

教师职业技能
训练丛书 2

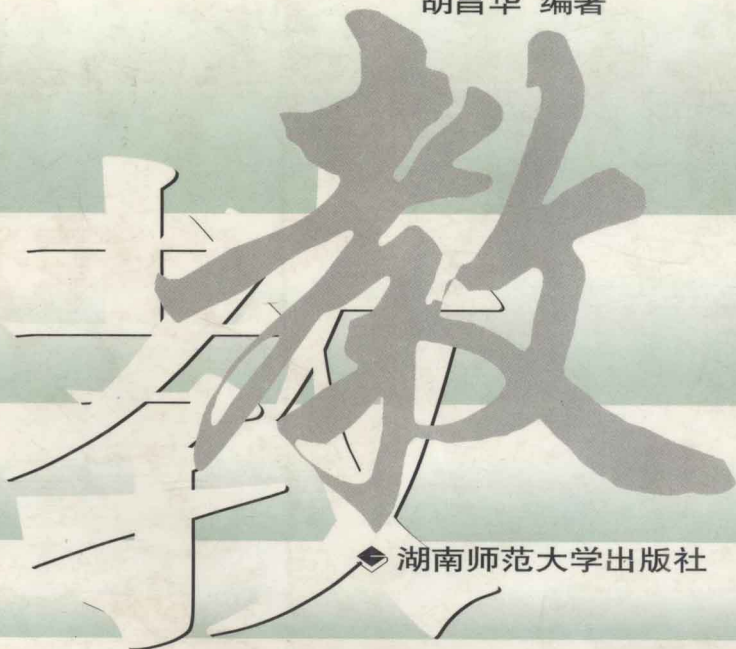
全国中小学教师继续教育

教材

陈 钧
张楚廷
胡淑珍 主编

教师 书写技能

教育部师范教育司组织评审
胡昌华 编著



◆ 湖南师范大学出版社

教师职业技能训练丛书之二

教师书写技能

胡昌华 编著

湖南师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教师书写技能 / 胡昌华编著. —2 版. —长沙: 湖南师范大学出版社, 2000.12

(教师职业技能训练丛书)

ISBN7—81031—494—7/G·208

I. 教 ... II. 胡 ... III. 汉字—书法—师资培训—教材
IV. J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 84095 号

教师书写技能

胡昌华 编著

责任编辑: 李 茜

责任校对: 全 健

湖南师范大学出版社出版发行

(长沙市岳麓山)

湖南省新华书店经销 湖南大学印刷厂印刷

850×1168 32 开 7.625 印张 190 千字

1996 年 5 月第 1 版

2000 年 12 月第 1 次修订 2001 年 8 月第 2 次印刷

印数: 6101—11150 册

ISBN7—81031—494—7/G·208

定价: 9.80 元

教師書寫技能

顏景龍題

前 言

全面推进素质教育，是当前我国现代化建设的一项紧迫任务，是我国教育事业的一场深刻变革，是教育思想和人才培养模式的重大进步。实施“中小学教师继续教育工程”，提高教师素质，是全面推进素质教育的根本保证。

开展中小学教师继续教育，课程教材建设是关键。当务之急是设计一系列适合中小学各学科教师继续教育急需的示范性课程，编写一批继续教育教材。在教材编写方面，我司采取了以下几种做法：

(1) 组织专家对全国各省（区、市）推荐的中小学教师继续教育教材进行评审，筛选出了 200 余种可供教师学习使用的优秀教材和学习参考书；

(2) 组织专门的编写队伍，编写了 61 种教材，包括中小学思想政治、教育法规、教育理论、教育技术等公共必修课教材；中小学语文、数学，中学英语、物理、化学、生物，小学社会、自然等学科专业课教材。上述教材，已经在 1999 年底以《全国中小学教师继续教育 1999 年推荐用书目录》（教师司 [1999] 60 号）的形式向全国推荐。

(3) 向全国 40 余家出版社进行招标，组织有关专家对出版社投标的教材编写大纲进行认真的评审和筛选，初步确定了 200 余种中小学教师继续教育教材，这批教材，目前正在编写过程中，将于 2001 年上半年陆续出版。我们将陆续向全国教师进修

院校、教师培训基地和中小学教师推荐，供开设中小学教师继续教育相关课程时选用。

在选择、设计和编写中小学教师继续教育教材过程中，我们遵循了以下原则：

1. 从教师可持续发展和终身学习的战略高度，在课程体系中，加强了反映现代教育思想、现代科学技术发展和应用的课程。

2. 将教育理论和教师教育实践经验密切结合，用现代教育理论和方法、优秀课堂教学范例，从理论和实践两个方面，总结教学经验，帮助教师提高实施素质教育的能力和水平。

3. 强调教材内容的科学性、先进性、针对性和实效性，并兼顾几方面的高度统一。从教师的实际需要出发，提高培训质量。

4. 注意反映基础教育课程改革的新思想和新要求，以使教师尽快适应改革的需要。

中小学教师继续教育教材建设是一项系统工程，尚处在起步阶段，缺乏足够的经验，肯定存在许多问题。各地在使用教材的过程中，有什么问题和建议，请及时告诉我们，以便改进工作，不断加强和完善中小学教师继续教育教材体系建设。

教育部师范教育司
2000年11月1日

再版说明

21世纪综合国力的竞争，实质上是人才的竞争，归根结底是教育的竞争。教育在社会发展的各个领域内已经发挥且必将进一步发挥巨大的作用，这使得教师在社会发展中的作用越来越大，教师的地位也日益提高。伴随而来的是，社会、学校和学生对教师素质的要求也会越来越高，从某种意义上说，教师将会越来越难当。作为一个合格教师，不仅要有稳固的专业思想和高尚的教师职业道德，要有某一学科专业的科学知识和教育理论素养，要有一定的人文科学与艺术修养，而且还必须具备教育、教学的实际能力，掌握科学的、先进的、融技术与感情为一体的教师职业技能。教育界一直在呼吁，希望加强这一方面的工作。近几年来，在总结我国师范教育改革的经验和教训的基础上，根据我国基础教育对师资基本能力的要求，国家教委下发了教师司[1992]39号文件，要求在各高等师范院校试行“教师职业技能训练基本要求”，明确提出：“学校各级领导要把加强学生的教师职业技能训练作为深化教学改革，提高师范学生培养质量的重要内容来抓。”为保证“基本要求”的实施，我校提出了“全面充分的教育功能，坚实牢靠的基础知识，系统连贯的职业训练，面向未来的弹性结构”的教学指导原则，调整了教学计划，使之具有鲜明的师范特色。突出了师范生作为未来教师的职业技能训练，八个学期均有具体训练内容，使之连贯不断线。制订了《学生综合职业能力考评办法》，对学生的职业能力进行严格的、全

面的考核，使学生形成自觉地进行职业技能训练的驱动机制。我们还专门组织了力量，进行教师职业技能训练的理论和实践研究，开展了一系列教育、教学的改革实验。凡此种种，对提高学生的教师职业技能产生了良好效果。

为使教师职业技能训练和培养工作进一步理论化、规范化和实用化，我们组织了一批对教师职业技能训练有一定的理论研究和实践经验的教师，根据国家教委教师司 [1992] 39 号文件的基本精神，编写了《教师职业技能训练丛书》。这套丛书是作者们多年来从事教师职业技能训练的理论研究与教学实践经验的总结，是高等师范教育改革的尝试。因此，丛书在反映师范特色上，具有以下几个主要特点：

首先，较全面地揭示了教师职业技能的行为结构。丛书将作为一个教师必须掌握和运用的教育和教学的基本技能分解为八个部分，每个部分成为一个分册，即《教师口语技能》、《教师书写技能》、《教师文体写作技能》、《教学技能》、《电化教育技能》、《班主任工作技能》、《教师获取信息技能》、《教师礼仪训练》。在实施训练中可根据各部分训练内容的特点，统筹兼顾，合理安排，以形成系统的、各部分之间有机联系的教师职业技能训练的整体。

其次，突出了技能训练的实践性和可操作性。这套丛书的着眼点落在教师的教育、教学基本技能的达成上。它不仅针对师范生的实际，介绍了有关技能训练的理论基础，安排了训练的内容，介绍了训练的方法与步骤，还给出了训练后的评价体系，使学生通过训练后的自查、自评，把握训练的效果，发现问题，及时解决。经过反复的自觉训练，掌握教育、教学的基本技能，提高学生实际的教育、教学能力。

再次，强调了技能训练的示范性。这套丛书收集、整理了许多关于口语表达、书面表达、教学工作、班主任工作，及获取教

学信息等方面的具体、生动、有一定代表性的实例。通过这些范例或案例，既可以使学生进一步加深了对有关技能训练的理论基础的理解，又能激发学生的训练兴趣。因此，这套丛书也可供中等师范学校、教师进修院校及有关的教师职业培训之用。

该套丛书自 1996 年出版后，深受广大教师及师范学生的欢迎，曾多次重印。不少读者以不同的方式给我们提出修订再版的建议和要求。湖南师范大学出版社也将我们这套丛书作为全国中小学教师继续教育招标教材，报送教育部师范司。师范司组织专家对这套丛书的编写大纲进行了评审。专家们给予了充分肯定，并提出了修改意见。我们综合了专家和读者的意见和建议后，认真进行了修订。

这套丛书由陈钧、张楚廷、胡淑珍主编，并负责审定各分册的编写纲要及审稿、定稿，最后由陈钧统筹并统稿。

这套丛书的主要内容虽然都在湖南师范大学师范专业的本、专科生中试讲过，这次又根据 1996 年版试用后的反映及专家意见作了一些修改，但作为教师职业技能训练丛书出版，实感稚拙。不妥之处切盼同仁、读者指正。

主编

2000 年 8 月

目 录

第一章 书写基础	(1)
第一节 正确书写规范汉字.....	(1)
第二节 文房四宝.....	(5)
第三节 执笔运腕及写字姿势	(10)
第四节 书写基础技能训练	(14)
第二章 临摹技法	(16)
第一节 选帖	(16)
第二节 读帖	(19)
第三节 临摹方法	(20)
第四节 临摹技能训练	(23)
第三章 楷书笔画	(37)
第一节 楷书笔画的特点	(37)
第二节 楷书笔画的写法	(39)
第三节 楷书笔画技能训练	(58)
第四章 楷书结构	(64)
第一节 影响结构的因素	(65)
第二节 楷书结构的法则	(68)
第三节 楷书偏旁部首的写法	(75)
第四节 楷书结构技能训练	(84)
第五章 行书笔画与偏旁部首	(90)
第一节 行书的用笔特点	(90)

第二节	行书笔画的写法	(95)
第三节	行书偏旁部首的写法	(104)
第四节	行书笔画与偏旁部首技能训练	(120)
第六章	行书结构	(123)
第一节	行书结构的原则	(123)
第二节	行书结构的方法	(126)
第三节	行书结构技能训练	(135)
第七章	硬笔字	(138)
第一节	概论	(138)
第二节	钢笔字	(140)
第三节	粉笔字	(143)
第四节	硬笔字书写技能训练	(146)
第八章	笔法、墨法与章法	(159)
第一节	笔法与墨法	(159)
第二节	章法	(163)
第三节	笔法、墨法与章法技能训练	(168)
第九章	书体源流	(190)
第一节	甲骨文	(190)
第二节	金文	(192)
第三节	小篆	(194)
第四节	隶书	(196)
第五节	楷书	(199)
第六节	草书	(208)
第七节	行书	(214)

第一章 书写基础

第一节 正确书写规范汉字

汉字跟其他任何文字一样，具有很强的社会性，是传播文明、传递信息的工具。汉字在一定的时期必须有一定的规范，否则在使用中就会造成混乱，所以国家有关法令明确要求和规定了汉字要规范化，用字书写必须规范，符合标准。教师肩负着教书育人，培养祖国新一代建设者与接班人的重任，在汉字规范化方面，不但自身要率先垂范，而且要认真教育学生读写规范汉字，这既是国家法令的要求，也是职业道德的要求。教师如果在讲课板书和批改作业时，用字不规范，就会误人子弟。目前，社会上语言文字的规范意识比较淡薄，滥用繁体字，乱用不规范的简化字的现象相当严重。针对这一情况，教师在用字规范方面，更要尽职尽责。为此，师范院校的学生必须确立用字规范的意识，加强正确书写规范汉字的训练，尤其是要掌握和正确规范地书写《现代汉语常用字表》中收录的3500个常用汉字，切实掌握每一个字的笔画、结构和笔顺。

一、规范汉字的含义和标准

汉字规范化，就是根据汉字发展的规律确定形体和书写的统

一正字标准。规范汉字包括经过整理简化的字和未整理简化的传承字。经过整理简化的字是指国家正式发布的《简化字总表》、《第一批异体字整理表》、《现代汉语常用字表》所收的字。在以上字表收字的范围内，三个字表的规定就是规范汉字的标准。未整理简化的传承字是指以上字表未收的社会公认的汉字，应当以国家审定的《新华字典》、《现代汉语词典》、《中华大字典》为标准。凡不属国家公布和审定的字，都不是规范字，其中包括一切错别字、已经公布废除的异体字、繁体字、旧印刷字、《第二次汉字简化方案〈草案〉》中的简体字和自造简体字。

在这里我们得顺便强调，要注意处理好练字与用字的关系。在工作和生活当中的书写用字必须规范，符合上述规范汉字的标准。而练字常以古代碑帖作为范本，其中有不少繁体字和异体字，我们也可跟着学习临摹。但是练习写繁体字和异体字的目的是为了学习用笔方法，写好基本笔画，掌握结构要领和方法，便于美观地书写汉字。所以，练字时写繁体字和异体字与用字规范化并不矛盾。至于书法作品，纯属艺术创作，用字不受通行的规范化的约束，写简化字还是写繁体字，书作者可自由选择。

二、汉字的笔画

笔画是构成汉字的点和线，是构成汉字的最小单位。除一、乙两个字以外，每写一个字，笔头在纸上要起落若干次。每一次起笔到落笔所写的点和线，无论长短和曲直，统称作一画或一笔。

（一）汉字的笔形

笔形是指汉字笔画的形状。汉字的笔形分为两大类：一类是不曲折的笔形，称为平笔笔形，或称单一笔画；一类是曲折的笔形，称为折笔笔形，或称复合笔画。

平笔笔形有六种：一（横）、丨（竖）、丿（撇）、㇇（捺）、丶（点）、✓（挑）。它们在字的不同位置或不同偏旁中，为适应

汉字方块形的需要，又有各种不同的形态。横、竖、挑都有长短之分，撇有平撇（“禾”的首笔）、竖撇（“月”的首笔）等不同写法，捺有斜捺（“木”的末笔）、平捺（“之”的末笔）等变化，点可分为左点（“心”的首笔）、右点（“刈”的第二笔）、竖点（“快”的首笔）等等。

折笔笔形，一般依起笔、中间的变化和收尾的形态而有不同的名称，不过名称尚未规范。折笔笔形分为单折笔和复折笔。单折笔有：竖钩（丿）、竖弯钩（㇇）、斜钩（㇇）、心钩（㇇）、竖折（㇇）、竖挑（㇇）、横钩（㇇）、横折（㇇）、横折撇（㇇）、撇折点（㇇）。复折笔有：竖折钩（㇇）、竖弯钩（㇇）、横折折（㇇）、横折弯钩（㇇）、横折竖弯钩（㇇）、竖折折钩（㇇）、横折折撇（㇇）、竖折折撇（㇇）。

（二）汉字笔画的组合关系

汉字笔画的组合有相离、相接、相交三种：

利用相离组合关系构成的字有二、三、八、川、小、心等。

利用相交组合关系构成的字有十、太、力、七、九等。

相接组合关系分为两种情况：一种是一个笔画的笔首或笔尾与另一个笔画的身段相接，如人、入、刀、丁、上、正、卫、久等；另一种是一个笔画的笔首或笔尾与另一个笔画的笔首或笔尾相接，如厂、了、几、己、口、弓等。

三、汉字的结构

汉字的结构，是指汉字构成成分组合的方式。汉字分独体字和合体字两类。独体字结构的组合方式的分析要看笔画的具体笔形（包括它的长短、走向）数目、位置及其相互间的组合关系。合体字的结构成分是部件，即常说的偏旁部首。合体字的偏旁部首有的是由独体字变化而来的。合体字一般有左右结构、左中右结构、上下结构、上中下结构、半包围结构、全包围结构等几种结构组合方式。

四、汉字的笔顺

写汉字时笔画的先后次序，简称笔顺。汉字笔顺有以下基本原则：

（一）先横后竖

竖与横相交，竖的笔首与横的身段相交，如十、王、下都应先横后竖。例外的是丑、贯、再，其竖与横相交部分则是先竖后横。

（二）先竖后横

竖的笔尾与横的身段相接，横的笔首与竖的身段相接（如“占”字头，“非”字右边），横的笔尾与竖的身段相接（如“北”与“非”字左旁），横的笔尾与竖的笔尾或身段相接（如“革”字头、“甘”字的二、三横），都应先竖后横。

（三）先撇后捺

撇与捺无论是相离、相接还是相交，如人、文、木、入都应先撇后捺，人、八因成为合体字部件捺变成点时，都应先撇后点。

（四）后写内点

内点是包括在主体内部的点。除义、丹、舟（上内点）、戍、炙字点及啄字右边、卯字左旁外，都应后写内点。后写内点的字如：凡、勺、瓦。

（五）后写右上点

有些右上带点的字或部件，一般都是后写右上的点，如戈、犬、尤、术、发、龙、成等。

（六）先撇后折

由撇和折组成的字或部件，多数是先撇后折，如包、句、风、没。但刀、力、乃、万、方、皮、龙、女和虎字头则是先折后撇。

（七）从左到右

部分独体字、左右结构和左中右结构的字或部件，绝大多数是从左到右，如八、川、体、湖。但陪字左旁、部字和即字的右边，则从右到左，即后写竖笔。

(八) 从上到下

一般的字都应先写上面的笔画，后写下面的笔画，但赵、题、翅、毡、翹等左手包孕结构的字，被包部分后写，则是依据从左到右和先外后内的规则。

(九) 先外后内

部分独体字和包围结构的字或部件，绝大部分是先外后内或先写外后包内，如风、围、句、同。但凶字框，走之底和建字底的包内部分要先写，后写包外。区字框和可字框构成的字或部件比较特殊，都是先写横，再写包内部分，后写横折或竖钩。

(十) 先里面后封口

全包围结构的字或部件，先写上框，再写框内的部分，最后封口，如固、国等字底下一横都是最后写。

(十一) 先中间后两边

有的字或部件，先写中间，后写左右，如小、办、承、业、尚、兜、率、燕（中部）、录、恭，聚（下部）、犀（包内上部）、敝（左边）等。但竖心旁、火字与火旁、肃字（下部）是先写两边后中间。

第二节 文房四宝

书写离不开书写工具，书写工具的好坏对写字有一定的影响。常言道，“工欲善其事，必先利其器”，精良的书写工具对书写技能的发挥确有帮助。同时，工具考究本身给人一种享受，它

能助长书写的兴致。本书设有专章讲钢笔字和粉笔字的训练，在那里会介绍钢笔字和粉笔字的书写工具，因此在这里讲的书写工具仅指毛笔书写工具。毛笔字的书写工具主要有笔、墨、纸、砚。它们被人们美誉为“文房四宝”。

一、笔

中国毛笔的笔头一般都是兽毫做的，柔软而有弹性，刚柔相济。“笔软则奇怪生焉”，它能写出轻重浓淡、干湿枯润、方圆多变的笔画来，正因为如此，毛笔书写才富有魅力。

在我国，创造毛笔的历史有五六千年了。据文物考证，在殷商时期就出现了毛笔。现在我们能够见到的最早的毛笔实物，是1954年在湖南省长沙市左家公山的战国楚墓中出土的毛笔。随着制笔业的发展，在我国历史上形成了“徽州笔派”、“湖州笔派”和“北京笔派”这三大笔派。

（一）毛笔的种类

根据笔毫原料及性能，毛笔可分为硬毫笔、软毫笔和兼毫笔。硬毫笔主要是用兔毛或黄鼠狼尾毛等制成，其特点是弹性较强，劲利挺健。软毫笔主要选用羊毫、鸡毛制成，柔软湿润，写出来的笔画丰满而富有变化。兼毫笔在一支笔内兼用了软硬两类笔毫，其性能介于硬毫笔和软毫笔之间，刚柔相济，软硬适中。

按笔头的大小来分，毛笔可以分为大字笔、中字笔和小字笔。比大字笔大的还有提笔、斗笔、楂笔等。

依据笔毫的长短，毛笔还可以分为长锋笔、短锋笔。

（二）毛笔的选择

无论什么种类的毛笔，都要求质量要好，选料制作精良。衡量毛笔质量的标准是四个字，即：尖、齐、圆、健。“尖”指锋颖尖，笔锋收得拢。笔锋尖则便于写出美观、微妙的笔画来。“齐”是指笔毫化开后，捏扁起来看锋颖齐整。齐说明选毫纯净，制作精良。“圆”指笔头圆锥体规整饱满。圆则笔毫能聚中，可