

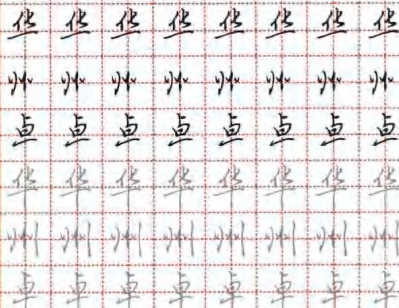
标准钢笔行书

基本笔画、偏旁与结构

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

陈王路 进德西 编写
建 策 书写

CHINA ACADEMY OF ART PRESS
中国美术学院出版社



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



标准钢笔行书

基本笔画、偏旁与结构

陈 进 编著

王建德 书写

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：陶柏生

图书在版编目(CIP)数据

标准钢笔行书：基本笔画、偏旁与结构 / 陈进编著.
杭州：中国美术学院出版社，2001.6 (2002.9 重印)
青少年标准书法教材
ISBN 7-81019- 939-0

I. 标… II. 陈… III. 钢笔字-行书-书法-教材 IV. J292.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第031380号

标准钢笔行书

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

浙江大学印刷厂 印刷

2001年6月第1版 2002年9月第2次印刷

开本：889 × 1194 1/16 印张：5

字数：8千 图数：650幅

印数：13001～16000 定价：12.00元

第一课

执笔和书写姿势的练习

执笔方法

用右手大拇指和食指的指肚对应地捏住笔杆，用中指的第一个关节贴住食指的指端，并从下面抵住笔杆，无名指和小指自然地弯曲，并拢在中指下面，小指贴住纸面，如下图。

提示

①大拇指和食指的各项关节要稍有弯势，执笔后大拇指与食指的上面要自然形成一个圆形；

②笔尖与执笔的手指要保持约3厘米的距离；

③笔杆的上部分要靠食指的最后关节处，笔杆与纸面的夹角约为45度；

④手掌的中间要空虚，要能容下一个鸡蛋，执笔宜松不宜紧。



书写姿势

身体的上部要与桌边保持约一拳的距离，左手按住纸面，右手执笔。头要端正，并稍向前倾，眼睛与纸的距离约一尺，上身要挺直，两肩要齐平，两臂要放开，两脚要放平，并与两肩同宽，如下图。

提示

①胸部不能紧压桌子，两肩不能一高一低；

②书写的纸或练习本要放在桌面的正中处；

③两臂要自然平放，左右要均衡对称；

④要避免歪头侧脸，或低头弯背。



● 作业：按上面的执笔方法和书写姿势每天在书写前练习10分钟。

第二课

长横的练习

基本特征

左低  右高
略带弧度

提示

长横是一字中的主笔，写时行笔要流畅，尾部常带有钩势。

范字

丹 五 不

书写方法

1  3
2

- 1、起笔稍向右下按；
- 2、退即向右上行笔；
- 3、稍顿后向左回笔。

描写笔画

常见错误

—

笔画太平

ノ

斜势过度

ㄣ

过于扭曲

—

左高右低

补写笔画

月 月 月 月 月 月 月 月
力 力 力 力 力 力 力 力
木 木 木 木 木 木 木 木

描写范字

● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画 10 个，临写范字各 10 个。

第三课

上挑横的练习

基本特征

左低 右高
尾向上挑

书写方法

1 2

- 1、起笔后，顺势向右上行；
- 2、由中指推力，向左上作挑势。

常见错误

行笔迟疑

线条过扭

挑势做作

起笔生硬

提示

上挑横在字中常与其它笔画“呼应牵带”，是典型的行书笔画，写时挑势要自然。

范字

夫 吉 在

描写笔画

补写笔画

夫 夫 夫 夫 夫 夫 夫 夫
吉 吉 吉 吉 吉 吉 吉 吉
在 在 在 在 在 在 在 在

描写范字

● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个

第四课

悬针竖的练习

基本特征

头重
背弧
尾尖

书写方法

1
2

1、起笔向右下按；

2、略带弧意用力出锋。

常见错误

起笔成折

收笔过快

扭曲变形

过于平直

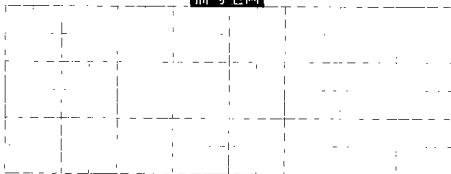
提示

起笔干净利落，笔画直中含曲、凝练有力，
切忌笔画轻飘。

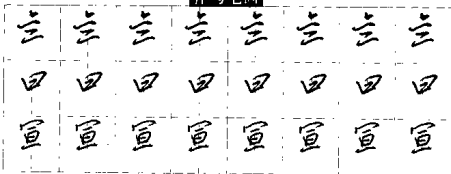
范字

丰 申 軍

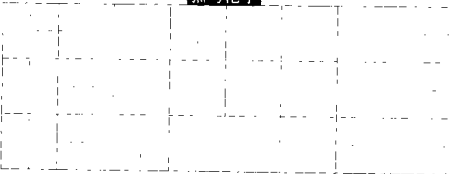
描写笔画



补写笔画



描写范字



● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画 10 个，临写范字各 10 个。

第五课

垂露竖的练习

基本特征



书写方法



- 1、起笔作顿后向下行;
- 2、尾部稍停，向上回笔。

提示

笔画较长，起笔与收笔的提按较明显，要注意笔画直中带曲。

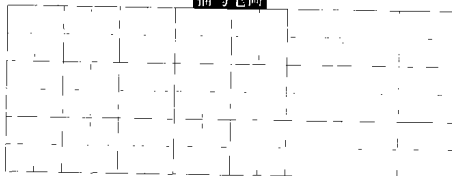
范字

华

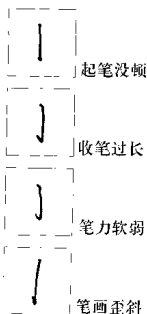
州

卓

描写笔画



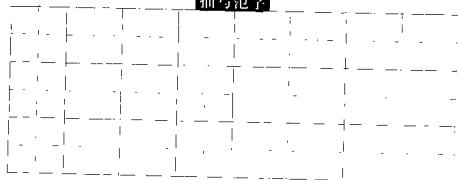
常见错误



补写笔画



描写范字



● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个。

第六课

启右竖的练习

基本特征

头尖

尾向右钩

书写方法



1、起笔稍顿，向下行；

2、稍停，顺势向右上出锋。

常见错误



笔画僵硬



过于弯曲



钩尖太长



起笔过重

提示

笔画较短，多用于字左侧的竖，尾部常带有钩势，笔意与右侧笔画呼应。

范字

坚

作

列

描写笔画

补写笔画

描写范字

● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个

第七课

短撇的练习

基本特征



书写方法



- 1、起笔重顿；
- 2、快速向右下撇出。

常见错误



起笔过轻



起笔太重



笔画过斜



没有粗细

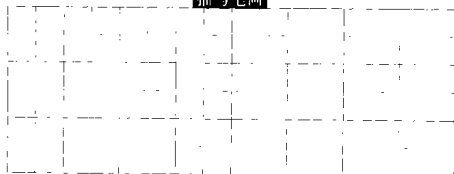
提示

笔画短而有力，写时应注意撇的角度以45度左右为宜，不宜过平或过斜。

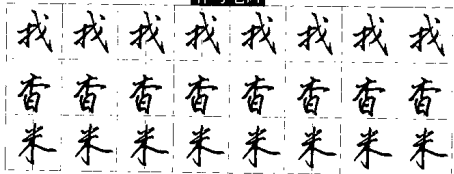
范字



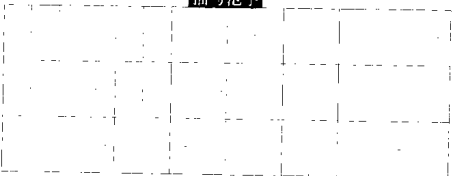
描写笔画



补写笔画



描写范字

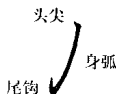


● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个。

第八课

带钩撇的练习

基本特征

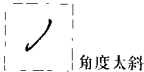
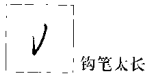


书写方法



- 1、用笔尖向右下按；
- 2、行笔至尾部时顺势出锋。

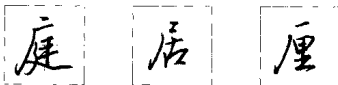
常见错误



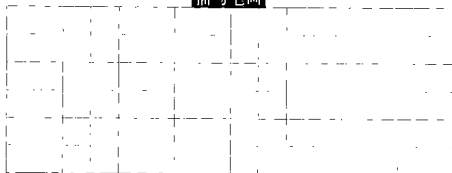
提示

多用于字的左侧撇，笔画舒展，行笔流畅。

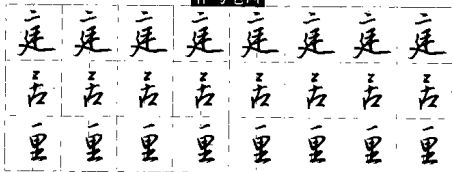
范字



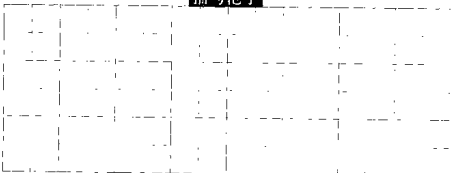
描写笔画



补写笔画



描写范字

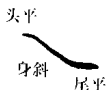


● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个。

第九课

长捺的练习

基本特征

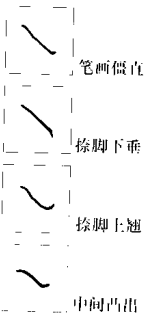


书写方法



1. 直接向右下行笔;
2. 至捺处边按边行, 再提笔出锋。

常见错误



提示

笔画舒展, 捺势飘逸, 内含一波三折之势。

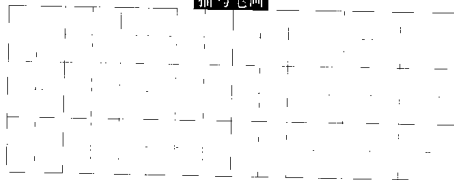
范字

登

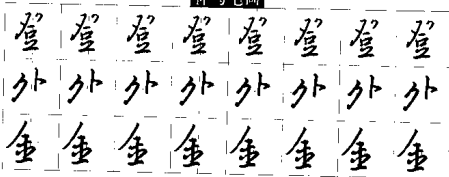
处

金

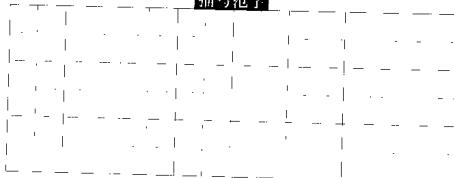
描写笔画



补写笔画



描写范字



● 作业: 做完上面的练习后, 每天再临写笔画 10 个, 临写范字各 10 个。

第十课

反捺的练习

基本特征



书写方法

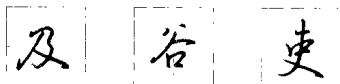


- 1、向下侧势起笔；
- 2、迅即向左平势回笔。

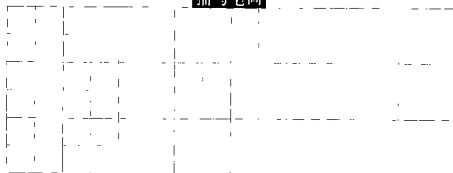
提示

多用于捺画重复出现时的变化。

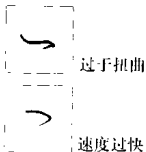
范字



描写笔画



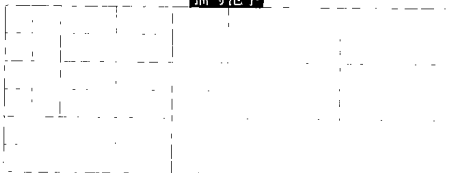
常见错误



补写笔画



描写范字



● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个。

第十一课

斜点的练习

基本特征

头轻



尾钩

书写方法



1、顺势向右下起笔；

2、向左下带势出锋。

常见错误



出锋太长



笔势偏直



角度不当



轻重不分

提示

斜度约 45 度，行笔较灵动，切忌用力过重。

范字

永

头

文

描写笔画

补写笔画

永 永 永 永 永 永 永 永
头 头 头 头 头 头 头 头
又 又 又 又 又 又 又 又

描写范字

● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画 10 个，临写范字各 10 个。

第十二课

对应点的练习

基本特征

左小 右大

书写方法

1 2

1、左点作挑点；

2、右点作斜点或撇点。

常见错误

一

笔势平直

ㄣ

笔画生硬

ㄣ

左高右低

ㄣ

左大右小

提示

左点起笔低，右点起笔高，左右两点笔势相贯，笔断意连。

范字

並

光

花

描写笔画

补写笔画

亚 亚 亚 亚 亚 亚 亚 亚
光 光 光 光 光 光 光 光
花 花 花 花 花 花 花 花

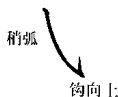
描写笔画

● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个、临写范字各10个。

第十三课

斜钩的练习

基本特征

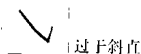
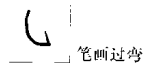
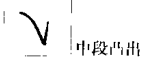


书写方法



1. 起笔作顿;
2. 稍带弧势向右下行;
3. 稍停后向上出钩。

常见错误



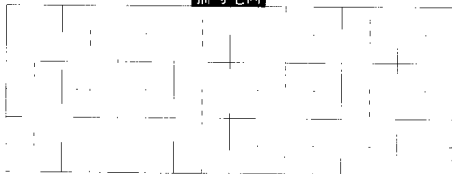
提示

斜钩是字中的主笔，笔势取斜直，直中有曲。
写时行笔宜爽，笔画宜长。

范字



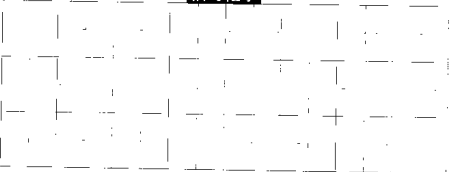
描写笔画



补写笔画



描写范字

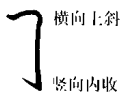


● 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画 10 个，临写范字各 10 个。

第十四课

横折钩的练习

基本特征

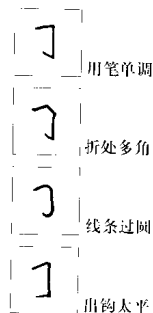


书写方法



- 1、起笔写横；
- 2、折处略顿后向下行；
- 3、稍停后出钩。

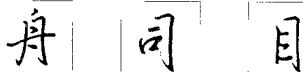
常见错误



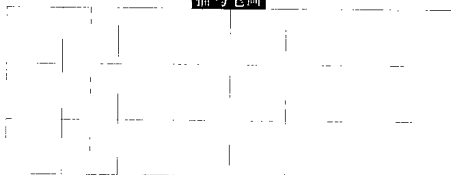
提示

折处用笔应有提按，或折中带转，或转中带折，切忌速度过快。

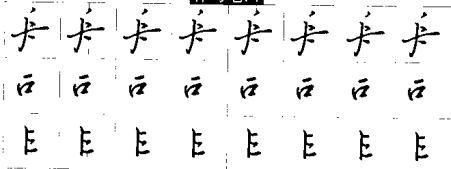
范字



描写笔画



补写笔画



描写范字



- 作业：做完上面的练习后，每天再临写笔画10个，临写范字各10个。