

义务教育三至六年级

书法练习指导

(实验)

四年级下册



青岛出版集团—青岛出版社

西蕃上師至中
國不絕操行謹
嚴具智慧神通
無如師者臣益

頰為之頌曰
師從無始刻學
道不退轉十方
諸如來一：所

受記來世必成
佛住娑婆世界
演說無量義身
為

帝王師度脫一
切衆黃金為宮
殿七寶妙莊嚴
種：諸珍異供

义务教育三至六年级

书法练习指导

(实验)

四年级下册



青岛出版集团 | 青岛出版社



目 录

间架结构——合体字

第一课 包围结构（1）	1
第二课 包围结构（2）	5
第三课 包围结构（3）	9

欧体楷书部件

第四课 亅部	13
第五课 彳部	17
第六课 扌部	21
第七课 亠部	25
第八课 宀部	29
第九课 冫部（在左）	33
第十课 冫部 亠部	37
第十一课 力部 丩部	41
第十二课 冫部 冫部（在右）	45
第十三课 亠部 亠部	49
第十四课 乚部 乚部	53
第十五课 冫部	57

书法活动

第十六课 我的座右铭	61
------------	----

图 例



注意空间大小。

观察笔画的穿插相让。

观察笔画的呼应。

观察笔画的走向及分布态势。



观察字各部件的位置及比例关系。

第一课 包围结构（1）

由内外两部分组成的字为包围结构。包围结构可分为全包围结构和半包围结构，半包围结构又分为两面包围结构和三面包围结构。

观察交流



这些字都是
两面包围结构。



书写指导

书写两面包围的字时，要根据被包围部分的笔画多少把握好外框的特征，同时要注意被包围部分的摆放位置。有时被包围部分需要“突围”出来。



☞ 左上包右下。
外框上部笔画不宜
过长；被包围的部
分笔画宜上靠、右
展，向右侧“突围”。



☞ 左下包右上。
下部的横向笔画
应向右伸展；被
包围的部分笔画
宜上提、左靠，
向上方“突围”。



☞ 右上包左下。
外框右边笔画宜长；被包围的部分宜靠上、靠左。



☞ 左上包右下。
首横较短，偏左；撇画较长；“土”部向右侧“突围”。

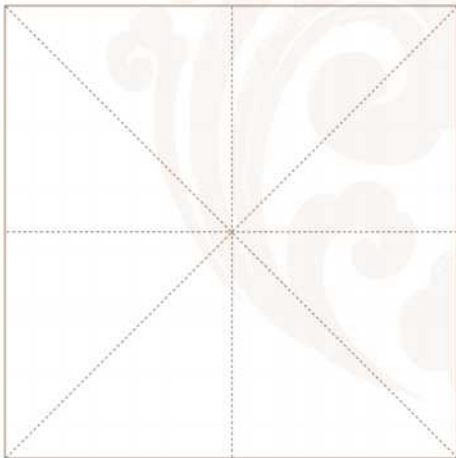


练习实践

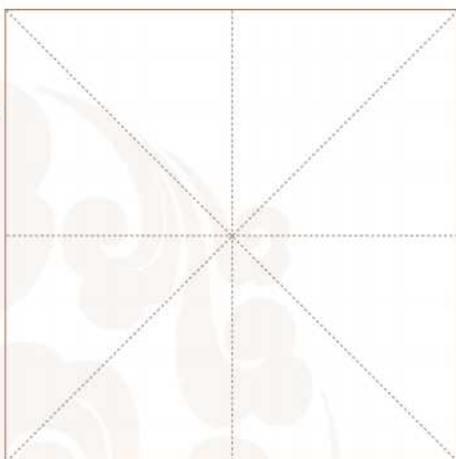
【观察】



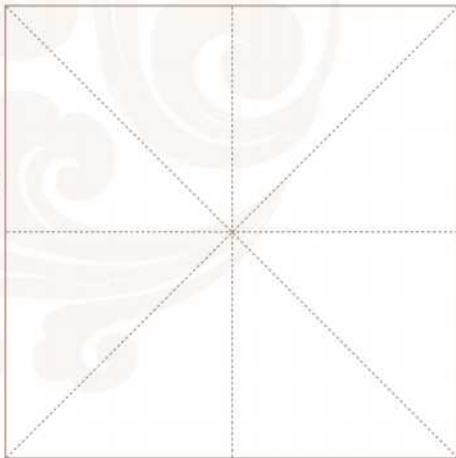
【临写】



【临写】



【比对调整】



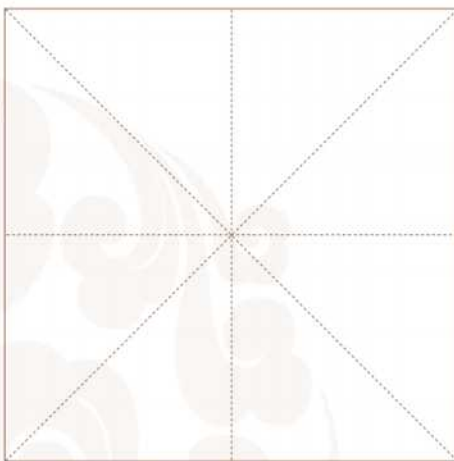
练习指导

“尸”部不要写得过于宽大，注意长撇的位置和弧度；被包围部分横画分布较均匀，末笔向右“突围”。

【观察】



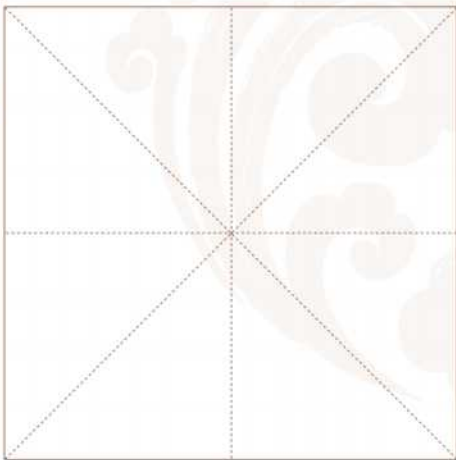
【临写】



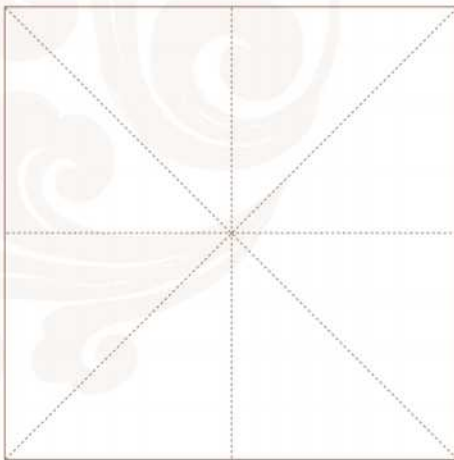
练习指导

注意平捺的“一波三折”。被包围部分向上“突围”。

【临写】



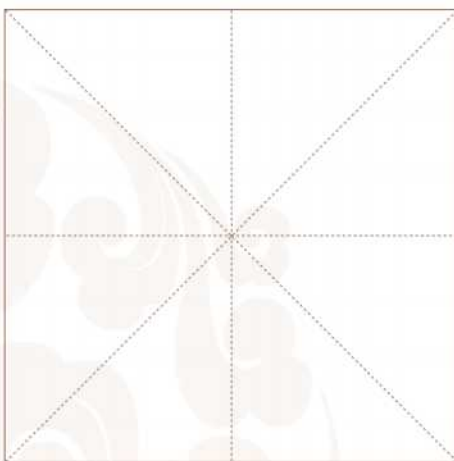
【比对调整】



【观察】



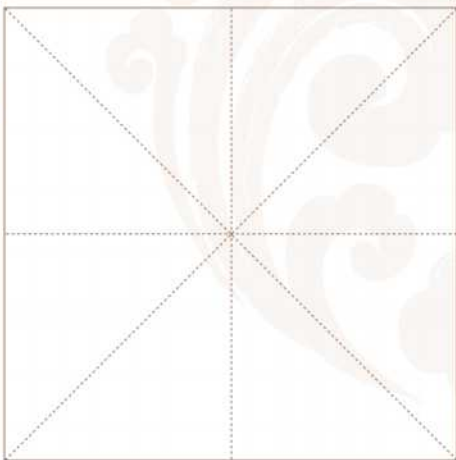
【临写】



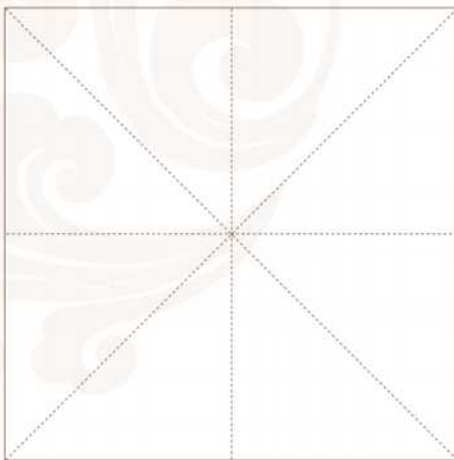
练习指导

“日”部勿大，位置稍靠左。注意外框横折钩的用笔和轻重变化。

【临写】



【比对调整】

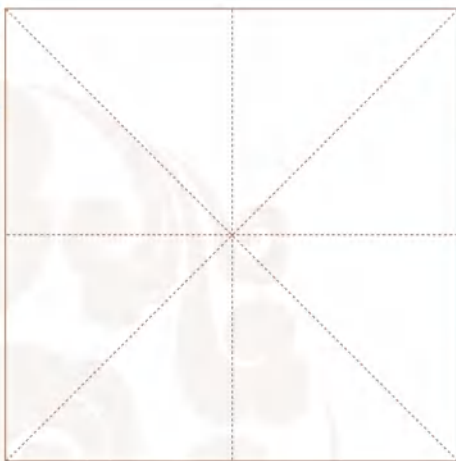


先观察，再思考，然后临写。

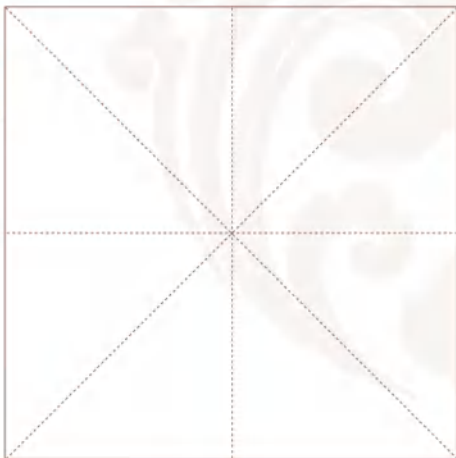
【观察】



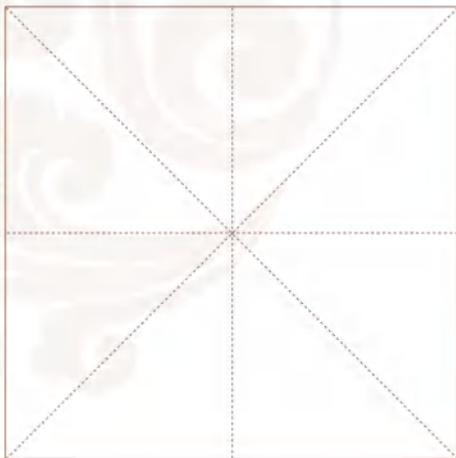
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

横、竖宜短，撇画较长。

自我评价

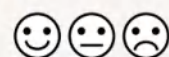
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



名作欣赏

《九成宫碑》

《九成宫碑》，魏徵（zhēng）撰文，欧阳询书。碑石于公元632年立，原碑在今陕西麟游，但因历代捶拓过多，并经后人刻凿，字迹模糊。现存拓本以宋拓本最为精良。



以方笔为主，笔力劲健。



方笔圆笔并用，显得更加生动。

◆笔力刚劲，用笔方正而紧凑，笔画方圆兼备，结构布置精严，整体端庄大方。

斜钩、竖弯钩刚劲中带有飘逸。

字的形体修长，结体上内紧外舒。

笔画各有倾斜，但搭配巧妙，斜而不倒，就像在高空持杆走钢丝，看似险象环生，实则如履平地，体现了欧体“险绝”的特点。

第二课 包围结构（2）

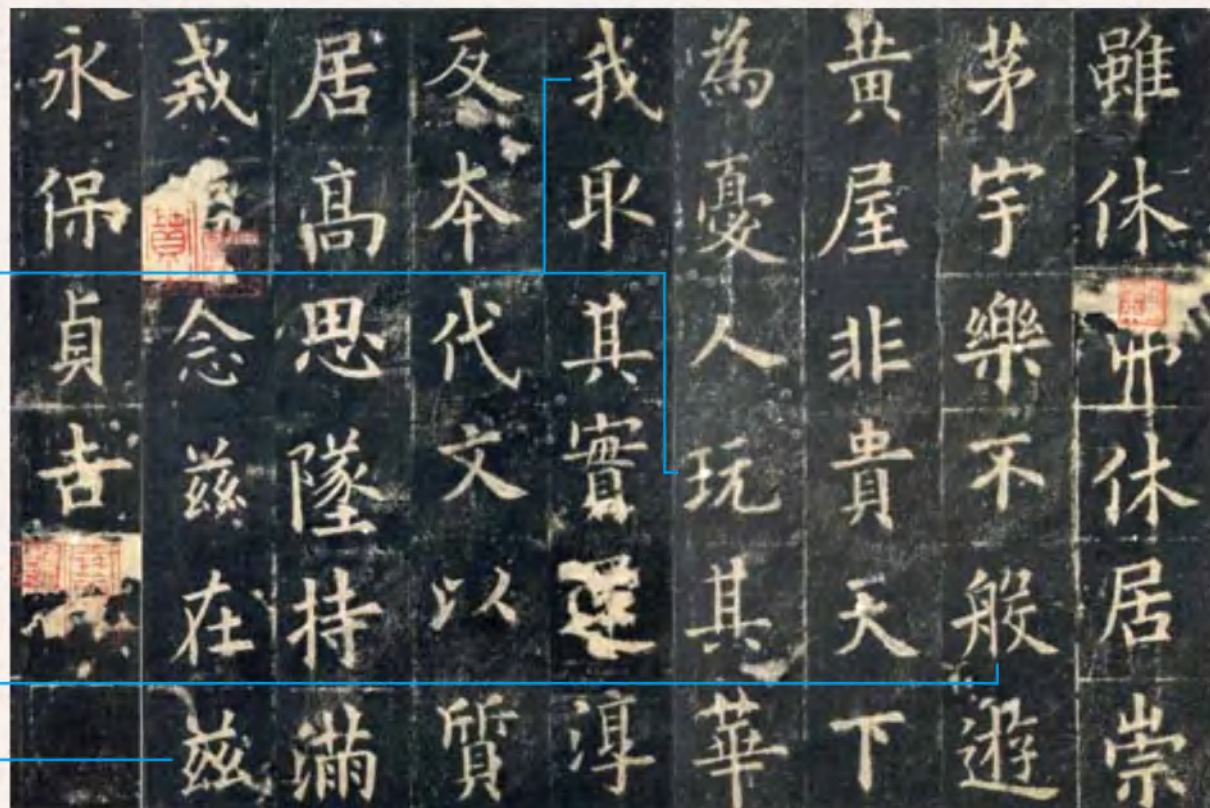
观察交流



这些字都是
三面包围结构。



“周”字和“鳳”字
都是上包下，但“周”字
被包围部分的位置靠上。



释文：虽休（弗）
休，居崇／茅宇，
乐不般游，／黄
屋非贵，天下／
为忧。人玩其华，
／我取其实，（还）
淳／反本，代文
以质，／居高思
坠，持满／戒
（溢），念兹在兹，
／永保贞吉。

《九成宫碑》拓片（局部）

书写指导

三面包围的字分为三面包上、三面包下、三面包右三种类型。这些字中，有些字的被包围部分要“突围”，有些则不“突围”。练习时要分清情况加以把握。



☞ 三面包上。左右边框的竖画宜短；被包围部分应居中、靠下，高于左右边框。



☞ 三面包下。左右边框的竖向笔画宜长；被包围部分应居中、靠上，不可下坠、“突围”。



☞ 三面包右。外框的上横宜短，下横宜长，以托住内包部分。



☞ “鳳”字也是三面包下，但被围部分有向下“突围”之势。注意被围部分的笔画走向要与外部笔画相协调。

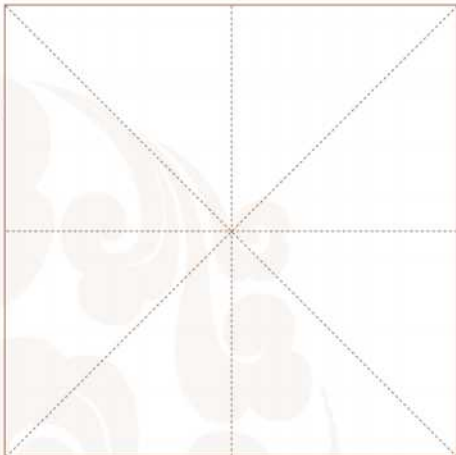


练习实践

【观察】



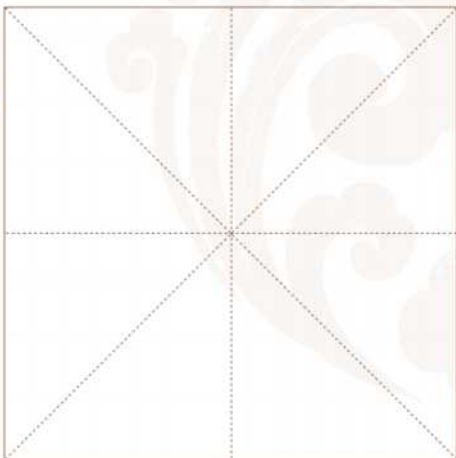
【临写】



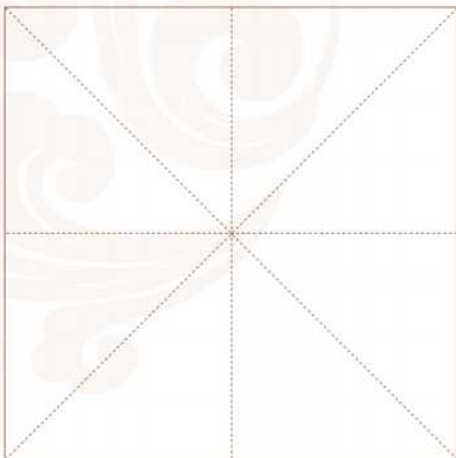
练习指导

先写中
竖，两“么”
对称，竖折平
展，右竖向下
出头。

【临写】



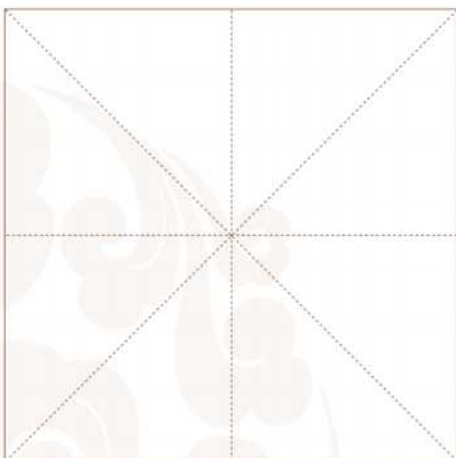
【比对调整】



【观察】



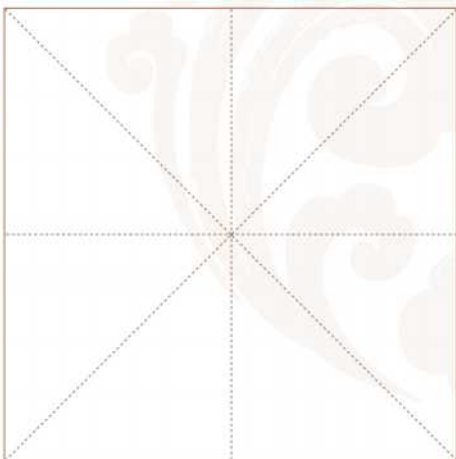
【临写】



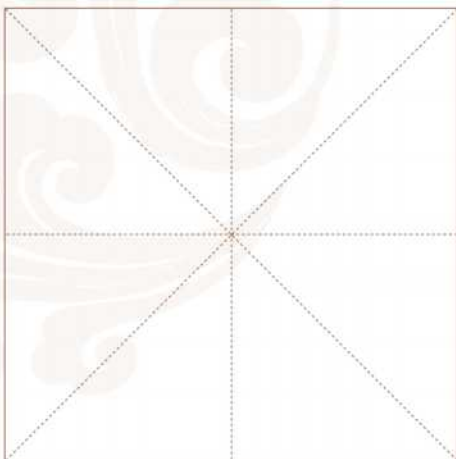
练习指导

两侧笔画
呈背势，内部
宜窄，位置靠
上。

【临写】



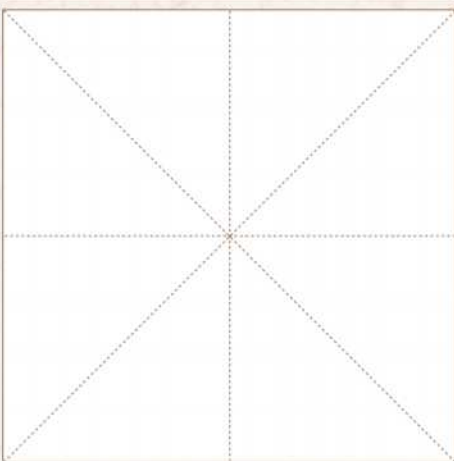
【比对调整】



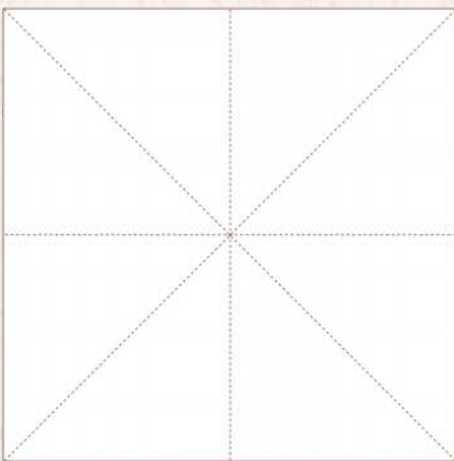
【观察】



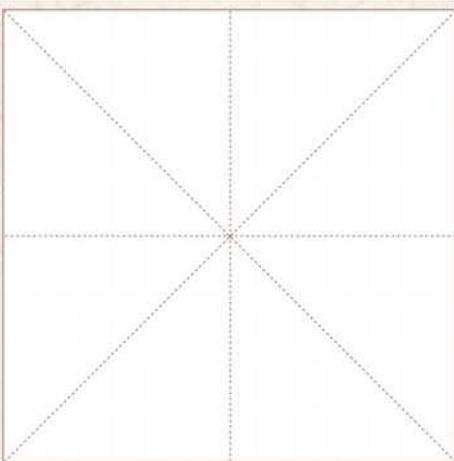
【临写】



【临写】



【比对调整】

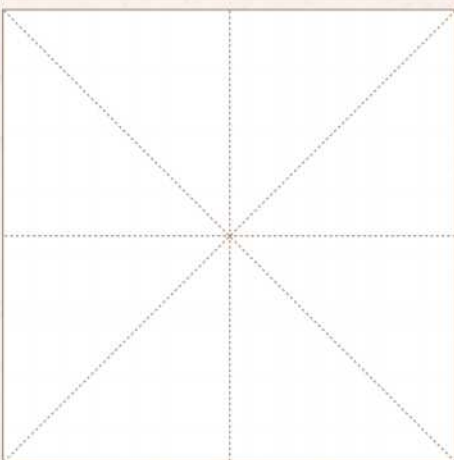


练习指导
外框的
上横宜短，
下横宜长。

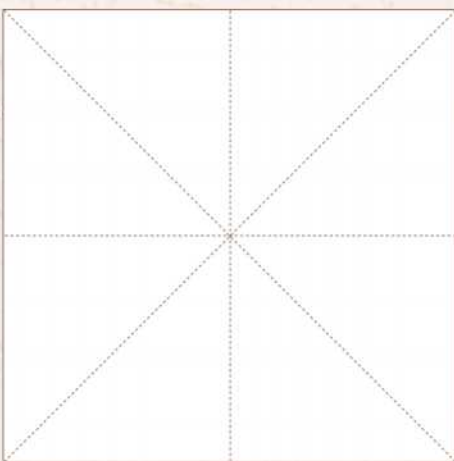
【观察】



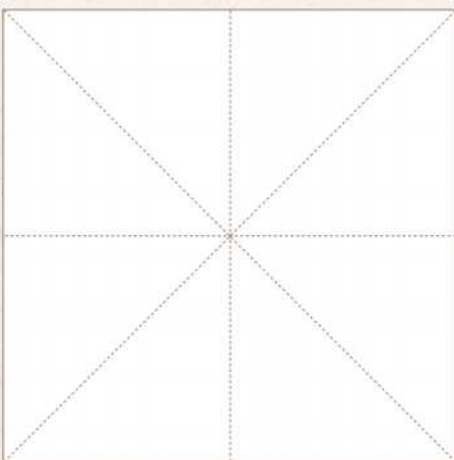
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导
横折斜
钩纵向伸展，
被围部分与
横折斜钩基
本下齐。

自我评价
习惯养成：
☆☆☆
书写水平：
☆☆☆

小组评价
😊 😐 😞

第三课 包围结构（3）

观察交流



这些字都是全包围结构。



这些字的外框形状不一样。



书写指导

全包围的字，字框形状不尽相同，有的大，有的小，有的扁宽，有的方正，书写时要注意把握外框特征。被包围部分笔画排列须匀称，并且向内靠拢，不能撑得过满，要留有一定空间。



字框左竖稍短，右竖稍长；被包围部分居中，整个字端正平稳。



字框扁宽，横向笔画取斜势。



口不封严，
内部大小适宜。



被围部分笔画较多，布白要均匀，疏密要得当。

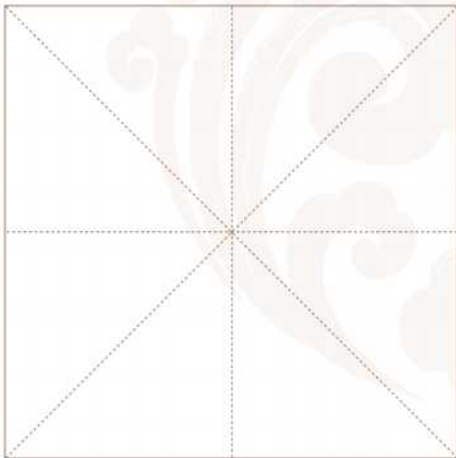


练习实践

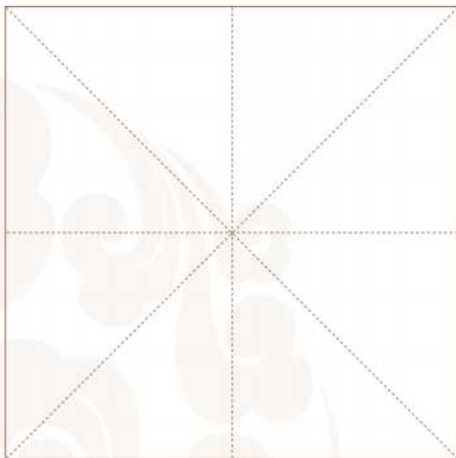
【观察】



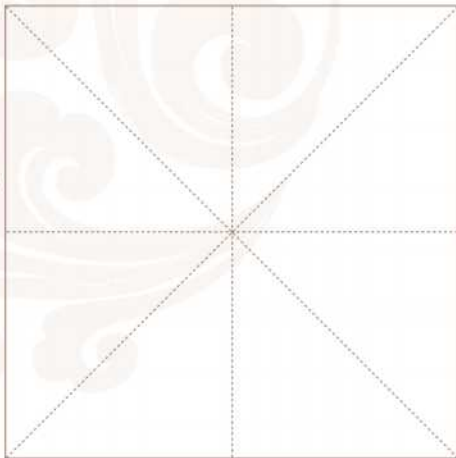
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

被围部分的大小比例较难掌握，临写前需认真观察，不可草率下笔。

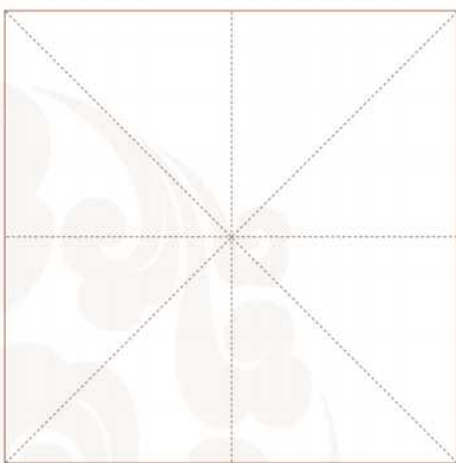


注意坐姿。
书写时要

【观察】

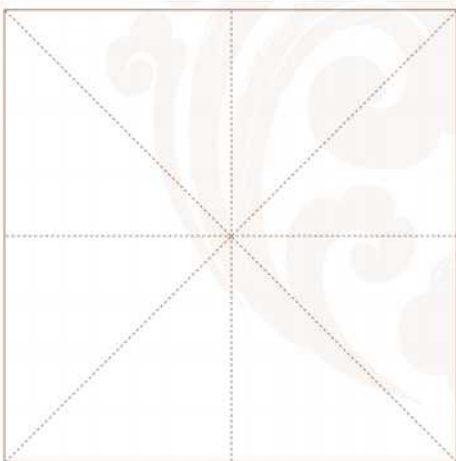


【临写】

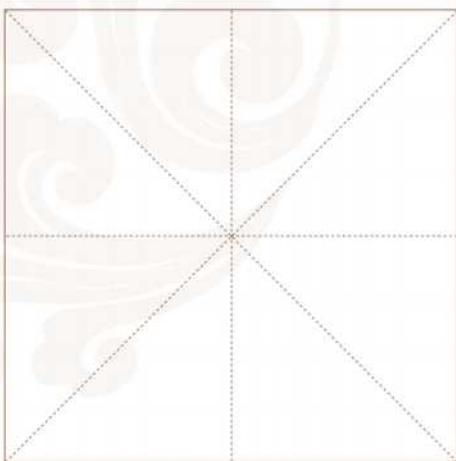


练习指导
左竖略
带弧度，横
向笔画取斜
势。

【临写】



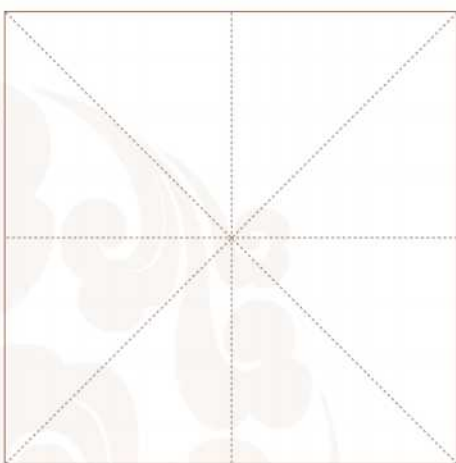
【比对调整】



【观察】

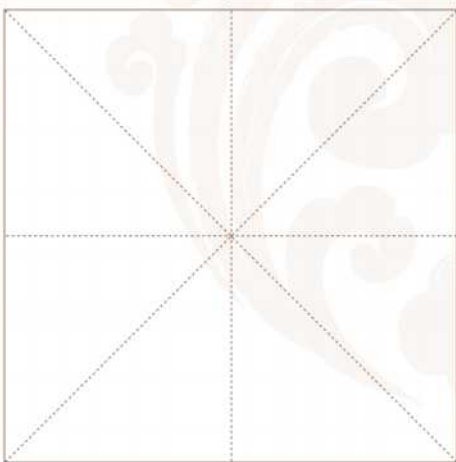


【临写】

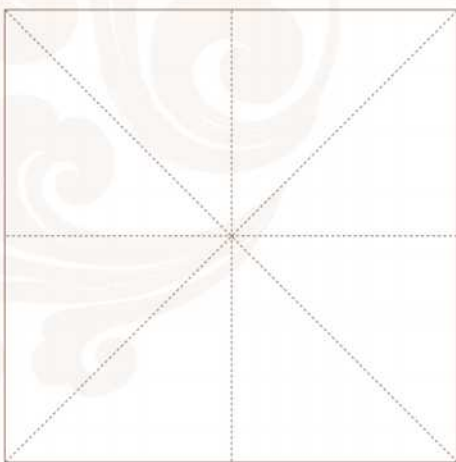


练习指导
内部略
偏左。

【临写】



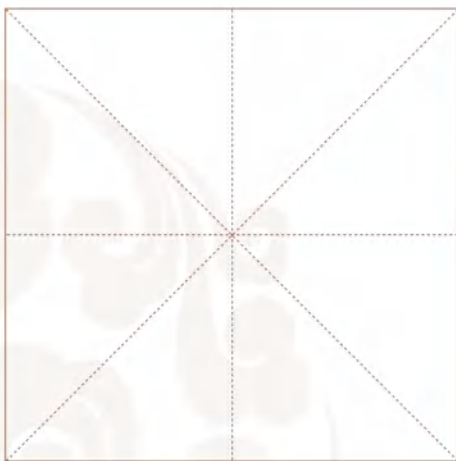
【比对调整】



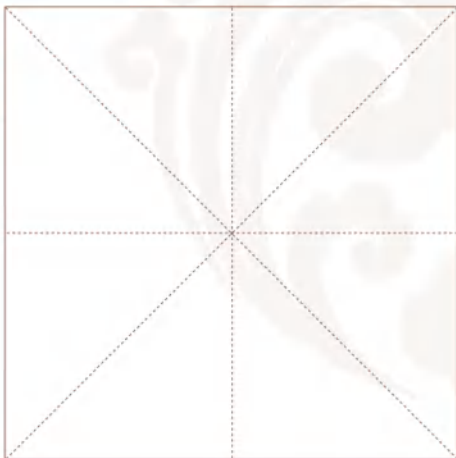
【观察】



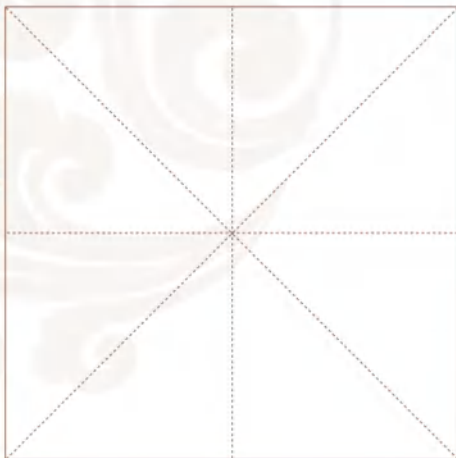
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

字形方正，内部不连左右，分布均匀。

自我评价

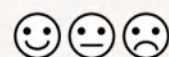
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



书法活动

观结字，讲结构

课前准备

1. 搜集并阅读书法名家关于结字理论的资料。
2. 搜集自己写得好的字和写得不好的字。

活动过程

争当“小老师”：给同学们讲一讲你了解的结字理论。



小组讨论：讨论如何写好某一种结构类型的字。



汇报交流：各小组汇报研究成果。



争当“小医生”：对写得不好的字进行剖析。

第四课 亻 部

部件是汉字的重要组成部分，分为成字部件（如“口”“女”等）和非成字部件（如“亻”“艹”等）。掌握部件的写法是写好毛笔字的基础。

观察交流



“亻”在不同的字中有长有短。



“亻”的竖为垂露竖……



书写指导



竖与撇长短不宜悬殊。



组合步骤

部件写法



☞ 左低右高，右部左收右展。



☞ “日”部上宽下略窄，横笔勿长。



☞ 左撇长，右撇短，右部三横勿长。



☞ 左低右高，注意撇收捺展。

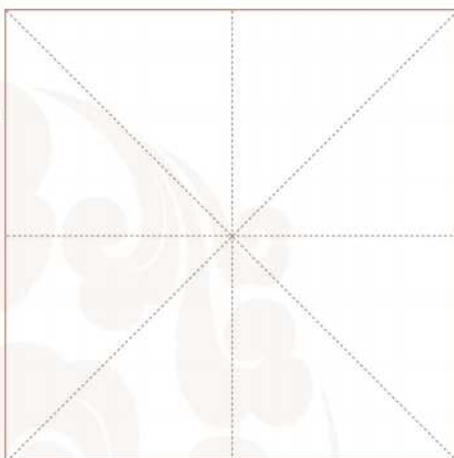


练习实践

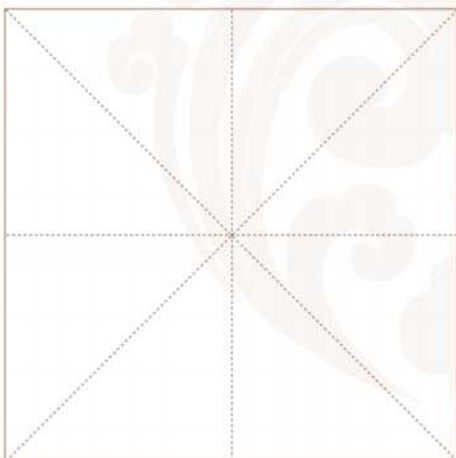
【观察】



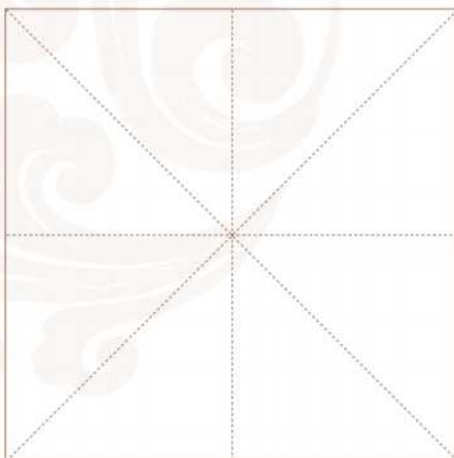
【临写】



【临写】



【比对调整】



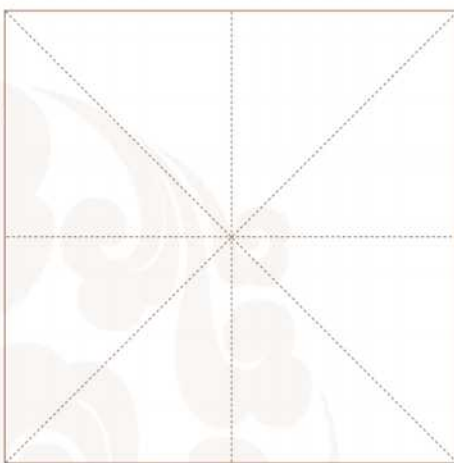
练习指导

“亻”的垂露竖在撇中间偏下处起笔。

【观察】

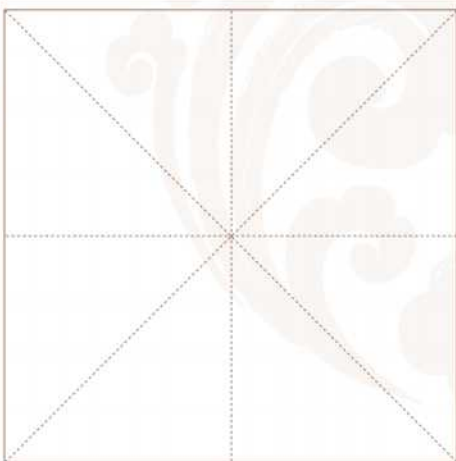


【临写】

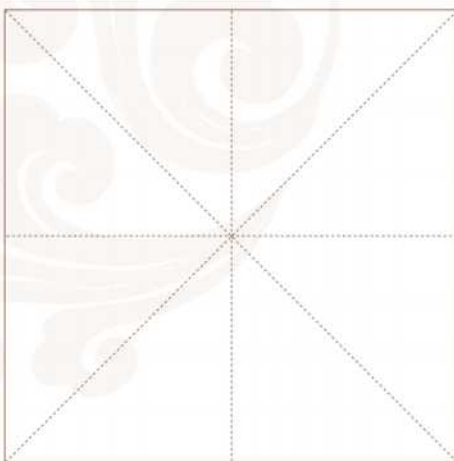


练习指导
注意字形扁宽。

【临写】



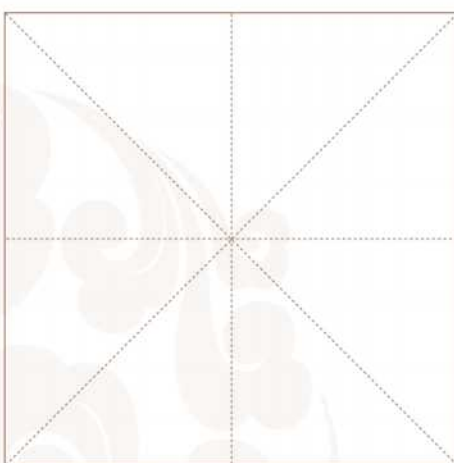
【比对调整】



【观察】

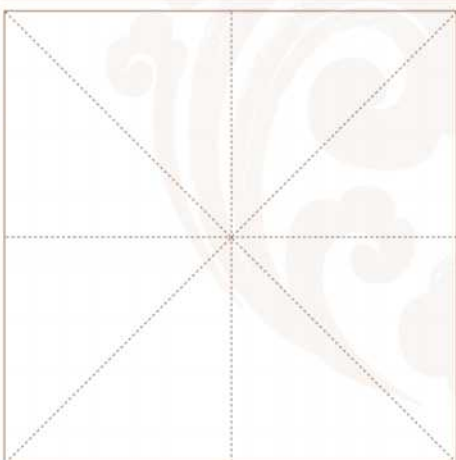


【临写】

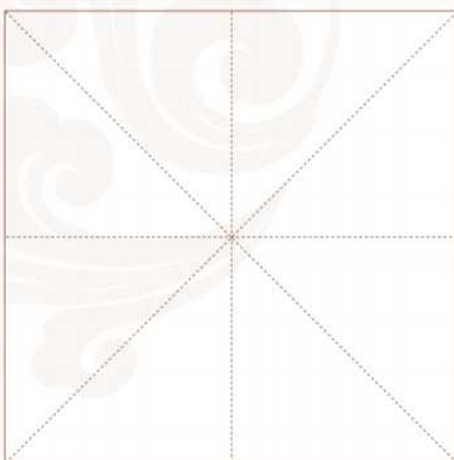


练习指导
三横空分布均匀，两竖均为垂露竖。

【临写】



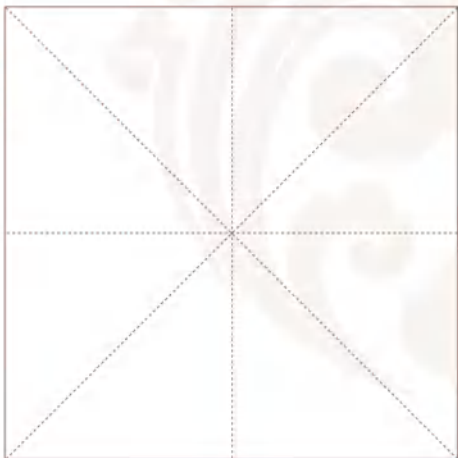
【比对调整】



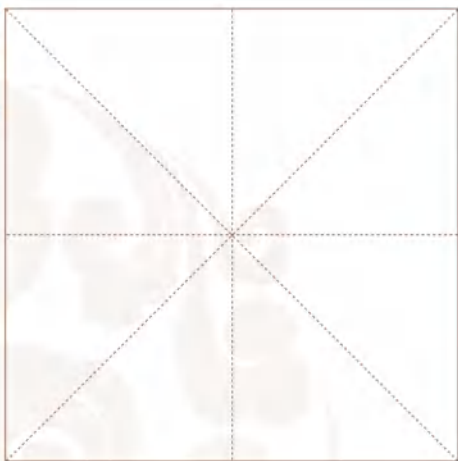
【观察】



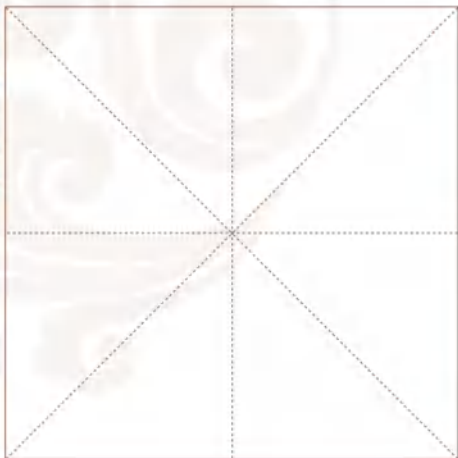
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

左右下
齐，右部横
勿长。

自我评价

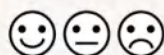
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



知识纵览

碑帖与拓片

“碑”和“帖”原是两个不同的概念。

“碑”指的是具有规范形制和纪念性质的石刻，也泛指其他石刻。碑按照类型可分为墓碑、庙碑、造像和摩崖等。其中，“造像”指的是建造的佛像旁边雕刻的出资人的愿望等说明文字，又称“造像记”。洛阳龙门石窟就存有很多造像记。“摩崖”就是把字迹镌刻在天然山崖上。泰山的《金刚经》摩崖就是著名的摩崖书迹。

将碑石上的字用纸、墨捶拓下来就是“拓片”。

“帖”原是指书法家的墨迹真笔。为传播、学习需要，宋代以后出现了汇集名家真迹的汇帖刻本，也称“帖”。

“碑帖”现在泛指石刻或帖的拓本，也泛指用来学习书法的各种范本。

第五课 彳 部

观察交流



“彳”的竖较短。



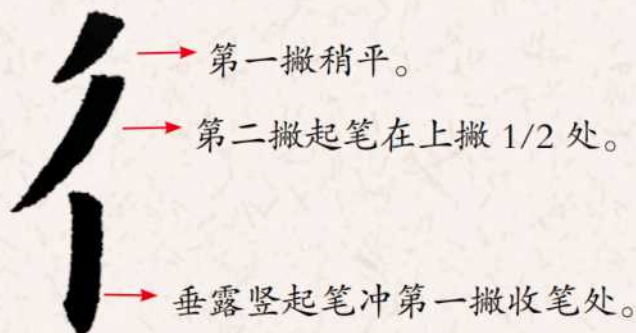
“彳”的两撇长短不同。



书写指导



组合步骤



部件写法

彼

左低右高，注意各撇的写法。

德

右竖稍长，“心”部右移。

徒

左右紧凑，捺笔纵展。

徐

右部左收右展，注意穿插。

彼

德

徒

徐

知识纵览

柳公权

柳公权（778—865），字诚悬，唐代书法家，京兆华原（今陕西铜川）人。他初学王羲之，后博采众长，独创挺拔遒劲的“柳体”。柳公权和颜真卿齐名，并称“颜柳”；“柳体”均匀瘦硬，“颜体”庄严雄浑，有“颜筋柳骨”的美誉。柳公权的楷书笔画棱角明显，结构紧凑，作品《玄秘塔碑》《金刚经》《神策军碑》较为著名。

心正

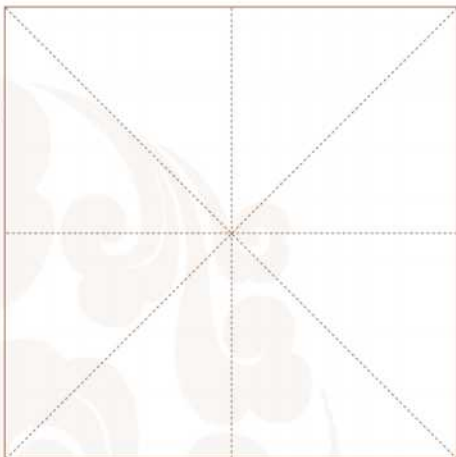
柳公权为人刚正耿直。相传有一次，唐穆宗问柳公权书法的用笔方法，柳公权回答说：“心思端正则用笔才能端正。”柳公权以书喻政，巧妙地进谏，令唐穆宗动容。从那时起，“心正笔正”说一直流传至今。

练习实践

【观察】



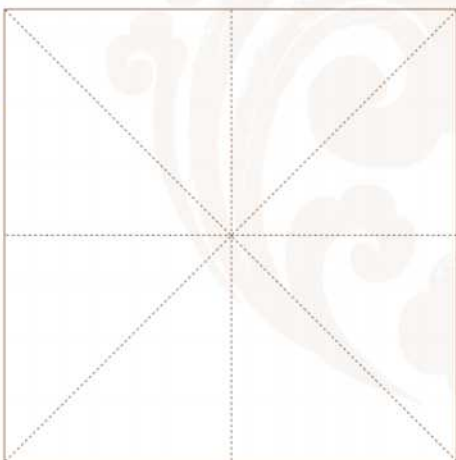
【临写】



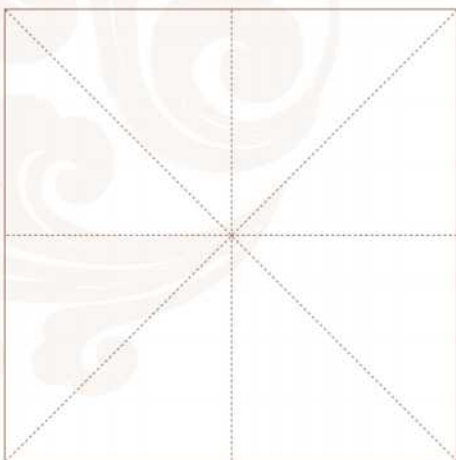
练习指导

注意 右
部横钩向右
上倾斜，捺
笔右展。

【临写】



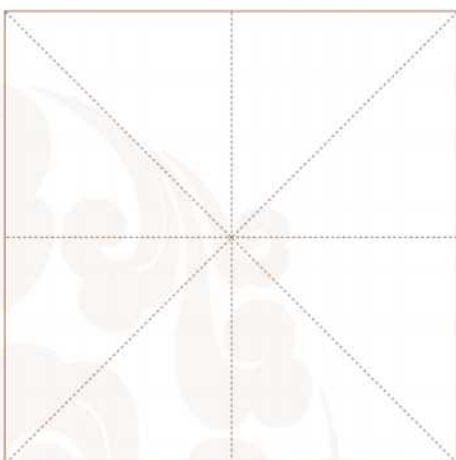
【比对调整】



【观察】



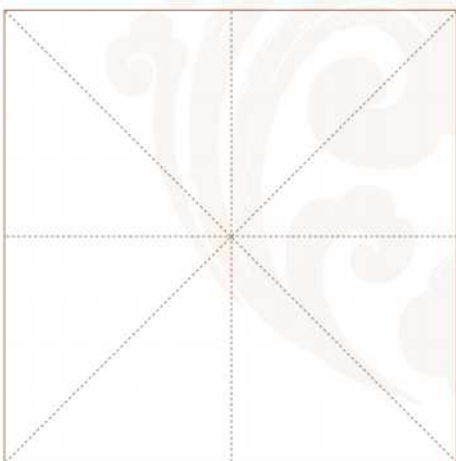
【临写】



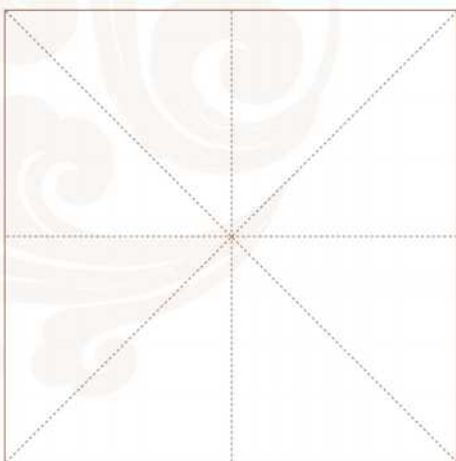
练习指导

左 右 下
齐，右竖起
笔较高，“四”
部要小，“心”
部稍偏右。

【临写】



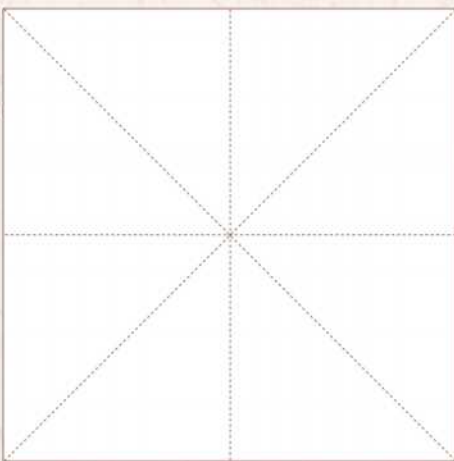
【比对调整】



【观察】



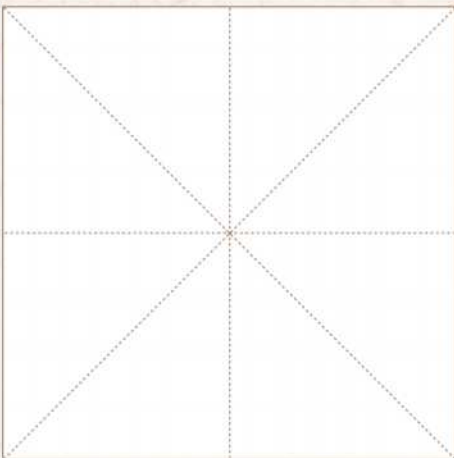
【临写】



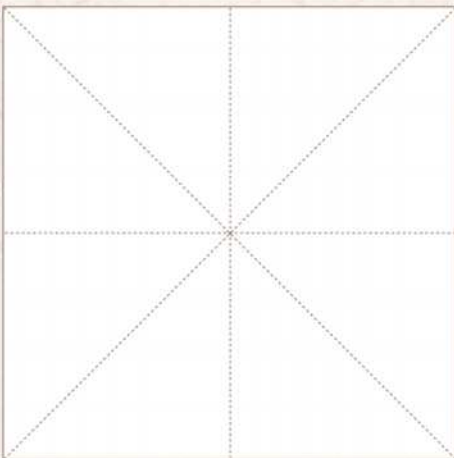
练习指导

左右下
齐，捺笔右
展。

【临写】



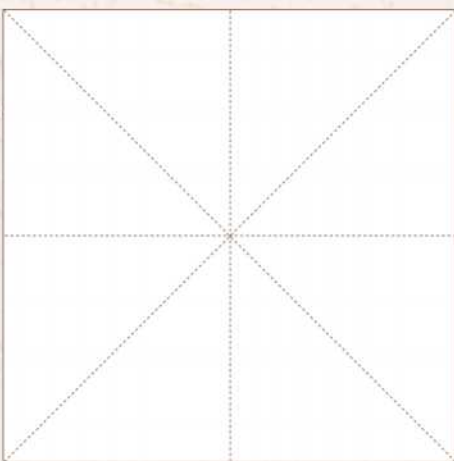
【比对调整】



【观察】



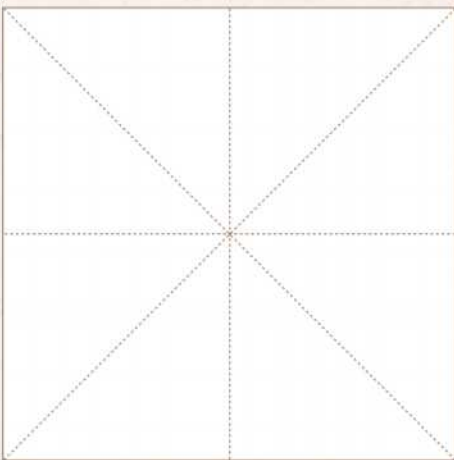
【临写】



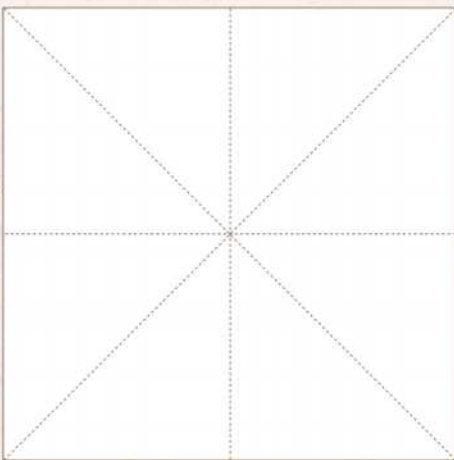
练习指导

注意右
部撇画与左
部穿插互让。

【临写】



【比对调整】



自我评价

习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



第六课 扌 部

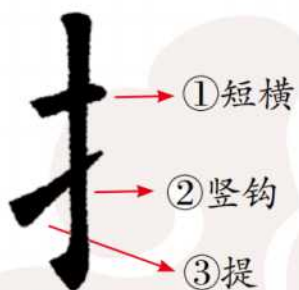
观察交流



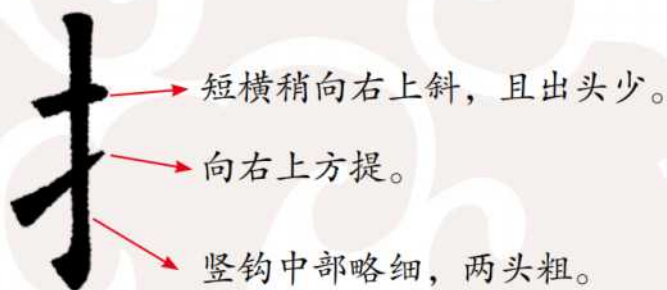
“扌”的横
很短，右边出头
很少。



书写指导



组合步骤



部件写法

扶

☞ 右边两横勿长，注意捺笔的写法。

拒

☞ 左高右低，右部垂露竖略低。

推

☞ 中竖为垂露竖，最后一笔横稍长。

撰

☞ 左右上下平齐，右部下横稍长。

扶

拒

推

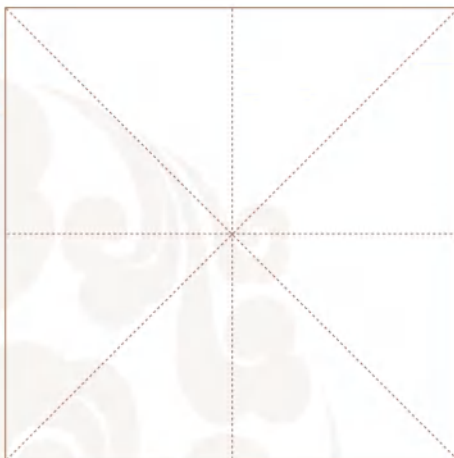
撰

练习实践

【观察】



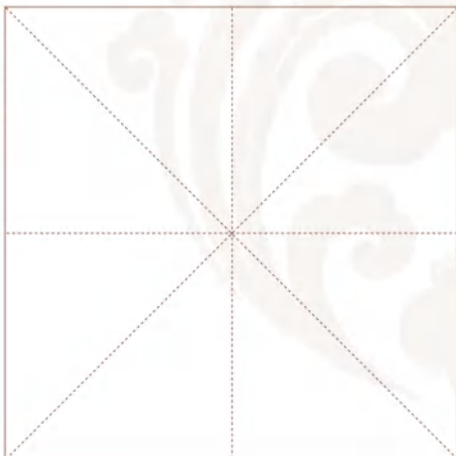
【临写】



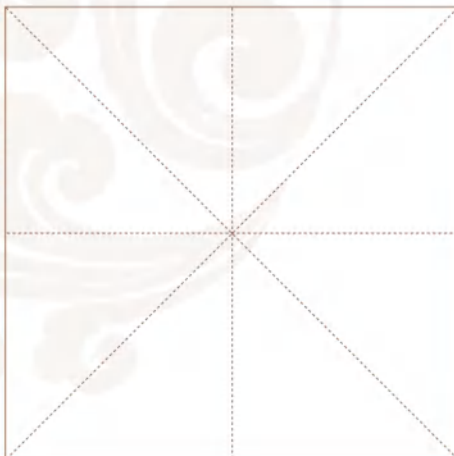
练习指导

左右上下平齐，右部两横向右倾斜，捺笔右展。

【临写】



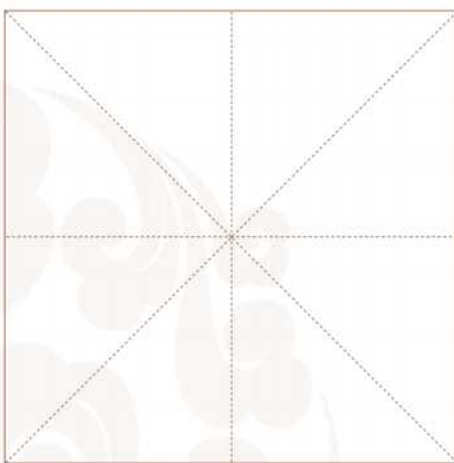
【比对调整】



【观察】

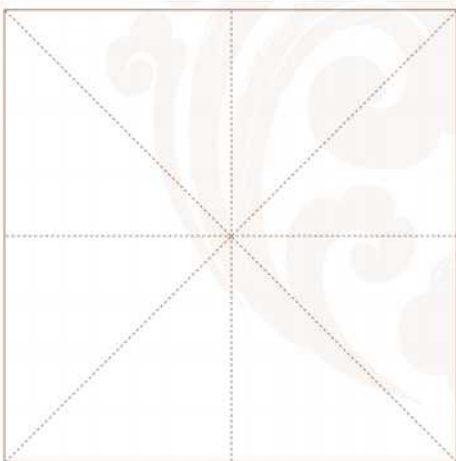


【临写】

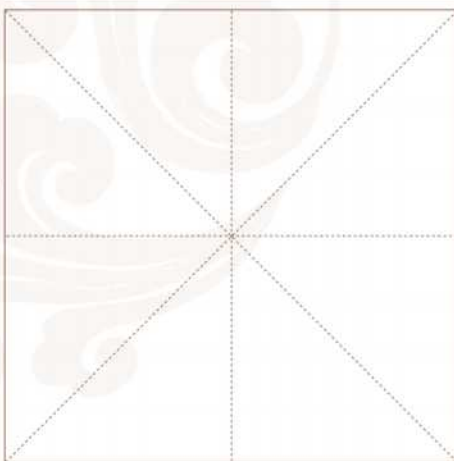


练习指导
“巨”
部左竖下伸，
下横右展。

【临写】



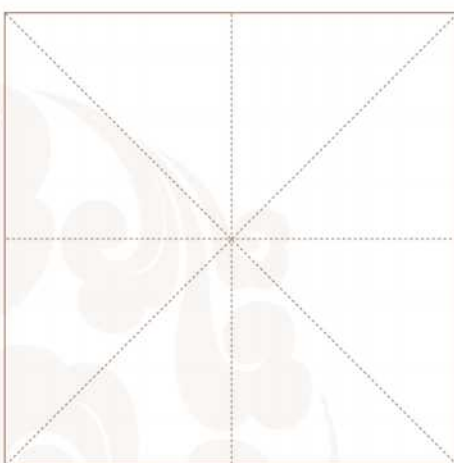
【比对调整】



【观察】

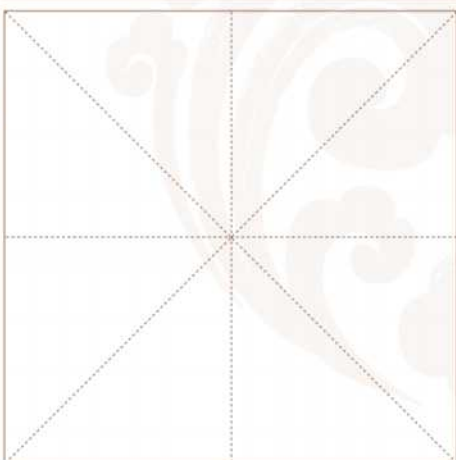


【临写】

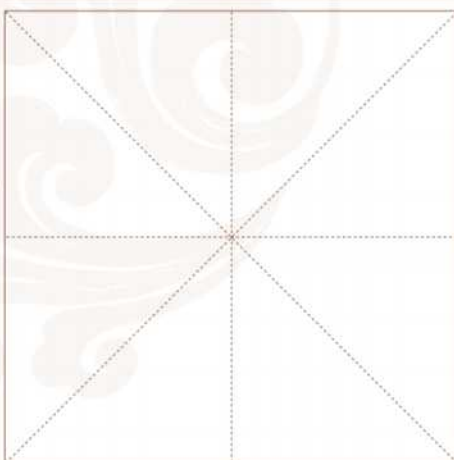


练习指导
中竖下
伸，右部四
横间距相等。

【临写】



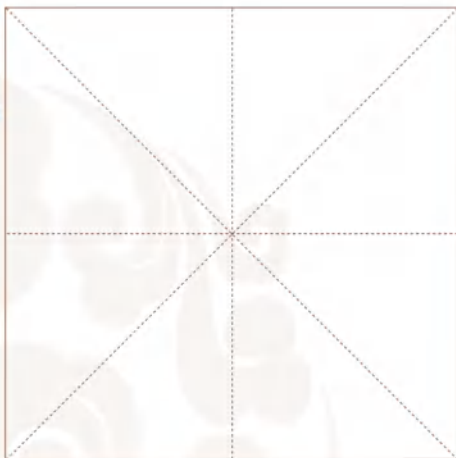
【比对调整】



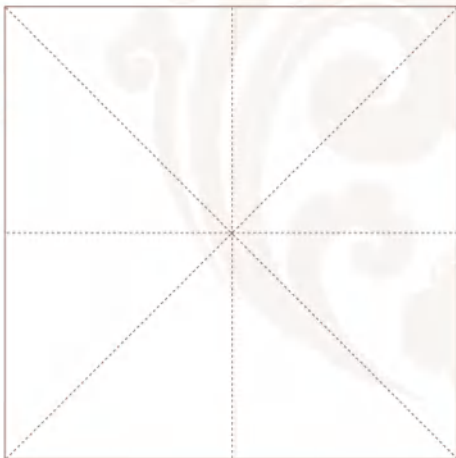
【观察】



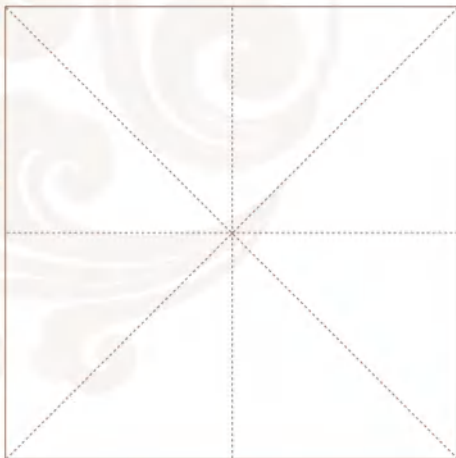
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

右部 整体
左靠，横右展。

自我评价

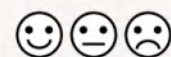
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

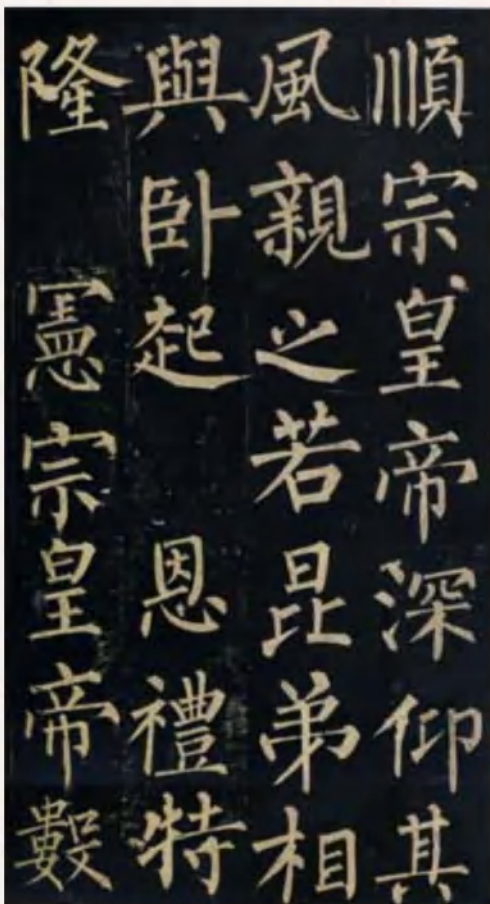
☆☆☆

小组评价



名作欣赏

释文：顺宗皇帝深仰其风，亲之若昆弟，相与卧起，恩礼特隆。宪宗皇帝数



《玄秘塔碑》

《玄秘塔碑》，裴休撰文，柳公权书并篆额。碑石于公元841年立，现存于陕西西安碑林。

此碑充分表现了“柳体”严谨遒劲的特色，笔法讲究，起笔、转折和收笔均顿挫清晰，字的棱角分明，受到学书者的推崇。

《玄秘塔碑》拓片（局部）

第七课 亠 部

观察交流

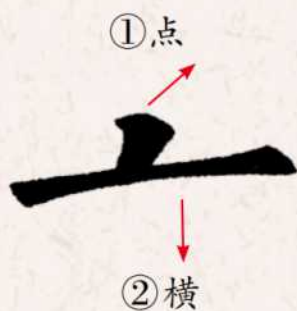


“六”字和
“方”字笔画较粗。

“亠”中的
横有长有短。

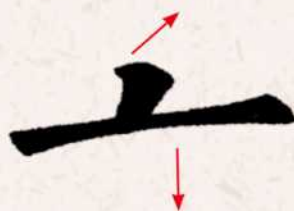


书写指导



组合步骤

点不宜太小，大多与长横紧贴。



长横倾斜不宜过大，
注意粗细变化。

部件写法



笔画略粗，
注意下面的撇、
点离上横勿远。



横长撇伸，
注意横折钩形态
的变化。



横勿长，
撇捺伸展。



横稍长，但
不宜粗重。



名作欣赏

《神策军碑》

《神策军碑》，翰林学士崔铉（xuān）撰文，柳公权书。碑石于公元843年立，已被毁，现存有北宋时的拓本。碑的刻工精良，字的锋芒棱角清晰，拓本接近真迹。

《神策军碑》是柳公权晚年的佳作，用笔富于变化，结构严谨匀称，给人一种劲美、清朗的感觉。



释文：之君何常不
满招损谦受益
崇太素乐

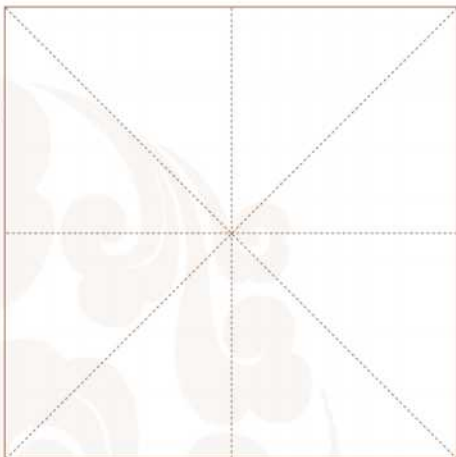
《神策军碑》拓片（局部）

练习实践

【观察】



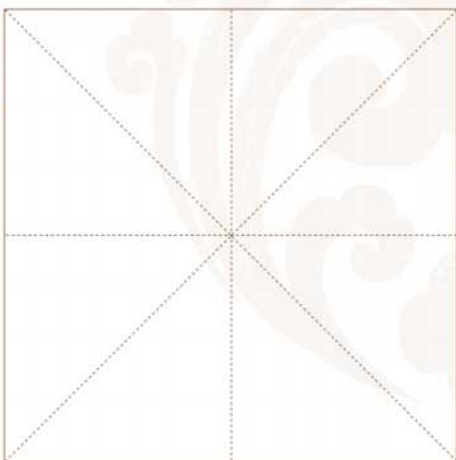
【临写】



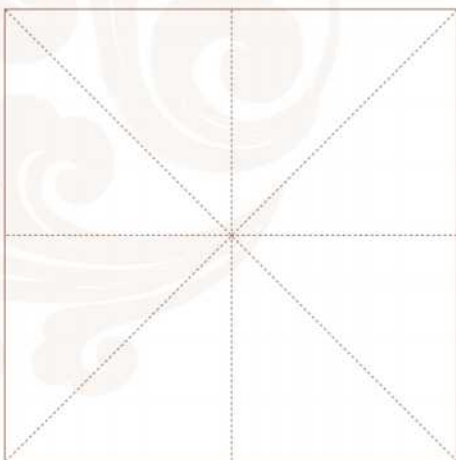
练习指导

笔画少的字，笔画可以写得略粗。下部撇、点离横勿远。

【临写】



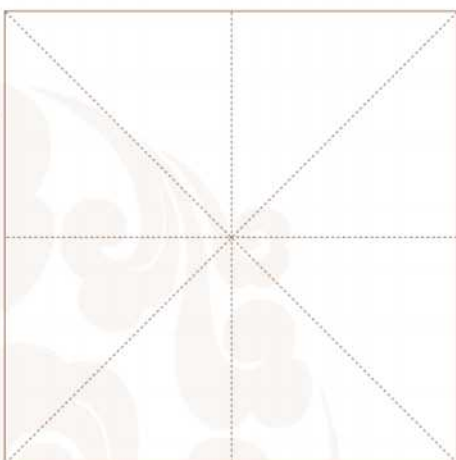
【比对调整】



【观察】



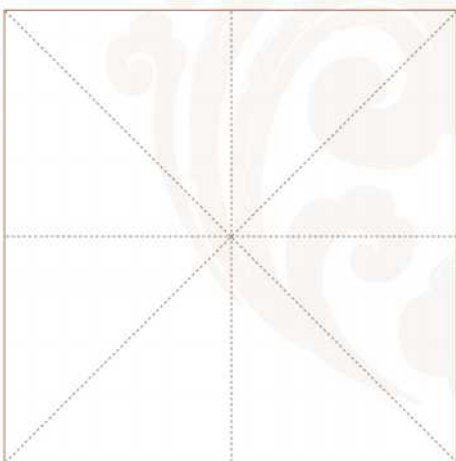
【临写】



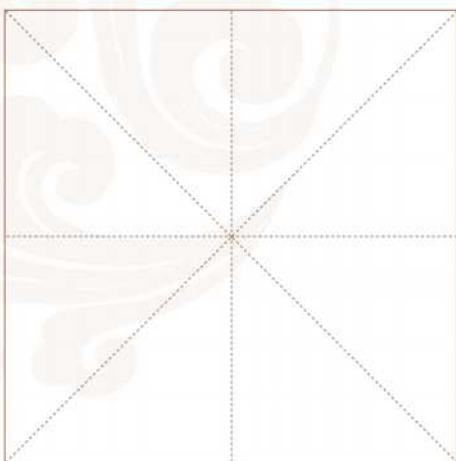
练习指导

最后一笔出钩处与首点对正。

【临写】



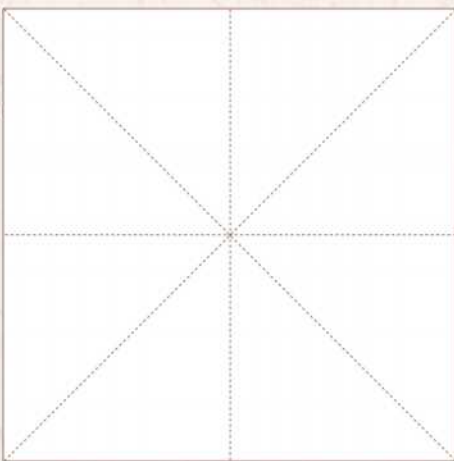
【比对调整】



【观察】



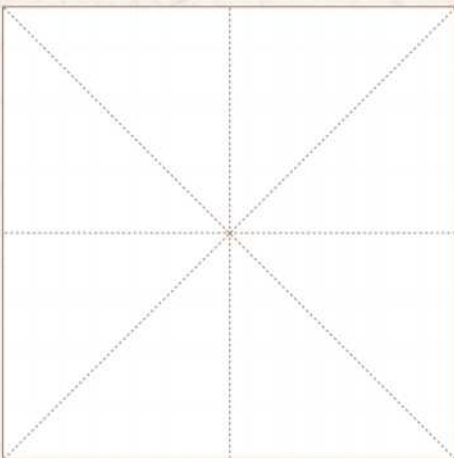
【临写】



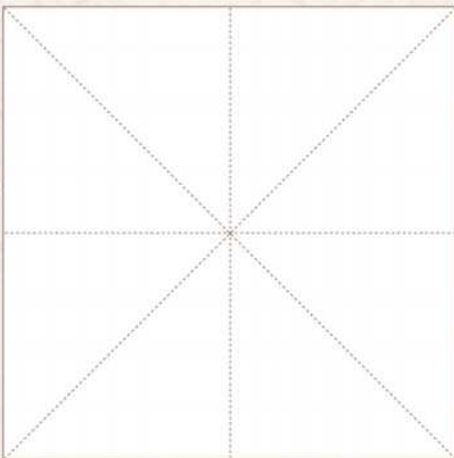
练习指导

横勿长，
向右上倾斜；
撇捺交点与
首点对正。

【临写】



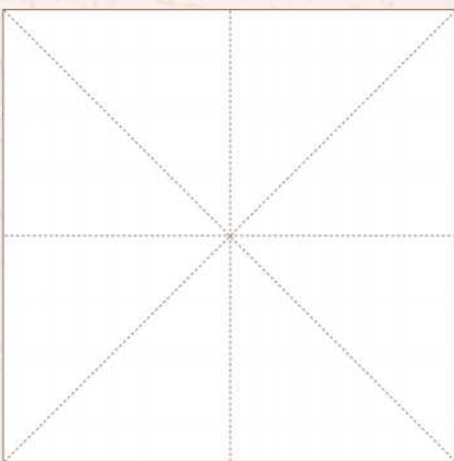
【比对调整】



【观察】



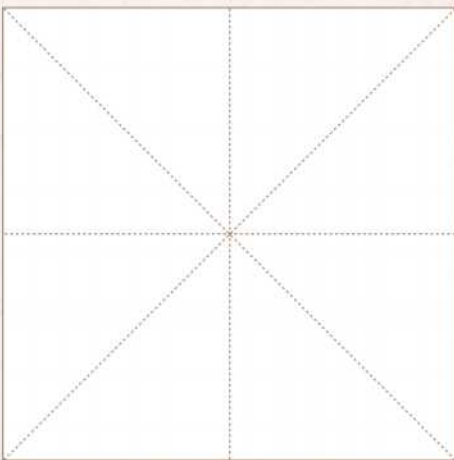
【临写】



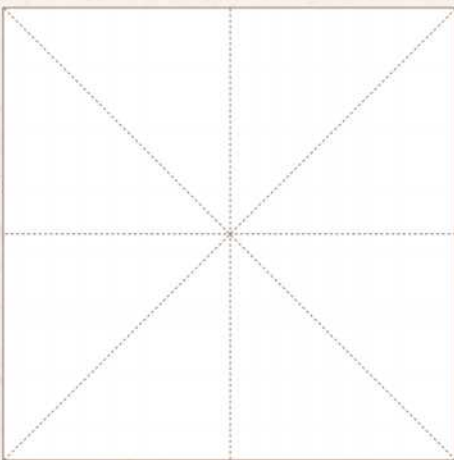
练习指导

横笔要
长，“幺”
部紧缩。

【临写】



【比对调整】



自我评价

习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



第八课 宀 部

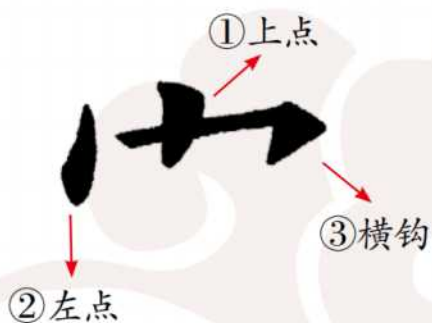
观察交流



“宀”的宽窄不同。



书写指导



组合步骤

上点在横钩偏左位置。



左点与横钩可留有空隙，不搭接。

部件写法

宗

“宀”略宽，
以上覆下。

家

“宀”勿
宽，捺笔伸展。

寔

“宀”略宽，
中部长横与“宀”
基本等宽，“貝”
部略窄。

寶

“宀”略宽，
“貝”部勿宽，
全字上下紧凑。

宗

家

寔

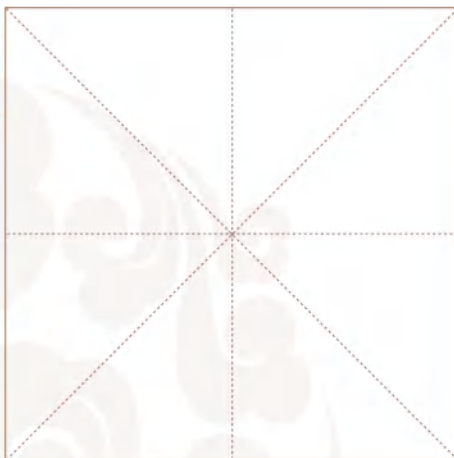
寶

练习实践

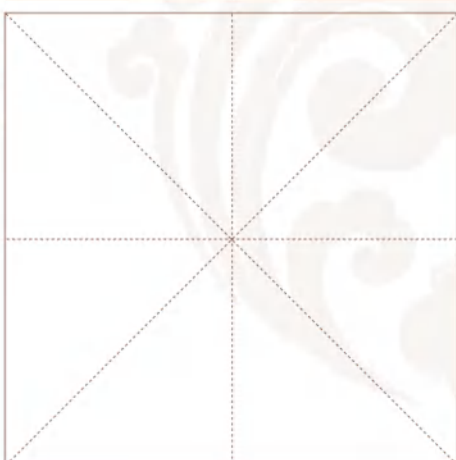
【观察】



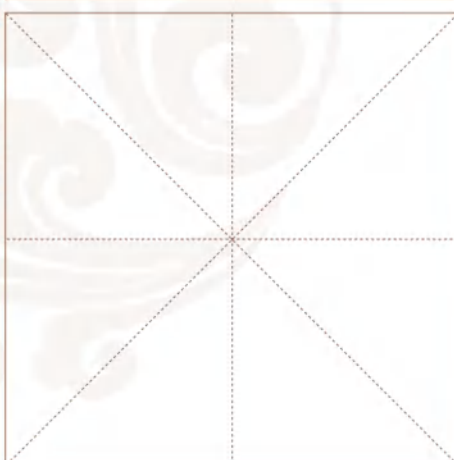
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

横向笔画取斜势，
竖钩居字中央。



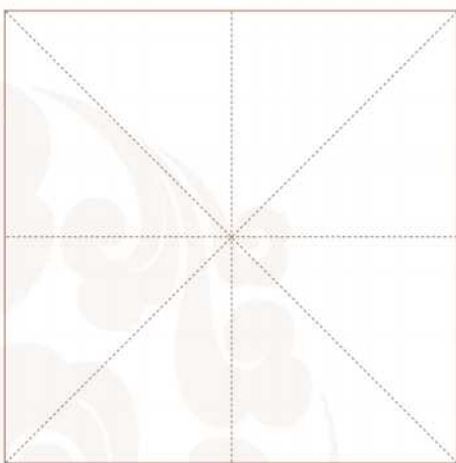
整洁。

请注意保持

【观察】



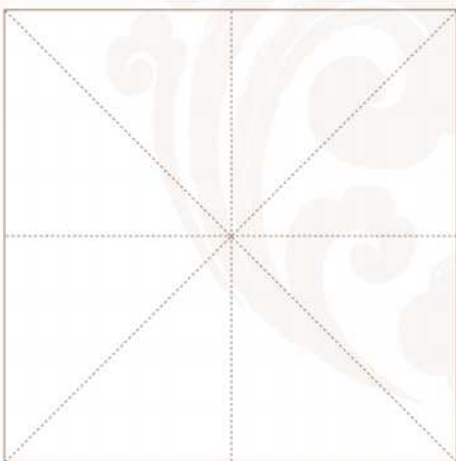
【临写】



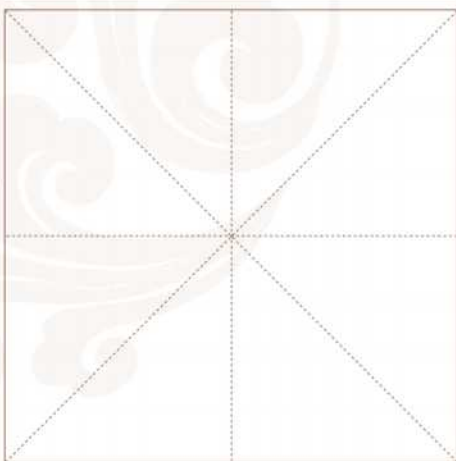
练习指导

下部横
与各撇收敛，
弯钩与首点笔
对正，捺笔
伸展。

【临写】



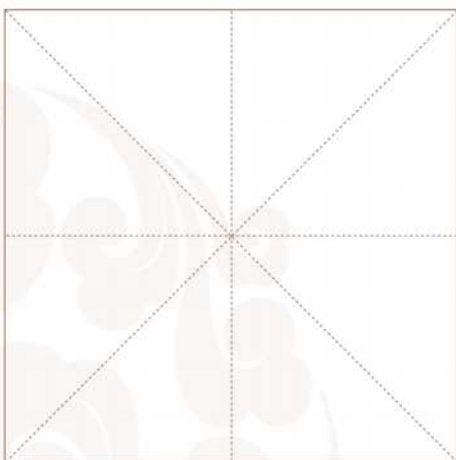
【比对调整】



【观察】



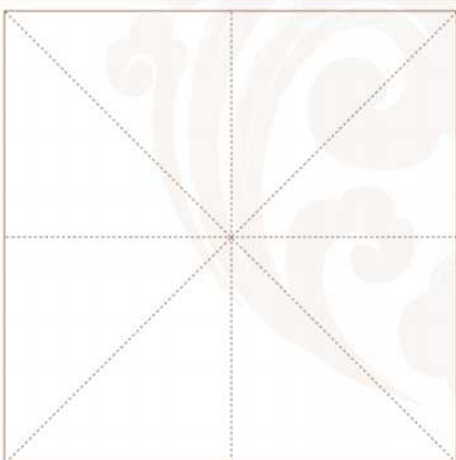
【临写】



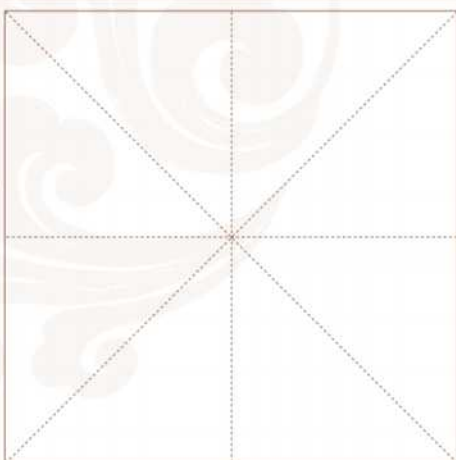
练习指导

注意上、
中、下三部
分的宽度，
“貝”部横
向笔画分布
均匀。

【临写】



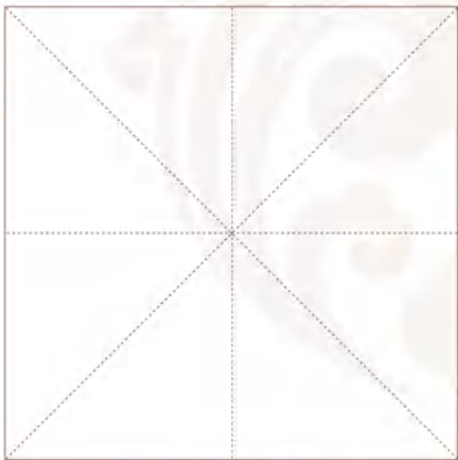
【比对调整】



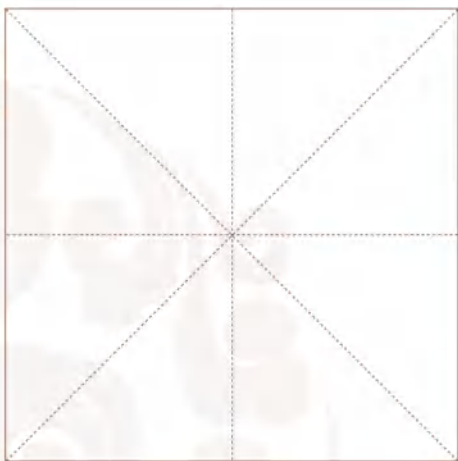
【观察】



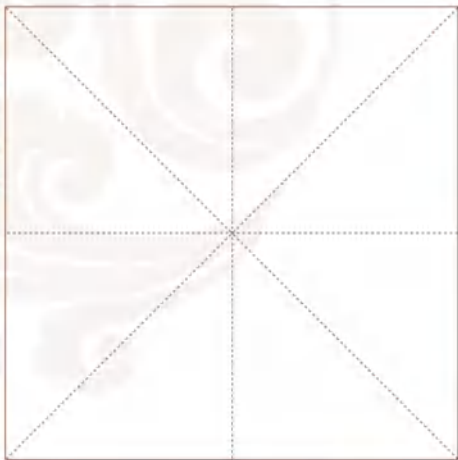
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

“宀”

宽而覆下；
“貝”部形窄，
撇、点支撑。

自我评价

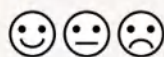
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



知识纵览

宋四家

宋代的书法艺术在中国书法史上占有重要的地位，其中成就最高的是苏轼、黄庭坚、米芾（fū）、蔡襄四人，他们被后人合称为“宋四家”。

苏轼（1037—1101），字子瞻（zhān），号东坡居士，北宋著名文学家、书画家，眉州眉山（今四川眉山）人，擅长行书、楷书。存世书迹有《前赤壁赋》《黄州寒食诗帖》等。

黄庭坚（1045—1105），字鲁直，号山谷道人，北宋诗人、书法家，洪州分宁（今江西修水）人，擅长行书、草书。存世书迹有《华严疏》《松风阁诗贴》等。

米芾（1051—1107），字元章，号襄阳漫士、海岳外史等，北宋书画家，世居太原（今山西太原），后定居润州（今江苏镇江），擅长行书、草书。存世书作有《苕（tiāo）溪诗卷》《蜀素帖》等。

蔡襄（1012—1067），字君谟（mō），北宋书法家，兴化仙游（今福建仙游）人，擅长楷书、行书、草书。传世碑刻有《万安桥记》，书迹有《谢赐御书诗》等。

第九课 卩部（在左）

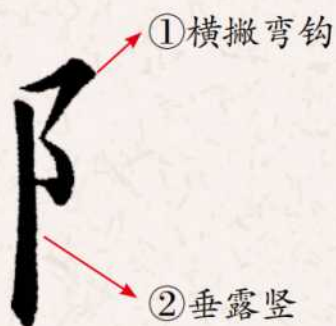
观察交流



“卩”的竖
为垂露竖。



书写指导



组合步骤

部件写法

降

☞ 捺笔伸展，
右竖下伸。

階

☞ 左低右高，
“日”部勿宽。

陳

☞ 右部上横勿
长，捺笔右展。

随

☞ 各部穿插互
让，整个字紧
凑精到。

降

階

陳

随

练习实践

【观察】

降

【临写】

【临写】

【比对调整】

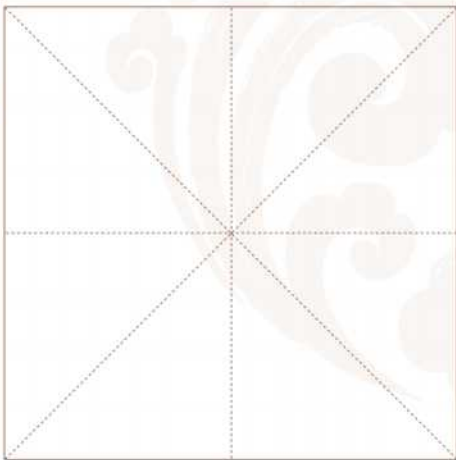
练习指导

右部 捺
笔右展，竖
笔下伸。

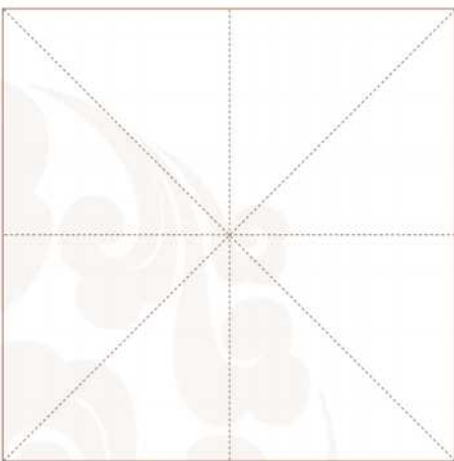
【观察】



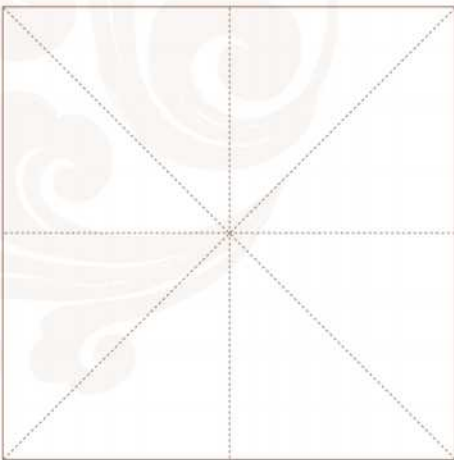
【临写】



【临写】



【比对调整】



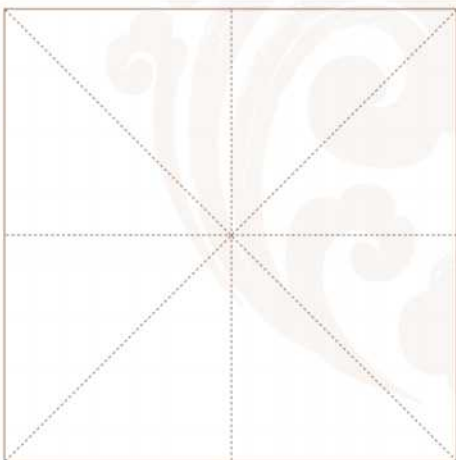
练习指导

右部字
形修长，笔
画空间分布
均匀。

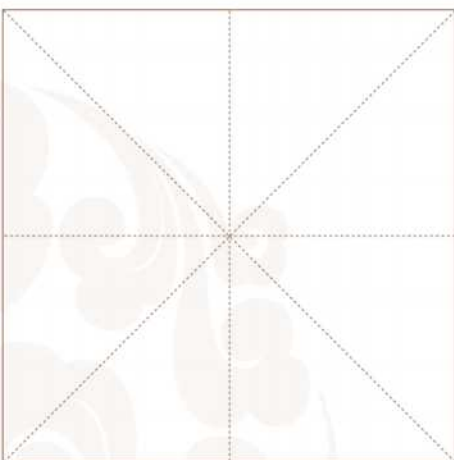
【观察】



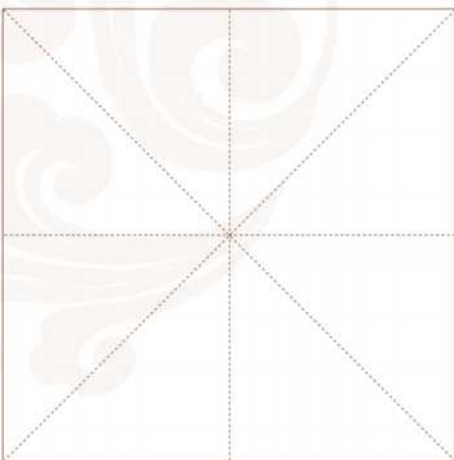
【临写】



【临写】



【比对调整】



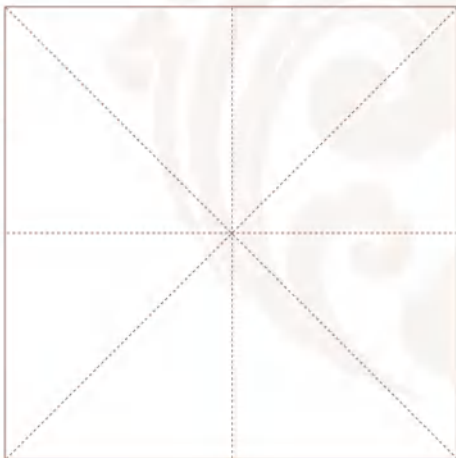
练习指导

右部上
横略短，撇
捺舒展。

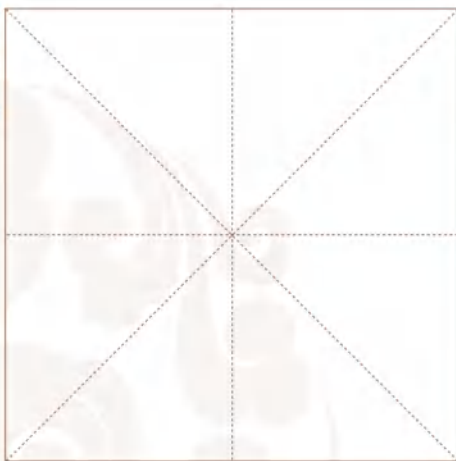
【观察】



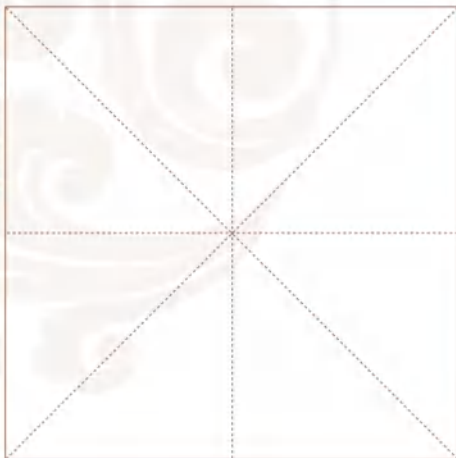
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

“有”部上横向右侧上倾斜，撇画收笔在上横起笔处正下方。注意“辶”的位置。

自我评价

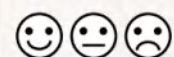
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



书法故事

苏轼“五不写”

苏轼少年学习书法时，常把古人的字帖挂在墙上，每天细细观摩其间的笔势与精神，心中摹写，笔下追求，深得古人用笔的精髓。因此，他的作品上既有别人的笔法，也有自己的特点，书艺非常高超。

苏轼品格高尚，学识渊博，诗文书画皆精。相传他遇到五种情况绝不提笔赠书，这就是“五不写”：限定字体大小的不写，不认识的人不写，绶绢不写，想借他的书法作品扬名后世的不写，文无深意、无法下笔的不写。



你知道苏轼为什么坚持这“五不写”的原则吗？

第十课 冫部 冫部

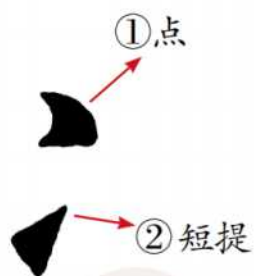
观察交流



我发现“冫”
的两点相互呼应。



书写指导



组合步骤



部件写法



注意左右两部分的位置关系。



笔画须紧凑，
不要写得太宽。

观察交流



“八”的笔画要写得小巧，在不同的字中有形态及宽窄的变化。



书写指导

①短撇

②右点



组合步骤

短撇不宜长。

右点向右下方行笔，与短撇呼应。

短撇与右点呈上合下开之势。

部件写法



两竖距离较近，起笔高低不同；底横长；注意底部撇、点与两竖的位置关系。



注意中间两竖的写法。

练习实践

【观察】

冰凝其

【临写】

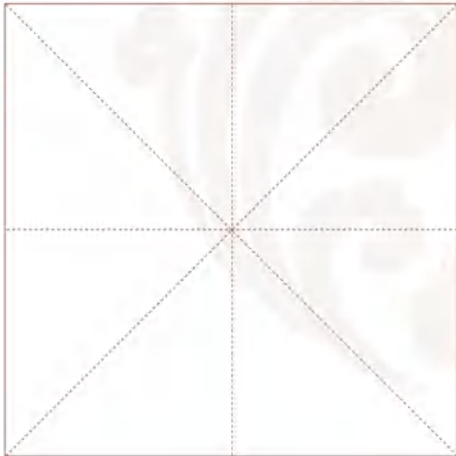
【临写】

【比对调整】

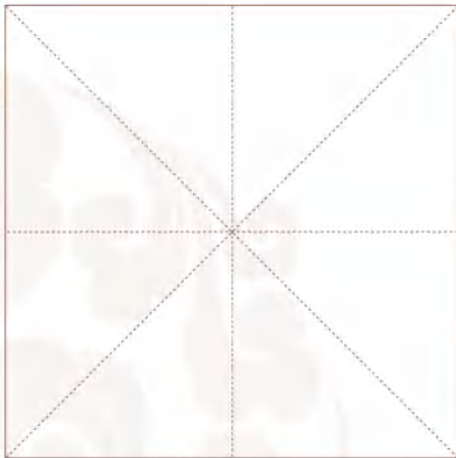
【观察】



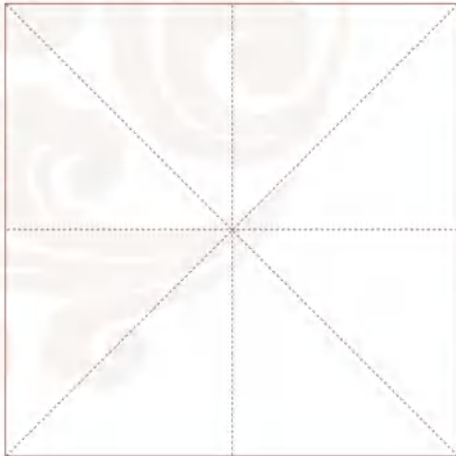
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

中间两竖略带弧度，左竖低，右竖高；长横挺直，略向右上倾斜。

自我评价

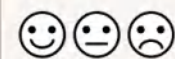
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



书法故事

米芾学字

相传，米芾小时候曾经跟村里的一位私塾(shū)先生学写字。学了三年，他的字仍然写得很平常。

一天，村里来了位秀才。米芾听说秀才的字写得很好，就跑去求教。谁知秀才冷冷地说：“请我教你写字，得用我的纸才行。我的纸五两纹银一张。”米芾家并不富裕，母亲便把从娘家带来的首饰拿去当了五两纹银，给米芾拿去买纸。秀才接过银子，把一张纸给了米芾。米芾拿着用五两纹银买的纸，不敢轻易下笔，只是在那里认真地琢磨字帖，用手在书案上画来画去，想着每个字的间架结构和笔锋。秀才看到米芾这么认真，高兴地说：“对！学字不只是动笔，还要动心。不但要观其形，而且要悟其神。心领神会，才能写好。现在，你已经懂得写字的窍(qiào)门了。”

几天之后，秀才要走了。分手时，秀才送给米芾一个布包，说：“咱们师生一场，我送给你这包小小的礼物，但你要回家后再打开。”米芾回家打开布包一看，泪水不禁夺眶而出：原来布包里正是那用来买纸的五两纹银！

第十一课 力部 𠂇部

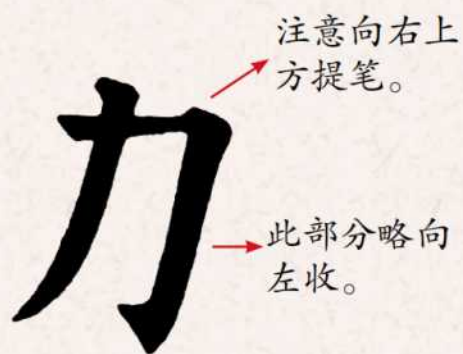
观察交流



我发现“力”部的撇在横折钩上方的出头很短。



书写指导



组合步骤

部件写法



“工”不能太宽，横向右上方倾斜角度较大；“力”的撇不要太长。



左高右低。“力”于“扌”下方起笔；“扌”不宜宽。

观察交流



我发现“丿”
的竖钩有时略带
弧度。

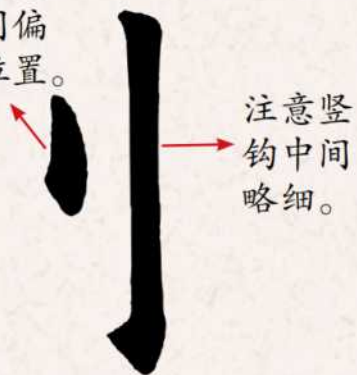


书写指导



组合步骤

短竖在竖
钩中间偏
上的位置。



注意竖
钩中间
略细。

部件写法



左边两竖为垂露
竖，下平；“丿”
的竖钩直而有力。



左边两横略向右上
斜，撇变形为略斜
的竖。

练习实践

【观察】

功 勃 刑

【临写】

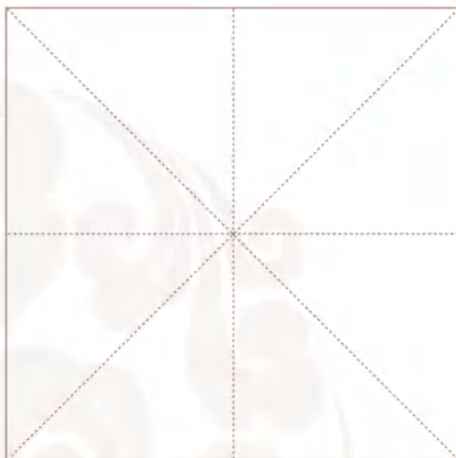
【临写】

【比对调整】

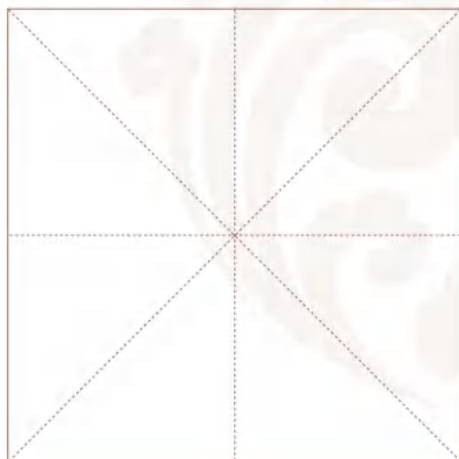
【观察】



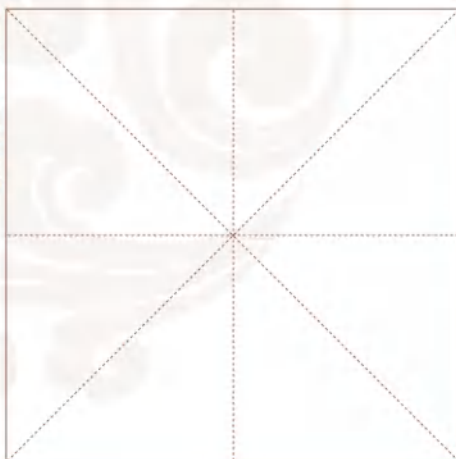
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

左宽右窄；左部件右齐，两点左低右高，下横略长。

自我评价

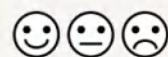
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

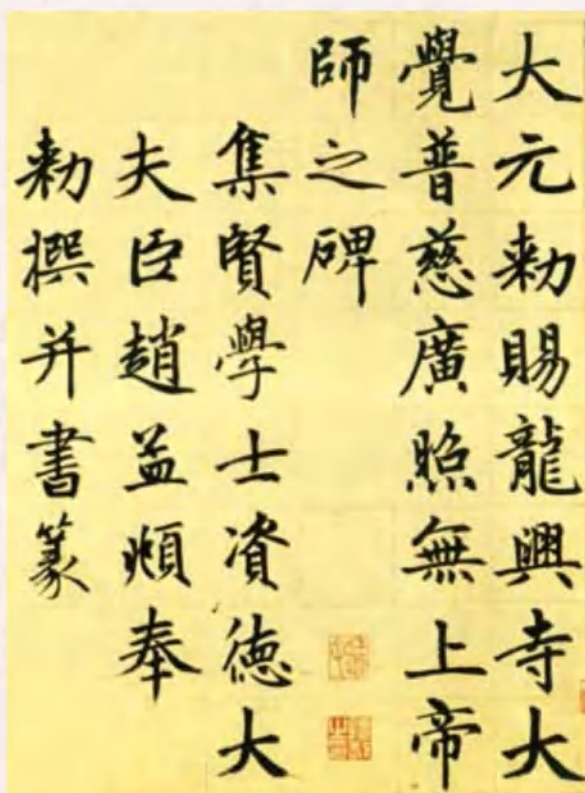
小组评价



知识纵览

赵孟頫

赵孟頫(1254—1322)，字子昂，号松雪道人、水精宫道人，元代著名书画家，吴兴（今浙江湖州）人。赵孟頫博学多才，在书法和绘画领域取得了很高的成就。他的楷书世称“赵体”。赵孟頫存世的书迹较多，有《三门记》《妙严寺记》《胆巴碑》《洛神赋》等。



释文：大元敕（〇〇）赐龙兴寺大觉普慈广照无上帝一师之碑。集贤学士资德大夫臣赵孟頫奉一敕撰并书篆。

《胆巴碑》（局部）

第十二课 卩部 卩部（在右）

观察交流



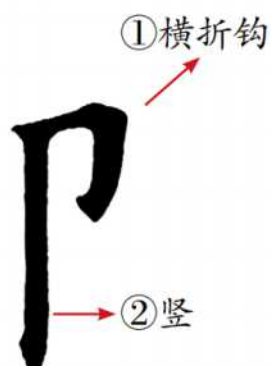
“卩”一般出现在字的右侧，位置要安排得略靠右下。



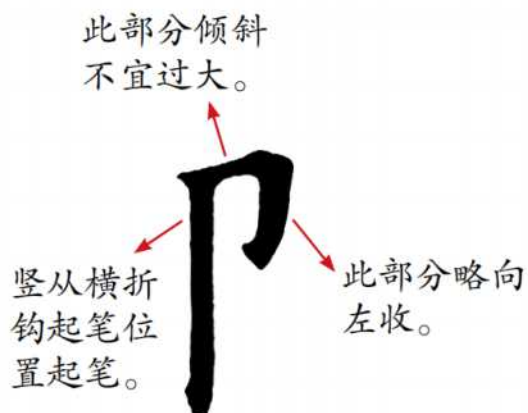
我觉得“卩”在右侧比在左侧时写得稍宽了一些，在字中所占的比例也大了一些。



书写指导



组合步骤



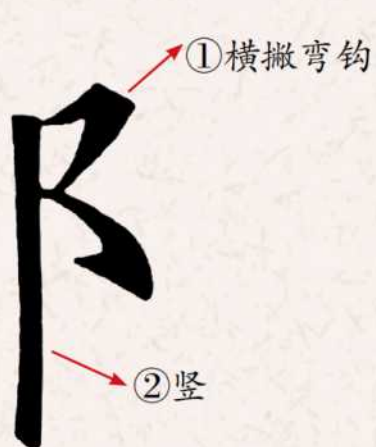
部件写法



“卩”位置偏上，
“卩”的竖要直
而长。



注意左、中、右三
部分的高低变化，
“卩”出钩较小。



组合步骤

部件写法



“君”位置稍靠上，
“卩”的竖下伸。



“广”中横不要过长，
“郎”向右方、下方
突围；布白要均匀，
整体要紧凑。

练习实践

【观察】

印 卿 郡

【临写】

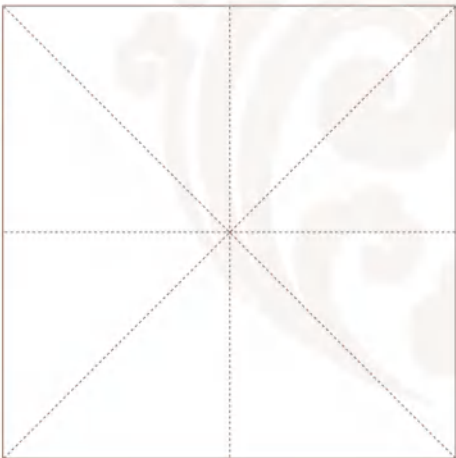
【临写】

【比对调整】

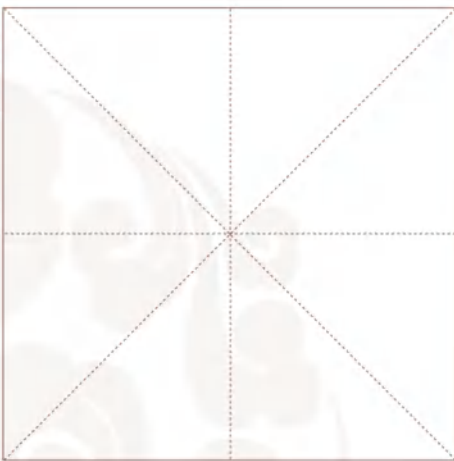
【观察】



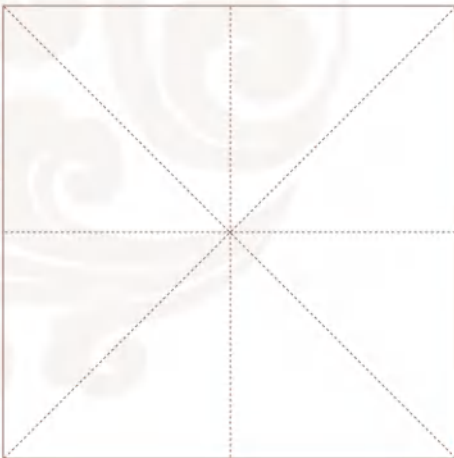
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

“广”
不宜过宽；
“郎”基本
上齐，“卩”
横撇小，弯
钩大，竖较
长，下伸。

自我评价

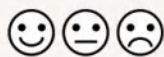
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



名作欣赏

《妙严寺记》

《妙严寺记》，牟巖(yǎn)撰文，赵孟頫书并篆额，纸本，横卷，现藏于美国普林斯顿大学美术馆。此作字迹匀称，笔势圆劲流畅，结构端庄秀美，是赵孟頫楷书代表作。



释文：妙严寺本名东际，距吴兴郡城七十里，而
近曰徐林。东一接乌戌（Xī），南对涵山。

《妙严寺记》（局部）

第十三课 一部 人部

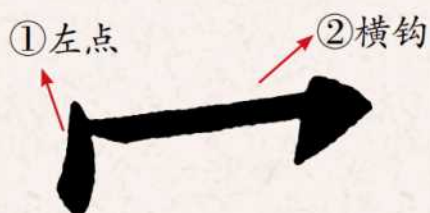
观察交流



我发现字
中的“一”左
低右稍高。



书写指导



组合步骤



横钩与左点靠在一起，也可稍留一点儿空隙。

部件写法



“元”“寸”结合要紧凑，“元”中两横倾斜略大。



大部分笔画较细；横画多，均平行且倾斜；竖弯钩右边伸出“冫”的覆盖范围。

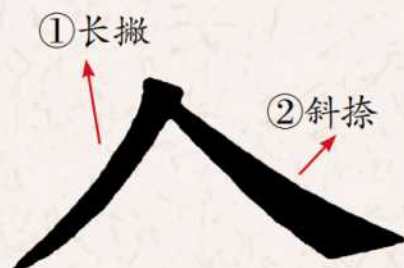
观察交流



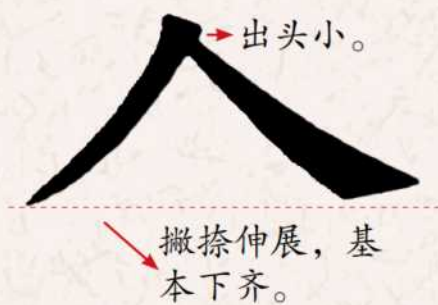
我发现“人”
一般要盖住下面的
部件。



书写指导



组合步骤



部件写法



三横均较短，末横
略长；中间的竖直
而有力。



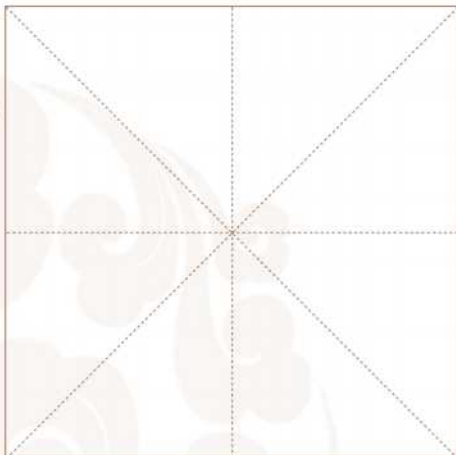
下面的部件上靠，末
笔在上部撇捺交接处
的正下方，上下对正。

练习实践

【观察】



【临写】

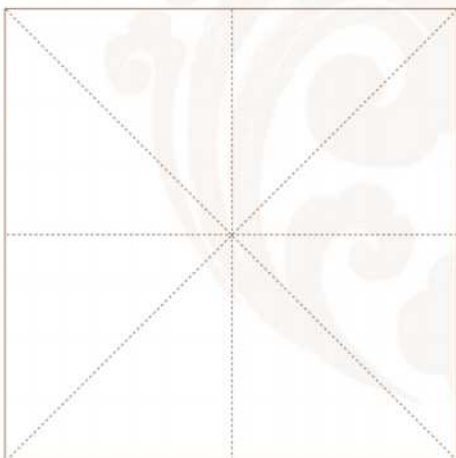


练习指导

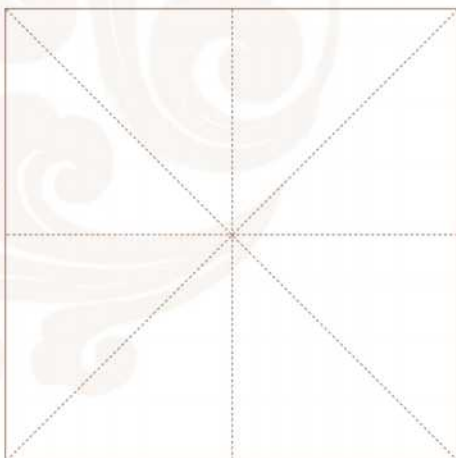
“一”

的横钩略向右
上倾斜，出钩
较重；“元”
中竖弯钩向右
伸展拉长，完
全托住上面的
“寸”。

【临写】



【比对调整】

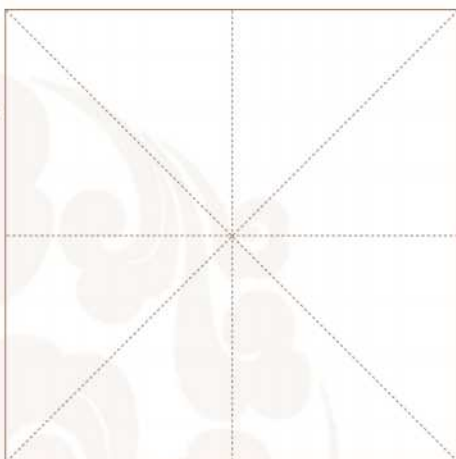


必端正态度
书写时务
一丝不苟。

【观察】



【临写】

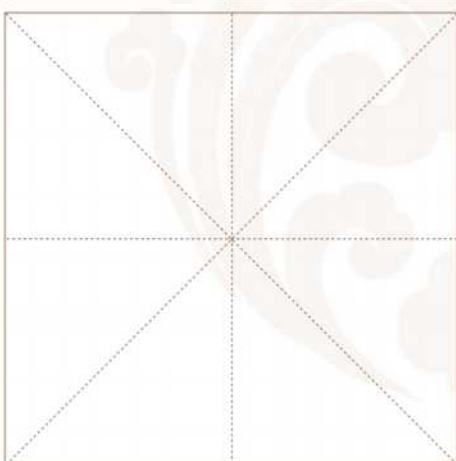


练习指导

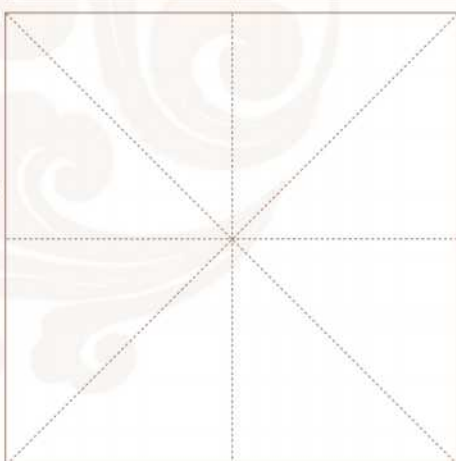
“一”

下两横不宜
长，与横钩
的横平行且
间距相等；
“冕”的第一
条撇较平，
第二条撇向
左伸展。

【临写】



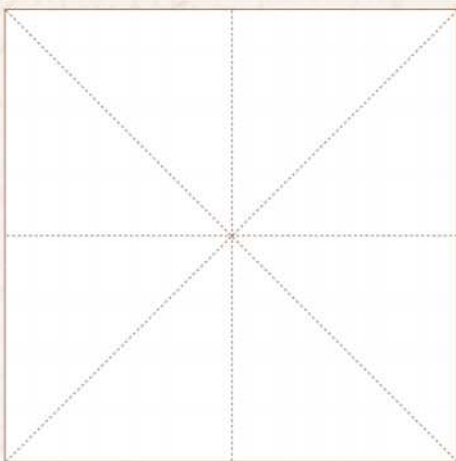
【比对调整】



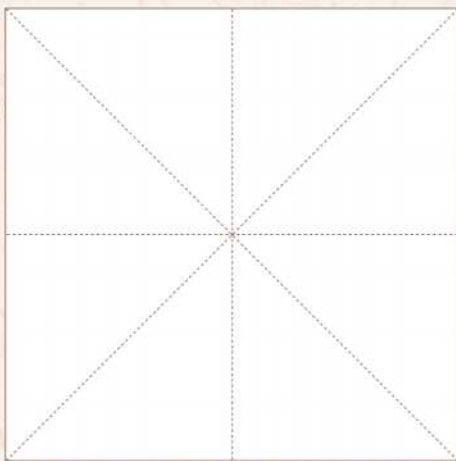
【观察】



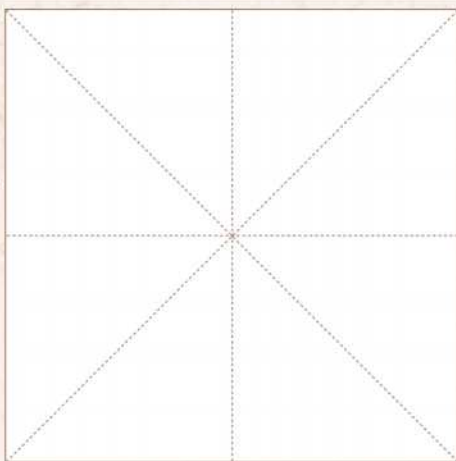
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

“人”的撇在中线偏左处起笔；两点彼此呼应，前一点收笔指向后一点起笔处。

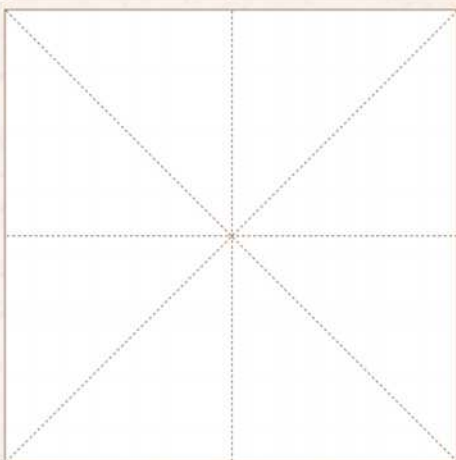


文具。
后请及时清理
练习完成

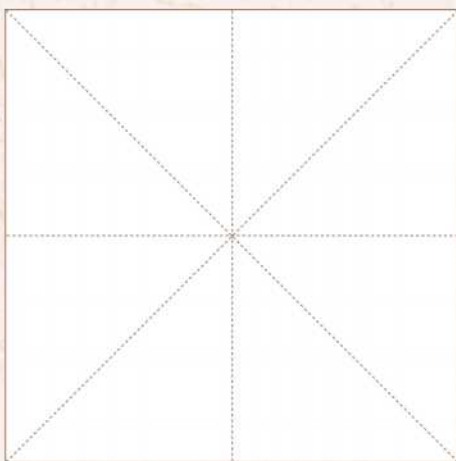
【观察】



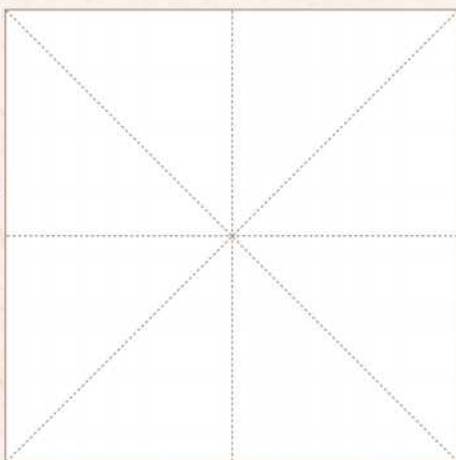
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

“人”的撇起笔重、收笔轻，捺起笔轻、收笔重；中间点变形为左尖横。

自我评价

习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



第十四课 乂部 辶部

观察交流



字中“乂”
的横折折撇稍向
左倾斜。



书写指导



组合步骤



部件写法



“辶”忌大，忌宽；
“乂”的捺舒展有力。



“回”左靠，结构
上宽下窄。

观察交流

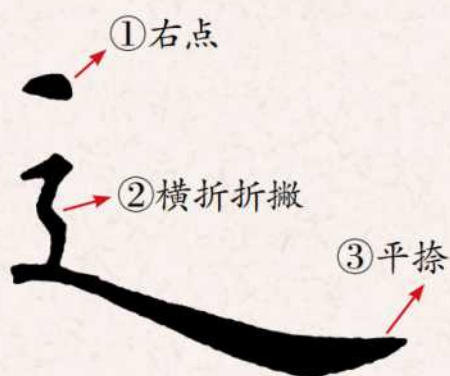


注：“逯”在文言文中
多与“逮”字通用。

注意“辶”
要将承载的部件
完全围住。



书写指导



组合步骤



部件写法



“辶”的点较高而
捺舒展，被承载部
件忌大、忌宽。



“辶”的捺“一波
三折”，被承载部
件的四个点写法各
有不同。

练习实践

【观察】

延 迴 避

【临写】

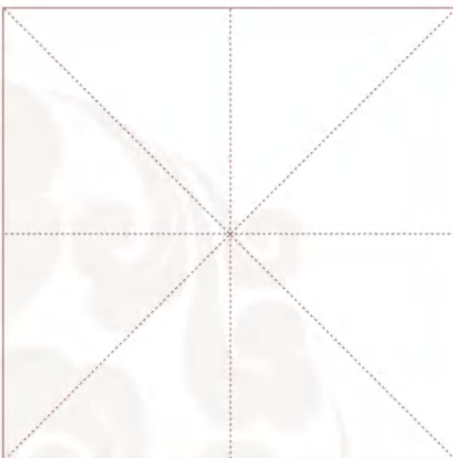
【临写】

【比对调整】

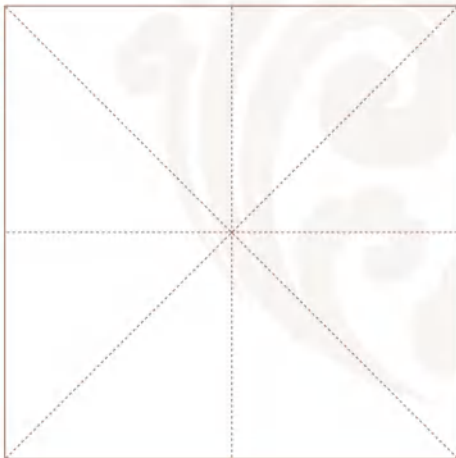
【观察】



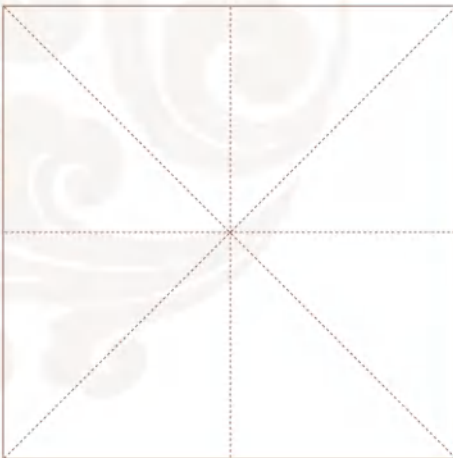
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

“遶”的捺向右伸展拉长，被承载部件各横间距相等。注意四个点的位置与写法。

自我评价

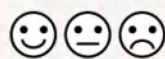
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

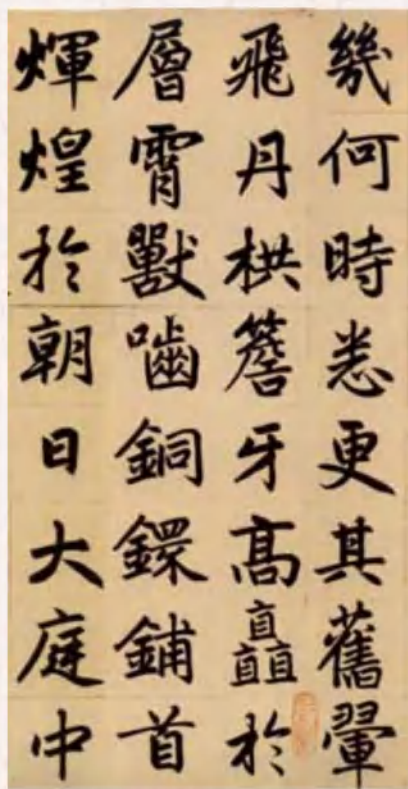
小组评价



名作欣赏

《三门记》

《三门记》，书于公元1304年，牟巖撰文，赵孟頫书并篆额，纸本，现藏于日本东京国立博物馆。其碑原在苏州玄妙观内，“文革”时失落。1990年，苏州碑刻博物馆仿刻成碑，现存于玄妙观正山门内。



释文：几何时，志更其旧。翬（huī）飞丹拱檐（yán）牙，高矗（chù）于层霄；兽啣（xián）铜鑲（huàn）铺首，辉煌于朝日。大庭中。

《三门记》（局部）

第十五课 冫 部

观察交流



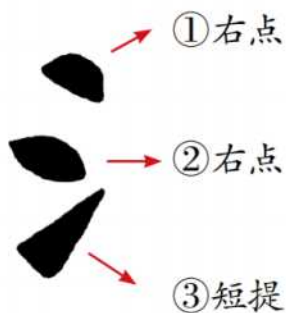
我发现“冫”
的三个笔画写起
来各有特点。



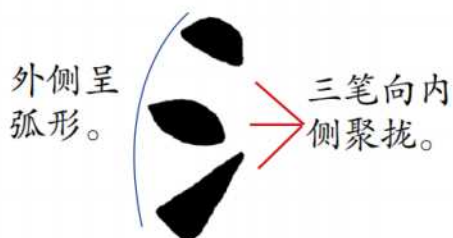
有的“冫”上
一笔出锋指向下一
笔的起笔位置。



书写指导



组合步骤



部件写法



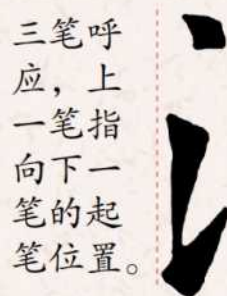
“氵”不要写高，
“也”的竖弯钩向
右伸展。



左右两部分基本下
齐，“冫”窄而且横
钩向右上倾斜角度较
大。



组合步骤



部件写法



左窄右宽，“氵”的三
个笔画要呼应连带。注
意右面部件笔画的轻重
变化。



“氵”不要写得太长。
注意“皮”中两撇的不
同写法。

练习实践

【观察】

池 沉 海

【临写】

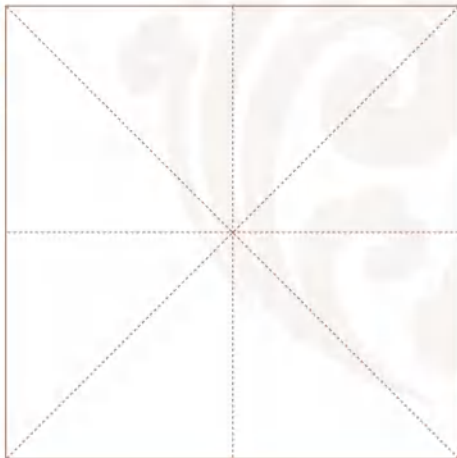
【临写】

【比对调整】

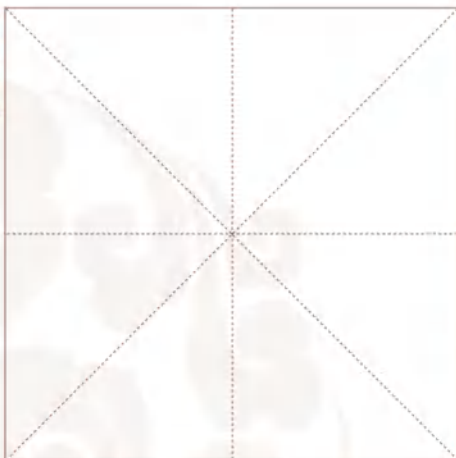
【观察】



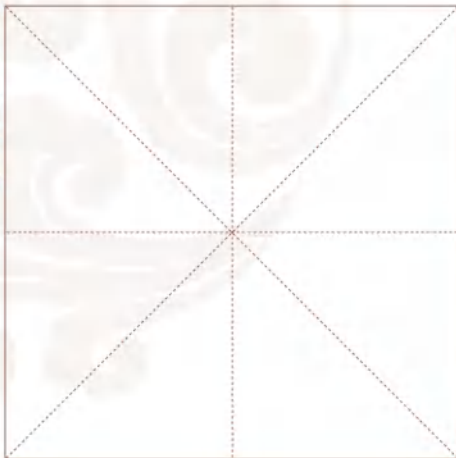
【临写】



【临写】



【比对调整】



练习指导

左窄右宽，左右两部分下齐。“皮”中横钩向右上倾斜较大，捺略粗，向右下方伸展拉长。

自我评价

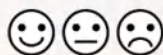
习惯养成：

☆☆☆

书写水平：

☆☆☆

小组评价



书法故事

释文：月明星稀，乌鹊南飞。此非曹孟德之诗乎？……此非孟德之困于周郎者乎？方其破荆州，……酾酒临江，横槊赋诗，固一世之雄也，而今……

月明星稀，乌鹊南飞。此非曹孟德之诗乎？……此非孟德之困于周郎者乎？方其破荆州，……酾酒临江，横槊赋诗，固一世之雄也，而今……

文徵明习字

文徵明是明代画家、书法家、文学家。据《书林记事》记载，文徵明临摹《千字文》，按照每天写完10本的标准来练习。他脚踏实地，坚持不懈，书法水平提高很快。他平生对于写字从不马虎，有时回复别人的书信，稍微有一点不满意就会更改，直到满意为止。就这样日积月累，他的书法技艺随着他年龄的增长而不断提高。最终，他成为举世闻名的大书法家。

文徵明《前赤壁赋》（局部）

第十六课 我的座右铭

“座右铭”本指古人写出来放在座位右边的格言，后来泛指人们用来激励、警戒自己，作为行动指南的格言。古今中外许多名人有自己的人生格言——座右铭。



这是集字而成的作品。同学们可以尝试自己写一下。



相关链接

伟大的无产阶级革命导师马克思的座右铭是“思考一切”。
画家徐悲鸿的座右铭是“人不可有傲气，但不可无傲骨”。
生物学家达尔文的座右铭是“老老实实，简单明白”。
数学家苏步青的座右铭是“今天能做的事，不要拖到明天去做”。
化学家侯德榜的座右铭是“勤能补拙，勤俭立业”。

活动过程

说说自己的座右铭。

在字帖中找字。

构思书写形式。

书写座右铭。



我的座右铭是“学无止境”，我在字帖中找一找。



我想写成斗方。

作品展示



我要把我的座右铭挂到书房里，你呢？



图书在版编目(CIP)数据

义务教育三至六年级. 书法练习指导. 实验. 四年级. 下册
刘绍刚主编. — 青岛: 青岛出版社, 2014.6
ISBN 978-7-5552-0856-3

I. ①书… II. ①刘… III. ①书法课—小学—教材 IV. ①G624.753

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第139136号

主 编: 刘绍刚

书 名 义务教育三至六年级·书法练习指导(实验)(四年级下册)
作 者 《书法练习指导》编委会
出版发行 青岛出版社(青岛市崂山区海尔路182号, 266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
策 划 贾庆鹏
责任编辑 李星灿 刘雅婧
美术编辑 杨 帆
制 版 青岛人印人数码输出有限公司
印 刷
出版日期 2014年6月第1版 2021年11月第41次印刷
开 本 16开(890mm×1240mm)
印 张 4
字 数 100千
书 号 ISBN 978-7-5552-0856-3
定 价 5.11元
编校印装质量、盗版监督服务电话 400-653-2017 0532-68068050

反本代文以質居高思隊



绿色印刷产品

批准文号：鲁发改价格核〔2022〕022028

举报电话：12358

ISBN 978-7-5552-0856-3



9 787555 208563 >

ISBN 978-7-5552-0856-3

定价：5.11元