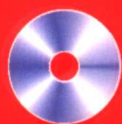


90天钢笔楷书速成教材

90天钢笔强化训练

TIANGANGBIKAISHU



随书赠送1 VCD

李放鸣



黑龙江美术出版社

90 天钢笔楷书速成教材

李放鸣 书

黑龙江美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

90 天钢笔楷书速成教材/李放鸣书. —哈尔滨: 黑龙江美术出版社, 2005. 11

(90 天钢笔强化训练: 2)

ISBN 7 - 5318 - 1480 - 3

I. 9... II. 李... III. 钢笔字—楷书—书法—教材

IV. J292. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 126900 号

策 划: 秦 川

责任编辑: 黄国楹

封面设计: 钟 波

90 天钢笔强化训练 钢笔楷书速成教材

作 者 李放鸣

出版发行 黑龙江美术出版社

社 址 哈尔滨市道里区安定街 225 号

邮 编 150016

网 址 [www. hljms. com](http://www.hljms.com)

经 销 全国新华书店

印 刷 四川省南方印务有限公司

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 18

版 次 2006 年 1 月第 1 版

印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷

印 数 1 - 5000 册

书 号 ISBN 7 - 5318 - 1480 - 3/J · 1481

定 价 45.00 元(全三册)

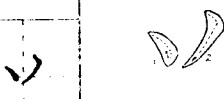
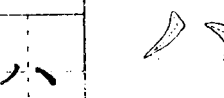
本书如出现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

厂址: 四川省彭山县彭祖大道南段开发区

电话: (0833) 7640793

右点		丶	丶	丶	丶				
丶		广	广	广	广				
书写指导: 凌空取势, 起笔轻落, 右下重按即收, 呈下俯之势。		永	永	永	永				
		言	言	言	言				
左点		丶	丶	丶	丶				
丶		完	完	完	完				
书写指导: 凌空取势, 向左下落笔, 顿笔即收, 注意与右点的行笔方向和角度相比较。		忱	忱	忱	忱				
		冠	冠	冠	冠				
仰点		丶	丶	丶	丶				
丶		状	状	状	状				
书写指导: 凌空取势, 起笔轻落往右下顿笔, 翻笔上挑, 呈上仰之势。		病	病	病	病				
		溪	溪	溪	溪				
	读	书	对	于	思	想	好	比	运
	动	对	于	身	体	一	样	——约瑟夫·阿迪生	

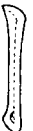
撇点			ノ	ノ	ノ	ノ				
ノ			兑	兑	兑	兑				
书写指导：落笔重顿，随后向左下撇出，要短促有力，撇点多用于字的右上部。			烂	烂	烂	烂				
			常	常	常	常				
长点			、	、	、	、				
、			外	外	外	外				
书写指导：长点是右点的延伸，通常用作反捺。落笔取斜势由左向右下，笔力由轻到重，顿笔回收。			炎	炎	炎	炎				
			餐	餐	餐	餐				
上下点			丶	丶	丶	丶				
丶			冬	冬	冬	冬				
书写指导：由两个右点组成，一上一下，处于同一垂线上。一般居字的左上部或下部。			尽	尽	尽	尽				
			斗	斗	斗	斗				
		愈	困	难	则	愈	应	奋	发	愈
		危	险	则	愈	应	勇	敢	——P.享利	

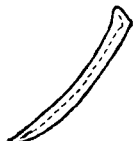
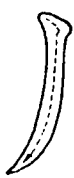
相向点 		丶	丶	丶	丶			
书写指导：由右点和撇点组成，左低右略高，上开下合，两点呈相向之势。		羊	羊	羊	羊			
相背点 		八	八	八	八			
书写指导：由撇点和右点组成，上合下开，两脚平齐，呈左右相背之势。		其	其	其	其			
两点水 		冫	冫	冫	冫			
书写指导：首点下俯，下点上挑，形断意连，启带右部。		冷	冷	冷	冷			
名人名言	我	们	的	力	量	就	在	于
	我	们	的	目	标	一	致	。——F.D.罗斯福

横三点		丶	丶	丶	丶					
丶		覓	覓	覓	覓					
书写指导:由两个右点(俯点)和一个撇点组成,撇点略高,呈上开下合之势。		举	举	举	举					
		彩	彩	彩	彩					
三点水		氵	氵	氵	氵					
氵		河	河	河	河					
书写指导:由两个右点和一个挑点组成。三点成弧形排列,两点下俯,末点上提。		湍	湍	湍	湍					
		湖	湖	湖	湖					
四点底		灬	灬	灬	灬					
灬		点	点	点	点					
书写指导:左右两点大,中间两点略小且略高,首点向右,其余三点向左,切忌四点无变化、一般高。		黑	黑	黑	黑					
		热	热	热	热					
		早	睡	早	起	令	人	健	康	富
		有	而	且	聪	明。	——B.富兰克林			

聚四点		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		兆	兆	兆	兆				
书写指导:由右点(俯点)仰点、撇点、右点组成,呈辐射状聚向中心,书写时先左后右。		挑	挑	挑	挑				
		泰	泰	泰	泰				
长横		一	一	一	一				
一		上	上	上	上				
书写指导:起笔略顿,运笔略向右上斜约 5° 左右,收笔稍顿后回收。		土	土	土	土				
		王	王	王	王				
短横		一	一	一	一				
一		天	天	天	天				
书写指导:写法如长横,注意短横上倾角度比长横明显(大约 10° 左右)。		左	左	左	左				
		武	武	武	武				
	人	生	的	伟	大	目	标	不	在
	于	知	而	在	于	行。	——赫胥黎		



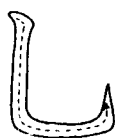
悬针竖 	   	中 中 中 中 川 川 川 川 升 升 升 升
垂露竖 	   	木 木 木 木 甲 甲 甲 甲 将 将 将 将
短竖 	   	丘 丘 丘 丘 在 在 在 在 考 考 考 考
书写指导：起笔略轻，稳稳下行，收笔即止，不作悬针和垂露处理。	渺 小 的 人 常 常 以 为 自 己 最 重 要。 ——伊 索	

短撇		丿	丿	丿	丿				
		乔	乔	乔	乔				
		年	年	年	年				
书写指导:起笔重顿,转笔向左,快速出锋,宜平、宜短,“如鸟啄食”。		峻	峻	峻	峻				
直撇		丿	丿	丿	丿				
		余	余	余	余				
		夸	夸	夸	夸				
书写指导:起笔重顿,由重至轻向左下行笔,干净利落,舒展有力,末端出锋。行笔斜度要因字取势。		笨	笨	笨	笨				
竖撇		丿	丿	丿	丿				
		舟	舟	舟	舟				
		钥	钥	钥	钥				
书写指导:起笔作顿,由重至轻向左下行笔,约至 2/3 处提笔出锋,力至笔端。		周	周	周	周				
	夸	夸	其	谈	者	总	不	是	身
	体	力	行	的	人。	——莎士比亚			



斜捺		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ			
		文	文	文	文			
书写指导：轻落笔后向右下行，力量逐渐加大，至捺脚处顿笔平出锋。		反	反	反	反			
		浪	浪	浪	浪			
平捺		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ			
		之	之	之	之			
书写指导：起笔轻落，平行写出一小颈，再右下行笔，边行边按，使笔画逐渐加粗，取势平坦，至捺脚顿笔出锋。		违	违	违	违			
		退	退	退	退			
横钩		冫	冫	冫	冫			
		军	军	军	军			
书写指导：起笔作横画，横末顿笔，转笔向左下出钩，出钩干脆有力。		实	实	实	实			
		霞	霞	霞	霞			
 名言	谦	虚	不	仅	是	一	种	装
	品	也	是	美	的	护	卫。	——鲁 迅



竖钩		丿	丿	丿	丿				
		求	求	求	求				
书写指导:起笔略顿,向下 行笔,宜直而挺腹,使竖画 挺拔有力,出钩略顿后左 上挑出。		付	付	付	付				
		钉	钉	钉	钉				
弯钩		乚	乚	乚	乚				
		狗	狗	狗	狗				
书写指导:起笔轻落,重笔 下行,略弓背,然后顿笔出 钩,锋势与下笔呼应。		象	象	象	象				
		貌	貌	貌	貌				
竖弯钩		乚	乚	乚	乚				
		尤	尤	尤	尤				
书写指导:落笔下行,圆转 至钩处,略顿出钩,形如 “鹅”浮于水。		笔	笔	笔	笔				
		烧	烧	烧	烧				
	知	畏	惧	成	人	知	羞	耻	成
	人	知	艰	难	成	人	——李光庭		



卧钩		㇏	㇏	㇏	㇏				
㇏		心	心	心	心				
书写指导：轻入笔后向右弧形行笔，由轻到重，出钩与下笔呼应，书写时注意弧度。		想	想	想	想				
		慰	慰	慰	慰				
戈钩		㇏	㇏	㇏	㇏				
㇏		戈	戈	戈	戈				
书写指导：顿笔向右下行，中部笔画略细，下部折笔向右上出钩，出钩要含蓄有力。		弋	弋	弋	弋				
		栽	栽	栽	栽				
横折钩		㇏	㇏	㇏	㇏				
㇏		为	为	为	为				
书写指导：横略上斜至末端，折角顿笔呈方形，至底部再顿笔向左上方迅速提笔出钩。		内	内	内	内				
		淘	淘	淘	淘				
名人名言	没	有	受	过	伤	的	人	才	嘲
	笑	别	人	的	伤	痕。	——莎士比亚		



横折 弯钩		乙	乙	乙	乙					
乙		亿	亿	亿	亿					
书写指导:先写短横,至末端顿笔,然后向左下行笔写竖弯钩。注意弯曲自然,出钩有力。		仇	仇	仇	仇					
		虎	虎	虎	虎					
竖横 折钩		与	与	与	与					
与		与	与	与	与					
书写指导:短竖略向左斜,竖末顿笔后折向右行笔,再顿笔折向下行,然后出钩。		鸟	鸟	鸟	鸟					
		佛	佛	佛	佛					
横撇 弯钩		了	了	了	了					
了		邓	邓	邓	邓					
书写指导:横略上行,折笔写短撇,撇端折笔向右下作弧,弧末用力顿笔出钩,整体呈斜势。		阿	阿	阿	阿					
		郑	郑	郑	郑					
名人言 		除	了	努	力	以	外	我	别	无
		成	功	的	秘	诀。	——E.泰纳			



横折		フ	フ	フ	フ					
フ		马	马	马	马					
书写指导:起笔作横画,转折处略顿,转换行笔方向而折向下写竖,使折角成方折。		唱	唱	唱	唱					
		肥	肥	肥	肥					
竖折		乚	乚	乚	乚					
乚		击	击	击	击					
书写指导:起笔作竖画,转折处略顿转向右行,行至末端收笔。		汹	汹	汹	汹					
		荒	荒	荒	荒					
撇折		ㄥ	ㄥ	ㄥ	ㄥ					
ㄥ		会	会	会	会					
书写指导:一种是撇出后,折笔上行;另一种是撇出后向下折笔写点。		私	私	私	私					
		织	织	织	织					
		太	多	的	帮	助	有	时	比	没
		有	帮	助	更	糟	——狄更斯			



提		✓	✓	✓	✓				
✓		地	地	地	地				
书写指导:起笔作顿,然后迅速向右上出锋,锋与下笔相呼应。		抖	抖	抖	抖				
		妙	妙	妙	妙				
竖提		乚	乚	乚	乚				
乚		民	民	民	民				
书写指导:由竖画和提画组成,也叫“右向钩”。竖长提短,竖可稍向右挺,提画顿笔有力,折角约 30°。		纸	纸	纸	纸				
		袋	袋	袋	袋				
横折提		㇏	㇏	㇏	㇏				
㇏		认	认	认	认				
书写指导:短横略上斜,折角宜方,转笔向下行笔,至底端顿笔向右上提,应横短竖长,提画尖锐,夹角要紧。		说	说	说	说				
		误	误	误	误				
	真	正	的	金	科	玉	律	就	是
	没	有	金	科	玉	律。	——肖伯纳		

竖弯		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		西	西	西	西				
		酒	酒	酒	酒				
书写指导：短竖末端自然弯曲向右行笔，末端回锋收笔，不出钩。		酿	酿	酿	酿				

横折弯		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		朵	朵	朵	朵				
		没	没	没	没				
书写指导：由横折和竖弯组成，横折均等、上折下弯，角度约 90°，不能写成上翘或出钩。		般	般	般	般				

撇折点		ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ				
ㄣ		妈	妈	妈	妈				
		宴	宴	宴	宴				
书写指导：先写短撇，撇端转笔向右下行笔，逐渐加重力度，底部顿笔回收。		媛	媛	媛	媛				

 名人名言	智	者	以	求	索	为	乐	蠢	人
	以	不	学	自	喜	——A.波 普			