

粉筆字實用教程



王秋生◎顾问
王贵喜◎编著

陋室銘 唐·劉禹錫

山不在高有仙則名水不在深
有龍則靈斯是陋室唯吾德馨
苔痕上階綠草色入簾青

林 心 筆 字 實 用 教 程



陋室銘

唐·劉禹錫

山不在高，有仙則名。水不在深，有龍則靈。斯是陋室，唯吾德馨。苔痕上階綠，草色入簾青。谈笑有鴻儒，往來無白丁。可以調素琴，閱金經。無絲竹之亂耳，無案牘之勞形。南陽葛亮，廬山慧遠。斯是陋室，惟吾德馨。

图书在版编目 (CIP) 数据

粉笔字实用教程 / 王贵喜编著. — 北京: 北京燕山出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5402-2767-8

I. ①粉… II. ①王… III. ①粉笔—汉字—书法—教材 IV. ①J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 006938 号

书 名: **粉笔字实用教程**

顾 问: 王秋生

编 著: 王贵喜

责任编辑: 金贝伦

版面设计: 王 泽

出版发行: 北京燕山出版社

电 话: 010-65240430

地 址: 北京市宣武区陶然亭路 53 号南楼 5 层

邮 编: 100054

经 销: 新华书店

印 刷: 北京毅峰迅捷印刷有限公司

开 本: 787×1092 毫米 1/16

字 数: 150 千字

印 张: 14.75

版 次: 2012 年 2 月第 1 版 2012 年 2 月第 1 次印刷

定 价: 48.00 元

翟德年，字弄石，号揽月楼主，河东布衣，丁酉年（1957）生人，现居北京，琉璃厂东街曾有德年书画室，专事书画印创作。当代著名书画家、教授。翟德年先后从师卫俊秀、董寿平、启功、欧阳中石等大师，学习诗书，随国学大师章太炎弟子姚奠中教授治《说文解字》，跟从北京大学高明先生、老学者张颌先生、清华大学李学勤先生治古文字学。在报刊发表诗词书法论文数百篇，并有《翟德年诗微存》、《奥风墨韵》、《楷书〈奥林匹克宣言〉》、《德年书画印迹》行世，颇受好评。

之壮举而为天下学童仰慕崇敬，心摹手追，身为固体而具有液体水想的软笔功效，此为所有硬笔远未能企及的。它更具粉身碎骨化文图感谢粉笔赐余之大恩也。粉笔之躯体虽为硬笔材质，但其具有较理笔已为余稻梁谋之津梁焉。

一路陪伴，风雨兼程。直至今日，余之满头鬢发如粉笔面容一般。粉笔与毛
弹指间，五十春秋，倏忽即逝，石笔、铅笔、圆珠笔、粉笔、毛笔和钢笔始终
在目……脚踏板凳，手执粉笔，谨慎而又吃力地耕耘着校园的黑板报苑地。
且命为之序，余顿感惶恐赧然。读罢《教程》，孩提时学堂情景，宛然
时维腊尽，寒夜灯下，翻阅贵喜君寄来的《粉笔字实用教程》。

写在《粉笔字实用教程》付梓之际

粉笔字漫想

工具书和教科书。斯《教程》于教坛学林，筚路蓝缕，既开其先。贵喜下令人眼花缭乱，充斥书肆的书法类工具书中，始未见到系统地粉笔字。夫粉笔字者，究其历史功绩、现实意义，可谓功莫大焉。然于眼它打开蒙眬之窗，驶向更辽阔的知识海洋和多彩的大千世界。

离不开它。俟今，大凡蒙学识字者与高等学府之莘莘学子辈，全藉退之传道受业解惑而依凭它；近世蔡元培、鲁迅于燕园倡科学与民主更深思远而珍视它；孔子居鲁地杏坛悲愁感愤，复礼兴仁而钟情它；韩切而言之，粉笔字自有悠长岁月与朗朗乾坤——子产不毁乡校忧板上，留给学子的是智慧的启迪、永远的进取和永恒的思念。

笔之性能，它凭洁白无瑕的身骨诞生于启人心扉而又转瞬即逝的黑

曜德年草于京华古蓟城畔



二〇一二年元月、农历辛卯岁腊月

粉笔文化艺术之道，赘述拙言而应命，并希冀诸君以斯册验之。如何完善、传承之疑团，兹览^个教程^之，疑惑顿释。更嘉王氏能行如贵喜君者，余亦立讲坛，执粉笔苦许年，每有困顿于粉笔字教坛，犹如将出阁之少女，尚有妆待整，发需理的细微处。

章法、雅鉴赏、指迷津、启后学。诚然，^个教程^之毕竟首次亮相书肆钟爱的粉笔字立教程，概特点、理方法，倡楷行、重点划、析部首，求讲台数十年，于学问、教学、书法相融共臻。缘于某殷、园丁之情，他特为君自幼习书，临之以帖，应之以手。弱冠求学，高等师院。其后执粉笔于

第一章	粉笔字概述	一
第一节	本教程的内容及任务	三
第二节	粉笔字书写的基本特点	五
第三节	粉笔字书写基本知识	七
第四节	工具选择和使用	十五
第五节	学习粉笔字的方法和途径	十八
第二章	粉笔字楷书	六十
第一节	粉笔字楷书笔法	六一
第二节	粉笔字楷书偏旁部首写法	八二
第三节	粉笔字楷书结构通则	一零零
第四节	粉笔字楷书结构要领	一零八

目 录

第三章	粉笔字行书	一七
第一节	粉笔字行书书写特点	一九
第二节	粉笔字行书基本笔法	二二五
第三节	粉笔字行书偏旁部首写法	一四二
第四节	粉笔字行书结构通则	一六五
第四章	粉笔字章法	一七四
第一节	章法要求	一七五
第二节	布局与谋篇	一八一
第五章	粉笔字鉴赏	一八五

第一章

粉笔字概述

毛笔字承载着中国的传统文化一路走来。粉笔字伴随着教育的发展亦欣见微曦，它承载着教育的使命，承载着现代文明的传递，承载着继承传统文化的重任，在所有的课堂上发挥着重要作用，焕发出新的光彩。它像脱胎于传统书法母腹中的婴儿，充满着无限生机；它像我们站在海边已看见了桅杆尖头的一只航船，充满着无限的希望；它像喷薄欲出的一轮红日，充满着无限的活力。虽然它随着下课的铃声响起悄然消失，但它传承智慧和知识的作用却永远留在师生心中。“洁白一身，无憾无怨，磨尽生命是为了贡献。粉身粹骨，甘心情愿。似春蚕吐出丝丝银线，织出一幅幅知识的锦缎，只为把智慧带给人间。我悄然逝去何惜此短暂”。这是庞中华先生对粉笔和粉笔字的赞扬和讴歌。作为一名教育工作者，有责任和义务为粉笔字“树碑立传”。那怕它就像昙花一样生命短暂，毕竟点燃学生追求知识的火焰。

近年来，研究硬笔书法的著述很多，像钢笔、圆珠笔等。粉笔也属硬笔范畴，并且应用很广，其作用也非其它硬笔所能代替。然而至今却还没有见到系统论述粉笔字书写方面的专著。但是，在全国乃至世界千千万万课堂上，为师生们天天所接触的，却首先是粉笔字。凡是读过书的人，书写习惯或多或少地都要受到教师的影响，并且粉笔字为全人类做出的贡献是任何一个笔种所代替不了的。因此，学习和研究粉笔字的书写是十分必要的，也是我们专业和业余书法爱好者的义务。

粉笔字的地位、价值和作用，显而易见。运用粉笔同样可以塑造出优美的汉字形象。为传统书法的百花园增添异彩，为当代的教育事业锦上添花。

第一节

本教程的内容及任务

粉笔字对于当代的教育工作者如衣服之于身体，饮食之于口腹，须臾不可或缺。会写粉笔字的人多如牛毛，而能把粉笔字写好的人却凤毛麟角，能把粉笔字写到艺术境界的人更是罕见。将粉笔字由实用、规范引入艺术的天地我们责无旁贷。

古有“字如其人”之说，在观感上人们书写的汉字可分为两大类，一类是美的，一类是丑的。爱美是人类永远的追求，这就像从山顶洞人穿着的兽皮到现在满大街的迷你裙；从山顶洞人的蓬头到唐代高耸的发髻。如何能在追求的过程中把粉笔字写得形态飞动，写出“美”的感觉。古代书法名家总结出一套关于书写的体系完备的学问，一些行之有效的办法。粉笔字虽然还没有一个完整的体系，但我们可以从传统书学中吸取养分，借鉴古人经验，使粉笔字逐渐形成一个完整的体系，使粉笔字有较大的发展空间和美好的前景。

本教程以粉笔字书写为基本对象，从中国传统书学中吸取养分，在实践中，为在职教师和师范类院校学生在粉笔字的书写方面提供参考依据，收到更实际的效果。对粉笔字有兴趣的朋友也可在此浏览一番，不妨在闲暇之余拿起粉笔实践一下，或多或少会有意外收获。对中国的汉字从不同的角度去理解去认识，在粉笔字的书写过程中，增强对美的理解，增强作为教师的责任感和使命感，受到文化熏陶，享受粉笔字艺术的情趣。

汉字是工具，是文化的载体，这便体现出汉字的实用性。离开了汉字，便没有了中国的文化。从实用的角度出发，教师向学生传授知识、传播思想离不开粉笔字的书写，粉笔字是教师形象的体现，是教师素质的反映，也是教师必备的技能之一。

规范是粉笔字最起码的要求。它包括笔画的规范和汉字书写规范两个方面。笔画是写好粉笔字的基础，只有笔画规范，掌握笔画的书写要领，才便于结构。另一方面，书写时不可随意增删和改变笔画，应严格按照《现代汉语词典》简化字书写。

从仰韶、大汶口、半坡出土的大量器皿上可清晰地看到物件上的各种图形和符号，这体现出中华先民除实用的目的外，充满着对美的追求和希冀。在实用与规范的基础上，还应增强对粉笔字书写的美感意识，体现教师崇高的精神境界，体现教师高尚的情操，将粉笔字书写提升到艺术的层面。在粉笔字的书写中，使学生得到教益、熏陶、感染、启发。使粉笔字由实用走向艺术，登上艺术的殿堂。

所以实用性、规范性、艺术性便成为本教程的目标和任务。

第二节

粉笔字书写的基本特点

在课堂教学中，知识的传授需要教师“说”和“写”。“说”用一张嘴，“写”就用一支粉笔了。如何写好粉笔字，那就要了解粉笔字书写的基本特点。粉笔字书写的基本特点，可以归纳为以下几个方面。

一、示范性

教师在讲台上，就像一位演员。演员上舞台需要道具，而教师手中的粉笔就是重要的道具。你的行笔运笔动作，下面学生看得一清二楚，你在上面如何写，下面学生会效仿，正所谓“上施下效”也。学生不但要模仿教师的字，也模仿教师的书写姿势。所以，教师不但要写好字，还应注意书写姿态优美大方。无论哪门课程的教师，只要讲课，每节课都要或多或少用粉笔写字，每节课都在给学生起着示范作用。这种示范作用，是毛笔字和钢笔字的书写无法相比的。写好粉笔字不仅仅是教师的个人问题，更具有教育熏陶学生的作用。

二、灵活性

为增强教学的直观性，教师的书写姿势可灵活调整，或左手扶黑板，或踮脚尖，只要身不挡字就可以。黑板面较大，书写范围广，需及时移动身体，变换各种书写姿势，可在固定区和练习区左右移动，这是粉笔字的书写与毛笔和钢笔书写最显著的区别。

三、间歇性

板书的书写，不同于毛笔字的书写。毛笔字的书写往往是一气呵成，而板书的书写要结合讲解内容边讲边写，写写停停。在讲课的过程中，教师对一些重点内容要强调，常常需要停下笔来让学生看清楚了然后再继续写。这些都增加了粉笔字的书写难度。

四、简明性

粉笔书写一个笔画时，不像毛笔书写一个笔画时笔法要求那么严格。它的书写速度较快，点画的运笔“意”到即可，线条明快，结构清晰。因为书写工具的不同，而造成的质感也不相同。粉笔字的书写既有毛笔字的刚柔相济，也有钢笔字的挺秀瘦硬；既有毛笔字的雄浑劲健，也有钢笔字的骨感强烈；既具毛笔字的有血有肉，更具钢笔字的线条优美。这就决定粉笔字的书写应该做到简洁明快，清晰优美。

五、审美性

粉笔字是教育发展的产物。它从课堂教学的实际出发，借鉴了钢笔的清晰和毛笔的提按顿挫。使粉笔字的线条更优美；表现力更丰富多彩。它可大可小，于实用性和欣赏性于一体，具有较强的审美价值。

世界上的一切事物都不是孤立的，任何事物之间都或多或少有着这样或那样的联系。以上五个方面，我们较为清晰地认识到粉笔字书写的独特性，但它与其它工具书写也有共同点。这就是：

（一）书写的对象都是以汉字为载体，即以汉字为表现对象。

（二）运用书写工具不同，所以运笔差异较大，但在结构规律方面和章法的要求上，很多地方是一致的，相通的。

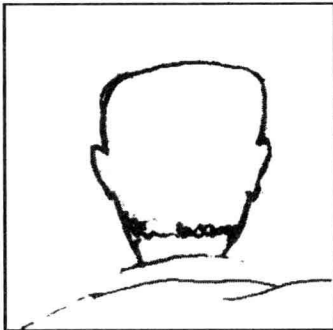
明确了粉笔字的书写特点以及它与其他工具书写的共同点，对于我们写好粉笔字十分重要。粉笔字虽然不及毛笔字，钢笔字使用那么广泛，但它在：“传道、授业、解惑”中却发挥着独特的与使用其他工具书写不可替代的作用，它也是宣传精神文明、美化环境的重要工具之一，它同样承载着中华文化的继承和发展，同样有着很高的审美价值。

第三节

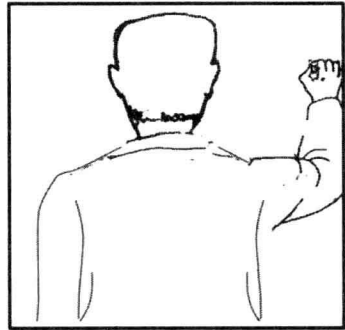
粉笔字书写基本知识

一、粉笔字的书写姿势

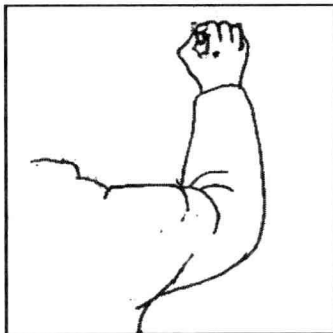
黑板是竖立固定在墙上的，因此，写粉笔字就只能站在黑板前，采用“站立悬臂”的姿势书写。书写时体态自然大方，身体舒展灵活，做到：头平、身正、臂曲、足稳。如下图所示：



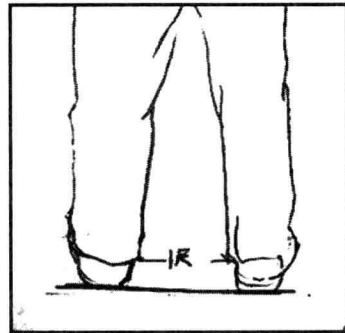
头平



身正



臂曲



足稳

头平：是指头部平正。头平则视线平正，板书也易平正。使写出的字个个端正，行列整齐。随着书写高低的变化，头部略有俯仰，但要经常保持头部平正不歪斜。

身正：是指身体端正不偏斜。在板书过程中，身体要随着书写位置的左右变动而平移。要求站直站正并不是要站得僵硬呆板，而应该以自然大方、书写方便为好。

臂曲：是指执笔的右手臂曲成直角。手臂举到眼的高度最便于书写。随着书写位置的上下、高低变动，手臂弯曲程度也要作相应的变化。左手或持书或按黑板或下垂，都要以轻松自然方便为准。

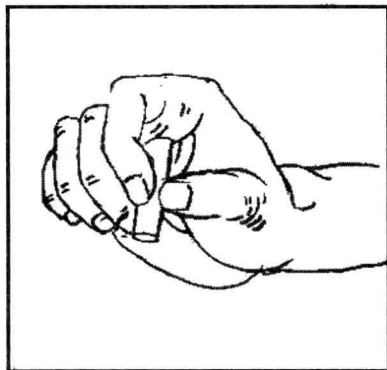
足稳：是指两脚分开站稳。板书时两足分开约一尺许，这样可以保持身体的平衡稳定。

二、粉笔执笔方法

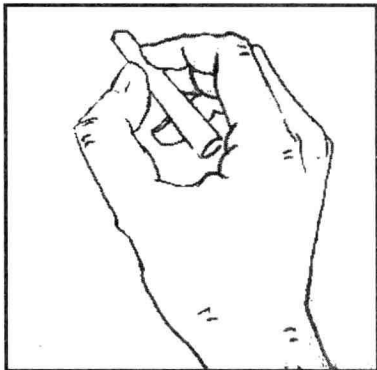
执笔是书写的第一个环节。执笔方法的正确与否，直接影响到书写的效果。在粉笔字书写的过程中，首先要解决执笔问题。正确科学的执笔姿势和方法，能够最大限度地发挥粉笔的性能和妙用手指力量（粉笔字主要是指力和腕力）的作用，从而确保点画线条的审美品质，这是笔法得以完美表现的一大前提。

（一）执姿

粉笔形体短小，质地疏松，容易折断。由于这个特点，再加之黑板摆放的特殊性，因而正确的执笔方法是：粉笔笔身既不垂直，也不斜靠在虎口里，而是用手指捏笔。一般用大拇指、食指、中指从三个方向抓住粉笔的前端，三指力点在同一圆周上，配合默契，将粉笔稳稳执在手中。无名指与小指自然卷曲，掌内空虚，指节外凸，虎口呈椭圆形，三指屈伸灵活，向前斜举。粉笔的运转主要靠手指和手腕的作用。这样书写的字才会刚劲有力。如下图所示：



指实

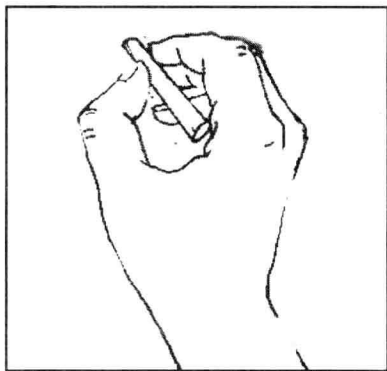


掌虚

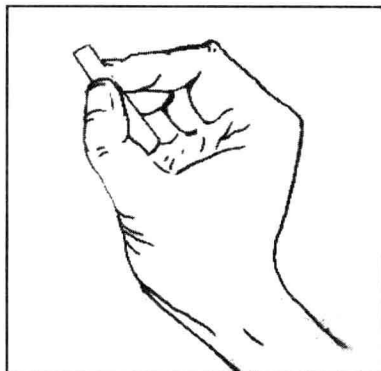
这种执笔叫“三点式”执笔法。它的要领是：三指斜执，力在指尖，指实掌虚，回旋自如。

（二）执笔高度与斜度

执笔的三指距粉笔尖留出十毫米左右的距离。如留得太长，粉笔与黑板接触后很容易折断。粉笔笔身与黑板的夹角为30度至45度为宜，有时根据具体情况可灵活掌握。如写粗的笔画时，执笔时斜度可大些，反之则可以小些。如下图所示：



10mm



30°—45°

三、粉笔运笔方法

写好粉笔字，结字是关键，笔画是基础。要写好笔画，首先要明确怎样的笔画是好的。一般地说，好的笔画应遒劲有力，气脉贯通，顾盼呼应。要写出如此精彩、生动多变的笔画，就必须掌握多种正确的运笔方法。

不论用什么笔书写汉字，总是离不开经过长期总结具有优良传统的毛笔运笔方法。粉笔字与钢笔字同属硬笔，运笔方法与技巧有很多相通或相似之处。学好了毛笔字和钢笔字的运笔方法，也就为学好粉笔字运笔方法打下了坚实的基础。如果写好了粉笔字，对毛笔字和钢笔字的书写也有一定的帮助。

粉笔字在书写过程中，笔画粗细的变化在于用力大小和粉笔使用角度的变化，但不仅仅是粗细的变化，还有自我形态的变化。在运笔时，我们会发现粉笔的方向没有变化，然而，粉笔的角度却在随着表现对象的不同和笔画的延伸而不断地改变。平缓轻松的起笔需要粉笔有较小的角度，果断雄强的起笔和凌空作点则需要较大的角度，而笔画的粗细则由力度而决定。因此说，笔画的形态变化是力度和角度统一运用的

结果。

写好粉笔字要注意以下几点。

第一，要写出有强有弱、有实有虚、有粗有细、遒劲凝重、飘逸轻松的不同的笔画，就要调整好用力的大小，控制好上下的起落运动和微妙的提按粉笔，避免平均用力。

第二，要写出流畅、稳健、有刚有柔的笔画，就要控制好运笔的缓急，行笔要有快慢之别，不能匀速运笔。

第三，黑板是竖立着的，粉笔只能写大字，运笔就不能只靠手腕和手掌，而主要靠臂腕的运动。要写出有俯有仰、有曲有直、有长有短的不同笔画，就要靠臂肘腕的灵活转动和紧密配合，巧妙地进行多方向的提按摆动。单靠上下或左右的生拉硬拖是远远不够的。

第四，粉笔酥软，容易磨损，书写时它的圆头会很快会磨平。如果不转动粉笔，写出的字只能粗扁软弱。要写出刚劲清新，有骨有肉、或方或圆、或粗或细的笔画，就要学会捻转粉笔体，调整笔头，还要善于使用粉笔头的斜面和棱角。

下面具体介绍粉笔字的用笔方法。粉笔运笔用锋法（粉笔头的棱角就是锋）。

（一）起笔可顺锋、可逆锋、可搭锋、可侧锋

顺锋：就是顺着笔画的走向直接由轻渐重地边落边行。一般短横运笔多用此法。



逆锋：粉笔在空中作逆势，先轻逆入，然后迅速向右下作一斜直落点。下列字长横起笔多用此法



搭锋：顺着笔画间的过渡而搭笔取势，以钩挑显示连贯。写行草多采用搭锋法。

