



义务教育三至六年级


书法练习指导

SHUFA (实验)
LIANXI ZHIDAO

五年级

下册



 江苏凤凰少年儿童出版社

前言

亲爱的同学们：

书法，是中华民族的文化瑰宝，是人类文明的宝贵财富。通过学校的书法教育，掌握汉字书写的基本方法，从而把字写端正、写美观，是小学生学习的重要任务。本套《书法练习指导》教材，就是按照国家对小学生学习书法的基本要求编写的。

打开本套教材，你会发现一个五彩缤纷的书法世界。这里有源远流长的汉字文化，有循序渐进的技法指导，有美轮美奂的翰墨珍品，还有灿若群星的书坛名家。依据本套教材，在老师的指导下学习书法，相信你一定会喜欢上这门课程，并且慢慢地写出一手好字来！

本册教材为五年级下册，共有4个单元12课。承接五年级上册，本册教材继续学习汉字的“结构规律”及其书写。每一课都有结构与示例、写法提要、比较与欣赏、习字指导、描红临写、书法文化等几个部分，其中书法文化部分包含了“走近名家”“书法常识”“碑帖欣赏”“名胜书迹”等内容，展示了中国书法文化的博大精深。每个单元还编写了“学习与运用”，有“集字练习”“书写座右铭”“尝试书写校名”等书法实践活动，将课内所学向课外拓展和延伸。

本套教材的例字选取的主要是颜真卿的楷书《多宝塔碑》，又适当选取其他书家的楷书。为了增强选择性，在“附录”中还编排了欧阳询、柳公权、赵孟頫等书法家的楷书字例及临习指导，供同学选用。

希望同学们通过本套教材的学习，培养起对中国书法的浓厚兴趣，提高汉字书写能力和审美修养，为未来的学习、工作和生活奠定基础。

《书法练习指导》编写组

义务教育三至六年级

书法练习指导

SHUFA LIANXI ZHIDAO (实验)

五年级下册

主 编 尉天池

执行主编 齐 昆 李 亮

学校 _____

班级 _____

姓名 _____

目录

单元一 合体字（3）

1 上宽下窄的字	1
2 上窄下宽的字	5
3 上短下长的字	9
学习与运用（一）	13

单元二 合体字（4）

4 上长下短的字	15
5 中宽上下窄的字	19
6 中窄上下宽的字	23
学习与运用（二）	27

单元三 合体字（5）

7 左下包右上的字	29
8 左上包右下的字	33
9 右上包左下的字	37
学习与运用（三）	41

单元四 合体字（6）

10 三包围的字	43
11 全包围的字	47
12 天覆型的字	51
学习与运用（四）	55
附录：名家碑帖选临提示	57



上宽下窄的字

上下结构的字，按上下两部分所占宽度比例来划分，可分为上宽下窄与上窄下宽两种类型。



上宽下窄的字，上部宽扁，下部窄长。

“替”字上部由两部分构成，左边的撇和右边的点展开，起稳固作用。下部的“日”居中，与上部中心对正。

- 上宽下窄的字，上部宽，对下部形成覆盖之势。





写法提要



- ◆ 上部要向左右伸展，覆盖下面的部分。
- ◆ 下部要居中，与上部中心对正，以求整体平稳。



比较与欣赏



欧体



颜体



柳体



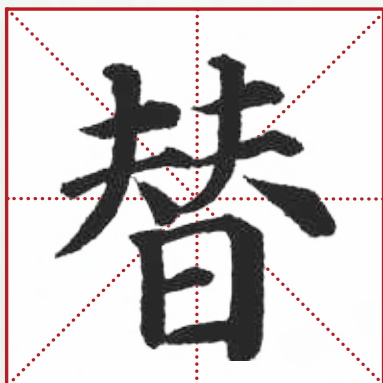
赵体

◆ 四种字体的字，虽有大小高低的区别，但都是上宽下窄的类型。





习字指导



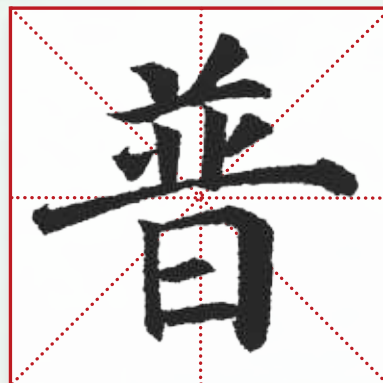
替：上部左右笔画相同，左边的撇画伸展，右边的捺点粗重。下部较窄。



童：上部扁而宽，长横左伸，向右上斜。下部两边竖内收，横画间距均匀。



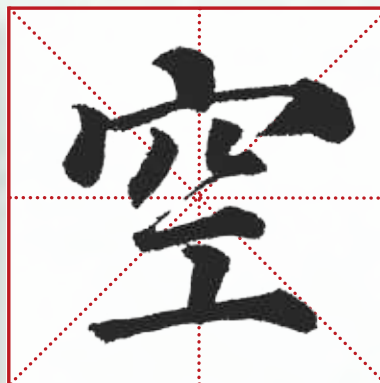
昔：上部取斜势，第二竖内收改写短撇。下部“日”居中对正，两边竖直，右边竖较粗且略长。



普：上部略偏左，左右笔画对称，中横较长。下部“日”居中对正，边竖直，右边竖较粗。



宣：上部宝盖头宽，中部“日”较扁，两边竖内收。底横稍长，但不要长于上部。



空：上部宝盖头宽，中部笔画紧凑。底横稍长，但不要长于上部。



书法常识

汉字雏形

山东出土的新石器时期灰陶尊上刻有象形图案，从画面来看，很像是太阳浮于云气之上，云气下面是五峰并峙的山形，专家推测它是由“日云山”或“日云火”组成的图像。由于带有图画性文字的特征，因此被认为是早期汉字的雏形。



灰陶尊

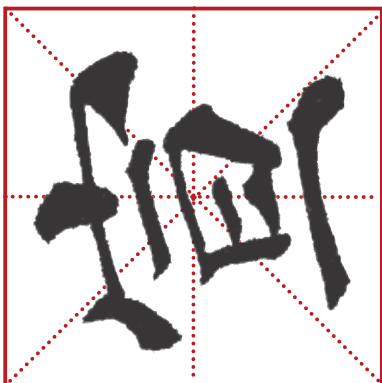
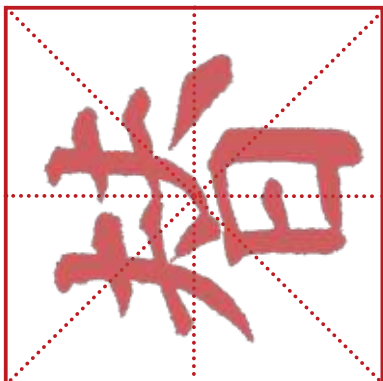
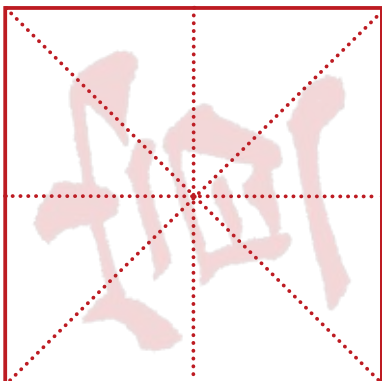
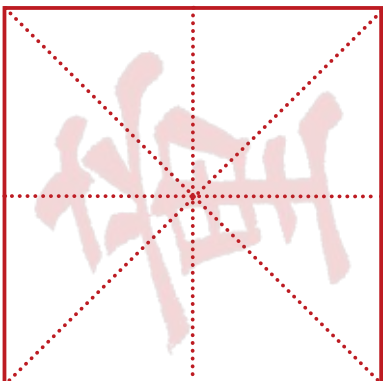
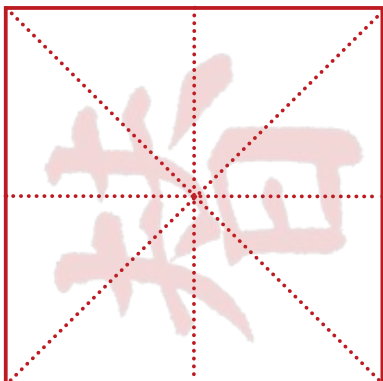
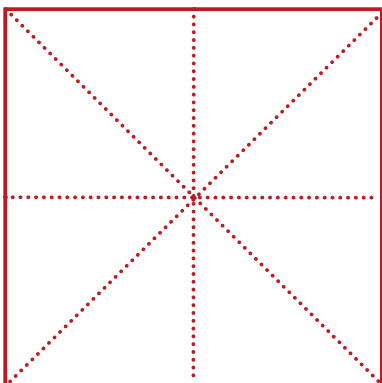
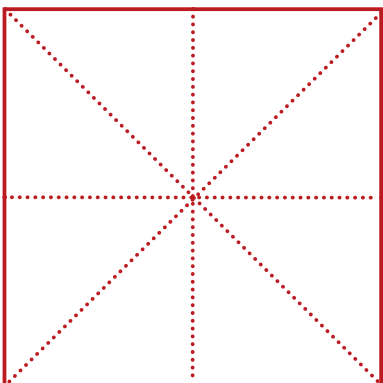
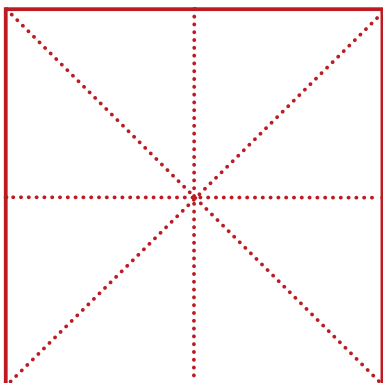


灰陶尊刻“日云山”形纹 新石器时期



自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：



练习页



上窄下宽的字



与上宽下窄的字形正好相反，上窄下宽的字上部窄，下部宽，形如底座，稳稳地托住上部。

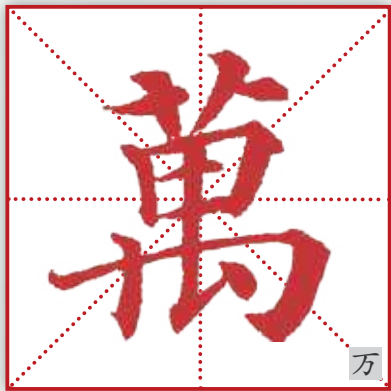
“晃”字上小下大。上部“日”较扁，边竖内收。下部“光”上紧下疏，竖弯钩舒展有力。

- 上窄下宽的字，下部宽，对上部有承托作用。





写法提要



- ◆ 上窄下宽的字，字头要写得相对较小。
- ◆ 字底要写得宽大，托住上部。
- ◆ 上下中心对正。



比较与欣赏



欧 体



颜 体



柳 体



赵 体

◆ 欧体、柳体的“安”字，为突出主笔横画，将宝盖头收缩，并减省了点画。颜体、赵体的“万”字横折钩宽大，起笔有别。

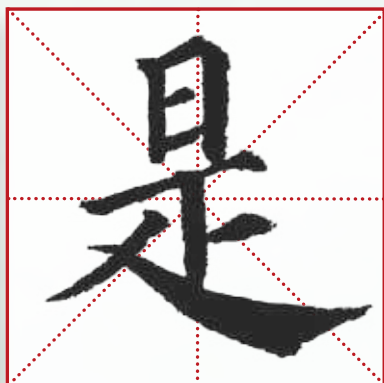




习字指导



晃：上部“日”较扁，中间短横靠左。下部撇画舒展，竖弯钩运笔先稍向左行，再向右伸。



是：上部“日”窄，两边竖直。中间横画向右斜。下部竖画居中，捺画伸展。



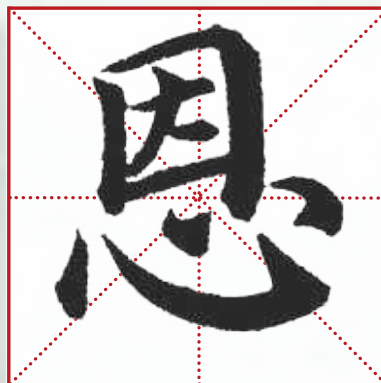
盖：上部横画间距均匀，竖画正直居中。底横长，向右上斜，略带拱形。



万：字形上窄下宽。横画间距均匀。横折钩是主笔，左伸右展，写好折是关键。



安：宝盖头收窄些。“女”的撇点起笔位于首点的下方，横画伸展。



恩：字形上窄下宽。上部框内“大”不能写满，下部“心”较宽，略偏右，点画笔断意连。



书法常识

甲骨文

约3500年前的殷商时代刻在龟甲或兽骨上的文字被称为“甲骨文”。因为这种文字是契刻而成，因此也被称作“契文”。1899年，甲骨文首次被发现，后来许多学者对它进行了深入的研究，取得了丰硕的成果。它是我国目前发现的最早的文字。



祭祀狩猎涂朱牛骨刻辞 中国国家博物馆藏



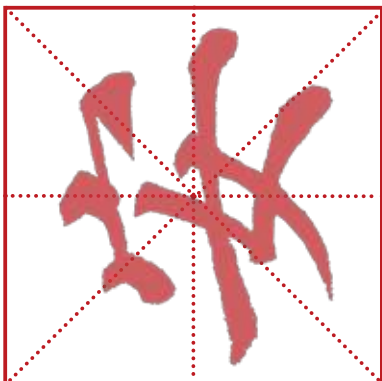
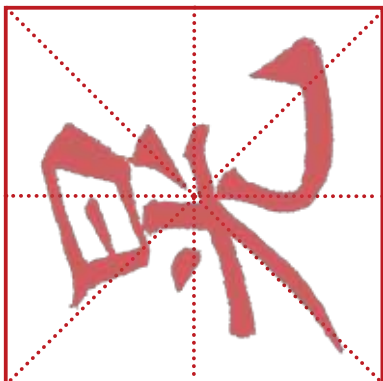
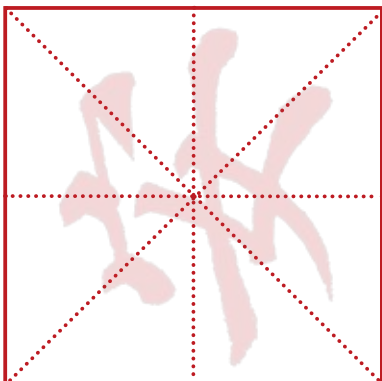
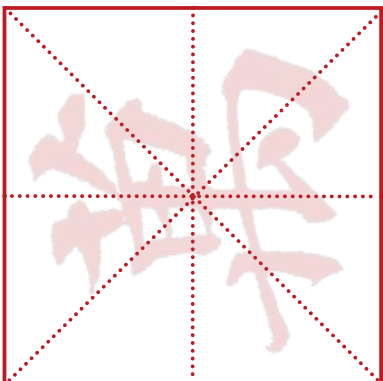
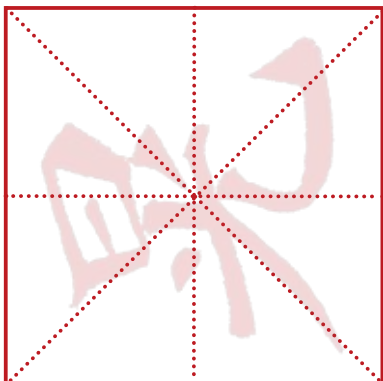
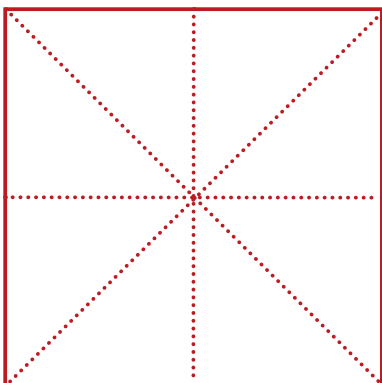
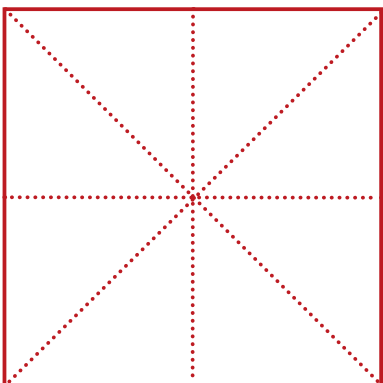
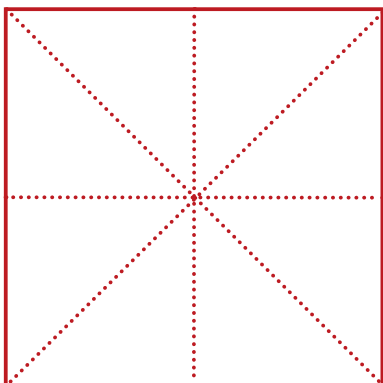
祭祀狩猎涂朱牛骨刻辞拓片



自我评价：



老师评价：



练习页



上短下长的字



上短下长的字，上部短小，笔画收紧，下部较宽长，笔画舒展。

“崇”字为上下结构，上紧下松。上部斜中取正，三个竖画均有变化。下部竖钩短小居中，两点分开，左右呼应。

- 这类字，下面的宽大部分，通常有一两个主要笔画对整体起平衡作用。





写法提要



- ◆ 上部竹字头笔画较多，书写时要紧缩。
- ◆ 下部较舒展。
- ◆ 上下中心对正，力求整体平稳。



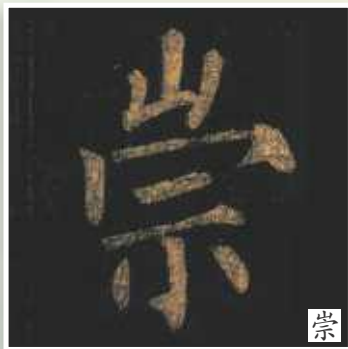
比较与欣赏



欧体



颜体



柳体



赵体

◆ 两个“苻”字都写得高挑；两个“崇”字，颜体老成朴拙，柳体上下宽窄对比明显。

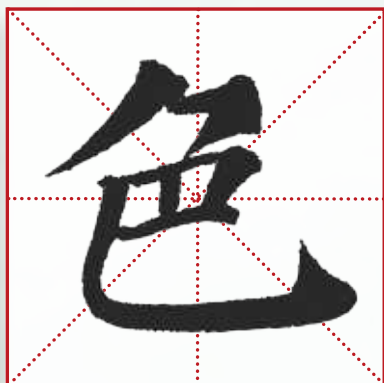




习字指导



崇：上部“山”较扁，中部宝盖头较宽，下部的竖钩与上部的中竖和点画对正。



色：首撇起笔偏左稍长，“巴”上部紧凑，竖弯钩先稍向左弯，再向右伸展，与撇呼应。



矣：上部较扁，横画间距均匀，撇画舒展，捺变点，且较重。



置：上部扁，四短竖间距均匀。“直”上面窄长，两边竖直，中间三横靠左。底横长，收笔重顿。



景：上部“日”减省为“口”，较扁，边竖内收。竖钩居中，两点左右顾盼，不超过长横的宽度。



符：上部竹字头较扁，左低右高。下部左窄右宽，横平竖直，点画居中。

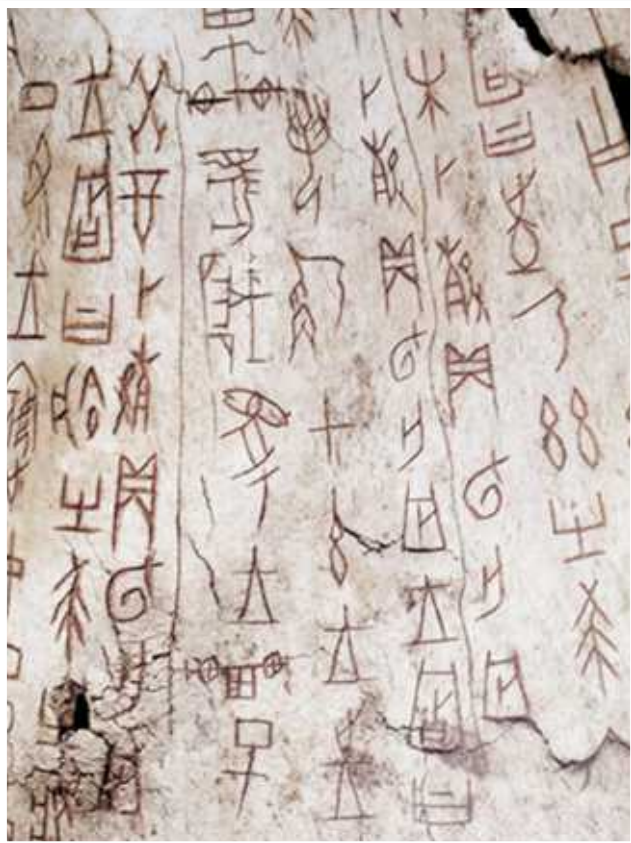


名胜书迹

安阳殷墟

殷墟是我国商朝晚期都城遗址，位于河南省安阳市洹(huán)水两岸，是我国第一个有文献记载并为考古发掘所证实的都城遗址。1899年，晚清学者王懿荣在一味名叫“龙骨”的中药中意外发现了刻写在龟甲和牛肩胛骨上的商代文字，殷墟因此被世人瞩目。

1928年以后，在殷墟先后出土甲骨约15万片，内容涉及祭祀、狩猎、农业、天文、军事等商代社会生活的方方面面。殷墟的发现和发掘被列为20世纪中国“100项重大考古发现”之首。



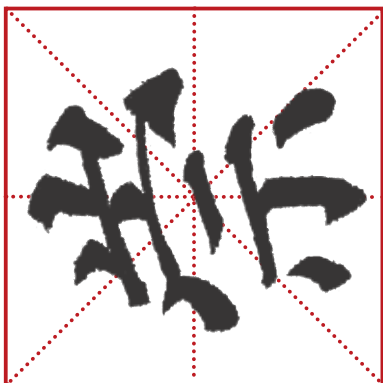
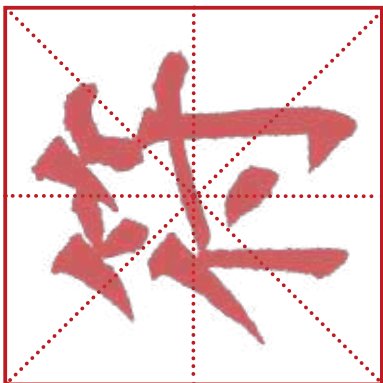
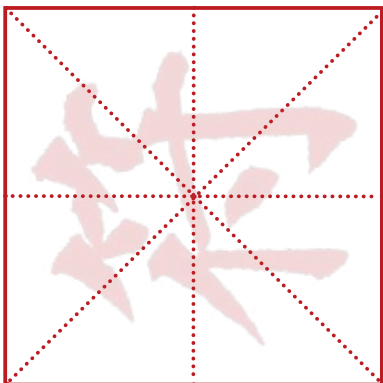
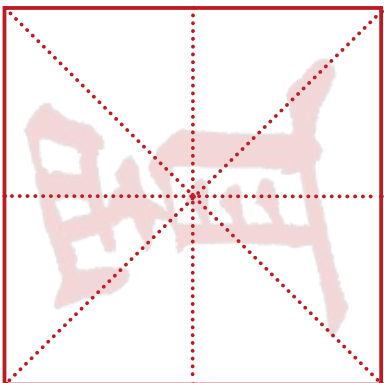
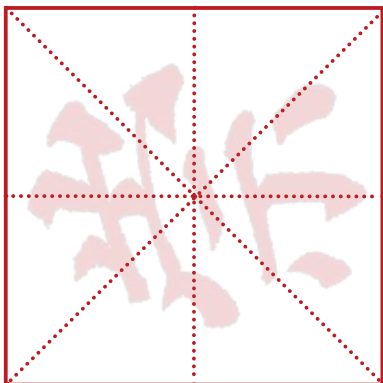
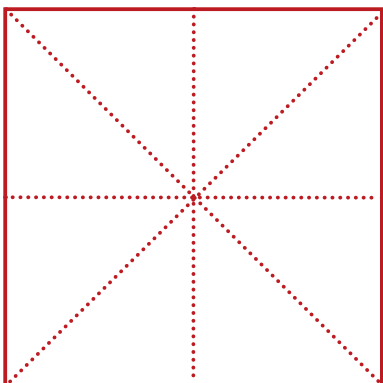
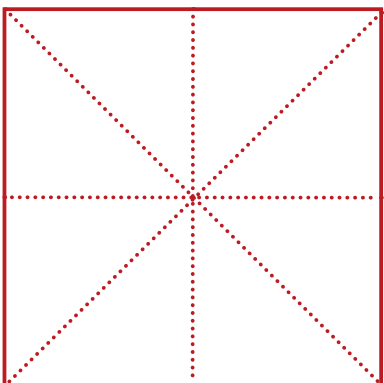
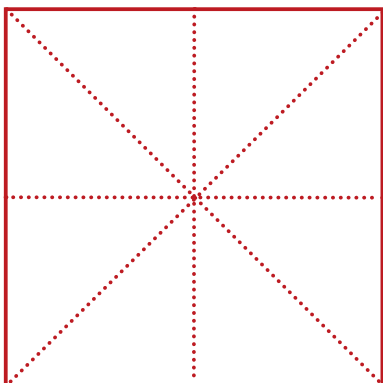
祭祀狩猎涂朱牛骨刻辞（局部）



自我评价：



老师评价：



练习页

学习与运用(一)

—— 书写座右铭

少年时代的鲁迅以一个“早”字作为座右铭，激励自己珍惜光阴，刻苦攻读。著名画家徐悲鸿则用一句“人不可有傲气，但不可无傲骨”告诫自己怎样做人处事。我们也来写一句话作为自己的座右铭吧。



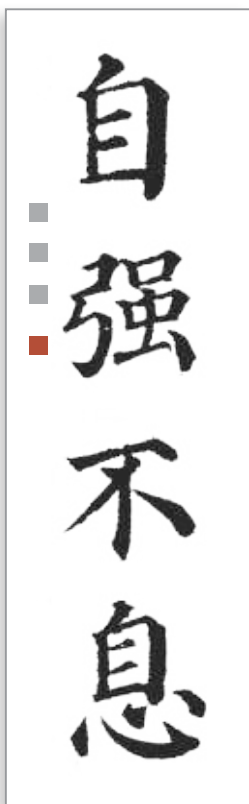
资料链接

不教一日闲过

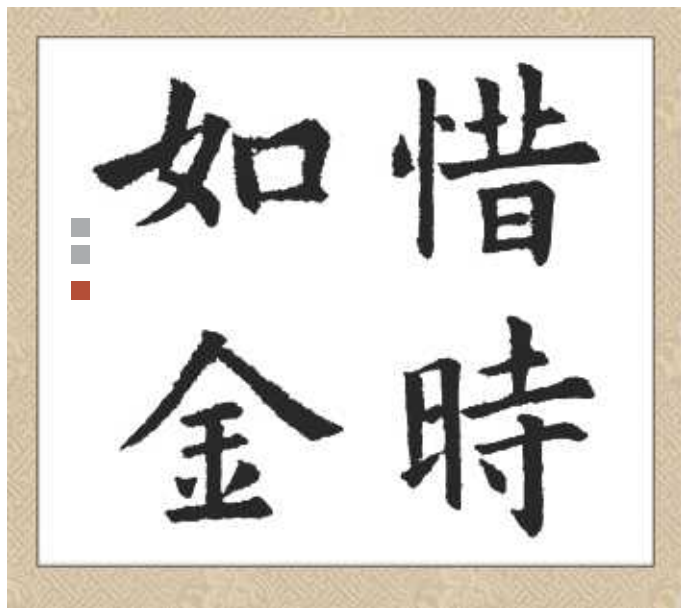
(集赵孟頫楷书)

- “不教一日闲过”“梅花香自苦寒来”等名句言简意赅、催人奋进，都可作为我们的座右铭。





（集颜真卿楷书）



（集欧阳询楷书）



尝试练习

- ◎ 你想采用哪种书体书写座右铭？
- ◎ 你收集到几条名人的座右铭？
- ◎ 你准备书写的座右铭是什么内容？
- ◎ 写好后与同学交流。





上长下短的字



上长下短与上短下长的字形正好相反。这种字形上部宽大，下部扁小。

“盈”字上长下短，上密下疏，上下中心对正。上部四个撇画长短、曲斜不同。下部四竖分布均匀，分别向内倾斜，底部长横承托上部。

- 这一类字，宽大的部分往往是由一些主笔把字形展开的，你能找到右边这几个字的主笔吗？





写法提要



- ◆ 上部“黑”要写得相对扁一些，四点排列均匀，中间两点缩小。
- ◆ “土”部要写得窄小、坚实。
- ◆ 上下部分中心对正。



比较与欣赏



欧 体



颜 体



柳 体



赵 体

- ◆ 四体的“其”，下面的两点虽然形态不同，但都对宽大的上部起到支撑作用。





习字指导



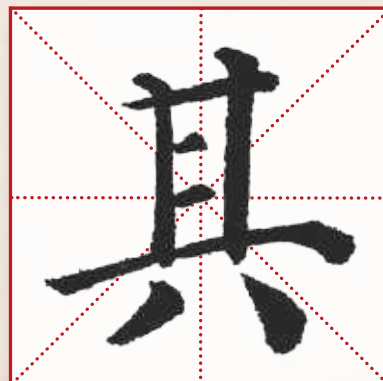
盈：上部左撇伸展，横撇弯钩内的短撇细直，分布均匀。下部长横略向右斜。



念：人字头撇捺伸展。第三、第四画改为短横。“心”的三点依次渐高，笔断意连。



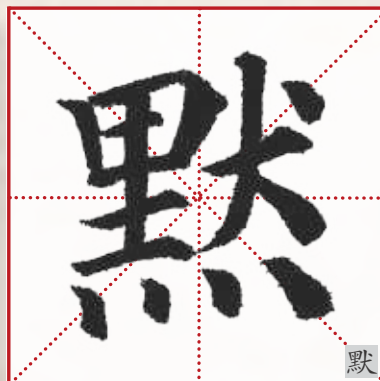
墨：横画收敛，点画外展。下部“土”紧靠上部，底横不宜太长。



其：身形窄长，长横向右斜，中间短横靠左。下部两点分开，支撑上部。



然：上部撇捺舒展，下面四点略微收窄，有形态、方向的变化。



默：上部“里”的横画间距均匀，竖画正直。“犬”向左靠，捺变点画。



书法常识

金文

金文起源于商代早期，盛行于西周。当时有炊器、洗器、乐器等数十种金属器皿，金文是镌刻其上的文字，多为当时祭祀、征伐、契约等的记录。金文短的甚至只有一两字，长的则有几百字。相对于甲骨文，金文书法笔法更加丰富多变，结构更加绚丽多姿。



散氏盘拓片



后母戊鼎



后母戊鼎铭文

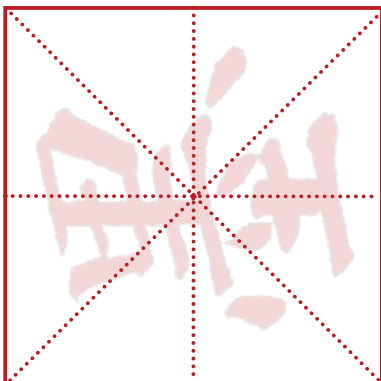
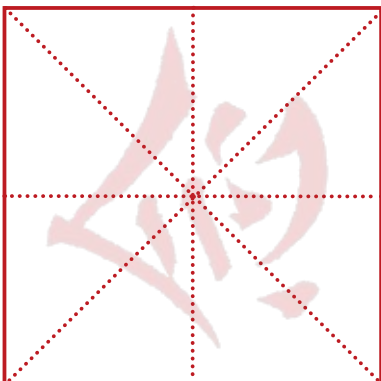
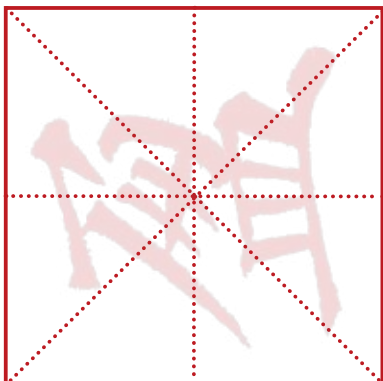
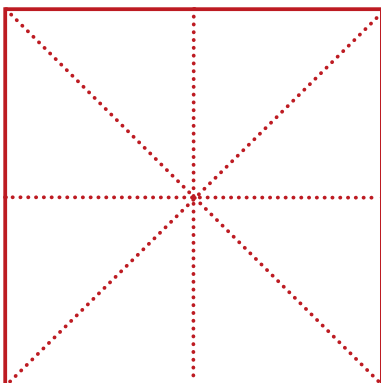
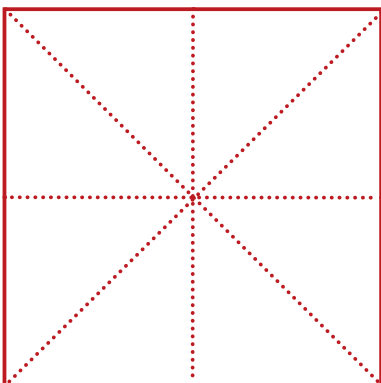
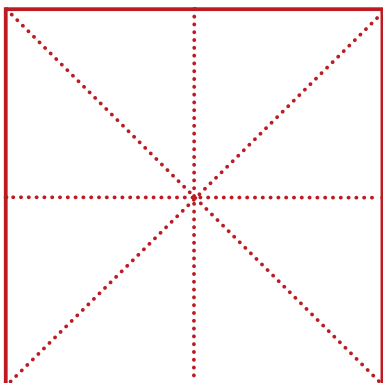


散氏盘



自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：



练习页



中宽上下窄的字



中宽上下窄的字，中部向左右伸展，上下两部分相对收敛。

“菩”字中宽上下窄，中部“立”宽而扁，“艹”和“口”基本等宽，上下两部分均向内收。



- 中部宽，通常也是因为一两个笔画的伸展。这些笔画就是该字的主笔。





写法提要



- ◆ 上下两部分对齐，中间部分要伸展，左右平衡。
- ◆ 注意写好部件之间的交错穿插。



比较与欣赏



欧体



颜体



柳体



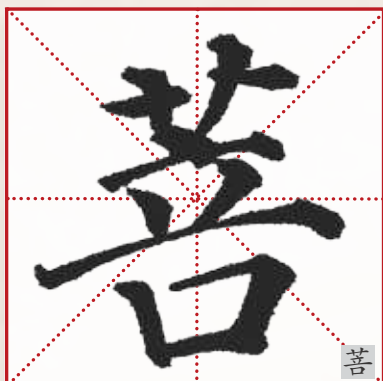
赵体

◆ 长横影响到整个字形。四个字的主笔都写得很舒展。要注意主笔的运笔方向和起、收位置。





习字指导



菩：横画向右上斜。中间“立”较扁，下横伸展。下部“口”居中，两边竖内收。



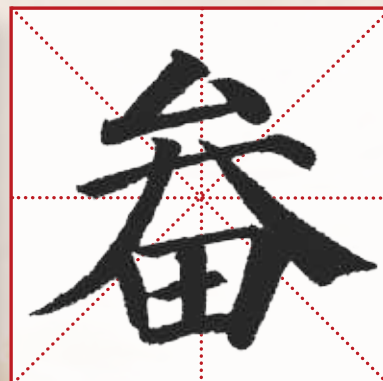
喜：左右笔画基本对称。长横起收笔稍重，中间较细。上“口”下“口”宽扁。



密：中部撇捺舒展，超出宝盖头的宽度，并将下部“山”罩住。“山”的折笔左伸。



等：竹字头改为草字头，中部扁，长横伸展。下部竖钩偏右，点在钩上居左。



畚：上部较扁。撇捺舒展。下部“田”在撇捺下略收缩，两边竖内收，中横较短。



善：上部横画间距均匀。中部长横伸展。口部偏右，字略向左斜。



书法常识

石鼓文

石鼓文，唐朝初年发现于天兴三峙（zhì）原上（今陕西宝鸡境内），现藏于故宫博物院。此石刻一组共十块，因外形像鼓，所以被称为石鼓。每石均有大篆沿弧形石面环刻四言诗一首，记录国君游猎之事。

石鼓文是春秋中晚期秦国的作品，集大篆之大成，开小篆之先河，是我国现存较早的石刻文字，世称“石刻之祖”。



石鼓 故宫博物院藏

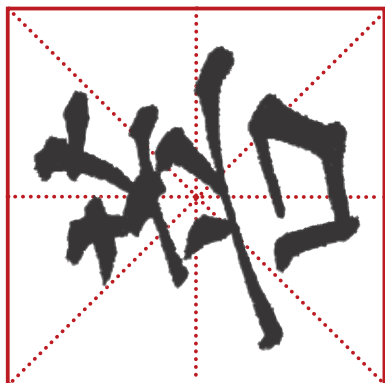
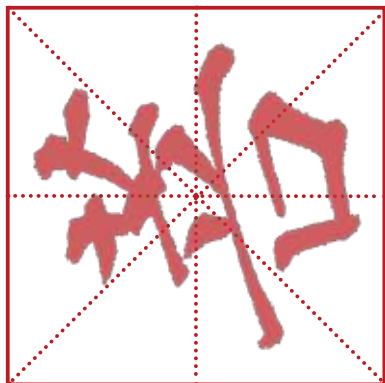
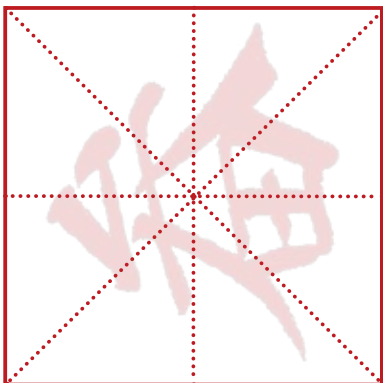
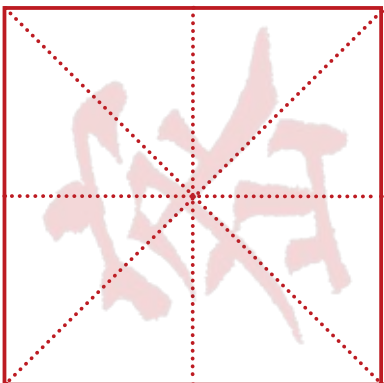
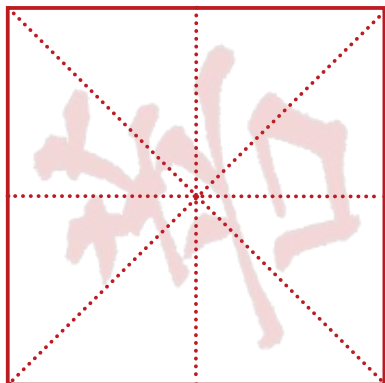
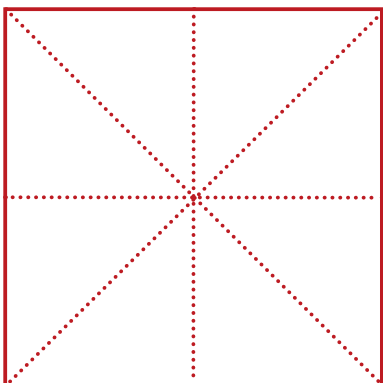
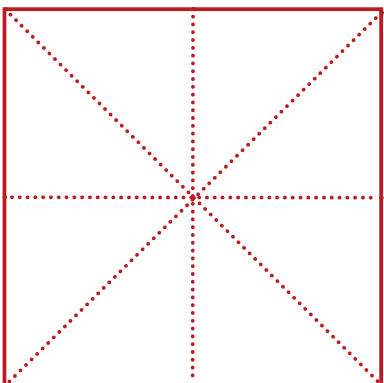
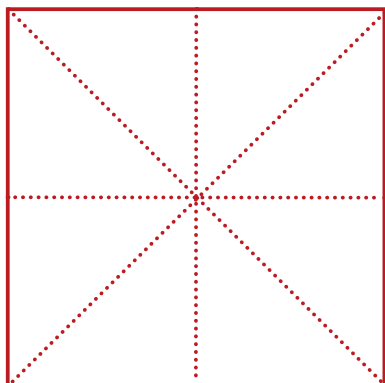


《石鼓文》（先锋本）北宋拓
日本东京三井纪念美术馆藏



自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：





中窄上下宽的字



中窄上下宽的字，中间笔画紧凑，上下部分相对疏朗，字形整体略长。

“意”字中窄上下宽。“立”的第一点和“心”的第二点居中间位置，上下基本对齐，中部“日”两边竖内收。

- 这类字，上部和下部都比较宽，其中有一两个主要笔画特别舒展。





写法提要



- ◆ 点、短竖在中心线上。
- ◆ 中部收紧，略小于上部。
- ◆ 下部撇、捺要写得舒展。



比较与欣赏



欧 体



颜 体



柳 体



赵 体

◆ 不同书家，用不同的方式处理中部紧缩的部分，有的取横势，有的取竖势，但字的重心都平稳。





习字指导



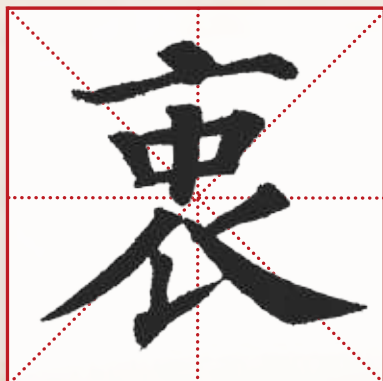
意：上中下三部分中心对正。上部较扁。中间“日”收窄。下部“心”略偏右。



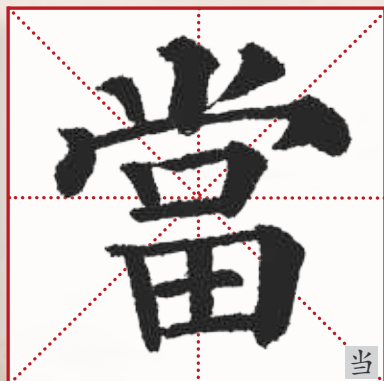
莫：上中下三部分纵向压缩。下部长横伸展，捺变为加重的点。



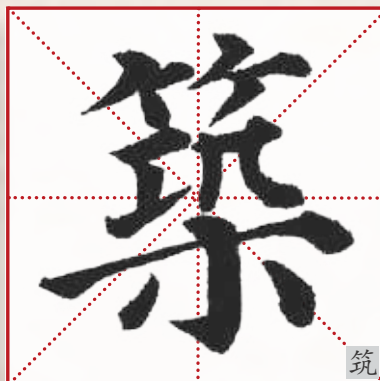
慧：上中下结体紧凑。横画间距均匀。下部“心”略偏右，三点依次渐高，有顾盼。



衷：上部扁。中部收紧，中竖与上点对正。下部撇捺左右伸展，竖提略靠左。



当：上中下对正，横细竖粗，上部宽大，中间口部收紧。



筑：竹字头略扁。中部笔画收拢。下部长横起笔略向左伸，收笔重按回锋。竖钩粗壮。



书法常识

大篆和小篆

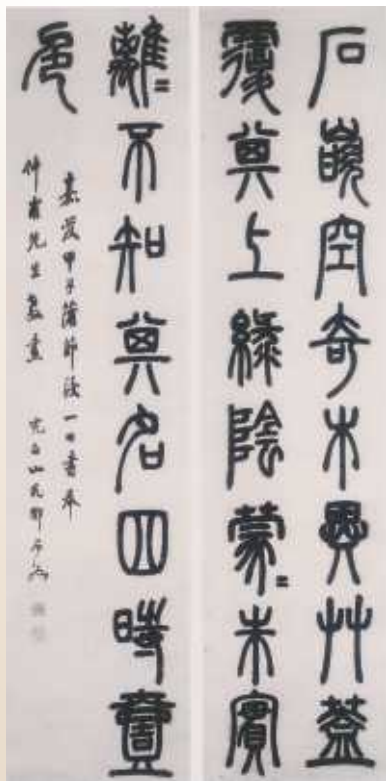
大篆和小篆都是书法中的篆书字体，但并不是写得大就是大篆，写得小就是小篆。

大篆，指秦之前的古文字，相传为周宣王时史籀所作，故又名籀文或籀书。称之为大篆，是与小篆相区别。大篆包括金文、石鼓文以及其他六国古文字等。

秦代统一文字，创立秦篆，称为小篆。它是在秦国古文字的基础上，吸收并修改六国古文字而形成的统一文字。



大篆 《大孟鼎》铭文

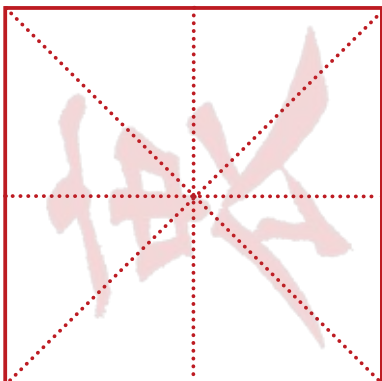
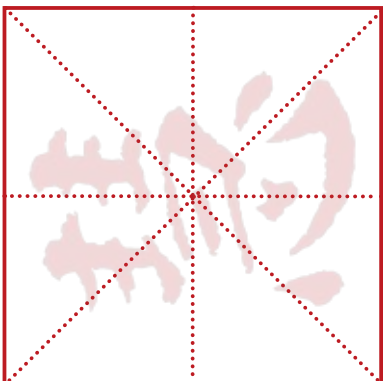
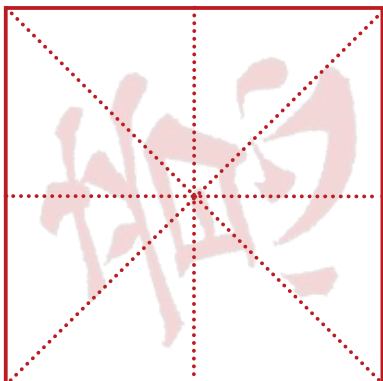
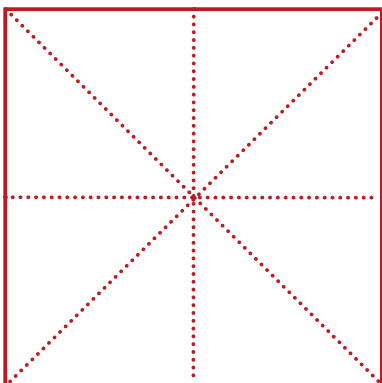
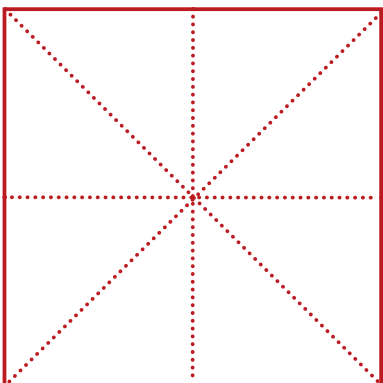
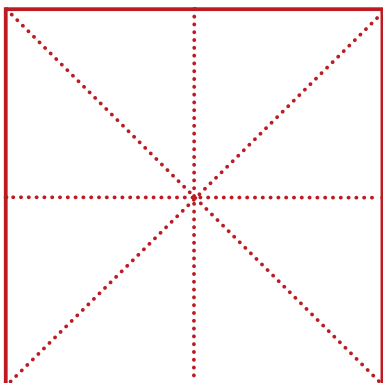


小篆 邓石如《白氏草堂记》
(局部)



自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：





学习与运用(二)

—— 尝试书写校名

我们常看到名人或书法家写的校名，有的学校校名甚至是由本校小学生书写的。其实，校名中也蕴藏着墨韵雅趣呢！我们也来试着用毛笔写一写。



资料链接

北京大学

◆ 毛泽东为北京大学题写的校名

中国科学技术大学

◆ 郭沫若为中国科学技术大学题写的校名

华侨高级中学

◆ 启功为华侨高级中学题写的校名



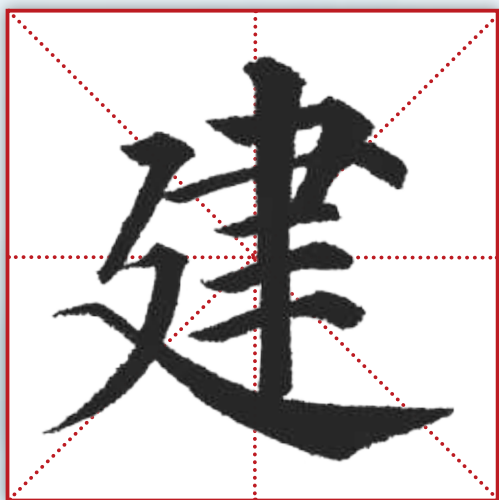
动手试试

试写自己学校的校名：

- ◎ 可以从左向右书写，也可以从上到下书写。
- ◎ 不要繁简混用。
- ◎ 多写几遍，把最满意的一幅送给学校作纪念。



左下包右上的字



左下包右上的字，下方的笔画伸展，托住上部，被包部分要向中心靠近。

“建”字右上略高，“廴”部横折折撇瘦长，平捺舒展。被包围部分横画间隔紧凑，长短变化，靠紧“廴”部。



■ 这类字，被包围部分一般不要超出包围部分的右边界。





写法提要



- ◆ 被包部分的“甬”写在中间偏右上部。
- ◆ 靠近包围部分的笔画要收敛。
- ◆ 包围部分的“辶”，捺画是主笔，要写得流畅、舒展。



比较与欣赏

- ◆ 颜体“通”显得特别饱满；其余三个字底部的捺画都很苍劲有力。赵体“通”字的首笔很有趣。



欧体



颜体



柳体



赵体

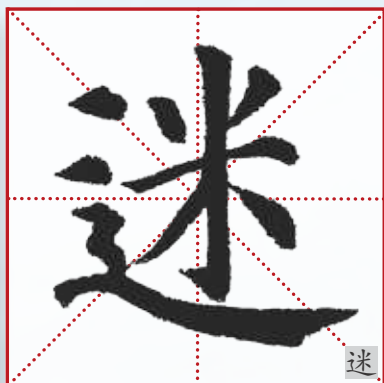




习字指导



建：“建”字底平捺伸展。被包部分横画间距均匀，中竖略斜，与横折折撇呼应。



迷：走之底多加了一点，横折折撇缩短。平捺伸展。“米”接近竖中线，捺变点画。



起：“走”平捺伸展。被包部分竖弯钩写成竖、横。



赵：“走”平捺伸展，中间笔画减省为点、撇。“肖”要往里靠。



通：走之底平捺伸展。被包部分往中间靠。



超：“走”平捺伸展。“召”要向里靠。



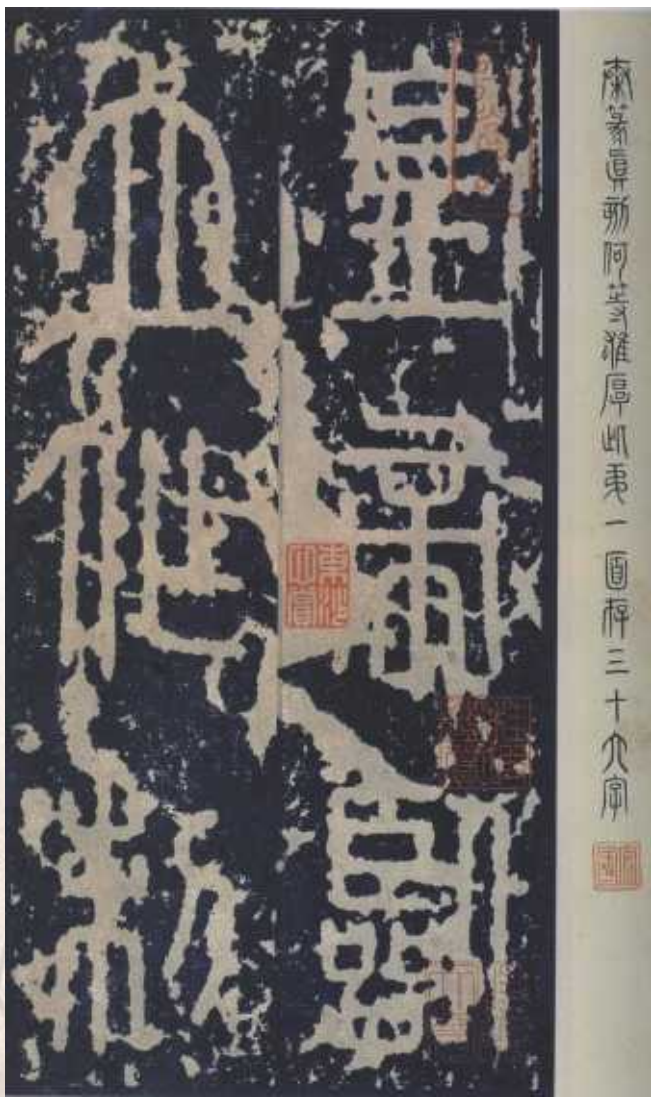
碑帖欣赏

秦泰山刻石

秦泰山刻石是泰山最早的刻石。前半部是公元前219年秦始皇东巡泰山时所刻，共144字；后半部为秦二世胡亥即位第一年(公元前209年)刻制，共78字。两块刻石文字均为李斯所书。现仅存秦二世诏书10个残字，即“斯臣去疾昧死臣请矣臣”，又称“泰山十字”。残石于1928年迁于岱庙保存。

秦泰山刻石具有重要的艺术价值和历史价值。字形工整匀称，修长婉转；线条圆健；结构外拙内巧，疏密适宜。是学习小篆的经典范本。

释文：皇帝临位，作制

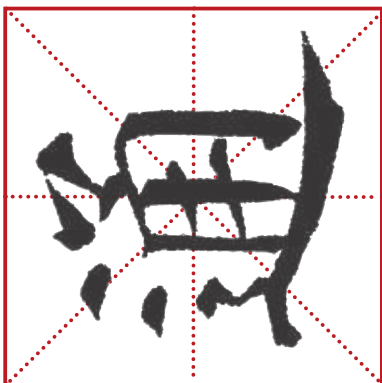
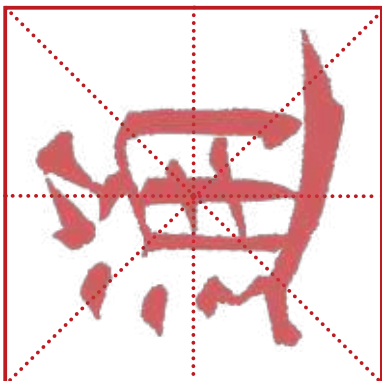
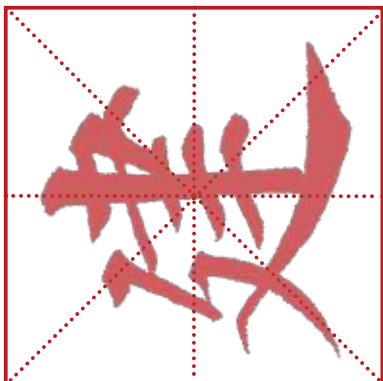
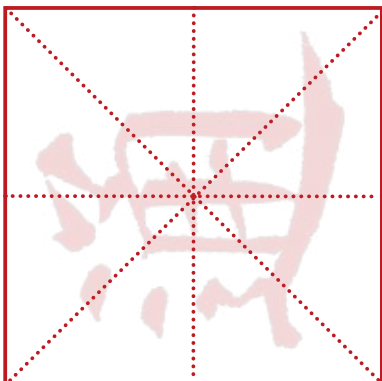
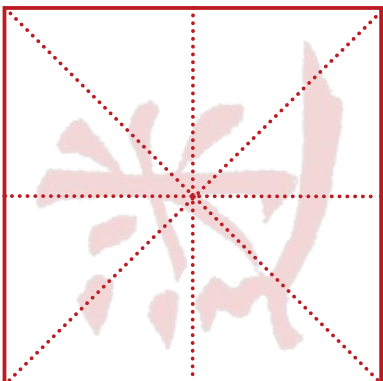
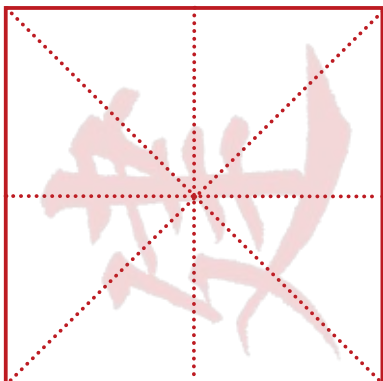
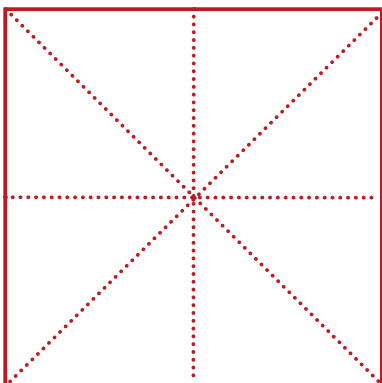
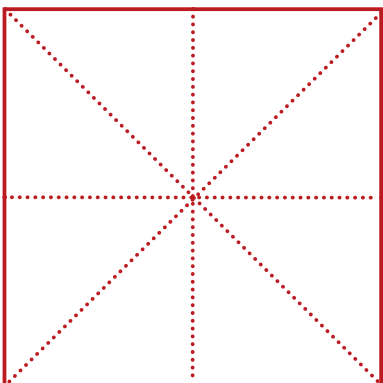
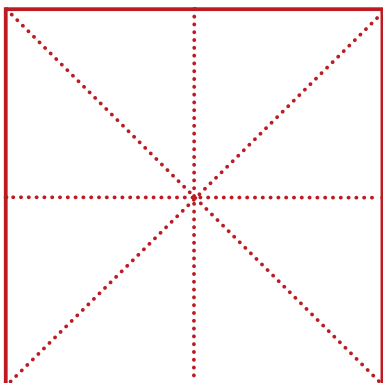


《泰山刻石》（局部）安国北宋拓本
日本东京台东区立书道博物馆藏



自我评价：😊 😐 😞

老师评价：



练习页



左上包右下的字



左上包右下的字，通常左边部分的笔画写得舒展，被包部分略向右下外露。

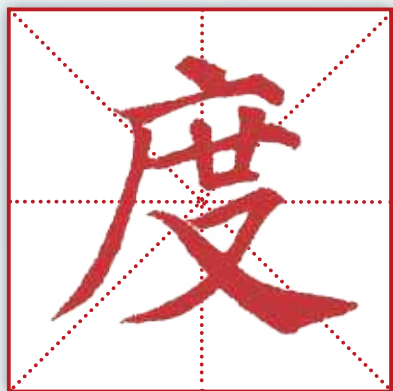
“居”字左上包右下，上部为扁口，撇画伸展，被包围部分笔画外露，“口”左右内收。

- 这类字，被包部分通常要向右露出一一点才好看，字形也才平稳。





写法提要



- ◆ 被包围部分略向外面伸出。
- ◆ 靠近“广”的笔画要收敛。
- ◆ “广”的撇画是主笔，要写得伸展有力。



比较与欣赏

- ◆ 不同书体中，包围部分的撇画各不相同。其中颜体、赵体较舒展，柳体谨严，欧体把撇画写成了竖钩。



欧体



颜体



柳体



赵体





习字指导



居：长撇略内收，中部横画向右伸展，竖变为撇，居中起笔。“口”略偏右。



广：广字头长撇伸展。被包部分稍伸出，中宫收紧，横画间距均匀，下边两点上合下开。



庭：广字头长撇伸展。被包部分稍露出，捺画向右下伸展。



疾：病字头点居中，下横较长，长撇略收带钩。被包部分稍露出，“矢”的捺画变点画。



度：广字头长撇伸展。被包部分上部收紧，下部捺画向右下舒展。



唐：广字头长撇伸展。被包部分横折外露，下“口”稍偏右，两边竖内收。



名胜书迹

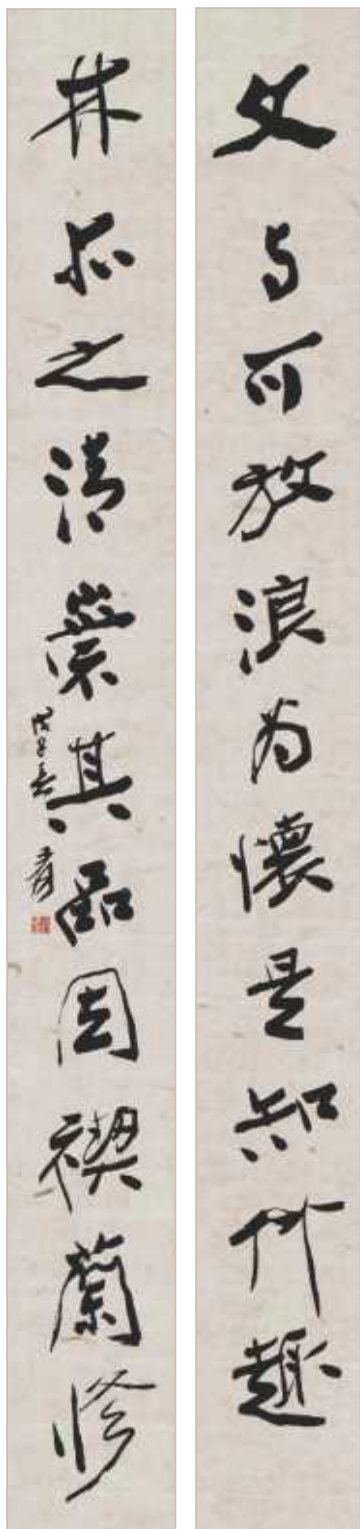


摩耶精舍

摩耶精舍是我国著名画家、书法家张大千(1899~1983)在台湾的故居。张大千亲手设计了这座四合院格局的建筑，园中花木葱茏，小桥流水，曲径通幽，陈列着众多名贵的盆景和奇石，是台北著名的人文景观。

入口门楼上的黑漆木匾古朴厚重，“摩耶精舍”四字出自著名学者、书法家台静农之手。后花园中有用来赏月的“影娥池”。张大千去世后就长眠于花园中一块题为“梅丘”的巨石下。

张大千不仅在绘画艺术上堪称奇才，在书法上也有非凡造诣。他早年师从清代大书法家李瑞清，形成了独特的个人风格，被后人称为“大千体”。



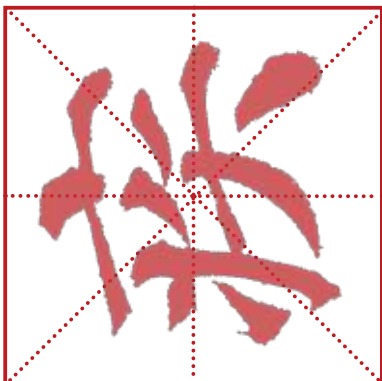
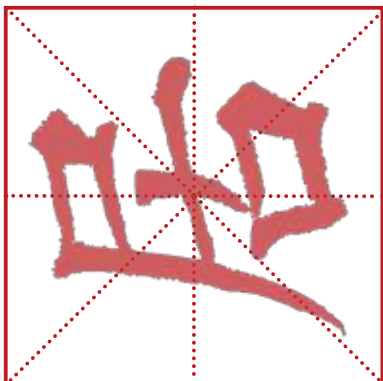
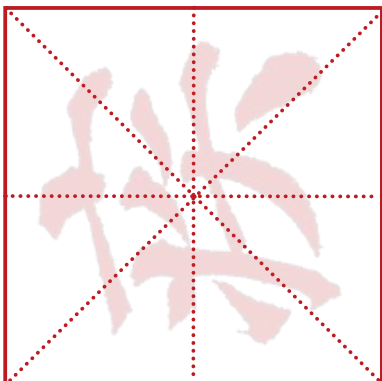
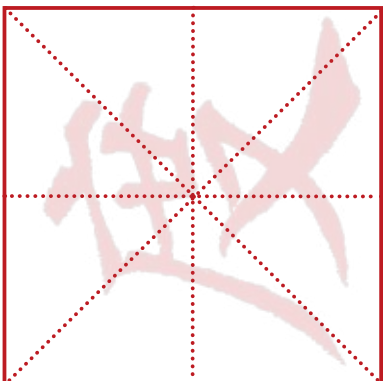
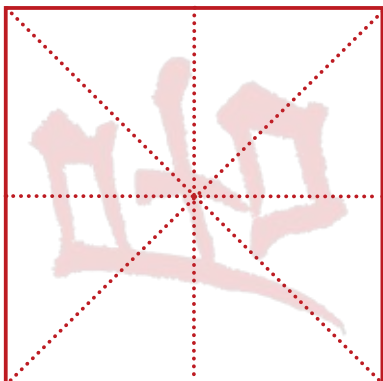
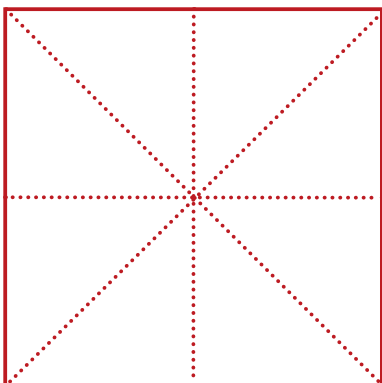
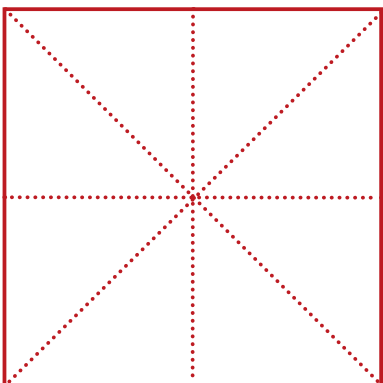
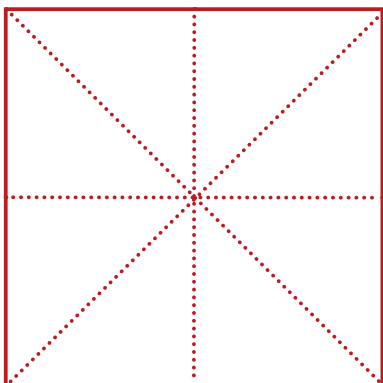
张大千行书对联。释文：

文与可放浪为怀是知竹趣，
林亦之清崇其品因裊兰修。



自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：





右上包左下的字



右上包左下的字，半包围部分在右上部，通常右边笔画舒展，被包部分向右上靠近，整个字重心平稳。

“武”是半包围结构的字，上紧下舒，斜钩舒展开张，“止”部紧靠字的中心位置。

- 这类字总体上右边包围部分的笔画舒展，多为**主笔**。





写法提要



- ◆ “戈”部斜钩舒展，出钩有力。撇画与被包围部分形成穿插。
- ◆ 被包围部分向右上靠，结体紧缩，左撇向外略伸出。



比较与欣赏

- ◆ 欧体和颜体两个“武”字风格有差异，颜体厚重宽博，欧体则用笔挺拔，收放对比强烈，灵动奇险。



欧体



颜体



柳体



赵体





习字指导



戴：横画向右上斜。左下被包部分向内靠，斜钩兼顾左下，撇画向左下穿插。



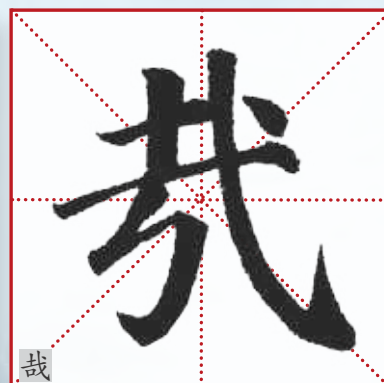
武：横画向右上斜，“止”向内靠。斜钩伸展，起笔在字中偏左。



可：上横要长，收笔稍重，竖钩劲挺，口部略靠上。



载：上下两竖对齐，横画间距均匀，斜钩伸展，点、撇内收。



哉：横画向右上斜。左下竖折折钩斜向左下，斜钩曲度稍大，使左右平衡。



气：上窄下宽。弯钩先内收再向右舒展。“米”的长横外露，四点形态各异，聚向中央。



书法常识

书法作品中的印章

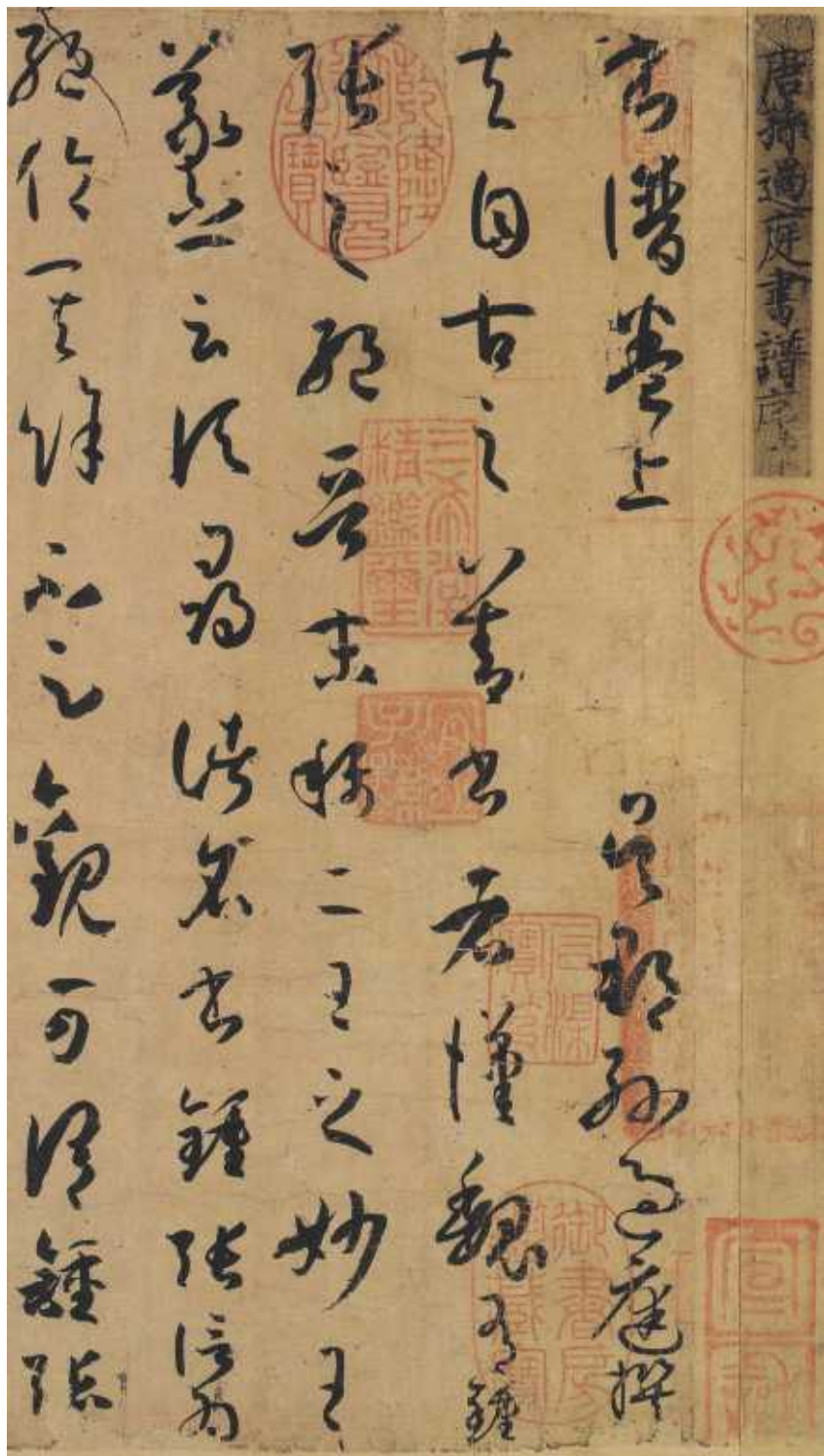
书法作品在完成
后，要在落款的基础上
加盖印章。

印章最初是用来证
明身份的，后来还被用
来增加书法作品的艺术
情趣。

书法作品上的印章
包含作品落款下方的姓
名章，作品开头的引首
章，还有压角章等闲
章。古人还有在收藏作
品上加盖印章的习惯。
许多传世作品历经数代
收藏家鉴赏、收藏，作
品上会留下许多鉴赏
章、收藏章等。

释文：书谱卷上 吴郡孙过庭撰
夫自古之善书者，汉魏有锺张
之绝，晋末称二王之妙。王羲
之云：“顷寻诸名书，锺张信
为绝伦，其余不足观。”可谓
锺张

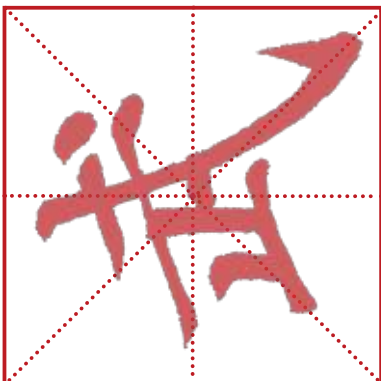
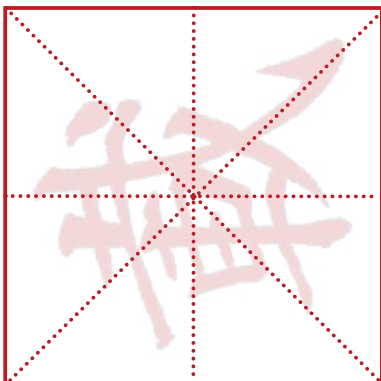
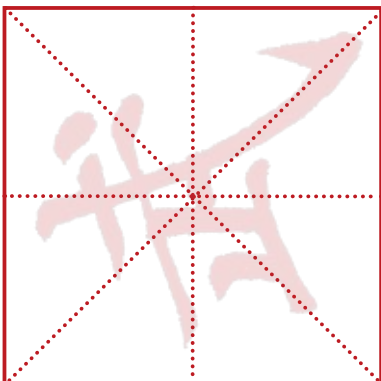
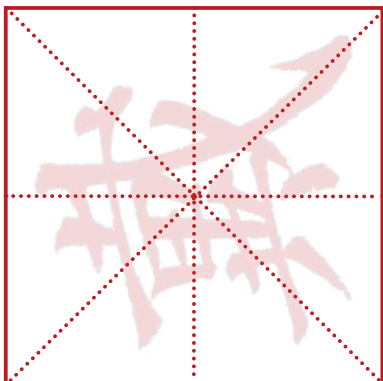
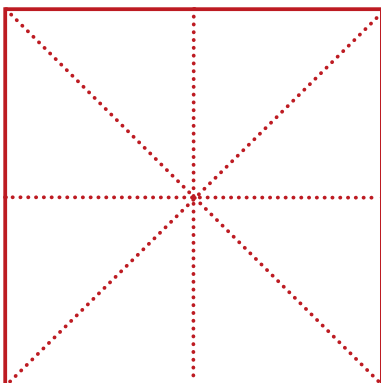
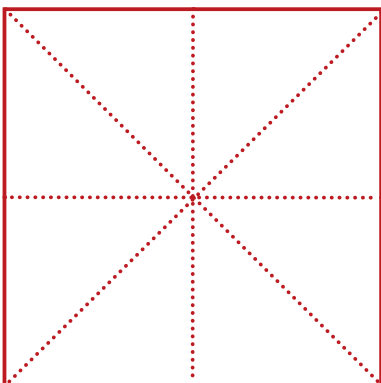
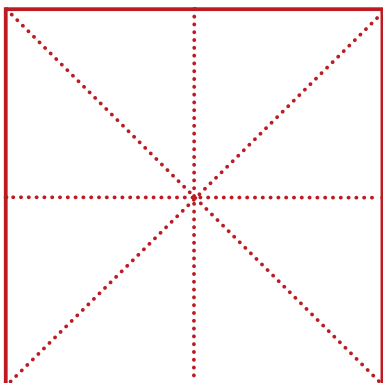
唐 孙过庭草书《书谱》（局部）
台北“故宫博物院”藏





自我评价：😊 😐 😞

老师评价：



练习页

学习与运用 (三)

——认识扇面

扇面，有折扇与团扇之分，它是书法创作的幅式之一。折扇因为上宽下窄，书写时难度较大。按字数的多少，可以把扇面书法分为多字和少字两种类型。



资料链接



折扇扇面（《多宝塔》集字）



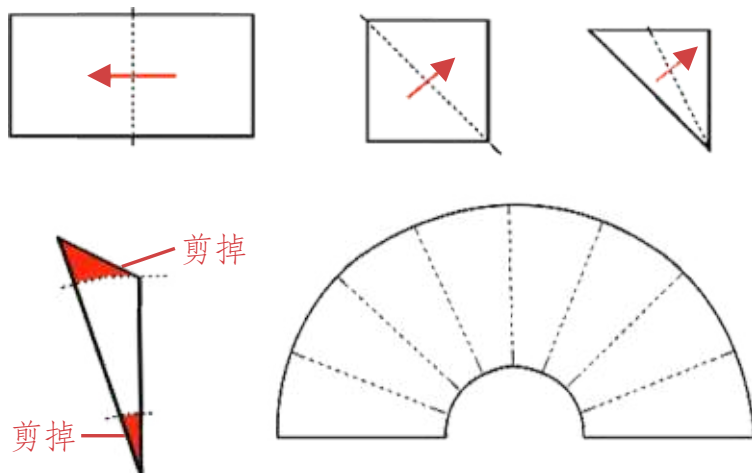
团扇扇面 清 赵之谦





互动平台

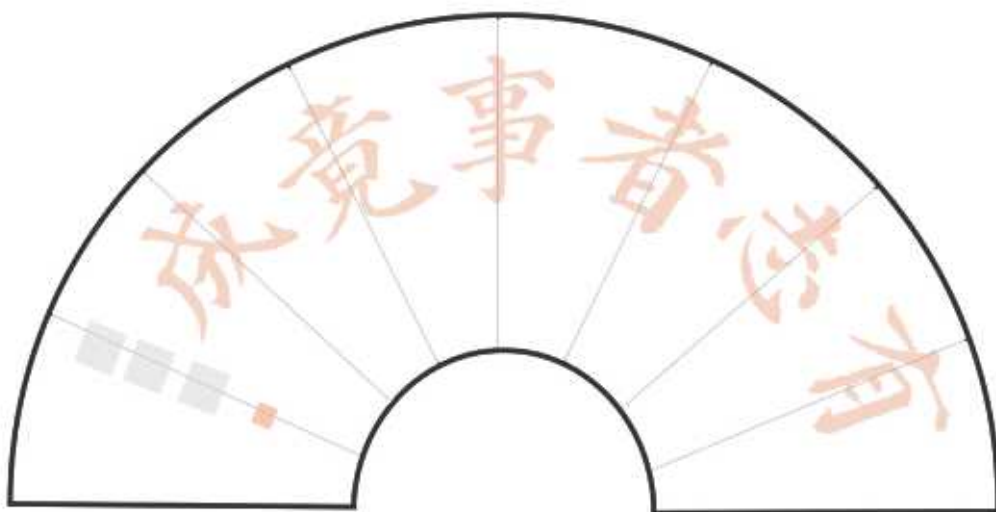
◎ 做扇面的方法。



尝试练习

◎ 尝试临写扇面。

有志者事竟成



10

三包围的字



三包围结构的字包括上包下、下包上、左包右三种情况。

“问”是三包围中上包下结构的字，上紧下疏，左右横画对应，间距均匀。左边竖较短，右边竖略长。里面的“口”部稍偏上。

- 三包围结构的字，包围的方向不同，包围的方式也各不相同。上包下和左包右一般包得紧，下包上通常包不住。前者“藏”，后者“露”。





写法提要



- ◆ “用”字外框方正，两侧笔画挺直有力。
- ◆ 被包部分向中上部靠拢，遵循上紧下舒的一般规律。



比较与欣赏

- ◆ 四体“同”字，“冂”的形态和写法并不一样，颜体、柳体折画向外取包势，欧体、赵体则内挺。



欧 体



颜 体



柳 体



赵 体





习字指导



问：两边竖左短右长。右边竖略向内挺。中间口字较扁，略靠上。



用：纵横间距均匀。左撇稍短，右竖钩稍长且略内挺。中间两横短，稍偏上。



同：左竖稍短，右竖钩稍长。框内部件稍偏上。横画间距均匀。“口”两边竖内收。



尚：字形略扁。上部“小”字略靠左。两边竖内收，包住中间的“口”。



巨：横画向右上斜。横画之间间距均匀。被包部分大小适宜。



齿：笔画繁多，分布均匀。字形平正，下框托住上部。四个“人”相互依靠而不重叠。



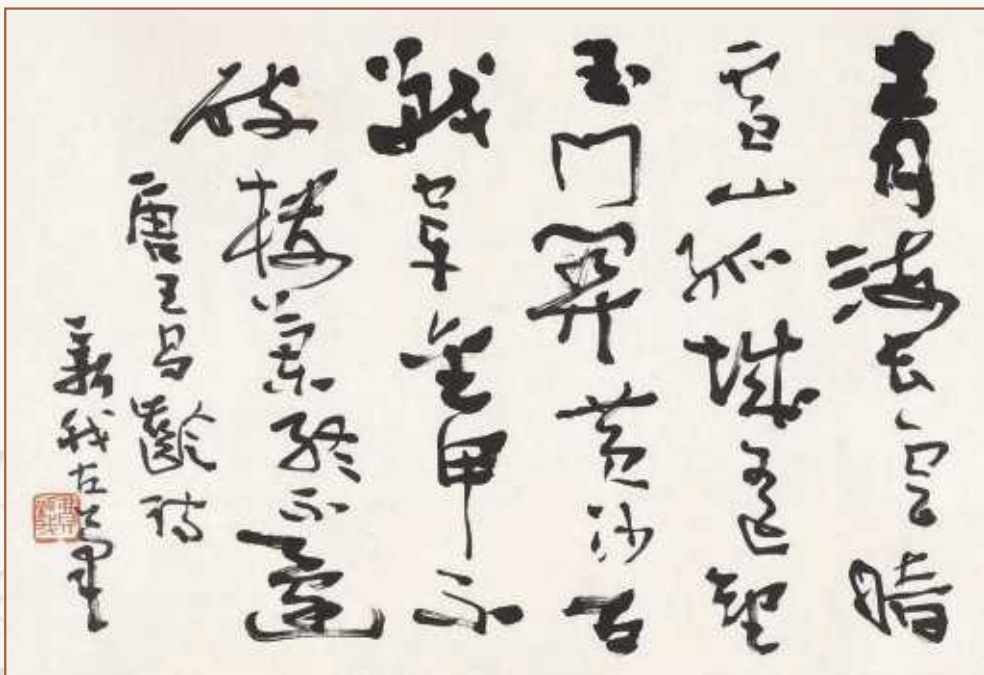
走近名家

费新我左笔作书



费新我(1903~1992),原名斯恩,字省(xǐng)吾。浙江湖州双林镇人,是我国现代著名书画家,擅长左笔书法。费新我从小喜爱书画,早年离家赴上海当学徒,并开始自学书法,先后临习颜真卿楷书、苏轼行书、杨沂孙篆书。费新我弃商从艺后,改字“省吾”为“新我”。

56岁时,他的右手突患关节骨结核,丧失了握笔能力。面对这突如其来的打击,先生豁(huò)达乐观,顺其自然,改为左手练字。通过长期练习,他凭借惊人的毅力将右手的技艺“移植”到左手上,大量吸取了前人优秀书法作品的营养,开创了新一代的“左笔书风”。



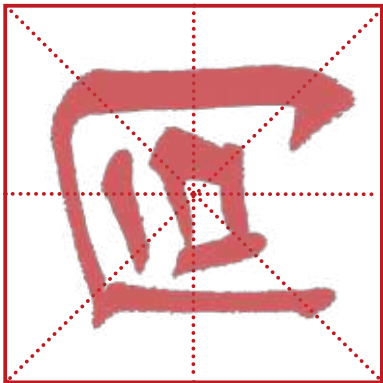
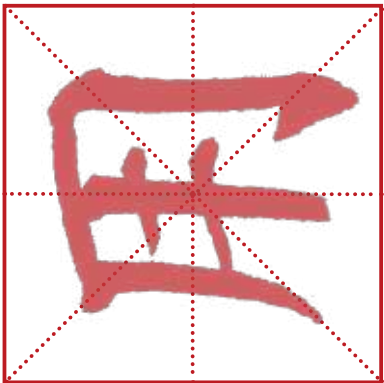
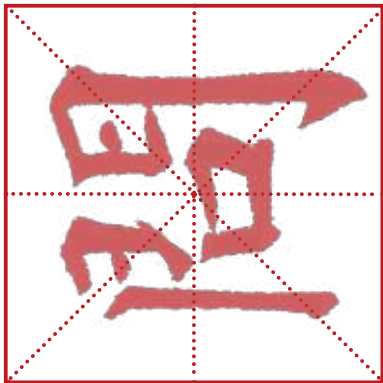
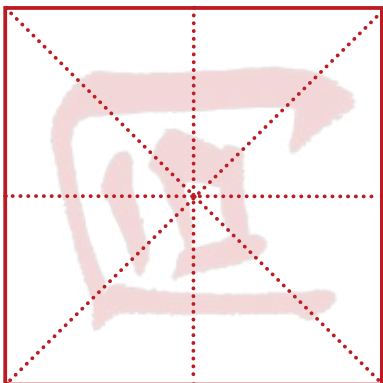
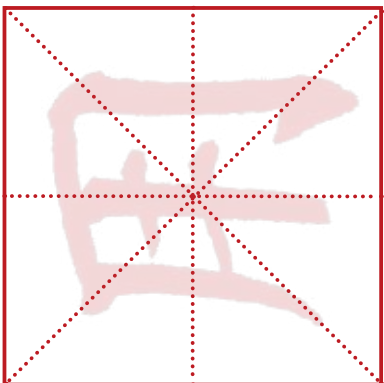
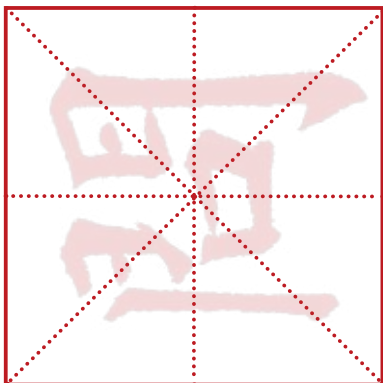
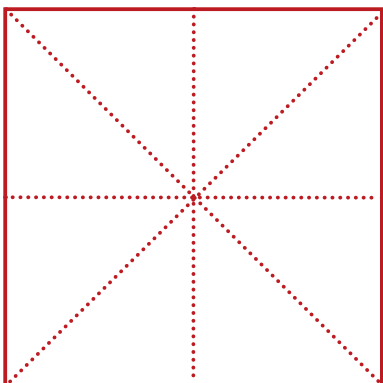
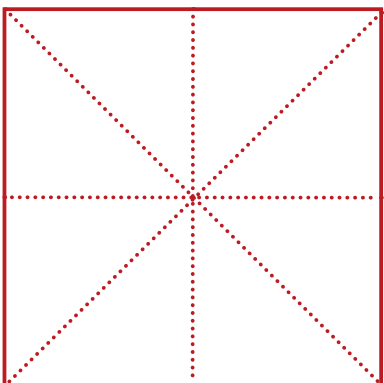
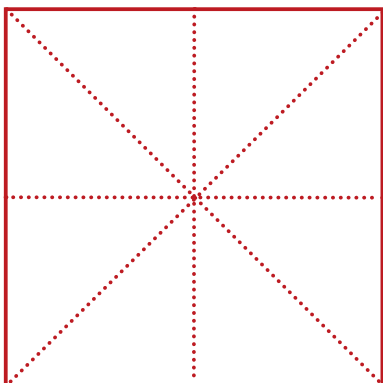
释文:青海长云暗雪山,孤城遥望玉门关。黄沙百战穿金甲,不破楼兰终不还。唐 王昌龄诗 新我左笔



自我评价：



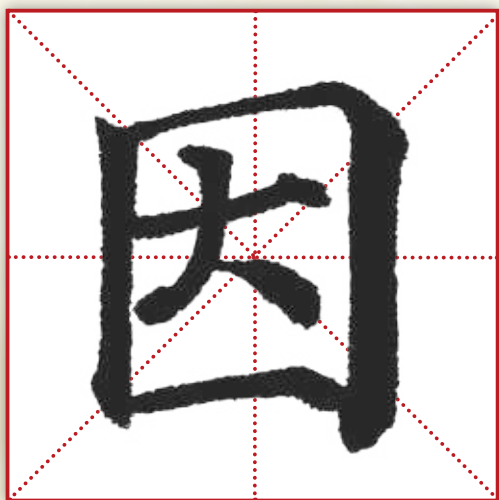
老师评价：



练习页



全包围的字



全包围结构的字外围都有一个封闭的外框。从外框竖画的形态来区分，全包围结构的字有垂直与内收两种。

“因”字是全包围结构的字，外框竖画挺拔有力，中间被包围部分居中靠左上。

- 这类字外框封闭，取势稍向右，上，两侧竖画有的垂直，有的内收。





写法提要



- ◆ “团”字属于大方框的字。这类字的外框两竖垂直平行，右竖略比左竖长且粗。
- ◆ 内部的字宜靠中上部书写，做到上紧下疏。



比较与欣赏

- ◆ 不同书家书写全包围的字，外框的处理有区别。有的四周封闭，有的连接处留有缝隙，有的竖画内收，有的竖画挺直或外撑。



欧体



颜体



柳体

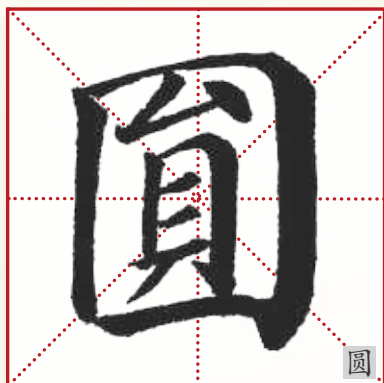


赵体

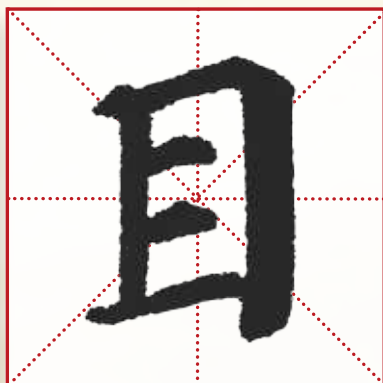




习字指导



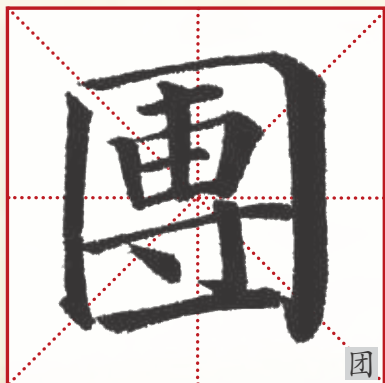
圆：两边竖画曲势合抱，右竖较长，框内部件上宽下窄，横画间距均匀。



目：形窄，两边竖直，左细右粗，中间两横靠左。



日：两边竖直，左细右粗，左短右长，短横靠左。



团：外框两竖相向，“專”笔画较多，注意分割空间。



四：字形扁，横细竖粗。两边竖内收，框内留白匀称。



因：外框两竖左轻右重，横画上轻下重。“大”在框中，靠左上写。



名胜书迹

西泠（líng）印社

西泠印社，1904年由浙派篆刻家丁仁等发起创建，是海内外研究金石篆刻历史最悠久、成就最高、影响最广的学术团体，被誉为“天下第一名社”。首任社长是清末著名书画篆刻家吴昌硕。

西泠印社位于浙江省杭州市西湖景区孤山南麓，南至白堤，西近西泠桥，北邻西湖，占地面积7000多平方米，包括多处明清古建筑遗址，园林精雅，景致幽绝，人文景观荟萃，摩崖书法题刻随处可见，有“湖山最胜”的美称，是国内第一所印学博物馆。

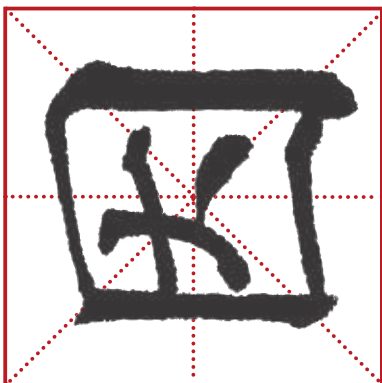
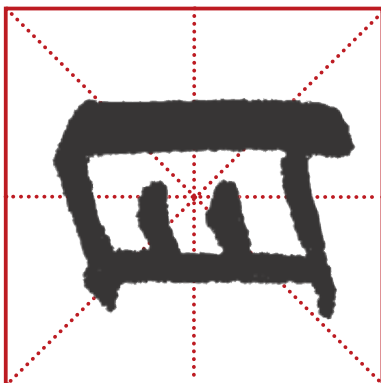
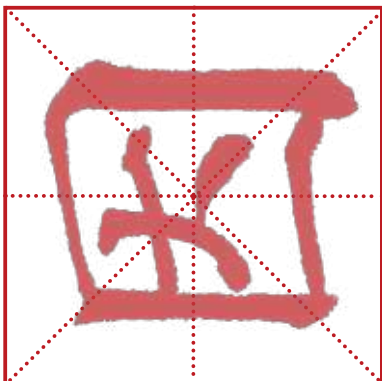
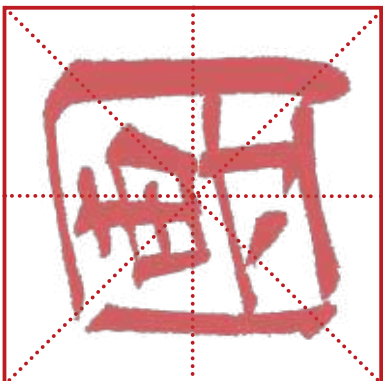
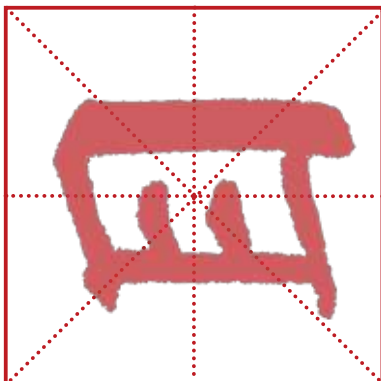
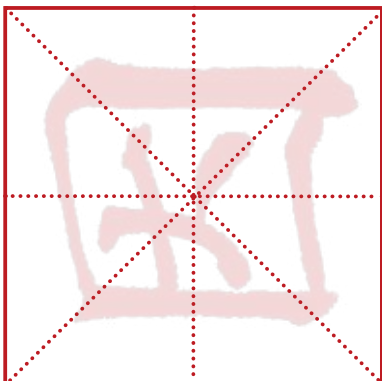
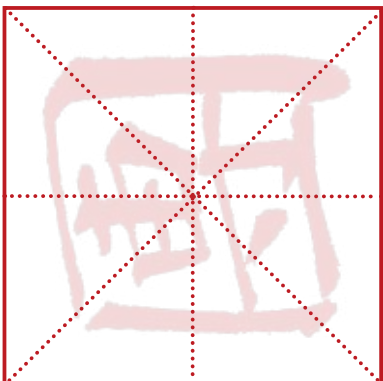
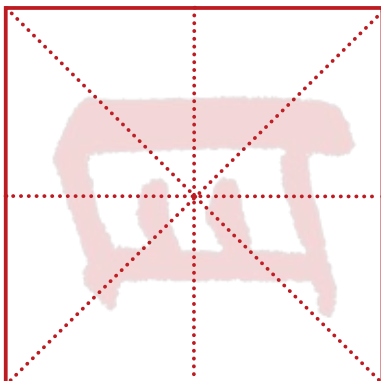
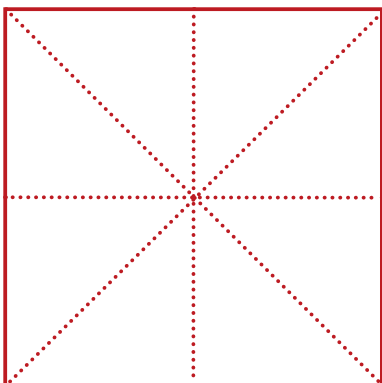
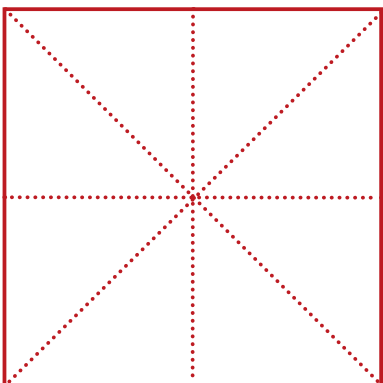
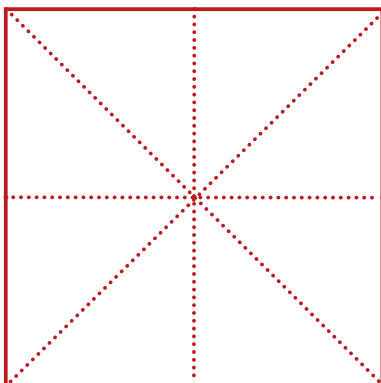


吴昌硕篆刻：西泠印社中人（附边款及拓片）



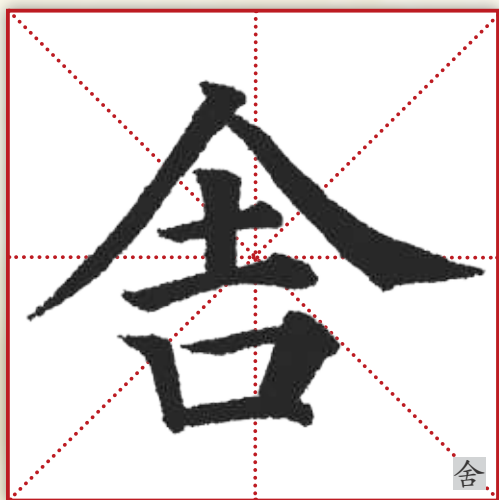
自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：



12

天覆型的字



天覆型的字，就像戴上了一顶大帽子，上部宽大，能盖住下面的部件。上下对齐，有上下连贯的感觉。

“舍”字属天覆型的字，“人”部笔画伸展，左右开张，像一把打开的大伞，被覆盖部分位居中间。

- 这些字头上的“大伞”或“帽子”，大小各有不同。下面的部件都比较紧凑。





写法提要



- ◆ 上部的字头舒展。
- ◆ 字的上下两部分要中心对正。
- ◆ 最后一笔横画稍长，但应在字头宽度之内。



比较与欣赏

◆ 四体“舍”字的字头虽然都舒展，但是笔画的长短、轻重以及开合度都有不同。



欧 体



颜 体



柳 体



赵 体

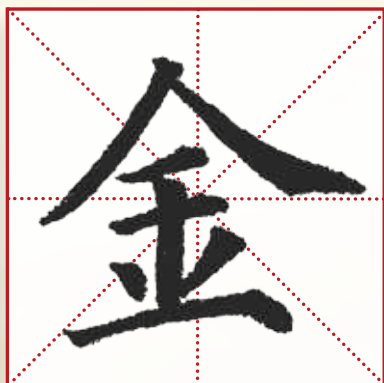




习字指导



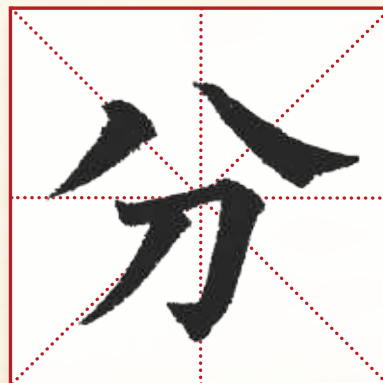
舍：撇画轻快，捺画凝重，夹角大。中竖对准撇捺相交处，上紧下疏。



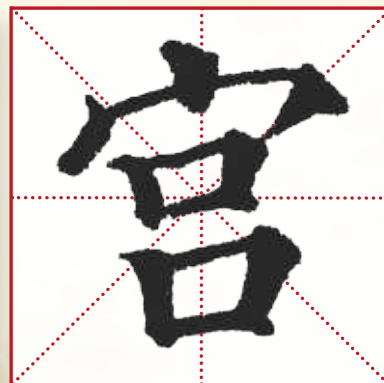
金：撇捺舒展开张，中竖垂直，两点呼应。



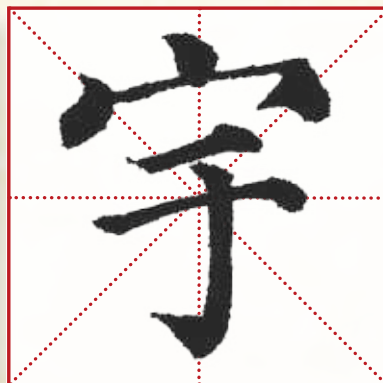
奉：上部的三横间距均匀，向右上斜。撇捺舒展外伸。下部两横短，中竖下伸。



分：撇捺舒展开张，横折钩的钩位于竖中线上。



宫：点画居中，上部较宽，罩住下面部件。下部上“口”小，下“口”大且略向右移。



宇：宝盖头宽，下部两横略窄，竖钩略靠右，出钩向左上。



走近名家



吴昌硕

吴昌硕（1844~1927），清末著名书画家、篆刻家。浙江安吉人。少年时受其父熏陶，喜欢书法、篆刻。他在学习石鼓文基础上博采众长，融会贯通，大胆创新，独具特色。

吴昌硕的诗、书、画、印自成一家。对艺术创作主张“出己意”“贵有我”，因此他的作品具有浓厚的“性格特点”。其艺术风格对我国近现代书画发展影响极大。



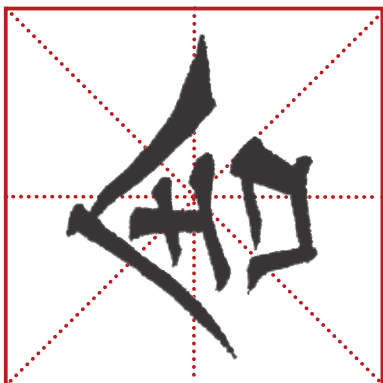
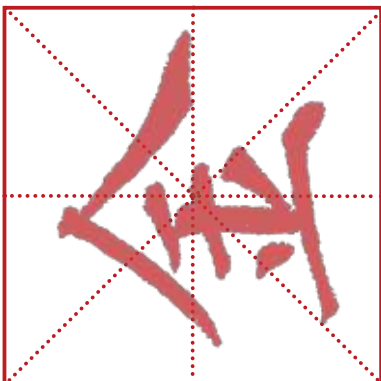
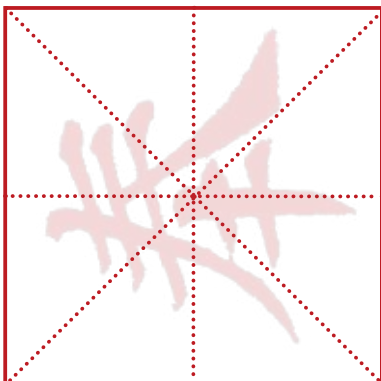
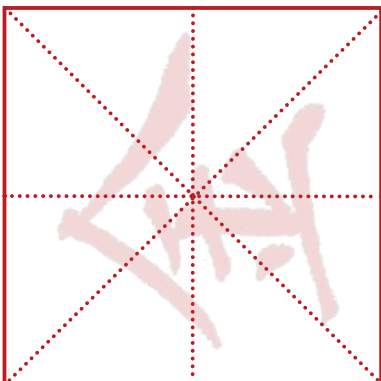
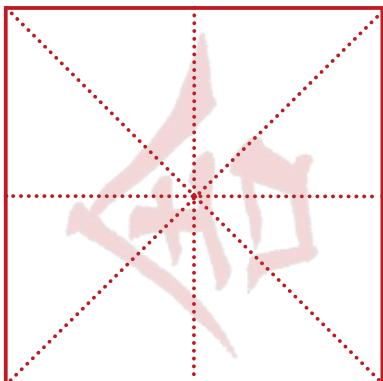
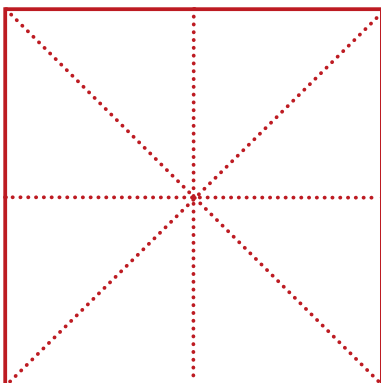
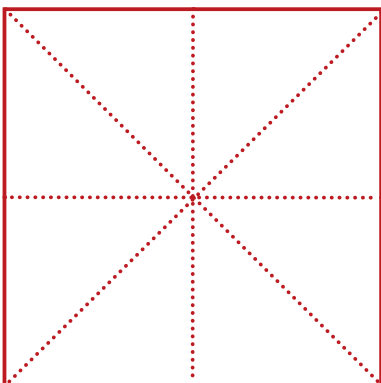
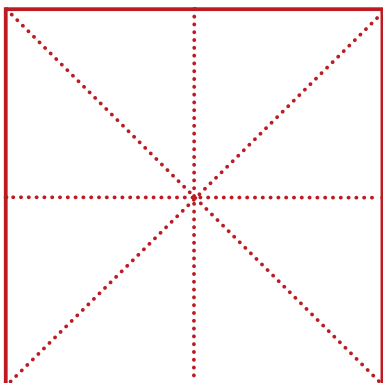
吴昌硕《篆书临石鼓文》轴，纸本，故宫博物院藏

吴昌硕此幅作品临石鼓文。笔法浓厚浑朴，笔力雄健，线条粗细富于变化，结字以上下左右参差取姿，用笔遒劲，气息沉郁雄壮。



自我评价：☺ ☹ ☹

老师评价：



学习与运用（四）

—— 参观书法艺术展

你参观过书法展览吗？参观书法展览活动可以帮助我们开阔眼界，增长书法知识，感受书法艺术之美。可你知道吗，参观书展也有讲究呢！



活动策划

- 组织一次书法展览参观活动。
- 通过网络查阅、了解有关书法家的生平及艺术风格。
- 准备好纸、笔以便记录，有条件的还可以带上录音笔、照相机、摄像机等。





观展须知



- ◆ 在讲解员或老师的带领下认真参观，并做好相应的记录。
- ◆ 对于自己喜欢的作品，在允许的情况下可以拍照留存，也可以现场临摹。
- ◆ 还可以向自己喜爱的书法家请教，进行面对面的交流。



小结交流

- ◎ 通过参观，你有什么感想和收获？
- ◎ 展示、交流各自拍摄的作品。
- ◎ 展示自己的临摹作品。

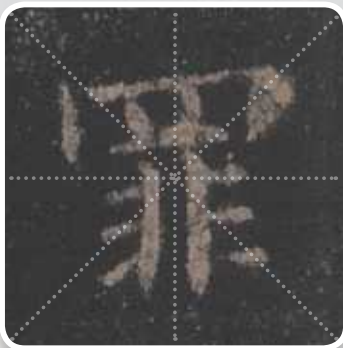


名家碑帖选临提示

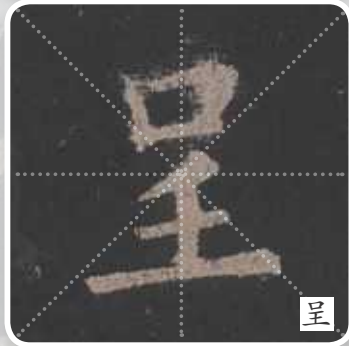
◇ 欧 体



上宽下窄的字：
上部向两边伸展，下部紧凑。



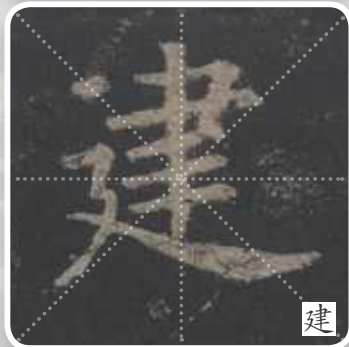
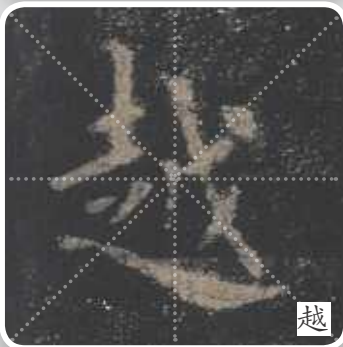
上窄下宽的字：
上部较小，下部舒展。



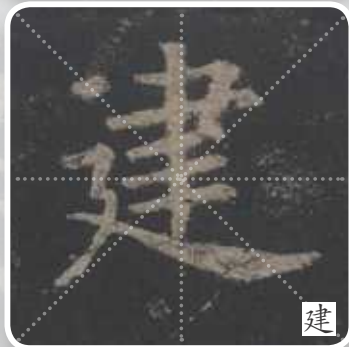
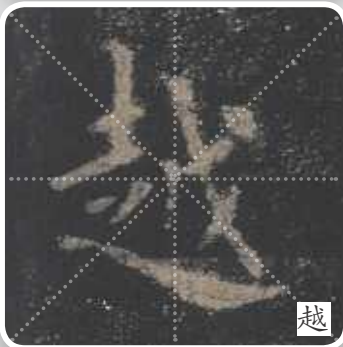
中窄上下宽的字：
中间紧凑。



中宽上下窄的字：
中间向两边伸展。

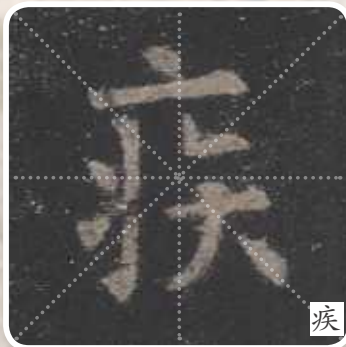


左下包右上的字：
最下部的笔画舒展，能承托住被包的部件。

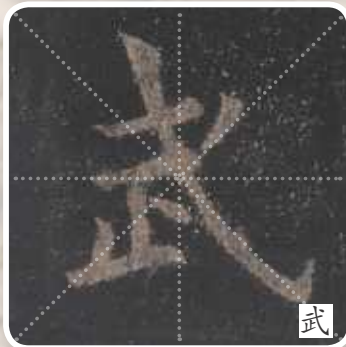




左上包右下的字：
被包部分横向笔画短，部分部件微露。



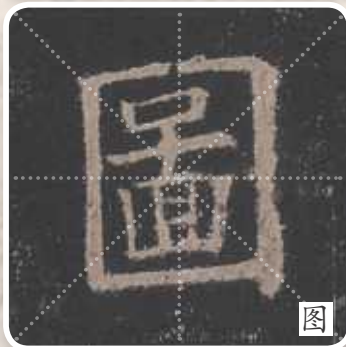
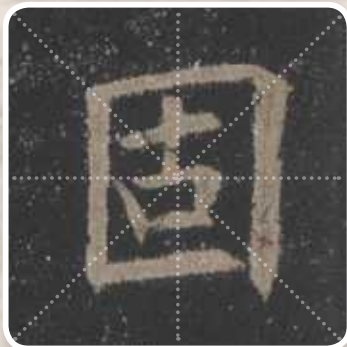
右上包左下的字：
被包的部件向上靠。



三包围的字：上包下的字，左右竖内挺，被包的部件偏上。



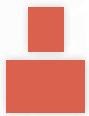
全包围的字：四周紧密、边竖内挺。被包围部件均匀分布。



柳体



上宽下窄的字：
上部舒展，覆盖下部，下部紧收。



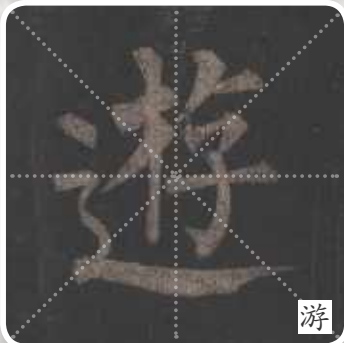
上窄下宽的字：
上部紧凑，下部承托上部。



中窄上下宽的字：
上下舒展，中间收敛。



中宽上下窄的字：
中间笔势横向伸展。

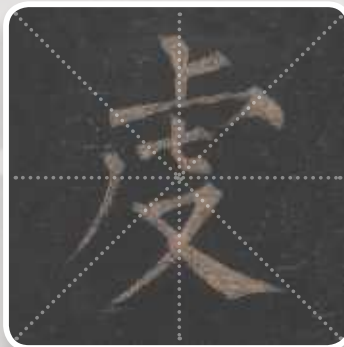


左下包右上的字：
下部的笔画舒展，上下大小协调。

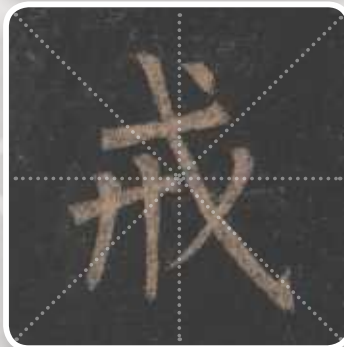
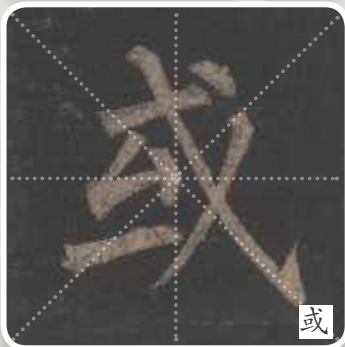




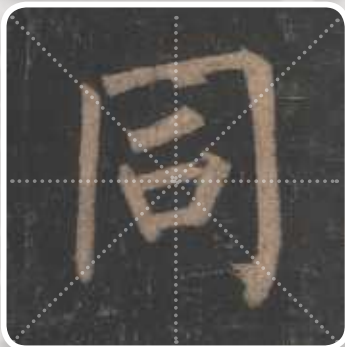
左上包右下的字：
被包部分横向笔画短，捺画舒展。



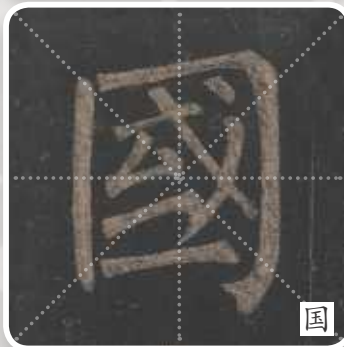
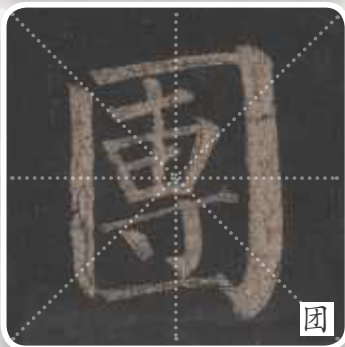
右上包左下的字：
被包的部件往右上靠近，外框右部笔画比较舒展。



三包围的字：上包下的字，外框两笔之间留一点空隙。



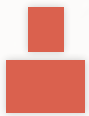
全包围的字：竖与横折起笔处留一点空隙，右边竖向内取包势。



◇ 赵 体



上宽下窄的字：
上分下合，上下
有穿插。



上窄下宽的字：
上部紧凑，下部
向两边伸展。



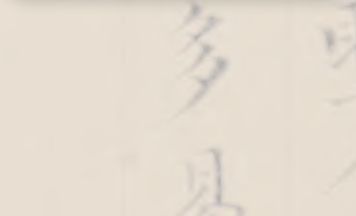
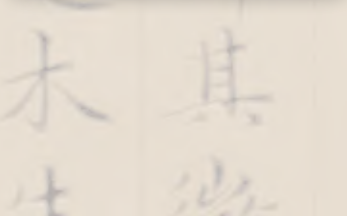
中窄上下宽的字：
横向伸展，纵向紧
凑。



中宽上下窄的字：
中间向两边伸展。



左下包右上的字：
最下部的笔画平缓
舒展，被包的部件
端庄稳健。





左上包右下的字：
外框向左下伸展。



虚



右上包左下的字：
外框右部笔画比较
舒展。



气



载



三包围的字：上包
下的字，被包的部
件偏上。



间



全包围的字：竖
与横折起笔处留
一点空隙，边竖
变化不同。



圆



图

后记

本套教材编写团队由书法界、书法教育界及语文学科教学方面的专家和优秀教师组成，书法家尉天池教授担任主编，齐昆、李亮为执行主编，主要编写人员有王伟林、吴勇、刘有林、张敬义、林虹、聂国桢、黄同诞、许晓刚、朱志明、周彦、刘军、张爱萍、张静、杜维、张仁康等，其中王伟林、聂国桢为本册教材主编。

本套教材在编写过程中得到了江苏省书法家协会李啸等专家的精心指导，南京市珠江路小学也为教材编写提供了多方面的支持和帮助，在此一并表示衷心感谢。

竭诚欢迎广大师生对本教材提出宝贵意见。

《书法练习指导》编写组



绿色印刷产品

ISBN 9 78-7-5546-8492-0



9 787534 684920

定价：7.15元