



思齊書院
SIQI ACADEMY



教你
写好字
系列
楷书

- 快速掌握写好楷书的方法和技巧
- 思齐书院书法名家在线点评和指导

 每天 半小时

练成漂亮 楷书 (钢笔)

▶ 思齐书院 编著
闫锐敏 书写

少时不识月 呼作白玉盘 双疑瑶台境 飞在青云端 白兔捣药成 问言与谁餐 仙人垂两足 桂树何团团 蟾蜍蚀圆影 大明夜已残 羿昔落九乌 天人清且安 阴精此沦惑 去去不足观 忧来其如何 凄枪摧心



化学工业出版社



教你
写好字
系列
楷书



每天半小时 练成漂亮楷书 (钢笔)

► 思齐书院 编著
闫锐敏 书写



化学工业出版社

· 北京 ·

内容提要

本书特别邀请思齐书院书法名家闫锐敏先生题写例字,内容包括硬笔书法的基础知识、楷书的基本笔画、独体字练习、楷书偏旁部首、楷书同部件应用、楷书成语练习、楷书采句练习、楷书作品练习等内容,可帮助读者快速掌握写好楷书的方法和技巧,大大提高练字速度。

图书在版编目(CIP)数据

每天半小时练成漂亮楷书(钢笔)/思齐书院编著,闫锐敏书写. —北京:化学工业出版社,2013.11
(教你写好字系列)
ISBN 978-7-122-18708-6

I.①每… II.①思… ②闫… III.①钢笔字-楷书-硬笔书法 IV.①J292.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第246794号

责任编辑:徐娟

装帧设计:龙腾佳艺

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印装:北京云浩印刷有限责任公司

787mm×1092mm 1/16 印张5 字数80千字 2014年1月北京第1版第1次印刷


购书咨询:010-64518888 (传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:15.00元

版权所有 违者必究



致读者

为了满足广大书法爱好者日益个性化的练字需求，并帮助诸位学者快速提高书写水平，我书院特别推出这套《每天半小时练成漂亮楷书（钢笔）》、《每天半小时练成漂亮行楷（钢笔）》。此套字帖实用、高效，书写者可以通过每章内容循序渐进地掌握书写技能。例字书写人闫锐敏先生原为中国硬笔书法协会副秘书长，人民教育出版社书法教材书写人，一线教学达30年之久，为您练就一手好字打开便捷之门。


本套字帖采用无蒙纸的练习形式，清晰、直观，更好地保护读者的视力及提高练字速度。另外，我书院为此套字帖倾心安排了跟踪学习效果的服务平台，读者可以通过登录“思齐书院书法教育网”把自己的练字成果上传，由我书院书法专家亲自进行在线做点评和指导，帮助读者掌握更多的书法知识，在练字过程中所不解的问题也可以随时向我书院书法专家进行在线咨询。

本书例字由闫锐敏先生书写，李志勇、王丽、方伟、惠树伟、张彦彦、秦峰、张焕丽等同志对本书的编写提供了帮助，在此表示感谢。

祝您早日习成一手好字！

思齐书院

2013年11月

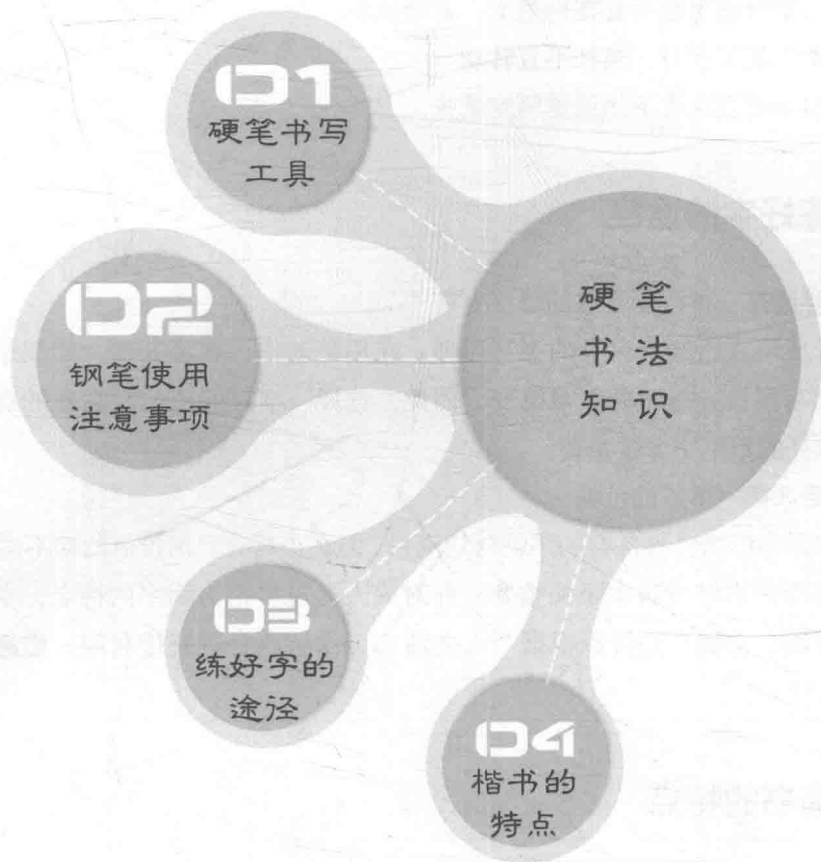


目 录

第一章 硬笔书法知识.....	1
第二章 楷书的基本笔画.....	3
第三章 独体字练习.....	14
第四章 楷书偏旁部首.....	21
第五章 楷书同部件应用.....	59
第六章 楷书成语练习.....	63
第七章 楷书采句练习.....	67
第八章 楷书作品练习.....	72



第一章 硬笔书法知识



硬笔书写工具

在日常工作中,我们通常使用签字笔、钢笔或圆珠笔,签字笔、圆珠笔携带方便,不宜漏墨,但对于练字而言,我们最好使用钢笔。钢笔从笔尖粗细上分,有普通钢笔、特细钢笔、弯头钢笔;从笔杆材质上分,有金属杆、塑料杆;从笔尖上分,有包尖、露尖。一般选用普通的铱金笔为好。



钢笔使用注意事项

- ◇ 吸入墨水不宜过满。
- ◇ 写字时钢笔帽要套在钢笔上，方便执握。
- ◇ 拿钢笔写字时，笔杆不宜转动。
- ◇ 写字时宜在之下垫适量厚度纸张。



练好字的途径

- ◇ 要选择一种行之有效的练字方法

由于成年人已经有自身的书写习惯，在用笔动作、字形处理、间架结构上有一定的书写惯性，短时间很难改变，因此，选择一本好的范帖与高效的练字方法对写出漂亮的钢笔字非常重要。

- ◇ 要选择一本好的范帖

目前图书市场各种各样的字帖琳琅满目，但真正具有实用价值的却不多，因此，练习者选择一本好的版本至关重要。针对成人无过多精力练字的特点，本字帖内容安排紧凑、全面，您可以根据个人生活与工作特点合理安排时间。愿您早日练就一手好字。



楷书的特点

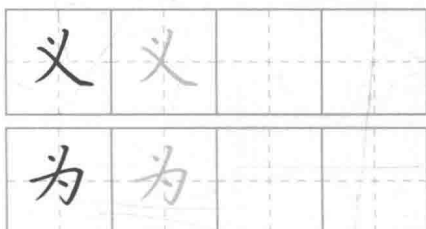
- ◇ 运笔稳实、缓慢，笔画讲究工整、挺健，字形平正端庄，通篇整齐均匀。
- ◇ 楷书笔画，行笔距离较长的长横、长竖、长捺均要求书写到位。每个笔画各自独立。
- ◇ 笔画造型完整，点画之间呼应关系含蓄，要遵循“先横后竖，先撇后捺”等笔顺规则。
- ◇ 楷书字的字形平正端庄，通篇整齐均匀，相应如一。



第二章 楷书的基本笔画

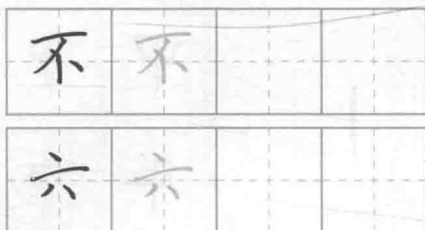
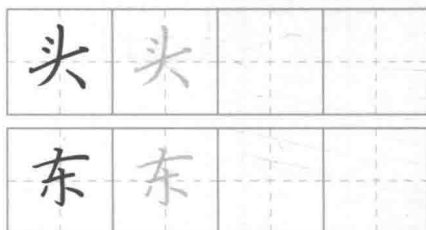
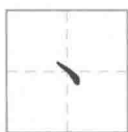
斜点

入笔轻，行笔渐重向右侧按，顺势向左上收笔。



长斜点

起笔、收笔与右点相同，笔画由细到粗，呈弧形。



左点

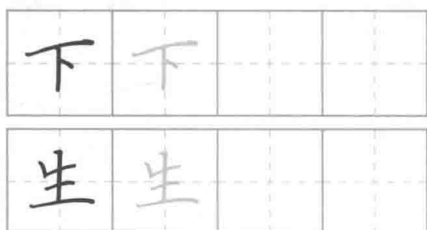
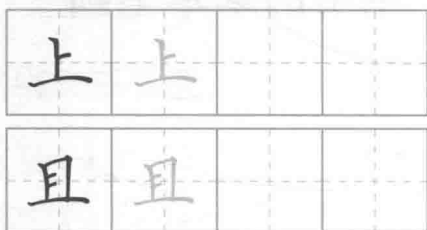
入笔轻，略向左顿笔，笔势向右上。





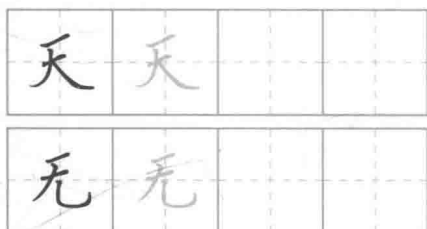
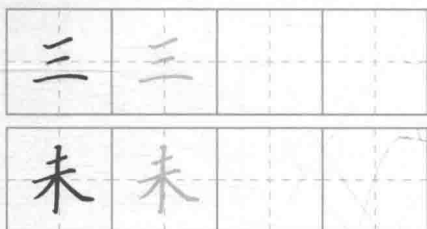
长横

长横多作为字的主笔，可用在字的上、中、下各处。
长横起笔略重，行笔渐轻轻渐重，末端向左收笔。



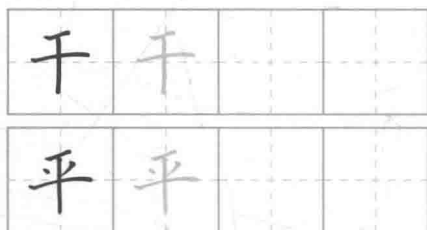
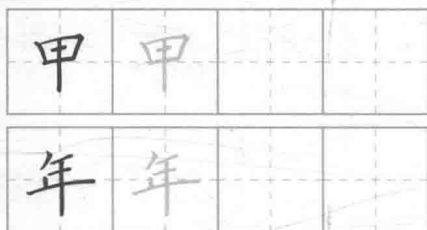
短横

由轻到重，略带弧度，行笔稍向右上斜，勿长。



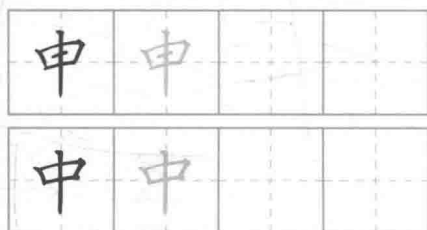
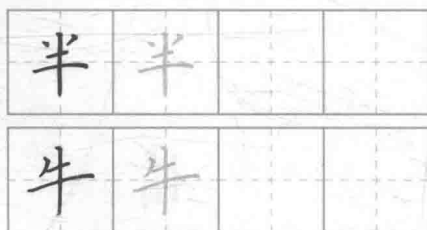
垂露竖

起笔稍重，中间轻而略快，笔到末端回锋收笔。



悬针竖

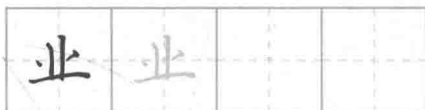
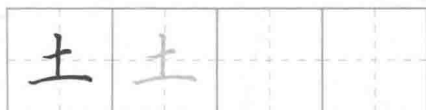
起笔略重，直下行，笔到末端呈银针状。





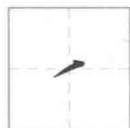
短竖

起笔略重，直下行，不宜过长，挺拔而有力度。



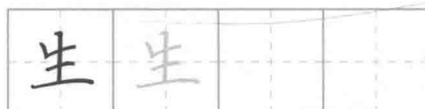
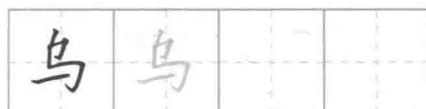
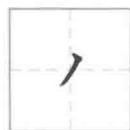
平撇

落笔稍驻，顺势向左撇出，接近水平，但不宜长。



短撇

下笔有力，出笔迅速，一般用于字的左上方。



竖撇

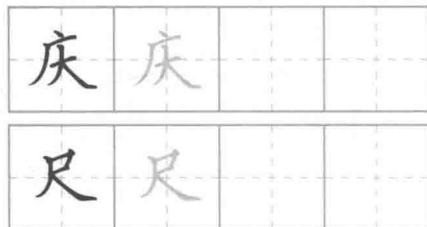
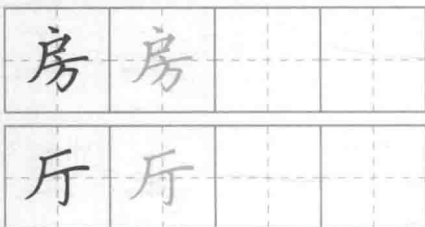
起笔稍顿，垂直向下，转笔向左撇出。





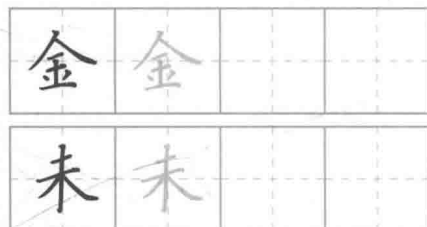
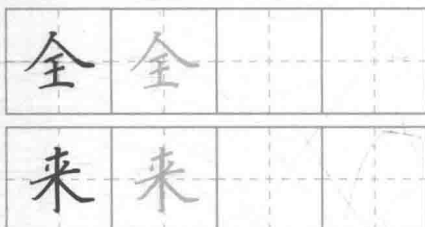
竖斜撇

一般用于左上包的字，三分之一为竖画，三分之二是撇画。



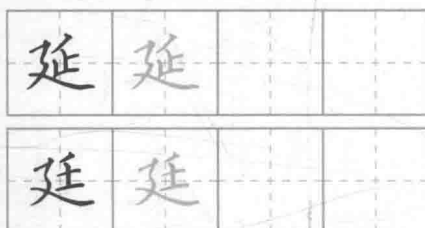
斜撇

起笔略顿，中间蓄势，向下迅速出锋。



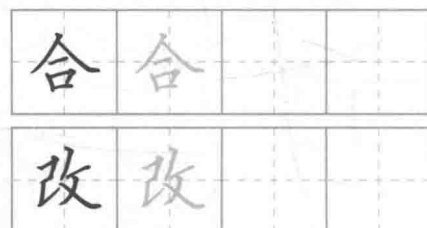
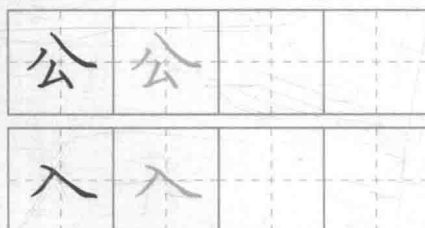
横折折撇

起笔略顿，行笔自然流畅，撇略带弧度。



斜捺

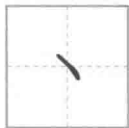
轻入笔，行笔由细到粗，末端稍驻，捺出。





反捺

入笔由轻到重，略带弧度，笔画有力度。



灯 灯

达 达

这 这

返 返

平捺

落笔回锋，折笔有力，顺势向右提笔捺出。



走 走

起 起

通 通

追 追

提

起笔用力，稍顿，迅速向右前方挑出。



坛 坛

坦 坦

状 状

站 站

竖提

起笔稍顿，直行向下至底端，顿后迅速向上挑出锋。



比 比

衣 衣

民 民

顿 顿



横折提

横短上扬，竖提的夹角要紧，底端稍顿上挑，挑锋稍长。



话 话

语 语

详 详

评 评

横折

入笔由轻到重，至横收笔时顿笔下行写竖，竖略内收，注意折角处圆润自然，不可过尖。



口 口

田 田

马 马

丑 丑

竖折

起笔稍顿下行，竖身稍弯，折角处呈方形，末端顿笔回收。



医 医

世 世

凶 凶

山 山

撇折

起笔稍顿，至转折处稍驻笔向右上折出。



东 东

去 去

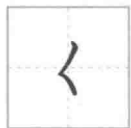
公 公

云 云



撇点

起笔与写撇相似，撇短点稍长，折角的角度根据字形适当调节。



女 女

好 好

妈 妈

巡 巡

横撇

横短撇长，撇略有弧度，折角处约呈45度。



又 又

夕 夕

久 久

歹 歹

竖折撇

起笔稍顿向左倾斜，撇的长度与横基本相等。



专 专

传 传

转 转

砖 砖

竖钩

起笔与垂露相同，收笔处向左斜势勾出，约呈45度。



可 可

小 小

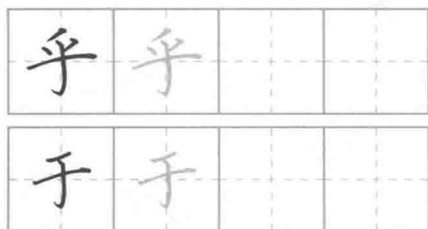
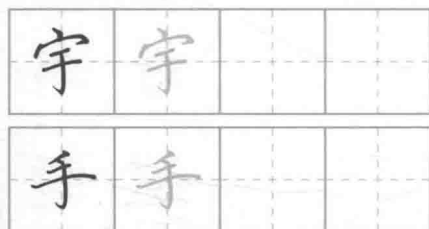
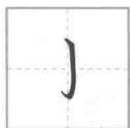
列 列

水 水



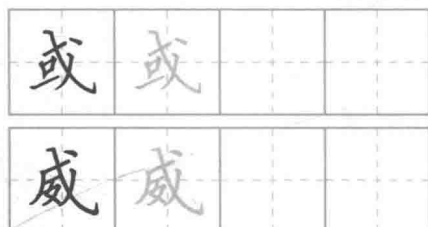
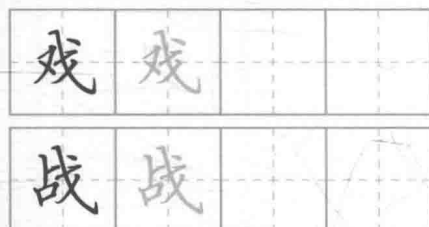
弯钩

起笔略带弧度，入笔由轻入重，收笔略顿左上出钩。



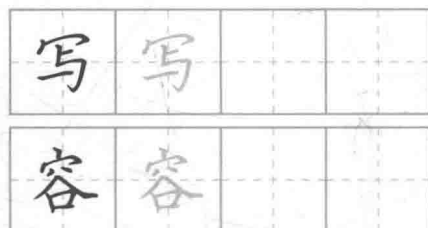
斜钩

起笔稍顿，向右下行笔出钩，要求背挺腹收。



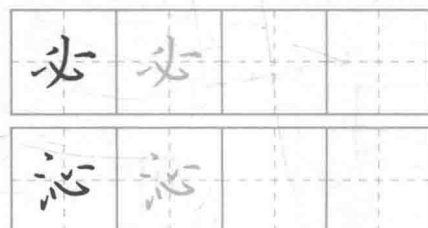
横钩

起笔横略上扬，左低右高，出钩需有力度，注意钩身勿长。



卧钩

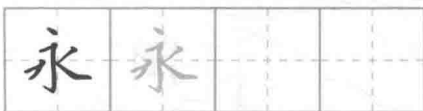
入笔由轻到重，渐渐用力细到粗，写出弧度再向左上出钩。





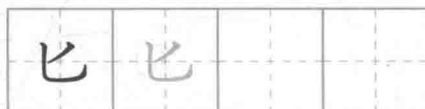
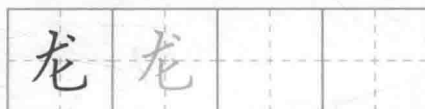
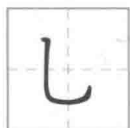
横折竖钩

折角处呈方形，竖画挺拔略向外展，竖钩内收。



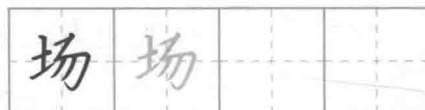
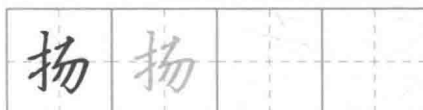
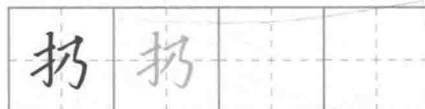
竖弯钩

起笔稍顿写长竖，横画圆转，拐弯自然，朝上出钩。



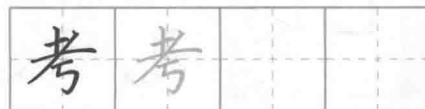
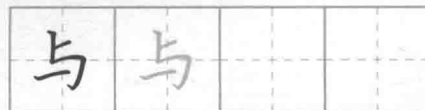
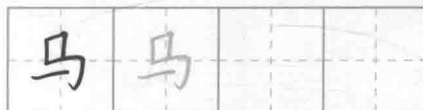
横折折钩

上紧下松，形状似数字“3”，第一个折点与第二个折点距离基本相等。



竖折折钩

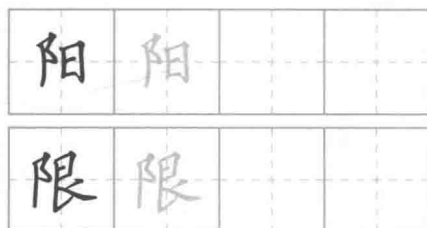
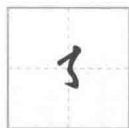
入笔稍顿，竖略右挺，折角呈方形，钩向内收，要求重心平稳。





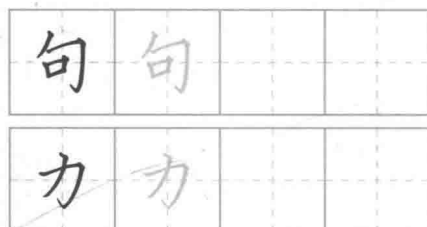
横撇弯钩

形不宜大，似数字“3”，由轻到重，整体呈斜势。



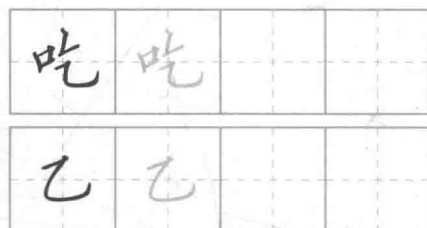
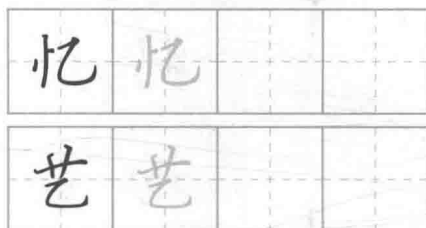
横折左斜钩

虎口形，挑钩对准起笔处，注意折笔略向内收敛。



横折弯钩

起笔横画略向上扬，竖弯略向左斜，向正上方挑出钩，弯钩处要适当舒展，不可写成直角。



长竖弯钩

与竖弯钩相似，中间竖画略长，折角处圆润自然。

