

# 《传统查拳（上）》

## 图书基本信息

书名：《传统查拳（上）》

13位ISBN编号：9787500929888

10位ISBN编号：7500929889

出版时间：2006-11

出版社：人民体育

作者：刘鸿池

页数：516

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《传统查拳（上）》

## 内容概要

本书内容包括：查拳概述、查拳的基本技术、查拳的基础套路、查拳的功法等。

# 《传统查拳（上）》

## 书籍目录

第一章 查拳概述 第一节 查拳的历史源流 第二节 查拳的流派及代表人物 一、杨式查拳代表人物 二、李式查拳代表人物 三、张式查拳代表人物 四、北京地区查拳的代表人物 第三节 查拳的风格特点 一、查拳的五形之说 二、五形之说释义 三、查拳的六合之说 四、六合之说释义 五、常式查拳的风格与特点 第四节 查拳的技法 一、查拳的十字要诀 二、十字要诀释义 三、查拳技法精要 第五节 查拳的作用 一、查拳的健身作用 二、查拳的攻防作用 三、陶冶性情，培养意志力 四、提高记忆力，开发智力 第六节 查拳的内容第二章 查拳的基本技术 第一节 基本技术 一、手型 二、手法 三、步型 四、步法 五、腿法 六、平衡 七、跳跃 第二节 组合练习 一、原地组合练习 二、行进间组合练习 第三节 操手练习 一、捋手 二、靠臂第三章 查拳的功法 第一节 查拳养生功法——搓摩法 第二节 查拳强身功法——七枝梅花 一、功法简介 二、练功前的要求 三、动作说明 四、注意事项 五、练功原理第四章 查拳的基础套路 第一节 六路钻 第二节 十路弹腿 一、十路弹腿单练 二、十路弹腿对练 第三节 头趟腿拳 一、头趟腿拳拳谱 二、动作名称 三、动作说明 第四节 二趟腿拳 一、动作名称 二、动作说明 第五节 一路滑拳 一、一路滑拳拳谱 二、动作名称 三、动作说明 第六节 小洪拳 一、动作名称 二、动作说明附录一 常振芳老师拳论摘要附录二 我的习武历程

## 《传统查拳（上）》

### 章节摘录

书摘三、张式查拳代表人物 张其维(1850—1934)，回族，山东冠县张尹庄人。自幼酷爱习武，7岁随号称“赛马超”的祖父张乾(1810—1899)学艺，终日苦练，常年不辍。20岁时武艺便达到炉火纯青的地步，查拳、滑拳及各类器械无不精通，尤善使虎头凤尾镗。张老师专练二指，手指如钢似铁，断砖如泥，两指一对能将新棉布捏成洞。一次赶集，被牛踩了一脚，一痛，顺手用二指点了牛屁股一下，牛当时痛得跪在地上起不来了。又一次赶集，一辆车上放着袋大米，张老师用二指一点，戳了一个洞，米顺着洞撒了一地，拉车人没发现。张对拉车的说：“你这米袋怎么漏了？”张老师使的锐很重，一般人使不了。一次两个村子打架，对方许多人拿着长枪、短棍冲了过来，这边村里人拿着家伙也拥了过来，眼看就是一场火拼，后果将不堪设想。张老师对本村村民说：“你们都别上来，我一个人就行。你们只套好两辆大车在后面跟着装家伙。”张老师手里拿着锐一立，不管对方是枪扎过来、棍打过来，拿镜截住吃进，一别一锁，枪、棍就带过来了，旁边人接过来就往车上装，没一会儿就装满了两辆大车，对方人一个也上不来了。张老师用锐尖专扎手和脚，不伤要害，伤的人虽多，但都是轻伤。那个村见打不过，就上衙门去告状，说这边打坏了人了。这边村里一个人都没伤，人家一告肯定赢。于是村里人拿着砖头瓦块把自己的头打破、手砸伤，说是那个村的人伤的。张其维虽身怀绝技，但从不在意与人较量。一次，河南开封来了一位拳师要与张较量，多方相劝，无奈对方坚决要比。于是，张老师垒起十块砖，手起掌落，将砖拍碎。此人自知不敌，悻悻而回。马某善使枪，一天找张老师比枪。马用的是大枪，而张老师只顺手抄起一杆小花枪。待马扎来时，张老师只用了二路查枪起势的上步点枪，点中了马某的虎口，枪立即脱手。马某说：“大哥，我认为你是个‘空灯笼’，原来里面点着蜡呢。”1899年前后他开始设场传艺。他待徒严谨，授徒严格，注重德艺并举，其成名弟子遍及全国。张其维毕生淡泊名利，专心致志于查拳的功法、技法、套路及查拳理论的研究，并在继承实战的基础上形成“快速敏捷，拳法严谨”的张式查拳的风格特点。1936年16名弟子送书写有“技勇总师”的匾一块，以报答其传艺之恩。这些弟子是张锡泰、张凤岭、张西彦、张英振、常振芳、张学振、张英健、李超群、何振全、宋义珍、宋义洲、沙白奎、张增奎、张连科、张西路、何亭英。张英振(1895—1977)，号俊卿，回族，冠县张尹庄人。中国著名武术家，尤以祖传查拳独步武林。1908年随其同宗著名拳师张其维学习查拳。1917年任泰安三中武术教员，兼任驻军国术教练。1925年开始在济南教拳。1928年在南京举办的全国武术国考中获最优奖。在比赛中，张英振武德高尚，以武会友，胜而不伤人。他的对手岳某某恃强自傲，盛气凌人，对张英振出言不逊，引起公愤。但张英振却显得若无其事，笑而待之。比赛后，岳某某失败，惭愧非常，登门道歉，二人遂成知交。经过国考比试，张英振名扬全国，立即被当时的中央国术馆聘为第一等教授。任教期间，还取得拳击比赛第一名，使查拳技术推进一步。后被聘为国民党黄埔军校第8期至第22期的武术教练。1935年，日本松田伊郎来中国走访武林高手，中国四名有名拳师迎战均未获胜，最后张英振以查拳和拳击两者并用的神速战术击败了这位日本高手。1958年随军人川，后在成都定居传艺，徒弟不下数百人。张锡泰(1896—1982)，出身武术世家。16岁随张其维习查拳，是查拳的主要传人之一。曾任傅作义部队武术教练，后赴高丽(今朝鲜)教拳。1957年参加山东省比赛获二等奖。一生练功不辍，对查拳的继承和研究卓有成就，传徒甚众。张英健(1913—1988)，1925年从张其维学查拳、滑拳。1928年随兄张英振赴南京中央国术馆深造。1933年参加南京国术国考获散打亚军。同年任部队手枪旅武术教官，后旅居台湾，参加打擂，勇夺冠军。后转习太极拳。任教于屏东空军幼校，退休后在高雄泰山之金马宾馆工作。李超群(1912—1985)，回族，山东冠县张尹庄人。自幼从张其维习查拳、滑拳，习武勤奋，精技击，善论证。15岁便出山打擂，名蜚乡里。18岁任冠县国术馆馆长。抗战后期曾在山东张店、周村一带做过抗日的地下工作。一次，一个日本兵得知李超群会武术，要同他比武。日本兵突然抓住李超群两手欲把他背起，李两臂一屈，反把日本兵端起，一只脚踏在日本兵肚子上，但没发力，停在了半空。日本兵急忙大声喊道：“你的大大的好。”他这才把日本兵放在地上。一天，李超群在屋里与兄长聊天，一壮汉进屋来要同李超群比武，李超群不等对方出手，一溜几十个耳光，边走边打，直到把对方打出屋外。李的哥哥见状对其弟说：“是否太狠了？”李超群说：“对这样的人还客气什么？”原来此人是汉奸。新中国成立后，李超群在周村人民公园任职。其武艺精湛，不落俗套。他认为，习武者要在“会、对、好、妙、绝”上多下工夫。1957年获山东省武术比赛全能第一各。同年参加全国武术观摩表演赛获二等奖。他多次出任山东省武术比赛裁判长。李超群的武艺师承古法，法度严谨，不落俗套，精武论，尚武德。讲究武道技击术有形者为武，无形者为法。习武者，当以技击为基础，不以技击为主导

## 《传统查拳（上）》

，以技击为目的，不以技击为手段。“文革”期间，这位聚平生精力于武术事业的武术大师受到迫害，身体渐衰，又添新病，终成病叟，1985年病逝。 P13-16

# 《传统查拳（上）》

## 编辑推荐

查拳是我国武术长拳项目中的一个重要拳种，它由弹(腿)、查、滑、炮、洪等所组成，具有舒展大方、造型优美、快速多变、节奏鲜明、布局合理、结构严谨、刚柔互济、攻守清晰等特点。作者自幼喜爱武术，经过多位名师指教，习练多门拳术，从中获益匪浅。本书融汇作者五十余年的习武经历和教学经验，以现代科学理论为基础，系统深入地阐述了查拳的源流和发展；各式代表人物；拳理内容以及其健身作用和实用价值，并将它们奉献给广大武术爱好者，为繁荣武坛、振兴中华、保存祖国非物质文化遗产和推动查拳运动略尽薄力。

# 《传统查拳（上）》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)