

硬笔书魂



——青少年硬笔书法欣赏练习册（上）

成都市青羊区青少年宫 编



电子科技大学出版社

前言

书法艺术是中华民族传统文化中的瑰宝，而硬笔书法无疑是瑰宝中的一枝奇葩。

成都市青羊区青少年宫从事青少年书法教育多年，培养了大批书法人才，积累了大量宝贵的经验。高级专职书法教师张百林从众多名家硬笔书法中汲取营养，功底深厚，其作品在国际国内书法大赛中多次获奖，并经常参加国内外重大书法展览，深受人们的喜爱。张老师在《硬笔书魂》中，书写规范，字体非常适合小学生模仿和自修。《硬笔书魂》不仅是书法爱好者的好伙伴，更是家长了解孩子们学习课文内容的好帮手。

《硬笔书魂》是我们熟悉而亲近的朋友——因为在《硬笔书魂》中有我们学习过和将要学习的课文生字词，也有课文中的好词佳句，使同学们在书写训练中温故旧知和学习新的课文内容，可加深我们对课文生字词的再认识和加强训练。所以说《硬笔书魂》是同学们写好字、学好文的“双向式冲锋枪”。

《硬笔书魂》中的“魂”在这里指的是一种书写的习惯和体会到的快乐。我们旨在让同学们在书法练习的过程中，学习硬笔书法的实用价值，领会书法作品的艺术魅力，在提高书法能力的同时，受到中国传统文化的熏陶。

《硬笔书魂》中的黑色字体要求同学们临摹



范字,绿色字体要求同学们描红范字。两种色体是为了让同学们在临摹和描红的过程中达到自修行笔,让书写有一个螺旋上升的过程,并在上升的过程中享受书写的快乐和感悟《硬笔书魂》给我们的带来收获。

《硬笔书魂》同大家见面了,我们真诚希望同学们喜欢并给大家带来帮助。同时,我们也期待读者对书中的不足给予批评和指正。让我们共同为提高全民族的书写水平,弘扬民族的文化艺术而尽心、尽职、尽责,写出更多、更好、更美的书法作品。

成都市青羊区青少年宫

2008年7月



铅笔及钢笔的执笔方法、书写坐姿



书写坐姿(正面)



书写坐姿(侧图)



铅笔和钢笔执笔姿势

铅笔、钢笔执笔歌

拿笔只能用右手，
笔杆右斜靠虎口。
拇指两个手指头，
轻轻捏在笔下首。
中指头截上侧面，
托住笔杆要稳妥。
中指小指无名指，
一起弯进手里头。

秋 天 到

词语收藏夹

歌唱 转变 大雁 金浪 凉爽 九月

秋收忙 瓜果香 枫叶红 菊花黄

照样子，写词语。

许多 许许多多 仔细 仔仔细细

高兴 高高兴兴 认真 认认真真

描一描，写一写（写笔顺）。

收 丿 ㇇ ㇇ ㇇ 收
歌 一 可 哥 歌
秋 禾 禾 禾 秋
转 车 车 车 转

秋天瓜果丰收了
九月农民秋收忙
万里悲秋常作客
大雁飞过风车转

阅读小能手：读一读，想一想，你喜欢秋天吗？

秋 风 凉 枫 叶 红 棉 子 白 谷 子 黄

梨 子 熟 苹 果 香 葡 萄 颗 颗 赛 蜜 糖 采

不 完 的 果 子 装 不 完 的 粮 秋 天 真 美

熟读唐诗三百首

山 行

(唐) 杜牧

远 上 寒 山 石 径 斜 白 云 生 处 有 人 家

停 车 坐 爱 枫 林 晚 霜 叶 红 于 二 月 花

寻章摘句

太 阳 升 高 了 谁 收 走 了 珍 珠

月 亮 回 家 了 谁 送 来 了 光 明

火红的枫叶

词语收藏火

火 红 的 枫 叶

老 师 的 节 日

洁 白 的 纸 张

美 丽 的 贺 卡

比一比，写一写。

比(笔) 今(令) 而(儿) 洁(活) 节(爷) 牛(午)

较(法) 天(命) 且(孙) 白(生) 日(俩) 黄(会)

描一描，写一写 (写笔顺)。

火	丶	㇏	少	火
长	丿	乚	长	长
比	一	匕	比	比
美	㇏	羊	美	美

火	红	的	枫	叶	很	美	丽
一	片	枫	叶	一	片	深	情
地	球	比	月	亮	大	得	多
美	丽	的	贺	卡	寄	深	情

描一描，写一写（写笔顺）。

送 丶 ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ 送 送 他在送米

美 ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ ㇏ 美 这 卡片真美丽

阅读小能手

我们是祖国的花朵，老师是辛
勤的园丁。我们爱老师，老师关心我
们。我们要努力学习，天天向上。老师
是燃烧的蜡烛，牺牲自己，照亮我们
的前程。让我们沿着光辉一路前行。

妈妈,不要送伞来

词语收藏夹

雨丝 机灵 淋坏 更加 裹住 欢快

慢悠悠 细细的 悄悄话 静悄悄

描一描,写一写

伞 伞
着 着

丝 丝
勇 勇

知识采蜜箱——《自立歌》

滴自己的汗,吃自己的饭,自己
的事自己干,靠人靠天靠祖上,不算
是好汉。男儿当自强,健康能成长。

小狮子

词语收藏夹

自找苦吃

练功

劝告

晒太阳

饭来张口

享福

何必

懒洋洋

比一比，再组词

台

讲台

功

功劳

心

心中

抬

抬头

攻

攻打

必

必须

阅读小能手

开始时小狮子一天到晚懒洋洋
 地晒太阳吃饱了就睡觉什
 么也不干后来小狮子听了妈
 妈的话开始努力学习他很快
 学会了真本领

比一比，再组词

分 一分 元 元旦 直 正直

粉 面粉 远 远方 植 植树

纷 纷乱 园 花园 值 值日

词语巧搭配

细细的雨丝

快乐的天使

蓝色的海洋

机灵的兔子

勇敢的战士

漂亮的雨伞

沉重的书包

欢快的步伐

洗手帕

我先把脏手帕浸湿，抹上肥皂，
然后用手使劲地搓手帕，再用清水
洗干净，拧干，晾在衣架上。我看着自
己亲手洗干净的手帕，闻着手帕上
淡淡的清香味，仿佛看到满天飞舞
着的七彩泡泡正对我甜甜地笑呢。

丁丁冬冬学识字(一)

词语收藏夹

长城

天坛

故宫

中华世纪坛

教室

窗帘

商店

村庄

工厂

房屋

天坛

天安门

人民英雄纪念碑

描一描, 写一写。

阁

屋

所

闭

突

寺

读一读, 猜一猜。

一个东西真奇怪, 它把灰尘当饭菜

有了灰尘它清除, 保持清洁人人爱

流动的画

词语收藏夹

流动 穿梭 忽然 好似 弄脏 知道

来来往往 弯弯曲曲 一年四季

比一比，再组词。

扔 扔下 往 来往 似 好似

奶 奶牛 住 住家 以 以前

描一描，写一写。

啦 哪 啊 流 扔 动

阅读小能手

高山不见一寸土 平地不见半亩田
江河湖海没有水 世界各国在眼前

祖国在我心间

生字收藏夹

祖 祖 祖 祖

夸 夸 夸 夸

第 第 第 第

京 京 京 京

晴 晴 晴 晴

图 图 图 图

知识采蜜箱

东 海 水 舞 浪 花 昆 仑 山 戴 雪 莲

黑 龙 江 披 银 纱 东 南 西 北 处 处 美 长

江 两 岸 柳 枝 绿 海 南 岛 上 鲜 花 开 大

兴 安 岭 雪 花 舞 辽 阔 祖 国 五 彩 画

我在小小的地球仪上,第一眼
就找到了中国,第二眼就找到了北
京,第三眼就找到了故乡福建,我的
眼力好是因为祖国时时在我心中。

词语巧搭配

明亮的眼睛

枯黄的树叶

快乐的童年

流动的图画

晶莹的雪花

蔚蓝的天空

描一描，写一写

延延

早早

夺夺

福福

读一读，巧猜地名

四季如春

双喜临门

风平浪静

船出长江口

萤火虫亮晶晶

背诵经典诵读

望庐山瀑布

(唐)李白

日照香炉生紫烟，遥看瀑布挂前川。

飞流直下三千尺，疑是银河落九天。

名句诵读

春风又绿江南岸，明月何时照我还。