

标准楷书

欧阳询《九成宫醴泉铭》

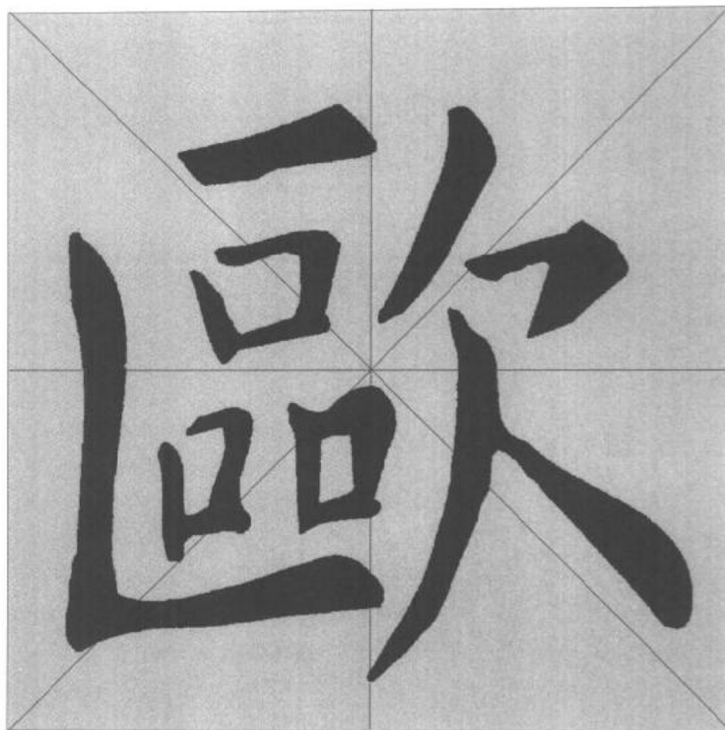
本教材由中国美术学院学术研究所推荐
青少年标准书法教材

陈进 著
昆华 作
路西 策
编制

中国美术学院出版社

歐

本教材由中国美术学院学术研究部推荐
青少年标准书法教材



标准楷书

欧阳询《九成宫醴泉铭》

陈进 编著
昆华 制作
路西 策划

中国美术学院出版社

责任编辑：洛 齐
封面设计：成朝晖
版式设计：昆 华
责任校对：黄绍筠
责任监制：葛炜光

图书在版编目(CIP)数据

标准楷书：欧阳询《九成宫醴泉铭》/陈进编著.
杭州：中国美术学院出版社，1999.10 (2002.2重印)
青少年标准书法教材
ISBN 7-81019-769-X

I.标… II.陈… III.楷书-书法-教材
IV.J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 33872 号

标准楷书 欧阳询《九成宫醴泉铭》

陈进编著

中国美术学院出版社 出版发行

地址：中国·杭州南山路 218 号 邮政编码 310002

全国新华书店 经销 杭州之江印刷厂 印刷

1999 年 12 月第 1 版 2002 年 2 月第 6 次印刷

开本：889×1194 1/16 印张：3.5

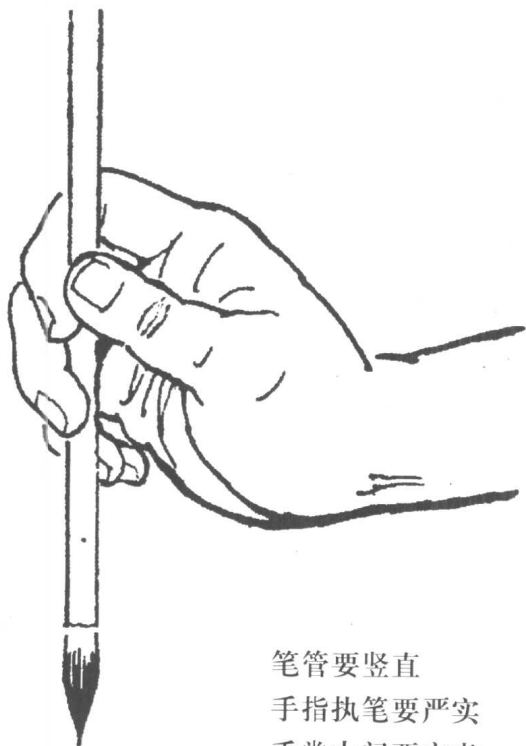
字数：11,8 千 图数：638 幅

印数：22001-28000 定价：8.00 元

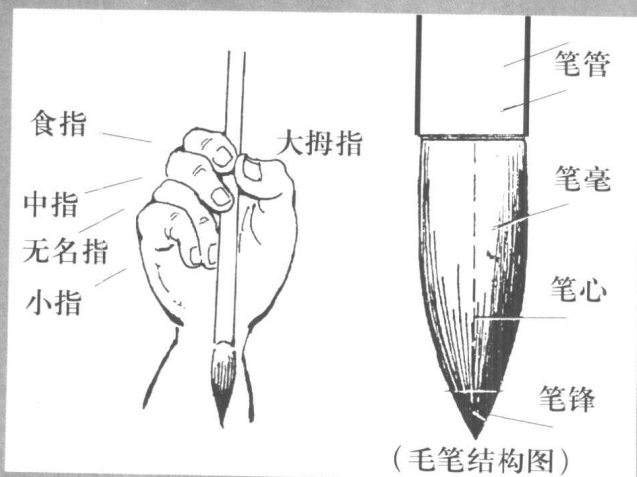
第一课

执笔和书写姿势练习

用右手大拇指、食指、中指夹住笔管，无名指、小指并拢由内向外轻轻推抵笔管（见图例）。



笔管要竖直
手指执笔要严实
手掌中间要空虚

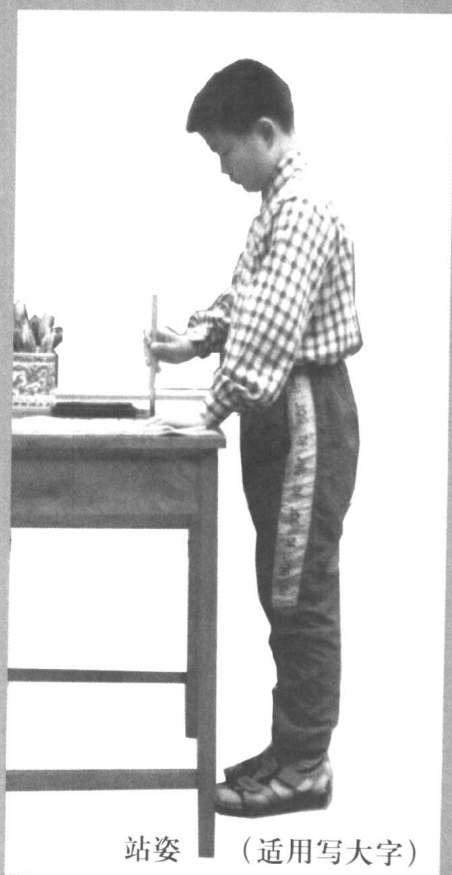


（毛笔结构图）

身体离桌子约一拳距离，左手平放，按住纸面，右手执笔并抬高肘部，使肘部凌空，身体自然放松，做到头部正，身体直，手臂放开，两脚放平。



坐姿（适用写中小字）



站姿（适用写大字）

● 作业：按上面的执笔方法每天练习20分钟，可分两次练习，每次10分钟。

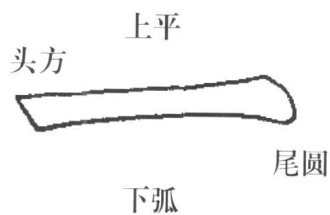
● 作业：按上面的书写姿势，每天练习20分钟。

第二课

平横的练习

提示：两头用笔稍重，中段较轻，笔画稍向上斜，多用于字的主笔。

基本特征



书写方法



斜势切入



提笔使笔锋回复到起笔前的样子



右行到尾部提笔

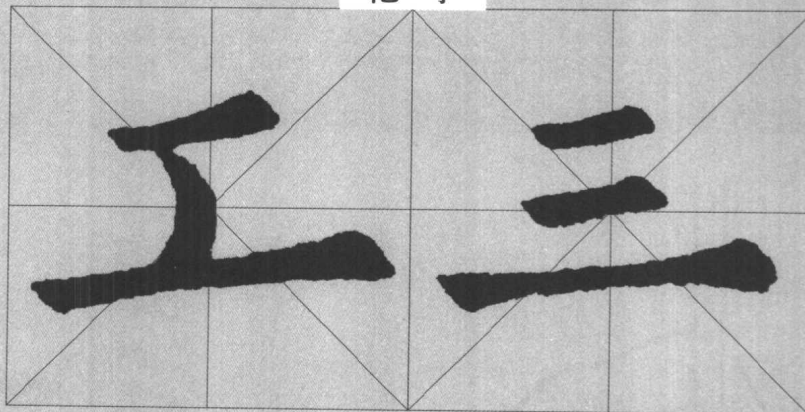


向右下按笔成斜角

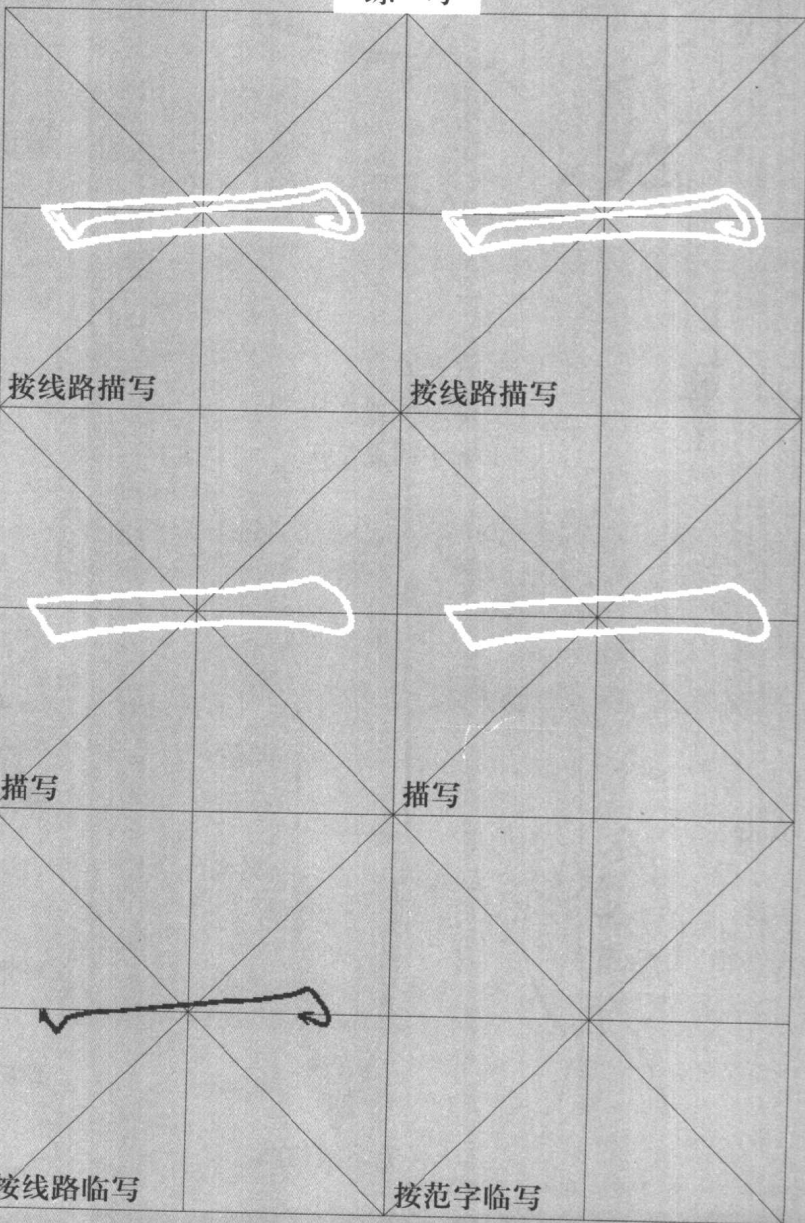


提笔向左回收

范字



练习



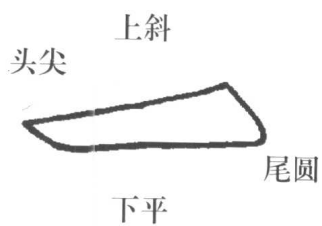
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习20个。

第三课

尖头横的练习

提示：笔画略取斜势，多用于字的短横。

基本特征



书写方法



向右顺势起笔

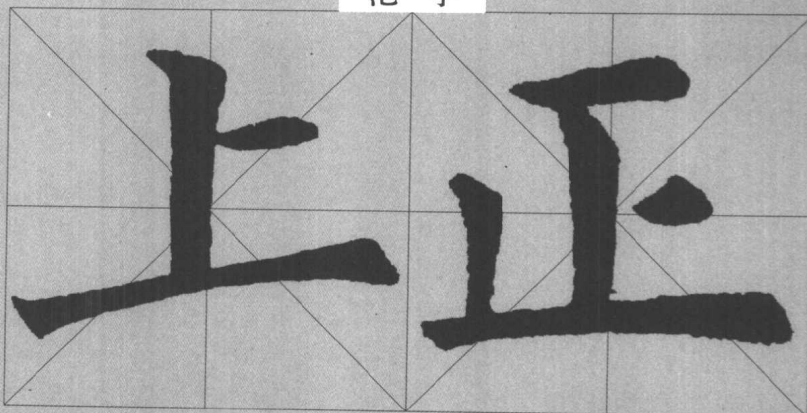


由轻到重向右上行

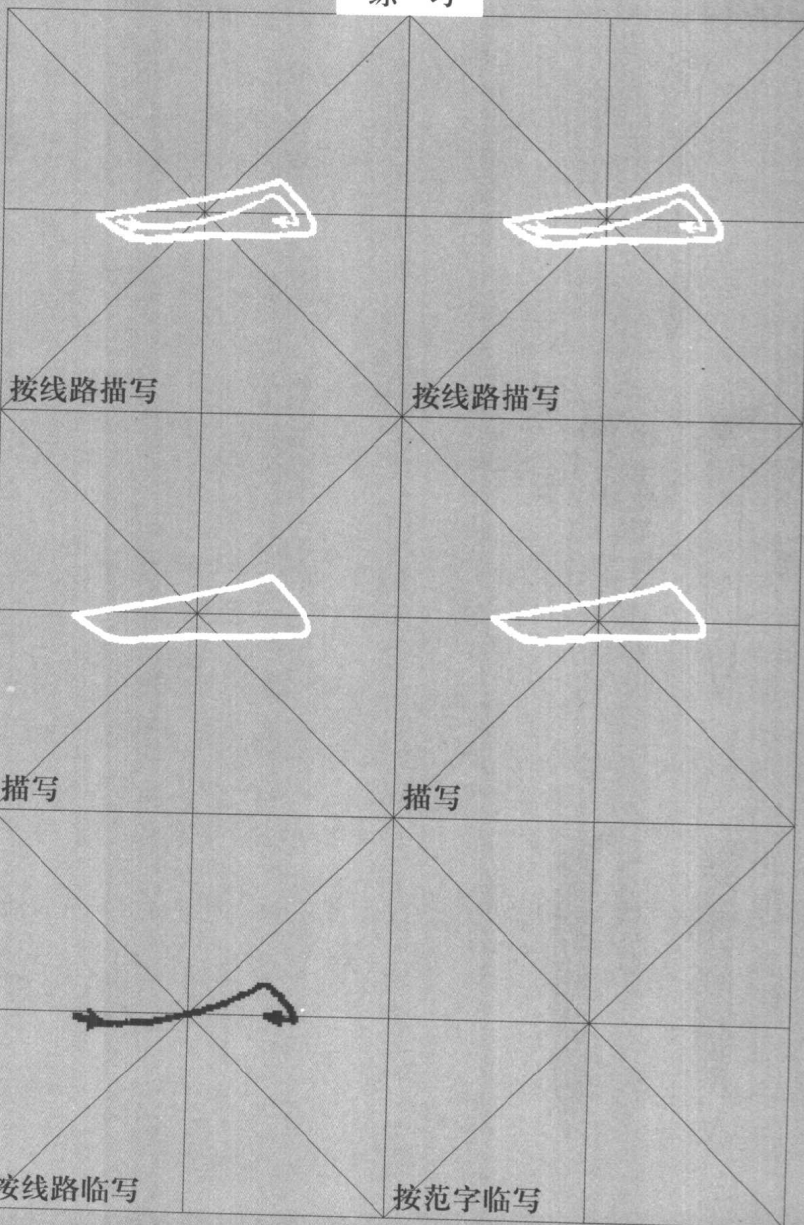


轻提笔锋转向左收笔

范字



练习



● 作业：做完上面的练习后，每天再练习20个。

第四课

悬针竖的练习

提示：笔画挺直，多用于字的中竖，收尾时速度要慢，出锋不能过尖。

基本特征

头呈斜角



尾如悬针

书写方法



向右下落笔



提笔使笔锋回复原状



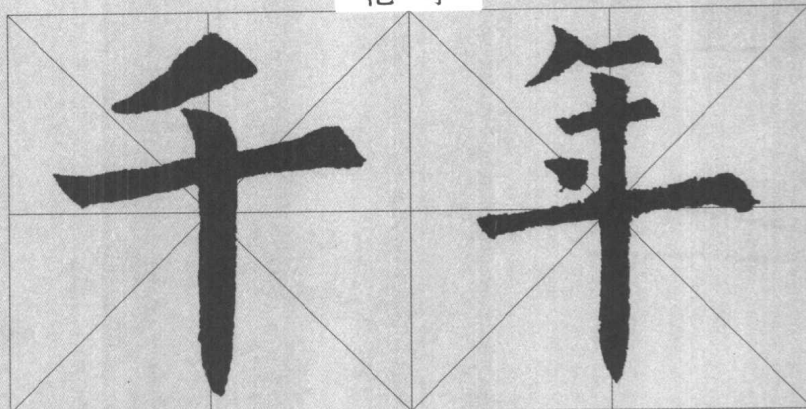
中锋向下行



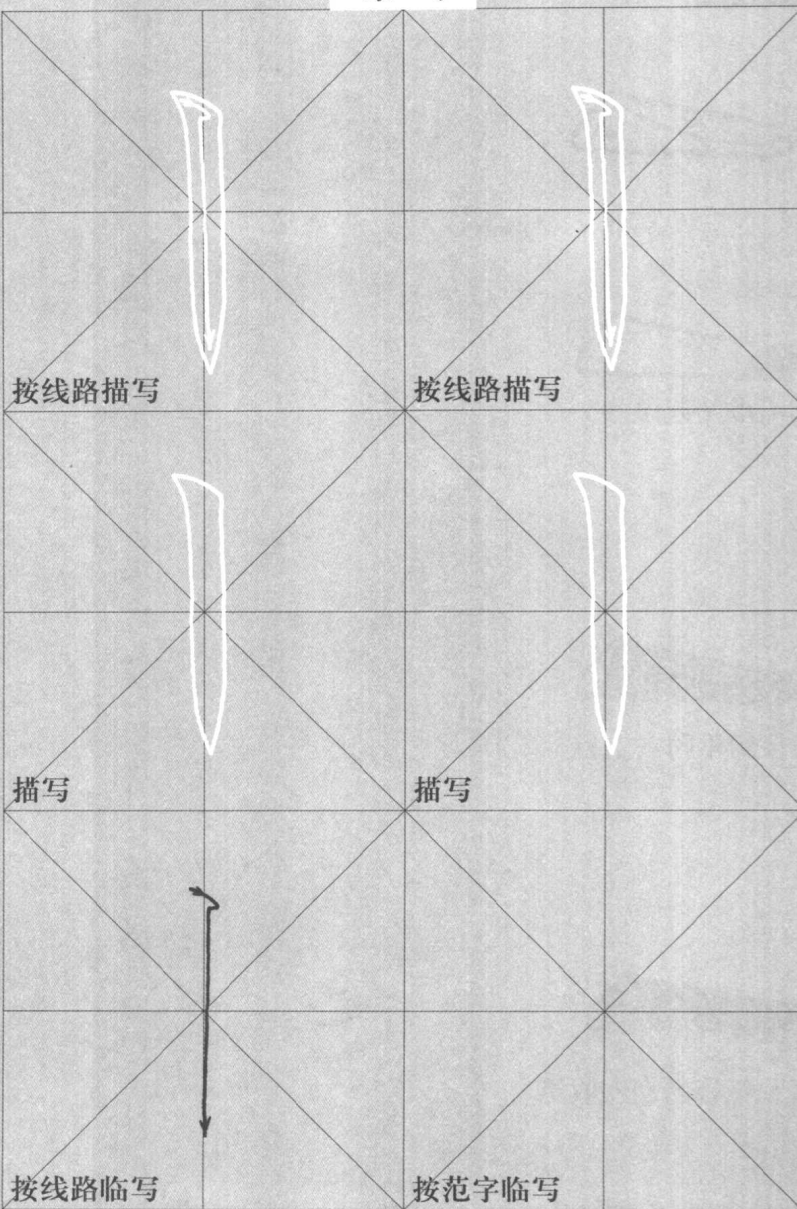
慢慢提收



范字



练习



● 作业：做完上面的练习后，每天再练习20个。

第五课

垂露竖的练习

提示：欧体长竖多用垂露竖，用笔中锋，切忌笔画从上到下粗细一样。

基本特征

头方



尾如露珠

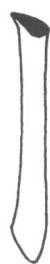
书写方法



向右下落笔



提笔使笔锋回复原状



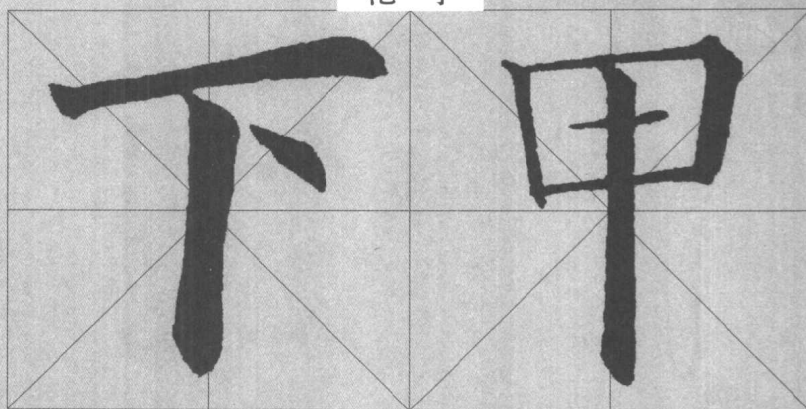
行笔到尾部轻提笔锋



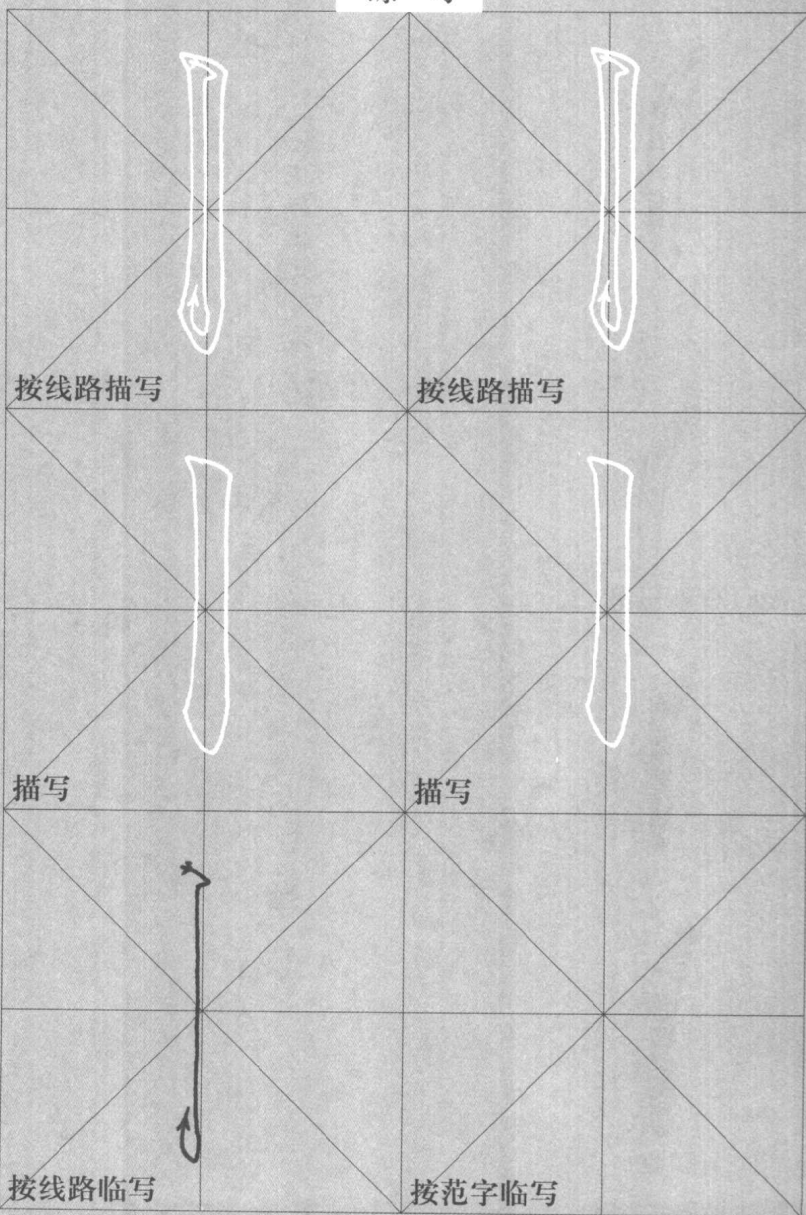
向左上回收



范字



练习



按线路描写

按线路描写

描写

描写

按线路临写

按范字临写

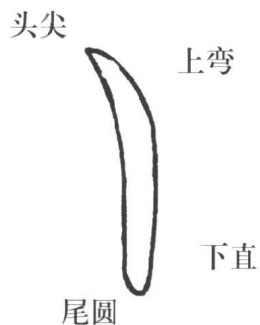
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习20个。

第六课

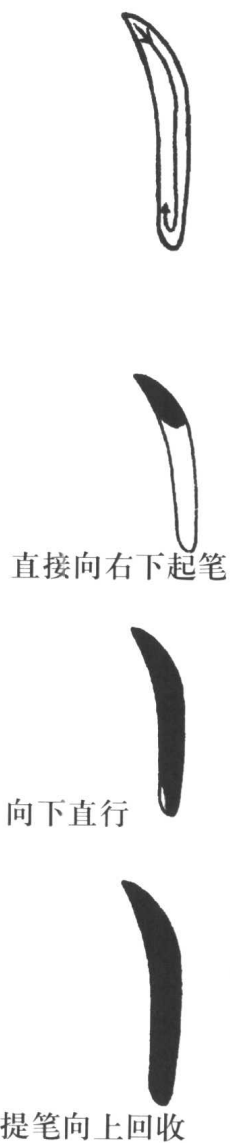
弯头竖的练习

提示：多用于方形外框的左竖，写时笔画要细些，不宜过弯。

基本特征



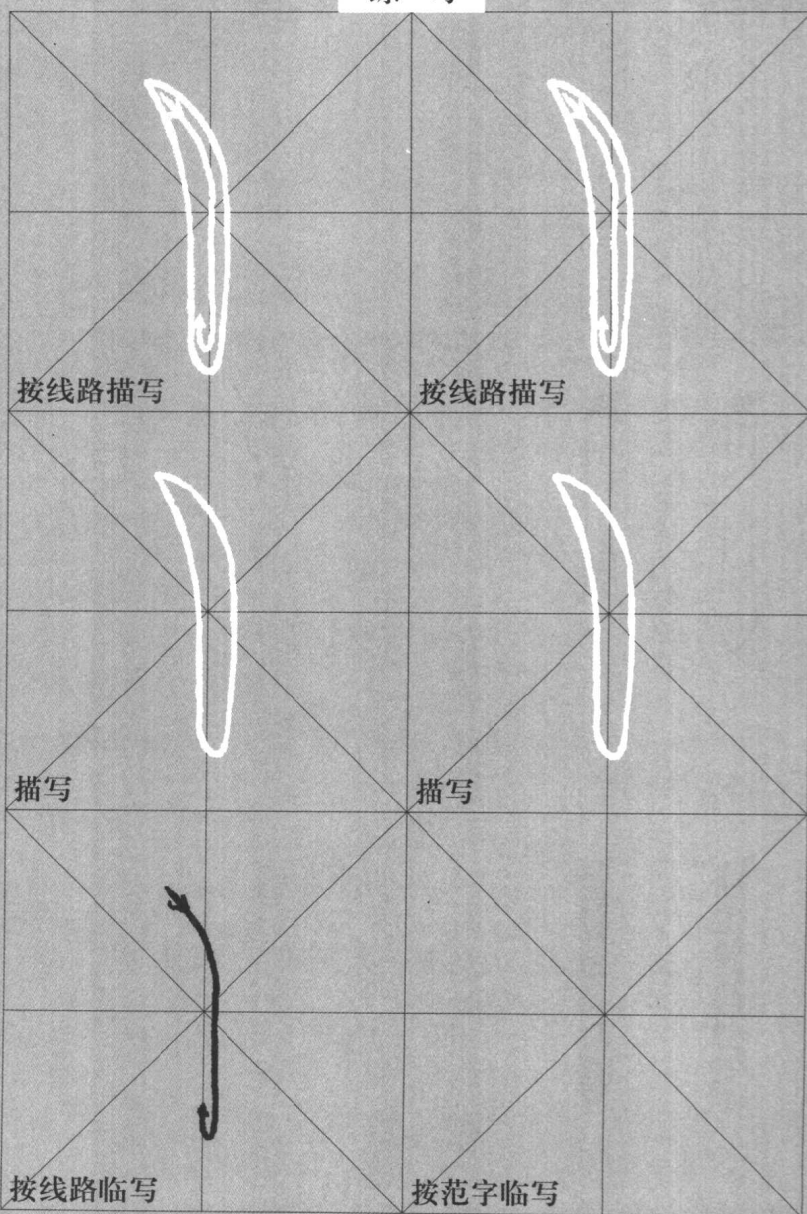
书写方法



范字



练习



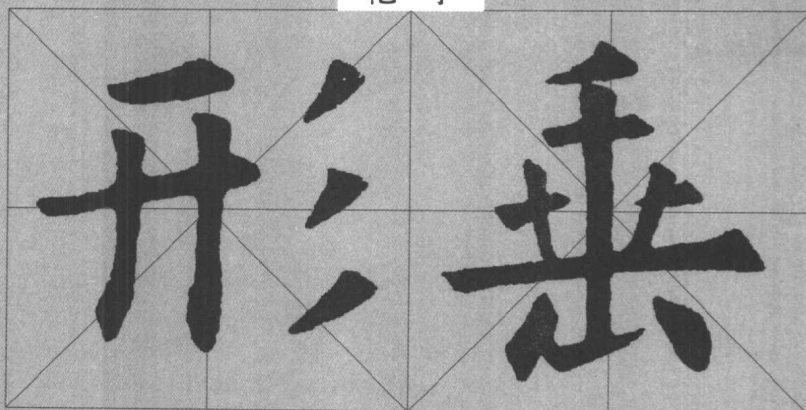
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习20个。

第七课

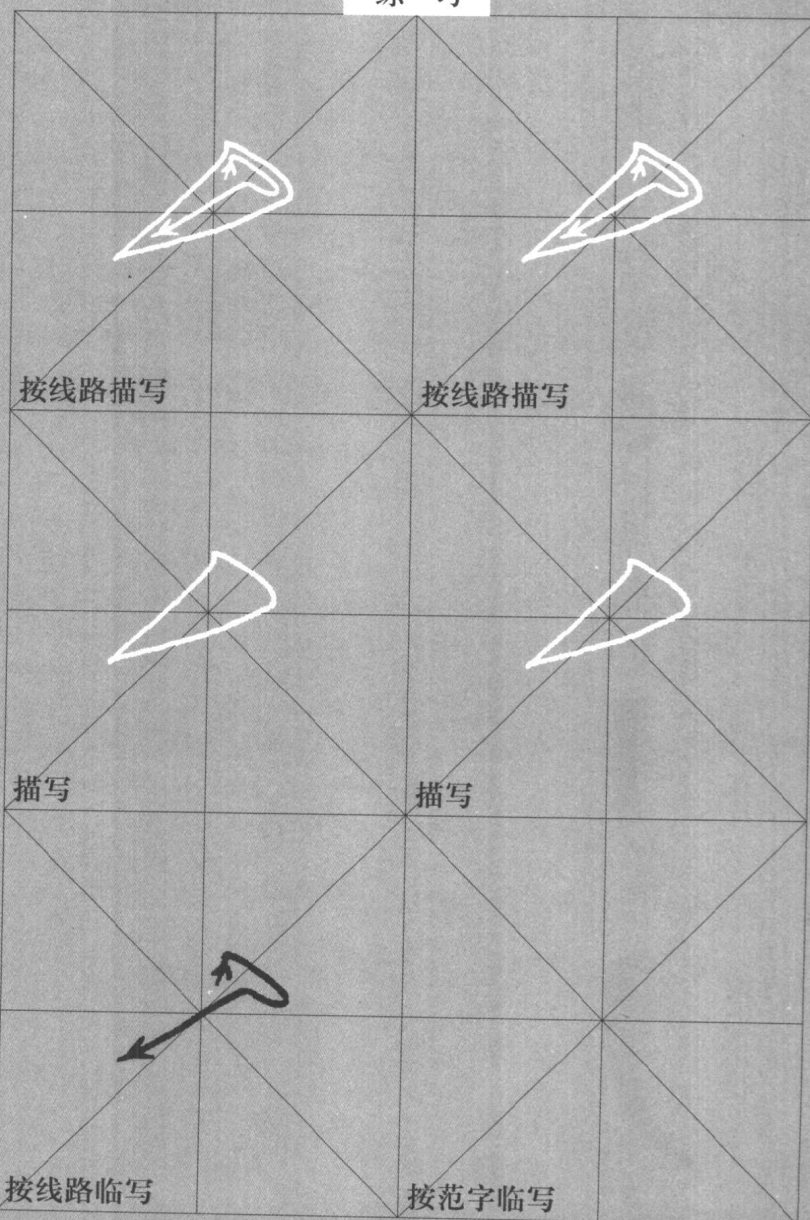
短撇的练习

提示：笔画厚重有力，与“撇点”相似，用笔速度要慢，不能粗糙。

范字



练习



基本特征



书写方法



转锋向右下按



稍顿后撇出

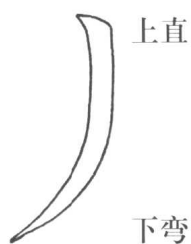
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习30个。

第八课

竖撇的练习

提示：收尾时略带侧锋，笔势要与下一笔画相呼应。

基本特征



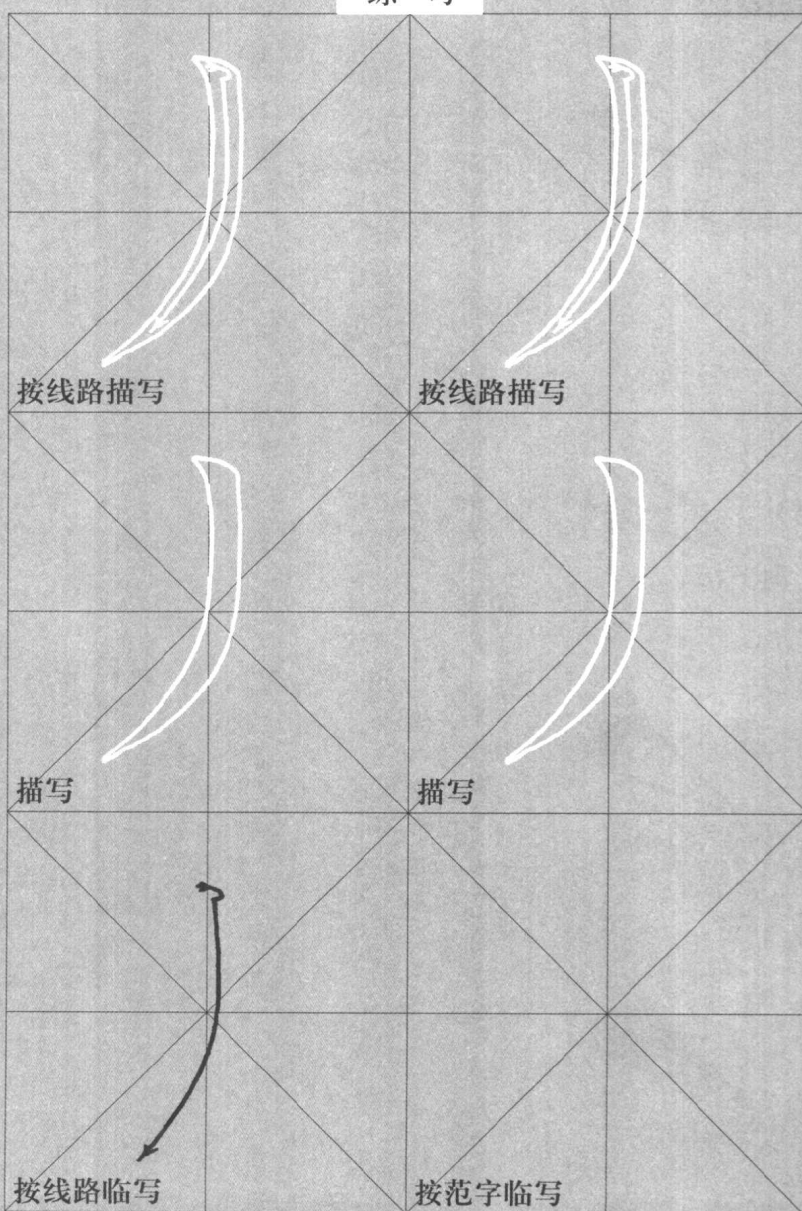
书写方法



范字



练习



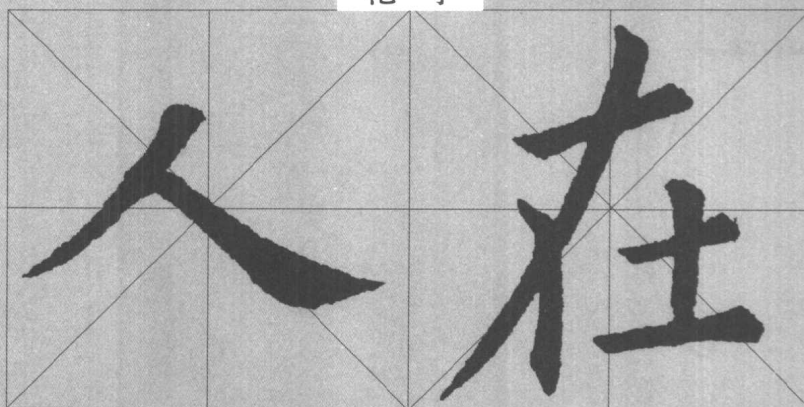
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习30个。

第九课

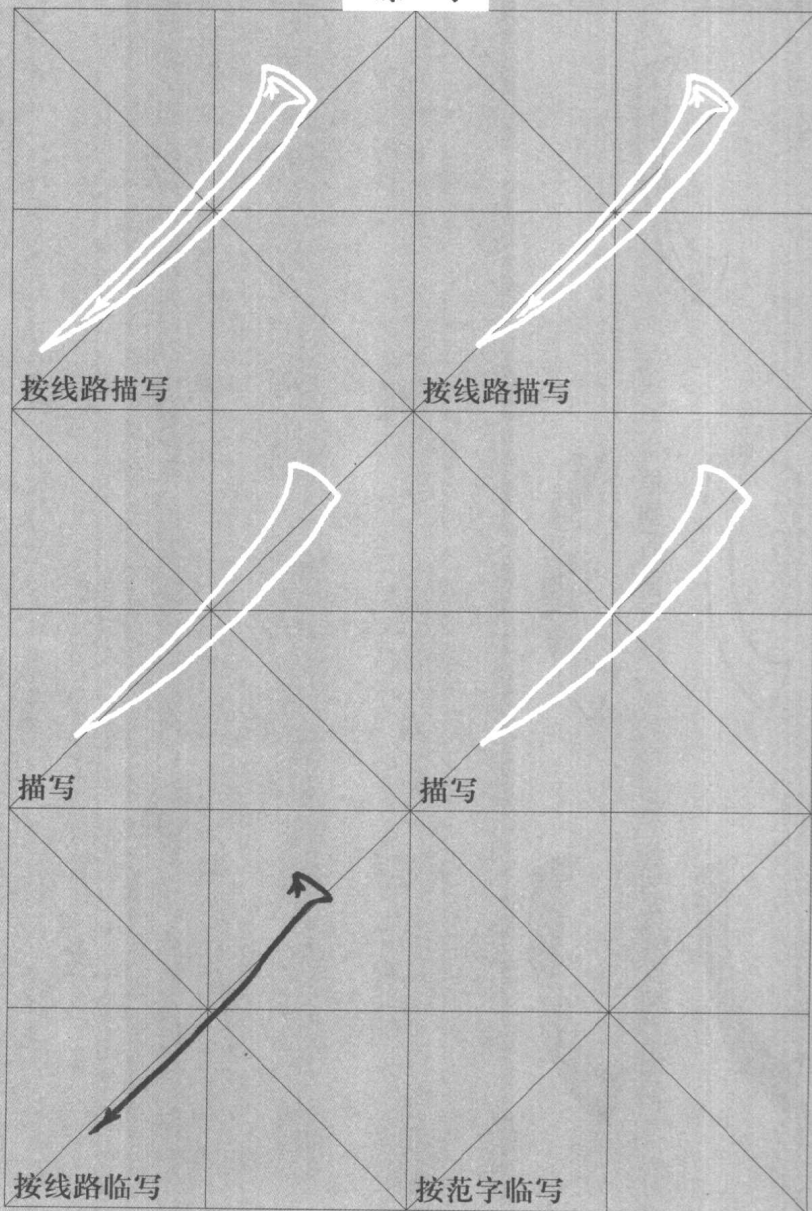
直撇的练习

提示：用笔要直爽，用力要到底。

范 字



练 习



基本特征



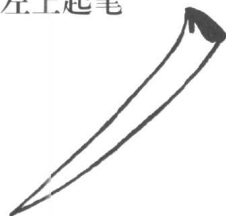
书写方法



向左上起笔



转锋向右下按



提笔后向左下直撇



● 作

业：做完上面的练习后，每天再练习20个，临写“在”字10个。

第十课

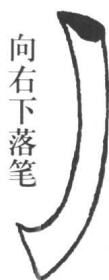
回锋撇的练习

提示：多用于外框的左撇和相同笔画的变化，形如“竖钩”。

基本特征



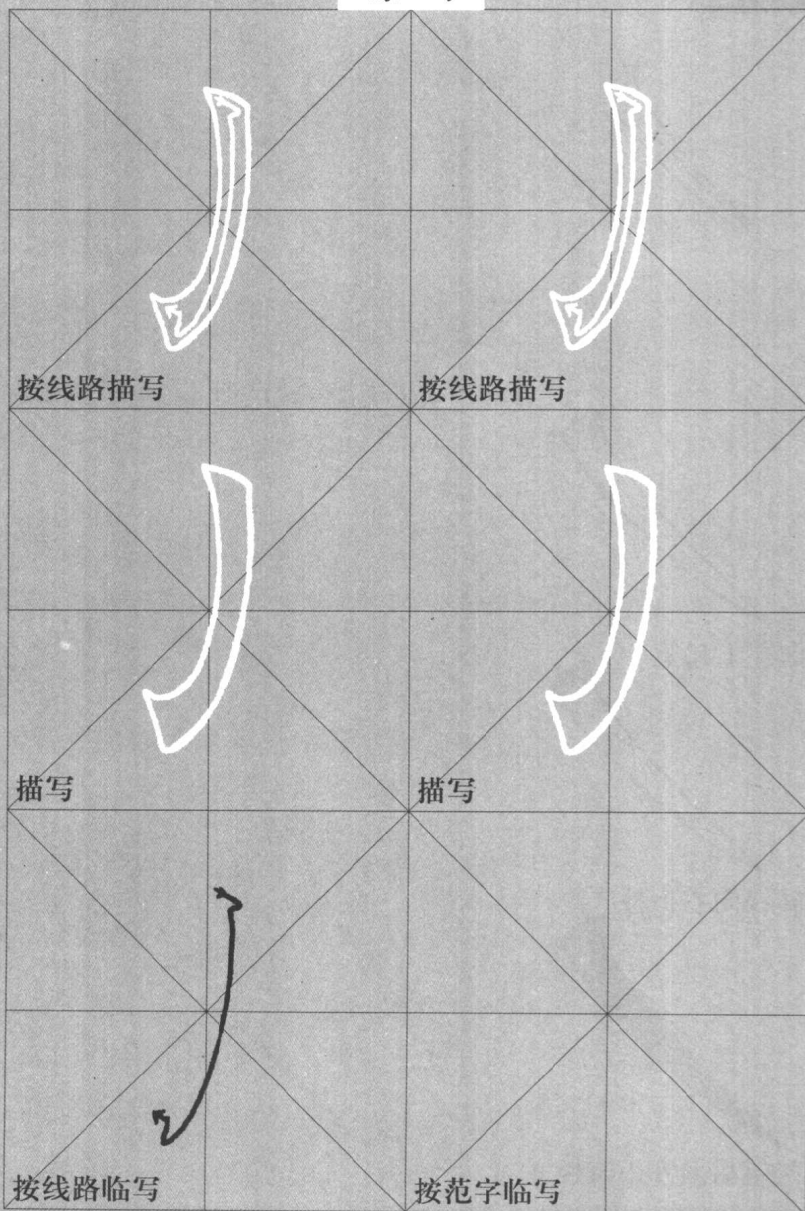
书写方法



范字



练习



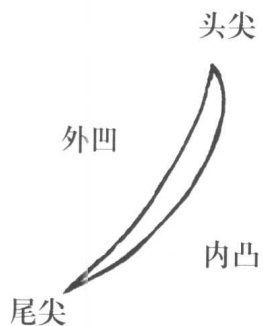
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习30个。

第十一课

兰叶撇的练习

提示：用笔由轻到重，再由重到轻，笔势略带弧度，两头不要过尖。

基本特征



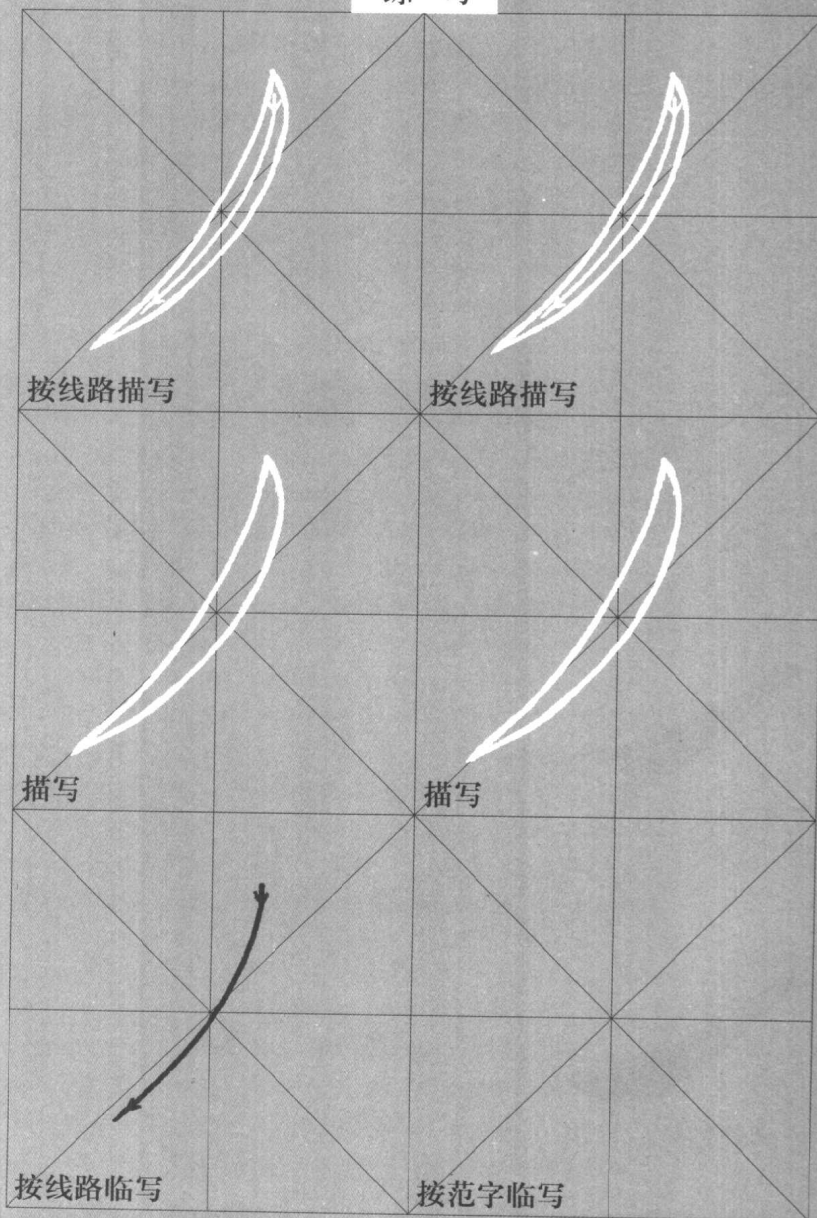
书写方法



范字



练习



● 作

业：做完上面的练习后，每天再练习20个，临写“敢”字10个。

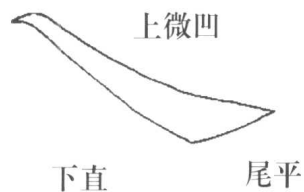
第十二课

斜捺的练习

提示：笔画厚实，尾部形如三角，写时不要上翘或散尾。

基本特征

头尖



书写方法



向右起笔



由轻到重向右下按



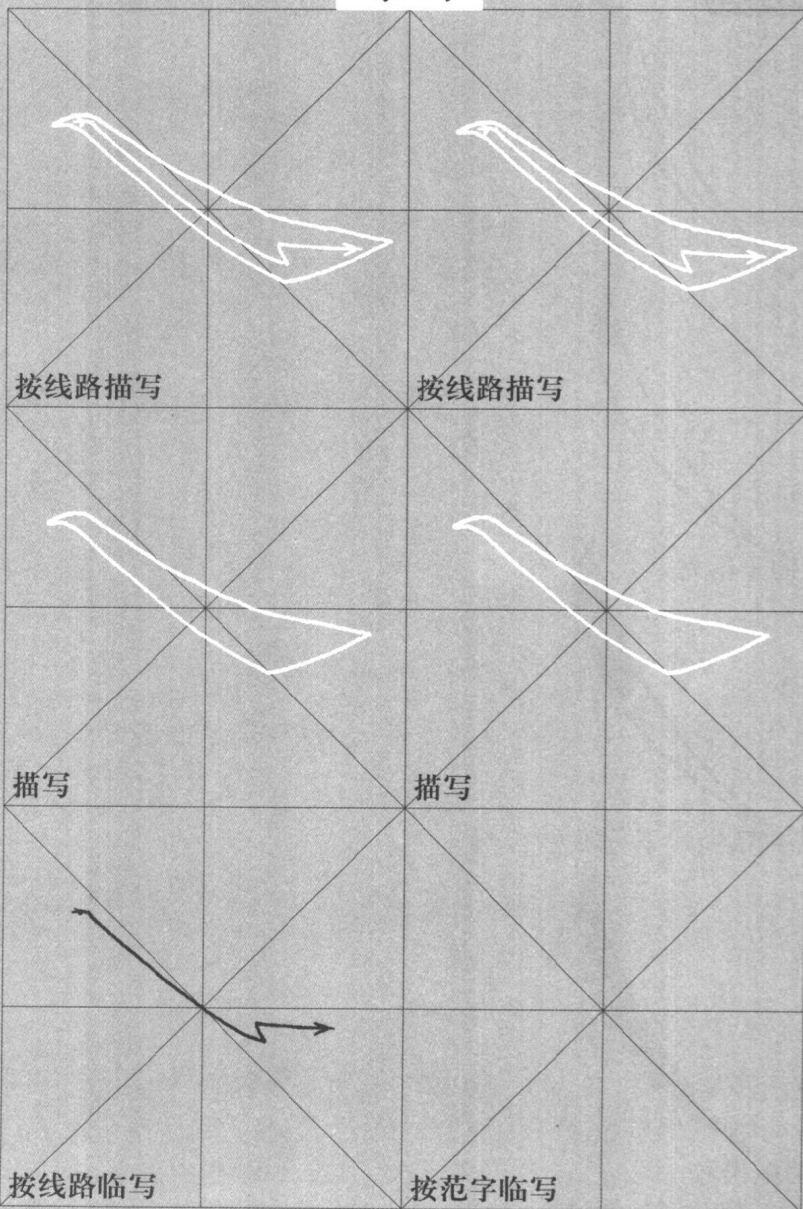
在捺脚处稍顿后捺出



范字



练习



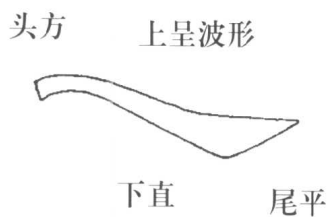
● 作业：做完上面的练习后，每天再练习20个，临写“天”字10个。

第十三课

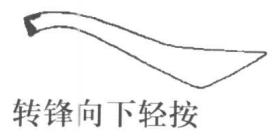
平捺的练习

提示：笔画整体较长，左高右底，要有一波三折之势，切忌平直。

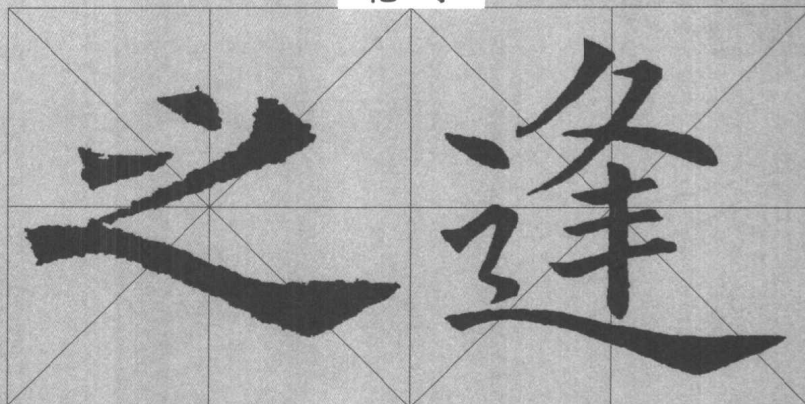
基本特征



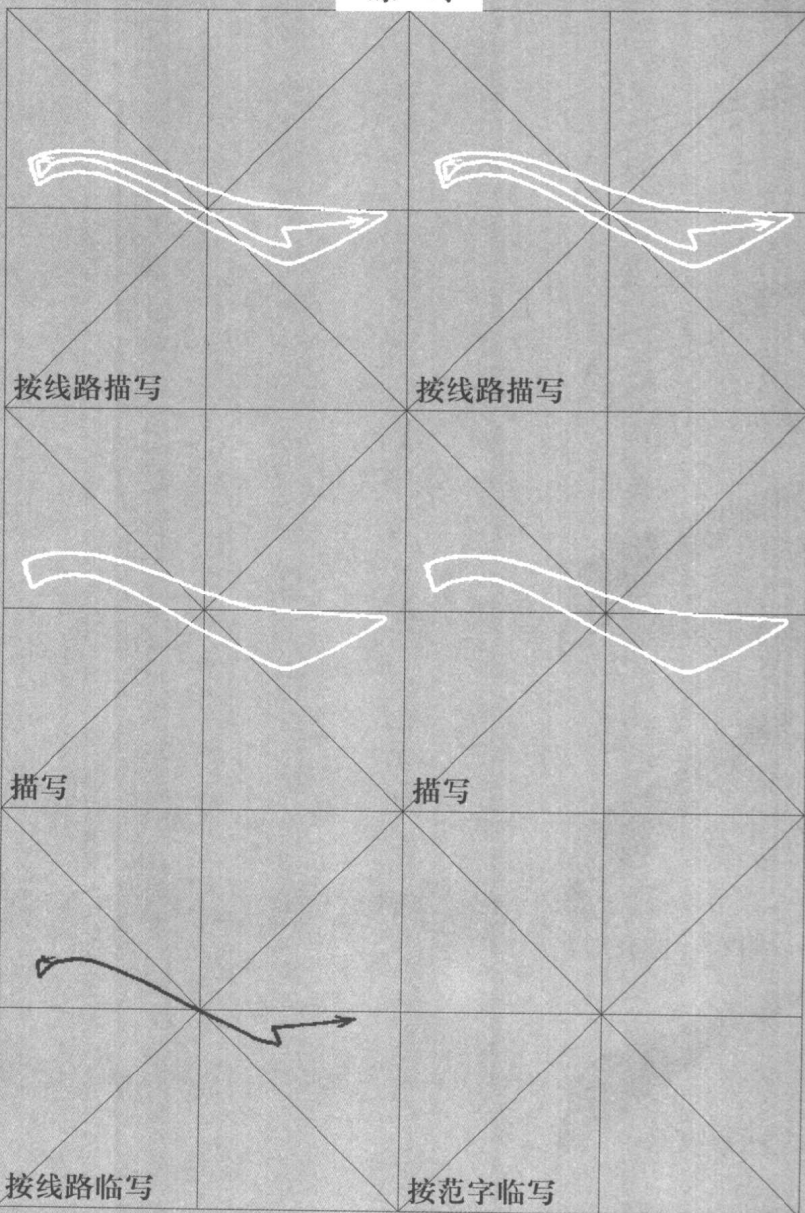
书写方法



范字



练习



● 作业：做完上面的练习后，每天再练习40个。

第十四课

反捺的练习

提示：多用于重复笔画的变化，笔画从细到粗呈斜势，与“长点”相似。

基本特征

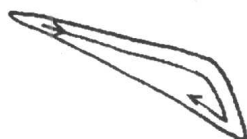
头尖



尾方

形如三角

书写方法



直接向右下落笔



到尾部轻提笔锋



侧锋向右下按成斜角



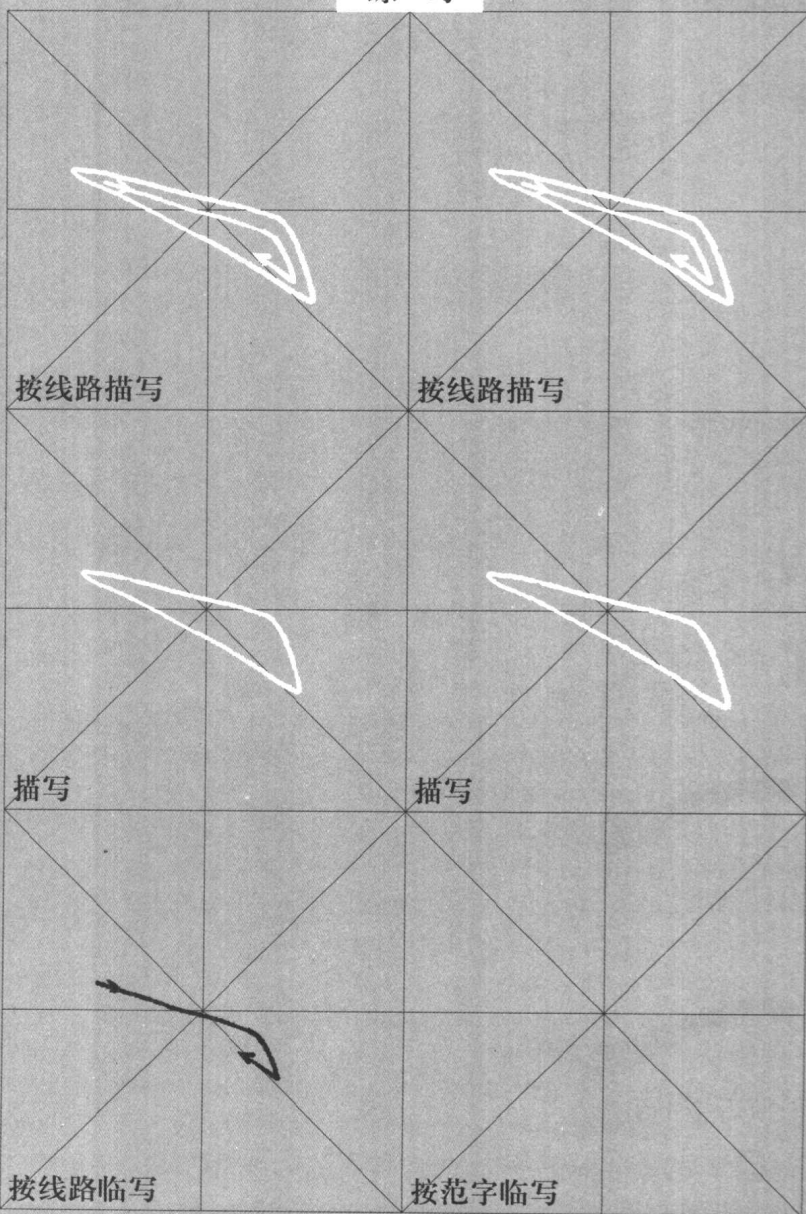
向左回锋收笔



范字



练习



●作业：做完上面的练习后，每天再练习30个。