

庞中华硬笔书法经典字帖

庞中华

楷书

经典
实用
权威
长销

作家出版社

根据教育部最新义务教育课程标准实验教科书小学语文1-6年级生字词表(人民教育出版社出版)编写

规范字帖

庞中华硬笔书法经典字帖

庞中华

江苏工业学院图书馆
藏书章
楷书

规范字帖

作家出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

庞中华楷书规范字帖/庞中华书. - 北京: 作家出版社, 2007. 1

(庞中华硬笔书法经典字帖)

ISBN 978 - 7 - 5063 - 3688 - 8

I. 庞… II. 庞… III. 硬笔字 - 楷书 - 法帖

IV. J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 059495 号

庞中华楷书规范字帖

作者: 庞中华

责任编辑: 张亚丽

装帧设计: 任凌云

出版发行: 作家出版社

社址: 北京农展馆南里 10 号 邮码: 100026

电话传真: 86 - 10 - 65930756 (出版发行部)

86 - 10 - 65004079 (总编室)

86 - 10 - 65389299 (邮购部)

E - mail: zuoja@zuoja.net.cn

<http://www.zuoja.net.cn>

印刷: 清华大学印刷厂

开本: 850 × 1168 1/32

字数: 15 千

印张: 4

插页: 2

印数: 001 - 10000

版次: 2007 年 1 月第 1 版

印次: 2007 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5063 - 3688 - 8

定价: 8.00 元



作家版图书, 版权所有, 侵权必究。
作家版图书, 印装错误可随时退换。



庞中华 重庆人，祖籍四川达州。著名书法家、教育家和诗人，当代中国硬笔书法事业的奠基人。现任文化部中国硬笔书法协会主席，庞中华书法艺术中心院长以及国内外一百多所大学、院校及文化团体的顾问、名誉教授、名誉校长等职务。



自1980年以来，庞中华同国内外二十多家出版单位合作，有三百多种字帖、专著、光盘、写字模具等出版发行。其中代表作有：《谈谈学写钢笔字》、《庞中华钢笔字帖》、《庞中华现代硬笔字帖》、《庞中华书法集》、《庞中华诗抄》、《庞中华散文集》、《庞中华电视讲座》、《庞中华人生感悟》、《硬笔书法简论》、《庞中华手抄本中国文化传世经典》、《庞中华写经本》以及供中小學生、青年、老人使用的书法课本、教材、教程、字典等，累计印数达一亿三千万册。

书法临习百家，自成“庞体”；使用各种硬笔、毛笔，写真、草、篆、隶甚至少数民族及外国文字，都极富创意和个性；让硬笔书法作品登堂入室，拓展了广阔天地。擅长音乐、文学、诗歌、演讲，并融会贯通，创造了书法艺术“快乐立体教学法”，在国内及港台、欧洲、日本、东南亚上千所著名学府、机关、部队演讲，反响热烈，影响深远。

1985年创办“中华钢笔书法函授中心”，至今已直接培训学员一百八十余万人，其中很多人已成为硬笔书法骨干和企事业单位领导人。自1983年以来，中央电视台、中国教育电视台多次邀请他主办系列“硬笔书法讲座”，受众数以亿计；海内外数百家报刊、电视、电台热情介绍了庞中华的书法艺术及活动。庞中华先生推动了国内外硬笔书法的热潮，影响了一代又一代中国人的书法情缘，被海内外媒体誉为“中国硬笔书法第一人”。

出版前言

中国书法是一种博大精深的汉字文化。上世纪八十年代庞体钢笔字出现以前,大多数人对于钢笔等硬笔字的书写多是为了实用,艺术性尝试并不多见。庞中华先生经过多年苦心磨炼,终于独创出秀美、工稳、挺拔的钢笔字,既实用又美观,开中国现代硬笔书法艺术之先河。1980年,他推出第一本硬笔书法字帖《谈谈学写钢笔字》。该字帖一经面世,即受到社会的广泛关注,创造了超千万册的发行纪录。

为适应现代社会文化发展和提高个人素质的需求,我们本着权威、经典、实用的原则,将庞中华的精品硬笔字帖,重新改版修订,推出了这套临摹与收藏并举的“庞中华硬笔书法经典字帖”丛书:《谈谈学写钢笔字》(修订版)、《庞中华楷书规范字帖》、《庞中华行书实用字帖》。在《谈谈学写钢笔字》(修订版)中,我们调整了编排顺序,将庞先生关于现代硬笔书法艺术技法的讲解排在前面,其后为楷书、行书、隶书、篆书、仿宋等体的常用字;《庞中华楷书规范字帖》保留了最为实用的笔画、间架、结构等练习,去除了一些过时的内容,收录了教育部审定的小学一至六年级最新语文课本(人民教育出版社版)的全部生字,更适合小学生使用;《庞中华行书实用字帖》常用字和作品选登注重代表性,细致讲解了行书的特点及练习方法,凸现了硬笔书法的艺术之美。

俗语“字如其人”。写好字是社会文明的标志之一,也是一种文化修养、精神气质的综合体现。在强调素质教育重视传统文化的今天,大力倡导硬笔书法,更具有其现实和深远意义。

目 录

笔画名称的练习·····	1
笔顺规则的练习·····	2
笔画的练习·····	3
间架结构的练习·····	16
小学一至六年级语文课本生字表···	35

笔画名称的练习

点 丶	横 一	竖 丨
撇 丿	捺 ㇏	提 ㇀
横折 𠃍	横钩 ㇇	横撇 ㇇
横折钩 𠃊	横折弯钩 乙	横折折撇 ㇇
横折折钩 𠃊	横折提 ㇇	竖提 ㇀
竖钩 丨	竖折 ㇇	弯钩 ㇇
竖弯钩 ㇇	竖折折钩 ㇇	撇点 ㇇
撇折 ㇇	斜钩 ㇇	卧钩 ㇇

笔顺规则的练习

从上到下	三：一 二 三 言：讠 言 言
从左到右	川：丿 丨 丨 树：木 木 木
先横后竖	十：一 丨 丰：一 三 丰
先撇后捺	人：丿 人 木：十 才 木
先横后撇	厂：一 厂 左：一 丿 左
从外到内	月：月 月 风：几 风
先中间后两边	小：小 小 办：力 办
先里头后封口	日：日 日 日 田：田 田 田

笔画的练习

(一) 点画的练习

斜点 、 ¹ / ₂	义	之	卞	为	头
	主	永	州	求	良
两点水 冫 ¹ / ₂	习	冯	冲	次	决
	冰	况	冷	冶	净
三点水 氵 ¹ / ₂ / ₃	汁	汉	汗	污	江
	汐	沈	沛	泪	泽
四点底 灬 ¹ / ₂ / ₃ / ₄	杰	点	羔	烈	热
	煮	焦	照	煦	熙

衤部的点 的 ㇇ ㇇ ₂	初	补	衫	衬	衩
	衲	袄	袜	袖	被
心部的点 的 ㇇ ₁ ㇇ ₂ ㇇ ₃	心	忘	恣	志	忒
	忘	忌	恣	忠	念
	忽	总	急	恙	息
疒部的点 的 ㇇ ₁ ㇇ ₂	疔	疖	疗	疝	疚
	疥	疤	症	病	疼
火部的点 的 ㇇ ₁ ㇇ ₂	火	灭	灰	灯	灾
	灶	灿	灼	灸	灵
	炆	炉	炬	炒	炳

(二) 横画的练习

一部的横 一 ¹ ²	一	二	丁	三	下
	万	丐	廿	卅	五
	不	牙	互	平	丕
	亚	未	本	正	可
	布	丙	丝	亘	有
一部的横 一 ¹ ²	亡	六	亢	市	玄
	交	亦	充	亥	亨
	亩	变	京	卒	享
	哀	亭	毫	高	离

王部的横
三 $\frac{1}{3}$

王	玉	全	弄	玖
玛	玩	环	现	玫
珂	玲	珍	玳	珀
玻	班	珠	琅	琉
球	琐	理	琳	瑞

艹部的横
一 $\frac{2}{1}$

艺	节	芒	芝	芋
芍	菱	芳	苾	芦
芸	蒂	苣	芷	芮
菟	芥	芬	花	芭
苦	苗	苔	苜	荼

(三) 竖画的练习

丨部的竖 丨 丨 ₂	上	韦	中	书	半
	北	卞	旧	归	且
	由	申	甲	曲	串
木部的竖 丨 丨 ₂	木	术	札	杈	极
	杯	林	板	杷	枝
	栈	相	桓	检	楷
忄部的竖 丨 丨 ₂	忆	忙	忱	恍	忧
	怀	忡	忤	快	怙
	怖	怜	怕	恼	悦

阝部的竖 (左边) 用垂露竖写法	队	防	阮	阵	阳
	阴	阶	阪	陀	际
	陇	阻	陌	降	限
	陡	险	除	院	陪
阝部的竖 (右边) 用悬针竖写法	邓	邛	邾	邠	邴
	邦	邢	邗	邙	邯
	邨	邻	邳	邵	郊
	郑	郎	郁	郇	都
门部的竖 	门	问	闪	闭	问
	闯	闯	闷	闲	间

(四) 撇画的练习

ノ部 的撇 ノ ½	入	乃	匕	乞	川
	么	久	及	长	乏
	午	壬	帀	氏	各
	处	用	乐	后	务
ノ部 的撇 ノ ½	亿	仁	什	仆	仍
	们	付	他	仿	伟
	优	伍	伐	份	似
	低	侍	侃	侈	信
	修	倍	倾	倘	僧

人部的撇 ノ 1/2	人	个	今	介	仑
	仓	会	合	舍	命
月部的撇 ノ 1/2	月	别	肌	肝	肛
	肚	肘	肠	肪	肮
	脏	肤	肺	朋	肥
	胖	胡	胆	胎	脑
	朔	朗	脱	脸	朝
彳部的撇 彳 1/2	行	彻	役	往	征
	径	彼	待	很	徒
	徐	得	街	循	德