

全国中小学教材审定委员会审查通过
根据教学大纲编写

ZHONG XUE SHENG ZI TI

SHU FA JIAO XUE

《中学生字帖》

欧 体

书法教学

上海书店出版社

中学生字帖(欧体)

书法教学

吴柏森 著

上海书画出版社

编者的话

我社编辑的这套《书法教学》共四种,分别依据《中学生字帖(柳体)》、《中学生字帖(颜体)》、《中学生字帖(欧体)》、《中学生字帖(赵体)》编写,以供教学这四种《中学生字帖》参考之用,本书的内容大致可分为两大部分:一、有关书法的基础知识。包括中国书法简史、笔墨纸砚、写字姿势和执笔方法等内容。二、有关写字教学的具体方法。包括教学须知、毛笔字和钢笔字的教学参考资料等。此外,还有书法欣赏、书法创作等有关内容。

鉴于中学时期学业相对小学时期紧张些,有时写字课时难免会被占用,故我们设计了每个学期以十六周计算,每两周一课时,四个学期共三十二讲。当然,有条件的学校,当以每周一课时为好,若此,可将一讲的内容分两次讲。希望能根据实际情况灵活掌握。

本套书的四位编写者,均具有相当的书法造诣,并都有长期在大学、中学或社会上执教书法的经历,有着相当丰富的书法教学经验。他们分别编写的这四种《书法教学》,既有共性:即基本按照传统书法教育法则,又有个性:即各有书法教学的“诀窍”和“绝招”。由于他们各自对一些问题解答的繁简程度的不同,对一些问题的看法的不尽相同,所以,如能将这四本书都阅读一下,找出其共性和个性,并将其中自己最感兴趣的

观点和方法用于书法教学和自学中去,将会取得更佳效果。

这四本《书法教学》主要供中学语文教师进行书法教学参考之用,同时也适用于师范院校的师生。对于小学语文教师、大学中文系或需要学习书法的系科的师生以及广大书法爱好者自学书法,也将有裨益。但是本套书是否切合实际,还有待于实践的检验。我们深切地希望广大读者提出宝贵的意见和建议,以便在修订再版时改正。

本书在编辑过程中,曾得到国家教委全国中小学教材审定委员会办公室等有关部门及审查委员们的支持和具体指导,还得到了上海市教育局、河南省教委、新华书店四川省店教材科的支持和协助,在此一并致谢!

编 者

一九九一年十月

目 录

第一讲 教学须知

- 一、教学的目的和要求..... (1)
- 二、选择教材..... (3)
- 三、课前准备和课堂教学..... (5)
- 四、作业的批改和考查..... (7)
- 五、书法课外活动..... (9)

第二讲

- 一、执笔法与写字姿势 (11)
- 二、横画的写法 (16)

第三讲

- 一、“文房四宝”简介 (17)
- 二、竖画的写法 (25)

第四讲

- 一、欧阳询及其《九成宫醴泉铭》介绍 (26)
- 二、撇的写法 (30)

第五讲

- 一、书法基础知识：什么叫笔法？ (31)
- 二、捺的写法 (35)

第六讲

- 一、书法基础知识：运腕法..... (36)
- 二、点的写法 (41)

第七讲

一、书法基础知识:中锋..... (43)

二、钩的写法 (46)

第八讲

一、笔势 (48)

二、挑的写法 (51)

第九讲

一、笔意 (53)

二、折的写法 (55)

第十讲

一、中国书法史略述:中国书法史的揭幕..... (57)

二、练习部首组成的字 (60)

第十一讲

一、中国书法史略述:小篆及隶书的形成..... (61)

二、练习部首组成的字 (64)

第十二讲

一、中国书法史略述:各种书体已全面具备的汉朝
..... (65)

二、练习部首及边旁组成的字 (71)

第十三讲

一、中国书法史略述:魏晋南北朝是书法艺术的顶峰
..... (72)

二、练习边旁组成的字 (79)

第十四讲

一、中国书法史略述:隋唐的极盛时期…………… (80)

二、练习边旁组成的字…………… (88)

第十五讲

一、中国书法史略述:新意盎然的“宋四家”…………… (89)

二、练习边旁组成的字…………… (94)

第十六讲

一、中国书法史略述:元、明书法不脱先朝藩篱…………… (95)

二、练习边旁组成的字…………… (102)

第十七讲

一、中国书法史略述:几经波澜的清朝书艺…………… (103)

二、练习右边旁组成的字…………… (108)

第十八讲

一、书法常用术语讲解…………… (109)

二、练习右边旁组成的字…………… (112)

第十九讲

一、书法常用术语讲解…………… (113)

二、练习部首在字底的字…………… (115)

第二十讲

一、书法常用术语讲解…………… (117)

二、练习左覆披边旁的字…………… (120)

第二十一讲

一、书法常用术语讲解…………… (121)

二、练习框廓组成的字…………… (124)

第二十二讲

一、书法常用术语讲解..... (126)

二、练习部首组成的字..... (128)

第二十三讲

一、书法常用术语讲解..... (130)

二、练习上下结构的字..... (132)

第二十四讲

一、临帖与创作(上)..... (134)

二、练习包围结构的字..... (137)

第二十五讲

一、临帖与创作(下)..... (139)

二、练习左右结构、比例不等的字..... (142)

第二十六讲

一、书法欣赏的前提..... (144)

二、练习左右结构的字..... (147)

第二十七讲

一、形质的欣赏——线条美..... (148)

二、练习左右结构的字..... (151)

第二十八讲

一、形质的欣赏——结构美..... (152)

二、练习左右结构的字..... (155)

第二十九讲

一、形质的欣赏——笔势美..... (156)

二、练习左中右结构的字..... (158)

第三十讲

- 一、性情的欣赏——气韵美…………… (160)
- 二、练习上下结构的字…………… (161)

第三十一讲

- 一、性情的欣赏——风格美…………… (163)
- 二、练习上下结构的字…………… (166)

第三十二讲

- 一、性情的欣赏——墨韵美…………… (167)
- 二、练习上下结构的字…………… (170)

第三十三讲

- 一、时代和书迹的真伪问题…………… (172)
- 二、练习包围、披覆结构的字…………… (175)

附录一：小楷及文徵明《月赋》、《雪赋》…………… (178)

附录二：钢笔字范《琵琶行》、《瑞雪图》…………… (180)

附录三：历代楷书名家、名碑及用笔特征…………… (182)

附录四：书法理论参考书目…………… (187)

附录五：书坛轶闻三十则…………… (188)

第一讲 教学须知

一、教学目的和要求

《中学语文教学大纲》就初中阶段学生写字提出要求：“字写得正确整齐”。早在一九六二年，郭沫若同志为《人民教育》的题词中说：“培养中小学生写好字，不一定人人都成为书家，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。……”学生平时主要是使用钢笔，作为我国传统艺术的毛笔书法，不被重视、日趋淡忘，这是很不应该的，现在有些学生，将字写得“龙飞凤舞”，使人见了如坠五里雾中，难以辨认，这实在会给工作和生活带来不少的麻烦。因此，应该在小学和初中时就抓好书法教学，培养他们的兴趣，教授正确的用笔法，引导学生在练习作业、写作文、记笔记时能自觉地将学到的书法知识和技能应用上去，将字写正确、结体比例恰当，达到整齐、清楚、易认、美观的要求。

所谓“正确”，就是不写错别字。一般字帖都是古人所写，都写繁体字，有些字学生不认识，教师应将这个繁体字的简化写法告诉学生，使学生能在学习书法时认一些繁体字，增加知识，同时将繁体字的点画结构写清楚，不能写错。若写简体字，应避免杜撰，避免写成社会上流行的不规范的所谓简化字。简体字也要写得规范正确。所谓“结体比例恰当”，就是要将字写

均匀,不能忽大忽小,忽正忽斜、忽松忽紧、忽高忽低。若一个字由数部分构成,则应左右上下的太小比例恰当,要使整体和谐、平稳、不失重心。要将毛笔字写清楚,还有用墨问题,初学毛笔字的人用墨不是太浓就是太淡,太浓笔粘不开,所书点画枯脊,太淡则墨水化开,点画模糊,又因用笔速度慢,最易化墨,有的学生用宣纸写,更难掌握其渗墨性,要熟悉纸的性能后才会下笔有数。

任何艺术在未接触前总感到神秘莫测,初接触又难以驾驭,通过不断学习,掌握了一定技巧,对这门艺术有了一些理解后,就会产生兴趣,愈深入则兴趣愈浓,久之就会生热爱之情,一日不写若有所失,就会对千姿万态、魅力无穷的书法艺术入迷了,就会在书法美的陶冶中净化自己,成为有高尚的情操的对祖国社会主义建设多作贡献的人。

“书法教学”以“全国中小学教材审定委员会审查通过”的《中学生字帖》欧体为中心,以讲座形式编写,供教师在教授初中一、二年级书法时参考。每学期八讲(二周一讲),四个学期共三十二讲。第一学期八讲,主要讲解课前准备、教学须知、书法基础知识以及欧体八种点画的写法。通过这一学期的学习,使学生能掌握毛笔字的基本运笔法并对书法艺术的内涵有初步的了解。第二学期八讲,将中国书法史分成八节作简略的叙述,既有历史性,又有知识性,让学生熟悉中国书法艺术发展的概况,引发其深入学习的兴趣。本学期练习字帖中的各种部首及边旁的写法,对字的不同形态详加分析。第三学期八讲,在理论上选择书法术语六十条(每讲十条)进行讲解。使学生对一些书法名词及专业术语能明白含意,便于今后看书法理

论著作。从一般性进入到专业性。另有二讲介绍一些楷书的创作方法,练习仍以部首为主,巩固提高。掌握汉字的各种写法。第四学期,在学生对书法中的楷书已有一定实践能力的基础上,为提高修养和兴趣,为今后参观书法展览、观看作品能有比较正确的理解和认识。将“书法欣赏”分为八讲分析讲解。同时,学习字帖中的字形结构,将字写得和谐、大方、漂亮。通过四学期的学习,基本上对欧体字帖能通写一遍,对欧阳询的楷书艺术有所掌握、打下基础,便于今后发展,也使学生对书法艺术有浅层的全面了解。若能如此,教学目的就能达到了。最后,作为附录,也对字帖中的小楷和钢笔字作一些介绍,并选一些历代楷书名作和书坛轶闻,供教师讲课时选用。

二、选择教材

选择教材主要是选帖,对于选帖问题,历来的意见是很不一致的,以楷书为例,有主张写魏碑,以峻丽、典雅为上。有的主张写颜真卿体,树雄健浑厚之风。也有主张写赵孟頫的帖,取其娟秀婉美。而欧阳询法书则谨严、峻险,更是常被选作范本……《中学生字帖》就有颜体、柳体、赵体、欧体四种供选择,帖到底怎么选?这关系到学习书法的发展方向。帖选准了,就有了明确的奋斗目标。所以,选帖不能随便,选帖有以下二点原则:1. 选用笔严谨、精到的名家名作为好,因为,初学书法首先是打基础,一定有用笔规范,一丝不苟,结体缜密,重心平稳,才能基础稳固,这方面,无论是欧、颜、柳、赵都是可取的,因为以上所说也是这些名家的共性,初学者理解力弱。辨别能力差,偶一不慎,选了一些笔法不严、结体怪异的帖来学,反会

染上不良习惯,起点错了,向错误的方向滑去,待要改正就不容易了。2. 可根据自己的个性和爱好在上述原则下进行选择,只有选自己所喜爱的字体,学习时才会兴趣倍增,容易上手,容易出成绩。这就是根据个性来选。

《中学生字帖》欧体本共有四个部分,主要是选唐代书法家欧阳询所书《九成宫醴泉铭》碑中的字,其次是明书法家文徵明的小楷及钢笔字范。欧阳询所书另外四块碑的局部供欣赏。这本字帖分解详细、编排合理、通俗易懂,很适宜于初学。《九成宫碑》是欧阳询晚年的经意之作,此碑书法高华浑朴、法度谨严、笔力刚健劲挺、浓纤得中、点画工妙、结体险峻、意态精密,称为“欧体”,为唐楷之冠,赞为“楷书极则”,历代学书者都奉为楷书范本,对后世书法影响很大,使欧阳询的书法艺术声誉跨越国疆,流芳百世。同时,欧阳询的《化度寺》碑等由于种种原因,碑上字迹模糊、残破又太多,不宜初学。而《九成宫》碑,字迹清晰、锋芒毕现者居多,使学书者能看清其行笔,也不会因字帖不清楚而将字写错。今出版社将原来的黑底白字翻成白底黑字,亦略为放大,就更看得清了,对教师的备课和教学会有很大帮助。

所选文徵明小楷《月赋》、《雪赋》也属文氏精品,文徵明小楷最为精妙,用笔劲健老练,正中得奇,神采飞扬,楷书面通篇气脉畅顺,笔法纯熟挺秀、结构婀娜多姿,是极为秀雅的。但学时难度较大,初学书法还是先写大楷。小楷供参考。

我们日常使用最多的还是钢笔,写好钢笔字对中学生更为重要。今帖中选钢笔楷书字范《琵琶行》和《瑞雪图》,用笔坚实硬朗,字形方正稳重、质朴无华、颇具魏碑意趣,临习此帖可

纠行笔草率、结字歪斜不稳之病,也可引导学生在学此钢笔楷法的基础上,另选其他钢笔字帖进修。学写钢笔字与毛笔字是不会矛盾的,因钢笔字的用笔是从毛笔字的笔法中来,结体原则也相一致。当然,用柔软而有弹性的兽毛做成的毛笔,使用的难度要大得多,变化也复杂,更能体现艺术性。从实用的角度看,练写钢笔字还是很需要的。

三、课前准备和课堂教学

课堂书法教学若以每二周一次,一学期仅有八次,为使每一堂课都能取得实际效果,使学生有真正的收获,课前充分准备是很重要的。准备分二方面,主要是教师,但学生也应有所准备。教师课前准备有以下三个方面:

1. 要上好书法课,教师自身对书法艺术要有一定的理论和实践二方面的修养。理论上要对书法基础知识(包括笔法、中锋、运腕、笔势、笔意等)能理解通讲;了解中国书法史及其发展概况、历朝书法名家的主要成就及其书法代表作风格特征;对中国文房四宝——笔、墨、纸、砚的品种、性能、使用、保养、选购以及实用与收藏的区别等能讲解清楚;对五指执笔法能讲出使用法及其原理,对其他执笔法要知其优劣;对所选字帖的书家概况、用笔特征、结构布白、临习方法都应十分熟悉,若能再选读一些书法理论著作,就更有利于执教了。在实践上那就要亲自动手练写了,自己能写体会就深,对错误缺点的发生和临习过程中的困难也讲得清楚,自己有了实践功夫和心得体会就能正确地辅导学生。

2. 本书根据教师的实际情况,已将以上内容都容纳在三

十二讲中,教师可根据每一讲内容选择重点,作为备课。也可将三十二讲内容串起来,成为整体,如将中国书法史串成一个单元,自由分段。总之,对内容可灵活应用、自我发挥,不必死扣教条。当然,若对三十二讲按步就班地讲也是可以的,因为,我们在编排上已作了合理性的考虑。

3. 为使上课方便,学生能注意力集中,课前最好制一些挂图。如教模画,写一、上、正、玉、非、往六个字,可用四尺宣纸开三或开二(其他硬纸也可以)。将横画空心描出,中间画行笔线路。作上课讲解,另将上、正等六个字写成大字使整个教室的学生都能看清,一堂课就以练写横画为主,并写此六个字。

学生在课前则作如下准备:

1. 上书法课,学生必须带好字帖和书写工具,工具一般要带纸、笔、以及一块废毛料或旧报纸,垫在纸下面,以防墨汁印在桌上,将纸粘住,也可保持桌面清洁。最好用废毛料(如旧的呢裤,剪一只裤管)能够吸墨。墨汁最好由学校准备,因学生携带不方便,容易弄脏书包,若由学生准备墨汁,可用一只大口小瓶灌装,盖内最好有橡皮,不使墨汁流出。口大便于蘸墨,不必使用砚台(能使用砚台当然更好)。工具的准备以实用简便为主。

2. 若已上第二课,则应将上一课所教过的字写成一张作业(二周中应写多张,选一张写得较好的),放在桌上,由老师检查,或由老师收集后在课后批阅,主要促使学生一定要在平时练习。只有多练才能提高。

课前准备完备后,即可进入课堂教学。课堂教学是教学的中心环节,教师一定要集中精力,抓住重点,注重质量将课上

好,上课时可注意以下几方面:

1. 可将理论与实践相结合,将一节课分成二方面内容,首先讲解理论,先吸引学生将注意力集中,逐步了解书法艺术,提高兴趣,时间不宜占用太多,约十五分钟即可。接着就教点画及所选字范,边写边讲解,写出正确的用笔及结体,也举几个错误或不正确的例子,使学生少走弯路。然后由学生在课堂上练写这几个字,教师在教室内巡回检查。

2. 教师在课堂检查时着重注意几点,一是学生写字时坐的姿势、执笔的方法是否正确,态度是否认真。二是行笔方法、行笔顺序是否符合要求,字的结体有哪些比例失调处。边检查边纠正,必要时作示范书写。

3. 在巡回过程中,发现学生在书写时有某一方面共同的错误倾向,如将字写散了,或写成头重脚轻等,应在黑板上分析指出,将正确的方法再写一遍。若发现某一学生写得特别好,也可将该学生所写的字举起供大家观摹,以作鼓励。

4. 每一节课可留几分钟时间请学生提问题,无论是理论上的还是用笔上的,请学生不懂就问,这可使教师了解学生的想法,促使自己思考、积累经验,沟通教师与学生之间的感情,当然这也给教师增加了压力。教师对书法艺术的知识面必须广一些、深一些,以期取得更好的教学成果。

四、作业的批改和考查

课堂教学的具体成效和问题会在学生的作业中反映出来。因此,要重视学生作业的批改。前人论笔势时说:“一正手脚,二得形势,三加遒润,四兼拗拔。”“一正手脚”,手脚即指点

画,首先要将点画写好,而且要“正”,就是点画要安排在恰当的位置,将字写稳。“二得形势”字的“形”要正,字的“势”要顺,姿势要合乎自然,使写的字和谐、灵动、具有笔势美。“三加遒润”,还要提高点画的质量,要使线条劲挺和润泽有肌肤之丽。“四兼拗拔”,在用笔上要力聚笔端,以内拆之法,使点画有拗折之势,以外拓之法,使点画挺拔飞扬,相承起伏、联属映带、气脉相贯、神纵情驰。这标准是高了一点,但正手脚、得形势,注意点画的质量确实是我们批改作业的标准。在批作业时,具体可用画圈的办法。对于用笔和结构都比较好的字,在整个字上画圈,如一捺一撇等局部比较好的,圈画在好的局部上。写得实在太差,可打叉。叉可打在整个字上也可打在局部,其余可用箭头符号再加上文字,如箭头指向某一字或某一笔,再写上:起笔未逆、未回锋、弯曲、僵硬、无顿挫、出锋不爽、松散、拘谨、太紧、乏力等简单的批语,指出其缺点和不足。必要时用毛笔蘸红色广告画颜料写上一笔或一字,以作示范。对写得好的,也可批上精采、好、甚佳、妙、稳、正确、有力、有精神等赞语。

当学期结束时,可进行一次考查,对学生的书写水平和成绩作总的检阅,考查也要有的放矢,逐步提高,第一学期在帖上选各种不同点画的字,请学生临写,重点考查点画写得是否规范、能否笔笔守法。第二学期在帖上选各种不同部首的字临写,考查学生对部首写法的掌握能力。第三学期选各种结构难度较大的字,考查学生对字的结构平衡的表达力。在此同时,对点画的基本功仍是要注意考查的。第四学期可由教师抄一首唐诗在黑板上,由学生用毛笔写成。除了考查每一个字之