



义务教育三至六年级


SHUFA LIANXI ZHIDAO

书法 练习指导

(实验)

三年级 上册



 广东教育出版社

义务教育三至六年级

SHUFA LIANXI ZHIDAO


书法 练习指导

(实验)

三年级 上册

 广东教育出版社课程资源研发中心 组编 

主编：曹宝麟
执行主编：应中伟 吴慧平

 广东教育出版社

· 广州 ·

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·三年级·上册 / 曹宝麟主编. —广州：广东教育出版社，2015.7（2021.7重印）
ISBN 978-7-5548-0067-6

I. ①义… II. ①曹… 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280601号

主 编：曹宝麟
执行主编：应中伟 吴慧平

责任编辑：赖晓华
责任技编：姚健燕
封面设计：陈国梁
美术编辑：何 维

广东教育出版社出版
（广州市环市东路472号12-15楼）

邮政编码：510075

网址：<http://www.gjs.cn>

广东新华发行集团股份有限公司发行
广东新华印刷有限公司南海分公司印刷
（佛山市南海盐步河东中心路）

890毫米×1240毫米 16开 4印张 86 000字

2015年7月第1版 2021年7月第7次印刷

ISBN 978-7-5548-0067-6

定价：5.21元

批准文号：粤发改价格〔2017〕434号 举报电话：12315

著作权所有·请勿擅用本书制作各类出版物·违者必究

如有印装质量或内容质量问题，请与我社联系。

质量监督电话：020-87613102 邮箱：gjs-quality@nfc.com.cn

购书咨询电话：020-87772438

目

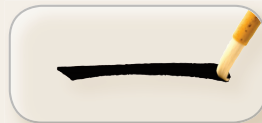
录



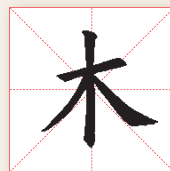
第1课 我会拿毛笔……………1



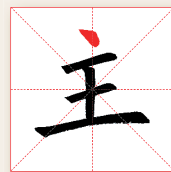
第2课 书写好习惯……………5



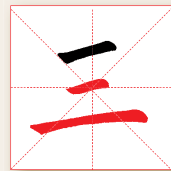
第3课 运笔有方法……………7



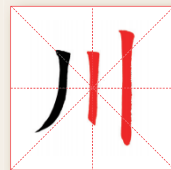
第4课 学用米字格……………11



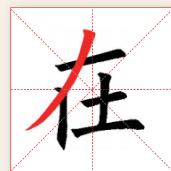
第5课 点的练习……………13



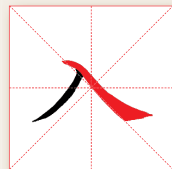
第6课 横的练习……………17



第7课 竖的练习……………21

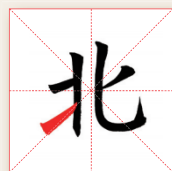


第8课 撇的练习……………25



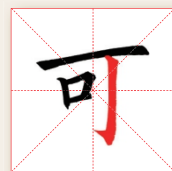
第9课

捺的练习·····29



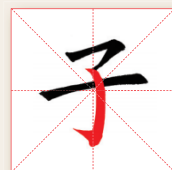
第10课

提的练习·····33



第11课

竖钩练习·····37



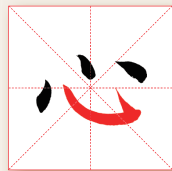
第12课

弯钩练习·····41



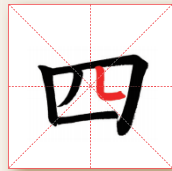
第13课

斜钩练习·····45



第14课

卧钩练习·····49



第15课

竖弯练习·····53



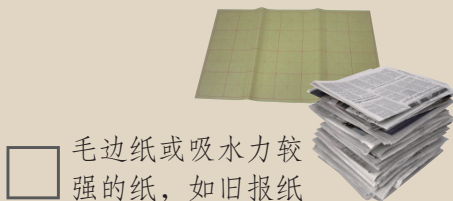
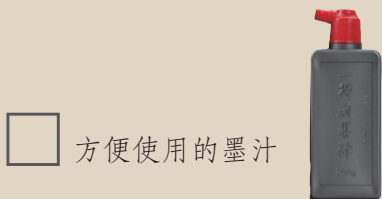
第16课

竖弯钩练习·····57

我会拿毛笔

这样做准备

从今天起，我们开始使用下面的工具学写毛笔字了。来，为你准备好的用具打个勾吧。



全新的书法课，为我们带来了“新朋友”——毛笔。轻轻地和毛笔“握握手”，认识一下这位新朋友吧。

认识新朋友



通过接触，我知道这位新朋友的“脾气”了。

- ◎ 毛笔要轻拿。
- ◎ 笔毫不要放到嘴里舔。
- ◎ _____
- ◎ _____



毛笔这样拿



执笔时，掌心如同握着一只小鸟，太紧会令其窒息，太松则容易飞走。身体的各个部位都要放松。



执笔歌

拇指食指把笔捏，
中指内勾四指格，
小指抵在四指后，
指实掌虚运笔活。



钢笔执笔姿势



坐姿



不论是坐着书写，还是站着书写，都要头正、身直、臂开、足稳。



站姿



快乐 写一写

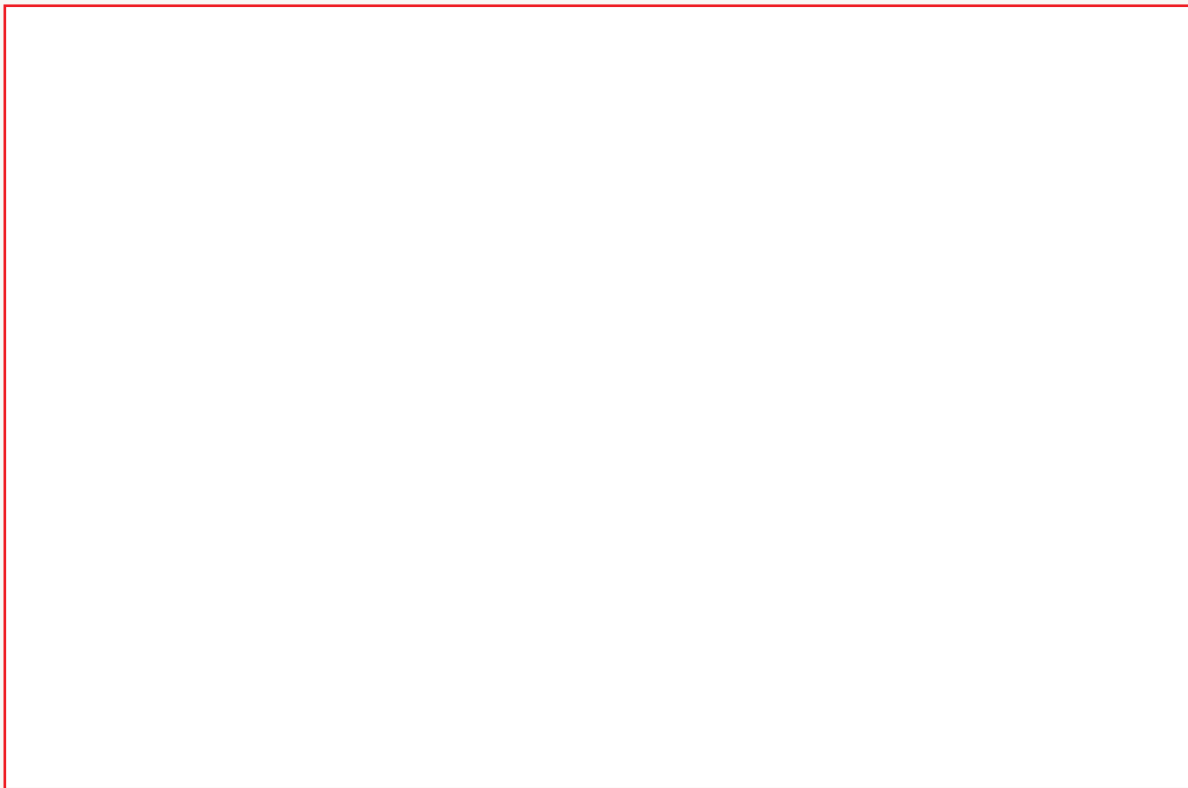
裁剪线

练习前可以先沿裁剪线剪下来。

练习区

我要在这里认真练一练。

试着用毛笔写写自己的名字，感受一下笔根、笔肚、笔尖的作用，体验一下毛笔写字的感觉吧。



评价区（从第6课开始）

评价完，还要填上日期，把每一幅习作放进“书法学习成长袋”，为自己建一份小档案。

__月__日

毛笔使用后这样做



1 及时用清水洗净笔毫中的墨汁。



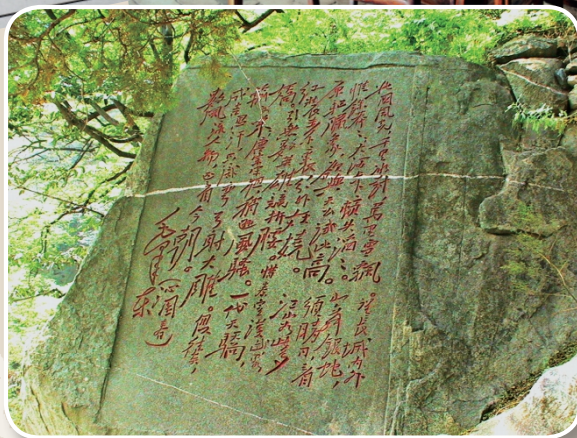
2 将水分吸干，理顺笔毫，笔毫朝上放进笔筒或挂在笔架上。



>>>报纸上的书法



>>>石头上的书法



<<<匾额上的书法



<<<屏风上的书法



书法无处不在

书写好习惯

好习惯是从细节开始培养的。每次练习前，我们都要做好充分的准备。书写时和书写后，要保持环境整洁。

好习惯“齐步走”

第一步：
整理桌面，调好笔墨。



第二步：
端正姿势，调整呼吸。



第三步：
对帖书空。



第四步：
静心书写。

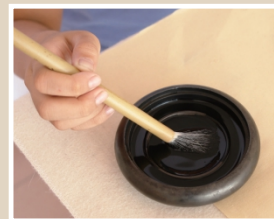


“书空”就是用手指在空中虚画字形。熟悉了字的笔画和形状，下笔时就能做到心中有数了。

蘸(zhàn)墨调笔



1 用清水浸润笔毫，然后在纸上拖干。



2 笔杆打斜，笔肚蘸足墨。



3 轻按外拖，挤出多余的墨汁，调整笔尖。

拿到新笔，可以用手轻轻地揉开笔毫，然后用清水浸润，使笔毫完全散开。





尝试画一画左边的线条，感受一下笔墨的变化。再画一画右边的线条，体会一下手腕的转动。

蘸墨少的线条



蘸墨多的线条



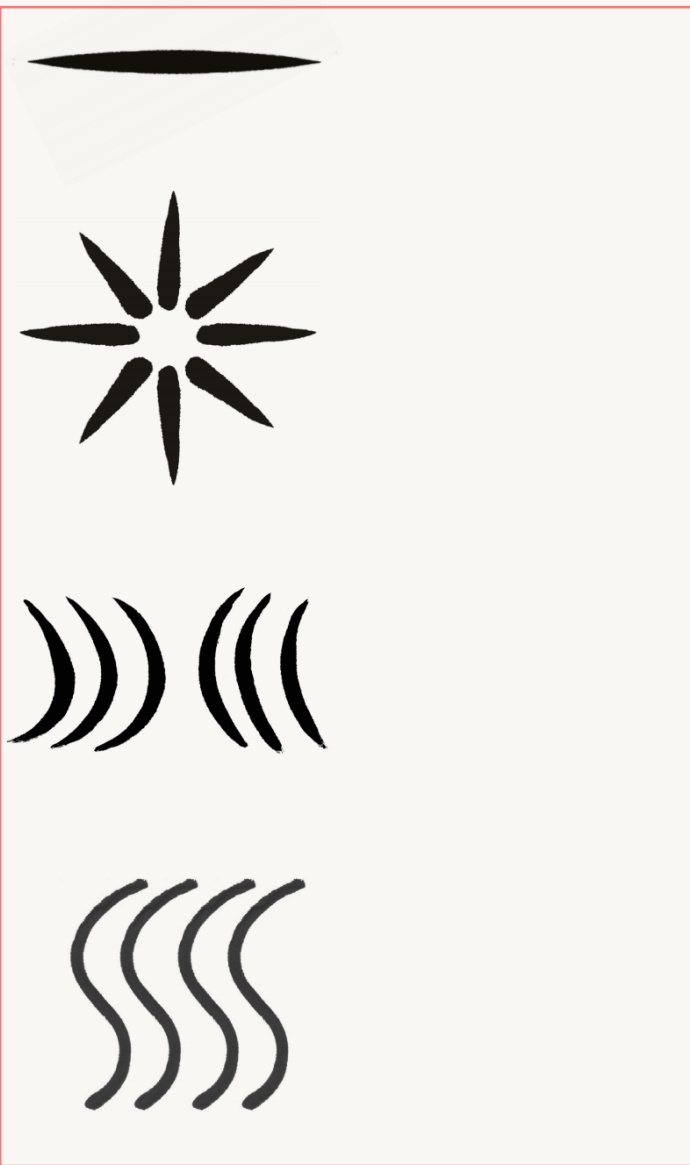
蘸墨适中的线条



细线条



粗线条



我在进步

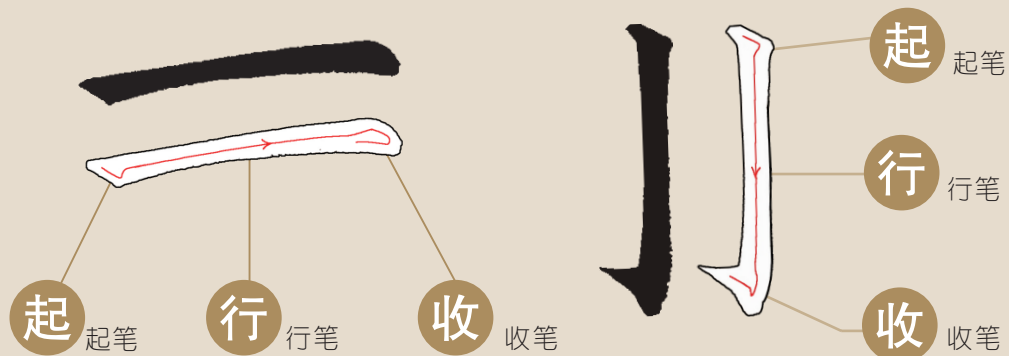
我来画一个陶罐，先用毛笔画出陶罐的轮廓，再用各种直线、弧线装饰它。通过画线条，我能够更好地掌握笔性。练习时，我会注意养成好的书写习惯，练习后会把毛笔洗净放好。



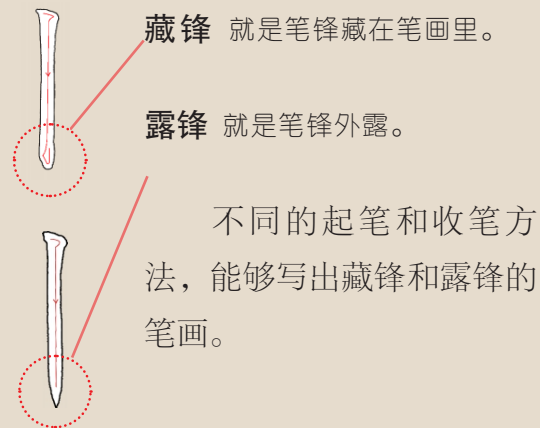
运笔有方法

初学写字时，毛笔还不太听指挥。怎样才能运用自如呢？让我们一起来学习运笔的方法，掌握好运笔方法，才能写出规范的毛笔字。

运 笔 三 步 走



所有笔画，都有“起笔”“行笔”“收笔”的运笔过程。书写时，要特别注意每一个步骤的运笔方法。



有的笔画尖，有的笔画圆，原来是运用了藏锋和露锋的运笔方法。



起笔方法

顺锋起笔



◎ 顺着行笔方向，轻轻下按，笔锋外露，笔画呈尖状。

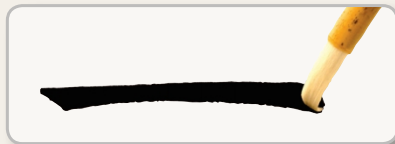
逆锋起笔



◎ 向行笔的反方向稍稍运笔，再调整笔锋，轻轻下按，然后向行笔方向运笔，笔画或方或圆。

收笔方法

回锋收笔



◎ 轻轻下按，再向行笔方向的反方向稍稍运笔，将笔锋藏在笔画里。

出锋收笔



◎ 笔锋渐渐提起，笔画呈尖状。

顺锋起笔

回锋收笔



出锋收笔

“顺锋起笔”“出锋收笔”都是露锋的用笔方法；
“逆锋起笔”“回锋收笔”都是藏锋的用笔方法。

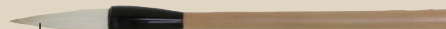


书法拓展空间

这样选毛笔

选毛笔首先要看写多大的字。我们所学的习字格为6.5 cm×6.5 cm，可以选用大楷笔。其次要看笔杆和笔毫。笔杆要直，笔毫要尖、齐、圆、健。

根据笔毫软硬不同，毛笔分为羊毫笔、狼毫笔、兼毫笔等。兼毫笔软硬适度，适合我们初学者使用。



羊毫 储墨量多，较软



狼毫 储墨量少，较硬



兼毫 用两种或以上的毫制成，储墨量适中，软硬适中



快乐 写一写

我在进步

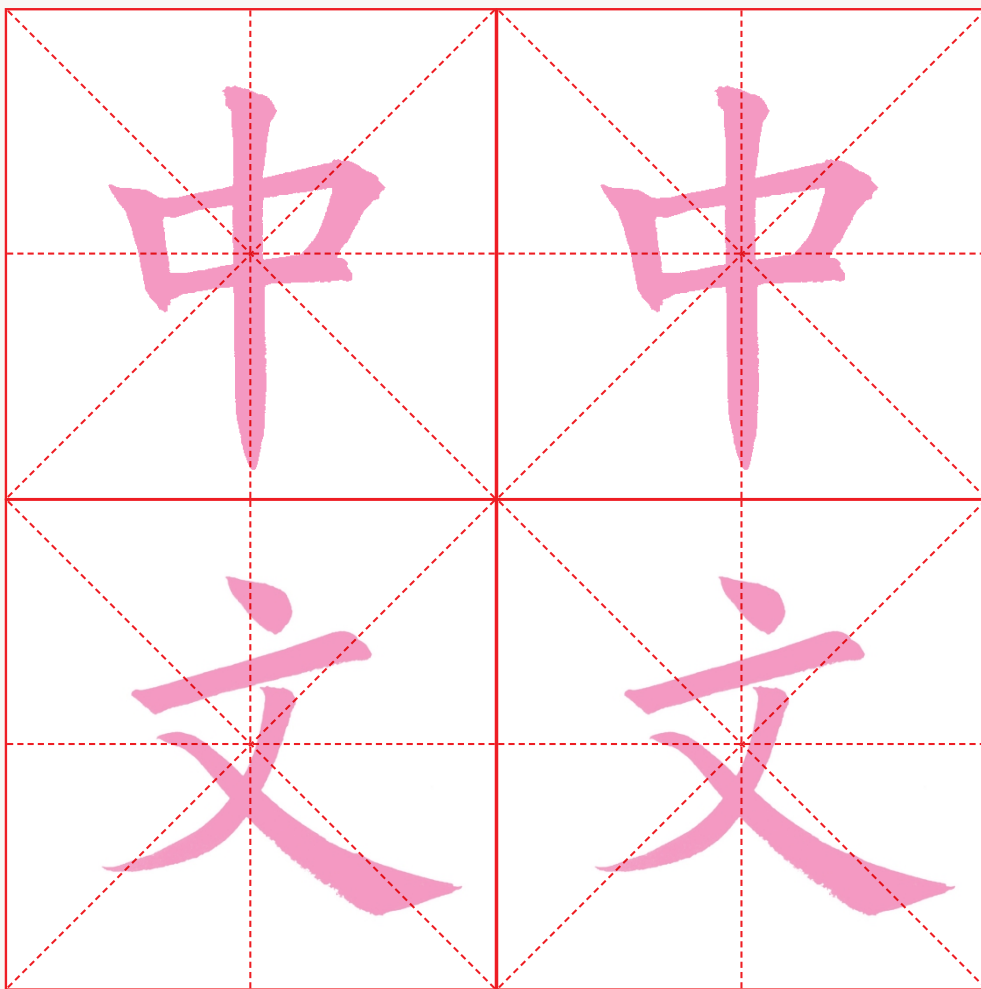
我来填填运笔过程：



藏锋和露锋我也会：



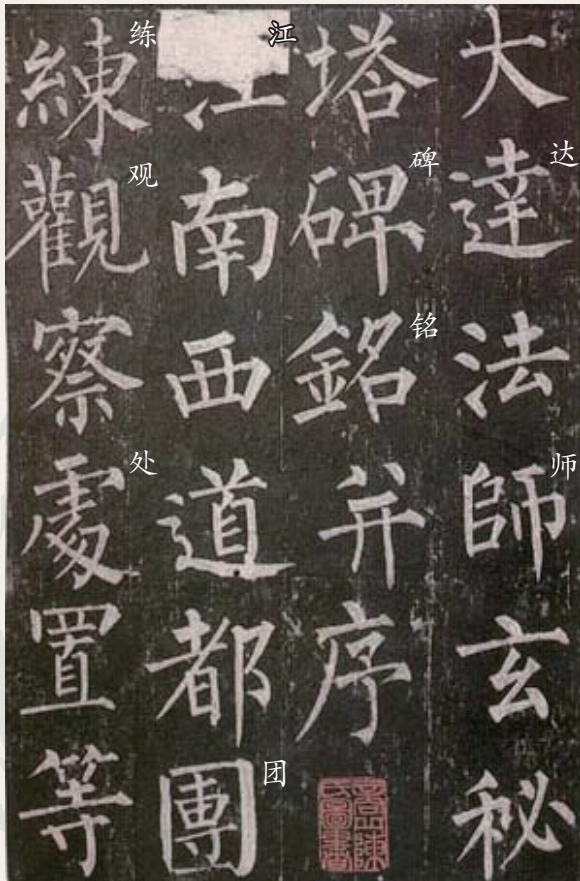
请尝试写一写“中”“文”两个字，感受字中每一个笔画的“起”“行”“收”的运笔过程，体会藏锋、露锋的用笔方法。



__月__日



书法和绘画中的藏锋和露锋



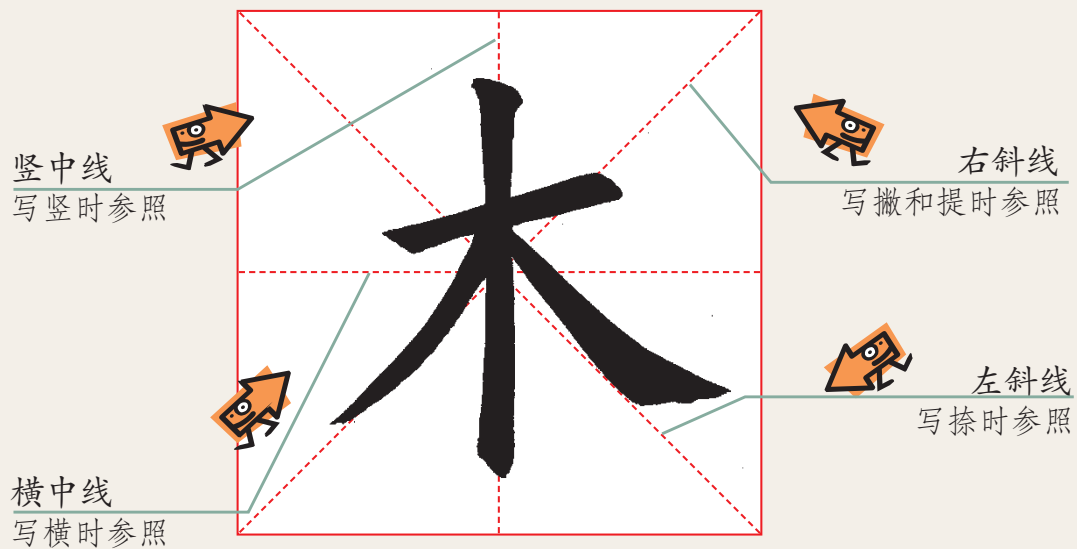
[唐] 柳公权《玄秘塔碑》(局部)



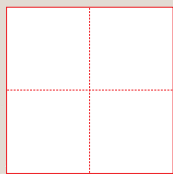
[清] 石涛《月下梅竹图》

学用米字格

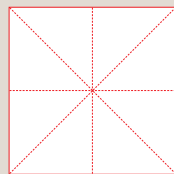
米字格，是我们学习毛笔字的好帮手。米字格将一个方格分为八个三角形，方便我们找准每一笔画的起笔、行笔、收笔位置，把字写得更规范。



我要用钢笔在田字格和米字格中各写一个“米”字，感受一下两种习字格的不同之处。



田字格



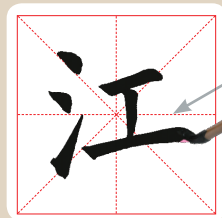
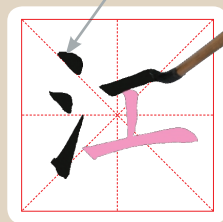
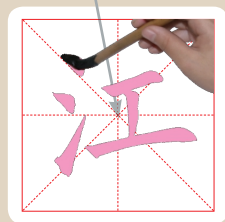
米字格

在米字格中描红

描红是传统的书法学习方法，就是在红色的范字上直接描写，每一笔都尽量覆盖范字。通过描红，可以更好地把握字的笔画形状和结构特点。

注意字的中心
一般在米字格
的中心

观察笔画在米
字格中的起
笔、落笔位置



每一笔画都要
一笔写成，不
能反复修补

描红时，我要注
意不出边，不露边。

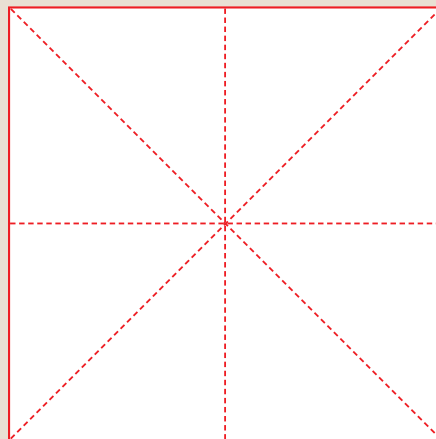




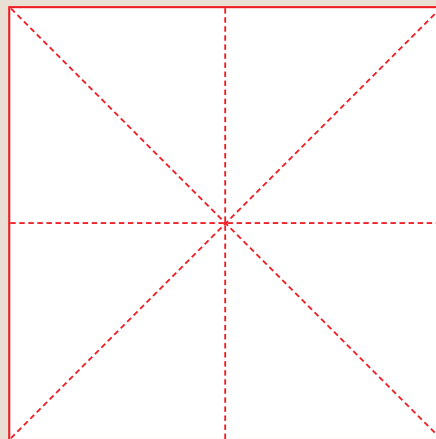
我的时间格子

今天，我要在下边的米字格里写一个自己喜欢的字；学期结束时再写下同样的字，看看自己的进步有多大。

今天的字迹



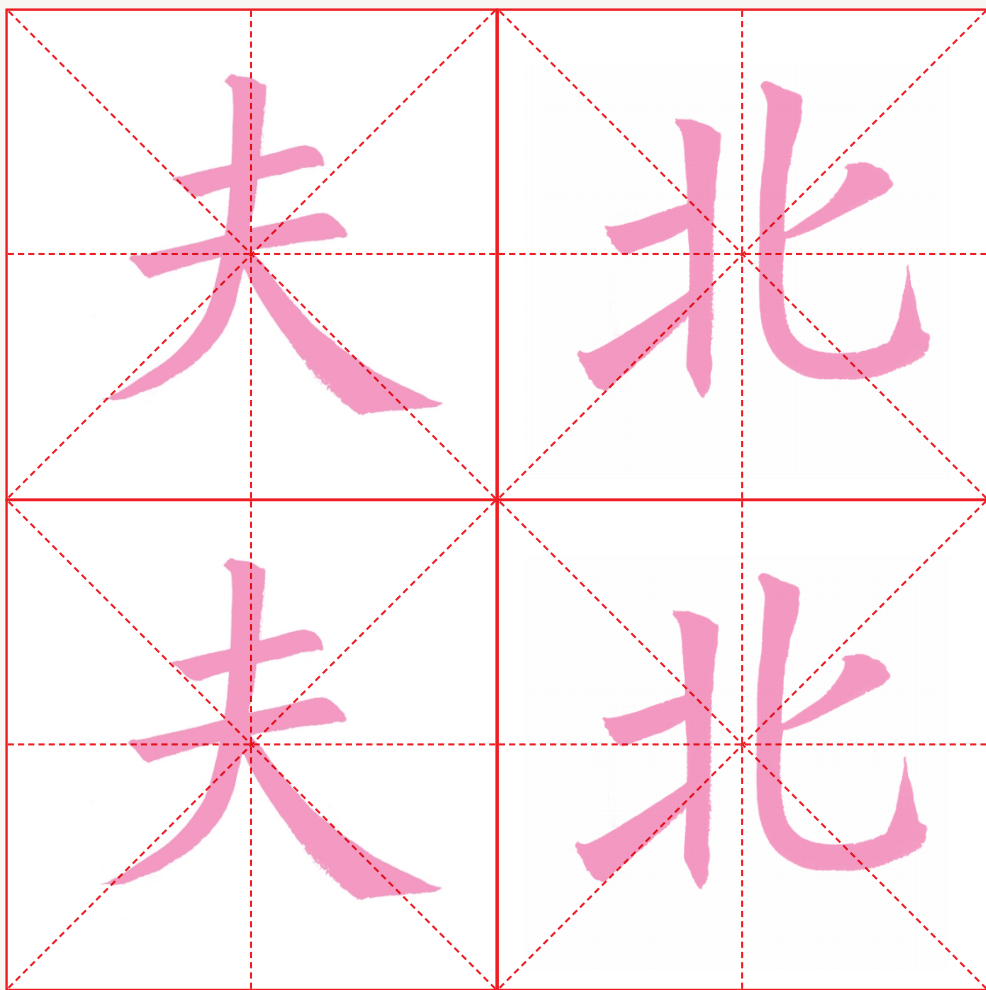
学期末的字迹



__月__日



在下面的米字格里找找横中线、竖中线、左斜线、右斜线，想想它们的作用，再尝试描红范字。



汉字与书法

汉字是世界上历史最悠久的文字之一。汉字书法是汉字书写的艺术，它传承着灿烂的中华文化。



金文



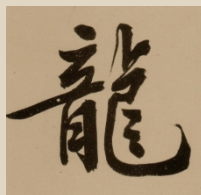
隶书



楷书(颜真卿)



草书(张旭)

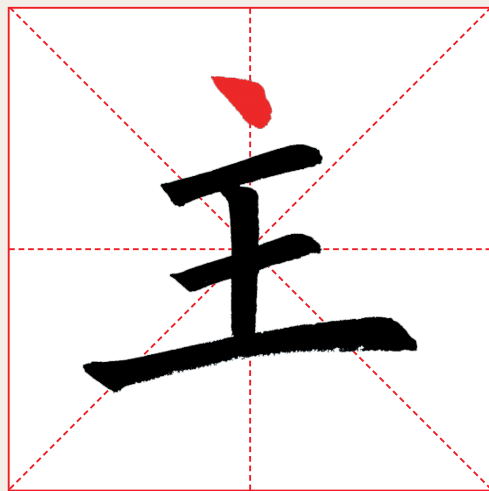


行书(文徵明)

“龙”字各种字体的写法



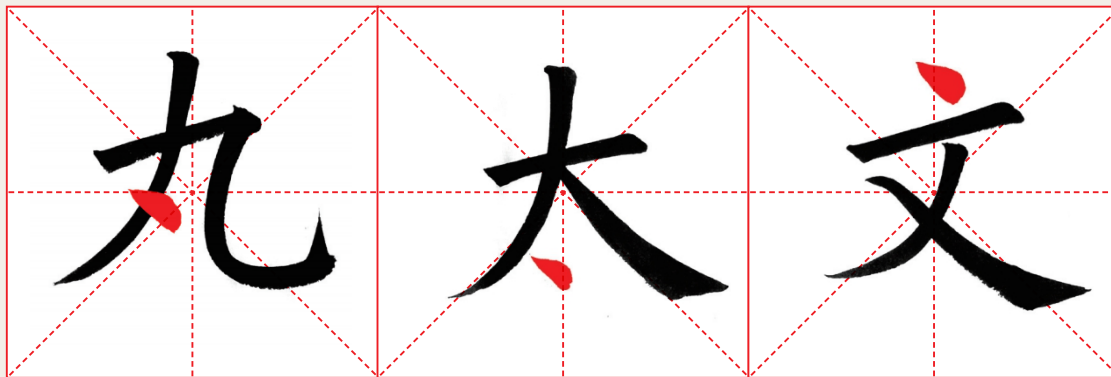
我来想一想



“主”字的点，让我想起小鸟侧着身子飞落的样子。你想到了什么？

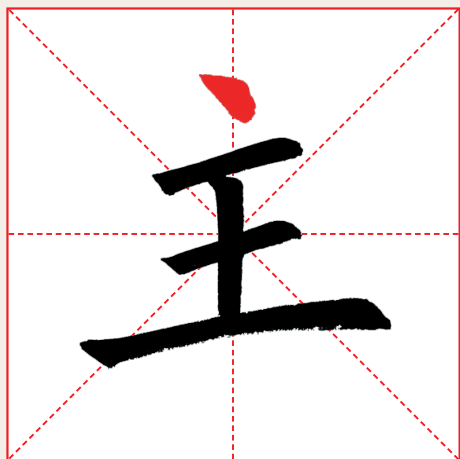


点是汉字中最小的笔画，但它往往能起到画龙点睛的作用。





跟着练一练



写点的时候，要注意入笔的方向，起笔要轻。

点

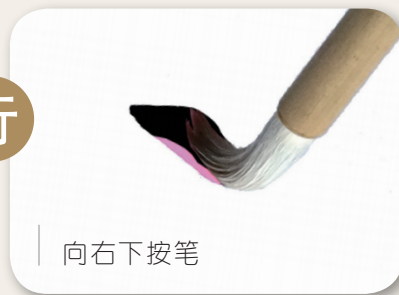


起



下笔后稍顿

行



向右下按笔

收



向左上提笔回锋

你知道吗？

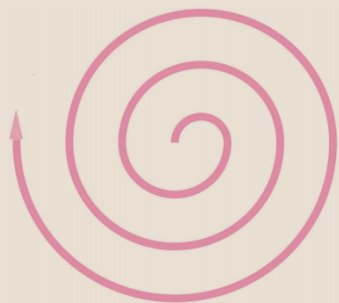
- 点的背部要圆，腹部呈直线。
- “王”字中的点呈45°角。



快乐 写一写

我在进步

练习之前，我先来画画年轮，熟悉一下毛笔。



顺时针方向



逆时针方向



收

藏

夾

经典碑帖

興^兴流注千福清
 有方舟又見^见寶^宝
 下久之^之乃滅^灭即
 也寺内淨^净人名
 其地復^复見^见燈^灯光
 近尋^寻即滅^灭竊^窃以
 法性舟泛^泛表^于於

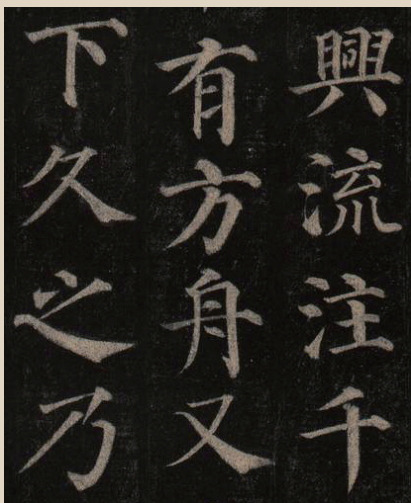
〔唐〕颜真卿《多宝塔碑》（局部）

横的练习

认识楷书

楷书是汉字字体之一，也称为正楷、正书。楷书形体方正，笔画平直，易写易认，是练字的楷模。

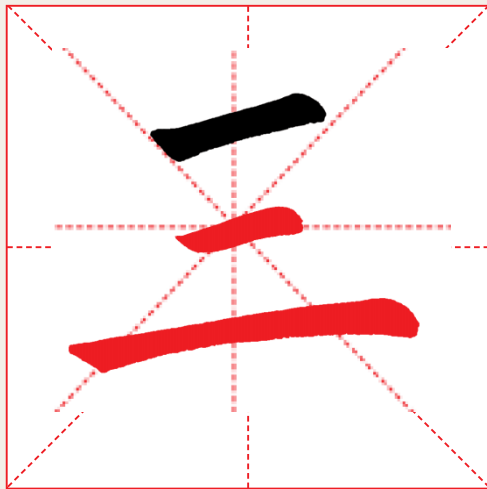
历史上写楷书最著名的书法家有欧阳询、颜真卿、柳公权、赵孟頫等。他们的楷书都自成一家，被称为欧体、颜体、柳体、赵体等。



〔唐〕颜真卿《多宝塔碑》（局部）



我来想一想



〔唐〕颜真卿



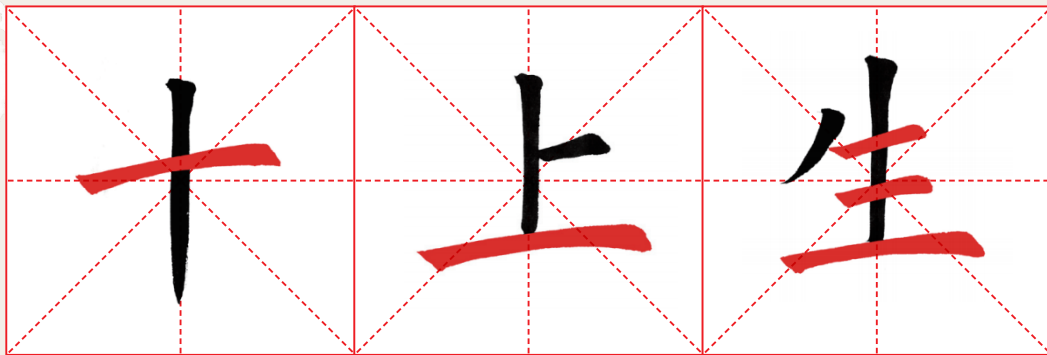
〔唐〕柳公权

“三”字由三横组成，虽然很简单，但每一笔都稍有不同，又很有力量。



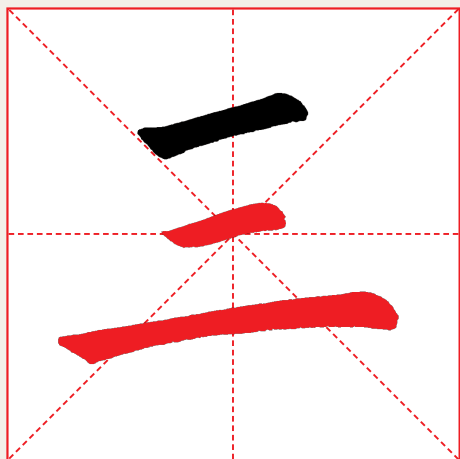
横是汉字的基本笔画之一，在字中常常起到横梁的作用。

横画的长短好像也有不同。





跟着练一练



长横

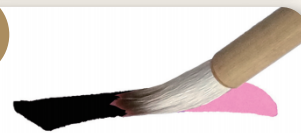


起



下笔轻按

行

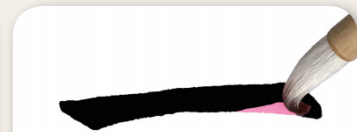


调整笔锋，向右行笔

收



向右上轻提



按笔，回锋收笔

你知道吗？

- 利用米字格的横中线，可以找准横的位置。
- “横平竖直”的“横平”，不是指横画要写得水平，而是指要写得平稳。



短横

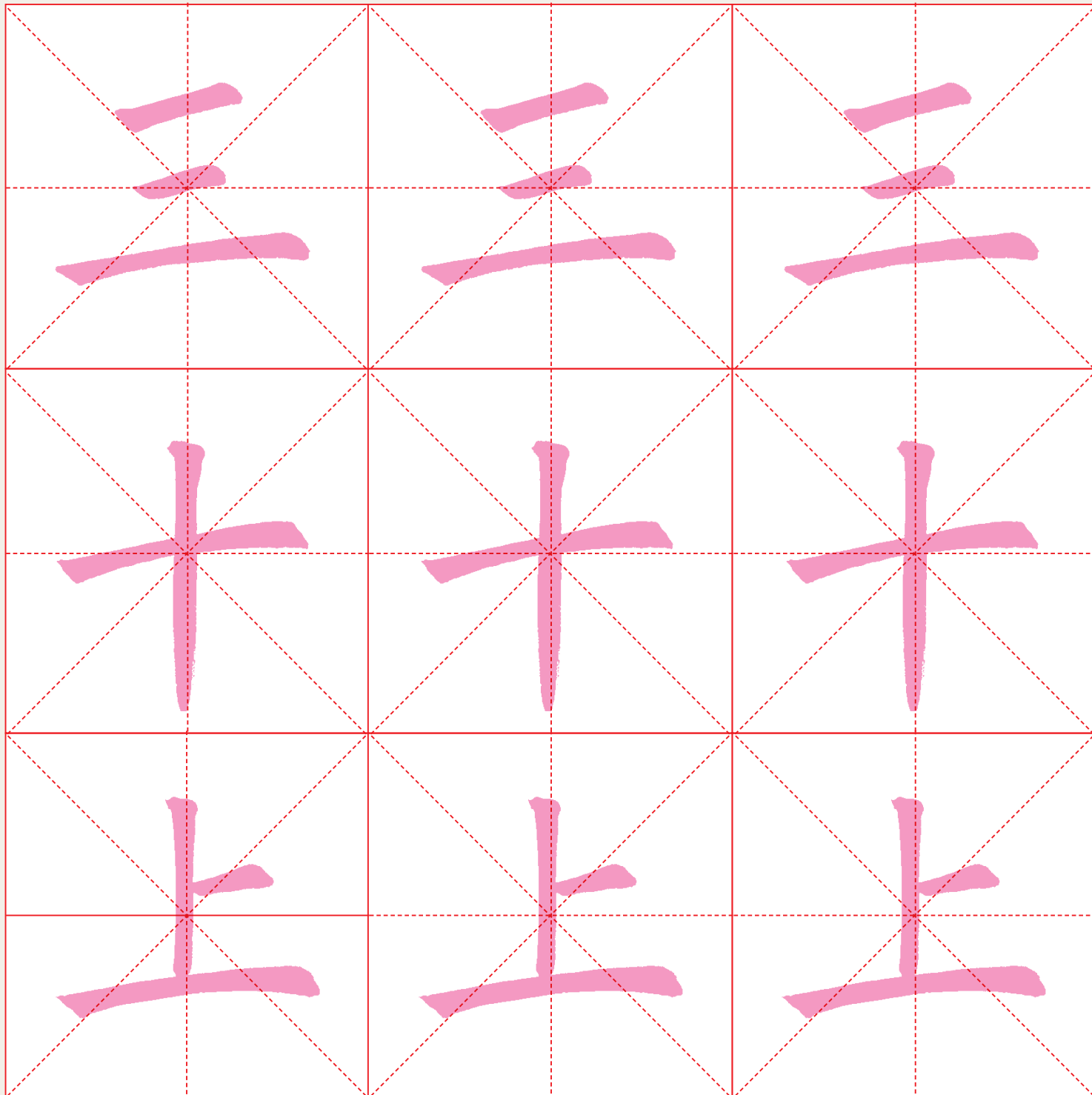
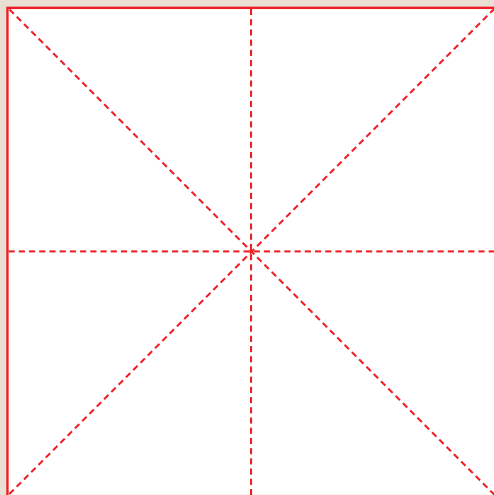
短横起笔时用力较轻，行笔、收笔同长横。



快乐 写一写

我在进步

在米字格中写“三”字和写“二”字有什么不同呢？我来写个“二”字试一试。

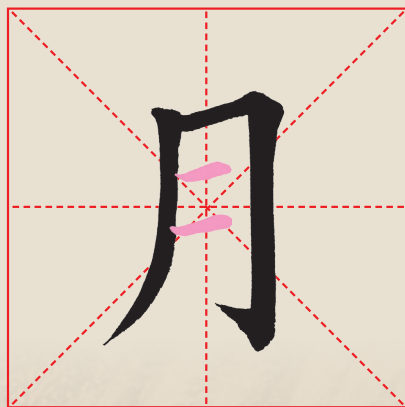
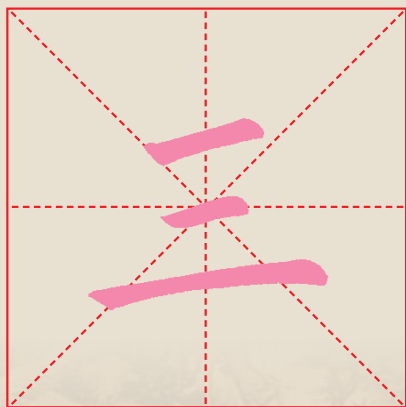


收

藏

夹

读一读
描一描



三月春浓，芍药丛中蝴蝶舞。

——《声律启蒙》

圈 圈 点 点

三 ○ ○ ○
十 ○ ○ ○
上 ○ ○ ○

点墨标准：

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错！



写得满意的字：

需要改进的字：

我的收获：

__月__日

竖的练习

仓颉造字的传说

传说远古的仓颉有四只眼睛，很善于观察天地万物的特征，描摹绘写，创造出了文字。

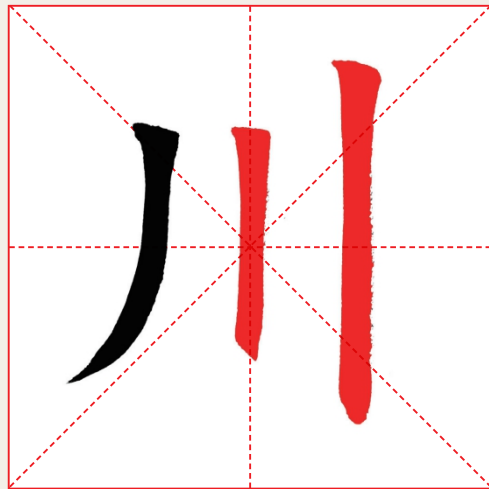
当然，这是一个美丽的传说，文字不可能是仓颉一个人创造的，而是中华民族集体智慧的结晶。



仓颉像



我来想一想

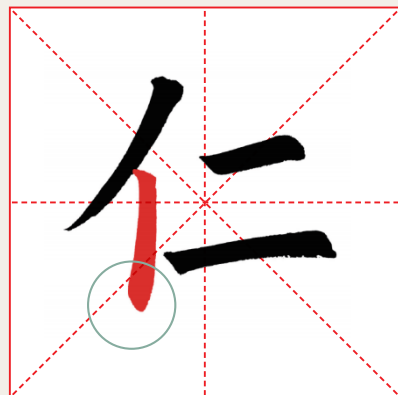
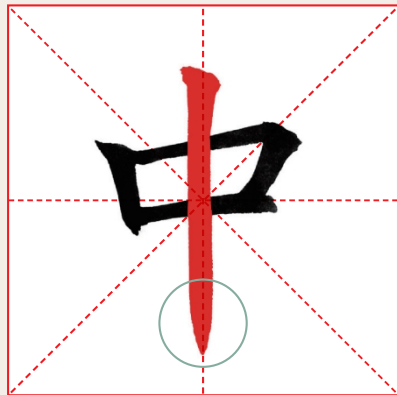


参天大树挺拔直立，我们在写竖画的时候，也要写出这种感觉。



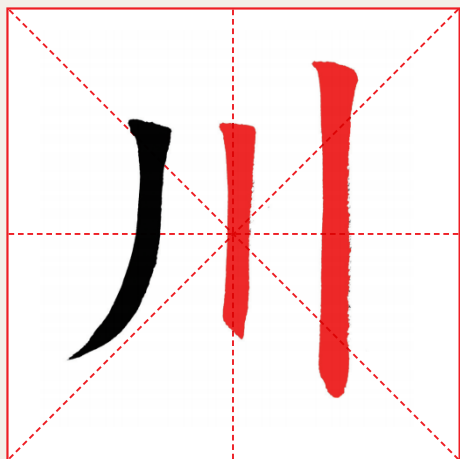
楷书中常见的竖画，在字中常起到柱子的作用。

这两个字中的竖，末端很不一样。





跟着练一练



收尾较圆的竖画是垂露竖，收尾尖的竖画是悬针竖。

垂露竖



起



下笔轻按

行



调整笔锋，
向下行笔

收



向左轻提



右下顿笔，
回锋收笔

你知道吗？

- 利用米字格的竖中线，找准竖的位置。
- 垂露竖和悬针竖的区别在于笔画尾部是否回锋。

悬针竖



悬针竖起笔、行笔同垂露竖，收笔时慢慢提笔出锋。



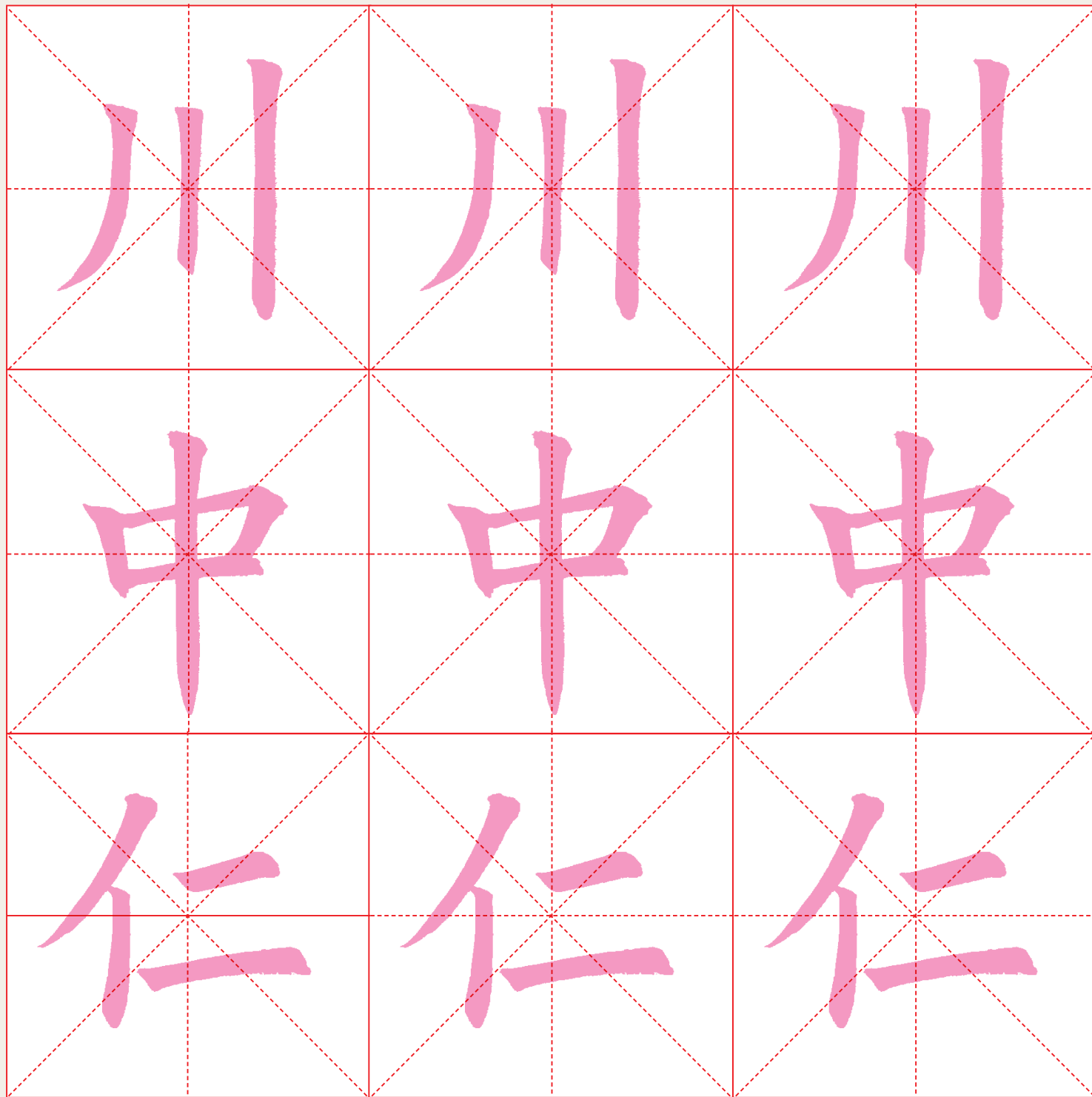
快乐 写一写

我在进步

练习了“川”字，我想知道它最初的形状。原来，远古的“川”字就像弯曲的河流。我来画一下。



甲骨文的“川”字



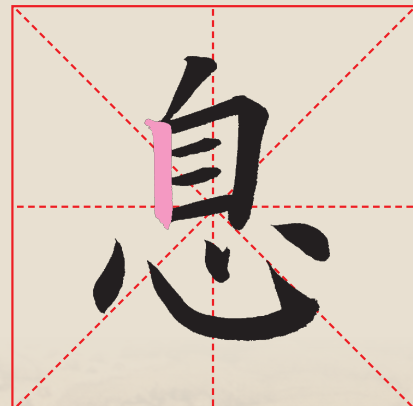
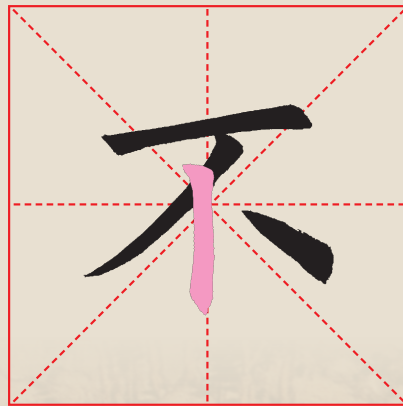
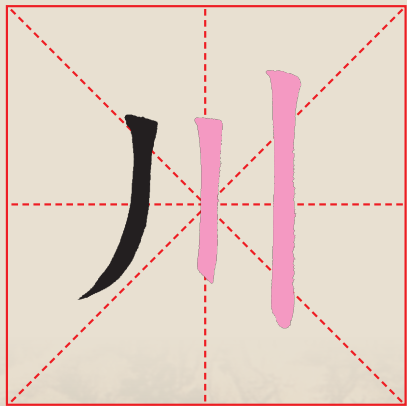
收

藏

夹



读一读
描一描



川流不息，渊澄取映。

——《千字文》

圈 圈 点 点

川 ○○○
中 ○○○
仁 ○○○

点墨标准:

需要加倍努力。

还有进步空间。

写得真不错!



写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

__月__日

文房四宝



文房四宝

笔、墨、纸、砚是旧时文人书房中必备的书写工具，被称为“文房四宝”。湖笔、徽墨、宣纸、端砚是文房四宝中的上品。

文房四宝常伴文人左右，就像朋友一样。宋代诗人陆游曾经赋诗“水复山重客到稀，文房四士独相依”，表达的就是这种对笔墨纸砚的独特情感。



我来想一想



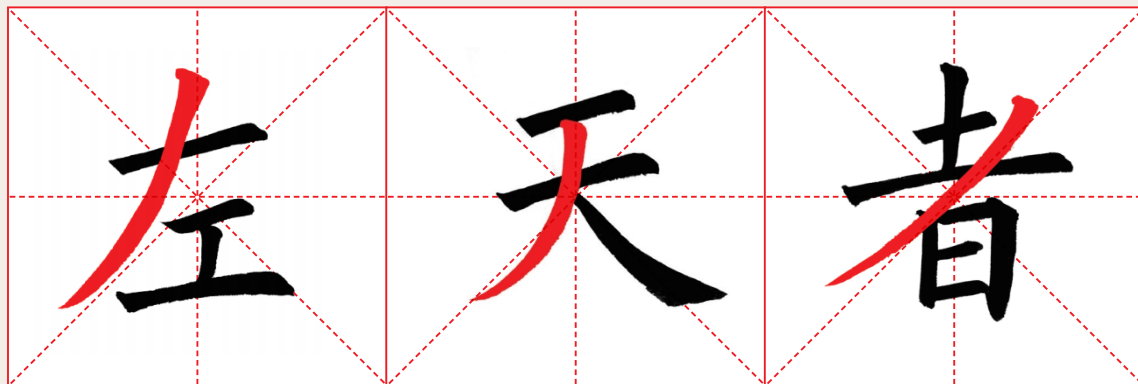
撇的练习



象牙修长优美，又充满力量。我来和“在”字中的撇比一比。



长长的撇，在字中往往起到支撑的作用。



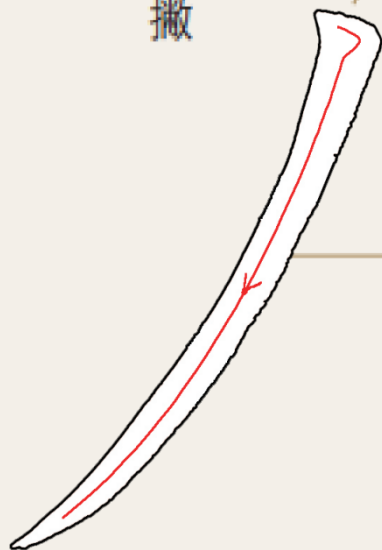


跟着练一练



撇画要写得劲挺舒展，且有一定的弧度。

撇



起



下笔轻按

行



调整笔锋向左下行笔

收



边行边提，出锋

你知道吗？

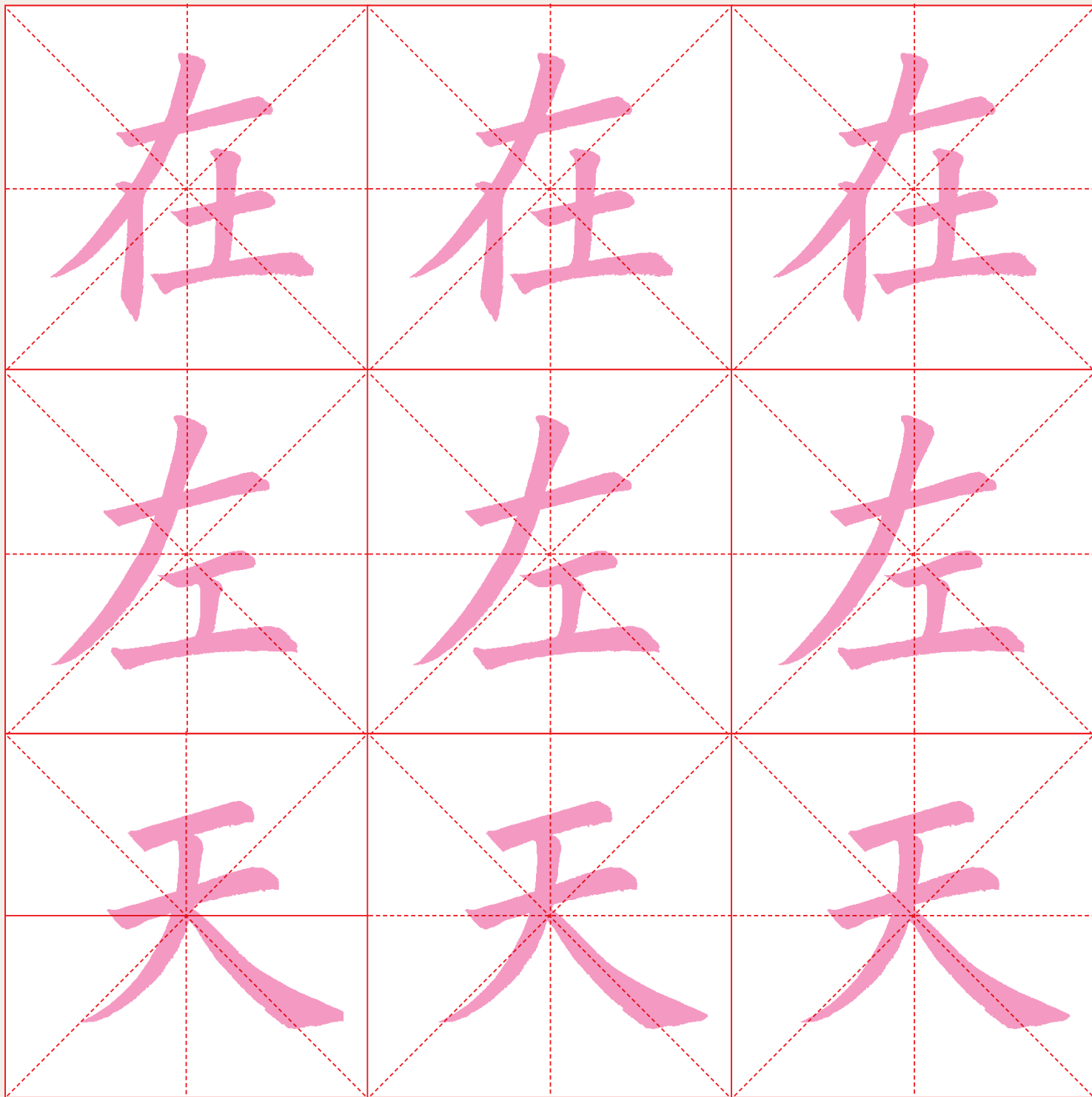
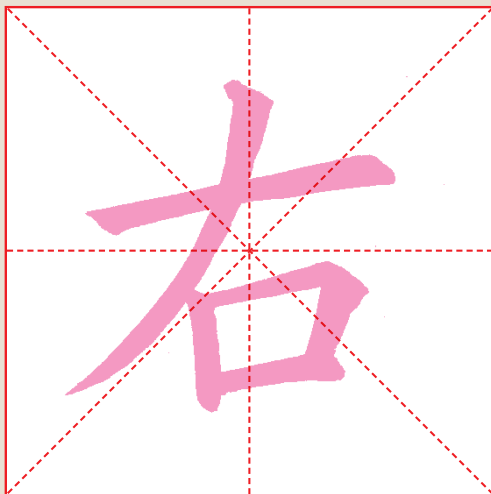
- 仔细观察笔画的形状和位置，再用心去写。
- 撇不管长短，都是逐渐由粗变细，最后出锋。



快乐 写一写

我在进步

练习了“左”字，我想写一写“右”字。



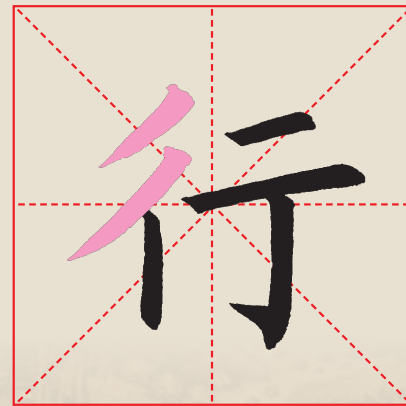
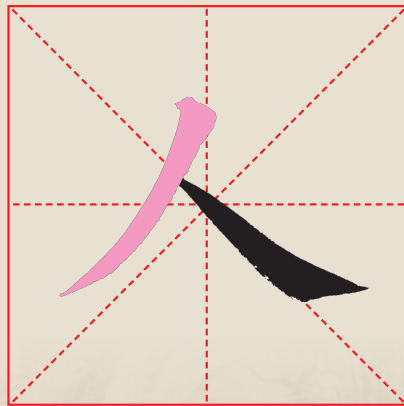
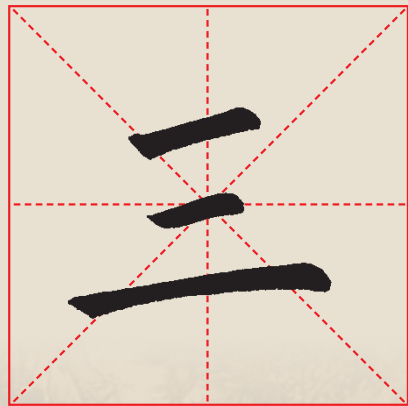
收

藏

夹



读一读
描一描



三人行，必有我师焉。

——《论语》

圈 圈 点 点

在 ○○○
左 ○○○
天 ○○○

点墨标准:

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错!



写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

__月__日

捺的练习



我来想一想

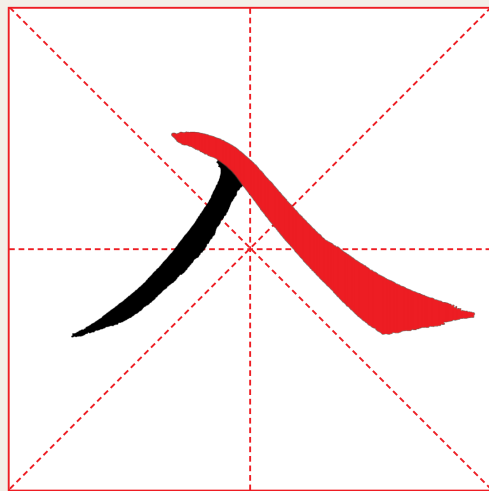
大楷、中楷、小楷

楷书按照大小可以分为大楷、中楷和小楷。一般把5厘米及以上的楷书统称为大楷。我们现在所练习的范字为大楷。

书写大小不同的字，执笔的位置也要相应地调整。写5厘米大小的字，执笔位置一般在笔杆下部十分之三的位置。



十分之三的执笔位置 →



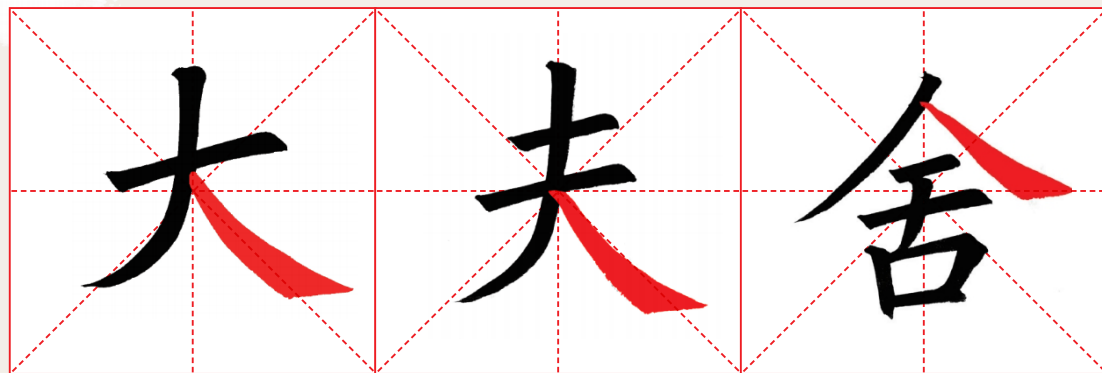
撇与捺的方向相反，撇向左，捺向右。



山中瀑布，奔泻而下。我在写捺时也要找找这种感觉。

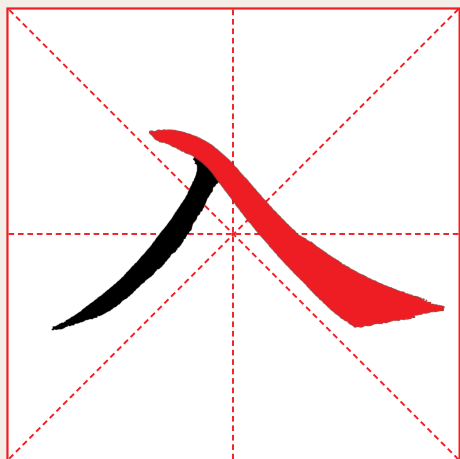


楷书中的捺如“奔浪雷崩”，气势雄浑。





跟着练一练



捺



捺画书写时要注意头轻、尾尖、捺脚重。

起



下笔轻按，向右稍行

行



顺势向右下行笔，边行边按

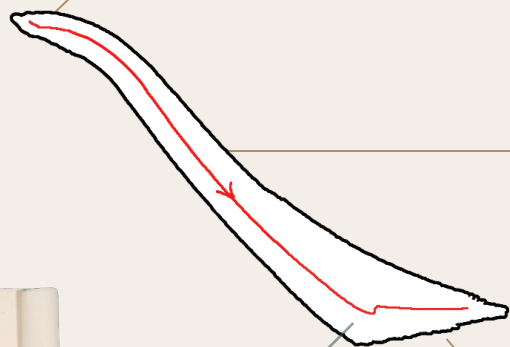
收



在捺脚处稍停留，调整笔锋，向右行笔



边行边提，出锋



捺脚

你知道吗？

- 收笔时水平出锋。
- 留意字中撇与捺的夹角。



快乐 写一写

我在进步

我想在背面试试，写大小不同的字是怎样的感觉。我要提醒自己，执笔位置要适当调整。



圈 圈 点 点

入 ○○○

大 ○○○

夫 ○○○

点墨标准:

需要加倍努力。 ●○○

还有进步空间。 ●●○

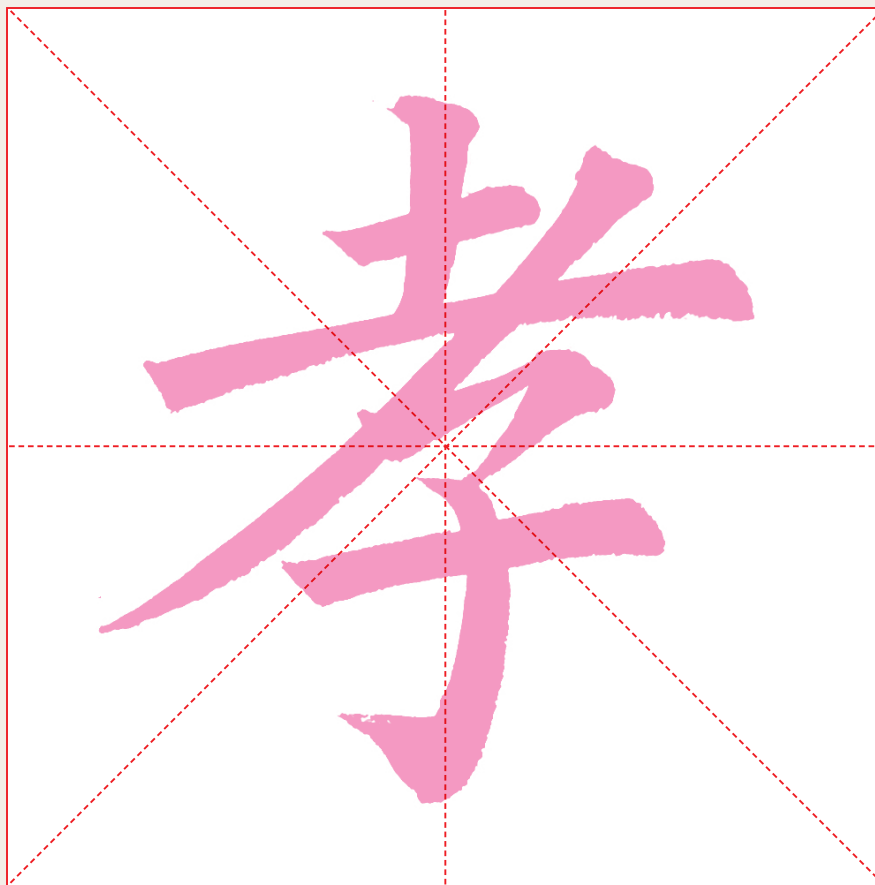
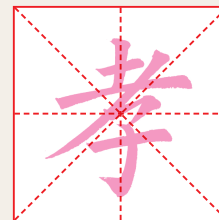
写得真不错! ●●●

写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

__月__日



提的练习

敬惜字纸



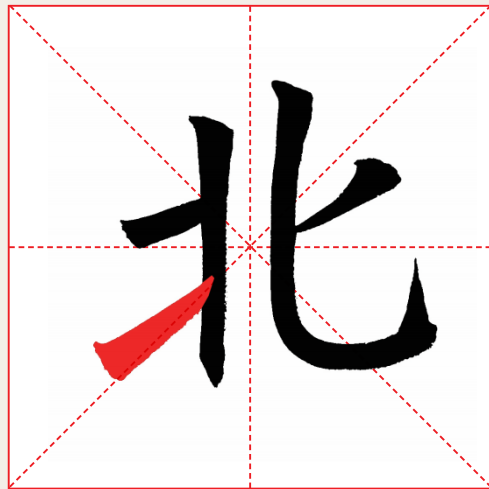
字冢

古人对写有文字的纸张非常爱惜，即使不能再用，也不随意丢弃，有时还以庄重的仪式将其掩埋，我们现在还能发现一些“字冢”。

敬惜字纸，体现了中华民族对文字的敬畏，对文化的尊崇。我们在习字时，也要抱有这种敬惜之心，提笔时专心致志，认真写好每一笔每一画，珍惜每一张纸。



我来想一想



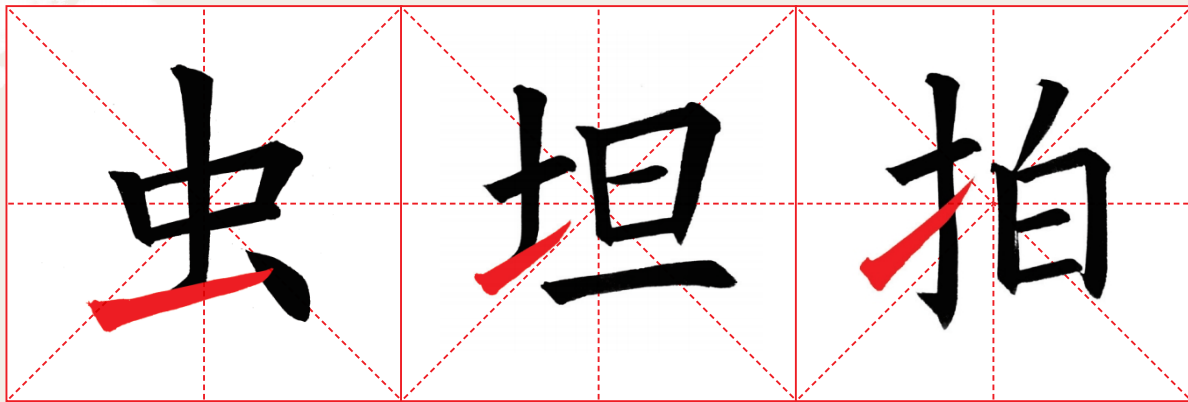
翠鸟上扬的嘴巴，让我想到了“北”字中的提。



在这些字中，提的角度和长短都不同。

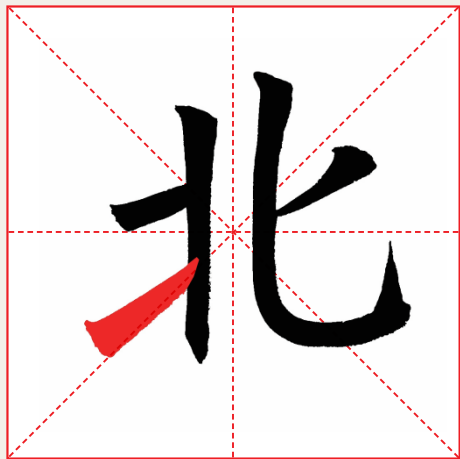


楷书中的提又称“挑”，可分为平提和斜提两种。



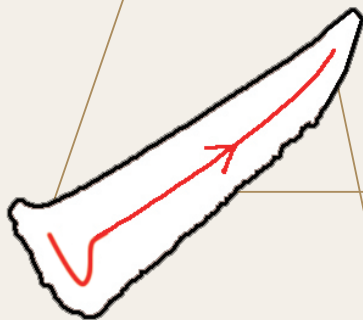


跟着练一练

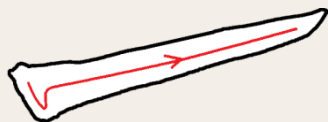


书写提画时，注意起笔要重，收笔要尖。斜提出锋稍快，平提出锋稍慢。

斜提



平提



平提的运笔方法和斜提相同，但角度比斜提稍小。

起



下笔轻按

行



调整笔锋，向右上行笔，边行边提

收



提笔出锋

你知道吗？

■ 下笔前先书空，用心体会运笔的方向与角度。

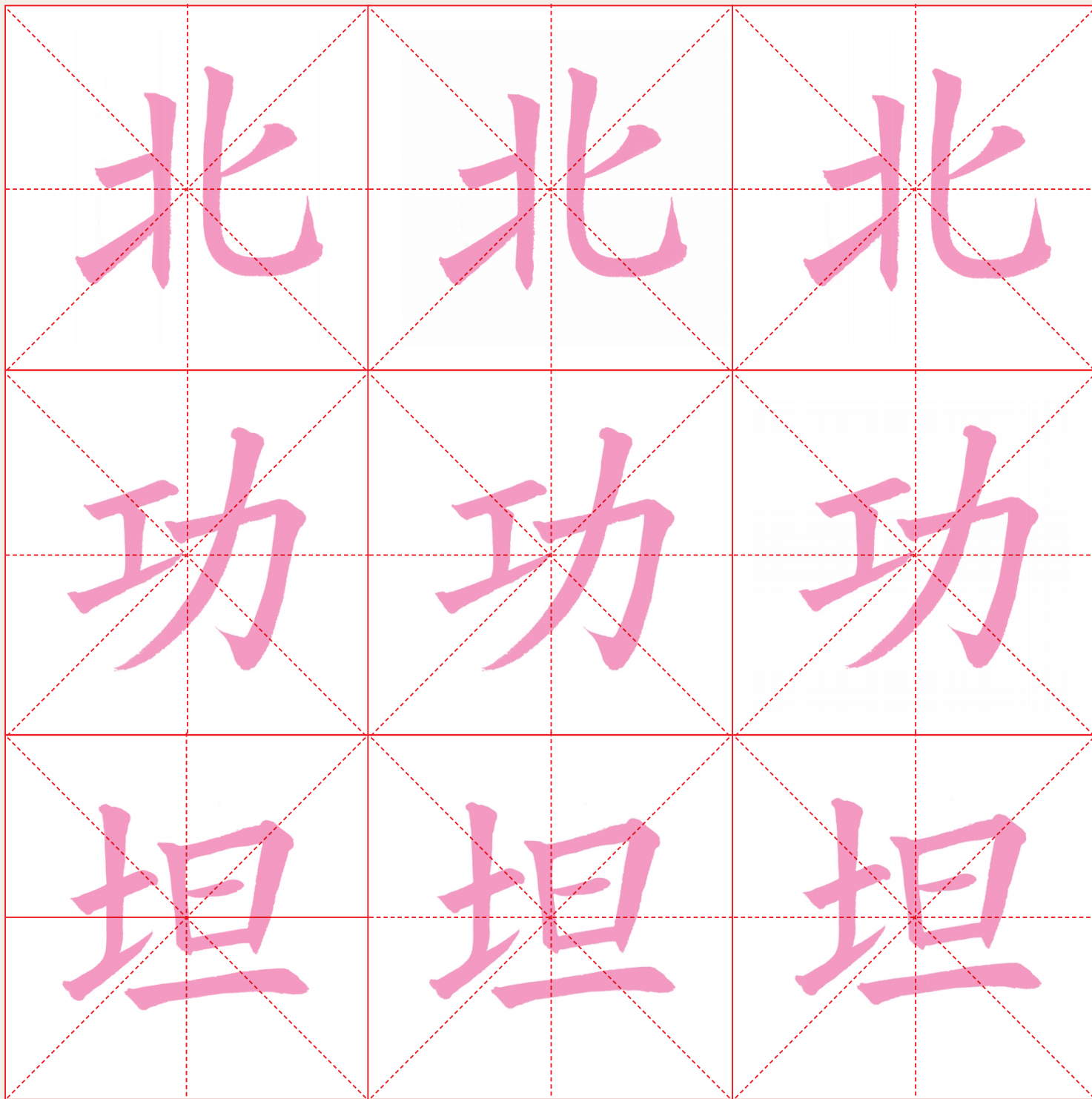
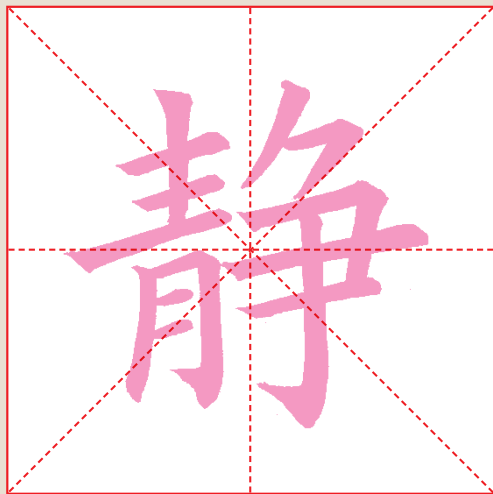
■ 斜提自左下向右上行笔，略有弧度。



快乐 写一写

我在进步

练习之前，我要先来描一描“静”字，让自己静下心来。





墨迹收藏夹

让我们给自己做一个“墨迹收藏夹”，把每课堂的习作收集起来，和同学一起分享进步吧！

自制收藏夹或成长袋



和同学分享进步



平时注意收集墨迹



圈 圈 点 点

北 ○○○

功 ○○○

坦 ○○○

点墨标准：

需要加倍努力。 ●○○

还有进步空间。 ●●○

写得真不错！ ●●●

写得满意的字：

需要改进的字：

我的收获：

__月__日

净手清心



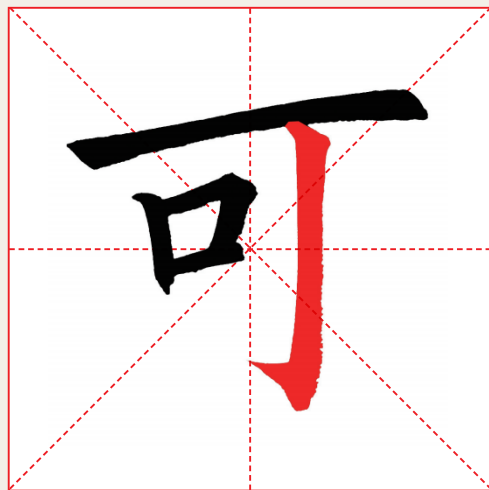
欣赏书画作品前要洗净双手

东晋时期的武将桓玄非常爱惜自己收藏的字画。有一次，他招呼客人吃“寒具”（一种油炸点心）。客人一边吃一边看字画，不小心弄脏了字画。桓玄懊恼不已。从此以后，每当向别人展示自己收藏的作品时，桓玄都要求别人先洗手，并撤去“寒具”。

我们在欣赏书画时，也要注意清洁卫生，静心欣赏。



我来想一想



竖钩练习

“可”字中竖钩的竖画又长又直，钩画蓄势而出，充满力量。你感受到了吗？



[唐] 颜真卿

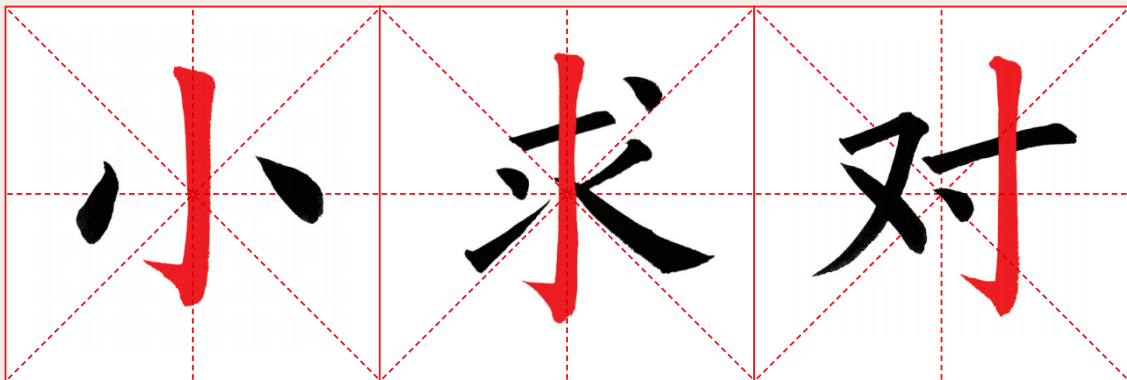


[唐] 柳公权



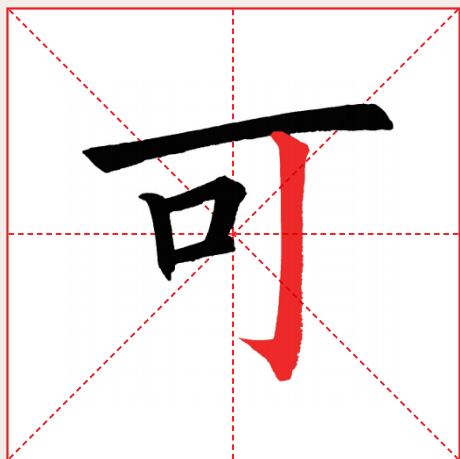
钩是汉字基本笔画的一种，包括竖钩、弯钩等。

钩画出锋要有力。



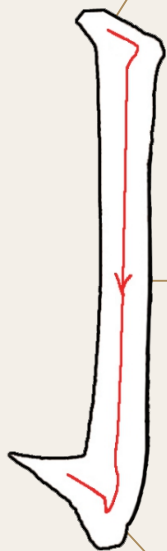


跟着练一练



竖钩中的竖画支撑着整个字，钩画短促有力。

竖钩



起



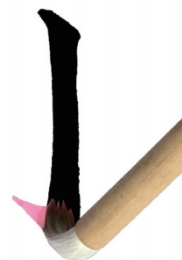
下笔轻按

行



调整笔锋向下行笔

收



至竖画末尾处轻顿



调整笔锋，出锋

你知道吗？

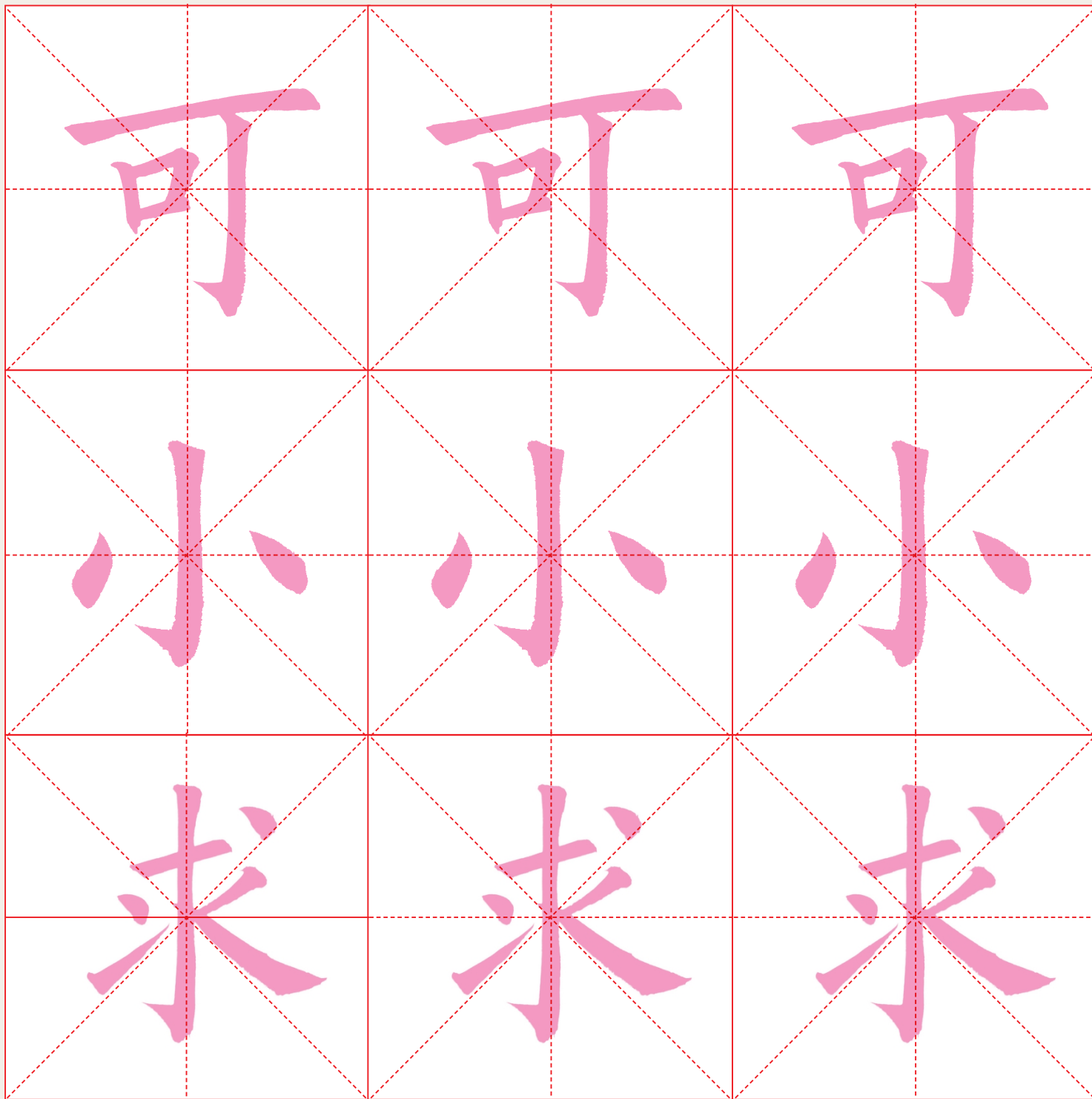
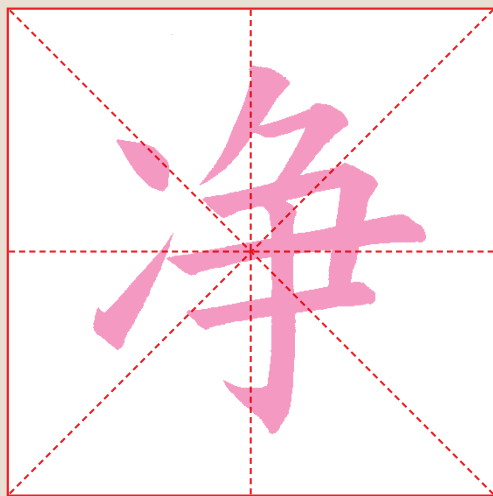
- 竖钩出锋的地方最难写，出钩时钩锋不要太长。
- 钩部一般呈三角形。



快乐 写一写

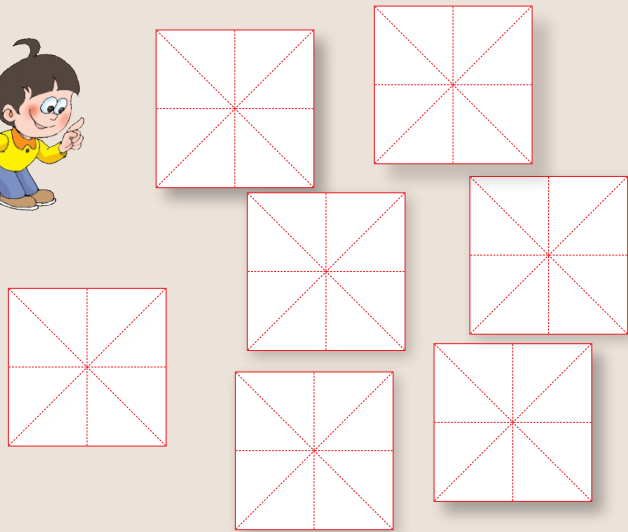
我在进步

练习了竖钩，我来利用米字格写一写“干净”的“净”字，提醒自己每次练习完，都要保持环境干净整洁。



温故知新 (一)

通过学习，我们已经掌握了汉字的七种基本笔画，让我们回忆一下它们的写法，用钢笔写在下面的格子里。



交流

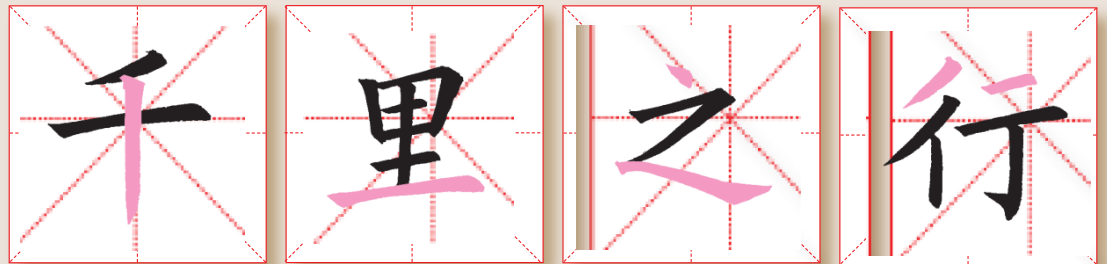
◎我知道以上笔画起笔的相似之处：

◎我发现横就是点的延伸。我还发现：



拓展

下面的字中，标红笔画的收笔方法有什么不同？试着连一连。

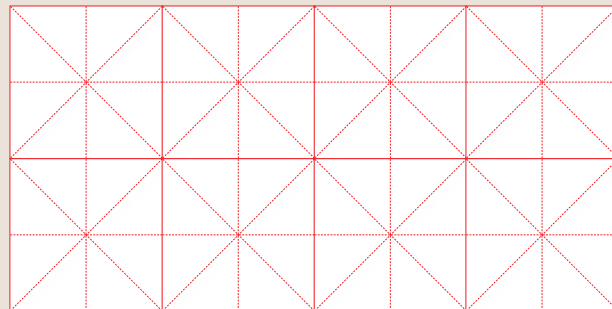


出锋收笔

回锋收笔

千里之行，始于足下。

——《老子》



钢笔和毛笔的书写方法大致相通，我来用钢笔写写老子的这句名言，体会一下钢笔用笔与毛笔的相通之处。



蒙恬造笔的传说



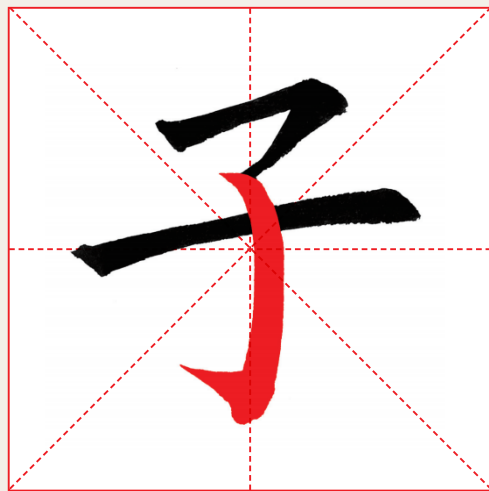
兔毛制成的紫毫笔

传说有一天，秦朝的名将蒙恬看见兔子的尾巴在地上拖动留下的痕迹，就像字的笔画一样。蒙恬内心一动，心想，兔毛能不能用来制作笔呢？

蒙恬立刻找来兔毛，插在竹管上，试着写字。经过不断改进和尝试，用兔毛笔写出的字来果然饱满流畅。从此，使用兔毛做毛笔就流传开来了。



我来想一想

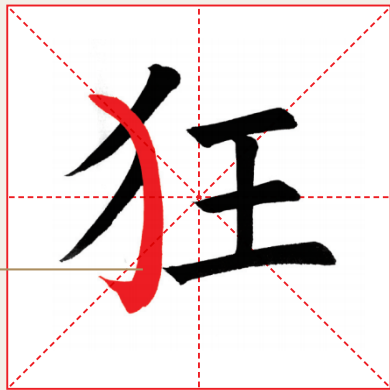


“子”字的弯钩让我想到拉满的弓，充满力量。

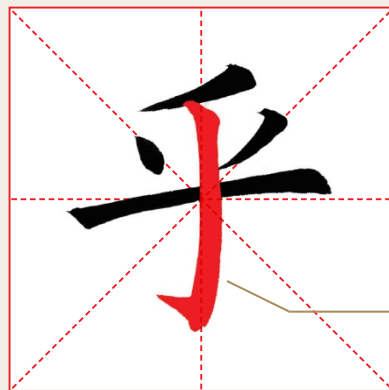


弯钩和竖钩的区别，在于弧度不同。

弯钩

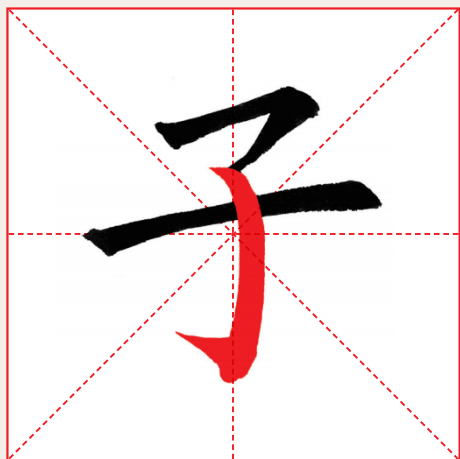


竖钩





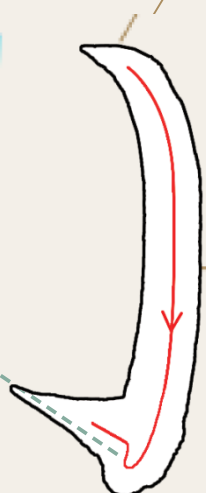
跟着练一练



弯钩的形态饱满有力，
书写时要注意出锋方向，力
送笔端。

弯钩

出锋方向



起



下笔轻按

行



向下行笔，
略有弧度

收



至末尾处轻顿



调整笔锋，
出锋

你知道吗？

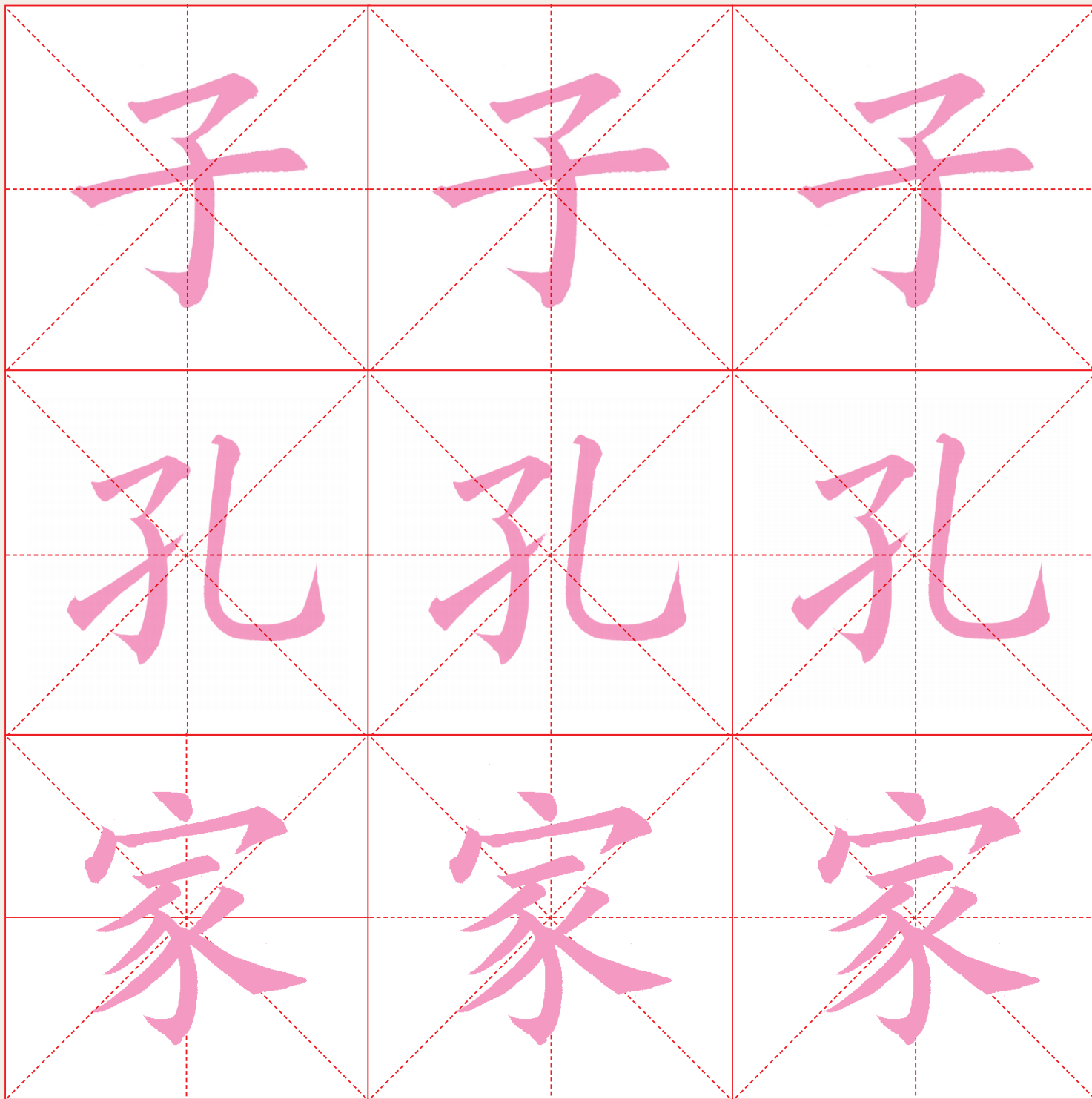
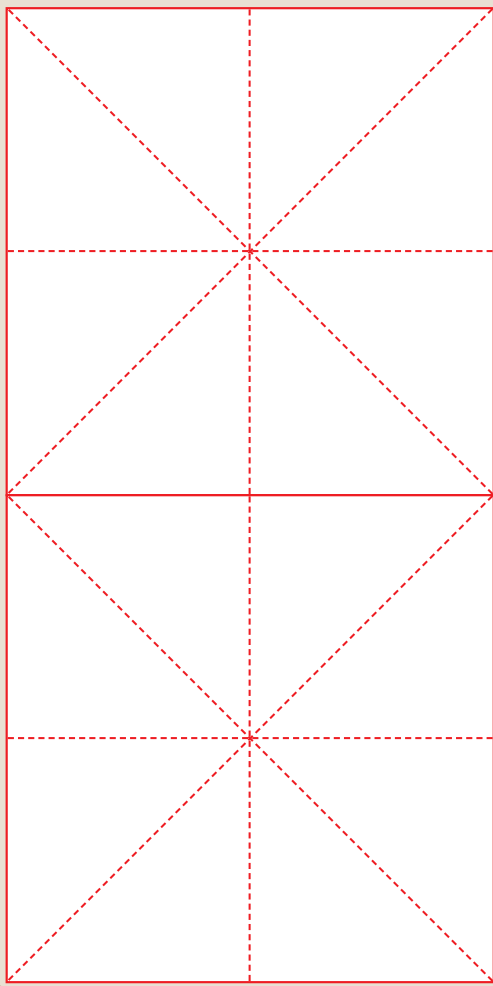
- 书写弯钩时，注意起笔、行笔、收笔要一气呵成。
- 钩与竖基本呈直角。



快乐 写一写

我在进步

孔子的名言“学而时习之，不亦乐乎”几个字中，有竖钩，也有弯钩，我来挑两个字练一练。



收

藏

夹

经典碑帖

以誠接議者
為成就常
行者唯和尚
已夫將欲駕
海之大航拯
途於彼岸者
必有奇功妙

〔唐〕柳公权《玄秘塔碑》（局部）

斜钩练习

书法与纸

古代劳动人民在生活中发明了纸，东汉的蔡伦对造纸术进行了改良。时至今日，写书法作品时用的宣纸，基本沿用传统的造纸方法。

宣纸柔软细密，能使墨色产生丰富的变化，且易于保存，久不褪色，成为最能体现中国艺术风格的书画用纸。



宣纸



我来想一想



吴昌硕《松菊图》（局部）

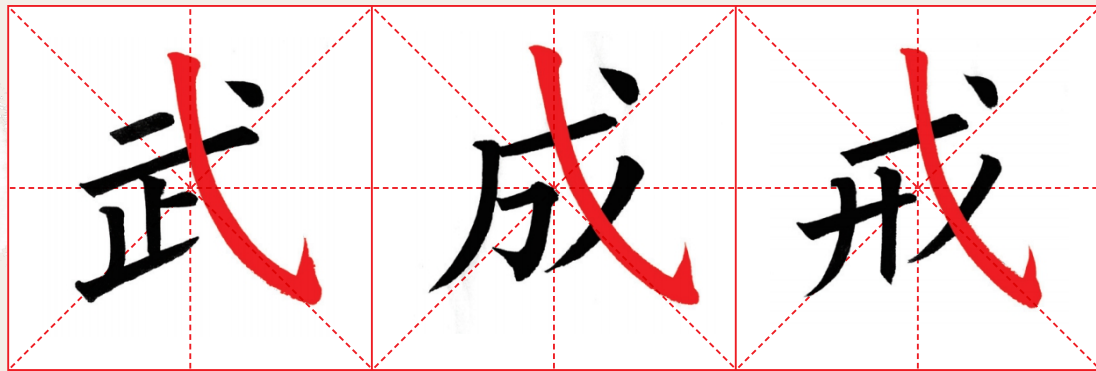
前人把斜钩比喻成长松倒挂，在姿态上确有几分别相似。



这些字中的斜钩，笔画很有弹性。



斜钩又称为“戈钩”，笔画较长，弯而有力。





跟着练一练



写斜钩时，笔画要舒展，向右下倾斜，中段微弧，末端回锋，再向上出钩。

斜钩



起



下笔轻按

行



向右下行笔

收



至末尾处轻顿



调整笔锋，出锋

你知道吗？

- 斜钩有平缓的弧度，注意不要将弧度写得过大或过小。
- 斜钩起笔稍慢，出钩前蓄势，然后迅速出锋。



快乐 写一写

我在进步

练习斜钩之前，我先来画一画甲骨文的“鹿”字，它的笔画有着优美的弧线，就像一只可爱的小鹿。写斜钩时我也要把弧度写得优美。



甲骨文的“鹿”字

式

式

式

成

成

成

戒

戒

戒





分享座右铭

座右铭，是指放在座位旁边的格言，人们常用它来激励和警醒自己。请收集不同形式和内容的座右铭，并试着写一下自己的座右铭，和同学们分享。

各种座右铭



孙中山的座右铭
——奋斗



写在笔筒上的座右铭
——天道酬勤



刻在镇纸上的座右铭
——欲知千古事，须
读五车书

我的座右铭

我的座右铭是“功夫在平时”。前面三个字我都练习过，后面两个字也不难写，我要写好它。



在书法字帖里找找哪些词句适合做座右铭。同学们各自的座右铭是什么呢？请互相分享，互相鼓励吧！

书法与墨

古人用松枝的烟灰加胶，制作成固体的墨锭。墨锭在使用时，要在砚台上加水研磨。因为方便，现在人们多习惯使用墨汁。

墨汁不能太浓或太稀，使用时要将墨汁倒在墨碟或墨盘里，如太浓可加适量的清水调和。未用完的墨也不要再倒回瓶中。

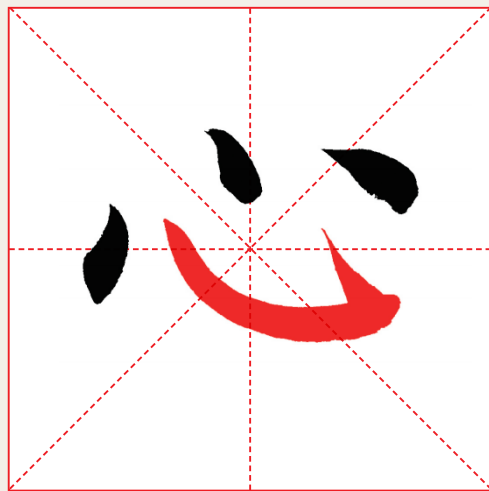


墨锭

墨汁



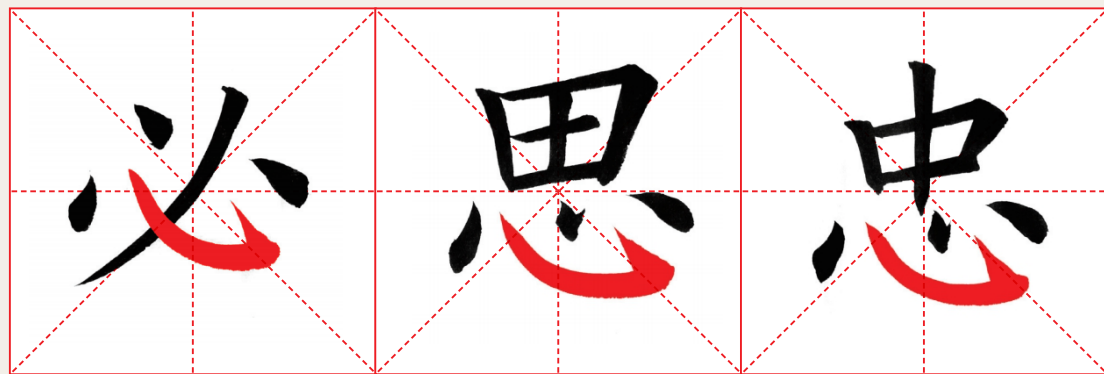
我来想一想



我发现卧钩的出钩方向，刚好与“心”字的第二个点呼应。

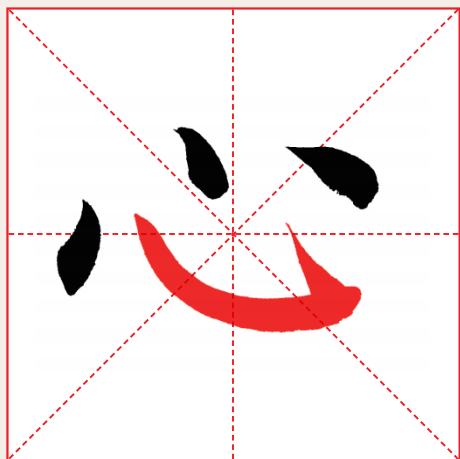


卧钩一般出现在“心”字中，所以也被称为“心钩”。





跟着练一练



写卧钩时，下笔要轻，注意钩画不能过长。

卧钩



你知道吗？

- 卧钩与斜钩的不同之处，在于卧钩的弧度比斜钩大。
- 写卧钩时，注意要写得比斜钩稍短。

起



轻轻下笔

行



向右下行笔，边行边按

收



至末尾处轻顿



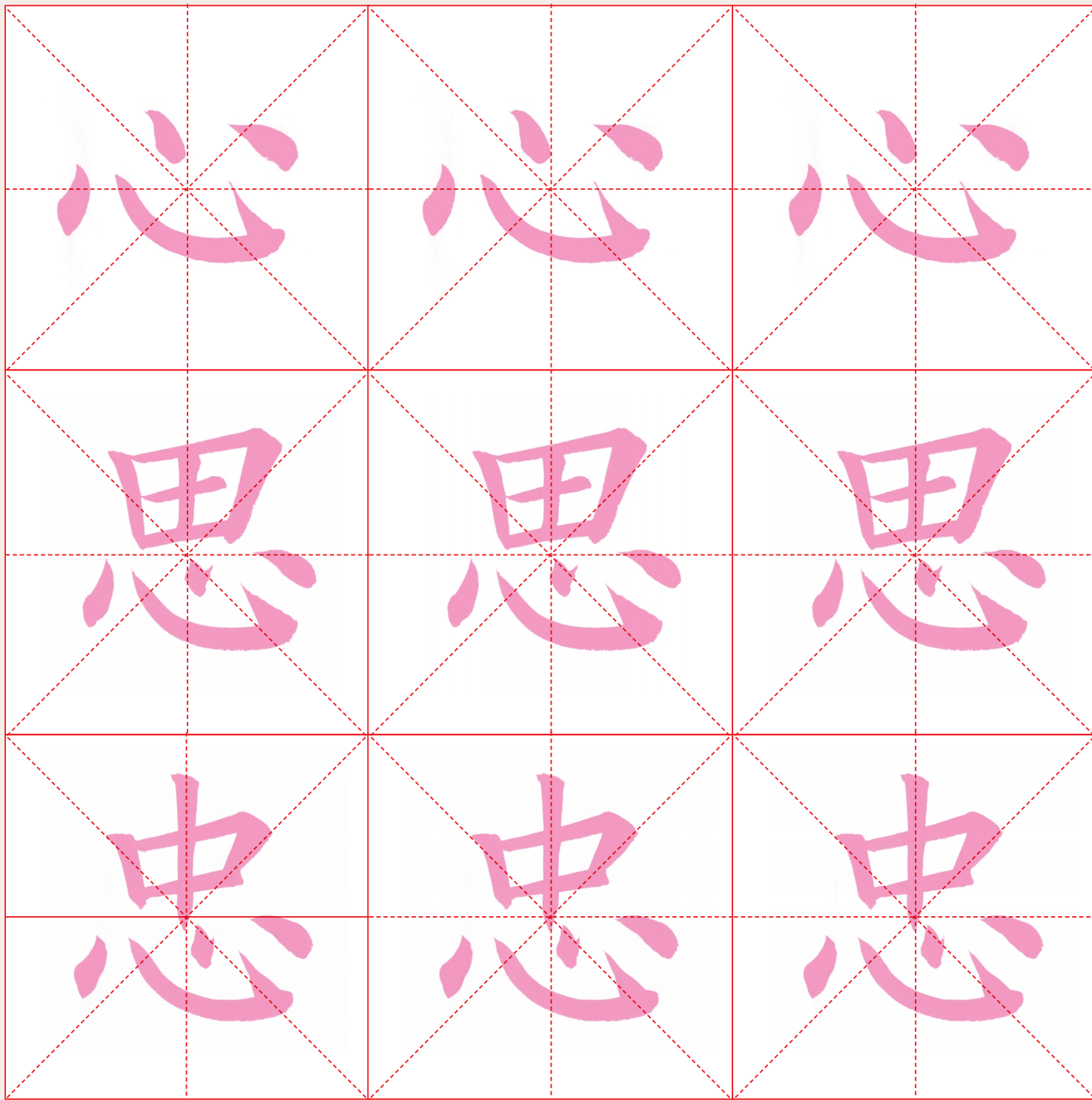
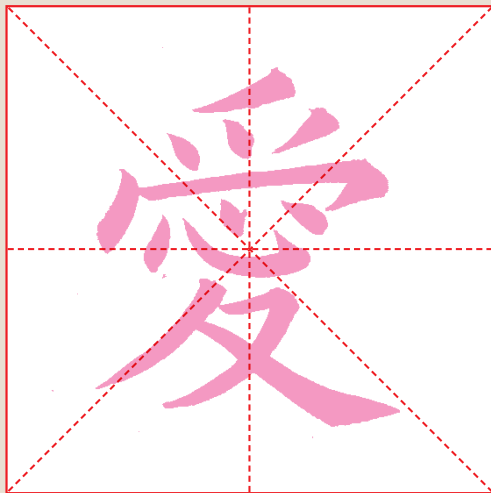
提笔出锋



快乐 写一写

我在进步

在书法作品中经常可以看到繁体字。繁体字的“爱”与简体字比较，中间多了个“心”。我要试着写写这个带着爱心的“爱”字，把它送给爸爸妈妈。



收

藏

夹

读一读
描一描

白

云

悠

悠

黄鹤一去不复返，白云千载空悠悠。

—— [唐] 崔颢《黄鹤楼》

圈 圈 点 点

心 ○ ○ ○ ○
思 ○ ○ ○ ○
忠 ○ ○ ○ ○

点墨标准:

需要加倍努力。

还有进步空间。

写得真不错!

● ○ ○ ○

● ● ○ ○

● ● ● ●

写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

__月__日

书法与砚



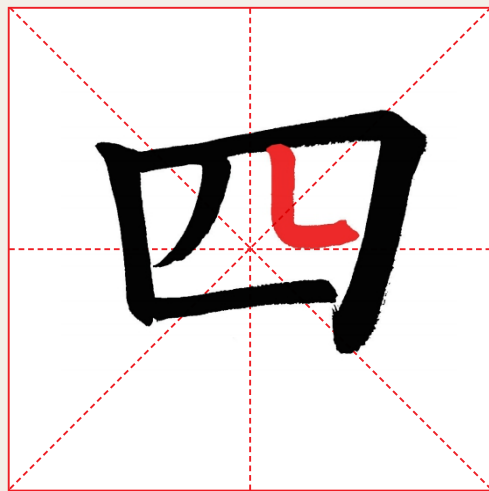
砚台

砚，又称砚台，是用来研磨、调墨的工具。砚有石砚、陶砚、瓷砚等之分。广东肇庆的端砚、江西婺源歙砚、甘肃卓尼的洮河砚及山西绛县的澄泥砚被誉为“四大名砚”。

一方好的砚台在书法家那里被视为珍宝。民间流传着许多书法家爱砚的故事。



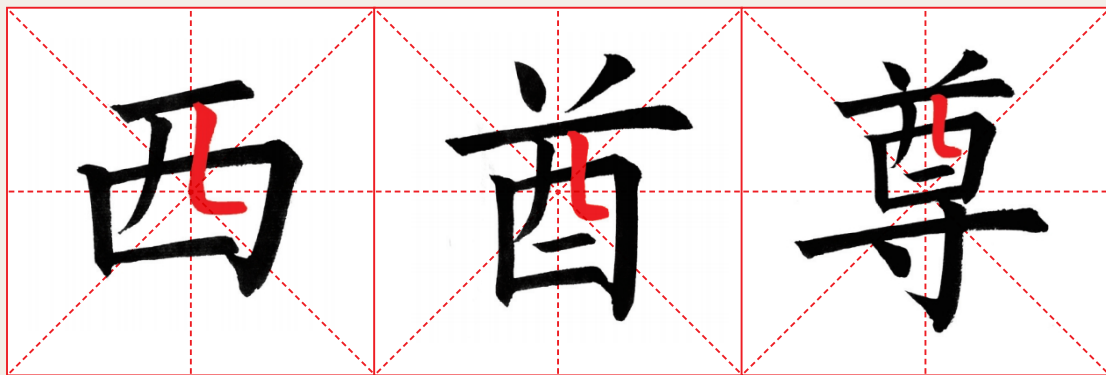
我来想一想



竖弯的弯转流利自然，就像图中金鹤的颈脖一样优美。

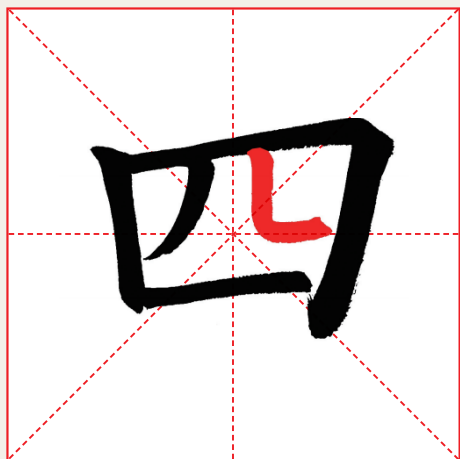


竖弯在字中出现的位置不同，其竖画的长短也会不一样。



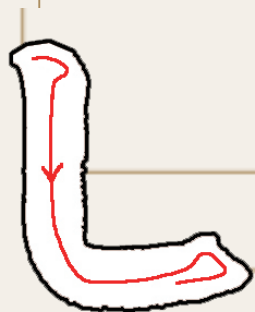


跟着练一练



写竖弯时，运笔短促有力，转折处要方中带圆，圆润饱满。

竖弯



起



下笔轻按

行



调整笔锋，向下
行笔写竖



调整笔锋向右行笔

收



按笔，回锋收笔

你知道吗？

- 竖弯就是竖弯钩没有钩。
- 竖略长，横略短，角度基本为直角。



快乐 写一写

我在进步

下笔之前，我要看看自己的执笔姿势是否正确，然后和小伙伴比一比，谁的姿势最标准、最自然。



四 四 四

西 西 西

尊 尊 尊



收

藏

夹

读一读
描一描

夕

阳

西

下

夕阳西下，断肠人在天涯。

——[元] 马致远《天净沙·秋思》

圈 圈 点 点

四 ○ ○ ○ ○
西 ○ ○ ○ ○
尊 ○ ○ ○ ○

点墨标准：

需要加倍努力。

还有进步空间。

写得真不错！

● ○ ○ ○

● ● ○ ○

● ● ● ●

写得满意的字：

需要改进的字：

我的收获：

__月__日

竖弯钩练习

精巧的文房小品

除了笔、墨、纸、砚之外，文房用具中还有一些辅助的用品，我们叫它“文房小品”。这些用品材质上乘，做工精巧，也是文人墨客的心爱之物。



镇纸



笔洗



笔筒



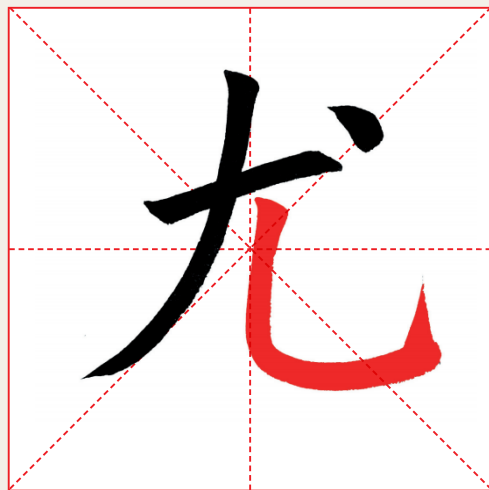
印章



笔架



我来想一想



观察在水中游弋的白鹅，你发现了什么呢？



竖弯钩在字中出现的位置不同，其大小和弯钩的长短都会发生变化。



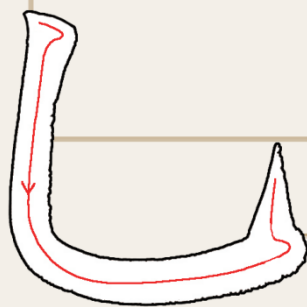


跟着练一练



书写竖弯钩时，笔画要舒展，末端回笔向上出钩。

竖弯钩



起



下笔轻按

行



调整笔锋，向下写竖



调整笔锋，向右行笔

收



至末尾处轻顿



提笔出锋

你知道吗？

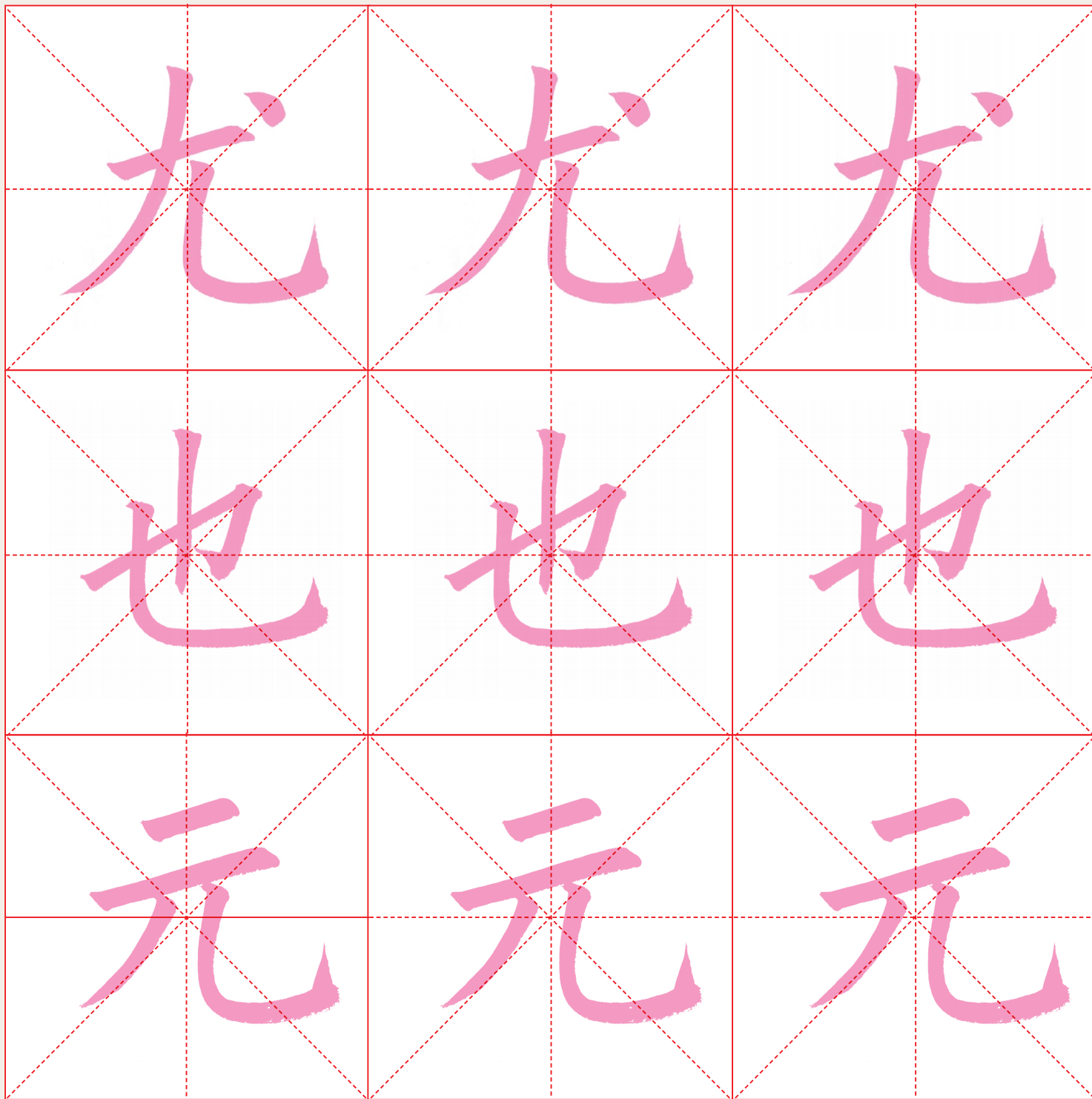
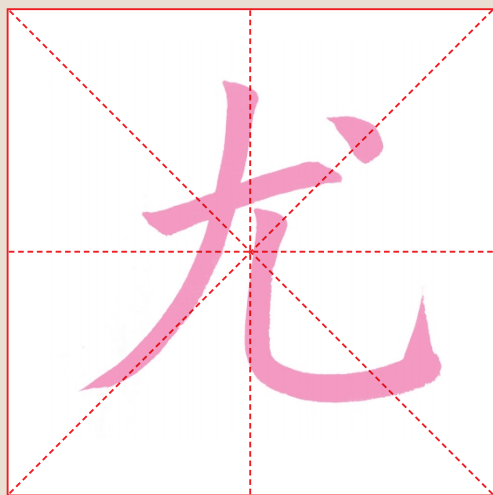
- 竖弯钩的弯处要圆转，不能生硬。
- 横要略带弧度。



快乐 写一写

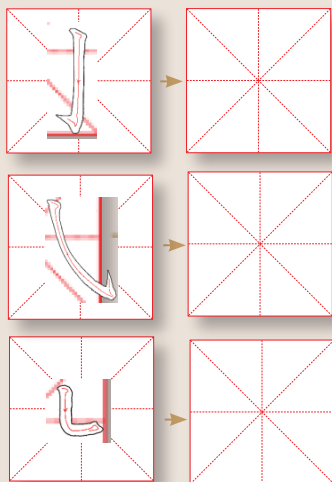
我在进步

“尤”字加一撇，就是“龙”字。我要利用米字格，找准撇的位置。写完之后，和小伙伴们交流一下，看谁加得好看。



温故知新（二）

我们学习了很多钩画，有的钩画非常相似，请用钢笔在下面写一写。



交流

◎写好这些差别不大的钩画，重点在于把握：



拓展

一分耕耘，一分收获。在新年来临之际，让我们尝试用学过的笔画写下新春祝福，用墨香装点我们的生活，增添节日的喜庆！

我的新春祝福



可以写一个“春”字、“福”字或者“吉”字。写好想一想，贴在哪里最喜庆。





本套教材是广东教育出版社课程资源研发中心依据教育部制定的《中小学书法教育指导纲要》编写的。

本套教材集中反映了基础教育教科书研究与实验的成果，凝聚了学科专家、教育专家、教研人员以及一线优秀教师的集体智慧。在此，我们特向关心、支持、帮助我们的吴惟粤、杨权、王见、钟东等专家表示衷心感谢。

本册教材的主要编写者有蒋向前、赖晓华、邹靖华、王亮、张加和，其他参与编写的人员有崔旋、詹逸然、常弘才、熊渊博、陈国梁、杨向群、李红霞、梁盛业、刘帅、陈柳青、庄迎芳。

本套教材在编写过程中，参考借鉴了一些资料、作品，我们通过各种方式与收入本套教材作品的作者进行了联系，得到了各位作者的大力支持。但是，仍有个别作品的作者无法取得联系。恳请这些作者尽快与我社联系，我们将会对有关事宜作出妥善处理。

我们真诚地希望广大教师、学生及家长在使用本册教材的过程中提出宝贵意见，并将这些意见和建议及时反馈给我们，以便进一步完善教材。



SHUFA LIANXI ZHIDAO



绿色印刷产品

批准文号：粤发改价格 [2017] 434号 举报电话：12315



定价：5.21元