



义务教育三至六年级

# 书法 练习指导

(实验)

五年级 上册

北京师范大学出版社



北京师范大学出版社  
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

永和九年歲在癸丑暮春之初會  
于會稽山陰之蘭亭脩禊事  
也羣賢畢至少長咸集此地  
有崇山峻領茂林脩竹又有清流激  
湍映帶左右引以為流觴曲水  
列坐其次雖無絲竹管弦之

作品釋文：

永和九年，歲在癸丑，暮春之初，會  
于會稽山陰之蘭亭，脩禊（禊）事  
也。羣賢畢至，少長咸集。此地  
有崇山峻領（嶺），茂林脩竹；又有清流激  
湍，映（映）帶左右，引以為流觴曲水，  
列坐其次。雖無絲竹管弦之



义务教育三至六年级

# 书法 练习指导

SHUFA LIANXI ZHIDAO

(实验)

五年级 上册

主 编 秦永龙

执行主编 查 律

北京师范大学出版社



北京师范大学出版社

·北京·

亲爱的同学们：

新学期开始啦！通过这学期的学习，你又能学到很多与书法相关的内容，一定很期待吧！

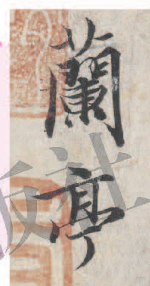
卩

礻

我们将学习很多偏旁部首和含有这些偏旁的字的写法。



我们继续欣赏的经典书法作品有著名的“天下三大行书”。



甲骨文是我国已知年代最早成体系的文字形态，我们现在使用的方块字是在它的基础上发展而来的。



春节的时候我要自己写一个“福”字贴在我家门上，让“福”到我家！

福

让我们一起走进书法的世界吧！通过这学期的学习，相信你会有很多收获！



# 目录

## 第一单元

第1课	双耳刀（左）	2
	书写练习	41
第2课	双耳刀（右）	4
	书写练习	43
第3课	示字旁	7
	书写练习	45
第4课	言字旁	10
	书写练习	47

## 第二单元

第5课	金字旁	12
	书写练习	49
第6课	绞丝旁	14
	书写练习	51
第7课	广字旁	17
	书写练习	53
第8课	集字练习	19
	书写练习	55



学习书法要重视练习哟！为方便同学们练习，书写练习统一放在本书的最后，可以裁下来书写，真是太好了！



## 第三单元

第9课	尸字旁	22
	书写练习	59
第10课	走之儿	24
	书写练习	61
第11课	走字旁	26
	书写练习	63
第12课	党字头	28
	书写练习	65

## 第四单元

第13课	同字框	32
	书写练习	67
第14课	方框儿	34
	书写练习	69
第15课	门字框	36
	书写练习	71
第16课	集字练习	38
	书写练习	73

本册前6课继续学习左右结构字的写法，并把握偏旁与另一部分的关系。

包围结构也是合体字的一个重要类型，从第7课开始，我们将主要学习半包围结构字中两包围、三包围的偏旁写法，并学习处理包围结构中偏旁与被包围部分之间的恰当关系。



写字时要先观察、再临写，写完后自己评一评，哪个字写得最好，哪些字还可以写得更好。你还可以把裁下来的练习部分装订成册，把学期末和学期初写的字比一比，看看自己有哪些进步。





# 第一单元

## 第1课

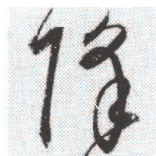
### 双耳刀（左）



西周 金文



汉 西狭颂



明 宋克



唐 虞世南



晋 王羲之



#### 书写要点

- 竖是双耳刀的主体，横撇弯钩的长度一般不超过竖的一半。为了使字的左右部和谐与平衡，双耳刀一般会略向左侧倾斜。





## 看看想想



左右同步



两竖正直



竖画有直有曲



左右穿插



紧密咬合



斜正相成

看一看，例字中横撇弯钩有哪些不同？



## 书法园地

### 字 体

字体，是指汉字在历史发展过程中形成的五种标准形式，即篆（zhuàn）、隶、草、楷、行五体。每种字体在偏旁及构字部件的形态上都有相对固定的书写形态，自成体系。

感受一下五种字体的不同形态。



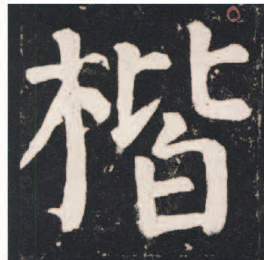
清 吴昌硕书“篆”字



汉 石门颂“隶”字



唐 孙过庭书“草”字



唐 颜真卿书“楷”字



宋 米芾书“行”字



第  
2  
课

# 双耳刀（右）



汉 袁安碑



汉 曹全碑



明末清初 王铎



唐 颜真卿



宋 米芾



## 书写要点

- ▶ 双耳刀在字的右部时，字的整体形态是左高右低，左斜右正。
- ▶ 双耳刀在字的右部时，由于左右部的错落关系，形成左下与右上两处相呼应的小空白，竖的收笔处是整个字的支撑点。





## 看看想想



相迎相合



左右相谐



左右紧靠



整体相谐



斜正有序



有紧有松

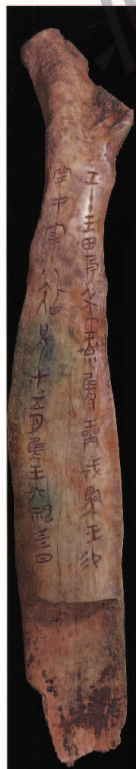
想一想，双耳刀在字的右部时，为什么会略低于字的左部？



## 书法园地

### 甲骨文

甲骨文是我国已知年代最早成体系的文字形态。甲骨文主要指殷墟（xū）甲骨文，又称为“殷墟文字”，是商代后期王室为占卜记事而刻在龟甲和兽骨上的文字。19世纪末期，在河南安阳小屯村被发现。



商 宰丰骨刻辞（正反面）





商 甲骨文刻辞



# 第3课

## 示字旁



西周 金文



汉 乙瑛碑



明 董其昌



唐 褚遂良



晋 王羲之



### 书写要点

- “示”字作为偏旁时，一般第二笔横与第四笔撇连写为横撇，偶尔也有横、撇分开写的情况。示字旁中的横左伸右缩。上部点的收笔与横的收笔处上下相对，下部的点一般小于上部的点。
- 示字旁中，横与撇的角度与长短在整字中可以起到平衡左右部的作用。





## 看看想想



看一看，例字中示字旁下部点的形状与位置有什么不同？



## 书法园地

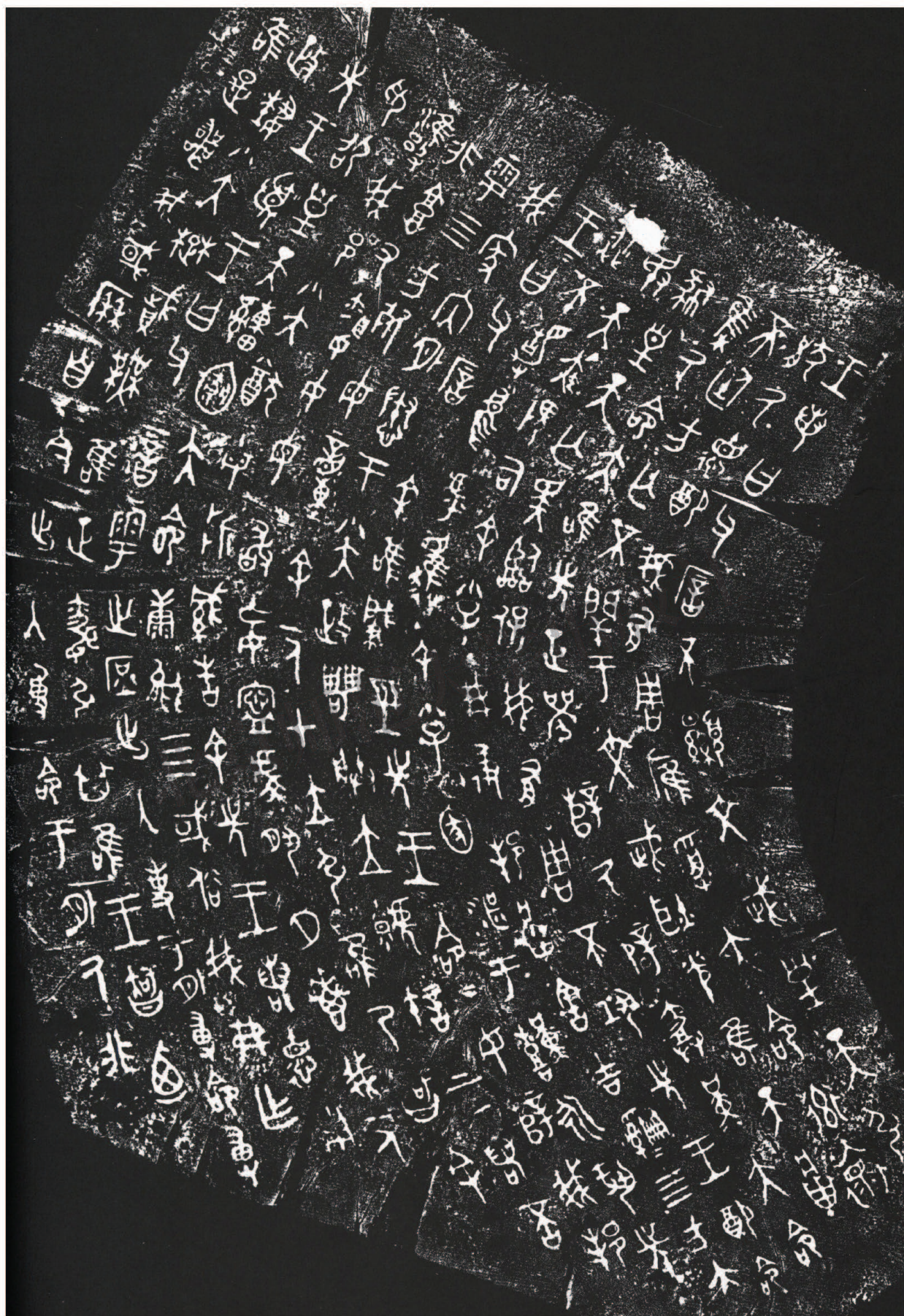
### 金 文

金文是指铸刻在古代青铜器上的铭文。古人把青铜器称作“金”，所以青铜器上的铭文就称作“金文”或“吉金文字”。“吉金”是古人对青铜器的美称。又因青铜器物以钟、鼎（dǐng）为代表，所以金文又叫“钟鼎文”。



西周 毛公鼎





西周 毛公鼎铭文（局部）



# 第4课

## 言字旁



商 甲骨文



汉 乙瑛碑



唐 孙过庭



隋 智永



明末清初 王铎



### 书写要点

- 首笔点的右移是“言”字作为偏旁时最重要的特点。长横仍然是偏旁的主笔，起着主导作用。
- 言字旁须主动配合右部，主要有两点：第一，偏旁收敛右侧部分，整体狭长；第二，言字旁整体向右部斜靠。



训



询



谢





## 看看想想



曲直成态



高低节奏



左右相谐



斜不碍正

比一比，例字中三个言字旁的口部有什么不同？



## 书法园地

### 秦 小 篆

公元前221年，秦始皇统一中国后，在全国推行统一文字、统一度量衡的政策。丞相李斯等人对战国时使用的文字进行改造整理，创制了统一的文字，这就是小篆，又称秦小篆。

秦小篆呈长方形，书写时有行有列，字形大小较为一致，横竖笔画形态明确，弧曲规则，具有极强的秩序感。

用手指在图上描画一下，感受一下小篆的特点。



作品释文：  
金石刻  
因明白



秦 泰山刻石（局部）



# 第二单元

## 第5课

## 金字旁



西周 金文



汉 曹全碑



明末清初 王铎



隋 智永



宋 米芾



### 书写要点

- “金”字作为左侧偏旁时，它的捺变成了点，点的形态可以根据所在字的情况而变化；末笔横略向右上翘起。
- 金字旁中的竖根据与右部的关系而或左或右地倾斜，使整个字具有动势。



针



铭



录





## 看看想想



竖画垂直



整体协调



行笔方向有  
秩序



左右平衡



上松下紧

注意金字旁的末横与右部  
笔画之间的关系。



## 书法园地

### 秦 诏 版

古时候帝王将诏告天下的文书内容铸、刻在金属板上就叫“诏版”。秦诏版是秦始皇统一中国后铸、刻在青铜上的为统一长度、体积、重量单位而发布的诏书。秦诏版文字是秦初官方使用的文字形态，显然没有遵循小篆标准，保留了大量的前代书写习惯，相对活泼自由，具有独特的审美价值。



秦诏版

作品释文：

廿六年，皇帝尽并  
兼天下诸侯，黔首  
大安，立号为皇帝。  
乃诏丞相状、绾，  
法度量则不壹。  
歉疑者，皆明壹之。



# 第6课

## 绞丝旁



西周 金文



汉 乙瑛碑



明 宋克



唐 褚遂良



晋 王羲之



### 书写要点

- 在通常情况下，绞丝旁下部三点中的左点向左下行笔点出，中间点及右点向右下行笔点出。左点一般是左半字的最低点，是整字左侧的支撑点。
- 在有绞丝旁的字中，一般字的右部是主体，绞丝旁向右附靠。



绅



终



经





## 看看想想



左右相合



左斜右正



迎让成态



以点生姿



相迎相合



协调一致

三个例字中绞丝旁下部的三点有哪些不同？想一想，为什么？



## 书法园地

### 隶 书

隶书是继篆书之后形成的一种汉字字体，起源于战国末期。最初的隶书还保留一些篆书的成分，称为“古隶”。我们一般所说的隶书是指汉隶，汉隶定型于西汉中后期，字形多是扁方形。东汉时期立碑刻石成为一种风气，留下了许多著名碑刻，如《史晨碑》《礼器碑》《曹全碑》《张迁碑》等。在隶书中，点、横、竖、撇、捺的基本形态已经形成。与篆书相比，隶书的书写要便捷很多。



作品释文：  
空腾敢言之  
不智何县署  
受阳陵司

战国 里耶秦简（局部）





作品释文：

旧姓及修身之  
士宦位不登君  
乃閔紳之徒  
不济开南寺门

汉 曹全碑（局部）

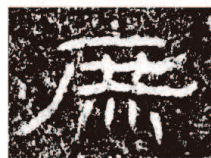


# 第7课

## 广字旁



春秋 金文



汉 石门颂



唐 孙过庭



隋 智永



宋 苏轼



### 书写要点

- 广字旁的点是整字的头，一般位于字的中间位置。第二笔横画通常都是斜的，字中其他横的倾斜度以此横为参照。撇在左，较为倾斜，是安排右侧笔画的参照与依据。
- 在有广字旁的字中，由于撇的重要作用，整字形态一般趋于三角形。







## 看看想想



横向有序



上下有序



险中求稳



斜中求正

三个例字中，撇的形态各不相同，想一想，为什么？



## 书法园地

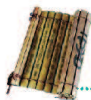
### 蚕头雁尾

蚕头雁尾是隶书中长横的典型形态。隶书长横起笔时，逆锋隆起，形如蚕头；收笔时，顿笔斜出，形如雁尾。蚕头雁尾的笔画富于动态，是整字中的主笔，在结字中具有极为重要的作用。在汉碑隶书中，蚕头雁尾的笔画在一个字中通常只出现一次，因此有“雁不双飞”之说。



汉 礼器碑选字

## 《思不竭》



### 读一读

宋代的郭若虚在《图画见闻志·论用笔得失》中说过：“夫内自足然后神闲意定，神闲意定则思不竭而笔不困也。”这里说的是良好的绘画状态。画家在“神闲意定”时行笔自如，思绪有源，笔笔得意。其实，做任何事情，包括写字时，能够神闲意定而“思不竭”，都是理想的状态，只有这样，才能从容而有创造力。



### 学一学



上小下大



上正下斜



①“思”上面的田部方整安稳，末横在左竖外侧起笔，心部的左点、卧钩和中间点的起笔均指向末横，此横是田部下沿与心部的内在关联处，也是上部的承重笔画。

②田部的横折略粗壮，收笔处超出末横，与卧钩的钩部相对，成为一个虚的接触点。心字底的中间点出锋向右上挑出，与第三点呼应，此处是“思”字的点睛之处。





围绕中心

整体平衡



- ① “不”字中撇和竖的交叉点是整个字的中心，点的起笔也指向这个交叉点。
- ② 撇的起笔位于横的偏右位置，竖的起笔位于横的偏左位置。
- ③ 整个“不”字如甩动双臂的漫步者，极富姿态。



咬合与搭接

各成其形



- ① 在古代楷书中，“勾”部的“人”通常写作一短横。
- ② “竭”是左右结构的字，但实际上可作三个部分看：“立”“日”与“勾”。“立”部狭长，略向右上斜；“日”部较为方正，略向左侧倾斜；“勾”部扁方，险中求稳，安定沉着。
- ③ “日”与“勾”相搭接，字的右侧呈阶梯形。“立”与“日”并不搭接，但也可以看成一个向右上斜的整体。
- ④ 字的左下空白与右上空白相互呼应。



## 集字提示

- ① “思”字上下部并不正对，“田”部中竖略向左偏，作为竖幅作品的第一个字宜更正一些，应略作调整。
- ② “竭”字笔画可以略微加粗，以与另两字相和谐。



集欧阳询书 思不竭

请试着临写一幅“思不竭”，  
与同学交流一下临写心得。





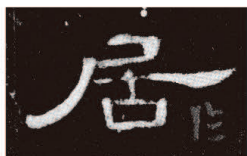
# 第三单元

## 第9课

### 尸字旁



春秋 金文



汉 曹全碑



唐 孙过庭



隋 智永



宋 米芾



#### 书写要点

- “尸”字作为偏旁时，横画会略向右上倾斜，撇往往会更长。
- 尸字旁上面的部分不宜写大，以避免头重脚轻。





## 看看想想



斜中求稳



撇为主笔



竖为中心



平衡协调

注意尸字旁撇的弧度、斜度  
在各字中的不同。



## 书法园地

### 汉 碑

汉碑是指汉代的碑刻。出土的汉碑集中在东汉后期这段时间，碑上的字体是成熟的隶书形态，因此学习隶书一般都以汉碑为主。汉碑隶书是较为庄重场合使用的书写形态，因此行列清晰，字形体态较为统一。每块碑的用笔与结字自成体系，具有独特的美感。



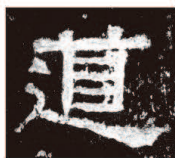
作品释文：  
相河南史君  
诒晨字伯时  
从越骑校尉

汉 史晨碑（局部）





西周 金文



汉 张迁碑



宋 米芾



唐 褚遂良



明末清初 王铎



## 书写要点

- ▶ 捺是走之儿中的主笔，可根据所承载部分的形态、分量、姿态而作相应的粗细、走势等变化。点的行笔方向往往多变化。点与横折折撇的距离远近要与右侧部件相协调。
- ▶ 走之儿整体与右上部件相依相靠。



遥



运



选





## 看看想想



左右契合



竖、捺主笔



左右配合



整体相谐

三个例字中点与横折折撇之间的关系各不相同，你看得出来吗？



## 书法园地

### 金石气

金石气是青铜铭文以及石刻文字拓片上所传递出来的特殊气息与视觉意味。这种特殊气息与视觉意味可以通过毛笔书写转换在纸上。金石气最初表现在书法家的临摹作品中，继而在创作中有些书法家又将这种美转化成个人风格的一部分。

你能感受到右侧例字笔画的力量吗？



作品释文：  
白侍郎  
吴昌硕年八十一



清 吴昌硕 隶书五言联（局部）





战国 楚简



汉 曹全碑



唐 孙过庭



唐 褚遂良



宋 米芾



## 书写要点

- 在手写体楷书中，“走”字作为偏旁时，下部的竖、横以及撇往往变为点与短撇，这种写法来源于行书。
- 在有走字旁的字中，为了容纳右上部件，“土”部两横左侧伸展，右侧收缩，偏旁的下部伸展捺笔。



起



越



赵





## 看看想想



纵向一致



斜正有序



斜正相成



整体有序



左右相合



局部关联

要注意捺笔出锋部位的长短  
以及方向哦!



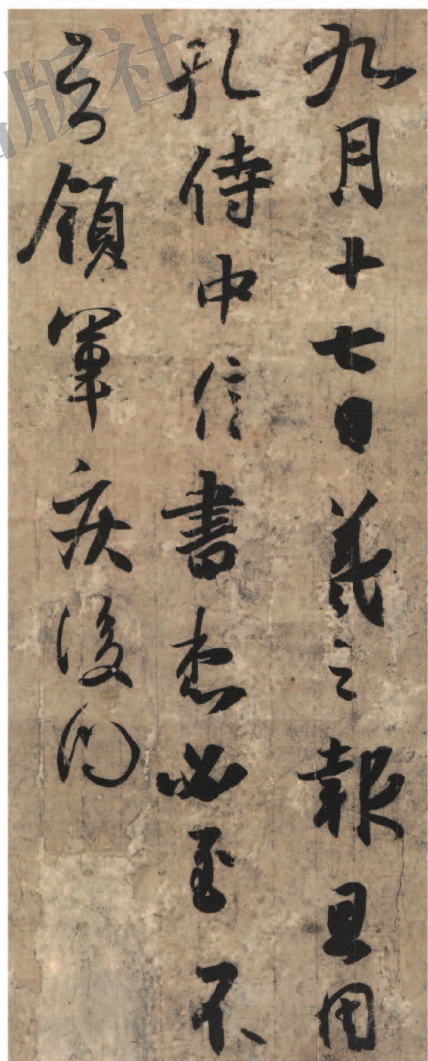
## 书法园地

### 行 书

行书萌芽于汉末，成熟于魏晋。王羲之对于行书的定型起着关键性作用。

行书介于草书与楷书之间，比草书易识，比楷书便捷，是人们日常书写中普遍使用的字体。

在历史上，王羲之、王献之、颜真卿、苏轼（shì）、黄庭坚、米芾（fú）等都是著名的行书大家。



作品释文：  
九月十七日，羲之报：且因  
孔侍中信书，想必至。不  
知领军疾，后问。

（传）晋 王羲之 孔侍中帖





西周 金文



汉 张迁碑



晋 王羲之



唐 褚遂良



明末清初 王铎



## 书写要点

- 《新华字典》中并没有党字头，党字头的字都从“小”部，但是我们有必要学习这个字头的写法。党字头一般下面有个“口”，字头整体是由“尚”字演化过来的。
- 秃宝盖部是有党字头的字中最宽的地方，下部的笔画宽度一般不超出字头。





## 看看想想



左紧右松，  
左轻右重



起收笔呼应



错位



倾斜中平衡

想一想，“尚”字中的“口”  
为什么会向左偏呢？



## 书法园地

### 王羲之与《兰亭序》

王羲之（303—361），字逸少，东晋琅玕（láng yá）（今山东临沂）人，居会稽（kuài jī）山阴（今浙江绍兴）。因曾任右军将军，人称“王右军”。他的书法博采众长，擅长楷书、草书和行书，创造了清丽典雅的一代新风。在书法艺术的发展进程中，有着承前启后的作用，被后世誉为“书圣”。

东晋永和九年（353）农历三月初三，王羲之与谢安、孙绰（chuò）等四十一人，在山阴兰亭聚会，各有诗作，辑为《兰亭集》，王羲之为之书写序文，就是《兰亭序》（局部图见封二）。王羲之在序文中记叙了兰亭山水之美与聚会的欢娱之情，并抒发了自己对人生的感慨。

### 兰 亭 序

永和九年，岁在癸丑，暮春之初，会于会稽山阴之兰亭，修禊（禊）事也。群贤毕至，少长咸集。此地有崇山峻岭（岭），茂林修竹，又有清流激湍，映（映）带左右，引以为流觞曲水，列坐其次。虽无丝竹管弦之盛，一觴一詠（咏），亦足以畅叙幽情。是日也，天朗气清，惠风和畅，仰观宇宙之大，俯察品类之盛，所以游（游）目骋怀，足以极视听之娱，信可乐也。夫人之相与，俯仰一世，或取诸怀抱，悟（晤）言一室之内；或因寄所託（托），放浪形骸之外。虽趣舍万殊，静躁不同，当其欣于所遇，暂（暂）得于己，快然自足，不知老之将至。及其所之既倦，情随事迁，感慨係（系）之矣。向之所欣，倏（俯）仰之间，以为陈迹，犹不能不以之兴怀。况修短随化，终期于尽。古人云：“死生亦大矣。”岂不痛哉！每揽（览）昔人兴感之由，若合一契，未尝不临文嗟悼，不能喻之于怀。固知一死生为虚诞，齐彭殤为妄作。后之视今，亦由（犹）今之视昔。悲夫！故列叙时人，录其所述，虽世殊事异，所以兴怀，其致一也。后之揽（览）者，亦将有感于斯文。



永和九年歲在癸丑暮春之初會  
 于會稽山陰之蘭亭脩禊事  
 也羣賢畢至少長咸集此地  
 有崇山峻嶺茂林脩竹又有清流激  
 湍映帶左右引以為流觴曲水  
 列坐其次雖無絲竹管絃之  
 盛一觴一詠一足以暢敘幽情  
 是日也天朗氣清惠風和暢仰  
 觀宇宙之大俯察品類之盛  
 所以遊目騁懷足以極視聽之  
 娛信可樂也夫人之相與俯仰  
 一世或取諸懷抱悟言一室之內  
 或因寄所託放浪形骸之外雖  
 趣舍萬殊靜躁不同當其欣  
 於所遇暫得於己快然自足不  
 知老之將至及其所之既倦情  
 隨事遷感慨係之矣向之所欣  
 俯仰之間以為陳迹猶不  
 能不以之興懷況脩短隨化終  
 期於盡古人云死生亦大矣豈  
 不痛哉每覽昔人興感之由  
 若合一契未嘗不臨文嗟悼不  
 能喻之於懷固知一死生為虛  
 誕齊彭殤為妄作後之視今  
 亦猶今之視昔悲夫故列  
 敘時人錄其所述雖世殊事  
 異所以興懷其致一也後之覽  
 者亦將有感於斯文

序  
 王羲之  
 晉



惟元元年歲次戊戌九月庚  
 申朔壬子中使持節銀青光祿  
 大夫使持節蒲州法軍事蒲州  
 刺史上柱國初封丹楊郡公  
 唐高祖皇帝之孫懿王之子  
 王孫贈太師大將軍之重  
 惟尔挺生風標幼德宏廟建  
 階庭蘭玉月見懷安每感  
 人心方期歌嘏何圖逆賊用  
 順直稱兵北順尔父~~常~~  
 山作郡金時受命~~之~~在平  
 原~~定~~愛我~~恩~~得~~亦~~海言~~亦~~既  
 歸止爰開土門土門既開~~威~~  
 大~~靈~~飛~~自~~雅象~~不~~妙~~賊~~居~~不~~  
 和城圍逼父~~國~~陷子~~元~~東  
 傾卵覆天不侮祐誰為  
 蒼生念尔遺殘石身何處  
 嗚呼~~不~~哉~~云~~此~~行~~  
 天~~平~~得~~移~~牧~~同~~東~~運~~同~~明~~  
 首~~麻~~事~~舊~~推~~念~~推~~切~~  
 哀傳心顏方~~懷~~  
 定~~國~~魂~~而~~有~~不~~無~~是~~  
 哀~~云~~以~~云~~公~~不~~不~~愧~~

唐 顏真卿 祭侄文稿

自我來黃州已過三寒  
 食年一欲惜春主不  
 寒惜今年又苦雨多月社  
 蕭瑟北窗海棠花泥  
 污華支雪閣中偷負  
 多夜半真有力何殊少  
 年病起~~日~~  
 春江欲入雨~~勢~~來  
 不~~已~~雨小屋如溪舟濺  
 水雪裏空庭老寒菜  
 破竈曉~~濕~~華~~那~~  
 知是寒食便見烏  
 銜~~泥~~——玉門深  
 九重生髮在万里顛  
 笑淙窮~~不~~吹不  
 起  
 在黃州寒食三首

宋 苏轼 黃州寒食詩



# 第四单元

## 第13课

### 同字框



西周 金文



汉 鲜于璜碑



明末清初 王铎



隋 智永



晋 王羲之



#### 书写要点

- ▶ 在同字框中，左竖与横折钩一般处理成左低右高的形态，并且左轻右重。
- ▶ 同字框的左竖和竖钩部都略向字内弯曲，形成左右整体向内收紧的态势。





## 看看想想



有直有曲



中正



斜正成趣



有疏有密

看一看，三个例字中钩部的形态有什么不同？



## 书法园地

### 天下三大行书

在中国书法史上，有很多书法家都擅长行书，并创作出大量的行书作品。其中，上一课提到的东晋王羲之的《兰亭序》被称为“天下第一行书”，唐代颜真卿的《祭侄文稿》（图见31页）被称为“天下第二行书”，北宋苏轼的《黄州寒食诗》（图见31页）被称为“天下第三行书”，这三件作品被合称为“天下三大行书”。

#### 祭侄文稿

维乾元元年，岁次戊戌，九月庚午朔三日壬申，第十三叔、银青光禄（大）夫、使持节、蒲州诸军事、蒲州刺史、上轻车都尉、丹杨县开国侯真卿，以清酌庶羞，祭于亡姪（侄）赠赞善大夫季明之灵：惟尔挺生，夙标幼德，宗庙（庙）瑚璉，阶庭兰玉，每慰人心，方期戢穀。何图逆贼间豈，称兵犯顺。尔父竭诚，常山作郡，余时受命，亦在平原。仁兄爱我，（恐）俾尔传言。尔既归止，爰开土门。土门既开，兕（凶）威大蹙。贼臣不救，孤城围逼。父陷子死，巢倾卵覆。天不悔祸，谁为荼毒？念尔遘残，百身何赎？呜呼哀哉！吾承天泽，移牧河关。泉明比者，再陷常山。携尔首榘，及并同还。抚念摧切，震悼心颜。方俟远日，卜尔幽宅。魂而有知，无嗟久客。呜呼哀哉！尚飨！

#### 黄州寒食诗

自我来黄州，已过三寒食。年年欲惜春，春去不容惜。今年又苦雨，两月秋萧瑟。卧闻海棠花，泥污燕支雪。闇（暗）中偷负去，夜半真有力。何殊病少年（子），病起头已白。春江欲入户，雨势来不已。（雨）小屋如渔舟，濛濛水云里。空庖煮（煮）寒菜，破灶（灶）烧湿苇。那知是寒食，但见乌衔纸（纸）。君门深九重，坟墓在万里。也拟哭塗穷，死灰吹不起。





春秋 金文



汉 张迁碑



唐 怀素



唐 褚遂良

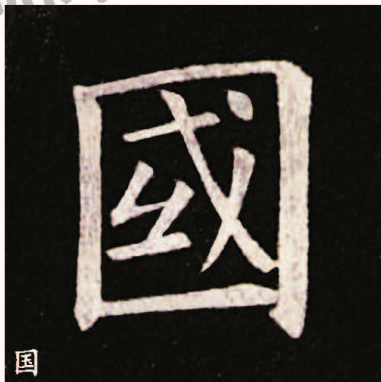


明末清初 王铎



## 书写要点

- 有方框儿的字是全包围结构的字，方框儿的笔画一般较为粗壮，框内部分笔画细柔，内外形成对比。
- 一般情况下，方框儿的横细竖粗，而竖则左细右粗、左轻右重。
- 方框儿下部的横往往夹在两竖之间并高于竖的收笔处，两竖的收笔是整字的左右支撑点。





## 看看想想



有疏有密



字形端庄



斜正有序



密中有疏



内外相谐



讲究留白

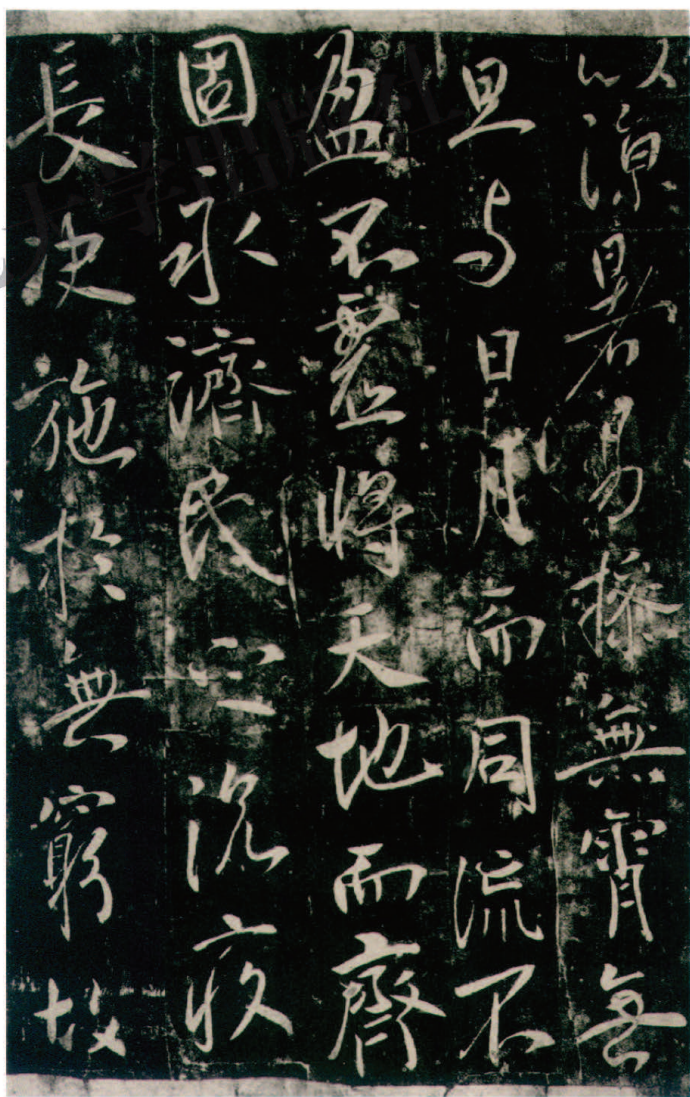
有方框儿的字框内一定不要写得太拥挤哦！



## 书法园地

### 唐太宗与书法

唐太宗李世民酷爱书法，他十分推崇王羲之，学习王羲之的书法，并为《晋书·王羲之传》写《论》。李世民下诏在全国征求王羲之的书迹，并且设法得到了《兰亭序》真迹，最后以《兰亭序》陪葬。他诏设弘文馆，设书法一科，由欧阳询、虞世南教授楷法，五品以上在京官员的子弟喜欢书法的都可以去学。他还让人复制王羲之的书迹，现存故宫博物院的神龙本《兰亭序》摹本很可能就是其中之一。可以说，唐太宗对唐代书法的发展起了重要的推动作用。



作品释文：  
以凉暑易操，无霄无旦，与日月而同流；不盈不虚，将天地而齐固。永济民之沉痾，长决施于无穷。故

唐 李世民 温泉铭（局部）



# 第15课

## 门字框



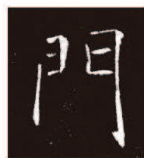
商 甲骨文



汉 石门颂



唐 孙过庭



唐 褚遂良



晋 王羲之



### 书写要点

- ▶ 门（門）字框的左半边较窄小，右半边略宽大。左半边中，横折的横部向右上倾斜，末横则形变为提。门字框的左竖和右部竖钩都略向字内弯曲，整体向内收紧。
- ▶ 一般情况下，框内部件写得略靠上。门字框的竖与竖钩是字的左右支撑。



闲



阁



闻





## 看看想想



静中有动



宽窄与离合



正中之斜



讲究留白



一致与变化



有静有动

观察例字，门（門）字框中短横的形态有什么不同？



## 书法园地

### 书法与福文化

“腊月二十四，家家写大字”，每年的春节，通常家家户户都会在房门、墙壁上贴大笔书写在红纸上的“福”字，民间更是有倒贴“福”字的习俗，谐音为“福倒（到）了”。人们常说的“五福”，第一福是“长寿”，第二福是“富贵”，第三福是“康宁”，第四福是“好德”，第五福是“善终”。“福”是人类的美好追求。

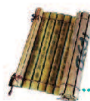
过年的时候写个“福”字贴到门上吧。



唐 欧阳询书“福”字



## 《清风明月》



### 读一读

清风明月是大自然中的美好事物，能带给人无穷的享受。宋代的欧阳修说“清风明月本无价”，陆游则说“清风明月皆我客”。你对“清风”“明月”有什么感受？



### 学一学



相迎相合

斜正与错位



①“清”字弱化三点水，以“青”部为主体。

②“青”部的写法不同于左右结构的常规处理，即“丰”部的三横不是让左而是向左伸展，好在长横的后半段较为粗壮，增强了右部的力量。

③三点水以中间一点为主，与长横紧靠，与右部关系密切。



横向有序

纵向有序



- ① “风”字左撇收笔短促收敛，与右侧斜钩的舒展及出锋形成对比。
- ② 外框坚实开张，内部轻巧有序。



曲直相映

下部错落



- ① 在“明”字中，一般左部略短于右部。
- ② “目”部两竖直，而“月”部横折钩与撇相应，都略带弧形。



整体有序

呼应协调



- ① “月”字撇低钩高，整字略向左侧倾斜。撇柔，横折钩刚。
- ② “月”字内两短横在粗细、角度与形态上变化微妙。



### 集字提示

在扇面的书写形式中，为了适应幅式形态，“明”字可收紧下部，成为上宽下窄的形态。



清风明月

集欧阳询书 清风明月

请你试着临一临  
这四个字吧！





## 第1课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第2课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



### 第3课 书写练习

原帖	祥	神	禮
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第4课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第5课 书写练习

原帖	針	銘	錄
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第6课 书写练习

原帖	紳	終	經
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第7课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第8课 书写练习

原帖	思	不	竭
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

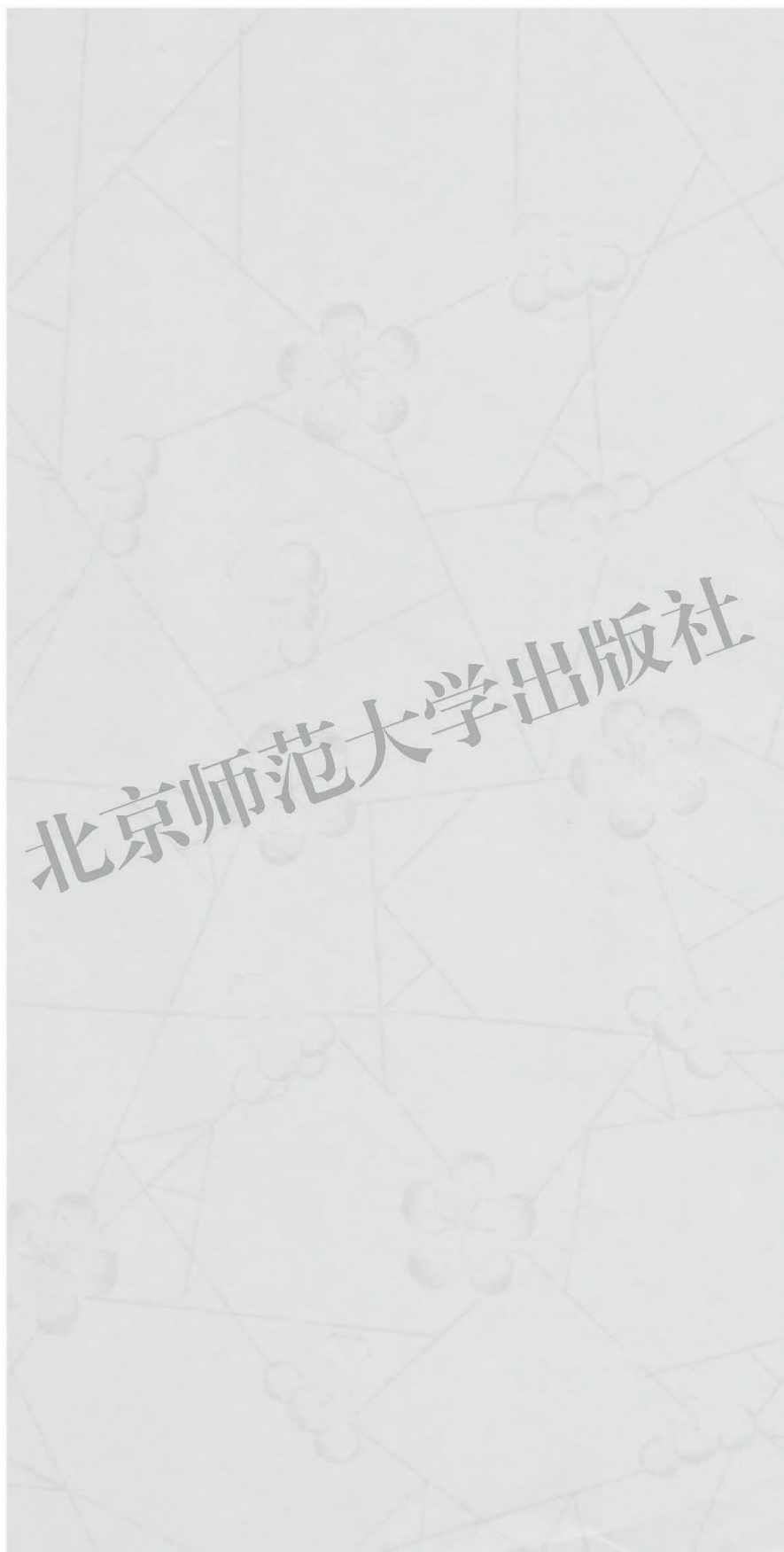
班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



请参考第21页的集字范例“思不竭”进行临写。



班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第9课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第10课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

北京师范大学出版社





## 第11课 书写练习

原帖	起	越	趙
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

北京师范大学出版社



## 第12课 书写练习

原帖	尚	當	賞
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社


班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第13课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社


班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

北京师范大学出版社





## 第14课 书写练习

原帖			
临写			
临写			
临写			

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

北京师范大学出版社



## 第15课 书写练习

原帖	閑	閣	聞
临写			
临写			
临写			

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_



北京师范大学出版社



## 第16课 书写练习

原 帖	临 写	临 写
清		
風		
明		
月		

班级：\_\_\_\_\_

姓名：\_\_\_\_\_

北京师范大学出版社





请参考第40页的集字范例“清风明月”进行临写。

北京师范大学出版社

班级：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

北京师范大学出版社

## 后 记

北师大版《义务教育三至六年级书法练习指导（实验）》依据教育部颁布的《关于中小学开展书法教育的意见》和《中小学书法教育指导纲要》编写。

本套教材依托北京师范大学艺术与传媒学院书法系的学者团队，同时吸纳了有丰富教学经验的一线语文教师、书法教师，以及专业的基础教育教材编辑，保障了教材的专业性、适切性、科学性和规范性。教材面向全体学生，立足于“让每一个学生写好汉字”，切实服务于学生书写能力的提高和中华优秀传统文化的传承与弘扬。

本套教材在编写与修订完善过程中形成了以下鲜明的特色：范字选自经典碑帖，同时兼顾语文识字教学，所选范字均在《义务教育语文课程常用字表》范围之内；先学欧体楷书，后学颜体楷书，欧体与颜体互补，有效帮助学生掌握楷书的技法与结字规律；编排尊重书法教学规律和小学生认知特点，循序渐进；强化书写实践，指导与练习相得益彰，指导围绕练习展开，力求专业、规范、科学，练习方法得当、梯度合理。

参与本套教材编写的有：秦永龙、查律、邓宝剑、李洪智、史丽薇、谈文玉、李新月、邱妍宾、于乐、陶承英。参与本套教材实验和讨论工作的有：罗绍文、周敏、何平、李雪洁、王建波、张丽娟、邓丽平、张洪玲、樊庆红、徐玥、唐正才、谭苗苗、王春美、刘东明、于小清、李轶斐等。

本套教材的实验和修订工作得到了北京师范大学实验小学、北京市西城区北礼士路第一小学、浙江省海宁市桃园小学、浙江省海宁市斜桥镇中心小学、江苏省盐城市建军路小学的大力支持。为本套教材提供图片的单位和个人有故宫博物院、西安碑林博物馆，王丽、朱磊、李珍珠、王蕊、纪潇、周立佳。在此一并向以上单位和个人表示感谢。

本套教材的编写和出版是一项创造性工作，虽然编写和出版团队经历了夜以继日、披星戴月的辛劳，数易其稿，但仍有考虑不周之处，恳请广大师生批评指正。在本套教材使用中如有任何问题或建议，敬请联系北师大出版社基础教育分社，电话：010-58806245，E-mail: shufa@bnupg.com。

“筚路蓝缕，以启山林。”书法教育的复兴任重道远，唯以此与广大师生共勉。

北京师范大学出版社