

SHUFA
SHUIXIE
ZUOYEBEN

编写◎（书法水写作业本）编写组

水写作业本

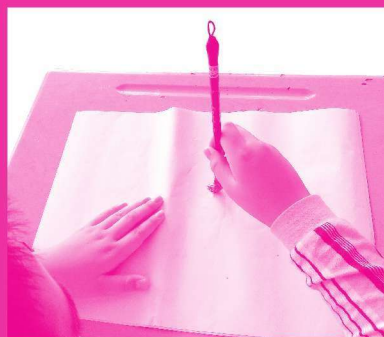
五
年
级
下

有容德乃大
任重道遠以
天下為己任

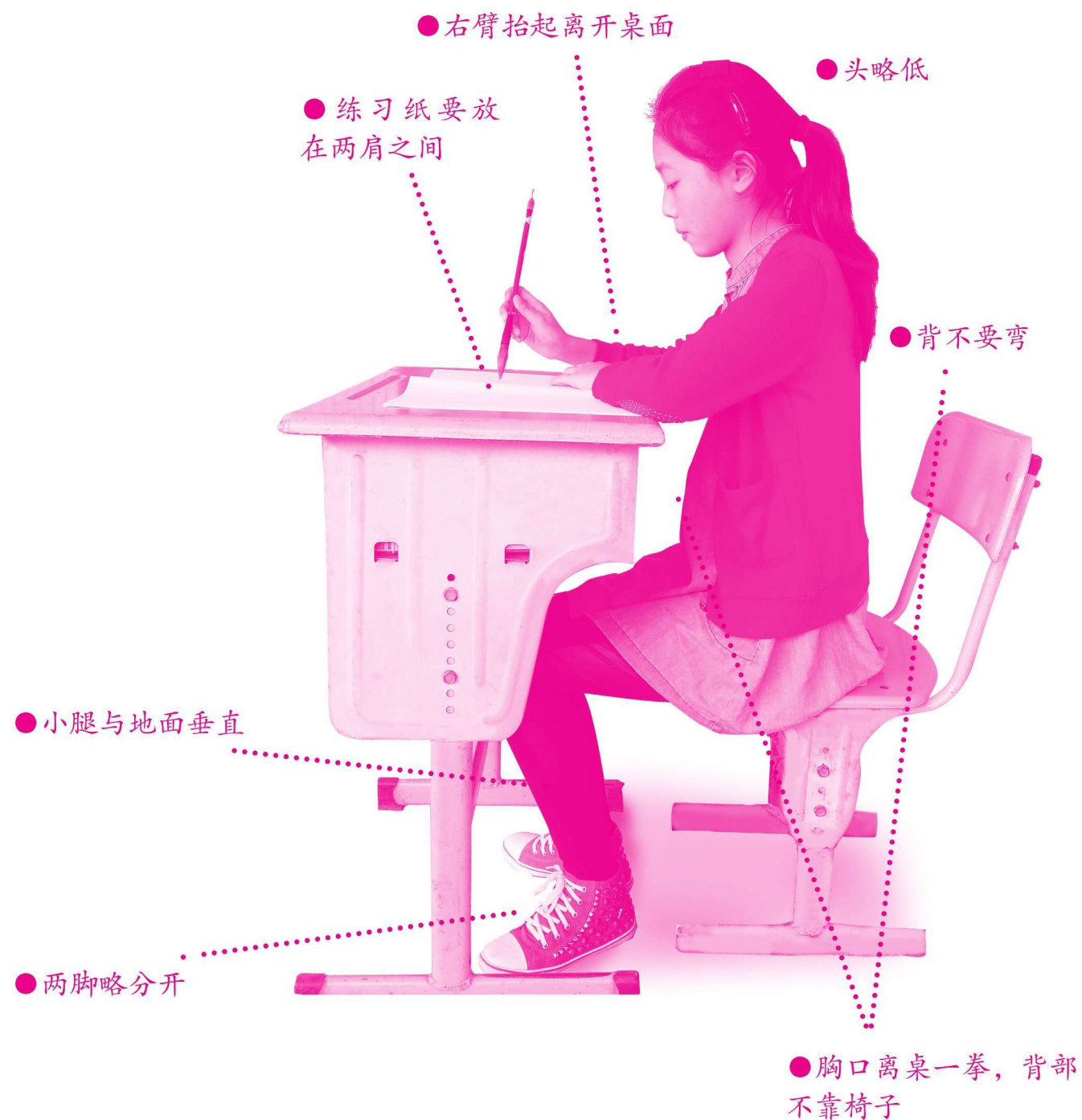
正确的书写姿势

在写毛笔字时，要保持正确的坐姿，这样既可以保护视力，又可以保证腰背挺直。做到写字时动作舒展，方便全身用力。注意保持书写环境的整洁，也是写毛笔字时要养成的习惯。

两手的位置



毛笔书写姿势



书法

SHUFA
SHUIXIE
ZUOYEBEN

水写作业本

五
年
级
下

编写◎《书法水写作业本》编写组

 江西美术出版社
全国百佳出版单位

学 校：_____

班 级：_____

姓 名：_____

书法指导	五年级课本读一读，写一写		
上下宽窄相等结构 上下组合结构的字，如果上下宽窄相等，字的外形大多呈方形，上下两部分笔画多则密，笔画少则疏，如“至、然”两字。 首横短而略上扬，末笔横画略长。横与横间距大致相等。 上部左右三撇姿态各异，左右三点相互呼应，撇轻捺重。底部四点顾盼有姿，承载上部笔画。	liú	xī	bì
书法知识			
颜真卿《麻姑仙坛记》 《麻姑仙坛记》全称《有唐抚州南城县麻姑仙坛记》，楷书，颜真卿撰文并书。颜真卿于唐代宗大历三年（768年）出任抚州刺史，大历六年（771年）四月游览南城县麻姑山，写成这篇游记并刻石。其内容主要记述麻姑得道成仙之事。麻姑是中国古代神话中的女仙。《麻姑仙坛记》原石在江西建昌府南城县，明代毁于火。北京故宫博物院、上海博物馆藏有何绍基传递下来的宋拓本。此碑以篆法入楷，横竖笔画皆粗，筋力饱满，起笔、收笔多藏头护尾，结体方正而略带圆形，风格宽博刚正，庄严雄秀，历来为人所重，是颜体代表作之一。	píng	guàn	yí

临写

五年级课本读一读，写一写

至

然

留

西

微

拓展

無

出

聖

并

冠

宜

书法指导	五年级课本读一读，写一写
上下长短相等结构 上下长短相等结构的字，其上下部分的宽窄各不相同。上宽者字势险，下宽者字势稳。关键是上下部分的重心大致要在中轴线上，如“昔、皇”两字。 上部两个“十”字顾盼有姿，长横承载上面笔画，覆盖下部笔画。下部外形方正，三横间距相等，中横与左右两竖不相接。 “白”的中间短横与左右竖画不相接。上下各横间距相等；最后一横舒展，承载全部笔画。	
书法知识	
苏轼书《丰乐亭记》 《丰乐亭记》是北宋著名文学家、书法家苏轼晚年的楷书力作之一，书于北宋元祐六年(1091)，当时苏轼在朝廷任翰林学士承旨。苏轼在学习颜真卿、李邕等人书法的基础上，形成了以“刚健婀娜、丰腴圆润”为风格的“苏体”。《丰乐亭记》是欧阳修的散文，写于北宋庆历六年(1046)滁州太守任上。文章描写了在北宋前期滁州老百姓安居乐业的社会景象。《丰乐亭记》原石刻于北宋元祐六年(1091)，旧在滁州(今属安徽)，已失。明嘉靖年间(1522—1566)，重刻于全椒县(今属安徽)。此碑结体取横势，笔画偏肥，体度庄安，气象雍容，字体楷中稍见行书笔意，有“笔圆而韵胜”的特点。	

临写

五年级课本读一读，写一写

昔

白王

青

樂

智

拓展

雲

奄

貴

雁

變

禁

书法指导

上窄下宽结构

上窄下宽的字，上部收缩，下部舒展，因而字势较稳，如“孟、泉”两字。

孟 泉

下部“皿”字底内的两个短竖写成左右呼应的两点。上下部的重心都在中轴线上。

上部“白”的两短竖都向内斜，三短横都略向右上翘，中短横写成一个小横点。下部竖钩在中轴线上，竖钩左边收缩，右边伸展。

书法知识

苏轼书《醉翁亭记》

《醉翁亭记》是苏轼晚年又一件楷书力作，书于北宋元祐六年（1091年）。《醉翁亭记》是欧阳修最负盛名的散文代表作，写于北宋庆历六年（1046年）滁州太守任上，是《丰乐亭记》的姊妹篇。文章通过对醉翁亭周围山水景色及人物活动的描绘，展现了一幅“官民同乐”的图画，隐含着作者以遨游山水来排遣苦闷的感情。此碑字体端庄凝重，豪气纵横，锋藏画中，力出字外，与《丰乐亭记》风格一致。苏轼以大字楷书书写《丰乐亭记》《醉翁亭记》，表现了他对恩师欧阳修文章道德的敬仰之情。

五年级课本读一读，写一写

shǔ 暑	bì 蔽	shì 是
zhēng 蒸	bēi 卑	ēn 恩
gài 盖	chéng 呈	sī 思

临写

五年级课本读一读，写一写

孟

泉

暑

蔽

是

拓展

蒸

卑

恩

盖

星

思

书法指导	五年级课本读一读，写一写		
上宽下窄结构 上宽下窄的字，字势较险峻，要险中求稳，首先要做到的是上下两部分的重心一定要在中轴线上，如“室、奉”两字。 上部舒展，下部收缩。首点为竖点，与下部短竖都在中轴线上。 上部横画间距相等，撇伸捺放。末笔竖画伸放，位置在中轴线上。	jiē	qù	qīng
	bǎo 宝	lìng	yǔ
书法知识			
《淳化阁帖》 《淳化阁帖》刻于北宋淳化年间，是中国古代第一部大型的书法丛帖。唐太宗李世民崇尚王羲之书法，广收王羲之、王献之等人墨迹藏于内府。宋代建国后，宋太宗赵光义步唐太宗后尘，于淳化三年（992），将内府所藏历代墨迹集中到一起，同时派人到民间购募古帝王名臣手迹。然后将以上两种名迹命翰林侍书王著编次，标明法帖，摹勒于枣木板上，用当时最好的澄心堂纸、李廷珪墨做成拓本。这就是《淳化阁帖》。这部丛帖共十卷，第一卷为历代帝王法帖，第二卷至第四卷为历代名臣法帖，第五卷为诸家古法帖，第六卷至第八卷为王羲之书，第九卷至第十卷为王献之书。	zī 资	fán	shí 实

临写

五年级课本读一读，写一写

室

奉

皆

去

青

拓展

寶

今

宇

次
貝

繁
糸

寔
貝

书法指导	五年级课本读一读，写一写		
上长下短结构 上长下短的字，其上、下部的宽窄比例各不相同，有的上宽下窄，有的上窄下宽，如“其、盖”两字。 其 盖 上部横多竖少，各横间距相等。下部两点粗重，左右呼应，力撑上部。 上部两点粗重，横多竖少，各横间距相等。下部长横舒展，稳稳托住上面的笔画。	shū 书	hè 壑	shèn 甚
书法知识			
赵佶楷书《千字文》 宋徽宗赵佶（1082—1135）是著名的书画家，他在书法史上的最大贡献是创立了“瘦金体”。“瘦金体”源于唐代褚遂良、薛稷，笔画瘦直挺拔，精神外露，没有可以遮丑的肥笔，因此书写时需要很强的腕力。“瘦金体”对于中国画，特别是工笔画非常适宜。楷书《千字文》是赵佶的代表作之一，墨迹本，现藏上海博物馆。此帖书于北宋崇宁三年（1104），赵佶时年22岁。其运笔直如矢，劲如铁，横画收笔带钩，竖画收笔带点，撇如匕首，捺如切刀，竖钩细长，个别连笔则如游丝飞空。其结体则取法黄庭坚纵伸横逸的体貌，而稍加变易，显示了独有的艺术个性。	yù 愈	diǎn 典	yǔ 与

临写

五年级课本读一读，写一写

其

盖

书

壑

甚

拓展

感

无

道

愈

典

顺

书法指导	五年级课本读一读，写一写
上短下长结构 上短下长的字，一般上部横长竖短，下部横短竖长，上下部宽窄比例同样也各不相同，如“足、罪”两字。 足 罪 上部“口”的左右短竖向内稍斜，下横左右出头，托起上面笔画。下部短横收缩成一个撇点，斜捺舒展。 上部框内两个短竖改成左右呼应的两点。下部各短横间距相等。	xiá 霞 jǐng 景 wàn 萬 万 shì 是 máo 茅 qián 前
书法知识	
西安碑林 宋代在中国书法史上有一件了不起的大事，就是吕大忠等倡议并集碑成林，奠定了今日西安碑林的基础。西安碑林的建置历史可追溯至唐末五代。最初是为保存唐刻儒学经典《石台孝经》《开成石经》而建。宋哲宗元祐五年（1090年），陕西蓝田人漕运使吕大忠等倡议并聚集唐以来重要碑石至今日碑林所在地。因碑石林立，故称碑林。旧有“碑洞”“墨洞”之称。宋代以后，历代都有碑石入藏。至今共藏汉代以来历代碑志2300余方，展出1700余方。1961年，国务院将西安碑林公布为第一批全国重点文物保护单位。西安碑林一直享有“关中金石之府”“书法故乡”的美称。	fú 苻 qǐ 豈 岂 nán 男

临写

五年级课本读一读，写一写

足

罪

霞

景

萬

拓展

是

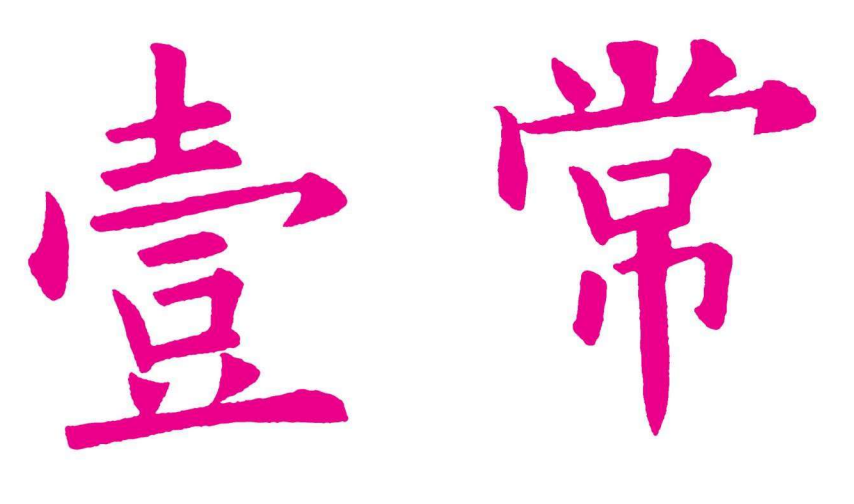
茅

前

荷

豔

男

书法指导	五年级课本读一读，写一写
上中下长短不等结构 上中下长短不等的字，其上、中、下各部的宽窄比例各不相同，长者纵向伸展，短者则横向舒展，如“壹、常”两字。  上部短竖居中轴线上。下部“豆”字重心与上部短竖对正。 上部中间短竖居中轴线上。下部“巾”的中竖伸展，与上部短竖对正。	tái  台 ráo  尧 jīng  京 yíng  营 qì  萇 dài  带

临写

五年级课本读一读，写一写

壹

常

臺

堯

京

拓展

營

營

帶

賞

寧

寔