

教师职业技能训练丛书② 陈 钧 张楚廷 胡淑珍 主编

教师书写技能

胡昌华
编著



湖南师范大学出版社

教师职业技能训练丛书之二

教师书写技能

胡昌华 编著

湖南师范大学出版社

教师职业技能训练丛书之二

陈 钧 张楚廷 胡淑珍 主编

教师书写技能

胡昌华 编著

责任编辑:罗 兼

湖南师范大学出版社出版发行

(长沙市岳麓山)

湖南省新华书店经销 湖南大学印刷厂印刷

850×1168 32开 7.75印张 195千字

1996年8月第1版 1997年8月第3次印刷

印数:15151-25200册

ISBN 7-81031-494-7/G·208

定价:9.00元

本书若有印装质量问题,请直接与印刷厂联系调换

前 言

21 世纪综合国力的竞争，实质上是人才的竞争，归根结蒂是教育的竞争。教育在社会发展的各个领域内已经发挥且必将进一步发挥巨大的作用，这使得教师在社会发展中的作用越来越大，教师的地位也日益提高。伴随而来的是，社会、学校和学生对教师素质的要求也会越来越高，从某种意义上说，教师将会越来越难当。作为一个合格教师，不仅要有稳固的专业思想和高尚的教师职业道德，要有某一学科专业的科学知识和教育理论素养，要有一定的人文科学与艺术修养，而且还必须具备教育、教学的实际能力，掌握科学的、先进的、融技术与感情为一体的教师职业技能。教育界一直在呼吁，希望加强这一方面的工作。近几年来，在总结我国师范教育改革的经验和教训的基础上，根据我国基础教育对

师资基本能力的要求，国家教委下发了教师司 [1992] 39 号文件，要求在各高等师范院校试行“教师职业技能训练基本要求”，明确提出：“学校各级领导要把加强学生的教师职业技能训练作为深化教学改革，提高师范学生培养质量的重要内容来抓”。为保证“基本要求”的实施，我校提出了“全面充分的教育功能，坚实牢靠的基础知识，系统连贯的职业训练，面向未来的弹性结构”的教学指导原则，调整了教学计划，使之具有鲜明的师范特色。突出了师范生作为未来教师的职业技能训练，八个学期均有具体训练内容，使之连贯不断线。制订了《学生综合职业能力考评办法》，对学生的职业能力进行严格的、全面的考核，使学生形成自觉地进行职业技能训练的驱动机制。我们还专门组织了力量，进行教师职业技能训练的理论和实践研究，开展了一系列教育、教学的改革实验。凡此种种，对提高学生的教师职业技能产生了良好效果。

为使教师职业技能训练和培养工作进一步理论化、规范化和实用化，我们组织了一批对教师职业技能训练有一定的理论研究和实践经验的教师，根据国家教委教师司 [1992] 39 号文件的基本精神，编写了《教师职业技能训练丛书》。这套丛书是作者们多年来从事教师职业技能训练的理论研究与教学实践经验的总结，是高等师范教育改革的尝试。因此，丛书在反映师范特色上，具有以下几个主要特点：

首先，较全面地揭示了教师职业技能的行为结构。

丛书将作为一个教师必须掌握和运用的教育和教学的基本技能分解为七个部分，每个部分成为一个分册，即《教师口语技能》、《教师书写技能》、《教师文体写作技能》、《教学技能》、《电化教育技能》、《班主任工作技能》、《教师获取信息技能》。在实施训练中可根据各部分训练内容的特点，统筹兼顾，合理安排，以形成系统的、各部分之间有机联系的教师职业技能训练的整体。

其次，突出了技能训练的实践性和可操作性。这套丛书的着眼点落在教师的教育、教学基本技能的达成上。它不仅针对师范生的实际，介绍了有关技能训练的理论基础，安排了训练的内容，介绍了训练的方法与步骤，还给出了训练后的评价体系，使学生通过训练后的自查、自评，把握训练的效果，发现问题，及时解决。经过反复的自觉训练，掌握教育、教学的基本技能，提高学生实际的教育、教学能力。

再次，强调了技能训练的示范性。这套丛书收集、整理了许多关于口语表达、书面表达、教学工作、班主任工作及教师获取信息等方面的具体、生动、有一定代表性的实例。通过这些范例或案例，既使学生进一步加深了对有关技能训练理论的理解，又能激发学生的训练兴趣。因此，这套丛书也可供中等师范学校、教师进修院校及有关的教师职业培训之用。

这套丛书由陈钧、张楚廷、胡淑珍主编，负责审定各分册的编写纲要及审稿、定稿，由陈钧统筹并统稿。

这套丛书的主要内容有些在湖南师大师范专业的

本、专科生中试讲过，在编写丛书的过程中，针对教学中各方面的反映又作过一些修改，但作为教师职业技能训练丛书出版，实感稚拙。不妥之处切盼同仁、读者匡正。

主编

一九九五年十二月

编写说明

中国书法是从实用书写中产生的艺术。它通过汉字书写，借助于线条笔墨、构筑成完美的艺术形象，并且将民族特有的情感和审美理想融注在线条和笔墨之中。书法是最具民族特色的一门艺术，它是世界艺苑里的一朵奇葩，是中华民族的骄傲，是祖国优良文化传统的重要组成部分。作为人民教师，肩负着传播文明、弘扬祖国优良文化传统的重任，理应努力学好书法。因此，在师范院校开设书法课是很有必要的，书法教育也是素质教育的重要内容。

师范院校的书法教学是在中、小学书法教学基础上的深化，教学内容一般应包括书法理论、书法史、书法技法、书法欣赏和书法美学。但是因为目前中、小学的书法教学尚未完善，学生在中、小学阶段未能掌握应有的书法知识和书法技能，从这一实际出发，所以师范院校的书法课在当前还必须加强书法基础知识和基础技法的教学。只有当中、小学实现了由应试教育向素质教育转轨，书法教学，即目前刚刚起步的写字教学真正普及之后，到那个时候，一般师范院校的书法教学也才能跟自己应有的深度相适应。

在技能训练方面，根据教师职业的特殊要求，一般师范院校学生训练的侧重点不是艺术的书法，而应该是实用的书法，即是一般的书写技能训练，包括毛笔字、钢笔字和粉笔字这“三笔字”训练。在三笔字当中，虽然钢笔字和粉笔字在实际工作中最

为常用，但是毛笔字是基础，在训练的时候，应该以毛笔字为龙头。这是因为中国毛笔书法历史悠久，具有十分丰富而完备的技法技巧，是写钢笔字和粉笔字取之不尽用之不竭的源泉。

本书是为提高教师书写技能而编写的。基于上述考虑，我们介绍了毛笔字、钢笔字和粉笔字的书写方法，重点突出了毛笔字，在各种书体中又突出了最有实用价值的楷书和行书。为了照顾学书者的不同兴趣，在楷书里欧颜柳赵并举，这样避免了一般教材里独尊一家的偏颇。书中的训练部分，有具体的训练内容、训练目标和训练程序设计，使本书具有鲜明的指导操作的特色。这些训练设计，大多是根据本人平素的教学尝试而编写成的，希望它能对书写训练有一定的切实帮助。不过这些训练设计还很不成熟，有待于广大书法教师和学生在实践中改进和完善。

本书的编写参考和借鉴了不少前人与时贤的研究成果，有的被引用在书中，借此谨表谢忱。

胡昌华

1996年1月

目 录

第一章	正确书写规范汉字	(1)
第一节	规范汉字的含义和标准.....	(1)
第二节	汉字的笔画结构和笔顺.....	(2)
第三节	正确书写规范汉字技能训练.....	(7)
第二章	毛笔字书写工具介绍	(17)
第一节	笔	(17)
第二节	墨	(19)
第三节	纸	(20)
第四节	砚	(21)
第三章	书写基础	(22)
第一节	执笔运腕及写字姿势	(22)
第二节	笔法与墨法	(26)
第三节	书写基础技能训练	(30)
第四章	临摹技法	(34)
第一节	选帖	(34)
第二节	读帖	(37)
第三节	临摹方法	(38)
第四节	临摹技能训练	(41)
第五章	楷书笔画	(51)
第一节	楷书笔画的特点	(51)
第二节	楷书笔画的写法	(53)
第三节	楷书笔画技能训练	(72)

第六章	楷书结构	(79)
第一节	影响结构的因素	(80)
第二节	楷书结构的法则	(84)
第三节	楷书偏旁部首的写法	(91)
第四节	楷书结构技能训练	(100)
第七章	行书笔画与偏旁部首	(111)
第一节	行书的用笔特点	(111)
第二节	行书笔画的写法	(116)
第三节	行书偏旁部首的写法	(125)
第四节	行书笔画与偏旁部首技能训练	(140)
第八章	行书结构	(146)
第一节	行书结构的原则	(146)
第二节	行书结构的方法	(149)
第三节	行书结构技能训练	(158)
第九章	硬笔字	(166)
第一节	硬笔字与毛笔字的关系	(166)
第二节	钢笔字	(168)
第三节	粉笔字	(172)
第四节	硬笔字书写技能训练	(175)
第十章	各种书体介绍	(194)
第一节	甲骨文	(194)
第二节	金文	(196)
第三节	小篆	(198)
第四节	隶书	(200)
第五节	楷书	(203)
第六节	草书	(212)
第七节	行书	(218)
附图	(223)

第一章 正确书写规范汉字

汉字跟其它任何文字一样，具有很强的社会性，是传播文明、传递信息的工具。汉字在一定的时期必须有一定的规范，否则在使用中就会造成混乱，所以国家有关法令明确要求和规定了汉字要规范化，用字书写必须规范，符合标准。教师肩负着教书育人，培养祖国新一代建设者与接班人的重任，在汉字规范化方面，不但自身要率先垂范，而且要认真教育学生读写规范汉字，这既是国家法令的要求，也是职业道德的要求。教师如果在讲课板书和批改作业时，用字不规范，就会误人子弟。目前，社会上语言文字的规范意识比较淡薄，滥用繁体字，乱用不规范的简化字的现象相当严重。针对这一情况，教师在用字规范方面，更要尽职尽责。为此，师范院校的学生必须确立用字规范的意识，加强正确书写规范汉字的训练，尤其是要掌握和正确规范地书写《现代汉语常用字表》中收录的3500个常用汉字。

第一节 规范汉字的含义和标准

汉字规范化，就是根据汉字发展的规律确定形体和书写的统一正字标准。规范汉字包括经过整理简化的字和未整理简化的传承字。经过整理简化的字是指国家正式发布的《简化字总表》、

《第一批异体字整理表》、《现代汉语常用字表》所收的字。在以上字表收字的范围内，三个字表的规定就是规范汉字的标准。未整理简化的传承字是指以上字表未收的社会公认的汉字，应当以国家审定的《新华字典》、《现代汉语词典》、《中华大字典》为标准。凡不属国家公布和审定的字，都不是规范字，其中包括一切错别字、已经公布废除的异体字、繁体字、旧印刷字、《第二次汉字简化方案〈草案〉》中的简体字和自造简体字。

在这里我们得顺便强调，要注意处理好练字与用字的关系。在工作和生活当中的书写用字必须规范，符合上述规范汉字的标准。而练字常以古代碑帖作为范本，其中有不少繁体字和异体字，我们也可跟着学习临摹。但是练字写繁体和异体字的目的是为了学习用笔方法，写好基本笔画，掌握结构要领和方法，便于美观地书写汉字。所以，练字时写繁体字和异体字与用字规范化并不矛盾。至于书法作品，纯属艺术创作，用字不受通行的规范化的约束，写简化字还是写繁体字，书作者可自由选择。

第二节 汉字的笔画结构和笔顺

一、汉字的笔画

笔画是构成汉字的点和线，是构成汉字的最小单位。除一、乙两个字以外，每写一个字，笔头在纸上要起落若干次。每一次起笔到落笔所写的点和线，无论长短和曲直，统称作一画或一笔。

(一) 汉字的笔形

笔形是指汉字笔画的形状。汉字的笔形分为两大类：一类是不曲折的笔形，称为平笔笔形，或称单一笔画；一类是曲折的笔

形，称为折笔笔形，或称复合笔画。

平笔笔形有六种：一（横）、丨（竖）、丿（撇）、㇇（捺）、丶（点）、㇇（挑）。它们在字的不同位置或不同偏旁中，为适应汉字方块形的需要，又有各种不同的形态。横、竖、挑都有长短之分，撇有平撇（“禾”的首笔）、竖撇（“月”的首笔）等不同写法，捺有斜捺（“木”的末笔）、平捺（“之”的末笔）等变化，点可分为左点（“心”的首笔）、右点（“刈”的第二笔）、竖点（“快”的首笔）等等。

折笔笔形，一般依起笔、中间的变化和收尾的形态而有不同的名称，不过名称尚未规范。折笔笔形分为单折笔和复折笔。

单折笔有下列几种：

竖勾	如“于”字末笔
竖弯勾	如“狠”字第二笔
斜勾	如“戈”字第二笔
心勾	如“心”字第二笔
竖折	如“山”字第二笔
竖挑	如“以”字首笔
横勾	如“字”字第三笔
横折	如“口”字第二笔
横折撇	如“又”字首笔
撇点	如“女”字首笔

复折笔有下列几种：

横折勾	如“刀”字首笔
竖弯勾	如“儿”字第二笔
横折折	如“朵”字第二笔
横折弯勾	如“乃”字首笔
横折弯竖勾	如“阳”字首笔
竖折折勾	如“与”字第二笔

横折折撇 如“及”字第二笔

竖折折撇 如“专”字第三笔

以上笔形都是一画即一笔，书写时必须注意。

附：常用部首名称表

冫	(两点水)	大	(大字头)
冫	(秃宝盖)	小	(小字头)
讠	(言字旁)	口	(口字旁)
十	(十字头)	口	(大口框)
刂	(立刀旁)	山	(山字头)
八	(八字头)	彳	(双人旁)
人	(人字头)	心	(心字底)
亻	(单人旁)	户	(户字头)
又	(又字旁)	礻	(示字旁)
廴	(建字旁)	王	(王字旁)
阝	(单耳旁)	木	(木字旁)
阝	(左耳旁)	车	(车字旁)
阝	(右耳旁)	日	(日字旁)
力	(力字旁)	父	(父字头)
氵	(三点水)	牜	(牛字旁)
忄	(竖心旁)	疒	(病字头)
宀	(宝盖头)	衤	(衣字旁)
广	(广字头)	石	(石字旁)
门	(门字框)	攴	(攴字旁)
辶	(走之底)	斤	(斤字旁)
寸	(寸字旁)	爪	(爪字旁)
扌	(提手旁)	月	(月字旁)
扌	(提土旁)	穴	(穴宝盖)
艹	(草字头)	立	(立字旁)

目	(目字旁)	虍	(虎字头)
田	(田字旁)	虫	(虫字旁)
皿	(皿字底)	竹	(竹字头)
钅	(金字旁)	舟	(舟字旁)
禾	(禾字旁)	走	(走字旁)
白	(白字旁)	足	(足字旁)
鸟	(鸟字旁)	雨	(雨字头)
米	(米字旁)	鱼	(鱼字旁)
西	(西字头)	革	(革字旁)

(二) 汉字笔画的组合关系

汉字笔画的组合有相离、相接、相交三种：

利用相离组合关系构成的字有二、三、八、川、小、心等。

利用相交组合关系构成的字有十、太、力、七、九等。

相接组合关系分为两种情况：一种是一个笔画的笔首或笔尾与另一个笔画的身段相接，如人、入、刀、丁、上、正、卫、久等；另一种是一个笔画的笔首或笔尾与另一个笔画的笔首或笔尾相接，如厂、了、几、己、口、弓等。

二、汉字的结构

汉字的结构，是指汉字构成成分组合的方式。汉字分独体字和合体字两类。独体字结构的组合方式的分析要看笔画的具体笔形（包括它的长短、走向）数目、位置及其相互间的组合关系。合体字的结构成分是部件，即常说的偏旁部首。合体字的偏旁部首有的是由独体字变化而来的。合体字一般有左右结构、左中右结构、上下结构、上中下结构、半包围结构、全包围结构等几种结构组合方式。

三、汉字的笔顺

写汉字时笔画的先后次序，简称笔顺。汉字笔顺有以下基本

原则：

（一）先横后竖

竖与横相交，竖的笔首与横的身段相交，如十、王、下都应先横后竖。例外的是丑、贯、再，其竖与横相交部分则是先竖后横。

（二）先竖后横

竖的笔尾与横的身段相接，横的笔首与竖的身段相接（如占字头，非字右边），横的笔尾与竖的身段相接（如北与非字左旁），横的笔尾与竖的笔尾或身段相接（如革字头、甘字的二、三横），都应先竖后横。

（三）先撇后捺

撇与捺无论是相离、相接还是相交，如人、文、木、入都应先撇后捺，人、八因成为合体字部件捺变成点时，都应先撇后点。

（四）后写内点

内点是包括在主体内部的点。除义、丹、舟（上内点）、戍、炙字点及啄字右边、卯字左旁外，都应后写内点。后写内点的字如：凡、勺、瓦。

（五）后写右上点

有些右上带点的字或部件，一般都是后写右上的点，如戈、犬、尤、术、发、龙、成等。

（六）先撇后折

由撇和折组成的字或部件，多数是先撇后折，如包、句、风、没。但刀、力、乃、万、方、皮、龙、女和虎字头则是先折后撇。

（七）从左到右

部分独体字、左右结构和左中右结构的字或部件，绝大多数是从左到右，如八、川、体、湖。但陪字左旁、部字和即字的右