

# 学生硬笔循序

## 练习册

(第一册、适合小学中高年级)

钱沛云 编著

静夜思

李白

床前明月光 疑是地上霜

举头望明月 低头思故乡

登鹳雀楼

王之涣

白日依山尽 黄河入海流

钱沛云 编著

# 学生硬笔循序练习册

江苏广陵古籍刻印社

SCBH 7-60101-281



## 学生硬笔循序练习册

(第一册)

---

江苏广陵古籍刻印社出版发行

(扬州市凤凰桥街)

金坛市教育印刷厂印刷

开本:787×1092 1/16 印张:4.8125

1998年5月第一版 1998年5月第一次印刷

印数:0001-5000册 定价:6.50圆

---

SCBH 7-60101-281-5/J·24

## 写在前面

这是一套由四册组成的学生硬笔正楷、行楷循序渐进练习册,它适合于从小学中、高年级(三年级以上)到初中整个阶段的书写训练。

学生进入中、高年级,对书写速度产生了相应要求,由于当前普遍缺少有效指导,写字速度一快,极易流于潦草,积习一旦形成,就难以纠正。为此,我根据30多年实践与教学研究,试图通过循序往复、层层递进的方式,对正楷到行楷的过渡作合乎规范的合理设计,让广大学生从摹习、临写的交替练习中,逐步加深有识记忆;学生经过由浅入深、从易到难的系统训练,一步一个脚印地提高自身写字基本功。

“学习从来无捷径,循序渐进登高峰。”青少年是练字的黄金季节,预祝每一位少年朋友,通过不间断的努力,写出一手漂亮的硬笔字来!

钱沛云 一九九七年秋于上海

# 学生硬笔循序练习册

(第一册 适合小学中高级年级)

## 目 录

写在前面













































- 一、正楷基本笔画与字形组合练习 ..... (1—17)
- 二、正楷常用偏旁练习 ..... (18—34)
- 三、正楷规范书写练习 ..... (35—39)
- 四、正楷常用独体字练习 ..... (40—44)
- 五、正楷常用合体字练习 ..... (45—49)
- 六、正楷词语书写练习 ..... (50—59)
- 七、正楷范文(古诗)练习 ..... (60—69)
- 八、数字写法练习 ..... (70)

## 一、正楷基本笔画与字形组合练习

横的形态有三种：1、笔尖略按向右上微带斜势；2、直捷斜上，较短，行笔速度稍快；3、中段略呈对称弧度。

横有组合：上笔末端与下笔开头，好象有一根无形的丝把它们牵住那样，使“二、三”整体和谐。

练习方式：在字上摹(描红)、空格中临写的交替方式，注意笔画两端有稍按动作。

										
1.										
2.										
3.										
										
										
										
										
										
										
										
										

竖的形态有两种：1、悬针竖，行笔挺直，出锋；2、垂露竖，末端略按。

横、竖组合有两种方式：1、交叉组合。笔尖沿原路返回，至中段回上写竖，连带自然，如“十、丰”。

丨	丨		十	十		丰	丰			
1.	丨	丨	丨				丨			
2.	丨	丨	丨				丨			
十	十	十	十				十			
十	十	十					十			
十	十						十			
十										
丰	丰	丰	丰				丰			
丰	丰	丰					丰			
丰	丰						丰			
丰										

横、竖组合:2、衔接组合。一是“返回法”。笔尖沿原路返回,写下一笔,如写“上”,横与竖衔接,写“正”,横与竖、竖与横;二是“逆入法”。竖与底横衔接。

丨	丨		上		正		工		土	
上	上	上	上				上			
上	上						上			
上										
正	正	正	正				正			
正	正						正			
正										
工	工	工	工				工			
工	工						工			
工										
土	土	土	土				土			
土	土						土			
土										



点的写法:下笔由轻到重在纸上按一下。

组合:“卜”——竖结束后向上返回写点;“下”——横结束后向左返回写竖,再返回写点;“主”——竖与底横用“逆入法”衔接。

注意“下”用第一横笔,“主”中三横为第二横笔。

、	、		卜	卜		下	下		主	主
、	、	、								
卜	卜	卜					卜			
卜	卜						卜			
卜										
下	下	下					下			
下	下						下			
下										
主	主	主					主			
主	主						主			
主										

撇的形态有四种：1、斜撇，状如利刀；2、竖撇，上端较直；3、短撇、形体短；4、平撇，角度稍平而短。

组合：写“广”用斜撇，“头”用竖撇。

ノ	ノ		广	广		ノ	ノ		头	头
1.	ノ	ノ	ノ				ノ			
2.	ノ	ノ	ノ				ノ			
3.	ノ	ノ	ノ				ノ			
4.	一	一	一				一			
广	广	广	广				广			
广	广						广			
广										
头	头	头	头				头			
头	头						头			
头										

撇与其它笔画组合：“年”的短撇与横衔接用“回环呼应法”，即笔尖向左、再向右绕一小圈与横相呼应。“禾”字中的撇、捺间“回环呼应”幅度较大。

注意“年”与“禾”中的竖，形态不同。

丿	丿		年	年		一	一		禾	禾
年	年	年	年				年			
年	年									
年										
禾	禾	禾	禾							
禾	禾									
禾										
广										
头										
年										
禾										

捺的形态有两种:1、斜捺,向右下运行,至底部向右折出,折处呈圆弧状;2、平捺,整体略带斜形。

组合:“人、大”都有“回环呼应”,其中“大”用竖撇。

㇏	㇏		人	人		大	大			
1.	㇏	㇏	㇏				㇏			
2.	㇏	㇏	㇏				㇏			
人	人	人	人							
人	人									
人										
大	大	大	大				大			
大	大						大			
大										
人										

斜撇与其它笔画组合：“天、夫、文”均用竖撇。

平捺与点、横撇组成“之”：横撇要有力，撇出迅疾，平捺慢而柔和。

天	天	天	天				天			
天	天						天			
天										
夫	夫	夫	夫				夫			
夫	夫						夫			
夫										
文	文	文	文				文			
文	文						文			
文										
㇇	㇇		之	之						
之	之	之	之							
之	之									
之										

折的形态有两种:1、横折,转折处稍按,横画微带弧状;2、竖折,转折处稍按。  
 组合:“口、日、且”中竖与横折衔接,用向上返回动作衔接。

7		口	日	且	五					
1.	7	7	7	7			7			
2.	L	L	L				L			
口	口	口	口				口			
口	口						口			
口										
日	日	日	日				日			
日	日						日			
日										
且	且	且	且				且			
且	且						且			
且										

组合：“五”的笔顺——短横(第二横笔)、竖、横折、长横(第三横笔)。注意竖的斜度。

“山”由竖与竖折组成,注意先写中竖,竖折中的横带弧状。

五	五	五	五				五			
五	五						五			
五										
丿	丿		山	山						
山	山	山	山				山			
山	山						山			
山										
凶	凶	凶	凶				凶			
凶	凶						凶			
凶										
五										
山										

钩的写法(一)

竖钩的形态有两种:1、前挺状,中段稍带弧度,钩出短小尖锐;2、不前挺状,中段不带弧度,至底部钩处略有一微弓状。

组合:“寸、才”均用前挺竖钩,钩出后迅疾与点或短撇意连。

丨	丨		寸	寸		才	才			
1.	丨	丨	丨				丨			
2.	丨	丨	丨				丨			
寸	寸	寸	寸				寸			
寸	寸						寸			
寸										
才	才	才	才				才			
才	才						才			
才										
寸										
才										



组合：“示、行、可”均用不前挺竖钩。“示”中钩尖与左点意连；“行、可”竖钩是全字主笔，较长大。

丿	丿		示	示		行	行		可	可
示	示	示	示				示			
示	示						示			
示										
行	行	行	行				行			
行	行						行			
行										
可	可	可	可				可			
可	可						可			
可										