

行 书

张守镇 书

河南省高校集团培训中心

钢笔字速成训练教材

(三)

GANG BI ZI SU CHENG XUN LIAN JIAO CAI

学苑出版社

29
50

123339

J292.12
93-50

钢笔字速成训练教材

(行书)

张守镇 刘平 主编



学苑出版社

123339

(京)新登字 151 号

钢笔字速成训练教材
(全三册)

编 著 者: 张守镇
责任编辑: 徐建军
封面设计: 孙 恒
出版发行: 学苑出版社 邮政编码: 100032
社 址: 北京市西城区成方街 33 号
印 刷: 黄委会设计院印刷厂
经 销: 新华书店
开 本: 787×1092 1/16
印 张: 10.5
版 次: 1993 年 3 月北京第 1 版第 1 次
ISBN 7-5077-0070-4/G·48
定 价: 7.50 元(每册 2.50 元)

学苑版图书印、装错误可随时退换。

DN=3/18

教材使用说明

此教材是依据心理学的理论，吸收古今书法教学之精华而编写的。写字这种技能，既是行为动作，又是行为记忆，要想尽快地掌握它，就必须进行强化训练。教材中选了若干个有代表性的范字，让同学们先描摹后临写。经过多次正确的重复，可较快地忘掉“自我”，掌握范字的形态及写法，并能利用心理学中的“迁移”原理，推而广之地写好全部汉字。从而可大大地缩短学习时间，收到速成的效果。

行书是介于楷书和草书之间的一种书体，使用范围极广。行书改变简化了楷书的结构和笔画，吸收了草书的笔法，使写出的字笔画时断时连，映带呼应。行书字字独立，笔势流动，既便于书写，又易于辨认，可以大大地提高人们的书写速度和工作效率，因此很受广大群众的欢迎。

教材中举出了 80 种行书常用的偏旁部首，并配有范字。请同学们用笔先在第一行的范字上描写。描写前，要仔细阅读上面的提示，多“读”几遍范字，眼中有字，才能心中有字，心中有字，才能手上有字。描红时，精力要集中，不要描错了位，更不能描走了样。描完第一行红字后再照前面的范字临写。要求每天只练习一页，描临完后，请做 52 页的作业，并剪下来寄给中心批改。

教材中列举了 20 种行书常用的结构形式，每种结构都简要地介绍了其特点和要求，并选有范字供描临。描临前，要仔细阅读提示，细心领会其中的含义，分析不同结构形式的特点、区别和组合原则，理解后再动笔描红和对临。每天只临写一种结构，多练几遍，经过强化练习，便能较快地记牢范字的形态。

人字头

撇捺连写，捺变长点，收笔向下回带。

全	全	全	全	全	全	全	全	全	全
全	全	全	全	全	全	全	全	全	全
会	会	会	会	会	会	会	会	会	会
会	会	会	会	会	会	会	会	会	会
余	余	余	余	余	余	余	余	余	余
余	余	余	余	余	余	余	余	余	余

雨字头

“雨”形较扁，中间四点连写，横折钩缩为横钩，并顺势连带下面部分。

零	零	零	零	零	零	零	零	零	零
零	零	零	零	零	零	零	零	零	零
霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜
霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜	霜
露	露	露	露	露	露	露	露	露	露
露	露	露	露	露	露				

草字头

“艹”先写左竖，笔尖上翻写横画，最后写右短撇。也可先写呼应的两点，再顺势连写下面的横画，如“花”。

花	花	花	花	花	花	花	花	花	花
花	花	花	花	花	花	花	花	花	花
葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦
葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦	葦
蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉
蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉	蓉

宝盖头

斜点笔锋左顾，顺势写左垂点，横钩略长，形宜扁宽。

完	完	完	完	完	完	完	完	完	完
完	完	完	完	完	完	完	完	完	完
寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔
寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔
寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔
寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔	寔

竹字头

借用草书写法，将“竹”连写成两“人”，最后带笔接写下面的笔画。

笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑
笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑	笑
笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔
笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔	笔
等	等	等	等	等	等	等	等	等	等
等	等	等	等	等	等	等	等	等	等

学字头

三点平写，第二点与第三点相连，“冫”头略宽。

学	学	学	学	学	学	学	学	学	学
学	学	学	学	学	学	学	学	学	学
觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉
觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉	觉
举	举	举	举	举	举	举	举	举	举
举	举	举	举	举	举	举	举	举	举

单人旁

单人旁的撇和竖须一笔写完，竖画向右出锋，以与右边照应。

伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏
伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏	伏
伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟
伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟	伟
便	便	便	便	便	便	便	便	便	便
便	便	便	便	便	便	便	便	便	便

双人旁

双人旁的三画一笔完成，下撇略长。笔画有虚有实，但不断开。双人旁要正，笔势与右呼应。

行	行	行	行	行	行	行	行	行	行
行	行	行	行	行	行	行	行	行	行
役	役	役	役	役	役	役	役	役	役
役	役	役	役	役	役	役	役	役	役
徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐
徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐	徐

言字旁

首点略高，并向左下带笔，顺势写下面的笔画。提画要长，与右边连带。

记	记	记	记	记	记	记	记	记	记
记	记	记	记	记	记	记	记	记	记
议	议	议	议	议	议	议	议	议	议
议	议	议	议	议	议	议	议	议	议
语	语	语	语	语	语	语	语	语	语
语	语	语	语	语	语	语	语	语	语

厂字头

横与撇连写，收笔笔锋自然上翻，顺势写出里面的笔画。

厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅
厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅	厅
压	压	压	压	压	压	压	压	压	压
压	压	压	压	压	压	压	压	压	压
厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘
厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘	厘

耳字旁

“卩”旁应一笔写成，左旁窄，略高，竖画右带。右旁宽、略低。要注意左右连带。

队	队	队	队	队	队	队	队	队	队
队	队	队	队	队	队	队	队	队	队
防	防	防	防	防	防	防	防	防	防
防	防	防	防	防	防	防	防	防	防
邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪
邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪	邪

建字旁

先写横折折撇，收笔自然上起，并顺势写平捺，画较长，以托右上。也可写成“乚”。

延	延	延	延	延	延	延	延	延	延
延	延	延	延	延	延	延	延	延	延
建	建	建	建	建	建	建	建	建	建
建	建				建				
建	建	建	建	建	建	建	建	建	建
建	建	建	建	建	建	建	建	建	建

三点水

首点较重，顺带写出下两点，收笔右上出锋，与右边笔断意连。

江	江	江	江	江	江	江	江	江	江
江	江	江	江	江	江	江	江	江	江
波	波	波	波	波	波	波	波	波	波
波	波	波	波	波	波	波	波	波	波
湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖
湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖	湖

竖心旁

“忄”旁一笔写完，横画上翻写竖时右端形成空白，收笔向右上带笔，以连右部。

恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰
恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰	恰
性	性	性	性	性	性	性	性	性	性
性	性	性	性	性	性	性	性	性	性
怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕
怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕	怕

提手旁

“扌”三笔连在一起，形体窄长，提画与右上方笔画相连接。

打	打	打	打	打	打	打	打	打	打
打	打	打	打	打	打	打	打	打	打
找	找	找	找	找	找	找	找	找	找
找	找	找	找	找	找	找	找	找	找
扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶
扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶	扶

口字旁

“口”旁略小，横折一笔完成，收笔横画右带。底部的“口”宜稍大，字形要正。

吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃
吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃	吃
合	合	合	合	合	合	合	合	合	合
合	合	合	合	合	合	合	合	合	合
吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸
吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸	吸

反犬旁

先写斜撇，笔锋上起，顺势写竖弯钩，第二撇向右上回笔，连写右边的笔画。

犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯
犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯	犯
狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂
狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂	狂
根	根	根	根	根	根	根	根	根	根
根	根	根	根	根	根	根	根	根	根

绞丝旁

起撇要长，连写三折，底画上提以带右边，绞丝旁宜窄长，与右边照应。

红	红	红	红	红	红	红	红	红	红
红	红	红	红	红	红	红	红	红	红
终	终	终	终	终	终	终	终	终	终
终	终	终	终	终	终	终	终	终	终
级	级	级	级	级	级	级	级	级	级
级	级	级	级	级	级	级	级	级	级

子字旁

“子”旁要一笔写完，横变提，笔画宜长，顺带写右边的笔画。

孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔
孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔	孔
孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙
孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙	孙
孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩
孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩	孩

弓字旁

“弓”旁简写为“弓”，此为草法入行。笔势相背的字应注意笔意连贯。

弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓
弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓	弓
强	强	强	强	强	强	强	强	强	强
强	强	强	强	强	强	强	强	强	强
弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹
弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹	弹

走之旁

“辶”旁草写为“ㄣ”，笔画弯圆，向右上出锋，画不宜平。

ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ
ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ	ㄣ

牛字旁

“牛”旁上横略长，竖画左钩，横画变提，并顺势接写右边笔画。“牛”字底下横宜长，用悬针竖。

牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝
牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝
牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝
牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝
牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝
牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝	牝

大字旁

“大”字横宜短，撇画上起，接写捺画，捺变平点，笔锋右带。大字底的横要长，捺变为点。

大 大 大 大 大 大 大 大 大 大

大

大

大 大 大 大 大 大 大 大 大 大

大

大

大 大 大 大 大 大 大 大 大 大

大

大

两点水

笔画连写，挑点较长，以接右边笔画。

冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫

冫

冫

冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫

冫

冫

冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫 冫

冫

冫

隹字旁

单人竖较长，收笔右带，一笔写出“圭”，布局要稳妥。

难	难	难	难	难	难	难	难	难	难
难	难	难	难	难	难	难	难	难	难
隹	隹	隹	隹	隹	隹	隹	隹	隹	隹
隹					隹				
推	推	推	推	推	推	推	推	推	推
推					推				

尸字头

“尸”字先写横折和短横，后写撇画，上部略小，撇画伸展。

尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸
尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸	尸
尾	尾	尾	尾	尾	尾	尾	尾	尾	尾
尾	尾	尾	尾		尾				
展	展	展	展	展	展	展	展	展	展
展					展				