



义务教育三至六年级

书法 练习指导

(实验)

六年级
下册



义务教育三至六年级

书法 练习指导

(实验)

六年级
下册

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.六年级.下册 / 沃兴华, 贾铎主编. —长沙: 湖南美术出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5356-6098-5

I. ①书… II. ①沃… ②贾… III. ①书法课—小学—教材 IV. ①G624.753

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第029696号

义务教育三至六年级

书法 练习指导(实验)

六年级
下册

主 编: 沃兴华 贾 铎

执行主编: 黄 啸

执行副主编: 朱小林

项目统筹: 曾 瑜

责任编辑: 彭 勇 唐 杰

责任校对: 伍 兰 徐 盾

封面设计: 戴 宇

电脑制作: 胡智慧 周智兰

插 图: 郑宝雄

范字书写: 贾 铎

出 版: 湖南美术出版社
(长沙市东二环一段622号)

重 印: 湖南出版中心

发 行: 湖南省新华书店

印 装: 湖南天闻新华印务有限公司

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 5

版 次: 2014年6月第1版 2021年11月第7次印刷(2022春)

书 号: ISBN 978-7-5356-6098-5

印 数: 1-450 000册

定 价: 6.35元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究。
若有质量问题, 影响阅读, 请与湖南出版中心联系调换。
联系电话: 0731-88388986 0731-88388987

目录

■ 结构·避重化板

第1课	点与横的重与变	1
第2课	竖与撇的重与变	4
第3课	捺与钩的重与变	6
第4课	并、重、堆	8

名碑名帖欣赏	古诗四帖	12
--------	------	----

■ 临摹经典局部

第5课	颜真卿《颜勤礼碑》原碑节临训练（一）	14
第6课	颜真卿《颜勤礼碑》原碑节临训练（二）	17
第7课	书法作品幅式	19

■ 集字练习

第8课	集字练习（一）	21
第9课	集字练习（二）	23
第10课	集字练习（三）	25
第11课	集字练习（四）	27

■ 综合·探索

第12课	认识篆书	30
第13课	认识草书	32
综合实践	毕业赠言	35
课堂练习记录册		

擬古



青松勁挺姿凌霄
耻屈盤種出枝葉
聳連上松端秋
花起絳烟旖旎
雲錦殷不華不
自立舒光射丸
相見吐子效鶴
矚縮頸還

蜀素帖（局部） 宋代 米芾

本册编写人员：张宇 贾铎 冯亚军 王佳宁 彭勇 王柳润

结构·避重化板

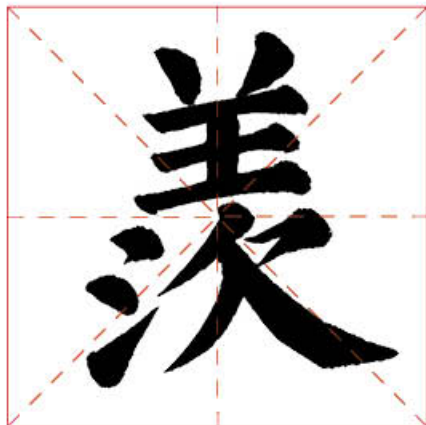
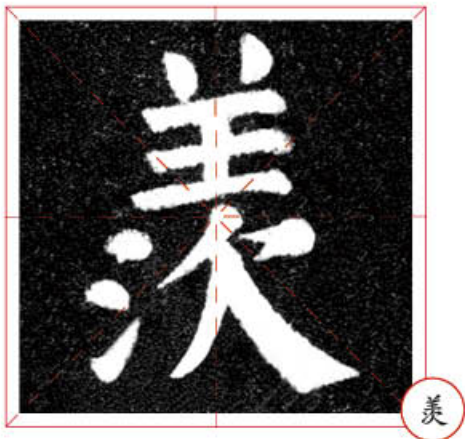
第1课

点与横的重与变

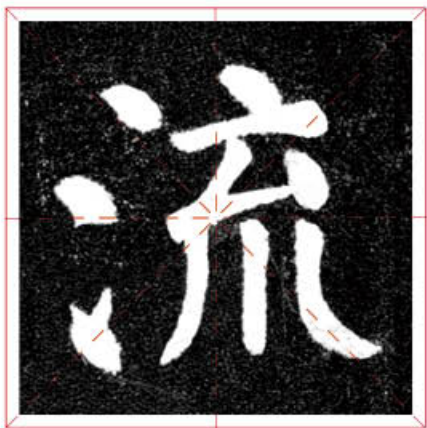
一字之中如果出现了相同的笔画，如点、横、竖、撇、捺、钩等，书写时要尽量使其相区别，避免重复，化解单一与呆板。而化解单一与呆板的方法主要有：起笔、收笔写法不同，轻重、大小、长短有别，以及形状各异等。

范字赏析与练习

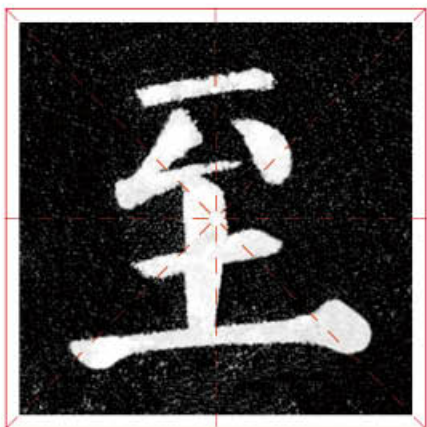
点与横在字中是重复出现频率较高的笔画。书写时可从写法、轻重、大小、长短等方面加以区别。



“美”字上窄短紧密，下宽长疏伸。五个点画写法、大小、形状皆不相同。上部横画大致平行，长短不一，间距相近；下部两撇长短、斜度、弧度有别，下撇收缩以避左，捺粗重伸展。



“流”字左窄下，右宽上。五个点画写法、大小、形状各不相同，变化丰富。



“至”字字形呈梯形，上窄紧缩，下宽疏伸。横画大致平行，起收、长短、轻重各不相同。中竖粗重，正直居中。

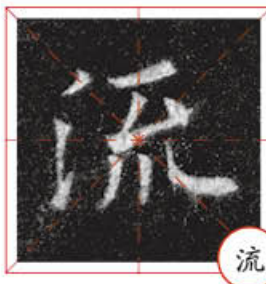


童



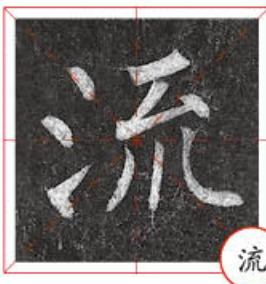
“童”字字形纵长。中竖正直居中，边竖内斜，左右对称。三点写法、大小、轻重、形状各异。横画大致平行，起收、长短、轻重、直曲不一，间距相近。

对比与欣赏



流

欧阳询《九成宫醴泉铭》



流

柳公权《玄秘塔碑》



流

赵孟頫《三门记》

对比点与横的重与变在欧体、柳体、赵体中的不同形态。

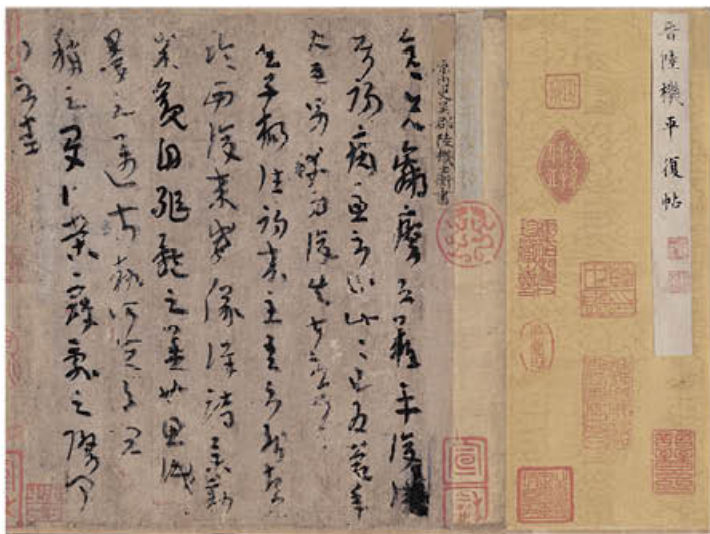


张伯驹与《平复帖》

《平复帖》传为西晋陆机所书，是传世最早的一件名人书法真迹，极其珍贵。1937年被大收藏家张伯驹购藏之后，得到了精心呵护。日本人曾表示愿以30万大洋高价收买，张伯驹不为所动。甚至在遭到绑架时，他告诉妻子，宁可死在魔窟，也绝对不能变卖书画藏品来替他赎身。最后在被关押了八个多月之后，绑匪只好以四十根金条的赎金将他放了。1956年，张伯驹将《平复帖》等一批国宝级的书画藏品无偿献给了国家。



张伯驹像



平复帖 西晋 陆机

第2课

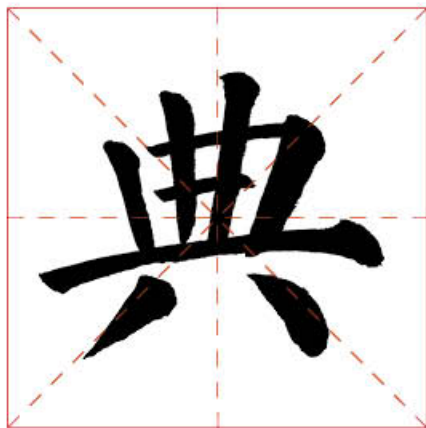
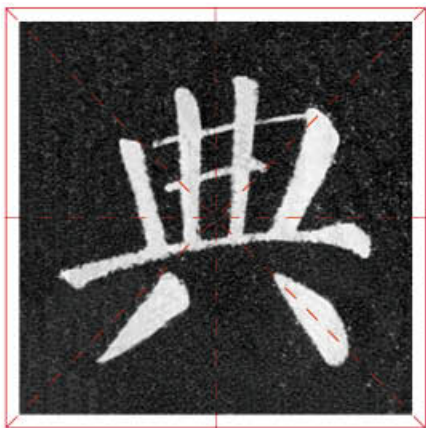
竖与撇的重与变

竖与撇在字中也是重复出现频率较高的笔画。书写时可以从轻重、长短、曲直、斜正、藏露等方面加以区别。

范字赏析与练习



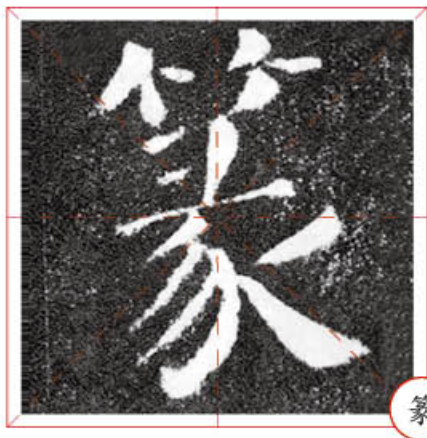
“甫”字外形纵长，横短竖长。横画大致平行，间距相近，长短不一。竖画曲直、长短、起收皆不一样，左竖稍轻，微带弧度，中竖为悬针竖，右边竖粗重，直中带曲，与左竖呈相向之势。



“典”字字形略呈扁方。上部四竖中，边竖内斜，中间两竖稍正直，左竖稍轻短，右竖略重长，匀整中有变化。



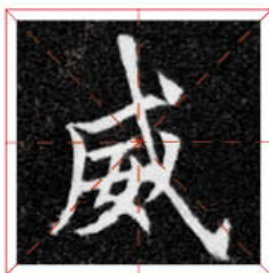
“威”字字形呈三角形，上窄紧下宽疏。斜钩独伸，长大突出。整字共四撇，起收、长短、轻重无一雷同。



“篆”字字形纵长，上窄紧，下宽疏。整字数撇的长短、轻重、曲直、角度无一雷同。

对比竖与撇的重与变在欧体、柳体、赵体中的不同形态。

对比与欣赏



欧阳询《皇甫君碑》

柳公权《玄秘塔碑》

赵孟頫《胆巴碑》



第3课

捺与钩的重与变

捺与钩在字中也是重复出现频率较高的笔画。书写时我们可以从轻重、长短、曲直、角度、藏露、钩脚的大小等方面加以区别。

范字赏析与练习



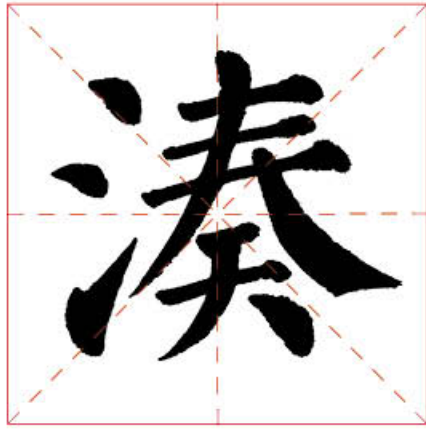
蓬



“蓬”字字形略方正。捺画倾斜，笔画略长，有力地承载了被包围部分，使整字更显平稳。“艹”部的捺为避免与平捺雷同而写成长点。



湊



“湊”字字形略方正，左窄稍短，右宽略长。右部上密下疏。整字四点五横两撇的大小、轻重、长短、曲直、角度、起收都不相同。右部下捺为避免与上捺雷同，则写成点。



“尉”字字形近方正，左宽右窄。横画起收、长短、轻重都不一样。两钩除了长短不同外，钩脚的大小也不一样，主次分明。



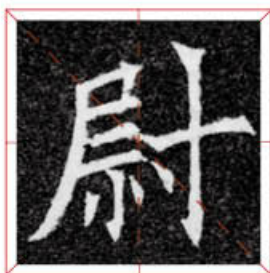
孙



“孫（孙）”字字形近方正，左窄疏稍短，右宽密略长。两提四撇三点的大小、长短、轻重、角度、形状完全不同。两钩一曲一直、一长一短、一粗一细，对比明显。

对比捺与钩的重与变在欧体、柳体、赵体中的不同形态。

对比与欣赏



欧阳询《皇甫君碑》



蓬

柳公权《玄秘塔碑》



湊

赵孟頫《胆巴碑》



第4课

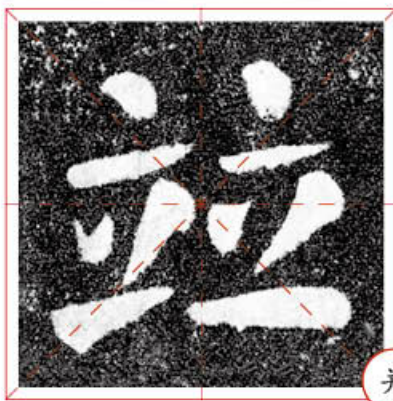
并、重、堆

一字之中相同的笔画须避免重复，同样，相同的部件也要有所区分。相同部件的组合有左右同形、上下同形以及上下、左右同形，即我们常说的并、重、堆。

1. 左右同形

字的左右部件同形的情况叫做并。这种类型的字右边须写得宽大一些。此外，字中相同的笔画也应有区别。

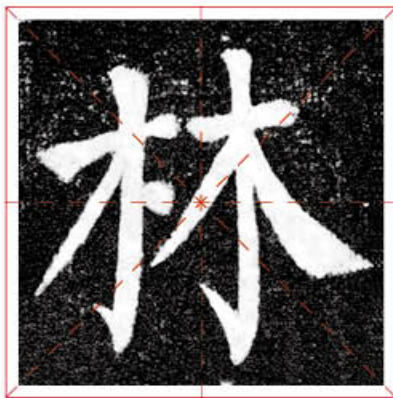
范字赏析与练习



并



“竝（并）”字左右宽窄相近，同中有异。左部上横左伸右缩，点居上横右边，下横写作挑，以避让右部的下横。右部下横左伸，左右紧凑如一。两上点、四横、两挑点、两短撇无一雷同。



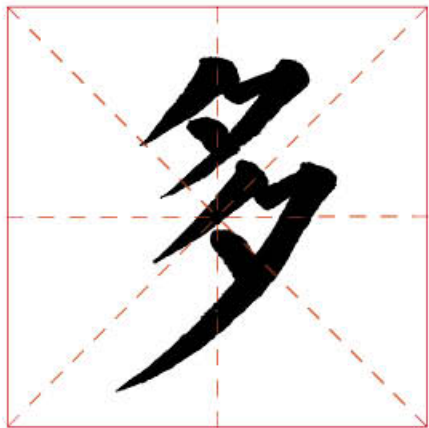
“林”字左窄短右宽长，左右同中有异。左部左伸右缩，横左长右短，捺为避让右部缩为点。右部左缩右伸，撇迎向左部下方，左右避让迎就，融为一体。



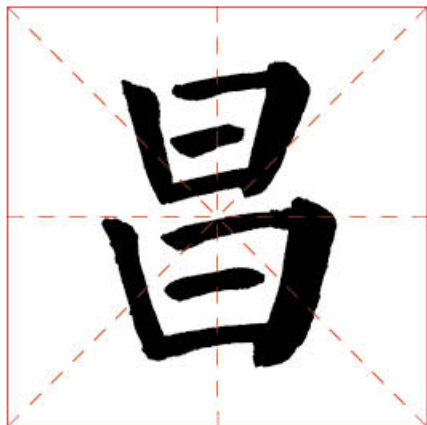
2. 上下同形

字的上下部件同形的情况叫做重。这种类型的字书写时下部须写得宽大一些。此外，字中相同的笔画也应当有变化。

范字赏析与练习



“多”字取纵斜势，上窄小下宽大，上下对正。四撇长短、粗细、曲直、角度无一相同。两点上小下大，势态不一。



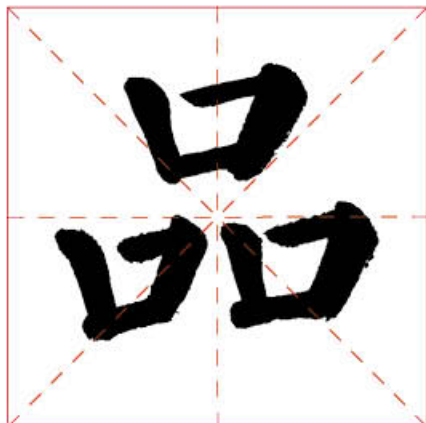
“昌”字取纵势，上窄小下宽大，上下对正。竖画内斜，左轻短，右重长。横画大致平行，间距相近。

3. 上下、左右同形

字的上下、左右同形，为“品”字结构。这种类型的字书写时上面部件宜写得宽扁些，下面部件宜写得窄小一些，并将每个部件作适当的消减约束，变化后再堆叠起来。



范字赏析与练习



“品”字，上“口”宽扁居中，下两“口”稍窄小，左右对称，其大小与位置要上下、左右对应且同中有异。

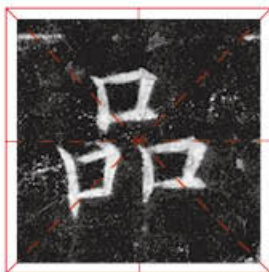


蠱



“蠱（蛊）”字上部三个“虫”字构成品字结构，上面“虫”字宽大，下面两个“虫”字稍窄小，左“虫”下挑左伸右缩，右“虫”下挑左缩右伸。“皿”部与上部对正。

对比与欣赏



欧阳询《九成宫醴泉铭》



柳公权《神策军碑》



赵孟頫《妙严寺记》

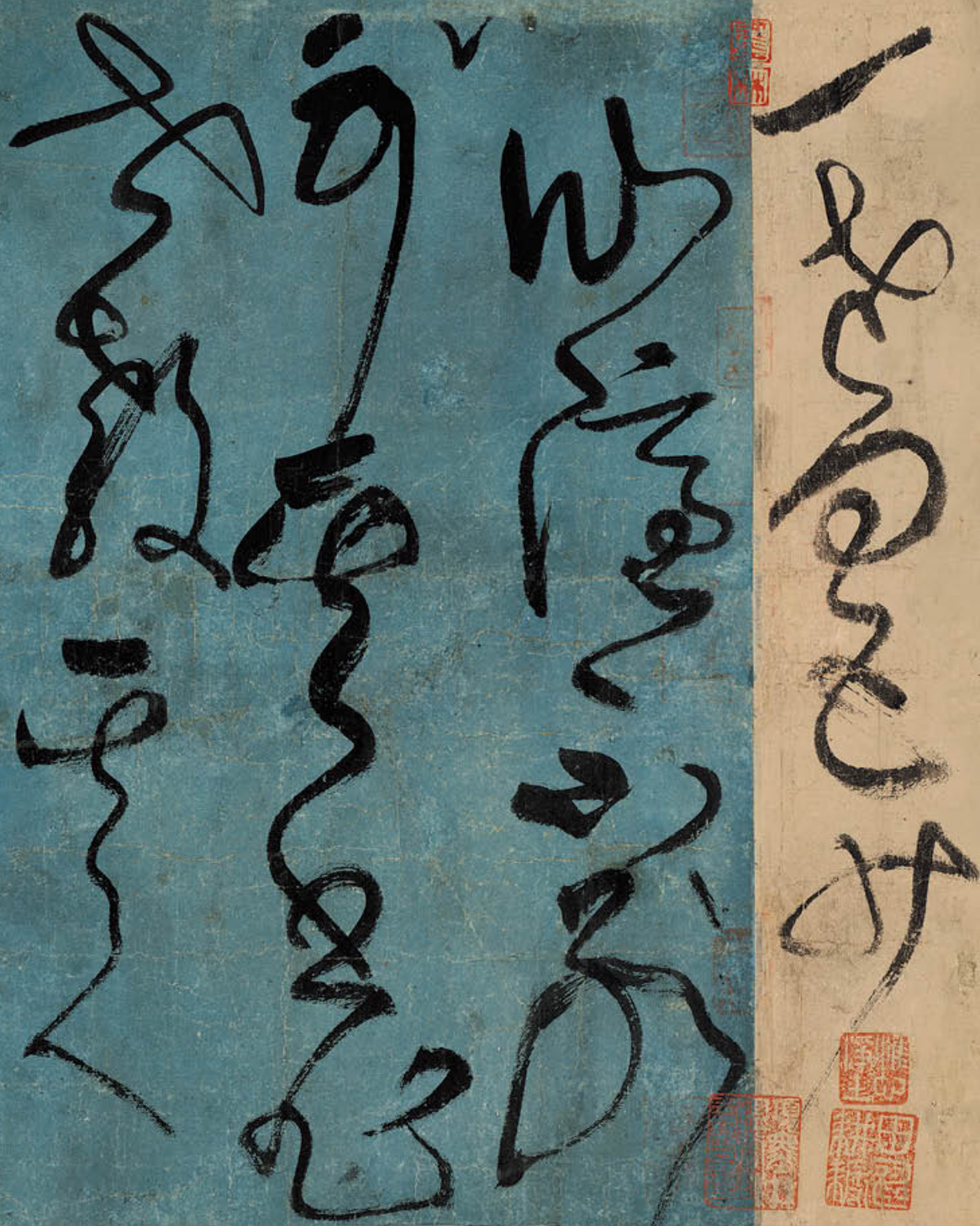
对比并、重、堆在欧体、柳体、赵体中的不同形态。



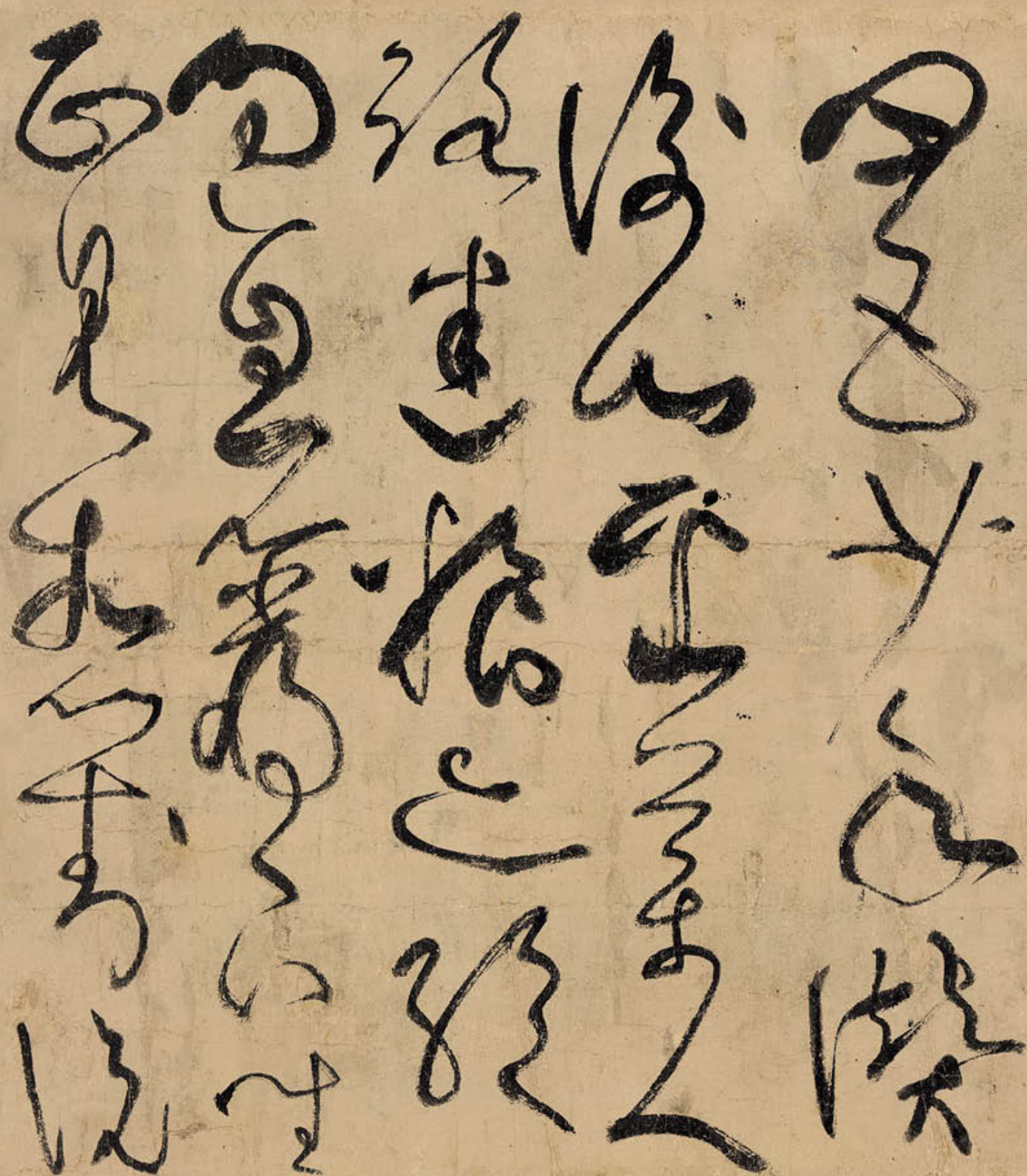
一日临帖，一日创作的王铎

王铎是明末清初的著名书法家，他一生从未间断过对古代书法的临习，尤其到晚年，更是一天临帖，一天创作，隔日交替，孜孜不倦。他通过临摹来汲取前人优秀作品中的营养，并运用到自己的创作中，形成了特色鲜明的个人风格。

张旭是唐代著名书法家。他把当时流行的小草发展为笔法放纵、笔势连绵回绕、字形变化繁多的大草。《古诗四帖》传为他的作品，写在五色笺上，共



有40行，188字。线条轻重节奏明显，厚重与轻快交替运行，字形随着书写空间的展开而自由变化，或大或小，通篇气势奔放。

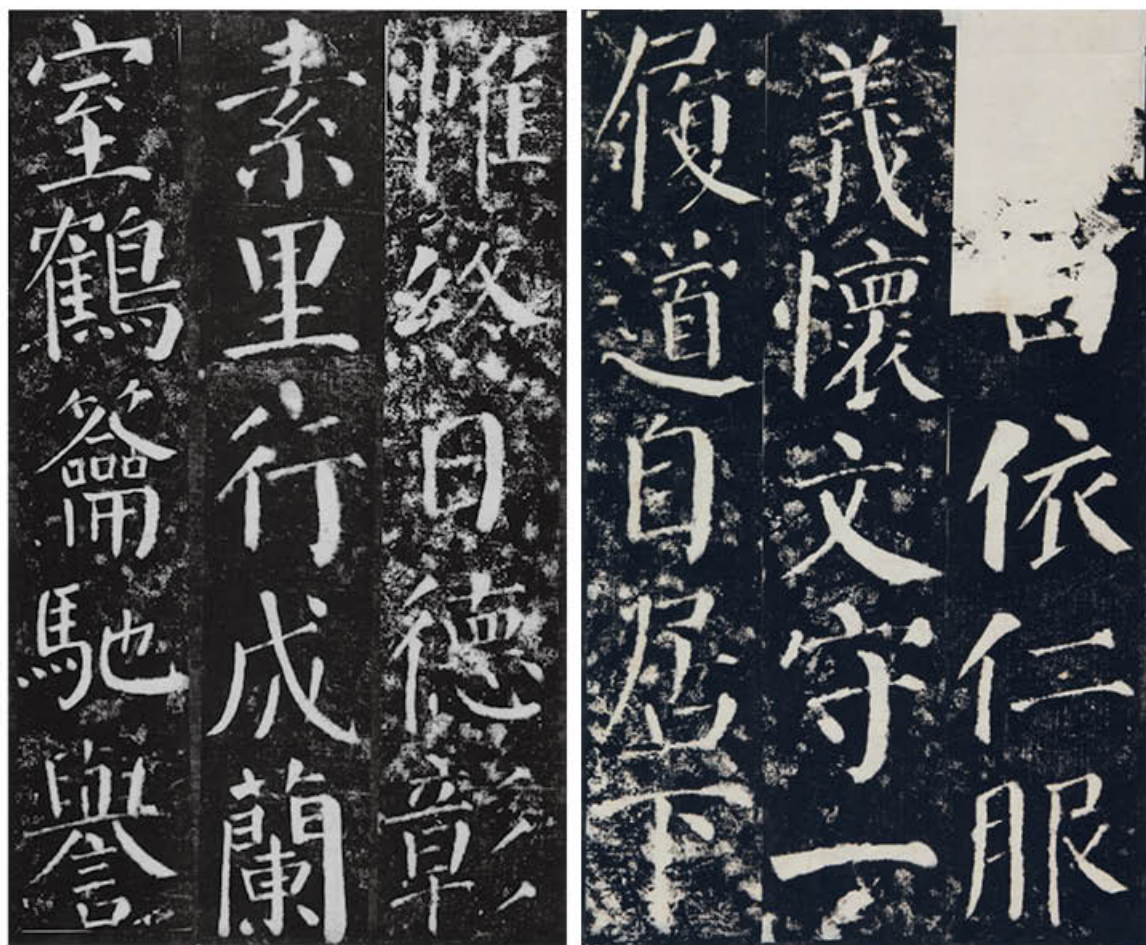


临摹经典局部

第5课

颜真卿《颜勤礼碑》原碑节临训练（一）

从原碑中截取一小段来临习，可使我们学习该碑字距与行距的分布特点与规律，掌握字距与行距的协调搭配，字形大小与位置的合理分布，以及进行行气承接贯通的训练。字距与行距等篇章布局的特点是颜真卿《颜勤礼碑》整体风格的重要组成部分之一。



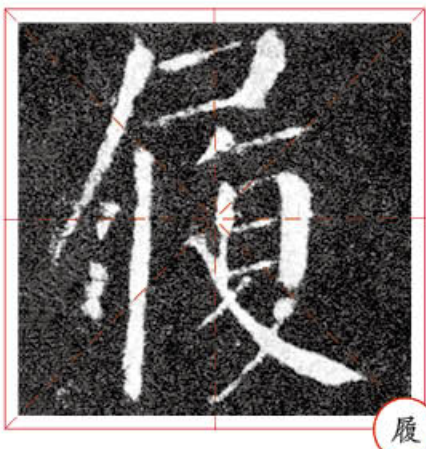
节临要点与步骤

1. 观察原碑拓片，感悟全碑的整体风貌。

2. 根据书写能力节选一段字迹清晰、字数合适、内容健康向上的文字。如本课所节选的文字“依仁服義（义），懷（怀）文守一，履道自居，下惟終（终）日，德彰素里，行成蘭（兰）室”。

3. 对选定的文字先逐一进行临写，以熟悉每个字的字形结构。对其中生疏或没有学过的字更应反复临习，以解决字形结构问题。本课所节选的文字中有“服、懷（怀）、履、自、終（终）、彰、素、蘭（兰）”八字未学过。我们可先从这八个字开始练习。

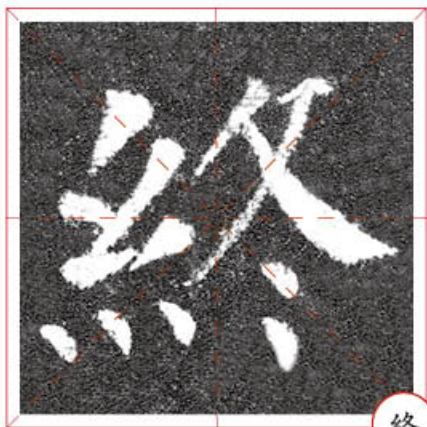
范字赏析与练习



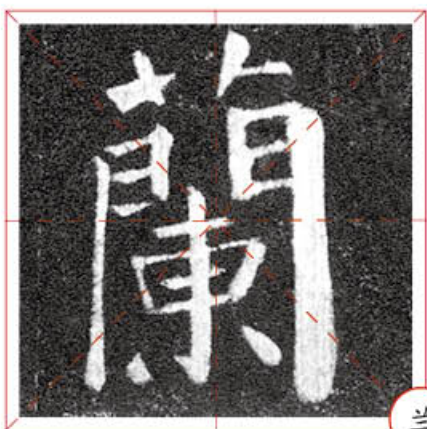
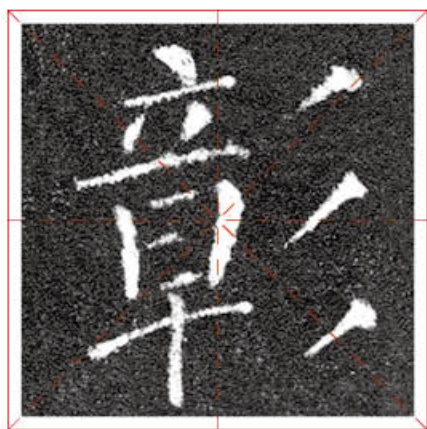
“服”字左窄右宽，上收缩紧凑，下伸放疏朗，横轻短，竖重长，左边横折钩的竖画与右竖微曲相背，数横大致平行。

“懷（怀）”字左窄短疏松，右宽长紧密。横轻竖重，分布均匀，右部上密中紧下伸展，上中下对正。

“履”字半包围结构，上窄收下宽放，横画大致平行，间距相近。被包围部分左窄疏，右宽密，右部左缩右伸。



終



兰

“自”字外形纵长，横画近乎平行，竖画左短右长。

“終（终）”字左短右长，四撇六点各不相同。

“彰”字左宽长紧密，右窄短疏松。

“素”字上宽下窄，上中下对正。

“蘭（兰）”字上窄短疏松，下宽长紧密，大小对比强烈。

第6课

颜真卿《颜勤礼碑》原碑节临训练（二）

原碑节临要点

1. 根据对原碑拓片的观察，可以发现作者在书写时是先画格再计字排列的。
2. 我们也要根据节临的字数和格式的要求进行分行布白的安排，并同时规划好落款的位置和空间，或折格或画格。
3. 节临原碑，以接近原碑的形式为佳。因此，我们宜采用条幅。书写时除了追求用笔精到、结构准确外，每字在格中要居中，不可过大或过小，上下对正，左右相应。款字也要上下对正，并小于正文。



临一临，仿一仿

准备一张和右图范字尺幅相似的纸，结合节临要点的提示，对照所选的原碑局部作临仿练习。



第7课

书法作品幅式

在日常生活中，我们会遇到各种不同幅式的书法作品，最常见的有条幅、斗方、中堂和对联等。

认一认



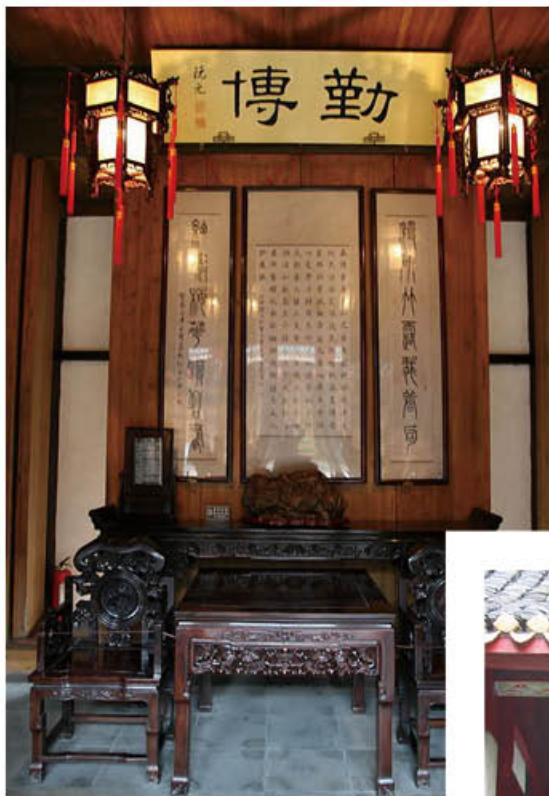
条幅

条幅窄而纵长，高度约为宽的三至四倍，多挂于厅堂两侧的墙上，可以挂一幅，也可以多幅并置。

斗方

斗方指正方或接近正方幅式，多用四尺宣纸拦腰对折裁开，取其一半。装裱后可悬壁欣赏。





中堂

中堂幅面相对宽大，高约为宽的两倍。一般迎门挂在厅堂正中，两边配挂对联。



对联

对联由等长等宽、书体相同的两幅组成。悬挂时上联居右，下联居左。

试一试

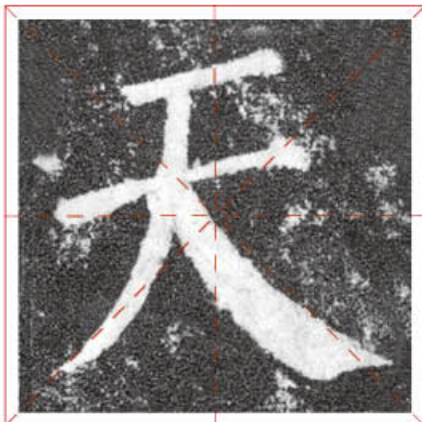
在日常生活中，找一找书法作品，试着欣赏一下，并说出它们是哪种幅式。

集字练习

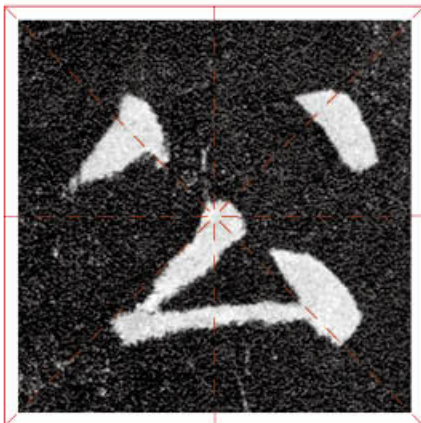
第8课

集字练习（一）

依据需要，搜罗某一著名书法家的字迹，汇集成一定形式和内容的词语或书法作品，就是一般所讲的集字练习。这一课，我们以“天下为公”为内容，来作集颜字的练习。



为



“天”字上窄紧下宽伸。横画基本平行，上短下长，撇轻收，捺重而伸展。

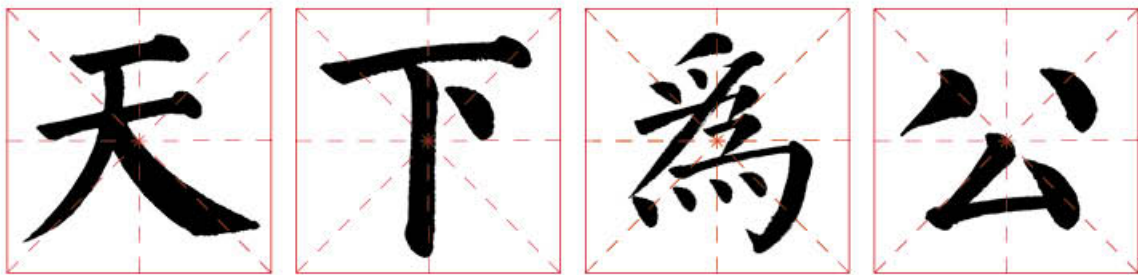
“下”字外形长方，上宽下窄，横轻短，竖重长。竖在横中间偏左处起笔，点靠竖上端。

“为（为）”字外形纵方，上下宽疏中紧窄。横轻竖重，对比强烈，下四点上靠分布均匀。

“公”字为上下结构，八字头，撇捺紧缩为点，疏而不离。撇折起笔处对准字头正中，下点斜度与撇折的撇画呈对应之势。

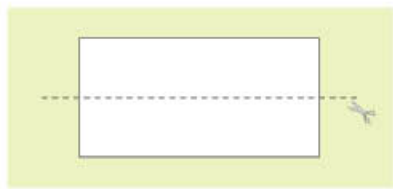
临一临，仿一仿

对照原帖，多次临写所选单字，将每个字的笔画熟记心中。在形准的前提下尽量临写熟练，最好能做到背临。尤其应注意仔细揣摩“爲”（为）字，以最合适的形式与其他三字搭配。



裁纸定字

取整张四尺宣，将纸沿虚线对折裁开（如图），取一幅折成四格，注意上下左右留白，并预留落款位置。



写一写

重点考虑字与字之间的相互关系，努力做到用笔、结字既有原碑风貌，又适合横幅书写的需要。

集
顏
勤
禮
碑

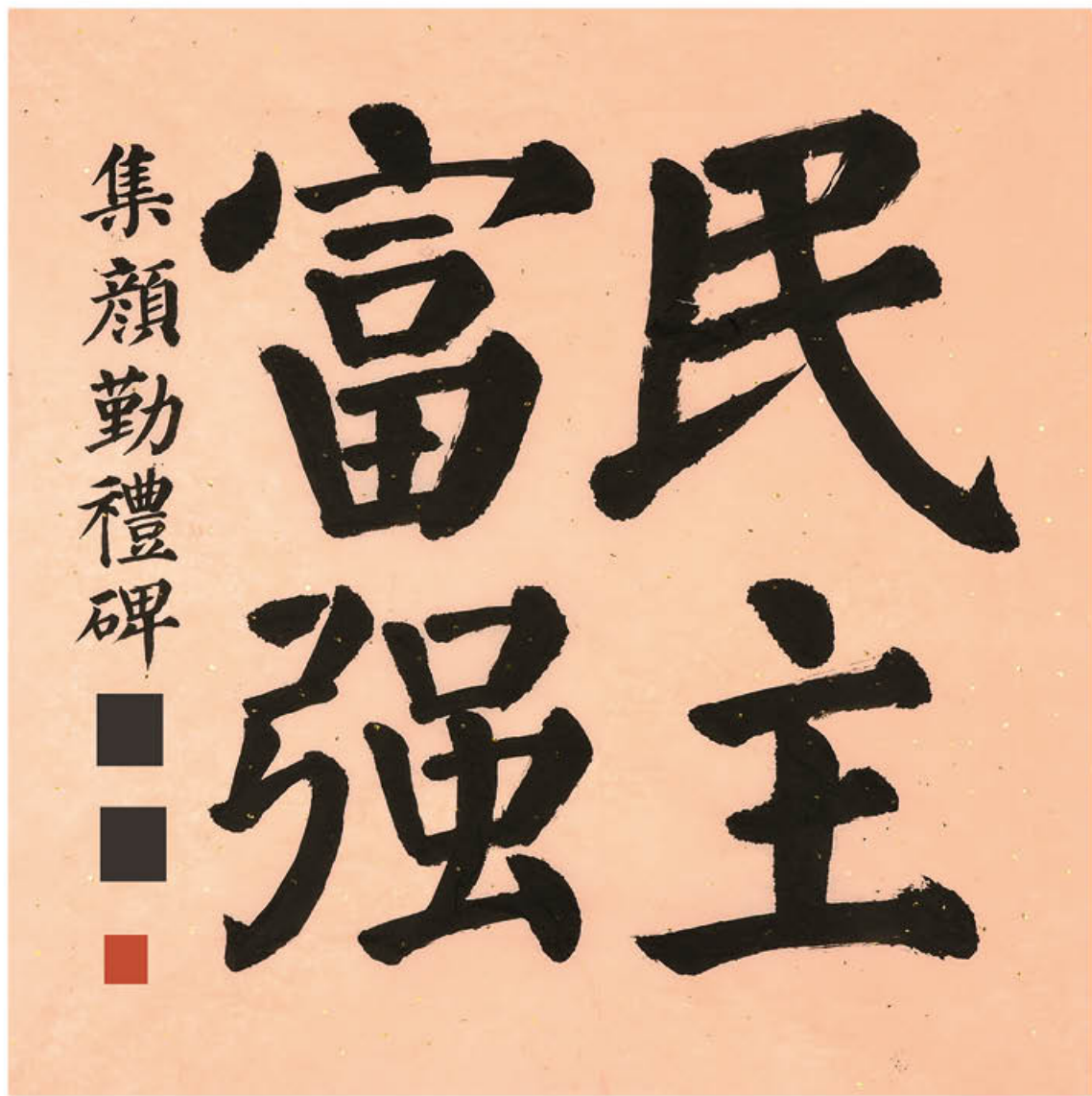
公 為 下 天

第9课

集字练习（二）

这一课以“民主富强”为内容，以集字的方式来完成一幅作品。





临一临，仿一仿

请大家依照斗方范作的样式，裁好纸张、折好格子，试着完成一幅模拟作品。

第10课 集字练习（三）

条幅习作要点

“古人学问无遗力，少壮工夫老始成。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”这是南宋诗人陆游的一首教子诗，他告诫儿子年轻时应抓紧大好时光努力学习，莫让年华付水流，只有重视了“少壮工夫”，将来才会有所成就。





临一临，仿一仿

准备一张同比例的条幅纸，对着前页的颜体集字条幅作品作整体临写。在临写过程中除了注意对用笔、结字的把握以外，更要注意对整体章法的把握。比如：字形大小协调，字距、行距适当，竖行垂直、横向平齐，上下左右需留出空白。落款可以仿照范作的样子，也可以自己组织文字书写，要写上作者姓名。

■ 小提示

开始书写作品前，最好先试着打个小稿。将你要写的诗句正文以及落款的文字，按照条幅作品的样式，先用铅笔打几个小稿，看一看整体效果怎么样，试一试正文字写多大才合适，行与列怎么安排，落款的字怎么写，款字和印章安排在什么位置比较和谐。古人写字即有“意在笔先”的说法，所以我们在书写之前反复地打小稿是很有必要的。有了创作前的认真准备，接下来书写就成竹在胸了。

第11课 集字练习（四）

“书到用时方恨少，事非经过不知难”是一副对联，大意是：知识需要用到
的时候才知道不足，事情不是经历过便不能知道其中的艰辛和坎坷。



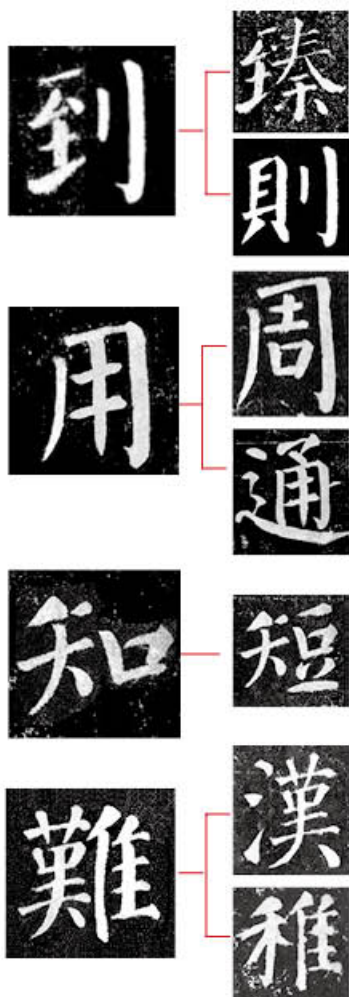
■ 小提示

确定了书写内容后，可在《颜勤礼碑》字帖或书法字典中逐字查找，看哪些字是原碑中有的。原碑中没有的字，可从原碑中找和它结构相近的字或构件，根据自己的临帖经验以及对颜体字的理解，恰当地组合、推衍出新的字形（注意切勿生搬硬套）。这种方法就是“集字法”（见下页），古代的书家们经常用这种方法。宋代的米芾将他后来的书法艺术成就很大程度上归功于早年的“集古字”。

原碑已有的字



偏旁部首拼成的字



难

“到”字左短密，右疏长。

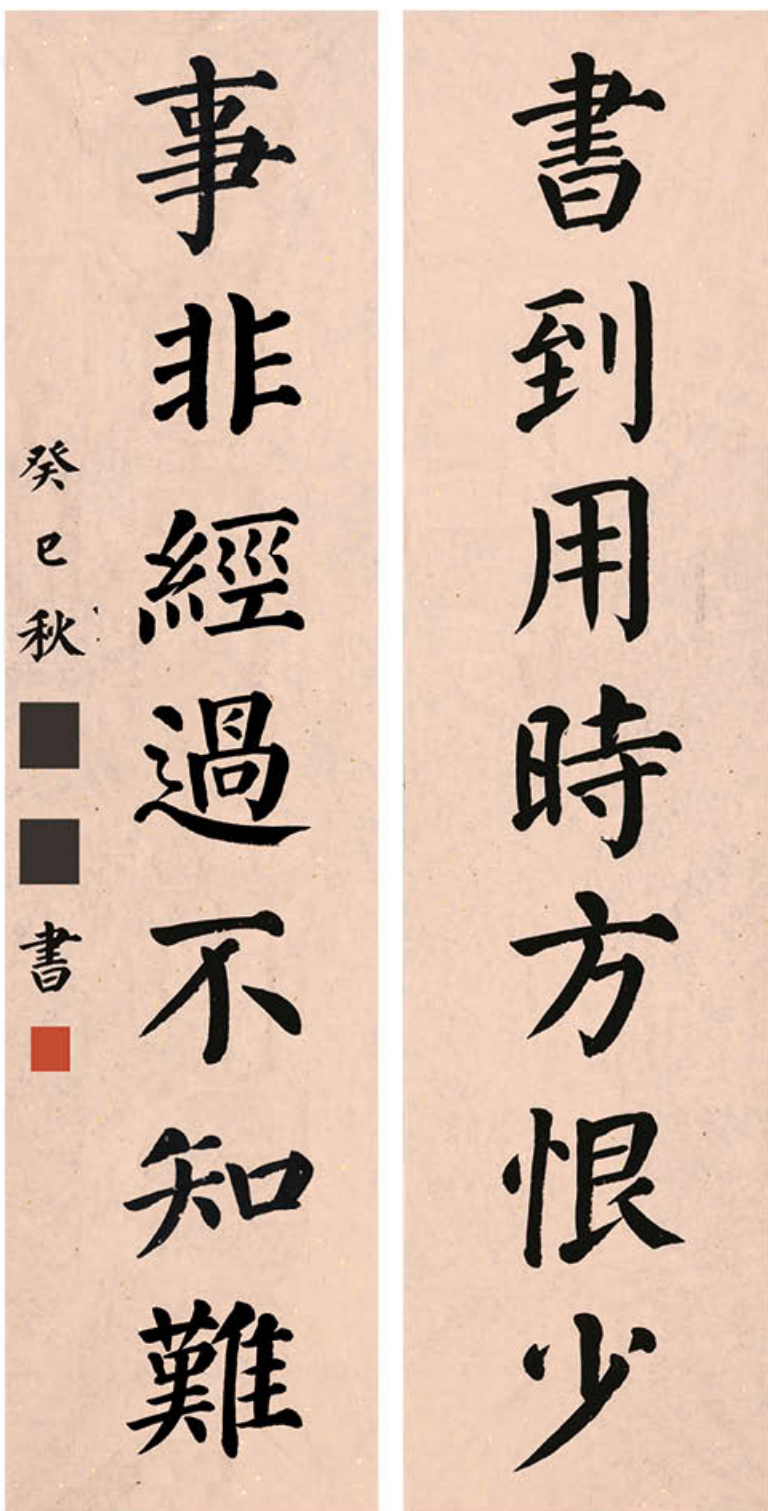
“用”字上窄收下宽放。三横画平行，间距均匀，中竖居中。

“知”字左部上紧下疏长，右部上宽下窄短，居中靠下。

“難（难）”字左右结构。左部左伸右缩以让右，右部左缩右伸以避左。横画平行，间距匀称。

临一临，仿一仿

准备一幅与范作同比例的书写纸，折好格子，对着右边的范作进行整体临写。努力做到用笔到位、结字完美，作品整体效果协调。为了保证左右两行整体统一，建议不要将纸裁开，连在一起书写，这样好把握一些。

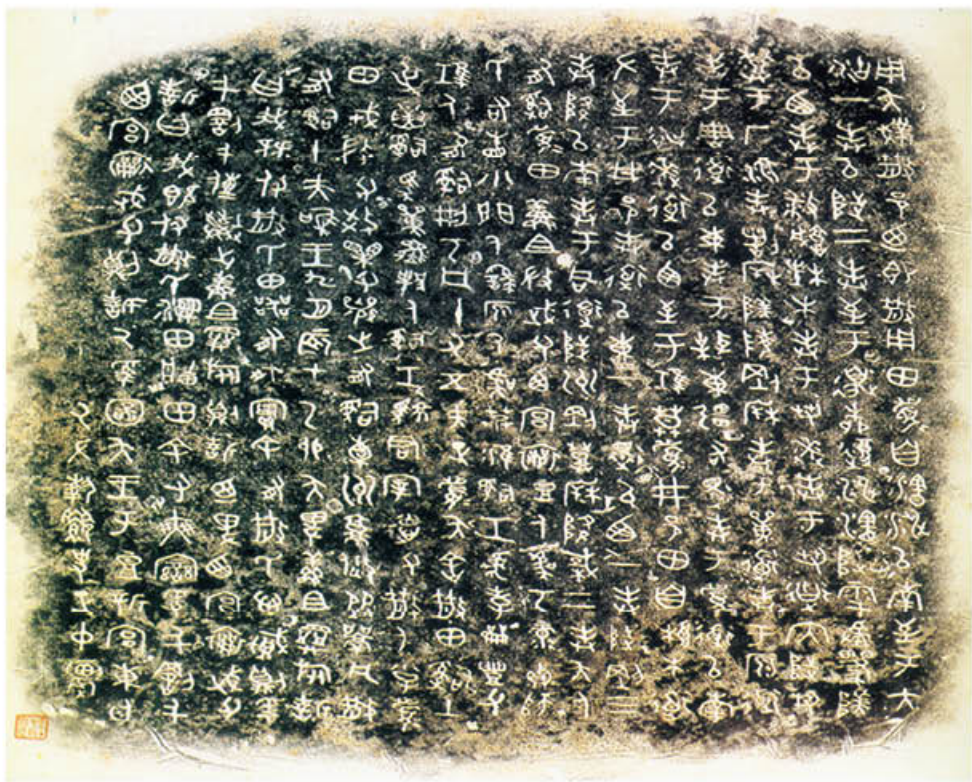


综合·探索

第12课

认识篆书

篆书是五体书中最古老的一种字体。它从孕育到成熟历时漫长，且面貌多样。人们通常将秦朝建立前写法各异的篆书统称为“大篆”，之后重新规范、统一了的标准篆书称为“小篆”。



金文

金文指古代铜器上铸的或刻的文字，通常专指殷商秦汉铜器上的汉字。它的线条比较粗，比较圆，结体也比较圆。



石鼓文

大篆代表作品是《石鼓文》。春秋战国时期镌刻在十个鼓形石上的“石鼓文”，它结体略呈方形，古拙雄强。

释文：马既同/车既好

泰山刻石 秦代

小篆代表作品是《泰山刻石》，线条圆润婉转，结体工整，分间布白极其匀称。上紧下松的空间分割造成了“引体向上”的动感。

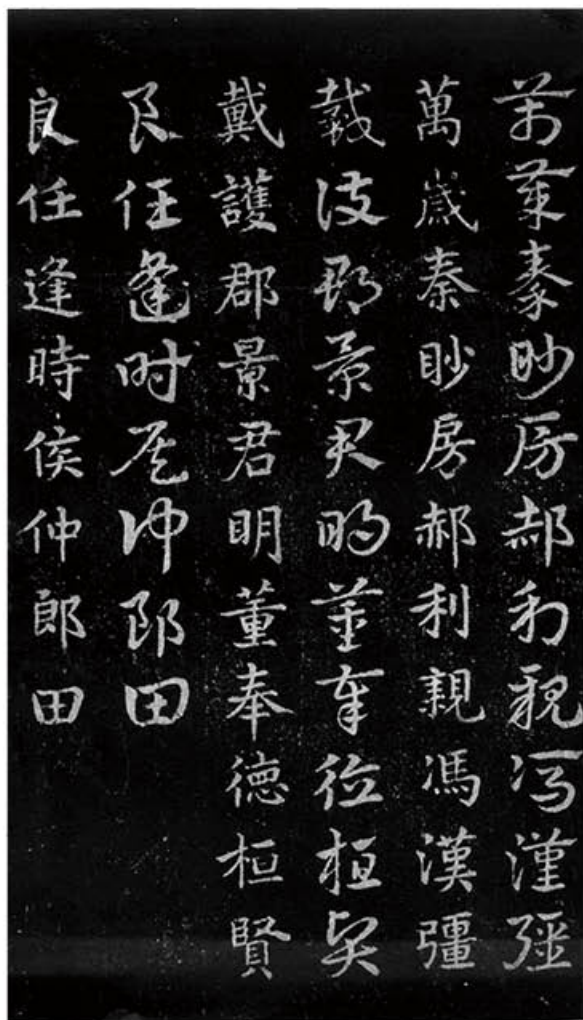
释文：贵贱分/明男女/体（礼）
顺慎



第13课

认识草书

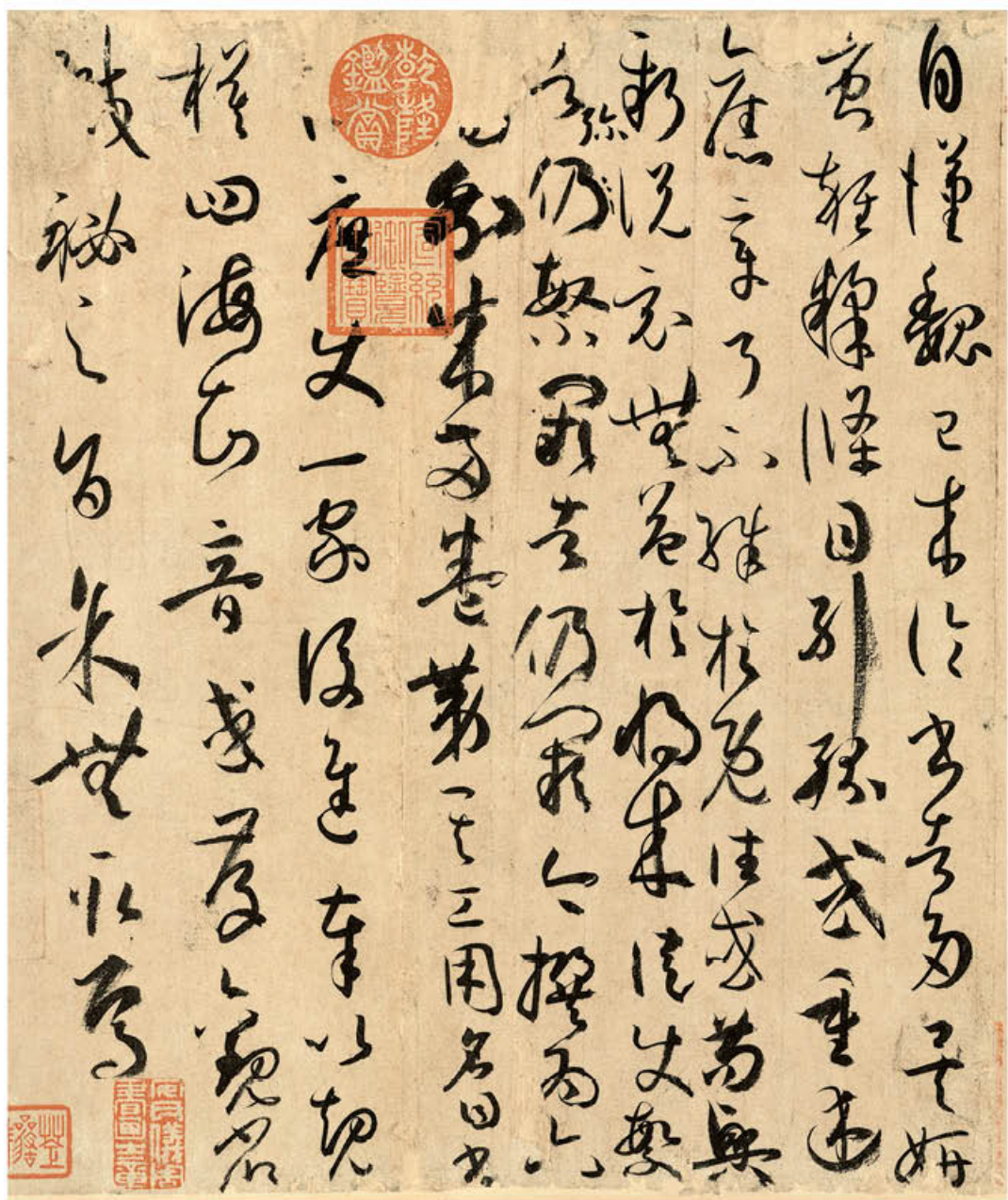
草书源于篆书向隶书演变过程中的连笔书写。真正意义上的早期草书——“章草”形成于汉代，它的书写方法受到隶书影响，点画有波磔，结体取横势，字与字不相连贯。之后，为了进一步提高书写速度，草书在减省笔画的基础上再加强连贯，于是波磔的笔画逐渐没有了，上下笔画与上下字开始一气呵成，出现了“今草”。



急就章（局部） 三国吴 皇象

笔笔交代清楚，没有游丝牵引，同时，隶书雁尾波挑的笔法也非常丰富，结体取横势，有古朴简雅的趣味。

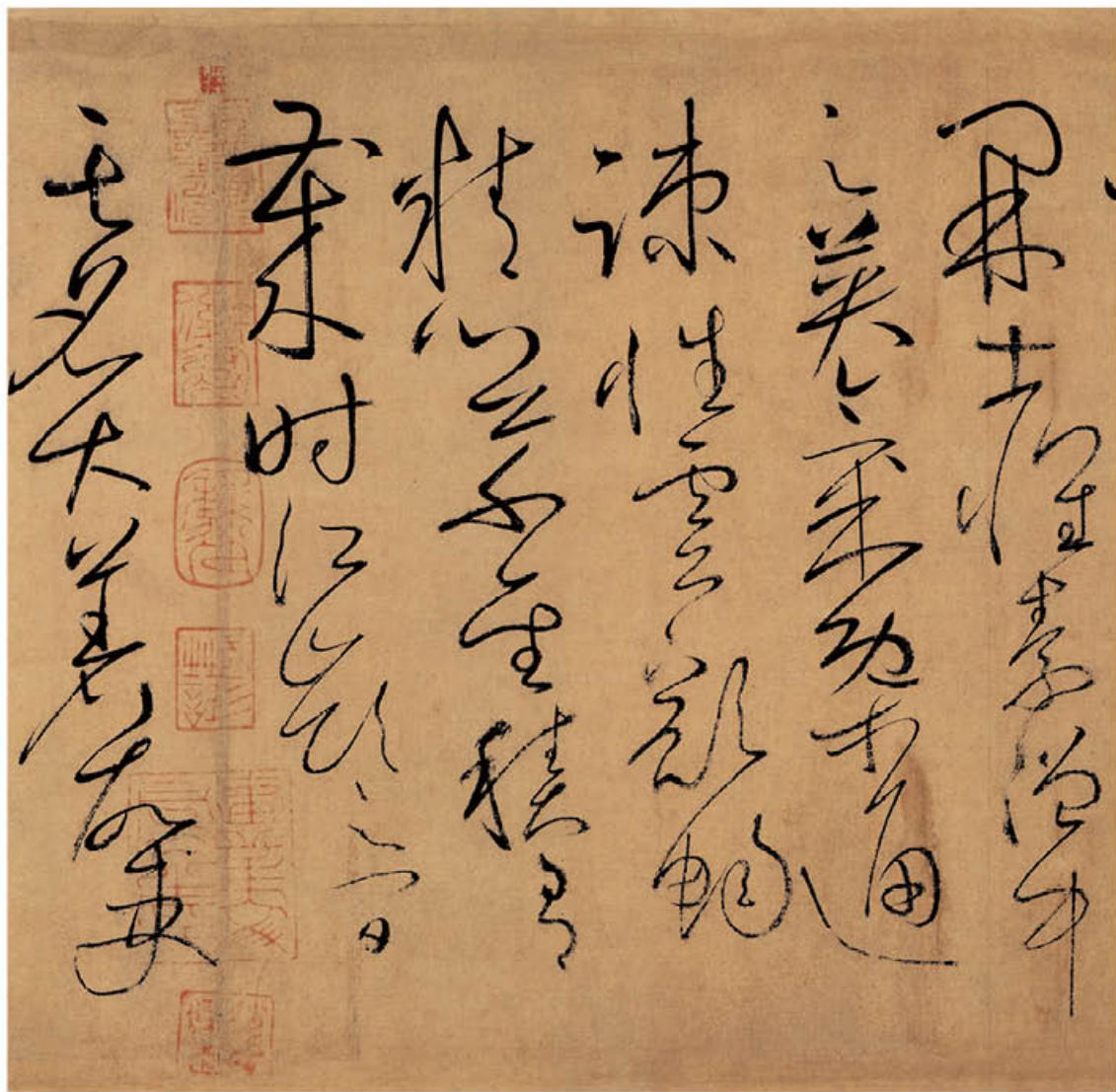
释文：万岁秦眇房郝利亲冯汉彊/戴护郡景君明董奉德桓贤/良任逢时候仲郎田



书谱（局部） 唐代 孙过庭

运笔娴熟，提按使转变化丰富，有时细如丝，有时宽似带。到狂放处，破毫也不顾忌。

释文：自汉魏已来论书者多矣妍/蚩杂糅条目纠纷或重述/旧章了不殊于既往或苟兴/新说竟无益于将来徒使繁/者弥繁阙者仍阙今撰为六/篇分成两卷第其工用名曰书/谱庶使一家后进模四海知音或存观省/缄秘之旨余无取焉



自叙帖（局部） 唐代 怀素

用笔以中锋为主，线条富有弹性。笔画圆转遒劲，如铁画银钩；笔势连绵，运笔上下翻转，忽左忽右，徐疾相间，节奏分明，如音符在跳动。

释文：开士怀素僧中/之英气概通/疏性灵豁畅/精心草圣积有/岁时江岭
之间/其名大著故吏

古往今来，亲友临别，常以诗文相赠，因此留下许多佳话和感人至深的诗句。



古诗中的临别赠言

劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人。

（王维）

桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。

（李白）

莫愁前路无知己，天下谁人不识君？

（高适）

海内存知己，天涯若比邻。（王勃）

●如何写赠言

毕业前夕，我们同样有许多美好的祝愿要送给老师和同学。

①书写内容：心中最想表达的话语，言简意赅。

②书写形式：可以是留言卡、书签、日记本首页，也可以是条幅、斗方。



●赠老师

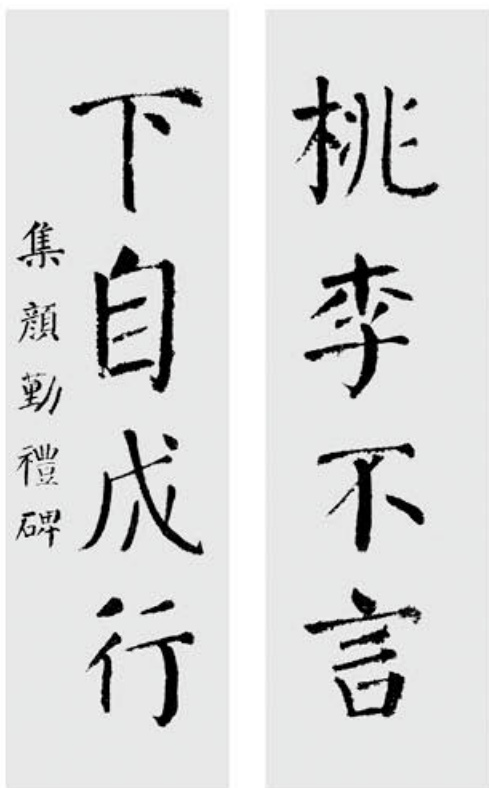
确定书写内容，然后在原帖中寻找相对应的字进行集字创作。原帖上没有的字，可以根据字的间架结构，选择原帖上相关部件的字进行拆分组合，并注意与其他字整体保持一致。



“桃李不言，下自成行”（《颜勤礼碑》集字，语出晋·潘岳《太宰鲁武公诔》）

试一试

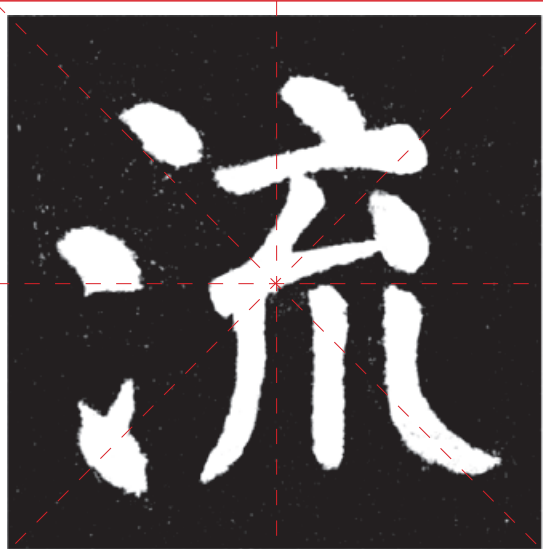
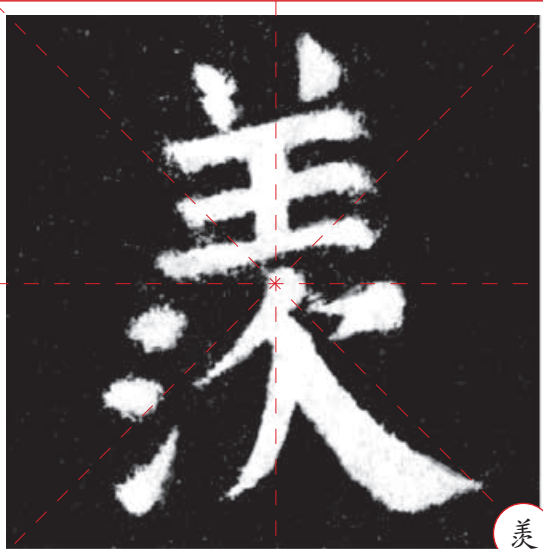
以感谢师恩为主题进行集字创作。



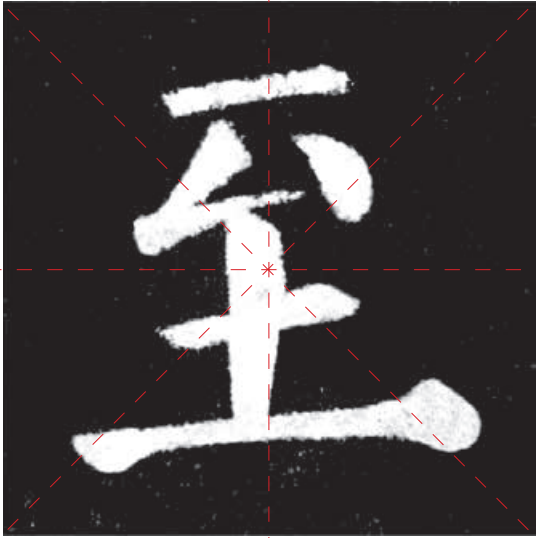
课堂练习记录册

_____ 年级 _____ 班

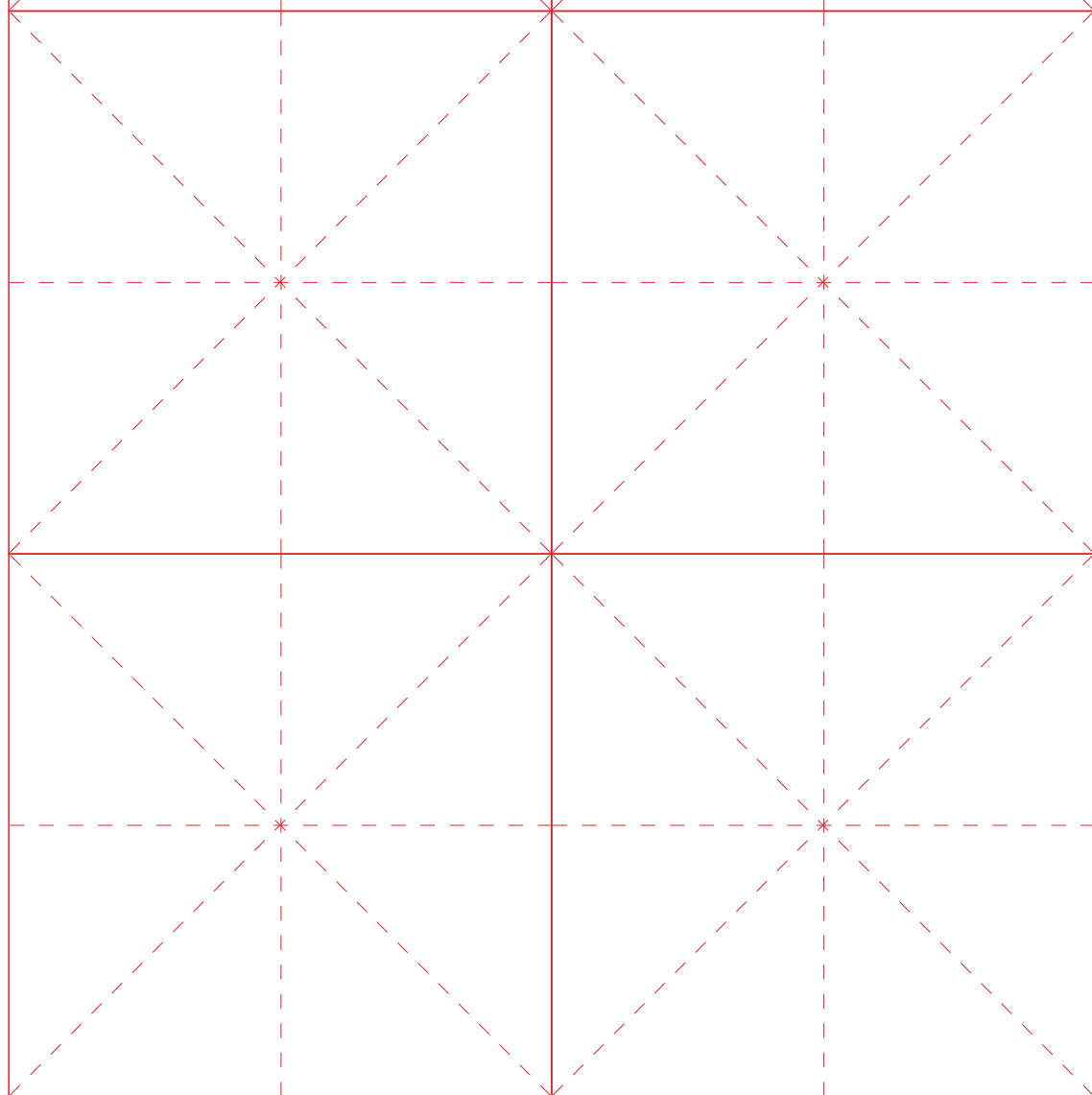
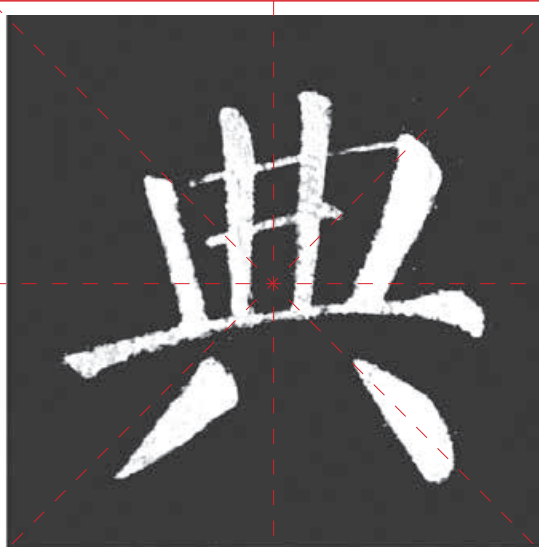
姓名 _____

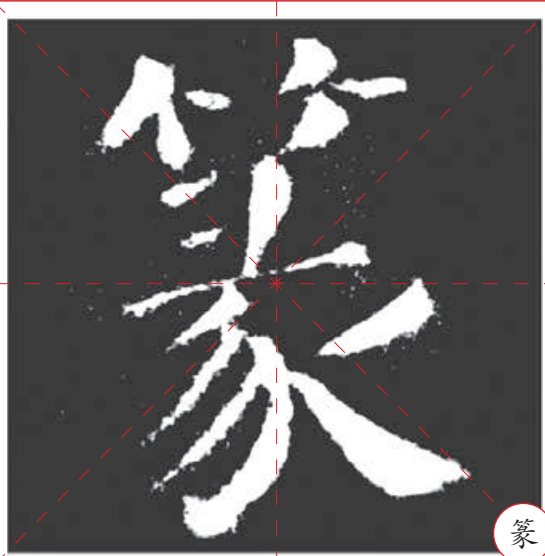
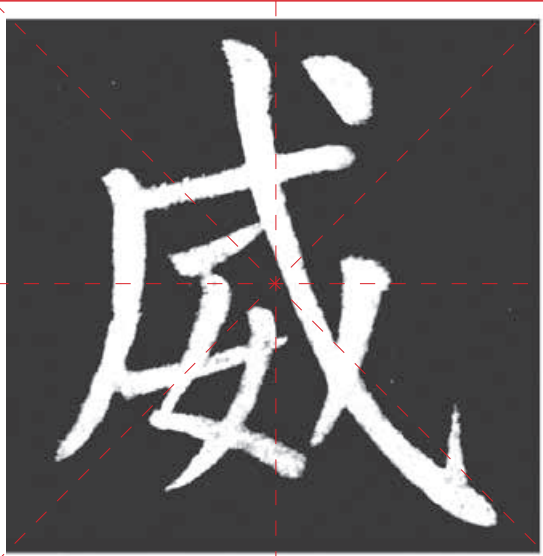


美

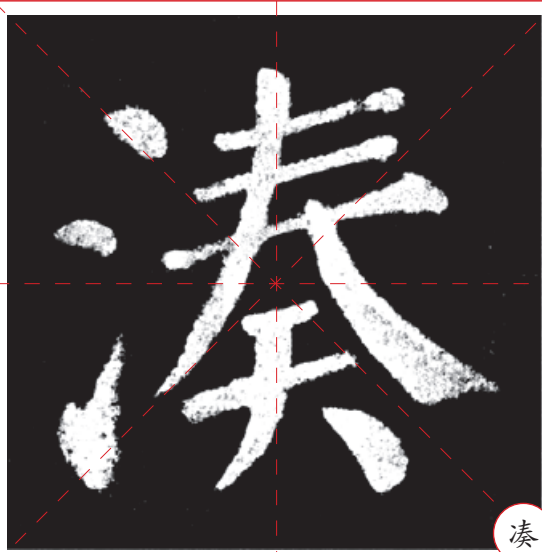


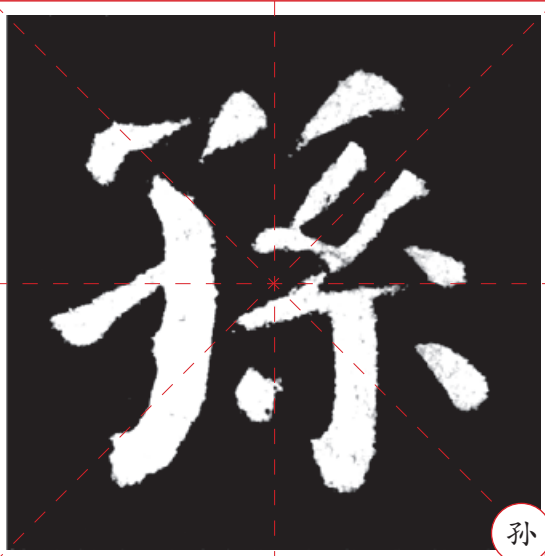
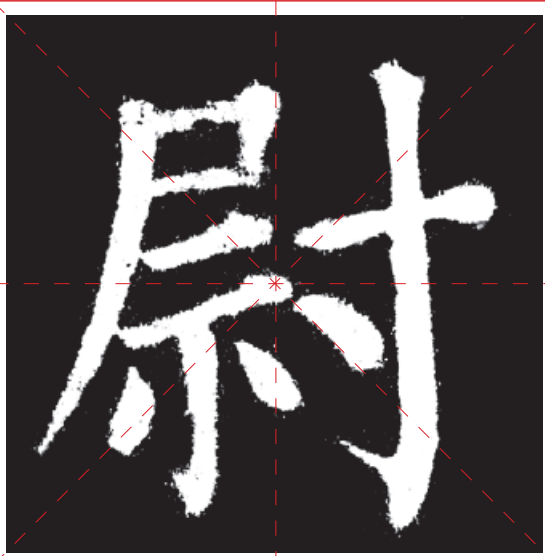
童



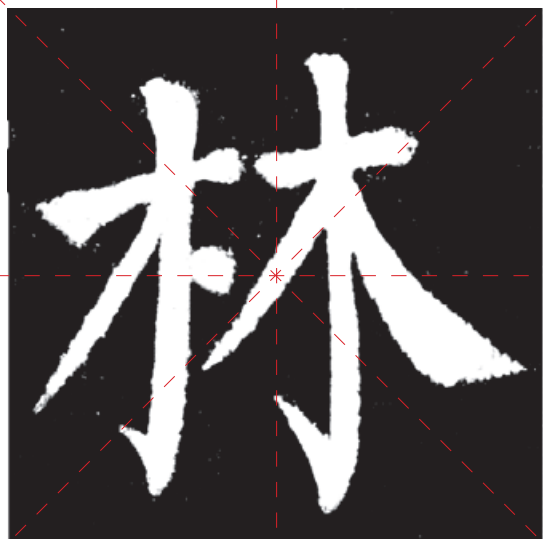
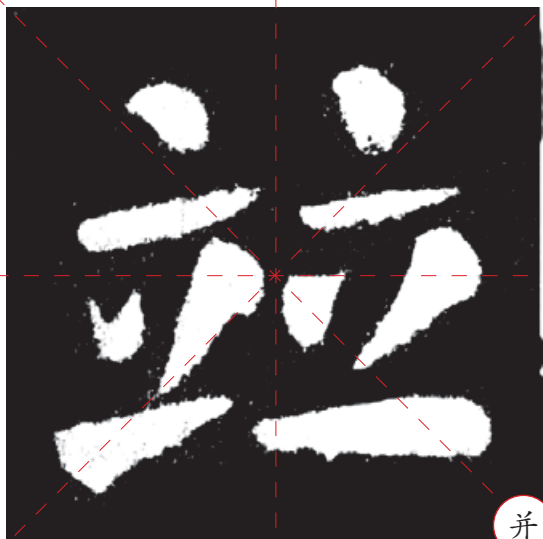


篆

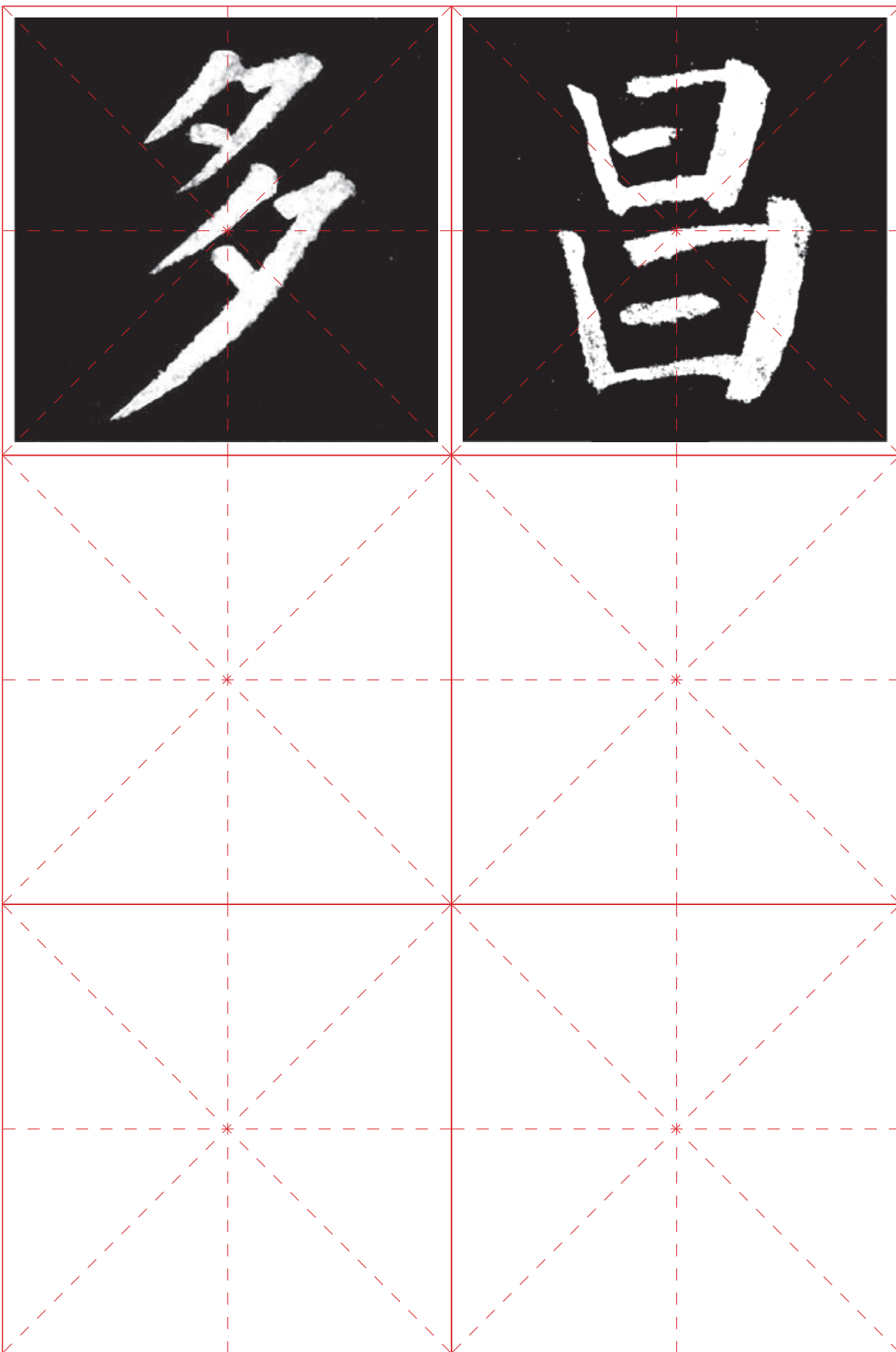


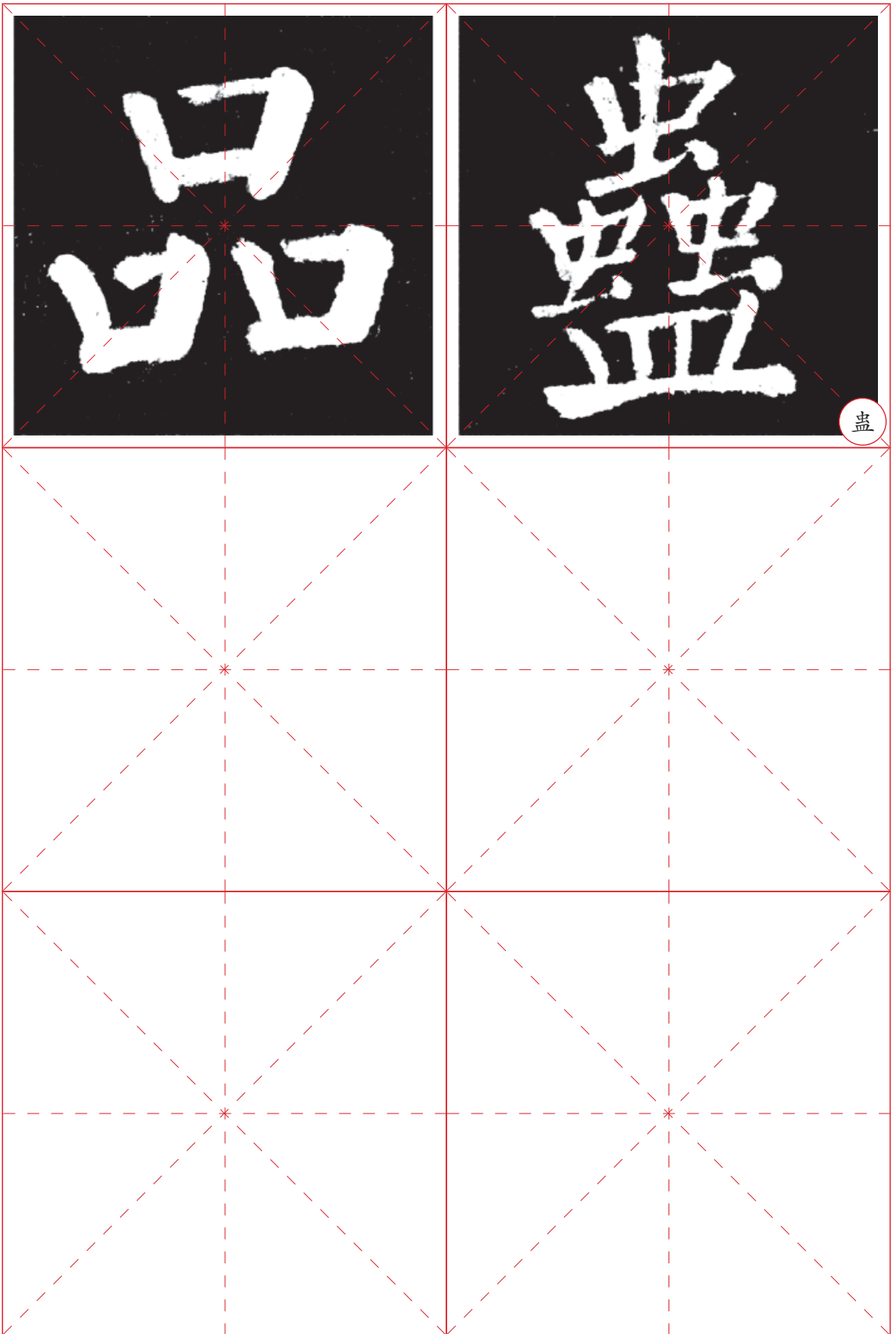


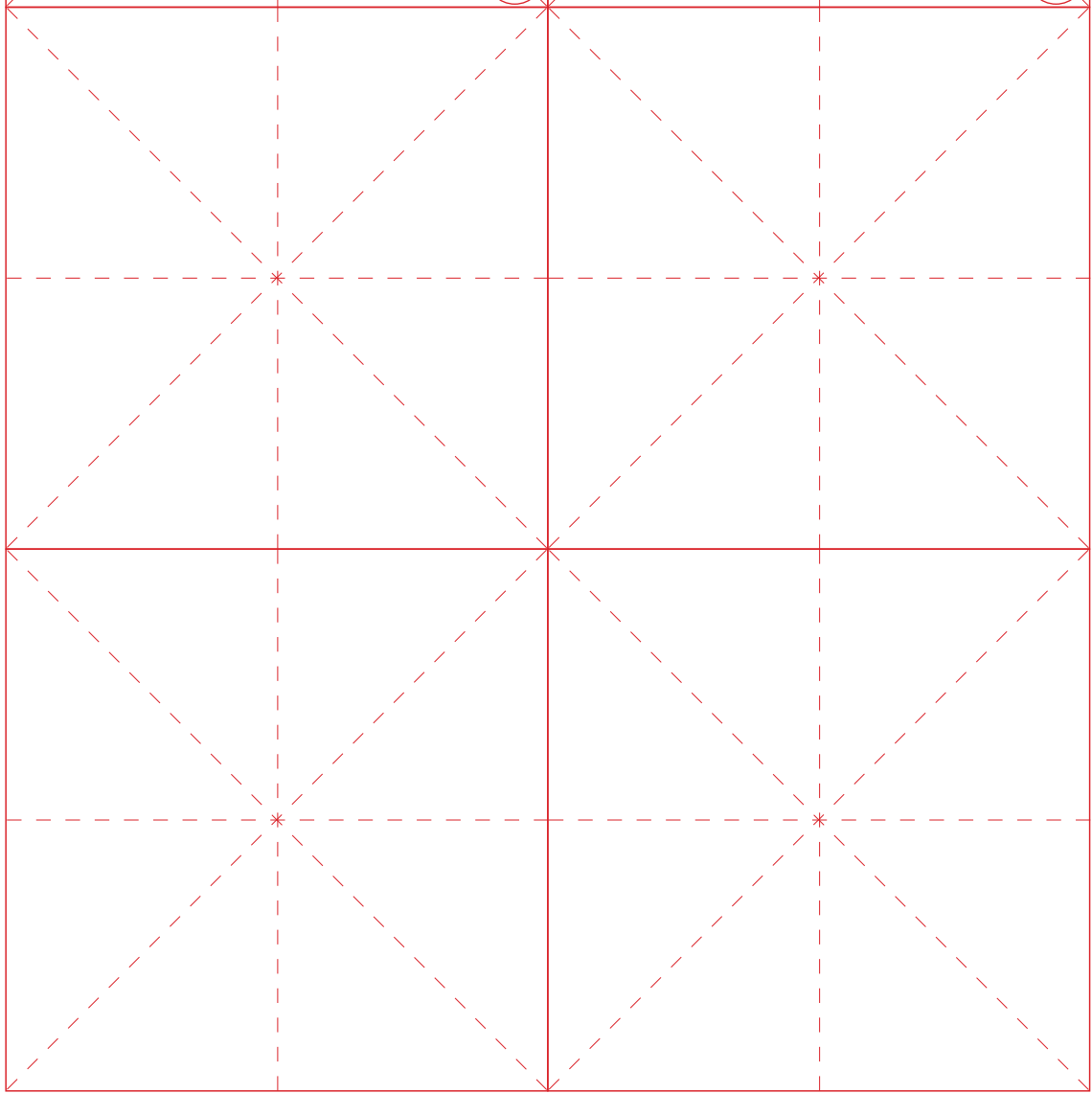
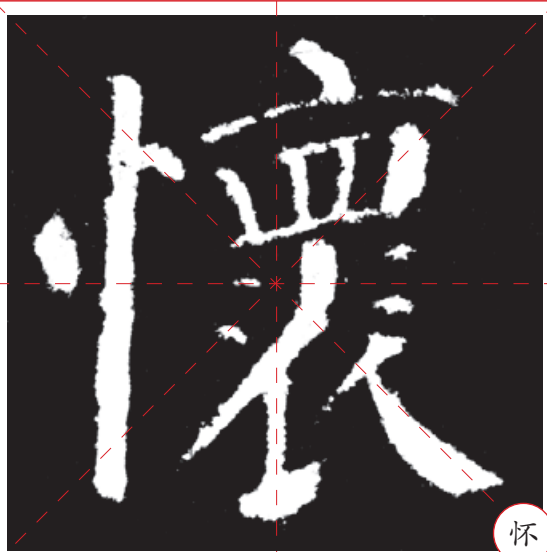
孫

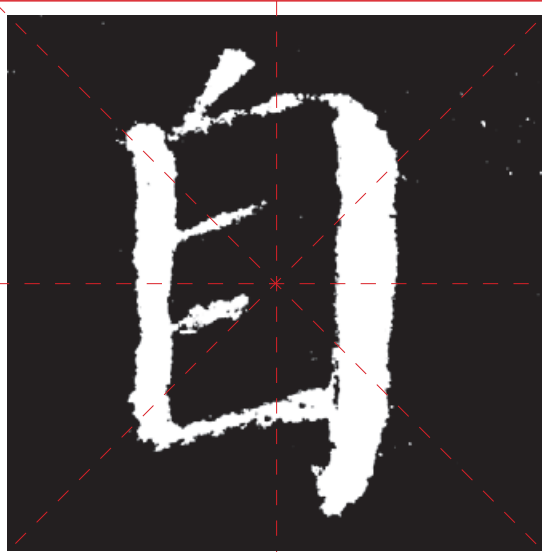


并

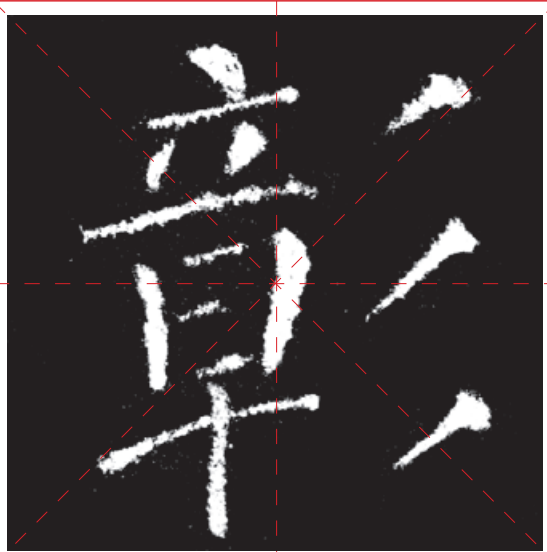
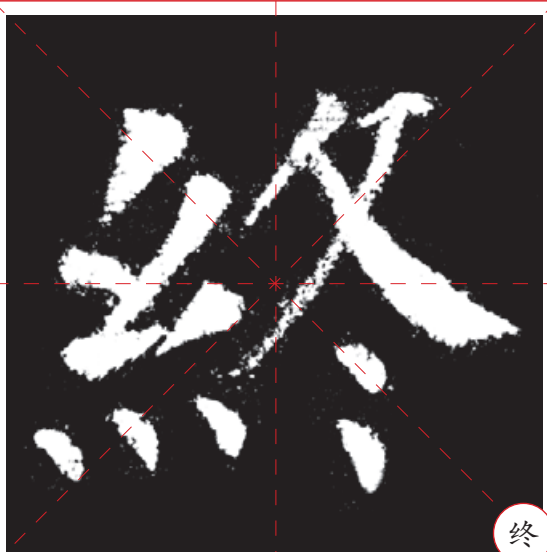




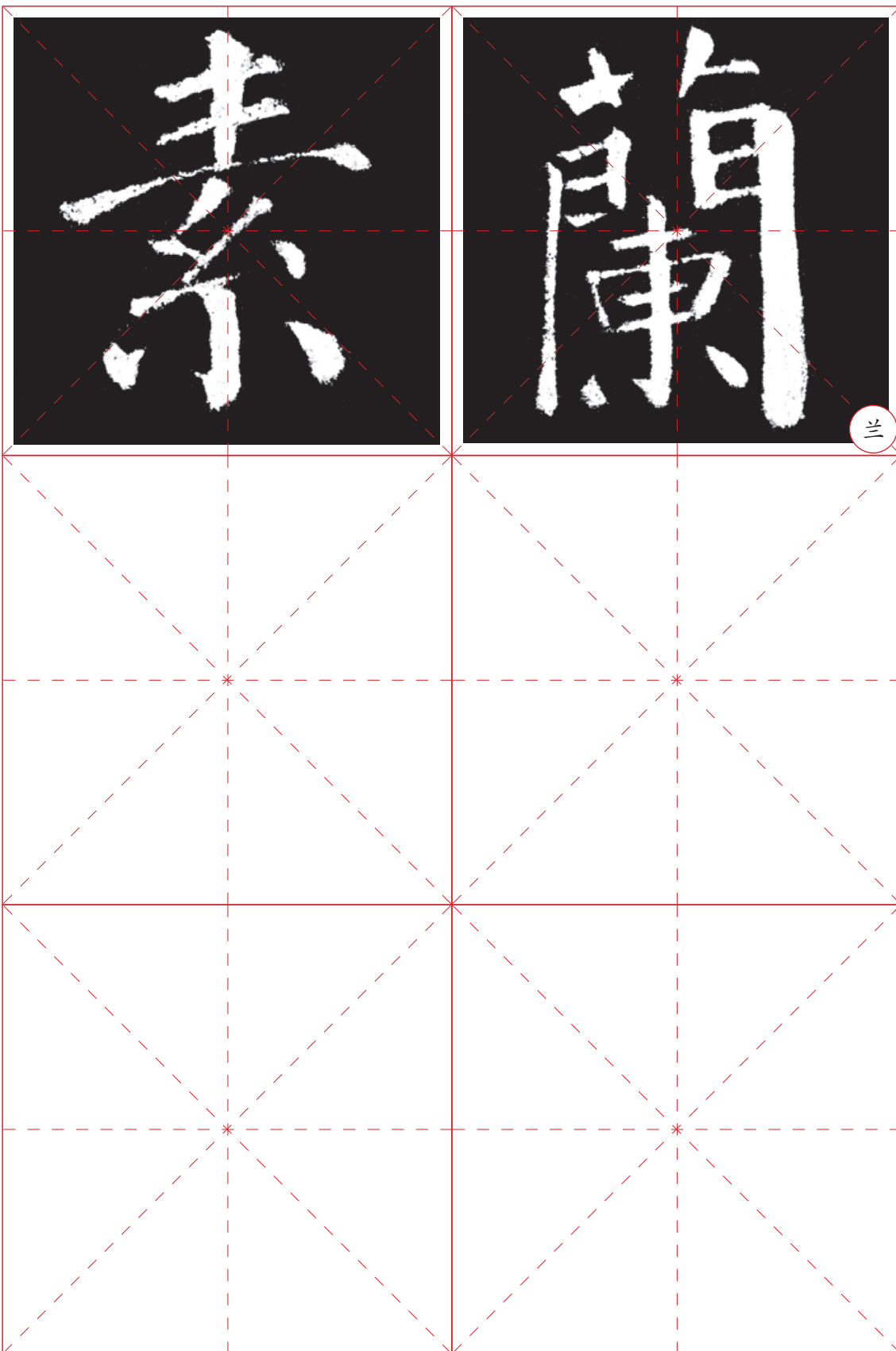


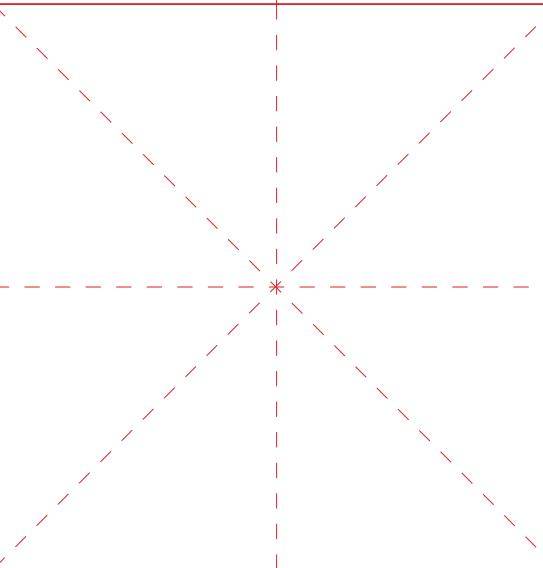
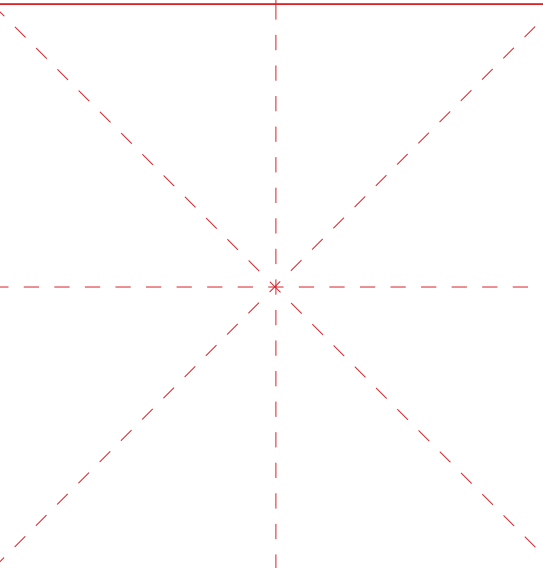
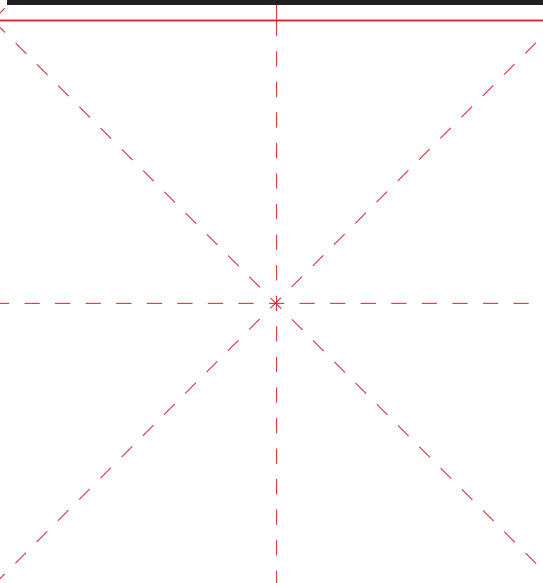
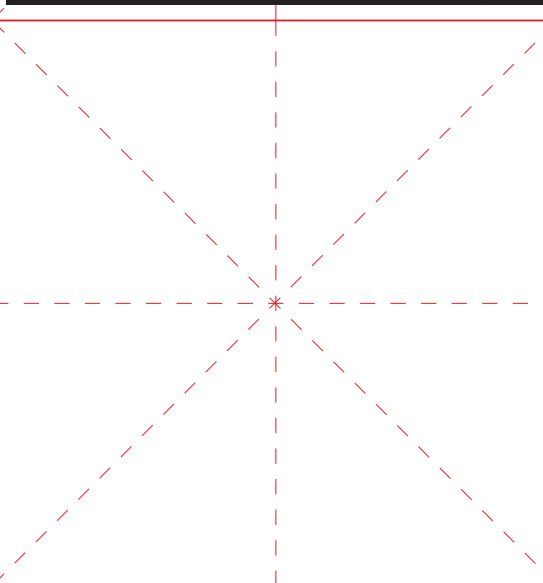
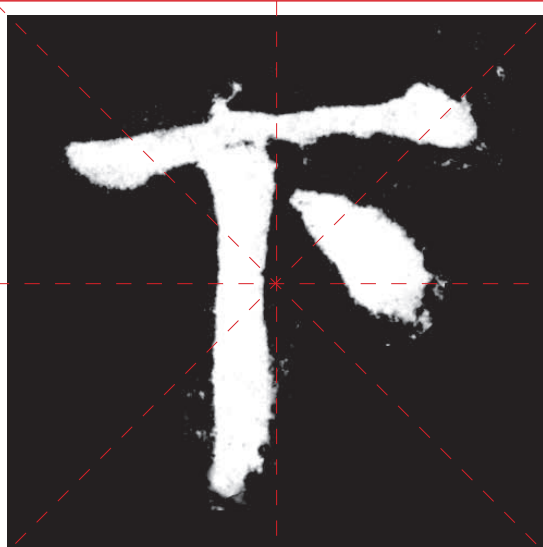
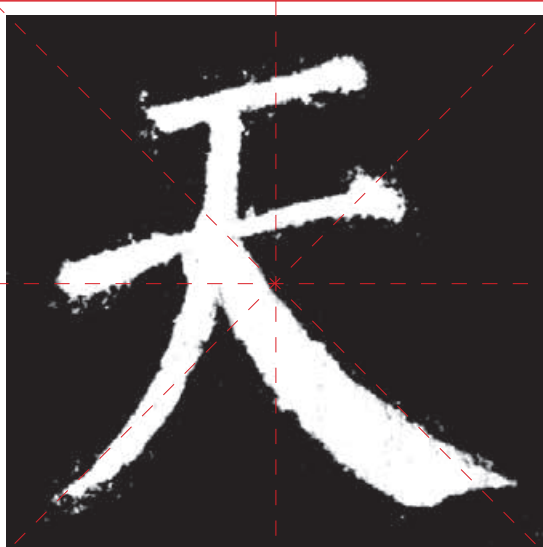


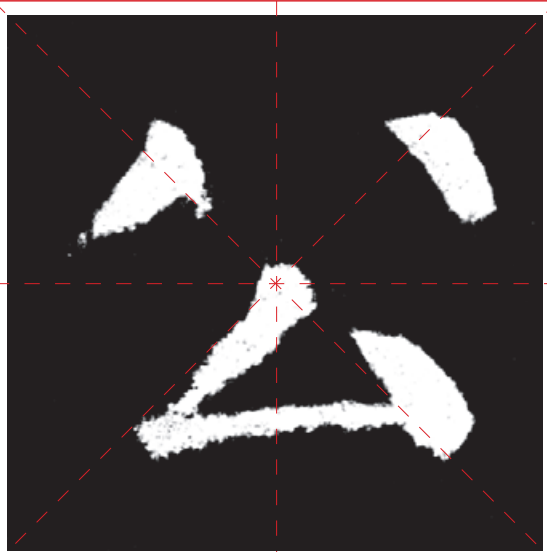
履



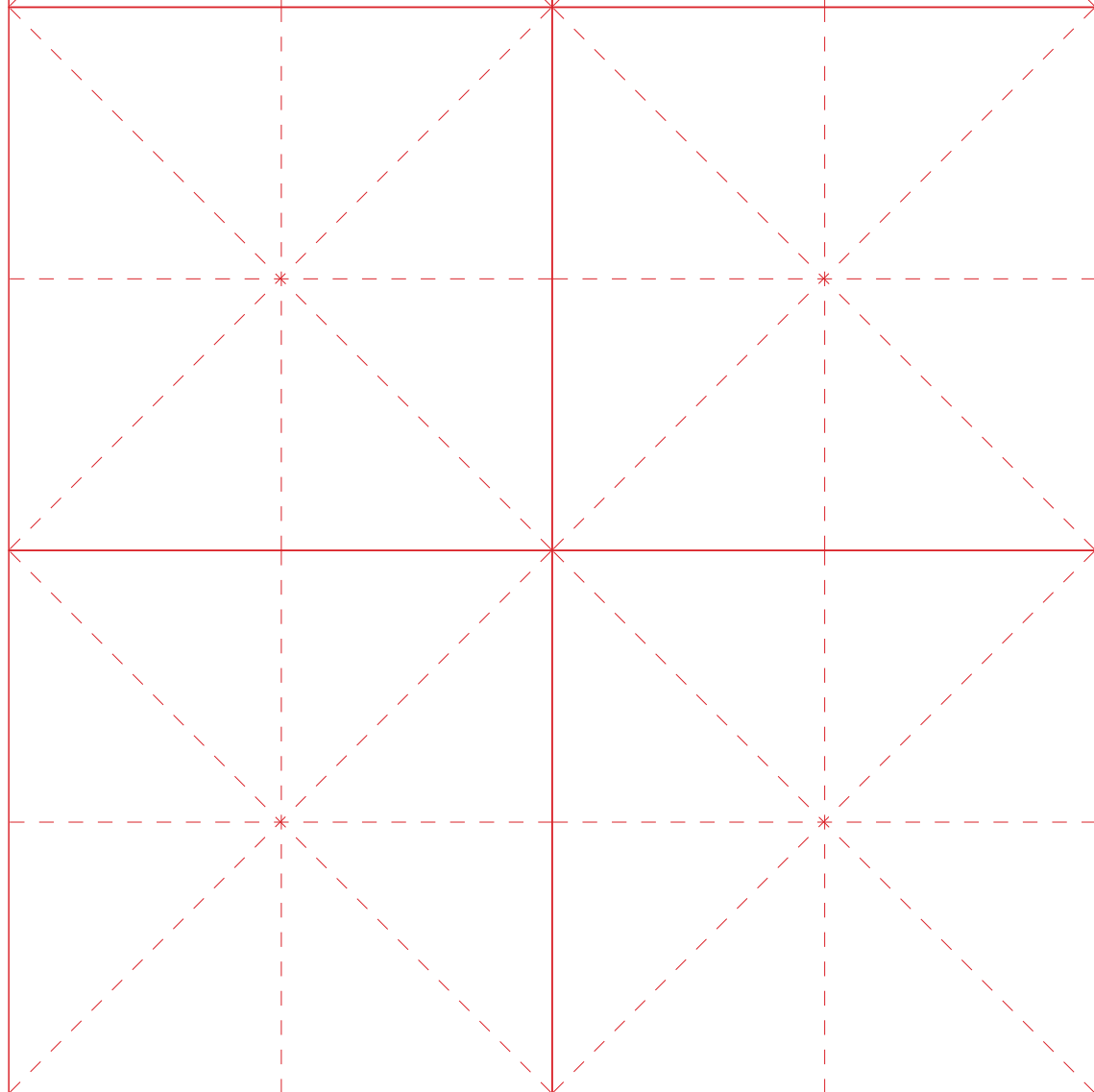
终

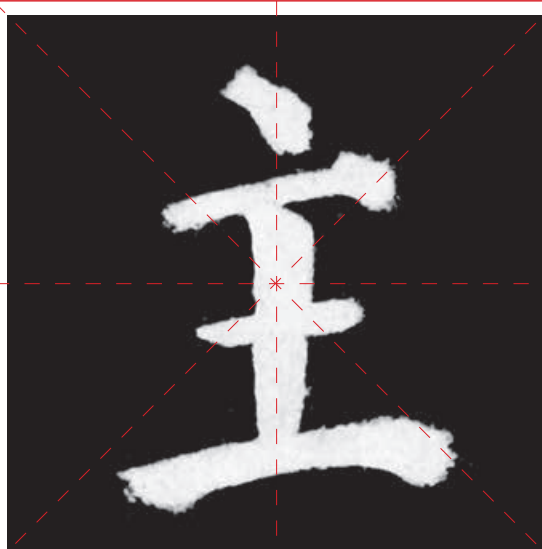
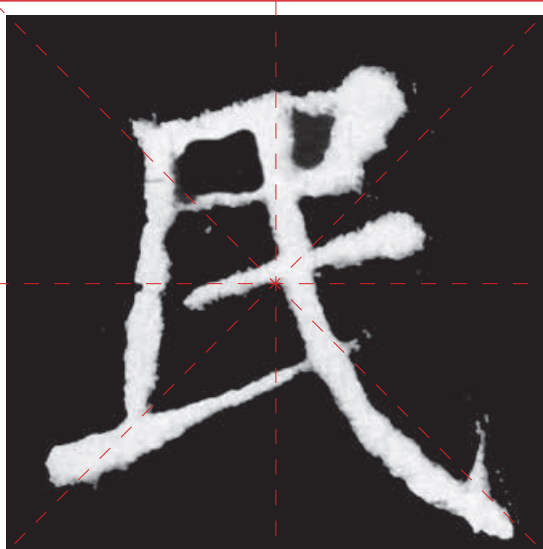


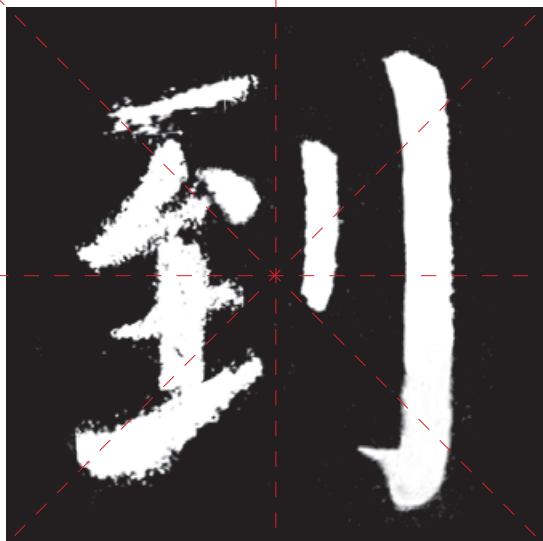


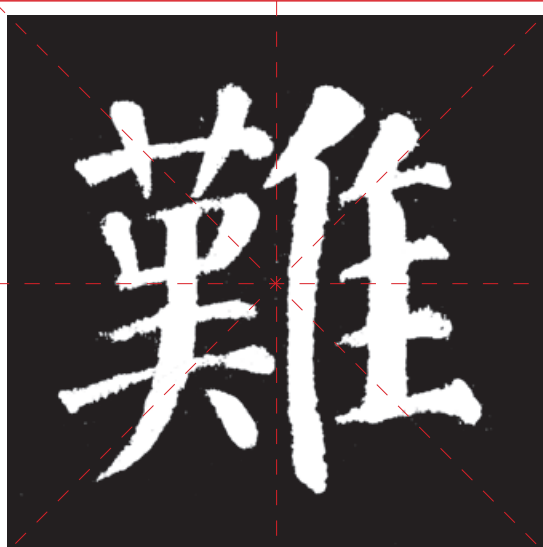
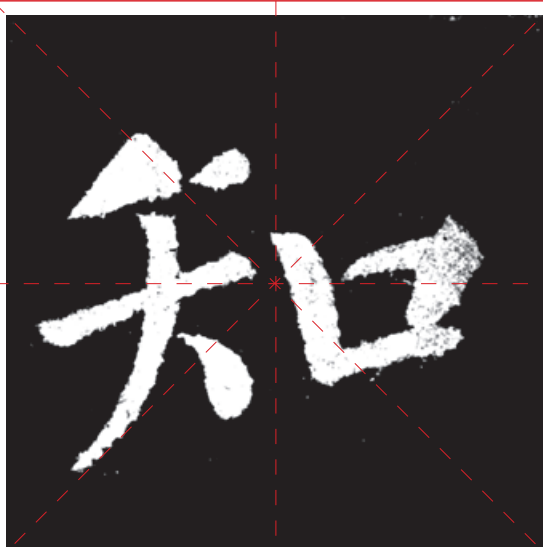


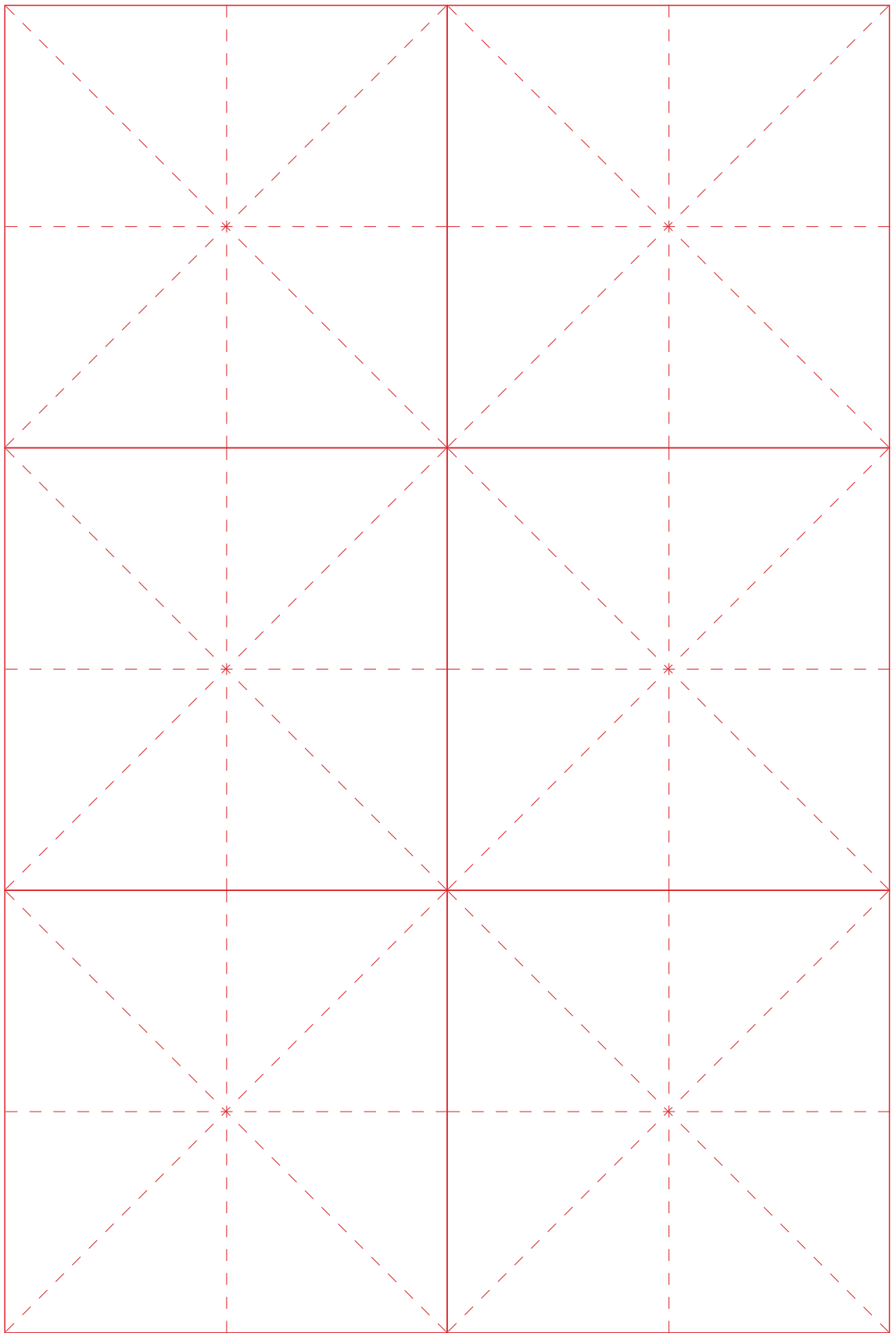
为











义务教育三至六年级 书法练习指导 (实验) 六年级下册

湖南美术出版社

走日也天朗氣清惠風和暢
一觴一詠上足以暢叙



绿色印刷产品

ISBN 978-7-5356-6098-5



9 787535 660985 >

定价: 6.35 元

批准文号: 湘发改价费〔2017〕343号