



硬笔

1-5 级

书法考级教程

主编 金丹

名称	字 例					要 求
建字旁	又	建	延	迺	巡	建字旁的捺笔须挺拔，以托住右部首。
矢字旁	矢	短	矩	矫	雉	矢字旁宜矮略小，整体须有右仰势。
牛字旁	牛	物	牲	犊	特	牛字作旁时，竖画须写成垂露竖，整体窄长。
革字旁	革	勒	鞣	靳	鞭	革字旁的所有横画须有向上顺势。
耳字旁	耳	聊	聪	聆	聘	耳字旁宜瘦长，挑笔须拉长。
舟字旁	舟	船	舰	艦	艇	舟字旁的挑笔宜拉长起笔，但收笔不出头。
是字旁	是	题	匙	匙	堤	是字作左旁时，捺笔宜长托住右部首，作右部时须略收敛。
舌字旁	舌	刮	舐	辞	舔	舌字旁宜矮略小，整体有向上顺势。
白字旁	白	皎	皖	皓	皈	白字旁宜矮小以衬右部。
见字旁	见	砚	规	视	覩	见字旁较宽，竖弯勾宜写得有力。

书法水平等级证书考试专用教材

硬笔

书法考级教程

(1-5级)

主 编 金 丹
副主编 汪寅生 王 刚
 王惠松 秦连柏
 叶海舟



 江苏教育出版社
JIANGSU EDUCATION PUBLISHING HOUSE

请登录以下网站关注最新书法考级动态

南京艺术学院书法考级网

<http://shufa.njarti.edu.cn>

江苏自考网

<http://www.jszk.net.cn>

书 名 书法考级教程
硬笔(1-5级)
主 编 金 丹
责任编辑 徐正康 沈晓蕾
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏教育出版社(南京市马家街31号 210009)
网 址 <http://www.1088.com.cn>
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京水晶山制版有限公司
印 刷 东台市人民印刷有限公司
厂 址 东台市新桥路136号(邮编 224200)
电 话 0515-5213471
开 本 787×1092毫米 1/16
印 张 4.25
字 数 81 000
版 次 2005年8月第1版
2006年2月第2次印刷
印 数 3151-8170册
书 号 ISBN 7-5343-6145-1/G·5840
定 价 11.10元
邮购电话 025-85400774,8008289797
批发电话 025-83260767,83260768,83260760
盗版举报 025-83204538

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换
欢迎邮购,提供盗版线索者给予重奖

前言

书法是中国特有的传统艺术,它是以汉字为载体的。汉字在中华民族的历史长河中,一方面起着思想交流、文化继承等重要的社会作用,另一方面随着历史的前进,汉字不断演化发展,经过漫长岁月的积累和修炼,成为中华民族的文化瑰宝,并且在世界文化艺术宝库中独放异彩。

今天,世界已经进入 21 世纪,中华和平崛起的愿望已深深映入每个中国人的心里,实现愿望的起点就在于科教兴国战略。培养大批高素质的人才,全面提高中华民族的文化素质和创新能力是国家兴盛的关键,而美育是其中不可缺少的重要内容。近年来,在全国教育界大力提倡素质教育的要求下,书法基础教育已得到越来越广泛的重视。

中小学阶段是青少年意志品质和认知能力形成的重要时期,由于书法在美育中的特性,不仅可以陶冶中小学生的情操,促进中小学生身心的和谐发展,而且有利于激发和强化中小学生的创造欲望,培养中小学生的形象思维能力及审美能力。同时,书法也从一个侧面反映了中华民族的五千年文明史源远流长、博大精深,学生练习书法的过程也是增强爱国主义情感、培养坚韧的意志品质的过程,更是培养学习的耐心和持久力、养成良好学习习惯的过程,有利于促进中小学生的全面健康成长,有利于提高学生的书写能力。



前言

因此,我们特地组织了一批专家学者编写了《书法考级教程》,它分为毛笔(1—3级)、(4—7级)、(8—10级)三册,硬笔(1—5级)、(6—10级)两册,供学生、教师和家长参考。

这套学习用书,依据书法水平等级考试的标准及中小学生学习书法的特点,从汉字的基本笔画、偏旁部首,到字的间架结构、章法,逐步展开,由浅入深,既给初学者提供实用的学习方法,又能为初级到高级理出一条清晰的训练途径。在编写的内容上,毛笔书法部分采用古代经典名作作为讲析和临摹的范本,注重传统的继承,不局限于一种体、一本字帖,而是提倡风格多样、百花齐放。硬笔书法部分特别选用中小学教材作为参考,这样中小学生在学书法的同时又能与课文结合起来,同时在中、高级阶段增加了钢笔临写古代毛笔经典字帖的教程,目的是在实用的基础上向艺术过渡,提高学生的书法审美能力,这正是这套学习用书的特点。

我们以书法考级为手段,以继承和弘扬祖国传统文化艺术为目的,希望广大中小學生都能写得一手好字,并将书法这门艺术在你们手中得以传承和发扬。

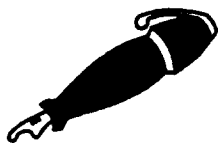
江苏省高等教育自学考试委员会 南京艺术学院

2005年5月



目 录

第一章	写好钢笔字的意义	1
第二章	写好楷书是基础	3
第三章	勤学苦练是关键	5
第四章	摹帖、临帖是必经之路	6
第五章	钢笔的正确执笔法	8
第六章	写钢笔字的正确姿势	10
第七章	楷书笔画写法	12
一、点	15
二、横	15
三、竖	16
四、撇	16
五、捺	16
六、折	17
七、挑	17
八、钩	18
第八章	楷书偏旁部首书写要点	19
第九章	楷书结构书写原则	30
第十章	楷书结构书写要领	32
第十一章	教你练习创作	38
附录 1	中小学生必背诗词、古文精选强化练习	47
附录 2	学生习作定级参考范例(1—5 级)	59
附录 3	书法水平等级考试(硬笔)的分级标准	61





写好钢笔字的意义

在日常的工作、学习和交往中,我们几乎天天要写字,尽管电脑能代替一些工效,但还是离不开亲手写字。写字的工具中,要算使用钢笔的机会最多。这是因为钢笔(圆珠笔、签字笔)使用起来简便,书写流利,笔迹清晰,保留持久,又携带方便,因而非常实用。今天,我们不论写信、作文,还是记日记、做作业,几乎都是用钢笔、圆珠笔来书写的。这些用钢笔书写的字,除了给自己看,还要让别人看,因此就需要把字写好,以达到便于认读的目的。否则,就不能很好地发挥文字的作用。

关于写好钢笔字的意义,郭沫若早在1962年就指出过,他在给《人民教育》题词中说:“培养中小学生写好字,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。”

那么,写好钢笔字究竟有些什么意义呢?

1. 有利于工作和学习。我们上课记笔记,下课做作业,如果字写得好,既便于自己复习,也便于老师批阅。相反,如果字写得不好,笔画潦草,面目不清,东倒西歪,错误百出,就会使人难以辨认,甚至引起不必要的误解。这样既浪费了别人的时间和精力,又影响了我们的工作和学习。

2. 有利于社会交际。我们每个人差不多都要和社会和他人发生联系,用书写的方式来往可以说是不可缺少的。如果写字人的字写得好,那么读起来就通顺易懂,不仅有利于达到传递信息的目的,而且也会使对方对你产生好感,有利于进一步交往。相反,字迹潦草又东涂西改,读起来困难,既影响办事效率,也会使对方对你所写的字感到厌烦、头痛。

3. 有利于培养认真负责的精神。钢笔字主要是写给别人看的。如果你字写得



整洁、正确,使人一看就明白,说明你做事认真,并不马马虎虎,同时还体现了你能尊重别人又肯对自己负责的精神。而一个人要想能写得一手好字,要下许多苦功,所以也就特别能培养一个人的专心致志、持之以恒的好习惯。

4. 有利于提高审美水平和情操修养。写字同弹琴、吟诗、绘画一样,能陶冶人的性情,加强有关的艺术修养,净化心灵。因此,钢笔字写得好,正如语言美、行为美一样,能反映一个人的道德品质和精神面貌。一个诚实稳重的人,写出来的字不会胡里花俏的。同样,一个粗枝大叶的人,很难写出一手工整清秀的字来,“字为心画”就是这个道理。

5. 有利于身心健康。写字是一种很好的运动。写字时要凝神静思,消除一切杂念,听凭笔纸接触,心手交应。这样,一方面集中了思想,一方面又活动了筋骨。久而久之,写字者的身心得到了锻炼,其情绪达到了宁静致远,自然也能使人的身心健康得到良好地发展。

由此可见,钢笔字写得好不好,不仅影响着我们的工作和学习,而且关系到我们的精神文明、人格修养和身体健康,其意义重大,非同小可。

我们说的钢笔字写得好不好,是指字既要写得正确,合乎规范,又要写得美观,具有艺术性,才能使人赏心悦目,精神愉快,从而更好地发挥文字的作用。



写好楷书是基础

.....

我国的文字由象形字发展而来,至今已有五千年的历史。我们常见的有篆、隶、楷、行、草五种书体。但最实用的还是楷、行两种书体。

楷书的特点是点画分明,结构稳定,形态方整,法度严谨,实用价值大,欣赏价值也高。从晋唐以来直到今天,楷书不仅作为正规的字体来使用,而且是学习书法的典范。通过字体的比较可以看出,楷书工整清楚,行草流动奔放,所以古人把楷书比做人的“站立”,把行书比做“行走”,把草书比做“奔跑”。人只有立稳了,才能走和跑。学习写字也是同样的道理,只有先把正楷字学好了,才能学好其他字体。归结到底,我们写钢笔字写得最多的,将来还是手写体,就是行楷和行草字。但如果我们不先掌握好正楷字的基本写法,而直接去学行草体字,那么就只会越写越乱,越写越潦草。比如一个人站都没站相,那他跑起来的姿势就一定不会好看。坏习惯的养成并不费力,可要想改过来就困难多了。

根据我们体会,一个人如能在上小学时就写好正楷,继续努力,初中时就能写好行楷,高中时能写好行草,大学时则可写好以词语连写为特点的快写。此后,你就可以随时写出一手漂亮的钢笔书法来。这该是一件使人感到多么惬意的事啊!

下面是“山水”两字的各种书体写法,从中我们可以看出汉字书写的演变过程,并领略到它们的不同特点。



象形字,山如三山从立,水如一水横流,极为形象,是自然形象的简括。



篆书,是由象形字演化而来,书写比较规整、匀称,笔画明确。



山水

隶书,将篆书的匀圆变为方折,用笔有变化,风姿翩翩,造型美观。

山水

楷书,点画分明,结体方正,用笔讲究八法,为汉字的典范。

山水

行书,是楷书的流动写法,如行云流水,自然而生动,易写好认是其突出的优点。

山水

草书,是楷书的快速书写,有一定的草法,笔画简捷,意态飞动。



勤学苦练是关键

.....

我国有一句古话：“精诚所至，金石为开。”意思是只要真心真意地去努力追求，意志坚决，那么再大的困难也会克服，就是坚硬的石头也能打开。我们学习书法，就要有这种精神。这方面，我国至今还流传着不少关于古人认真习字的动人故事。

相传汉朝有个人叫张芝，从小就爱写字，学习很用功。他白天以指画地，夜里睡在床上画被。由于长期在水池边苦练书法，洗毛笔时，把清澈的池水给染黑了。功夫不负有心人，后来他终于成为一名大书法家。

隋朝有个叫智永的和尚，是王羲之的第七代孙子。他在吴兴永欣寺里钻研书法，四十年不下楼，写坏的笔头装满了五十箩。他把这些坏笔头埋在土里，做了个坟墓，叫“退笔冢”。由于他的字写得好极了，远近闻名而来求字的人特别多，以至庙里的门槛都被踏破了。他只好另做新门槛，并用铁皮来包着，人们称之为“铁门槛”。

唐朝也有个和尚书法家叫怀素，因为家里穷，买不起纸张，就种了许多芭蕉，用芭蕉叶来练字。不仅如此，他还漆了一块厚厚的木板，在上面练字，久而久之，竟把这块木板都写穿了。他能成为一代书法大家，写得一手龙飞凤舞的好字，硬是靠苦练练出来的。

可见，写好字的关键在于一个“练”字。今天我们学钢笔书法，也要有勤学苦练的精神。具体地说，一要持之以恒天天写，每天练写几十分钟甚至一两小时。这样不断地坚持下去，必有成效。如果三天打渔两天晒网，就不会进步。二要少而精，每天反复写几个字，集中兵力打歼灭战。这样印象深、学得会，容易掌握，贪多了反而不易消化。三要循序渐进，由简单到复杂，由工整到流动，稳步前进，不能急于求成。



摹帖、临帖是必经之路

学习钢笔字,如同学习毛笔字一样,离不开“临”“摹”两个方面。不临摹字帖等于水之无源,木之无根。水无源当然流不远,木无根当然长不高。临摹是学好钢笔字的必由之路。

在中国书法史上,那些有成就的书法家,都是从临摹着手的。著名书法家王羲之,从小就跟卫夫人学字临帖,后来又转益多师,临摹了不少古代名帖,终于妙集众长,成了万众景仰的一代书圣。写好钢笔字也是如此。如今大家比较熟悉的许多硬笔书法家们,开始学练字的时候,都是从临帖开始,而且直到他们各自都能出版自己的钢笔字帖了,还常抽空临临古帖,不断充实自己钢笔字的艺术功底。

临摹需要范本。学习钢笔字的范本就是字帖。字帖有两种,一种是钢笔字帖,一种是毛笔字帖。毛笔字帖艺术性强,初学者一开始就临它,恐怕很困难。所以对于初学者来说,可先临摹钢笔字帖,在有了一定基础后,再临摹毛笔字帖,要力争做到临帖像帖。俗话说:“画龙像龙,画虎像虎,学得像。”学习时要像蚯蚓钻进泥土里似的,一头钻进字帖里,专心致志。

字帖有各种各样,临摹前首先要挑选一种自己比较喜欢的字帖,分析它的结构,找出它的特点,明白它的用笔,做到心中有数。心中有数了,下笔才会有数。三国时代的曹操,很喜欢当时的书法家师宜官写的字,一有空就读,后来他干脆把师宜官的字挂在帐子里日夜研究,有了这个读帖功夫,所以曹操写师宜官的字写得很好。

接着开始临摹字帖。临,就是照着字帖的样子写,如同绘画静物写生;摹,就是把透明纸蒙在字帖上写,等于描红。由于摹比临容易,所以可先摹后临。摹帖时要认真仔细,按照帖上的字,一笔一画地写。要求笔墨不要写到范字的外面去,要尽量写在范字中;同时,用笔要果断,不能迟疑不决。另外,用笔要有轻重徐疾的节奏,不能像拖地板似地拖过算数。



通过一段时间的摹帖,对帖上字的字形结构、用笔格式有所熟悉后,接下来就可以临帖了。临帖要做到三要:一要眼到手到心到;二要少而精,全神贯注,不仅用眼睛看,而且用手认真写;三要开动脑筋,思考怎样才临得像。所谓少而精,就是每天规定临三五个字到十来个字,反复写,集中精力打歼灭战,尽量消化它,最好能掌握它。如果字一下子临得很多,往往像抄书一样,印象不深。所谓不断比较,就是临了一遍后,把自己临的字同帖上的字进行比较,看哪一笔写得好,哪一笔写得不好,字形结构是否摆稳了,到底像不像,要找出差距看到缺点,从而加以改进。临一遍,比较一遍,改进一遍;不断临,不断比较,不断改进。这样越临越像,就越写越好了。



钢笔的正确执笔法

写好钢笔字,掌握正确的执笔方法很重要。一般说,毛笔是五指执笔法,钢笔是
三指执笔法。

正确的三指执笔法(如图1)有四个优点:

1. 拇指与食指的指头在前面紧紧地捏住笔杆,中指的关节从后面用力抵住笔杆。这三个手指从三个不同的方向握住笔杆,这样笔杆才能握得稳。书写时就凭这三指的力量,连同掌力和腕力来运笔。

2. 无名指和小指一齐弯曲紧靠中指。这两个手指虽然不直接与笔杆接触,但它们弯曲成环形贴在纸面可起底座作用。这样,执笔写字就平稳多了。

3. 笔杆上部自然地斜依在虎口处。因笔杆下部由三指握住,上部又贴在虎口上,上下落实,稳当牢靠。这样书写时就不会左右摇摆,更不会前后翻动了。

4. 由于受到钢笔本身特点的限制,钢笔字一般写得不大,因此钢笔的执笔不要太高,大致是手指离笔尖一寸。如果执笔太低,手指接触笔尖,容易被墨水弄污;同时,手指容易遮住光线和视线,影响写字。如果执笔偏高,往往难以控制笔尖,写出来的字就容易飘忽,缺乏力度。

常见的错误执笔有以下三种:

1. 用毛笔的五指执笔法(如图2)来执钢笔。用五指执笔法来执钢笔的大都是年纪大、写惯了毛

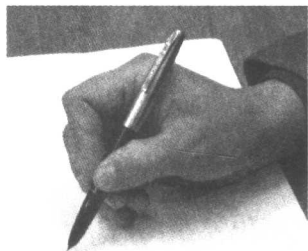


图1 正确的执笔法

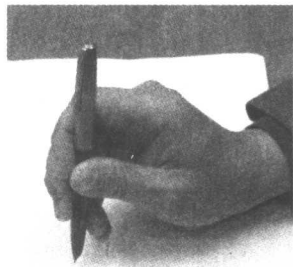


图2 错误的毛笔式执笔法



笔字的人,一时不习惯用三指来执钢笔。五指执钢笔的缺点是笔杆太直,笔尖接触面小,用不出力,缺乏弹性,难以把钢笔字写好。

2. 握拳式执笔(如图3)。这是一种小学生中常见的执笔法,即完全像手握拳头,把笔紧紧握在拳中,大拇指环包笔杆。这样书写手指不灵活,不利于写出漂亮的书法作品。

3. 倒卧式执笔(如图4)。用大拇指、食指和中指的指尖来执笔。因笔杆是圆的,指尖执笔容易转动,且书写时用笔不稳便,指不实,力也用不出。

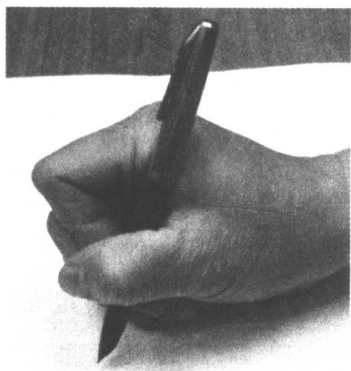


图3 错误的握拳式执笔法



图4 错误的倒卧式执笔法

上述三种错误的执笔法,会严重影响写字的进步,除了自己随时注意纠正外,也可请别人帮助督促,力求执笔稳当灵活。



写钢笔字的正确姿势

正确的写钢笔字姿势(如图1)可概括为五点:头正、身直、胸舒、臂开、足安。具体的要求是这样的:

1. 头正。头要端正,自然向前,不可歪斜或俯仰。眼睛要离笔头一尺左右,否则会损害视力,字也写不端正。

2. 身直。臀部平坐在椅面的中间,上身正直,略向前倾,切不可扑向桌子,弯得像大虾一样。

3. 胸舒。胸部要离开桌子一拳距离,使之留有活动余地。如果胸口抵住桌沿,会影响呼吸,写字时感到吃力闷气。

4. 臂开。左右小臂平放在桌面上,左手按纸,右手执笔。两臂要撑开一些,保持一定的距离,这样书写时才显得轻松、灵便,而且得力。

5. 足安。两足放平,脚踏实地,不可两脚并拢或一前一后,更不可交叠在一起。常见的错误姿势有以下几种:

1. 把头歪在左臂上,或者把头低下,靠近笔尖,其危害是头歪易使视线歪斜,头低易使眼睛近视。

2. 身体弯曲像虾,危害是易使人变成驼背。解放前,上海曾有个书法家,字虽写得很好,但由于写字姿势不对,后来成了驼背。

3. 身体左侧,纸也朝左歪摆或横着摆,这样既容易造成脊柱弯曲变形,字也容易写得歪斜,出现一行字写得左低右高的现象。



图1 正确的书写姿势



4. 胸口紧贴桌沿,不留活动余地,呼吸困难,影响身体健康。

5. 写字时大腿跷二郎腿,两脚没有平放在地上,重心偏离,这样人坐得不稳,字当然也写不稳。

以上所述错误的写字姿势,希望大家练字时一定要避免,只有保持正确的写字姿势,才能保证写好字、身体健康。