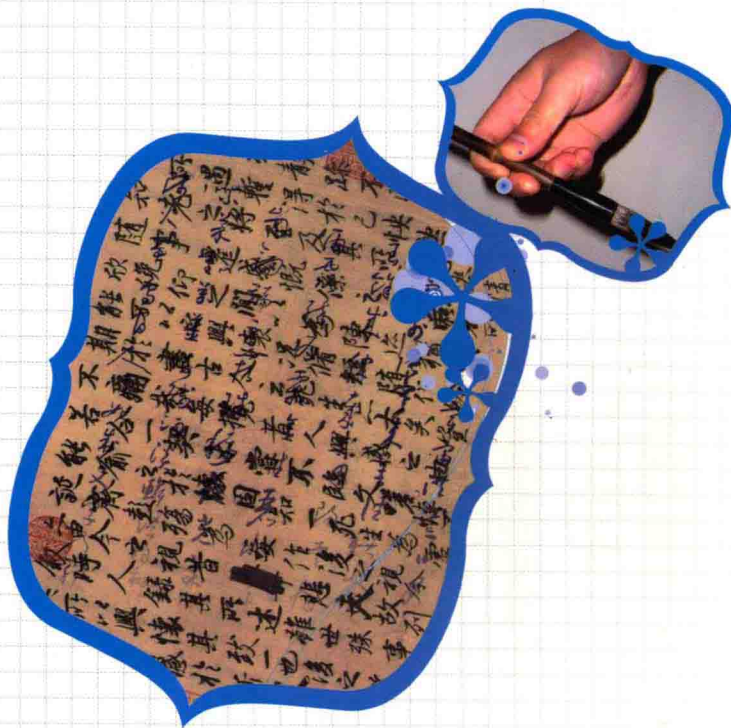


国家教师教育创新平台·教学能力训练系列教材

丛书主编 陈时见 张学敏

书写训练教程



Shuxie Xunlian Jiaocheng

主编
曹建

国家教师教育创新平台·教学能力训练系列教材

丛书主编 陈时见 张学敏

书写训练教程

Shuxie Xunlian Jiaocheng

主 编 曹 建

副主编 郭继明 陆宇润



高等教育出版社·北京
HIGHER EDUCATION PRESS BEIJING

图书在版编目(CIP)数据

书写训练教程/曹建主编. —北京:高等教育出版社,2010.12

国家教师教育创新平台·教学能力训练系列教材/陈时见,张学敏主编

ISBN 978-7-04-031023-8

I. ①书… II. ①曹… III. ①汉字-书法-
师资培训-教材 IV. ①J292.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 215627 号

策划编辑 魏延娜 责任编辑 赵榛简 封面设计 于涛
版式设计 范晓红 责任校对 胡晓琪 责任印制 韩刚

出版发行 高等教育出版社

社 址 北京市西城区德外大街4号

邮政编码 100120

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司

印 刷 廊坊市文峰档案印务有限公司

开 本 787×1092 1/16

印 张 16.75

字 数 270 000

购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598

网 址 <http://www.hep.edu.cn>

<http://www.hep.com.cn>

网上订购 <http://www.landaco.com>

<http://www.landaco.com.cn>

畅想教育 <http://www.widedu.com>

版 次 2010年12月第1版

印 次 2010年12月第1次印刷

定 价 33.30元(含光盘)

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 31023-00

教育大计,教师为本。教师教育——师范生的培养及教师的专业发展——是保证教师队伍建设与发展的活水源头。由西南大学组织编写、高等教育出版社出版的这套教学能力训练教材,体现了《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010—2020年)》、第四次全国教育工作会议的精神,反映了教育部中小学教师国家级培训计划的要求,是国家优势学科创新平台国家教师教育创新平台建设项目的一项重要成果,是我国教师教育课程改革与教材建设系列成果中的又一创新之作。

根据教师职业的双专业性特点,师范生的培养及教师的专业发展主要应该接受三方面的课程学习和训练:第一,通识教育课程——通识知识和一般能力;第二,学科专业课程——解决“教什么”的知识和能力;第三,师范性课程——解决“怎么教”的知识和能力。这套教学能力训练教材主要体现第三方面的内容,是一套关于“怎么教”的知识和能力训练的创新教材。关于“怎么教”的知识和能力是非常丰富的,区别于学科教学论(法),这套教学能力训练教材选定课堂教学、口语、书写、心理教育、教育技术应用、音乐基础和美术基础等七个方面作为公共性的教学能力训练内容,不仅表现出编者们对现代教师基础能力的把握,也反映出他们对近年来我国新课程改革的理论和实践成果的充分吸收和精心筛选。纵观整套教材,虽然学科差异使得每本教材各具特色,但作为一套对师范生培养及教师专业发展中教学能力实施训练的教材,其整体上的鲜明特点至少有二:

一、以能力训练为中心,创新内容体系

这套教材的基本目标不仅体现于使师范生和在职教师较为透彻地理解基本技法(“知道怎么做”)方面,更重要的是体现于通过有效的操作性训练,使学习者获得基本教学技能,最终形成实际教学工作所需的基本能力(“实际会做”)方面。基于这样的目标,编者突破传统的以知识为中心的教材体系,把对应于能力系统的技法体系确定为能力训练的主要内容。因此,教材总体上是在提炼、归纳教师能力体系中各能力训练的基本技法的基础上,以技法单元划分教材的内容单元,形成以能力训练为中心,以能力形成为落脚点的教师教育课程。

为有效体现以能力为中心的课程目标,教材在各单元强化了能力训练的设计和安排。在使学习者掌握技法操作要领的基础上,教材通过分解训练和逐步链接、逐层整合训练来促进学习者能力的形成;通过典型练习和变式练习来促进学习者灵活应用和变通操作能力的形成;进而引导学习者逐步形成创造性解决实际教学



问题的能力。

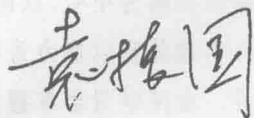
二、以有限目标为原则,兼顾系统性和精简性

人类知识浩如烟海,其中教师需要掌握的知识也是汗牛充栋,进一步看,任何一位教师在教学中所需具备的能力也必然是多种多样的。但是,这些知识和能力并不是每一方面和每一项都需要师范院校和教师培训机构对师范生和在职教师进行培训的,也不是每一方面和每一项都可以用于直接训练的。这套教材充分注意到这个诸如庄子式的“有涯”和“无涯”的关系,坚持以有限目标为原则,兼顾训练内容的系统性和精简性。

所谓有限目标,即针对教师能力而言,虽然教材编写者强烈主张以能力为中心构建教学能力训练课程体系及其教学内容,但并不是所有能力都必须纳入训练内容之中;也就是说,能力训练这个目标不是无限的,而是经过精心选择后的有限目标,即有限的最基础的能力的训练目标。这套教学能力训练教材贯彻有限目标原则,其内容选择坚持少而精,避免大而全,力戒空而泛,创造性地设计教学内容和训练方式,以期促进师范生教学核心能力的形成和教师专业能力的巩固和提升。

但是,坚持以核心能力的训练作为有限目标,并不是完全忽视教师能力的系统性。对此,教材中各学科均以能力为坐标,精心设计中小学教学过程中切实管用的能力训练体系,力图做到精简性与系统性的兼顾和统一。这样,师范院校和教师培训机构可以在能力训练实施中使训练内容虽精简但不脱离全面的能力系统,使教师能力所需具备的系统性寓于精简后的核心能力之中。因此,兼顾系统性和精简性,就是要使师范生培养以及教师专业发展既能够通过训练获得全面和谐的发展,又能够在能力训练过程中兼顾不同的个性发展。

中国的师范教育以及教师教育虽经百年历史,时至今日却呈现出方兴未艾又歧路丛生的矛盾局面,可谓机遇和挑战并存,正待教育理论工作者和中小学教师共同探索和创新。希望这套应运而生的教学能力训练教材不负众望,“直挂云帆”,充分发挥国家教师教育创新平台的辐射和引领作用,吸取全国各地师范院校、教师培训机构、教研机构、中小学教师等教育理论和实践工作者以及各级各类师范生在使用中所提出的宝贵意见,不断总结经验,不断改革创新。



2010年11月

书写能力是教师的基本功,是师范生在学习过程中应该养成的基本能力。书写能力的养成,离不开对汉字美的认识,更离不开对书写工具的熟悉与掌握。

本教材以书写训练为中心,以针对性的技法训练为手段,以学生书写能力养成为目的,通过学习,学生能够掌握书写的基本规律,尽快提高自己的书写水平,提升欣赏书法美的能力,进而具备开展实际教学工作的书写能力。

书写训练分为毛笔与硬笔两大板块,主要为毛笔与钢笔、粉笔书写基础及训练,兼涉书法欣赏训练。各章节主要由训练目标、重点提示、主要内容、自主训练、学习检测、学习资源等环节构成,简介基本要点,突出实践层面的技法分析和技法分解训练。训练目标明确了每章节的技法训练点,重点提示明确了需要重点掌握的基本技法,主要内容是技法训练点的分解训练,自主训练是技法训练的巩固练习,学习检测为技法训练点的效果自检,学习资源为技法训练点的拓展补充。各环节既有独立性,又环环相扣,融为一体。

从技法而言,本教材对毛笔、钢笔、粉笔的书写方法有着较为详细的分解,对书写技法点的训练采取分项训练与综合训练相结合的模式,既避免因为过于系统化、知识化而枯燥无趣,又不同于纯粹罗列范字的教材模式。换言之,本教材力争将书写规律的总结与书写技法训练融为一体。

毛笔书写训练,主要从笔法、字法、章法等方面对具有代表性的楷书、隶书、行书作品进行技法解析,使学生掌握楷书的基本技法,了解隶书、行书的基本技法。在图例选取上,以具有独立性的单一技法点勾连不同书体范字,既满足不同基础的学生有选择性地学习,又充分体现技法点的强化训练。

硬笔书写能力训练分为钢笔书写训练和粉笔书写训练。从用笔、结字等方面进行技法解析,以点画和偏旁部首练习为基础,通过大量符号化范字的针对性训练,使学生掌握硬笔书写的一般规律,进而具备熟练进行钢笔和粉笔书写的的能力。这一部分的落脚点是粉笔字训练。书写的符号化是本教材书写教学方面的创新之处。

本教材注重文字的规范使用,以活页形式附录部分百家姓与中小学教师常用词钢笔楷、行书字例,选取部分诗词、名言警句钢笔书写作品,便于学习过程中临摹与参考。同时,本教材在学习资源部分补充古代书论,供同学们拓展阅读,使学生



在技法训练的同时,能够进一步提高鉴别能力,进而从更高的层面促进书写能力的形成。

编者

2010年7月

单元一 书写基础知识	1	任务三 钢笔行书训练	112
任务一 书写工具的认识	2	一、钢笔行书符号化	112
一、文房四宝	2	二、行书结字特征	116
二、硬笔	10	任务四 钢笔书写应用	
任务二 书写姿势和执笔的		训练	120
认识	17	一、签名设计	120
一、书写姿势	17	二、日常书写	132
二、执笔	17	单元四 粉笔书写训练	137
三、字帖的选择和使用	20	任务一 粉笔用笔训练	138
单元二 毛笔书写训练	35	一、笔画起一收笔	138
任务一 笔法训练	36	二、笔画行笔	140
一、运笔	36	三、综合用笔	142
二、用笔	38	任务二 粉笔楷书训练	146
任务二 字法训练	62	一、粉笔楷书基本笔画	146
一、聚散	62	二、粉笔楷书偏旁部首	152
二、穿插	68	三、粉笔楷书结字	155
三、避就	68	任务三 粉笔行书训练	160
四、斜正	71	一、粉笔行书基本笔画	160
五、呼应	73	二、粉笔行书偏旁符号化	164
六、行书符号化	73	三、粉笔行书结字	167
任务三 章法与墨法训练	78	任务四 板书章法设计	
一、章法	78	训练	172
二、墨法	82	一、板书章法举例	172
单元三 钢笔书写训练	89	二、板书章法设计	175
任务一 钢笔用笔训练	90	单元五 书法欣赏训练	184
一、基本笔法	90	任务一 怎样欣赏书法	
二、起笔、行笔与收笔	96	作品	185
任务二 钢笔楷书训练	100	一、书法作品美在何处	185
一、基本笔画	100	二、如何进入书法欣赏	194
二、组合笔画	105	三、如何提升书法欣赏能力	199
三、楷书结字特征	109	任务二 书法名作欣赏	201



单元一 书写基础知识



【训练目标】

1. 了解书写基础知识。
2. 熟悉书写工具性能。

【重点提示】

掌握挑选毛笔和钢笔及临摹范本的方法。

【内容构成】

1. 书写基础知识。
2. 挑选毛笔和钢笔的方法。
3. 挑选毛笔字帖和钢笔字帖的方法。

任务一 书写工具的认识

【训练目标】

1. 了解笔、墨、纸、砚的知识。
2. 熟悉书写工具的性能。

【重点提示】

掌握挑选毛笔和钢笔的方法。

【主要内容】

“工欲善其事，必先利其器。”学习书法，自然也离不开工具的选择。本节主要介绍与毛笔书写相关的文房用具以及钢笔、粉笔的工具性能。

一、文房四宝

(一) 笔

1. 关于毛笔

毛笔在我国产生和运用的历史悠久(图1-1)。殷商时期已经有毛笔的使用了。甲骨文中的“聿”字,就是“笔”字。现在可见的最早的毛笔实物,是在河南信阳长台关二号楚墓出土的战国早期楚笔,这就可以判断文献中蒙恬造笔的传说不确。就现在出土的东汉以前的毛笔来看,笔毛都是兔毫或者狼毫等硬毫,笔的形制都较小。唐宋以来,毛笔制作工艺以安徽宣城、浙江湖州、江西等地为优。唐宋时期宣城为制笔中心,宣笔名满天下。宣笔以兔毫为原料,号称“紫毫”。宋朝制笔家推出了著名的“无心散卓笔”,以诸葛家族最负盛名。元朝湖州制笔业非常发达,制笔名家以冯应科为第一。明清时期制笔仍以湖笔为主,清初周虎臣制笔名满江南。传统毛笔制作工艺向外传输到日本、朝鲜等国家。

在中国古代,笔毫的取材可谓多样。大凡动物身上的毛,几乎都可采集用来制作毛笔,如兔毛、羊毛、马毛、鹿毛、獾毛、狸毛、鼠须、狼毛、狐毛、獭毛、猩猩毛、猪毛、鸡毛甚至胎毛、头发、人须等。此外,竹丝、茅草等植物原料也可用来制笔。

按照软硬程度,笔毫可以分为软毫、硬毫与兼毫。兔毫、鹿毫、狼毫、鼠须等属于硬毫。兔毫是用野兔毛制作的,狼毫用黄鼬毛制作,是常用的硬毫(图1-2)。鼠须笔在魏晋时期使用较普遍,据说王羲之的书法名作《兰亭序》就是用鼠须笔写成。与硬毫相对的就是软毫。古人常用的软毫是鸡毫、胎毛,清代以来羊毫盛行(图1-3)。羊毫选材容易,价格便宜,蓄墨量较多,

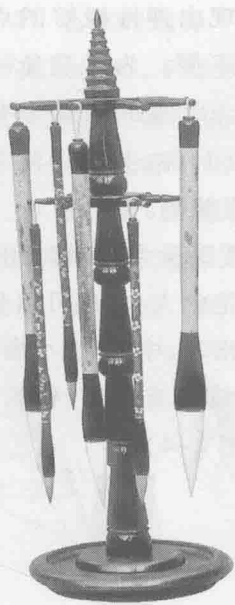


图 1-1 毛笔

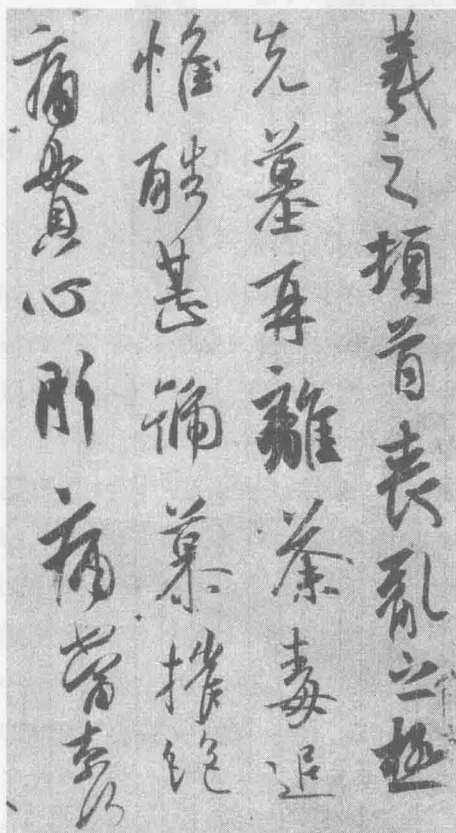


图 1-2 晋·王羲之 用硬毫书写的行书作品

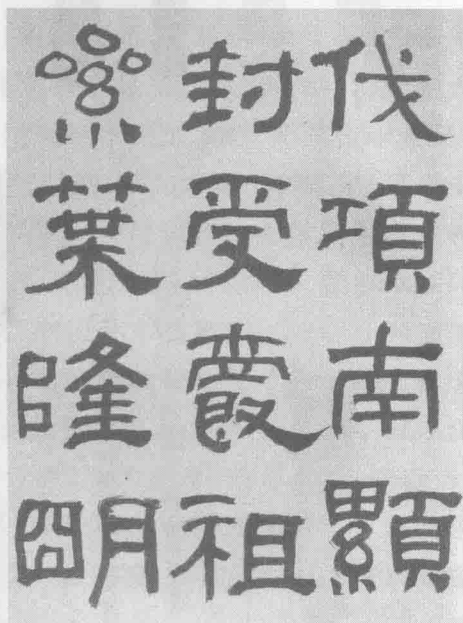


图 1-3 清·何绍基 用软毫临写的汉隶作品

使用寿命长,较受书家欢迎。不过,羊毫偏软,不易表现出弹性极好的点画效果,宜于篆书、隶书的书写,用于书写行草书时多有不便。为了避免硬毫容易分叉与软毫缺乏弹性的毛病,人们制作出兼毫笔。常见的兼毫笔有七紫三羊、五紫五羊等,紫、羊分别代表硬毫、软毫。一般而言,书写行草书宜选用狼毫或兼毫,书写楷书、篆书、隶书可以选择羊毫或兼毫。

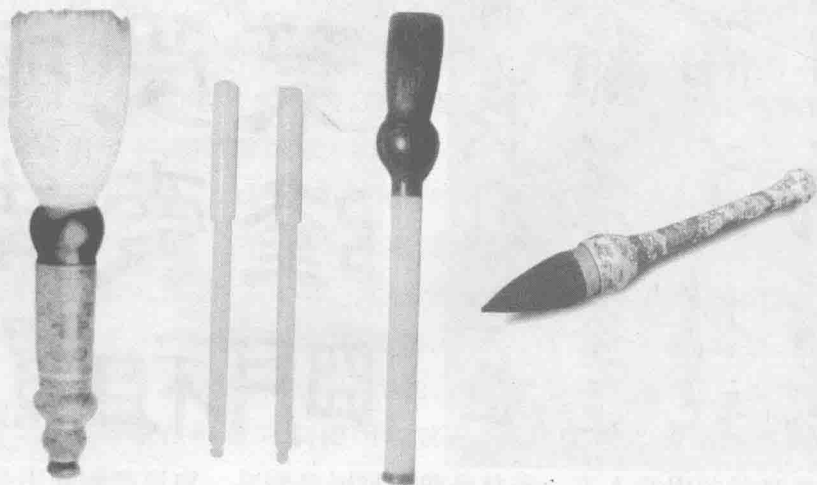
按照笔毫的长短,毛笔分为长锋与短锋。长锋笔蓄墨量大,短锋笔弹性较好。长锋中羊毫笔比较常见,短锋笔多为硬毫。按照笔的大小,还可以分为抓笔、斗笔、提笔等名目;最为简单的分法是将笔分为大楷笔、中楷笔、小楷笔。

笔杆有很多种类,常见的有竹、木等。历代所用笔管还有金管、银管、玉管、象牙管、玳瑁管、镏金管、紫檀管、花梨管、瓷管等(图1-4)。



唐笔

朱漆描金鬃毫抓笔(清) 粉彩八仙瓷管斗笔(清)



乾隆掐丝管笔(清)

白玉笔和盖笔一对(清)

粉彩描金龙瓷管笔(清)

图1-4 各式各样的毛笔

2. 毛笔的选择

有人认为,不择纸笔而书是功力的表现,实际上,这是一种误解。正如清代书法家刘墉所说:“所谓不择纸笔者,不刻意求好。古人纸笔之精,今人想不到也。”选择好的毛笔关键是要选好笔毫。好的笔毫要具备古人所谓“尖、齐、圆、健”四德(图1-5)。尖,是指笔毫搦墨聚拢时笔锋尖锐如针。齐,指笔锋摊开之后,顶端毫毛整齐如凿,无犬牙交错状。圆,指笔毫腰部饱满圆浑,不空怯。健,指笔毫柔中带刚,有弹性。

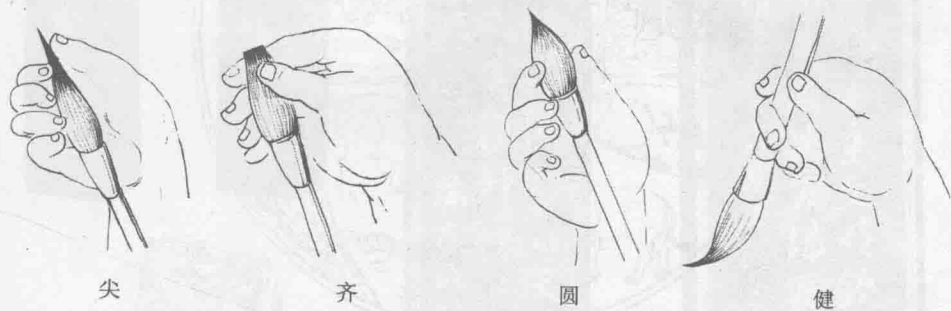


图1-5 根据“尖、齐、圆、健”的特点挑选毛笔

一般来讲,写大字用大笔,写小字用小笔。选笔还要综合考虑书写的碑帖、书体,作品的形式、手掌的大小等多方面的因素。

(二) 墨

墨的使用年代与毛笔同时或稍早。殷商书而未刻的甲骨文,有的用朱砂,有的用黑墨,说明当时墨的运用已经比较常见了。汉魏时期,松烟墨大量流行,韦诞制造的墨光亮如漆。唐代制墨技术更加发达,彩墨也很常见。制墨中心在首都长安及其附近地区。五代时期,著名的制墨家奚超、奚廷圭父子将制墨技术不断完善,开始生产油烟墨。爱好风雅的南唐后主李煜将奚廷圭封为“墨务官”,并赐以国姓。五代以后,制墨中心南移,徽墨独领风骚。北宋制墨家喜欢在墨锭中加中药材,据说苏东坡就曾以蟾蜍汁和墨制成墨锭。麝香也为制墨家所喜。到了明代,徽墨的制作形成了歙派与休宁派两大派别,歙派以罗小华、程君房、方于鲁等为有名(图1-6),休宁派以汪中山、邵格之为代表。清代制墨名家有号称“四大墨家”的曹素功、汪近圣、汪节庵、胡开文(图1-7)。20世纪以来,墨汁的出现使传统用墨习惯发生了改变,但较好的墨汁仍然是传统制墨方法的延续,如普遍使用的曹素功墨汁、胡开文墨汁等。

按照墨的原料,可以将墨分为油烟墨、松烟墨(图1-8)、混合墨等。按照用墨对象和用途,可以分为普通墨、贡墨、御墨、自制墨、珍玩墨、礼品墨、



“牧马放牛”墨谱



“飞龙在天”墨谱



“五色凤池云”墨谱

图 1-6 程君房《程氏墨苑》墨谱



图 1-7 徽墨

药墨等。按照墨的外表装饰,可以分为本色墨、漆衣墨、漱金墨、漆边墨。按照墨的外形,可以分为方形墨、长方形墨、圆形墨、椭圆形墨等。按照墨的颜色,可分为黑色墨和黄墨、朱墨、白墨、棕墨、蓝墨等彩色墨。

墨锭与墨汁混合使用在当代书家中也较为常见。

(三) 纸

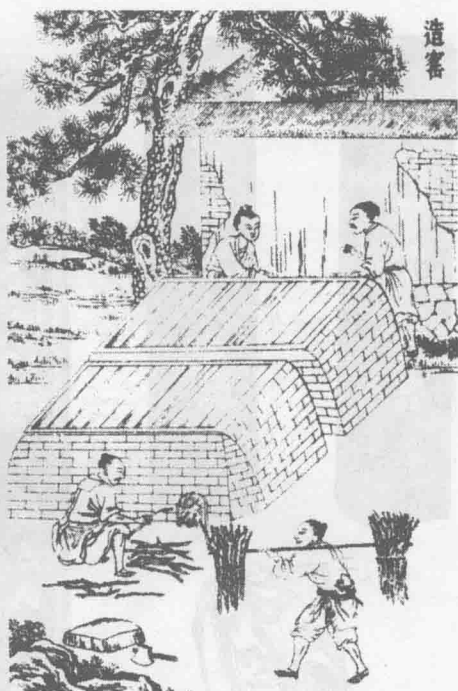
造纸术是中国人民贡献于世界文明的四大发明之一。纸的使用不仅影响着书法风格的变化,而且还推进了人类文明的进步。

按照造纸的原料,可以将纸分为麻纸、竹纸、皮纸、混合纸浆纸、还魂纸;按照产地,可以分为宣纸、蜀纸、高丽纸等。按照生熟程度,宣纸又可以分为生宣、熟宣、半生熟宣。生宣吸水性强,熟宣不吸水,半生熟纸介于二者之间。

从考古发现可以知道,早在西汉时期就已经有了麻纸。现在发现的最



采松



造窑

造窑



杵搗圖



熔膠圖



杵搗

熔膠

图 1-8 松烟墨主要制作工序