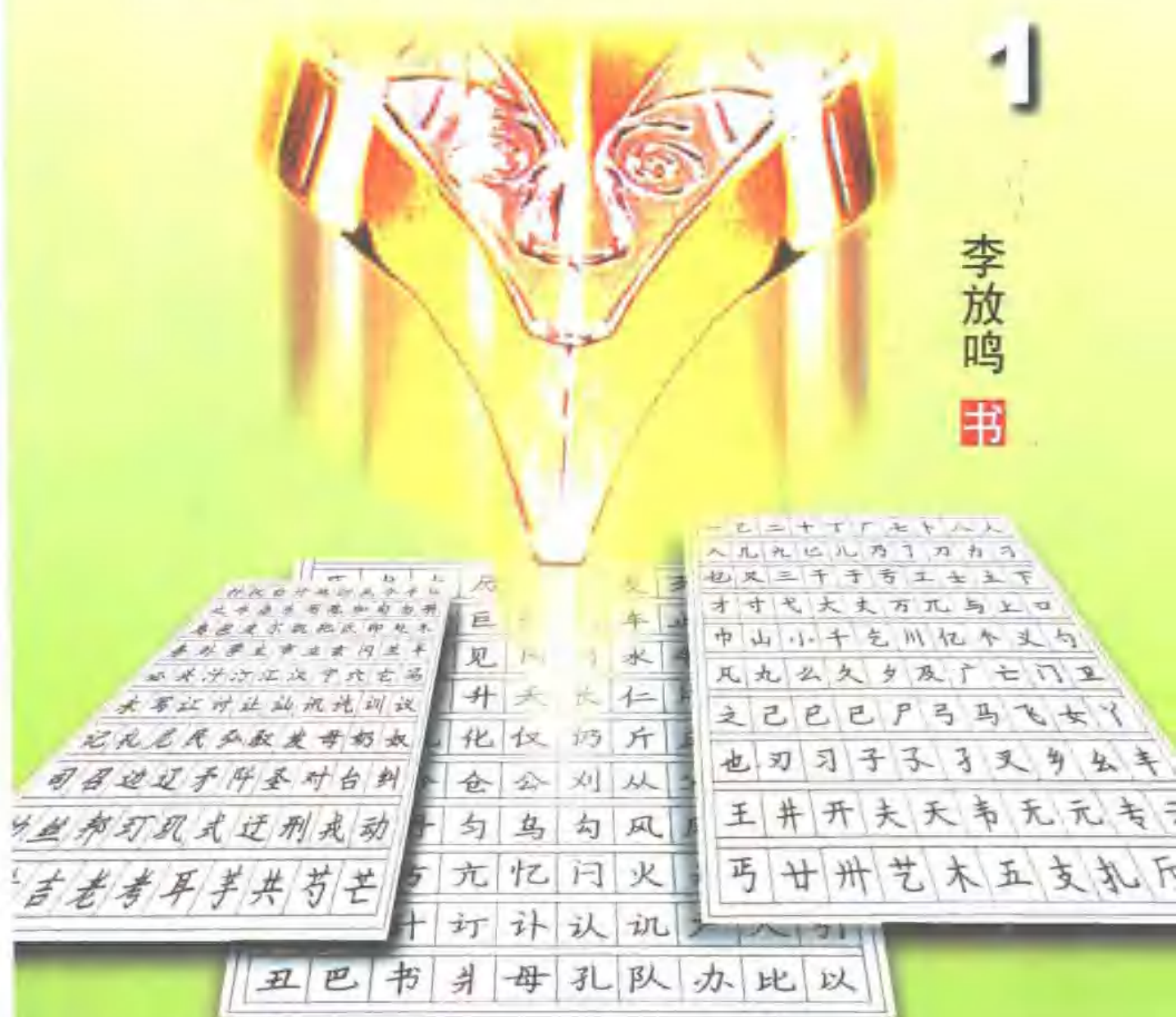


钢笔书法规范字 强化训练字帖

基础训练（楷书）5000常用字

李放鸣
书



南海出版公司

钢 笔 书 法

规范字强化训练字帖

(楷 书)

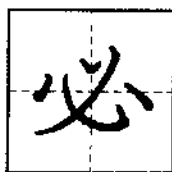
作者 李放鸣

南海出版公司

GANGBI SHUFA GUIFANZI QIANGHUA XUNLIAN ZITIE
钢笔书法规范字强化训练字帖
(楷书)

作 者 李放鸣
责任编辑 高 云
封面设计 李放鸣
出版发行 南海出版公司 电话(0898)5350227 5352906
社 址 海口市机场路友利园大厦B座3楼 邮编 570203
经 销 新华书店
排 版 成都市福利东方彩印厂
印 刷 成都市福利东方彩印厂
开 本 787×1092毫米 1/16
印 张 4
字 数 5千
版 次 2000年3月第1版 2002年5月第3次印刷
书 号 ISBN7-5442-1529-6/J·157
定 价 8.00元

南海版图书 版权所有 盗版必究



常用字笔画技巧:

古人云“点是字之眉目”，点在笔画中起画龙点睛的作用，它形态变化多，组合方式多，居诸笔画之首。写点时应注意凌空取势，由轻入重，上细下粗，点到为止，切不可描画涂抹成点。

一	乙	二	十	丁	厂	七	卜	八	人
入	几	九	匕	儿	乃	了	刀	力	刁
也	又	三	干	于	亏	工	士	土	下
才	寸	戈	大	丈	万	兀	与	上	口
巾	山	小	千	乞	川	亿	个	义	勺
凡	丸	么	久	夕	及	广	亡	门	卫
之	己	巳	巳	尸	弓	马	飞	女	丫
也	刃	习	子	孑	孑	叉	乡	么	丰
王	井	开	夫	天	韦	无	元	专	云
丐	廿	卅	艺	木	五	支	扎	厅	不



常用字笔画技巧:

横画在字中起支撑和覆盖作用,要写得有起有结,平稳有力,平衡对称。横画有长横,短横之分。写长横要重下笔,轻行笔,重收笔,并略上斜 10°左右。短横可呈左轻右重之势,并略上仰。

仄	犬	太	历	厄	尤	友	歹	戈	牙
区	匹	屯	巨	切	瓦	车	止	少	日
臼	中	贝	见	冈	内	水	牛	午	气
乎	毛	壬	升	夭	长	仁	片	什	行
仆	巾	仇	化	仅	仍	斤	反	兮	介
仓	今	分	仓	公	刈	从	父	凶	欠
月	勿	丹	匀	鸟	勾	风	凤	氏	卞
文	六	方	亢	忆	闷	火	为	斗	户
冗	心	计	订	讣	认	讥	尹	尺	引
丑	巴	书	牙	母	孔	队	办	比	以

柳

常用字笔画技巧:

竖画在字中起支撑作用,应写得正直不斜,挺拔有力。竖画有“悬针竖”和“垂露竖”之分,它们的起笔、行笔相同,先顿笔,然后正直下行至末端,悬针竖收笔时拖出呈针尖状。垂露竖收笔时顿笔回收,呈露水珠状。竖画中较短的竖要写得短促有力。

允 予 邓 劝 双 幻 玉 刊 末 未

击 示 式 巧 正 功 卉 去 世 甘

艾 芳 节 古 本 术 可 丙 札 扎

扑 扒 扔 左 厉 石 右 布 夯 戊

龙 互 平 灭 巨 匝 轧 东 卡 占

凸 卢 北 业 旧 帅 归 旦 目 且

甲 申 叶 叮 电 号 田 由 叭 史

央 只 吼 叫 另 叩 叨 叮 叱 兄

叹 皿 四 囚 凹 出 冉 生 失 矢

乍 禾 印 丘 仕 仗 付 代 们 仙

房

常用字笔画技巧:

撇画有短撇、长撇、竖撇之分,要写得自然流畅,力到笔尖,切不可丁头鼠尾,拖泥带水。起笔时斜入稍向右下方顿笔,然后向左下方行笔,由重渐轻至末端收笔时稳中求快,有抽刀断水之势。短撇、长撇只有长短之分,而竖撇要先竖后撇。

扌 仪 白 仔 他 仞 瓜 令 乎 丛

之 斥 刍 乐 用 甩 加 旬 勿 册

鸟 包 皮 尔 饥 犯 氏 卯 处 冬

务 外 孕 主 市 立 玄 闪 兰 半

必 头 汁 汀 汇 汉 宁 穴 它 冯

永 写 诤 讨 让 讪 讯 讪 训 议

记 礼 尼 民 弘 馭 发 母 奶 奴

司 召 边 辽 矛 阡 圣 对 台 纠

幼 丝 邦 玎 玑 式 迂 刑 戎 动

圭 寺 吉 老 考 耳 芋 共 芍 芒

述

常用字笔画技巧:

捺画要写得“一波三折”，波而有致。捺有斜捺、平捺、反捺之分。斜捺起笔直入，沉约 45°右下行笔，逐渐加重，至捺脚处用力顿笔向右平出锋。平捺起笔处与水平形成约 30°的角，并带有弧度。反捺由轻渐重，如写长点。

亚 芝 朽 朴 机 权 圩 圳 巩 圾

圪 地 豆 吏 西 再 协 过 扛 扞

扣 扞 托 执 扩 扬 扫 尧 划 夷

邪 压 厌 在 百 页 存 有 而 夸

夺 达 戍 戍 灰 迈 成 列 死 夹

匡 臣 匠 轨 至 此 贞 乱 师 光

当 尘 尖 劣 早 吁 吐 吓 付 晃

曳 男 曲 虫 吕 吊 团 吃 因 吸

吗 么 回 则 囡 屹 岁 屿 岂 屺

问 帆 刚 肉 网 迅 年 朱 缶 氛



常用字笔画技巧:

折画有横折、竖折和撇折之分。横折由横画和竖画连接而成,折角应顿笔成方折,切勿耸肩、尖角、过圆等。竖折也应横竖平稳,竖应挺拔,转折要果断。撇折先撇后折,宜刚健。

先 丢 廷 舌 竹 迂 牝 乔 迄 延

扶 伟 传 乒 兵 休 伍 伎 伐 伏

优 白 伧 伢 佻 仲 任 伤 伥 价

伦 份 伧 华 仰 仿 伉 伙 伪 自

伊 血 向 似 后 行 舟 全 会 合

企 余 伞 犷 夙 危 负 争 色 杀

爷 众 兆 创 肌 肋 那 脊 旭 旬

刳 匈 鳧 邬 朵 杂 旨 各 名 多

庄 庆 亦 齐 刘 交 衣 产 妾 充

亥 忖 忤 忙 闭 问 闯 羊 关 米

抛

常用字笔画技巧:

钩画书写难度比较大。形态较多、有横钩、竖钩、斜钩、竖弯钩、弯钩、卧钩等,而且一般在字中作主笔,要求写得平稳扎实、弯曲而有弹性、其一般要领是起笔和行笔要稳,出钩时要蓄势,控制好力量出钩,钩锋宜小不宜大,宜短不宜长。出钩角度一般是45°。

并 灯 州 汗 污 江 油 汛 汐 汲

汜 汝 池 兴 宇 守 宅 字 安 壮

冰 冲 决 妆 次 讲 讳 讶 讴 访

许 讹 论 讼 讽 设 诀 军 农 祁

寻 尽 导 异 弛 馱 驯 驰 阱 阮

阵 阳 阶 阴 防 奸 如 妇 妃 妈

好 巡 她 孙 丞 买 羽 毕 收 戏

观 欢 纡 红 紂 纤 纆 约 纛 级

牟 纪 纆 寿 弄 麦 戒 玖 玛 形

进 吞 远 违 韧 运 走 贡 汞 赤

地

常用字笔画技巧:

提画也称作“挑”，起增加力势的作用。根据长度可分为长提、短提，但书写大致一样。起笔作顿，然后转笔向右上方迅速挑出。形态左粗右细，左低右高，短促有力，遒劲果断。

孝 壳 志 却 劫 声 芙 芜 苇 芸

蒂 芽 邨 苜 芮 花 芹 芥 芬 苍

芳 严 克 芦 劳 苾 芭 苏 忒 更

束 吾 豆 酉 甫 两 丽 杆 杜 杠

材 村 杖 巫 杏 杉 极 忙 杞 李

杨 杈 坛 坏 址 坝 攻 坂 坎 均

塬 坟 坊 坑 块 坍 场 求 扶 抚

拈 技 扰 扼 找 扳 拒 扯 抄 折

抓 扳 抡 扮 抢 投 抛 抑 抗 抖

护 抉 扭 把 抒 报 批 拟 辰 励

狄

常用字偏旁部首书写技巧:

(犛)反犬旁由两个短撇和弯钩组成。书写时注意上紧下松,斜而不倒,撇要上短下长,逐渐斜出,间距相等,钩不宜过曲,位于垂直中心线。整体为左放右收的长弧形。照此法可写豸字旁。

否 还 礪 奘 豕 旭 殳 来 忒 厘

医 佑 轩 连 韧 志 步 圉 邨 坚

肖 早 呈 里 吴 县 吃 呆 吱 伏

盯 助 园 围 呀 呕 时 吨 呃 足

邨 困 吵 虬 串 呗 员 呐 听 吟

吩 呛 吻 鸣 吹 倔 吭 旷 吧 邑

圉 吼 别 吮 囹 财 圉 岐 岖 岗

岑 岗 岚 帏 帐 针 钉 钊 告 利

乱 秃 秀 牡 私 我 每 低 兵 邱

估 体 何 佐 佑 作 攸 但 伸 佃

晚

常用字偏旁部首书写技巧

(日) 日字旁由短竖、短横、横折组成。整体形状为长方形, 书写时注意不宜太宽, 布局间距要均等, 折角呈方肩, 中间短横左连左竖。照此法可写日字旁、白字旁、月字旁等

佚 作 伯 伶 你 佣 佯 低 佟 住

位 伴 佗 皂 佛 身 鹵 伺 伽 近

彻 役 彷彿 余 余 含 岔 希 谷

坐 孚 妥 邻 龟 奂 免 角 邹 饪

饫 飭 饭 饮 狂 犹 狻 狄 肝 肚

肱 肘 旬 彤 岛 删 创 鸪 邸 卵

迎 条 灸 系 言 亩 亨 吝 这 床

库 应 疔 疔 疖 庐 序 庇 辛 盲

忘 弄 怀 忧 恹 忡 忤 忤 忤 忤

忤 忤 忤 忤 忤 忤 忤 忤 忤 忤

魏

常用字偏旁部首书写技巧

(鬼) 鬼字旁由短撇、日部、竖斜撇、竖弯钩、撇提和斜点组成，竖弯钩为主笔。整体为上窄下宽三角形，上部小而紧凑，撇从日部中穿过(不是田部接斜撇)，竖弯钩向右伸展保持平稳地托住右上部，撇提和斜点要紧靠左收。

判 兑 灶 灿 约 弟 汪 沐 汰 沥

沌 沏 沙 汨 汨 汽 沃 沂 沦 汾

沧 汹 没 沟 沛 汶 沆 沪 沉 沈

沁 泛 汤 完 宋 宏 牢 究 穷 灾

状 冻 况 冷 冶 良 启 罕 证 诘

评 诅 识 诈 诉 诊 谄 诋 译 词

诏 谕 补 祀 初 社 君 灵 即 层

尿 尾 迟 局 忌 屁 改 张 驳 驴

驱 甬 孜 陆 际 阿 陇 陈 阻 附

陂 沱 妍 妩 妓 妩 妙 姬 妖 姊

默

常用字偏旁部首书写技巧

(黑)黑字旁由口框、相向点、短横、长竖、短提和斜点组成。竖为主笔。整体上窄下宽,上部紧凑,两点对称,中部平行等距,下四点呈斜势,与提平行,托住上部。

妨 妒 妞 好 努 邵 忍 矣 劲 鸡

纬 纭 纯 纱 纲 纶 纷 纶 纵 纸

纹 纺 纽 紓 纰 奉 武 责 青 表

规 玩 环 珢 玦 玫 孟 卦 孟 者

幸 其 茱 耶 取 莽 苦 昔 苛 若

茂 茺 苹 苗 英 茁 苓 苟 苞 茆

苑 苾 范 茕 茕 直 茅 茄 茗 苔

茎 顶 枉 林 枝 柿 杯 枢 柜 杪

杳 杵 枚 析 板 枪 松 构 枫 枋

杭 杰 枕 述 杷 枇 珂 坯 坪 坦

锈

常用字偏旁部首书写技巧:

(钅)金字旁由短撇、三个短横、竖提组成。竖提为主笔。书写时注意先写短撇,在撇的中上部写短横,以下两横上短下略长,竖提直挺,提锋指向右部起笔处。照此法可写食字旁。

坤 坡 垃 坨 坳 画 或 事 刺 束

雨 卖 抹 拢 拔 拇 招 拣 拈 担

押 抽 拐 拙 拖 拍 拎 拆 拥 拘

抱 势 披 抵 拄 拉 拦 拌 拧 抵

拂 拨 拇 招 择 抬 拗 砭 砭 矿

码 厕 郁 奈 奔 奄 奋 奇 恣 奎

丧 邾 妻 瓿 卧 殴 欧 顷 到 转

斩 轮 软 轰 非 叔 肯 齿 歧 些

卓 虎 虜 贤 肾 尚 具 昊 晁 国

果 味 哎 咕 呵 昌 吓 易 咂 吮

线

常用字偏旁部首书写技巧:

(纟)绞丝旁由两个撇折和长提组成,提为主笔。书写时注意上撇折稍长大,下撇折稍短小,提画干脆有力。整体为上窄下宽的斜长形。照此法可写幼字旁。

昂 昆 咋 迪 典 固 忠 呻 呬 咒

咄 咐 呱 呼 咖 咆 咚 旺 明 均

吁 咏 呢 叟 呦 啮 罗 囹 圉 败

贩 贬 购 贮 岸 鸣 岩 嵒 岬 岫

岭 岷 凯 帖 帕 帜 迥 罔 沓 钎

钓 钗 垂 制 知 迭 氛 乖 刮 和

季 委 牦 牧 物 竺 秉 迤 佳 侍

佶 岳 供 佬 使 例 侠 曳 版 饶

岱 侄 侦 侶 侃 侧 侗 侏 凭 侨

佻 汲 佩 侈 佼 依 佯 侏 帛 卑