# 2025年胖的烦恼作文600字 胖的烦恼作文500字初一(4篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2025-07-16

*胖的烦恼作文600字 胖的烦恼作文500字初一一暑假里，我在大花时间的游泳，本该瘦下去的，可却肥了不少！那是被我妈养胖的，游泳耗体力，妈妈怕我累着，每天给我补猪肉、西瓜、牛肉、牛排……这就不说了，关键我爸也发了“善心”：给我吃甜甜的巧克力、...*

**胖的烦恼作文600字 胖的烦恼作文500字初一一**

暑假里，我在大花时间的游泳，本该瘦下去的，可却肥了不少！那是被我妈养胖的，游泳耗体力，妈妈怕我累着，每天给我补猪肉、西瓜、牛肉、牛排……这就不说了，关键我爸也发了“善心”：给我吃甜甜的巧克力、棒棒糖、棒冰等，谁知这一次就把我养成了“肥猪”。

开学后几天，应老师问我：“雨彤，我说你每天都在游泳，怎么反而胖了？”我脸一红，害臊的回答到：“因为我游完泳之后马上就大肆去吃甜食，而且是在晚上60天下来，每天都这样，所以胖了很多。”我说完，就赶紧跑了。

还有一次我要跳高，别人跳的那么高，那么好，而我胖企鹅跳起来就不那么容易了，我一跳一下摔在地上，疼得哭了起来。徐晗祯跑过来问我：“你还好吗？”我哭丧着脸说：“太胖了！”她就“咯咯”地笑了笑，我一害羞，跑了。

之后，其他小朋友也纷纷家来揭我的衣服，我的脸直发烫，肚子上全是肥肉，一点儿形象都没有。

到现在我全身上下都是肉，不步，不是肥肉，就像一只肥企鹅，宽松的衣服还好，紧身衣可就不好了，还没有了形象。

唉，真该减肥了！

**胖的烦恼作文600字 胖的烦恼作文500字初一二**

说起来也是烦人，刚刚10岁的我体重超过了100斤了，为这事我都哭过。

还是老妈有主意，给我定了个计划：早上起来跑步；吃饭不能吃太多肉；晚上还要做20个俯卧撑。

计划制定了就要实施，爸爸天天早上叫我起来跑步。开始几天我就气喘吁吁上气不接下气，不想跑了。老爸说：人总会有遇到困难，只要你战胜它，就相当于战胜了自己。

为了瘦下来，我忍。

吃饭的时候想到自己不能吃太多的肉，所以连肉馅的饺子都不敢碰，只能看着肥嘟嘟的肉饺子咽口水。

晚上在床上吭吭哈哈做了20个俯卧撑。嗬，还别说，过了一段时间，我的体重居然下降了8斤，真是太开心了。

几天前，奶奶来看我，一见面就开始唠叨：哎哟，看我孙子成啥样了，瘦的像个木棒。

早晨刚要去跑步，奶奶就拉着我：跑什么，胖怎么了？胖了是富态，你老表表弟想胖还胖不起来呢。

吃饭时奶奶一个劲儿往我碗里夹菜：快吃快吃，什么减肥，我像你这么大的时候，什么也吃不到，现在生活好了，可不能让我孙子受这罪。

晚上要做俯卧撑，奶奶就过来：哎哟，这是折腾啥呀？闪了腰怎么办？快停下。

老爸是个孝子，怕奶奶生气，也没了办法。

一个月下来，我的体重又上升。

哎，减肥实在太难！

**胖的烦恼作文600字 胖的烦恼作文500字初一三**

烦恼？我的烦恼不计其数，长的胖便是令我最烦恼的事了。

我捏了捏自己圆得像个球一样的脸蛋，皱着眉头，无精打采的。肉又多了，又胖了，这段时间又要和零食说拜拜了。

我胖嘟嘟的，平时很爱吃东西，体重正一点点的增加，从一个竹竿身材变成了一个名副其实的胖子。

胖，衣服买不着。就那今年寒假妈妈带我去买衣服做例子。一走到商场里，我便两眼放光，好多漂亮的衣服啊，我左看看，右看看，每一件都好喜欢。嘻嘻，那就把喜欢的都穿穿。我先试了一件白的呢大衣，本以为一定能穿上的，我却没想到扣子扣都扣不上。其他的衣服我也只能勉强穿上，但都感觉很紧。“又胖了，少吃点吧。”妈妈摇了摇头说。好吧，这个月，我恐怕是见不到点心了。

测体重已经成为我最怕的事了。“柏阳。”体育老师叫到了我的名字。“不想去呀！”我在心里大喊着，却只能站了起来，正想过去，却发现腿在发软，于是我又一屁股坐在了凳子上。见我这么久都不去，老师又扯高嗓门喊了一遍：“柏阳！”这下好了，班上好几个同学的目光一下聚集在了我身上，尤其是董晗钰，她不怀好意的朝我笑笑，我只好一点点迈着小碎步挪到体重秤上。体重数字不堪入目，我自己闭上了眼睛，画面太美，不敢看呀。最后还是小董悄悄告诉我的。

太胖，得有个挽救方法呀，那就是：少吃。

点心换成水果，零食统统没收，每当我喊饿时，脑里总幻想着妈妈会做什么好吃的，可厨房里没有任何香味出来。“啪”，一盘水果在我眼前出现了，什么，吃水果，妈妈笑笑说：“加油减肥！”啊？呜呜，要少吃了，对我来说简直是晴天霹雳啊，哦，no！

我吃了一点水果，但是肚子还在唱空城计。唉！为了减肥，我只能忍痛割爱，把自己的私藏零食也乖乖上交了。

每天当然还要坚持锻炼，跑步对于我这个胖子来说也是大难事。每当跑了一会儿，我便放慢脚步，大声喘着气，累得不行。但还是要咬紧牙关，继续奔跑，为了减肥，坚持住。

这就是我的烦恼，一个小胖墩的烦恼，目前，我减肥进行时。奔跑吧，胖子！甩掉脂肪，甩掉烦恼！

**胖的烦恼作文600字 胖的烦恼作文500字初一四**

“大胖子，大胖子……”从我的背后传来了一阵阵震耳欲聋的喊声，原来是我们班的儿个同学。他们也太不够意思了，明知道我不喜欢别人这样叫我的绰号，可是他们还这么叫。唉！真没办法，谁让咱这么胖呢！

小时候我长得很胖，爸爸和妈妈都夸我长得虎头虎脑，胖得可爱。那时我也觉得很牛，比其他的小朋友强壮多了，经常和他们玩摔跤，胖成了我战胜他们的优势。可是，谁知一胖不可收拾，我现在成了同学们眼中的大胖子，一些烦恼也随之而来了。

其实，我也不愿意胖，真想减肥，让自己变得帅气些。可是，我的体重还在不断增加，称一次重，就意味着一个破记录，烦恼死了。

胖人吃不饱，跑不快，害怕热。

俗话说“人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌”。可是每次吃饭，我家的两位“终极保姆”总唠叨个不停，老妈说：“少吃点，看你胖的，成什么样了，这样下去可不行！”话音还没落，老爸又开腔了：“阳阳，吃完出去走走，要多运动，否则会变得更胖的。”就这样，吵得我心烦意乱，差不多每顿都吃不饱。现在又要让我少吃，又要我多运动，我小的时候，怎么没人想到这些呢？如果他们以前有这么细心的话，我现在也不会变成大胖子。

体育课是同学们喜欢上的课，以前我也爱上体育课，现在最怕活动。跑，跑不快；跳，跳不高；和同学打篮球却摸不到球，经常惹得同学们哈哈大笑。唉！真是烦呀！真是郁闷呀！可也没办法，谁口卯自胖呢！

一年中，我最怕过夏天。特别是盛夏，热得我喘不过气来，一活动一身汗，产着不动，汗水也会浸透衣服，脱下衣服，还是个热呀’唉’这都是胖带给我的烦恼。

胖给我带来许多烦恼。现在，我正在寻找减肥的秘方，请同学们多指教，传授些减肥的“真经”吧，让我也成为一名快乐的男孩，把我从大胖子的人堆里拉出来。

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