

ZHONGXIAOXUE  
SHUFA JIAOXUEFA

# 中小学书法教学法



李汉宁 著





**李汉宁** 壮族，广西百色市人，西南师范大学汉语言文学专业本科毕业生，曾进修于中国美术学院书法专业。书法副教授、教育部考试中心硬笔书法等级考官、中国书法家协会会员、中国硬笔书法协会会员。曾执教于百色学院、石岩公学，现为深圳市宝安第一外国语学校书法教师。

作品多次入展国家级展览，发表书论 30 多篇，著有《中小学书法训练技巧》。创建全国首家“中小学书法教育”网 (<http://www.zxxsfjy.com>)。其高等师范书法教育、中小学书法教育成果先后两次获得中国书法最高奖——兰亭奖·教育奖提名奖。

### 封面题字·陈振濂

著名书法家、书法理论家、书法教育家  
中国书法家协会副主席  
西泠印社副社长兼秘书长  
浙江大学人文学院艺术学系主任、书法博士生导师

责任编辑 梁小勤

责任技编 伍智辉

书籍设计 广大迅风艺术

姚明聚 陈冬芯



ISBN 978-7-5495-3745-7



9 787549 537457 >

定价：39.00元

ZHONGXIAOXUE  
SHUFA JIAOXUEFA

中小学书法教学法



李汉宁 著

GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS  
广西师范大学出版社

·桂林·



图书在版编目 (CIP) 数据

中小学书法教学法 / 李汉宁著. — 桂林: 广西师范大学出版社, 2013.9

ISBN 978-7-5495-3745-7

I. ①中… II. ①李… III. ①书法课—教学法—中小学 IV. ①G633.955.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 186564 号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路 22 号 邮政编码: 541001)  
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 何林夏

全国新华书店经销

广西民族印刷包装集团有限公司印刷

(广西南宁市高新区高新三路 1 号 邮政编码: 530007)

开本: 787 mm × 1 092 mm 1/16

印张: 21.25 字数: 376 千字

2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

定价: 39.00 元

---

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

# 前 言

专职从事大学、中小学等书法教学工作虽然已经 25 年了,但自我感到还游离于书法这一行当的边缘。本书稿整整写了一年了,知道离成熟还很遥远,但因水平有限,想改进,头脑却已是一片空白,江郎才尽,只好定稿了。

人云亦云,为自己的书稿也写个说明,雅不起,俗套就俗个透吧。

对于书法,我起点不高,悟性也不太好,偏偏书法喜欢跟我开玩笑,英语专业毕业后,让我留校教书法,就凭着曾经为学校写过几次有点样的欢迎标语。既然能留在大学里还能任教,那是天上掉下来的馅饼,啃吧。可自己不是这个行当出身,可怜得手上只有一本柳公权的《玄秘塔》,说到狼毫笔时还惊叹狼狗的毛怎么那么贵,殊不知是黄鼠狼的毛。于是硬着头皮,边学边教,心中有一个目标,那就是希望误人子弟之事逐年减少。

1993 年我有幸进入中国美术学院书法进修班学习,得到章祖安、陈振濂、王冬龄、白砥等名师的指点,书法学习走向了正规化道路,书法水平有了很大的提高。受陈振濂教授《书法教育学》及其课堂的影响,我对书法教学理论产生了特别的爱好,笨鸟先飞,一笔一笔地教,一字一句地总结,之后以书法教学成果评上助教、讲师、副教授,值得一提的是,我评副教授的论文代表作是一篇关于自己的学院派作品创作的论文,作品及论文的完成过程中得到学院派创始人陈振濂教授亲笔书信指导,从此,更心存感恩,并倍加热爱书法教学探索。2006 年我以高等师范书法教学成果荣获中国书法最高奖——第二届中国书法兰亭奖·教育奖提名奖,次年在广东省教育厅要求全省中小学开设书法课的大好形势下,我从广西百色学院调入深圳从事中小学书法教学工作,两年后的 2009 年,我主持策划中小学书法教育的深圳市石岩公学荣获中国书法最高奖——第三届中国书法兰亭奖·教育奖集体提名奖,成为兰亭奖举办以来全国第一所也是唯一一所获得集体教育奖的中小学校。

2011 年 8 月,教育部教基二〔2011〕4 号《教育部关于中小学开展书法教育

的意见》出台后,全国普遍认为,在中小学开展书法教育难度很大,其中,师资、教材、场地、教法等问题特别突出;另外,语文、数学、英语、历史、地理、音乐、美术等门门课都有自己的教学法,唯独书法一直还没有,于是我萌发了对中小学书法教学法进行探索和总结的想法,开始了本书的构思。本书在内容设置上力求全方位涉及中小学书法教育领域的各个方面,希望既成为中小学书法教师的教学法参考书,又成为中小学生的书法知识和技法学习用书。

要全面准确地把握中小学书法教学法,对我来说是相当艰难的,因为我对这一领域的了解无论是广度还是深度,都还是有限的。我之所以这样胆大妄为地写这本书,一心只想抛砖引玉,希望能激发书法界专家、学者们来关注中小学书法教学法问题,为刚刚起步的全国中小学书法普及教育出谋献策,果真如此,以个人的小浅薄引发出行家的大智慧,幸莫大焉!

为本书中的肤浅,向读者们表示歉意,亟待书法界专家、学者、同仁们的批评指正!

衷心感谢恩师——著名书法家、书法理论家、书法教育家、中国书法家协会副主席、西泠印社副社长兼秘书长、浙江大学人文学院艺术学系主任、书法博士生导师陈振濂教授慷慨地为本书题写书名。

同时感谢为本书付出辛劳的朋友们!



2013年春于深圳

# 目 录

## CONTENTS

### 上篇：中小学书法教学法概论

#### 第一章 中小学书法教育导论

- 第一节 中小学书法教育急需广泛推行 ..... 3
- 第二节 中小学书法教育的现状和未来发展 ..... 4
- 第三节 中小学书法教育的途径探索  
——深圳市石岩公学中小学书法教育获中国书法最高奖  
(兰亭奖·教育奖集体提名奖)的经验 ..... 6

#### 第二章 中小学书法教学的内容

- 第一节 知识与技法 ..... 14
- 第二节 实用与审美 ..... 23
- 第三节 硬笔与毛笔 ..... 25
- 第四节 临摹与创作 ..... 28
- 第五节 执笔与姿势 ..... 30
- 第六节 工具与材料 ..... 34
- 第七节 装裱与布展 ..... 46

#### 第三章 中小学书法师资队伍的建设

- 第一节 中小学书法教师应具备的能力 ..... 48
- 第二节 中小学书法师资队伍建设的的方法 ..... 49

#### 第四章 中小学书法教材的编写

- 第一节 笔画教材 ..... 52

第二节	硬笔临本	55
第三节	临摹教材	56
第四节	创作教材	60
第五节	欣赏教材	61
第六节	理论教材	66
<b>第五章 中小学书法教学的场地设备</b>		
第一节	书法教室	69
第二节	书法教师办公室	72
第三节	书法交流展示场所	73
第四节	碑帖资料和文房用品	74
<b>第六章 中小学书法教学的实施</b>		
第一节	中小学书法教学原则	76
第二节	中小学书法教学计划	77
第三节	中小学书法教学大纲	80
第四节	中小学书法教学实施方案	82
第五节	中小学书法教学类型	87
<b>第七章 中小学书法社团的构建</b>		
第一节	中小学生书法社团成立的方法	96
第二节	中小学书法社团章程的制定	97

## 下篇：中小学书法教案纲要

<b>第八章 硬笔楷书笔画教案</b>		
第一课	硬笔书法常识	103
第二课	入学书写水平测试	104
第三课	执笔、钢笔、横、竖(垂露竖)	105
第四课	临写、竖(悬针竖)、撇	108
第五课	运笔、作业要求、捺	110



第六课	折——右上折(横折、横撇)	112
第七课	折——左下折(竖折、撇折、撇点)	114
第八课	提、竖提	115
第九课	期中考试——作品临摹	116
第十课	竖钩、弯钩	117
第十一课	斜钩、竖弯钩、竖弯	118
第十二课	卧钩、横钩	119
第十三课	点	121
第十四课	横折钩、横折提	122
第十五课	横折弯钩、横折弯	123
第十六课	横折折撇、横折折折钩、横撇弯钩	123
第十七课	竖折折钩、竖折折撇	124
第十八课	期末考试——作品临摹	125

## 第九章 毛笔楷书笔画教案

第一课	毛笔书法常识	127
第二课	横(长横、直短横、仰短横、左细横、右细横)	132
第三课	竖(垂露竖、悬针竖)	135
第四课	撇——短撇(平短撇、斜短撇、弯头撇、回锋撇)	137
第五课	撇——长撇(斜长撇、竖长撇、直长撇、重端撇、柳叶撇、 出钩撇)	139
第六课	捺(斜捺、平捺、回锋捺、反捺)	142
第七课	折——右上折(横折、横撇)	144
第八课	折——左下折(竖折、撇折、撇点)	146
第九课	期中考试——作品临摹	148
第十课	提、竖提	149
第十一课	钩(竖钩、弯钩)	150
第十二课	钩(斜钩、竖弯钩、竖弯)	151
第十三课	钩(卧钩、横钩)	153
第十四课	点(侧点、长点、左点、撇点、挑点)	155

第十五课	点(横点、弯头点、竖点、横折点) .....	157
第十六课	横折钩、横折弯钩、横折弯 .....	159
第十七课	横折折撇、横折折折钩、横撇弯钩、竖折折钩 .....	161
第十八课	期末考试——作品临摹 .....	163

## 第十章 楷书偏旁部首教案

第一课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之一： 木字旁、木字底、禾字旁、禾字头、米字旁、米字底、 火字旁、火字底 .....	164
第二课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之二： 又字旁、又字底、提土旁、土字底、王字旁、王字底、 子字旁、子字底 .....	165
第三课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之三： 牛字旁、牛字底、车字旁、车字底、立字旁、立字底、 女字旁、女字底 .....	166
第四课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之四： 斤字旁、斤字底、巾字旁、巾字底、白字旁、白字头、 马字旁、马字底 .....	167
第五课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之五： 口字旁、口字底、日字旁、日字头、日字底、目字旁、 目字底、田字旁、田字头、田字底 .....	168
第六课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之六： 十字旁、十字头、十字底、单人旁、双人旁、人字头、 耳字旁、耳字底 .....	170
第七课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之七： 虫字旁、虫字底、弓字旁、弓字底、力字边、力字底、 方字旁、方字底 .....	171
第八课	独体字既用作偏旁又用作部首的区别之八： 月字旁、月字底、寸字边、寸字底、鸟字边、鸟字底、 山字旁、山字头 .....	172

第九课	期中考试——作品临摹 .....	173
第十课	独体字作偏旁或部首之一： 石字旁、矢字旁、衣字旁、舌字旁、舟字旁、身字旁、 鱼字旁 .....	174
第十一课	独体字作偏旁或部首之二： 齿字旁、革字旁、角字旁、缶字旁、页字旁、欠字旁、 足字旁 .....	175
第十二课	独体字作部首或部首之三： 大字头、父字头、厂字旁、广字旁、户字旁、走字旁、 门字框 .....	177
第十三课	独体字作偏旁或部首之四： 四字头、西字头、小字头、爪字头、穴宝盖、心字底、 皿字底 .....	178
第十四课	非独体字作偏旁或部首之一： 两点水、三点水、竖心旁、言字旁、示字旁、提手旁、 反犬旁、将字旁 .....	179
第十五课	非独体字作偏旁或部首之二： 金字旁、食字旁、绞丝旁、单耳旁、双耳旁、立刀旁、 反文旁、三撇儿 .....	181
第十六课	非独体字作偏旁或部首之三： 秃宝盖、宝盖头、病字头、建字旁、走之旁、四点底、 奉字头、登字头 .....	182
第十七课	非独体字作偏旁或部首之四： 草字头、私字儿、折文儿、隹字旁、左包框、同字框、 凶字框、国字框 .....	184
第十八课	期末考试——作品临摹 .....	185
<b>第十一章 楷书总体结构教案</b>		
第一课	结构之美 .....	187
第二课	结构美的总特征——匀	

	——笔画的匀之一:粗细、曲直、方圆·····	190
第三课	结构美的总特征——匀	
	——笔画的匀之二:方向、角度·····	192
第四课	结构美的总特征——匀	
	——空白的匀·····	193
第五课	结构美的总特征——变	
	——同种笔画的变化·····	195
第六课	结构美的总特征——变	
	——不同种笔画的变化之一:重心主笔·····	198
第七课	结构美的总特征——变	
	——不同种笔画的变化之二:神采主笔·····	200
第八课	结构美的总特征——变	
	——局部的变化之一:中紧外松·····	201
第九课	期中考试——作品临摹·····	203
第十课	结构美的总特征——变	
	——局部的变化之二:上紧下松·····	204
第十一课	结构美的总特征——变	
	——局部的变化之三:左紧右松·····	206
第十二课	结构美的总特征——变	
	——局部的变化之四:宽度变化·····	206
第十三课	结构美的总特征——变	
	——局部的变化之五:高度变化·····	208
第十四课	结构美的总特征——变	
	——局部的变化之六:斜正变化·····	209
第十五课	结构美的总特征代表性范字复习临摹·····	211
第十六课	结构美的总特征理论应用实例分析之一:	
	“也”字·····	213
第十七课	结构美的总特征理论应用实例分析之二:	
	学生名字·····	214

第十八课	期末考试——作品创作	215
<b>第十二章 楷书分类结构教案</b>		
第一课	独体字	216
第二课	上下结构之一	217
第三课	上下结构之二	218
第四课	左右结构之一	220
第五课	左右结构之二	221
第六课	上中下结构	222
第七课	左中右结构	223
第八课	全包围结构	224
第九课	期中考试——作品临摹	225
第十课	半包围结构	226
第十一课	三包围结构	227
第十二课	重复笔画结构	228
第十三课	疏密大小结构	229
第十四课	长短偏斜结构	230
第十五课	俯仰向背弧单结构	231
第十六课	其他结构之一	232
第十七课	其他结构之二	233
第十八课	期末考试——作品创作	234
<b>第十三章 书法作品通篇布局教案</b>		
第一课	书法作品介绍	236
第二课	书法作品创作准备	238
第三课	条幅	242
第四课	对联	243
第五课	长联	244
第六课	屏条	245
第七课	横幅	247
第八课	横披、匾额	248

第九课	期中考试——模拟创作 .....	250
第十课	中堂 .....	250
第十一课	斗方 .....	252
第十二课	信笺 .....	253
第十三课	手卷 .....	254
第十四课	册页 .....	255
第十五课	扇面(团扇) .....	256
第十六课	扇面(折扇) .....	257
第十七课	落款及盖印 .....	259
第十八课	期末考试——作品创作 .....	264
<b>第十四章 中小学教师硬笔书法培训讲稿</b>		
第一讲	硬笔楷书笔画 .....	268
第二讲	楷书总体结构 .....	280
第三讲	楷书分类结构 .....	291
第四讲	书法作品章法 .....	298
第五讲	中小学生学习书写问题分析及对策 .....	311

## 附录 李汉宁学术研究

书法创作如何表现主题	
——我的学院派书法作品《渐渐走近》的创作构思 .....	321
学院派书法作品《超越》的阐释 .....	326









# 第一章 中小学书法教育导论

## ● 第一节 中小学书法教育急需广泛推行 ●

汉字是中华民族的伟大创造和发明，是智慧的结晶，它不仅记录语言，还对思想的交流，文化的传播起巨大作用。用汉字作为载体的书法是人类文化宝库中的一颗璀璨的明珠，是世界艺术宝库中的一朵奇葩。书法教育不但是书法得以发展的基础，也是美育教育的一个重要组成部分，中小學生通过书法教育，能培养正确的审美情趣，树立高尚的道德情操，激发对祖国文化、对学习和生活的热爱。中小學的书法教育具有广泛的正迁移作用，对学生的人格塑造、身心健康、创造力、审美素质等方面的影响具有不可替代的作用。

然而，随着电脑的广泛应用，许多年轻人对电脑越来越依赖，汉字书写却越写越生疏。有人曾对“汉字书写现状”进行调查，结果显示，年轻人写字不规范、不合格的占大多数。究竟是什么原因让年青一代忽视了汉字书写？有专家分析认为：一是电脑的智能输入干扰了识文解字。一些简易的输入方式，如智能输入法，只要敲打声母字就都出来了，一些人看到同音就觉得对了，以至于对字的印象模糊。二是打印作业削弱了写字训练。年轻人书写能力的退化，还在于用手写字的训练机会比原来少了很多。在校的学生打印作业比例越来越大，而进入工作岗位的年轻人大多数在无纸化办公的环境中，写字量小了，写字能力自然就退化了。

因此，在中小学开展书法教育已成为全社会的广泛共识。书法教育有丰富的教育元素，它不光是一个美的教育，它还具有育德、启智、健体、审美等综合效应作用。启迪人观察、发现、欣赏、鉴别，兼顾应变、创新等能力，锻炼人的意志品质。在日本、韩国、新加坡等国家的一些中小学课程表中，“书法”被列入必修课。作为中国人，更应该把写好母语——汉字，当成一种责任。

近年来，全国各级教育行政部门对中小学书法教育非常重视。2007年5月22日广东省教育厅下发了粤教研〔2007〕4号《广东省教育厅关于加强中小学书法教育的意见》；2009年7月29日云南省教育厅下发了云教基〔2009〕30号