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）

三年级　上册

主编　谢昭然

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）

三年级　上册

主　　编　谢昭然

副 主 编　祝启程　文宏斌　何春燕

编　　委　陶　莉　何　欣　李建良

　　廖　俊　张道富　赵　冬

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.小学三年级：全2册 / 谢昭然主编. —成都:电子科技大学出版社,2015.9
ISBN 978-7-5647-3434-2

Ⅰ. ①实… Ⅱ.①谢… Ⅲ. ①汉字—硬笔书法—小学—教学参考资料 Ⅳ.①G624.753

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第180933号

实用写字练习指导

（三年级　上册）

主编　谢昭然

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　**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 978-7-5647-3434-2
定　　价：32.00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，首先应激发学生对中国书法的兴趣，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

准备课 …… 1

一、钢笔写字的工具 …… 1

二、钢笔写字的执笔与坐姿 …… 1

田字格 …… 2

笔画 …… 3

书写笔顺规则 …… 4

偏旁部首 …… 5

字形结构 …… 6

1 大海的歌 …… 7

2 帽子和鸟窝 …… 9

3 吹泡泡 …… 11

5 山雀 …… 13

6 蜗牛 …… 15

7 寓言两则 …… 17

9 电脑棋手 …… 19

10 走马灯的奥秘 …… 21

11 孩子考科学家 …… 23

13 古诗两首 …… 25

14 庐山的云雾 …… 27

15 锡林郭勒大草原 …… 29

17 七颗钻石 …… 31

18 平分生命 …… 33

19 倾斜的伞 …… 35

21 群众也在淋雨 …… 37

22 珍贵的教科书 …… 39

23 “神童”的秘诀 …… 41

25 古诗两首 …… 43

26 父亲、树林和鸟 …… 45

27 一个小山村的故事 …… 47

29 炎帝创市 …… 49

30 “年”的来历 …… 51

附录 …… 53

钢笔楷书作品欣赏 …… 53

开学作品 …… 54

期末作品 …… 55

章法 …… 56

作品创作 …… 59

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

准 备 课

钢笔写字的工具

钢 笔

钢笔按笔尖形状可分为普通笔和美工笔 (书法笔) 两种。普通笔的笔尖为直尖,写出的线条纤细;美工笔的笔尖为弯尖,写出的线条粗犷、厚重。同学们初学钢笔写字,应用普通笔练习,待有一定水平后,可学用美工笔。用普通钢笔写字,由于笔尖较坚硬,写出的线条单一,可在纸下垫一本杂志或练习簿,这样可弥补普通钢笔弹性小的缺点。

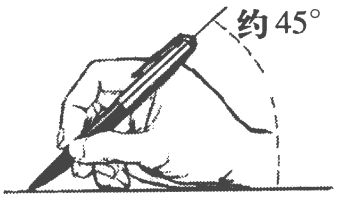
墨 水

钢笔用的墨水,从颜色上分有红、黑、纯蓝和蓝黑等几种。钢笔书法应以黑墨水为最好,黑墨水又以碳素墨水最为醒目,色泽乌黑,写在白纸上黑白分明,反差大,效果极佳。墨水要随时保持清洁,防止杂质掺入,勿与不同性质的墨水混用。

钢笔写字的执笔与坐姿

执笔要求

拇指食指对着捏,
中指垫在笔后边,
笔杆斜靠虎口上,
笔尖留出寸余宽。



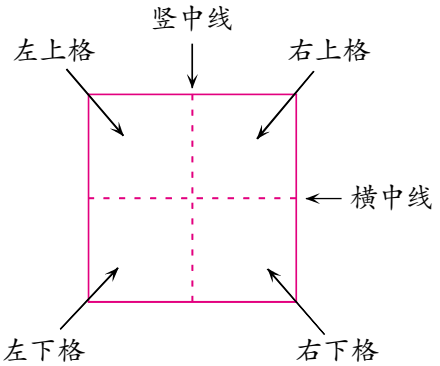
坐姿要求

头正，身直，肩平，臂开，足安。

眼睛离桌面一尺
手指离笔尖一寸
胸部离桌沿一拳

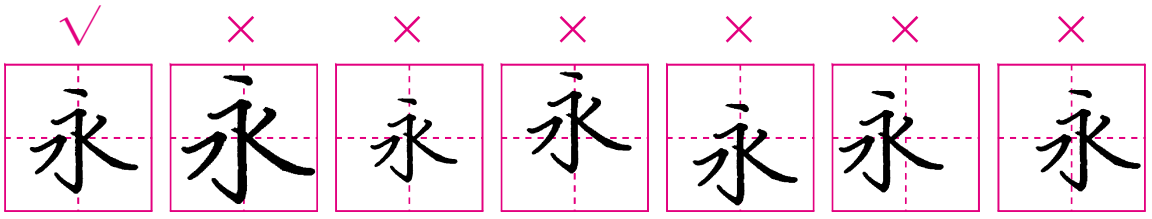
田 字 格

田字格是众多习字格的一种，最适宜小学生练字，由一个方格加两根中线组成，因其形状似“田”字，所以称为田字格，如下图所示。



（田字格）

我们认识田字格后，就要掌握怎样在田字格里写字，在田字格里写字一定要写在正中，不能靠上或靠下，也不能偏左或偏右；写的字在田字格的大小要适中，不能太大，也不能太小，一般以占格子的三分之二大小为宜。在临写字帖时，首先要确保每个笔画写在田字格中的位置，一定要养成认真看田字格的好习惯，将每个笔画严格照样子写在相应的位置上。



（大小适中）　（太大）　（太小）　（靠上）　（靠下）　（偏左）　（偏右）

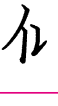
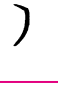
笔　画

斜　点			左　点			竖　点			撇　点		
丶	广	斗	丿	小	点	丶	忆	快	丿	父	只
长　横			短　横			斜　横			悬针竖		
一	上	王	一	三	玉	丿	七	毛	丨	中	牛
垂露竖			短　竖			长　撇			短　撇		
丨	米	来	丨	山	业	丿	身	在	丿	么	刀
竖　撇			斜　捺			平　捺			反　捺		
丿	月	用	乀	太	史	一	之	近	丶	食	退
提（挑）			横　折			竖　折			撇　折		
丿	习	扣	𠃌	马	丑	𠃌	区	巨	𠂉	弘	幼
横　撇			横　钩			竖　钩			弯　钩		
𠃌	又	水	一	买	守	丨	折	刑	丿	象	狗
斜　钩			卧　钩			横折钩			竖弯钩		
𠃍	戈	我	乀	心	必	𠃌	司	句	𠃍	扎	已
竖　提			横折弯钩			横折斜钩			竖折撇		
丨	长	民	𠃌	九	旭	𠃌	飞	凡	𠂉	专	传
竖折折钩			撇　点			竖　弯			横折弯		
𠃌	与	鸟	𠂉	女	好	𠃍	四	西	𠃌	朵	沿
横折折撇			横折折折钩			相向点			相背点		
𠃌	及	延	𠃌	乃	仍	丷	兰	首	八	只	共

书写笔顺规则

所谓笔顺，就是汉字笔画的书写顺序。掌握了正确的汉字笔画书写顺序，不仅写字时顺手，使写出的字架构平稳，而且也有利于笔画间的呼应，提高书写速度，为练一手好字打下良好的基础。所以，请大家熟记写字笔顺歌。

写字应当讲笔顺，掌握要领笔有神。
先横后竖上到下，先撇后捺左右分。
从外到内要记清，进了屋子再关门。

规 则	例字	书写笔顺					
先横后竖	下						
从上到下	寻						
先撇后捺	夫						
从左到右	似						
从外到内	风						
先中间后两边	水						
先里头后封口	团						

偏旁部首

两点水	冲	三点水	汉	言字旁	诉	单人旁	你	双人旁	行
竖心旁	怕	口字旁	叫	田字旁	畔	石字旁	砂	土字旁	均
斜王旁	现	山字旁	岖	提手旁	护	牛字旁	物	木字旁	样
食字旁	饥	金字旁	钉	绞丝旁	红	禾字旁	种	示字旁	神
衣字旁	补	日字旁	晚	月字旁	胆	目字旁	盼	米字旁	粒
舟字旁	船	火字旁	灯	虫字旁	蚁	足字旁	跟	方字旁	旅
立字旁	端	女字旁	姐	矢字旁	矩	歹字旁	歼	反犬旁	犯
车字旁	轿	又字旁	观	左耳刀	阳	右耳刀	那	单耳刀	即
立刀旁	别	力字旁	动	三撇旁	彩	鸟字旁	鸭	隹字旁	雅
戈字旁	战	斤字旁	所	页字旁	颗	寸字旁	耐	反文旁	政
宝盖头	守	穴宝盖	空	人字头	含	日字头	昂	山字头	岗
雨字头	雪	草字头	花	竹字头	笔	广字头	庆	户字头	扇
病字头	病	走之底	边	走字底	赴	大字底	奖	四点底	照
心字底	忘	皿字底	盐	木字底	桌	弄字底	弁	女字底	委

字 形 结 构

长方形			
	困	团	固

扁方形			
	曰	四	而

斜体形			
	夕	多	尸

正梯形			
	正	互	至

正三角形			
	上	大	众

倒三角形			
	丁	下	可

菱　形			
	令	伞	奉

左右相等			
	朋	朝	般

左窄右宽			
	深	流	拔

左宽右窄			
	影	彩	刻

左长右短			
	和	招	极

左短右长			
	听	呼	妙

左高右低			
	即	却	都

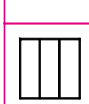
上下相等			
	去	志	男

上长下短			
	些	恳	惠

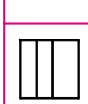
上短下长			
	第	葡	笔

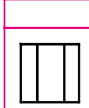
上宽下窄			
	春	奏	登

上窄下宽			
	兄	见	益

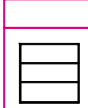
左中右相等			
	晰	嫩	蝴

左窄中右宽			
	凝	涨	傲

右宽左中窄			
	修	候	滩

中宽左右窄			
	衡	徽	衢

中窄左右宽			
	班	辨	鞭

上中下相等			
	意	翼	慧

上短中下长			
	率	蓄	裹

中宽上下窄			
	蕃	察	暴

中窄上下宽			
	党	寓	念

左上包右下			
	局	厦	度

右上包左下			
	司	句	匀

左下包右上			
	毡	赵	魅

上包下			
	同	网	周

下包上			
	凶	函	画

左包右			
	区	匠	匣

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

1 大海的歌

基本训练

斜点	上部稍细，尾部重而圆润	丶 丶 丶	广 广 广
		头 头 头	斗 斗 斗

生字练习

wén 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纹

纹 纹 纹

gǔn 丶 丶 氵 氵 氵 氵 氵 氵 氵 氵 氵 氵 滚 滚

滚 滚 滚

fān 丨 口 巾 帆 帆

帆 帆 帆

yǎng 丿 亻 亻 仰 仰

仰 仰 仰

bēn 一 ナ 大 太 本 夲 奔 奔

奔 奔 奔

zòu 一 二 三 夫 夫 奏 奏 奏

奏 奏 奏

yìng 丨 冂 日 日 旷 旷 旷 映 映

映 映 映

téng 丿 月 月 月 月 月 月 月 月 月 月 月 腾 腾

腾 腾 腾

shuì 丨 冂 日 日 目 目 盯 盯 盱 盱 睡 睡 睡

睡 睡 睡

fān 一 丆 丆 丆 平 乎 乎 乎 番 番 番 番 翻 翻 翻 翻

翻 翻 翻

qín 一 二 干 王 王 玨 玨 玨 琴 琴 琴

琴 琴 琴

nào 丶 丶 门 门 闩 闩 闾 闹

闹 闹 闹

词语积累

穿	梭					绽	开					
滔	天	波	浪									

句子临习

		那	云	，	就	是	翻	滚	奔	腾	的	波
流	；	那	鸟	，	就	是	来	往	穿	梭	的	鱼
群	。	风	儿	不	闹	了	，	浪	儿	不	笑	了	。

展示评比

在课文里挑选你喜欢的句子写在下面田字格中。

评一评 ☆☆☆☆☆

2 帽子和鸟窝

基本训练

左点	向左下按笔 收笔回锋	丶 丶 丶	小 小 小
		京 京 京	点 点 点

生字练习

mào	丨 冂 巾 帅 帅 帽 帽 帽 帽 帽 帽 帽
帽	帽 帽

cháo	一 十 十 古 古 古 直 卓 朝 朝 朝 朝
朝	朝 朝

yāo	丿 月 月 月 肝 肝 肝 腰 腰 腰 腰 腰
腰	腰 腰

yuē	丿 幺 幺 幺 约 约
约	约 约

nài	一 ナ 大 太 太 夸 奈 奈
奈	奈 奈

diào	丨 口 口 吕 吕 吊
吊	吊 吊

lán	丿 ⺮ ⺮ ⺮ 竹 竹 竹 竹 竹 竹 竹 竹 竹 竹 竹
篮	篮 篮

pō	一 十 土 圹 圹 圹 坡 坡
坡	坡 坡

huāng	丨 小 忄 忙 忙 忙 慌 慌 慌 慌 慌 慌
慌	慌 慌

hé	丿 亻 亻 亻 何 何 何
何	何 何

shuǎ	一 ㇇ 丆 丙 丙 丙 耍 耍 耍
耍	耍 耍

gān	丿 ⺮ ⺮ 竹 竹 竹 竿 竿 竿
竿	竿 竿

dàn	一 ㇇ 丆 尸 尸 尸 蛋 蛋 蛋 蛋 蛋 蛋
蛋	蛋 蛋

词语积累

痛痛快快

七嘴八舌

缠住

句子临习

我不要帽子了！让鸟儿在

里面做窝吧！

展示评比

在课文里挑选你喜欢的句子写在下面田字格中。

评一评 ☆☆☆☆☆

3 吹 泡 泡

基本训练

竖点

起笔作顿

尾部顿笔不宜太重

快 快 快

恰 恰 恰　情 情 情

生字练习

xì 戏 戏 戏

gēn 根 根 根

fú 浮 浮 浮

jiāo 骄 骄 骄

yì 易 易 易

shàn 扇 扇 扇

xī 夕 夕 夕

wǎn 碗 碗 碗

piāo 飘 飘 飘

shàn 散 散 散

ào 傲 傲 傲

ruò 若 若 若

yuè 越 越 越

词语积累

清	澈					透	明					
脆	弱					圆	润					

句子临习

借着扇子的轻风，它们一个个飞到天上，轻轻地挨着明月，度过天河，跟着夕阳西去。

展示评比

在课文里挑选你喜欢的句子写在下面田字格中。

评一评 ☆☆☆☆☆

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com