



义务教育三至六年级

书法练习指导 (实验)



三年級
下冊

上海科技教育出版社

藏新日肉觀其
移山迴澗窮泰
趣侈人從欲良
之深尤至於炎
景流金無懣蒸
之氣微風徐動
有淒清之涼信

蔽亏日月。观其移山回涧，穷泰极侈，（以）人从欲，良足深尤。至于炎景流金，无郁蒸之气；微风徐动，有凄清之凉。信。

欧阳询《九成宫醴泉铭》（局部）

义务教育三至六年级

书法练习指导 (实验)



三年级
下册



目录

第一单元 基本笔画的综合练习

- 第1课 综合练习11
- 第2课 综合练习23
- 第3课 综合练习35
- 第4课 综合练习47

第二单元 复合笔画的书写一

- 第5课 横折折、横折折折9
- 第6课 竖提、横折提11
- 第7课 竖折折、竖折折钩13
- 第8课 横钩、横折钩、横斜钩15

第三单元 复合笔画的书写二

- 第9课 撇点、横撇、横撇弯钩17
- 第10课 竖弯、竖弯钩、竖折撇19
- 第11课 横折弯、横折折撇21
- 第12课 横折弯钩、横折折折钩23

第四单元 复合笔画的综合练习

- 第13课 综合练习125
- 第14课 综合练习227
- 第15课 综合练习329
- 第16课 综合练习431

综合实践活动

- 书法故事会33
- 书法练习评价表35
- 练字表36
- 书法练习练-1

第 1 课 综合练习1

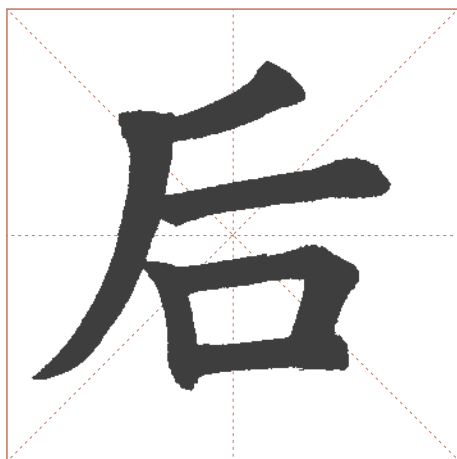
长江后浪推前浪



- ① 由横、竖提、撇、捺构成。
- ② 横在横中线上。
- ③ 竖提直而有力。
- ④ 捺要舒展。



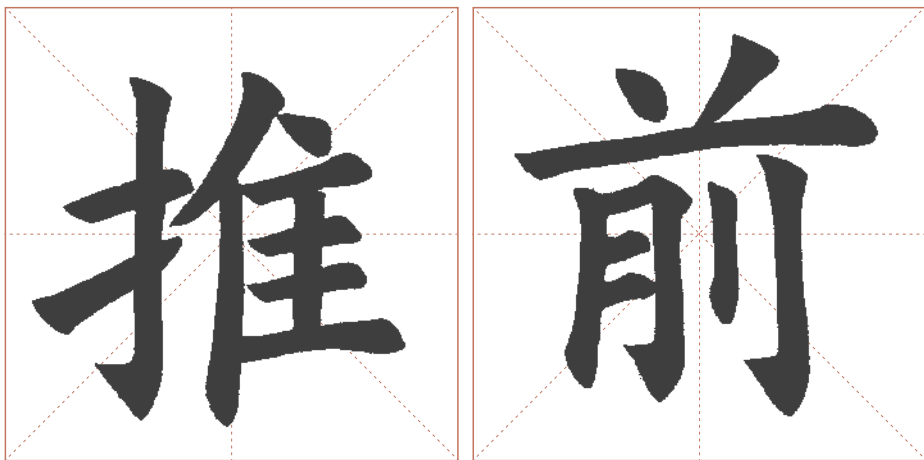
- ① 由水旁点、横、竖构成。
- ② 三点排列要有弧形，挑点角度须与短横起笔形成连贯之势。
- ③ 短竖起落在两横中央。



- ① 由撇、横、竖、横折构成。
- ② 平撇、竖撇形态各异。
- ③ 平撇、横、横折间的距离匀称。



- ① 由水旁点、点、横折、横、竖提、撇、捺构成。
- ② 竖提有力，在竖中线的偏左处。
- ③ 撇短捺长，捺要舒展。



- ① 由横、竖钩、提、撇、竖、点构成。
- ② 垂露竖在竖中线上。三竖基本平行。
- ③ 撇穿插在左部空档。提为平提。
- ④ 四横形状、长短不一。

- ① 由相向点、横、竖、横折钩、竖钩构成。
- ② 相向点大致以竖中线对称,长横伸展。
- ③ 横画和竖画分别基本平行,间距大致相等。

【长江后浪推前浪】比喻人或事物不断发展更迭。多指新人新事代替旧人旧事。

双钩填墨的方法

“双钩填墨”，就是用透明纸蒙在帖上，先用细笔沿着帖字点画的边缘把字的轮廓勾勒出来，仔细体会点画的位置和笔势，再用毛笔蘸墨描摹填实。

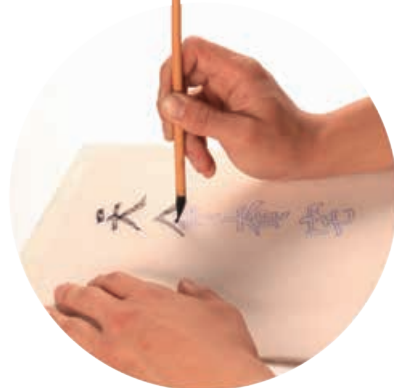
在描摹填实的过程中，先要仔细观察点画位置，琢磨起笔、行笔、收笔的方法和轻重，再下笔，一笔填满轮廓，不能用毛笔来回涂抹。



蒙纸



双钩



填墨

第 2 课 综合练习2

两全其美



- ① 由横、竖、横折钩、撇、点构成。
- ② 两竖左短右长。
- ③ 框内的撇和点分布均匀,略左紧右松。



- ① 由撇、捺、横、竖构成。
- ② 撇捺在竖中线上起笔,开张盖住“王”。
- ③ 横画笔势有变化,竖画在竖中线上。



- ① 由横、竖、相背点构成。
- ② 横画长短不一。两竖左短右长。
- ③ 相背点为撇点和侧点,分居竖中线左右。

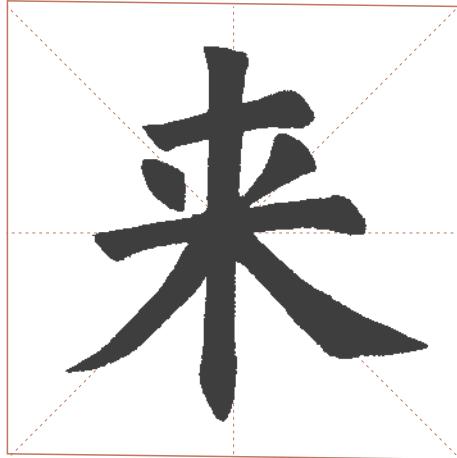


- ① 由相向点、横、竖、撇、捺构成。
- ② 横画长短形状有变化,间距大致相等。
- ③ 竖基本在竖中线上,撇捺开张。

你来我往



- ① 由撇、竖、横钩、竖钩、左右点构成。
- ② 两撇长短不一，弯度也略有变化。
- ③ 左右点是反点和侧点，以竖钩对称。



- ① 由横、竖、相向点、撇、捺构成。
- ② 垂露竖在竖中线上。
- ③ 两横长短不一，第二横落在横中线上。



- ① 由撇、横、竖钩、提、斜钩、点构成。
- ② 第一撇为平撇。
- ③ 斜钩起笔较高，往右下方伸展到位，成为主笔。

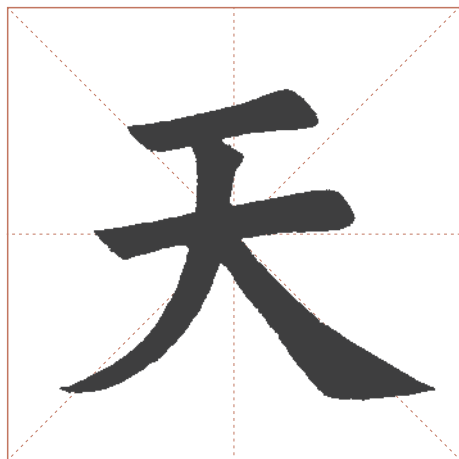
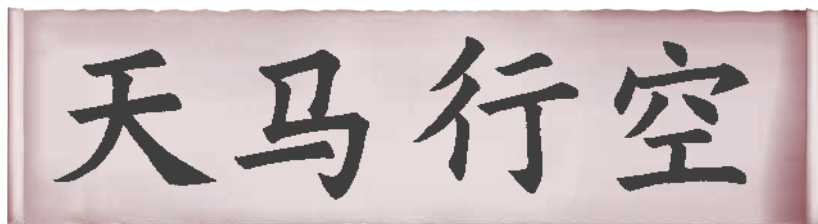


- ① 由撇、竖、点和横构成。
- ② 两撇长短不一，起笔在一直线上。
- ③ 竖画、横画基本平行，横画形状不同。

【两全其美】全：顾全。美：美好，美满。做一件事圆满地照顾到两个方面；使两方面都得到好处。

【你来我往】相互来往。多指亲朋好友之间交往频繁，关系密切。

第 3 课 综合练习3



- ① 由横、撇、捺构成。
- ② 两横长短不一。
- ③ 撇从第一横中间起，捺从第二横与撇的交点处起笔。



- ① 由横折、竖折折钩、横构成。
- ② 第一横写短，最后一横起笔靠左，水平伸展。

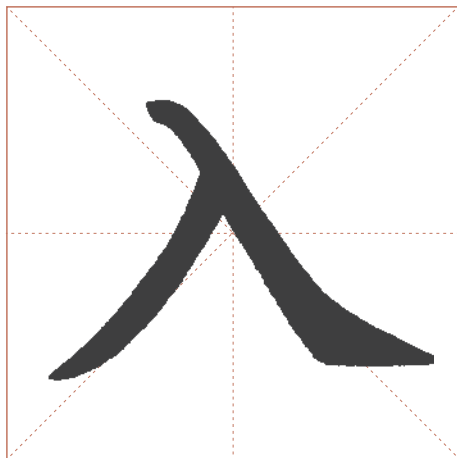


- ① 由撇、竖、横、竖钩构成。
- ② 竖是垂露竖。第一横的起笔大致在第二撇起笔的水平位置。

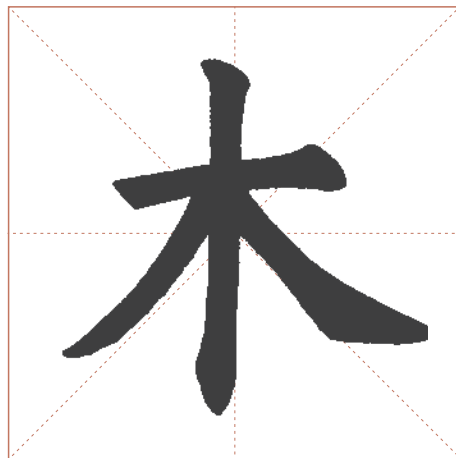


- ① 由点、横钩、相背点、横、竖构成。
- ② 第一点和竖在竖中线上。相背点分别在竖中线的两侧。

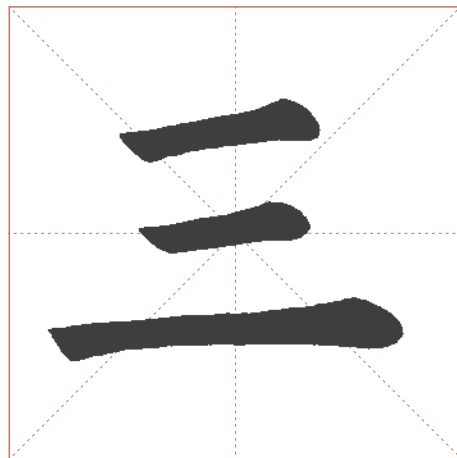
入木三分



- ① 由撇、捺构成。
- ② 撇在竖中线起笔,斜捺伸展。
- ③ 撇、捺呼应,撇尾与捺脚齐平。



- ① 由横、竖、撇、捺构成。
- ② 垂露竖在竖中线上。
- ③ 撇、捺舒展,底部齐平。



- ① 由三个横画构成。
- ② 第一横平直,第二横顺锋起笔,第三横为长横,笔画伸展,有提按变化。
- ③ 三横间距均匀。



- ① 由撇、捺、横折钩构成。
- ② 撇捺伸展,底部齐平。
- ③ “刀”插入上部,居竖中线两侧。

【天马行空】天马:神马。行空:腾空飞行。天马奔驰神速,像腾空飞行,比喻思绪纵横驰骋,不受拘束。

【入木三分】相传晋代书法家王羲之在木板上写字,刻字的人发现墨汁透入木板有三分深。现在用来形容书法刚劲有力,也用来形容议论、见解深刻。

第4课 综合练习4

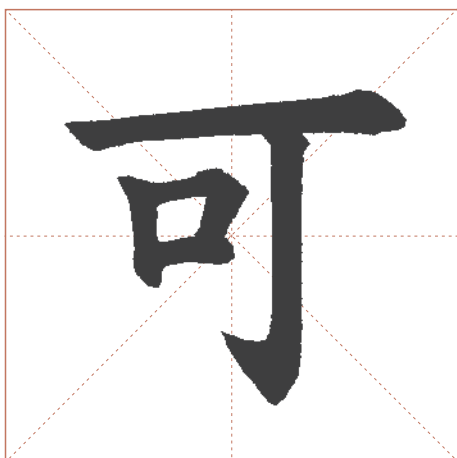
机不可失，时不再来



- ① 由横、竖、撇、点、横折弯钩构成。
- ② 两撇长度和取势不一。
- ③ 横折弯钩的横要短，弯钩要舒展。



- ① 由横、竖、撇、点构成。
- ② 撇从横的中间偏右起笔，竖在竖中线上。
- ③ 点画为长点，须与左撇配合。



- ① 由横、竖、横折、竖钩构成。
- ② 第一横舒展，竖钩在横画的中间偏右起笔。
- ③ “口”字不出长横，并与长横、竖钩间隔匀称。



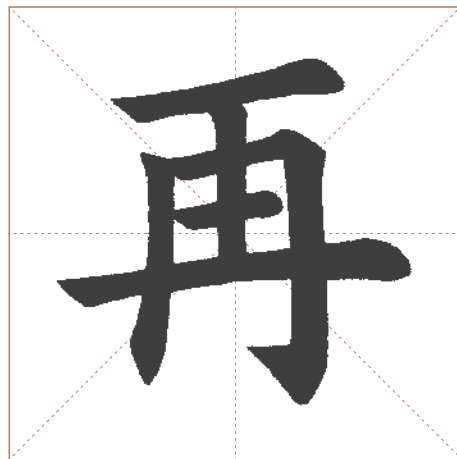
- ① 由撇、横、捺构成。
- ② 两横基本平行，但长短不一。第二横在横中线上。
- ③ 横、撇、捺的交点在中心点附近。撇、捺舒展。



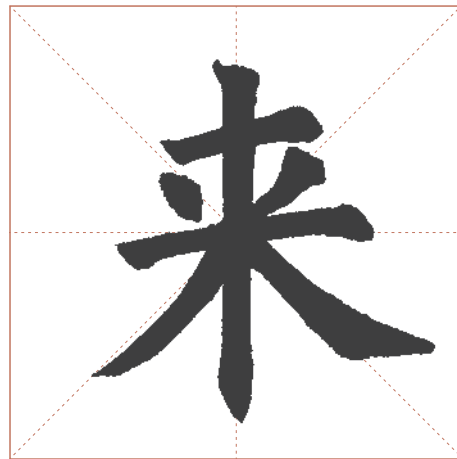
- ① 由竖、横折、横、竖钩、点构成。
- ② “日”瘦长，横画基本平行，间距大致相等。
- ③ 竖钩与“日”中的竖平行，笔画粗而有力。



- ① 由横、竖、撇、点构成。
- ② 撇从横的中间偏右起笔，竖在竖中线上。
- ③ 点画为长点，须与左撇配合。



- ① 由横、竖、横折钩构成。
- ② 四横基本平行，间距大致相等，长短不一。
- ③ 短竖在竖中线上。
- ④ 左右两竖以竖中线对称。



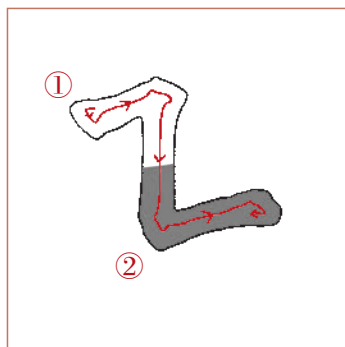
- ① 由横、竖、相向点、撇、捺构成。
- ② 撇点和撇长短不一，起笔都在斜线上。
- ③ 横画基本平行，形状不一。

【机不可失，时不再来】机、时：都是机会、时机的意思。失：错过，失去。时机很难得，不可以错过。错过了，机会就不会再有了。

第5课 横折折、横折折折

● 横折折

运笔解析



横折折,是由横、竖和横组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同竖折写法。

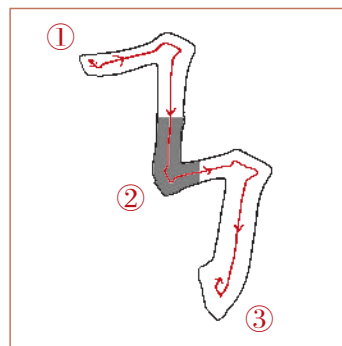
举一反三



观察这个字,横画和竖画的折角在写法上有哪些特点?

● 横折折折

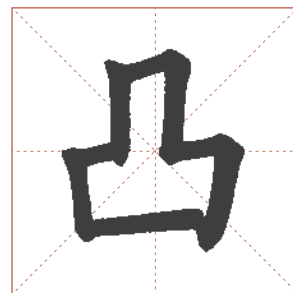
运笔解析



横折折折,是由横、竖、横和竖组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 中间部分同竖折写法。
- ③ 下半部分同横折写法。

举一反三



观察这个字,横画和竖画组合以后的长短有什么变化?

小贴士

1. 横竖笔画粗细有变化,一般横细竖粗。
2. 转折处通过提按可把方形轮廓写清楚。

仿影的方法

仿影也叫摹帖、拓写,就是用透明纸蒙在帖上面,然后笔随影走,按照显露出来的字迹写。仿影时,先仔细看字,了解字的笔画、笔顺、字形结构,做到下笔之前“心中先有字”“下笔即有意”。运笔须到位,不能来回涂抹。



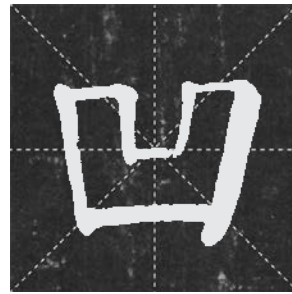
蒙纸



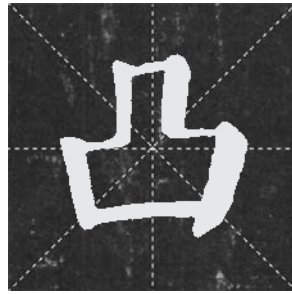
摹写

观察比较

仔细观察古代大书法家书写的“凹”和“凸”,比较字中相应的复合笔画形状有什么不同。



颜体



颜体

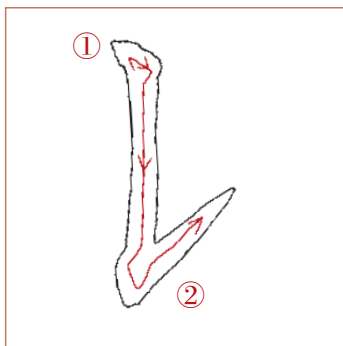
书法小实践

学习书法有一段时间了,你一定有不少感触吧?你可能想和更多的人分享自己在这方面的一些进步,也可能想知道别的学习在学习书法知识与练习书写过程中,有没有产生和你同样的疑问,又是如何解决的。可以举行一次主题班会,展示你们的习作,交流学习中的困惑,互相鼓励。

第 6 课 竖提、横折提

● 竖提

运笔解析



竖提又称“右向钩”。书写方法：

- ① 起笔、行笔同竖画。
- ② 至钩处提笔右下斜顿笔后，提笔调锋向右上行笔，渐行渐细，最后出锋收笔，力送锋端。

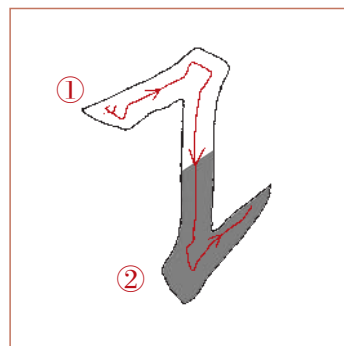
举一反三



观察这些字，“提”画和“钩”画有哪些不同？

● 横折提

运笔解析



横折提，是由短横、竖和提组成的复合笔画。书写方法：

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同竖提写法。

举一反三



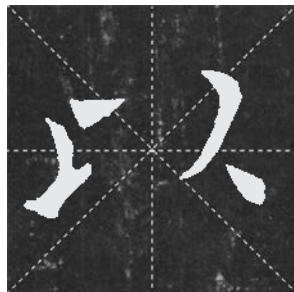
观察这些字，“横折提”中的两个折画有什么不同？

小贴士

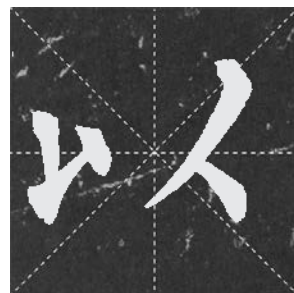
1. 横折提的竖画是垂直方向行笔。
2. 横折提短横和斜提的斜势不同。

观察比较

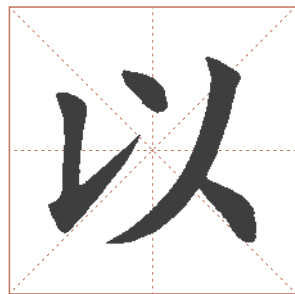
仔细观察古代大书法家书写的“以”字，比较字中相应的竖提形状有什么不同。



欧体



柳体



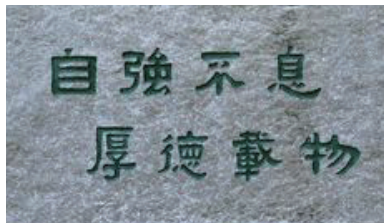
颜体



赵体

书法小实践

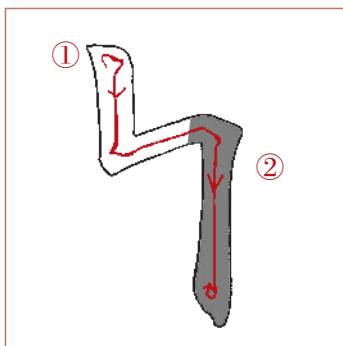
你留意过校园里的书法吗？校名、校训、教学楼题名、大门匾额文字或校园标语等都可能是毛笔书法作品。和小组同学一起，在学校进行考察，用拍照的方式记录你们的发现。在整理照片时，可就这些文字是否是手写体进行讨论，并交流手写体文字与印刷体文字带给你们的不同感受。



第 7 课 竖折折、竖折折钩

● 竖折折

运笔解析



竖折折,是由竖折、横折组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同竖折。
- ② 下半部分同横折,形态稍长。

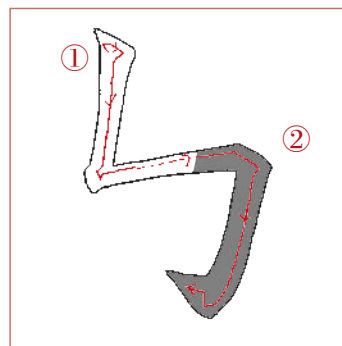
举一反三



观察这个字,“竖折折”是一笔,右边对称位置的笔画是几笔?

● 竖折折钩

运笔解析



竖折折钩,是由竖折和横折钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同竖折写法。
- ② 下半部分同横折钩写法。

举一反三



观察这些字,竖折折钩中两个竖画的取势是怎样的?两处折画形态一样吗?

小贴士

1. 折画中,折后的竖有时向左略微倾斜。
2. 竖折折钩的折钩有时向左倾斜。

观察比较

仔细观察古代大书法家书写的“乌”和“鸟”,比较字中相应的竖折折钩形状有什么不同。



欧体



赵体



颜体



赵体

文化长廊

欧阳询流连观碑

传说有一次,欧阳询在赶路途中,经过西晋大书法家索靖(jìng)所写的一方古碑。碑上的字笔力雄劲,气势非凡,欧阳询一下子就被吸引了。他先是在马上看了很久;接着又下马走到跟前细看了好久;站累了,他索性坐在地上看;坐累了,他又干脆躺下看……就这样,他在这座碑前琢磨了三天三夜,才依依不舍地离去。

这种废寝忘食的钻研劲儿,只能从对书法的真心喜爱中产生。也只有真心喜爱,才能把一件事做好。

忘于举能;子颜启足,情存于慎赦。眇焉千载,于斯一揆。六月……诏民部尚书莒国公

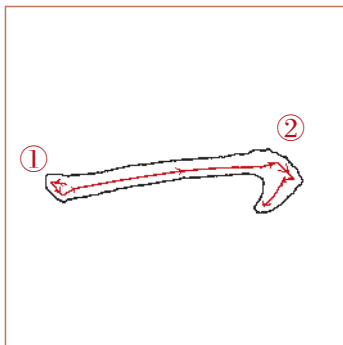


欧阳询《虞恭公碑》(局部)

第 8 课 横钩、横折钩、横斜钩

● 横钩

运笔解析

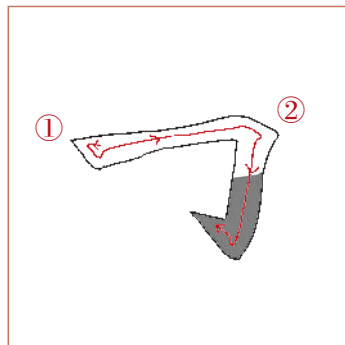


横钩,是由长横和短钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 起笔、行笔同横画。
- ② 至钩处提笔,右下斜顿笔后,提笔调锋向左下钩出。

● 横折钩

运笔解析



横折钩,是由长横和竖钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同竖钩写法,竖画稍左倾。

举一反三



观察这些字,出钩的方向是怎么样的?

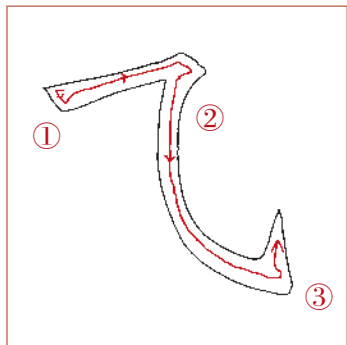
举一反三



观察这些字,横画和竖画的斜势有什么特点?

● 横斜钩

运笔解析



横斜钩,是由中横和斜钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 起笔、行笔同横画。
- ② 至折处提笔,右下斜顿笔,提笔调锋向右下中锋行笔,略带弧势。
- ③ 至起钩处,稍回锋向右上钩出,出锋尖锐有力,力送锋端。

举一反三



观察这些字,横斜钩的弧度是怎么样的?

小贴士

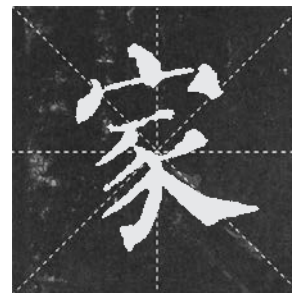
1. 横钩中出钩的方向要贴近横画。
2. 横折钩是横细竖粗。
3. 横斜钩中,弧度因在字中的位置不同而有变化。

观察比较

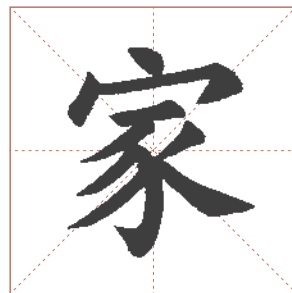
仔细观察古代大书法家书写的“家”字,比较字中相应的横钩形状有什么不同。



欧体



颜体



柳体

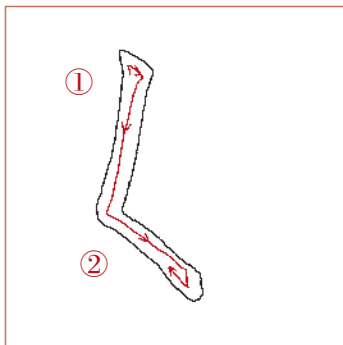


赵体

第 9 课 撇点、横撇、横撇弯钩

● 撇点

运笔解析



撇点,是由撇与长点组成的复合笔画。书写方法:

- ① 起笔、行笔同斜撇,但笔画末笔不离纸。
- ② 紧接上笔由轻到重向右下写长点,回锋收笔。

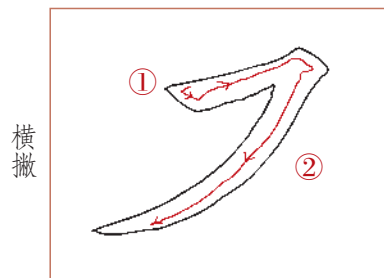
举一反三



观察这些字,撇点和撇折的写法有什么不同?

● 横撇和横撇弯钩

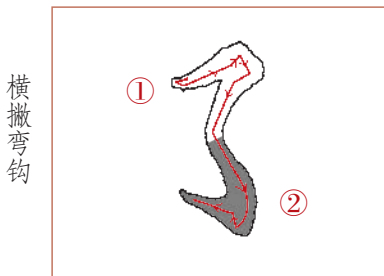
运笔解析



横撇

横撇,是由短横与斜撇组成的复合笔画。书写方法:

- ① 起笔、行笔同横画,但不收笔。
- ② 至横画尾部提笔右下斜顿笔后,调锋向左下写撇。



横撇弯钩

横撇弯钩,是由横撇与弯钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横撇写法。
- ② 下半部分同弯钩写法。

举一反三



小贴士

1. 撇点中撇和长点间的角度要恰当。
2. 横撇中的横稍向右上倾斜,撇要出锋,一气呵成。
3. 横撇弯钩中的横撇部分要小,钩要有力。

单钩临摹的方法

“单钩临摹”,就是用透明纸蒙在帖上,先用细笔画出每一点画的中心线,再用毛笔沿着笔画的“轨迹”写出帖上的点画形态来。

单钩临摹过程中,先要仔细观察帖字,清楚点画起笔、行笔、收笔的方法、位置和轻重后再下笔,做到一笔下去与帖字点画形态相似,不能用毛笔多次描画。



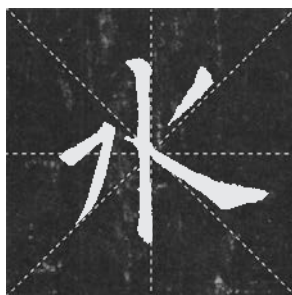
单钩



摹写

观察比较

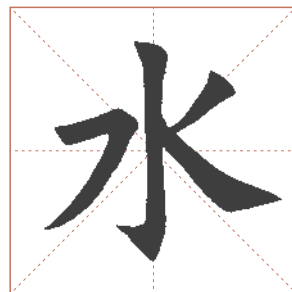
仔细观察古代大书法家书写的“水”字,比较字中横撇的形状有什么不同。



欧体



颜体



柳体



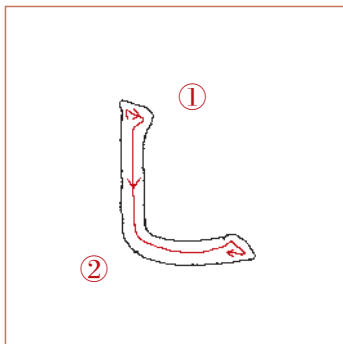
赵体

第10课 竖弯、竖弯钩、竖折撇

● 竖弯和竖弯钩

运笔解析

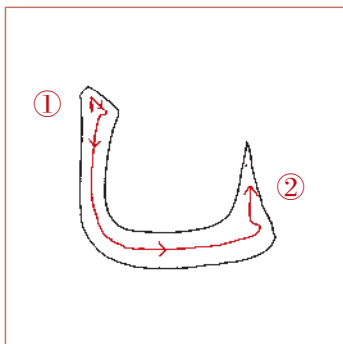
竖弯



竖弯又称“圆折”，是一种特殊的折。书写方法：

- ① 起笔、行笔同竖画。
- ② 至竖尾部提笔圆转向右水平方向写短横，横末上昂、下顿、回锋收笔。

竖弯钩



竖弯钩又称“浮鹅钩”。书写方法：

- ① 起笔、行笔同竖弯。
- ② 至起钩处略顿，回锋后向上方钩出。

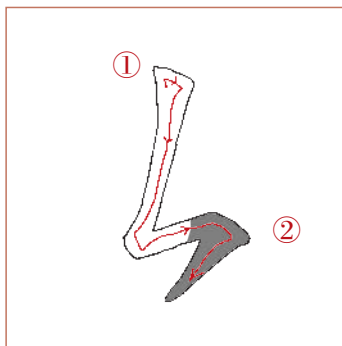
举一反三



观察这些字，竖弯和竖弯钩在收笔时有什么不同？

● 竖折撇

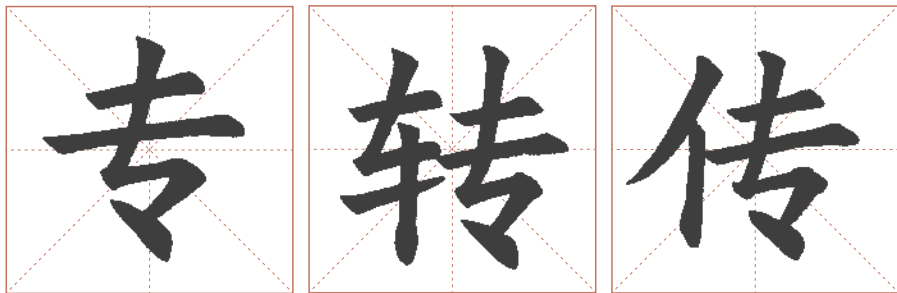
运笔解析



竖折撇，是由竖画、短横和短撇组成的复合笔画。书写方法：

- ① 上半部分同竖折写法。
- ② 下半部分同横撇写法，撇画稍短。

举一反三



观察这些字,竖折撇的运笔方法有什么特点?

小贴士

1. 竖弯转弯时的弧度圆滑,一笔完成。
2. 竖弯钩的竖略向左倾斜,弯转处和起钩处在一条水平线上。

观察比较

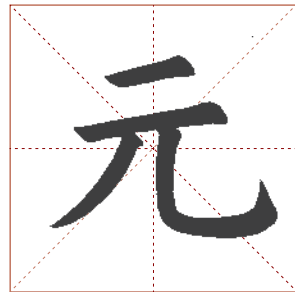
仔细观察古代大书法家书写的“元”字,比较字中竖弯钩的形状有什么不同。



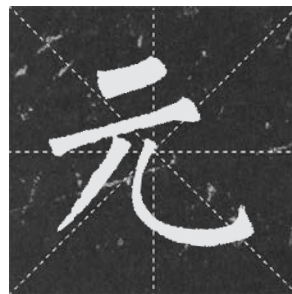
欧体



颜体



柳体



赵体

文化长廊

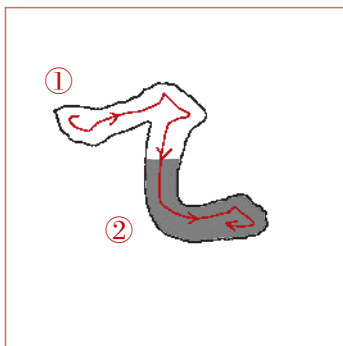
虞世南练字“写”破被面

初唐书法家虞(yú)世南(558—638),从小跟智永和尚(著名书法家)学习书法。相传,虞世南对练字很着迷,每天晚上睡在被子里,还在琢磨一些字的写法、结构和气势。他常常一边想一边用手指在被子上“写”。天长日久,竟把被面划破了。

第 11 课 横折弯、横折折撇

● 横折弯

运笔解析



横折弯,是由短横和竖弯组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同竖弯写法。

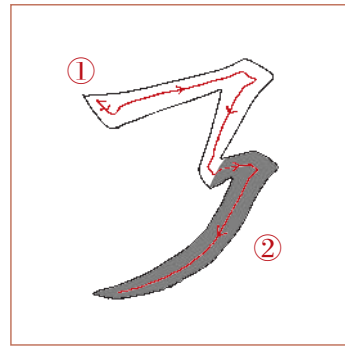
举一反三



观察这些字,“弯”和“折”的写法有什么区别?

● 横折折撇

运笔解析



横折折撇,是由横、短竖、短横和斜撇组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同横撇写法,横画稍短。

举一反三



观察这些字,两个折画在一起,写法有变化吗?

小贴士

1. 横折弯的竖画部分向左下倾斜,略带弧度。
2. 横折弯的转弯向右时,竖弯中的横画部分不能向右下斜垂。
3. 横折折撇的两个短横都有向上的斜势。

观察比较

仔细观察古代大书法家书写的“建”字,比较字中横折折撇的形状有什么不同。



欧体



颜体



柳体



赵体

文化长廊

褚遂良师徒三问三答

唐朝大书法家褚(chǔ)遂良从小练习书法,没多久,就有许多人称赞他的字写得好,他开始沾沾自喜,练习也没有以往努力了。

传说有一天,褚遂良问老师:“我和智永禅师比,谁写的字更好?”

老师反问:“智永禅师的字没人说不好,你的呢?”

褚遂良想了一会儿,又问:“那跟欧阳询比呢?”

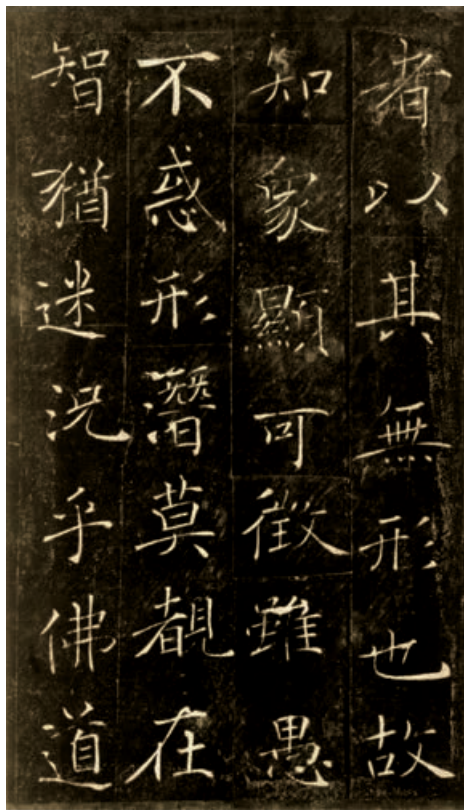
老师还是反问:“无论用什么纸、笔,欧阳询都可以写出一样的水平,你呢?”

褚遂良失望地问:“那我怎么做,才能达到他们的水平呢?”

老师提示他:“如果你满足于现在的成就,当然不用再刻苦练习,但是想要达到他们的水平,就要更努力才行啊!”

褚遂良恍然大悟,从此更加认真地坚持练字。

者,以其无形也。故知象显可征,虽愚不惑;形潜莫睹,在智犹迷。况乎佛道

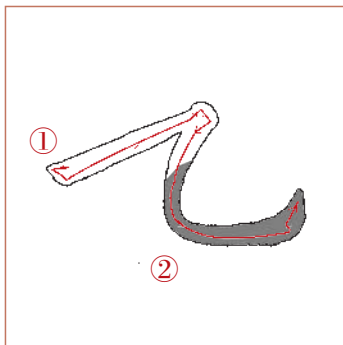


褚遂良《雁塔圣教序》(局部)

第12课 横折弯钩、横折折折钩

● 横折弯钩

运笔解析



横折弯钩,是由中横和竖弯钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同竖弯钩写法。

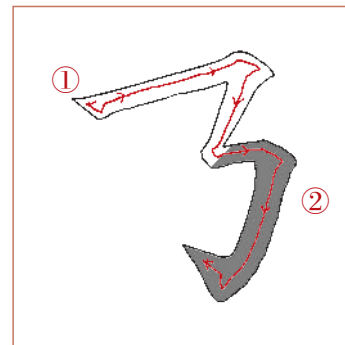
举一反三



观察这些字,横折弯钩与横斜钩在写法上有什么区别?

● 横折折折钩

运笔解析



横折折折钩,是由中横、短竖、短横和竖钩组成的复合笔画。书写方法:

- ① 上半部分同横折写法。
- ② 下半部分同横折钩写法。

举一反三



观察这些字,几处折画的笔法有哪些不同?

小贴士

1. 横折弯钩中横画是右上的斜势。
2. 折笔弯钩时纵向的直行笔画向左下倾斜。
3. 横折折折钩四段笔画的长短不一。

观察比较

仔细观察古代大书法家书写的“九”字，比较字中横折弯钩的形状有什么不同。



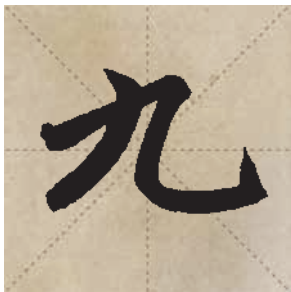
欧体



颜体



柳体



赵体

文化长廊

柳公权心正则笔正

唐代大书法家柳公权的字得到了当时许多人的称赞。

传说有一次，皇帝问柳公权，怎样才能写好字。柳公权回答：“心正则笔正，乃可为法。”意思是，一个人只有心思端正，才能写好字。

具体来看，柳公权所谓的“心正笔正”包含了三层意思：第一，握笔的姿势要端正，起笔、行笔、收笔都要一丝不苟；第二，写字的时候心思要端正，要把注意力集中在字上；第三，写字的时候态度要端正，要恭敬地看待写字这件事。

在柳公权看来，写字不仅仅是一种技能，还能训练自己集中注意力，甚至陶冶性情。

地之昌期，集讴歌于颖邸，由至公而光



柳公权《神策军碑》(局部)

第13课 综合练习1

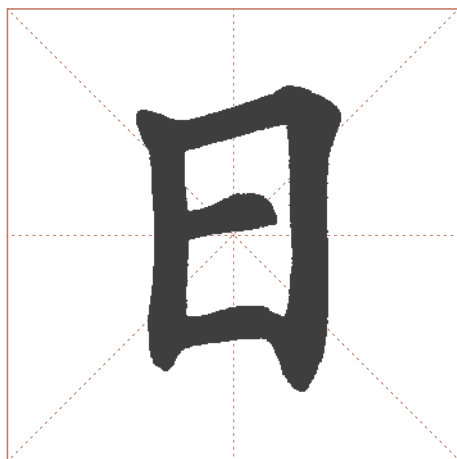
风和日丽



- ① 撇与横斜钩组成的框基本以竖中线对称。
- ② 框内撇和长点的交点落在竖中线上。



- ① 由“禾”和“口”构成。
- ② 竖为垂露竖。撇起笔在横竖交点上,点起笔稍低。
- ③ “口”接近方形,位置在“禾”中间偏下一点。



- ① 横短竖长。三横和两竖分别基本平行,间距大致相等。
- ② 整个字形以竖中线对称。



- ① 长横以竖中线对称。
- ② 两个“冂”大小基本相等,分居竖中线两侧,总宽度不超过长横。

艳阳高照



- ① 由“丰”和“色”构成。
- ② 三横两短一长,基本平行,间距大致相等。竖为垂露竖。
- ③ 横撇稍短,横折稍宽,竖弯钩舒展。



- ① 由“阝”和“日”构成。
- ② 横撇弯钩的钩末在横中线上,竖为垂露竖。
- ③ “日”写成长形,中间的短横在横中线上,收笔不碰到右折。



- ① 点写在竖中线上。
- ② 横折钩的横比第一横稍长。
- ③ 横向间隔匀称,整体基本以竖中线对称。



- ① 由“日”“刀”“口”“灬”构成。
- ② “刀”和“口”的各笔画都缩短,总长度与“日”基本相同。
- ③ 四点相互呼应。

【风和日丽】和:柔和,温和。轻风柔和,阳光灿烂。形容天气晴朗和暖。

【艳阳高照】灿烂的太阳高高挂在天空,普照大地。比喻前程、前景一片光明,呈现出大好形势。

第14课 综合练习2

曲径通幽



- ① 三横取势基本一样,间距上小下大。
- ② 四竖间距大致相等。中间两竖取势竖直,均分横画。



- ① 由“彳”和“径”构成。
- ② 两撇长短不一。竖为垂露竖。
- ③ “工”的短横被上面的撇和点盖住,长横较舒展。



- ① 由“甬”和“辶”构成。
- ② 框内两短横起笔稍近左竖,收笔与右折分开。
- ③ 捺为平捺,一波三折,承载整个字。



- ① 三竖长短、角度不一,间距大致相等。中间竖在竖中线上。
- ② 两“幺”左小右稍大。撇折的折画短,角度略有变化。

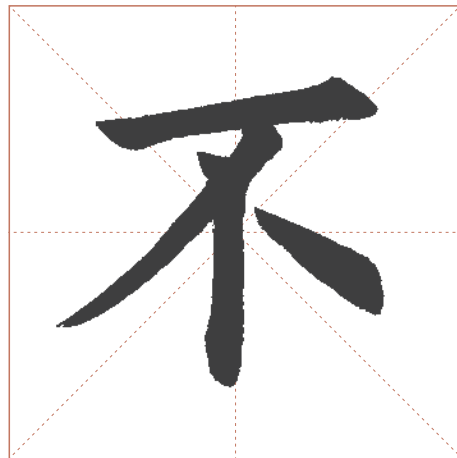
绵延不断



- ① 由“纟”和“帛”构成。
- ② 第二个撇折的折画写成提。
- ③ “巾”的三竖都取直势，最后一竖为悬针竖。



- ① 由“正”和“廴”构成。
- ② 首撇为平撇。“正”的横向、纵向笔画间隔匀称。
- ③ 撇、捺舒展。捺为曲头平捺。



- ① 由横、竖、撇、点构成。
- ② 撇从横的中间偏右起笔，竖在竖中线上，与撇有交叉。
- ③ 点画为长点，须与左撇配合。



- ① 由“阝”和“斤”构成。
- ② 四个撇长短、取势不一。短撇短促有力，竖撇穿插到左部下方。
- ③ 竖为悬针竖，在横画中间起笔。

【曲径通幽】曲：弯曲。径：小路。幽：指深远僻静之处。弯曲的小路，通到幽深僻静的地方。形容园林曲折幽深。

【绵延不断】连绵：连续不断的样子。形容一个接一个不间断地出现，连续不止。

第15课 综合练习3

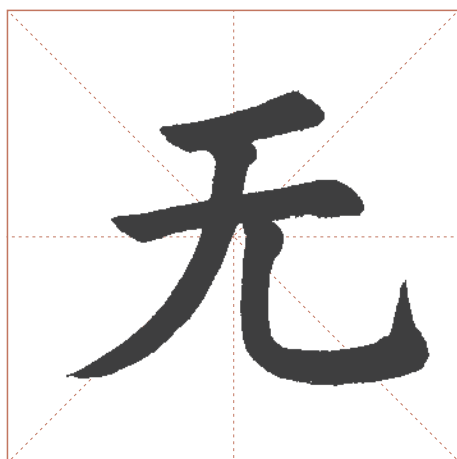
寂然无声



- ① 由“宀”和“叔”构成。
- ② “上”的上一横为左尖横，下一横为右尖横。竖与竖钩对齐。
- ③ “又”的撇穿插到点的下方，捺为斜捺。



- ① 由“夕”“犬”和“灺”构成。
- ② 横撇是横短撇长。
- ③ 开四点的四个点取势、大小不一。
- ④ 捺画伸展，盖住点画。



- ① 两横长短、笔势不一。
- ② 竖撇和竖弯钩都要写得舒展，且左右协调。笔画交点在中心点附近。



- ① 由“士”和“尸”构成。
- ② 竖在竖中线上，基本平分横画。
- ③ 横画取势一致，间距大致相等。
- ④ 撇为竖撇。

专心致志



- ① 两横长短不一,横向笔画的间距大致相等。
- ② 竖折撇的起笔和收笔在竖中线上。
- ③ 点写成长点。



- ① 三点取势不同,两个右点角度不同,但相互呼应。
- ② 三个点高低位置也不同,中间点最高。
- ③ 卧钩钩向中间点,形成呼应之势。



- ① 由“至”和“攵”构成。
- ② “至”的横画间距大致相等。最后一横为平提。
- ③ “攵”两撇分别为斜撇和竖撇。竖撇从横画偏左处起笔。



- ① 由“士”和“心”构成。
- ② 竖写在竖中线上,短横写在横中线上。
- ③ “心”的三个点基本在同一水平线上。

【寂然无声】寂静没有声音。形容非常安静。

【专心致志】致:极尽。志:心意,志趣。形容心里很专一;注意力集中。

第16课 综合练习4

驰名中外

驰

- ① 由“马”和“也”构成。
- ② “马”的竖取向左斜势，横短，末横变提。
- ③ “也”的弯钩舒展。

名

- ① 由“夕”和“口”构成。
- ② “夕”的撇与横撇取势一致。横要短，横撇的撇要舒展。

中

- ① “口”横长竖短，写成扁宽型。两个短竖稍向内斜。
- ② 长竖为悬针竖，在竖中线上。

外

- ① 由“夕”和“卜”构成。
- ② “夕”的横撇横要短。
- ③ “卜”的竖为垂露竖，点为长点。

登峰造极



- ① 由“癶”和“豆”构成。
- ② 上部撇捺舒展，覆盖下部。
- ③ “豆”中的横画取势基本一致，末横伸展，但不超出撇捺的范围。



- ① 由“山”和“夆”构成。
- ② “山”的竖画长短不一，间距较紧。
- ③ “夆”的两撇一长一短。
- ④ “丰”的悬针竖对准“夆”的撇捺交点。



- ① 由“告”和“辶”构成。
- ② 撇为短撇，两横一短一长。“口”略扁，两竖内收。
- ③ 捺为曲头平捺，一波三折，舒展稳健。



- ① 由“木”和“及”构成。
- ② “木”中的竖为垂露竖，捺改为点。
- ③ “及”的撇与横折折撇的撇斜度、弯度有所变化。斜捺与左侧两个撇相协调。

【驰名中外】驰：传播。形容名声传播得很远，各地都知道。

【登峰造极】登：攀登。峰：山峰。造：到达。极：极点，顶端。比喻学问、技艺等已达到最高的境界。

书法故事会

王羲之潜心练字,把墨汁当做蒜泥,馒头蘸着吃还浑然不觉;张旭从公孙大娘舞剑中悟出书写之道;苏东坡面对络绎不绝的登门求字有“五个不写”……书法家的勤奋、专注、用心、鲜明的个性、高洁的品格,对我们今天学习书法仍有很大的启发。收集、选择让你们感动的古今书法名家的故事,在班级里举行一次书法故事会,与同学分享这些故事和你们的感受。



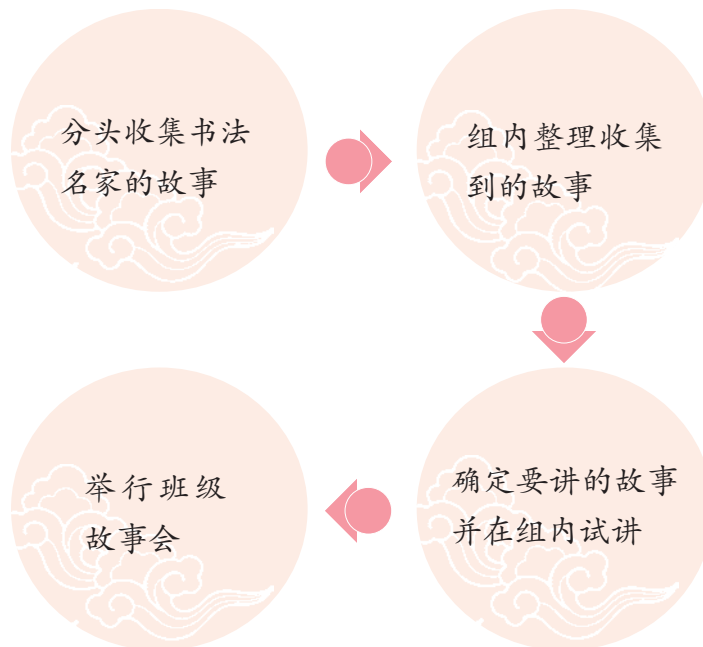
东晋“二王”



启发张旭的剑器舞

活动小贴士

活动过程:



种芭蕉学书的怀素



“五不写”的苏东坡

活动记录单

- ◆ 我们分头查找资料,收集书法名家的故事。

查找的图书:

浏览的网站:

- ◆ 我们对收集到的故事进行了整理:

时代	人物	故事大意	作品

- ◆ 我们各自选择了一个自己喜欢的书法家的故事,并写了一篇演讲稿。

我的演讲题目:

在演讲稿中除介绍书法家的故事外,还可以介绍其作品,或讲故事对自己的启发。

- ◆ 会前,我们先在小组中进行了试讲,我在_____方面作了改进。

- A. 增加故事细节 B. 搭配道具
C. 背熟故事 D. 增加形体动作

- ◆ 通过举行班级书法故事会,我对历代书法家有了更多的了解,书法家的勤奋、_____让我敬佩不已。

我新认识的书法家是:

值得我感动的地方有:

练字表

第**1**课 长 江 推 前

第**2**课 全 其 来 往

第**3**课 天 行 入 分

第**4**课 不 可 失 时

第**5**课 凹 凸

第**6**课 衣 以 议 订

第**7**课 鼎 马 乌 与

第**8**课 家 卫 月 飞

第**9**课 始 巡 水 阳

第**10**课 西 见 元 砖

第**11**课 朵 设 及 建

第**12**课 九 吃 秀 乃

第**13**课 风 丽 高 照

第**14**课 通 幽 绵 延

第**15**课 无 声 心

第**16**课 驰 名 登

中大夫殷英童女，
英童集呼顏郎是也，
更唱和者二。
唱和者二。

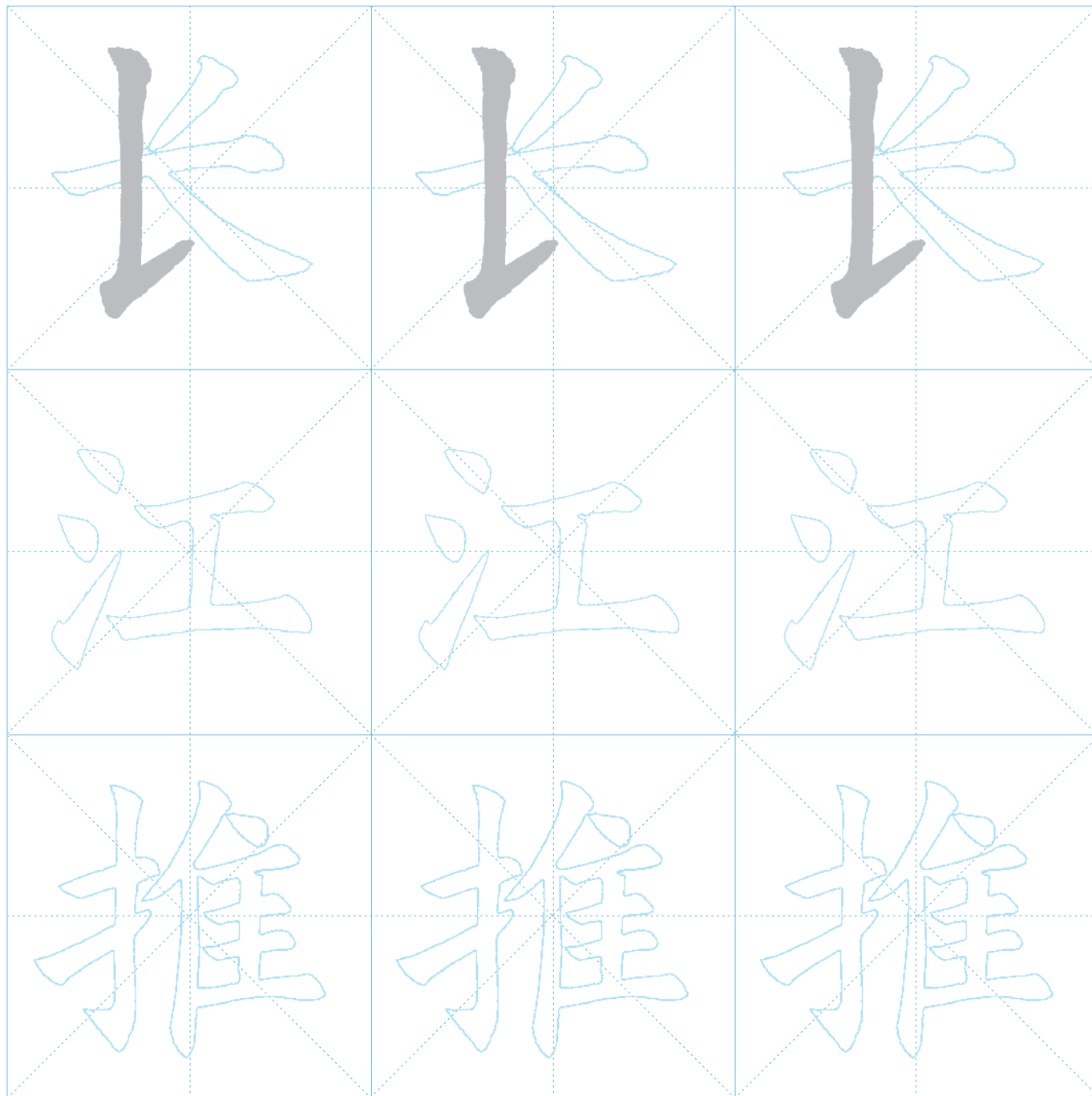
中大夫殷英童女，《英童集》呼「顏郎」是也，更唱和者二。

顏真卿《顏勤礼碑》（局部）

是法深博
是深博入
顯采道要
密道博入
兩要博入

是深入、法海、博、采道要、
显密两

赵孟頫《胆巴碑》(局部)



第 1 课

欣赏“长”

長

欧体

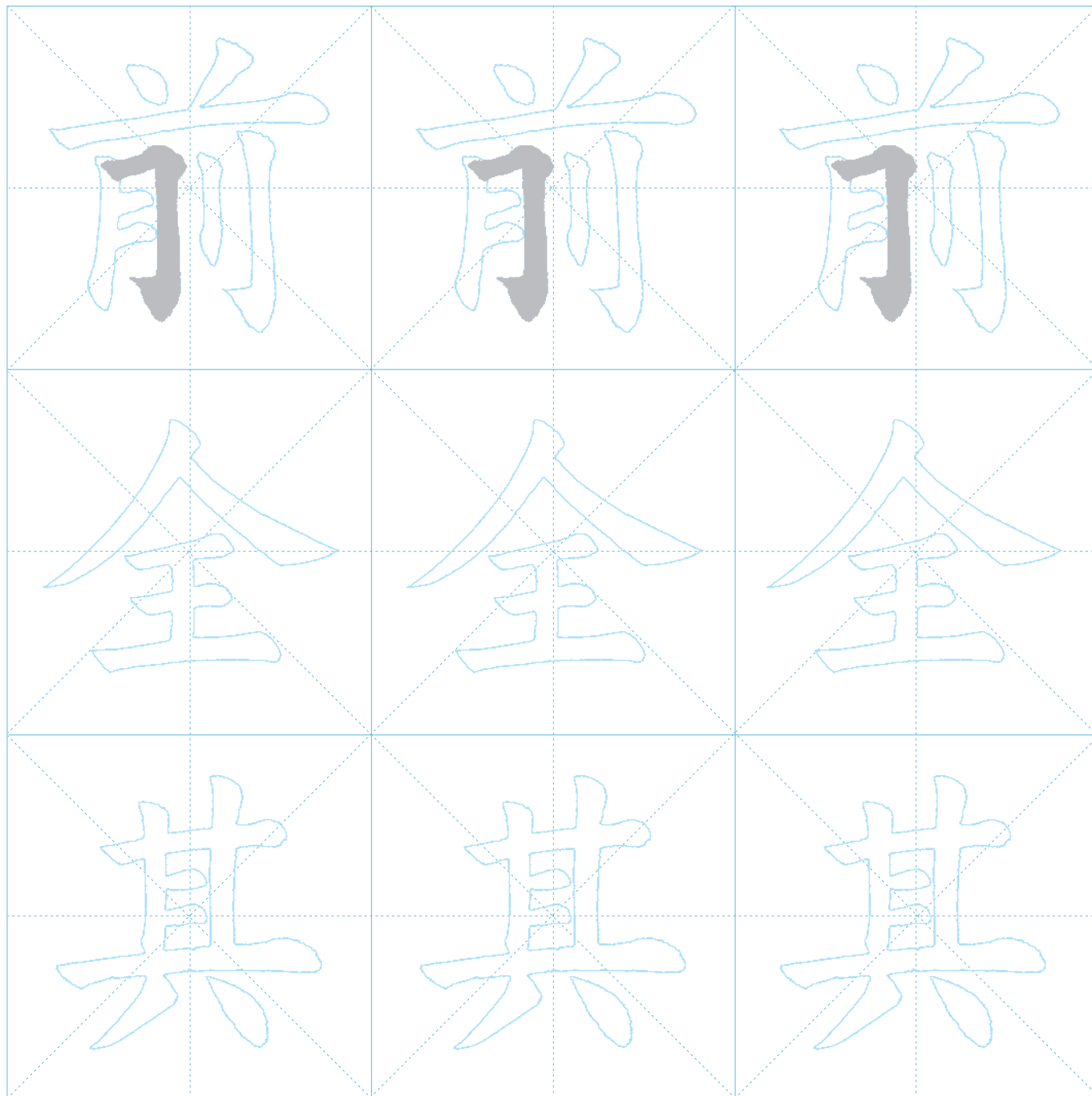
長

颜体

長

柳体

书法练习



第 1 课

第 2 课

欣赏“其”



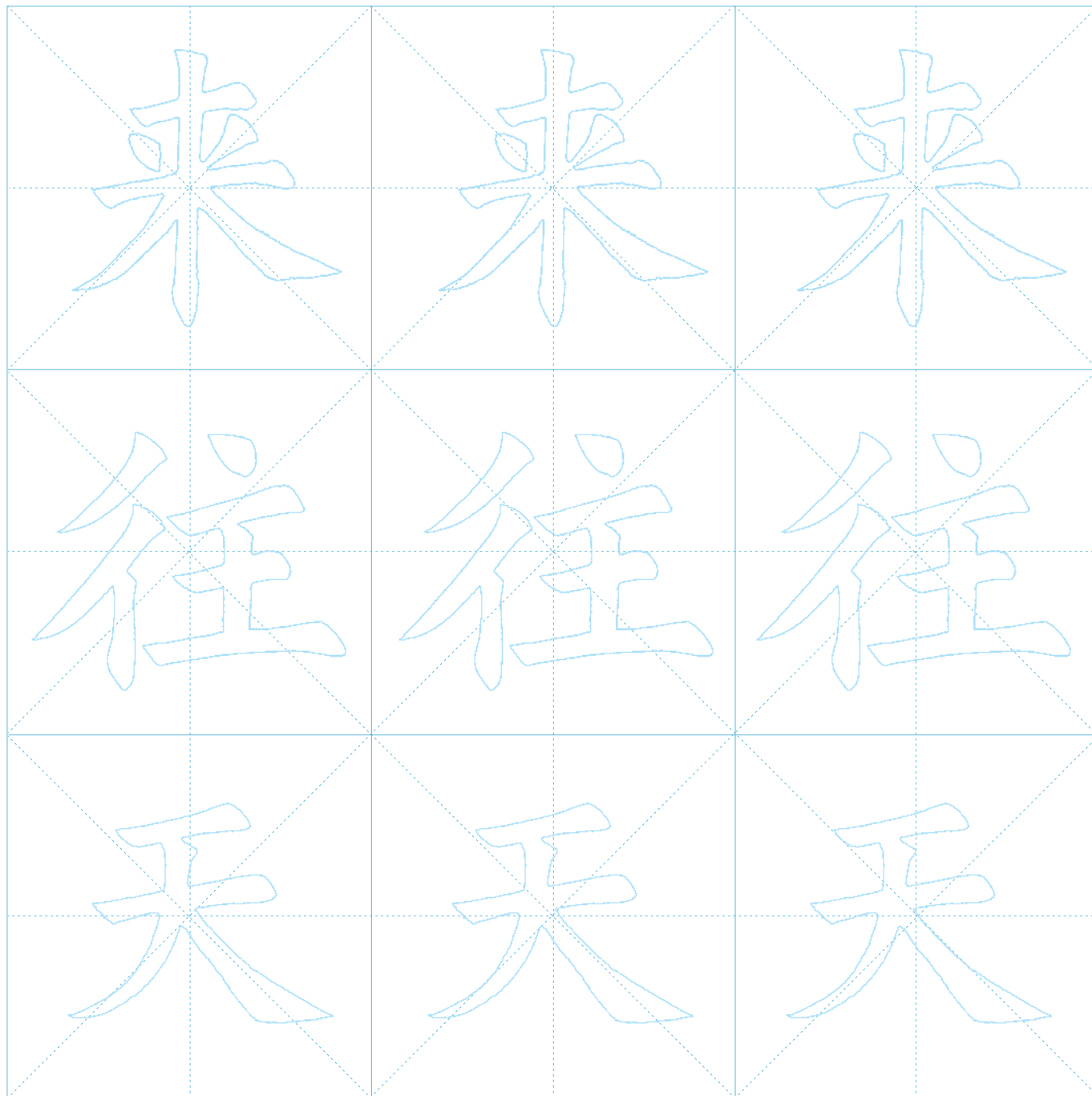
欧体



颜体



柳体



第 2 课

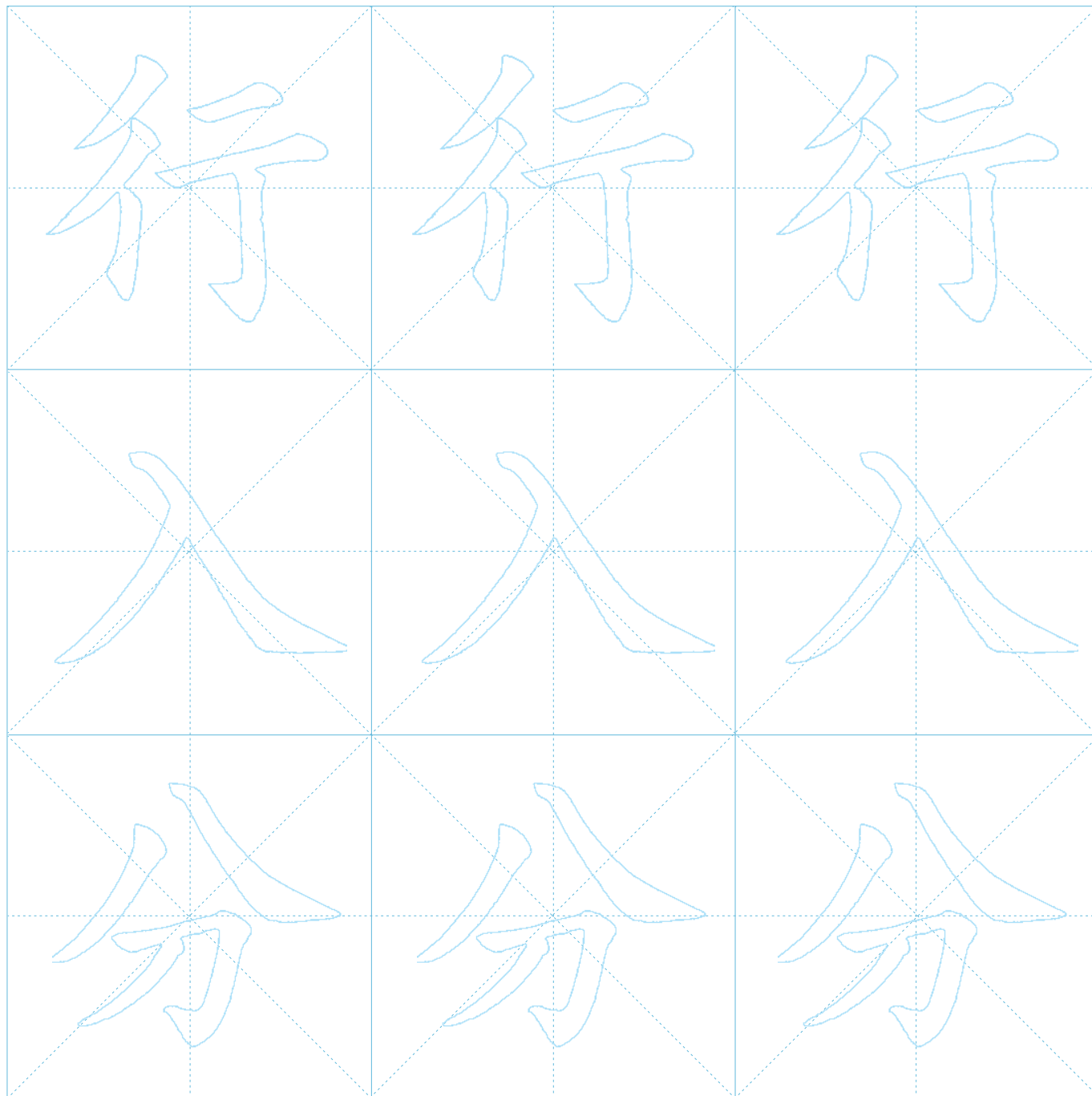
第 3 课

欣赏“来”

欧体

颜体

柳体



第 3 课

欣赏“分”



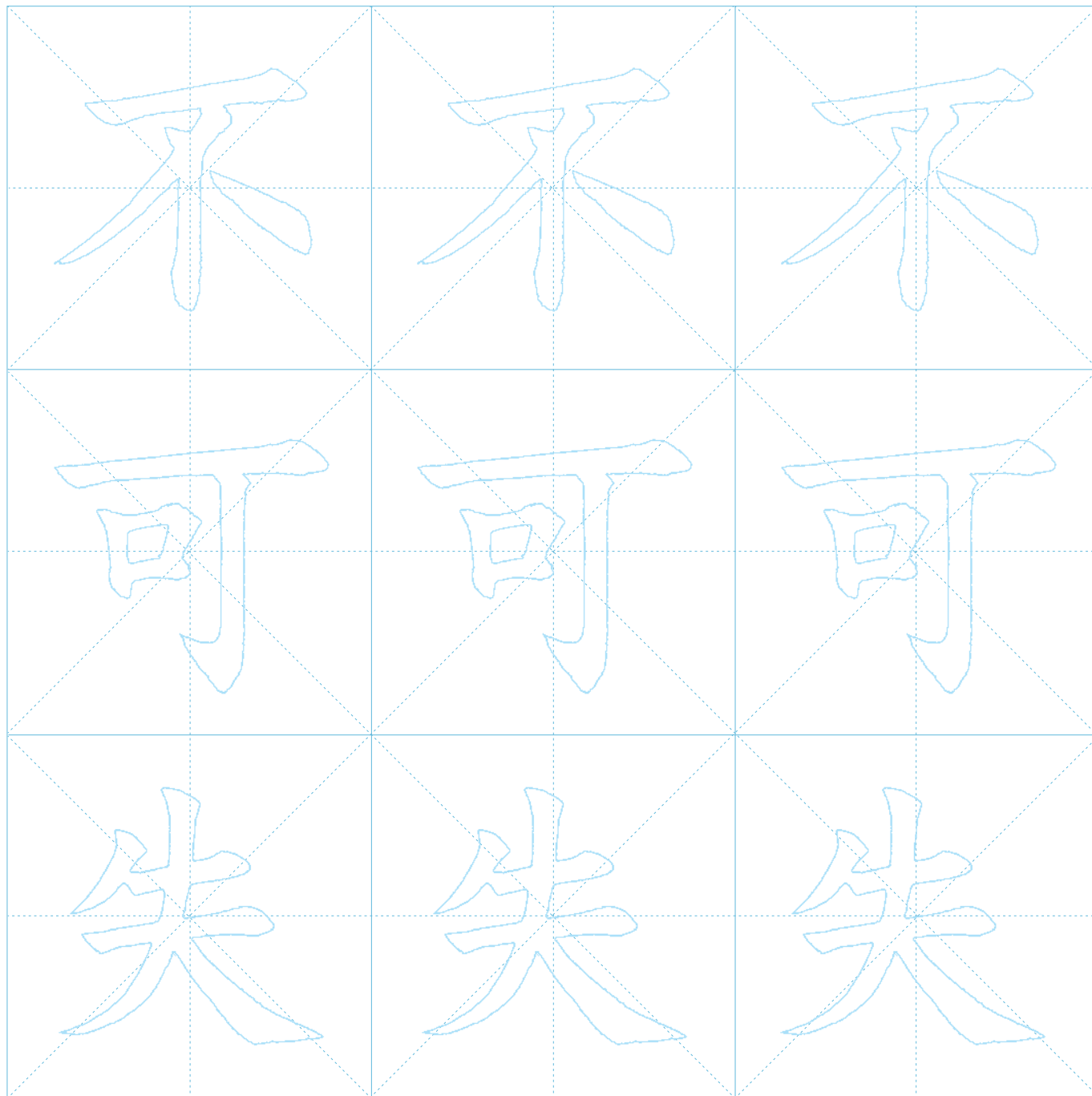
欧体



颜体



柳体



第 4 课

欣赏“不”



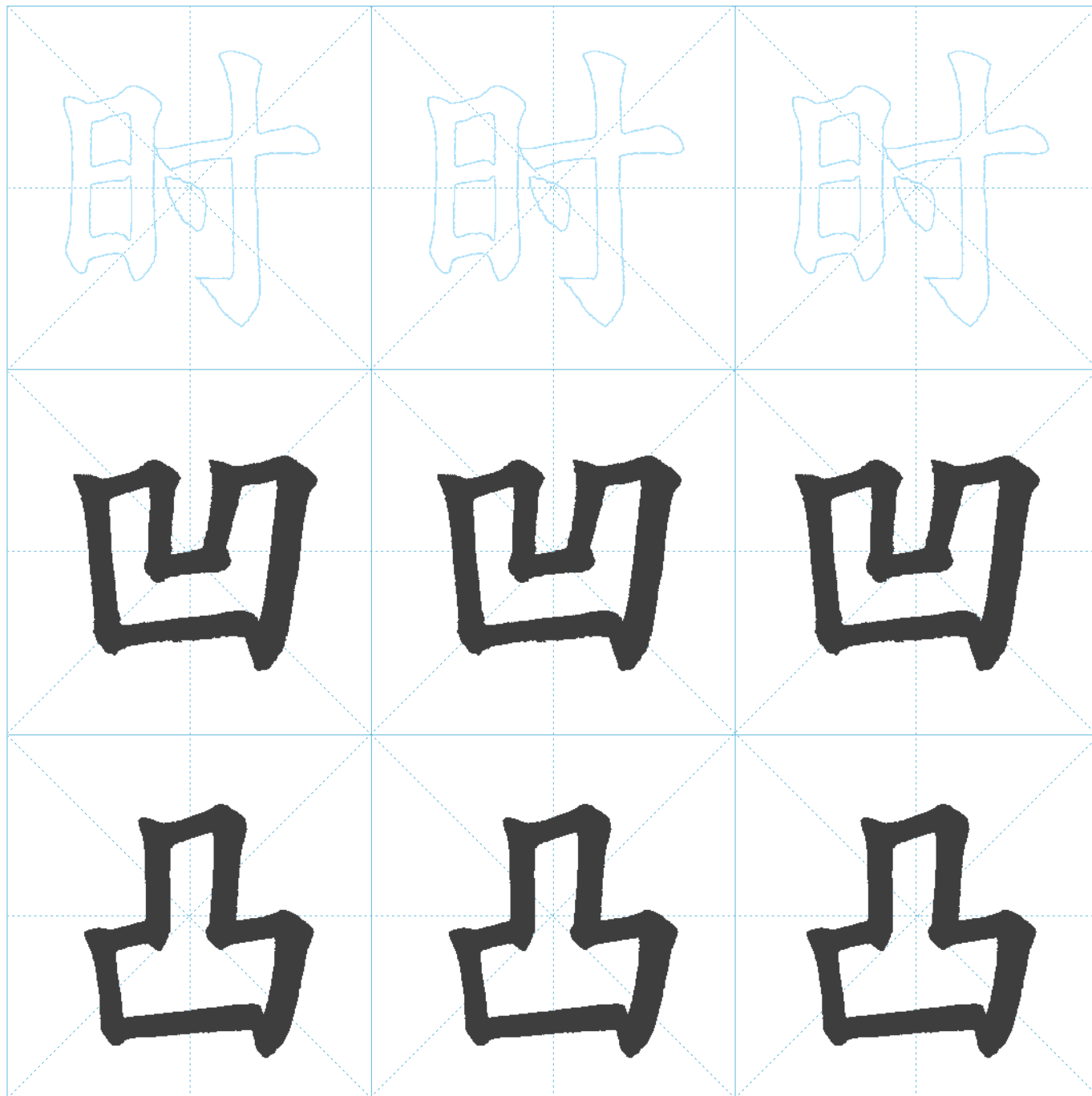
颜体



柳体



赵体



第 4 课

第 5 课

欣赏“时”

時

欧体

時

柳体

時

赵体

*第 5~8 课为仿影练字。



第6课

欣赏“以”



欧体



颜体



柳体



第 6 课

第 7 课

欣赏“马”



欧体



颜体



赵体



第7课

第8课

欣赏“家”



欧体



颜体



柳体



第 8 课

欣赏“月”

月

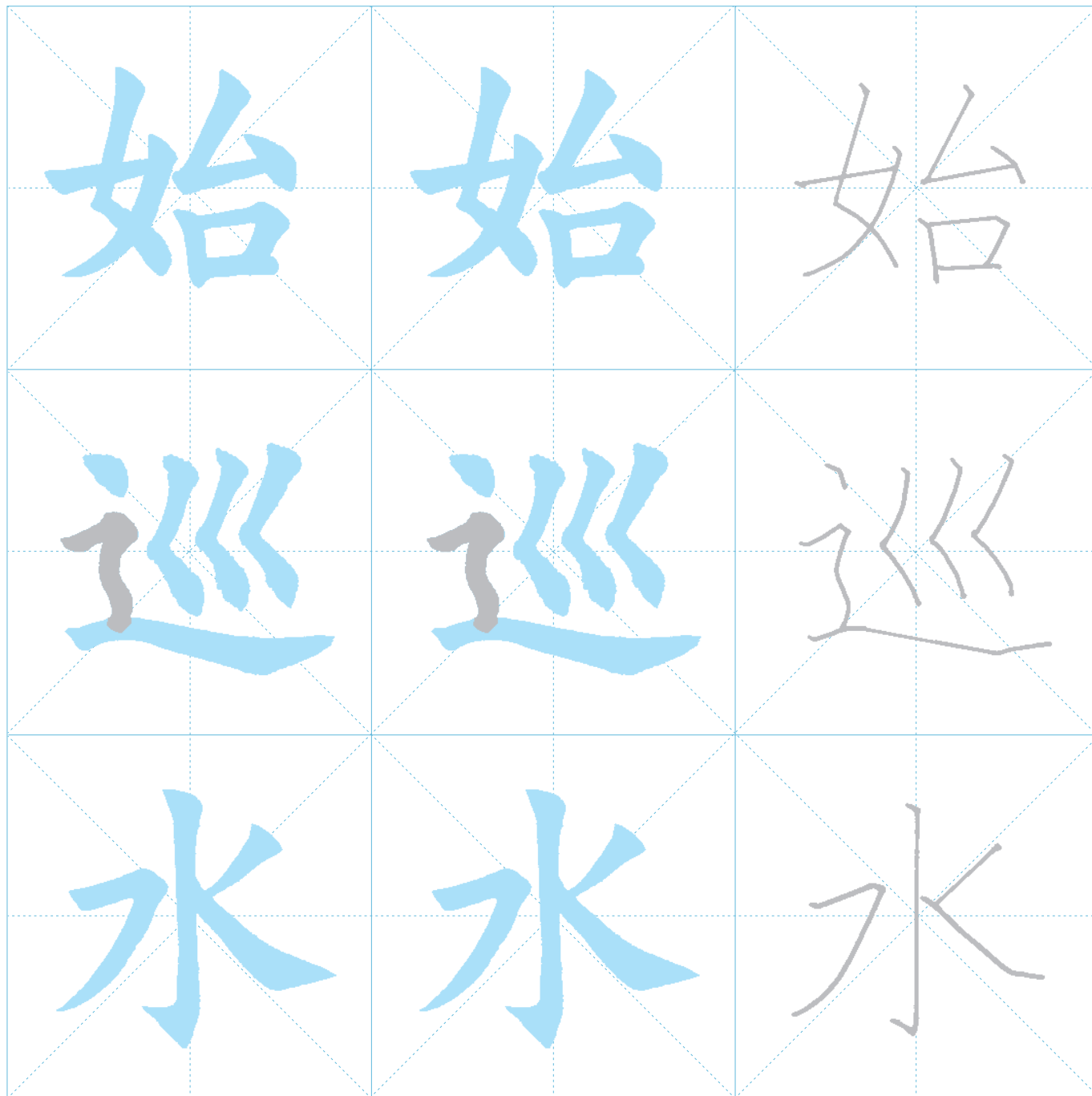
欧体

月

颜体

月

柳体



第 9 课

欣赏“始”

始

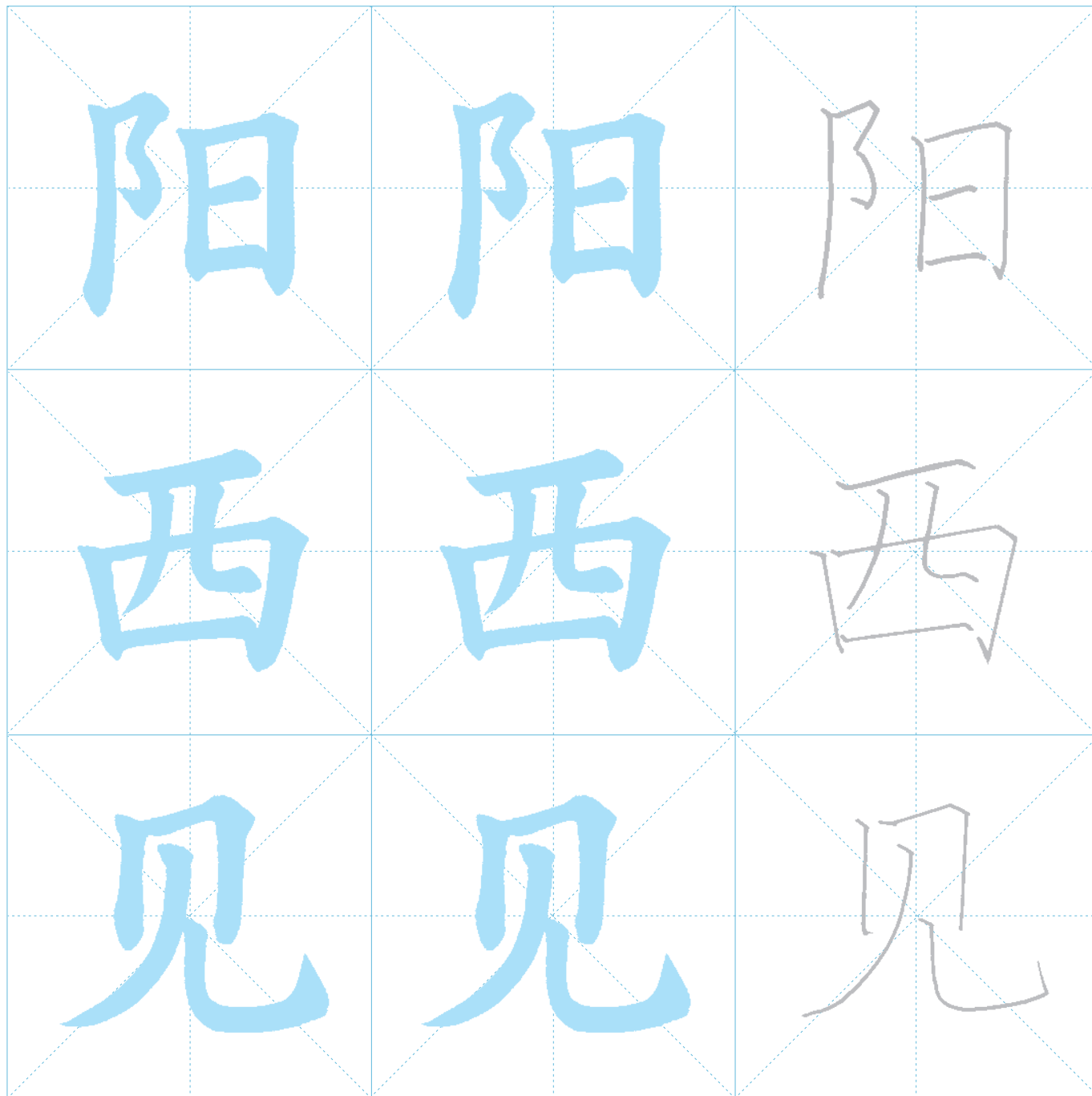
欧体

始

颜体

始

柳体



第9课

第10课

欣赏“见”



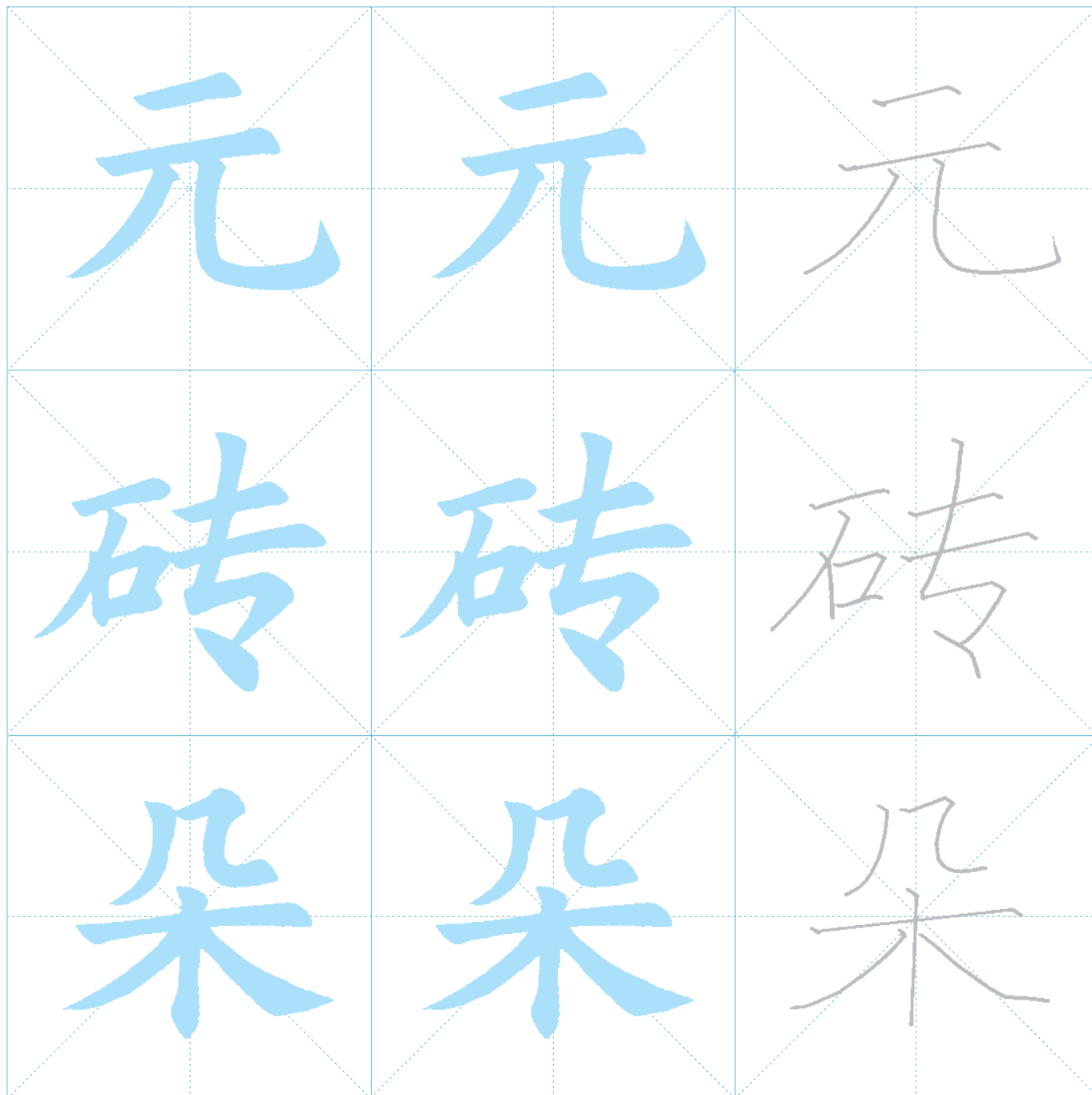
颜体



柳体



赵体



第10课

第11课

欣赏“元”



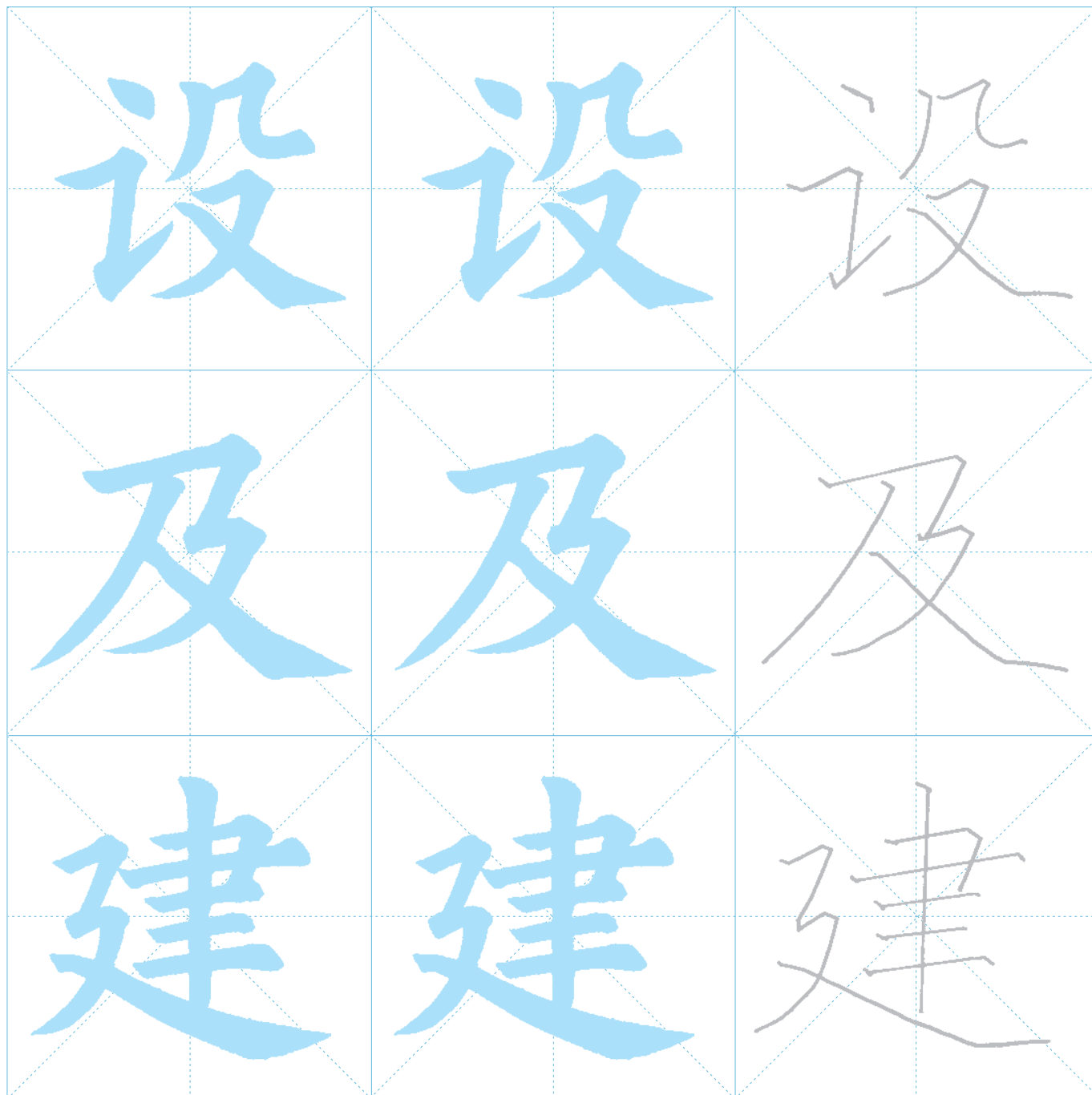
欧体



颜体



柳体



第 11 课

欣赏“及”



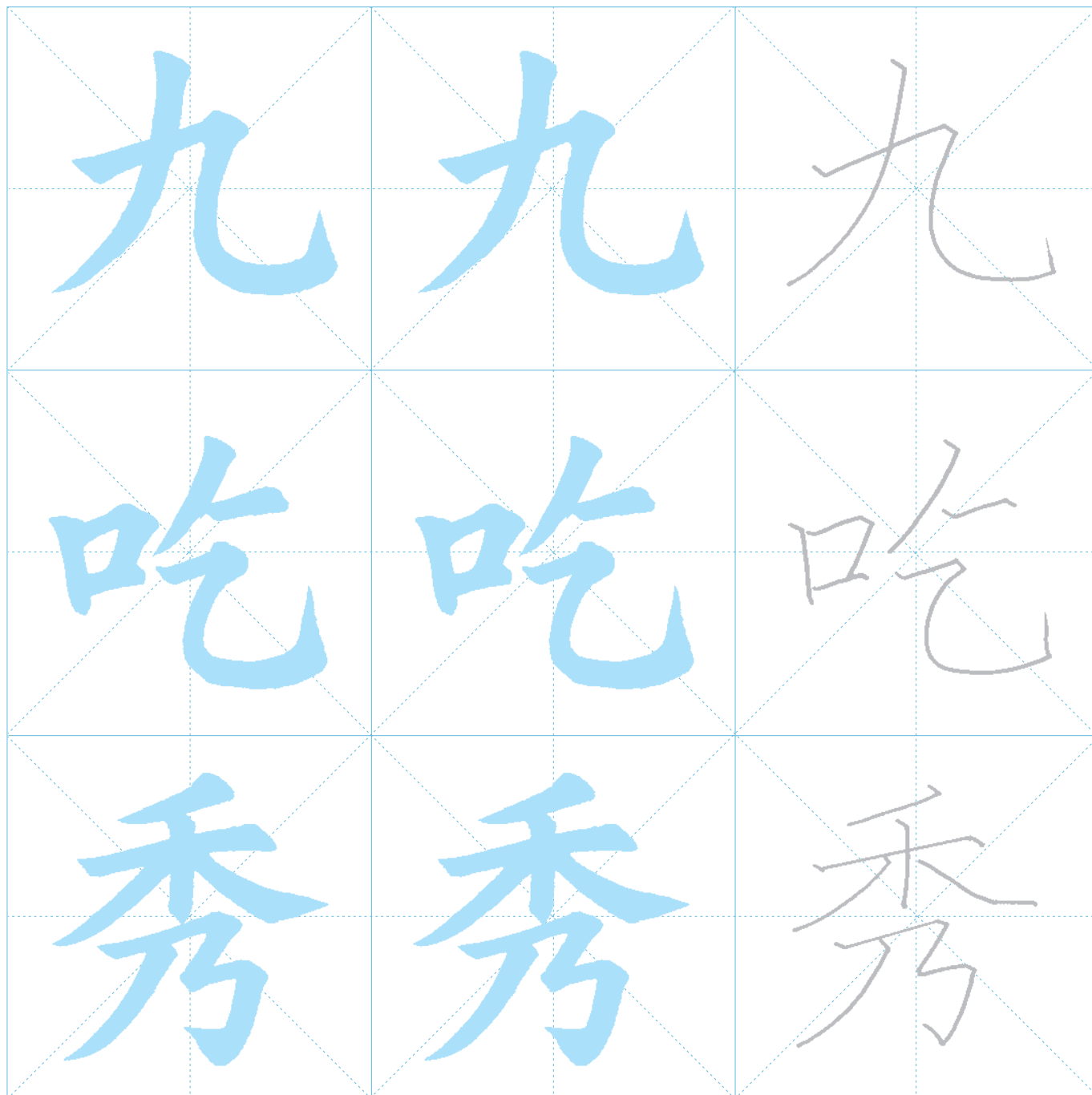
欧体



颜体



赵体



第12课

欣赏“九”

九

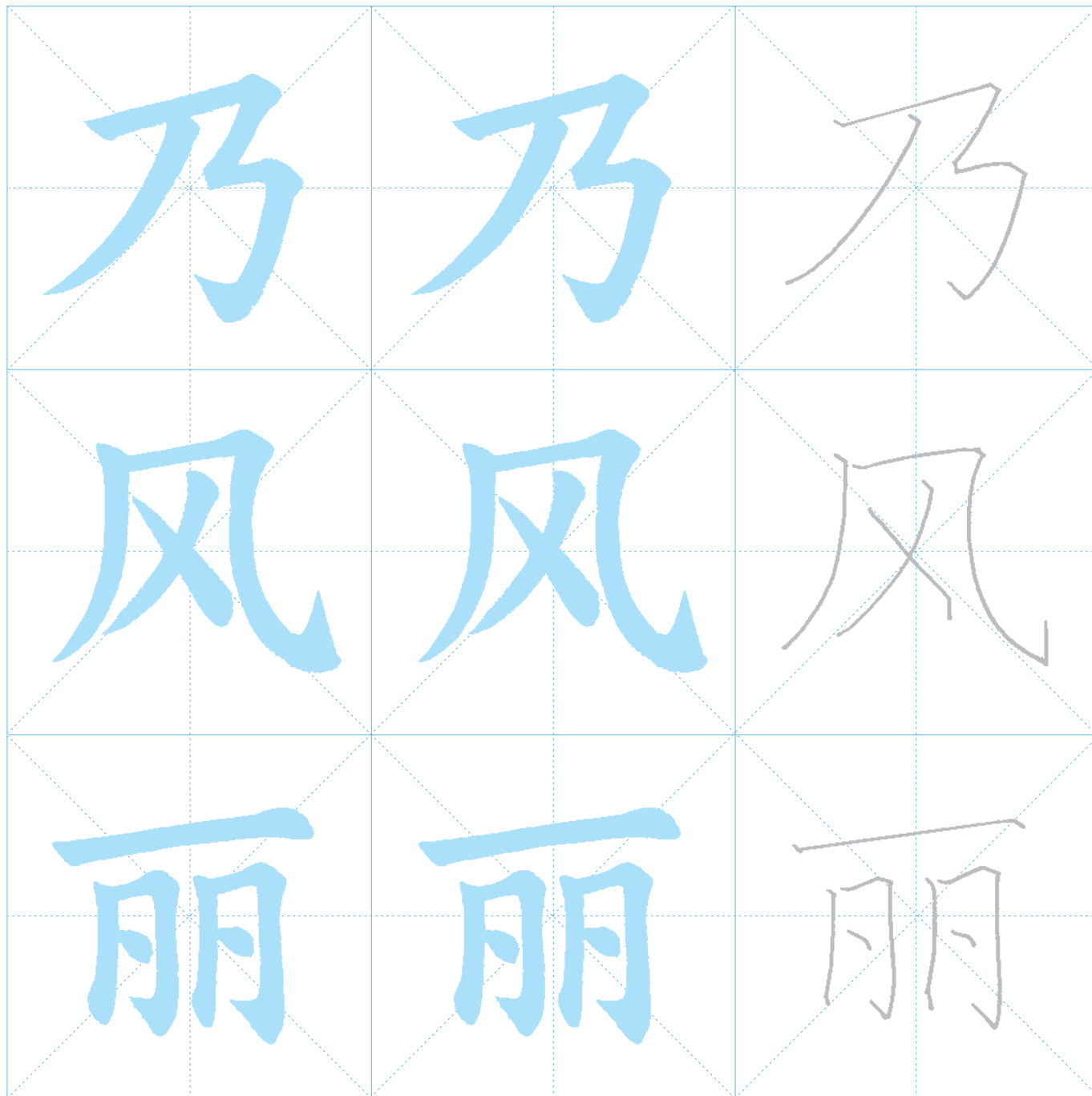
欧体

九

颜体

九

柳体



第12课

第13课

欣赏“风”



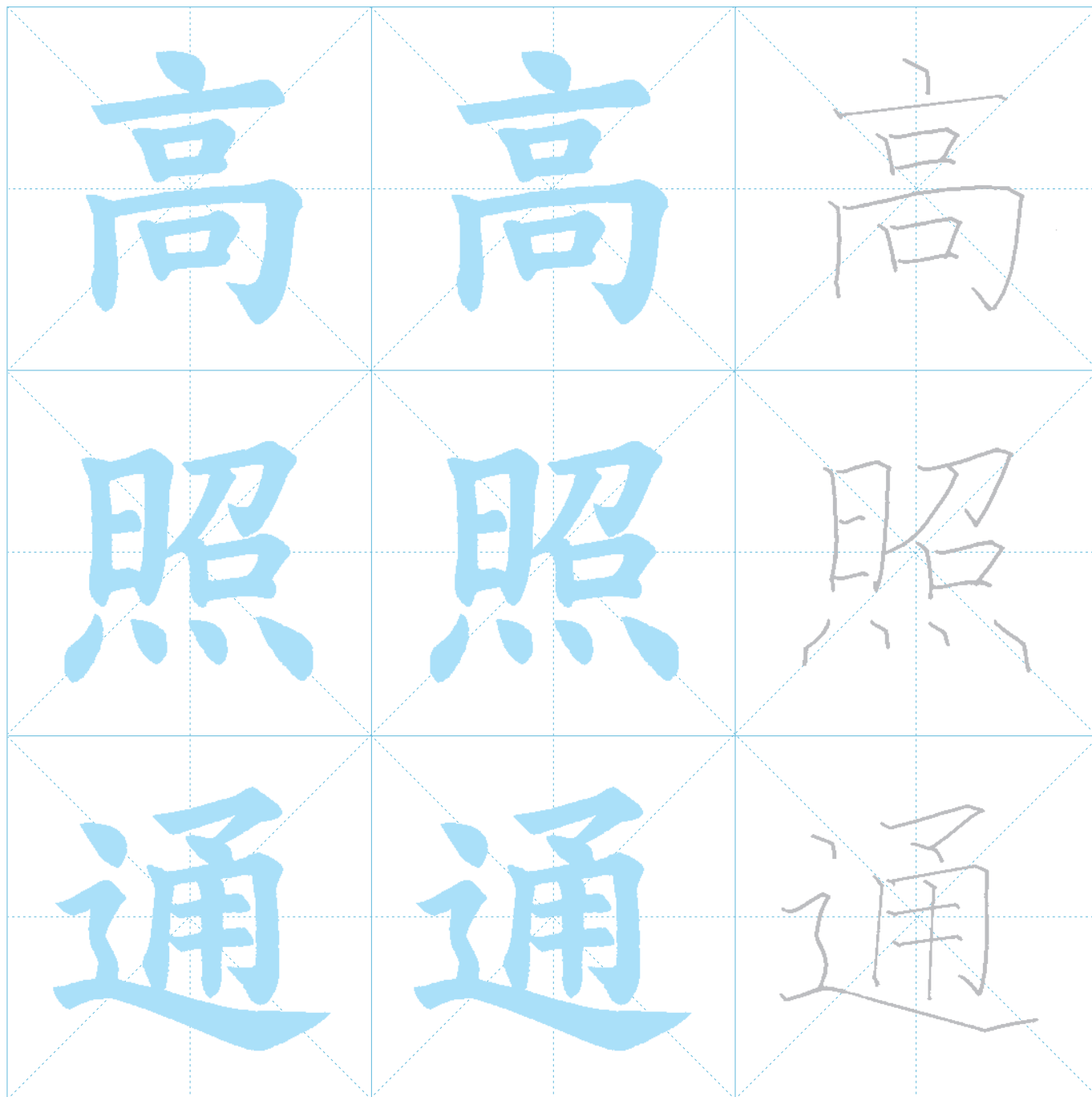
欧体



颜体



柳体



第13课

第14课

欣赏“高”

高

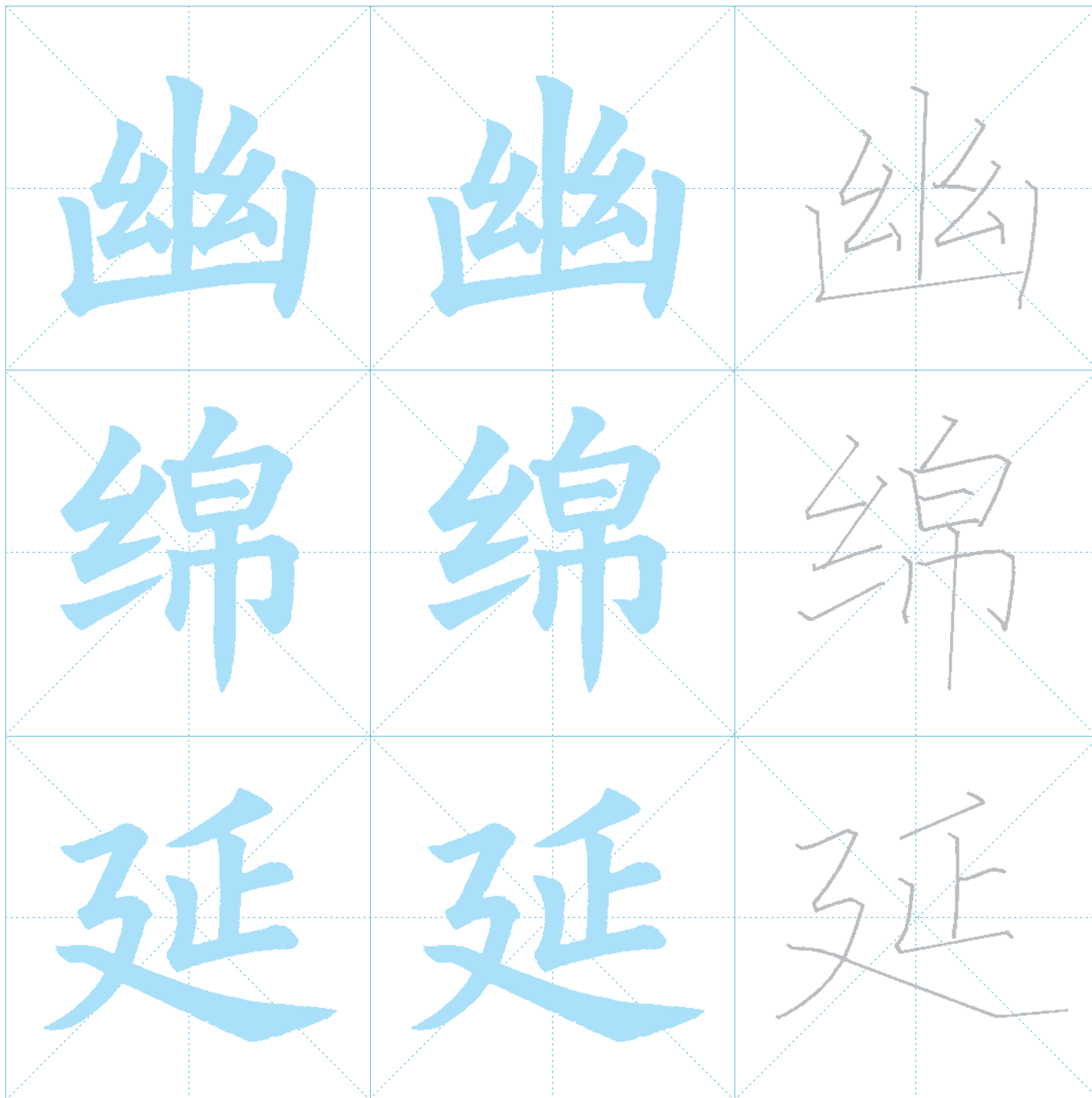
欧体

高

颜体

高

柳体



第 14 课

欣赏“延”



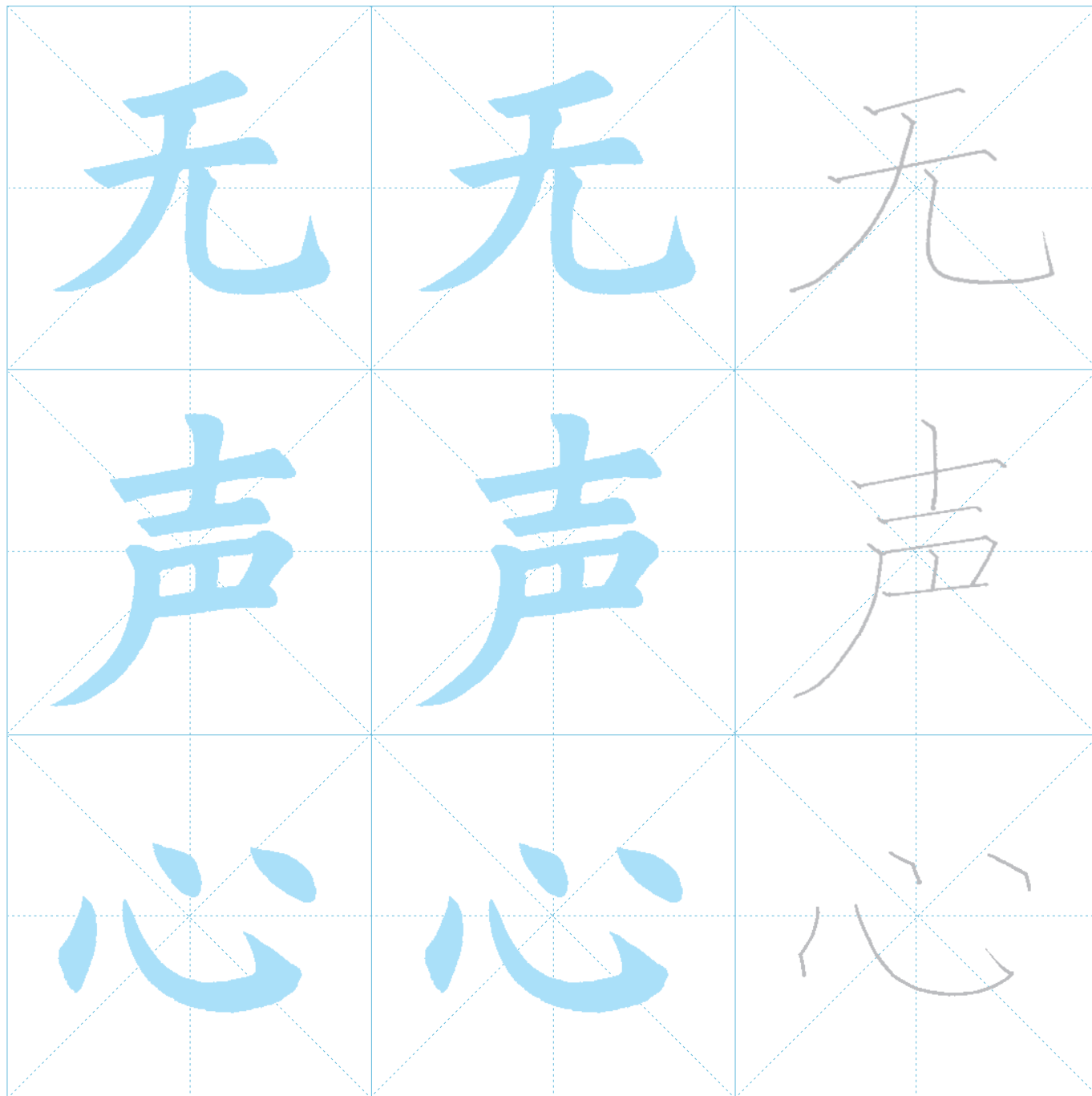
欧体



颜体



赵体



第 15 课

欣赏“心”



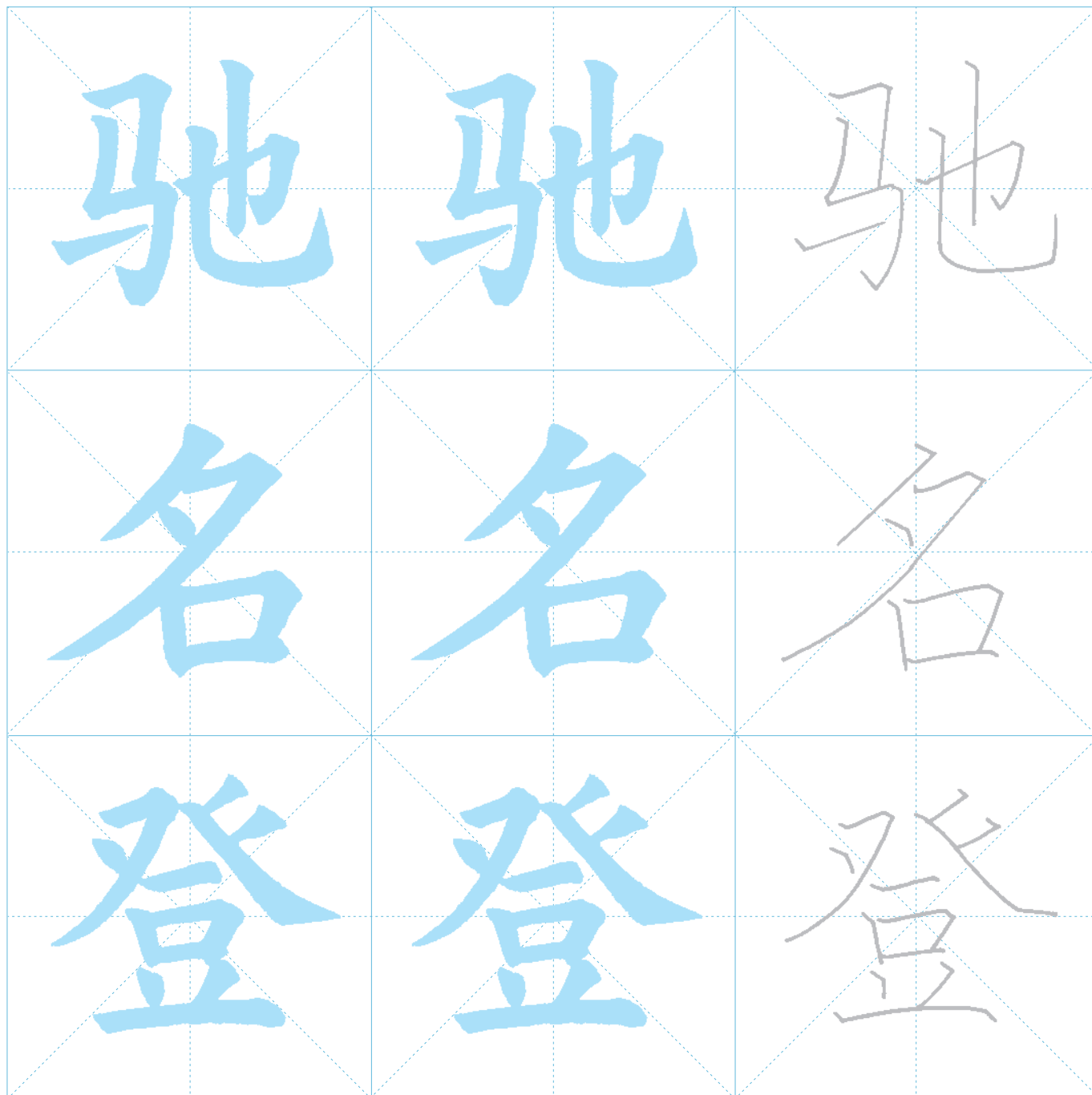
欧体



颜体



柳体



第 16 课

欣赏“名”



欧体



颜体



柳体

《书法练习指导》编写组

主 编 张 信

副 主 编 凌 玲

编写人员 (按拼音字母排序)

程 峰 冯晨阳 蒋 颖

柳 佳 宁嘉炜 邱志华

孙继奋 孙旭东 陶云峰

张 楼 张 婷 张 一

赵玉晖 郑有慧 周 春

周 丹

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. 下册 / 张信主编. —上海: 上海科技教育出版社, 2015.12 (2021.11重印)

ISBN 978-7-5428-6338-6

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

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第271708号

义务教育三至六年级
书法练习指导(实验)
三年级下册

上海科技教育出版社有限公司出版发行
(上海市闵行区号景路159弄A座8楼 邮政编码201101)
河南省新华书店经销 河南新华印刷集团有限公司印刷

开本 890mm×1240mm 1/16 印张5
2015年12月第1版 2021年11月第7次印刷

ISBN 978-7-5428-6338-6/G·3615

定价: 5.25元

也。背此无以为达道也。和尚其出家之雄乎！天水赵氏世为
趙雄其也。以也。背此无
氏乎出家和尚。達道無
世天水家和尚。道無
為水之尚道無

也，背此无以为达道也。和尚其出家之雄乎！天水赵氏，世为



绿色印刷产品



ISBN 978-7-5428-6338-6/G·3615

定价：5.25元

价格依据文件号：豫发改收费【2021】388号
举报电话：12315