


楷书/行书

教师

应用书写

- 增加你的从教筹码
- 成就你的师者魅力
- 打造你的完美人生

田英章 

上海交通大学出版社



随书赠送
专用临写本



华夏万卷

欢迎点击：www.scwj.net

楷书/行书

教师

应用书写

田英章 书

上海交通大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

教师应用书写：楷书、行书/田英章书。—上海：上海
交通大学出版社，2008

(华夏万卷)

ISBN 978-7-313-05295-7

I.教... II.田... III.①汉字-楷书-书法-教材②汉
字-行书-书法-教材 IV.J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 119857 号

教师应用书写

田英章 楷书 / 行书

上海交通大学出版社出版发行

上海市番禺路 877 号 邮政编码 200030

电话：64071208 出版人：韩建民

成都报华印务有限公司·印刷 全国新华书店经销

开本：890mm×1240mm 1/24 印张：4 字数：94 千字

2008 年 9 月第 1 版 2008 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-313-05295-7/J·199 定价：12.00 元

致 读 者

我们知道,教师的基本功里有着“三笔字”这一重要内容。也就是说,写出规范而美观的字,这是每个教师必须具备的基本功。同时,我们也知道,书写是教育发展的需要,教师良好的书写示范会潜移默化地影响学生,能让学生产生钦佩之情,有助于提高教师在学生心目中的位置。

因此,我们编写了这本《教师应用书写》。本帖在内容选取上不仅注重了练字功能,更选择了对教师的日常书写大有帮助的实用文体,诸如,填写档案卡的姓氏、籍贯;评定学生成绩的字母、数字;日常工作中运用的高频字、高频词;对学生的操行评语、作文评语;可以帮助我们提升文化修养,提高教学效果的唐诗、宋词,以及著名教育家的名言警句及名校校训,力求融练字与日常运用于一体。同时,在编排体例上,我们又遵循了练字过程中循序渐进的原则,力求提供给大家一个科学的方法,希望能有助于大家的书写练习及工作需要。

本帖作者田英章先生系中国硬笔书法协会首任会长,长期在中央电视台担任书法节目的主讲,田英章先生还是拥有《国务院任命书》的高级书写员、中国现代硬笔书法研究会会长、欧阳询书法艺术研究会会长、日本国艺书道院教授等多种头衔。田英章先生四十余年来临池不辍,诸体俱精,特别是他的楷书、行书更是代表了当今硬笔书坛的最高水平,也充分体现了田英章先生书法艺术的鲜明个性。

总之,身为一名教师,能写一笔规范、工整、美观的汉字是我们必须具备的基本功。相信大家在本帖的指导下,努力培养自己的写字兴趣,运用科学的方法,持之以恒的练习,定能不断提高书写水平,甚至达到艺术的境界。

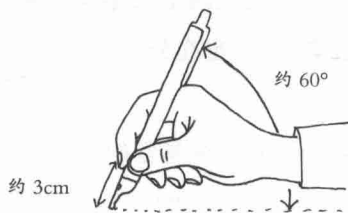
写字姿势



正确的坐姿是写好字的首要条件，特别是对长期伏案工作的朋友们来说，正确的书写姿势对于身体的保健尤为重要。

安足端坐、背直肩平、挺胸微俯、头端纸正，左手按纸，右手执笔。同时要做到三个“一”：眼睛距书写纸面一尺，笔尖距捏笔手指一寸，胸部距书桌边缘一拳。这样才可使全身各部位感到舒展、灵活、轻松。

执笔方法



用右手的拇指、食指的指肚和中指的侧面分别从三个不同方向捏住笔杆的下端，使之形成合力。无名指和小指自然弯曲，手腕轻贴桌上，以形成安稳的“支撑点”。

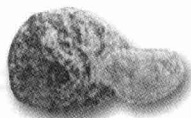
指尖距纸面约 3 厘米，笔尖与桌面约成 60 度角。

基础篇

注意事项

注意运笔技巧
注意笔画的长短与轻重
注意偏旁的整体结构

● 楷书基础
● 行书基础



楷书基础

左 点

轻入笔



意带右部
注意提锋

右 点

轻入笔



注意角度
末端稍重

小
乐
尔

小
乐
尔

文
主
永

文
主
永

短 横

注意上斜角度



收笔勿重
入笔露锋

中 横

起笔稍顿



粗细变化大
相比长横

长 横

注意上斜角度



中间稍细

天
五
玉

天
五
玉

文
于
夫

文
于
夫

下
丁
上

下
丁
上

短 竖

起笔稍顿
收笔回锋



粗细均匀

占

占

当

当

土

土

垂露竖

稍顿起笔

呈露珠状



垂直下行

川

川

师

师

悟

悟

悬针竖

顿笔下行



形如悬针
上粗下尖

千

千

申

申

年

年

短 撇

角度稍平



起笔稍重

千

千

禾

禾

乎

乎

斜 撇

注意流畅



略带弧度

在

在

少

少

乡

乡

竖 撇

先竖后撇



撇锋勿长

火

火

夫

夫

月

月

斜 捺

方向改变
行笔至此



平 捺

注意方向
一波三折



反 捺

末笔稍顿
由轻到重



人

人

之

之

不

不

又

又

之

之

食

食

文

文

过

过

英

英

横 折

稍驻折笔左下行
横笔由轻到重



竖 折

短横长



撇 折

注意夹角



口

口

山

山

云

云

四

四

画

画

会

会

田

田

凶

凶

去

去

横 钩



买 买
宁 宁
皮 皮

竖 钩



寸 寸
水 水
可 可

斜 钩



戈 戈
式 式
代 代

卧 钩



心 心
必 必
思 思

弯 钩



了 了
承 承
予 予

提



如 如
把 把
地 地

秃宝盖

注意指向

钩不宜长

宝盖头

注意指向

横略上凸
点居中

穴宝盖

笔势向下

左点低右点高

写

宁

空

军

它

穷

冥

宇

究

左包耳

垂露收笔

右部

弯钩宜小

右包耳

悬针竖

左边

弯钩宜大

单包耳

左边

悬针竖

队

郎

印

陈

郑

即

陌

郊

卸

木字头

撇捺伸展

木

字形略扁

木字旁

垂露竖

木

点起笔于竖中部

土字头

两横长短变化大

土

横间距宜小

杏

杏

朴

朴

去

去

杏

杏

村

村

寺

寺

查

查

材

材

袁

袁

山字头

等距

山

形扁宽

山字旁

等距

山

右部

三竖平行
形不宜大

土字旁

形不宜大

土

右对齐

岁

岁

岭

岭

地

地

岂

岂

屹

屹

场

场

岗

岗

峡

峡

坏

坏

日字头

三横平行等距

日

形扁宽

日字旁

整体窄长

日

末横变提

横间距相等

日字底

横在框中不接右
注意此处

日

早

早

时

时

音

音

旱

旱

昨

昨

香

香

昆

昆

明

明

昔

昔

口字头

上宽下窄

口

形扁宽

口字旁

下部略收
位稍居上
整体上仰

口

右部

口字底

形扁阔

口

注意交叉处写法

吴

吴

叹

叹

台

台

只

只

吱

吱

否

否

另

另

哎

哎

合

合

目字旁

平行等距
目
整体窄长
末横变提

月字旁

等距
月
右部
整体稍窄长

月字底

宜宽
月上移居上部
等距
月

盯 盯

服 服

育 育

眨 眨

肌 肌

肯 肯

盼 盼

肋 肋

肾 肾

火字旁

③
②
① 火 ④
右边点稍高
末捺变点

火字底

左点低
右点高
火
撇捺伸展

女字旁

①
③ 女 ②
横画作提不出头
此为长点

灯 灯

灵 灵

奶 奶

炊 炊

灾 灾

妈 妈

炕 炕

灵 灵

奴 奴

王字旁

形忌宽
三横上仰
末横变提

王字底

三横长短有变化
下横较长

虫字旁

等距
右齐
底横变提

环

环

呈

呈

虹

虹

理

理

皇

皇

虾

虾

玫

玫

望

望

蚁

蚁

门字框

① ③
② 门
左竖短
右竖稍长
框形方正

同字框

左竖稍短
转折自然

国字框

整体呈长方形
不封口以透气

闪

闪

同

同

国

国

闭

闭

冈

冈

囚

囚

问

问

网

网

团

团

区字框



区

区

匹

匹

巨

巨

句字框



句

句

勾

勾

匍

匍

凶字框



凶

凶

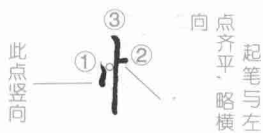
幽

幽

画

画

竖心旁



忆

忆

忙

忙

怀

怀

示字旁



礼

礼

社

社

祖

祖

衣字旁



初

初

补

补

袖

袖

<p>厂字头</p> 			<p>单人旁</p> 			<p>双人旁</p> 		
斤	斤	斤	仔	仔	仔	行	行	行
历	历	历	们	们	们	征	征	征
厉	厉	厉	他	他	他	待	待	待
<p>绞丝旁</p> 			<p>两点水</p> 			<p>三点水</p> 		
红	红	红	次	次	次	江	江	江
经	经	经	决	决	决	汉	汉	汉
练	练	练	冰	冰	冰	河	河	河