

经浙江省中小学教材审定委员会审查通过

書法

浙江省基础教育地方课程教科书

3

绍兴县教育局教研室

组编

浙江科学技术出版社

列坐其次雖無絲竹管弦之
盛一觴一詠足以暢叙幽情
是日也天朗氣清惠風和暢仰
見

经浙江省中小学教材审定委员会审查通过

浙江省基础教育地方课程教科书

书法

3

绍兴县教育局教研室 组编

《浙江省基础教育地方课程教科书·书法》是遵照浙江省教育厅《关于实施教育部〈基础教育课程改革纲要（试行）〉的意见》和《浙江省基础教育课程改革实施意见》的规定，根据《绍兴县教育现代化发展战略规划》，结合绍兴悠久的历史人文传统、丰富的文化资源和欣欣向荣的社会经济而编写而成的。以文化绍兴、书法绍兴为突破口，通过书法教育，弘扬绍兴文化，提升绍兴品位，增强绍兴魅力，为绍兴教育现代化发展作出贡献。

本书由绍兴县教育局教研室组织编写，是浙江省基础教育地方课程教科书《书法》作为浙江省基础教育地方课程教科书，是义

浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

书法. 3/绍兴县教育局教研室组编. —杭州: 浙江
科学技术出版社, 2004. 8

ISBN 7-5341-2464-6

I. 书... II. 绍... III. 书法课—小学—教材
IV. G624.751

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 076586 号

副主任: 蒋国雄

委 员: 李国雄

陈敏华

洪伟铨

李文泉

王恩良

周俊豪

陈敏华

洪伟铨

李文泉

王恩良

浙江省基础教育地方课程教科书·书法

浙江省基础教育地方课程教科书·书法

主 编: 陈敏华

洪伟铨

编 委: 陈敏华

洪伟铨

李文泉

王恩良

周俊豪

周俊豪

浙江省基础教育地方课程教科书

书 法

3

绍兴县教育局教研室 组编

*

浙江科学技术出版社出版发行

杭州大漠照排印刷有限公司制作

上虞丰惠印刷有限公司印刷

开本: 700×1000 1/16 印张: 4.5 字数: 54 000

2004 年 8 月 第 1 版

2006 年 7 月第 3 次印刷

ISBN 7-5341-2464-6

定价: 7.00元

浙江省基础教育地方课程·书法课程开发指导委员会

顾 问：袁长寿

主 任：许义平

副主任：蒋国洪

委 员：宋国潮	倪水康	胡木强	陈敏华	洪钰铨
赵水荣	朱忠良	李文泉		

《浙江省基础教育地方课程教科书·书法》编委会

主 编：陈敏华 洪钰铨

编 委：陈敏华	洪钰铨	韩国元	祝旭东	周关洪
周俊友	朱勇方	洪朝阳	周英杰	



● 编写说明

《浙江省基础教育地方课程教科书·书法》是遵照浙江省教育厅《关于实施教育部〈基础教育课程改革纲要(试行)〉的意见》和《浙江省基础教育地方课程建设指导意见》的规定,根据绍兴县教育现代化发展战略规划,结合绍兴悠久的历史人文传统、丰富的文化资源和欣欣向荣的社会经济面貌之实际,以文化绍兴、书法绍兴为背景题材编写而成的。

《浙江省基础教育地方课程教科书·书法》(以下简称《书法》)作为浙江省基础教育地方课程教科书,是义务教育阶段课程体系的重要组成部分。书法课程的开发与实施,旨在进

一步提高学生的思想道德品质、文化科学知识、审美情趣和身心素养,提升学生的综合应用与实践能力和培养学生的创新精神和社会生活的适应能力,促进学生的全面发展。

《书法》全套共9个分册,供我县义务教育阶段各年级学生使用,每年级一册,分别在各年级上、下两个学期学习,每周1课时。

这套经浙江省中小学教材审定委员会审查通过的教科书,是在绍兴县教育局的领导下,由绍兴县教育局教研室组织编写的。绍兴县人民政府县长冯建荣同志对本书的编写给予了高度的重视和关注,并在百忙中为本书作序,袁长寿、沈伟、章剑深、陈建明等书法专家对全套书的编写进行了具体的指导和帮助,在此一并表示衷心感谢。

本分册由周关洪主编,朱勇方、田国华编写了硬笔书法部分,周关洪编写了毛笔书法部分。

由于时间仓促,水平有限,书中难免存在许多不足,恳切希望广大师生和有关专家批评指正。

绍兴县教育局教研室

2004年7月

序

在青少年中广泛地组织开展书法艺术的教学,是我多年来的愿望。教学,首先要有教材。在有识之士的共同努力下,《浙江省基础教育地方课程教科书·书法》终于出版了,这是非常值得庆贺的。也正因为如此,我很乐意应编者的要求,写上一些我对青少年,特别是绍兴的青少年学习书法的认识,算是作为本书的序言。

在所有的艺术门类中,书法恐怕是最具中国特色的。作为民族文化的精华之一,它集中地承载着中华民族的传统文化,集中地反映了中华民族的审美情趣。沈尹默先生说:“世人公认中国书法是最高艺术,就是因为它能显出惊人奇迹,无色而具图画的灿烂,无声而有音乐的和谐,引人欣赏,心畅神怡。”鲁迅先生认为,中国的书法是一种“饰文字为观美”的独有的民族艺术。

然而,现代社会的滚滚红尘大有毫不留情地将这一古老艺术淹没的趋势,众多的人们又因其实用性的逐渐减弱而淡化了对她的热情。书法,正在慢慢地变成一种可学可不学的“摆设”。

从某种意义上讲,书法的延续是中华民族延续的一种方式。而书法的延续是通过代代传授与学习实现的,青少年是承载这一延续的主要对象。如何使民族长盛不衰、继往开来,如何使教育更好地继承传统、面向未来,如何把广大青少年培育成为德智体美全面发展的高素质建设者,这是学校、家庭、社会,特别是广大教育工作者所面临的重大问题。显然,在中小学阶段广泛开展书法教学,应该是一条有效的途径。

学习书法有利于锤炼良好品行。书法艺术在我国源远流长,各朝各代都涌现出了不少书体不同、风格迥异、品学兼优的大书法家。羲之池水尽墨,智永退笔如冢,怀素蕉叶作书,虞世南被中画腹,颜真卿刚正不阿,柳公权心正笔正,等等。他们的好学精神,他们的坚韧毅力,他们的处世准则,他们的行为规范,堪为后人楷模,对培育人的品德、磨炼人的意志具有很强的感染力,是对青少年进行思想品德教育的生动

教材。

学习书法有利于培养创造精神。篆隶草正,欧颜柳赵,书风的演变,流派的崛起,无不是书家创新创造的结果。王羲之在前人的基础上开创了不同于汉魏的草、行、楷等新的书体样式,使书法的笔意、体势、结构、行款与章法更为错综变化,丰富多样,完成了书法史上一次最伟大的革新,书法艺术的独立品格由此确立。从这个意义上说,书法艺术的实质就是创新,就是创造。青少年学习书法,正是一个体会创新、孕育创造的过程。

学习书法有利于促进身心健康。从练正楷到写草书,从练小字到写榜书,指、腕、肘、肩、臂都随笔画的变化而有节奏地运动,身体的各种器官都能得到相应的锻炼,调理经络,匀畅呼吸,进而促进健康。一幅精美的书法作品,往往是作者精神风貌的体现,细细品味其中蕴含的个性品质、创作意念和思想情感,静静体会用笔的起与收、粗与细、曲与直,结构的平与奇,章法的疏与密,墨色的浓与淡,线条的柔与刚、收与放,可以使青少年在心态、性情、认知、意趣等诸多方面得到美的享受,进而陶冶心灵。

兰亭是书法圣地,绍兴是“书法之乡”。《中国书法大辞典》共载录绍籍人士一百四十三人,中国书法史上里程碑式的人物,如王羲之、王献之、孔琳之、智永、虞世南、贺知章、陆游、杨维桢、徐渭、倪元璐、赵之谦、陶浚宣、罗振玉、马一浮、徐生翁等,均出自绍兴,真是灿若群星。延之当代,依然俊彦迭出。继承发扬这一悠久灿烂的民族传统文化传统,使书乡后继有人,使书艺代代相传,使同学少年通过学习书法怡情、养性、修德、明志,这是先人对我们的嘱托,也是后人对我们的企盼。从这个意义上讲,结合绍兴实际编写书法教材,在整个义务教育阶段普遍地开设书法课程,实在是一件功在千秋的大好事。

书法教学需要探索。书法艺术永无止境。我们一起努力吧!

馮建榮

2004年7月18日



顏真卿 勤禮碑

目 录

硬笔书法

- 1 右三撇 反文旁 (2)
- 2 爻字旁 绞丝旁 (4)
- 3 病字框 勺字框 (6)
- 4 凶字框 同字框 (8)
- 5 夕字旁(头) 尸字框 (10)
- 书家故事 颜真卿辞官学书 (12)
- 6 结构(一): 上中下结构 (14)
- 7 结构(二): 左中右相等 (16)
- 8 结构(三): 左中右不等 (18)
- 9 结构(四): 半包围 (20)
- 10 结构(五): 全包围 (22)
- 书家故事 柳公权拜师无臂老人 (25)

毛笔书法

- 11 书写工具的认识、选择、使用和保养 (28)
- 12 书写姿势与执笔 (31)



1 右三撇 反文旁



三撇的形态是自上而下逐渐变大,第三撇要写得舒展。



三撇的起笔在一条直线上。

𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	𠂇	𠂇
𠂇			𠂇			



反文旁由四个笔画组成,结构上要中宫收拢。



斜撇要收一些,斜捺舒展。

攵	攵	攵	攵	攵	攵	攵
攵			攵			



我会写

形	形	形	形	形	形	形
衫	衫	衫	衫	衫	衫	衫

形

唐 颜真卿
东方朔画赞碑

开

唐 颜真卿
宋璟碑

彦

唐 颜真卿
颜氏家庙碑

放

唐 颜真卿
放生池碑



放	放	放	放	放	放	放
收	收	收	收	收	收	收
彥	彥	彥	彥	彥	彥	彥



我知道

右三撇的大小要因字而异；反文旁的斜撇和斜捺要注意与左边笔画的礼让。

杉			杉			
彩			彩			
攻			攻			
数			数			
彰			彰			



看一看

书法家的话

世人公认中国书法是最高艺术，就是因为它显示惊人奇迹，无色而具画图的灿烂，无声而有音乐的和谐，引人欣赏，心畅神怡。

——沈尹默

放

唐 颜真卿
放生池碑

彰

唐 颜真卿
颜氏家庙碑

攻

唐 颜真卿
八关斋报德记



2 ㇏字旁 绞丝旁

㇏

上收下放,上部笔画要写得短小端庄。

㇏

下部的捺画要舒展一些,横撇的横略向上斜。

㇏	㇏	㇏	㇏	㇏	㇏	㇏
㇏			㇏			

纟

三个笔画节奏紧凑,互相呼应,间距基本相等。

纟

第二个斜折的平挑要写短一些,斜挑要有力。

纟	纟	纟	纟	纟	纟	纟
纟			纟			



我会写

般	般	般	般	般	般	般
毀	毀	毀	毀	毀	毀	毀

毀

唐 顏真卿
李玄靖碑

㇏

唐 顏真卿
千祿字书

毀

唐 顏真卿
麻姑仙坛记

紅

唐 顏真卿
麻姑仙坛记



糾	糾	糾	糾	糾	糾	糾
紀	紀	紀	紀	紀	紀	紀
纒	纒	纒	纒	纒	纒	纒



我知道

纟字旁在合体字中所占的比例要因字而异,绞丝旁的各笔画之间要注意礼让。

役			役			
殷			殷			
毅			毅			
纹			纹			



看一看

三	山	万	户	巷	盘	曲
百	桥	千	街	水	纵	横
垂	虹	玉	带	门	前	事
万	古	名	桥	出	越	州

紀

唐 颜真卿
放生池碑

殷

唐 颜真卿
颜勤礼碑

毅

唐 颜真卿
臧怀恪碑



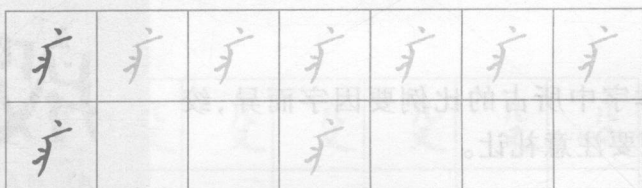
3 病字框 勺字框



横短撇长。



三点各有变化，而且都紧贴长笔画，互相衬托。

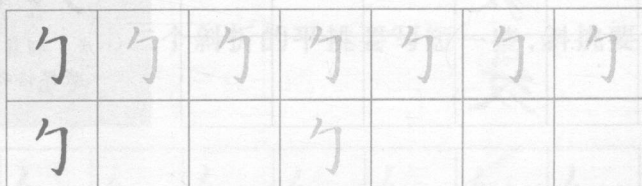


撇画短而劲挺。

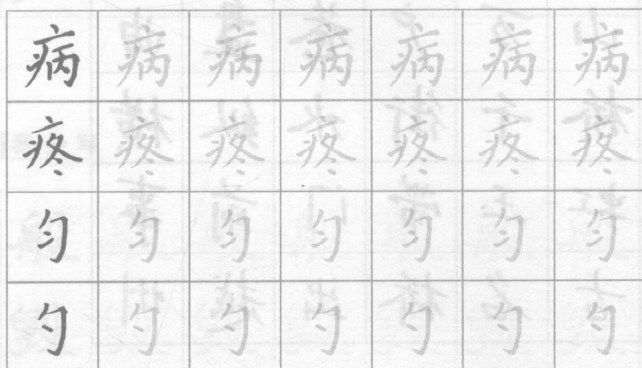
横折钩的横笔略向上斜，至转折处略微



顿笔，然后向下竖出，竖中略带弧度，最后稍顿用力向左上方钩出。



我会写



病

唐 颜真卿
八关斋报德记

病

唐 颜真卿
李玄靖碑

痛

唐 颜真卿
颜氏家庙碑

痛

唐 颜真卿
与夫人帖