势压了下去，天啊！小方也用力回了一点，可小赵就是不会善罢甘休，小赵的右手紧抓桌子，我仿佛看到桌子凹进了一块。这力用的好像和以前完全不一样，只是一个用力就把小方打败了。欢呼声响起，小赵胜利了。

这次掰手腕使我明白：人不能只看别人的表面，只有坚持和毅力才是王者。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右23**

今天，我们举行了一场游戏比赛，名字叫掰手腕。

比赛开始之前，我观察了一下我的对手。我的对手是岳静萱，实力相当的强。我想出了一个计策，一开始，我要哈哈大笑，她就会用力掰，当她掰到一半儿时，我收住气，用力一掰，我就赢了。我期待着我会赢。

实际情况并不是这样的。我按照我的计策一模一样地进行。她好像识破了我的策略，我们俩僵持着，她微微一笑，我就知道她不怀好意。我刚想反抗，“啪”的一下，我的手臂就乖乖地躺在了桌子上。

结果我输了。我知道我不管实施什么计策都赢不了她。因为我本就输在了力量上，所以我输也输的心甘情愿。

通过这次的掰手腕大赛，我明白了一个道理：人的力量是无限的，虽然弱但不一定输，虽然强但不一定赢。赢，要赢得光明正大；输，要输得彻彻底底、心服口服。也通过这件事情，我以后要多多锻炼，炼出一个结实的身体，当我炼好以后我要再跟岳静萱比一场，我就不相信，我炼成了一个结实的身体还能输给她。加油，只要不放弃就还有赢的希望。

**生活万花筒掰手腕作文350字左右24**

教室里挤满了人，“加油”的声音汇成一片，掰手腕拉开序幕，分别对阵戴和关浩成。

比赛开始了，两只胳膊放在桌子上。一开始两人势均力敌，但等到了白热化的阶段后，关浩成的脸越来越红，从红苹果变成了晶莹剔透的红宝石，头越来越低。他咬紧牙关，用一对玻璃珠盯着戴；戴也不甘示弱。他用一双深邃的眼睛盯着关浩成。戴的身体越来越像前面，似乎占据了绝对的优势。他像一头暴跳如雷的猛牛，鼓起了双颊。关浩成心里可能会判断：他的实力为什么这么大！我们一起为他们呐喊，教室里充满了兴奋。然后出现了戏剧性的一幕。戴文杰露出青筋，大拇指白，使劲按。关浩成的手被往下压了几厘米，我们的心被抬高到了极点。在这个紧要关头，关浩成用他的秘密“杀手”压了回去。戴文杰一定很恼火，他力气不够大。接下来，文和两个人搬桌子，现在都变成了乏味的掰手腕。时间仿佛凝固了，停滞了。就在他们渐渐消瘦的时候，他们的脸非常狰狞，可能上气不接下气，所以他们的脸特别红！

老师宣布比赛结束，势均力敌的两个人差点趴下。季美美和于佳程也举行了比赛。没想到，季美美赢了。

这次掰手腕让同学们感到很开心，久久不能自拔！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn