

义务教育三至六年级



义务教育三至六年级

书法练习指导（实验）

四年级上册

书法

练习指导

（实验）

四年级 上册



河北美术出版社



定价：5.20 元

河北美术出版社



绿色印刷产品

编者寄语

亲爱的同学：

你手中的这套教材适用于小学三年级至六年级毛笔书法学习。

在学习过程中，你能够正确掌握毛笔的执笔要领、书写姿势和书写技能，写出一手优雅美观的毛笔楷体字；可以初步感受书法艺术之美，从而增强书法学习的兴趣；能够提高自己的文化素养，逐步将毛笔的书写技能运用到日常学习和生活之中。与此同时，你还将通过欣赏名家书法作品，初识篆、隶、草、楷、行五种字体，了解字体的大致演变过程，初步感受汉字的形体美和内在美。

为实现这些目标，教材中设置了“书写指导”“书写例字”“学习活动”“知识链接”等小栏目，希望你通过这些栏目活动，有效地提高毛笔书写的能力，认认真真地写好汉字，循序渐进地了解汉字和书法的丰富内涵及文化价值，提高自身文化素养。

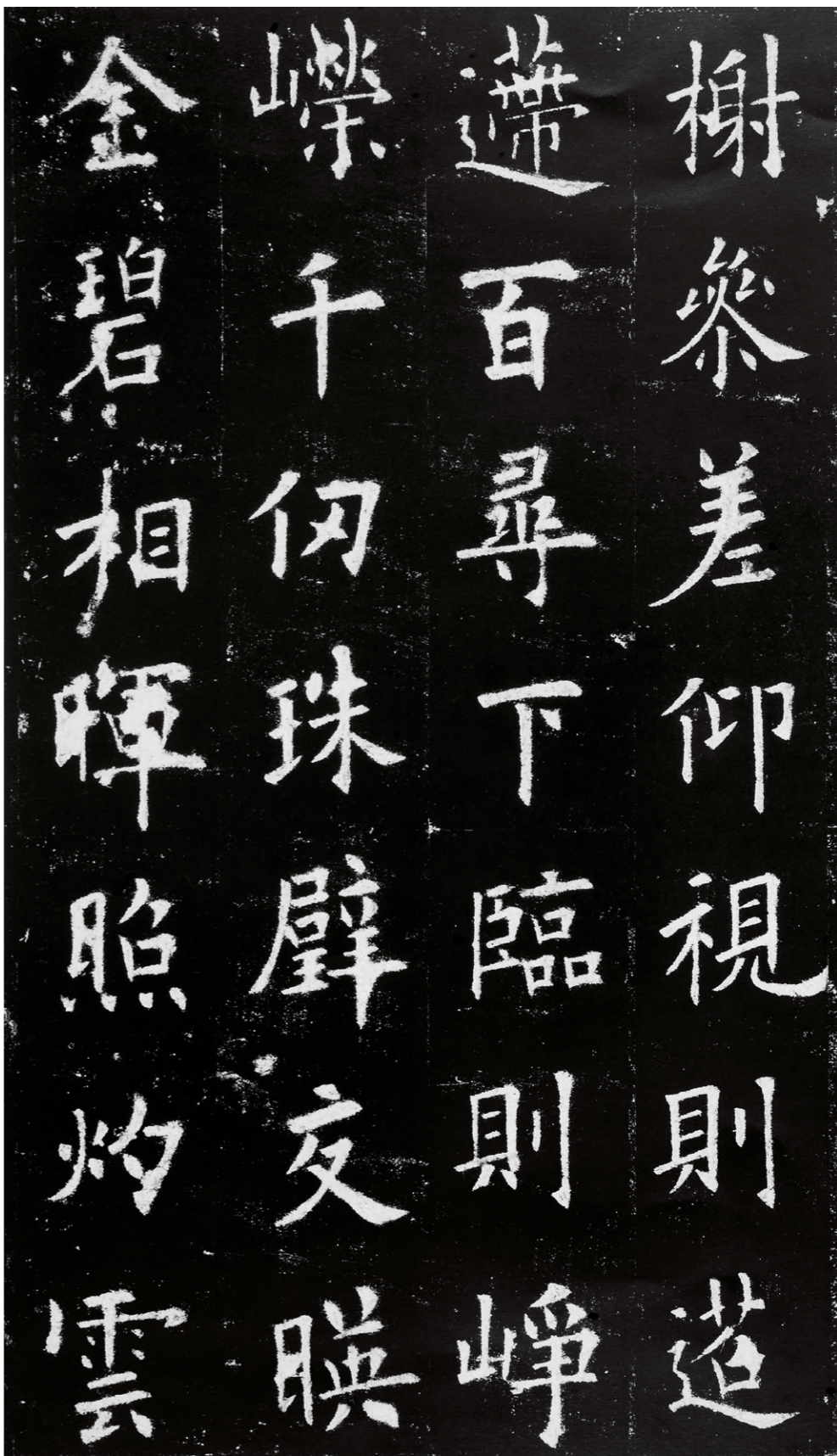
本套教材选用的毛笔楷书例字，多数出自柳公权的《玄秘塔碑》，也有少数出自柳公权的《神策军碑》，努力做到例字风格的一致性。本套教材还介绍了一些其他经典楷书碑帖，为大家进一步学好楷书奠定基础，为有兴趣练习其他书体的同学提供帮助。

本册主要安排了较难笔画及“撇”与“捺”形态变化的书写指导与练习，并穿插了楷书的概念及特点、楷书四大家以及文房四宝等知识。

如果你能坚持每节书法课都认真练字，并且多欣赏、多读书、多应用，相信你一定会在书法学习上有不小的收获！



九成宫醴泉铭（局部） 唐 欧阳询



义务教育三至六年级

书法

练 习 指 导

SHUFA LIANXI ZHIDAO

(实验)

四年级 上册

于茂阳 主编

河北美术出版社

主 编：于茂阳
副 主 编：王 凯 刘军强 史忠平
编 者：方晓东 韩文贵 胡京武 刘军肖
陈荣娥 谭秀锦 张建萍

策 划：刘金凯 张基春
责任编辑：李慧娟
责任校对：刘燕君 曹玖涛
摄 影：郭 睿

图书在版编目（CIP）数据

义务教育三至六年级书法练习指导：实验·四年级·上册 / 于茂阳主编. — 石家庄：河北美术出版社，2015.7（2021.5重印）

ISBN 978-7-5310-5529-7

I. ①义… II. ①于… III. ①书法课—小学—教材
IV. ①G624.751

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第084792号

义务教育三至六年级
书法练习指导（实验） 四年级 上册
于茂阳 主编

出 版：河北美术出版社（河北省石家庄市和平西路新文里8号）
发 行：河北省新华书店
邮 编：050071
电 话：0311-85915057 85915046（传真）
制 版：河北省石家庄市翰墨文化艺术设计有限公司
印 刷：河北锐文印刷有限公司
开 本：787毫米 × 1092毫米 1/16
印 张：5
印 数：1,681,581~2,011,580
版 次：2015年7月第1版
印 次：2021年5月第7次印刷
书 号：ISBN 978-7-5310-5529-7
定 价：5.20元

冀价管〔2019〕761号 冀价审〔2021〕105153 全国价格举报电话:12358

如有印装质量问题，请与本社联系调换。

版权所有·请勿擅用本书制作各类出版物·违者必究



目 录

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿ 四年级 上册

第一单元 笔画 (五)

第 1 课	横折折撇	2
第 2 课	竖折折钩	4
第 3 课	横折弯钩	6
第 4 课	横撇弯钩	8
第 5 课	横折折折钩	10
第 6 课	综合练习	12

第二单元 笔画形态变化 (一)

第 7 课	平撇	14
第 8 课	竖撇	16
第 9 课	弯头撇	18
第 10 课	兰叶撇	20
第 11 课	回锋撇	22
第 12 课	直捺	24
第 13 课	侧捺	26
第 14 课	平捺	28
第 15 课	反捺	30
第 16 课	综合练习	32
练习页		35

第1课

横折折撇

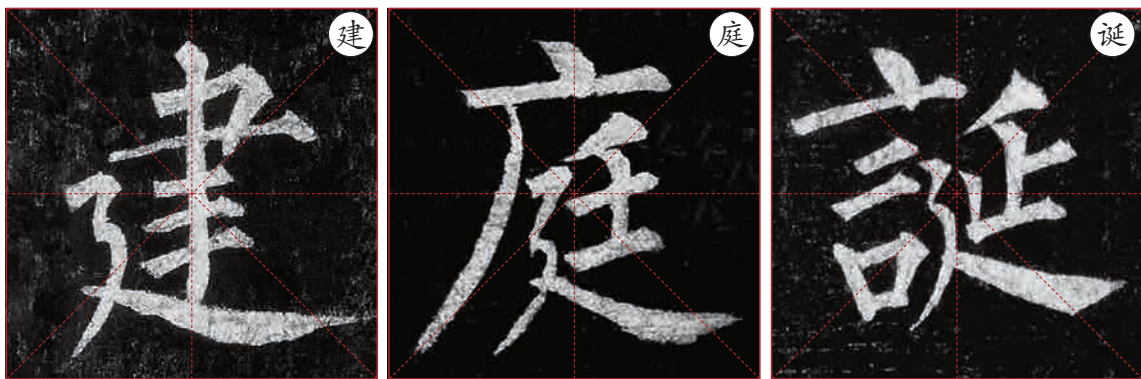
书写指导



1. 逆锋向左上起笔，折锋向下顿笔，稍提笔向右行笔；
2. 稍提笔上昂，向右下顿笔，转锋向下行笔；
3. 稍提笔折向右，稍行后顿笔；
4. 转锋向左下用力撇出。



书写例字



认识楷书

楷书，也叫“正楷”“正书”“真书”。其形体方正，结构严整，笔画平直规范，易于辨认，古人认为它是“字体中的楷模”，因此有了“楷书”的叫法。楷书始于汉末，成熟于魏晋南北朝，至今通行。在教育部颁发的《中小学书法教育指导纲要》中，把写好楷书作为最主要的教育教学目标。所以，练好楷书，写一手整洁美观的楷体字，是对每一个学生的基本要求。

中 國 書 法

(小篆)

巾 國 本 法

(草书)

中 國 書 法

(楷书)

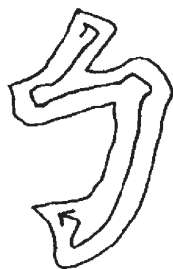
(中 国 书 法)

比较一下上面的字体，你是不是觉得楷书最易辨识？

第2课

竖折折钩

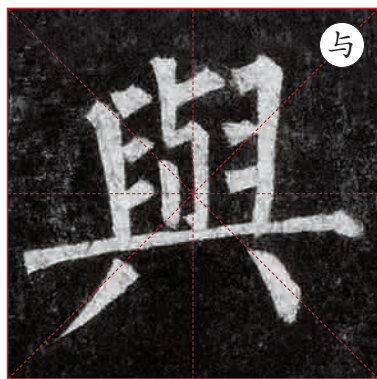
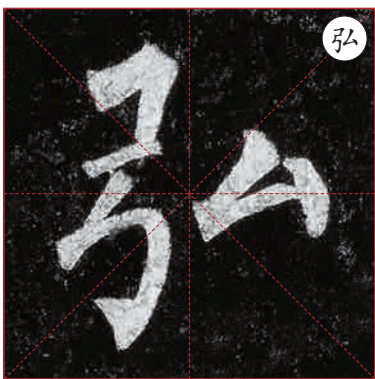
书写指导



1. 逆锋向左上起笔，折锋向右下顿笔，转锋向左下行笔；
2. 稍提笔向左微折，折锋向下顿笔，稍提笔向右行笔；
3. 稍提笔上昂，向右下顿笔，转锋向下带弯行笔，略向左包；
4. 顿笔回锋，向左提笔出锋。



书写例字



知识链接

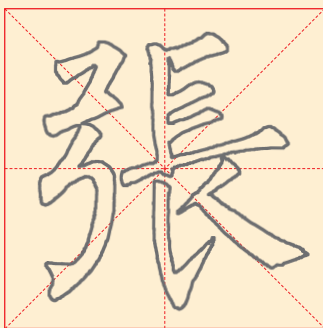
“摹”和“临”都是学习书法的主要方法。我们进行书写练习时所采用的描红、仿影、双钩填墨的方法都属于“摹”。“临”则是将字帖放在面前，先观察例字的笔画形态、结构特征，然后在空格内按照例字书写。开始时可以看一笔写一笔，逐渐熟练后应做到看一个字写一个字。在临写的过程中要做到“眼到”“手到”和“心到”。



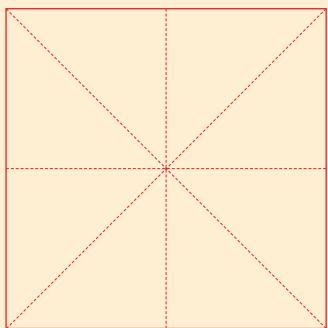
例字



描红



双钩填墨

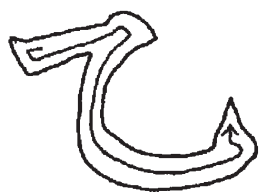
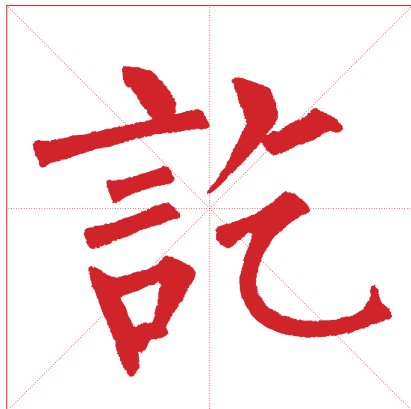


临写

第3课

横折弯钩

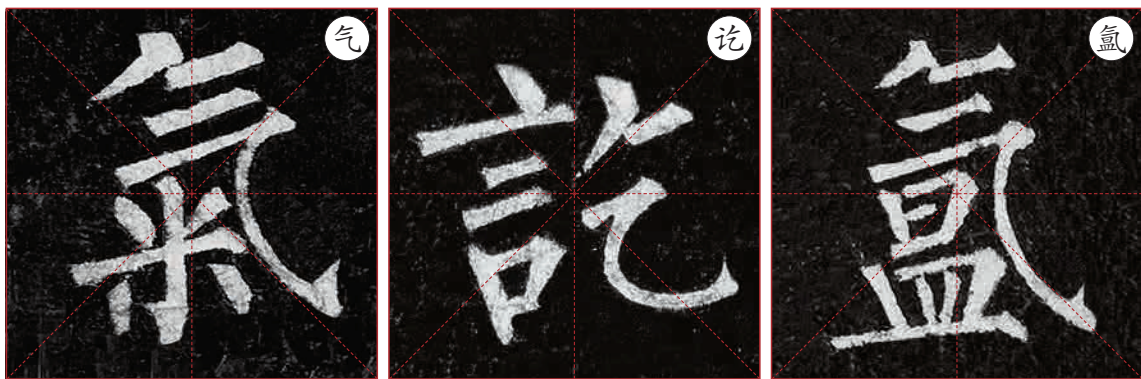
书写指导



1. 逆锋向左上起笔，折锋向下顿笔，稍提笔向右行笔；
2. 稍提笔上昂，向右下顿笔，转锋向左下行笔；
3. 转笔向右带弯行笔；
4. 稍顿笔回锋，向上提笔出锋。



书写例字



知识链接

你知道墨是怎样生产出来的吗？

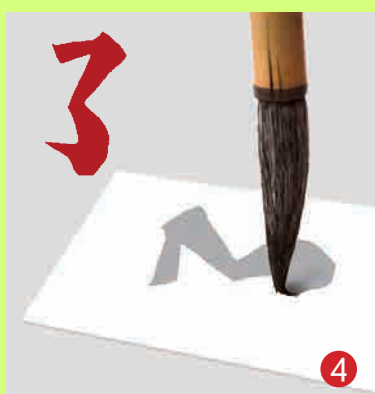
在传统工艺中，制墨所用的材料主要有植物油、动物油、松木以及可燃矿物等。将这些材料进行不充分燃烧，收取烟粉，加入胶、香料等物质调制，再经过蒸、压制等工序加工成块状的墨锭，使用时在砚台中加水研磨成汁。到了近现代，墨已不用再压制成块状，而是直接调制成墨汁了。墨根据所用原料分为松烟墨和油烟墨两种。松烟墨墨色乌黑沉着，不泛光泽，用以制作拓片尤佳；油烟墨色泽鲜亮，质地精良，为后世书画家所喜用。



第4课

横撇弯钩

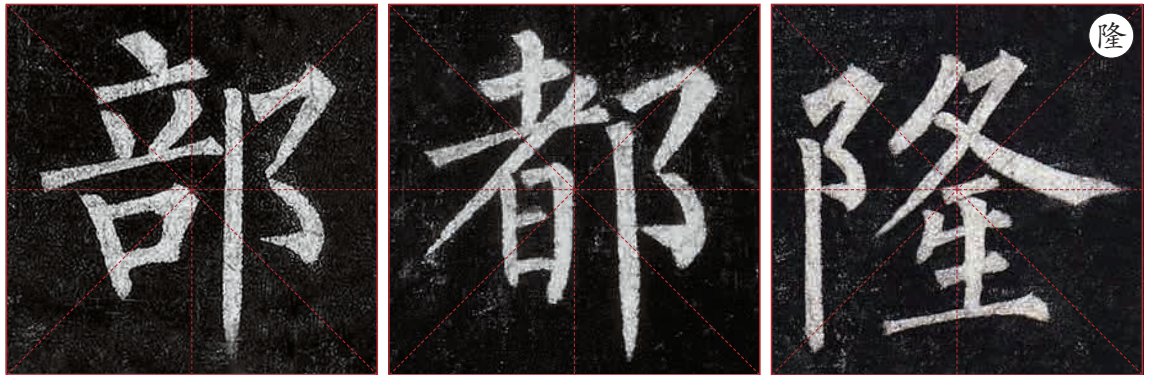
书写指导



1. 逆锋向左上起笔，折锋向下顿笔，稍提笔向右行笔；
2. 稍提笔上昂，向右下顿笔，转锋向左下写撇；
3. 撇尾处接着折向右微弯行笔；
4. 顿笔回锋，向左上提笔出锋。

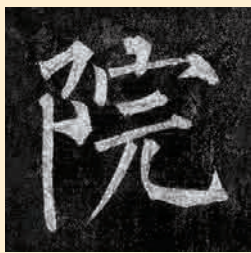


书写例字



知识链接

在汉字中，双耳旁有左右之分，你能看出它们写法上的不同吗？



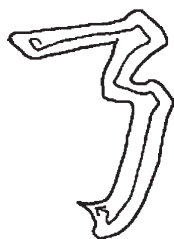
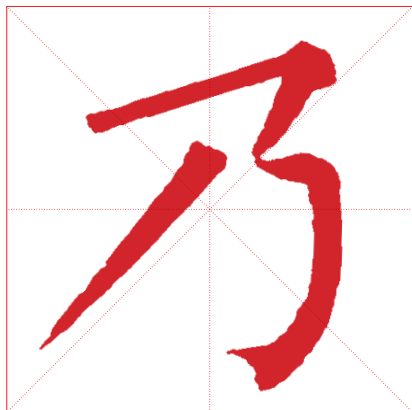
小提示

在楷书中，左耳旁的“耳朵”一般要写得稍小，竖多用垂露。右耳旁的“耳朵”则要写得稍大，而竖多为悬针。

第5课

横折折折钩

书写指导



1



2



3



4

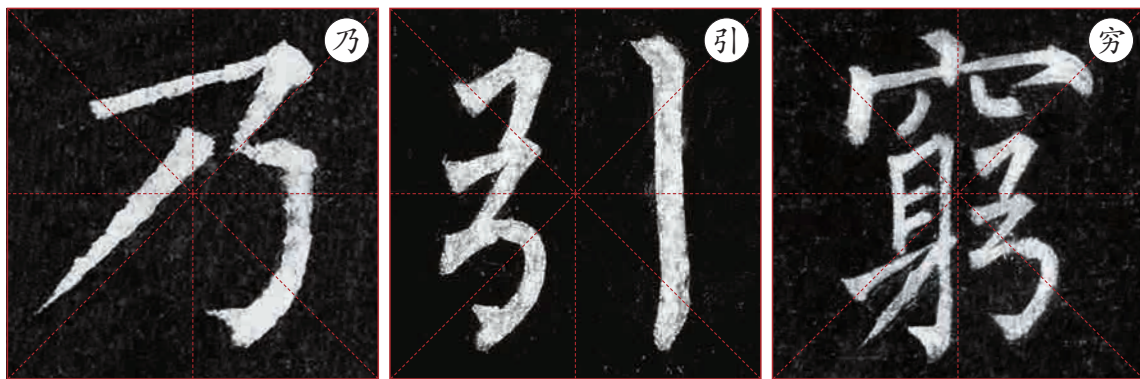


5

1. 逆锋向左上起笔，折锋向下顿笔，稍提笔向右行笔；
2. 稍提笔上昂，向右下顿笔，转锋向左下行笔；
3. 稍顿笔，向右行笔；
4. 提笔上昂后顿笔；
5. 转锋向下带弯行笔，顿笔回锋，向左上提笔出锋。



书写例字



柳体中常将“弓”下部的横、竖折弯钩连写。

习惯养成

良好的书写习惯的养成，是学好书法的唯一正确方法和途径。

良好的书写习惯主要是指：

1. 执笔、用腕正确，书写姿势端正。
2. 勤于观察和思考，先动脑后动笔。
3. 爱护书写用具，保持书写环境整洁。
4. 在日常书写中，养成“提笔就是练字时”的意识。
5. 书写时专心致志，保持不急不躁、安静平和的心态等。

如果这些都能成为同学们日常书写时自然而然、不需提醒就能做到的行为，就能养成良好的书写习惯。

小提示

书写时要做到“指实”“掌虚”。“指实”是指五指要把紧笔管，做到下笔有力；“掌虚”是指掌心要留有一定空间，使手指能自如地向内、向外推拉笔管。

第6课

综合练习

巩固练习



知识链接

你听说过“楷书四大家”吗？他们是书法史上以楷书著称的四位书法家，来了解一下他们吧！



欧阳询（557—641），唐代人。年少时聪敏勤学，博闻强记，通晓经史。隋朝时曾官至太常博士。唐朝时曾担任率更令、弘文馆学士等职。欧阳询的楷书于平正中见险绝，人称“欧体”。楷书代表作有《九成宫醴泉铭》《化度寺碑》等。

颜真卿（708—784），唐代人。曾任殿中侍御史、平原太守、吏部尚书、太子太师，封鲁郡公。颜真卿的楷书用笔匀而藏锋，内刚劲而外温润，人称“颜体”。楷书代表作有《多宝塔碑》《颜勤礼碑》等。



柳公权（778—865），唐代人。官至太子少师，世称“柳少师”。曾任翰林侍书学士、中书舍人、翰林书诏学士、太子太保，封河东郡公。柳公权的楷书结构严谨，笔画锋棱明显，骨力遒健，人称“柳体”。他与颜真卿的楷书有“颜筋柳骨”之誉。楷书代表作有《玄秘塔碑》《神策军碑》等。

赵孟頫（fǔ）（1254—1322），元代人。累官至翰林学士承旨、荣禄大夫，谥（shì）文敏，所以又被后世称为赵文敏。其书法博采众长，自成一家，结体严整，笔画圆转道丽，人称“赵体”。楷书代表作有《三门记》《妙严寺记》等。



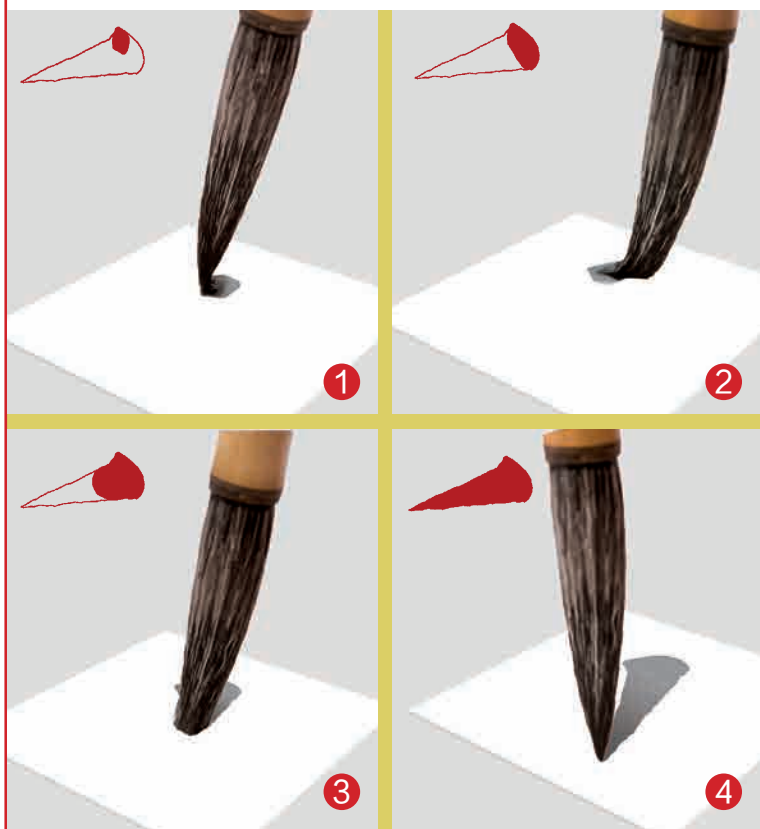
小提示

我们临摹的是“柳体”字，以后我们还要专门介绍“欧体”“颜体”和“赵体”字，并介绍他们的书法代表作品。

第7课

平撇

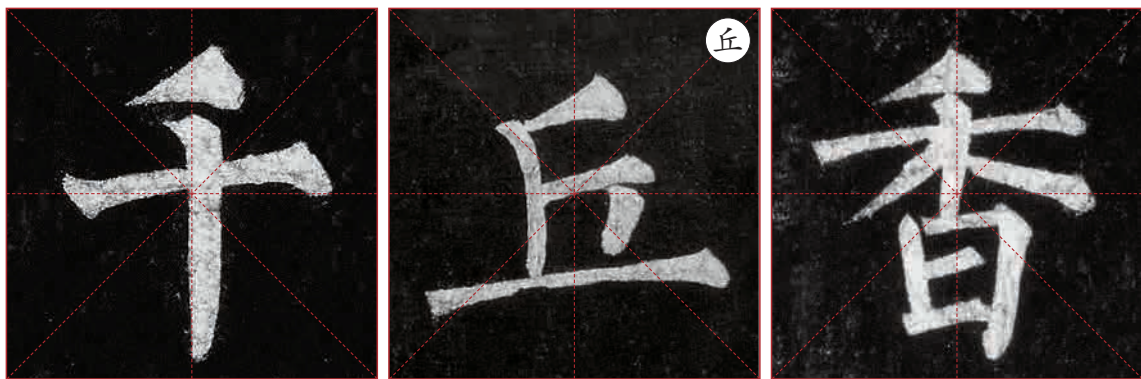
书写指导



1. 逆锋起笔；
2. 折锋向右下顿笔；
3. 转锋向左行笔；
4. 逐渐提笔出锋。



书写例字

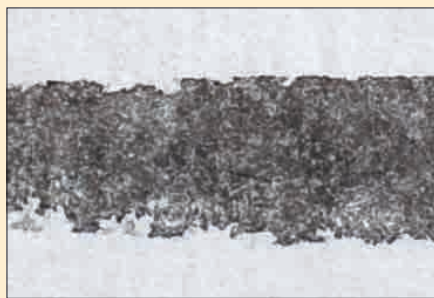


知识链接

你知道宣纸是怎样生产出来的吗？

宣纸是中国人的伟大发明。它以青檀树皮和沙田稻草为原料，经过石灰腌泡、缓和蒸煮、日光漂白、石碓打浆、竹帘入槽、榨帖焙干等十八道工序、一百多道手工操作制成，是我国独特的传统工艺。以此工艺制造出来的宣纸纸质纯白、细腻、柔韧，变形性小，又具有特殊的润墨性、耐久性和抗虫性。宣纸具有易于保存、不易褪色等优点，故有“纸寿千年”的美誉。

宣纸分熟宣和生宣两类。熟宣是经过上矾等工序加工制作而成的，水墨不易渗透，可作细致的书写、描摹和反复上色。生宣是以传统工艺生产的未经上矾的宣纸，多用于写意类绘画，因其洇（yīn）染效果丰富自然，也在书法中得到广泛应用。



熟宣效果

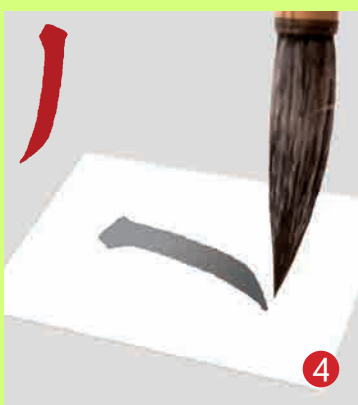
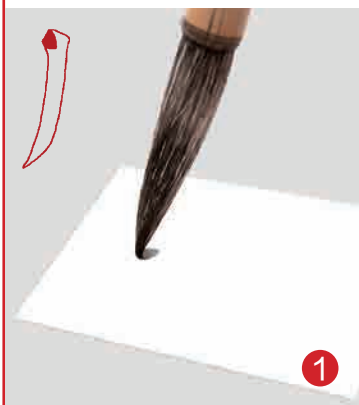
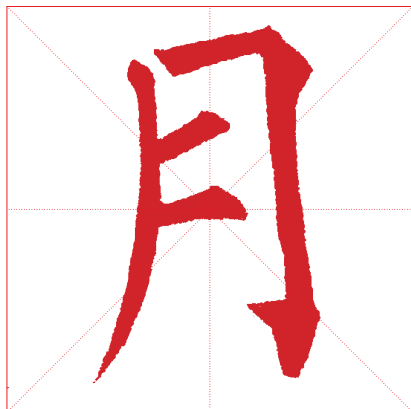


生宣效果

第8课

竖撇

书写指导



1. 逆锋向左上起笔；

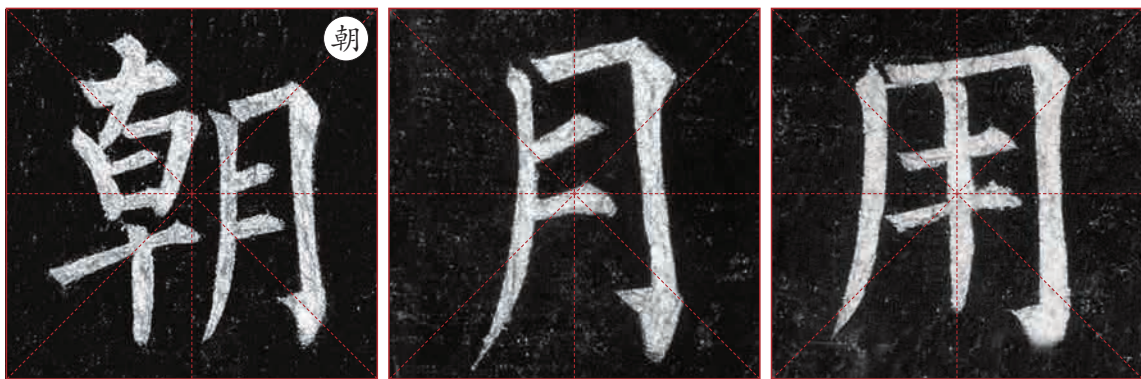
2. 折锋向右顿笔；

3. 稍提笔向下行笔；

4. 向左下提笔撇出。



书写例字



习惯养成

用宣纸写毛笔字固然很好，但因宣纸的造价较高，用于练习比较浪费。其实有很多造价低一些的纸都适合我们初学书法者使用，如以稻草为原料制作的毛边纸。



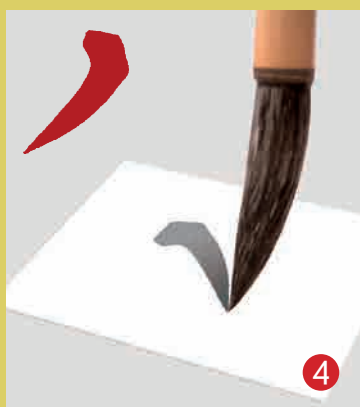
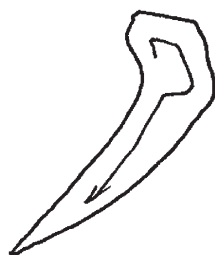
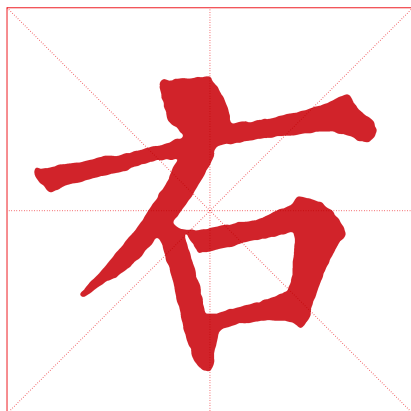
小提示

注意收集一些废报纸、旧杂志，或用过的吸水性较好的包装纸、包装盒等，这些都可以进行书法练习。将废物加以利用，养成节约的好习惯。

第9课

弯头撇

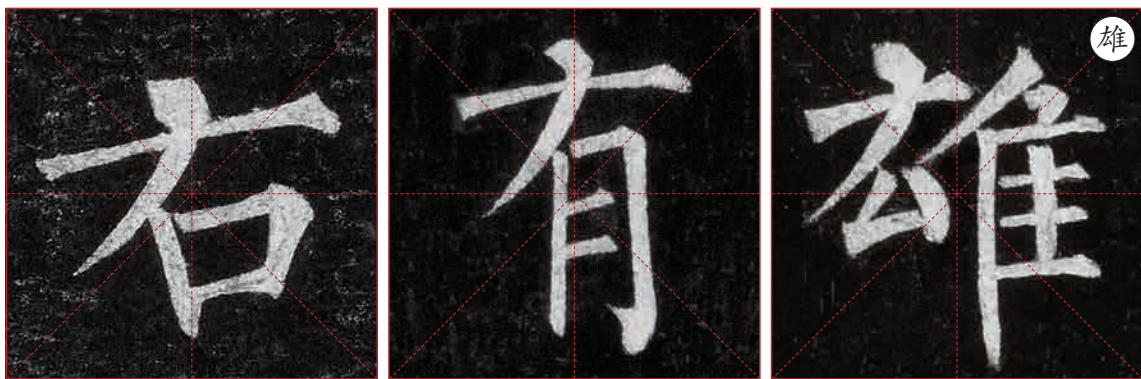
书写
指导



1. 逆锋向左上起笔；
2. 折锋向右；
3. 转锋向右下稍顿笔；
4. 转锋向左下用力撇出。



书写例字



知识链接

这一课我们学习了“弯头撇”的写法，想一想，“左”字和“右”字都有横画和撇画交叉搭配的部件，为什么“左”用长撇而“右”用弯头撇呢？



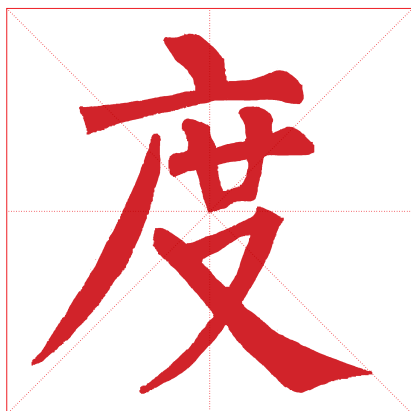
小提示

写“ナ”部件时，若右下方部件较大或形状宽扁，就要写得撇长横短；若右下方部件较小或形状瘦长，就要写得横长撇短，且撇画斜势稍小、头稍弯。

第10课

兰叶撇

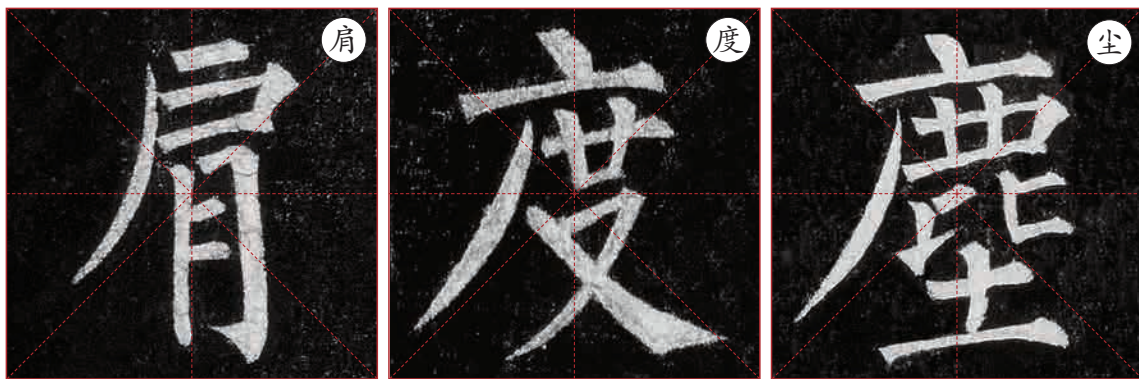
书写
指导



1. 顺锋起笔；
2. 向下作弧势行笔，渐渐按下笔锋；
3. 向左下用力撇出。



书写例字



知识链接

诸葛亮在《诫子书》中写道：“夫君子之行，静以修身，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”意思是，君子的操守，（应该）恬静以修善自身，俭朴以涵养品德。不看重世俗的名利就不能明确自己的志向，不宁静就不能高瞻远瞩。



集欧阳询字

【释文】宁静致远

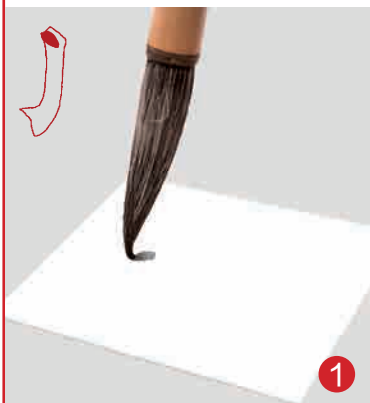
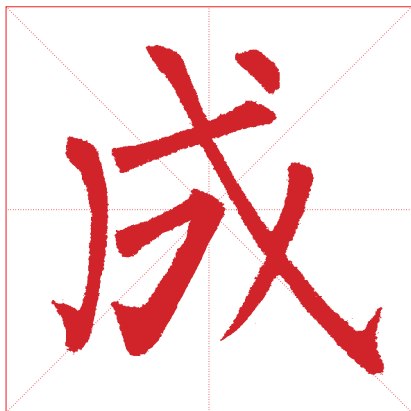
小提示

《诫子书》是诸葛亮写给他儿子诸葛瞻（zhān）的一封信，既是诸葛亮对自己学习经验的总结，也是他对儿子提出的品质要求。

第11课

回锋撇

书写指导



1. 逆锋向左上起笔；

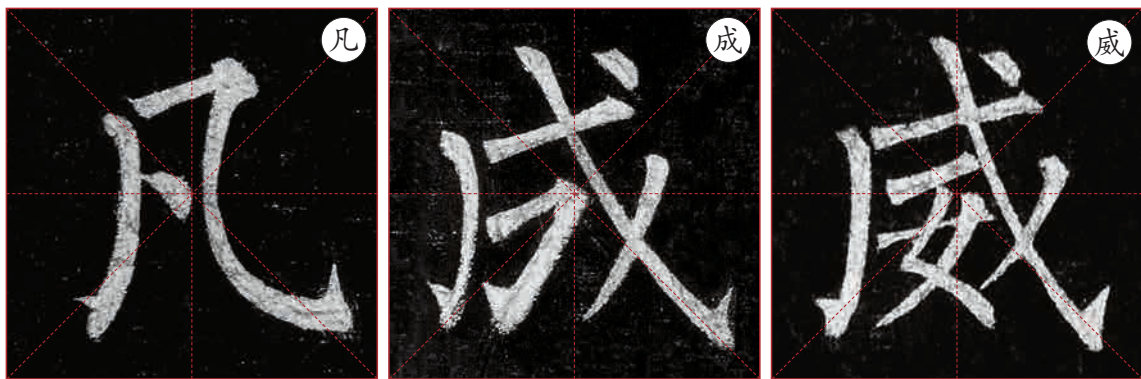
2. 折锋向右顿笔；

3. 稍提笔向左下撇出，
至撇尾向左上回锋；

4. 向左提笔出锋。



书写例字



知识链接

你听说过中国“四大名砚”吗？

端砚是中国“四大名砚”之一，砚石产于广东端州（今肇庆）。端石已经有六亿多年的历史，石质细腻，打磨后就像幼儿的皮肤一样光滑。端石制成的砚台坚实、细润，滴入水后长久不耗墨，发墨不损毫，而且具有众多的石品、花纹等，如青花、鱼脑冻、冰纹等。欣赏一下，右边的端砚是不是精美？



长方形卧牛端砚（清）

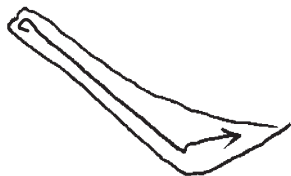
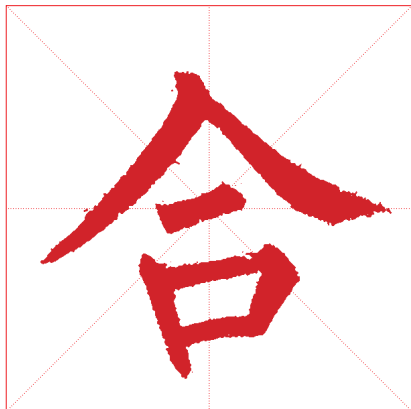


大西洞冰纹端砚（清）

第 12 课

直 捺

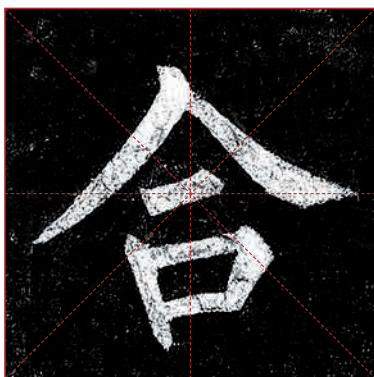
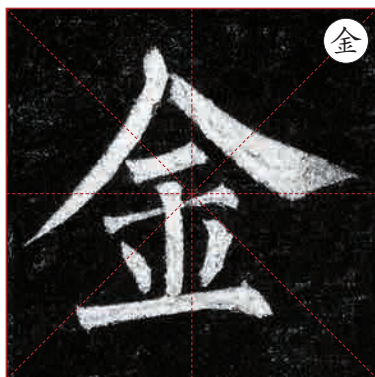
书
写
指
导



1. 逆锋起笔，转锋向右下徐行；
2. 逐渐下按笔锋；
3. 稍顿笔，逐渐提笔捺出。



书写例字



知识链接

歙(shè)砚是中国“四大名砚”之一。砚石产于安徽歙州(今歙县)而得名。因石出于该处的龙尾山,故又称“龙尾砚”。歙砚石质坚实细腻,温润如玉,可与端砚媲(pì)美,其石品、花纹也独具风姿,常见的有罗纹、金星、金晕、鱼子等。



鱼子歙石砚(清)

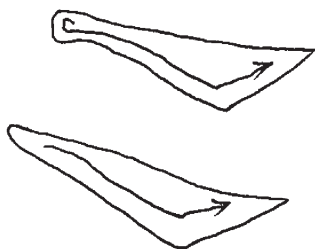


云星岳月金星歙石砚(清)

第 13 课

侧 捺

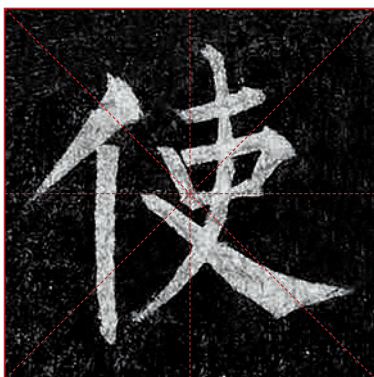
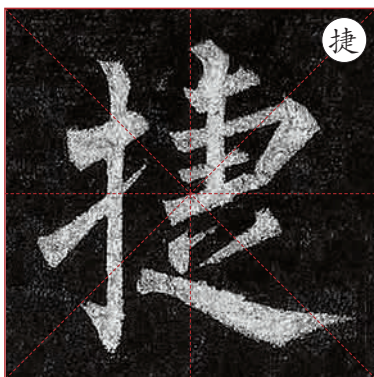
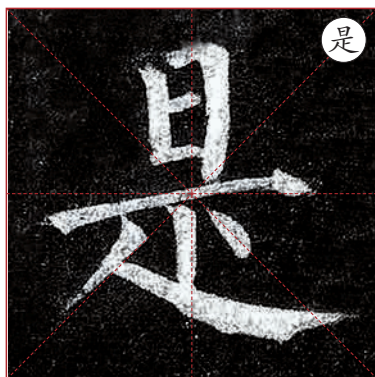
书
写
指
导



1. 逆锋起笔（有的侧捺不作回锋），转锋向右下徐行；
2. 逐渐下按笔锋；
3. 稍顿笔，逐渐提笔捺出。



书写例字

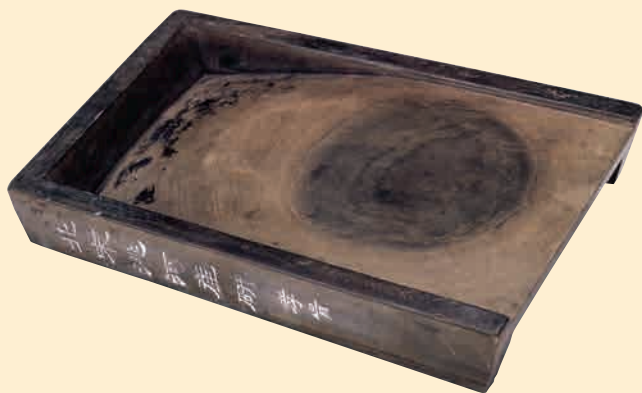


知识链接

洮 (táo) 砚，也称“洮河砚”，是中国“四大名砚”之一。洮石产自甘肃岷 (mín) 县等地的洮河深水之底，开采极为困难，被视为无价之宝。洮石有红绿两种，以绿洮为贵，石质细腻晶莹，条纹就像天上的云彩一般。



十八罗汉洮河石砚（明）

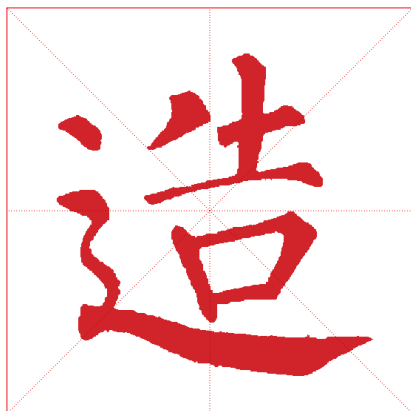


长方形抄手式洮河石砚（宋）

第14课

平捺

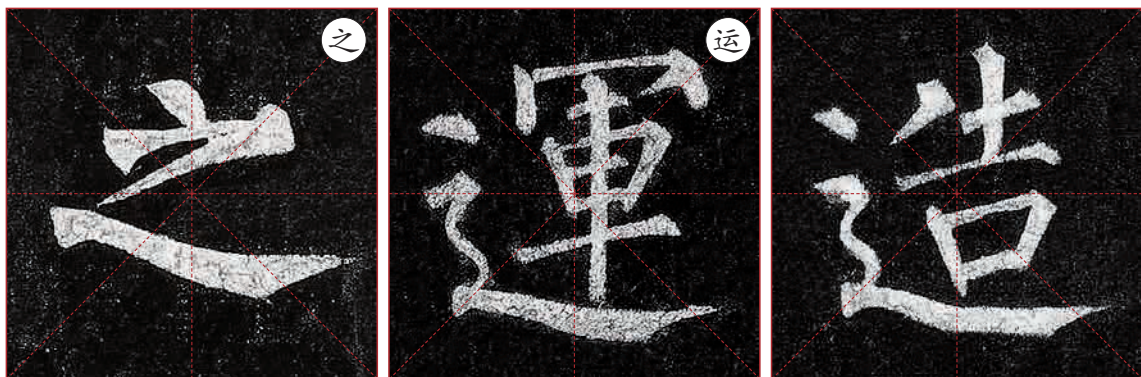
书写
指导



1. 逆锋起笔，折锋下按，微顿；
2. 稍提笔向右行笔，逐渐下按笔锋；
3. 稍顿笔，逐渐提笔捺出。



书写例字

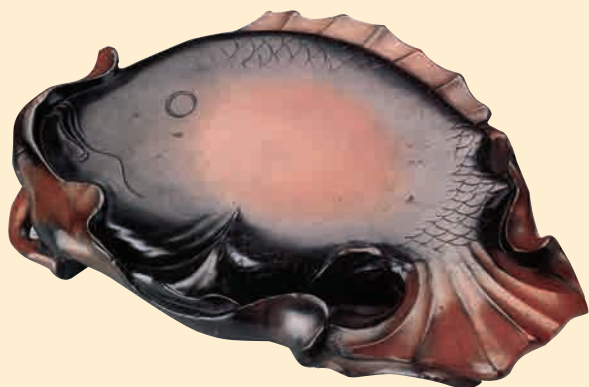


知识链接

澄(chéng)泥砚最早产于绛(jiàng)县(治今山西曲沃西南),自中唐起跻(jī)身“四大名砚”之列。澄泥砚的制作过程特殊:一般将黏土装入布袋中,放入河水中经过多年的浸泡,取出后经过制模、烧炼、醋蒸等多道工序加工成砚。澄泥砚品种多样,以鳝鱼黄、蟹壳青、豆沙绿、玫瑰紫、虾头红、朱砂红等颜色为珍品。



瓜瓞(dié)绵绵澄泥砚(清)

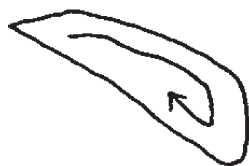


荷鱼朱砂澄泥砚(明)

第15课

反捺

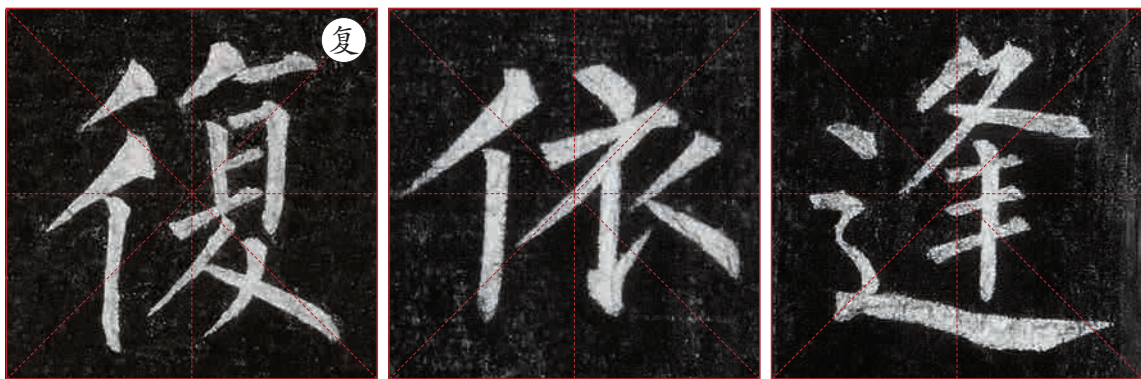
书写指导



1. 顺锋落笔；
2. 向右下行笔；
3. 顿笔回锋收笔。



书写例字



知识链接

“字不双捺”的意思是：在一个字中，若有两个或两个以上的捺画，一般只有一个捺画捺出，这个捺画或作为主笔，或在主要部件中。其他捺画或变为点，或变为反捺。捺画的大小要与其所在部件以及其他部件相匹配，不宜捺出过长，以免失去平衡。



字不双捺

第16课

综合练习

巩固练习



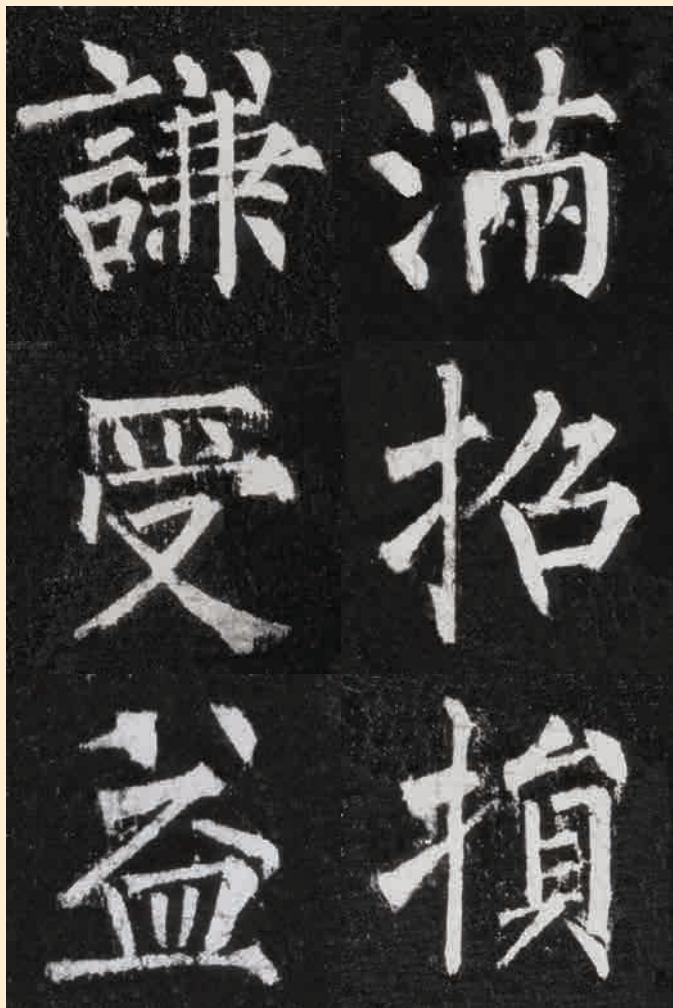
学习活动

“座右铭”指写出来放在座位旁边激励、警醒自己的格言。

同学们，你有座右铭吗？尝试自己创作或者采用书法集字的方法来书写自己的座右铭吧！

“满招损，谦受益”这句话曾被许多人作为座右铭悬挂于自己的书房里。说的是骄傲自满会阻碍自己的进步，谦虚谨慎有利于自己的进步。右图的座右铭是由柳公权的《神策军碑》中的字集成的。

试着将此座右铭书写下来吧！



小提示

1. 准备适当大小的纸，用毛笔写下自己的座右铭。
2. 书写时要注意字距和行距之间的相互关系以及作品整体风格的统一。
3. 把写好的座右铭挂在自己的房间，时刻提醒和激励自己。

实践活动

同学们，快放寒假了，我们中华民族的传统节日——春节即将来临。每逢春节，家家户户都要精心书写或购买一副大红春联贴于门上，为节日增加喜庆气氛。传统春联用毛笔书写，既彰显了书写者的个性，又弘扬了中华优秀传统文化，表现了书法美。现在也有印制的春联，字体规范，同样给人以美的享受。

下面春联中的字集自颜真卿的《多宝塔碑》。

慶同天普

(横批)

人同如意春

(下联)

你认真观察过春联吗？
●春节期间，利用走亲访友的机会，认真观察春联，把内容好而且字写得漂亮的记录下来。

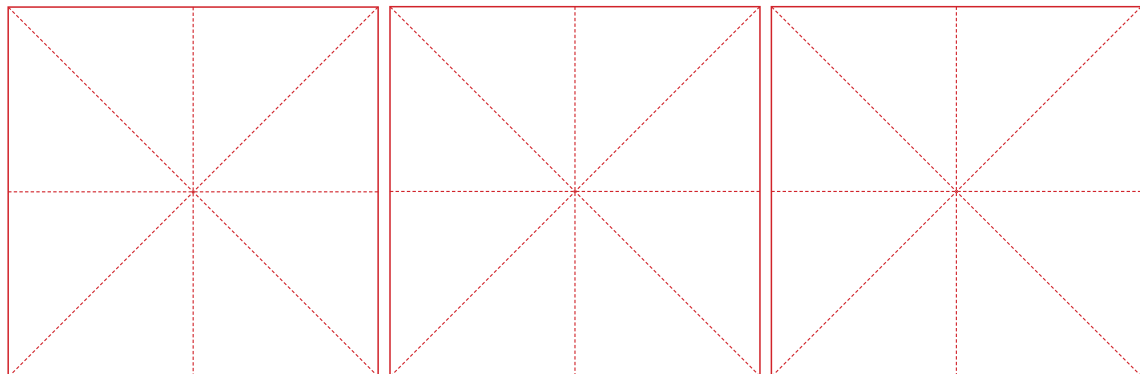
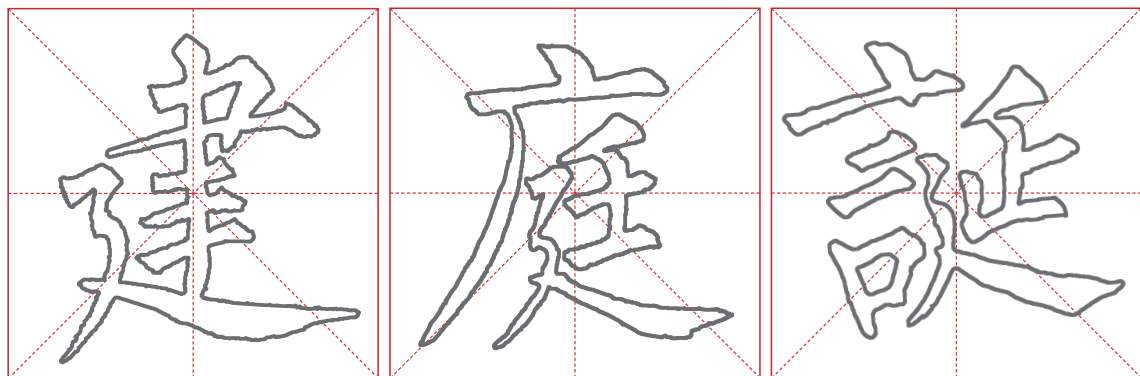
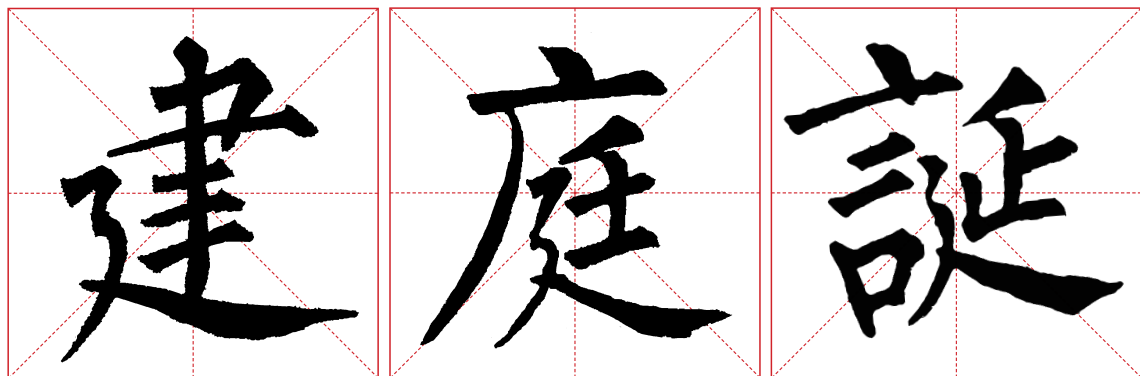
●运用所学过的书法知识，说说你选的春联上的字好在什么地方。

●有兴趣的同学可准备一些红纸，试着写副春联。

天賜平安歲

(上联)

● 书写横折折撇时，要注意两个折处的长短和角度变化，不宜相同。



先描红、双钩填墨，再临写。

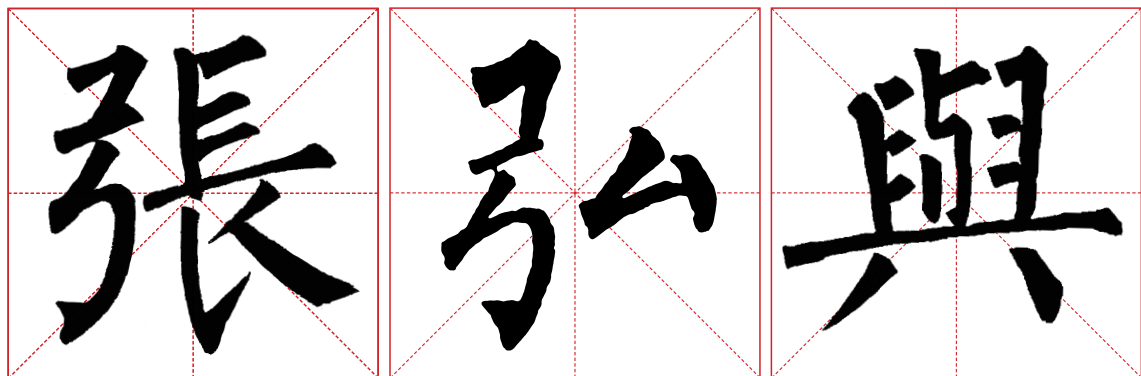
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

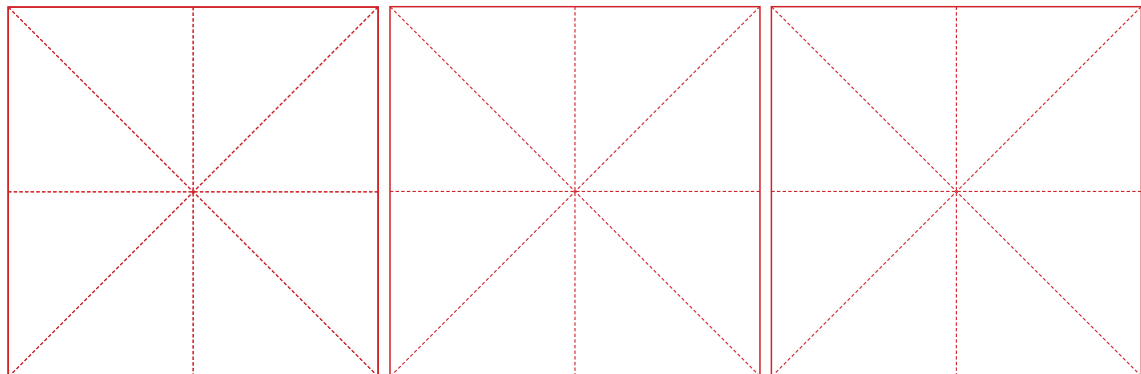
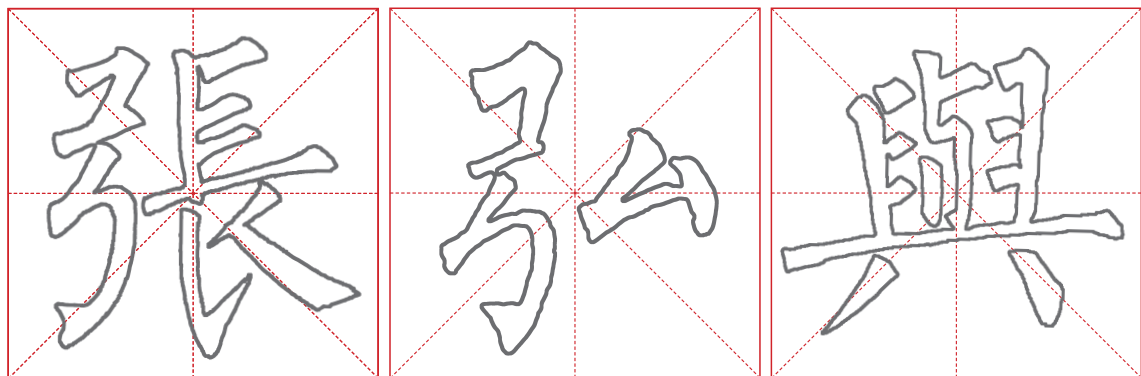
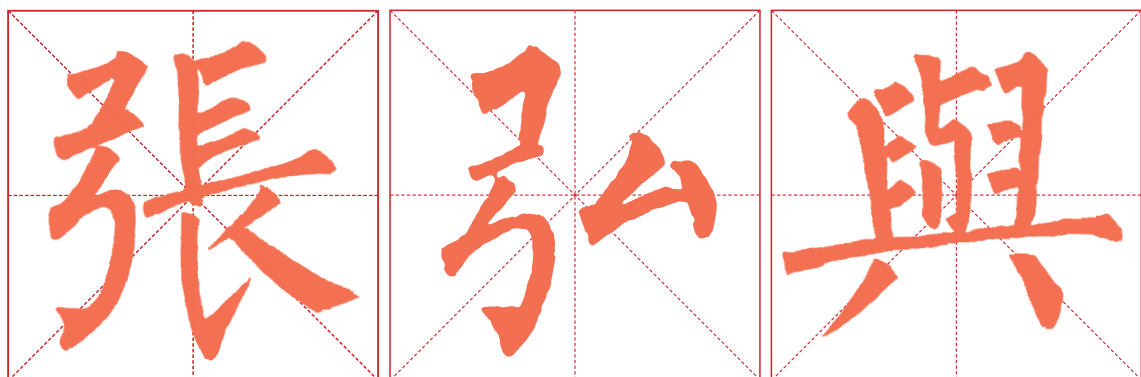
年 月 日

第2课

● 书写竖折折钩时，第二个折处有时写成圆折。



先描红、双钩填墨，再临写。



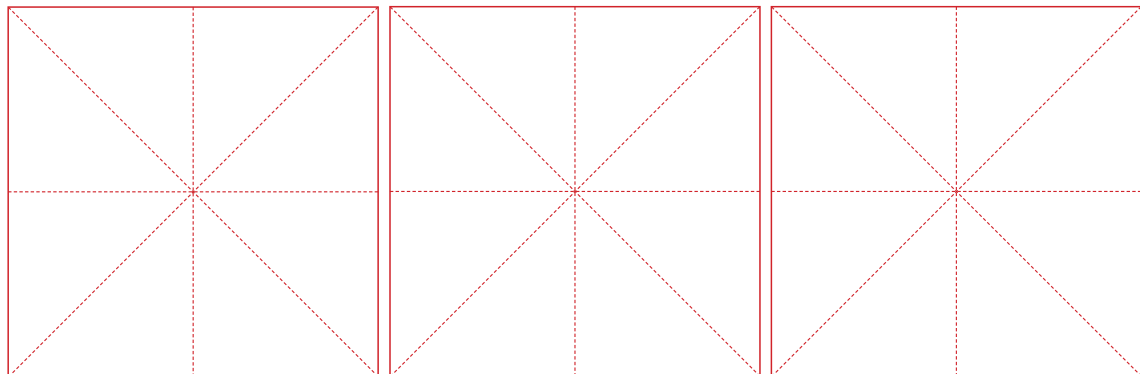
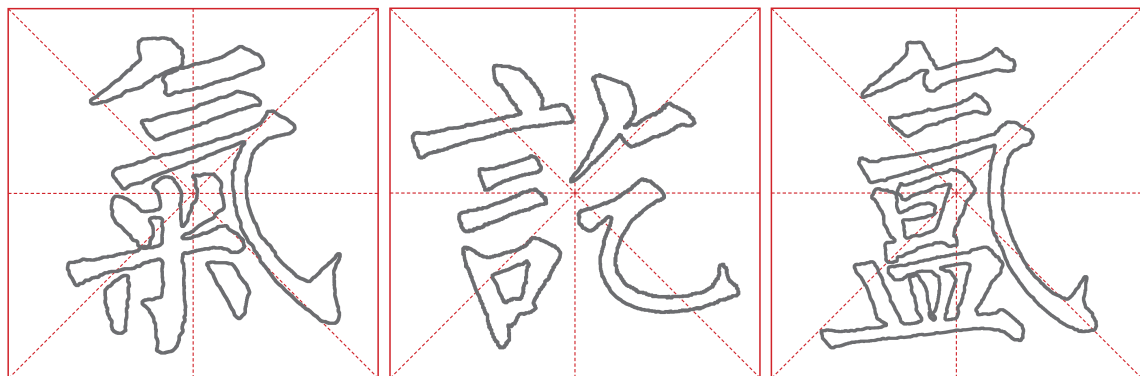
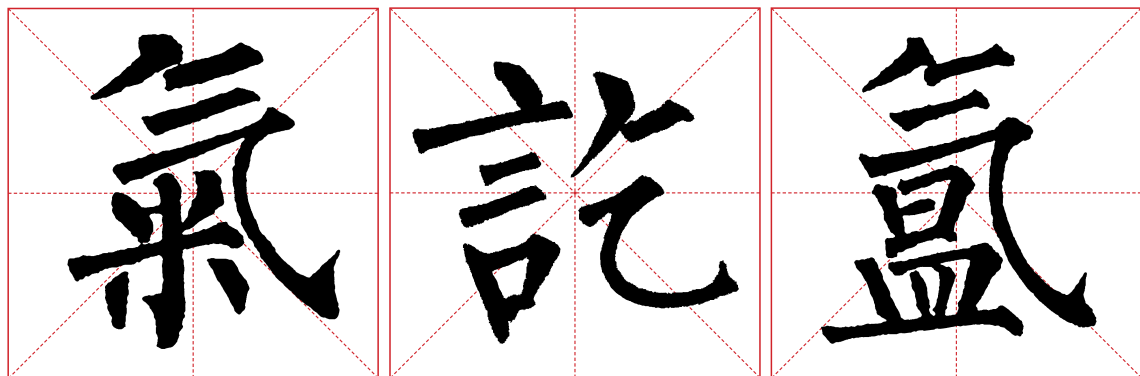
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第3课

● 书写横折弯钩时，弯的曲度在不同的字中会有变化。

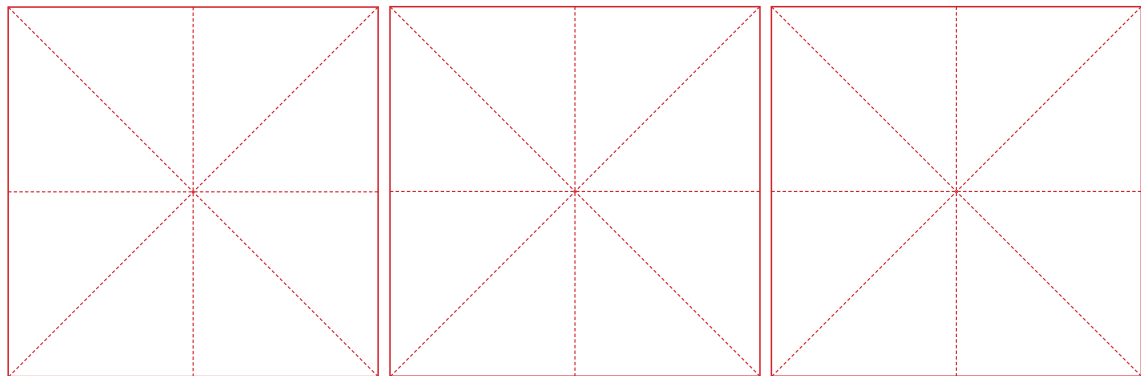
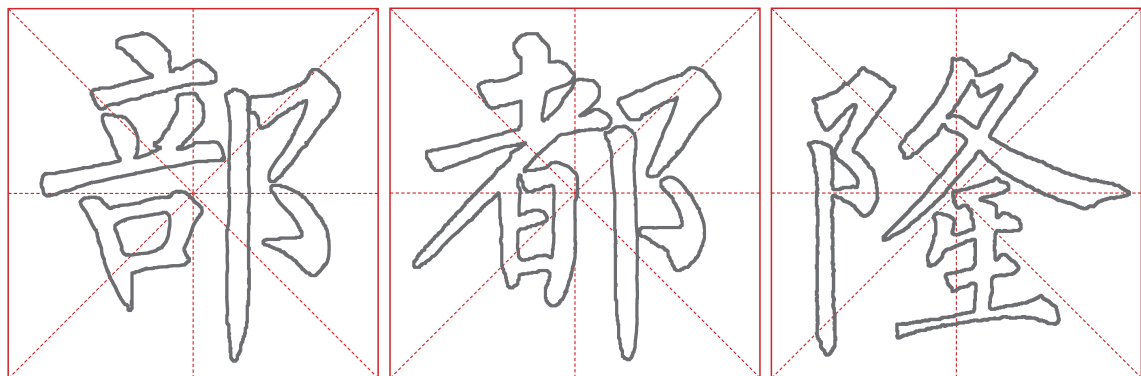


先描红、双钩填墨，再临写。

自评：一般 良好 优秀 互评：一般 良好 优秀 年 月 日

第4课

● 书写横撇弯钩时，下部弯钩部分宜略小于上部。



先描红、双钩填墨，再临写。

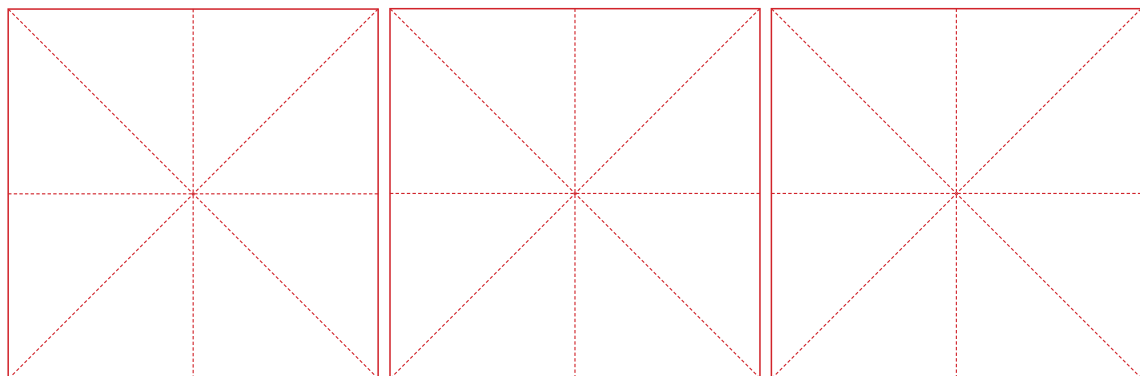
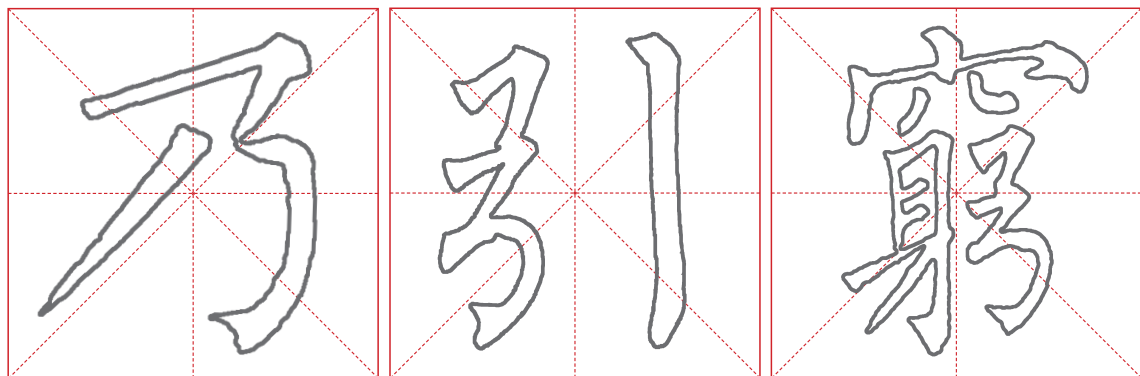
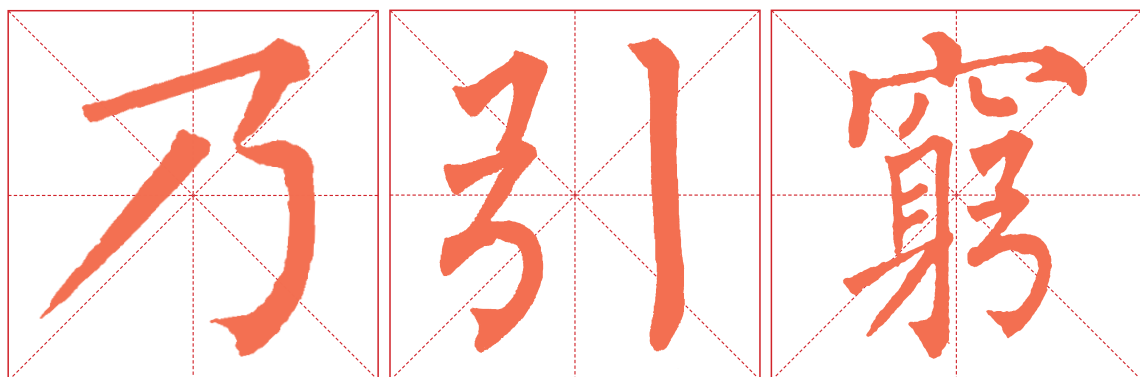
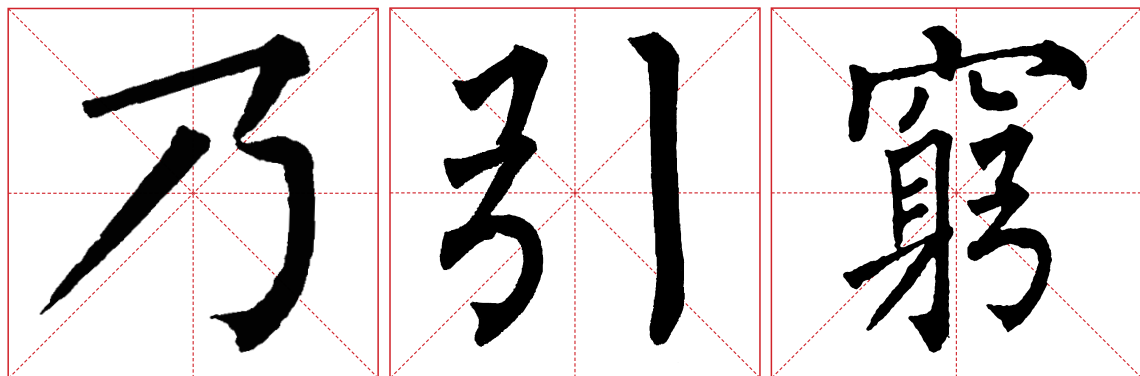
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第5课

● 书写横折折折钩时，要注意折的区别和用笔的节奏变化。



先描红、双钩填墨，再临写。

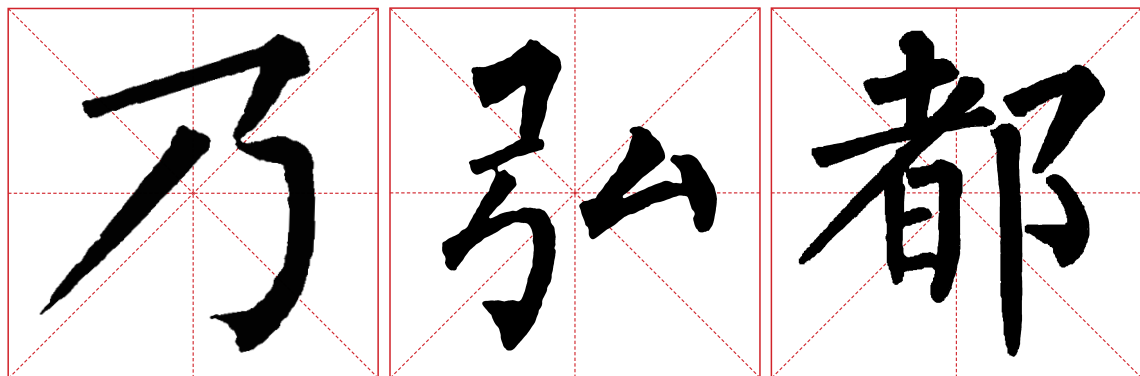
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

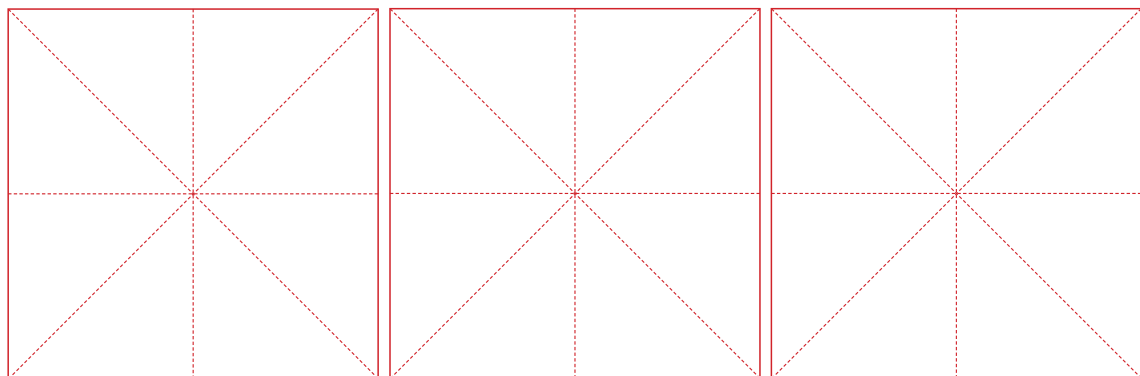
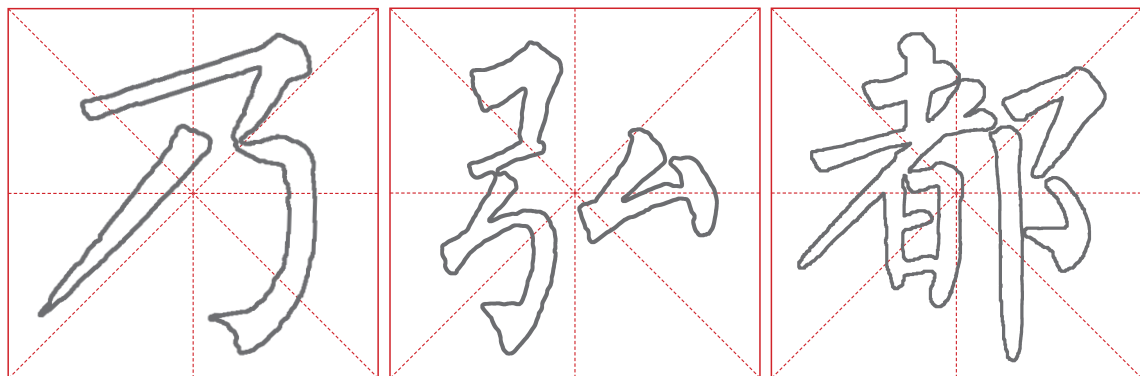
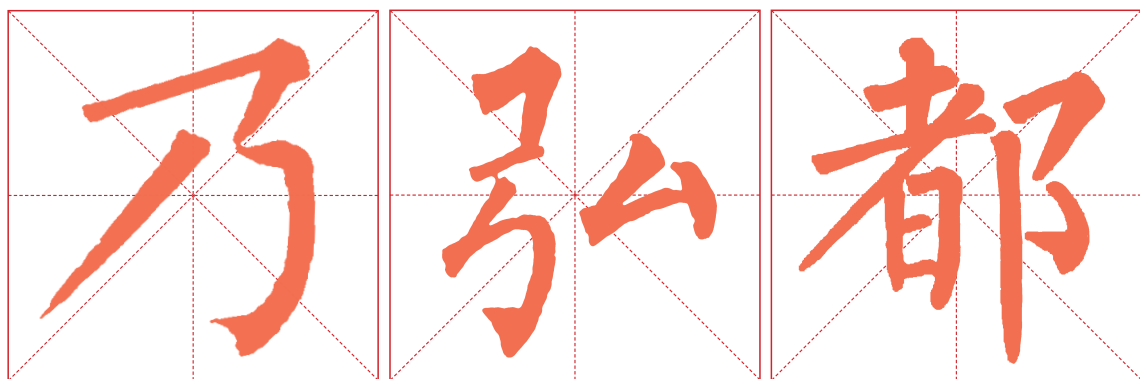
年 月 日

第6课

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



先描红、双钩填墨，再临写。

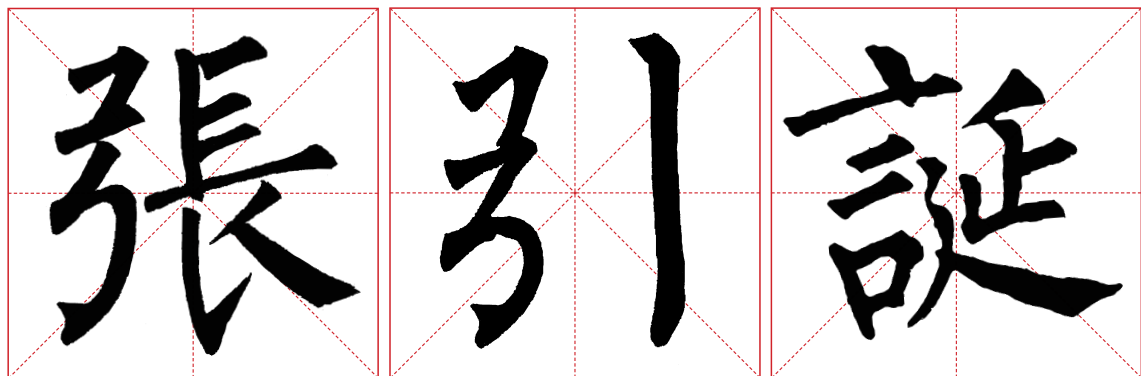


自评：一般 良好 优秀

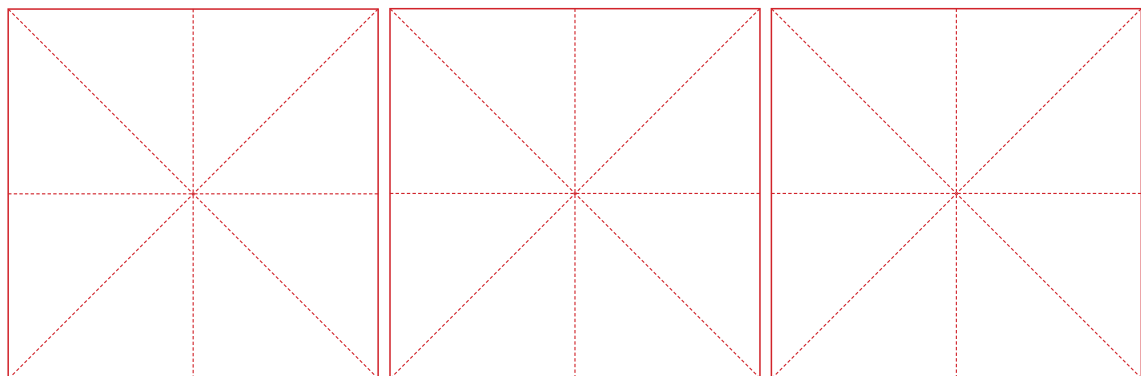
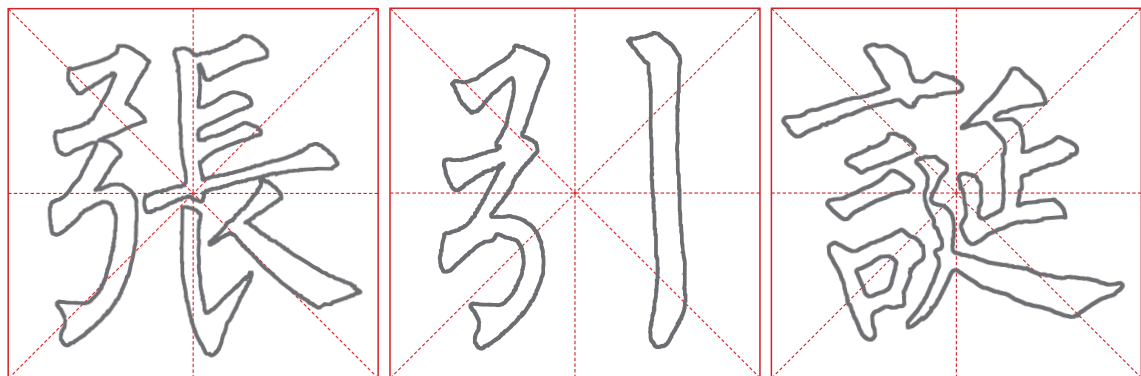
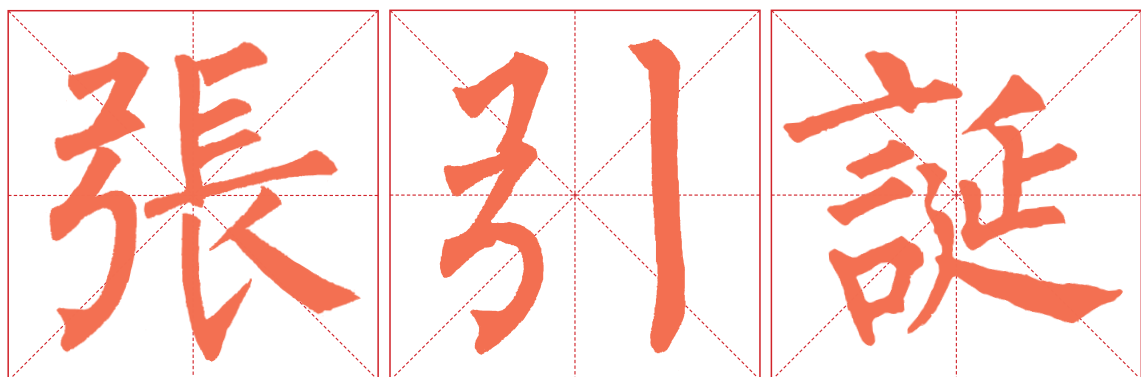
互评：一般 良好 优秀

年 月 日

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



先描红、双钩填墨，再临写。

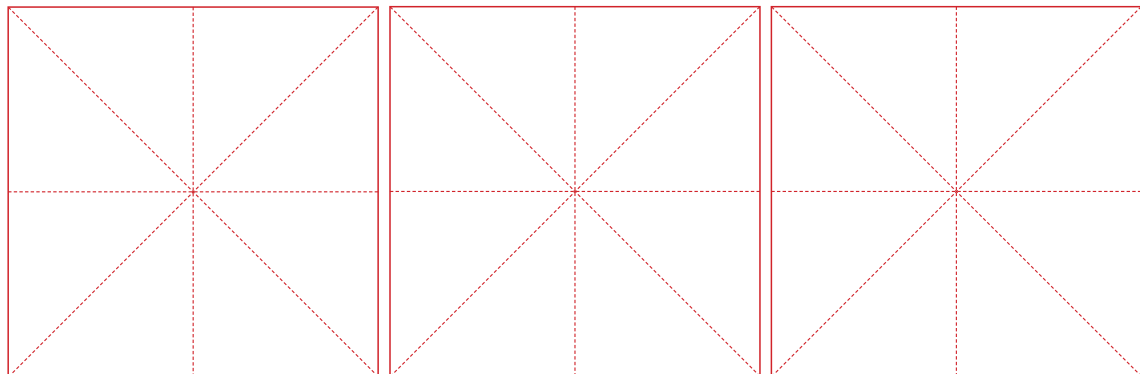
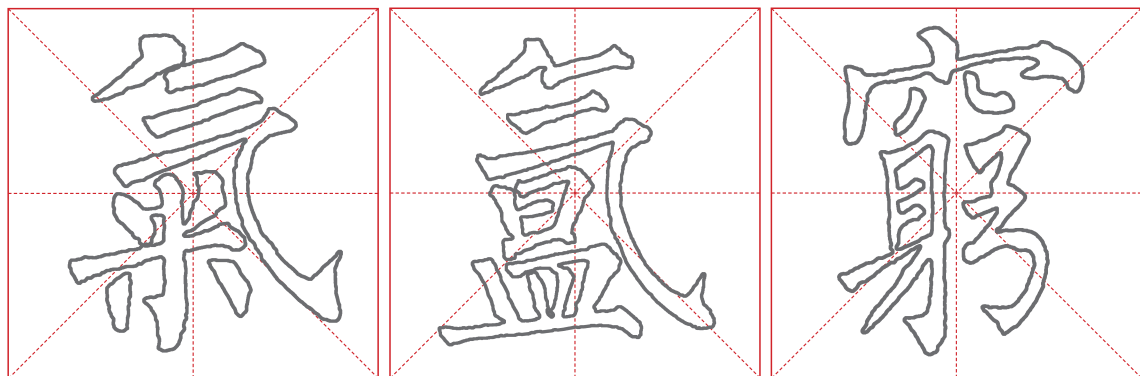
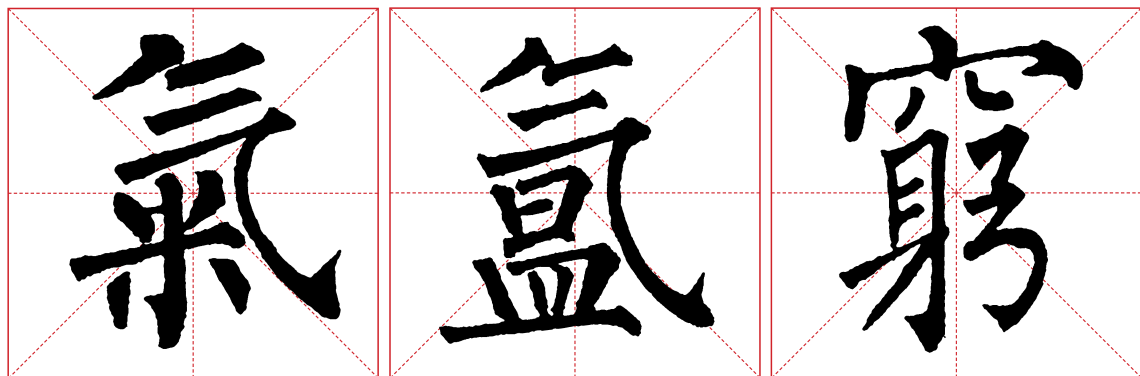


自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



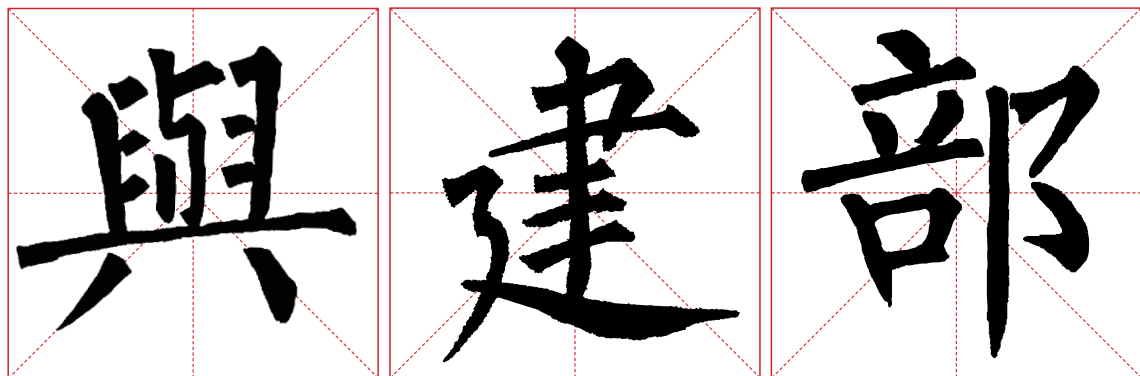
先描红、双钩填墨，再临写。

自评：一般 良好 优秀

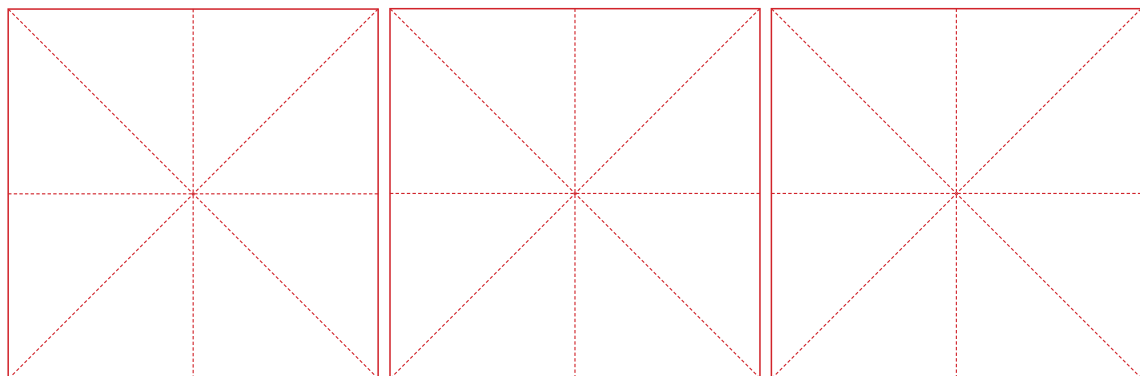
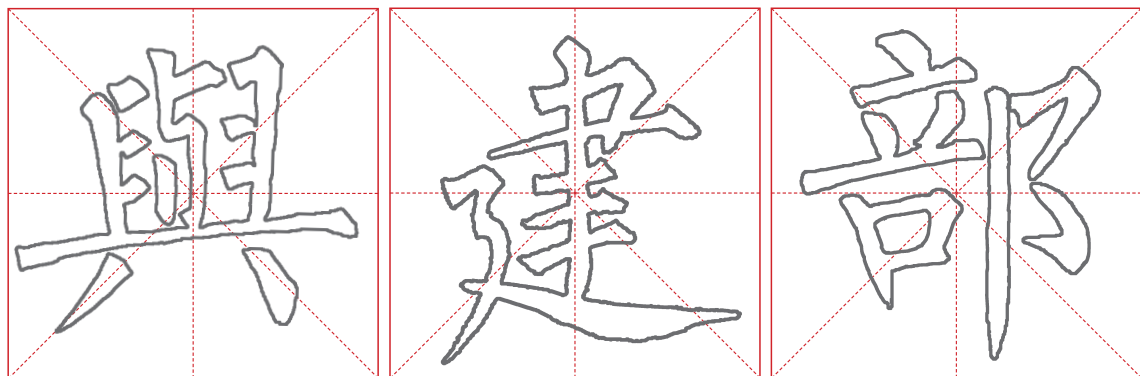
互评：一般 良好 优秀

年 月 日

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



先描红、双钩填墨，再临写。



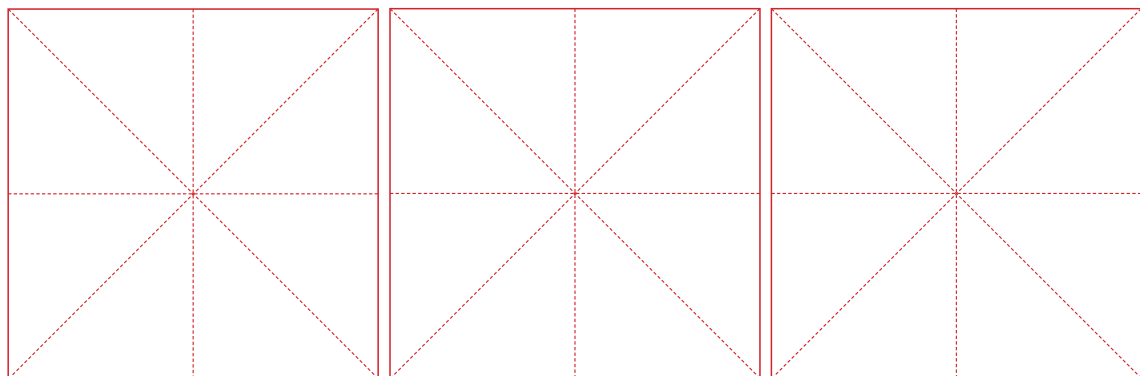
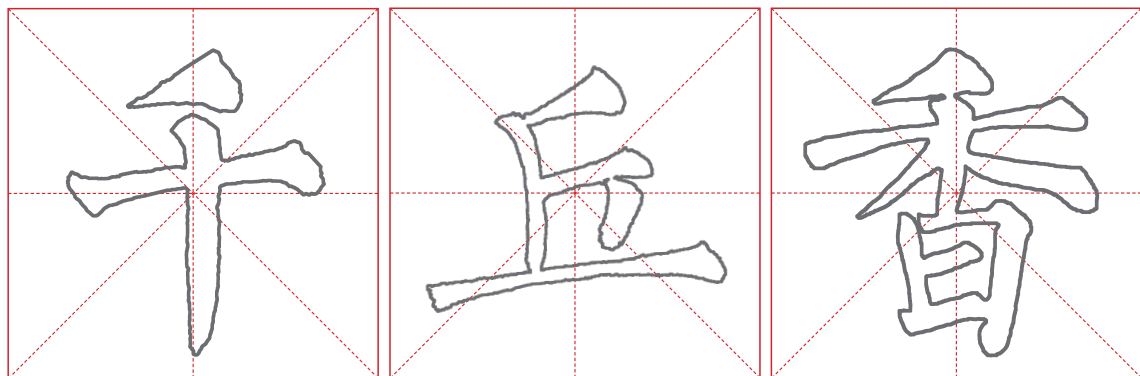
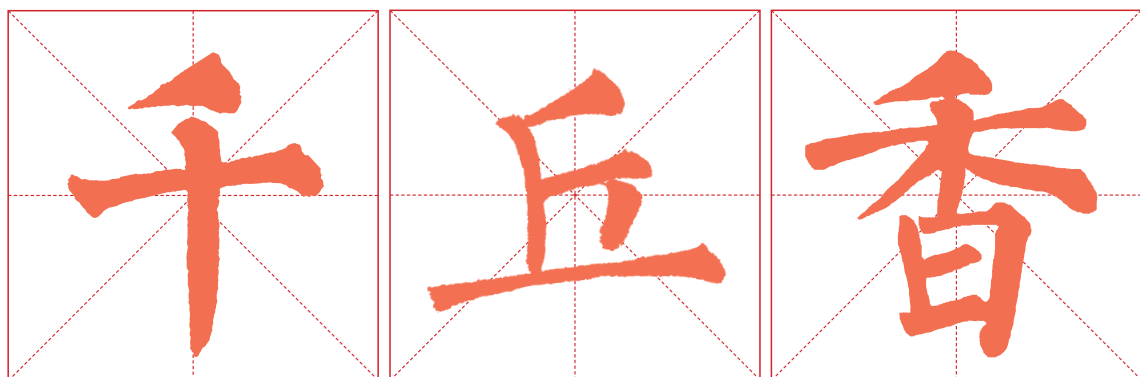
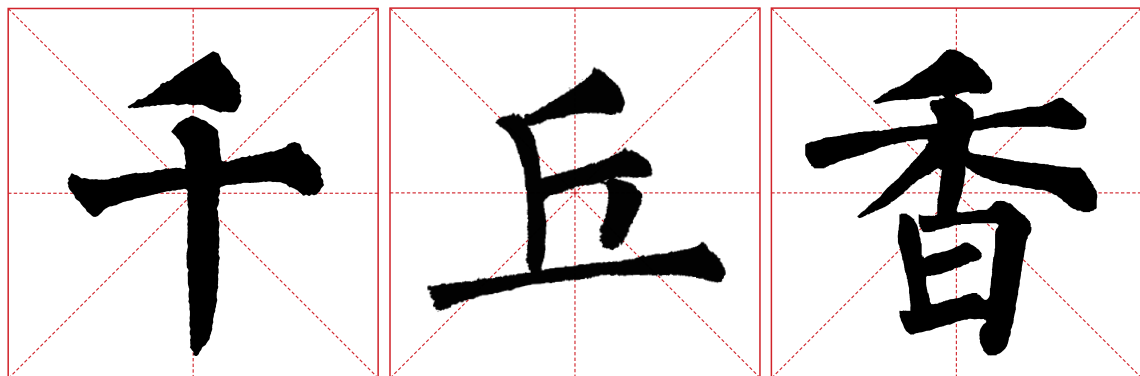
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第7课

● 书写平撇时，要注意平撇下部略平。



先描红、双钩填墨，再临写。

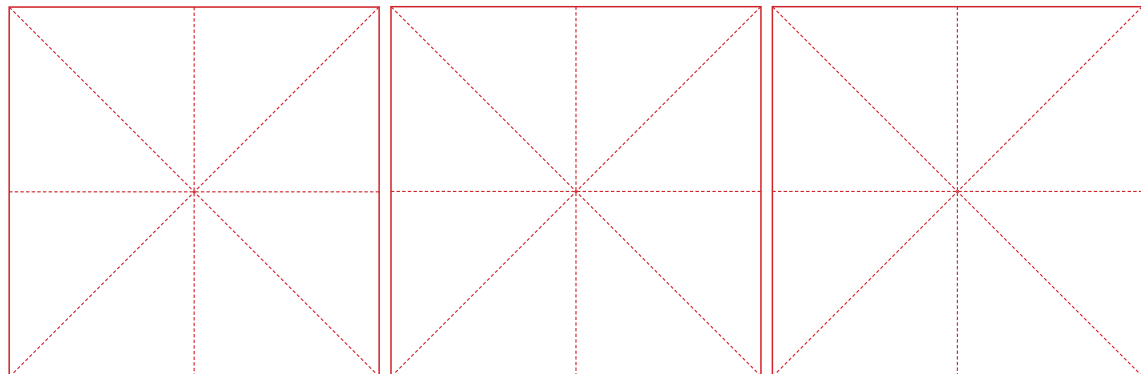
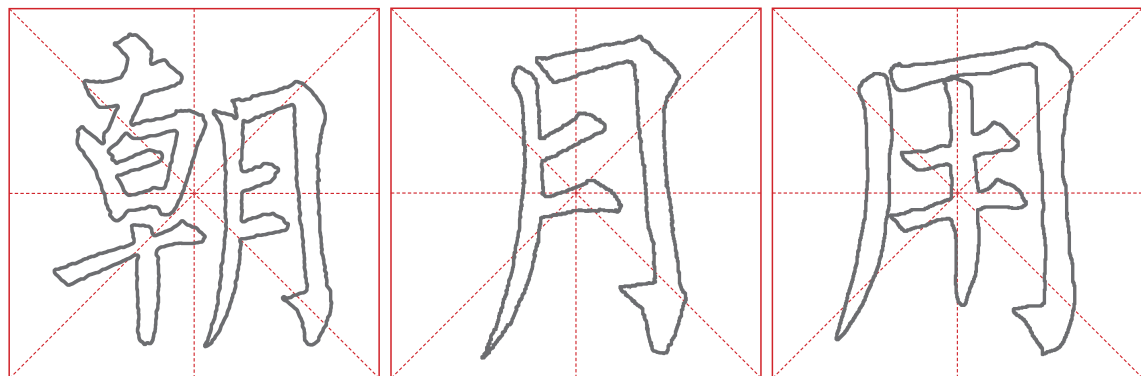
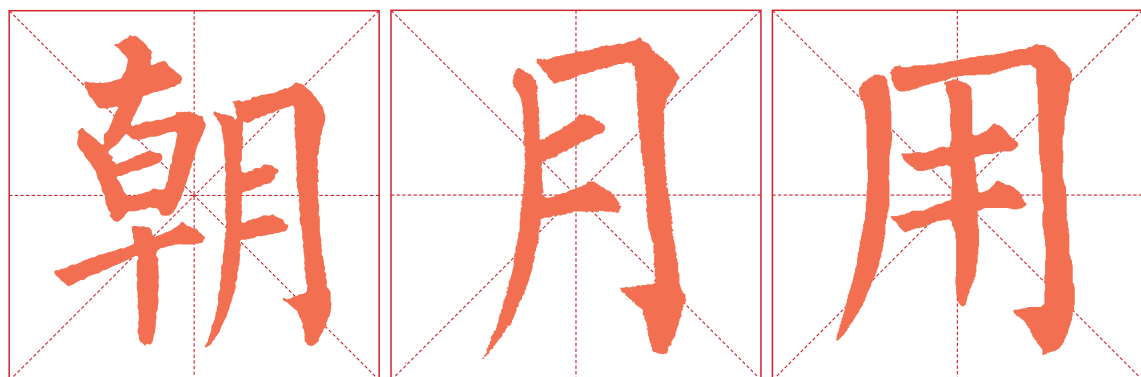
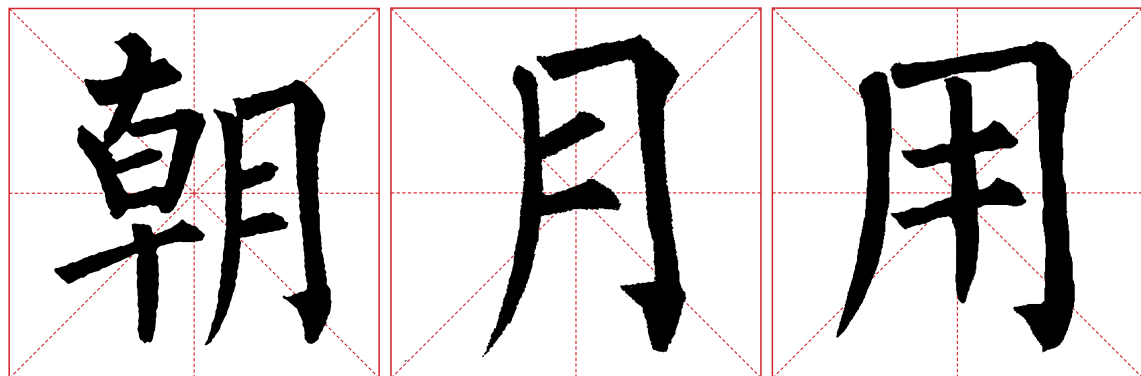
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 8 课

● 书写竖撇时，起笔、行笔与竖画相近，下部撇出宜有力。



先描红、双钩填墨，再临写。

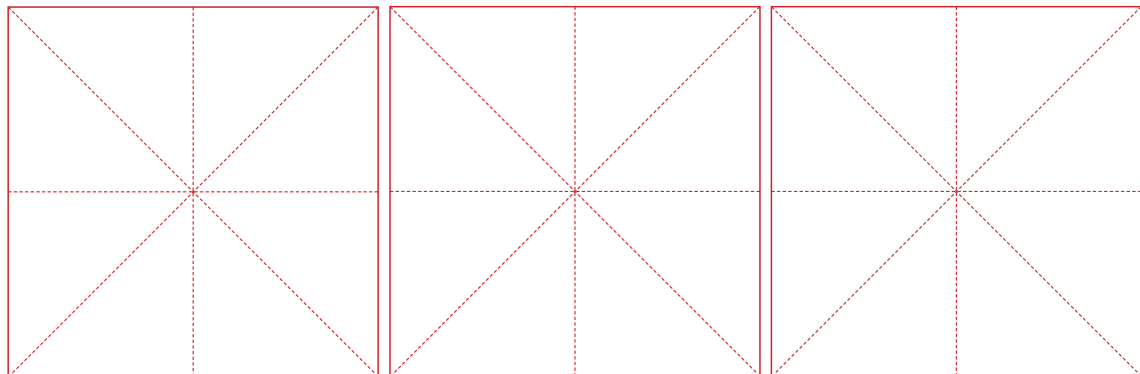
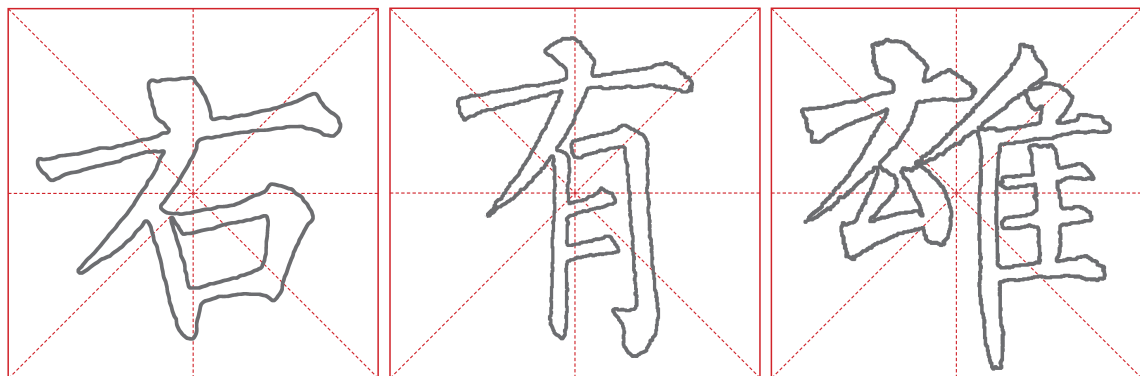
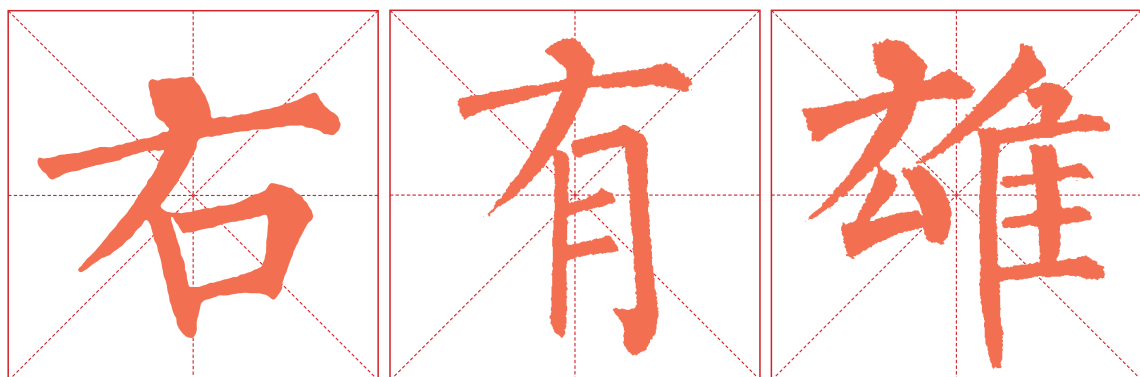
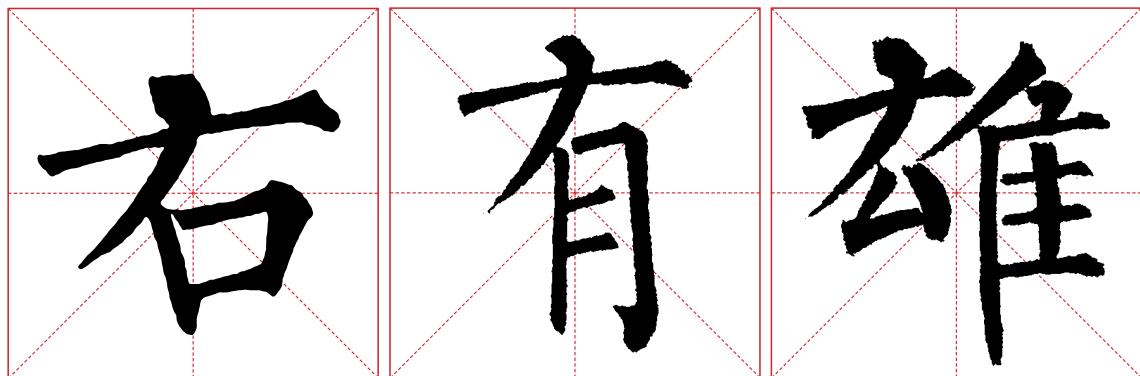
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第9课

● 书写弯头撇时，起笔宜重，向左撇出时注意中锋行笔。



先描红、双钩填墨，再临写。

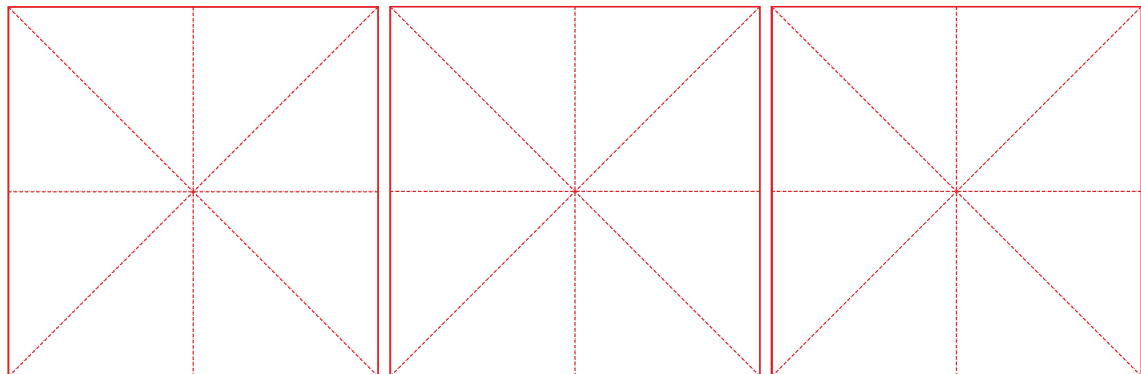
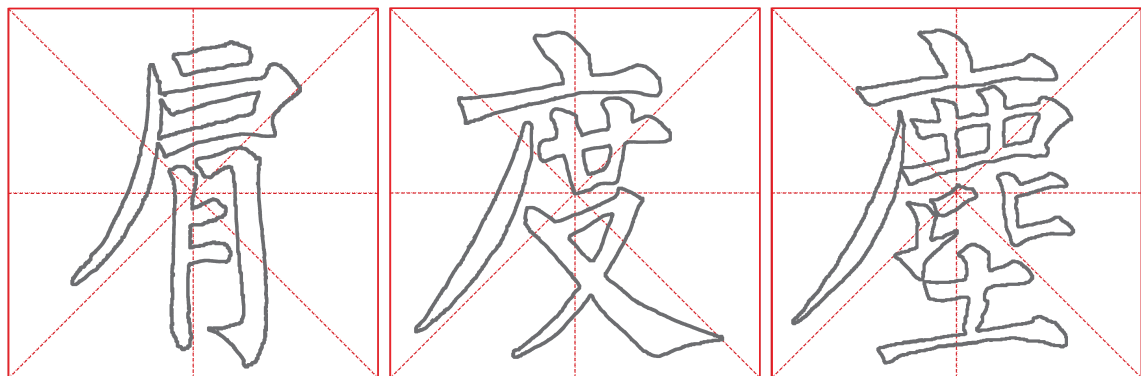
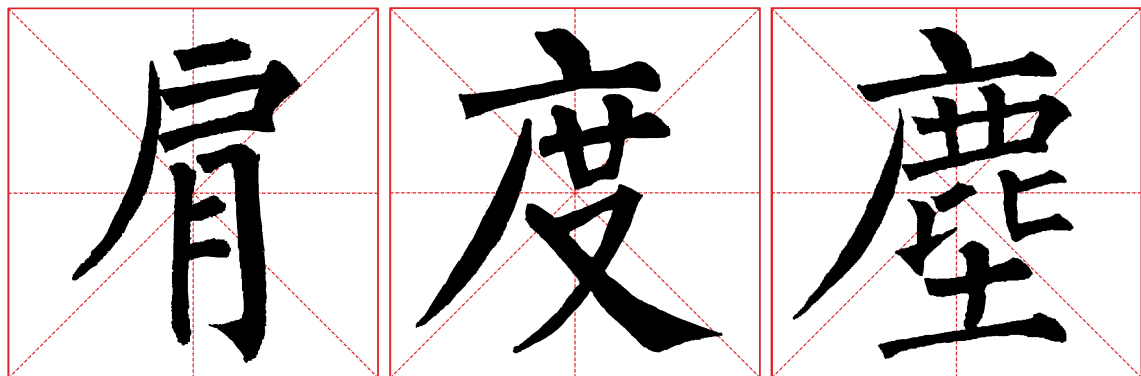
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 10 课

● 书写兰叶撇时，起笔、收笔要自然，用笔要连贯。



先描红、双钩填墨，再临写。

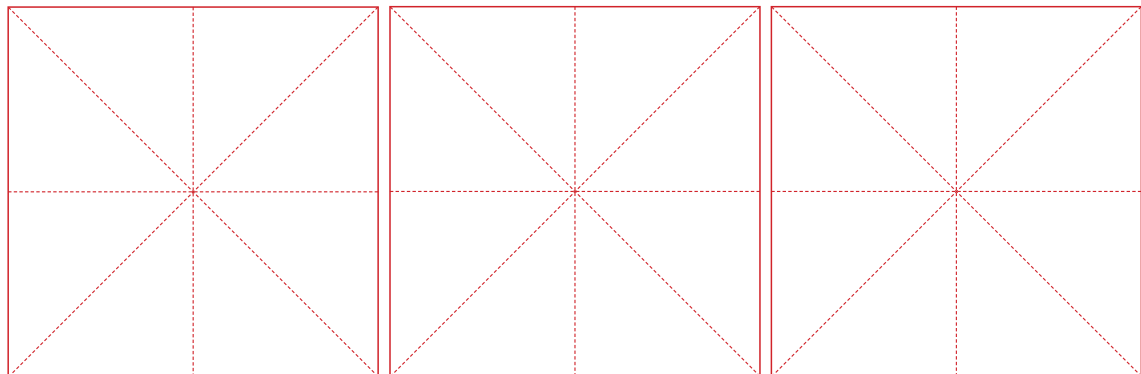
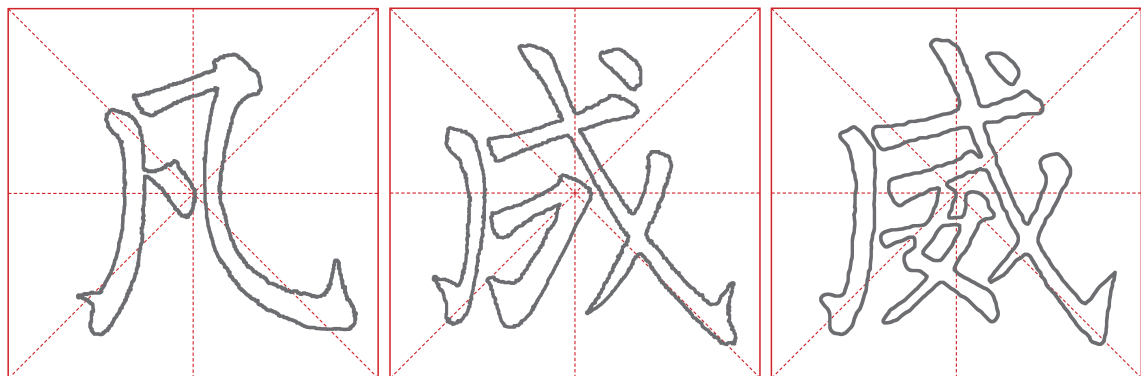
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 11 课

● 书写回锋撇时，出撇处不宜顿笔，左上回锋自然带出撇尖。



先描红、双钩填墨，再临写。

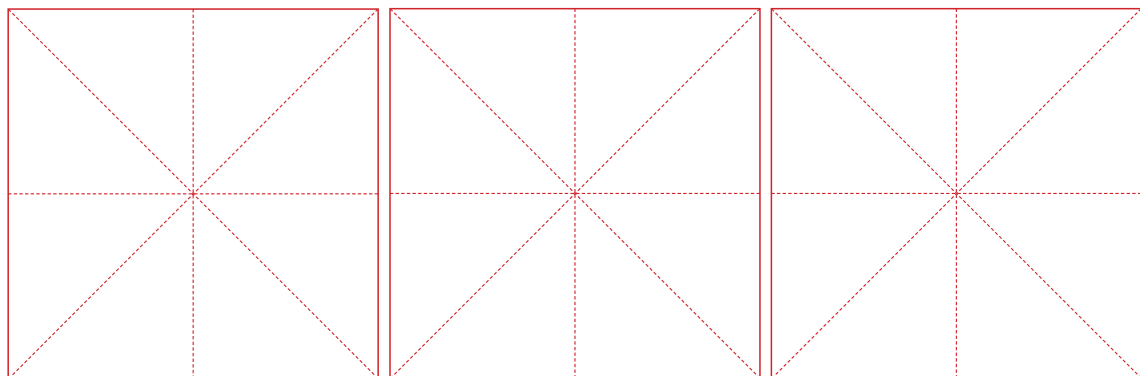
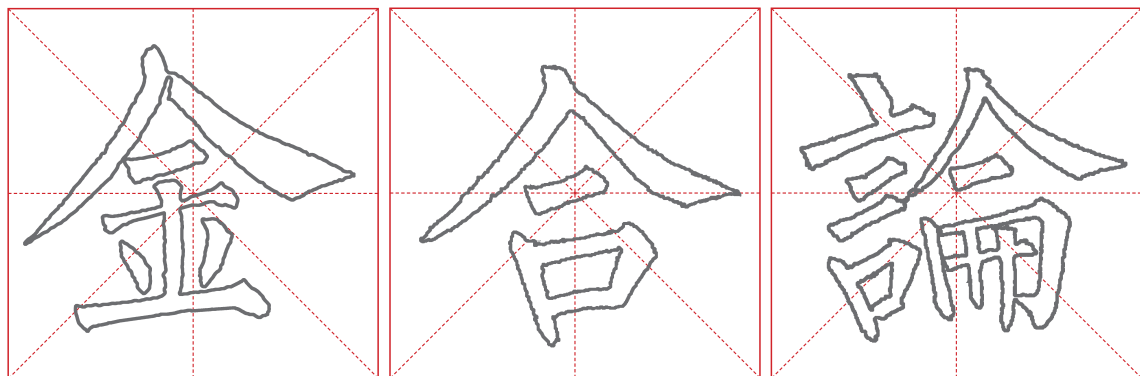
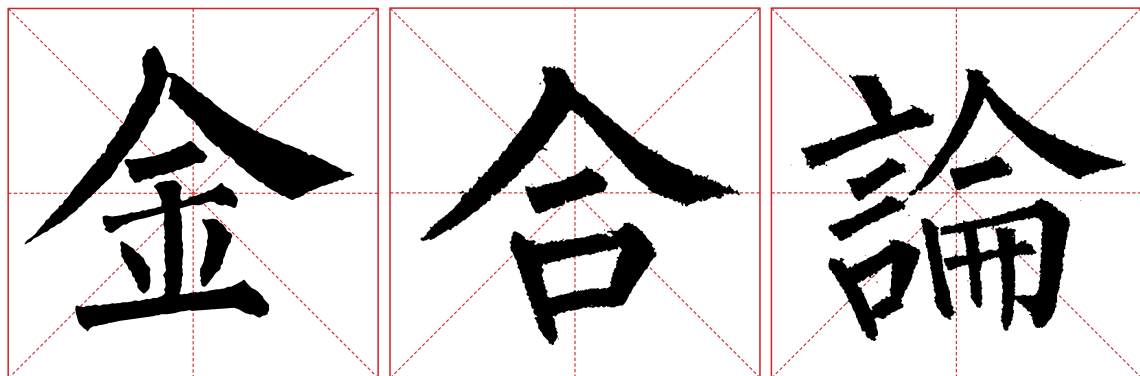
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 12 课

● 书写直捺时，行笔自然向右下伸展，与左边撇画相对应。



先描红、双钩填墨，再临写。

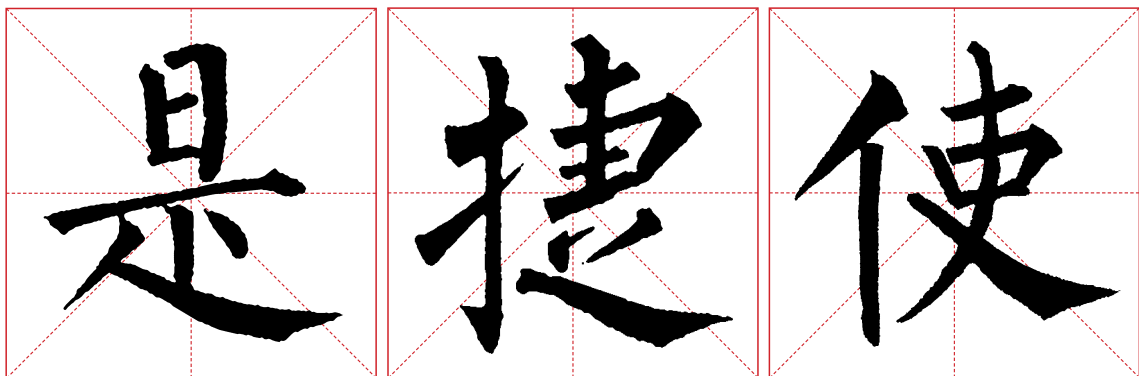
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

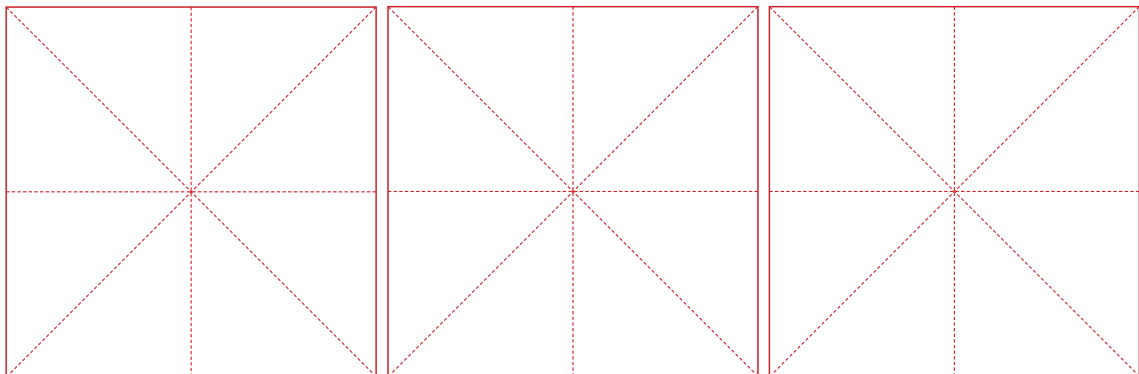
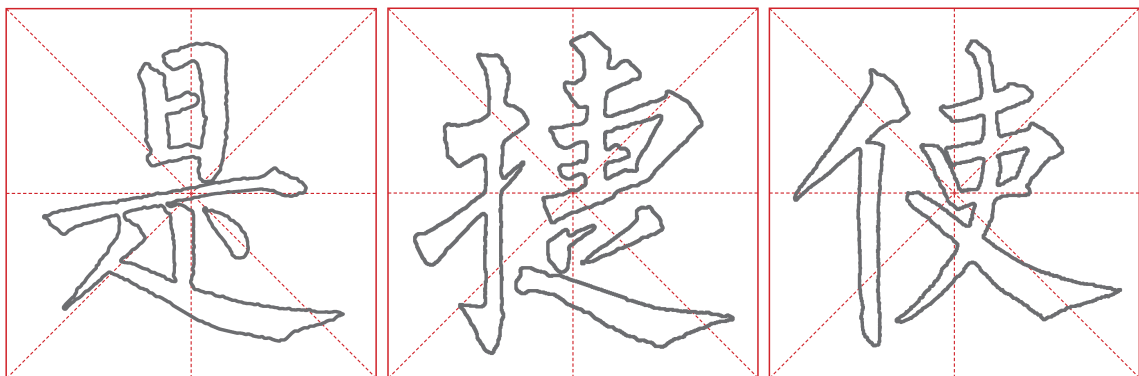
年 月 日

第 13 课

● 书写侧捺时，用笔宜重，姿态要丰厚。



先描红、双钩填墨，再临写。



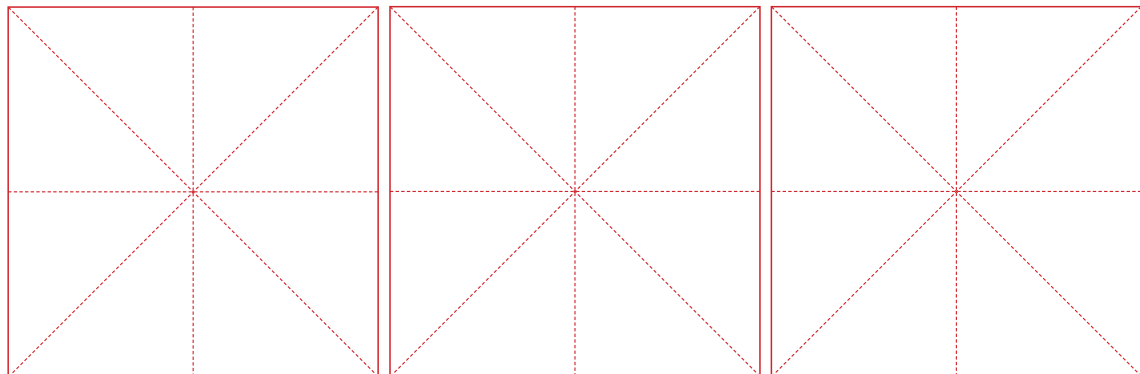
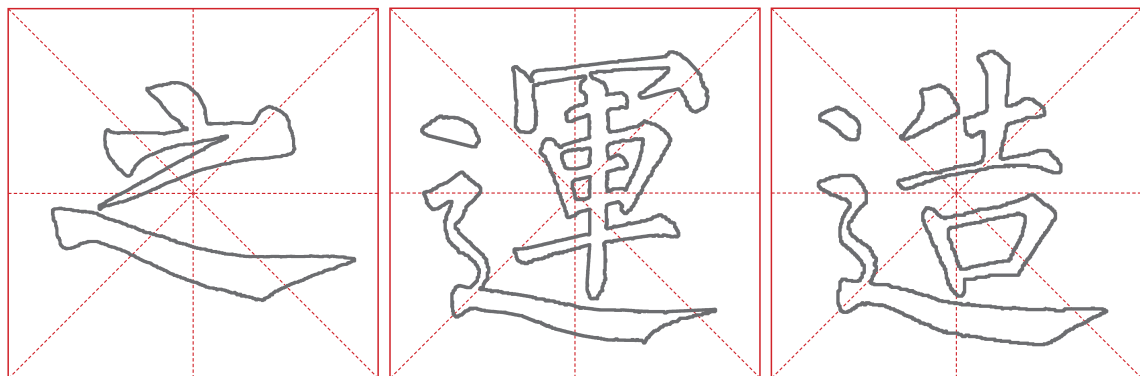
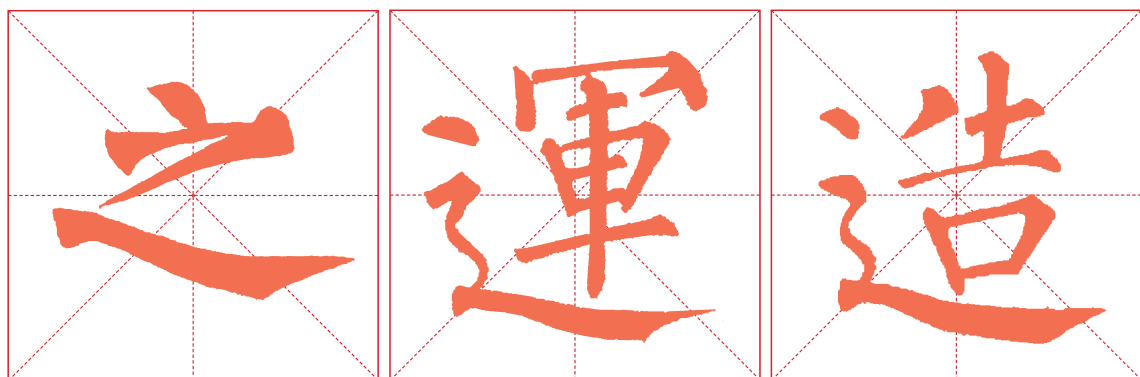
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 14 课

● 书写平捺时，要有波折变化，捺脚平出。



先描红、双钩填墨，再临写。

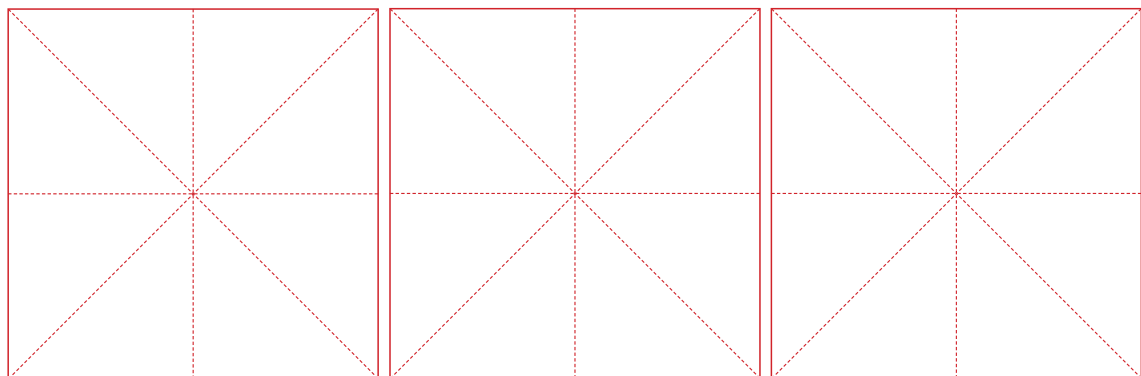
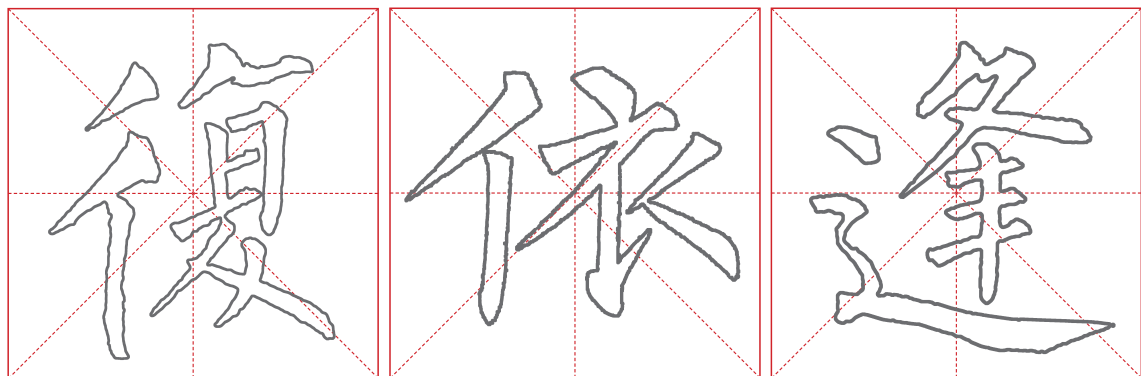
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 15 课

● 书写反捺时，起笔要轻，逐渐按笔，回锋要自然。



先描红、双钩填墨，再临写。

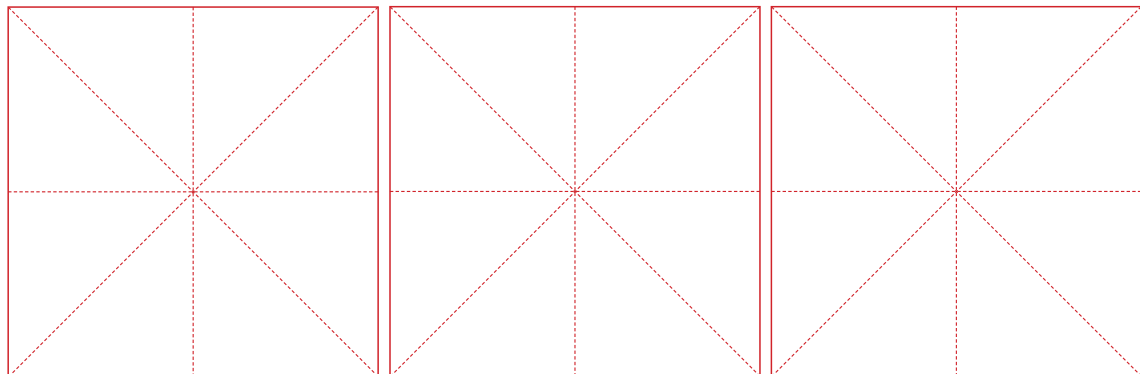
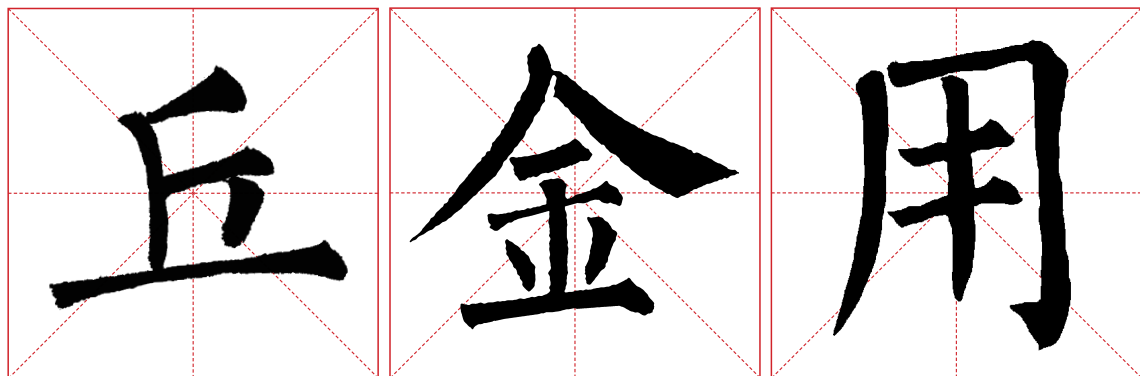
自评：一般 良好 优秀

互评：一般 良好 优秀

年 月 日

第 16 课

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



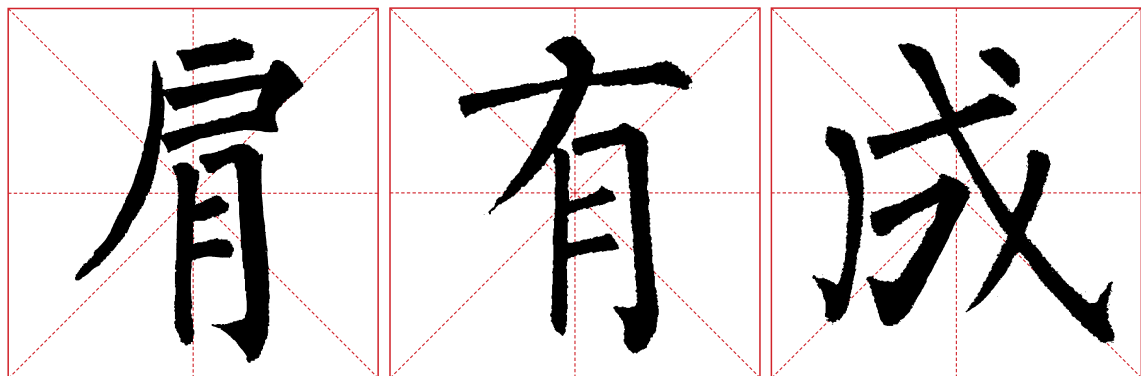
先描红、双钩填墨，再临写。

自评：一般 良好 优秀

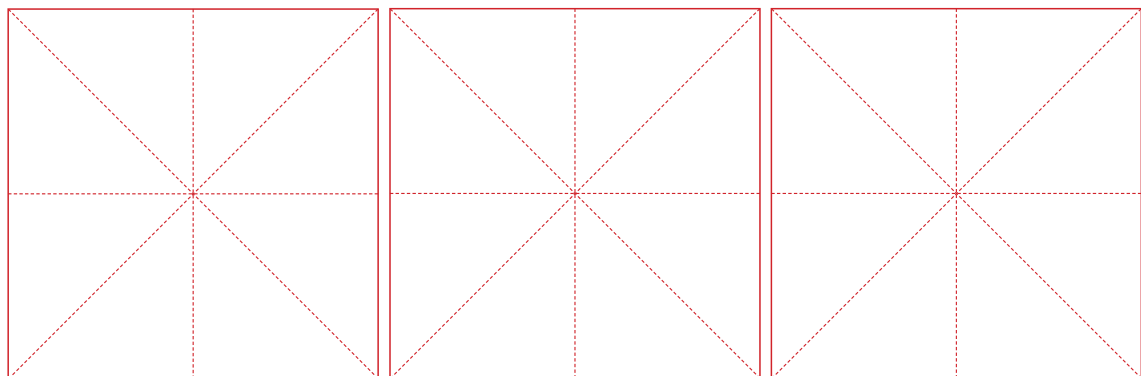
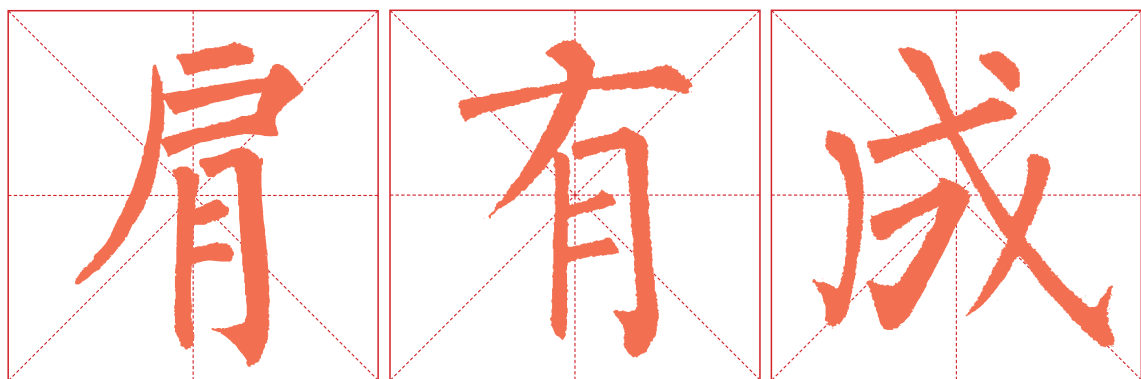
互评：一般 良好 优秀

年 月 日

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



先描红、双钩填墨，再临写。

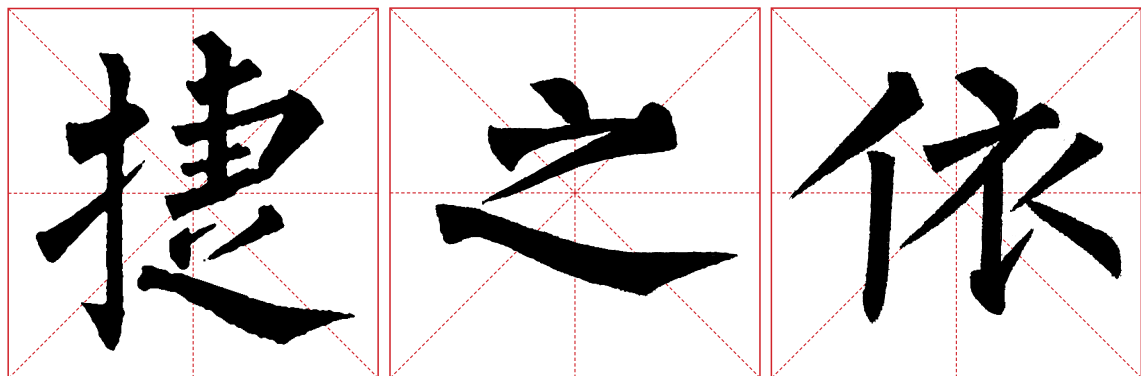


自评：一般 良好 优秀

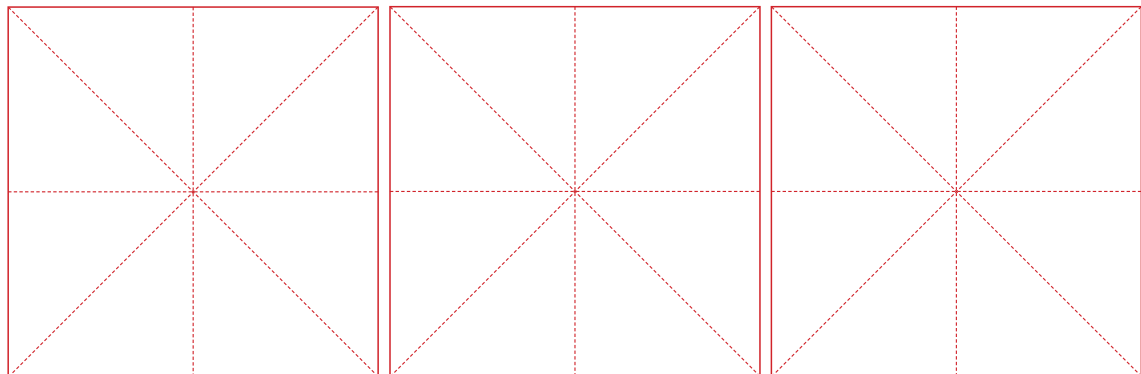
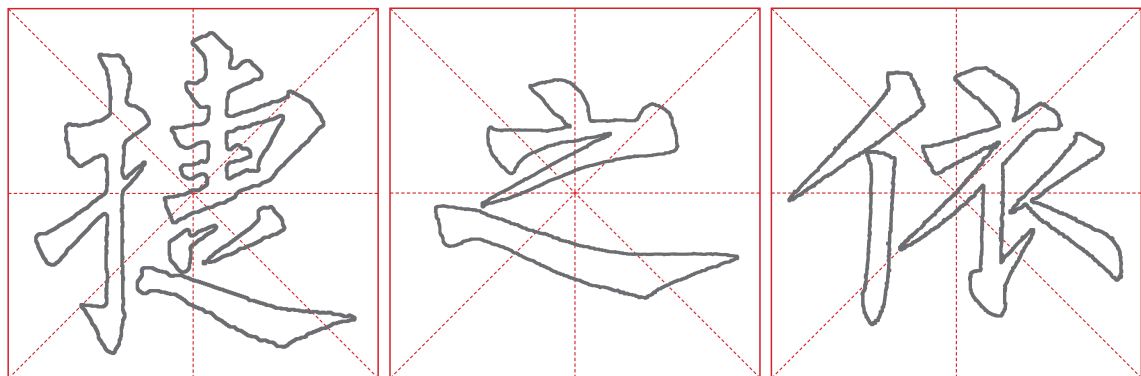
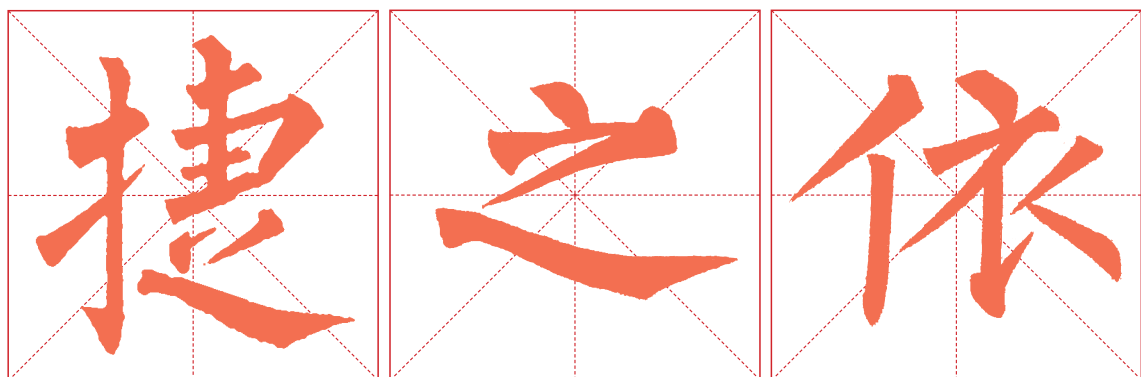
互评：一般 良好 优秀

年 月 日

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



先描红、双钩填墨，再临写。

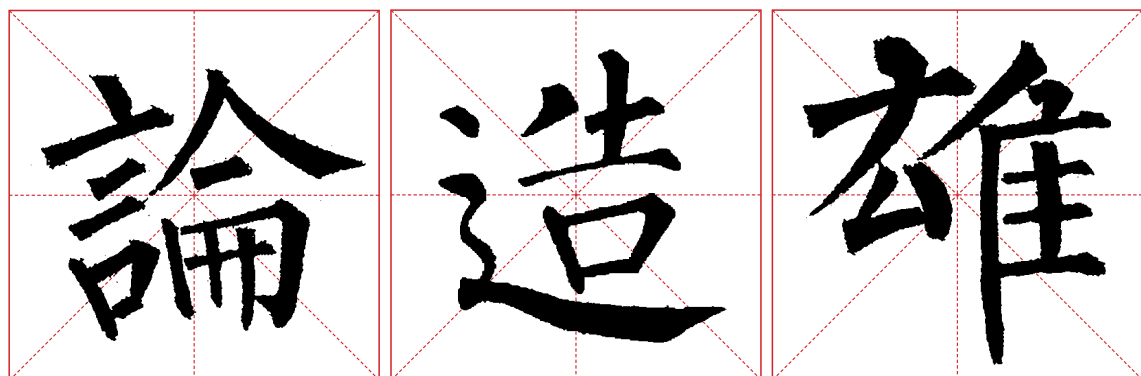


自评：一般 良好 优秀

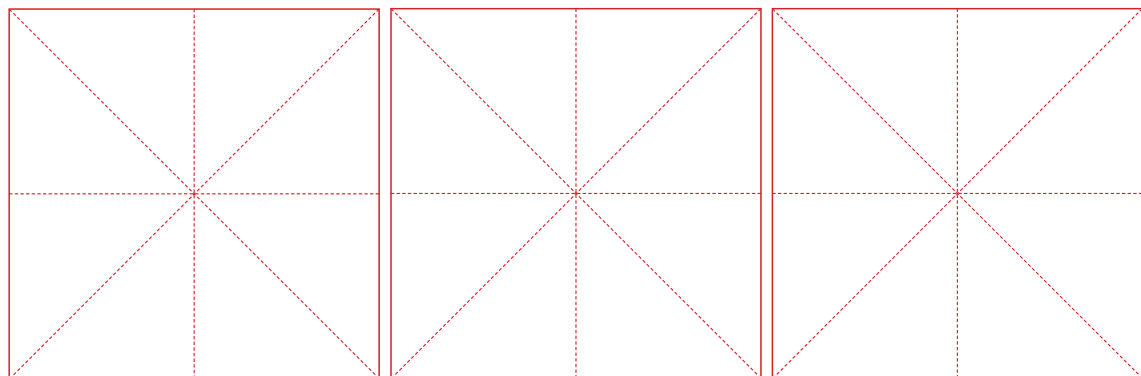
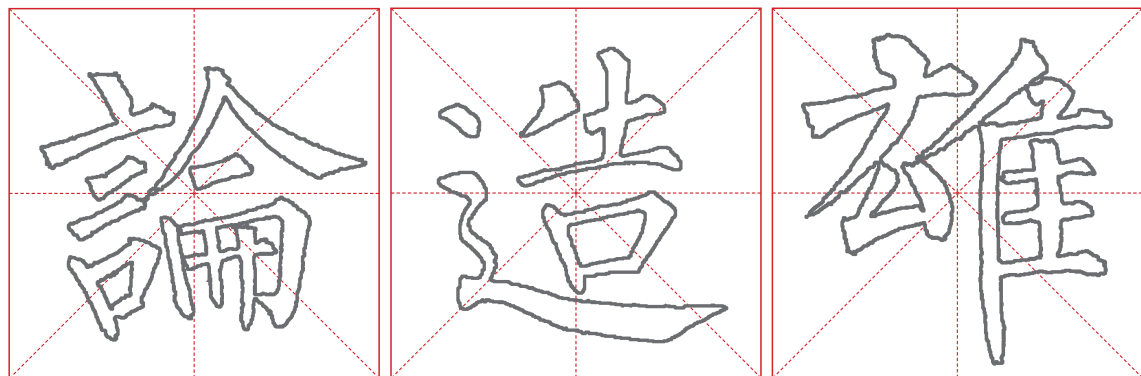
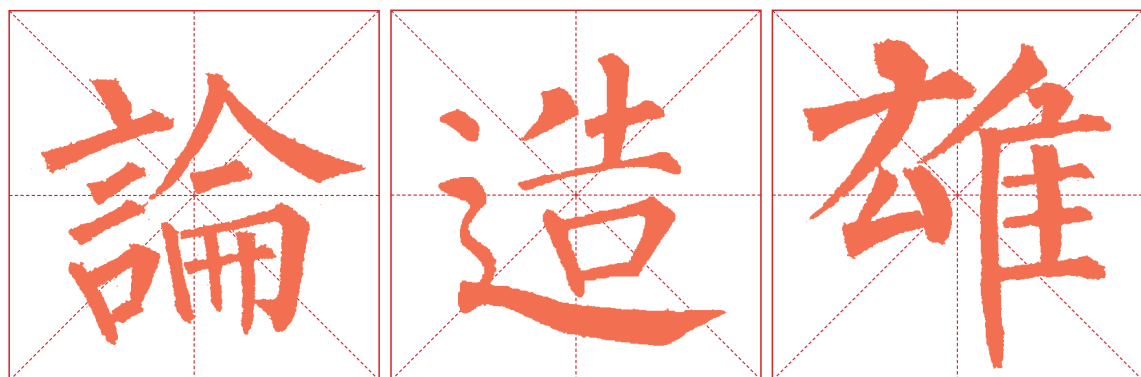
互评：一般 良好 优秀

年 月 日

● 复习本单元课程所学的笔画要领，书写时注意用心体会。



先描红、双钩填墨，再临写。



自评：一般 良好 优秀 互评：一般 良好 优秀 年 月 日

