

# 基本笔画练习

## (一) 各种点学练习

|                    |         |        |        |        |        |
|--------------------|---------|--------|--------|--------|--------|
| 斜点<br>钢笔           | 义<br>字帖 | 之<br>永 | 亦<br>州 | 为<br>求 | 法<br>良 |
| 两点水<br>1<br>2      | 井       | 中      | 次      | 决      |        |
| 三点水<br>1<br>2<br>3 | 汁       | 汉      | 汗      | 污      | 江      |
|                    | 汐       | 沈      | 沛      | 泪      | 泽      |
| 四点                 | 杰       | 点      | 羔      | 烈      | 热      |
| 基                  | 煮       | 焦      | 照      | 煦      | 熙      |

河南人民出版社

中小學生  
鋼筆字帖及練習方法

龐中華

河南人民出版社

中小學生  
鋼筆字帖及練習方法

鹿中華

責任編輯：謝美光

河南人民教育出版社

河南第二新华印刷厂印刷

河南省新华书店发行

787×1092 32开 1.625印张

1982年7月第1版 1982年7月第1次印刷

印数：1——390,000

统一书号7105·273 定价0.20元

## 写在前面

### (一)

钢笔，作为现代最方便的书写工具，深为人们所喜爱。无论工、农、兵、学、商各行业人员，凡有文化知识的，谁不使用钢笔呢？因此，写好钢笔字，是人们的共同愿望。我们来探讨一下这个问题，也是件有意义的事。

目前，许多中小學生、知识青年，甚至大学的同学们，写字潦草马虎，使人难

以辨认。对于这种草率的作风，鲁迅先生深恶痛绝：“字不一定要写得好，但必须得使人一看了就认识，青年人现在都太忙了……他自己赶快胡乱写完了事，别人看了三遍五遍看不明白，这费了多少工夫，他不管。反正这费的工夫不是他的。这存心是不太好的。”（见肖红：《回忆鲁迅先生》）

郭老生前也很关心中小学生的书法教育，他写道：

“培养中小學生写好字，不一定要人人都成为書家，总要把字写得合乎规格，比较端正、干净、容易认。这样养成习惯有好处，能够使人细心、容易集中意志，善于体贴人。草草了事、粗枝大叶、独行专断，是容易误事的。练习写字可以逐渐免除这些毛病。”（见1962年9月号《人民教育》）

前辈们的教导，应当成为我们的座右铭。对于促进我们学好写字，是一种精神

上的动力。

(二)

学习的方法：从基本笔画开始，首先练习正楷，然后再学行书。

实践经验证明：学生掌握了基本笔画之后，直接进行“描模”的练习，是一种行之有效的好方法。本字帖的字形较大，正是考虑到学生描模的需要。现将描模的方法步骤介绍如下：

(1) 踏别人的脚印(合作)：

用较透明的纸，蒙在字帖上，完全照字帖上的字，一笔一画地描，仿佛在雪地上走路，一步步完全踏着前人的脚印一样。每天选五到十个字，每个字描上若干遍，对它们的组合结构，要深深地印在脑子里。

(2) 第一次搬家：也就是通常说的临帖。即把字帖置于面前，看着字帖上的字临写。但它不象上面说的蒙着描，一笔一画有所依循，所

以要牢记描模时的印象，并

仔细观摩字帖，烂熟于心。

由于此时已离开字模，所以称为“第一次搬家”。

(3)第二次搬家：当描字模、临帖有一定基础后，则可不用字模和字帖，凭记忆和想象，把帖上的字背着写下来，再和字帖相比较，对写得差的字，再单独练习。

此时已不用字模和字帖，所以称“第二次搬家”，即人们常说的“背临”。

(4)第三次搬家：既然学习是为了应用，那么当能够把帖上的字背着写下来时，就尽可把这些字搬到作业本、笔记、书信等日常应用中去，使学用结合，提高效率。

### (三)

钢笔、铅笔、圆珠笔和粉笔，同属于现代书写工具。由于其笔尖硬，所以又称“硬笔”，或叫“尖硬书写工具”。它们的使用方法相同。课堂的钢笔字教学，教师可用粉

笔作“板书”示范，而师范院校学生练习“板书”，亦可照钢笔字帖学习。

本字帖除“基本笔画练习”外，还有“间架结构简介”和书写的“伤仲永”、“劝学”、“为学”、“谚语选”等字帖，旨在激励同学们勤奋学习。最后是用行书写的“和同学们讨论写字问答”。欢迎大家提出宝贵意见，以便修改，能为广大的中小學生编写出较理想的钢笔字范本。

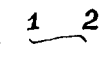
# 基本笔画练习

## (一) 各种点的练习

|                         |   |   |   |   |   |
|-------------------------|---|---|---|---|---|
| 斜点<br>、<br>1<br>2       | 义 | 之 | 卞 | 为 | 头 |
|                         | 主 | 永 | 州 | 求 | 良 |
| 两点水<br>冫<br>1<br>2      | 习 | 冯 | 冲 | 次 | 决 |
|                         | 冰 | 况 | 冷 | 冶 | 净 |
| 三点水<br>氵<br>1<br>2<br>3 | 汁 | 汉 | 汗 | 污 | 江 |
|                         | 汐 | 沈 | 沛 | 泪 | 泽 |
| 四点<br>灬<br>1 2 3 4      | 杰 | 点 | 羔 | 烈 | 热 |
|                         | 煮 | 焦 | 照 | 煦 | 熙 |

|                           |   |   |   |   |   |
|---------------------------|---|---|---|---|---|
| 衤 部<br>的 点<br>1<br>2      | 初 | 补 | 衫 | 衬 | 袂 |
|                           | 衲 | 袄 | 袜 | 袖 | 被 |
| 忄 部<br>的 点<br>1<br>2<br>3 | 心 | 忘 | 忒 | 志 | 忒 |
|                           | 忘 | 忌 | 忒 | 忠 | 念 |
|                           | 忽 | 总 | 急 | 恙 | 息 |
| 疒 部<br>的 点<br>1<br>2      | 疔 | 疖 | 疗 | 疝 | 疚 |
|                           | 疥 | 疤 | 症 | 病 | 疼 |
| 火 部<br>的 点<br>1<br>2      | 火 | 灭 | 灰 | 灯 | 灾 |
|                           | 灶 | 灿 | 灼 | 灸 | 灵 |
|                           | 炆 | 炉 | 炬 | 炒 | 炳 |

## (二) 各种横的练习

|                                                                                               |   |   |   |   |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 一部的横<br>一    | 一 | 二 | 丁 | 三 | 下 |
|                                                                                               | 万 | 丐 | 廿 | 卅 | 五 |
|                                                                                               | 不 | 牙 | 互 | 平 | 丕 |
|                                                                                               | 亚 | 未 | 本 | 正 | 可 |
|                                                                                               | 布 | 丙 | 丝 | 亘 | 有 |
| 一部的横<br>一  | 亡 | 六 | 亢 | 市 | 玄 |
|                                                                                               | 交 | 亦 | 充 | 亥 | 亨 |
|                                                                                               | 亩 | 夔 | 京 | 卒 | 享 |
|                                                                                               | 哀 | 亭 | 毫 | 高 | 离 |

王 部  
的 横  
三 1 2 3 ✓

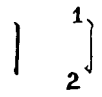
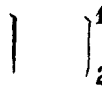
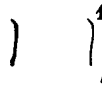
|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 王 | 玉 | 全 | 弄 | 玖 |
| 玛 | 玩 | 环 | 现 | 玫 |
| 珂 | 玲 | 珍 | 玳 | 珀 |
| 玻 | 班 | 珠 | 琅 | 琉 |
| 球 | 琐 | 理 | 琳 | 瑞 |

艹 部  
的 横  
一 1 2

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 艺 | 节 | 芒 | 芝 | 芋 |
| 芍 | 芡 | 芳 | 苾 | 芦 |
| 芸 | 蒂 | 苣 | 芷 | 芮 |
| 苋 | 芥 | 芬 | 花 | 芭 |
| 苦 | 苗 | 苔 | 苜 | 茶 |

### (三) 各种竖的练习

|                                       |   |   |   |   |   |
|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 丨 部竖<br>的 丨 <sup>1</sup> <sub>2</sub> | 上 | 韦 | 中 | 书 | 半 |
|                                       | 北 | 卞 | 旧 | 归 | 且 |
|                                       | 由 | 申 | 甲 | 曲 | 串 |
| 木 部竖<br>的 丨 <sup>1</sup> <sub>2</sub> | 木 | 术 | 札 | 杈 | 极 |
|                                       | 杯 | 林 | 板 | 杷 | 枝 |
|                                       | 栈 | 相 | 桓 | 检 | 楷 |
| 忄 部竖<br>的 丨 <sup>1</sup> <sub>2</sub> | 忆 | 忙 | 忱 | 忤 | 忧 |
|                                       | 怀 | 忡 | 忤 | 快 | 怙 |
|                                       | 怖 | 怜 | 怕 | 恼 | 悦 |

|                                                                                                                      |   |   |   |   |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 冫 部<br>的 竖<br>(在左)<br><br>用垂露<br>法写 | 队 | 防 | 阮 | 阵 | 阳 |
|                                                                                                                      | 阴 | 阶 | 阪 | 陀 | 际 |
|                                                                                                                      | 陇 | 阻 | 陌 | 降 | 限 |
|                                                                                                                      | 陡 | 险 | 除 | 院 | 陪 |
| 冫 部<br>的 竖<br>(在右)<br><br>用悬针<br>法写 | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 |
|                                                                                                                      | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 |
|                                                                                                                      | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 |
|                                                                                                                      | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 | 邛 |
| 冫 部<br>的 竖<br>1<br>               | 门 | 问 | 闪 | 闭 | 问 |
|                                                                                                                      | 冫 | 冫 | 冫 | 冫 | 冫 |