

★ 英语书法步步高



# 英语

◎ 龙恒充 / 书

◀ 手写体钢笔字帖 ▶

# 规范训练

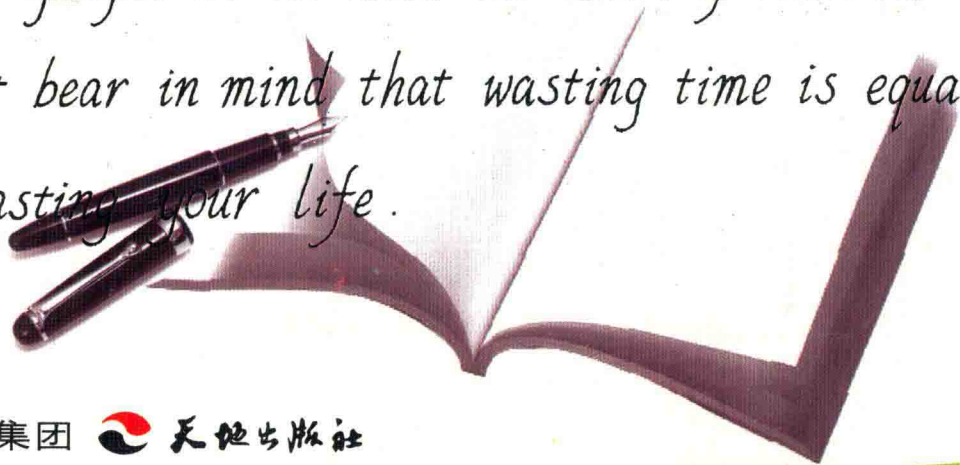
权威编撰

讲练结合

规范书写

快速提升

English has become an international language.  
Many people do not know the value of time. We  
must bear in mind that wasting time is equal  
to wasting your life.



★ 英语书法步步高

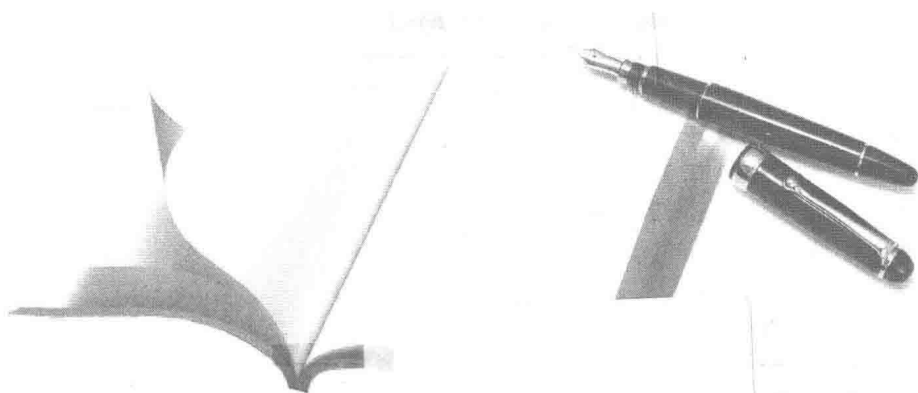


# 英语

◀ 手写体钢笔字帖 ▶

# 规范训练

◎ 龙恒充 / 书



四川出版集团



天地出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

英语手写体钢笔字帖·规范训练/龙恒充书. —成都:  
天地出版社, 2009. 3 (2010. 1 重印)

ISBN 978 - 7 - 5455 - 0070 - 7

I. 英... II. 龙... III. 英文 - 钢笔字 - 法帖 IV. J293

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 017798 号

英语手写体钢笔字帖·规范训练

作者 龙恒充

天 地 无 极  世 界 有 我

出品人 熊 宏

---

责任编辑 吴晓春  
封面设计 韩建勇  
电脑制作 成都云之松文化传播有限公司  
责任印制 桑 蓉

---

出版发行 四川出版集团·天地出版社  
(成都市三洞桥路 12 号 邮政编码 610031)

网 址 <http://www.tiandiph.com>

电子邮箱 [tiandicbs@vip.163.com](mailto:tiandicbs@vip.163.com)

博 客 <http://blog.sina.com.cn/tiandiph>

---

印 刷 成都锦慧彩印有限公司

版 次 2009 年 3 月第一版

印 次 2010 年 1 月第三次印刷

成品尺寸 185mm × 260mm 1/16

印 张 9

定 价 10.00 元

书 号 ISBN 978 - 7 - 5455 - 0070 - 7

---

版权所有◆违者必究◆举报有奖

举报电话: (028) 87734639 (总编室) 87735359 (营销部)

87734601 (市场部) 87734632 (农家书屋办)

购书咨询热线: (028) 87734632 87738671

# 编者的话

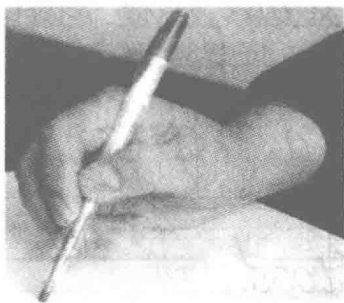
英语书写的教学要求是：能在四线三格内进行正确、熟练、清楚地书写，做到大小写、笔顺、词距、标点和格式正确，初步养成良好的书写习惯。

## 一、书写的姿势

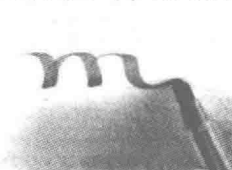
正确的写字姿势是：上身坐正，两肩齐平；头正，稍向前倾；背直，胸挺起，胸口离桌沿一拳左右；两脚平放在地上与肩同宽；左右两臂平放在桌面上，左手按纸，右手执笔。眼睛与纸面的距离应保持在一尺左右。

## 二、执笔方法及笔的选用

正确的执笔方法，应采用三指执笔法。具体要求是：右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖3厘米左右的笔杆下端。笔杆上端斜靠在食指的最高骨处，笔杆和纸面呈 $50^{\circ}$ 左右。执笔要做到“指实掌虚”，就是手指握笔要实，掌心要空，这样书写起来才能灵活运笔。笔的选择有宽头笔和尖头笔两种，如下图所示。



宽头笔：包括蘸水笔、平头钢笔、塑料荧光笔、竹笔、铜管笔等，笔尖宽度随书写要求而定。

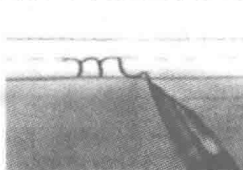


m

宽头笔写出的英文笔画粗壮，粗细对比强烈，但不太适合初学者。



尖头笔：包括点状钢笔、圆珠笔、铅笔、签字笔等，中国中小學生普遍使用此类笔。



m

尖头笔写出的英文线条圆润纤细，书写流畅，适合初学者。

英语书写的练习虽不是一蹴而就的，但较之汉语书写，难度却小了很多。只要你持之以恒，就一定能迅速地达到既定的目标，写出一手漂亮的英语书法！



a<sup>1</sup>

提示：先写椭圆，接笔向左下写竖，竖末向右上出锋，中格占位。

a a a a a a

A<sup>1 2 3</sup>

A A A A A A

b<sup>1</sup>

提示：先写右斜竖，竖末回笔上行写右圆弧，上中格占位。

b b b b b b

B<sup>1 2</sup>

B B B B B B

c<sup>1</sup>

提示：右上起笔写左圆弧，首尾不宜太近，中格占位。

c c c c c c

C<sup>1</sup>

C C C C C C

d<sup>1</sup>

提示：先写左圆弧，接笔向下写左斜竖，竖末向右上出锋，上中格占位。

d d d d d d

D<sup>1 2</sup>

D D D D D D

e<sup>1</sup>

提示：中部起笔向右，上逆时针方向写圆弧，下弧稍长，中格占位。

e e e e e e

E<sup>1 2 3</sup>

E E E E E E

f<sup>1 2</sup>

提示：曲线右斜，上弧小于下弧，最后写短横，上中下格占位。

f f f f f f

F<sup>1 2 3</sup>

F F F F F F



g

提示：上部写椭圆，接笔向下写右斜竖，竖末向左写圆弧，中下占位。

g g g g g g

G G G G G G

h

提示：先写右斜竖，竖末回笔向上再回转向下写竖，竖末向右上出锋，上中格占位。

h h h h h h

H H H H H H

i

提示：逆锋入笔向左下行笔，末尾折笔向右上出锋，最后居上写点，上中格占位。

i i i i i i

I I I I I I

j

提示：逆锋入笔向左下行笔，末尾折笔向左写弧，最后居上写点，中下格占位。

j j j j j j

J J J J J J

k

提示：先写右斜竖，中部圆弧稍小，末笔向右上出锋，上中格占位。

k k k k k k

K K K K K K

l

提示：先写右斜竖，竖末圆转向右上出锋，上中格占位。

l l l l l l

L L L L L L



m<sup>1</sup>

提示：三竖平行等距  
向右斜，折角圆转，  
末笔向右出锋，中  
格占位。

m m m m m m

M<sup>1 2</sup> M M M M M

n<sup>1</sup>

提示：两竖平行，折  
角圆转，末笔向右  
出锋，中格占位。

n n n n n n

N<sup>1 2 3</sup> N N N N N

o<sup>1</sup>

提示：右上起笔写椭  
圆，形状圆润饱满，  
中格占位。

o o o o o o

O<sup>1</sup> O O O O O

p<sup>1 2</sup>

提示：逆锋入笔写右  
斜竖，竖末向左写  
弧，再居上写右圆  
弧，中下格占位。

p p p p p p

P<sup>1 2</sup> P P P P P

q<sup>1</sup>

提示：居上写椭圆，接  
笔向下写右斜竖，竖  
末向右上出锋，中下  
格占位。

q q q q q q

Q<sup>1 2</sup> Q Q Q Q Q

r<sup>1</sup>

提示：逆锋入笔写右  
斜竖，回笔向上偏右  
顿笔出锋，中格占  
位。

r r r r r r

R<sup>1 2</sup> R R R R R



1 S

提示：右上入笔向下写曲线，弧度上小下大，中格占位。

S S S S S S

S<sup>1</sup>

S

S

S

S

S

2 t<sub>1</sub>

提示：先写右斜竖，竖末向右上圆转出锋，最后写短横，中格占位。

t t t t t t

T<sup>1</sup>

T

T

T

T

T

u<sub>1</sub>

提示：两竖平行，折角圆转，末笔向右上出锋，中格占位。

u u u u u u

U<sup>1</sup>

U

U

U

U

U

v<sub>1</sub>

提示：逆锋入笔向下再折笔向右上，顿笔出锋，中格占位。

v v v v v v

V<sup>1</sup>

V

V

V

V

V

w<sub>1</sub>

提示：写法同 v，两折角宜尖，上宽下窄，中格占位。

w w w w w w

W<sup>1</sup>

W

W

W

W

W

2 x<sub>1</sub>

提示：两曲线相交，第二笔稍直，中格占位。

x x x x x x

X<sup>1 2</sup>

X

X

X

X

X



**y**  
1

提示：两竖平行右斜，左短右长，折角圆转，下弧稍长，中下格占位。

y y y y y y

Y Y Y Y Y Y

**z**  
1

提示：起笔平行转角左斜，继之折角向右，中格占位。

z z z z z z

Z Z Z Z Z Z

大小写字母  
综合训练

Aa

Bb

Cc

Dd

Ee

Ff

Gg

Hh

Ii

Jj

Kk

Ll

Mm

Nn

Oo

Pp

Qq

Rr

Ss

Tt

Uu

Vv

Ww

Xx

Yy

Zz



## 常用单词书写训练

what what what what what

什么

is is is is is

是

your your your your your

你的;你们的;

name name name name name

名字

my my my my my

我的

I I I I I

我

am am am am am

是

row row row row row

(一)排;(一)行

one one one one one

一

number number number number number

数字;号码

two two two two two

二



**书写提示：**上身坐正，两肩齐平；头正，稍向前倾；背直，胸挺起，胸口离桌沿一拳左右；两脚平放在地上与肩同宽；左右两臂平放在桌面上，左手按纸，右手执笔。眼睛与纸面的距离应保持在一尺左右。

three three three three three

三

are are are are are

是

you you you you you

你；你们；

yes yes yes yes yes

是

four four four four four

四

five five five five five

五

no no no no no

不；不是

not not not not not

不

hi hi hi hi hi

喂(表示问候或唤起注意)

class class class class class

(学校里的)班级；年级

grade grade grade grade grade

年级



six six six six six

六

seven seven seven seven seven

七

eight eight eight eight eight

八

nine nine nine nine nine

九

ten ten ten ten ten

十

zero zero zero zero zero

零

plus plus plus plus plus

加; 加上

er er er er er

呃; 啊; 这……

how how how how how

(指程度) 多少; 怎样

old old old old old

岁的; 老的

eleven eleven eleven eleven eleven

十一

twelve twelve twelve twelve twelve

十二



**书写提示：**右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖3厘米左右的笔杆下端。食指稍前，大拇指稍后，中指在内侧抵住笔杆，无名指和小指依次自然地放在中指的下方并向手心弯曲。笔杆和纸面呈50°左右。执笔要做到“指实掌虚”，就是手指握笔要实，掌心要空，这样书写起来才能灵活运笔。

thirteen thirteen thirteen thirteen

十三

fourteen fourteen fourteen fourteen

十四

fifteen fifteen fifteen fifteen

十五

hello hello hello hello hello

喂(表示问候或唤起注意)

please please please please please

请

can can can can can

能;可以;会

spell spell spell spell spell

拼写

that that that that that

那;那个

ah ah ah ah ah

啊;呀

secret secret secret secret secret

秘密

this this this this this

这;这个



*in in in in in*

用……(表示)

*English English English English English*

英语;英国人

*a a a a a*

(个;件……)

*clock clock clock clock clock*

钟

*and and and and and*

和;又;而

*an an an an an*

一(一个;一件……)

*pencil pencil pencil pencil pencil*

铅笔

*ruler ruler ruler ruler ruler*

尺子

*pen pen pen pen pen*

钢笔

*sharener sharener sharener sharener sharener*

卷笔刀

*eraser eraser eraser eraser eraser*

橡皮擦

*pear pear pear pear pear*

梨



cake cake cake cake cake

蛋糕; 饼; 糕

room room room room room

房间

book book book book book

书

map map map map map

地图

desk desk desk desk desk

书桌

cup cup cup cup cup

杯子

bag bag bag bag bag

书包

computer computer computer computer

电脑; 电子计算机

mouse mouse mouse mouse mouse

鼠; 鼠标

bed bed bed bed bed

床

keyboard keyboard keyboard keyboard

键盘

banana banana banana banana banana

梨



**书写提示：**每个字母都要稍向右斜约 10°左右，斜度要一致。

orange orange orange orange orange

橙子;橘子

egg egg egg egg egg

蛋

bike bike bike bike bike

自行车

bus bus bus bus bus

公共汽车

car car car car car

汽车;小汽车

jeep jeep jeep jeep jeep

吉普车

Chinese Chinese Chinese Chinese Chinese

中国的;中国人的;中国人;汉语

Japanese Japanese Japanese Japanese

日本的;日本人的;日本人;日语

look look look look look

瞧;看

who who who who who

谁

she she she she she

她



he he he he he

他

bird bird bird bird bird

鸟

its its its its its

它的

do do do do do

(构成否定句,疑问句的助动词,无词义)

think think think think think

想;认为

very very very very very

非常

Mrs Mrs Mrs Mrs Mrs

夫人

boy boy boy boy boy

男孩

girl girl girl girl girl

女孩

woman woman woman woman woman

妇女;女人

man man man man man

男人;人

his his his his his

他的