

绵阳东辰国际学校校本写字教材

实用写字

练习指导

(硬笔楷书)

高中一年级

上册

主编 李放鸣



电子科技大学出版社

绵阳东辰国际学校校本写字教材

实用写字

练习指导

(硬笔楷书)

高中一年级 上册

主 编 李放鸣

副 主 编 祝启程 何 刚

编 委 余兴林 张传森 罗琳灵 张道富

总 策 划 杨 俊

电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用写字练习指导. 高中一年级 : 全2册 / 李放鸣
主编. — 成都 : 电子科技大学出版社, 2015.9
ISBN 978-7-5647-3189-2

I. ①实… II. ①李… III. ①汉字—硬笔书法—高中—
—教学参考资料 IV. ①G634.955.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 188461 号

实用写字练习指导

(高中一年级 上册)

主编 李放鸣

出版: 电子科技大学出版社(成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦 邮编:610051)

策划编辑: 谢应成 周清芳

责任编辑: 谢应成

主 页: www.uestcp.com.cn

电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn

发 行: 新华书店经销

印 刷: 成都市火炬印务有限公司

成品尺寸: 185mm×260mm 印张 4.5 字数 80 千字

版 次: 2015 年 9 月第一版

印 次: 2015 年 9 月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5647-3189-2

定 价: 36.00 元(上、下册)

■ 版权所有 侵权必究 ■

◆ 本社发行部电话:028-83202463;本社邮购电话:028-83201495。

◆ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

前言

中国书法是中华民族的文化瑰宝。写好汉字是基础教育的重要内容。为继承与弘扬中华民族优秀文化,根据《教育部关于中小学开展书法教育的意见》和《全日制义务教育课程标准》的相关精神和具体要求,我们在绵阳东辰国际学校广泛组织语文、书法教师共同参与,反复征求专家指导意见,特编写了本套《硬笔书法练习指导》校本教材。

《实用写字练习指导》着眼于学生从零起步开始学习硬笔书法,将练字的过程作为学生性情、态度、审美趣味养成的过程。严格按照《语文课程课标》要求各学段要达到的目标和实施建议,让学生循序渐进地学习硬笔字书写知识。教材的编写始终围绕以下五个重点实施。

一是习惯养成。以图解的方式讲解钢笔字的书写姿势和执笔方法以及钢笔的使用、管理知识,让学生养成良好的书写习惯。

二是兴趣培养。要使学生将硬笔书法变成一种爱好,首先应激发学生对书法的兴趣,并感受书法艺术带给我们的无穷乐趣。

三是知识传授。整个教材练习以硬笔楷书、行楷为基本线索,力争让学生全面系统地学习硬笔书法。小学阶段以楷书为主,引导学生探索钢笔楷书的笔法、字法和章法;初中和高中阶段以钢笔行楷练习为主,进程从易到难,循序渐进,螺旋上升,实现教育部提出的楷书、行楷学习目标。

四是技能训练。整个教材编写突出以练为主的原则。每一“书法课堂”在技法讲解的基础上列举了相应的范字进行拓展训练,并用图解的方式详细介绍了描红和临写训练法。

五是随堂训练。本套教材最大特点是紧密联系语文教材,以语文课本中的生字、生词和课文精彩段落为主要训练内容,并按课文顺序编排,将书法教学和课本知识紧密结合,实现大多数训练内容可随堂完成。

写字是培养学习能力的奠基工程、是行为规范的养成工程、是文明传承的工程。我们希望这套教材能成为学生们开启书法之门的钥匙,将同学们带入书法艺术的殿堂!

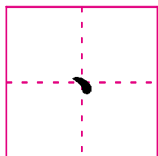
编者

目 录

第一课 点	1
第二课 横	5
第三课 竖	9
第四课 撇	13
第五课 捺	17
第六课 提	21
第七课 钩(一)	25
第八课 钩(二)	29
第九课 钩(三)	33
第十课 折(一)	37
第十一课 折(二)	41
第十二课 折(三)	44
第十三课 折(四)	47
第十四课 折(五)	50
第十五课 折(六)	53
实战高考 高考实用横条格书写训练	56

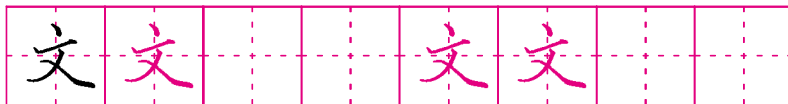
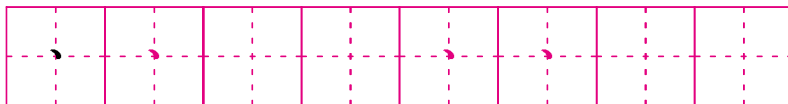
第一课 点

右 点

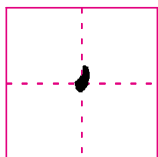


技 法

凌空取势,向右下落笔即顿。此点多用于字上或全字最后一笔收笔处。

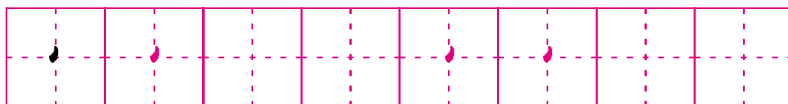


左 点



技 法

凌空取势,向左下落笔即顿。此点多用于字左部。



实战高考

高考作文格书写训练

《再别康桥》节选

		悄	悄	的	我	走	了	,	正	如	我	悄	悄	的	来	;	我
挥	一	挥	衣	袖	,	不	带	走	一	片	云	彩	。				

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 1

1 画	一	乙	2 画	二	十	丁	厂	七	卜	人	入	八
	九	几	儿	了	力	乃	刀	又	3 画	三	于	干
	亏	士	工	土	才	寸	下	大	丈	与	万	
	上	小	口	巾	山	千	乞	川	亿	个	勾	



实战高考

高考易错字练习

谙熟 “谙”(ān)易错为“暗”												
谙	谙											
熟	熟											
迸发 “迸”易错为“蹦”												
迸	迸											
发	发											

遨游 “遨”易错为“邀”												
遨	遨											
游	游											
抱负 “抱”易错为“报”												
抱	抱											
负	负											

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 2

久	凡	及	夕	丸	么	广	亡	门	义	之
尸	弓	己	巳	子	卫	也	女	飞	刃	习
又	马	乡	^{4画} 丰	王	井	开	夫	夭	无	元
专	云	扎	艺	木	五	支	斤	不	太	犬



实战高考

高考易错字练习

暮霭 “霭”(ǎi)易错为“蔼”										
暮	暮									
霭	霭									
憋气 “憋”易错为“敝”										
憋	憋									
气	气									

部署 “部”易错为“布”										
部	部									
署	署									
辨别 “辨”易错为“辩”										
辨	辨									
别	别									

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 3

区	历	尤	友	匹	车	巨	牙	屯	比	互
切	瓦	止	少	日	中	冈	贝	内	水	见
午	牛	手	毛	气	升	长	仁	什	片	仆
化	仇	帀	仍	仅	斤	爪	反	介	父	从



实战高考

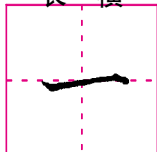
高考易错字练习

屏气 “屏”(bǐng)易错为“摒”										
屏	屏									
气	气									
仓皇 “仓”易错为“苍”										
仓	仓									
皇	皇									

奴婢 “婢”(bì)易错为“卑”										
奴	奴									
婢	婢									
怅然 “怅”(chàng)易错为“伥”										
怅	怅									
然	然									

第二课 横

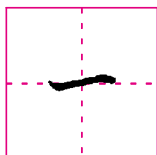
长 横



技 法

起笔略顿,运笔向右略上行,收笔稍顿后回收。

短 横



技 法

写法如长横,比长横短。注意短横上倾角度比长横明显。

一 一 一 一 一 一

二 二 二 二

上 上 上 上

土 土 土 土

节 节 节 节

一 一 一 一

天 天 天 天

左 左 左 左

五 五 五 五

夫 夫 夫 夫



实战高考

高考作文格书写训练

《纪念刘和珍君》节选

苟活者在淡红的血色中，会依稀看见
微茫的希望；真的猛士，将更奋然而前行。

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 4

今	凶	分	乏	公	仓	月	氏	勿	欠	风
丹	勾	乌	凤	勾	文	六	方	火	为	斗
忆	订	计	户	认	心	尺	引	丑	巴	孔
队	办	以	允	予	劝	双	书	幻	玉	刊



实战高考

高考易错字练习

恐怖 “怖”易错为“布”										
恐	恐									
怖	怖									
仓猝 “猝”(cù)易错为“卒”										
仓	仓									
猝	猝									

沧桑 “沧”易错为“仓”										
沧	沧									
桑	桑									
憧憬 “憧”(chōng)易错为“幢”										
憧	憧									
憬	憬									

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 5

示	未	未	击	打	巧	正	扑	扒	功	扔
去	甘	世	古	节	本	术	可	丙	左	厉
右	石	布	龙	平	灭	轧	东	卡	北	占
业	旧	帅	归	且	旦	目	叶	甲	申	叮



实战高考

高考易错字练习

搀扶 “搀”易错为“掺”										
搀	搀									
扶	扶									
陡坡 “陡”易错为“徒”										
陡	陡									
坡	坡									

踌躇 “踌”易错为“畴”										
踌	踌									
躇	躇									
玷污 “玷”(diàn)易错为“沾”										
玷	玷									
污	污									

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 6

电	号	田	由	史	只	夹	兄	叨	叫	另
叨	叹	四	生	失	禾	丘	付	仗	代	仙
们	仪	白	仔	他	斥	瓜	乎	丛	令	用
甩	印	乐	旬	匆	册	犯	外	处	冬	鸟



实战高考

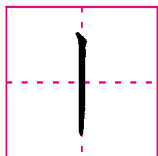
高考易错字练习

辍学 “辍”易错为“缀”										
辍	辍									
学	学									
掂量 “掂”易错为“惦”										
掂	掂									
量	量									

谛听 “谛”易错为“缔”										
谛	谛									
听	听									
重叠 “叠”易错为“迭”										
重	重									
叠	叠									

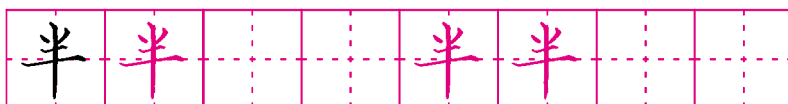
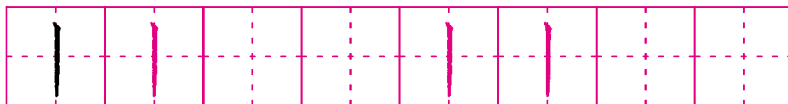
第三课 竖

悬针竖

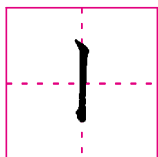


技 法

起笔稍顿,均匀用力下行,提笔出锋,笔力送至笔端,呈针状。

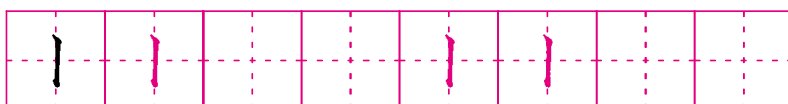


垂露竖



技 法

起笔行笔与悬针竖相同,收笔时注意顿笔回锋,使笔端呈露珠状。



实战高考

高考作文格书写作训练

《鸿门宴》节选

		项	庄	拔	剑	起	舞	,	项	伯	亦	拔	剑	起	舞	,	常
以	身	翼	蔽	沛	公	,	庄	不	得	击	。						

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 7

务	包	饥	主	市	立	闪	兰	半	汁	汇
头	汉	宁	穴	它	讨	写	让	礼	训	必
议	讯	记	永	司	尼	民	出	辽	奶	奴
加	召	皮	边	发	孕	圣	对	台	矛	纠



实战高考

高考易错字练习

奋发 “奋”易错为“愤”										
奋	奋									
发	发									
费力 “费”易错为“废”										
费	费									
力	力									

砧码 “砧”易错为“法”										
砧	砧									
码	码									
安装 “安”易错为“按”										
安	安									
装	装									

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 8

母	幼	丝	式	刑	动	扛	寺	吉	扣	考
托	老	执	玗	圾	扩	扫	地	扬	场	耳
共	芒	亚	芝	朽	朴	机	权	过	臣	再
协	西	压	厌	在	有	百	存	而	页	匠



实战高考

高考易错字练习

妨碍 “妨”易错为“防”										
妨	妨									
碍	碍									
哀叹 “哀”易错为“唉”										
哀	哀									
叹	叹									

蜚声 “蜚”易错为“斐”										
蜚	蜚									
声	声									
弊病 “弊”易错为“敝”										
弊	弊									
病	病									

《现代汉语常用字表》

2500 常用字临摹训练 9

夸	夺	灰	达	列	死	成	夹	轨	邪	划
迈	毕	至	此	贞	师	尘	尖	劣	光	当
早	吐	吓	虫	曲	团	同	吊	吃	因	吸
吗	屿	帆	岁	回	岂	刚	则	肉	网	年



实战高考

高考易错字练习

布置 “布”易错为“部”										
布	布									
置	置									
辩论 “辩”易错为“辨”										
辩	辩									
论	论									

班师 “班”易错为“搬”										
班	班									
师	师									
褒贬 “贬”易错为“砭”										
褒	褒									
贬	贬									