

楷 体

行 楷

裁 裔 裁

写字

XIEZI

萦	果	萦	果
赵	越	赵	越
酌	酗	酌	酗
距	陀	距	陀
踞	踏	踞	踏
躲	躯	躲	躯
龈	龉	龈	龉
售	焦	售	焦
鲫	鲢	鲫	鲢
鞍	鞭	鞍	鞭
魏	魔	魏	魔
麒	麟	麒	麟

耻 耿
顿 颁 顿
颖 额 颖

九 年 级 (上 册)

贊 咸 陳 大
名 上 德 下
功 潛 運 幾
測 鑿 井 而

南 方 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

写字. 九年级/高玉超主编. —海口: 南方出版社,
2005.8

ISBN 7-80701-611-6

I. 写... II. 高... III. 书法课—初中—教学参考
资料 IV. G6234.955.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 081818 号

写字

九年级 上

丛书主编 高玉超

责任编辑: 吴中慧	封面设计: 梅 子
出版发行: 南方出版社	邮政编码: 570203
社 址: 海南省海口市海府一横路 19 号华宇大厦 12 楼	
电 话: (0898)65335318	传 真: (0898)65371264
印 刷: 合肥市东方红印务有限责任公司	
开 本: 787×1092	1/16
印 张: 3	字 数: 72 千字
版 次: 2005 年 7 月第 1 版	2005 年 7 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 7-80701-611-6/G·517	
定 价: 3.50 元	

如发现印刷质量问题, 请与承印厂联系调换。

出版说明

国家教育部在《全日制义务教育语文课程标准(实验稿)》中规定,对七至九年级的要求是:“在使用硬笔熟练地书写正楷字的基础上,学写规范、通行的行楷字,提高书写的速度。”为配合语文教学,加强写字训练,我们特编写这套《写字》教程。

本套教程每册均分为毛笔字部分和钢笔字部分,分别按照从楷书到行楷的顺序安排课程内容。钢笔字侧重行楷训练,毛笔字则侧重楷书训练。每种字体依次从笔画、部首到结构布势安排课程。对各类书体的点画特征、写法要领均以简要的文字结合范例、范字加以说明、提示;对学生学习中通常难以把握的某些方法要领、技巧难关,本教程还特别安排了一些训练内容,以提高教学效果。

本书毛笔字范字楷书选自欧阳询《九成宫醴泉铭》帖,行书选自米芾《蜀素帖》,其中部分异体、繁体字及难以辨认的字,均用简化字标注。学习临摹意在领悟原书体的风格特点,日常运用时,要以现代简化汉字为准。

本教程是初版尝试,难免不足,希望教师、家长及同学们在使用时,提出意见、建议,以便我们修改提高。

南方出版社

目 录

毛笔行书部分

第一课	点、横笔画练习	(1)
第二课	竖、撇笔画练习	(5)
第三课	捺、挑笔画练习	(8)
第四课	钩画练习	(10)
第五课	折画练习	(13)
第六课	横、竖、撇、点的组合变化	(14)
第七课	偏旁部首(一)	(16)
第八课	偏旁部首(二)	(18)
第九课	偏旁部首(三)	(20)
第十课	偏旁部首(四)	(22)
第十一课	偏旁部首(五)	(24)
第十二课	偏旁部首(六)	(26)

钢笔行楷部分

第十三课	钢笔行楷字书写练习	(27)
第十四课	难写字归类练习	(34)
第十五课	行楷连写的基本规则	(37)
第十六课	行横写练习	(39)
第十七课	行楷小作品欣赏与练习	(43)
第十八课	钢笔临写《兰亭序》练习	(45)

毛笔行书部分

在毛笔楷书的基础上,现在开始毛笔行书的临摹练习。本书的范字选自北宋著名书法家米芾的《蜀素帖》。

唐人将楷书推向极致后,宋代书法家则将创作的眼光推向行草领域,各自标新立异,自立门户,出现了苏、黄、米、蔡为代表的宋四家,米芾则是其中的佼佼者。

米芾字元章,初名黻,号鹿门居士,祖籍山西太原。官至礼部员外郎,故人称“米南宫”,晚年自号“米老”。其一生仕途失意,常沉耽于书画。初攻学唐人楷书,继而上学钟、王,旁通篆隶,故其书法包古孕今,兼收并蓄,逐渐形成自己独特的风格。

米芾行书善用刷笔,挥运迅疾,中含枯润,有天成之妙;点画从真楷中来,故落笔不苟,点画深有意态;结构上一反以往平稳、端正、匀称的书写程式,主张“稳不俗,险不怪,老不枯,润不肥,”力图奇肆宕逸,在峻峭欹侧的体势中求得通篇的平稳。

在临习行书范字时,要注意行书与楷书在点画、结构上的区别,以初步掌握行书的用笔技巧。

第一课 点、横笔画练习



横点逆锋或露锋起笔,重按右行,然后折回。外形圆浑含蓄,起止藏锋,注意取横势。



言

元

語

語



竖点有藏锋和露锋之别。
用笔中锋直下，顿按有力，收笔
处回锋。

慎

怜

宫

心



长点从左上向右下铺毫重
按，至收笔处提起，形同反捺，
其外形较长，常用于书写字中右
下角的捺画。

本

水

歌

殊

歌



挑点由左上向右下方起笔,略顿回锋后向右上方挑起,通常与下一笔画相呼应。

点

冲

利

知



左尖横露锋起笔,中锋右行,渐行渐按。收笔处回锋,使笔画左细右粗。如“天”、“拾”、“楼”的第一笔和“行”的第四笔。

天

拾

楼

楼

行



右尖横逆锋重按起笔,中锋右行,渐按渐提。注意收笔处不可刻意尖露,而应略作回锋。如“枝”、“相”等的第一笔。

枝

相

機

婆



仰横露锋起笔，向右行笔，收笔处回锋。取势两端略上翘，中部下凹。如“才”的第一笔和“秋”、“我”的第二笔。

才

秋

我

爽

爽



俯横逆锋起笔，中锋右行，收笔处回锋。取势两端略向下，中部微凸。

上

有

襄

集

第二课 竖、撇笔画练习



短竖起笔藏锋或露锋，向下铺毫行笔，短而粗。取势不宜太直，或左倾，或右倾，有时形同竖点。

山

口

排

徑

徑



悬针竖逆锋起笔，中锋直下，收笔处笔渐提起，出锋略尖。注意中段饱满圆劲，不可细弱。

千

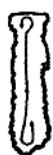
平

年

年

畢

畢



垂露竖逆锋起笔,中锋直下,收笔处回锋,形同露滴下垂状。如“下”的第二笔和“竿”、“研”、“轩”的最末一笔。

下

竿

研

研

轩

轩



长竖或上重下轻,或上轻下重。取势宜曲,不可太直;太直则显刻板。

神

畢

畢

郎

餌

餌



平撇逆锋重按起笔后,迅速向左方撇出,短而有力;取势近于水平。如“千”、“和”、“爱”的第一笔。

千

和

得

愛

爱



斜撇逆锋起笔后向左下方行笔，中部饱满，收笔处或出锋，或顿笔留住。

少

有

仕

金



竖撇上部较直，下部收笔处粗而曲。这种笔画一般在一个字中是主要笔画，起稳定重心作用。

天

屈

铝

破

泥



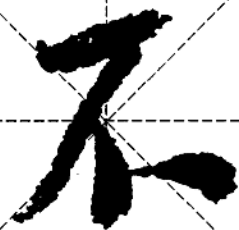
短撇逆锋起笔后,即向
右下方快速撇出。出锋不宜
长。如“公”、“自”、“秋”的第
一笔。



第三课 捺、挑笔画练习



短捺露锋起笔,回锋收
笔,形同长点,其形短而粗,
笔力内含。如“不”、“菜”、
“英”末笔。



菜



怀



斜捺露锋起笔,铺毫向
右下方行笔,渐行渐按,收笔
处宜含蓄,不可太尖。

天

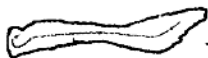
舍

蝮

蝮

波

波



平捺逆锋起笔右行,至
中段笔稍提起,收笔处铺毫
重按后渐提起,取平势,有“一
波三折”之意。

造

远

远

起

起

挺

挺

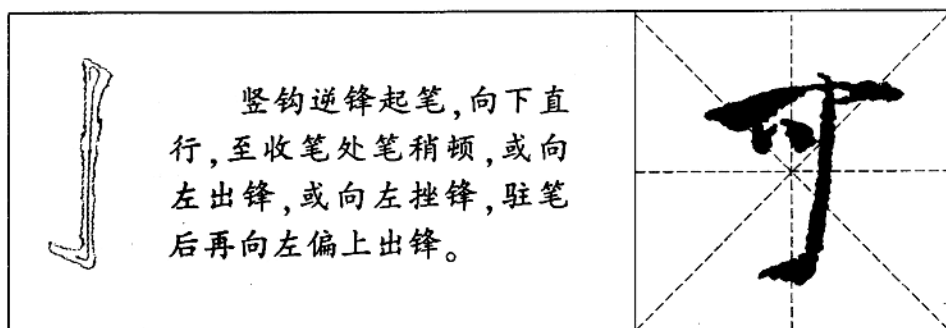


反捺露锋起笔,向右下
方行笔,渐行渐按,至收笔
处稍顿,或出锋收笔。

衣



第四课 钩画练习



求

将

将

谢

谢



横折竖钩需注意转折处的用笔,做到圆中寓方,方中寓圆。

向

雨

南

洞



戈钩逆锋起笔,向右下方行笔,收笔时或轻或重,或回锋上挑。注意取势稍直,才能挺拔有力。

曳

武

载

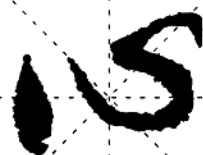
载

纡

纡



卧钩露锋从左上向右
下方行笔,渐行渐按,底部
稍平,收笔处略顿,向左上
方挑出。



听



宁



浮鹅钩露锋或藏锋起
笔,中锋下行,至转折处行
笔稍缓,转锋右行,至钩处
行笔稍顿,用力挑出。



风



托



尾

第五课 折画练习



横折注意折角处的行笔变化,或横画至折笔处向下稍顿即折出,如“江”;或圆转后折出,如“五”、“相”。

五

江

自

相



竖折逆锋起笔向下,至折处笔稍顿,然后向右折出。注意折角变化,且折角处不可过于肥大。

山

垂

垂

继

躯

躯