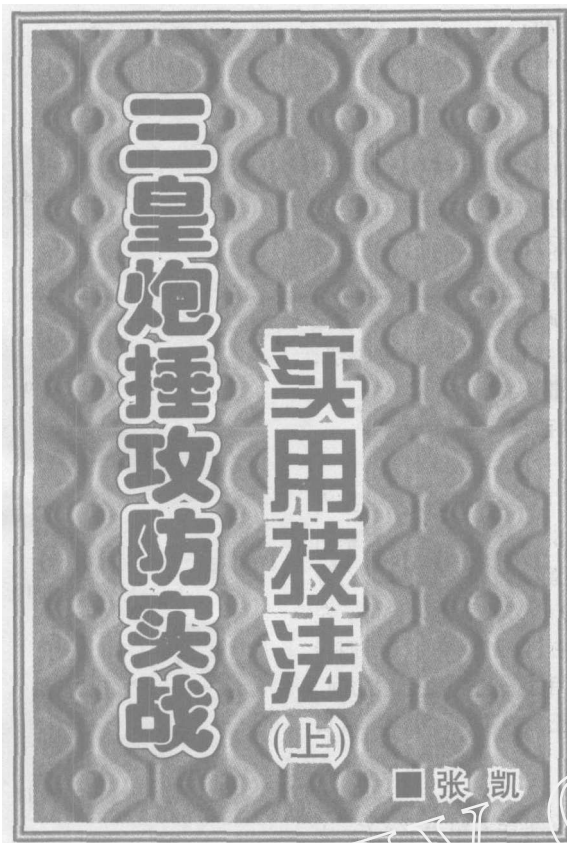




(一)单提掌放打

1、击面捶

甲右乙左，甲方向前迈右步，右手握拳直击乙方面部。左手掌附于左肋前，掌心朝右，目视击面拳。乙方右脚向体右侧上一步，两手握拳附于身体左右两侧，目视甲方击面拳(图1)。

2、上步拦截

接上动，乙方左脚向前上一步于甲方右脚外侧的同时，左拳变掌自体左侧向上拦截，将甲方击面拳挂开。右拳变掌附于右肋间，掌心朝里，目视甲方(图2)。

3、上步架手

接上动，乙方右脚向右侧上一步的同时，右手自右肋间向上架在甲方右手腕部。此时乙方两手同时架在甲方右手腕部外侧，做好进攻准备(图3)。

4、单搓掌放打

紧接上动，乙方迅速用左手将住甲方右手腕部并将其右臂伸直的同时，将右掌按蹙在甲方胸部。与右手蹙掌的同时，左脚向前上一步向前欺身发力，用单搓掌将

甲方打出，务使甲方全身向后摔跌(图4)。

技击要点解析：

单搓掌是炮捶拳夫子三拱手绝技的掌法之一。动作快速有力，速战速决，关键在于使用方法和时机。上步欺身是迫使甲方失去重心。炮捶拳在实际应用中，重在手法与步法，手法变化要快，搭手就捋，刁拿捋带是炮捶实战中的重要手法。步法要活，进步插裆抢占方位，迫使对方失去重心，处于被动地位。

(二)搂抱摔

1、身后搂腰

甲前乙后，乙方在甲方身后用两手抱住甲方腰部，紧紧搂住不放，目视甲方。甲方突然被乙方搂抱，左脚立即向前上一步稳住躯干，两手附于体前，右外左里。准备解脱之法，二目侧视乙方(图5)。

2、回手圈脖

接上动，甲方右手自体前向上绕过乙方头部，圈住乙方颈部的同时，将右手扣压在乙方左手上，紧紧扣住，使其不能逃脱，目视乙方。此时乙方已处于被动，目视甲方(图6)。

3、扭身摔

接上动，甲方右手圈脖后，立即向左转身，右脚随转身稍向左移动，使乙方上身自右向左猛转失去平衡和重心。只要甲方再稍用力，即可使乙方摔跌出去。此时乙方已完全失去一切反抗能力(图7)。

技击要点解析：

身后搂抱乙方，匪身求胜，甲方力求解脱属于摔法。身后匪身有几种方式，一是搂腰，二是圈臂(肘部以上)，三是圈小臂。但被围者解脱方法甚多。如身后搂腰，可用圈肘吊身转体而胜之。关键是一圈二吊(转身)三稍步。吊身转体是方法，移步是关键，力度是根本，没有力度赢不了人。身后圈臂(肘部以上)，被圈方可两手握拳同时外旋，与此同时，用两肘自前向后猛击圈臂者两肋。回击时一要猛，二要



快,在对方尚未圈实时最好。不等对方二次用力,我已完成反击,务使对方若不方松手即两肋受伤。如连小臂亦被圈住,被圈方右臂应迅速松肩沉肘,同时向右倾身,用右拳自前向后猛击对方裆部,右臂放松,击裆拳力度要大。同时,还可以手脚配合,右腿弯曲,用右脚跟自前向后擦击圈人者裆部,力点在脚跟。总之,被人从身后搂抱圈住的解脱方法很多,要因对方的实力,适应时机变化而用之,关键是反应、变化和反击的力度。反应要快,变化要多,力度要大。

(三)卸甲捶

1、击胸捶

甲右乙左,甲方向前上右步的同时,用右拳冲击乙方胸部。左手握拳于体左侧后方,目视击胸拳。乙方立即向前上右步于甲方右脚前的同时,用右小臂将甲方击胸拳压下,力点在右小臂里侧。左手握拳附于体左侧后方,目视甲方,观其变化(图8)。

2、挑掌

接上动,乙方用右小臂将甲方击胸拳压下后,立即用右拳自下向上反击甲方面部。目视击面拳。甲方迅速将右拳收至右肋间,拳心朝上。同时,左拳变掌右转身,左拳自下向上将乙方击面拳向外挂开,目视挑手掌(图9)。

3、反挑掌

接上动,乙方立即将右拳收至右肋间,拳心朝上。于收回右拳的同时,身体右转,左拳变掌,自体左侧后方随转体自下向上搭接在甲方左手腕部,目视反手挑掌(图10)。

4、挑手撤步

接上动,甲方右脚向后撤一步,目视乙方变化。乙方左脚向前上一步于甲方左脚里侧,跟步前进,目视甲方(图11)。

5、上步卸甲捶(击肩捶)

接上动,乙方反挑掌后,左手腕部内旋并抓住甲方左手腕部,将其左臂伸直。甲方左脚向后撤一步,乙方右脚向前跟进一步于甲方右脚里侧的同时,右拳自右肋间向前直击甲方左肩部位,力点在拳顶,目视击肩拳(图12)。

技击要点解析:

卸甲捶是连环击打之术,有拳法,有掌法,有步法,步法是重点。你打我压,你退我进,你挑我也挑,反手就是抓拿。抓拿中含有捋带冲拳。第五动只展现了刁手冲拳。如乙方腕部外旋,反手向上,就是反拳击腮。如乙方加上捋带,借甲方身向前倾之机,右臂前伸,右拳变掌,就会变成反手扒肘。武术实战变化无常,全在于反应、速度、技巧和力量。变化是枢纽,技巧要配合,力量是根本。

(四)反手击面捶

1、劈掌拿手

甲右乙左,甲方向前上右步,抡右掌劈砍乙方头部,力点在掌沿。左拳附于左肋间,拳心朝上,目视右劈掌。乙方也向前上右步于甲方右脚前的同时,左手自下向上拿住甲方劈头掌手心,四指拿手心,大指在手背。右掌附于右肋间,掌心朝上,目视拿手心(拿手心)(图13)。

2、双手扒肩

接上动,乙方左手拿甲方手心后,立即将甲方左手压下,两手向前扒在甲方右肩头,目视扒肩手。甲方迅速反应,右掌变拳,右臂手屈肘,用右小臂自外向里拐截乙方左扒肩肘部外侧的同时,左拳变掌,用左手抓住乙方右扒肩手腕部,目视乙方(图14)。

3、反手击面捶

接上动,乙方右扒肩手变拳前伸,用左拳击打甲方右腮,力点在拳背,目视反手击面捶(图15)。

技击要点解析:

反手击面捶既是拳法,又有擒拿。第一动乙方左手拿甲方手心,腕部外旋就是拿法的外翻筋,可使甲方小指朝天,肘部关节反转,右半身受制。第三动反手击面捶是拳法。如果右拳变掌,腕部内旋,就是扒肘切颈掌,左手上扬,右手向下切压,就可将甲方向左摔跌于地。总之,要拿打结合,手脚拳掌协调配合,才能形成统一完整的实战技击术。

(待续)

(责任编辑 乔汉)



图8



图9



图10



图11



图12



图13



图14



图15

END 结束

更多内容



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载



查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>