

楷

学生

启迪书法技巧
规范笔画顺序
展示行笔范例

书标准字帖 · 欧体

明德 斌武 传务 编

2.33
4-3

中国少年儿童出版社

〔京〕新登字 084 号

责任编辑：余俊雄

图书在版编目 (CIP) 数据

学生楷书标准字帖：欧体/明德，斌武编．—北京：中国少年儿童出版社，
2001.7 (重印)

ISBN 7 - 5007 - 4214 - 2

I . 学… II . ①明… ②斌… III . 楷书 - 法帖 - 中国 - 唐代 IV . J292.33

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 11507 号

学生楷书标准字帖——欧体

明德 斌武 传务 编

*

中国少年儿童出版社 出版发行

地址：北京东四 12 条 21 号 邮编：100708

*

新华书店经销 湖南望城湘江印刷厂印刷

开本：787×1092 1/16 印张：3.75

2001 年 7 月第 1 版第 3 次印刷

印数：30001—45000 册

ISBN 7 - 5007 - 4214 - 2/G·2981

定价：6.80 元

本书如有印刷、装订错误，可向承印厂调换

编 者 的 话

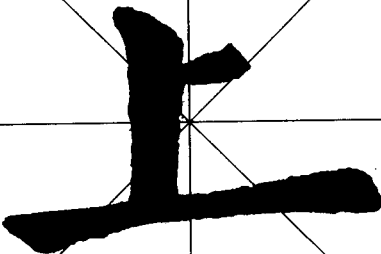
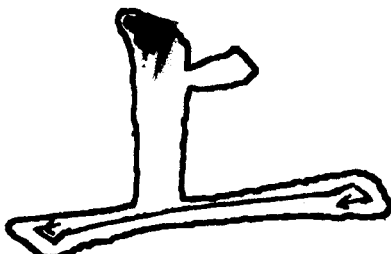
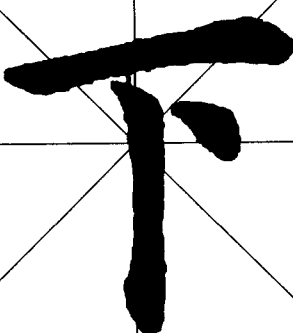
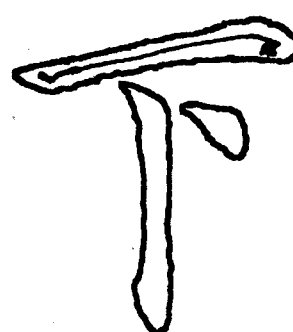
立志于学习书法的青少年朋友,不可不先对楷书加以研习,从它们法度严谨的行笔、结字、布局中汲取养分,然后再向书法艺术的广度、深度进取。基于这一考虑,我们编出这套丛书,希望能给立志于学习书法的青少年朋友有所帮助。

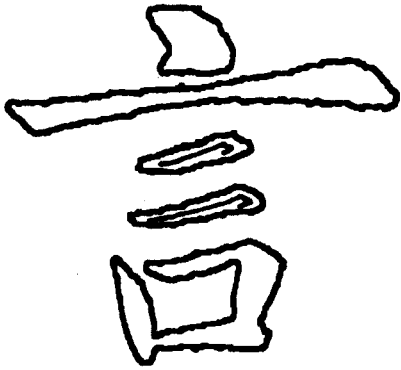
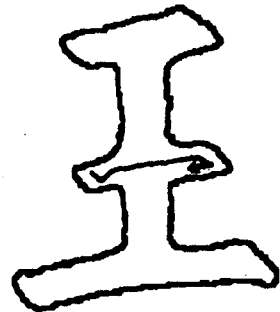
这套丛书所选颜、柳、欧三种楷书体,各含 180 字,都是每一书体中最具代表性的、可举一反三的范字。另附笔画顺序及行笔范例,旨在标新而有别于一般字帖的安排,使青少年朋友明了每个范字的特点及写法,如同一位老师立于身旁谆谆教诲,这是很有益于青少年朋友自学书法的。青少年朋友可选其中一种书体勤加研习,也可将三种书体分步骤加以研习,收获将更大,基础将更扎实。

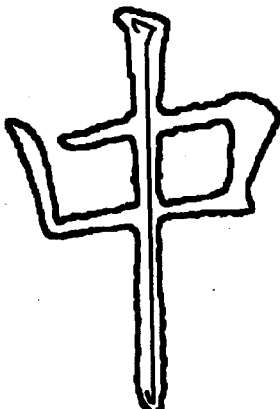
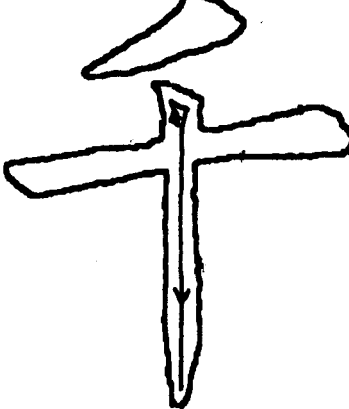
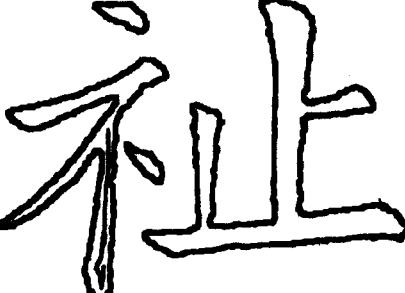
下面姑且把学习书法的基本常识做个简单介绍。(一)笔。可选用大楷长锋羊毫笔。笔毛要尖,压扁笔尖时毛锋要齐,并具有一定弹性。每次用笔后须顺笔锋洗净,将它悬挂。(二)墨。初学者练习时用普通瓶装墨汁即可。待书写水平提高到一定程度,再选用“一得阁”、“曹素功”一类好墨,同时也要选用生宣纸来书写了。(三)纸。初学者练习时不必用生宣纸,毛边纸、旧报纸便可。(四)砚。一般石砚即可,只要石质细腻,坚而不燥,贮水不耗。用后要洗净。(五)衬布。垫纸下防浸墨用,以毛毡为好。(六)压条。又叫镇纸,压纸角用。石制的即可,便宜又适用。(七)执笔。要遵循四个基本原则:①笔管垂直,管正则笔锋正;②指实掌虚,利于运笔自如;③悬起腕肘,利于全身力量送至笔端而无阻碍;④不宜握得过松,以致笔锋着纸无力,也不宜握得过紧,以免行笔僵硬,心手难以相应。(八)坐姿。要求做到:上身正直,头部微倾,双肘分开,向外突出。左手伏桌,轻压纸边,右手执笔,右眼对齐。两腿平放,脚同肩宽,胸不贴桌,背不靠椅。(九)立姿。基本上与坐姿相同,但身体稍向前倾,腰部不宜挺直,左手不要用力支撑桌面。(十)楷书笔画顺序规则:先上后下,先左后右,先横后竖,先撇后捺,先横后撇,先外后内,先中间后两边,先进内后封口,先里面后外包,先主体,后加点。

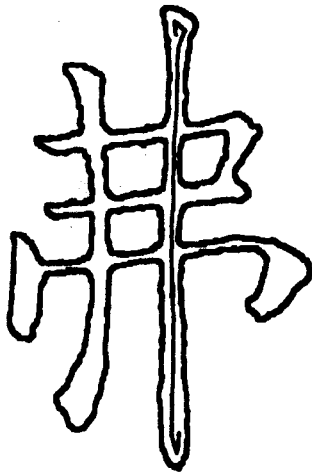
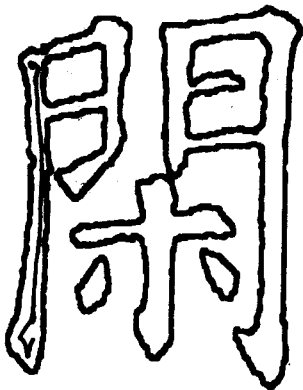
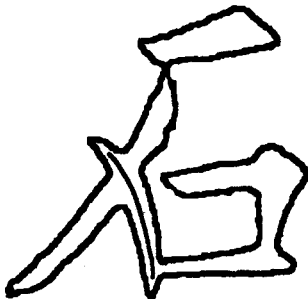
学好书法,并非难到高不可攀,但也不是探囊取物那样的易事。关键在于持之以恒,坚持不懈;在于掌握科学的方法,遵循书法的基本规律,从临摹碑帖入手,加强基本功的训练,由易到难,循序渐进,戒急戒躁。有道是春种秋收,有道是水到渠成。通过一段时间的研习,相信青少年朋友会在书法上有长足的进步。

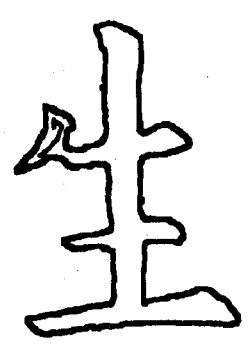
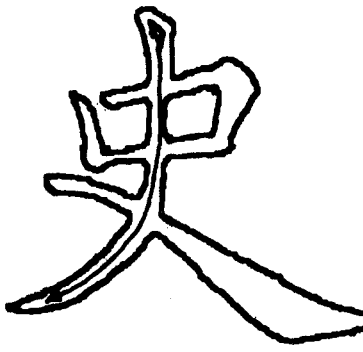
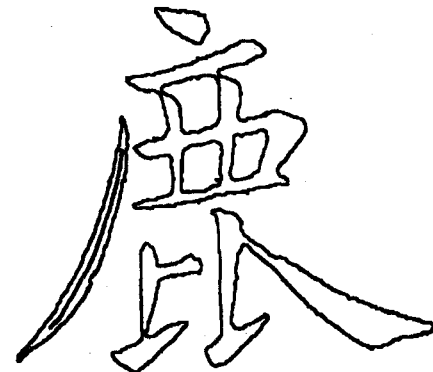
这套丛书,适合各个年龄阶段的广大朋友作为学习书法的入门用书。

笔划顺序：丨 乚 上	行 笔 范 例	
提示： 下面的横叫长平横，欧体长平横的特点：头斜方，背平，尾椭圆，肚部向上微弧。以逆锋入笔，回锋收笔。		
笔划顺序：一 冫 下	行 笔 范 例	
提示： 上面的横叫长凸横，行笔与长平横同，只是要注意整个笔画微微向上凸起的特点。		
笔划顺序：一 二 ㇏ 天	行 笔 范 例	
提示： 上面一横叫短凹横，其特点：一短、二凹、三翘尾。以逆锋起笔，回锋收笔。		

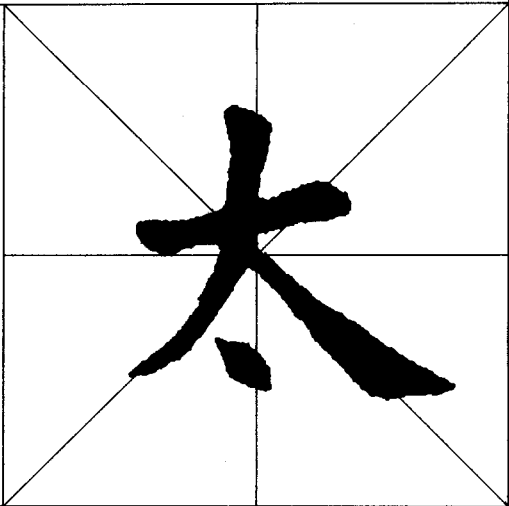
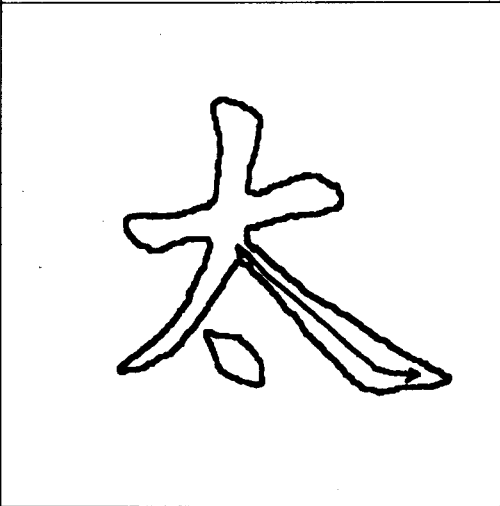
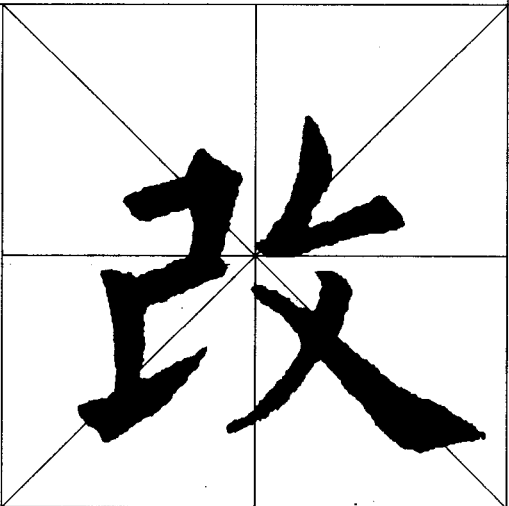
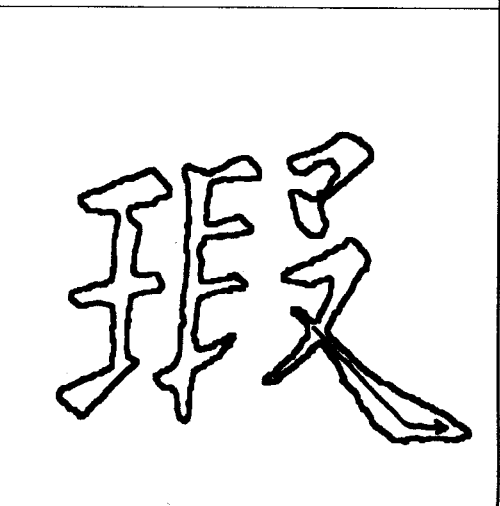
笔划顺序：丶 一 ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀	行 笔 范 例
提示： 第 三、四横叫左尖横，用于多横中以求变化。故用露锋起笔，行笔渐重，回锋收笔。	
笔划顺序：+ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ 提示： 左上一横叫右尖横，与上面左尖横恰恰相反，左粗而右细。以逆锋起笔，露锋收笔。	行 笔 范 例 
笔划顺序：一 二 ㇀ ㇀ 提示： 中间一横叫腰粗横，其特点是中间部位较粗，行笔至中间部位要稍重按才出效果。	行 笔 范 例 

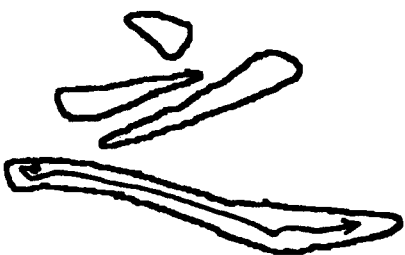
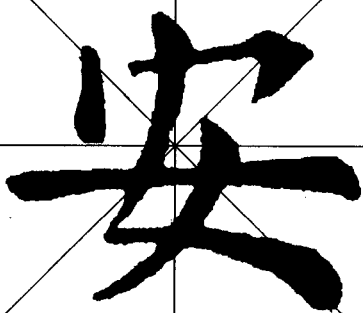
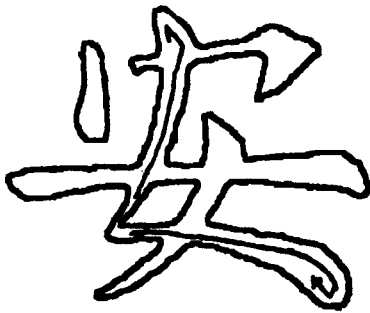
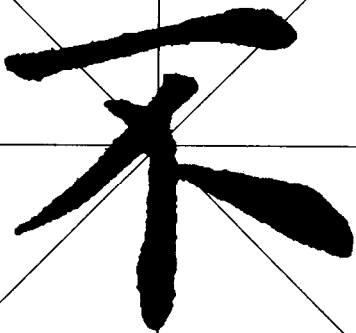
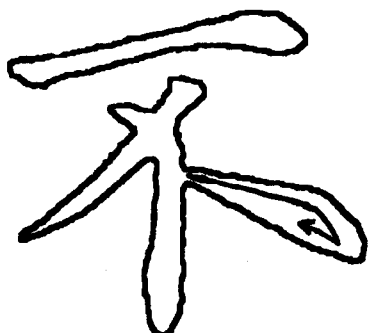
笔划顺序: 丨 冂 口 中	行 笔 范 例	
提示: 中间一竖叫垂露竖, 尾部似一滴圆润露珠。整个笔画两头粗, 中间略小。以逆锋起笔, 回锋收笔。		
笔划顺序: 丿 二千	行 笔 范 例	
提示: 中间一竖叫悬针竖, 头呈斜方形, 颈稍小, 腹粗, 尾尖, 如针嘴。故收笔要锋正, 慢慢提起。		
笔划顺序: 丿 ㇇ ㇏ 𠂇 𠂇 𠂇 𠂇	泉州师院图书馆藏 行 笔 范 例	
提示: 左边长竖叫悬胆竖, 似悬挂的羊胆。头稍尖, 尾上椭圆, 上瘦下粗。以露锋起笔, 回锋收笔。		

笔划顺序：㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀	行 笔 范 例
提示： 右边长竖叫左弧竖，整个形状稍向左弧。逆锋起笔，回锋收笔，多用于字的右部。	
笔划顺序：㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀	行 笔 范 例
提示： 左边长竖叫右弧竖，整个形状微向右弧。多用于字的左部，逆锋起笔，回锋收笔。	 閑
笔划顺序：㇀ ㇀ ㇀ ㇀ ㇀	行 笔 范 例
提示： 左竖叫腰粗竖，中间部位粗，两头细，整个体势微向右弧。露锋起笔，行笔渐按，而后又渐提笔，仍用露锋收笔。	

笔划顺序：丿 ㇏ ㇏ 生 生	行 笔 范 例
提示： 这里的撇叫短撇，整个笔画很短，但也不能随意一挥，仍要用心经营。以逆锋起笔，露锋收笔。	
笔划顺序：丶 ㇏ ㇏ 𠂇 史	行 笔 范 例
提示： 这里的撇叫腰细撇，腰部细于两头之故。逆锋起笔，转锋后向左下行，提按要得宜，露锋收笔。	
笔划顺序：㇏ 广 户 𠂇 𠂇 鹿	行 笔 范 例
提示： 左边长撇叫腰粗撇，中间粗于两头。露锋起笔，行笔渐按以增粗腰间笔画，露锋收笔。	

鹿

笔划顺序：一 丩 大 太	行 笔 范 例	
提示： 右下捺 叫长捺，上 细下粗，要 做到“一波 三折”以显 生气，逆锋 起笔，转锋 向右下行， 顿笔后出锋。		
笔划顺序：丿 ㇇ ㇏ ㇏ ㇏ 改	行 笔 范 例	
提示： 右下捺 叫短捺，写 法与长捺相 似，长短只 是针对笔划 在字中的比 例而言。逆 锋起笔，露 锋收笔。		
笔划顺序：一 ㇇ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ 瑕	行 笔 范 例	
提示： 这里的 右下捺叫弧 捺，头尖， 露锋起笔， 向右下行笔 时渐按，并 使整个笔画 略呈弧状。 露锋收笔。		

笔划顺序：丶 ㄣ ㄣ 之	行 笔 范 例	
提示： 下面一捺叫平捺，是长捺的平写，其头圆，颈细，往右渐粗。逆锋起笔，露锋收笔。		
笔划顺序：丶 ㄣ ㄣ 安 安	行 笔 范 例	
提示： 这里的捺叫曲反捺，由腰粗撇与反捺组成。逆锋起笔，回锋收笔。		
笔划顺序：一 ㄣ 丩 不	行 笔 范 例	
提示： 这里的右下笔画叫长点，头尖，尾呈三角状，腹部较平，露锋起笔，回锋收笔。		

笔划顺序：丶 丿 ㇏ ㇏ ㇏ 光

行 笔 范 例

提示：

右上笔画叫撇点，它有撇意，但形体很短，轻向左上逆锋起笔，然后向左下露锋收笔。

笔划顺序：丶 丶 丶 ㇏ ㇏ ㇏ 沐

行 笔 范 例

提示：

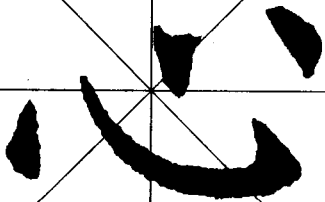
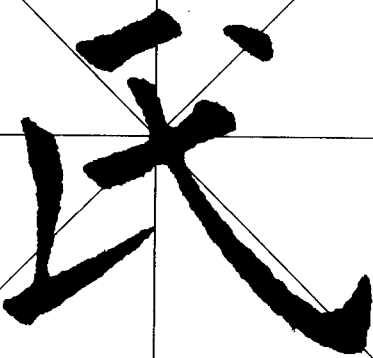
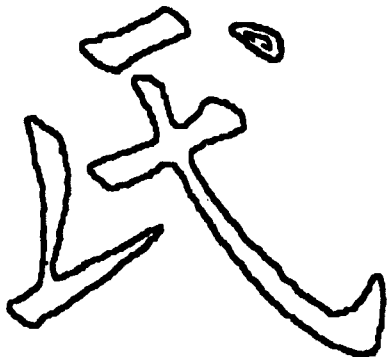
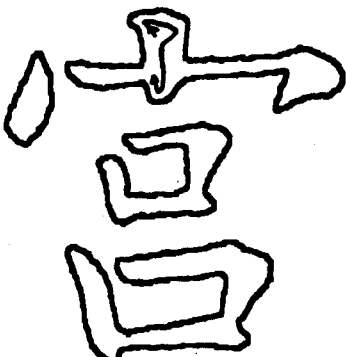
左下一笔叫挑点，有挑意，形短。逆锋起笔，露锋收笔。

笔划顺序：丶 ㇏ ㇏ ㇏ 必

行 笔 范 例

提示：

右边一点叫俯点，如蝶飞状。逆锋起笔，折锋向右下行，提笔调锋，从点的中部向左下出锋。

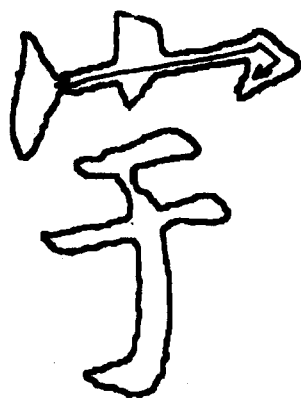
笔划顺序：丨 心 心 心	行 笔 范 例	
提示： 中间一点叫仰点，体势向上仰，与右边之点呼应。露锋起笔，露锋收笔。		
笔划顺序：一 乚 尸 氏 氏	行 笔 范 例	
提示： 右上一一点叫侧点，头尖，背圆，肚平，逆锋起笔，起笔向右下行，然后回锋收笔。		
笔划顺序：丶 丶 宀 市 宀 宫 宫	行 笔 范 例	
提示： 中间一点叫竖点，多用于宝盖头中间，如短竖。逆锋起笔，回锋收笔。		

笔划顺序：丶 丶 宀 宀 宝 字

行 笔 范 例

提示：

宝盖部首有横钩，与两点相连。横钩以逆锋起笔，到出钩时，转锋向上，再向右下顿笔，然后钩出，露锋收笔。



笔划顺序：一 厂 冂 冂 雨 雨 雨

行 笔 范 例

提示：

雨字右边有横折钩笔画，一横带竖钩。逆锋起笔，写横画至转折处，调锋往右下顿，再一挑出钩，露锋收笔。

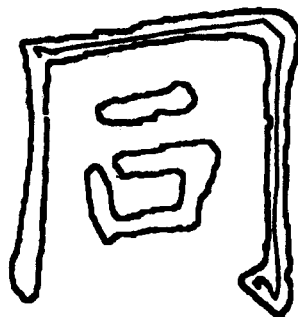
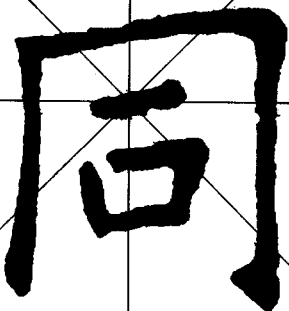


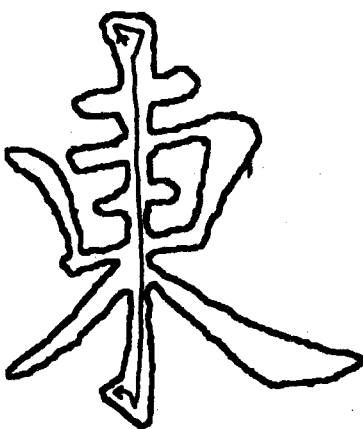
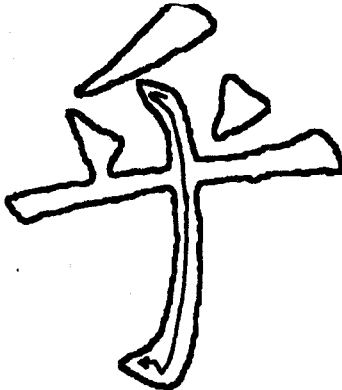
笔划顺序：丨 冂 冂 同 同

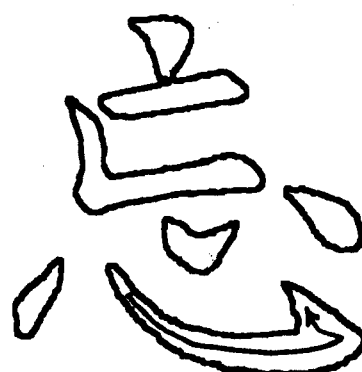
行 笔 范 例

提示：

同字的外框有高横折钩笔画，其竖较横折钩长。写法与横折钩相同。



笔划顺序：一 冫 𠃍 𠃍 𠃍 𠃍 𠃍 東	行 笔 范 例
提示： 中间长竖叫长竖钩，逆锋起笔，转锋下行，出钩。钩呈三角状，肚平尾尖，背厚实。	 东
笔划顺序：人 人 今 今 食 食	行 笔 范 例
提示： 左下竖钩叫短竖钩，写法与长竖钩同。	
笔划顺序：一 𠃍 𠃍 𠃍 乎	行 笔 范 例
提示： 中间竖钩因其形状微弧而叫弧钩，写时掌握好弧度，出钩也不宜太锐而泄劲，呈饱满状为佳。	

笔划顺序：丶 丶 丶 丶 池		行 笔 范 例	
提示： 右下的 笔画叫竖弯 钩，也 叫 “浮鹅钩”， 形同鹅浮于 水面。逆锋 起笔，露锋 收笔。			
笔划顺序：丶 一 亡 尸 忘 忘 忘		行 笔 范 例	
提示： 底下一 钩叫卧钩， 也叫心钩， 头尖，往下 渐粗。露锋 起笔和收笔。			
笔划顺序：一 厂 尸 厶 厶 咸 咸		行 笔 范 例	
提示： 右边长 钩叫斜钩， 向左倾斜， 整个体势较 弧。逆锋起 笔，露锋钩 出收笔。	