义务教育三至六年级

书法练习指导

SHUFA LIANXI ZHIDAO

JIAOSHI JIAOXUE YONGSHU

教师教学用书



六年级 下册

江苏凤凰少年儿童出版社

义务教育三至六年级

书法练习指导

SHUFA LIANXI ZHIDAO

JIAOSHI JIAOXUE YONGSHU

教师教学用书

六年级 下册

江苏凤凰少年儿童出版社

编写说明

苏少版 3 — 6 年级《书法练习指导》教材根据《中小学书法教育指导纲要》（以下简称《纲要》）精神编写，2014 年经教育部中小学教材审定委员会审查通过。

为了帮助教师了解教材的编写目的，更好地使用六下《书法练习指导》教材，顺利地完成教学任务，我们编写了六下《书法练习指导教师教学用书》，现将有关问题作如下说明。

一、教材编排与教学建议

教材的编写坚持以学生为本位，强调基础内容，突出基本要求，致力于培养学生正确的书写姿势、良好的书写习惯、积极的书写态度以及实用的书写技能，切实贯彻《纲要》提出的“让每一个孩子写好汉字”的要求。

本册教材为六年级下册，共 4 个单元 12 课以及 4 个“学习和运用”。六下教材安排了 4 个单元的汉字“结字规律”，每一课都有“规律与字例”“写法提要”“欣赏与探究”“习字指导”“书法文化”等几个部分。书法文化又包含“书法常识”“碑帖欣赏”“书家故事”“名胜书迹”“走近名家”等内容，每个单元还编写了一个“学习与运用”，有“集字练习”“尝试书法习作”“学习书写中堂”“学习书写毕业留言”等书法实践活动，将课内所学向课外拓展延伸。教材结构明晰，便教利学。最后附有“名家碑帖选临提示”，介绍了“颜柳欧赵”楷书四大家除颜真卿之外的另外三家字体，并选用了典型例字进行临写点拨。

（一）关于“规律与字例”

按照《纲要》的有关要求，本册安排了 4 个单元的“结字规律”内容。希望学生在学习中能明白汉字的一般结字规律，掌握一定的书写技巧。对于“结字规律”的教学，提出以下建议：

要重视学生的自主学习。教材在呈现基本的学习内容后，提供了原碑范字，让学生在学习中能有一个直观感知。这部分内容采用开放的探究形式，既给出提示，也不限制学生的思维，以促进学生观察、审美、思维品质的提升与发展。教师要鼓励学生自主学习，并能做到触类旁通，举一反三。教学中要贯彻好“从明理到实践”的设计思路，要让学生在自主探究的基础上弄清结字规律，在老师的指导下完成相关例字的书写实践。

（二）关于“写法提要”

注重自主实践，强化练习指导。书法技能的提高，归根结底要通过学生的书写实践来达成。因此，教师要注重培养学生的书写能力，强化书写实践，教师的提示要做到少而精，只需点到为止。更多的时间要留给学生进行书写实践，让学生在实践中领悟技能技法，提高审美能力。

（三）关于“欣赏与探究”

本册编选的“欣赏与探究”例字一般从“欧、颜、柳、赵”楷书四大家的字帖中选择。教学中教师可适当点拨，指导探究。激发引领学生自主学习，拓展延伸。鼓励学生利用课外时间进一步对相关内容进行探究。

（四）关于“习字指导”

教学中要发挥教师的示范作用。教师要率先垂范，通过讲授、示范、辅导使学生初步掌握技能技法。此外，教师要在课堂教学、作业批改和日常书写中发挥表率作用。由于六年级学生已经具备一定的书写能力，所以教师的指导用时要少，学生书写用时要多。教师要善于发现存在的共性问题，进行点拨指导。

“练习页”为学生的课堂作业，学生完成后先自评并及时上交，教师给予激励并反馈，可以把学生优秀作业张贴在班级书画栏内。还可以把“练习页”作为学生课外练习的延伸。

（五）关于“书法文化”

本册教材安排“书法常识”3次，“碑帖欣赏”2次，“书家故事”2次，“名胜书迹”1次，“走近名家”4次，总共12次，旨在培养学生对中国传统书法文化的兴趣，逐步提高书法艺术修养。

“书法文化”的教学，应以教材为主要学习内容，也可以适度拓展，借助“电子教材”中的“文化窗口”，开阔眼界，注重提高学生的审美能力，激发他们热爱汉字、学习书法的热情。此项内容的教学，可以放在课内，也可以延伸到课外，鼓励学生自主学习，教师适当点拨。

（六）关于“学习与运用”

本册教材每个单元编写了一课“学习与运用”，有“集字练习”“尝试书法习作”“学习书写中堂”“学习书写毕业留言”四次书法实践活动，将课内所学向课外拓展延伸。

教学“学习与运用”时要注重学用结合。一方面注意巩固本单元所学的书

写技法，引导学生探究、发现、总结规律，另一方面充分利用综合练习平台，强化书法学习与生活实际的联系，服务于生活。

学校要开发各类资源，创造交流平台，激发学生书法创作热情。

二、教参编排与注意事项

（一）教参编排

六下教参的每一课由“教材说明”“教学要求”“教学建议”“参考资料”四部分组成。

1. 教材说明。教材说明是对每课教学内容的梳理，准确理解教学内容，明晰教材编写意图。“教材说明”有两点内容：

（1）是什么——叙述——清楚（点其当点）。

（2）为什么——意图——提示（简明扼要）。

2. 教学要求。教学要求具有标准性和规范性，引导教师明确教学的目标和方向。按照基本技法、书写能力、审美文化、书写态度与习惯的顺序撰写。每课梳理出 3 至 4 条教学要求，帮助教师明确教学要解决的核心问题。

3. 教学建议。教学建议意在引导教学过程与教学目标的达成保持一致性。教学建议是基于目标的教学活动安排，对应每一条教学要求，提供怎么教与学的步骤、方法。教什么（教学的要点提炼）；怎么教（针对教学要点，科学、准确、简明地指导）。凸显少讲多练。

4. 参考资料。参考资料有助加深专业理解，提供实例借鉴。

（二）注意事项

1. 明晰《纲要》高年级教学目标。

（1）继续用毛笔写楷书。比较熟练地掌握毛笔运笔方法，能体会提按、力度、节奏等变化。借助习字格，较好地把握笔画之间、部件之间的位置关系，逐步做到笔画规范，结构匀称，端正美观。保持正确的书写姿势和良好的书写习惯。

（2）尝试临摹楷书经典碑帖，体会其书写特点，逐步提高临摹能力。在临摹或其他书写活动中，养成先动脑再动手的习惯。

（3）学习欣赏书法作品。了解条幅、斗方、楹联、中堂等常见的书法作品幅式。留意书法在社会生活中的应用。通过欣赏经典碑帖，初识篆、隶、草、楷、行五种书体，了解书体的大致演变过程，初步感受不同书体的美。

（4）有初步的书法应用意识，喜欢在学习和生活中运用自己的书写技能。

以上四条是制定每一课教学要求（目标）的依据。

2．要树立正确的评价观。

小学书法教育评价要发挥评价的发展性功能，旨在激励学生学习书法的兴趣，养成良好的书写习惯，提高书写水平和审美情趣。

小学六年级的书写评价，既要重视对基本笔画、结字规律的正确把握；也要关注认真的书写态度和良好书写习惯的养成。应结合教学需要，灵活采用多种评价方法，可以采用圈点法、批注法、示范法以及作业分析法，也可以采用展示激励、反思总结以及建立成长记录袋等方法。

3．要切实使用好配套资源。

本套教材配有《书法练习指导教师教学用书》、电子教材（教学设计、教学课件、教学资源）及配套习字册，供教师教学选用。

4．要妥善安排教学时间。

本册教材总共 12 课，每周安排 1 课时用于毛笔字学习。就一节课而言，师生教学探讨 15 分钟左右，学生练写 20 分钟左右，其他环节 5 分钟左右。

有些课程一节课完成有困难，可以安排 2 课时完成教学。

以上建议仅供参考，教师应从实际出发，根据具体情况来妥善安排教学时间，以保证教学任务的顺利完成。

《书法练习指导教师教学用书》编写组

目 录

单元一　结字规律（5）

1　平正安稳 …… 1

2　斜中求正 …… 6

3　同中求变 …… 11

学习与运用（一） …… 15

单元二　结字规律（6）

4　向而不犯 …… 19

5　布白均匀 …… 24

6　背而不离 …… 29

学习与运用（二） …… 34

单元三　结字规律（7）

7　穿插互访 …… 38

8　收缩避让 …… 43

9　疏而不散 …… 48

学习与运用（三） …… 53

单元四　结字规律（8）

10　密而不挤 …… 57

11　同字异形 …… 62

12　随形赋态 …… 67

学习与运用（四） …… 72

1 平正安稳





一 教材说明

本课共有 4 页内容。

第 1 页上方左边是一个“中”字，右边用一段简略的文字，告诉学生：平正安稳是初学书法最基本的要求。接着以“中”为例，让学生直观地感受到什么是“平正安稳”。本页下半部分为“京、至、直、登”四张碑文拓片，均选自《多宝塔碑》，四个字都体现了“平正安稳”的基本特点，同时提醒学生：平正，不是指我们常说的横平竖直，而是指把字写得端正、平衡；把握字的中轴线是把字写平正的好方法。

第 2 页上半部分是“至”“開（开）”两个例字的写法提要。“至”，具有明显的中轴线“竖”，做到竖画写正直，左右两边均衡，这个字就能写平正了。“開”，虽然没有明显的中轴线，但这个字左右两部分基本是对称的，所以外框以米字格的竖中线为中轴线，做到左右对称、均衡。同时要注意，相同偏旁组成的字，如“林”，要写得左低右高，左细右粗。这个原则同样适合“開”。在做到左右基本均衡的基础上，外框纵向笔画要写得左短右长，左细右粗。

本页下半部分是不同书体“京”的碑文拓片，通过比较可以看出，这几个“京”虽然书体不同，但都体现了“横画略上仰，竖画正直”的基本要求。整个字显得平正安稳。

第 3 页“习字指导”中，安排了“中、至、开、京、直、登”六个字，目的是让学生通过描红和仿影，练习把字写平正。

第 4 页是“书法常识”，介绍草书的基本知识。

练习页部分是对第 3 页“习字指导”的巩固练习，也是本节课的巩固性作业。鼓励学生先自评，在此基础上教师给予积极评价。

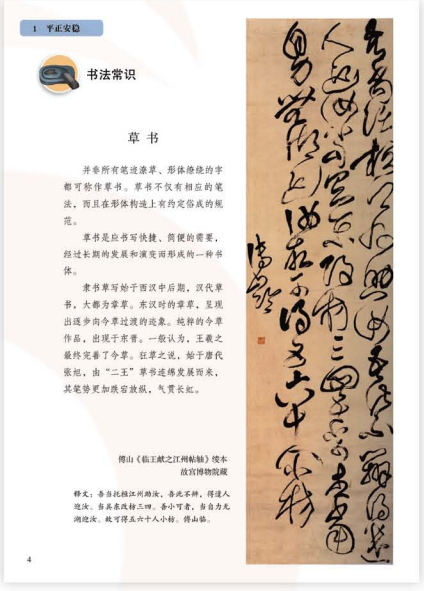


二 教学要求

1. 了解“平正安稳”的结字规律，初步掌握把字写平正的基本方法。

2. 通过描红、仿影、临帖等练习，初步把“中、至、开、京、直、登”写平正安稳。

3. 初步感受汉字“平正安稳”的结构美。



三 教学建议

（一）观察例字，感受平正

1. 出示“中”，观察各笔画在米字格的位置。

观察要点：口部居中，最后一横写在横中线上；横画略上仰；竖画写在中轴线上。整个字显得平正安稳。

出示：“初学分布，但求平正。”——《书谱》

这里的“平正”指的是把字写得端正、平衡。

2. 举一反三，加深理解。

观察“京、至、直、登”四张碑文拓片，思考这几个字是怎么做到平正安稳的。

“京、至”，这两个字都有中竖笔画，书写时将中竖笔画“竖钩”“竖”写在中轴线上，基本上就能做到端正、平衡。“直、登”，这两个字没有中竖笔画，但左右两个部分是对称的。书写时以中轴线为中心，左右两部分做到大致均衡，整个字就会显得平正安稳。

总结：平正，不是指笔画的横平竖直，而是指字的端正、平衡。把握字的中轴线是把字写平正的好方法。

（二）读帖悟法，讲解示范

引导读帖。读帖“至”“開”，思考：怎么才能把字写得“平正安稳”？

点拨：这两个字均要利用好中轴线。至，直接将中竖笔画写在中轴线上。開，以中轴线为中心，左右两部分做到大致均衡。

教师示范（或播放动画）。

1. 至：六笔组成。三个横画取右上略斜笔势，左低右高。第一、第二横为左尖横，不宜长。第三横为长横，逆锋起笔，斜度略大，收笔时提笔右上，右下重按，回锋收笔。横画间距基本均匀。竖画应在中轴线上，逆锋起笔，短而粗。

2. 開：半包围结构，“门”字框上紧下松，左低右高，左短右长，左细右粗。横画间距上密下疏。第四笔、第十一笔为垂露竖，收笔时左上提笔，回锋收笔。横折钩要做到横短，竖长而粗，钩的收笔低于左竖。第十笔为短竖撇，出锋收笔。

学生练习（播放背景音乐——舒缓的古曲）。

点评指导（围绕写法要点作点评）。

（三）欣赏碑帖，探究方法

“欣赏与探究”部分是几位名家书写的“京”字，虽然书体各不相同，但都体现了“平正安稳”的特点。你能说说是怎么做到的？

引导学生逐个读帖，找出相同点。

总结写法：

1. 所有部件围绕中轴线书写；

2. 横画向右上略斜，竖画正直；

3. 起笔的点画与竖画基本在一条直线上。

（四）点拨指导，练习内化

第 3 页“习字指导”部分，共六个字，其中“中、至、開”已在前面的学习中作了提醒与指导，所以在“习字指导”这一部分中，重点示范指导“京、直、登”这三个字。

京：（繁体）由九画组成。横轻竖重，横长竖短，横细竖粗，横斜竖直。所有部件围绕中轴线，做到对称安稳。

直：上部收紧，各部件写在中轴线两边。中间三短横，间距相等，不能与

右边竖画相连。底部长横，取右上斜势，收笔时，右下重按，回锋。横折后的竖比第三笔左竖粗、低。

登：上部撇捺舒展，“豆”部收紧，靠上，底部基本平齐。底部长横不能超过撇捺的宽度。

学生练习（播放背景音乐）。

点评指导（围绕写法要点作点评）。

（五）巩固深化，拓展激趣

1. 巩固练习（练习页的书写）——学生书写——学生自评、互评——教师评价。

生评与师评均要围绕本节课的教学重点：抓住中竖线，围绕中轴线，横画略上斜，竖画正直。

2. 了解草书基本常识。

草书是汉字的一种字体，特点是结构简省、笔画连绵。形成于汉代，是为了书写简便在隶书基础上演变出来的。有章草、今草、狂草之分，在狂乱中显得优美。

草书的发展（史）：章草（隶书草写），代表作如三国吴皇象《急就章》的松江本。今草（小草），代表作如晋代王羲之《初月》《得示》等帖。狂草（大草），出现于唐代，以张旭、怀素为代表，笔势狂放不羁，代表作如张旭《肚痛》等帖和怀素《自叙帖》。（章草——今草——狂草）

四 参考资料

资料一：

孙过庭在《书谱》里说：“至如初学分布，但求平正；既知平正，务追险绝；既能险绝，复归平正。初谓未及，中则过之，后乃通会，通会之际，人书俱老。”（初书者求平，就是要合乎法度，仅仅求其平正；既达到了平正的境界，又要追求险绝；险绝也能做到了，那又要回复到平正上来。最初以为功夫赶不上古人，到了中间的过程，或过于平正，或过于险绝，最后乃领会到把平正和险绝融为一体，能够变化自如。到这个时候，那年龄和书法都已老了。）这段话勾勒出学书的基本过程，即“平正——险绝——平正”。同时也阐述了“平正”与“险绝”的辩证关系，囿于“平正”，则会“平庸”；一味“险绝”，便是“狂躁”。

资料二：

平正安稳（教学片段）

（一）汉字归类

师：出示“中、至、開、京、直、登”，如果要给这些字归类，你们觉得该怎么归类？

生：有点茫然。

师：老师作一个小小的提示：可以找一找字的中竖笔画。

生：“中、至、京”，都有实实在在的中竖笔画，这些字应该归为一类。

生：“開、直、登”，没有中竖笔画，但它们左右部件对称，因此也可以归为一类。

（二）读帖明法

师：同学们真厉害。读一读帖，看一看有实在的中竖笔画的字，我们要怎么写才能做到平正安稳？

生：要把中竖笔画写在竖中线上，字就正了。

师：（总结）中竖笔画就是字的中轴线，把这些中竖笔画居中，就能保持字的平衡。

师：再仔细看帖，有些字，没有中竖笔画，如“開、直、登”。这一类字，我们又该怎么做到平正安稳？

生：“開”以竖中线为中轴线，外框的两竖就写在竖中线两边。

生：“直”下部分外框的两竖也要写在竖中线的两边。

生：“登”也要以中轴线为中心线，左右两部分大致均衡。

师：（总结）写字把握中轴线，平正安稳如耕田。没有中竖笔画，我们就以米字格的竖中线为字的中轴线，以中轴线为中线，左右两部分大致相等，这样字就能写得平正安稳了。看老师来写一写“至”“開”。

教学反思

写好一类字，需要科学归类，掌握规律。本节课中，抓住中竖笔画，引导学生掌握有中竖笔画的字应该怎么写，没有中竖笔画的字应该怎么写。有了这样的归类指导，效率自然就会提高。

2 斜中求正

一 教材说明



本课共有 4 页内容。

第 5 页上方以“方”字为例，介绍汉字中有一类字，它们的笔画多向一个方向倾斜，因而不易写正。本页下半部分的“力、乃、崩、多”四张碑文拓片，均选自《多宝塔碑》，这四个字均为笔画向一个方向倾斜（笔画向左下伸）的字，以这四个字为例，提醒学生在书写这类字时要注意控制笔画的斜度。



第 6 页上半部分是“每”“乃”两个例字的写法提要，这两个例字有相同点，它们的某些笔画偏离字的重心，在书写时要用另外的笔画平衡偏的部分，以达到斜中求正的目的。如“每”的下部右斜，长横就要写得左伸右顿，平衡字的重心。同样，“乃”的横折折折钩取势向右，撇画就得向左伸出，以求得一种平衡。该页下半部分是不同书体“方”的碑文拓片，通过比较可以看出，这几个“方”虽然书体不同，但都通过控制横折钩的斜度做到了斜中求正。

第 7 页“习字指导”中，安排了“方、多、力、崩、每、乃”六个字，配有写法提要，目的是让学生通过描红和仿影，掌握斜中求正的基本方法。

第 8 页是“书法常识”，介绍章法的相关知识。

二 教学要求

1. 了解“斜中求正”的结字规律，初步掌握“斜中求正”的基本方法。

2. 通过描红、仿影、临帖等练习，能把“笔画多向一个方向倾斜”的字写平正安稳。

3. 初步了解一幅完整书法作品的构成要素，感受书法作品的章法美。



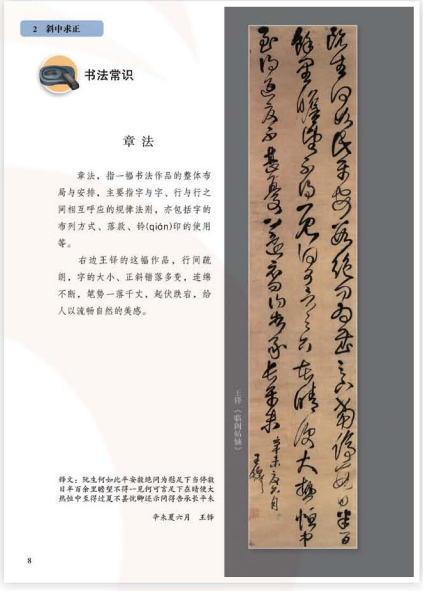
三 教学建议

（一）揭题解题

1. 出示：方、多、力、崩、每、乃。

仔细观察，说说这些字的共同点（笔画多向一个方向倾斜）。

2. 揭题：书写这一类字时有一定难度，稍不注意就会写斜。而在第一课中我们就知道了，写字，首要的标准就是平正安稳。那么笔画多向一个方向倾斜的字怎么才能做到平正安稳呢？出示课题：斜中求正



（二）讲解示范

1. 读帖“方”，思考：倾斜的笔画是哪些？怎么做到“斜中求正”？

方：上面的点和横较为平正，点为斜点，横为长横，横的粗细有变化，两头重，中间轻。撇画和横折钩顺势右斜，为做到斜中求正，横折钩的斜度要明显小于撇，钩写在竖中线上。

2. 观察“力、乃、崩、多”四张碑文拓片，说说每一个字是怎么做到“斜中求正”的。

力、乃：横折钩、横折折折钩顺势向右，撇画左下伸展，斜度前小后大。

崩：上面的“山”左移，下面的“朋”则顺势右移（与印刷体不同）。

多：四撇左下伸，两点向右斜。

总结：在书法中，当有一些笔画或部件向某个方向倾斜时，必有一些笔画或部件作相应的调整，以达到斜中求正。

（三）读帖悟法

读帖：“每”“乃”，领悟斜中求正的方法。

1. “每”，上下结构，上部平正，下部右斜。撇折要注意斜度与方向，从左上起笔，向左下撇出。折笔较长且左高右低。横折钩的横向右上略斜，折的斜度小于撇折的撇，钩在竖中线上。长横略向上斜，左伸右顿，以平衡字的重心。最后两个点均为右斜点，第一个点要提笔出锋，第二个点收笔藏锋。

2. “乃”，横折折折钩取势右斜，撇画则向左伸出，平衡右边的斜势。写横折折折钩时注意两个折角，第一个折角为折笔，在折处顿笔，下按出锋，写出折的棱角。第二个折角为转笔，即在转折时毛笔不停顿，直接写出，没有棱角。

总结：要做到斜中求正，必须找到字中倾斜的笔画及因之而作调整的笔画，找到这两类特殊的笔画，虽是斜字，也能写正。

（四）欣赏探究

欣赏几位名家书写的“方”字，虽然书体各不相同，但都做到了“斜中求正”。你能说说是怎么做到的？

引导学生逐个读帖，找出相同点：

1. 点、横相对平正。

2. 撇画与横折钩均为左下伸展的笔画。

不同点：横折钩大小、写法各不相同：如欧体的横折钩较短小，而撇画较长，斜度略大，一大一小，一长一短，做到了斜中求正。颜体的撇与横折钩斜度基本相当，为平衡两个左下伸展的笔画，横折的横则需要向右伸展。柳体的撇画斜度较大，横折钩的斜度则略小，起到平衡作用。同样，赵体的撇画斜度也比较大，横折钩在折处不作停顿，呈半圆状。

（五）巩固深化

第 7 页“习字指导”部分，共六个字，其中“方、每、乃”已在前面的学习中作了提醒与指导，所以在“习字指导”这一部分中，重点指导“多、力、崩”这三个字。

多：上下结构，上小下大，注意四个撇画粗细、长短、倾斜角度、弯曲弧度的变化。注意两个横撇的转折处，均为折笔，书写时顿笔，下按，顺势改变运行方向。两个点要对齐，以保证整个字重心稳定，上下对齐。

力：横折钩的横画向右上倾斜，横折钩的竖画势斜，撇画则向左伸出，写钩时分三部曲，顿笔、回锋、提笔出锋。

崩：上部件左移，下部件右移。山字头有三个竖画，有长有短，均呈斜势，且距离相等，山的横画可以写成提画，由粗变细。下面是“朋”，注意笔画的顺序，先写撇，再写横折钩，再写两个撇，最后写四个点。

（六）练习内化

练习页是对“习字指导”部分的巩固练习。可先让学生沿虚线剪下来，便于学生书写。此部分为学生的作业，学生完成后先自评并及时上交，教师通过圈红圈、打分等形式给予激励并反馈。可以把学生优秀作品张贴在班级书展栏内。

（七）感受文化

本课的“书法常识”主要向学生介绍章法。

什么是章法？概括起来包括两点：一是指作品的整体布局，包括作品的款式、笔法的运用、字群的排列、落款、钤印等；二是指作品中字与字、行与行之间相互呼应的规律法则，如笔断意连、相互照应等。

以王铎的作品为例，谈谈你的理解。

四 参考资料

资料一：

斜中求正中的斜，指的是偏斜结构的字，这类字的主要特点是字的中心与重心不在一个位置上。字的中心可以偏向一侧，但字的重心必须稳如泰山，所以我们常用“求正”的方法稳定字的重心。书法界常有“勿失重心，偏者正之”之说。

书法如人有姿态，斜中求正更可爱！

资料二：

斜中求正（教学片段）

师：同学们看这几个字：方、力、每、乃，它们有什么共同点？

生：这几个字笔画都是向一个方向倾斜。

生：这几个字都有相同的笔画“横折钩”。

生：这几个字在书写时都应该做到斜中求正。

师：同学们真会观察。有的汉字尽管外形比较方正，但其中有些笔画却不好垂直写，如“方、力、每、乃”的主要笔画横折钩。如果垂直书写会是什么样的呢？（老师写“方”字，其中的横折钩垂直书写。）

生：觉得这个字写得有点歪。

生：觉得左下部空白多，有点左轻右重。

生：垂直书写，感觉右沉左轻。

生：没有姿态，呆板不生动……

师：是呀，为了弥补左边空白，我们要有意识减小内角，把弯钩向左拉，字就像我们人一样，有姿态了。

师：那么，钩画写到什么位置为合适呢？我们设想这个字的中心有一根虚拟的垂直线，无论弯钩弧度有多弯，只要把控住钩画写到这根垂直线时收住即可。

生：我看出来了，这根虚拟的垂直线就是竖中线。

生：我也看出来了，所以出钩到竖中线上就可以了。

教学反思

要掌握斜中求正的结字规律，关键是要找到将字写正的主笔画。这个主笔画怎么找？本节课上，发挥学生学习的主动性，通过“看、比、画”等方法让他们自主观察，自主比较，自主感悟，收到较好的效果。

3 同中求变





一 教材说明

本课共 4 页内容。

第 9 页上方例字“後（后）”的文字表述“同一字中多次出现相同笔画时，要写出变化”，言简意赅，直入主题——同中求变。下方列举的四个例字：并、萌、豫、聚，进一步强调“求变”这一结字规律，即“多横有长短”“多竖分主次”“多撇不同向”“一字无二捺”。

第 10 页“写法提要”中“衆（众）”的讲解，继续强化撇画的变化规律，即长短、轻重和走向三个方面。

在“欣赏与探究”栏中，将欧颜柳赵四大家书写的“得”字呈现出来，让学生感悟、体会不同书家“求变”的风格特征，拓展学生的视野。

第 11 页“习字指导”列举不同结构的六个例字，详尽说明“同中求变”这一原则在不同结构形式例字中的运用，对巩固强化知识点极有帮助。是本节课的重点部分。

第 12 页“碑帖欣赏”，列举的是皇象《急就章》，整篇气息古朴温厚，纵横自然，是章草学习的重要范本。

二 教学要求



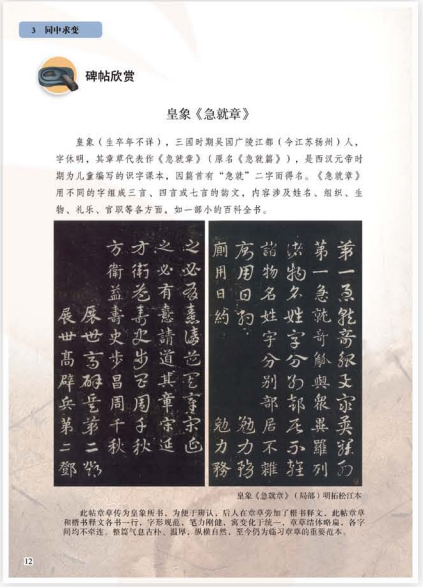
1. 复习横、竖、撇、点等笔法的各种变化形态、基本技法。

2. 了解在同一字中出现相同笔画的各种变化形态及组合。

3. 通过读帖、赏析，总结出相同笔画形态变化的规律：即长短、轻重、走向等三方面。

4. 了解并掌握“求变”这一书法原则，反复运用，养成习惯，提升书学审美能力和书写水平。

三 教学建议



（一）读帖赏析

例字“後”的笔法特征：①撇画较多，共有 6 个；②六个撇出现在同一字中，但又各不相同。首先，左边双人旁的两个撇上短下长，右部的四个撇画长短相间，粗细（轻重）均有变化；③六个撇的走向（行笔方向）也略有不同，曲直也在变化；④两个撇折的形态也不一样，在折处变化了。

小结：在书法中，同一字多次出现相同的笔画，要写出变化。主要包括：长短、轻重、走向（或曲直）等三方面。

（二）直观示范

播放视频演示。

1. 双人旁的结字技巧：两撇上短下长，上平势下斜势，第二撇的起笔不超过第一撇起笔的垂直线；竖画宜左下取势，使左偏旁重心右倾，右部反之。

2. 右部两个撇折先小后大，先重后轻，折处要有变化。

3. 最后两撇要劲健舒展、力送笔端，直中求曲、富有变化，要写出美感。

4. 捺画顺势向右下伸展，具支撑之态。

（三）课堂练习

巡视指导，播放视频及背景音乐。

选择 2 名学生的作业现场点评。

（四）巩固强化

例字：“聚、衆（众）”。

“聚”的上部横画较长、舒展。“取”部平正稳重。下部的撇画穿插交替，形态各显，有机融合，有向上聚拢之势。

“衆（众）”的五个撇画形态各异，有长有短、有轻有重，且曲直、走向均有差异，极具变化。书写时要神清气足，笔笔送到，力贯末端，一气呵成，才能表现出笔画的形态美和气韵美。

两个例字中的最后一竖刚直有力，在竖中线上呈现，有力顶千斤之势，是全字的重心支撑点，要准确把握好。

在练习页先让学生自评互评，打分画圈（百分制，5 分一个级差），培养学生的学习兴趣及对汉字美的鉴赏能力，可选择有代表性的作业集中点评、互评，将优秀作业张贴在班级《书法园地》栏内。

（五）知识拓展

提出问题：以上我们重点学习了在一个字中出现多个撇画时的处理技法。同理，如果在同一字中出现了多个点、横、竖或其他笔画，也要求变化。即在长短、粗细、走向上变化。不过这些变化，要有一定的法则，不可杂乱无序，要在变化中求统一、求协调。若要做到这一点，就须认真观察古人的优秀法帖，从中汲取营养，方能有所提升。

出示其他例字：並（并）、**萌**（萌）、豫

“並”的上下两组点，字头用“曾头点”，字中用“隔山点”，既变化，又协调，堪称完美。

“**萌**”的横画变化十分丰富，尤其“目”部的最后一横使用右尖横，向右的取势效果一目了然，背中有向，左顾右盼，把整个字写活了。

“豫”的撇画较多，处理技巧与“後、衆”类同。

（六）碑帖欣赏

（播放视频）皇象《急就章》（局部）明拓松江本。

皇象（生卒年不详），三国时期吴国广陵江都（今江苏扬州）人，字休明，其章草代表作《急就章》（原名《急就篇》），是西汉元帝时期为儿童编写的识

字课本，因篇首有“急就”二字而得名。《急就章》用不同的字组成三言、四言或七言的韵文，内容涉及姓名、组织、生物、礼乐、官职等各方面，如一部小的百科全书。

此帖章草传为皇象所书，为便于辨认，后人在章草旁加了楷书释文，此帖章草和楷书释文各书一行，字形规范，笔力刚健，寓变化于统一，章草结体略扁，各字间均不牵连。整篇气息古朴、温厚，至今仍为临习章草的重要范本。

四 参考资料

同中求变（教学片段）

（一）读帖赏析

师：各位同学，前面我们已经学过了“多横有长短”“多竖分主次”“多撇不同向”“一字无二捺”，其实讲的就是“同中求变”的道理。今天我们将继续深入学习这方面的知识。（出示例字“後”）

请同学们仔细观察例字“後”的笔法特征。

师：在书法活动中，同一字多次出现相同的笔画，要写出变化。主要包括长短、轻重、走向（或曲直）等三方面。

（二）直观示范

播放视频演示，现场解说：

1. 双人旁的结字技巧：两撇上短下长，上平势下斜势，第二撇的起笔不超过第一撇起笔的垂直线；竖画宜左下取势，使左偏旁重心右倾，右部反之。

2. 右部两个撇折先小后大，先重后轻，折处要有变化。

3. 最后两撇要劲健舒展、力送笔端，直中求曲、富有变化，要写出美感。

4. 捺画顺势向右下伸展，具支撑之态。

教学反思

本节课“同中求变”讲的虽然是结字规律，但实质是在讲述相同笔画在同一字中变化的不同形态。这是书法艺术区别于写字的重要标志，也是书法艺术的核心内容。要通过学习，掌握书法活动中“同中求变”的原则，总结出相同笔画形态变化的规律：即长短、轻重、走向（曲直）等三方面。

学习与运用（一）
——集字练习“笔精墨妙”





一　教材说明

本课共 2 页内容。

第 13 页上部分为“笔精墨妙”的名词解释；下半页的“方法提示”，分别对这四个字的临习要领详加说明。

第 14 页“尝试练习”，出示了斗方和横幅两种幅式，供学生尝试练习。同一内容用两种不同的幅式书写，让学生自主选择喜欢的形式临写，具有较强的灵活性和示范性。学生现场书写一幅习作，然后大家相互交流，学以致用，这是教学的重点。

二　教学要求

1. 了解集字创作等相关知识。

2. 学习运用不同的幅式，尝试进行集字创作练习。

3. 通过欣赏名家作品，提高书写作品的能力，激发学书兴趣。

三 教学建议

（一）观察发现

观察“笔精墨妙”四个字，均出自颜体《多宝塔碑》。将它们组合在一起，就形成了一幅精美的书法作品。这种形式，我们称之为“集字创作”。

（二）名词解释

“笔精墨妙”是形容书法、绘画、诗文等技法巧妙，笔意精微。这也是同学们学习书法的目标。

“集字”就是指临帖到一定水平之后，把想创作的内容通过选临原字帖的字或偏旁，组合起来集成一幅创作作品。唐初怀仁集王羲之行书成《圣教序》，是最早的集字碑刻。

（三）集字赏析

笔：字头“竹”部左右两部分同中有异；“聿”部横画间距基本均匀，长短不同，形态各具变化，有机组合；悬针竖挺拔居中。

精：左右宽窄、高低差不多。注意左右之间的穿插避让关系处理。

墨：上下结构。“黑”部横画收敛紧凑。“灬”的左右两点要向上安排，中间两点要打开，给“土”部的竖画预留位置。“灬”左右伸展呼应；“土”小居中。

妙：左向右迎。“女”部反捺宜收，“少”部撇画向左下穿插。

（四）集字练习

出示不同幅式的集字作品，进行集字创作练习。

鼓励形式创新。如条幅、扇面等。

（五）习作展示

由于集字创作的形式较多，教师可根据学生的实际情况，挑选有代表性的学生习作进行展示。注意发现、鼓励有创新形式的习作。

（六）习作点评

将 2–4 名学生的习作悬挂在黑板中央，引导学生分析：先从作品的整体布局分析其安排的合理性；第二步从书写的笔法法度上深入解析；第三步要特别强调墨法的变化，即墨色的枯、湿、浓、淡、焦五色变化。

四 参考资料

资料一：

斗方知识

斗方，中国书画作品样式之一。指一或二尺见方的书画或诗幅页。尺幅较小，一般指25–50厘米见方的书画作品。民间年画中，把这种尺寸和形式的作品也称作“斗方”。

“斗方”是书画界的常用术语。一张正方形的画幅就是斗方，最常见的是69x69cm（2市尺见方）的尺幅，它的幅面大小就是4平尺，这种尺幅是用一张四尺整宣（2市尺宽、4市尺长）沿长度方向对开而成的。一尺见方的小斗方，又称为“小品”。

资料二：

学习与运用（一）（教学片段）

（一）观察发现

大屏幕出示“笔精墨妙”四个字。

师：观察“笔精墨妙”四个字，它们出自哪里？

生：均出自颜体《多宝塔碑》。

师：将它们组合在一起，就形成了一幅精美的书法作品。这种形式，我们称之为“集字创作”。

（二）名词解释

师：谁能说出“笔精墨妙”的意思？

生：“笔精墨妙”是形容书法、绘画、诗文等技法巧妙，笔意精微。

师：“笔精墨妙”也是同学们学习书法的目标。

师：“集字”就是指临帖到一定水平之后，把想创作的内容通过选临原字帖的字或偏旁，组合起来集成一幅创作作品。

在中国书法史上，唐初怀仁集王羲之行书成《圣教序》，是最早的集字碑刻。被书法爱好者视为学习王字行书的最佳范本。

（三）集字赏析

师：接下来我们一起赏析“笔精墨妙”四个字的笔法和结构特征。

生：“笔”的字头“竹”部左右两部分同中有异。

生：“聿”部横画间距基本均匀，长短不同，形态各具变化，有机组合。

生：悬针竖挺拔居中，是全字的支撑点。

师：“精”之前我们已经学过了，请大家回忆一下。

生：“精”左右等宽。左右宽窄、高低差不多。

生：书写时要注意左右之间的穿插避让关系处理。

师：“墨”是上下结构，请仔细观察其结构特征。

生：“黑”部横画收敛紧凑，“灬”的左右两点要向上安排，中间两点要打开，给“土”部的竖画预留位置。

生：“灬”左右伸展呼应；“土”小居中。

师：“妙”字也学习过了。

生：它的结构特征是左向右迎。

生：“女”部反捺宜收，“少”部撇画向左下穿插。

教学反思

本节课为集字创作，为调动学生的学习积极性，教师应鼓励学生大胆创作。特别要激励学生采取不同的幅式，如条幅、扇面等形式。此外，要引导学生注意作品形式的完整性和协调性，尤其是落款位置及大小。

4 向而不犯





芝草书《冠军帖》的刻字拓片。

一 教材说明

本课共有 4 页内容。

第 15 页上方通过“郎”字在米字格中的布局及辅助符号“( )”的使用，形象地告诉学生在左右结构的字中，左右两部分的笔画要相迎而不碰撞，即“向而不犯”。本页下半部分“妙、海、沙、降”四个例字，可以让学生进一步感受左右两侧的部件通过相互避让穿插，使字的结构更加紧密，形成和谐整体。

第 16 页上方以“浮”为例，揭示写法提要：1. 左右相向，形离意合；2. 注意避让，不碰撞。下方“欣赏与探究”，展示了欧颜柳赵四大书法家书写的“降”字。通过比较发现，虽然书体不同，风格各异，或含蓄收敛，或张扬奔放，但都遵循了“向而不犯”的结字规律。

第 17 页“习字指导”部分，安排了“郎、沙、妙、浮、降、海”六个字，进一步说明“向而不犯”这一结字规律在不同字中的运用。让学生阅读揣摩，可以巩固本课知识点。

第 18 页“书法文化”，安排的是“书家故事”——张芝临池学书。同时附录了传说的张

二 教学要求

1. 了解“向而不犯”的结字规律并感知其美。

2. 初步掌握“向而不犯”的写法提要，能在练字的过程中使用。

3. 养成观察字的结构，思考结字规律的习惯。


单元二 结字规律（6）

习字指导

郎 沙 妙

郎：左侧竖向笔画向左弯，右部件“耳钩”向右撑，左右相向。

沙：三点水上提，“少”的长撇伸向左下，左缩右伸，进成整体。

妙：写法同“沙”，撇点的折点提上，以让长撇，右撇伸向左下。

浮 降 海

浮：左旁下两点偏左，右部件弯钩偏右，长横左伸，收笔重顿。

降：竖形左窄右宽。右部件的撇长伸于“耳钩”下，捺画向右舒展。

海：三点水略呈弧形，“母”部略偏右，左右相向。长横左伸，与点不粘连，向而不犯。

17

三 教学建议

（一）观察发现

1. 观察“郎、妙、海、沙、降”，说说这些字的共同点。

共同点：左右结构，左右笔画相迎。

2. 揭题：向而不犯。

观察思考：这种结构的字如何做到不碰撞，形成一个和谐的整体呢？

郎：左部竖提的竖画向左弯，最后一点碰竖中线但不过线，右耳钩向右凸，悬针竖挺拔且靠近竖中线。

妙、沙：左边上提，让右边，“少”的长撇伸向左下，左缩右伸，左向右迎。向而不犯、迎而不侵，避让穿插、互为乖巧。


4 向而不犯

书家故事

张芝临池学书

张芝是东汉著名的书法家。传说张芝小时候很勤奋，他家附近有个池塘，张芝每次练完字后，就来到池边，用池水清洗毛笔和砚台。早也洗，晚也洗，日子一长，一池清清的水竟然变黑了。后来张芝成了一代草书大家，“池水尽墨”也成了勤奋练字的比喻。

——改编自唐张彦远《法书要录》

释文：知次味恭，且得还为佳也。冠军帖，得告不得报疏，可恨各病来，不种行动，潘不可耳。

张芝草书《冠军帖》（传）

18

海：三点水略呈弧形，“母”长横左伸，插入两点之间，与点不粘连。

降：右部件的短撇向左耳钩虚处出锋，长撇直插左耳钩下方，捺画向右舒展。

小结：左右结构的字中，左右两部分的笔画相迎，有合抱之势，相互避让、穿插，互不碰撞，形成整体。

（二）讲解示范

教师现场示范或视频演示“浮”字：

左部，三点水的三个笔画上下呼应，笔断意连，一气呵成，呈弧状；第二

点在横中线上，提笔指向第三点的起笔，第三点向下一笔出锋。

右部“子”的长横左放右收，笔画较细，收笔稍顿；右上中间一点、“子”的横钩和竖钩的交叉点、竖钩的“钩”、横的中心点在同一条垂直线上（可作辅助线），这样字才平稳。

小结写法提要：1. 左右相向，形离意合；2. 注意避让、穿插，不碰撞。

（三）欣赏与探究

仔细观察四位名家书写的“降”字，说说各自是怎样处理左右部件关系的。

相同点：四种字体都遵循了“向而不犯”的结字规律。

不同点：不同书家，字体不同，风格各异。欧体、柳体右部件的撇相对含蓄，收笔注意避让，而颜体、赵体右部件的撇长，直插于“左耳钩”下部，相对比较奔放。左右两边，不拘泥于左收右放，也可左放右收。在避让的过程中，也可通过笔画粗细寻求平衡，如赵体“降”左耳用笔较重，笔画较粗，与右部的穿插形成平衡。

让学生经历观察、比较、发现这一过程，在加深对“向而不犯”结字规律理解的同时，进一步感受书法艺术的魅力：不墨守成规，最终走向创新，形成自己的风格。

（四）课堂练习

1. 读帖思考。

在“习字指导”中安排了六个字，其中“浮、降”在前面的学习中作了提醒与指导，所以，在“习字指导”这一部分，重点指导观察“郎、沙、妙、海”这四个字。

郎：横画较细，竖画较粗；左部第二横在横中线上，起笔在左部竖画中间；“右耳钩”的折笔在斜线处顿笔转锋向左下方折出，“耳钩”意圆，收笔向左上方轻轻挑出，先方后圆、先收后放。

沙、妙：“少”短竖向下不出横中线，使字的上半部分更加紧凑，下半部分撇画更加舒展。由于“沙、妙”左半部分宽窄不同，因而右半部分“少”的大小也不同。

海：可与“浮”比较习得，相同的是：长横左伸，收笔重；不同的是：“浮”没有穿插，“海”有穿插，因而三点水的笔法、位置不同。“海”三点水的第二点在横中线的上方，第三点用笔较轻，留有位置让长横穿插，以达到向而不犯。

2. 练习内化。

在学生观察比较的同时，可以让学生动动笔，看、思、运笔练字同时进行。练习页是供学生巩固练习使用的，因此要在课堂上进行练笔。要求学生描红要准确，一笔成形，不可反复涂描，注意读帖，将自己的字与例字进行比较。此时可反复播放教师范写的视频，帮助学生掌握行笔的方法，教师进行行间巡视，了解学生写字情况，发现问题及时点评。

（五）感受文化

本课安排的是“书家故事”——张芝临池学书。它可以独立成一个板块，根据课上情况在课始、课中或课尾进行。除了书中故事，也可让学生讲讲自己了解的张芝的故事。

四 参考资料

向而不犯（教学片段）

欣赏与探究。

师：同学们，通过上面的学习，我们知道了左右结构的字，当左右相向时，要注意避让、穿插，不碰撞，形成一个整体。那么书法大家们书写时又是怎样处理左右部件之间关系的呢？让我们一起来欣赏这四个“降”字。

出示：欧、颜、柳、赵四位书法名家书写的“降”字

生：这四个“降”字左右部件都没碰撞，都遵循了“向而不犯”的结字规律。

生：但仔细观察，这四个字的书写风格不同。

生：同样是左耳旁，赵体“降”的“左耳钩”比其他三个字体小一点，但用笔粗一点。

生：欧体、柳体右部件的撇相对含蓄，收笔虚插，注意避让；而颜体、赵体右部件的撇长伸于“左耳钩”下，相对比较奔放。

生：同样是长撇，颜体的撇更长，更细；赵体的撇稍短，稍粗。

师：同学们读帖真仔细。书法家的技艺炉火纯青，因而他们能够灵活运用规律，体现各自的风格，或严谨工整，或庄严雄浑，或英气逼人，或自然轻松。

教学反思

“向而不犯”是书法中的一个基本原理，做到“向而不犯”的关键是避让和穿插。如果不懂避让，基本就是不会写字。譬如开车，当看到前方来车时，应该相互避让，方能顺利通过。如果不知避让，轻则剐蹭，重则两车相撞，发生交通事故。写字也是一样，笔画与笔画之间，偏旁与偏旁之间要相互避让，产生一种亲和力，产生一种相互依存感，产生一种整体感。避让，是中华数千年文明精华在汉字中的体现。写字与做人一样，不违大道，规不可犯，矩不可越。穿插，是在一个字中，一部分笔画进入另一部分的范围之内，且插入该部分的空当之中。穿插，有两种形式，一是笔画实际插入，也就是说笔画实际在另一部分空当之中。另一种是虚插，就是笔画的实体部分并没有插入另一部分的空当中，而是笔画的笔力插入另一部分的空当之中，看起来有插入的感觉。

穿插和避让是相辅相成的，没有避让就谈不上穿插，没有穿插也就没有避让的必要。处理好避让和穿插是练习书法的一项基本功。

5 布白均匀

一 教材说明



本课共 4 页内容。

第 19 页上方左边是有辅助符号的“此”“言”两个字，右边是一段对应的文字，形象地告诉学生“布白均匀”是指笔画间距均匀的同时，分割后的空白也要大体匀称。本页下半部分安排了“处、华、画、出”四个字，让学生进一步感受一个字中如果有两个以上的横向、竖向或斜向的笔画，笔画分割出的空白要大体相等。



第 20 页上半部分是以“家、恩”为例，让学生明白布白均匀的写法提要：1. 笔画间距均匀；2. 分割后的空白大体匀称。下半部分“欣赏与探究”，出现的是四大书法家书写的“华”字，此字注重横画和竖画，可以让学生通过欣赏进一步感受，书体不同但都遵循了布白均匀的结字规律。

第 21 页“习字指导”，安排了“此、言、家、处、恩、画”六个字，这六个字在前面的书法练字中都出现过，此处重点关注“布白均匀”。

第 22 页是“名胜书迹”，介绍了泰山经石峪。

二 教学要求

1. 了解“布白均匀”的结字规律并感知其美。

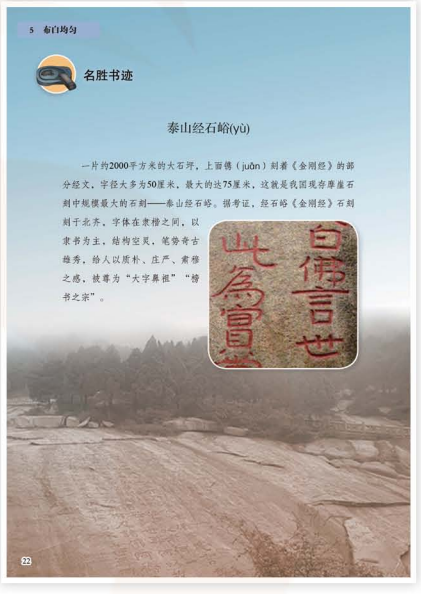
2. 初步掌握“布白均匀”的写法提要，能按此规律练字。

3. 养成观察字的结构，思考结字规律的习惯。

4. 初步感知“泰山经石峪”的魅力，感受书法文化。



三 教学建议



（一）观察解题

1. 出示第 19 页上方的“此、言”（加辅助符号），观察思考：这两个字笔画之间有什么特点？

此：竖画间距大体相等。

言：横画间距大体相等。

2. 解题。

汉字在笔画间距均匀的同时，分割后的空白也大体匀称，这就是“布白均匀”。

（二）读帖理解

观察第 19 页的“此、言”及“处、华、画、出”，思考：它们是如何做到“布白均匀”的？

此：竖画上重下轻，长短变化不一，间隔均匀。横画上斜，收笔重按。第一竖略斜，竖弯钩的弯处圆转，收笔暗出钩。

言：第一横左右伸展，提按变化明显，且向右上斜，收笔重顿；中间两短横形态变化显著；“口”略扁，间距基本均匀。

处、华、画、出：同样出自《多宝塔碑》，每个字中都有两个以上的横画、

竖画或斜画，书法家根据笔画的多少，通过用笔的轻重，笔画的长短、走向，使得笔画间距大体均等，笔画分割出的空白也大体相等。其中，“出”的笔画最少，用笔最重；通篇范字横轻竖重，布白均匀，风格强烈。

（三）讲解示范

1. 示范揣摩：教师示范或播放视频，引导学生观察运笔过程，关注笔画之间的分割情况。

家：部件“豕”中间的三撇长短、轻重、方向都有变化，分割出的块面却基本均匀。为了平衡字的重心，第一笔的点写在竖中线的左边，落笔较重，如高山坠石；最后一笔的捺画也较重，向右下出锋。

恩：其结构形式是下托上，上窄下宽。上部“大”点的写法很特别，方向、笔法近乎短横，横向取势。正因为这一点，使得它分割出的五个板块，布白均匀。下部“心”左点与卧钩在同一水平线上起笔，后两点既注意了自身的呼应，又做到了上下部件的穿插（隔山呼应），使得整个字的结构更严谨。

2. 小结写法提要：（1）一个字中有两个以上的横画、竖画或斜画，笔画间距要均匀；（2）由笔画分割后的空白要基本均匀。

（四）课堂练习

1. 读帖悟法。

第21页“习字指导”部分，共六个字，其中“此、言、家、恩”前面已作提示，所以，此处重点关注“处、画”。

处：横画间距均匀，左斜笔画间距均匀。左斜第一撇用笔较重，捺画出锋较重，已平衡字的重心。

画：所有横画长短不一，变化丰富，形态各异，但间距均匀；首横长而上仰，底横取平势，以支撑字的重心。

2. 练习书写“此、言、家”。

先描红、仿影，再临写，可播放教师示范视频，便于学生模仿，教师进行行间巡视，点评。

（五）拓展延伸

1. 欣赏书法名家书写的“华”字，说说各自是怎样做到布白均匀的。

通过观察，会发现四位名家书写的“华”字各有巧妙不同，但归纳起来，都是利用了横画或竖画的变化达到字的平衡、美观的。书法家们根据自己的理解，合理利用了笔画的粗细、长短、方向做到了布白均匀。

2. 欣赏“附录”中欧体的“州、青”，柳体的“辅、扬”，赵体的“直、扬”。

3. 欣赏“名胜书迹”——泰山经石峪。

为了更清晰地欣赏本课中的“名胜书迹”——泰山经石峪，教师可呈现有关视频或图片，由经石峪所在的环境到约2000平方米的大石坪，再到字径50厘米、75厘米的石刻，让学生充分感受那质朴、庄严、肃穆，结构空灵，笔势奇古雄秀的“大字鼻祖”“榜书之宗”。

视频和图片可在课的开始和课的结尾处两次使用，开始时重在整体感受气势，结尾处突出字的结构与笔势，让学生进一步感受“布白均匀”。

四 参考资料

布白均匀（教学片段）

教学理念：

以提高汉字书写能力为基本目标，以书写实践为基本途径，以积极评价促进提高学生书写水平与审美情趣为基本手段。

（一）分析结字规律：布白均匀。

1. 观察思考：第19页上方的“此”“言”笔画之间有什么特点？

此：竖画间距大体相等。

言：横画间距大体相等。

2. 揭示“布白均匀”结字规律：汉字的笔画间距均匀，同时，分割后的空白也要大体匀称。

3. 观看动画，结合“此”“言”书写要点，注意观察运笔过程中毛笔动作变化：起行收提按，各部分的分布（见教学建议），使之与要点逐一对应。

4. 学生以右手食指为笔，按照“此”“言”书写要点书空练习。

5. 观看教师范写“此”或“言”（根据学生需要）。体会运笔时的使转变化，体会运笔时的提按变化（关注“横轻竖重”），体会“布白均匀”的结字规律。

（二）学生描红一遍，临写一遍（音乐背景）。

1. 读帖：结合米字格弄清起笔、行笔、收笔位置，关注笔画之间的关系：布白均匀，为描红、临写做准备。

2. 练写：强调姿势要求。做到“描红盖红不漏红”，临写“纵横占位力求准，呼应、笔势应分明”。

3. 教师巡视，提醒双姿，具体指导写字。

（三）反馈交流（自我评价，互相评价，共同提高；教师评价，肯定优点，指出不足）。

1. 展示学生的描红和临写作业，由学生相互点评，教师相机点拨。

2. 学生根据交流情况再描红、临写字各一遍。

3. 展示学生作业。

4. 小结：写好汉字，笔画之间的间距应基本相等，井然有序，不能忽疏忽密。同时要注意无笔画的空白处，把空白布置均匀，字才能写得匀称和谐。

教学反思

我们在白纸上用毛笔写下黑色的笔画，由于黑色具有吸光而不反光的特性，所以，我们看到的每个毛笔汉字，实际上是被黑线切割成形状各异、大小不同的许多白色板块与黑色的反差效果。黑的笔画与白的块面是相依为命的，没有黑就没有白，没有白也没有黑。因而古人有“计白当黑”之说。我们不能狭隘地理解“布白均匀”。它包含笔画之间间隔距离大致相等，布白均匀适当；左右两边对称，布白均匀；疏密有致，左紧右松，上紧下松，比例得当，布白均匀。在学生读帖、临帖的过程中我们要有意识地引导学生全面理解，不能僵化。

6 背而不离





一 教材说明

本课共 4 页内容。

第 23 页上方以有辅助符号的“兆”字为例，揭示“背而不离”这一主题：指字的左右两部分笔画相背而立，反向展开，但背而不离，离而不散。本页下半部分安排了“龙、胤、非、札”四个字，让学生进一步感受不同的字中相背的两部分不分不离，笔画相依相靠，和谐一致。

第 24 页上半部分是以“凡、施”为例，揭示了背而不离的写法提要：1. 可以通过笔画连接，使之成为背而不离的纽带；2. 可以通过部分笔画穿插、靠拢，形成形相背而实相靠的效果。下半部分“欣赏与探究”，出现的是四位书法大家书写的“非、凡”两个字，“非”字左右两边的横画笔断意连，左右呼应，可以作为“写法提要”的第三点补充；“凡”字利用中间的点画连接，使之背而不离。学生通过欣赏可以进一步感受，书体不同但都遵循了背而不离的结字规律。

第 25 页“习字指导”，安排了“兆、龙、非、札、凡、施”六个字，这六个字在前面的书法练字中都出现过，此处重点关注“背而不离”。

第 26 页是“书家故事”——怀素练字，同时还展示了怀素草书《自叙帖》（局部）。

二 教学要求

1. 了解“背而不离”的结字规律并感知其美。

2. 初步掌握“背而不离”的写法提要，能按此规律练字。

3. 养成观察字的结构，思考结字规律的习惯。



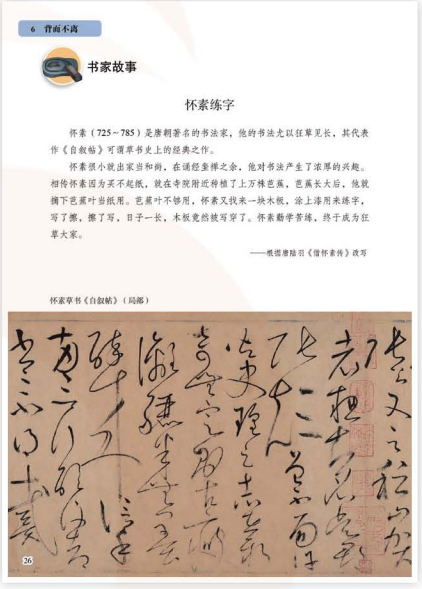
三 教学建议

（一）观察发现

1. 出示“兆”，观察：这个字有什么特点？

左右两部分，背向展开。

2. 揭题：书写这一类字时稍不注意，左右两边就容易分家，那么，如何做到“背而不离”呢？仔细观察：



兆：左边的撇画与右边的竖弯钩形成背势，左低右高，两对点上下呼应，左右顾盼。先生背再生向。

龙：左上部两横的收笔与右上部竖折、横之间避让穿插、排列有序，各不妨碍。左右之间呼应相迎、背而不离。

胤：中部较高，左右两边向中间取势，下部外展，形成形相背而实相迎的效果。

非：两竖相背，左低右高，左三横向右取势，右三横向左迎。横的组合变化，使左右两边由背变迎。

札：左边的竖钩与右边的竖弯钩相背，左部长，右部稍短，有依靠之势。

3. 小结：相背的两部分，形分意合，分而不离，笔画相依相靠，和谐一致。

（二）直观示范

可以根据学生书写水平的高低，或教师示范书写，或指名学生示范书写，

在此过程中小结“写法提要”。

1. 凡：左部、上部笔画收紧，横折弯钩的折处在竖中线上，中宫紧凑，成相背势，注意点画的变化。

提要：中间的横画连接两边，且中宫紧凑，成相背势，使之成为背而不离的纽带。

2. 施：左部横折钩从横中线起笔，折与撇方向基本一致，右向取势；右部的横从撇的收笔处起笔，顺锋向右上行笔；“也”三个上下方向的笔画均向左下方聚拢（收），竖弯钩向右舒展（放）。

提要：两边上部靠拢，笔画互有穿插，下部的横折钩与竖弯钩外展，形成形相背而实相迎的效果。

3. 非：两竖挺直，左短右长，相依相靠。左部三横与右部三横互为变化，间距均匀，左边三横为右尖横，右向取势；右边三横为左尖横，左向取势；且走向有变化。

提要：笔断意连，左右呼应。

（三）课堂练习

1. 学生了解写法提要后，要能指导自己实践，书写时能运用。所以在简要了解写法提要后，可以让学生练习读帖、描红、仿影，再临写。“习字指导”中的六个字，在前面学习的过程中已接触过，此处要放手让学生自己感悟练习。教师巡视指导，或循环播放范写视频，帮助掌握要领。

“兆、非、札、凡”笔画较少，宜粗。“龙、施”笔画相对较多，宜细。“龙”左部“月”中的两横变化成右尖横和提，右向取势；右部四个短横为左尖横。

2. 完成作业：兆、凡、施

（四）延伸欣赏

1. 学生作业欣赏。

学生完成作业后，可以通过自评、互评、展览等方式巩固所学，提高认识，增强自信。

2. 名家字欣赏。

都遵循了“背而不离”的结字规律，但又各具风格。

欧体：方圆兼施，以方为主，点画劲挺，笔力凝聚，既欹侧险峻，又严谨工整。

颜体：结体方正茂密，笔画横轻竖重，笔力雄强圆厚，气势庄严雄浑。

柳体：潇洒，清瘦，笔画细劲，棱角峻厉，显得英气逼人。

赵体：笔画圆润，间架方正，内含筋骨，显得自然轻松。

“凡”字学生已写过，可以让学生通过比较领悟写法（柳体与赵体比，名家与自己的比）。

（五）感受文化

本课的“书家故事”是《怀素练字》。

对于怀素，学生并不陌生，苏教版语文一年级教材中就曾出现过《怀素写字》，因此，可以让学生介绍自己了解的怀素故事，也可以让学生欣赏怀素的作品。欣赏作品时，既要引导学生整体把握，也要突出单个字的欣赏，可以让学生从草书中找找自己认识的字，激发学生写字兴趣，培养学生书法欣赏能力。此环节可以安排在课始，也可以安排在课尾，可以独立成一个板块。

四 参考资料

背而不离（教学片段）

习字练习，巩固写法。

1. 师：同样是“背而不离”，“兆、凡、施”有什么不同呢？

三个字代表三种不同的情况：（1）左右笔画完全没有连接；（2）左右笔画有连接；（3）左右笔画有部分连接。

2. 师：观察这三个字的要点是什么？

生：借助米字格，找准笔画位置。

生：观察连接笔画的位置、写法。

生：思考没有连接的笔画，如何让人感觉“背而不离”。

3. 师：我们来感受书法家的书写。

（出示视频）兆：左边的撇画与右边的竖弯钩形成背势，左低右高，竖弯钩的竖，在竖中线的右边起笔，至竖中线上折弯，两边的点画上下呼应，间距均匀，左右顾盼，笔断意连。

（出示视频）凡：左部、上部笔画收紧，横折弯钩的折处在竖中线上，中宫紧凑，点画变横画。中间的横画连接两边，使之成为背而不离的纽带。

（出示视频）施：左部横折钩从横中线起笔，折与撇方向基本一致；右部的横从撇的收笔处起笔，露锋向右上行笔；“也”三个上下方向的笔画均向左下方倾斜。两边上部靠拢，笔画互有穿插。

4. 师：拿起笔，静心观察每个字，每个字描一遍临写一遍。

（学生练写，教师巡视指导、画红圈圈）

5. 学生对照字帖，自我评价，教师适时指点。

6. 学生拿笔，每个字再仿一遍，临写一遍。

7. 同桌互评，给写得好的字画上红圈圈。

8. 指名上台分享。

（学生上台张贴作业纸，并向大家介绍好的笔画和字。）

9. 师：从大家的书写中可以看出，你们已经注意了字的间架结构、笔画联系、运笔轻重。那么，你们觉得写好字有哪些诀窍呢？

生：多练习，笔就能握稳，运笔就会流畅。

生：要认真读字帖，记住字的位置。

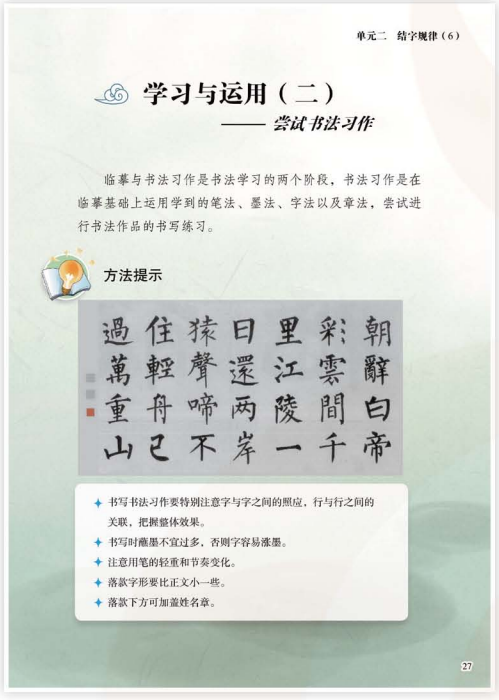
生：读帖，还要记住笔画的轻重、方向、长短。

小结：这些方法特别好。我们要将自己的字与字帖比对、修正，这样进步就会更大。

教学反思

根据《中小学书法教育指导纲要》要求，写字课应该少讲多练，讲得多了，学生练习的时间就少了。为了帮助学生理解“背而不离”的结字规律，突破本课的教学难点，可以有选择地重点讲解一个字，其他字要充分发挥米字格在读帖和临帖过程中的重要作用，引导学生观察范字的笔画、部件位置和比例关系。在临摹的过程中，养成读帖的习惯，形成“意在笔先”的意识。

学习与运用（二）
——尝试书法习作





一　教材说明

本课共 2 页内容。

第 27 页上半部分为“书法习作”名词解释；下半部分以一首诗为例，对书写书法习作进行了方法提示。

第 28 页展示了三幅作品，通过三幅作品，可以让学生感受到，根据字的大小、字数的多少等可以选择扇面、条幅等不同的作品幅式，为学生接下来的书法习作打开了思路，提供了范式。本页中的“我来试试”是教学重点。

二　教学要求

1. 了解书法习作基本要求。
2. 尝试进行书法作品的创作。
3. 培养学生观察、比较、审美的能力，养成勤练笔、乐展示的习惯。

三　教学建议

（一）了解书法习作基本要求。

自书法课以来学生首次接触创作书法习作，因此，了解书法习作的基

本要求很有必要。

1. 欣赏作品，激发兴趣。

书法创作与临摹是书法学习的两个阶段，书法创作是在临摹基础上运用学到的笔法、墨法、字法以及章法，尝试进行书法作品的创作练习。书法创作需要调动学生以往的书法知识积累。

可以通过多媒体配乐出示形式多样、字体各异的书法作品，在学生欣赏作品的同时，帮助学生回顾书法作品的幅式：扇面（折扇、团扇）、条幅、斗方、对联、中堂等。引导学生欣赏作品，激发学生创作愿望。

2. 聚焦作品，关注方法。

可以一幅作品为例，引导学生观察，小结书法作品创作的基本要求：

（1）书写书法习作要特别注意字与字之间的照应，行与行之间的关联，把握整体效果。

（2）书写时蘸墨不宜过多，否则字容易涨墨。

（3）注意用笔的轻重和节奏的变化。

（4）落款字形要比正文小一些。

（5）落款下方可加盖姓名章（钤印）。

在了解书法创作的基本要求后，可以再让学生对照要求欣赏几幅作品，加深理解。

（二）尝试进行书法作品的创作练习。

1. 这是本课的重点，在学生了解书法创作的基本要求后需要给学生尽可能多的时间进行书法练习。

学生可以在课前折好纸面，课上选择自己喜欢的字体、幅式进行练习。考虑学生的书法水平有高有低，教师可以给学生提供一些范本，供学生模仿。教师行间巡视，给学生指点。

2. 展示学生书写的作品，同学互评、欣赏。

书法习作是对学生书法学习的一次综合性考验，在笔法、墨法、字法以及章法上都有一定的要求。学生初次进行创作，难免出错，需要多鼓励，多给学生时间练习。

可以鼓励学生课后采用不同幅式创作书法作品，一段时间以后进行一次全班同学的书法展。

四 参考资料

资料一：

扇面

扇面有折扇和团扇两种形式。原是书写在扇面上的，现已成为一种颇具装饰性的书法创作形式。

折扇上宽下窄，呈辐射状，书写时要根据扇面的大小，布局安排。字数多时，用长短行相间的方法排列；字数少的，宜写在扇面上部较宽处，一般一字一行或两字一行。

团扇又称宫扇，有圆形和椭圆形两种。团扇的构图可与圆形一致，也可根据扇面的形式，两边少，中间多来布局。

在扇面上题诗作画，以增加美感，古已有之。据传，晋代有王羲之曾为一卖扇的老妪题扇，结果扇子被抢购一空的故事。现在能看到的最早实物是北宋时期宋徽宗的题诗宫扇。完全摆脱扇子本身，以宣纸裁剪成扇形来进行的书画创作，据传是在明代成化、弘治时期了。

（选自《欧体楷书100讲》孙善华著）

资料二：

学习与运用（二）（教学片段）

一、理解“书法习作”

师：请同学们欣赏一组书法作品。

（出示社团学生书法习作，学生欣赏）

师：这些作品都是社团同学的创作哦！今天我们也来尝试书法习作。书法习作跟我们以往课上的书法练习有什么不同？

生：以往练习我们基本上都是在一个字一个字地临摹。

生：书法习作是创作，是用临摹学到的笔法、墨法、字法及章法，尝试进行书法作品的练习。

生：书法习作是用以往学到的书法知识进行书法创作。

二、聚焦习作方法

师：请同学们观察这幅作品，谁能说说书写书法习作时应该注意些什么？

（出示课本第27页中的作品）

生：书写书法习作要特别注意字与字之间的照应，行与行之间的关联，把

握整体效果。

生：书写时蘸墨不宜过多，否则字容易涨墨。

生：注意用笔的轻重和节奏的变化。

生：落款字形要比正文小一些。

生：落款下方可加盖姓名章（钤印）。

师：同学们观察得很细致，分析得也比较全面。再请同学们观察几幅作品，看看这些作品有没有按照书法习作的方法进行书写练习。

（出示第 28 页中的几幅作品，学生品析）

师：除了以上方法要点外，在选择幅式、字体方面又给我们什么启示？

生：可以选择自己喜欢的字体，可以选择不同的幅式。

生:欧体、柳体、赵体、颜体等，擅长什么字体，喜欢什么字体，就可以用什么字体写。

生:根据字数的多少，字的大小，根据自己喜欢，可以选择扇面、条幅、斗方等幅式，可以选择纸张的大小。

三、指导书法习作

师：同学们观察能力很强，相信大家一定能将那些方法要点落实到书法习作中。

（学生进行书法习作，教师巡视指导）

师：我们一起来欣赏同学们的习作，品一品。

（展示学生书写的作品）

同座互评，可用红笔在出彩的地方画上圈，再指名全班展示。

品析后可以进行修改。

教学反思

书法习作是对学生书法学习的一次综合性考量，在笔法、墨法、字法以及章法上都有一定的要求。学生初次进行创作，把握上难免会出错，所以要把更多的时间交给学生练习，然后再交流、评议、修改，提升学生书法综合能力。

7 穿插互访

一 教材说明





本课共有 4 页内容。

第 29 页上方左边是一个“奉”字，并以此为例介绍“穿插互访”的结字规律。本页下半部分的“瓶、吞、卷、既”四张碑文拓片，均选自《多宝塔碑》，这四个字均有穿插互访，有的发生在上下两个部件之间，如“吞”“卷”，有的发生在左右两个部件之间，如“瓶”“既”，但因为运用了“穿插互访”，整个字显得更加紧凑，更有整体感。

第 30 页上半部分介绍“劫”的写法提要，重点领会如何运用“穿插互访”的结字规律写好这个字。

该页下半部分是书法名家书写的“既”和“林”的碑文拓片，通过比较可以看出，这四个字虽然各有风格，但都做到了左右部件的穿插互访。

第 31 页“习字指导”中，安排了“奉、瓶、劫、卷、既、吞”六个字，目的是让学生通过描红和仿影，学会穿插互访的基本技能。

第 32 页是“走近名家”，介绍著名书法家于右任。

二 教学要求

1. 了解“穿插互访”的结字规律，掌握“穿插互访”的基本方法。

2. 通过描红、仿影、临帖等练习，初步把“奉、瓶、劫、卷、既、吞”写漂亮。

3. 走近书法名家于右任，感受其标准草书的易识、易写、准确、美丽。



三 教学建议

（一）观察例字，了解规律

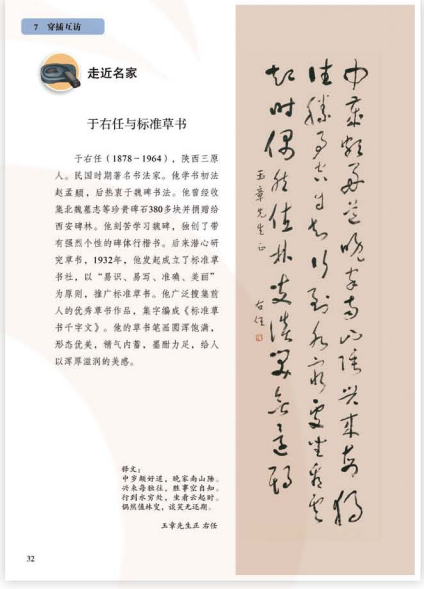
1. 出示“奉”，读帖，怎样写好这个字？

奉：三横取右上斜势，相对紧凑，前两横长度大体相同，第三横略长，撇捺舒展，下面的部件自然地伸展到撇捺之中。整个字紧凑平正。

总结：字的各部件在占据自己空间的同时，又把笔画伸展到其他部件闲置的空间里，这就是“穿插互访”。

2. 举一反三，加深理解。

观察“瓶、吞、卷、既”四张碑文拓片，思考这几个字的哪些笔画做到了“穿插互访”？



瓶：左边“并”的长横收紧，右边“瓦”的竖提自然地向左穿插。这是左右两个部件的穿插。

吞：上部分的“天”，两横收紧，撇捺舒展，下部分的“口”自然地穿插在撇捺之中，两个部件浑然一体。

卷：与“吞”写法基本相似，上部分的点画、横画收紧，撇捺舒展，下部分置于撇捺之间。

既：左右结构，左边部件中的竖提略上，右斜点要收紧，右边的撇画顺势

斜插到竖提的下面，保证字的整体美感。

用自己的话说说对“穿插互访”这个结字规律的理解。

（二）读帖悟法，欣赏探究

读帖：“劫”，以“劫”为例谈谈怎么才能做到“穿插互访”？

“劫”，左右两个部件发生了穿插互访。为便于右部分撇画向左下穿插，左边的部件势必也随之上提，收紧。所以这个字要写得左高右低。

悟法：

1. 找出穿插互访的部件。（是上下两个部件的穿插互访还是左右两个部件的穿插互访）

2. 细细观察分析，找出穿插互访的关键笔画。（要做到穿插互访，势必会有两个以上的笔画发生变化，有的收紧，有的舒展，以利于另一个笔画的穿插）

欣赏与探究：

说说“既、林”这几个字书写的相同点与不同点。（都是左右结构；穿插的笔画都是右部件的撇画；为保证穿插自然，左部件均写得较为收敛。）

总结：这几个字，虽然书体各不相同，但都体现了“穿插互访”的特点，从而保证了字的紧凑、美观。

（三）交流指导，练习巩固

第 31 页“习字指导”部分，共六个字，其中“奉”“劫”已在前面的学习中作了提醒与指导，所以在“习字指导”这一部分，重点指导“瓶、卷、既、吞”这四个字。

瓶：左右结构，左长右短，左正右斜。穿插笔画为右部分的竖提，为此左部分的第二横要略收紧，收笔在竖中线上。右部分的竖提自然左下斜伸。

卷：上下结构，上面收紧，撇捺舒展。点为斜点，撇为短撇。两横均取右上斜势。长撇起笔较高，捺笔起笔于第二横的上方，一路下行，渐行渐按，至捺脚处顿笔出锋。“已”置于撇捺之中，但不与撇捺粘连。竖弯钩竖短、横短，折处不停顿，不留棱角，钩呈若有若无状。

既：左右结构，左右两个部件的高低、宽窄相仿。第一笔的横折在折处要停顿，形成棱角，提与左下对角线平齐，收点。右边的短横为左尖横，短竖位于竖中线上，长横伸在点的右上部，长撇向左下斜插。

吞：上下结构，上部分的写法与“奉”相同，下面的“口”取收势，竖短，横略长，呈扁平状，安放于撇捺之间，又尽可能不与撇捺粘连。

学生练习。（播放背景音乐）

（四）练笔巩固，自评互评

练习页是对习字指导部分的巩固练习。可先让学生沿虚线剪下来，便于学生书写。此部分为学生的作业，学生完成后先自评并及时上交，教师通过圈红圈、打分等形式给予激励并反馈。可以把学生优秀作品张贴在班级书展栏内。

（五）走近名家，领略文化

认识于右任和他的草书。

于右任（1879–1964），汉族，陕西三原人，祖籍泾阳。原名伯循，字诱人，尔后以“诱人”谐音“右任”为名，晚年自号“太平老人”。于右任早年系同盟会成员，同时也是中国近代书法家。

于右任精书法，早在20世纪20年代便有“北于南郑”之称（“南郑”指郑孝胥），尤擅魏碑、楷书、草书，首创“标准书”，被誉为“当代草圣”（现在说是林散之）。于右任1932在上海创办标准草书社，以易识、易写、准确、美丽为原则，整理、研究与推广中国汉字的草体书法，整理成系统的草书代表符号，集字编成《标准草书千字文》（1936年由上海文正楷印书局初版），影响深远，至今仍在重印。

四 参考资料

资料一：

穿插，是在一个字中，一部分的笔画进入另一部分的范围之内，且插入该部分的空当之中。穿插，有两种形式。一是笔画的实际插入，也就是说笔画实际插入另一部分的空当之中。二是虚插。所谓虚插就是笔画的实体部分并没有插入另一部分的空当之中，但是，笔画发出的笔力却插入另一部分的空当之中。看起来让人有笔画插入另一部分的空当中的感觉。这就是虚插。

互通有无团结紧，穿插互访结字精。

资料二：

穿插互访（教学片段）

一、出示病字“劫”（左右两个部件相离），诊断病因

师：说说这个字的毛病在哪儿？

生：左右两个部分离得太远。

生：看起来不像是一个字，更像两个字。

师：这样写好看吗？我们该怎么做呢？

生：要写好这个字，就要注意一些笔画的穿插互访。

二、自由读帖，领悟要点

师：看字帖中的“劫”，它是怎么做到穿插互访的？

生：左边的“去”要写得稍收敛，右边的“刀”部的撇画向左下穿插。

生：左边的“去”写得高一点，让出下面的位置，右边的“刀”写得低一点，撇画顺势向左下方伸出。

生：要做到穿插互访，我觉得最重要的是两个笔画，左点收缩，右撇伸展。

师：是呀，要做到穿插互访，势必会有两个以上的笔画发生变化，有的收紧，有的舒展，以利于另一个笔画的穿插。

师：看老师根据同学们的提醒来写一写这个字。

三、尝试练习，评点提高

师：同学们是不是已经跃跃欲试了？别着急，先用毛笔对着书中的例字，空描一遍，一边描，一边默记写法提要。默临后再练写。

生练习写。

教师行间指导，并找出典型作业。

师：这张作业写得真棒，谁发现了它的优点？有没有要改进的地方？

教学反思

穿插互访的字有很多，我们在平时的书写中经常遇到。看似简单的笔画，但在字的结体中是很有讲究的，学生初学时是很难把握的。本节课上引导学生多看、多思、多练，并在评价中多鼓励以激发他们写字的兴趣。

8 收缩避让





一 教材说明

本课共 4 页内容。

第 33 页上方出示了例字“皇”，让学生观察该字的结字规律：上窄下宽，上小下大，底部横画左右伸展，起承托作用。全字上短下长，上部让下部，直观说明收缩避让的道理。下方出现的四个字，进一步说明不仅是上下结构字之间有收缩和避让关系，左右结构之间也会出现穿插、收缩、相互避让的合作之态。

第 34 页上半部分“写法提要”中“吴、师”两个例字，从上下、左右两种不同的结构形态，说明彼此间的收缩与避让关系。下半部分的“欣赏与探究”，展示了欧颜柳赵四大家的一组例字“皇、惟”，进一步说明不同书家对避让原理的具体应用，是知识的拓展延伸。

第 35 页“习字指导”，将“皇、寺、杂、师、明、吴”六个例字的避让要领一一说明，使学生读帖后进一步加深印象。

第 36 页“走近名家”，展示了“豪放的毛泽东书法”及草书作品《忆秦娥·娄山关》。将收缩避让的结字规律，拓展到章法布局，在毛泽东的狂草作品中得到了进一步的提升。

二 教学要求

1. 重点学习“皇”的收缩避让技法。

2. 通过读帖观赏，掌握上下、左右结构例字的避让关系，提高书写水平和审美能力。

3. 以“避让”为基本法则，走近名家，体验不同书家对避让关系的处理技法，揭示书法艺术内存的人文内涵和审美情趣。



三 教学建议

（一）观察发现

出示三个不同结构比例的范字“皇”。

第一个“白”部大，“王”部小，即上大下小；第二个为教材例字，即上小下大；第三个“白”与“王”部比例对等，即上下相等。

学生观察后讨论，提出自己最欣赏的范字。（课堂上选择第二或第三个例字的较多，此时教师不急于公布结果，等在第二环节“分析讲解”中让学生得出结论）



（二）分析讲解

文字要表现出她的美感，首先要从字形结构上进行布局，就像我们人体的结构比例，下肢略比上肢长，方显协调优美。“皇”字为上下结构，“白”宜小宜扁、收缩上移，给下部“王”字留下足够位置（或空间），即上部让下部。

板书：收缩避让。

重点分析：“白”部的书写位置，撇在竖中线的左侧起笔，一竖在左半格中部落笔，向右下斜行，横折向左下斜行，“白”部上开下合；下部“王”字稍大，宜宽、舒展，特别是最后一横在底部左右延伸，起承托作用，呈上收下开状，与上部开合对应，美观和谐。

启发延伸：将生活中的谦让关系与书法避让原理相联系，加深对书法内含

的人文情怀的理解。此字的收缩避让关系，就如同人与人之间的相互谦让，是一种美德。书家将这一人文情怀应用于文字书写之中，这正是中国书法所蕴藏的精神内核。

而第一个“皇”字上大下小，头重脚轻，不够稳重，也不美观；第三个“皇”字，上下相等，欠变化，缺生机，显呆板。

提示：注意观察横的组合变化，从长短、轻重、走向等三个方面分析。

（三）练习指导

教师巡视指导，播放古筝或古琴乐曲。

（四）小结延伸

汉字的美，不仅要把各种笔画写规范，更要注意将汉字的相关部分进行收缩、避让处理。像“皇”字，宜上收缩让下伸展，但有的字就要上伸展下收缩，或左右进行收缩避让。通常是小让大、窄让宽、偏旁让主体。

这就要求养成仔细品读法帖的好习惯，才能书写出既符合规范又美观和谐、充满人文情怀的汉字来。

（五）巩固强化

1. 出示例字：皇、寺、杂、师、明、吴。

皇（略）。

寺：上部左右伸展，横向扩展，下部横短钩长，纵向取势。纵横交错，上宽下窄，上下合作，各有主次。

杂：左部“亲”的上横略向右伸，收笔在竖中线上，下两横及点的收笔宜收缩（不超过竖中线），以避让右部竖画。右部的撇斜插左部的空白（虚）处，使其让而不犯。

另：“杂”的左部变化了，写成“亲”字，与标准繁体字不一致，属帖写字。书写时要提醒学生注意“亲”部宜左放右收，右部左收右放，使左右组合后不空、不松、不散。

师：左窄右宽，左高右低，收左让右。左右两部向上部靠拢，虽避让却交流，使左右之间的内在联系跃然纸上，这是书家对汉字人格化的表达，是书家人文情怀的释放。

明：左短右长，上部平齐，左小让右大。左部“目”最后用横包竖，且向右上倾斜取势，有与右部交流之态。左部收缩让右部，偏旁让主体，主次各显。

另：需说明的是，古字中的“明”左部为“目”或“囧”，现已简化为“日”。

吴：避让关系与“皇”相同。以上小让下大。口部宜小让“天”。两部之间的横向距离要匀。“天”部的第二横左右延伸取势，最后的两笔起支撑作用。

2. 巩固练习

将“练习页”中另两个字“师、吴”书写完成后，选择 4–5 人，进行课堂分析，并将优秀作品张贴展示在班级《书法园地》栏内。

（六）知识拓展

1. 问题提出：汉字的和谐美，不仅注重笔画的规范、准确，更要强调偏旁与部首之间、上下左右之间的相互避让、收缩、穿插等关系的处理，让最美的人文情怀，蕴藏于笔端，跃然纸上，这是每位书家都十分重视的书写法则，这也是中国书法的精神内核。

2. 出示：颜体与赵体的“惟”，左窄右宽，左收让右，右部撇画斜插左部点下，避让关系十分明了。

3. 走近名家：欣赏毛泽东豪放的书法作品《忆秦娥·娄山关》。

毛泽东的狂草笔法精致，字势奔放，充满激情。其作品中最为突出的是通篇字形大小、欹正、收缩、避让表现得淋漓尽致，精气神达到了完美的统一。此幅草书作品《忆秦娥·娄山关》，将收缩避让的结字规律，拓展到章法布局，得到了进一步的提升。

四 参考资料

收缩避让（教学片段）

1. 观察发现。

出示三个不同结构比例的范字“皇”。



师：同学们，在我们的眼前有三个结构形式不同的“皇”字，观察后请说出自己最欣赏的那个字。

（一般选择第二或第三个例字的较多，此时教师不急于公布结果，让学生在第二环节“分析讲解”中得出结论）

生：第一个“白”部大，“王”部小，上大下小，头重脚轻，不够稳重，也不美观。

生：第二个“白”部小，“王”部大，上小下大，比较匀称。

生：第三个“白”与“王”部比例对等，上下相等，欠变化，缺生机，显呆板。

师：通过同学们的观察分析，我们发现，文字要表现出她的美感，除了要写好各种笔画，还要从字形结构上进行布局。“皇”字为上下结构，“白”宜小宜扁、收缩上移，给下部“王”字留下足够位置（或空间），即上部让下部。

师：板书“收缩避让”。

2．分析讲解。

师：今天这一节课我们重点学习“皇”字是如何收缩避让的。请同学们读帖分析。

生：“白”部的撇在竖中线的左侧起笔，一竖在左半格中部落笔，向右下斜行，横折向左下斜行，“白”部上开下合；下部“王”字稍大，宜宽、舒展，特别是最后一横在底部左右延伸，起承托作用，呈上收下开状，与上部开合对应，就像我们人体的腰势，收放优雅，凹凸自然，美观和谐。

启发延伸：将生活中的谦让关系与书法避让原理相联系，加深对书法内含的人文情怀的理解。

3．练习指导。

教师巡视指导，播放古筝或古琴乐曲。

提示：注意观察横的组合变化，从长短、轻重、走向等三个方面分析。

4．小结延伸。

教学反思

从本节课的课题就可以看出，中国书法之所以成为华夏民族的艺术瑰宝，东方文明的宝贵财富，是因为书法艺术蕴藏着丰厚的人文内涵。“收缩避让”这一极具人性的美学特质，被充分应用于书法活动中，使本用来记录语言的文字符号提升为极具人格化的高雅艺术。所以，学习书法，要领悟书法的精神内涵，提高对书法艺术的审美能力。切不可将书法教学变成写字练习！

9 疏而不散





一 教材说明

本课共 4 页内容。

第 37 页以例字“七”说明笔画较少的字，要将笔画安排得内紧外松，疏而不散。具体写法是：“七”横画长而轻，竖弯短而重，结字的要领是横向伸展，纵向收缩，重心平稳，聚而不紧，疏而不散。下方的四个例字，再一次强调，笔画虽少，但书写时要把握好字的重心，中宫收缩是关键。

第 38 页“写法提要”出示的“玉”和“之”两个例字，揭示了先紧凑后舒展，张弛有度、疏而不散的结字规律，“欣赏与探究”以欧颜柳赵四家的两个例字“十、七”，展示出不同名家对“疏而不散”这一结字规律的具体应用。特征鲜明，个性彰显，对不同笔性的学生有启示引领作用。

第 39 页的“习字指导”六个不同的例字，虽结构形式各异，但均须遵循“疏而不散、重心平稳”这一原则处理各笔画，即以竖中线为中心或先放后收，或先收后放，合理安排各笔画，即可达到“疏而不散”的结字要求。集知识的巩固强化、拓展应用于一体。

第 40 页，“书法常识”——背临，是书法学习中临帖要求的第二阶段。通常临帖有对临、背临和意临三个阶段。背临是引导学生从被动的写字到入帖向神似（意临）过渡的重要阶段。要指导学生既能默写帖字的笔画形态，又能默

写帖字的结构特征。只有经过反复练习，才能加深对所学书体的笔法、墨法、结体等书风特征的理解和把握。



二 教学要求

1. 通过读帖赏析，了解笔画少的字的结字规律。

2. 运用“背临”技法，重点掌握中宫紧凑、重心平稳、疏而不散的结字规律。

3. 通过书写练习页例字，提高对汉字笔法、结构风格的理解和运用能力。



三 教学建议

（一）观察发现

1. 先出示例字“七”，然后将例字遮挡，进行说字“背帖训练”。

2. 说出这个字的笔画特征和结构特点。

笔画特征：横画较长，左右伸展，起笔在横中线的下方，收笔在横中线的上方，并且行笔时轻重变化明显；竖弯去钩且短而重。

结构特点：该字笔画较少（仅两画），横向取势。横画的倾斜度较大，起笔在横中线下方，收笔在横中线上方；竖弯的起笔在竖中线上，行笔略向右下倾斜取势。

（二）书法常识

名词解释：背临，即书写者对所临习的字帖，将它的用笔用墨、字形结构等一一熟记于心，然后把字帖收起，凭记忆默写。一般有两种方法：把字帖上的字全部临完，烂熟于心，再从头至尾默出来；另一种是随临随默。临熟多少字，就默写多少字。这两种方法可结合使用，最重要的是默写完后，要与原帖比对，揣摩与原帖的差距，经过反复练习，逐步提高对原帖笔墨、结构、章法的理解

和把握。

临帖一般有三个阶段：对临、背临和意临。背临是从对临的初级阶段向意临高级阶段的重要过渡，也是从形似迈向神似的有效技法。

（三）分析讲解

“七”字笔画较少，横向较长，而竖弯短、重。全字围绕中心向外拓展，内紧外松，疏而不散，重心平稳。对笔画少的字，书写时要中宫紧凑，外围的笔画要舒放，把握好重心，字就不容易写散。

（四）背临实践

准备一张水写纸或水写布（有米字格），现场书写练习。

（五）巩固强化

1. 出示“习字指导”的六个字。

七：（略）

共：上部三画向中宫收紧，且与一长横不连接，有虚实对比的视觉效果，紧而不滞，真正做到了内紧外松、疏而不散的结字要求。

止：笔画疏朗，布白匀停。主竖画位于竖中线上，由重到轻，一横在横中线的上方，由轻到重，左短竖由重到轻，并且向右下倾斜，有中宫紧密之态。疏而不散，重心平稳。

玉：三横左放右收，竖画居中线，最后一点厚重、右展，起平衡作用。全字左密右疏，静中有动，密而不滞，疏而不散。

之：上部三个笔画似断却连，即笔断意连，向字心取势聚气，撇画收笔直指捺的起笔，且前三画都在横中线的上方，而捺画平缓向右下舒展，上收下放，张弛有度。

不：所有笔画围绕中间一竖画外延伸展。横平竖直，竖画直中有曲，撇、点以竖画为轴心向左右展开，中宫紧凑，外延疏朗。

2. 巩固练习。

将“练习页”中的三个例字先仿影，后对临，再背临，然后进行自评或互评，最终教师终评，将最佳作业张贴于班级的《书法园地》。

（六）总结

中国书法，以单一的黑白线条组合，凭借书写者纯熟灵动的笔法技巧和张弛有度、疏密交融的布局构思，创造出黑白相间、虚实相生、独特高雅的艺术形式，撞击着观赏者的视觉感官，给人以美的陶冶。要通过读帖赏析，学会并

应用“背临”技法，提高对例字笔法、结构风格的理解和运用能力。

四 参考资料

资料一：

书法家启功

启功（1912—2005），自称“姓启名功”，字元白，也作元伯，号苑北居士。雍正皇帝的第九代孙。中国当代著名书画家、教育家、古典文献学家、鉴定家、红学家、诗人，国学大师。

欣赏启功的书法作品，总要联想到他对碑帖的精深研究，因为他对碑帖的研究和他的书法艺术成就有着不可分割的联系。碑帖之学是明清两代兴起的一门学问，他就是这片园地的开拓者之一。这门学问约分为两类：一是研究其中历史资料，以碑刻文辞证史补事，或校读文辞；二是赏鉴、研究其书法艺术。启功先生兼于两者，更精于后者，他在两者之间融会贯通，其方法突破前人藩篱。“买椟还珠事不同，拓碑多半为书工。滔滔骈散终何用，几见藏家诵一通。”他写这首诗是有感于过去多少鉴赏家重视碑帖的书法，而对其中文辞却往往视而不见。

资料二：

疏而不散（教学片段）

1. 观察发现。

师：出示例字“七”，然后将例字遮挡，进行说字“背帖”训练。

说出这个字的笔画特征和结构特点。

生：笔画特征：横画较长，左右伸展，起笔在横中线的下方，收笔在横中线的上方，并且行笔时轻重变化明显；竖弯去钩且短而重。

生：结构特点：该字笔画较少（仅两画），横向取势。横画的倾斜度较大，起笔在横中线下方，收笔在横中线上方；竖弯的起笔在竖中线上，行笔略向右下倾斜取势。

2. 书法常识。

师：刚才给同学们运用的是“背帖”技法，目的是培养我们的观察能力和语言表达能力。

同样，背临，即书写者对所临习的字帖，将它的用笔用墨、字形结构等一一熟记于心，然后把字帖收起，凭记忆默写。一般有两种方法：把字帖上的字全部临完，烂熟于心，再从头至尾默出来；另一种是随临随默。临熟多少字，就默写多少字。这两种方法可结合使用，最重要的是默写完后，要与原帖比对，揣摩与原帖的差距，经过反复练习，逐步提高对原帖笔墨、结构、章法的理解和把握。

临帖一般有三个阶段：对临、背临和意临。背临是从对临的初级阶段向意临高级阶段的重要过渡，也是从形似迈向神似的有效技法。

3. 分析讲解。

师："七"字笔画较少，横向较长，而竖弯短、重。全字围绕中心向外拓展，内紧外松，疏而不散，重心平稳。对笔画少的字，书写时要中宫紧凑，外围的笔画要舒放，把握好重心，字就不容易写散。

4. 背临实践。

准备一张水写纸或水写布（有米字格），现场书写练习。

教师现场指导，重点提示：颜体书风的笔画特征和字形结构，不能当成默写规范字。

教学反思

"疏而不散"是讲述笔画少的字要遵循的结字规律，其重点应放在处理重心平稳这一原则上。本节课采取"背临"的形式，有助于学生加深对这一原则的理解。

学习与运用（三）
——学习书写中堂





一　教材说明

本课共 2 页内容。

第 41 页的内容包括中堂名词解释、资料链接，展示了启功和钱沣两位书法家的中堂作品，说明中堂的内容有的较多，有的较少。

第 42 页的“互动平台”板块，特别提示：书写中堂要准备哪些材料和工具？中堂的内容写什么合适？尝试写一幅中堂，然后大家相互交流。这些是教学重点。

二　教学要求

1. 了解中堂幅式的章法、内容和字数等知识。

2. 尝试进行中堂作品的书写练习。

3. 通过名家中堂作品的欣赏，提高鉴赏能力，激发学书兴趣。

三 教学建议

（一）观察发现

观察“资料链接”，欣赏启功和钱沣两位书法家的中堂作品，说明中堂的内容有的较多，有的较少，了解书法作品基本要求。

（二）名词解释

书法格式中的中堂，是指以竖式悬挂在厅堂正中的书法作品。其尺幅比较宽大，一般多用整幅宣纸为之。常用的大多为三尺中堂、四尺中堂、五尺中堂等。

（三）书写要求

中堂的文字内容有的较多，有的较少，根据具体要求而定。

因为尺幅比较大，需要书写者具有较精熟的技法和整体把控布局的能力。书写时要处理好正文与落款的主次关系，切忌喧宾夺主。初学者可先书写一些章法布局简单些的作品。

（四）作品欣赏

出示不同形式和风格的中堂格式，激发创作激情。

（五）创作展示

由于中堂创作需要较大的空间和较高的书写水平，教师可根据学生的实际水平，挑选1–2名学生进行现场表演，其他学生可回家练习，在下节课展示分享。

（六）习作点评

将1–2名学生的中堂习作悬挂在黑板中央，引导学生分析：先从作品的整体布局分析其安排的合理性；第二步从书写的笔法法度上深入解析；第三步要特别强调墨法的变化，即墨色的枯、湿、浓、淡、焦五色变化。

四 参考资料

资料一：

中堂知识

中堂也称堂幅，是悬挂在厅堂中央，正对大门的墙壁上，尺幅较大的竖幅作品。

根据我国古式房屋的结构，中间的一间被称为堂屋。正对大门的墙面因其

位置重要、醒目，所以悬挂的作品尺寸宽大，一般多用整张宣纸不加剪裁书写而成。通常有四尺、五尺、六尺等，也有小于四尺的小中堂（三尺中堂），超过六尺的称大中堂。

中堂可以单独悬挂，也可以两边配置相应的对联。中堂的内容可以写诗、词、短文、警句、名言，也可只写一两个大字，内容不限。

中堂气势磅礴，宏伟壮阔，书写创作时应注意格式与内容相配，要使字与字、行与行之间疏密得当，大小参差，顾盼有情，充分体现出既庄重严整，又神采飞动、气脉相通的艺术效果。否则很可能会松弛散乱、杂乱无章，令人碍眼费神，失去美的艺术享受。

（选自《欧体楷书100讲》孙善华著）

资料二：

学习与运用（三）（教学片段）



（一）观察发现

师：大屏幕出示启功和钱沣两位书法家的中堂作品，说明中堂的内容有的较多，有的较少，了解书法作品基本要求。

说出这两幅作品的特点。

生：这两幅作品尺幅较大。

生：从作品的字数上看，启功的字数少，钱沣的字数多。

（二）书法常识

师：刚才同学们的观察力很准确。这两幅作品叫“中堂”。

师：介绍中堂知识

（三）书写要求

师：中堂的文字内容有的较多，有的较少，根据具体要求而定。同学们再仔细观察一下，这两幅作品的落款有什么特点？

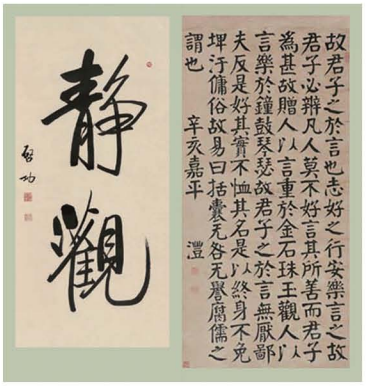
生：启功先生写的全名，钱沣的作品只落了名。

生：落款的位置都在作品的左边。

生：左边都钤了两方印，右上角都钤了起首印。

师：同学们分析得很全面。中堂因为尺幅比较大，需要书写者具有较精熟的技法和整体把控布局的能力。书写时要处理好正文与落款的主次关系，切忌喧宾夺主。钤印也十分讲究。只要我们平时留心观察名家的作品，就会有所收

获。当然对于我们初学者，可先书写一些章法布局简单些的作品，循序渐进，一定会有所成就！



教学反思

学习书写中堂，对于小学生来说有一定的难度。教师应多多鼓励学生，克服心理障碍，大胆尝试书写。作品点评，要从章法、笔法和墨法三方面进行。

10 密而不挤

一 教材说明

本课共有 4 页内容。

第 43 页上方米字格中是一个繁体字“宝”，笔画繁多、结构复杂，但密而不挤。下方是“禮（礼）、難（难）、藏、譬”四个字，均选自《多宝塔碑》，引导学生观察其特点：笔画繁多的字，笔画可以稍细一些，密而不挤，但每一笔画都要写清楚。



第 44 页上半部分是例字“隐”的“写法提要”，总共分为三个要点，详细地分解了结字规律。

第 45 页上半部分是“欣赏与探究”，例举欧颜柳赵四大家书写的“宝”字拓片，仔细观察书法名家书写的范字，通过观察比较可以发现这些字是如何体现“密而不挤”的。



第 44 和 45 页下半部分是“碑帖欣赏”，（相传）唐代书法家张旭草书《古诗四帖》，共 40 行，188 字，现藏辽宁省博物馆。通篇笔画丰满，行文跌宕起伏，动静交错，满纸犹如云烟缭绕，实

在是草书巅峰之作。

第46页“习字指导”中，安排了“寶、隱、麗、禮、藏、難”六个字，目的让学生在学习完笔画繁多、结构复杂的例字写法后，通过“习字指导”，感受结字规律，书写这类字时，做到密而不挤。



二 教学要求

1. 学习笔画繁多、结构复杂的字的写法，熟悉结字规律。

2. 通过描红、仿影、练习，进一步体验笔画和部件分布基本均匀。

3. 学会、写准横画较多的字，注意每画的间距。

三 教学建议

（一）观察发现

观察米字格里的“寶”（宝）字，它的上、中、下部形态、部位、大小比例，笔画比较：

上下：横中线以上的宝盖头覆盖下部，中部“王、尔”分左右合在一起，形扁，靠上。下部“贝”窄长，横画分布均匀。

轻重：基本是横画轻细，竖画粗重。

强调：结字规律中密而不挤的书法思想或精神：穿插避让，协调相处。宝盖头像个遮风挡雨的屋顶，中部与宝盖头要有相宜的空间，下部“贝”字在横中线处起笔，整个字紧凑而舒展。注意宝盖头和“贝”字横折处翻锋顿笔。行笔不要太快，提的动作运笔较轻快。“寶”上大下小，写出它的美观。当然，笔画繁多在不同的字中，结字形态亦有变化。

另外，让学生观察“禮、難、藏”和“譬”四个字，观察它们的结构，用书法的语言说出其特点（无论上下、左右结构的字，都要注意穿插避让，和平共处，密而不挤）。

（二）示范讲解

第 44 页“隐”的写法提要，是本课的重点及难点，写法分为四个步骤（动画演示）：1. 左耳旁要写窄，占字宽的四分之一。2.“隐”字右上部笔画要写得稍细而紧密。3. 右下部卧钩要舒展爽劲。4. 右部中间横画基本均匀。要求行笔都要中锋用笔。回锋收笔有的是空中收笔。笔画之间笔断意连，如打太极。

注意：左耳旁一竖是垂露，注意回锋收笔；转折处注意用笔节奏与提按，注意笔画之间的呼应关系，用笔从容稳健，笔画清楚。

（三）认真读帖

引导学生观察第 43 页的拓片（读帖）：“禮、難、藏、譬”四字中的短横和长横的形态有什么不同，以及其他笔画的安放与生动情态。

“禮、难、譬”的长横，起笔有方圆、粗细、大小之分；短横亦是。竖画相对较粗，协调美观大方。

（四）练习巩固

第 46 页“习字指导”部分，共六个字，“寶（宝）、隱（隐）、麗（丽）、禮（礼）、藏、難（难）”，都是笔画繁多、结构复杂的字。指导学生在有米字格的毛边纸上临写或在水写布上临写。要求临像：笔画、偏旁、部首、结构和书写整体风格一致。（播放背景音乐，可以是节奏舒缓的古曲如《渔舟唱晚》）

插入并复习书法常识：结字。（教师对每一种规律的范字进行现场演示或动画演示）让学生强化理解结字规律。结字法是一个字的点画安排与形势布置的方法。书法初学者写不好字绝大多数问题是出在结字上，结字不好，根本原因是没有深刻理解结字的基本规律并用这些规律来指导、检查个人的书写。结字无非是如何处理好字的变化与和谐关系。

古人对结字法多有心得，总结了许多好经验，如唐欧阳询的《三十六法》等，见解非常精辟。我们要求初学者掌握以下几条基本规律：1. 大小；2. 平正；3. 疏密；4. 匀称；5. 错落；6. 收放；7. 让就；8. 同异；9. 连贯。

练习页是对“习字指导”部分的巩固练习。黑色字是范例，红色字用于描红。教师应反复强调双姿。要求学生尽量描得准确，一笔成形，不可反复涂描。其中横画字注意要全部向右上倾斜，且横画之间的间距要大致相同，竖画相对粗重，对比强烈但要和谐。学生完成后先自评，再互评并及时上交，教师通过圈红圈、打分（百分制，5 分一个级差）等形式给予激励并反馈。可以把学生优秀作品张贴在班级书展栏内。

（五）学会欣赏

第44和45页的“碑帖欣赏”，传为唐代书法家张旭草书《古诗四帖》，共40行，188字，现藏辽宁省博物馆。狂草，是最为恣肆放纵的草书。其笔画简省连绵，常一笔数字，甚至一笔一行，隔行之间亦气势属连。由于其变化多端并运用了各种轻、重、疾、徐、浓、淡、枯、润的笔墨变化，能表达不同的情感、意象。《古诗四帖》通篇笔画丰满，行文跌宕起伏，动静交错，满纸犹如云烟缭绕，实在是草书巅峰之作。四首诗也是我国文化宝库中的奇葩。书法艺术美，诗的意境美，融为一体，给人以美的享受。

四 参考资料

学习“竇”密而不挤的写法（教学片段）

（一）分析结字规律：密而不挤

1. 行笔路线演示。

（1）先观看教材中“竇”字结构：宝盖头覆盖下部，中部形扁，靠上，下部繁体“贝”窄长，横画分布基本均匀。

（2）（观看动画演示）结合“竇”书写要点，注意观察动画里运笔过程中毛笔动作变化：起行收提按，各部分的分布，使之与要点逐一对应，穿插避让，协调和谐，结构紧凑，密而不挤。

2. 接着学生以右手食指为笔，按照“竇”书写要点，书空。

3. 观看教师示范“竇”。

体会运笔时的使转变化。（起笔、行笔、收笔，关注笔尖方向的变化）

体会运笔时的提按变化。（关注毛笔与纸面接触面积的大小，接触面积大则表示“按”得重，接触面积由大变小则为“提”。关注“横轻竖重”）

（二）学生描红一遍，临写一遍（听古曲练习）

1. 看：要先观察，认真读帖，结合米字格弄清横画起笔在什么位置，经过哪些地方，收笔在什么位置，横线条应该做到左低右高，横竖的线条粗细如何变化。让学生再次明晰笔画之间的形态——笔画之间紧凑而不拥挤，为描红做准备。

2. 练：强调姿势要求。要做到“描红盖红不漏红，仿影重影不出影”，行笔流畅，一次成形。

3. 教师巡视，提醒双姿，具体指导书写。

4. 临写一遍，老师巡视找出临写好的和不足的作业展示指导。

（三）汇报反馈（自我、相互评价，共同提高；老师评价，肯定成绩，找出不足）

1. 展示学生的描红和临写作业，由学生点评，教师相机点拨。

2. 根据存在问题，老师指正，学生再临习一遍。选几名学生（有代表性）作业展示或投影展示，再评价。

3. 总结："寶"笔画繁多，结构复杂，临写时，按照结字规律，笔画和部件落纸精准，而不拥挤。书写时，观察仔细，正确运笔（起笔、行笔、收笔），掌握字的大小，笔画的粗细。记住横轻竖重的特点，每一横都是略向右上扬，宝盖头像个遮风挡雨的屋顶，中部与宝盖头有相宜的空间，下部"贝"字在横中线处起笔，整个字紧凑而舒展。注意宝盖头和"贝"字横折处翻锋顿笔。行笔不要太快，提的动作运笔较轻快。"寶"上大下小，写出它的美观。整体应做到：穿插避让，协调相处，字形紧凑，分布均匀。

诗曰：密而不挤察之精，笔画繁多写分明。

教学反思

第一，学生书法基础参差不齐，既要雪中送炭又要锦上添花。引导学生观察教师（视频）书写的同时，学会评价，相互促进，整体提高学生书法学习水平。

第二，对于初学书法不久的学生来说，总结汉字结字规律很重要，让学生领悟科学的书写真谛。老师概括提供的书法常识，要做到言简意赅、朗朗上口、易于识记。

11 同字异形





一 教材说明

本课共有 4 页内容。

第 47 页上方有“于”的繁体字不同写法：於、扵。两字比较，让学生了解“于”的繁体字和异体写法的不同形态。本页下方呈现各两个“圣”和“道”，在《多宝塔碑》中，相同的字，形状都各不相同。在同一幅作品中，为了追求美感，如果出现两个（行草书两个以上）相同的字，最好不要雷同，以避免单调。引导学生观察繁体“於”和异体“扵”的不同写法。

第 48 页上半部分是“師”（师）的“写法提要”。“師”的写法共分为两个要点：左边部件，竖向笔画有的直，有的带有弧度；右边部件，横画有的写成左尖横。老师要详细地分解它们的写法，便于学生准确把握。

“欣赏与探索”部分是欧体、颜体、柳体、赵体的繁体“圣”字，通过比较可以发现同一个字，名家们的书写有所不同，虽然“圣”中的横竖粗细和姿态各有特点，但都和谐美观。

第 49 页“习字指导”中，安排了“道、于、师”的繁体、异体字，目的是强化学生“同字异形”的认识后，通过解读、练习，感受“同字异形”的写法。

第 50 页是“走近名家”，让学生了解“当代草圣”林散之，感受他的书法风采。

二　教学要求

1. 学习“同字异形”的写法，知道为什么要“同字异形”，初步了解“欧颜柳赵”的笔法、结字的异同。

2. 通过描红练习，进一步感受逆锋起笔、中锋行笔、回锋收笔和“钩撇捺”出锋收笔的用笔方法。

3. 初步感知“同字异形”的结构美。

4. 养成仔细观察古人“同字异形”写法的习惯。



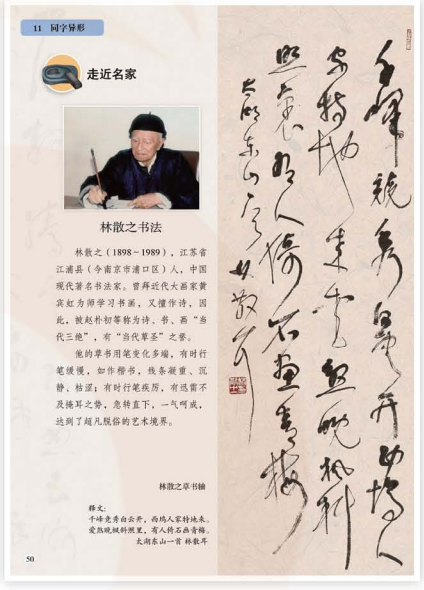
三　教学建议

（一）观察发现

分析“道、於、師”的同字异形各自特点。

相同点：结字点画圆整，书写恭谨诚恳，字字端庄秀丽。

不同点：“道、於、師”的同字异形（见教材 49 页）。观察、比较：它们之间有什么相同点和不同点？



注意：书写时首先是姿势正确，两腋打开，不要夹肘。然后是笔画，《多宝塔碑》的用笔还是很传统的，欲横先竖，欲竖先横。藏锋露锋全用。横画细，竖画粗，行笔中锋、侧锋都有。长横行笔如行云流水，收笔斩钉截铁。中撇以啄法居多。捺笔常一波三折。颜字常以竖笔和捺笔为主笔，主笔行笔一定要稳，不求快。在用笔上要根据笔画有快有慢，要有节奏。

另外，“道”的横画法还是很丰富的，大多数写得清挺飘逸，以配合竖笔捺笔的凝重，使整个字看起来雄强秀美。横画也是变化最多的笔画，临习时不要草率，不然就会东施效颦了。

（二）讲解示范

第 48 页“写法提要”的“師”，是本课的重点及难点。颜体字，浑厚深沉、遒劲老到，注重藏锋和中锋行笔，结体宽博大气，笔画中正平稳，首先是长竖的写法，分为三个步骤（动画演示）：

第一步：笔垂直按下，按下后笔尖是朝向左下方的。

第二步：顺势向右（右下）行笔（欲竖先横），在小的笔画上有笔意就可。

第三步：再向下拉笔。其他笔画以此类推。

单字结构，在颜字结构中重心居于中上，突出主笔。笔画多的字常以横画细，竖画粗来处理，但不是笔笔如此，要有变化。

“師”（1）、“師”（2）的第一竖（书法写类似此偏旁的竖往往第一笔“丿”省略）有悬针竖和垂露竖两种，其写法是，逆锋起笔，稍顿，中锋下行，悬针竖行至末端缓缓出锋，垂露竖行至笔画末端顿笔回锋。

老师示范：注意到“師”（1）的让右字形。左竖略外弯，右边三竖间距均匀，中间悬针竖下伸。“師”（2）写法与前字基本相同。但左边竖较直，全字横画较粗，笔画饱满。

1. 逆锋（藏锋）起笔。要领是与笔画行走的方向相反，长竖的具体写法是用笔尖向左上方轻挑入纸。

2. 折笔向右下，按笔。要领是接上一笔画向右下方向按笔。

3. 行笔。要领是稍提中锋向下行笔。即笔锋要在笔画中间行走，行笔时略提，速度稍快。

4. 至竖画末端稍驻再向下作顿笔。

5. 垂露竖向左上（或右上）回锋收笔；悬针竖行至末端缓缓出锋。往左上回锋，笔尖回到长横末尾按笔的起笔处即可。

注意：按完笔准备行笔时，应中锋行笔。回锋收笔时注意用笔节奏与提按，避免学生“画”出回锋效果。还要注意颜体字的竖画较为粗壮饱满，中间部分不能写成蜂腰。

（三）学习读帖

第 48 页“欣赏与探究”部分，读帖，观察欧颜柳赵四大家所写的“聖”，形态有什么不同？

通过比较可以发现同一个字，名家们的书写有所不同：第一横，颜体是一横较长，盖住两竖，欧、柳、赵体的第一横没有盖住第一竖，留有缺口；“口”

字部分颜体和柳体是全封闭，而欧体和赵体左上方留有缺口；欧、颜、柳、赵体“聖”下部的“王”第一笔斜势，欧颜取横式，柳赵走撇式；最后一笔都是长横，腰细并且向上稍拱起，写好这一笔，长横的两端要顿笔；在行笔的过程中，有提的动作且运笔较轻快，这样书写看上去美观。

（四）练习巩固

第 49 页“习字指导”部分，“道、於、師”的同字异形字，经过细心解读，老师示范指导，学生认真练习。练习页要求学生尽量描得准确，一笔成形，不可反复涂描。点横竖撇捺钩要注意所分割的位置和形态。“道”横画之间的间距、“師”右边竖画之间的距离要大致相同。学生完成后先自评并及时上交，教师通过圈红圈、打分（百分制，5 分一个级差）等形式给予激励并反馈。可以把学生优秀作品张贴在班级书展栏内。

第 50 页为“走近名家”。（播放视频）让学生了解“当代草圣”林散之。

林散之（1898—1989），名霖，又名以霖，字散之，号三痴、左耳、江上老人等，诗人、书画家，尤擅草书。林散之是“大器晚成”的典型，数十年寒灯苦学，滋养了其书之气、韵、意、趣，使之能上达超凡的极高境界。赵朴初、启功等称之诗、书、画“当代三绝”，他还被誉为“草圣”，他的草书被称为“林体”。

四 参考资料

学习“師”的写法（教学片段）

（一）分析“師”的笔法：主要是竖和横的写法

行笔路线演示（参照前文）。

（二）学生描红一遍（听音乐练习）

1. 看：要先观察，认真读帖，结合米字格弄清教材中的“師”，横、竖画起笔在什么位置，经过哪些地方，收笔在什么位置，竖、横的线条粗细如何变化，“師”最后一笔悬针竖的落幅（米字格）的走笔和长度。让学生再次清晰认识竖、横画在字里的形态，为描红做准备。

（“師”有悬针竖和垂露竖两种，前面已讲。略）

2. 练：注重姿势要求。要做到“描红盖红不漏红，仿影重影不出影”，行笔流畅，一次成形。临写，要看准、写稳，对照比较，找出不足。

3. 教师巡视，提醒双姿，具体指导书写。

（三）汇报反馈（自评、互评、师评，促进提高）

1. 展示学生的描红作业，由学生点评，教师相机点拨。

2. 根据存在问题，学生再临写一遍。

3. 总结："師"有悬针竖和垂露竖两种，其写法是，逆锋起笔，稍顿，中锋下行，悬针竖行至末端缓缓出锋，垂露竖行至笔画末端顿笔回锋。"師"的多个横，写出各自的神采。（过渡到同字异形的"師"）。

诗曰：同字异形写神采，美观大方字和谐。

教学反思

第一，观察、比较很重要，要学会观察，找笔画特点和笔法规律，认真观看教师（视频）的书写，能够让学生科学地掌握书写的方法。

第二，以书写实践（临写）为重点，并通过积极评价、及时指导，纠偏，促进提高学生书写水平与审美能力，不断扎实基础。

书法教学要求及常识小贴士：

一、掌握正确的写字"双姿"和书写习惯。

二、学习基本的结字规律和书写要求。

三、培养良好的写字兴趣和书写信心，提高审美能力。

12 随形赋态





一 教材说明

本课共有 4 页内容。

第 51 页上方米字格中有两个字，一个是“小”，一个是繁体字“飞”。“小”字笔画少，繁体字“飞”笔画多。中国汉字丰富多彩，汉字字形有长有扁，有方有圆，有大有小，各不相同。书写时要顺其自然，不刻意改变，这就是“随形赋态”。所以，“小”字与其他字在一起时，字形略小，但笔画更饱满。繁体字“飞”字笔画较为细密。

第 52 页上半部分是“写法提要”，例字是“血、香”。写好“血”字分为四个要点：“血”字形扁；短撇变短横；底横长；竖画粗短。写好“香”字分为三个要点：上宽下窄；上部撇、点舒展；下部“日”收缩。

52 页下方是“欣赏与探究”，列举欧体、颜体、柳体、赵体的“来”字，仔细观察书法名家书写的范字，通过观察比较可以发现欧颜柳赵四位书家“来”字的不同风格。赵体“来”字与欧颜柳的“来”比，最明显的特点是一捺变成捺点。

第 53 页“习字指导”中，安排了“小、飞、血、香、以、身”六个字，目的让学生在学习并知道“随形赋态”的例字后，通过“习字指导”，感受结

字规律，遇到书写笔画繁多或笔画少的字，及有长有扁、有方有圆、有大有小的字，做到随形赋态，书写精彩、和谐。

第 54 页是“走近名家”，介绍郭沫若颇具特色的书法风格。



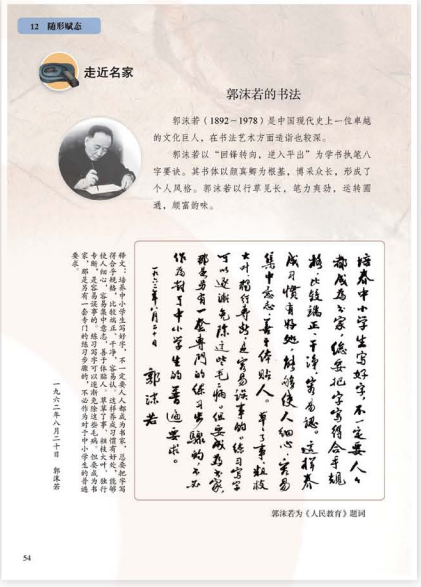
二 教学要求

1. 学习“笔画少、笔画多”的字“随形赋态”的书写，熟悉结字规律。

2. 通过描红、练习，进一步体验笔画和部件分布安排，字形该小的小，该大的大。

3. 特别注意笔画少的字更饱满，笔画多的字笔画紧密。

4. 仔细观察，注意穿插协调，字形紧凑，既不拥挤，也不松散。字的大小长扁精彩纷呈。



三 教学建议

（一）观察发现

观察米字格里的“小、飞、血”，对它们的形态、部位、大小比例、笔画进行比较：

上下：“血”，短撇变短横，横长竖短，字呈扁梯形。“飞”，笔画多，字形方正、高大。

轻重：“小、飞、血”，它们的形态各不相同，通过笔画轻重变化写出它们的美观。

当然，笔画繁多在不同的字中，结字形态亦有变化。

另外，让学生观察“香、以、身”三个字，观察它们的结构，用书法的语言说出其特点（无论上下、左右或独体结构的字，都要注意随形赋态）。

（二）示范讲解（以“飞”为例）

“飞”是繁体字，它的写法提要，是本课的重点及难点，写法步骤（视频演示）：

1. 先在米字格上方写第一个“飞”字；2. 再在米字格左边合适的位置写点

和撇（一短撇一长竖撇丿，颜真卿写成点撇）；3. 再写一个“飞”字，注意横画要稍长；4. 最后写一长竖；5. “飛”，字形方正，中紧外松，点画繁多，故笔画较细，布白要匀称，笔画多字形可略大。

注意：记住（一般来说）最后写一竖，其他笔画按照你的感觉依次写就没错（也有书法家不是这个顺序，学生可作了解）。“飛”字笔画多，注意笔画之间的呼应关系，用笔从容潇洒，劲挺飞动优雅。

（三）认真读帖

第53页，引导学生观察每一个字笔画的粗细和位置（动画演示）：“小、飛、血、香、以、身”六个字形态有什么不同，其他笔画的安放与生动情态。横竖撇点，形态各异，字形有长有扁、有方有圆、有大有小，虽然形态变化多样，但协调美观大方，精彩纷呈。

（四）练习巩固

第53页“习字指导”部分，共六个字，“小、飛、血、香、以、身”。指导学生在水写布上临写，基础好、进步快的学生蘸黑墨在有米字格的毛边纸上临写。要求：临像。笔画、偏旁、部首、结构和书写整体风格一致。（播放背景音乐，可以是节奏舒缓的古曲如《渔舟唱晚》或其他古琴曲）

继续插入并复习书法常识：结字。（教师对每一种规律的范字进行现场演示或视频、动画演示）让学生强化理解结字规律。

练习页是对“习字指导”部分的巩固练习。黑色字是范例，红色字用于描红，空白米字格是临写。

老师反复强调双姿、用笔：要求学生尽量描得准确，一笔成形，不可反复涂描。其中横画字注意要全部向右上倾斜，且横画之间的间距要大致相同，点横撇竖要和谐。学生完成后先自评，再互评并及时上交，教师通过圈红圈、打分（百分制，5分一个级差）等形式给予激励评价并反馈。可以把学生优秀作品张贴在班级书展栏内。

四 参考资料

学习“飛、小、血”随形赋态的写法（教学片段）

教学理念：

以提高汉字软笔书写能力为基本目标，以正确的书写实践为基本途径，以

适时的科学评价和发展性的积极评价促进提高学生书写水平与审美档次为基本手段。

（一）分析结字规律：随形赋态

1. 行笔路线演示。

（1）“小”，竖短，两点分开，字呈菱形，字小，笔画丰满。

（2）观看动画，结合“飛”书写要点，注意观察动画里运笔过程中毛笔动作变化：起行收提按，各部分的分布，使之与要点逐一对应。“飛”，字形方正，中紧外松，点画繁多，故笔画较细，布白要匀称，笔画多字形可略大。

（3）“血”，短撇变短横，横长竖短，字呈扁梯形，顺其自然。

2. 接着学生以右手食指为笔，按照“小、飛、血”书写要点，书空。

3. 观看教师示范“飛”。

从投影看，从视频看，注意运笔时的使转、提按变化，关注不同字的“随形赋态”。

（二）学生描红一遍，临写一遍（听古曲练习）

1. 看。

2. 练。

3. 教师巡视，提醒双姿，具体指导书写。

4. 临写一遍，老师巡视，找出临写好的和不足的作业，当堂展示指导。

（三）汇报反馈（自我、相互评价，共同提高；老师评价，肯定成绩，找出不足）

1. 展示学生的描红和临写作业，由学生点评，教师相机点拨。

2. 根据存在问题，老师指正，学生再临习一遍。选几名学生（有代表性）作业展示或投影展示，再评价。

3. 总结：“飛”笔画繁多，结构复杂，“小”字笔画少，临写时，按照结字规律，笔画和部件落纸精准，疏密有致。书写时，观察仔细，正确运笔（起笔、行笔、收笔），掌握字的大小，笔画的呼应。大小自然，协调相处，字形紧凑，分布合理。牢记“小”，竖短，两点分开，字呈菱形，字小，笔画丰满。“飛”，字形方正，中紧外松，运笔过程中毛笔动作走势：起行收提按，各部分的分布，使之与要点逐一对应。点画繁多，笔画较细，布白要匀称，笔画多字形可略大。

诗曰：随形赋态写好字，精彩纷呈见珠玑。

教学反思

第一，学生书法课时间有限，既要学习笔法，也要懂得结字规律（结字之美）。引导学生观察教师（视频）书写的同时，学会评价，学会审美，整体提高学生书法学习水平。

第二，对于六年级学生来说，要基本掌握楷书基本笔画规律，让学生夯实书写的基础。

教师概括提供的楷书基本笔画书写规律如下：

笔画是构成汉字的基本元素。要想写好字，首先就要写好笔画。古人说："一点失所，若美女之眇一目；一画失所，如壮士之折一肱。"充分说明了笔画质量与字的整体美的关系。汉字常见的基本笔画共有 28 种，见下表，每一类笔画的写法都是有规律可循的。

笔画	名称	例字	笔画	名称	例字
丶	点	六	𠃌	竖提	民
一	横	十	𠃍	横钩	农
丨	竖	中	𠃎	横折	口
丿	撇	八	𠃏	横折钩	月
乀	捺	人	𠃐	横撇	水
𠂉	提	虫	𠃑	撇折	去
亅	竖钩	小	𠃒	撇点	好
乛	弯钩	子	𠃓	横折弯钩	九
𠃊	斜钩	我	𠃔	竖折	山
𠃋	卧钩	心	𠃕	竖折折钩	马
𠃌	竖弯	四	𠃖	横折折撇	边
𠃍	竖弯钩	儿	𠃗	横撇弯撇	那
𠃎	横折提	话	𠃘	横折折折钩	奶
𠃏	横折弯	船	𠃙	竖折撇	专

出自教育部颁布的《中小学书法教育指导纲要》

学习与运用（四）
——学习书写毕业留言





一　教材说明

本课共有 2 页内容。

第 55 页有学习书写毕业留言的“书写提示”，有一幅集赵孟頫字的横幅：今天我为母校骄傲，明天母校为我自豪。用繁体字书写。“天、我、为、母、校”分别出现两次，都注意到相同字的不同写法。书法家们在写书法时，在同一幅作品中，为了追求美感，如果出现两个（行草书两个以上）相同的字，一般都不雷同，以避免单调。引导学生观察相同字和“明”的不同写法。

有三点提示：一是内容以感谢学校、感谢老师培育之情为主；二是可采用不同的幅式书写，如条幅、斗方、横幅；三是可先用碑帖集字，再练习创作。

第 56 页是“尝试练习”。斗方写的“感谢师恩”，从右向左写，集颜真卿字，有落款标记，横幅写的“学友情深”，从右向左写，集米芾的字。要求学生（集字）写一幅字，表达离别之情，送给学校或喜爱的老师、同学。

二 教学要求

1. 复习“结字规律”,知道为什么要“密而不挤”“同字异形”和“随形赋态”。回放“欧颜柳赵”的笔法、结字的异同。

2. 感受集字的妙用，学习集字方法。学会从古帖中根据需要集古人的字。

3. 创作书法作品作为毕业赠礼。注意书法作品的完整性。

三 教学建议

（一）讲解示范

第 56 页“尝试练习”，是本课的重点及难点。选择一家集字，了解特点和写法。尝试练习（创作）分为四个步骤（视频演示）：

第一步：选择作品创作幅式（条幅、斗方、横幅等），可以折格子。

第二步：决定书写内容（积极、健康，表达离别之情，赞美、激励、共勉的词句）。

第三步：综合运用所学知识、技艺和能力，落幅展示。

第四步：指导落款盖章。追求一幅作品的完整性，有更多的审美趣味。

落款：古代多在书信、字画上题字，用毛笔竖写姓名年月，用以赠送礼物时表明赠送人和受赠人,也为书法艺术的一种表现形式。落款有“双款”“单款”两种。双款是将书赠对象与书写者分别落在上方和下方，前者为上款，后者为下款。上款写明作品内容的名称、出处、受赠人的姓名；下款记述创作年月、创作地点、作者姓名等。上款:位置应比较高，以示尊敬之意，包括姓名、称呼、谦词。下款：写时间、地点、姓名、谦词。

盖章：盖章又称钤印，是书法作品完成的最后一部分。一般来说，盖章的位置在落款下面半个字空左右,不能低于正文,所以落款的时候,要提前安排好,预留印章位置。还有引首章，盖在作品右上侧的边缘空白处，略低于正文第一字的位置最佳。

老师示范：分别示范至少三种幅式，也可以事先准备好几种不同的幅式。老师条件具备可以分别集几家字示范。

注意：从审美的角度创作示范，注意作品的完整性，指导学生尝试练习。各个关键点要交代清楚。注意结字规律。

（二）选帖集字

欧、颜、柳、赵任选一家。集字风格一致，相同的字注意选择同字异形。名家们的书写有所不同，因人而异。理解欧颜柳赵四大家各有风格，尝试练习时心中有标尺。

（三）尝试练习

综合运用所学书法技能，认真创作。老师巡视指导。学生完成后先展示，老师评价。

四 参考资料

尝试练习（教学片段）

（一）尝试练习的准备

1. 选择字体与集字。

（1）选一家字体；

（2）老师讲解。

2. 学生仔细观察、内化。

3. 观看教师示范。

从集字和书写看，体会书写时的各种技能运用。

从整体看，学习一幅完整书法作品的创作步骤。

（二）学生尝试（听音乐练习）

1. 定内容：积极健康，符合离别之意。这与语文知识运用分不开。

2. 练写：注重姿势要求，做到知识性、准确性、情感性的综合运用。

3. 教师巡视，提醒双姿，具体指导书写。

（三）汇报反馈

1. 展示学生的创作作品，学生相互学习，教师相机评价。

2. 根据存在问题，学生可以再尝试一下。

主　　编　齐　昆　李　亮

编　　委　王伟林　吴　勇　刘有林　聂国桢　黄同诞　张敬义　陆亚鸿
苏金海　许小刚　林　虹　朱志明　李　响　陈小平　马建明
陈　萍　徐晓思　侯友成　蔡　艳　张　静　汪　峣　周　彦
郑　凛

本册主编　陈　萍

本册编写　陈　萍　刘咏春　马　琴　孙善华　徐晓思

责任编辑　陈佳帆　王　娟

责任校对　郑　凛

设计制作　奇奕科技

书法练习指导

教师教学用书