



大文豪郭沫若——习字箴言

培养小学生写好字……能够使人细心，容易集中意志，善于体贴人。



最新版

少儿学书法

王正良 王晶 编写

楷书

颜真卿



描红双钩

临写描摹

组词成语

名帖欣赏



未来出版社

最新版



少儿学书法

王正良 王晶 编写

楷书
颜真卿



未来出版社

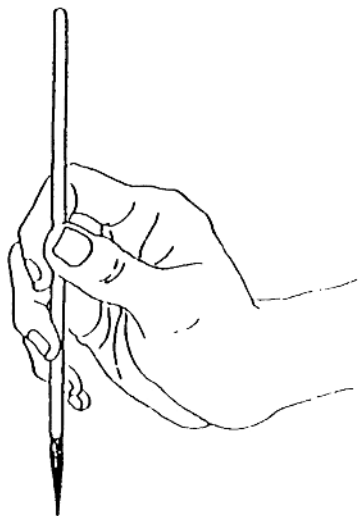
目录

- 一 执笔、书写姿势.....1
- 二 基本点画的写法.....3
- 三 双钩摹写.....6
- 四 描红练习.....10
- 五 临写练习（按偏旁部首）.....14
- 六 小作品练习（词组和成语）.....22
- 七 作品欣赏.....34
- 八 少儿作品选.....35
- 九 名碑欣赏《多宝塔碑》选页.....37

一 执笔、书写姿势

执笔方法（五指执笔法）

- (1) 右手食指和中指并拢，用手指末节端（指肚）勾住笔杆。
- (2) 大拇指指尖在毛笔左侧的位置顶住笔杆。
- (3) 无名指紧靠中指，用指甲的中部抵住笔杆。
- (4) 小指紧靠无名指。



执笔姿势

执笔要领

- (1) 执笔手指要得力，手心要空即指实掌虚，写字时才能灵活。
- (2) 笔杆要捏得不松不紧，太松了笔杆容易动摇，太紧了，手容易发抖，字就写不端正。
- (3) 笔杆要拿得正，不要歪斜。
- (4) 手心和笔杆之间的距离约3厘米左右，大拇指尖和笔尖的距离约7—12厘米（由字的大小酌情而定）。

书写姿势和注意事项

- 1 身体坐正，两肩齐平，两脚自然平放地上，不要交叉或踮起脚尖。
- 2 胸要挺，背要直，头要正，稍向前，胸部不要紧靠桌边。不要把头低伏在桌上，也不要向左右偏侧，这样会损伤视力。
- 3 左手平放桌上按着纸边，免得纸移动。

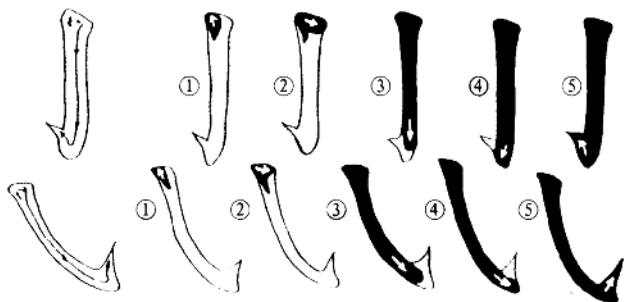


- 4 砚台放在桌面的右上角，用后要洗干净。
- 5 磨墨时不要性急，用力不宜太大，墨要竖直，不可歪斜，要绕圆圈均匀研磨。
- 6 纸放在桌上靠胸前的正中间，要放得平正，不要歪斜。
- 7 毛笔使用后要用清水洗净，然后用大拇指与食指把毛笔中水分挤干，笔毛捋顺。

<p>点</p>		
<p>横</p>		
<p>竖</p> <p>丨 同</p>		
<p>撇</p> <p>丿 同</p>		

练习与思考：习字从基本点画开始，提笔写这些基本点画就要笔笔运到，养成有始有终的良好习惯。

钩



水 東

城 心

横钩



空 波

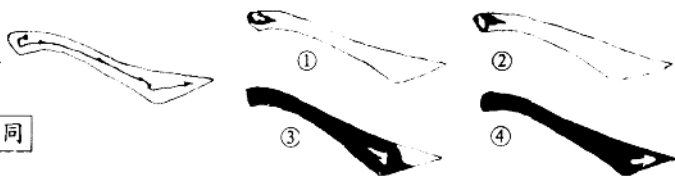
弯钩



階 都

捺

㇏同



蓮 拔

挑



琅 法

郎 海

练习与思考: 按照行笔的程序, 起笔、行笔、收笔步步到位, 不马虎草率, 这样写出来的字才能站得住脚。

<p>横折钩</p> <p>丁同</p>		<p>月</p>	<p>方</p>
<p>7同</p>		<p>因</p>	<p>言</p>
<p>竖折</p> <p>乙同</p>		<p>世</p>	<p>医</p>
<p>撇点</p>		<p>如</p>	<p>女</p>
<p>横折弯钩</p>		<p>九</p>	<p>几</p>
<p>竖折弯钩</p>		<p>号</p>	<p>气</p>
		<p>粤</p>	<p>航</p>

练习与思考：可根据自己的兴趣和爱好将笔画放大书写，效果会更为明显。

平横 一三	一	三	撇 生住	生	住
左尖横 二示	二	示	竖撇 户大	户	大
垂露 十下	十	下	直撇 人久	人	久
悬针 千年	千	年	撇点 帝塔	帝	塔
铁竖 山出	山	出	短曲撇 初秘	初	秘

平捺 走之			挑 挂我		
侧捺 八八			垂点 字官		
尖头捺 命木			方点 主夜		
直反捺 香映			左点 忽悟		
长捺 遂近			挑点 波法		

练习与思考：勾描时按汉字的笔顺一个笔画接一个笔画地勾，把每个笔画的形态默记于心。

长点 不六	不	六
竖钩 水可	水	可
弯钩 于手	于	手
弧弯钩 猛漏	猛	漏
横折钩 (一) 南力	南	力

横折钩 (二) 有朝	有	朝
高折 百普	百	普
右角折 乃丞	乃	丞
短折 中置	中	置
心钩 心思	心	思

练习时注意：在第一页，读第一字，看看这个字有什么风格和特点，这样可以对每个字有个整体的认识。

戈钩
成武

成 武

双撇折
建及

建 及

竖弯钩
(一)
元兆

元 兆

撇折
崇岑

崇 岑

竖弯钩
(二)
也色

也 色

斜折
安姓

安 姓

右向钩
表印

表 印

右耳钩
部都

部 都

横折撇
宛外

宛 外

竖折
折钩
弥哉

弥 哉



练习时注意：字迹、笔画等都要在红格子内写，不能出格，写字时要专心。



罕

成

石

目

界

西

百

肖

衣

空

分

巨

多

弓

夜

邪

王

列

口

四

尺

匹

取

妙

彤

练习要领：临摹时要注意字的间架结构，笔势意趣，因此要进行描摹及分析。

畚	池	命	是	映
---	---	---	---	---

耍	善	所	雄	掌
---	---	---	---	---

碑	置	竭	施	收
---	---	---	---	---

盖	超	铜	欲	符
---	---	---	---	---

书	楚	然	瓶	精
---	---	---	---	---

五 临写练习 (按偏旁部首)

临
写
练
习

二部 于元	于	元	刀(夕) 部 色贞	色	負
十部 十南	十	南	人(入) 部 今入	今	入
刀(刂) 部 初创	初	創	人(入) 部 命翁	命	翕
八部 部 八分	八	分	一部 毫夜	毫	夜
亻部 使依	使	依	阝(在 左)部 降阳	降	陽

练习与思考: 写字, 偏旁很重要, 偏旁可以带出全字, 偏旁熟了就为写好全字打好了基础。