



河南教育出版社

钢笔

字帖及练习方法

庞中华

钢笔字帖及练习方法

庞中华

河南教育出版社

钢笔字帖及练习方法
庞中华

责任编辑：谢美光

河南教育出版社出版
焦 作 市印刷厂印刷
河南教育出版社发行

787×1092 32开 1.625印张

1986年1月第1版 1986年1月第1次印刷

印数： 1—120,000 册

统一书号7356·274 定价0.40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：

“培养中小小学生写好字，不一定要人人都成为书家，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。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 、 1 2	义	之	卞	为	头
	主	永	州	求	良
两点水 冫 1 2	习	冯	冲	次	决
	冰	况	冷	冶	净
三点水 氵 1 2 3	汁	汉	汗	污	江
	汐	沈	沛	泪	泽
四点 灬 1 2 3 4	杰	点	羔	烈	热
	煮	焦	照	煦	熙

衤部 点的 丶 1 2	初	补	衫	衬	袂
	衲	袄	袜	袖	被
忄部 点的 忄 1 2 3	心	忘	忒	志	忒
	志	忌	态	忠	念
	忽	总	急	恙	息
疒部 点的 ㇀ 1 2	疔	疖	疗	疝	疚
	疥	疤	症	病	疼
火部 点的 ㇀ 1 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
一 ¹ ²

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
一 ¹ ²

亡	六	亢	市	玄
交	亦	充	亥	亨
亩	变	京	卒	享
哀	亭	毫	高	离

部的橫
王的三

1 2 3 ✓

王 玉 全 弄 玖

瑪 玩 环 现 玫

珂 玲 珍 玳 珀

玻 班 珠 琅 琉

球 琐 理 琳 瑞

艺 节 芒 芝 芋

芍 芡 芳 苾 芦

芸 蒂 苣 芷 芮

苋 芥 芬 花 芭

苦 苗 苔 苜 荼

部的橫
廿的一

1 2

(三) 各种竖的练习

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

卩部
的竖

(在左)

1
|
2

露
垂
用法写

队 防 阮 阵 阳

阴 阶 阪 陀 际

陇 阻 陌 降 限

陡 险 除 院 陪

卩部
的竖

(在右)

1
|
2

针
悬
用法写

邛 邛 邛 邛 邛

邛 邛 邛 邛 邛

邛 邛 邛 邛 邛

邛 邛 邛 邛 邛

门的
部竖

1
|
2

门 门 门 闭 问

闩 闩 闩 闲 间