

写字是小学生一项重要的基本功，是学生学习书法的基础和素质教育的重要内容。练习写字，可以培养学生的审美情趣，提升学生的整体素质和艺术鉴赏能力。现行《小学语文新课标》中，要求学生学会写铅笔字、钢笔字，学会正确的执笔方法和写字姿势，了解写字的基本知识，掌握汉字的各种笔画、结构和正确的书写方法，把字写得正确、端正、整洁，行款整齐，有一定的速度，能较好地满足日常交流的需要。信息社会的高速发展，使计算机的应用得到极大的普及，人们书写、交流都用又快又便捷的键盘，写字的作用和地位逐渐被弱化，以至于出现了汉字书写水平严重下滑的现象，引起了国家和社会的高度关注。2009年10月，教育部组织了新中国成立以来的第一次全国大中小学生规范汉字书写大赛，在社会上产生了极大的反响，对促进汉字书写水平的提高起到了积极的推动作用。

初学写字，一定要从规范入手，从楷书起步。书写时，坐姿要端正，执笔要正确。不写错字，不写别字，不写乱造字，不写不规范的简化字，不写已被淘汰的异体字，不滥用繁体字，从小养成良好的书写习惯，打牢夯实写字的基础。其实，写字并不难，只要方法正确，按照字帖上的要求去做，经过一段时间的练习，完全可以写一手让别人羡慕的好字。

这套写字紧扣小学语文教材，按照新课标的要求和最新版的小学语文课本编写，与课堂教学完全同步。全书大致按照描临生字、临写词语、临写文段、写字训练的体例编写，对每个生字都进行了笔顺分解，突出和加强了写字训练，有较强的实用性和鲜明的特色。

字帖的第一个字，是供临写的范字。后面的字，是供描红的。学习时要先描红后临写。范字要描写到位，不要描走了形。每一个笔画在字中的哪个位置，笔画的走向、长短、形态都要描准确。后面的空格是供临写的，是对前面描写的应用和总结。

学习是快乐的，写字是快乐的。

张守镇

2010年12月6日于郑州

| | |
|-----------|------|
| 一、正确的写字姿势 | (1) |
| 二、正确的执笔方法 | (1) |
| 三、钢笔小常识 | (2) |
| 1 古诗词三首 | (3) |
| 写字训练 1 | (7) |
| 2 桂林山水 | (8) |
| 写字训练 2 | (11) |
| 3 记金华的双龙洞 | (12) |
| 写字训练 3 | (15) |
| 4* 七月的天山 | (16) |
| 词语盘点 | (18) |
| 语文园地一 | (19) |
| 5 中彩那天 | (20) |
| 写字训练 4 | (23) |
| 6* 万年牢 | (24) |
| 7 尊严 | (26) |
| 写字训练 5 | (29) |
| 8* 将心比心 | (30) |
| 词语盘点 | (32) |
| 语文园地二 | (33) |

| | |
|---------------|------|
| 9 自然之道 | (34) |
| 写字训练 6 | (37) |
| 10* 黄河是怎样变化的 | (38) |
| 11 蝙蝠和雷达 | (40) |
| 写字训练 7 | (43) |
| 12* 大自然的启示 | (44) |
| 词语盘点 | (46) |
| 语文园地三 | (47) |
| 13 夜莺的歌声 | (48) |
| 写字训练 8 | (51) |
| 14* 小英雄雨来 | (52) |
| 15 一个中国孩子的呼声 | (54) |
| 写字训练 9 | (57) |
| 16* 和我们一样享受春天 | (58) |
| 词语盘点 | (60) |
| 语文园地四 | (61) |
| 17 触摸春天 | (62) |
| 写字训练 10 | (65) |
| 18* 永生的眼睛 | (66) |
| 19 生命 生命 | (68) |
| 写字训练 11 | (71) |
| 20* 花的勇气 | (72) |
| 词语盘点 | (74) |

| | |
|-------------|-------|
| 语文园地五 | (75) |
| 21 乡下人家 | (76) |
| 写字训练 12 | (79) |
| 22* 牧场之国 | (80) |
| 23 古诗词三首 | (82) |
| 写字训练 13 | (86) |
| 24* 麦哨 | (87) |
| 词语盘点 | (89) |
| 语文园地六 | (90) |
| 25 两个铁球同时着地 | (91) |
| 写字训练 14 | (94) |
| 26* 全神贯注 | (95) |
| 27 鱼游到了纸上 | (97) |
| 写字训练 15 | (100) |
| 28* 父亲的菜园 | (101) |
| 词语盘点 | (103) |
| 语文园地七 | (104) |
| 29 寓言两则 | (105) |
| 写字训练 16 | (108) |
| 30* 文成公主进藏 | (109) |
| 31 普罗米修斯 | (111) |
| 写字训练 17 | (114) |
| 32* 渔夫的故事 | (115) |

| | |
|--------------|-------|
| 语文园地八····· | (117) |
| 写字训练 18····· | (118) |
| 写字训练 19····· | (119) |
| 写字训练 20····· | (120) |

一、正确的写字姿势

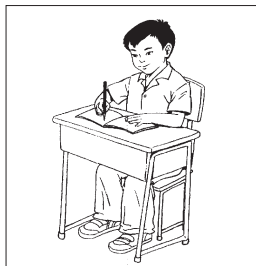
正确的写字姿势为：头正、身直、臂开、足稳。

头正：头不向左右歪，眼睛离纸一尺远。

身直：身子要坐端正，胸口离桌一拳远。

臂开：两小臂自然放在桌上，左手按纸，右手执笔。

足稳：两脚平放地上，与肩同宽，脚掌踏稳。

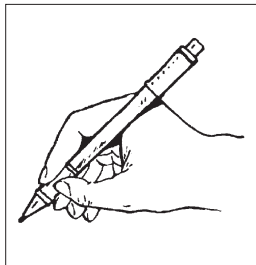


二、正确的执笔方法

1. 拇指按住笔杆左前方，食指按住笔杆正前方，中指第一关节从后面抵住笔杆，无名指和小指自然弯曲，靠在中指后面。

2. 指头距笔尖一寸左右。低了挡视线且易脏手。

3. 笔杆斜靠食指指根处。掌心空虚，执笔要自然，用力适中。用力过大易使手指僵硬，运转不灵活。



三、钢笔小常识

从三年级开始，小学生就使用钢笔写字了。钢笔、圆珠笔和签字笔都是硬笔。钢笔是所有硬笔的代表。钢笔，分为金笔、铱金笔和蘸水钢笔。金笔耐腐蚀，弹性好，耐磨耐用，但价格昂贵。蘸水钢笔，因笔尖没有铱粒，所以磨损快，不耐用。它没有储水的装置，写几个字就要蘸一下水，也不方便。铱金笔耐磨好用，线条流畅，且价格低廉，很受欢迎，所以市场上用的大多是铱金笔。

写字用的钢笔不需要很贵的，几元、十几元一枝的笔就行，只要下水流畅，不拉纸，不漏水，拿着顺手就是一枝好笔。至于钢笔的款式、颜色、粗细、轻重可根据个人爱好自己选择。一般来说，新钢笔都需要经过一段时间的磨合才会更好用、更顺手。

钢笔是学生的主要书写工具，同学们要多加爱护，这样才不会影响学习。钢笔的养护要注意以下几点：一是不要同时使用不同牌号的墨水；二是要经常保持钢笔的清洁干燥；三是用过后要及时套上笔套，防止笔尖损坏和干燥。钢笔的笔夹有一定的疲劳度，不要过分地撕拉。此外，钢笔有了毛病，要找有经验的人修理，不可自己乱拆乱卸。

圆珠笔分为油性笔和水性笔。油性笔是传统的圆珠笔。水性笔是指常用的签字笔。相比之下，水性笔比油性笔书写更流畅，手感也更好。圆珠笔的笔尖是个圆珠，几乎没有弹性，其书写线条的变化靠用力的大小和速度的快慢来控制。尽管签字笔比钢笔更方便、更经济实惠，但在练字时却远不及钢笔的优越性。据一项科学实验证明，用钢笔练字可以刺激手指的神经末梢，促进大脑的智力发育，有助于学生心理素质的提高。钢笔笔尖弹性比签字笔好，书写时与纸面的摩擦力也比较大，更有助于积累写字的功力。因此，我一直建议，小学生练字一定要使用钢笔。

1 古诗词三首

描
临
生
字

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|--|--|--|--|--|--|
| 亭 | 亭 | 亭 | 亭 | | | | | | |
| 庭 | 庭 | 庭 | 庭 | | | | | | |
| 潭 | 潭 | 潭 | 潭 | | | | | | |
| 螺 | 螺 | 螺 | 螺 | | | | | | |
| 谪 | 谪 | 谪 | 谪 | | | | | | |
| 只有 | 洞庭 | 秋月 | 遥望 | | | | | | |
| 山水 | 白银 | 江南 | 风景 | | | | | | |

临
写
词
语

独坐敬亭山 [唐] 李白

临写古诗

众鸟高飞尽，

孤云独去闲。

相看两不厌，

只有敬亭山。

望洞庭 [唐] 刘禹锡

湖光秋月两相和，

潭面无风镜未磨。

遥望洞庭山水翠，

白银盘里一青螺。

忆江南 [唐] 白居易

江南好，

风景旧曾谙。

日出江花红胜火，

春来江水绿如蓝。

能不忆江南？

写字训练 1

| 写好带斜点(丶)的字 | | | | | 写好带垂点(冫)的字 | | | | |
|------------|---|---|---|---|------------|---|---|--|--|
| 丶 | 亭 | 庭 | 谕 | 冫 | 忆 | 景 | 写 | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 点的不同组合形式 | | | | | | | | | |
| 丶 | 小 | | | 冫 | 潭 | | | | |
| 冫 | 冬 | | | 冫 | 受 | | | | |
| 冫 | 冰 | | | 冫 | 率 | | | | |
| 丶 | 羊 | | | 冫 | 烈 | | | | |
| 添部件 组字 组词 | | | | | | | | | |
| 广 | | | | 虫 | | | | | |
| 冫 | | | | 冫 | | | | | |

礻 卩 卩 卩 卩 卩 卩 卩 陪 陪 陪 障 障

障 障 障 障

一 丿 兀

兀 兀 兀 兀

纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟

绵 绵 绵 绵

临写词语

观 赏 玩 赏 无 瑕 桂 林

波 澜 壮 阔 仿 佛 翡 翠

水 平 如 镜 奇 峰 罗 列

| | | | | | | | |
|---|---|-------|---|---|---|---|---|
| | | 漓 | 江 | 的 | 水 | 真 | 静 |
| 啊 | , | 静 | 得 | 让 | 你 | 感 | 觉 |
| 不 | 到 | 它 | 在 | 流 | 动 | ; | 漓 |
| 江 | 的 | 水 | 真 | 清 | 啊 | , | 清 |
| 得 | 可 | 以 | 看 | 见 | 江 | 底 | 的 |
| 沙 | 石 | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

写字训练 2

| 提画 (一) 书写练习 | | | | | 竖提 (丿) 书写练习 | | | | |
|-------------|---|--|--|--|-------------|---|--|--|--|
| 一 | 虫 | | | | 丿 | 以 | | | |
| 一 | 瑕 | | | | 丿 | 衣 | | | |
| 一 | 绵 | | | | 丿 | 良 | | | |
| 一 | 习 | | | | 丿 | 长 | | | |
| 竖弯 (乚) 书写练习 | | | | | 竖折 (乚) 书写练习 | | | | |
| 乚 | 西 | | | | 乚 | 山 | | | |
| 乚 | 酒 | | | | 乚 | 区 | | | |
| 乚 | 四 | | | | 乚 | 画 | | | |
| 比一比 写一写 再组词 | | | | | | | | | |
| 恋 | | | | | 绵 | | | | |
| 峦 | | | | | 棉 | | | | |