

Seri Silat

**Bagaimana
Tajaan caranya**

Tumbukan 'buku lima'

11 DEC 1987

TUMBUKAN adalah satu lagi teknik serangan dalam silat olahraga. Ia turut mempunyai pelbagai teknik berlainan untuk menyerang sasaran pada tubuh lawan dengan berkesan.

Serangan tumbuk adalah serangan yang menggunakan 'buku lima' (jari tangan digenggam erat) untuk memukul sasaran.

Antara beberapa gaya tumbukan terdapat dalam pencak silat ialah tumbukan telangkup, mengiring, telentang dan teknik tumbuk sauk. Bahagian tumbukan paling kuat ialah antara ruas buku telunjuk dan jari hantu.

Peserta dapat membuat tumbukan padu dan kuat jika tumbukan mendapat bantuan berat badannya, rapat dengan lawan dan apabila dia dapat melepaskan lejang tumbukan sempurna ke sasaran.

Tumbukan juga akan bertambah kuat jika ia dilepaskannya ketika lawan mara ke hadapan.

Satu lagi teknik tumbukan ialah tumbuk sauk. Teknik ini dibuat menerusi hayunan tangan dari bawah ke atas. Ia sesuai untuk melakukan serangan jarak dekat.

Pesilat boleh menggunakan teknik tumbuk sauk silih berganti kiri dan kanan ketika melakukan serangan. Jika berada di kedudukan yang baik, melakukan tumbukan sauk adalah mudah.

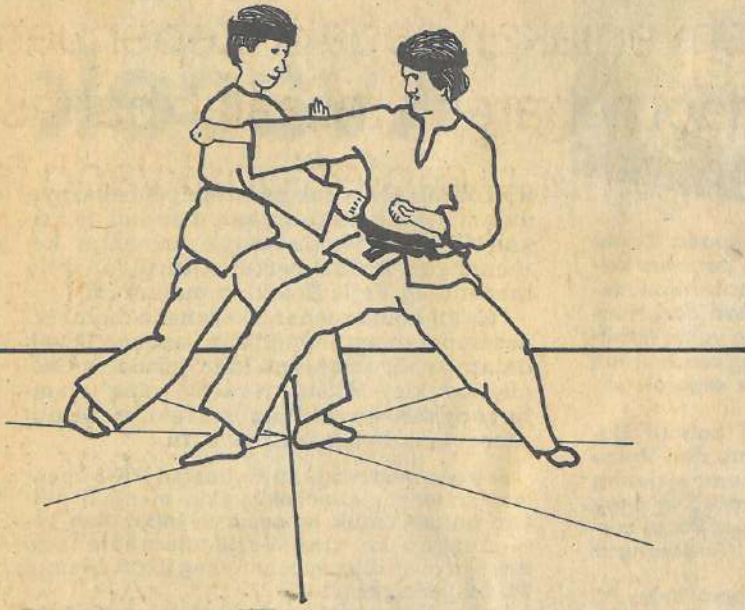
Silih berganti

Apabila seseorang pesilat menggunakan teknik tumbuk sauk silih berganti, ia menyukarkan lawan melakukan serangan balas ataupun mengelakkan diri daripadanya.

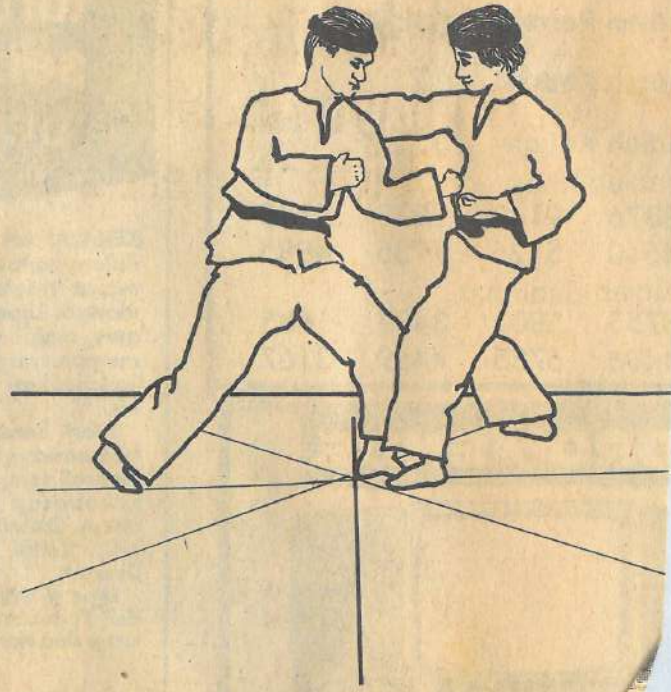
Ini kerana apabila seseorang itu melepaskan tumbukan sauk, dia biasanya dapat melakukannya dengan pantas.

Di samping kepantasan, ia juga dapat dilakukan dengan kuat dan mantap kerana jarak ketika seseorang itu melakukan tumbukan sauk ketika menyerang adalah

■ Gerak tumbukan tangan telentang selepas membuat hindaran dalam ketika merapati lawan.



■ Satu serangan tumbuk ke dada lawan. Di sini pesilat membuat hindaran luar sebelum melepaskan tumbukannya.



rapat dengan lawan.

Siku turut memainkan peranan penting ketika melakukan serangan. Antara teknik serangan siku ialah dengan menggunakan siku depan, siku pusing, siku rendah dan siku tinggi.

Siku turut dianggap bahagian tubuh yang penting untuk melakukan serangan berkesan. Bahagian hujung siku yang tajam dan keras menyebabkan lawan tersentak ketika melakukan serangan.