



硬笔楷书教程

笔画

中国好字帖

策划◎方平

舟恒划

主编◎张鹏涛

长江出版
湖北教育出

硬笔楷书教程 字根
硬笔楷书教程 笔画
硬笔楷书教程 部首
硬笔楷书教程 结构

硬笔行楷教程 字根
硬笔行楷教程 笔画
硬笔行楷教程 部首
硬笔行楷教程 结构

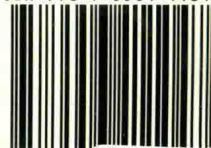
硬笔行书教程 字根
硬笔行书教程 笔画
硬笔行书教程 部首
硬笔行书教程 结构

张鹏涛书法工作室
师资培训 公益讲座 解疑释惑
QQ: 364194255



上架建议: 文教 | 字帖

ISBN 978-7-5564-1104-7



9 787555

定价:

硬笔楷书教程

笔画

中国好字帖

策划◎方平 舟恒划
主编◎张鹏涛

长江出版传媒
湖北教育出版社

(鄂)新登字 02 号

图书在版编目(CIP)数据

硬笔楷书教程.笔画/张鹏涛主编.

—武汉:湖北教育出版社,2016.8

(中国好字帖)

ISBN 978-7-5564-1104-7

I.硬…

II.张…

III.楷书-硬笔书法-教材

IV.J292.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 165369 号

硬笔楷书教程.笔画 YING BI KAI SHU JIAO CHENG.BI HUA

出版人 方平

封面题字 王正良

责任编辑 杨浩

责任校对 刘慧芳

封面设计 牛红

责任督印 张遇春

出版发行 长江出版传媒
湖北教育出版社

430070 武汉市雄楚大街 268 号

430015 武汉市青年路 277 号

经 销 新华书店

网 址 <http://www.hbedup.com>

印 刷 武汉安捷印刷有限公司

地 址 武汉市新江岸五村 190 号二七工业园

开 本 880mm×1230mm 1/16

印 张 4

版 次 2016 年 8 月第 1 版

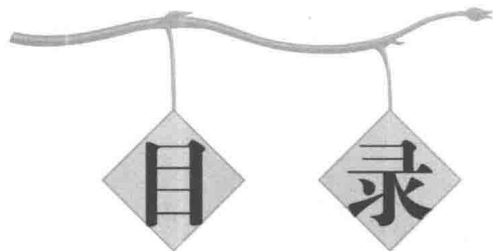
印 次 2016 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5564-1104-7

定 价 18.00 元

版权所有,盗版必究

(图书如出现印装质量问题,请联系 027-83637493 进行调换)



目 录

一、基本笔画

第 1 课	长 横	1
第 2 课	短 横	2
第 3 课	斜 横	3
第 4 课	悬针竖	4
第 5 课	垂露竖	5
第 6 课	小短竖	6
第 7 课	短斜竖	7
第 8 课	平 撇	8
第 9 课	短斜撇	9
第 10 课	长斜撇	10
第 11 课	竖 撇	11
第 12 课	竖弯撇	12
第 13 课	斜 捺	13
第 14 课	平 捺	14
第 15 课	左垂点	15
第 16 课	右斜点	16
第 17 课	啄 点	17
第 18 课	挑 点	18
第 19 课	长反点	19
第 20 课	斜 提	20
第 21 课	竖 提	21
第 22 课	横折竖提	22
第 23 课	横斜折	23
第 24 课	横直折	24
第 25 课	斜竖折	25
第 26 课	直竖折	26
第 27 课	撇 折	27
第 28 课	横 钩	28
第 29 课	竖 钩	29
第 30 课	弯 钩	30
第 31 课	斜 钩	31

第 32 课	卧 钩	32
第 33 课	竖 弯	33
第 34 课	横折弯	34

二、组合笔画

第 35 课	横 撇	35
第 36 课	撇 点	36
第 37 课	竖弯钩	37
第 38 课	横斜钩	38
第 39 课	横折弯钩	39
第 40 课	横折斜钩	40
第 41 课	横折竖钩	41
第 42 课	竖折折钩	42
第 43 课	竖折撇	43
第 44 课	横折折撇	44
第 45 课	横折折折钩	45
第 46 课	横撇弯钩	46
第 47 课	相向点	47
第 48 课	相背点	48
第 49 课	左右点	49
第 50 课	上下点	50
第 51 课	合三点	51
第 52 课	两对点	52

三、笔画应用

第 53 课	横画的应用	53
第 54 课	竖画的应用	54
第 55 课	撇画的应用	55
第 56 课	捺画的应用	56
第 57 课	点画的应用	57
第 58 课	提画的应用	58
第 59 课	折画的应用	59
第 60 课	钩画的应用	60

一、基本笔画

第1课 长横

笔画训练

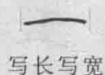


[讲解]

顾名思义，长横就是长长的横。横一定要写长，突出写横，横为主笔。

[写法]

1. 长度



写长写宽

2. 角度



从左往右

3. 速度



慢—快—慢

4. 弧度



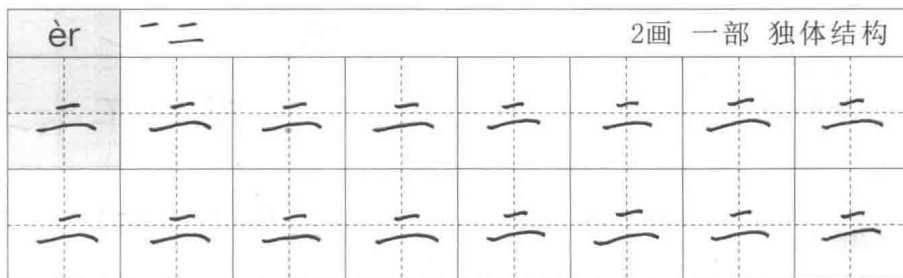
中间略往上拱

范字训练

字呈扁形



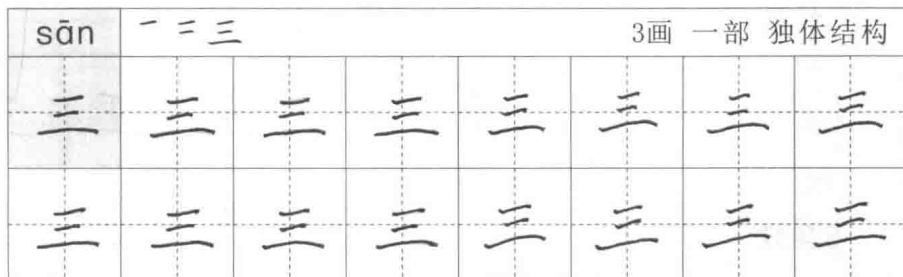
上短下长



中横最短



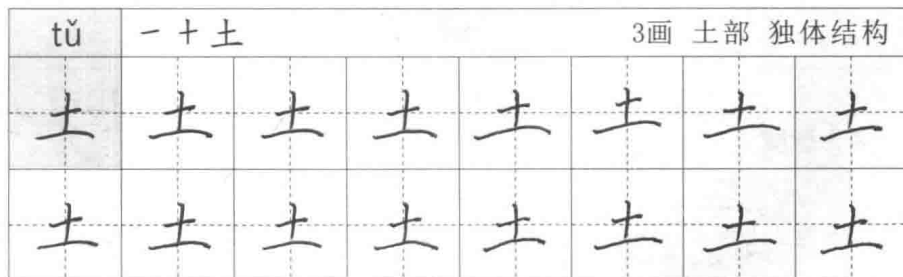
底横最长



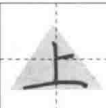
中线对称



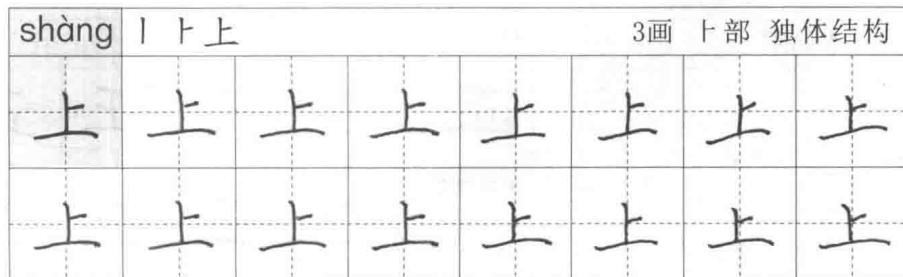
底横写长



竖居横中

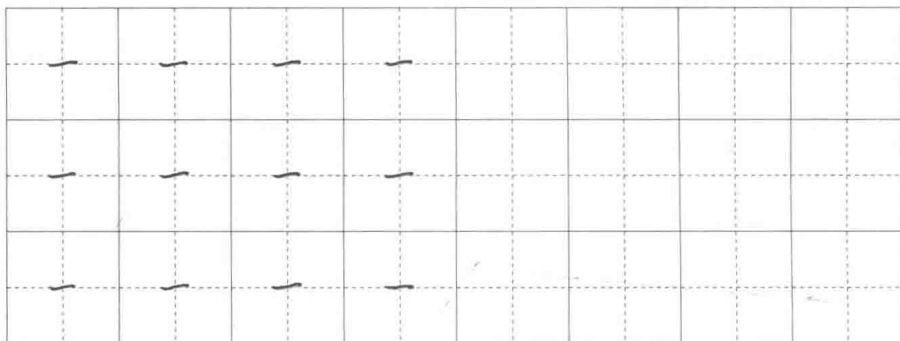


底横写长



第2课 短横

笔画训练



[讲解]

短横就是偏短的横，与长横相比很短，大概是长横的一半长。

[写法]

1. 长度



2. 角度



3. 速度



4. 弧度



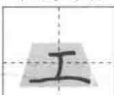
范字训练

中线对称

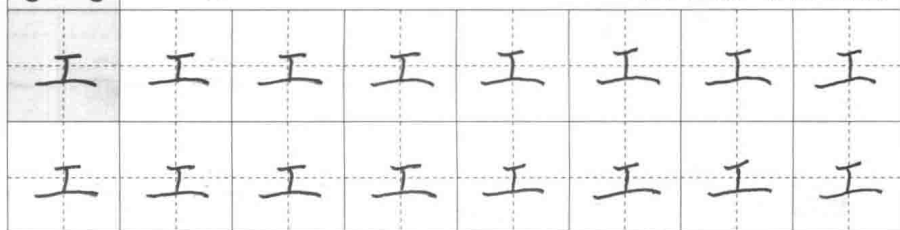
gōng

一 工

3画 工部 独体结构



底横写长



中线对称

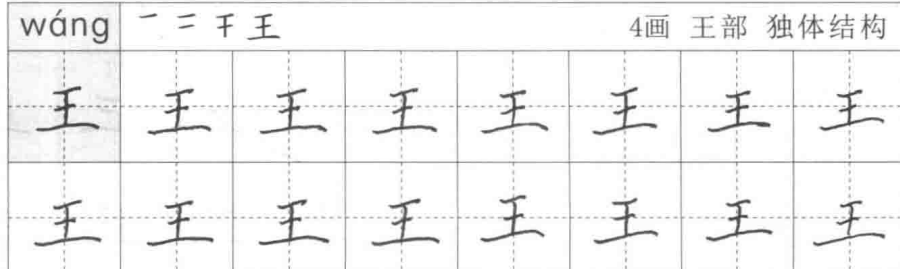
wáng

一 二 王

4画 王部 独体结构



多横等距

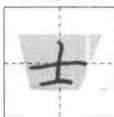


中线对称

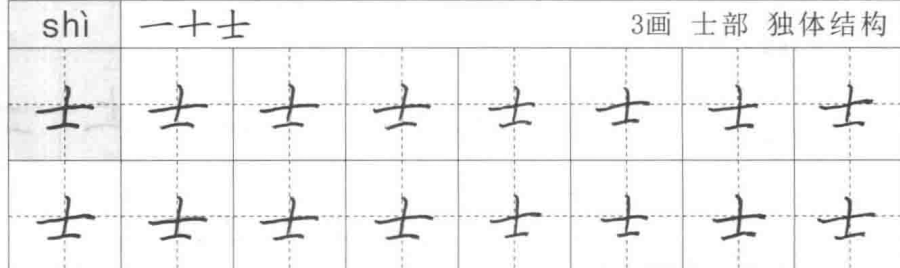
shì

一 十 士

3画 士部 独体结构



上横写长

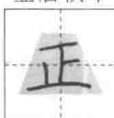


竖居横中

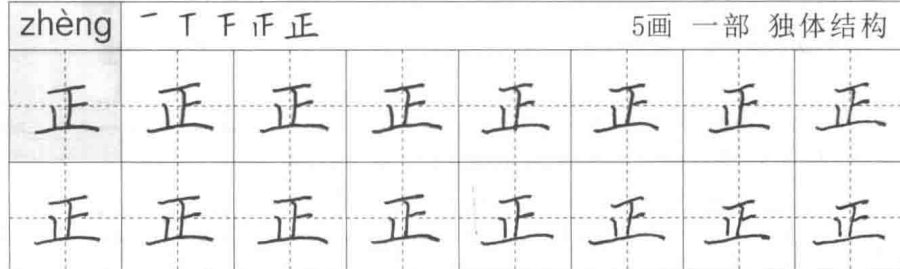
zhèng

一 丨 正

5画 一部 独体结构

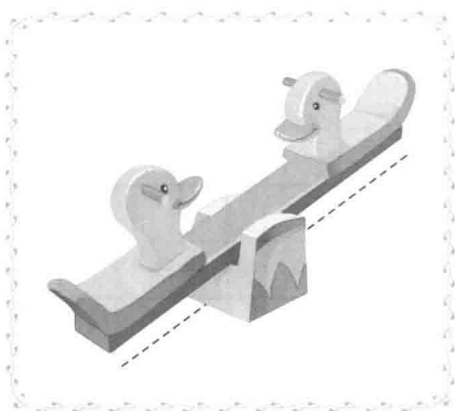


底横写长



第3课 斜 横

笔画训练



[讲解]

斜横就是把横画写斜。

[写法]

1.长度



写长

2.角度



从左下往右上，左低右高

3.速度



慢—快—慢

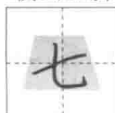
4.弧度



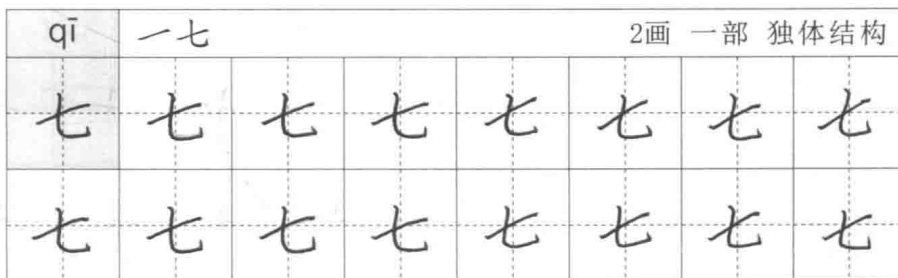
写直

范字训练

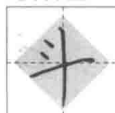
横画上斜



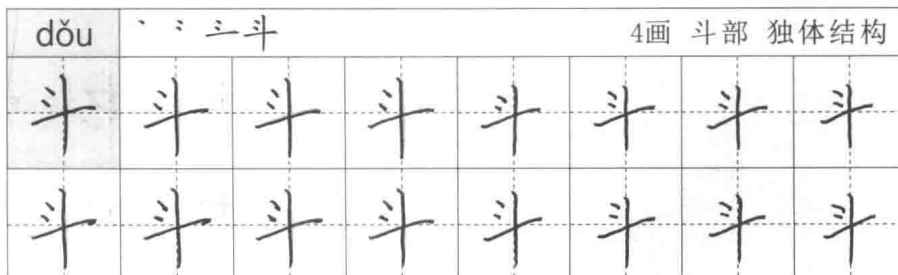
弯钩上收



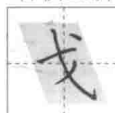
横斜竖直



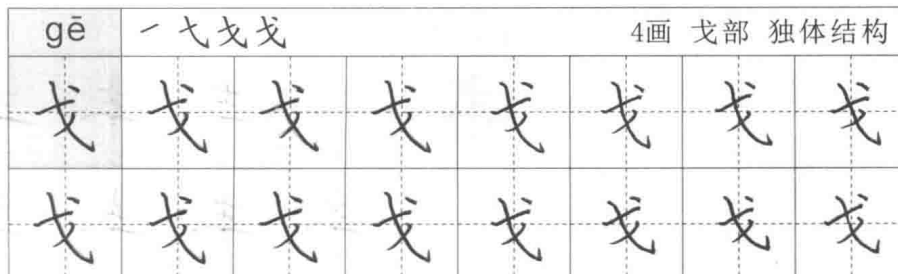
末竖下伸



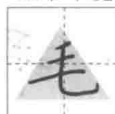
首横上斜



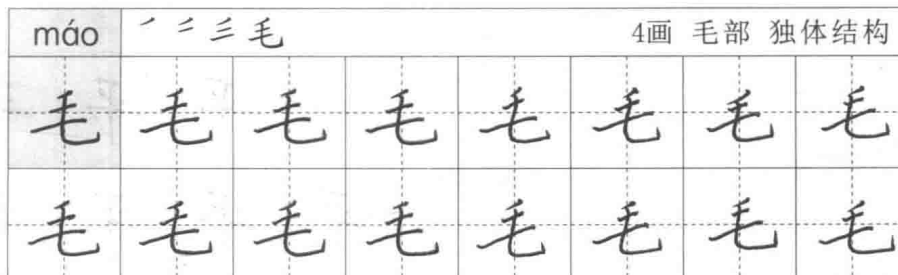
斜钩写长



上窄下宽

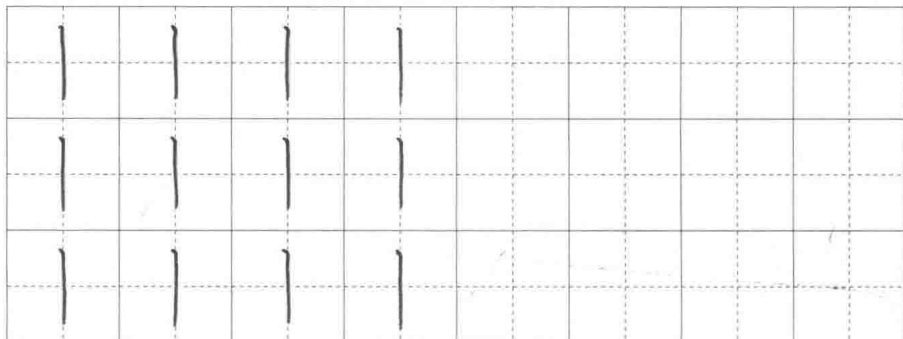
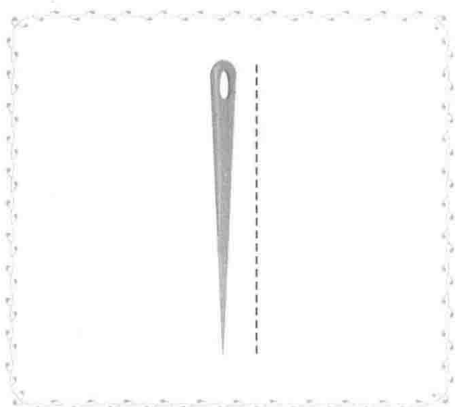


弯钩外展



第4课 悬针竖

笔画训练



[讲解]

竖画写直写长，收笔时动作要快，写出细尖来，像挂着的一根针。悬针竖上粗下细。

[写法]

1. 长度



2. 角度



从上垂直往下

3. 速度



慢—快

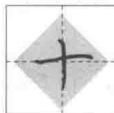
4. 弧度



写直

范字训练

中线对称

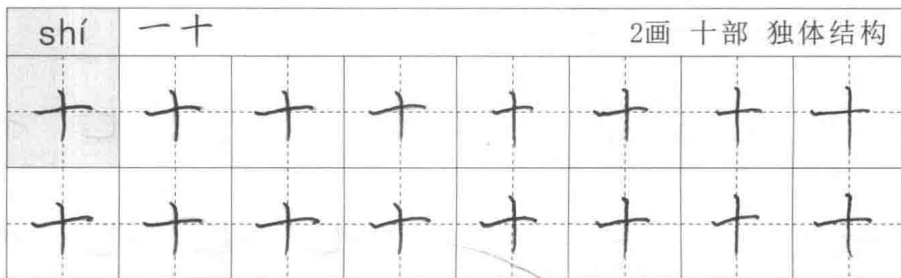


横平竖直

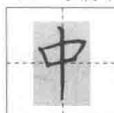
shí

一十

2画 十部 独体结构



“口”字扁平

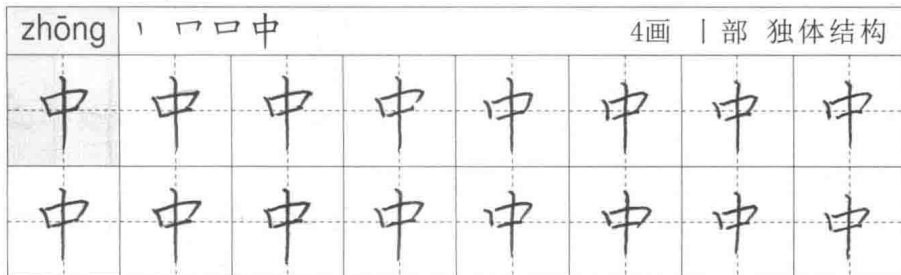


中竖直长

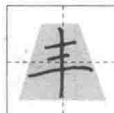
zhōng

丨 冂 口 中

4画 丨部 独体结构



多横等距

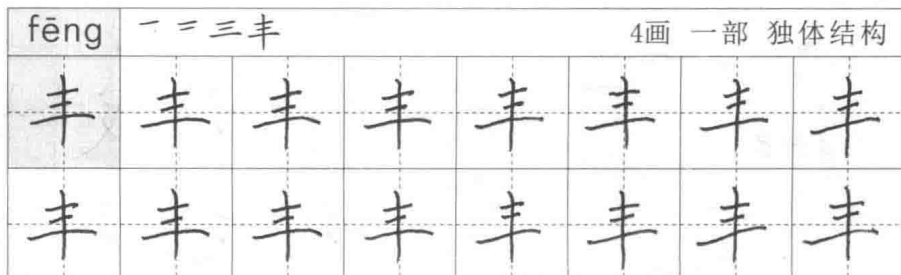


中线对称

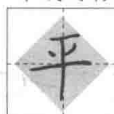
fēng

一 二 三 丰

4画 一部 独体结构



中线对称

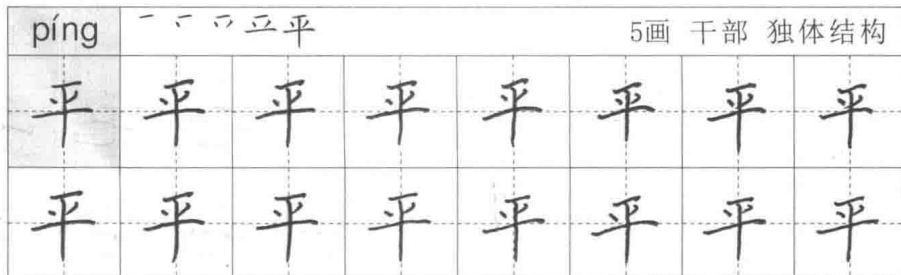


横平竖直

píng

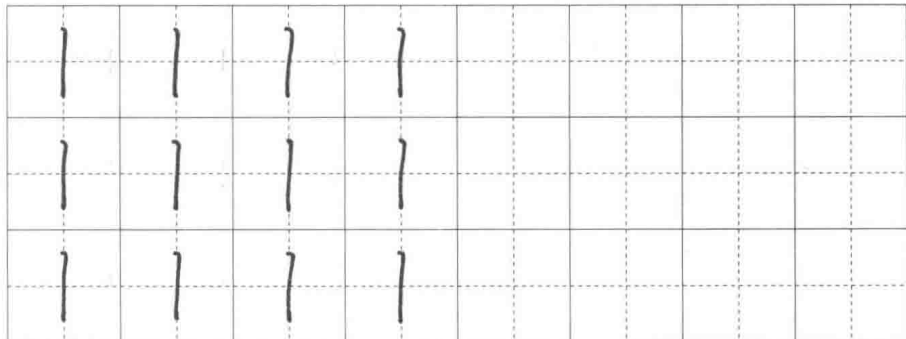
一 一 冂 立 平

5画 干部 独体结构



第5课 垂露竖

笔画训练



[讲解]

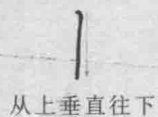
竖画写直写长，起笔收笔时都要有一个停的动作，即慢下来。收笔处厚重，似露珠般饱满。

[写法]

1.长度



2.角度



3.速度



4.弧度



范字训练

横平竖直

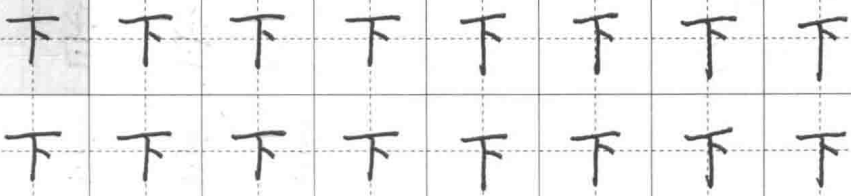


点居上部

xià

一 下

3画 一部 独体结构



中线对称

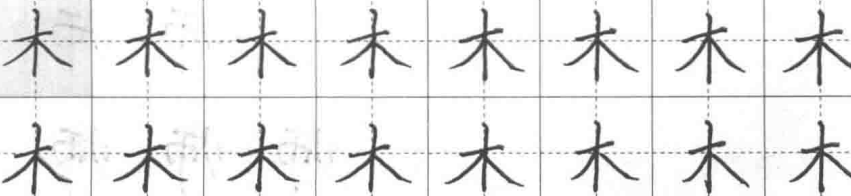


撇捺舒展

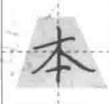
mù

一 十 才 木

4画 木部 独体结构



中线对称

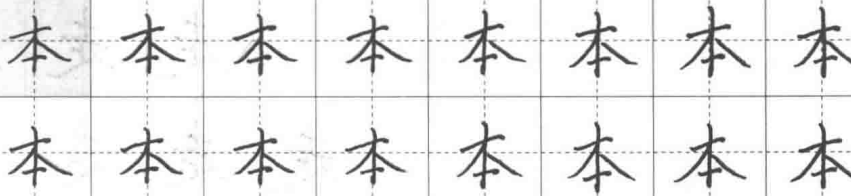


撇捺舒展

běn

一 十 才 木 本

5画 一部 独体结构



多横等距

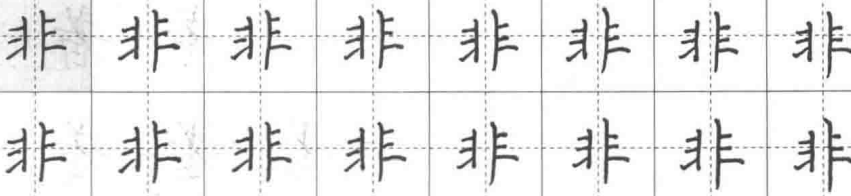


右竖稍长

fēi

丨 丨 丨 丨 丨 非 非 非

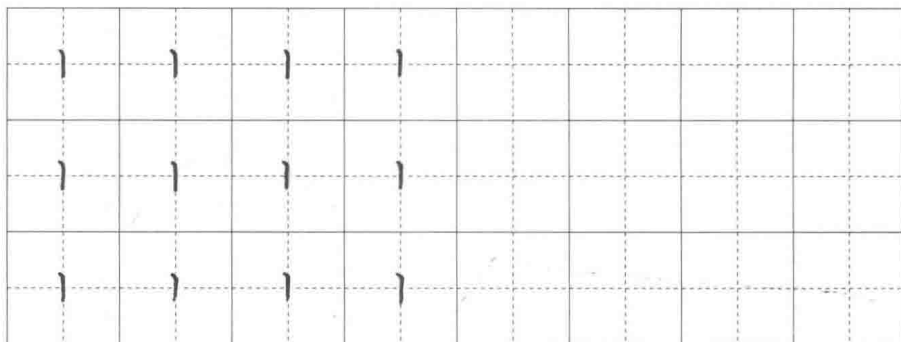
8画 非部 左右结构



第6课 小短竖



笔画训练



[讲解]

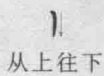
竖写短写直，一般出现在字的上部。

[写法]

1.长度



2.角度



3.速度



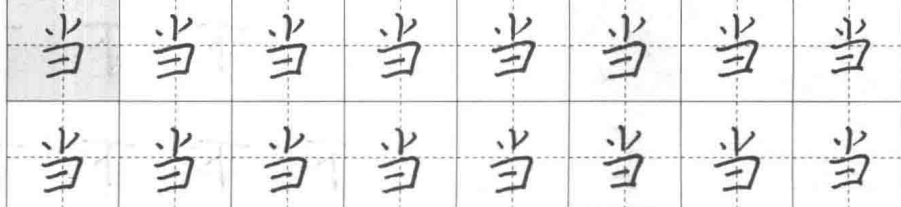
4.弧度



范字训练

上下等宽

dāng 丨 丨 丨 丨 当 当 当 6画 丨部 上下结构



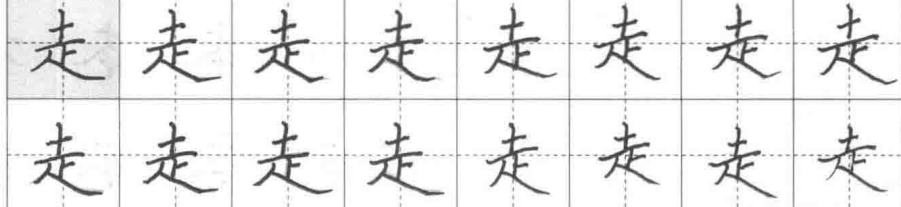
左高右低

shī 丨 丨 丨 丨 师 师 师 6画 丨部 左右结构



上窄下宽

zǒu 一 十 土 丰 丰 丰 走 走 7画 走部 上下结构

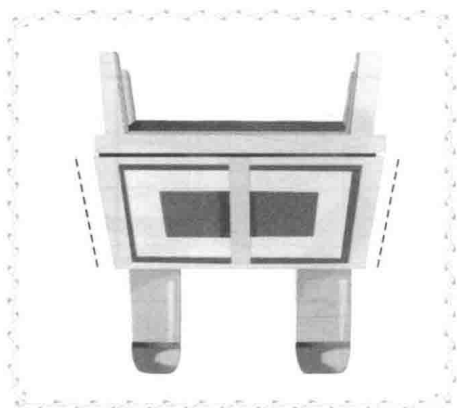


横撇舒展

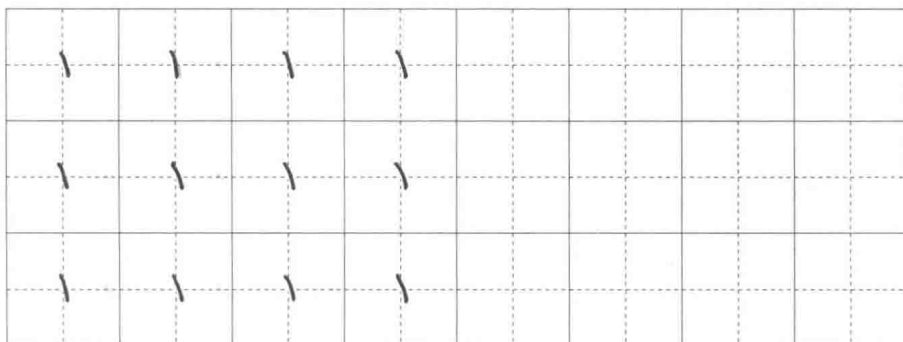
zhě 一 十 土 少 少 者 者 者 8画 少部 上下结构



第7课 短斜竖



笔画训练



[讲解]

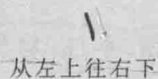
一般出现在扁形框的左部，为了呼应右边的横折，应写短写斜。

[写法]

1.长度



2.角度



3.速度



4.弧度



范字训练

中线对称	tián	丨 冂 冂 田 田	5画 田部 独体结构				
	田	田	田	田	田	田	田
两竖内斜	田	田	田	田	田	田	田

中线对称	huí	丨 冂 冂 回 回 回	6画 口部 包围结构				
	回	回	回	回	回	回	回
四竖内斜	回	回	回	回	回	回	回

中线对称	jiǎ	丨 冂 冂 日 甲	5画 丨部 独体结构				
	甲	甲	甲	甲	甲	甲	甲
上部写扁	甲	甲	甲	甲	甲	甲	甲

撇不出头	bái	' 丨 白 白 白	5画 白部 独体结构				
	白	白	白	白	白	白	白
两竖内斜	白	白	白	白	白	白	白

第8课 平 撇

笔画训练



[讲解]

撇画写平，接近水平状。方向从右向左，收笔处出尖。

[写法]

1. 长度



2. 角度



从右往左，尽量写平

3. 速度



慢—快

4. 弧度



写直

范字训练

撇画写短

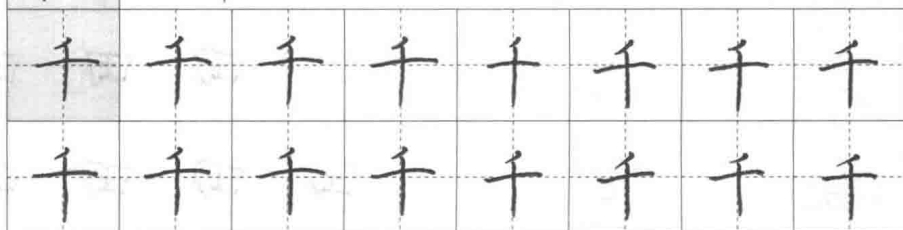


末竖下伸

qiān

一 二千

3画 丿部 独体结构



撇画写短

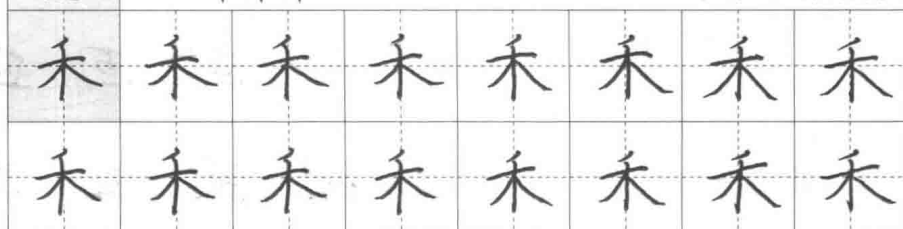


撇捺舒展

hé

一 二千 禾 禾

5画 禾部 独体结构



多横等距

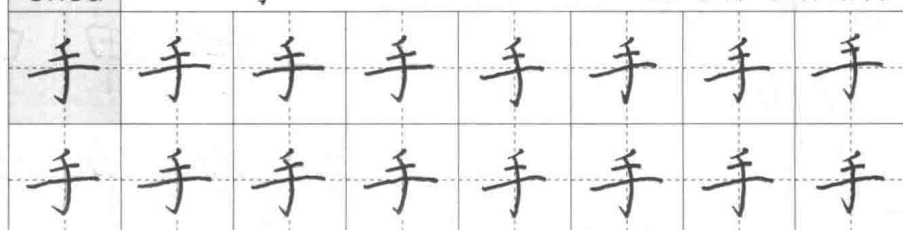


竖钩直挺

shǒu

一 二 三手

4画 手部 独体结构



上窄下宽

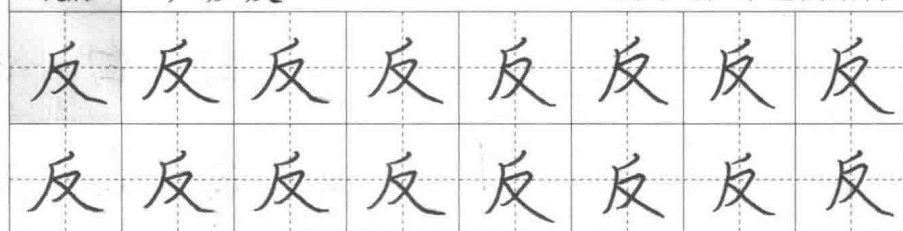


末捺舒展

fǎn

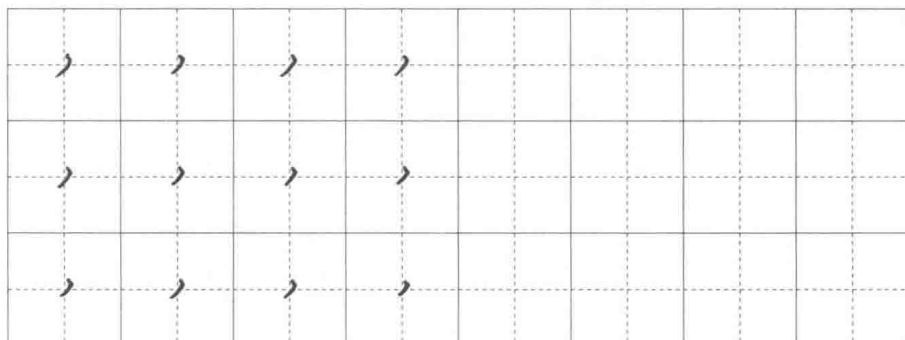
一 厂 斤 反

4画 厂部 半包围结构



第9课 短斜撇

笔画训练



[讲解]

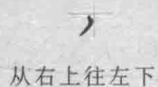
就是把平撇的右边立起来，呈斜状。撇画写短，不要长。

[写法]

1.长度



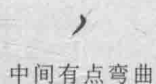
2.角度



3.速度



4.弧度

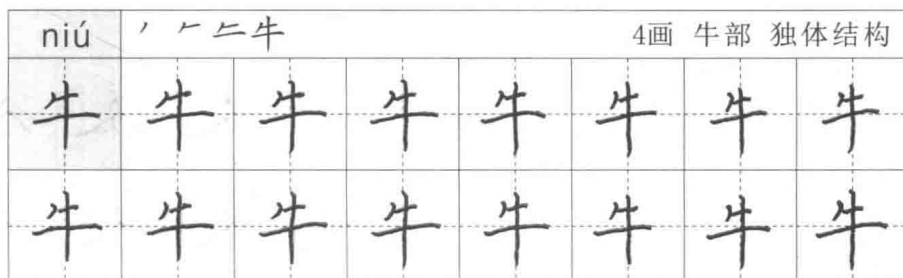


范字训练

撇画写短



中竖直长



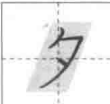
撇画写短



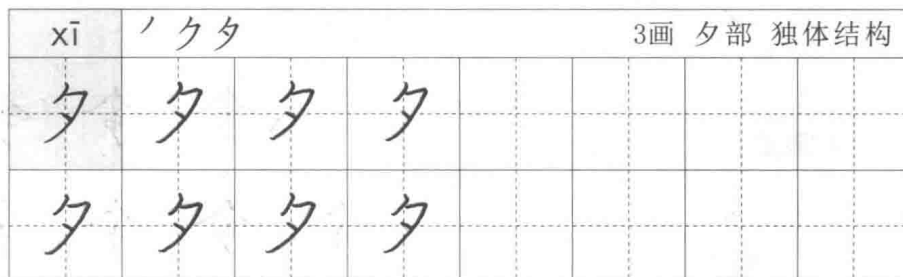
多横等距



字形左斜



长撇下伸



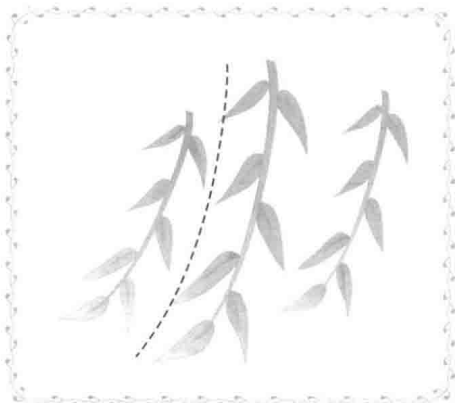
呈三角形



撇捺舒展



第10课 长斜撇



笔画训练



[讲解]

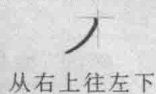
角度与短斜撇一致，但长度尽量写长，为主笔。

[写法]

1. 长度



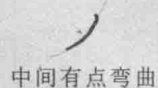
2. 角度



3. 速度

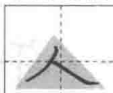


4. 弧度



范字训练

撇捺舒展



底部平齐

rén 丿 人 2画 人部 独体结构

人 人 人 人

人 人 人 人

横短撇长



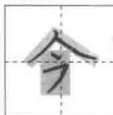
上窄下宽

zài 一 ナ 才 右 存在 6画 土部 半包围结构

在 在 在 在

在 在 在 在

撇捺舒展



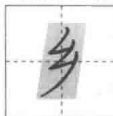
上展下收

jīn 丿 人 人 今 4画 人部 上下结构

今 今 今 今

今 今 今 今

上紧下松



末撇下伸

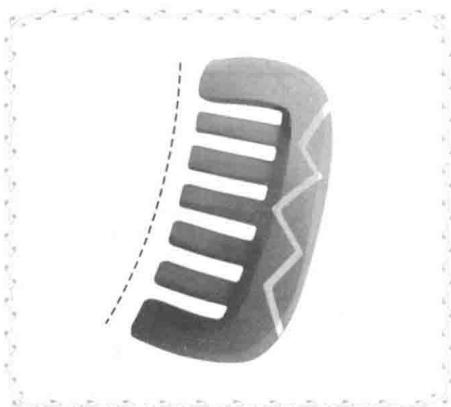
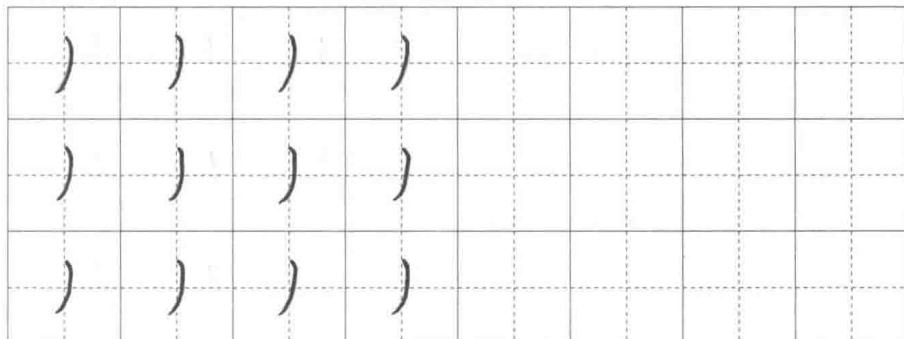
xiāng 丿 彡 乡 3画 彡部 独体结构

乡 乡 乡 乡

乡 乡 乡 乡

第11课 竖 撇

笔画训练



[讲解]

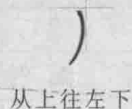
把撇写长，上半段写直，收笔处快速向左出尖。

[写法]

1.长度



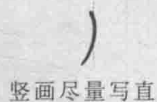
2.角度



3.速度



4.弧度



范字训练

上收下放

yuè 丿 月 月 月 月 4画 月部 独体结构



竖钩直挺



上紧下松

jǐng 一 二 卩 井 4画 一部 独体结构



末竖下伸



中线对正

yòng 丿 冂 月 月 月 用 5画 冂部 独体结构



竖钩直挺

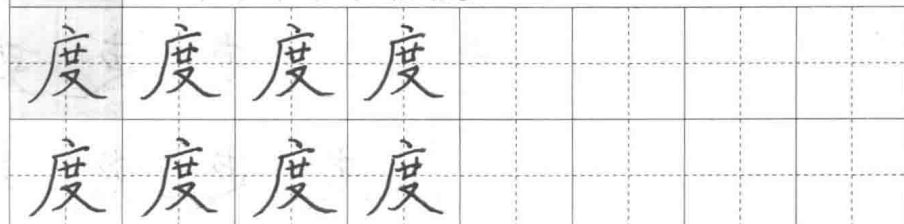


横短撇长

dù 丶 冂 广 产 产 产 产 度 度 9画 广部 半包围结构



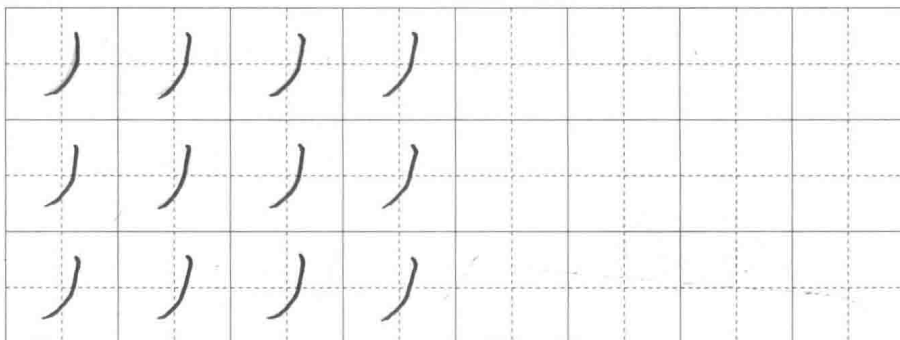
撇收捺展



第12课 竖弯撇



笔画训练



[讲解]

竖弯撇的竖一般是字的中心线，写直写长，收笔处明显向左有一个弯曲，并快速出尖。

[写法]

1. 长度



2. 角度



竖从上往下，弯从右往左

3. 速度



4. 弧度



范字训练

横画写短



撇舒展展

zhàng	一 丈					3画	一部	独体结构
丈	丈	丈	丈	丈				
丈	丈	丈	丈	丈				

上紧下松



末捺舒展

gèng	一 一 一 一 更 更					7画	一部	独体结构
更	更	更	更	更				
更	更	更	更	更				

“口”字写扁



末捺舒展

shǐ	一 口 口 史 史					5画	丨部	独体结构
史	史	史	史	史				
史	史	史	史	史				

“口”字扁平



末捺舒展

lì	一 一 一 一 吏 吏					6画	一部	独体结构
吏	吏	吏	吏	吏				
吏	吏	吏	吏	吏				