徐州工程學院
XUZHOU UNIVERSITY OF TECHNOLOGY



# 沛县武术

## 动作解析虚拟仿真实验

进入学习

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

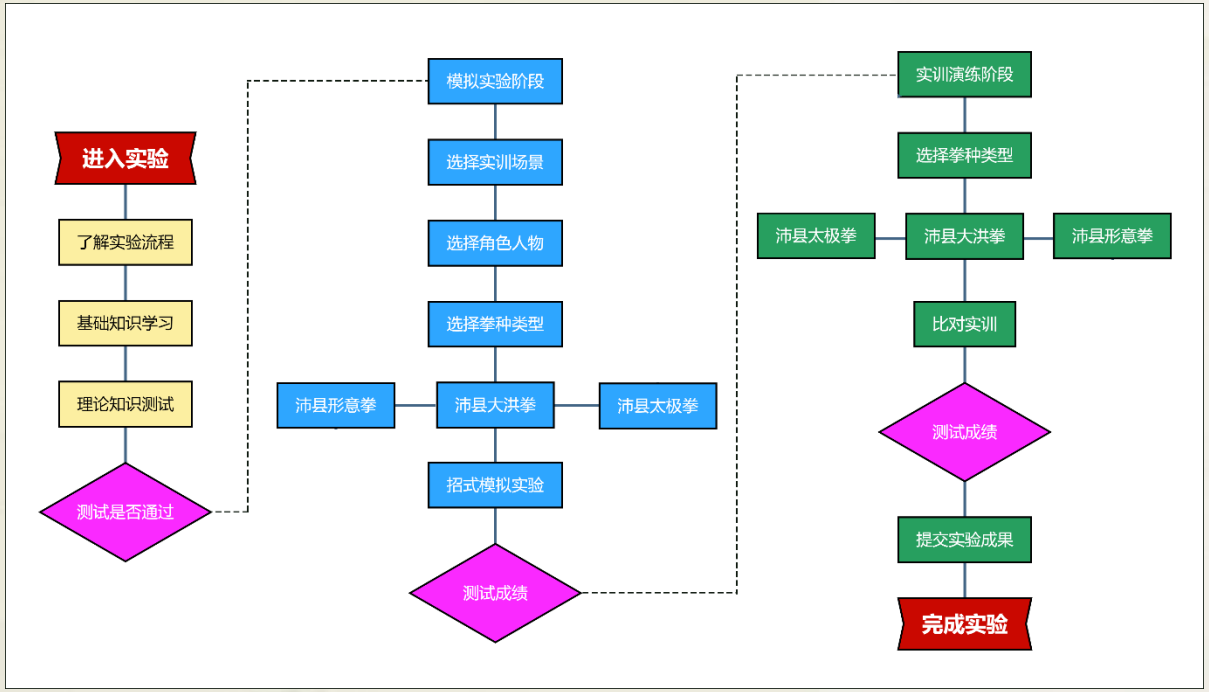
模拟实验阶段

实训演练阶段

## 实验介绍

沛县武术动作解析虚拟仿真实验，是根据沛县武术中关于大洪拳、太极拳、形意拳三大拳种的特点来进行线上模拟实验的。整个实验的逻辑为前期学习三大拳种的基础理论知识，以及发展变化，然后学习、研究三大拳种的各自的动作特点，用虚拟实验方式了解学习完成的动作流程，最后根据标准动作演示，比对训练，来完成沛县武术的实训考核。

## 沛县武术虚拟仿真平台实验流程




上一步

下一步

一、历史沿革

二、传承概况

三、价值意义

四、沛县大洪拳

五、沛县太极拳

六、沛县形意拳

# 历史沿革

沛县武术，最早可以追溯到汉代时期，据《沛县志》记载：“汉高祖置武堂于沛邑，是为最早的武堂”。《沛县志》卷十三记载，明代阎尔梅，阎家集人，故大族。曾祖勇，有隐德，以庐墓三年，壬年“团练乡勇，新教勾缩腾达之法”逐使练武之风遍及城乡。乾隆《沛县志》记载：“沛以勇武为俗”。又记载：“自战乱以来，民喜佩剑以自卫，一旦与贼相遇，奋不顾身”。

明末清初，名列顾炎武之后的反清复明的勇士阎尔梅，入幕史可法部。后，在山东举事，败后被捕，顺治十一年八月，阎越狱回沛。到了清代，沛县武术兴盛了起来，武术高手辈出，著名拳师有“武氏双刀王”张士杰、杨庆林等；民国时期有“张龙武拳”、“杨龙武刀”等民间武术组织。改革开放后，沛县武术更是蓬勃发展。

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段



## 请进行理论测试

理论测试共10题，每题2分

上一步

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

1. 器械种类很多，分为长器械短器械，双器械，软器械，其中属于短器械的是？（　）

A. 枪

B. 棍

C. 鞭

D. 剑



上一步

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

## 恭喜您，通过理论测试

一共10题

答对8题

答错2题

得分16分

上一步

重新测试

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

请单击图片选择实验场景



练功庭院




文化广场



空白背景

上一步

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

请单击图片选择练功角色



男性角色



女性角色

上一步

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段



沛县大洪拳
理论知识



沛县太极拳
理论知识



沛县形意拳
理论知识



上一步

确　定

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

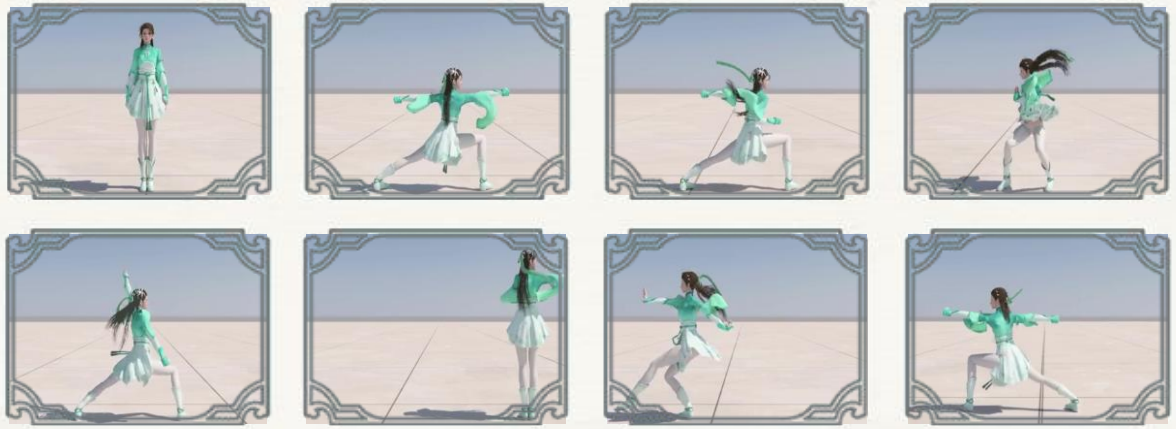
理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段



## 沛县大洪拳招式选段



*按照顺序选择大洪拳招式，完成动作模拟。

上一步

预　览

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段



沛县大洪拳效果预览



返　回

提　交

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段



沛县大洪拳
理论知识




沛县太极拳
理论知识



沛县形意拳
理论知识



上一步

确　定

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段 | 模拟实验阶段 | 实训演练阶段

# 恭喜您已完成模拟实验阶段，请点击“下一步”进入实训演练阶段

| 拳种 | 动作 | 得分 | 动作 | 得分 | 动作 | 得分 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 沛县大洪拳 | 1、预备式 | 1 | 8、怀中抱月 | 1 | 15、单鞭 | 1 |
| | 2、白云盖顶 | 1 | 9、冲天炮 | 1 | 16、怀中抱月 | 1 |
| | 3、扑步单切 | 1 | 10、倒步七星 | 1 | 17、上步扳手 | 1 |
| | 4、盘肘 | 0.5 | 11、三冲拳 | 0 | 18、双抡手 | 1 |
| | 5、双云顶 | 1 | 12、双云顶 | 1 | 19、回头望月 | 1 |
| | 6、七星 | 1 | 13、双绞手 | 0.5 | 20、三扒手 | 1 |
| | 7、单鞭 | 1 | 14、七星 | 1 | | 1 |
| 沛县太极拳 | 1、起势 | 1 | 9、单鞭 | 1 | 17、右下势独立 | 1 |
| | 2、左右野马分鬃 | 1 | 10、云手 | 1 | 18、左右玉女穿梭 | 1 |
| | 3、白鹤亮翅 | 0.5 | 11、单鞭 | 0.5 | 19、海底针 | 1 |
| | 4、左右搂膝拗步 | 1 | 12、高探马 | 1 | 20、闪通臂 | 1 |
| | 5、手挥琵琶 | 1 | 13、右蹬脚 | 1 | 21、转身搬拦捶 | 1 |
| | 6、左右倒卷肱 | 1 | 14、双峰贯耳 | 1 | 22、如封似闭 | 0 |
| | 7、左揽雀尾 | 1 | 15、转身左蹬脚 | 1 | 23、十字手 | 1 |
| | 8、右揽雀尾 | 1 | 16、左下势独立 | 1 | 24、收势 | 1 |
| 沛县形意拳 | 1、龙形 | 0.5 | 5、鸡形 | 1 | 9、鹞形 | 0.5 |
| | 2、虎形 | 1 | 6、鸟形 | 0 | 10、鹰形 | 1 |
| | 3、马形 | 1 | 7、熊形 | 1 | 11、燕形 | 1 |
| | 4、猴形 | 1 | 8、蛇形 | 1 | 12、鼍形 | 1 |
| | 总分 | | | | 50 | |

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

请选择对应拳法，点击“下一步”进入实训演练



沛县大洪拳实训



沛县太极拳实训



沛县形意拳实训

上一步

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

第三式　扑步单切





上一步

重新测试

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

请选择对应拳法，点击“下一步”进入实训演练




沛县大洪拳实训



沛县太极拳实训



沛县形意拳实训

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段

模拟实验阶段

实训演练阶段

# 恭喜您已完成实训演练阶段，请点击“下一步”查看本次实验成绩汇总

| 拳种 | 动作 | 得分 | 动作 | 得分 | 动作 | 得分 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 沛县大洪拳 | 1、预备式 | 1 | 8、怀中抱月 | 1 | 15、单鞭 | 1 |
| | 2、白云盖顶 | 1 | 9、冲天炮 | 1 | 16、怀中抱月 | 1 |
| | 3、扑步单切 | 1 | 10、倒步七星 | 1 | 17、上步扳手 | 1 |
| | 4、盘肘 | 0.5 | 11、三冲拳 | 0 | 18、双抡手 | 1 |
| | 5、双云顶 | 1 | 12、双云顶 | 1 | 19、回头望月 | 1 |
| | 6、七星 | 1 | 13、双绝手 | 0.5 | 20、三扒手 | 1 |
| | 7、单鞭 | 1 | 14、七星 | 1 | | 1 |
| 沛县太极拳 | 1、起势 | 1 | 9、单鞭 | 1 | 17、右下势独立 | 1 |
| | 2、左右野马分鬃 | 1 | 10、云手 | 1 | 18、左右玉女穿梭 | 1 |
| | 3、白鹤亮翅 | 0.5 | 11、单鞭 | 0.5 | 19、海底针 | 1 |
| | 4、左右揽膝拗步 | 1 | 12、高探马 | 1 | 20、闪通臂 | 1 |
| | 5、手挥琵琶 | 1 | 13、右蹬脚 | 1 | 21、转身搬拦捶 | 1 |
| | 6、左右倒卷肱 | 1 | 14、双峰贯耳 | 1 | 22、如封似闭 | 0 |
| | 7、左揽雀尾 | 1 | 15、转身左蹬脚 | 1 | 23、十字手 | 1 |
| | 8、右揽雀尾 | 1 | 16、左下势独立 | 1 | 24、收势 | 1 |
| 沛县形意拳 | 1、龙形 | 0.5 | 5、鸡形 | 1 | 9、鹤形 | 0.5 |
| | 2、虎形 | 1 | 6、鸱形 | 0 | 10、鹰形 | 1 |
| | 3、马形 | 1 | 7、燕形 | 1 | 11、熊形 | 1 |
| | 4、猴形 | 1 | 8、蛇形 | 1 | 12、鼍形 | 1 |
| | 总分 | | | | 50 | |

下一步

沛县武术虚拟仿真平台

实验时间：15 分 31 秒

理论知识阶段 | 模拟实验阶段 | 实训演练阶段

恭喜您完成本次仿真实验，您本次实验的总成绩是 83 分，

请单机“提交”来上传本次实验报告。

| 理论题 | 得分 | 模拟实验 | 得分 | 实训演练 | 得分 |
|---|---|---|---|---|---|
| 本次理论测试<br>答对 8 题<br>答错 2 题<br>得分 16 分 | 2 | 沛县大洪拳 | 3 | 沛县大洪拳 | 2 |
| | 2 | | 4 | | 2 |
| | 2 | | 5 | | 1 |
| | 0 | | 2 | | 2 |
| | 2 | | 3 | | 1 |
| | 2 | 沛县太极拳 | 3 | 沛县太极拳 | 2 |
| | 0 | | 5 | | 1 |
| | 2 | | 2 | | 2 |
| | 0 | | 2 | | 1 |
| | 2 | | 5 | | 2 |
| | | 沛县形意拳 | 4 | 沛县形意拳 | 1 |
| | | | 4 | | 2 |
| | | | 3 | | 2 |
| | | | 2 | | 1 |
| | | | 4 | | 2 |
| | 16 | | 38 | | 24 |
| 总分 | | | | 83 | |

提　交