



中

张文广 主编



国



查



东教育出版社

拳



中国 查拳



张文广 主编

山东教育出版社

责任编辑：谢荣岱

封面设计：许锦集

中国查拳

(中)

张文广 主编

*

山东教育出版社出版

(济南经九路胜利大街)

*

山东省新华书店发行 山东新华印刷厂印刷

850×1168毫米32开本 7.125印张 5插页 159千字

1985年12月第1版 1985年12月第1次印刷

印数1—4,500

书号 7275·384 定价 1.55 元

目 录

五、滑拳基本套路.....	329
头路滑拳.....	329
二路滑拳.....	352
三路滑拳（甲）.....	375
三路滑拳（乙）.....	432
六、炮拳基本套路.....	464
三路炮拳.....	464
六路炮拳.....	489
九路炮拳.....	527

五、滑拳基本套路

头路滑拳

预备势

第一段

- (1) 对拳
- (2) 上步并拳
- (3) 抱拳
- (4) 左右绕臂冲拳
- (5) 左右亮掌
- (6) 穿掌拍击
- (7) 弓步劈掌
- (8) 仆步分掌
- (9) 并步托掌
- (10) 弓步挑掌
- (11) 弓步劈掌
- (12) 仆步分掌
- (13) 并步托掌
- (14) 弓步十字手
- (15) 转身弓步横掌
- (16) 弓步十字手

- (17) 转身弓步横掌

第二段

- (18) 绕臂劈掌
- (19) 挑掌弹腿
- (20) 挑掌弹腿
- (21) 挑掌弹腿
- (22) 跳步砸拳
- (23) 马步冲拳
- (24) 仆步穿掌
- (25) 弓步舞花手
- (26) 高虚步亮掌
- (27) 提膝勾手
- (28) 跳仆步按掌
- (29) 高虚步插掌
- (30) 拗弓步劈掌

第三段

- (31) 弓步劈掌
- (32) 并步十字手

- (33) 马步冲拳
- (34) 跳马步冲拳
- (35) 仆步穿掌
- (36) 提膝反勾手
- (37) 跳步撩掌
- (38) 反身劈掌
- (39) 跳步劈掌
- (40) 马步冲拳

第四段

- (41) 仆步穿掌
- (42) 提膝亮掌

- (43) 行步撩掌
- (44) 弓步挑掌
- (45) 转身亮掌
- (46) 转身劈掌
- (47) 并步摆掌
- (48) 踏仆步穿掌
- (49) 弓步撩勾
- (50) 虚步亮掌
- (51) 撤步按掌

收势

预 备 势

身体直立，两腿并拢，两脚尖外展，两臂自然下垂于体侧，眼向前看（图1）。

第 一 段

（1）对拳

两手由两侧弧形绕至腹前握拳，两拳向下，两拳之间约两拳距离，两臂弧形弯曲，胸微前倾，眼向左看（图2）。



图1

图2

（2）上步并拳

右脚蹬地，重心前移，左脚向前半步，右脚掌着地，脚跟提起；同时两拳变掌向左，右侧弧形分开，两臂斜下举，两手心向前，眼向左看（图3①）。右脚向左脚并步；同时两手握拳由两侧弧形向前并拳，两

臂伸直与肩平，两拳之间约两拳距离，拳心向下，眼向前看（图3②）。

（3）抱拳

身体姿势不变，两拳收于腰间，拳心向上，眼向前看（图4）。

（4）左右绕臂冲拳

身体姿势不变，右拳向后向左侧弧形缠绕一周，随即向右侧冲击，臂直与肩平，拳眼向上，眼看右拳（图5①）。左拳向后向左侧弧形缠绕一周，随即向左侧冲击，臂直与肩平，拳眼向上，眼看左拳（图5②）。



图3①

图3②

图4

图5①

图5②

（5）左右亮掌

站立姿势和右冲拳动作不变，左拳变掌，手指向上，手心向左斜前方，眼看左掌（图6①）。右拳变掌，手指向上，手心向右斜前方，眼看右掌（图6②）。

（6）穿掌拍击

右臂回屈，右掌置于右耳侧，手心向前，手指向内，眼看左掌（图7①）。右掌沿左臂下方向左侧穿举，臂直与肩平，手心向下，手指向左侧，左掌收于右臂内侧，手心向下，手指向里；同时身体左拧，眼看右掌（图7②）。身体右拧，右掌



图 6 ①



图 6 ②



图 7 ①

收于右耳侧，手心向前，手指向左侧，左掌向左侧穿举，臂直与肩平，手心向下，手指向左上，眼看左掌（图 7 ③）。身体左拧，右掌拍击左手背，眼看两手（图 7 ④）。身体右拧，右



图 7 ②



图 7 ③



图 7 ④

掌由左侧向上经过头顶向右侧弧形劈举，臂直与肩平，手指向上，手心向右斜前方，眼看右掌（图 7 ⑤）。

（7）踏弓步劈掌

以两脚掌为轴，身体左转，右脚掌着地，脚跟提起，眼看左侧（图 8 ①）。重心下降，左腿弯屈支持身体，右腿屈膝提起，眼看左侧方（图 8 ②）。右脚踏地，左腿迅速屈膝提起，右腿微屈支持身体，眼看左侧（图 8 ③）。左脚后退一步，脚尖着地，脚跟提起；同时左臂回屈，左掌举于胸前，手心向下，手指向右，眼看前方（图 8 ④）。身体左转，成右弓步；同时右掌由后向上经过头顶向前劈举，臂直与肩平，手指



图 7 ⑤

图 8 ①

图 8 ②

向上，手心向左前，左掌由胸部向前向下经过左跨外侧向左后弧形平举，臂直与肩平，手指向上，手心向左斜后方，眼看右掌（图 8 ⑤）。

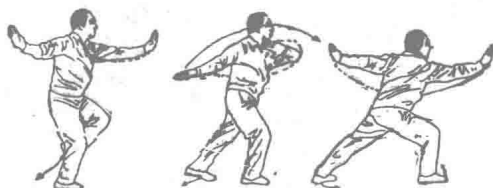


图 8 ③

图 8 ④

图 8 ⑤

（8）仆步分掌

左脚蹬地，身体左转，左脚屈膝侧弓，右腿伸直，同时两掌由两侧向下弧形交叉于腹前，右手向上，眼看前下方（图 9 ①）。重心微下降，左腿半蹲，右腿伸直；同时两掌由腹部交叉向上经过头顶向左右侧弧形分举，右臂斜下举，左臂斜上举，两手心向上，眼看右侧方（图 9 ②）。

（9）并步托掌

右脚蹬地，重心左移，右脚向左脚并步，身体直立；同时右臂内旋，右掌由右侧向下向左向上弧形绕转一周，右掌拇指侧靠近腹部，左掌由左向上经过头顶向右下弧形绕转一周，左

掌举于头上方，手心向前上，手指向右侧，眼看右侧（图10）。

（10）弓步挑掌

重心下降，左腿屈膝下蹲，右腿伸直；同时右掌沿右腿内侧向右下穿掌，手心向前，手指向右下，左掌左侧举，身体右侧倾，眼看右下方（图11①）。左脚蹬地，重心右移，成右弓步；同时右掌以拇指侧为力点由下向右上经过头顶弧形挑举于后上方，手指向后，左掌由左后向下向右弧形擦举，臂直与肩平，手指向前，眼看前方（图11②）。



图9①

图9②

图10

图11①

图11②

（11）弓步劈掌

右弓步姿势不变，左臂内旋，左掌由下收于胸前，手心向下，手指向后，眼看前方（图12①）。左掌向前、向下经过左胯外侧弧形绕举于左后侧，臂直与肩平，手心向下，手指向后，右掌由后向上经过头顶弧形向前劈举，臂直与肩平，手指向前，手心向斜下，眼看右掌（图12②）。

（12）仆步分掌

右脚蹬地，身体左转，左腿屈膝侧弓，右腿伸直；同时两掌由两侧向下弧形交叉于腹前，右手在上，眼看前下方（图13①）。重心微下降，左腿半蹲，右腿伸直；同时两掌由腹部交叉向上经过头顶向左右侧弧形分举，右臂斜下举，左臂斜上举，两手心向上，眼看右侧方（图13②）。

(13) 并步托掌

右脚蹬地，重心左移，右脚向左脚并步，身体直立；同时右臂内旋，右掌由右侧向下向左向上弧形绕转一周，右掌拇指侧靠近腹部，左掌由左向上经过头顶向右下弧形绕转一周，左掌举于头上方，手心向前上，手指向右侧，眼看右侧（图14）。

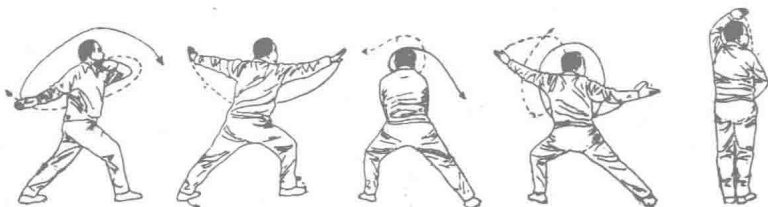


图12①

图12②

图13①

图13②

图14

(14) 弓步十字手

重心下降，两腿屈膝半蹲，身体微前倾；同时左掌落下，两掌交叉于胸前，手指向上，右掌在外，眼向前看（图15①）。右脚蹬地，左脚向前一步，左腿屈膝前弓；同时两掌向前向下架举，眼看前方（图15②）。右脚向前一步，右腿屈膝前弓，左腿伸直，左脚掌着地，脚跟提起；同时两掌向左右侧平举，两手指向两侧，手心向前下，眼看前方（图15③）。左脚向前一步，成左弓步；同时两掌由两侧向下向前弧形交叉抱举于胸前，右掌在里，两手指向上，眼看前方（图15④）。

(15) 转身弓步横掌

左脚蹬地，身体右转，成右仆步；同时右掌随转身向右下弧形抹举，手指向左，手心向下，左掌附于右臂内侧，身体右前倾，眼看右前下方（图16①）。左脚蹬地，重心前移，成右弓步；同时右掌弧形向右侧举，手心向右前方，手指向上，左掌附于右胸前，手指向上，手心向右，眼看右掌（图16②）。



图15①

图15②

图15③

图15④

图16①

弓步姿势不变，左掌向左侧横举，臂直与肩平，手指向上，手心向左前方，眼看左掌（图16③）。

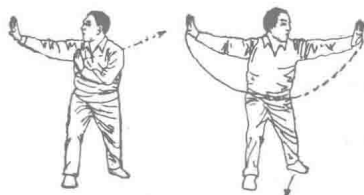


图16②

图16③

（16）弓步十字手

右脚蹬地，重心前移，左脚向左前一步，左腿屈膝前弓，同时两掌由两侧向下弧形向前交叉于腹前，两手心向内，右掌在外，眼看左前下方（图17①）。右脚蹬地，重心前移，右脚向左前方一步，成右弓步；同时两掌向前向上经过头顶向左右下方弧形分举，两手心向后，手指向下，眼看左前方（图17②）。右弓步姿势不变，两掌由两侧向前弧形交叉抱于胸前，左掌在里，两手指向上，眼看右前方（图17③）。

（17）转身弓步横掌

右脚蹬地，身体左转，成左仆步；同时左掌随转身向左下

弧形抹举，手指向右，手心向下，右掌附于左臂内侧，身体左前倾，眼看左前下方（图18①）。右脚蹬地，重心前移，成左



图17①



图17②



图17③



图18①

弓步；同时左掌弧形向左侧举，手心向左，掌弧形向左侧举，手心向左前方，手指向上，右掌附于左胸，手指向上，手心向右前方，眼看左掌（图18②）。右掌平形向右侧横举，臂直与肩平，手指向上，眼看右掌（图18③）。



图18②



图18③

第 二 段

（18）绕臂劈掌

右脚蹬地，重心前移，右脚向前半步，脚掌着地，脚跟提起；同时右臂内旋，右掌收于胸前，手心向下，手指向左，左掌手心向下，手指向左与肩平，眼看右侧方（图19①）。左脚蹬地，重心右移，身体右转，左脚掌着地，脚跟提起；同时右臂

由胸部向上向右下弧形绕举于身体右后方，手心向右，左臂外旋，左掌由左侧向上经过头顶弧形向右侧绕劈，手心向前，手指向上，眼看左掌（图19②）。左脚向前半步，脚掌着地，脚跟提起，两腿变屈，身体前倾；同时右掌由后向上经过头顶弧形向前下劈，手心向左，手指向下，左掌收回于右臂下侧，眼看前下方（图19③）。



图19①



图19②



图19③

（19）挑掌弹腿

左脚向前半步，身体直起；同时右掌由下向前上弧形挑起，臂伸直，手指向上，手心向左，左掌附于右胸处，手心向里，眼向前看（图20①）。右脚蹬地，重心前移，右腿屈膝提起，右小腿迅速向前弹踢，脚面绷平；同时右掌由上向后挑举，臂微屈，手指向上，左掌向下向前弧形挑举，臂伸直与肩平，手心向右，手指向前，眼看前方（图20②）。



图20①



图20②

(20) 挑掌弹腿

右脚向前落地，重心前移，左脚掌着地，脚跟提起，同时左臂弧形上举，手心向前，手指向后，右臂右后斜下举，眼看前方（图21①）。左脚掌蹬地，重心前移，左腿屈膝提起，随即左小腿迅速向前弹踢，脚面绷平；同时右掌由后向前挑举，臂伸直，手心向左，手指向前，左掌举于左后上方，手指向上，眼看前方（图21②）。

(21) 挑掌弹腿

左脚向前落地，重心前移，左腿屈膝前弓，右腿伸直，脚掌着地，脚跟微提起；同时右掌由前向上向后弧形挑举，手指向前上，手心向左，左掌由后向下斜举，手指向下，眼看前方（图22①）。右脚蹬地，重心前移，右腿屈膝提起，随即右小



图21①



图21②



图22①

腿迅速向前弹踢，脚面绷平；同时右掌由前上方经过头顶向后挑举，左掌由下向前弧形挑举，臂伸直与肩平，手指朝前，拇指侧朝上，眼看前方（图22②）。

(22) 跳步砸拳

右脚向前落地，右腿屈膝前弓，左腿屈，左脚掌着地，脚跟提起；同时左臂平屈，手心向下，手指向后，右臂微下落，眼向前看（图23①）。右脚蹬地，身体腾空，随即左右脚依次

向前跳进一步，两腿变屈；同时左掌向前向下弧形握拳抱于腰间，拳心向上，右掌握拳由后向上向前弧形砸击，右臂屈，拳心向上，眼向右侧（图23②）。



图22②



图23①



图23②

(23) 马步冲拳

左脚蹬地，重心右移，身体右转，左脚掌着地，脚跟提起；同时右臂向右侧上方内旋弧形架起，拳心向前，拳眼向下，眼看前方（图24①）。左脚向前一步，身体右转，成马步；同时左拳向前冲击，臂直与肩平，拳眼向上，眼看左前方（图24②）。

(24) 仆步穿掌

左脚跟落地，重心后移，身体左转，左脚退后一步，成右弓步；同时右拳变掌沿左臂内侧向前穿举，臂直与肩平，手指向上，手心向前，左拳变掌附于右臂内侧，眼看右掌（图25①）。身体左转侧倾，重心下降，成左仆步；同时左掌沿左腿内侧向左下穿举，手心向右，手指向前下，眼看左下方（图25②）。

(25) 弓步舞花手

右脚蹬地，重心左移，身体左转，成左弓步；同时左掌向前穿举，臂微屈，手指向上，右掌变勾手由后向下向前弧形擦举于左掌处，勾尖向下，眼看前方（图26①）。左弓步不变，

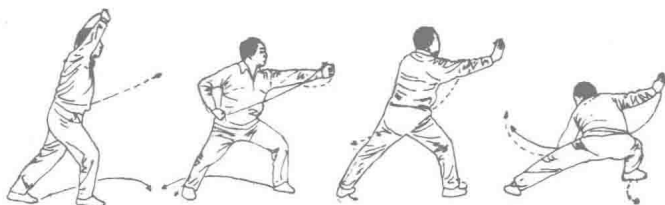


图24①

图24②

图25①

图25②

右勾手变掌，以两手腕为轴，两掌向左绕转一周，右手在上，眼看两掌（图26②）。以两手腕为轴，两掌向右绕转一周，眼看两掌（图26③）。

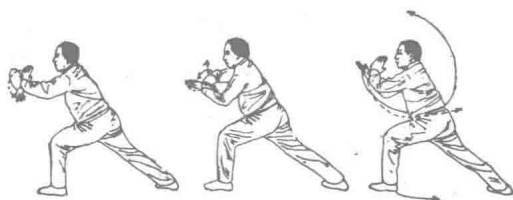


图26①

图26②

图26③

（26）高虚步亮掌

左脚蹬地，重心后移，左脚退后半步，成左高虚步；同时右掌由前向下、向后、向右后上方弧形绕举于头的右上方，手心向上，手指向左，左掌变勾手，由前向左下弧形勾挂，左臂斜举，勾尖向后，眼向前看（图27）。

（27）提膝勾手

重心下降，上体前屈；同时右掌由上向右向下弧形绕举，右臂伸直，手指向下，手心向左，眼看右掌（图28①）身体起立，左腿屈膝提起，脚面绷平；同时右臂外旋，右掌变勾手向上勾举于胸前，右臂屈，勾尖向里，眼看前方（图28②）。

（28）跳仆步按掌