

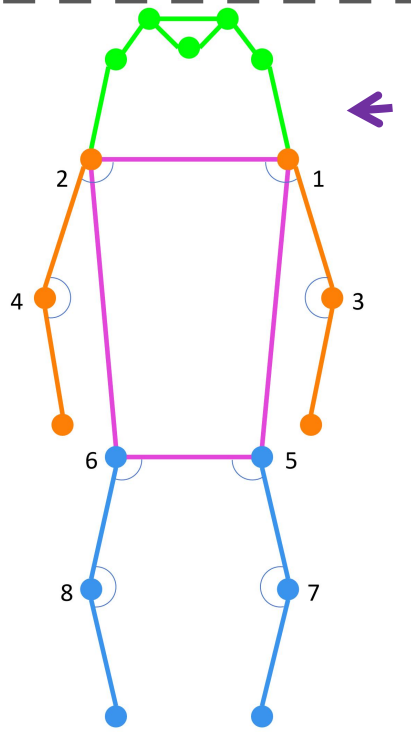
上传视频 / 现场录制

用户输入



大语言模型 (LLM)

动作关键点与关键角度



评分及评价

Scores

Scores: [60.589999999999996, 53.80000000000000125]

Evaluations

用户1:
评价:在右摆雀尾的动作中,您已经能够较好地完成动作的连贯性,左右对称性也基本达到了要求。然而,可能在劲力的均衡和手脚的协调上还有提升空间。右侧的动作可能略显生硬,需要进一步细化。建议:关注右侧动作的细节,确保手型和步法与左侧一致。加强对腰胯的运用,利用腰部的旋转带动手臂的动作。体会身体左右两侧的均衡,练习时可以多关注右侧的感觉,逐步消除左右差异。通过反复练习,提高动作的协调性和劲力的运用。

用户2:
评价:在右摆雀尾的动作中,可能存在与左侧类似的问题,即动作转换不自然,力量运用不到位。手臂和步法的配合可能不协调,导致动作缺乏连贯性和力度。建议:首先,注意左右动作的对称性。练习右侧动作时,应参考左侧的动作要领。加强对力量的控制,体会腰部带动手臂的感觉。手型要准确,手指自然,手心方向正确。步法要稳健,重心转移要自然。通过分解动作,逐步连贯起来,确保动作的流畅性和劲力的运用。可以在练习中加入呼吸的配合,吸气与收势,呼气与发力,增强动作的内涵。

语音播报

Evaluations Audio

0:00 2:07