

全国小学教师基本功训练教材

写

字



国家教育委员会师范教育司 组编

JBCG

全国小学教师基本功训练教材

写字

国家教育委员会师范教育司 组编

东北师范大学出版社

1996·长春

(吉)新登字 12 号

主 编 叶志新

编 者 王振东 张佳荣

路 虎

全国小学教师基本功训练教材

写 字

XIE ZI

国家教育委员会师范教育司 组编

责任编辑：郑东宁 封面设计：魏国强 责任校对：孙长春

东北师范大学出版社出版
(长春市斯大林大街 110 号)
(邮政编码：130024)

东北师范大学出版社发行
吉林工学院印刷厂制版
黑龙江新华印刷二厂印刷

开本：787×1092 毫米 1/32

1996 年 1 月第 1 版

印张：7.25

1996 年 1 月第 1 次印刷

字数：156 千

印数：100 001—400 000 册

ISBN 7 - 5602 - 1752 - 4/G · 849

定价：5.90 元

关于开展 小学教师基本功训练的意见

一

1991年,国家教委教师[1991]8号文《关于开展小学教师继续教育的意见》提出,基本功训练是现阶段小学教师继续教育的重要内容之一。几年来的实践证明,开展小学教师基本功训练,符合我国小学教育和教师队伍的实际,是教师继续教育的一项基础工作,能直接有效地提高教师的教育教学能力,对于全面贯彻教育方针,全面提高义务教育质量有重要意义。因此,必须把小学教师基本功训练抓紧抓好。

二

教师基本功是教师从事教育教学工作必须具备的最基本的职业技能。它包括通用于所有教师的一般基本功,也包括学科教学和教育工作的基本功。随着教育事业的发展和教师队伍素质的提高,教师基本功训练的内容和要求也将相应拓宽和提高。在当前一段时间内,应着重抓好以下几方面的基本功

训练：

(一)口语表达方面，能熟练掌握汉语拼音，用普通话进行教学，普通话一般应达到国家语委制定的《普通话水平测试》二级水平；在公众场合即席讲话，能正确清楚地表达自己的思想，做到观点鲜明，内容具体，用词准确，条理清楚，节奏适宜。

(二)写字方面，能正确运用粉笔、钢笔、毛笔，按照汉字的笔画、笔顺和间架结构，书写规范的正楷字，并具有一定的速度。

(三)简笔画方面，能按教学要求，突出教学重点，用简练的线条较快地勾画出事物的主要特征，设计、绘制简笔画。

(四)使用、制作教具方面，能按教学要求，正确使用教具；能就地取材，制作简易的教具。

(五)组织教育活动方面，能按小学德育大纲的要求，组织班队活动，掌握进行家庭访问，对学生进行个别教育等技能。

三

教师基本功训练要面向全体教师，通过各种训练活动，使全体教师在原有基础上得到提高。教师基本功训练是长期进行的教师培训活动，必须长期反复练习才能熟练掌握，运用自如。不同时期有不同的训练内容和要求，要分阶段进行训练。每个阶段的具体实施过程中，要针对不同地区不同对象的具体情况，提出不同的训练项目和训练标准，分层次地达到训练要求，切忌“一刀切”，要把阶段训练和长期训练有机地结合起来。开展教师基本功训练要讲求实效，训练内容、要求、形式都

要适合教师和学校的具体情况,要做到练有所得,练以致用,促进教育教学能力的提高,达到提高小学教育教学质量的目的。

四

教师基本功训练是群体性和个体性相结合的持久实践活动,必须充分调动全体教师参加训练的积极性、主动性,激发他们的兴趣,才能持久地把这项工作搞好。自学自练是开展基本功训练的关键环节,必须牢牢地抓住,通过反复的练习,养成习惯,持之以恒。同时,要按照基本功训练的特点和规律,辅之以必要的理论指导和考核评估,提倡能者为师,互教互学。

基本功训练要紧密结合教育教学工作,要与教学活动,课外活动,教师业余文化生活,学校校园文化建设紧密结合。要采取灵活多样的方式,或开展校际间的交流,或组织表演和竞赛,给教师创造一个良好的训练环境。

五

各级教育行政部门、培训机构和教师任职学校对小学教师基本功训练要高度重视,加强宣传工作;要各司其职,各负其责,加强领导和管理,把这项工作抓紧抓好。教育行政部门要制定政策、划拨经费,保证基本功训练的开展;要制定训练实施方案和管理、考核办法;要建立表扬、激励机制,抓好典

型,及时总结并推广典型经验。培训机构要与教研部门密切配合,有计划分层次地组织训练活动;加强对基本功训练的业务指导和管理,开展对基本功训练的研究,定期组织基本功训练的考核、评估、验收。教师任职学校是基本功训练的主要场所,校长是该活动的主要组织者。要建立约束机制使训练制度化,提供训练时间和必要的物质条件,加强日常检查监督,保证教师基本功训练持久、有效地开展,不断提高小学教育教学水平。

编者的话

小学教师肩负着教书育人的重任，需要全面而扎实的基本功，汉字书写是其中十分重要的一项。教师写一手好字，对于提高全民族科学文化素质，全面提高教育质量以及加强信息交流促进经济发展都有极其深远的意义。《写字》一书试图为小学教师如何写一手好字探索出一条切实可行的途径。

本书以服务于教学为出发点，以提高小学教师汉字书写水平为目的。经过系统的学习、训练，使小学教师达到下面几项具体要求：

1. 提高小学教师必须写一手好字的认识；
2. 运用科学方法指导练字；
3. 掌握汉字笔画、结构的书写规律和技巧；
4. 比较熟练地书写楷体字，基本会写行楷字；
5. 比较熟练地掌握粉笔、钢笔的书写要领，初步掌握毛笔字的书写知识；
6. 养成良好的学习习惯和严肃认真的工作态度。

本书采用笔画上分、结构上合的编写体例，突出汉字结

构的重点，遵循写好笔画为汉字结构服务的基本原则，体现粉笔、钢笔和毛笔的特点。其中粉笔笔画的运笔技法是一次大胆的尝试。把它单列一节，其原因，一是这个技法是多年来粉笔书写实践的总结，尚需要探讨理论依据；二是它与钢笔、毛笔的运笔技法有着很大差异。

本书具有如下特点：

1. 所选例字是小学语文课本里的印刷楷体字，是学习写字的楷中之楷。它没有明显的书家帖意，但是，为将来向书法艺术领域过渡奠定了坚实的基础。

2. 临写用格系多功能田字格。这种格具有古今各种临写用格的优点，有多种功能。它既便于确定笔画起止，又利于安排部件位置。

3. 书写方法简明扼要，易于掌握。无论是笔画还是结构，都立足于正确、规范，既有利于教师练字，又有利于教师指导学生写字。

4. 训练内容既有楷书又有行楷，应用范围比较广泛。

由于缺乏经验，水平所限，一定会有很多不妥之处，请予斧正。

编者

1995年12月

目 录

第一章 练字常识.....	(1)
第一节 教师为什么要练出一手好字.....	(1)
一、教师练字是对整个社会负责.....	(1)
二、教师的字是学生的活字贴.....	(3)
三、教师的字是提高教学质量的重要因素 之一.....	(4)
四、教师练字，势在必行.....	(5)
第二节 写字与书法.....	(6)
一、写字与书法的目的和层次不同.....	(6)
二、写字与书法研究的内容不同.....	(7)
三、写字与书法在选帖上不同.....	(8)
第三节 教师练字要从印刷楷体入手	(10)
一、印刷楷体应用的广泛性，决定了它是各种 书体中唯一的通用字体	(10)
二、印刷楷体字的规范性，决定了它是教师、 学生练字的标准字帖	(12)

第四节	练字的方法与步骤	(13)
一、	取法单一，借鉴其他	(13)
二、	以临为主，心手并用	(15)
三、	先大后小，多笔齐用	(16)
四、	突出重点，兼顾一般	(17)
五、	精读熟背，重在应用	(19)
六、	学会用格，安排点面	(20)
第五节	写字的姿势与执笔方法	(22)
一、	写字姿势	(22)
二、	毛笔执笔方法	(24)
三、	钢笔执笔方法	(26)
四、	粉笔字的执笔方法	(26)

第二章 楷书的笔画

第一节	粉笔字基本笔画的运笔技法	(29)
第二节	钢笔、毛笔基本笔画的写法及变化规律	(60)
一、	点的写法及组合变化	(61)
二、	横的写法及种类变化	(66)
三、	竖的写法及其结构变化	(70)
四、	撇的写法及形态变化	(75)
五、	捺的写法及位置变化	(78)
六、	钩的写法及方向变化	(81)
七、	折的写法及角度变化	(87)
八、	提的写法及斜度变化	(91)
第三节	复合笔画的种类及写法	(93)

一、横折钩、横折弯钩、横撇弯钩的写法 …	(94)
二、竖折折钩、竖折撇、横折折折钩的写法	(98)
三、横折提、横折弯和横折斜钩的写法.....	(102)

第三章 楷书的结构..... (106)

第一节 多功能田字格在结构训练中的作用..... (107)

一、确定笔画的起止与走向.....	(107)
二、确定字的重心与匀称.....	(109)
三、确定字的部件比例与分界线.....	(112)
四、确定字的大小与满格.....	(117)
五、确定字的几何外形与笔画伸缩.....	(120)

第二节 独体字结构..... (125)

一、横多有别，取势平稳.....	(126)
二、撇捺搭配，长短适宜.....	(128)
三、重心平稳，斜中求正.....	(132)
四、突出主笔，中竖宜直.....	(138)
五、疏密得当，肥瘦适中.....	(142)

第三节 合体字结构..... (146)

一、左右结构.....	(146)
二、左中右结构.....	(160)
三、上下结构.....	(171)
四、上中下结构.....	(181)
五、半包围结构.....	(188)
六、全包围结构.....	(198)

第四章 行楷的笔画和结构	(206)
第一节 行楷的笔画.....	(207)
第二节 行楷的结构.....	(213)
一、连带呼应.....	(213)
二、改变笔顺.....	(215)
三、简化笔画.....	(215)

第一章 练字常识

第一节 教师为什么要练出一手好字

文字是记录语言，是表达和交流思想的工具。字写得正确、端正、美观，能增强表达效果。提高汉字书写水平也是提高民族素质的一个重要方面。作为一个中国人，一个使用汉字的人，人人都应该写一手好字，以适应工作、学习、生活的需要。作为身担教育之重担，肩负传播科学文化知识的教育工作者写一手好字，意义是极其深远的。

一、教师练字是对整个社会负责

人们常说：“文如其人，字如其人。”这是因为字往往反映一个人的学识、性格、气质和风度等。毛泽东同志的字奔放、豪迈，凤舞龙飞，气吞山河，足以表现出他那博大的胸

怀和宏伟的气魄；周恩来同志的字苍劲、峻拔、清晰、严谨，表现了他坚定而谨慎的性格和苍松翠柏般的道德风范；朱德同志的字丰厚、挺阔、稳健，表现了忠诚、稳重、刚毅的性格和宽阔的襟怀。他们的墨迹，如同他们的伟大人格一样，深受人民群众的仰慕。

作为一名人民教师所写的字，能否和教师的光荣称号相称，将直接关系到教师在学生心目中的地位和社会上的声誉。

教师，为人之师表，而教师的字又是为师之表。作为一名教师，写好字是最起码的要求。特别是那些少儿的启蒙教师——小学教师，尤其应该写好字。如果他们的字写不好，直接影响着一代又一代亿万后生，给信息交流造成很大负担，给社会造成很大负担。这样讲，并非夸大其词。据《北京晚报》1985年8月14日报道：由于书写上的原因，首都每天有20万封平信无法投递；1985年10月11日，全国邮政总局发出呼吁，要求广大用户在信函、电报、包裹等邮件上，注意书写工整、清楚、规范，以便投递的迅速、准确；汉字书写的混乱，严重阻碍了信息的交流，由此，《人民日报》1986年9月28日发表《促进汉字规范化，清除社会用字混乱》的社论，指出：“当前社会上乱用繁体字、乱造简化字、随便写错别字的现象相当普遍，应当引起高度重视。”可见，作为一名教师写好字是党和人民赋予的神圣职责。

建国前，那些只读过几年书，现在已步入中年、老年的前辈，他们大多注重文字书写，而且基本功十分扎实，写起字来，工整而规范，很少出现差错。究其原因，那时候十分重视文字书写的基本功训练。建国后，我们党和政府也非常

重视文字书写，在小学开设了大楷课、小楷课。但由于“十年浩劫”，文字书写也遭到了严重破坏。在进入信息社会的今天，本着对子孙后代负责，对社会负责的精神，提倡教师加强汉字书写基本功训练，其意义是十分深远的。

二、教师的字是学生的活字帖

老师的字写得工整、清丽、大方、美观，学生受其熏陶，自觉不自觉地摹仿，日久年深，也将字写得同老师相差无几。如果老师的字写得歪歪扭扭，既不美观，又不工整，学生目睹其形，没有好感，也将失去写好字的兴趣。其结果是可想而知的。

小学教师的字，应是小学生的活字帖，给学生一个好的启蒙。小学生具有可塑性强、善于模仿的特点。在他们眼里，老师的一切都是正确的，是最可信赖的人。教师在他们心目中是至高无上的，课堂上的板书，作业批改中的评语，都对学生起着潜移默化的影响。教师的字就是学生的字帖，好与坏他们都认为是正确的，不管你让不让他们模仿，都在有意无意地影响着他们。教师的一言一行，一笔一画，都给孩子起着导航的作用。大量事实无不说明这个道理。一个教师一生中能做二十几年的班主任，教千百名学生，教师的字好与坏，影响的不是“一兵一卒”，而是“千军万马”，所以教师不但要有牢固的专业知识，还应练好一手规范漂亮的楷书字，并掌握一定的书法理论知识，提高自身的写字修养，给学生一个好的启蒙，使之终身受益。

三、教师的字是提高教学质量的重要因素之一

不少中小学教师都有共同的感受，教师写一手漂亮的粉笔字，能起到提高课堂教学效果的作用。可以说，工整、漂亮的板书是课堂教学中一个必不可少的教学环节。这是因为学生对老师的评价往往是先从外观开始的，教师的外表、形象，课堂中的言谈举止，粉笔字好坏，常常被作为学生评价一个教师优劣的标准之一。一个教师若能在第一堂课中板书写出漂亮的字体，一定会给学生留下一个深刻的印象，从而帮助教师在学生中迅速地提高威信。一次，外地的教师到省城借学生讲观摩课。当他一走进课堂，几十名陌生的学生和几百名陌生的听课人，拭目以待。当这位教师转身在黑板上写出“董存瑞舍身炸暗堡”八个字的课题时，大厅顿时静下来，有的发出啧啧赞叹声，有的投以赞美的目光。教师的形象立刻高大了，几乎所有的人都对他这节课的成功充满了信心。可以说，刚一上课，靠一手好字为全课定下了成功的基调。

教师在课堂上写出工整、美观、清晰的字，能吸引学生的注意力，把学生的精力集中到讲课的内容上来，提高课堂教学效果。同时，好的板书会给学生美的享受。它可以潜移默化地培养学生的艺术修养和欣赏能力，从而培养学生严肃认真、耐心细致的工作和学习态度，使学生从老师的板书中陶冶自己的情操。