


非均等九宫格

生字同步字帖

一年级

 山东美术出版社



责任编辑：赵玲
装帧设计：王立生

ISBN 7-5330-2207-6



9 787533 022075 >

ISBN 7-5330-2207-6

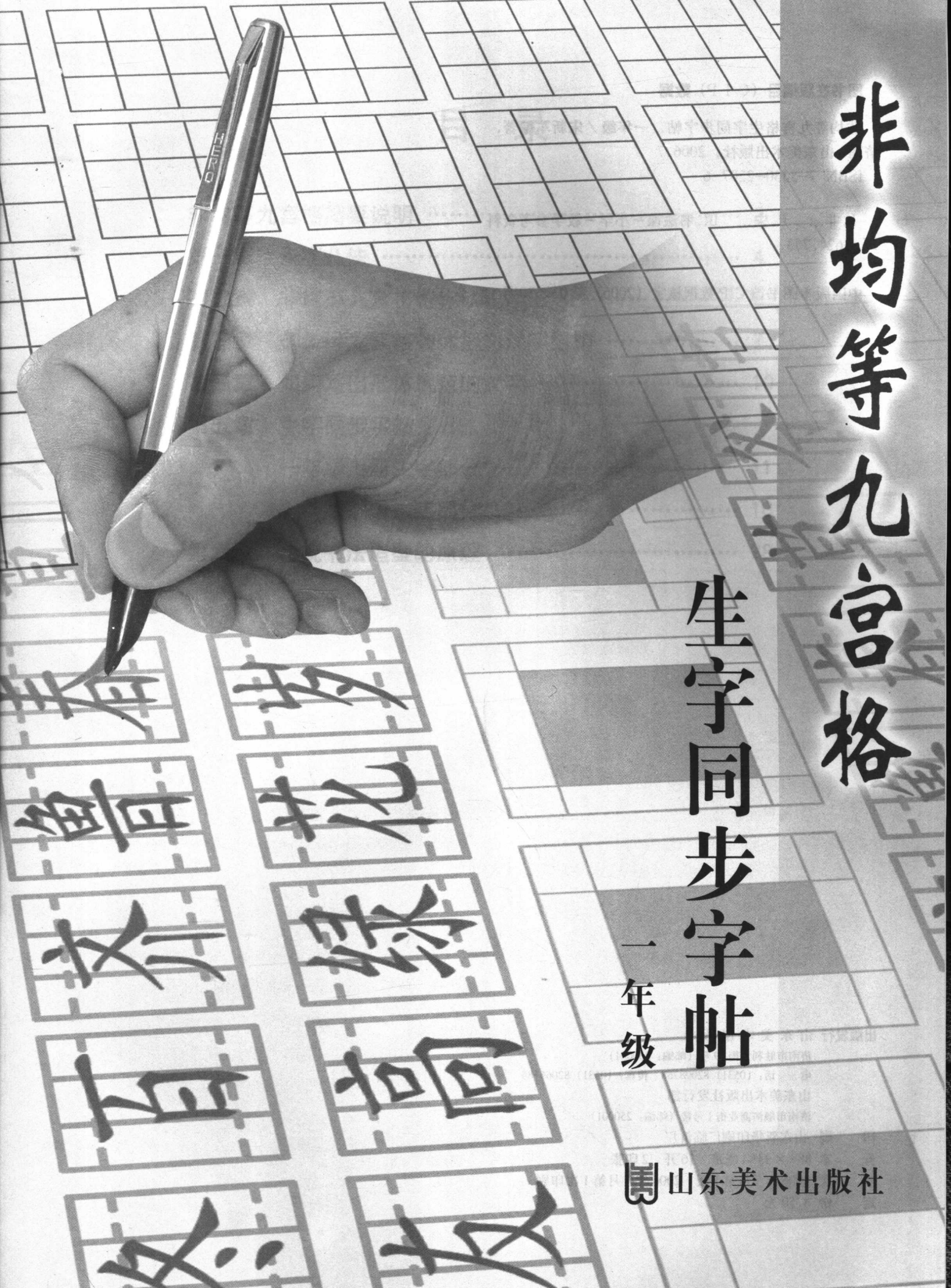
J·2206 定价：8.50元

非均等九宫格

生字同步字帖

一年级

 山东美术出版社



图书在版编目 (C I P) 数据

非均等九宫格生字同步字帖. 一年级 / 宋新军编著.
济南: 山东美术出版社, 2006.7
ISBN 7-5330-2207-6

I. 非... II. 宋... III. 书法课—小学—教学参考资料
IV. G624.753

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 059530 号

出版发行 山东美术出版社

济南市胜利大街 39 号 (邮编: 250001)

电 话: (0531) 82098268 传真: (0531) 82066185

山东美术出版社发行部

济南市顺河商业街 1 号楼 (邮编: 250001)

印 刷 山东新华印刷厂临沂厂

开 本 889 × 1194 毫米 16 开 2 印张

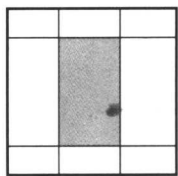
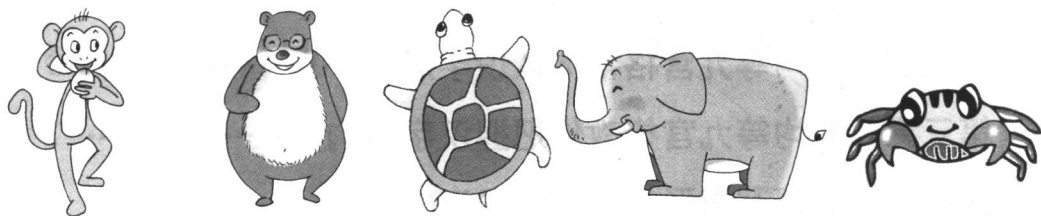
版 次 2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷

定 价 8.50 元

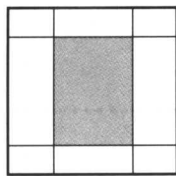
目 录

非均等九宫格简要说明	2
第一章 永字八法	4
第二章 非均等九宫格帮你认识字形	6
第三章 非均等九宫格教你把握汉字结构	7
第四章 如何写出形体规范的汉字	10
第五章 生字同步字帖	
一年级上册生字部分	11
一年级下册生字部分	16
第六章 传统书法造型的原理	28

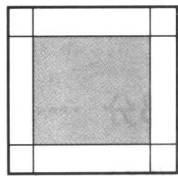
非均等九宫格简要说明



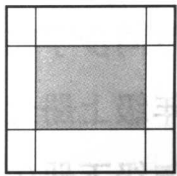
格式一



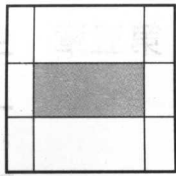
格式二



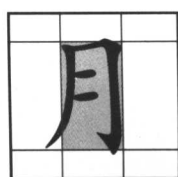
格式三



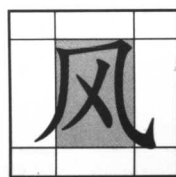
格式四



格式五



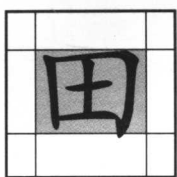
瘦



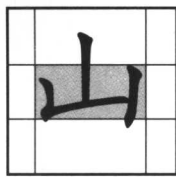
胖



方



厚



扁

非均等九宫格的划分依据

非均等九宫格是在传统九宫格的基础上，依据中国传统“三分法原理”推导出来的一种将汉字的结构分类归纳为五大造型的习字格式。这五种格式可以将历代软笔书法作品及现代的硬笔书法作品的造型特征加以形象、科学地分类为五大风格形体。

格式特征

非均等九宫格将汉字划分为主体与外延两大部分。主体如同人的躯干处于中间位置（图中灰色部分），决定着汉字的形状与气势，这是笔画密集的部位；外延如同人的头和四肢，伸展于四周八个方向（八个空白格处）的空间。

五类格式的命名

格式一为主体（躯干）瘦高的汉字，称之为“瘦高形”。

格式二为主体（躯干）宽胖高大的汉字，称之为“高胖形”。

格式三为主体（躯干）方正的汉字，称之为“正方形”。

格式四为主体（躯干）宽厚的汉字，称之为“宽厚形”。

格式五为主体（躯干）扁平的汉字，称之为“扁平形”。

在此我们将这五大类汉字造型简称为“瘦、胖、方、厚、扁”，故此又称为“五形习字法”。

设计比例

非均等九宫格中五种格式的设计比例是以正方形边长的 $\frac{1}{6}$ 为单位、递进单位，如：图中的格式一、格式二、格式三分别采用正方形边长的 $\frac{1}{6}$ 固定上下维，然后又分别以正方形边长的 $\frac{1}{3}$ 、 $\frac{1}{2}$ 、 $\frac{2}{3}$ 作为主体中宫的三个固定的宽度，做出这三种格式；格式四、格式五是格式二、格式一横倒所成的。

非均等九宫格的优点

- 1、非均等九宫格形象地展示出汉字形体的属类，令学生对汉字笔画的长短、位置更加明确，快速写出形体美丽的汉字。
- 2、运用这种练字方式，摆脱格式后依然可以依据字形的规矩来安排笔画，写出形体漂亮的字来，这种功能是田字格等其他格式所不具有的。
- 3、非均等九宫格教给孩子们的一种写字造型的方法，具有开创性意义，这种练字法已获国家专利。

我们的宗旨：让孩子们掌握一种简单的练字方法，胜过老师与家长10年的苦口婆心。

专利号为02352697.1



第一章 永字八法

字八法，就是“永”这个字的8种笔画，它展示出中国书法中的8种基本笔画，分别是点、横、竖、撇、捺、钩、提、啄。练熟这8种基本笔画后，即可写出端正的楷书。

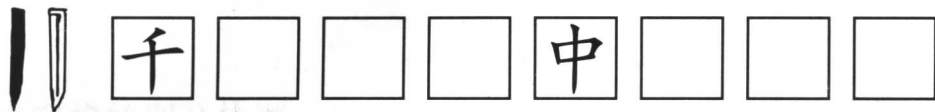
一、点：笔由轻到重向右下方按下后，再向起笔处团转、回收一下即可。用力顺序：轻——重



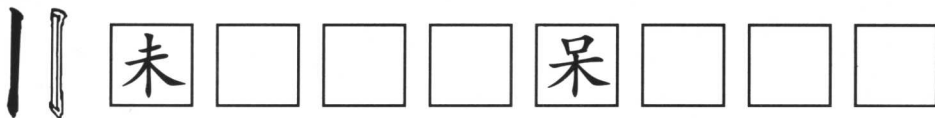
二、横：笔向右侧下方用力按下后，稍微提一下笔再向右行；至末端向右侧下方稍用力按下后，提笔向左回锋收笔。用力顺序：重——轻——重



三、竖：(1) 悬针竖：像一根粗针向下倒悬着。写法：笔向右下用力按下后，稍微提一下笔后向下行笔，由重到轻提笔出尖锋。用力顺序：重——轻



(2) 垂露竖：竖画下端像一颗露珠垂着。写法是：向右斜侧用力按笔后，稍微提一下笔后再向下行笔，至竖尾部再次向右下侧用力按笔后，向左上回锋收笔。用力顺序：重——轻——重

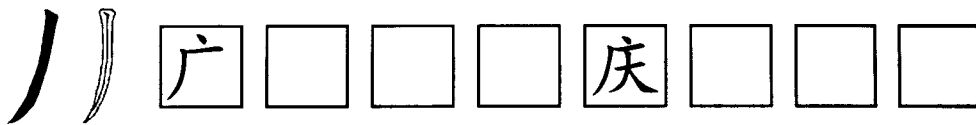


四、撇：(1) 平撇：短而且平的撇画，书写时要短、平。写法是：向右下侧按笔后略提笔，然后向左平向由重到轻快速撇出。用力顺序：重——轻

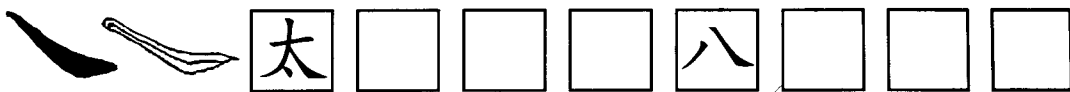


(2) 竖弯撇：写时上半段应像竖，下半部分应像撇，所以称竖弯撇。写法：向右斜侧按笔后向

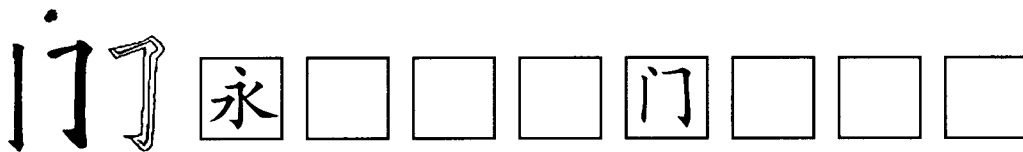
下竖行，到笔画中间时逐渐弯曲，最后向左提笔快速撇出。用力顺序：重——轻



五、捺画：行笔路线是轻微的S型。写法：笔尖轻微用力，点一下纸面后向上挑起，然后向右下方作S型运笔，到笔画末端时，向右斜下侧平出即可。用力顺序：轻——重



六、折：当横笔画写完后，略向上提，向右侧下方用力按一下笔后，向下方写竖画。钩：当竖直笔画写完后，顺势向左下方按一下笔，向左上方外旋挑出。用力顺序：重——轻——重——轻



七、提：向右下方按笔后向右上方由重到轻快速提出。用力顺序：重——轻



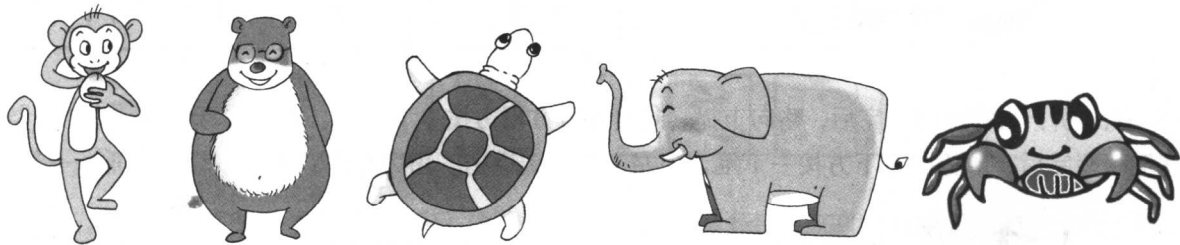
八、啄：形状像鸟的嘴，所以叫做啄。写法是：向右下侧按笔后向左下方向快速撇出。用力顺序：重——轻



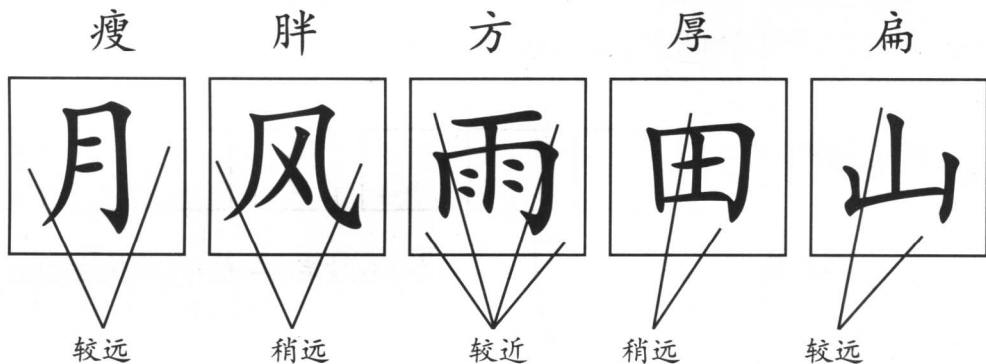
第二章 非均等九宫格帮你认识字形

一、认识（瘦、胖、方、厚、扁）五大字形

瘦形字像猴子，身子细、手脚长；胖形字像狗熊，身子粗、手脚短；方块字像乌龟，身子方、手脚缩；厚形字像大象，身子宽、似堵墙；扁形字如螃蟹，身子扁、横着爬。



二、空白格的占空方法



如上图：在方格本中写字时，瘦型字身体窄高，左右离边框较远，上下离边框较近；胖型字身体高胖，左右离边框稍远，上下离边框较近；方形字则上下、左右离边框都很近；厚型字身体宽厚，上下离边框稍远、左右离边框较近；扁型字身体扁宽，上下离边框较远、左右离边框较近。

三、练写下列的字，体会占格方法

月	月	风	风	雨	雨	田	田	山	山

第三章 非均等九宫格教你把握汉字结构

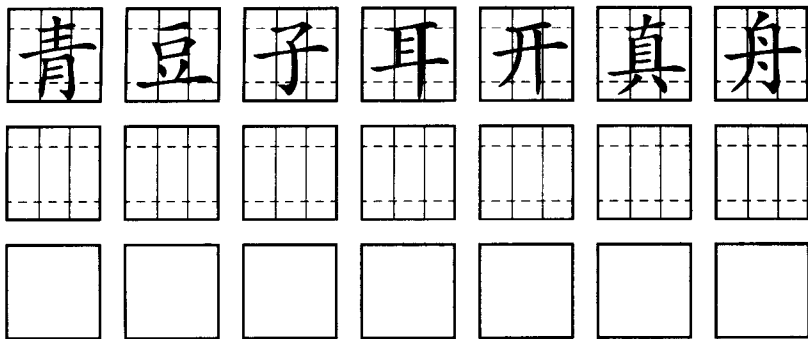
一、汉字中间部位的笔画要收敛成形

如同人的躯干一样，字的主体也要紧凑有形，所以写字的时候就需要令汉字中间部位的笔画收敛成形。例如下图中的独体“青”字上面的“土”字头与下面“月”的宽度基本相同，收敛成瘦长形；再例如“鲁”字长横上、下两部分笔画的宽度基本相同，从而纵向收敛成瘦长的主体造型。当然笔画的收敛要在基本平齐的基础上体现出一定的参差变化，不必像刀切的一样齐，否则太呆板。

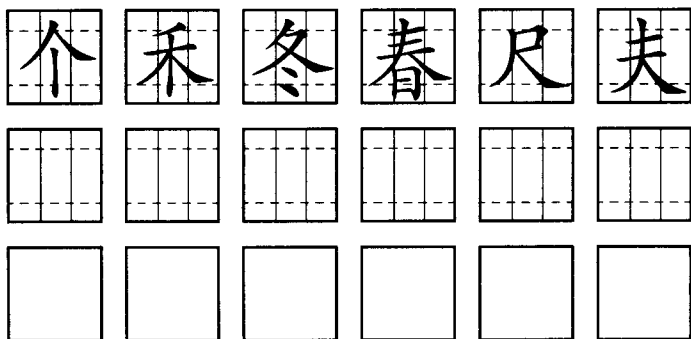
二、四维的笔画要伸展舒放

如同人的四肢在躯干之外伸展一样，汉字的四肢（四维部分）——长横、长撇、长捺、竖弯钩、长宝盖等笔画也要伸展舒放于主体之外。

例1：长横要尽量放出去，横在主体外面。

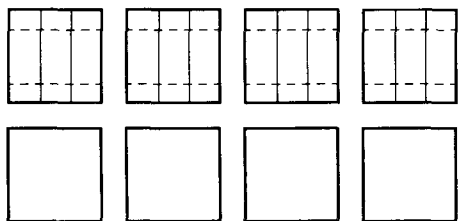


例2：长撇、长捺要尽量放出去，伸展舒放于主体之外。



例3：长宝盖要尽量放出去，盖住下面的笔画。

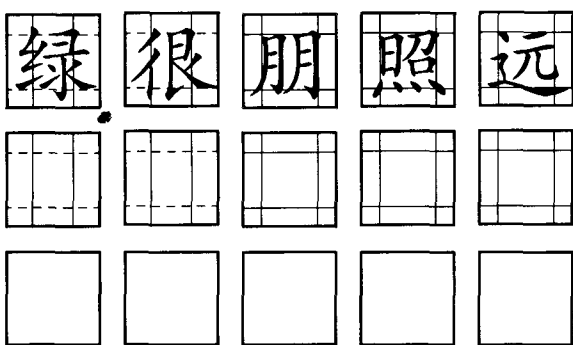




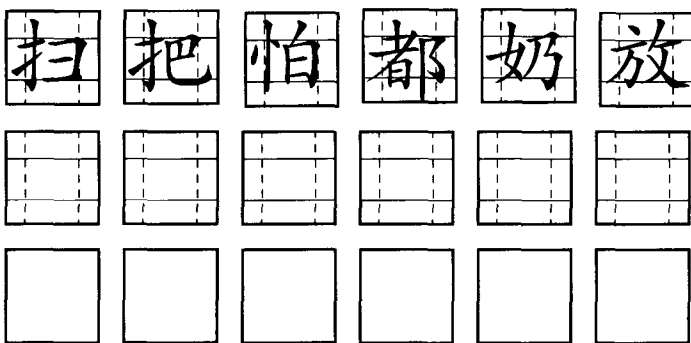
三、左右结构偏旁之间的笔画要注意平齐

小学生写字结构错乱，主要原因是掌握不好“左右结构”或“左中右结构”偏旁之间的横向结构关系。汉字笔画的横向平齐大体可以分为：

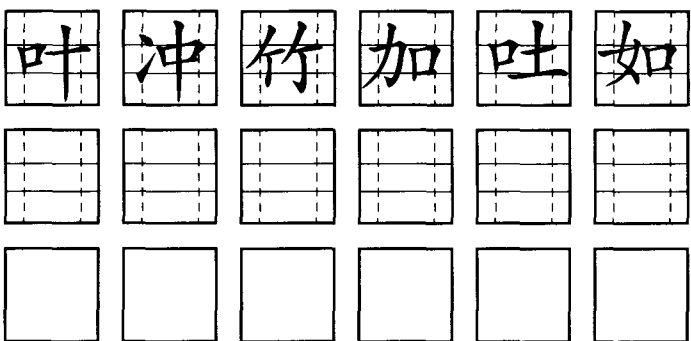
1、头部平齐，例如“绿”字左右偏旁的顶部横向冲齐。



2、肩部平齐，例如“扫”字左上面的横与右上面的横折基本平齐。

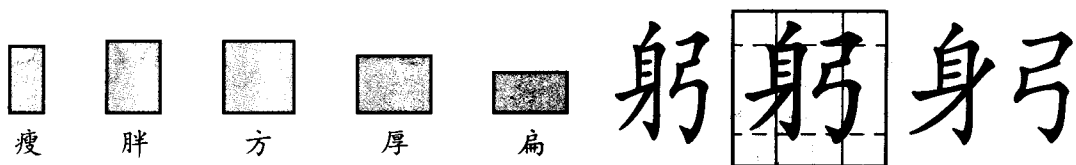


3、腰部平齐，例如“叶”字右面“十”字的短横则指向左面“口”字的中间。



四、处理好分家、拥挤的毛病

小学生写字分家、拥挤的弊病，其主要原因是掌握不好偏旁部首之间的距离，所以临写左右结构的范字时，要让学生以主体的形状为依据来安排两个偏旁部首之间的距离。这样才会避免写字分家、拥挤的弊病，如下图的三个“躬”字，第一个写成瘦形字，所以左右偏旁太拥挤；第三个写成方形字使左右偏旁相距又太远，分家了；而中间的则因符合主体“胖”的标准而显得疏密得体、美观大方。



第四章 如何写出形体规范的汉字

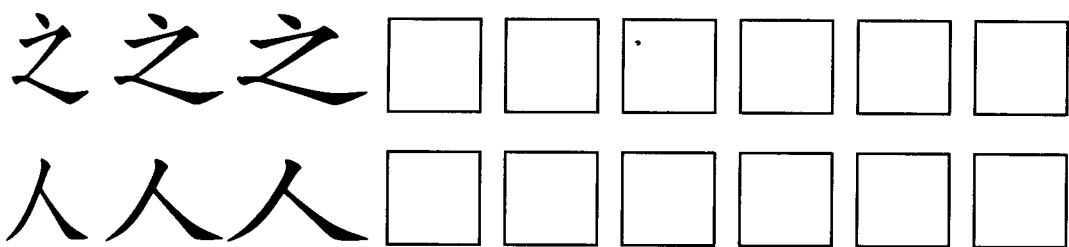
一、把握好横竖笔画的长短比例

横、竖的长短变化会造成字形的变化，例如“国”字，当横越短、竖越长的时候就会变得越来越瘦长；反过来当横越长、竖越短的时候，字形就会变得越来越扁平。



二、把握好撇捺笔画的倾斜角度

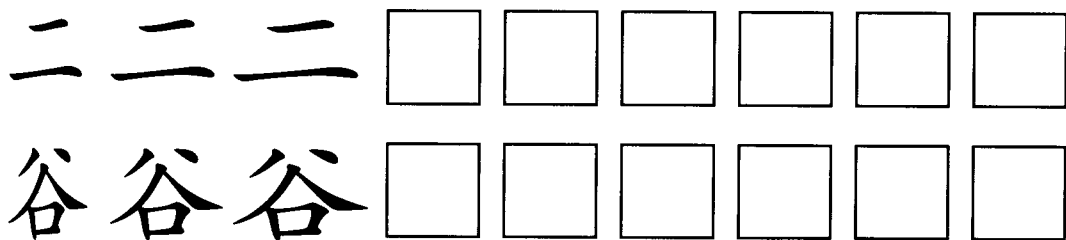
撇捺的角度变化会造成字形的变化。撇捺竖起来字形就瘦敛，撇捺横伸过去字形就宽放。例如：“人”字与“之”字撇捺的倾斜度偏向竖画的时候，字形就会变得越来越瘦长，反过来撇捺的角度越横伸的时候字形就会变得越扁平。注意：左右结构、左中右结构以及其他字形的把握也是这种方法。



三、把握好笔画的距离

笔画的距离变化会造成字形的变化，例如“二”字两个横划的距离变化会造成字形的变化，“谷”字两个点画的距离变化会造成字形的变化。

写下列的字从中感受横、竖笔画长短对字形变化的影响，以及撇、捺笔画倾斜角度的变化对字形变化的影响。



(注意：此处是让学生了解字形变化的原理，目的是为准确写出形体规范的汉字，并不是让学生任意变化字形，那是以后的事情。)

第五章 生字同步字帖

一年级上册生字部分

第一部分生字

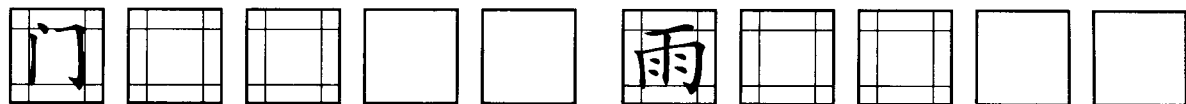
瘦形字

月	儿								
几	了								
子	尺								
牙									

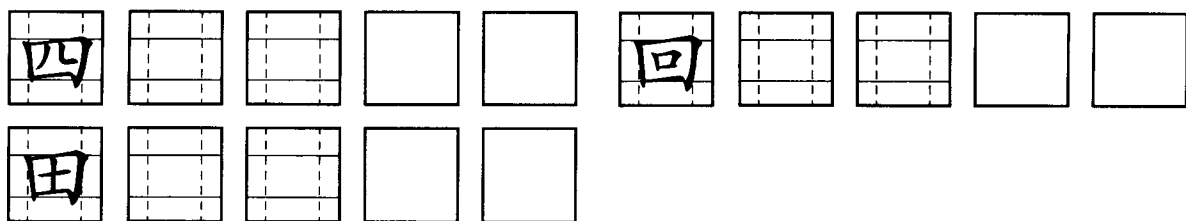
胖形字

毛	禾								
木	里								
果	用								
目	天								
三	五								

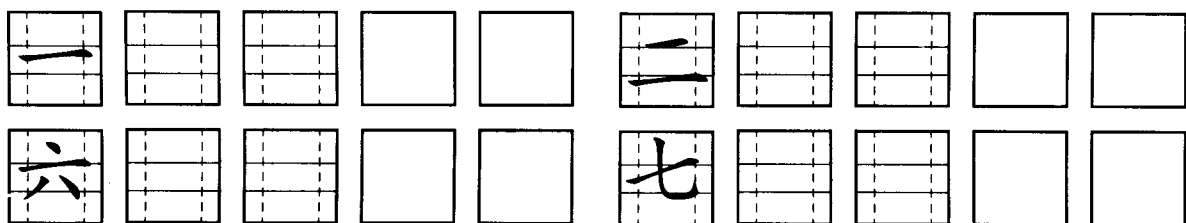
方形字



厚形字

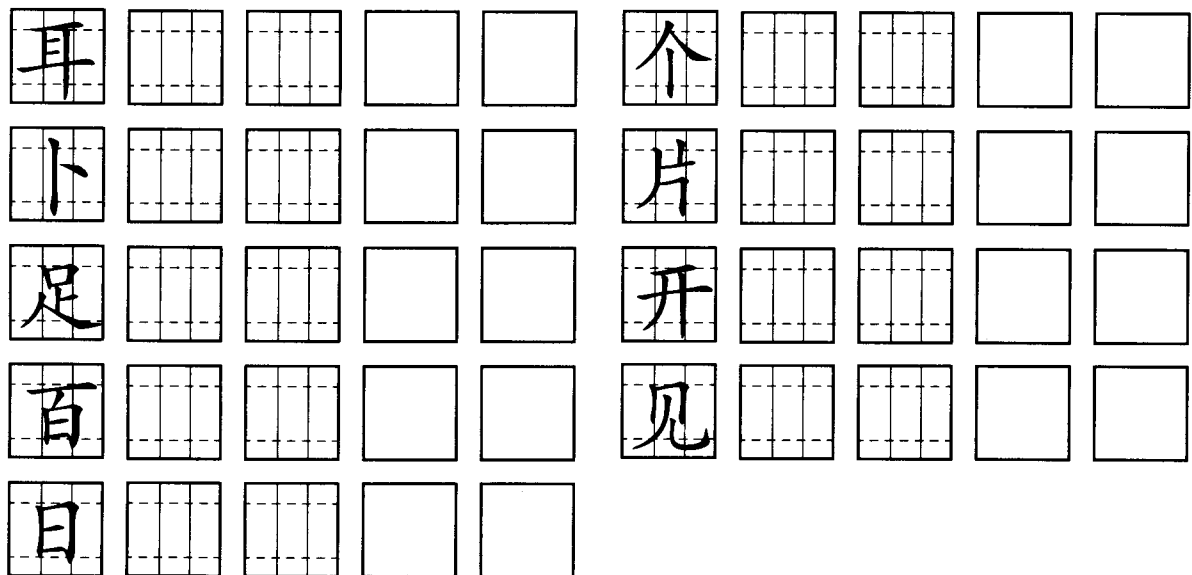


扁形字



第二部分生字

瘦形字



胖形字

巾					手				
电					不				
中					车				
大					马				
又					鸟				
头					风				
米					长				
飞									

方形字

两					十				
---	--	--	--	--	---	--	--	--	--

厚形字

人					火				
云					公				
入									