

中國傳統武術級別證書試

試題

更新記錄

版本	日期	摘要
2012年9月		
2019年1月	2019/01/18	統一格式 修訂題目

2019年1月版口試問題及答題指引編輯小組成員：

- 林震豪
 - 劉國雄
 - 莫曉蕙
 - 文子維
 - 徐晏澄
 - 莊龍耀
-

理論評分準則

	滿分	中等	不給分
初級	清楚握要並能恰當地舉例或示範	回答略為生硬和簡略舉例不當或未能舉例	棄權、離題或未能成功解答
中級	清楚表達該門派特色並能舉例及示範	到題及舉例恰當但回答稍為生硬	棄權、離題或未能成功解答
高級	立論明確，具個人意見能以該門派之拳理引證及示範	清楚表達該門派特色但少作舉例或動作示範	回答非常生硬、離題或未能成功解答

形功法理論問題

初級（問五條）

1. 形在武術中的定義是怎樣？以身體部份來說，形可以分為幾多類？
2. 法在武術中的定義是怎樣？以身體部份來說，法可以分為幾多類？
3. 功在武術中的定義是怎樣？功可以分為幾多類？試舉例。
4. 手形可分為那幾類？試舉出五個手形的例子，並作出示範。
5. 試舉出四個拳形的例子，並作出示範。
6. 試舉出四個掌形的例子，並作出示範。
7. 步形可分為那幾類？試舉出五個步形的例子，並作出示範。
8. 身形指身體那部份的型態？身形可分為那幾類？並作出示範。
9. 雙飛腿、單飛腿、旋風腿等動作是歸納於「形功法」那一類？並解釋說明。
10. 練習基本功的目的是什麼？試舉出兩個基本功的例子，並說明其練習目的。
11. 為什麼眼只被歸入法，而不歸入形或功？眼法在武術上有什麼作用？
12. 形與法在定義上有何分別？分類上有什麼相同及不同的地方？
13. 試解釋及指出兩種步形在防守上的要求，並作出示範。

中級（問三條）

1. 何以行拳（套路練習）也是一種功力的練習？
2. 拳諺「步大不靈、步小不穩」，若從形、法、功去理解，應如何解釋？
3. 拳諺「拳打千篇、身法自然」，若從形、法、功去理解，應如何解釋？
4. 拳諺「眼到手到」，若從形、法、功去理解，應如何解釋？
5. 百把功、石鎖功、鐵沙掌是否基本功？原因是什麼？試取其中兩個例子加以說明。
6. 試以兩個具體例子解釋功與形之間的關係
7. 試以兩個具體例子解釋功與法之間的關係。
8. 試以三種步形間的轉換來說明下盤攻防法門。
9. 試用三個不同的爪法例子，示範及說明該手法的攻防作用。
10. 試用三個不同的掌法例子，示範及說明該手法的攻防作用。
11. 試用三個不同的拳法例子，示範及說明該手法的攻防作用。
12. 身法是主要移動身體那三個部份？試逐一作出說明及示範。
13. 試用三種不同的身法例子，示範及說明該身法的攻防作用。
14. 步形與步法有什麼分別？試舉出兩個例子說明步形和步法之間的關係。
15. 手形與手法有什麼分別？試舉出兩個例子說明手形和手法之間的關係。
16. 爪形與爪法有什麼分別？試舉兩個例子加以說明爪形與爪法之間的關係。
17. 掌形與掌法有什麼分別？試舉兩個例子加以說明掌形與掌法之間的關係。
18. 拳形與拳法有什麼分別？試舉兩個例子加以說明拳形與拳法之間的關係。

高級(以上中級題目再加入下列題目) （問2條）

1. 試說明形、功、法與門派的關係。
2. 講出你對形功法的理解及體會。
3. 試講出拳套的練習，與形、功和法之間的關係。
4. 試解釋什麼叫做「練拳不練功，到老一場空」，並舉出兩個例子詳細講解。
5. 試解釋什麼叫做「練功不練拳，尤如無櫓船」，並舉出兩個例子詳細講解。
6. 拳諺「先動根、後動梢」，若從形、法、功去理解，並以手(或腳)為例，應如何解釋？

應考兵器之相關題目 (問一至二條)

短器械 (刀劍)

1. 劍在握法上，有甚麼要求，而劍穗有甚麼作用？
2. 刀在握法上，有甚麼要求，而刀袍有甚麼作用？
3. 前過頭、後過腦是那種器械的法門，運動時有什麼重點要做到？
4. “劍走青、刀走黑”此拳諺，試闡釋之，與形法功那個有關？
5. 劍與刀在形格上主要分別是甚麼？因此而導致主要法門的分別是甚麼？
6. 在技法上，劍與刀的主要分別是甚麼？試舉二例以說明。
7. 在劍法上，首重劍身那部份的運用？挑劍與撩劍，削劍與劈劍有何分別？
8. 單刀(或劍)的基本主要法門是甚麼？試舉四例以說明。
9. 在技法上，單刀與雙刀有何異同的地方？試各舉二例以說明。
10. “單刀看手，雙刀看走”此拳諺，試闡釋之，與形法功那個有關？
11. 「劍無裹腦、勾不入胛」若從形、法、功去理解，應如何解釋？

長短器械共通問題

1. 「長兵貴短用、短兵貴長用」的意思是什麼？

長器械 (槍棍)

1. 槍(或棍)在握法上，有甚麼要求？
2. 棍或槍的基本主要法門是甚麼？
3. 在技法上，棍與槍有何共同的地方？試舉四例以說明。
4. “棍打一片，槍扎一線”的拳諺，試闡釋之，與形法功那個有關？
5. 槍纓的功用為何？何以槍身多以白臘杆為材料？並簡單解釋槍的規格。
6. 棒、棍、杆三者有何區別？
7. 單頭棍與雙頭棍在形法上有何異同的地方？試各舉四例以說明。
8. 何以棍身使有不同的材料？並簡單解釋不同的材料的作用。

大刀

1. 大刀的握法要求及在法門上要留意什麼？
2. 春秋大刀的月牙有什麼攻防作用？
3. 大刀與單刀在法門上有什麼異同？

軟器械

1. 軟鞭可分為幾大類？軟鞭的主要法門是什麼？

其他器械

1. 簡單解釋器械的不同應用部位？
2. 器械的主要法門是什麼？

門派理論試題

太極拳(楊式及吳式)

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 試說出太極拳中步法上的攻防技術。試舉二法並加要解釋。
2. “三尖相對”的意思是什麼？是形、法還是功的要求？
3. 楊澄甫《太極拳十要》中“含胸拔背”和“上下相隨”，哪一個是身形的要求、哪一個是身法的要求？示範並加要解釋。
4. 楊澄甫《太極拳十要》中，哪些是論述「形」的要求？
5. 十三勢中那些屬於八法、那些屬於五門？試簡要說明其中二勢的技擊法門。
6. 請以太極十三勢中的拳招為例，解釋「採、捌」二勢及它們的應用模式？
7. 以太極十三勢中的拳招為例，解釋「肘、靠」二勢及它們的應用模式？
8. 太極十三勢中有什麼腿法，它們如何與手法配合？
9. 拳式中的“蹬腿”、“分腿”和“擺蓮腿”有何不同？
10. 在太極拳中，有何種功力的練習，試舉二例並加以說明。

高級（問四條）

1. 講一講〔報考的拳術套路〕與太極十三勢在演練上有什麼主要分別？
2. 講一講〔報考的拳術套路〕的創始過程及其特色
3. 講一講〔報考的拳術套路〕如何豐富了楊式太極拳的技法。
4. “太極拳十要”舉其中四要 講解屬於形、法、功那類？
5. “十三勢”如何依據形、法、功去進行分類？
6. 請以太極十三勢中的拳招為例，講解那三招式表現了“採/捌/靠/按”？

短器械(刀劍)

1. 劍在握法上，有甚麼要求，而劍穗有甚麼作用？
2. 刀在握法上，有甚麼要求，而刀袍有甚麼作用？
3. “劍走青、刀走黑”此拳諺，試闡釋之，與形法功那個有關？
4. 劍與刀在形格上主要分別是甚麼？因此而導致主要法門的分別是甚麼？
5. 在技法上，劍與刀的主要分別是甚麼？試舉二例以說明。
6. 在劍法上，首重劍身那部份的運用？
7. 在劍法上，挑劍與撩劍，削劍與劈劍有何分別？
8. 單刀(或劍)的基本主要法門是甚麼？試舉四例以說明。
9. 「劍無裏腦、勾不入胛」若從形、法、功去理解，應如何解釋？
10. 「長兵貴短用、短兵貴長用」的意思是什麼？
11. 太極劍又稱十三劍，指劍路中包含了十三種劍法。試簡述其中三種，並以套路中的招式說明之。
12. 太極刀又稱十三刀，指刀路中包含了十三種刀法。試簡述其中三種，並以套路中的招式說明之。

東江龍形

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 龍形何解？
2. 龍手形如何？
3. 試舉例來解釋龍形拳之手形？
4. 龍形步形如何？
5. 龍形七字訣，屬於身形身法那一類？
6. 吞吐浮沉圓扁伏，屬於形功法那類？試舉二例說明。
7. 圓扁伏屬於身形或身法？試舉二例以說明。
8. 吞吐浮沉屬於身法或身形？試舉二例以說明。
9. 龍形主要法門之要求，試舉三例以說明。
10. 龍形有幾類步法，試舉二例。
11. 龍形拳有稱散手七式，那七式？
12. 龍形派不同階段，如〔基礎階段，初級階段、中級階段、高級階段〕以那套拳路為重點拳種。
13. 獮摩化臘劈，是龍形手法或勁法？
14. 手法五字訣之劈字訣何解？
15. 龍形何謂外五勁？

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 龍形派〔十六動、三通過橋、龍形摩橋、毒蛇吐毒〕拳法內容練習重點是什麼？
2. 試舉二例說明，有助龍形學員練習功法。
3. 何謂外五形？〔身手腰腿步〕
4. 何謂內五形？〔心神意氣勁〕
5. 龍形何謂內四勁？
6. 龍形三星擒手對練屬於形功法那一類？
7. 臘手與鎖手使用上有甚麼關連及異同？
8. 擒摩與化臘同為龍形拳之防守法門，試述兩者異同？
9. 進打中、退打肢何解？試舉二例說明。
10. 進步疾如風，退步如浮雲，落馬如鐵躉何解？舉二例說明。
11. 何謂落地五點金及有何作用？
12. 為何肘要角、膝要曲、腕要鬆？
13. 為何氣要沉、膊要落、肘要墜？

傅式八卦

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 何謂三空，它們屬形功法那一類？
2. 何謂四墜，它們屬形功法那一類？
3. 八卦掌有謂「龍形猴相，虎坐鷹翻」，它們屬形功法那一類？
4. 八卦掌有那幾個主要支派？不同八卦支派的共同特色是什麼？
5. 傅式八卦創始人是誰及此家八卦的特式是甚麼？
6. 八卦的基本功法走圈，走的是什麼步？主要練習什麼？
7. 八卦掌的掌形是怎樣的？與少林拳有什麼分別？
8. 八卦技法主要有幾多？試舉二法並簡要解釋。
9. 請說出「傅式八卦掌」與其他別家的八卦掌比較，有什麼特色？
10. 試解說一下「陽八卦」中包含的掌法，試舉二例並簡要解釋。
11. 試解說一下「陽八卦」中包含的腿法，試舉二個不同例子並簡要解釋。
12. 請說出〔報考的兵器套路〕有什麼特色？
13. 試說出〔報考的兵器套路〕如何在原有門派的動作中，結合八卦掌而得到了什麼改變？試在「功」及「法」兩方面各舉一個例子。
14. 「殺敵大刀」與一般別家的刀法比較有什麼特色？

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 八卦的要訣有所謂“走圈練步，扣擺穿翻”，請你從八卦掌套路中解釋一下“扣擺穿翻”這要訣。
2. 八卦的要訣有所謂“回身似猴，換步鷹翻”，請你從八卦掌套路中解釋一下這要訣。
3. 八卦九要，試舉其中三要？並簡要解釋。
4. 八卦的要訣有所謂“八綱二十四要”，八綱是什麼？試舉其中三樣？並簡要解釋。
5. 八卦的要訣有所謂“八綱二十四要”，二十四要是什麼？試舉其中三樣？並簡要解釋。
6. 試解說一下八卦掌中包含的擒拿及反擒拿技法。
7. 試解說一下「陰八卦/八卦正宗」中包含的掌法，試舉二例並簡要解釋。
8. 試解說一下「陰八卦/八卦正宗」中包含的腿法，試舉二例並簡要解釋。
9. 請說出「陽八卦」與「陰八卦/八卦正宗」有什麼主要分別？試舉二例並簡要解釋。
10. 在兵器型態上，「殺敵大刀」與「八卦旋風刀」所用的刀有很明顯的分別，請在技法上試舉兩例。
11. 在兵器型態上，試說出「八卦旋風刀」所用的刀對八卦掌有什麼幫助？試在「功」及「法」兩方面各舉兩個例子。
12. 請說出〔報考的兵器套路〕有什麼特色？
13. 請說出「梨花槍」與「八卦四面槍」有什麼主要分別？試舉二例並簡要解釋。
14. 試說出「傅式太極劍/七星劍」如何在原有門派的劍法中，結合八卦掌而得到了什麼改變？試在「功」及「法」兩方面各舉一個例子。
15. 「八卦旋風刀」與一般別家的刀法比較有什麼特色？

鷹爪翻子

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 鷹爪翻子拳，是鷹爪拳加入翻子拳，還是翻子拳加入鷹爪拳？此改變如何豐富了原有的門派概念？
2. 鷹爪的手形如何，請簡要解釋並示範？
3. 爪法的主要功能如何，試舉二例說明。
4. 鷹爪的步形與一般少林拳術的分別之處，試舉二例說明。
5. 扭馬，蓋步和偷步屬於步形還是步法，它們有什麼分別？
6. 盤腿，偷步和叉步在步形上有什麼分別？
7. 分筋錯骨是屬於手法還是手形？閃展騰挪是屬於身形還是身法？
8. 試舉二種鷹爪的手法並加以說明。
9. 試舉二個鷹爪拳術的練功法門，並解釋其要點。
10. 試舉二種鷹爪的腿法並加以說明。
11. 試說出鷹爪翻子拳術的身形和身法要求。
12. 試從〔報考的套路〕中選二個招式來說明鷹爪手法的特色。
13. 請說出〔報考的兵器套路〕有什麼特色？
14. 鷹爪翻子門的兵器套路中，以刀的數量最多，試從「功」及「法」解釋為什麼。

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 鷹爪翻子拳術的「鷹爪」及「翻子」各自的特色是什麼？
2. 何謂七勁/七力？並扼要解釋其中四勁。
3. 鷹爪手法繁多，請說明以下三種手法的要點及分別。（從下挑三個）

拳	冲拳 截拳 揮拳 栽拳 抽拳 摔拳 崩拳 翻拳 鑽拳 劈捶 統捶 貫捶 臍捶 撩捶
拳	崩掌 推掌 亮掌 蓋掌 插掌 切掌 壓掌 挑掌 劈掌 撩陰掌
爪	刁手 挑爪 內擒 外擒 仰刁 捋爪 纏肘 雙擄
肘	靠肘 膀靠 壓肘

4. 鷹爪翻子拳的拳術特點是什麼？並扼要解釋其中四個。
5. 試從鷹爪拳術中選一套「手法拳」及一套「身法拳」，說明他們要求上的分別。
6. 請說出你對其中一套你所選的拳術套路的理解。
7. 鷹爪拳術中的爪是一個很重要的概念，而手形亦和其他的有所不同。試從形功法解釋為什麼，及它在技擊方面主要對敵人能做成什麼效果。
8. 試從鷹爪的槍術解釋「拳兵相接」這句說話的意思。
9. 鷹爪翻子門的兵器套路中，以刀的數量最多，試從形功法解釋為什麼。
10. 試從形功法三方面，解釋槍如何幫助練習鷹爪翻子拳。
11. 請說出〔報考的兵器套路〕有什麼特色？

滄州少林

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 扭馬，蓋步和偷步屬於步形還是步法，它們有什麼分別？
2. 盤腿，偷步和叉步在步形上有什麼分別？
3. 少林的身形和身法要求。
4. 滄洲少林拳術內裡包含不同拳種門派，試舉其中兩門及舉各一套路名稱。
5. 少林五戰拳中，試說出其中二套拳並簡述其拳法特點。
6. 試舉二種少林拳的腿法並加以說明其攻擊及用力部位。
7. 試說說那類身形的人較適合練習八極拳，那類較適合練猴拳。

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 滄洲少林拳術內裡包含不同拳種，試舉其中三種，並略述這些拳種的特式。
2. 所報考的套路屬於何種拳種？並略述這些拳種的特式。
3. 請說出八極與劈掛兩種拳術的關係？它們為什麼可以互補不足？
4. 請說出你對其中一套你所選的拳術套路的理解。
5. 試從少林的器械中解釋「拳兵相接」這句說話的意思。
6. 試以不同少林門派的要求為例，說說你對「同門較技論身形」這句說話的看法。
7. 你同意「南拳北腿」這句說話嗎？請說說你的看法。

北少林

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 試講出你報考套路中的四種腿法，並逐一示範及說明其技法要求。
2. 何謂「八門」？試從你報考的套路中的招式，挑選其中三門並各舉一例作示範。
3. 「四空」是針對哪種法門？意義為何？試詳述其中兩項。
4. 北少林拳術以腿法著稱，「十二要」中有哪些要點可應用於下盤動作？試講述及示範這些要點對「形」、「法」、「功」有何幫助？
5. 「十二要」中指出「三盤要對」，是其麼意思？試以兩個例子解釋三關不對會有甚麼問題？
6. 試講述你報考的兵器套路有甚麼特點？

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 十路北少林拳術均以其套路特點命名，試挑選其中四套，講述套路中有哪些特點/招式能體現套路名稱。
2. 「八知」中對手、步、腳、身有何要求？這些要求是針對「形」、「法」或「功」？
3. 「八知」中有云：「不動如山，動如閃電」，試講述你對這句說話的理解。
4. 「三快」屬於「形」、「功」、「法」哪一種？你認為它們於技擊過程中有何重要之處？
5. 「十二忌」中提及「膽怯、心怯、眼亂」，試講述這三忌對實戰有何影響？

洪拳

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 洪拳主要步形是什麼？試舉五種。
2. 何謂“四平大馬”？
3. 扭馬、偷步和騏驎步屬於步形還是步法，試示範它們有什麼分別。
4. 在步形轉變上，應如何移動雙腳，試從套路中舉二例解釋？
5. 說出洪拳十二支橋？
6. 洪拳十二支橋是講述形或是法？試舉二例解釋
7. 試舉二種洪家的手法並加以說明。
8. 試舉並示範二個洪家拳術的練功法門。
9. 何謂十形？

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 你同意「南拳北腿」這句說話嗎？請說說你的看法。
2. 試以“龍、蛇、虎、豹、鶴”之其中兩形，講解如何化其意於技擊中？
3. 十虎爪的技擊要點？
4. 十毒所表達的技擊意念為什麼？
5. 五行所表達的技擊意念為什麼？

山東螳螂

中級 共問三條（拳術：一至二條，器械：一至二條）

1. 螳螂拳主要步形是什麼？
2. 「十二字」訣為螳螂拳主要有手法，請指出全部並就其中三訣加以解釋。
3. 試列舉三例講解螳螂之步法的應用。
4. 螳螂拳有什麼功法練習？試舉三例
5. 刁手為螳螂拳中重要手形，可否舉出三種不同的刁手手法應用？
6. 試列舉三例講解螳螂之拳捶法門的應用。
7. 試列舉三例講解螳螂之肘法的應用。
8. 試列舉三例講解螳螂之腿法的應用。
9. 試列舉三例講解螳螂之掌法的應用。
10. 請說出〔報考的兵器套路〕有什麼特色？
11. 螳螂拳的兵器套路中，以刀的數量最多，試從「功」及「法」解釋為什麼。

高級 共問四條（拳術：二至三條，器械：一至二條）

1. 螳螂拳自創始以來，在長期傳習中形成了那些派別，它們的共同特色是什麼？
2. 七星螳螂和梅花螳螂中的七星和梅花分別有何解釋？
3. 試解釋「八打、八不打」的分別。並每樣各舉二例。
4. 試從「八剛、十二柔」中的「八剛」列舉三例來說明的螳螂應敵之策略。
5. 試從「八剛、十二柔」中的「十二柔」列舉三例來說明的螳螂應敵之策略。
6. 螳螂拳乃集十八家門派之所長而成，試說出其中三家並以拳套中的技法為例子說明之。
7. 試試從「七長、八短」中的「七長」列舉三例來說明的螳螂應敵之策略。
8. 試從「七長、八短」中的「八短」列舉三例來說明的螳螂應敵之策略。
9. 請說出〔報考的兵器套路〕有什麼特色？
10. 螳螂拳的兵器套路中，以刀的數量最多，試從形功法解釋為什麼。

詠春

中級（問三條）

1. 詠春有幾類手法,試舉二例並簡要說明。
2. 詠春有幾類步法,試舉二例並簡要說明。
3. 試解釋「二字掛陽馬」的特色及它在詠春練習中的重要性。
4. 試舉二例,有助詠春學員練習功法.
5. 攤手、標指在應用上有甚麼異同?
6. 膀手、攤手同為詠春之防守法門,試述兩者的異同?
7. 為何詠春強調要守中線
8. 繃手屬於形、功、法那方面的練習,為什麼?
9. 請講解「小念頭」的名稱意義,攻守理念及其特色手法?
10. 請講解「尋橋」的名稱意義,攻守理念及其特色手法?
11. 請講解「標指」的名稱意義,攻守理念及其特色手法?

高級（問四條）

1. 詠春「二十字訣」中,試在尋橋(或標指)中舉出最少二訣並簡要說明?
2. 詠春的身法與步法如何配合來強化防守?
3. 講解如何做到“手如盤蛇陣”。
4. 「發腿不露形」何解?
5. 「內簾必爭、曲手留中」何解?
6. 詠春有那幾種黏手練習?黏手時有什麼是需要注意的?
7. 詠春的木人樁法練習中,對手和步法上的重點要求是什麼?
8. 詠春的木人樁法的訓練重點是什麼?
9. 試舉二例講解詠春腳法的應用,並作簡單示範?