

写字

王明夏 黄德杰 尹开桂 著

突破傳統學習方法
培養良好書寫習慣

趣味便捷易於掌握

硬筆速成還能靜心

哈哈写字

王明夏 黄德杰 尹开桂 著

G634.955.3
7

贵州出版集团 贵州人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

哈哈写字 / 王明夏, 黄德杰, 尹开桂著. -- 贵阳 :
贵州人民出版社, 2013.6
ISBN 978-7-221-11026-8

I. ①哈… II. ①王… ②黄… ③尹… III. ①书法课
—中小学—教学参考资料 IV. ①G634.955.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 142511 号

哈哈写字

著者：王明夏 黄德杰 尹开桂

责任编辑：王璐

封面设计：尹开桂 彭亚

出版发行：贵州出版集团

贵州人民出版社

印 刷：重庆巍承印务有限公司

开 本：889毫米×1194毫米 1/16

印 张：8

字 数：8千

版 次：2013年7月 第1版

印 次：2013年7月 第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-221-11026-8

定 价：9.80元

作者简介



王明夏简介

王明夏，1962年5月生于贵州省遵义市。1985年7月毕业于遵义师范学院。1983年始学书，长期致力于书法创作、教学和推广。作者研习了三十年的书法，留下了堆积如山的废纸，他便时常坐在那纸山上，喝着家乡的老酒、土茶，与王羲之等对话。



黄德杰简介

黄德杰，1973年生于广西武鸣，毕业于广西师范大学美术教育专业，文学学士。中国书法家协会会员；中国硬笔书法协会理事、篆书篆刻刻字专业委员会副主任、教育委员会副主任、少儿分会副会长、签名艺术研究部主任、广西工作委员会主席；柳州市硬笔书法家协会主席；全国性硬笔书法大赛评委；教育部考试中心书画等级考试高级培训师。毛笔作品获中国书法艺术界的最高奖——第四届中国书法“兰亭奖”佳作奖（中宣部、中国文联），硬笔作品获中国硬笔书法2012年度艺术创作金奖。著有《艺术签名宝典》、《时尚英文签名DIY》、《百家姓签名手册》等艺术畅销书；【中国隶书网】、【中国书法签名网】站长。

近期主要艺术成就：毛笔书法作品入展中国书法家协会主办的第四届中国书法“兰亭奖”佳作奖、全国第三届隶书大展、全国第二届篆书展、全国第二届册页书法作品展、首届“王羲之奖”全国书法作品展等；硬笔书法作品获中国硬笔书法协会主办的全国第二届中青年硬笔书法家作品展二等奖、第六回中国硬笔书法大展三等奖等。



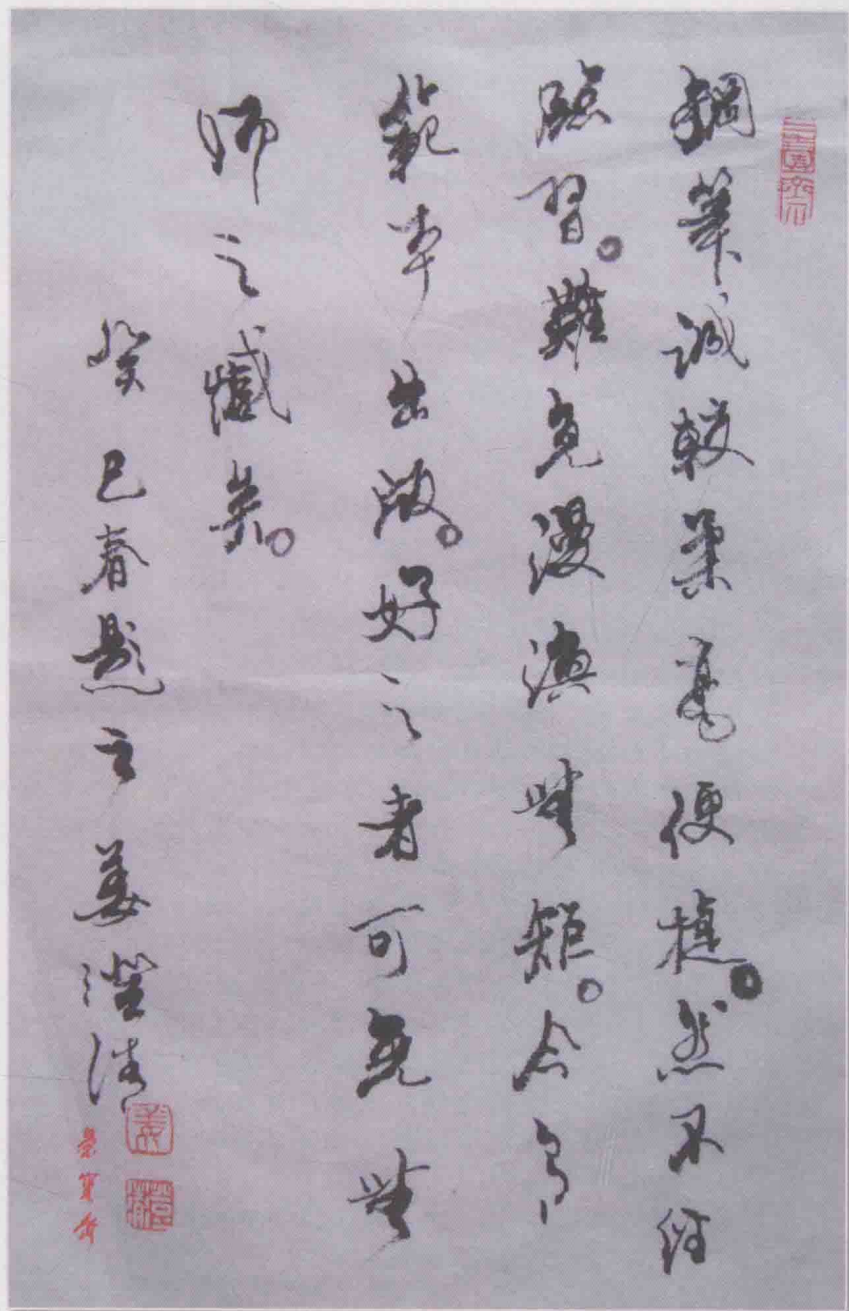
尹开桂简介

尹开桂，五十四岁。亦名：墨言。中国书法家协会会员，贵州省书法家协会常务理事，遵义市书法家协会党组负责人兼副主席、创作评审学术委员会主任，遵义书画院副院长，遵义市市管专家。

其作品获中国书法家协会和中央电视台主办的“杏花村汾酒集团杯”首届全国电视书法大赛铜奖，“敦煌杯”全国书法大赛最高奖；贵州省第二、三届“茫父杯”书法双年展一等奖，公民道德建设工程全省书法、绘画大赛（书法组唯一）一等奖，贵州省禁毒书法展（唯一）一等奖，多彩贵州书画大赛书法组最高人气奖；在汉城举办的“国际艺术审美大展”金奖，中国书法、美术家艺术精品展金奖等数十次大奖。入展中国书法家协会主办的各大展览18次。中央电视台一、十频道七次播其参加的书法活动和专题介绍。2006年9月作为全国教师书法大赛五位一等奖获奖者应邀为中国书法教育代表团成员到马来西亚、新加坡、泰国、香港、澳门进行书法交流。

《光明日报》、《贵州日报》、《中国书画报》、《书法报》《书法导报》等多种报刊刊登其作品或专题报道。遵义市选定其书写近三万字的巨型《红军英烈墙》镌刻在遵义红军烈士陵园。《世界名人辞海》、《世界名人录》、《中国当代书法篆刻家辞典》等多种专集、辞书收录其作品与传略，多件作品被政府、公司选为礼品赠省、部级与国家领导人和国内外友人及收藏家收藏。

dcq88/10



钢笔诚较柔毫便捷，然不经临习，难免漫涣无矩。

今有范本出版，好之者可免无师之憾矣。

姜澄清题（当代书画艺术理论家，贵州省书协名誉主席）

前言



写好硬笔字，其实真的并不难。为什么很多人写了一辈子的字却写不好？主要原因是：一、没有养成良好的书写习惯；二、没有专业师资；三、对写字的重要性认识不够；四、传统的学习方法比较枯燥。

《哈哈写字》突破了传统的就字练字的方法，在发明了汉字书写的简便式练习模板的基础上，根据《教育部关于在中小学加强写字教学的若干意见》的精神，参照了国内写字课的教材，经过大量、反复的实践，创作，实践、再修改完成。

我们把基本的笔画，经典的汉字结构，创作成描红模板。模板简单直观，使用非常便捷，只需利用两三分钟时间，让学生在学前练习描红模板即可完成练习。这种学习方法不仅可以让学生养成好的书写习惯，牢记正确的笔画书写和结字方法，通过常用字、经典字的循序渐进的书写示范和自我评判练习巩固，使学生在快乐、高效、科学的学习方法中达到写字速成；同时这套模板在描习中还有启迪思维，立志静心的作用，可帮助学习者的学习成绩大幅度提高。

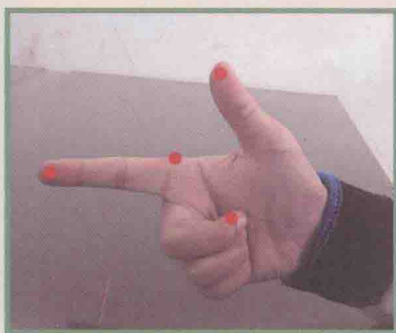
现在的孩子学习任务繁重，十分辛苦。很难顾及练一手好字。于是，我们产生了编写本书的想法，我们的理念是：趣味！轻松！便捷！高效！无须太多时间，不但可以快速规范地把字写好，更重要的是对提高学习成绩大有帮助。我们希望孩子们都能快乐、健康、幸福地成长，希望此书对你有所帮助。练好打门锤，开启新希望。

本书分三个部分，第一部分是基本笔画，第二部分是经典结构，第三部分是练字模板。

作者

写一手好字 从双姿开始

执笔姿势



找准四点

两点靠，两指捏，手离笔尖一指节。

两点靠：一靠中指指甲后，二靠食指根；

两指捏：大拇指与食指的指肚捏住笔杆；

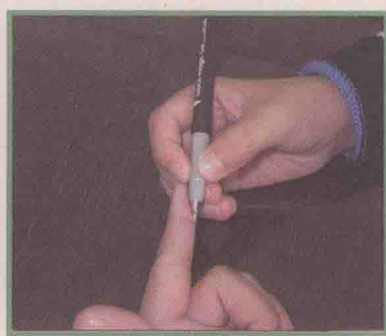
手离笔尖一指节：握笔的高度略长于左手食指一节的长度；



贴准两点



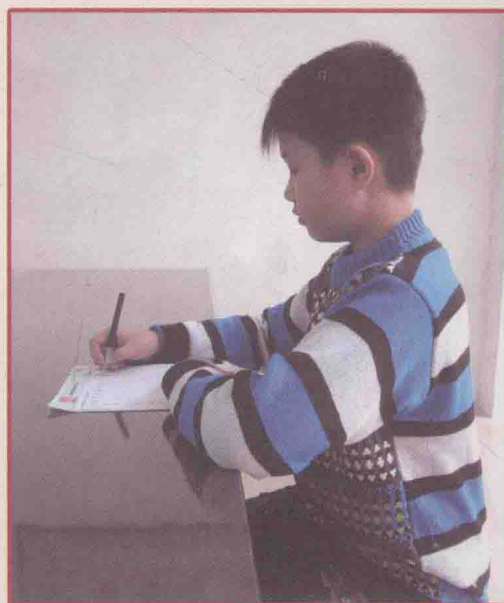
指实掌虚握稳笔



手离笔尖一指节

正确坐姿

头正腰直身放松 双肩撑开两脚平



正确的执笔是写好字的基础，提笔不忘执笔法

如果发现执笔不正确，请对照图示，每天练习10分钟，直至改正

汉字笔画名称

依据教育部《中小学书法教育指导纲要》 教基二[2013]1号

笔画	名称	例字	笔画	名称	例字
丶	点	六	丨	竖提	民
一	横	十	㇇	横钩	农
丨	竖	中	㇇	横折	口
丿	撇	八	㇇	横折钩	月
㇇	捺	人	㇇	横撇	水
㇇	提	虫	㇇	撇折	去
丨	竖钩	小	㇇	撇点	好
㇇	弯钩	子	㇇	横折弯钩	九
㇇	斜钩	我	㇇	竖折	山
㇇	卧钩	心	㇇	竖折折钩	马
㇇	竖弯	四	㇇	横折折撇	边
㇇	竖弯钩	儿	㇇	横撇弯钩	那
㇇	横折提	话	㇇	横折折折钩	奶
㇇	横折弯	船	㇇	竖折撇	专

汉字笔画书写的运笔规律，一般是横竖撇的起笔较重，点捺的起笔较轻；转折处要略顿笔，稍重、稍慢；提和钩，开始要略顿笔、稍重，尔后逐渐转为轻快，收笔出尖；所有笔画都是一笔写成，不能重描。这些笔画在组成汉字时，有的形状会略有变化，因此，在书写时，要注意多观察，把笔画形状写准确。

汉字笔顺基本规则

依据教育部《中小学书法教育指导纲要》 教基二[2013]1号

规 则	例 字	笔 顺
先 横 后 竖	十	一 十
	下	一 丅 下
先 撇 后 捺	八	丿 八
	天	丿 夭 天
从 上 到 下	三	三 三 三
	尖	尖 尖
从 左 到 右	地	土 地
	你	亻 你
从 外 到 内	月	月 月
	向	冫 向
先 里 头 后 封 口	日	冂 日 日
	国	冂 国 国
先 中 间 后 两 边	小	丿 小 小
	水	丿 水 水

为了方便、流畅地书写汉字，根据汉字结构特征、常用书写工具、书写姿势、书写时的肢体动作及书写笔程，人们从历代书写经验中总结归纳出了汉字笔顺基本规则。该基本规则适用于绝大部分汉字的书写，有少数汉字的书写笔顺不尽一致，教师可以灵活把握。



基本笔画训练

1. 横

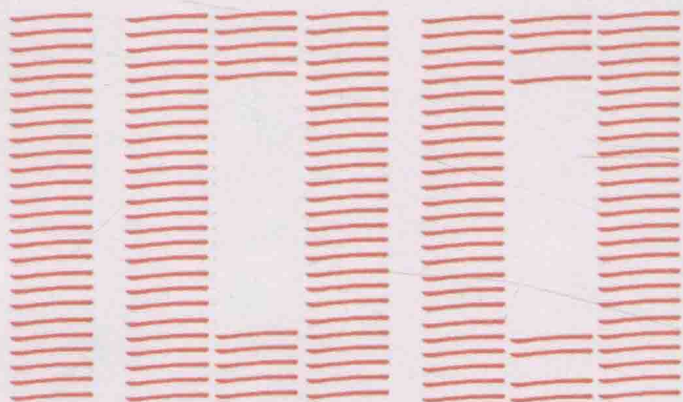
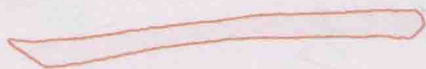
1.1 长横

斜切笔轻顿，
略向右上倾，
中部力稍轻，
下拉直收笔。



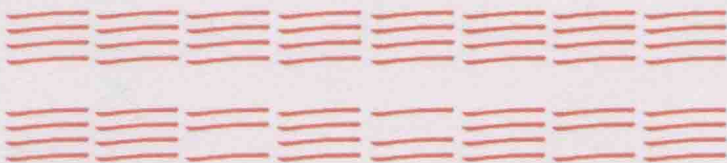
描红体验

精准描写长横外轮廓，体验其形态特征。



描补训练

精准描红，并用长横将右侧“100”
模板补充完整，要求所有长横平
行等距。



单字训练

精准描红，并将每行第五格的汉字
所缺笔画按笔顺补齐，空格内请精
准临摹。

以下所有笔画训练模式相同

十	十	十	十	丨		十		十		
三	三	三	三	二		三		三		
士	士	士	士	丨		士		士		
王	王	王	王	干		王		王		
五	五	五	五	万		五		五		
生	生	生	生	牛		生		生		

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

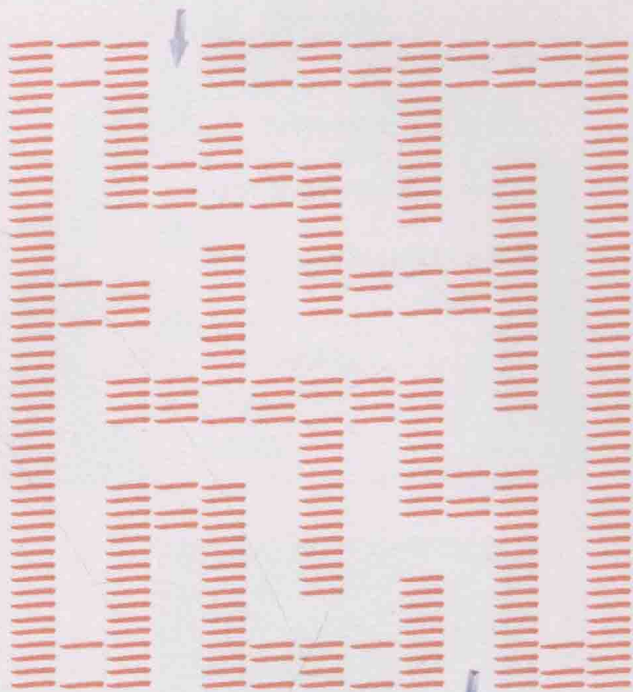
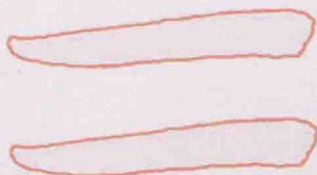
老师评分



基本笔画训练

1.2 短横

落笔须要轻，
略向右上倾，
由轻渐至重，
轻顿直收笔。



二	二	二	二	一		二		二		
工	工	工	工	上		工		工		
土	土	土	土	上		土		土		
言	言	言	言	言		言		言		
正	正	正	正	止		正		正		
麦	麦	麦	麦	友		麦		麦		

自我检测：请在十个最满意的字下方画上



老师评分





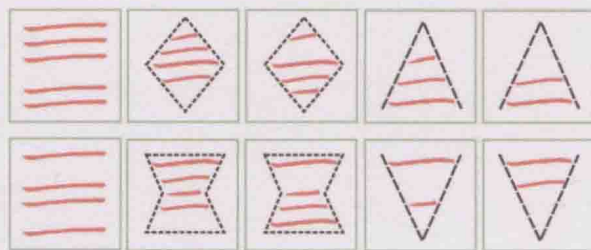
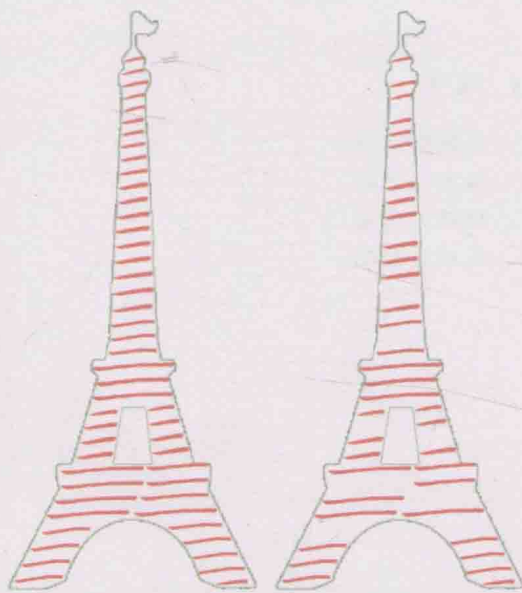
基本笔画训练

1.3 组合横

注意保持长短横的写法

注意横与横之间的距离相等

注意长短的搭配使用



玉	玉	玉	玉	土		玉		玉		
兰	兰	兰	兰	兰		兰		兰		
丰	丰	丰	丰	丰		丰		丰		
田	田	田	田	田		田		田		
再	再	再	再	冉		再		再		
里	里	里	里	里		里		里		

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

老师评分



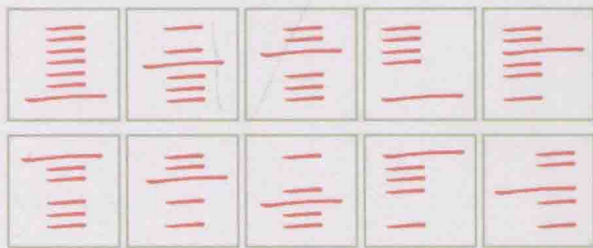
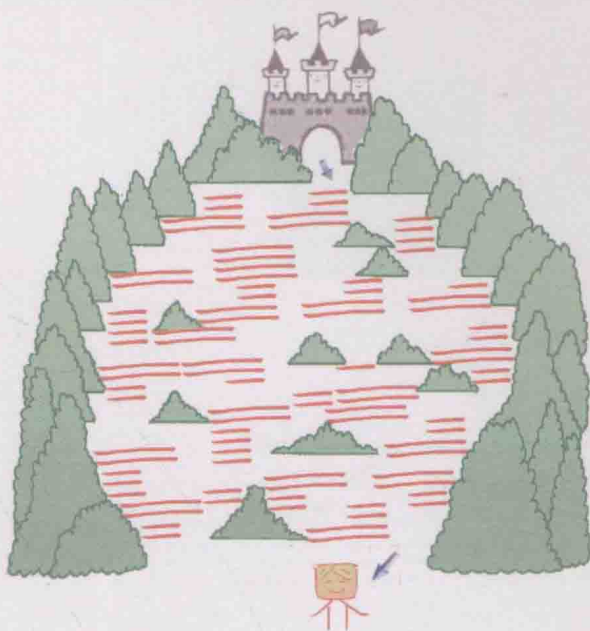
基本笔画训练

1.4 组合横

注意保持长短横的写法

注意横与横之间的距离相等

注意长短的搭配使用



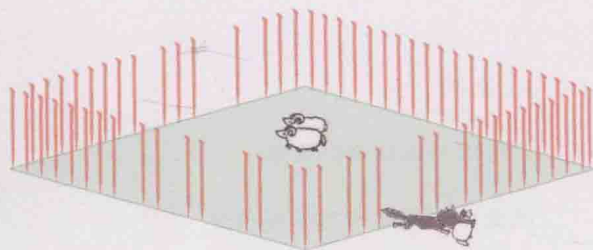
苗	苗	苗	苗	茁		苗		苗		
丑	丑	丑	丑	丑		丑		丑		
直	直	直	直	直		直		直		
肯	肯	肯	肯	肯		肯		肯		
青	青	青	青	青		青		青		
善	善	善	善	善		善		善		

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

老师评分



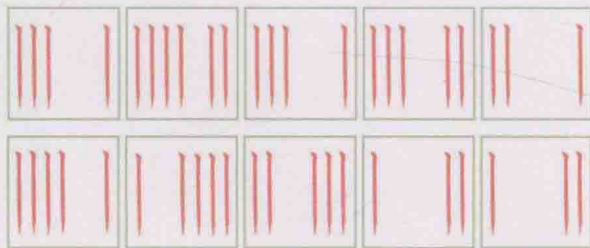
基本笔画训练



2. 竖

2.1 悬针竖

斜切笔轻顿，匀力垂直行，
末端轻抬笔，出锋如悬针。
以竖为末笔，一般用悬针。



千	千	千	千	二		千			千	
平	平	平	平	亠		平			平	
牛	牛	牛	牛	亠		牛			牛	
申	申	申	申	日		申			申	
甲	甲	甲	甲	日		甲			甲	
干	干	干	干	二		干			干	
讲	讲	讲	讲	讠		讲			讲	
仲	仲	仲	仲	亻		仲			仲	
羊	羊	羊	羊	兰		羊			羊	

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

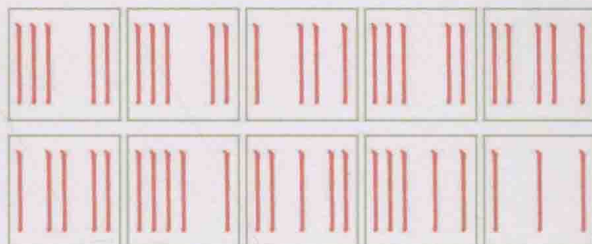
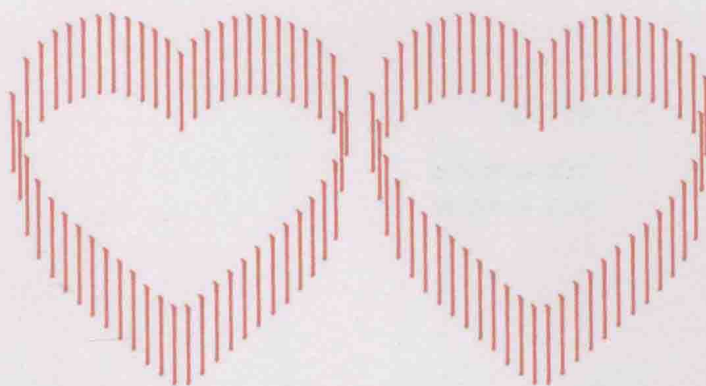
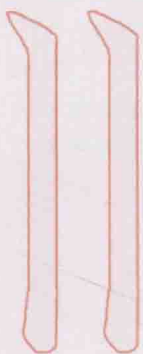
老师评分



基本笔画训练

2.2 垂露竖

斜切笔轻顿，匀力垂直行，
末端稍停顿，直接收笔锋。
左中出現竖，一般用垂露。



引	引	引	引	弓		引			引	
种	种	种	种	种		种			种	
仁	仁	仁	仁	仁		仁			仁	
位	位	位	位	位		位			位	
帛	帛	帛	帛	帛		帛			帛	
采	采	采	采	采		采			采	
性	性	性	性	性		性			性	
本	本	本	本	本		本			本	
村	村	村	村	村		村			村	

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

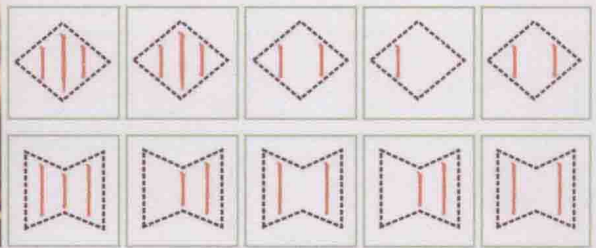
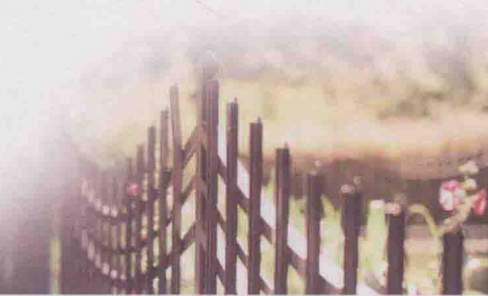
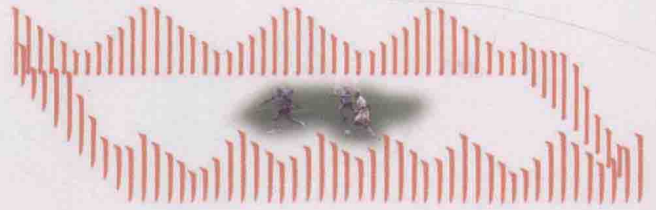
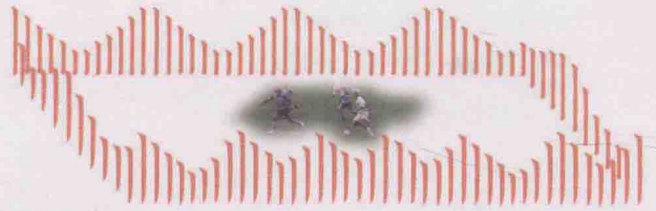
老师评分



基本笔画训练

2.3 组合竖

注意竖的写法
注意长短搭配



训	训	训	训	讠		训		训		
止	止	止	止	上		止		止		
典	典	典	典	只		典		典		
州	州	州	州	州		州		州		
贤	贤	贤	贤	贤		贤		贤		
共	共	共	共	共		共		共		

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

老师评分



基本笔画训练

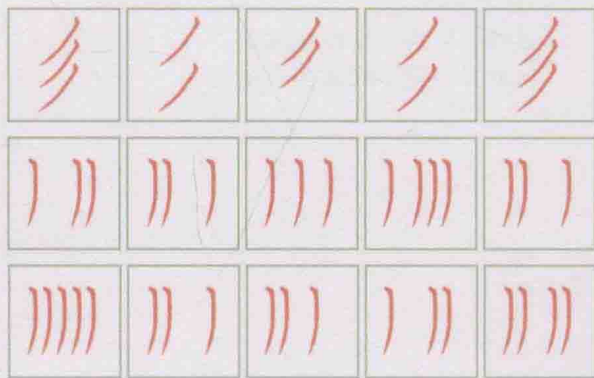
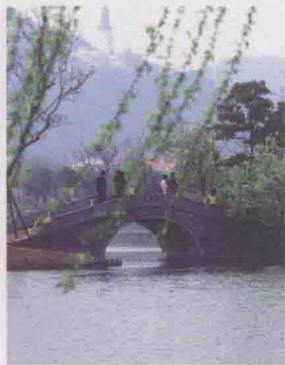
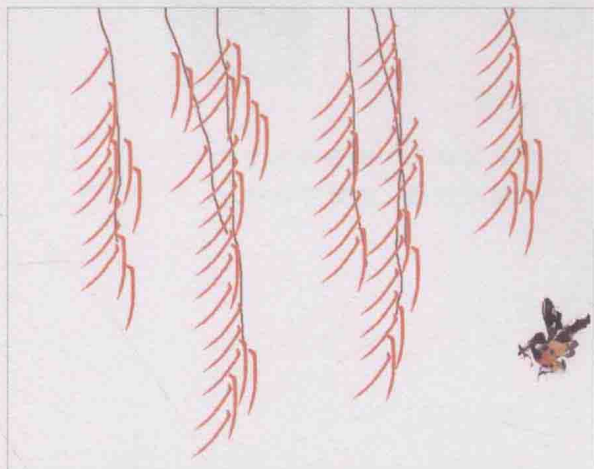
3. 撇

3.1 斜撇

斜切笔轻顿，由重渐至轻，
体态呈斜长，收笔轻出锋。

3.2 竖撇

斜切笔轻顿，先直后左斜，
弧度要自然，收笔轻快出。



序	序	序	序	亨		序		序		
头	头	头	头	宀		头		头		
友	友	友	友	反		友		友		
明	明	明	明	明		明		明		
夫	夫	夫	夫	彡		夫		夫		
犬	犬	犬	犬	彡		犬		犬		

自我检测：请在十个最满意的字下方画上 😊

老师评分