

SHUFA LIANXI ZHIDAO



义务教育三至六年级

# SHUFA LIANXI ZHIDAO 书法练习指导

(实验)

三年级 下册

义务教育三至六年级

书法练习指导(实验)

三年级下册

广东教育出版社



广东教育出版社



定价: 5.21元

广东教育出版社



绿色印刷产品

批准文号: 粤发改价格[2017] 434号 举报电话: 12358

义务教育三至六年级

SHUFA LIANXI ZHIDAO


# 书法 练习指导

(实验)

三年级 下册

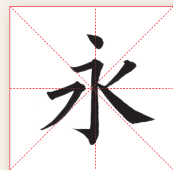
广东教育出版社课程资源研发中心 组编

主编：曹宝麟  
执行主编：应中伟 吴慧平

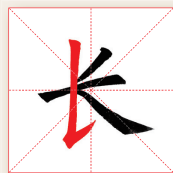
 广东教育出版社

· 广州 ·

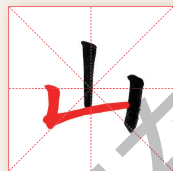
# 目 录



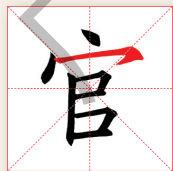
第1课 永字八法……………1



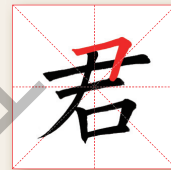
第2课 竖提练习……………3



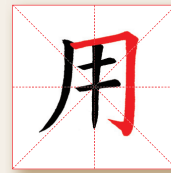
第3课 竖折练习……………7



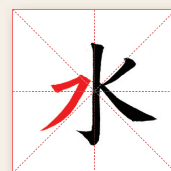
第4课 横钩练习……………11



第5课 横折练习……………15



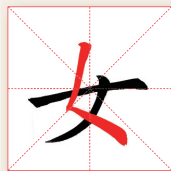
第6课 横折钩练习……………19



第7课 横撇练习……………23

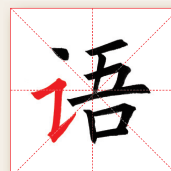


第8课 撇折练习……………27



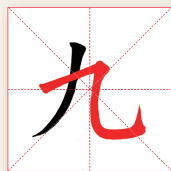
第9课

撇点练习.....31



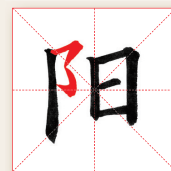
第10课

横折提练习.....35



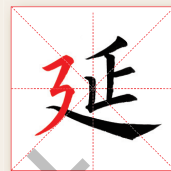
第11课

横折弯钩练习.....39



第12课

横撇弯钩练习.....43



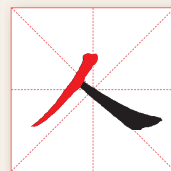
第13课

横折折撇练习.....47



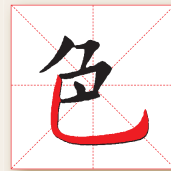
第14课

我来学欧体.....51



第15课

欧体笔画练习（一）...53



第16课

欧体笔画练习（二）...57

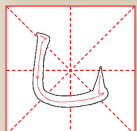
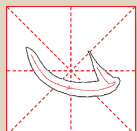
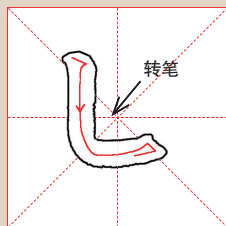
# 永字八法



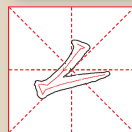
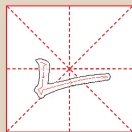
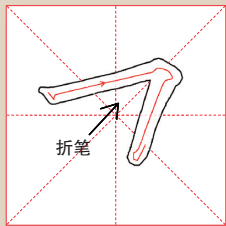
我发现“永”字的有些笔画，是通过转折连接在一起的。

## 我会转和折

笔锋圆转运行，就写出了竖弯、卧钩等笔画。



与转笔不同，折笔转折的地方都呈方形。通过按笔调锋，就能写出这样的效果。



点、横、竖、撇、捺、提、钩，是汉字的基本笔画。古人认为“永”字集中体现了楷书基本笔画的写法，并归纳出这些笔画的书写要诀，称为“永字八法”。

点，如鸟之翻然侧下



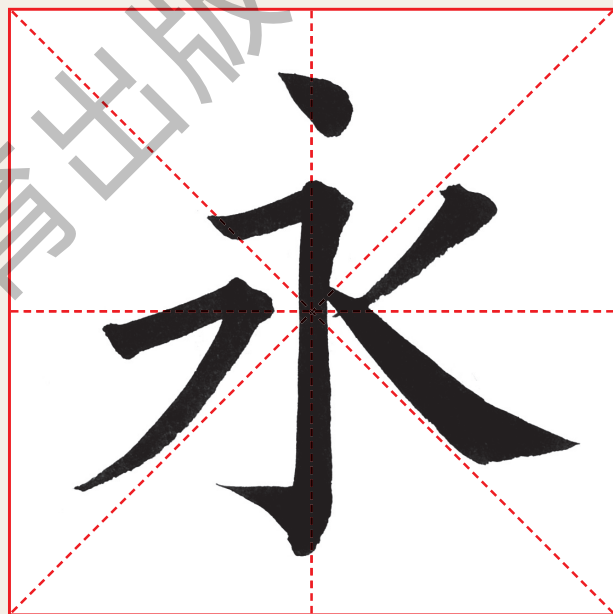
横，如勒马之用缰



提，如策马扬鞭之势



撇，如用篦（bì）掠发



竖，如用力拉弓之势



短撇，如鸟之啄物



捺，笔锋开张也



钩，如踢腿轻快有力

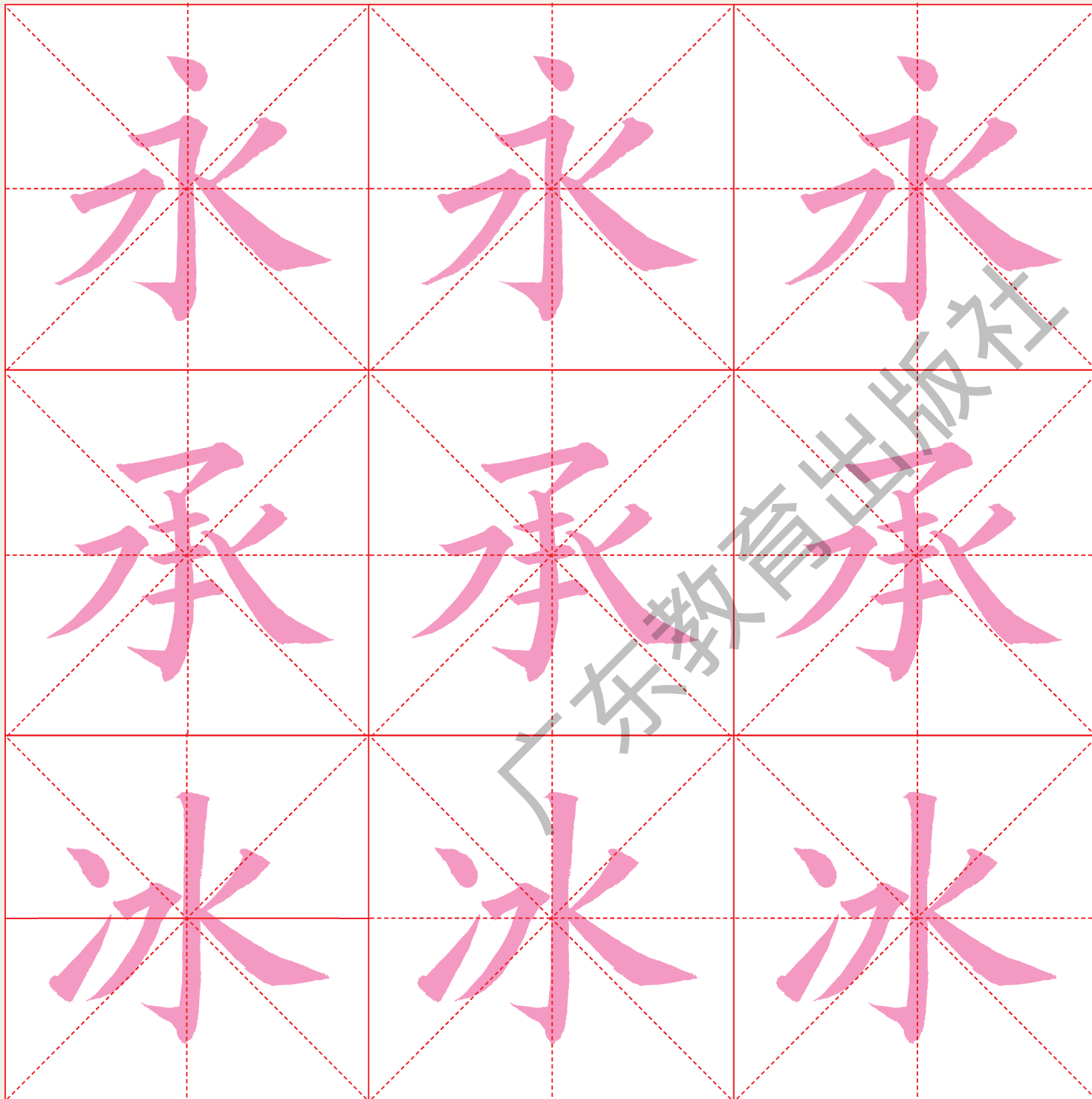


奇妙的“永”字，每一个笔画都有形象的说法。

第一遍>>>观察范字，描红

第二遍>>>对比范字，描红

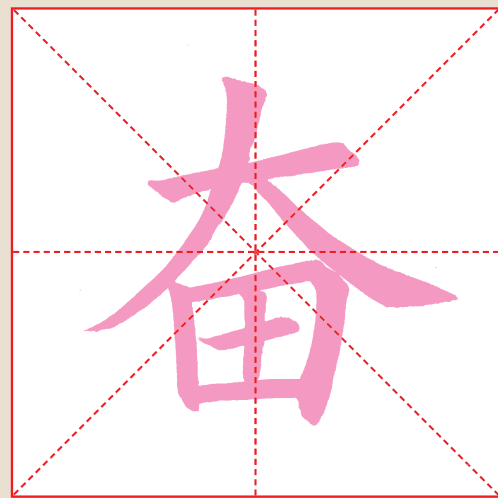
第三遍>>>调整笔画，描红



快乐 写一写

我在进步

新学期开始，我又可以上有趣的书法课了。在练习之前，我先来写一个“奋”字，鼓励自己新学期更加勤奋练习。



\_\_月\_\_日



临池学书

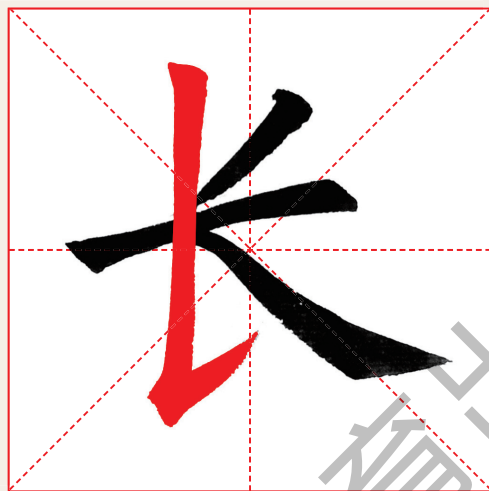


张芝临池图

张芝是东汉书法家，后人称他为“草圣”。传说，为了学习书法，他把家里准备做衣服布料都拿去练字了，等字写满以后再去做衣服。他每天在池塘边练字，用池水洗笔砚，久而久之，一池清水都变成墨黑色了。后来人们就用“临池学书”这个典故来形容刻苦练习书法。



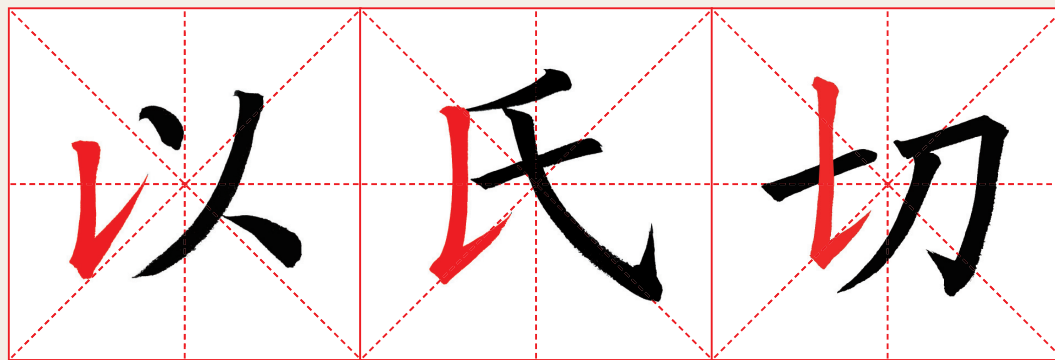
我来想一想



竖提让我想起了竖钩。我发现它们长得很像，只是在收笔的地方不同。

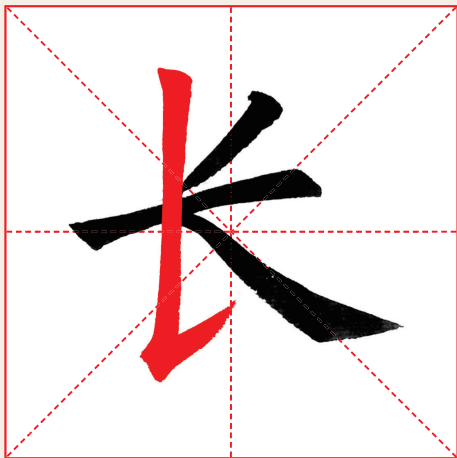


竖提是竖画与提画的组合，起笔、行笔、收笔要一气呵成。

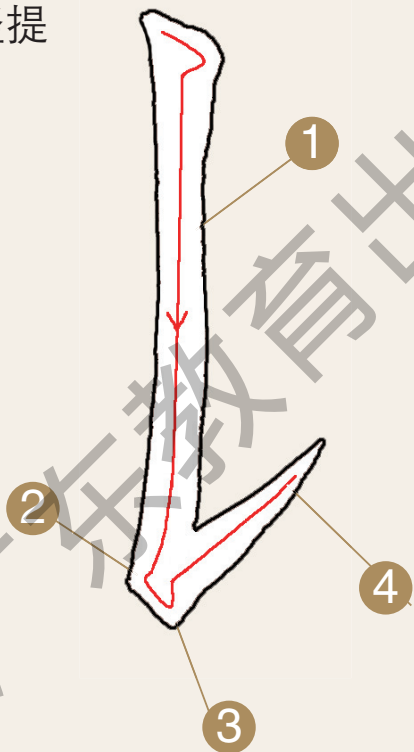




跟着练一练



竖提



写竖提时，竖画末端连提，提画向右上倾斜。



你知道吗？

- 竖不要写得完全笔直，要在微曲中显出张力。
- 提画要写得短而有力。



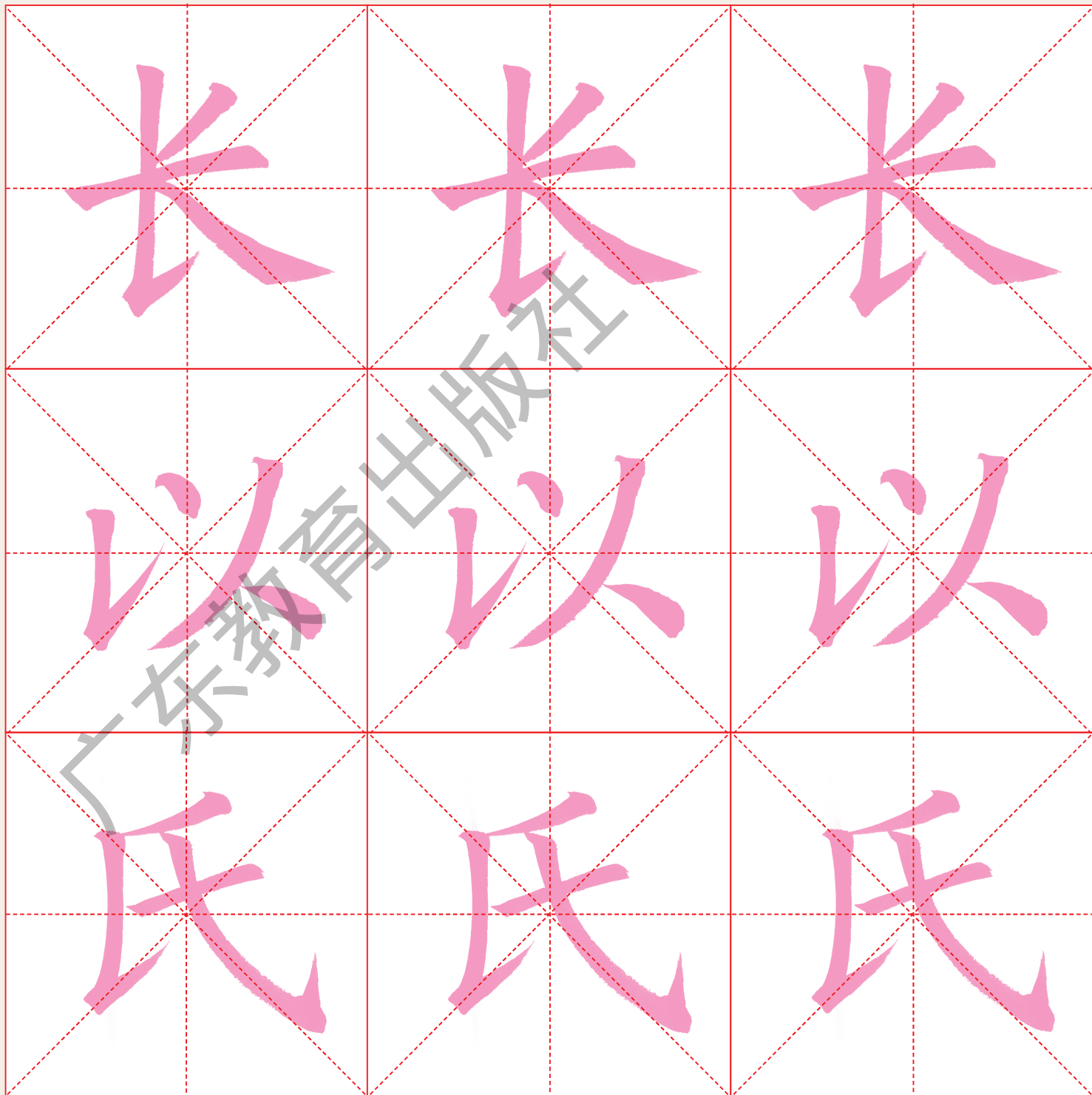
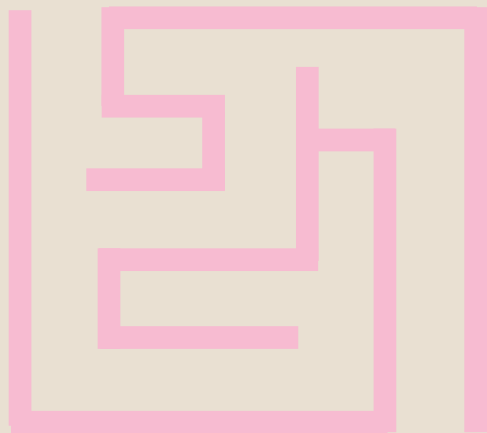


快乐 写一写

## 我在进步

我知道，书写之前要端坐，让自己静下心来；执笔姿势要正确、自然；练习完要收拾好文具，保持环境整洁。

现在，我要先画画迷宫，熟悉一下折笔的方法。

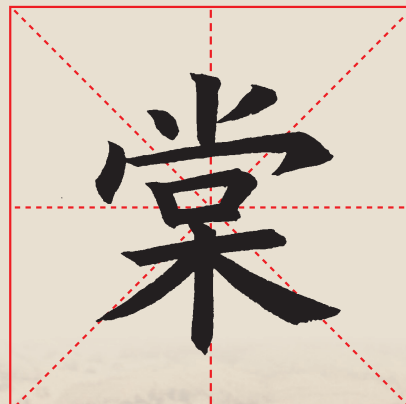
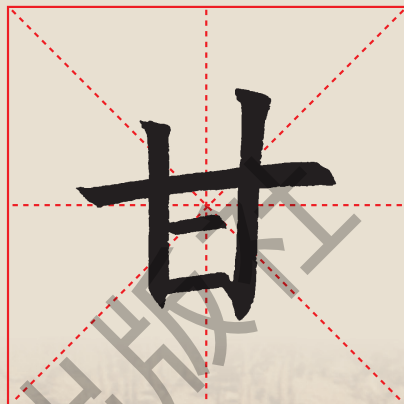
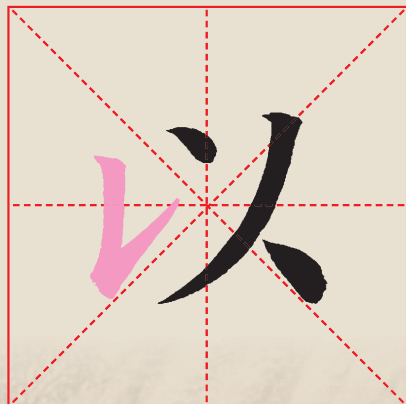


收

藏

夹

读一读  
描一描



存以甘棠，去而益咏。

——《千字文》

圈 圈 点 点

长 ○ ○ ○  
以 ○ ○ ○  
氏 ○ ○ ○

点墨标准：

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错！



写得满意的字：

需要改进的字：

我的收获：

\_\_月\_\_日

### 意在笔先

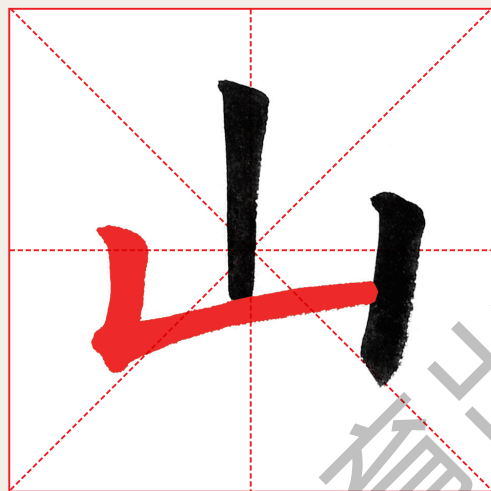
宋代画家文同在自家院子里种了很多竹子。他每天观察竹子的生长变化，画出的竹子千姿百态，栩栩如生。有人称赞文同画竹，是“成竹已在胸”。我们在练习书法时，也要先认真观察字帖，在下笔前做到心中有数，意在笔先。



〔宋〕文同《墨竹》



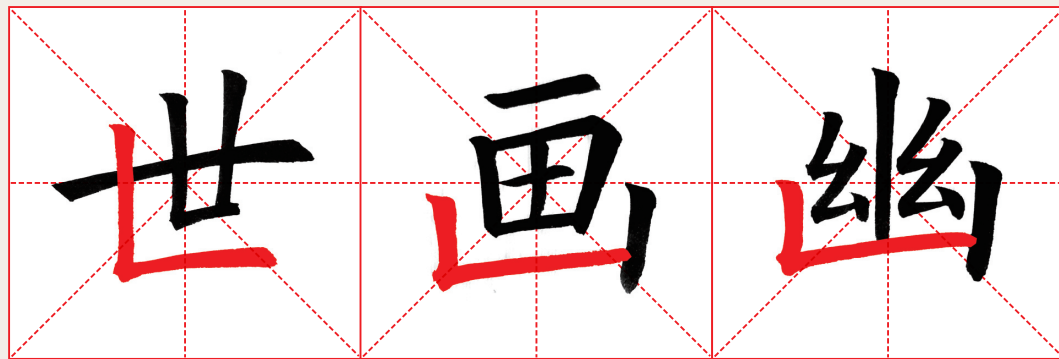
我来想一想



“山”字的竖折，很像椅子靠背和椅座形成的折角……

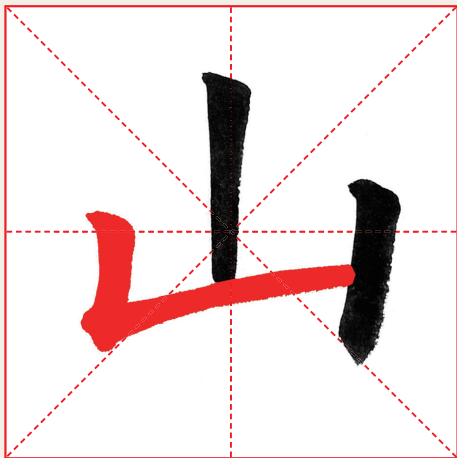


竖折由竖画和横画组合而成。在不同的字中，竖画长短不同，横画稍稍向右上方倾斜。

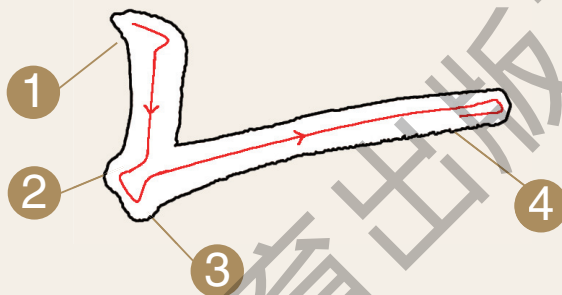





跟着练一练



竖折



 竖折的转折处，书写时要稍微停顿蓄势，使写出的横画富有力量感。

你知道吗？

- 竖的收笔和横的起笔要连续，一气呵成。
- 竖和横基本上呈直角，注意竖一般不能比横长。

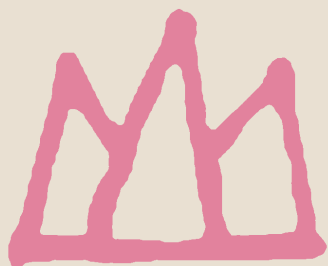




快乐 写一写

## 我在进步

书写之前，我先画一画甲骨文中的“山”字。它有几处折笔，就像三座山峰，非常形象。



甲骨文的“山”字

山	山	山
世	世	世
画	画	画

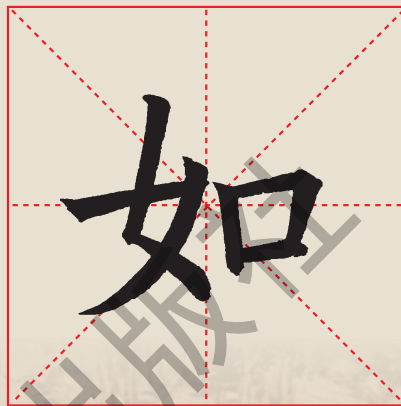
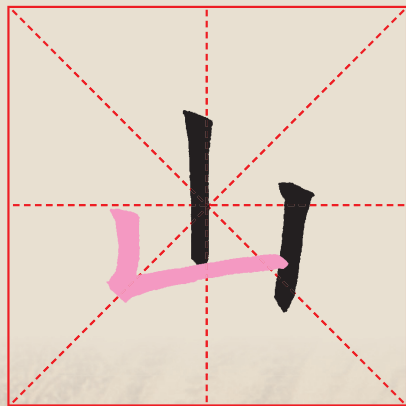
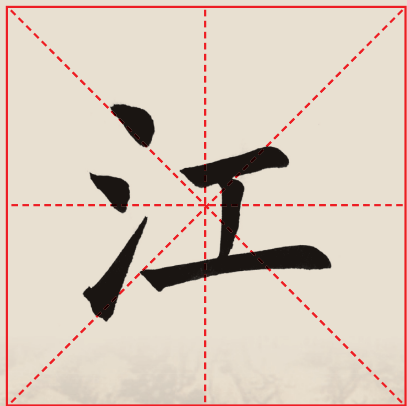


收

藏

夹

读一读  
描一描



江山如画，一时多少豪杰。

——[宋]苏轼《念奴娇·赤壁怀古》

圈 圈 点 点

山 ○ ○ ○  
世 ○ ○ ○  
画 ○ ○ ○

点墨标准：

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错！



写得满意的字：

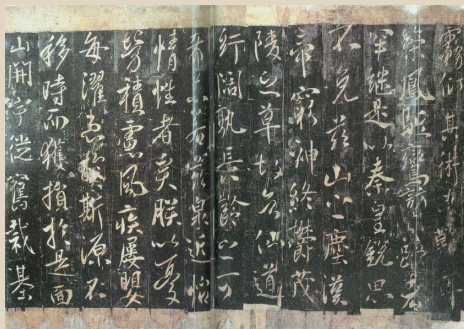
需要改进的字：

我的收获：

\_\_月\_\_日

# 横钩练习

## 李世民与“戈”钩

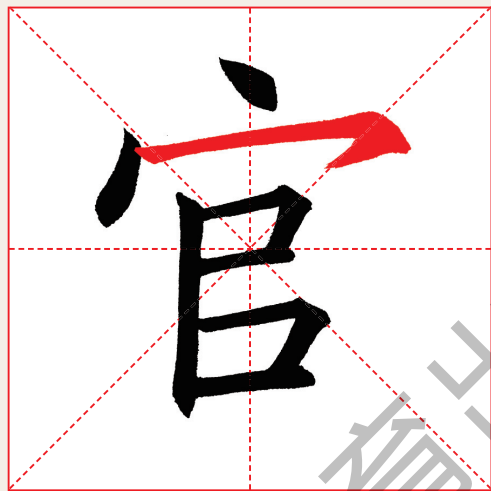


[唐] 李世民《温泉铭》(局部)

唐太宗李世民喜爱练习书法，并以虞世南为师。他常觉得“戈”字难写。有一次，写“戠(jiǎn)”字时，他故意将右边的“戈”空着，请虞世南来完成。后来名臣魏徵看到这个字，就说：“这个字右半边的‘戈’，有虞世南的风采。”自此，李世民更认真向虞世南学书法了。



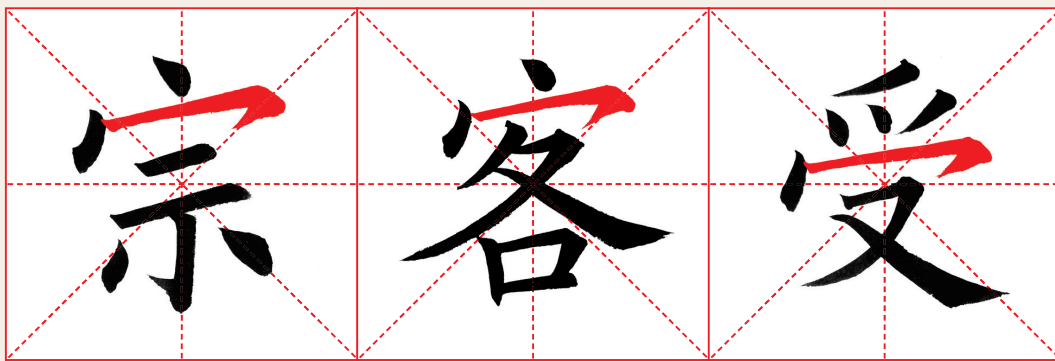
我来想一想



横钩让我想到武术高手的回钩动作。你想到了什么呢？



横钩中的钩画，出锋方向大都指向字的中心。



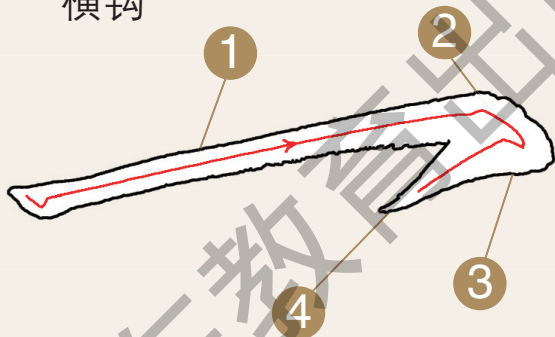


跟着练一练



写横钩时，要注意横钩的横画稍向右上方倾斜，钩画收笔要劲利短促。

横钩



你知道吗？

- 横钩的横要能够覆盖字的下部。
- 宝盖头上的点一般落在横画的中间位置。

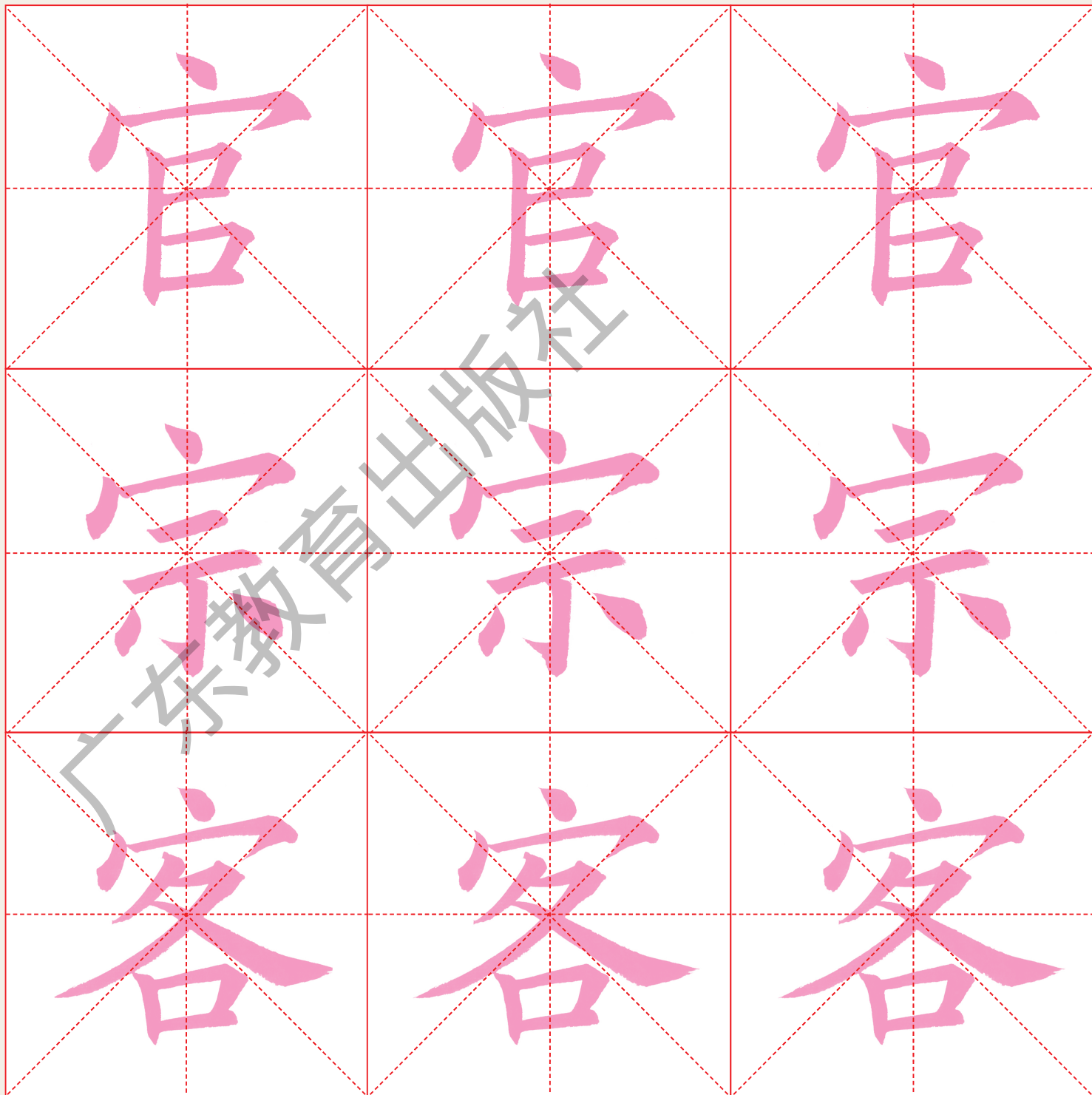
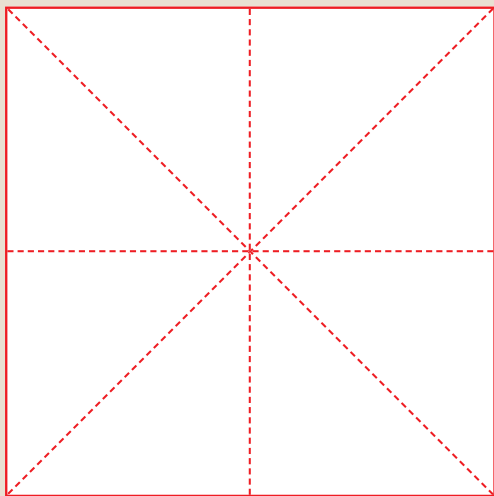




快乐 写一写

## 我在进步

加入少先队时，我曾在队旗下庄严宣誓。练习了横钩，我要用毛笔写一个带横钩的“宣”字，作为纪念。



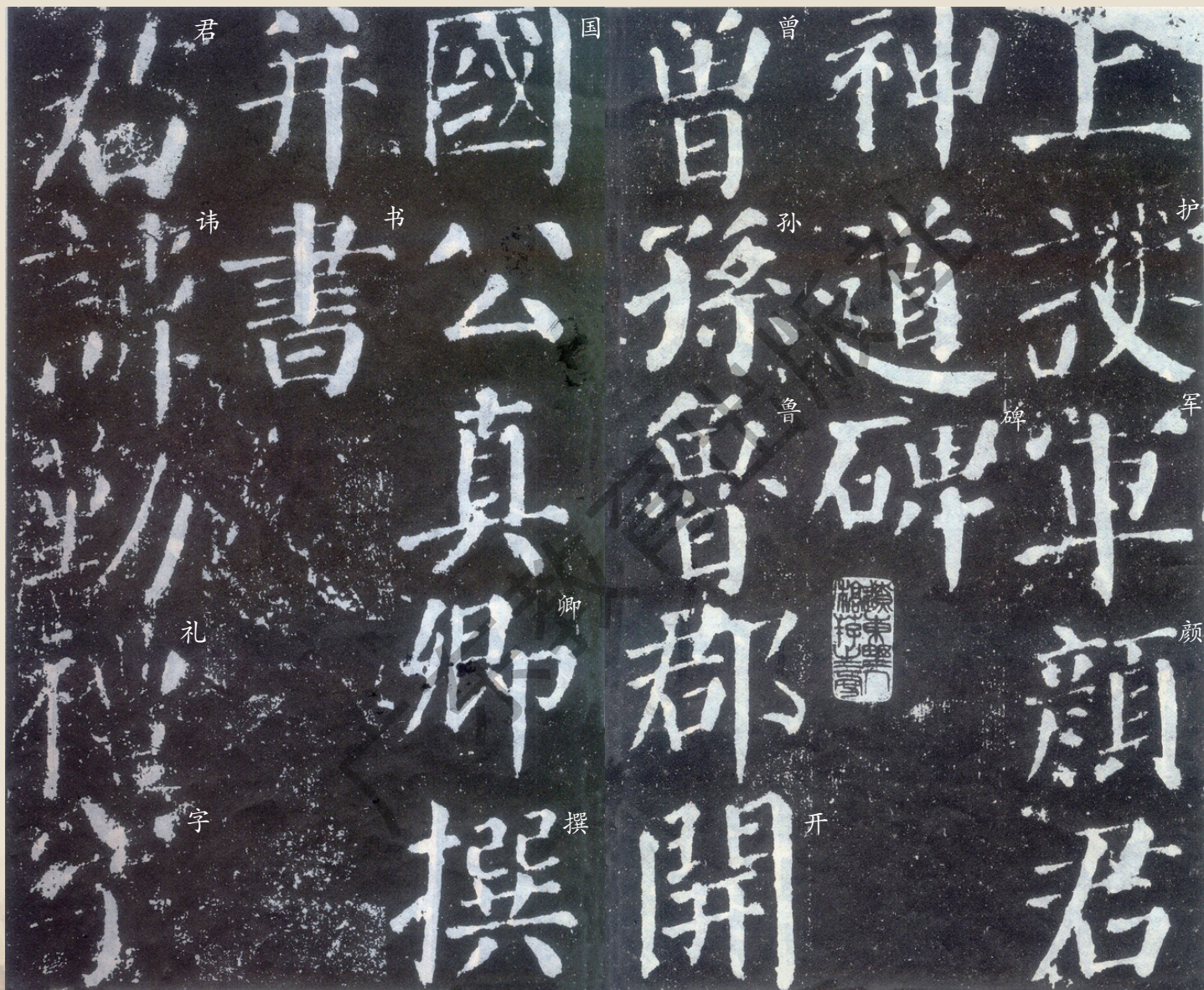
收

藏

夹



经典碑帖



〔唐〕颜真卿《颜勤礼碑》（局部）

# 榜书



写在城楼上的榜书——故宫博物院

榜书，原指题写在宫殿匾额上的大字，多用于装饰皇家宫殿。

后来榜书的使用范围越来越广，开始用来装饰园林庙宇、城楼关隘、名山大川，甚至进入寻常百姓家，商家则用以书写招牌。

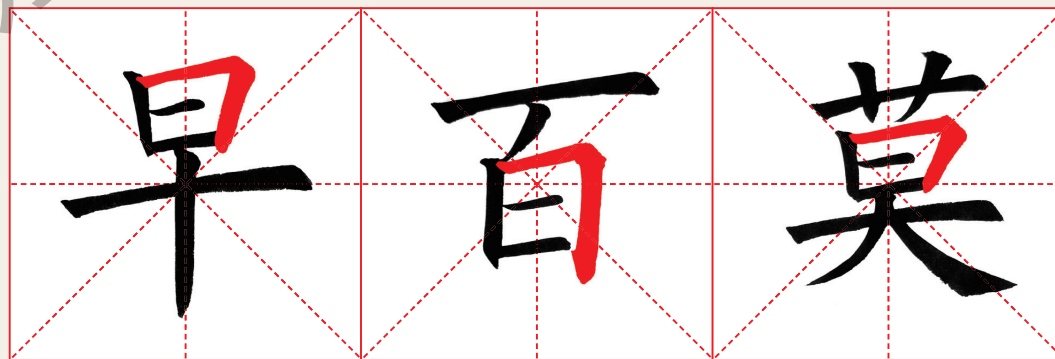
# 横折练习



石崖上的石角顶风而立，它的形状与折画有点像哦。



横折的横画长，竖画就斜；横画短，竖画就直。

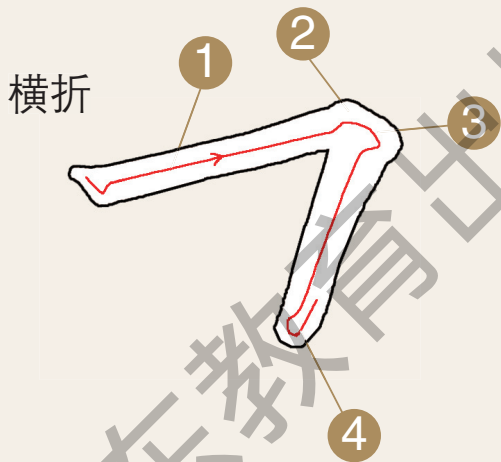





跟着练一练



横折



 横折的转折处，书写时要稍微停顿蓄势，以使笔画转折有力。

你知道吗？

- 横折的类型较多，要注意它的夹角不能大于直角。
- 横折的夹角要写得干净，不犹豫，不拖泥带水。

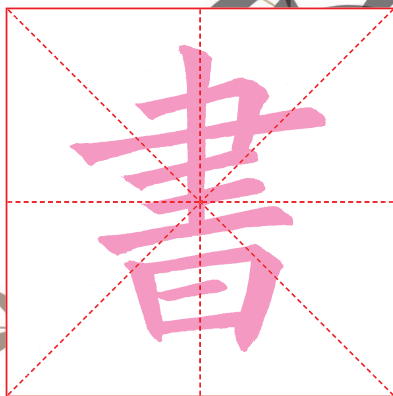




快乐 写一写

我在进步

繁体字的“书”有两个横折，我来描一下，并用这个“书”字做一张书签。



我的文化书签

君

君

君

早

早

早

百

百

百



圈 圈 点 点

君 ○○○

早 ○○○

百 ○○○

点墨标准:

需要加倍努力。 ●○○

还有进步空间。 ●●○

写得真不错! ●●●

写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

\_\_月\_\_日

广东教育出版社

我在下面的田字格里用钢笔写写杜甫的诗句。沿虚线把书签剪下来，就可以送给同学了!


读书破万卷，  
下笔如有神。

——唐杜甫

丰富的印刷体

- 宋 体 (漠漠水田飞白鹭)
- 楷 体 (阴阴夏木啭黄鹂)
- 仿 宋 (雨里鸡鸣一两家)
- 新魏体 (竹溪村路板桥斜)
- 细 圆 (穿花蝴蝶深深见)
- 行 楷 (点水蜻蜓款款飞)
- 黑 体 (池上碧苔三四点)
- 隶 书 (叶底黄鹂一两声)

今天，我们在电脑、书报上常见的宋体、黑体、楷体、新魏体等字体，都是把传统的汉字规范化、程式化后形成的印刷体。如宋体字就是中国书法与雕版印刷结合产生的，它兼具书法的魅力及木板刀刻的韵味。这些丰富的字体，大大美化了报纸、杂志等的版面。



我来想一想

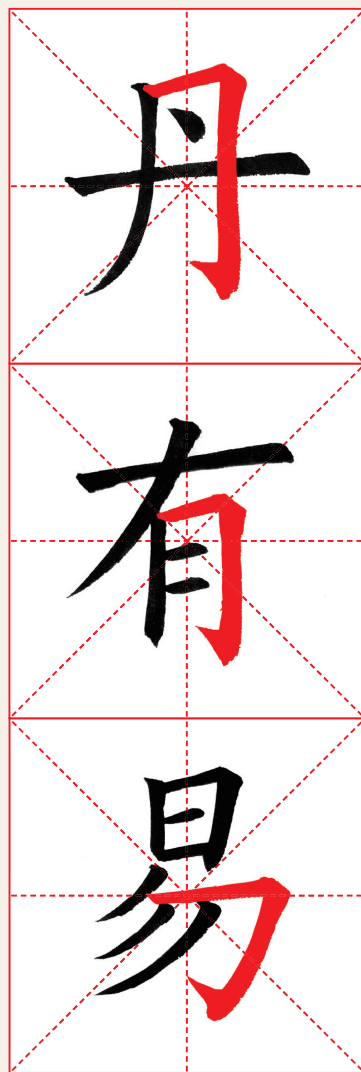


我发现这几个字中的横折钩形态不一样。



在不同的字中，横折钩中的竖画，有曲直或长短的变化。

横折钩练习

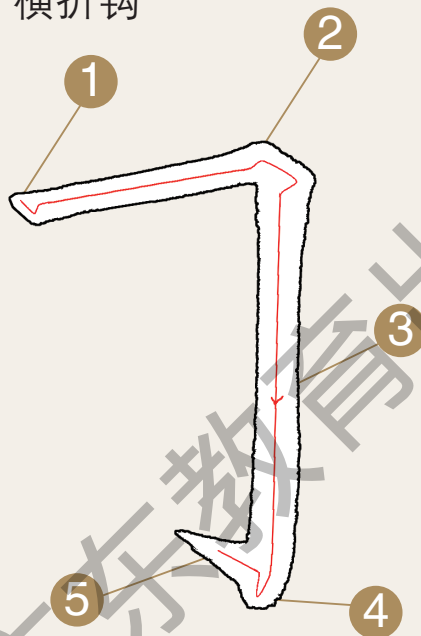




跟着练一练



横折钩



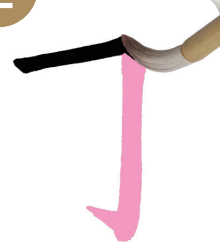
横折钩的折画和钩画，书写时要注意速度适中，运笔稳健有力。

1



起笔、行笔同横

2



至横的末尾处轻提后顿笔

3



调整笔锋向下  
行笔

4



至竖画末尾处轻  
顿，调整笔锋

5



提笔出锋

你知道吗？

横折钩中的竖钩，有的直挺，有的略带弧度并向左回收。

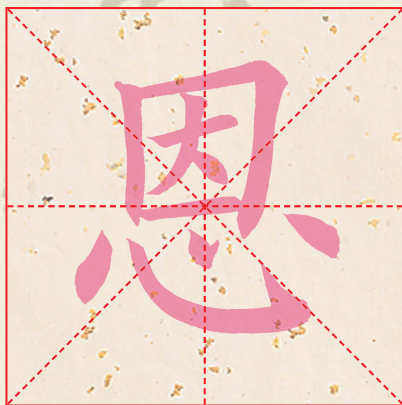




快乐 写一写

我在进步

我来写一个“恩”字，送给亲爱的老师。



用	用	用
有	有	有
易	易	易

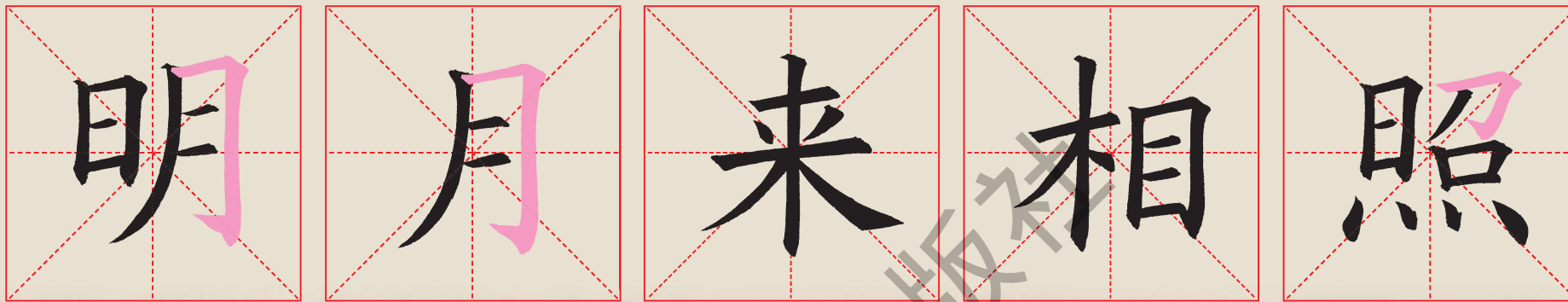


收

藏

夹

读一读  
描一描



深林人不知，明月来相照。

—— [唐] 王维《竹里馆》

圈 圈 点 点

用  
有  
易



点墨标准:

需要加倍努力。

还有进步空间。

写得真不错!



写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

\_\_月\_\_日

# 横撇练习

## 人民英雄永垂不朽

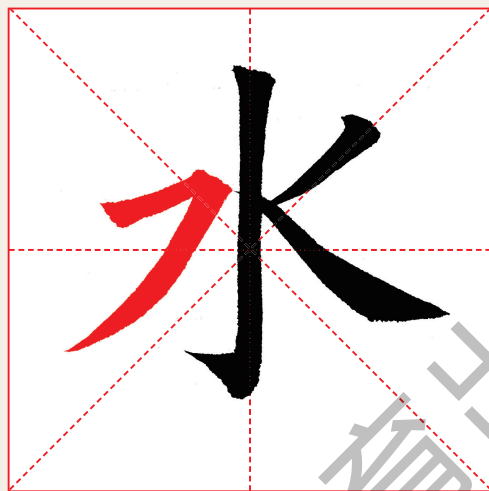
庄严宽广的天安门广场上，矗立着一座人民英雄纪念碑。它的正面镌刻着毛泽东题写的“人民英雄永垂不朽”八个大字，八个字的用笔果断有力，笔笔千钧，大气磅礴。纪念碑的背面为毛泽东起草、周恩来书写的150字碑文，表彰了人民英雄千古不朽的功勋，表达了中国人民对革命先烈的敬仰和缅怀之情。



人民英雄纪念碑



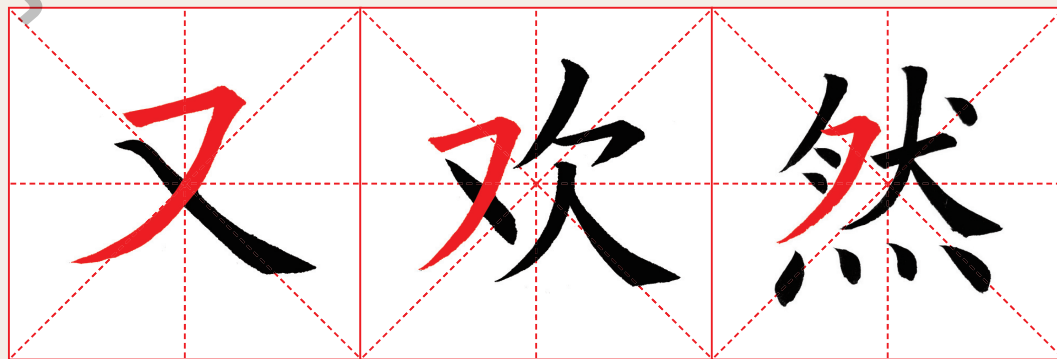
我来想一想



“水”字的横撇，横画坚挺，撇画舒展，多像风中竹叶的样子啊！




横撇的横画短，撇画长。横画略带提的意味。





跟着练一练



 横撇的短横上扬，撇画舒展。  
书写时，手腕要随笔画灵活转动。

横撇



1



起笔、行笔同横

2



至横的末尾处  
轻顿

3



向左下行笔写撇

4



渐行渐提，出锋

你知道吗？

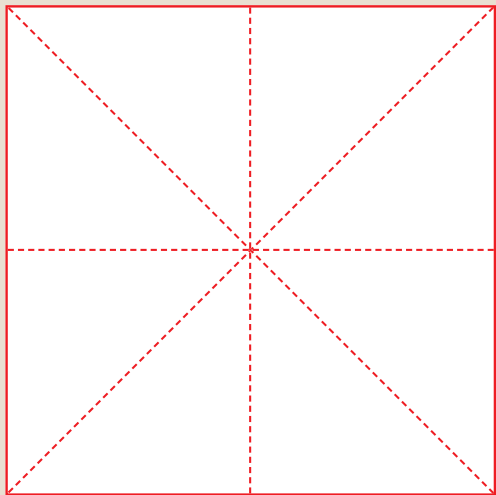
- 撇要写得修长有力。
- 横和撇的连接要一气呵成，夹角不宜过大或过小。



快乐 写一写

我在进步

“水”字不容易写好，我要先和同学交流一下，再在下面的米字格里写一遍。



水

水

水

又

又

又

欢

欢

欢

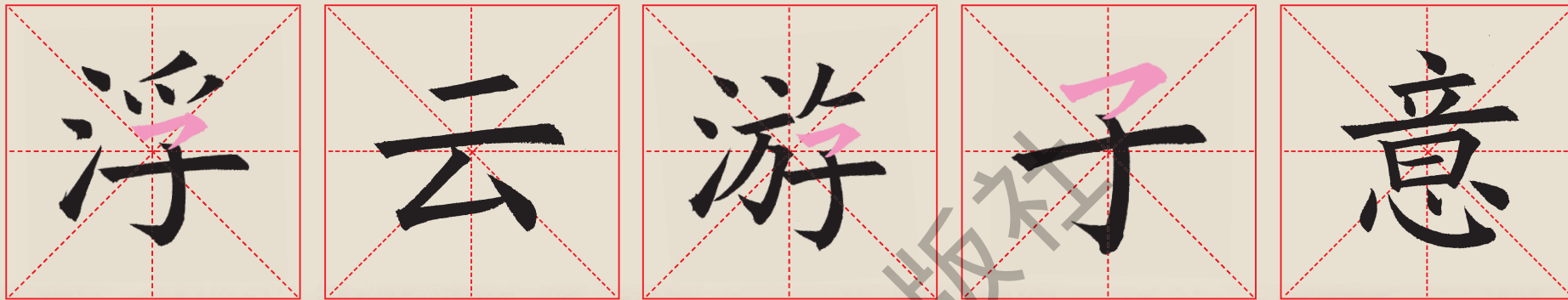


收

藏

夹

读一读  
描一描



浮云游子意，落日故人情。

——[唐]李白《送友人》

圈 圈 点 点

水 ○ ○ ○  
 又 ○ ○ ○  
 欢 ○ ○ ○

点墨标准：

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错！



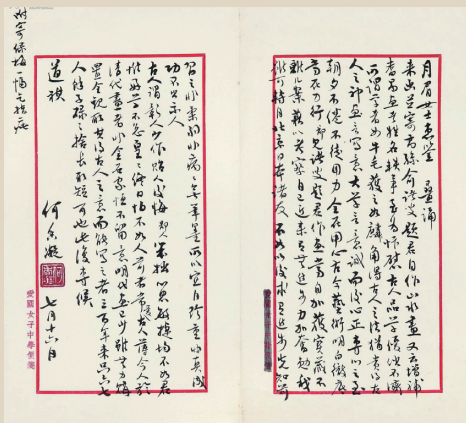
写得满意的字：

需要改进的字：

我的收获：

\_\_月\_\_日

笔墨寄真情



何香凝写给友人的书信

旧时文人雅士的书信有一个雅称，叫做信札或手札，多用毛笔书成。很多书法家的信札成为今天我们学习书法的范本。

随着科技的发展，手写书信逐渐淡出了我们的生活。然而，收到手写书信要比收到手机短信或者电子邮件亲切得多。

撇折练习

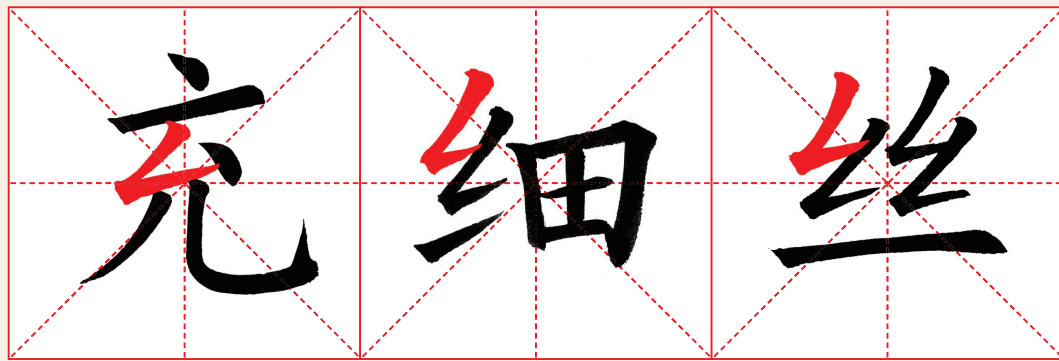


我来想一想



书写撇折这一笔画时，我感觉就像船夫撑船，将长篙插入水中，再顺势收回。

撇折先撇后提。下面这些字中的撇折，有的撇长提短，有的撇短提长。

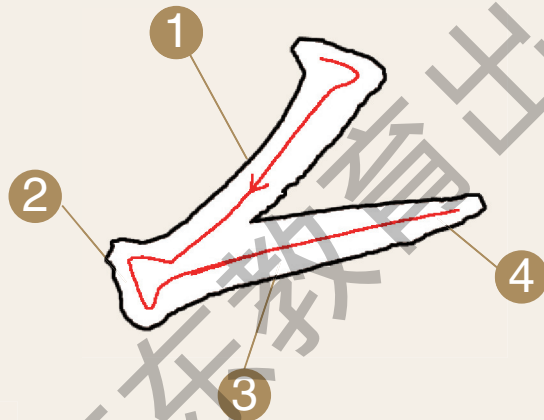





跟着练一练



撇折



 撇折的折角要连接自然，书写时，要注意撇和提之间的夹角不宜太大，也不能太小。

你知道吗？

- 撇折是撇与提的组合。
- 撇与提都是从粗到细，方向不同，笔法一样。



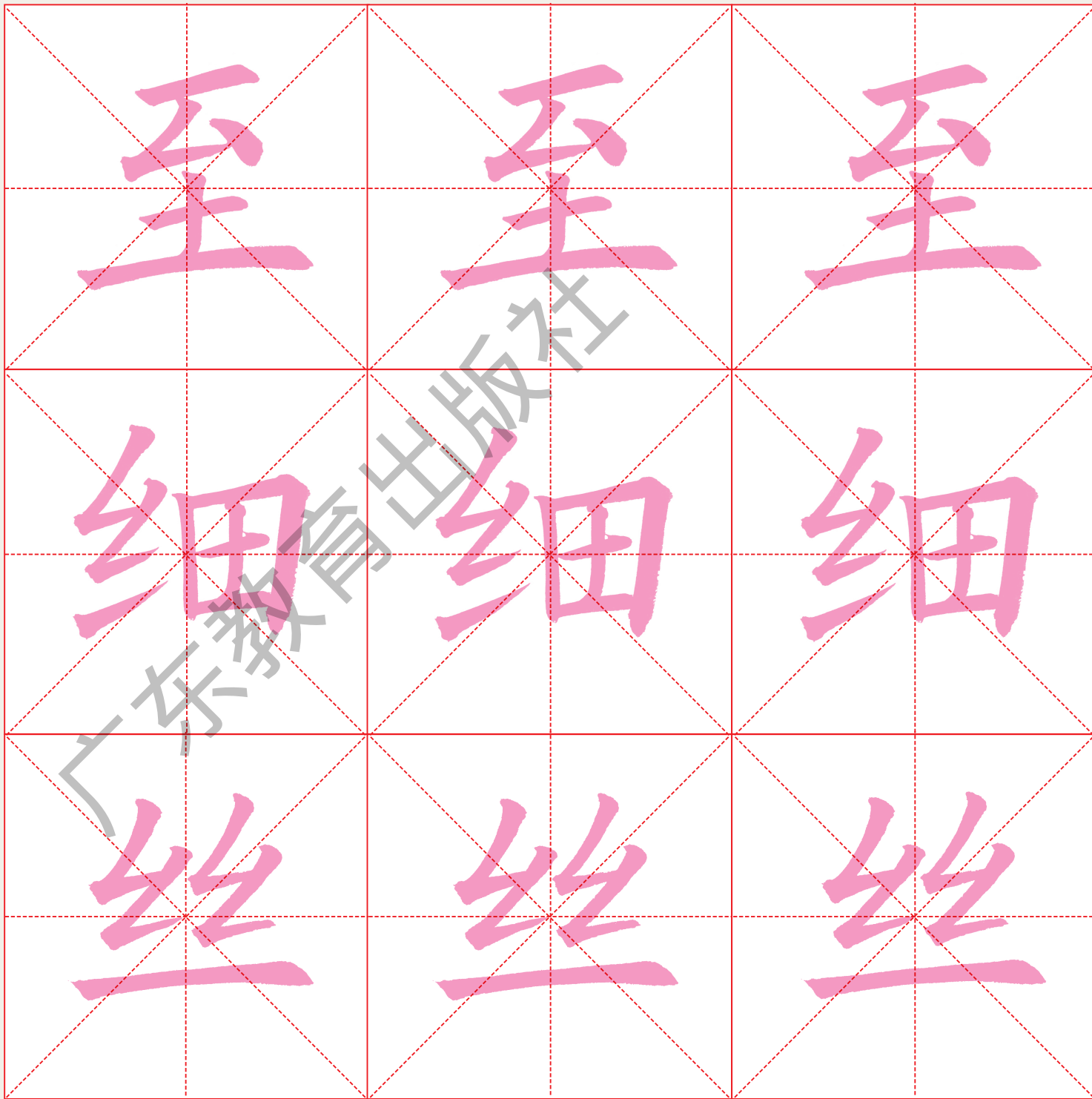
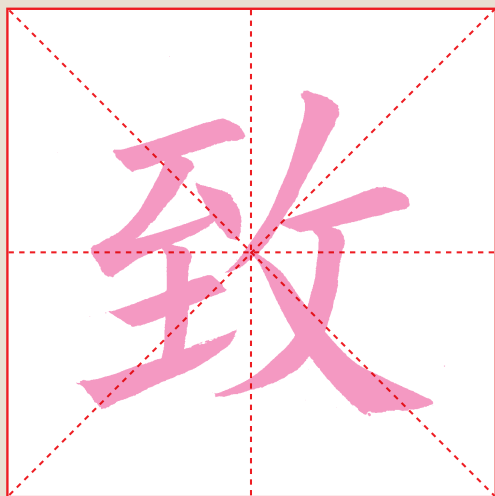




快乐 写一写

我在进步

学会了“至”“细”两个字，我在“至”的旁边加上反文旁，就能组成一个词——“细致”。我们做事要认真细致。





## 生活中的书法

书法使我们的生活充满艺术气息。让我们拿起手中的笔，用书法装点我们的生活吧。

### 笔记本上的书法



在笔记本上写上书法，立刻增添了文化气息。

### 艺术纸袋



我用笔墨装饰纸袋，让它有了不一样的艺术品位。

### 作品展示台

这些作品真有创意，我也想到一些好玩的点子。



在台历上也可以展现我的书法才艺哦。

### 书法台历

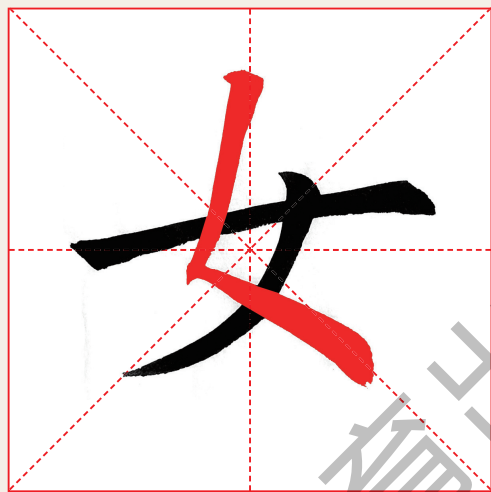


书德兼美

清代朱柏庐所著《治家格言》，以短小精悍的语言，讲述了中国传统的“修身”之道。人们常选取里面的文字写成书法作品，挂于厅堂和居室。其中，清代书法家黄自元用小楷抄写的《治家格言》，还成为后人学习书法、传承美德的范本。

朱柏庐先生治家格言  
 黎明即起洒扫庭除要  
 外整潔既昏埽闕鎖門  
 戶必親自檢點一粥一飯  
 當思來處不易半絲半縷

〔清〕黄自元书《朱柏庐治家格言》（局部）

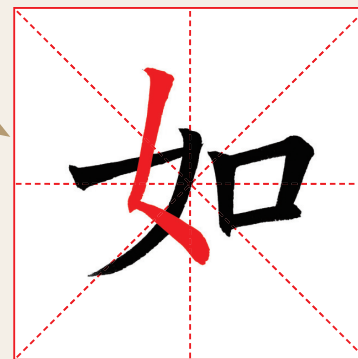
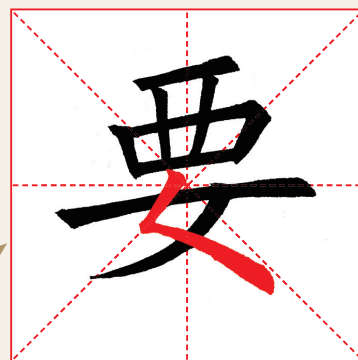


撇和点组合，就成了撇点。



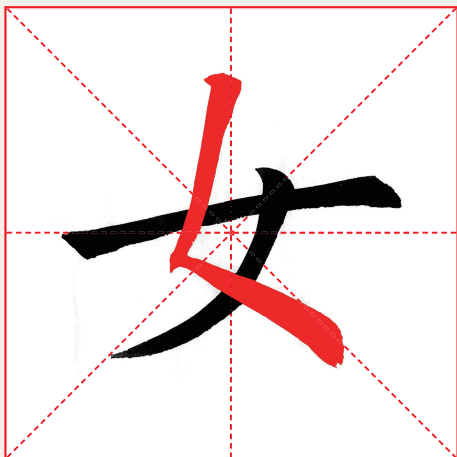
撇点在字中的位置不同，撇和点的长度和方向都会发生变化。

撇点练习






跟着练一练



撇点



 撇点是先撇后点，  
书写时注意转折处用力  
要轻，不要断笔。

1



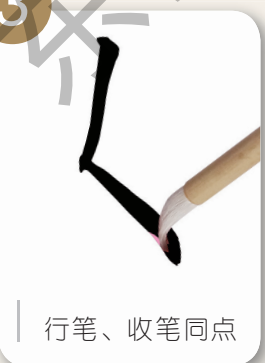
起笔、行笔同撇

2



调锋向右下行笔，渐行渐按

3



行笔、收笔同点

你知道吗？

- 撇点在字底时的夹角最小。
- 书写时，要利用米字格把握转折的位置。



快乐 写一写

我在进步

学了撇点，我要写一个“安”字，送给长辈。



安

女

女

女

如

如

如

好

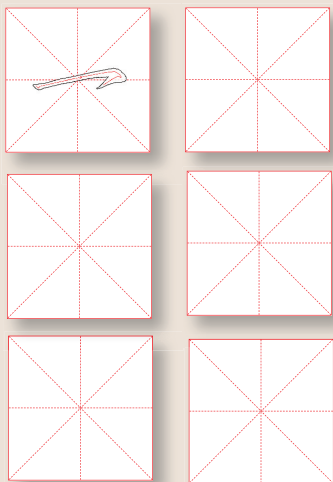
好

好



# 温故知新 (一)

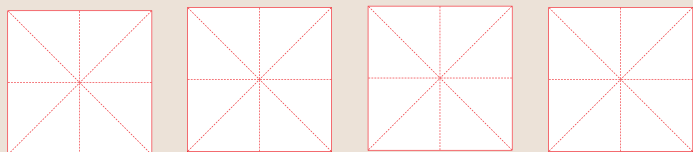
起笔是横的笔画真不少，我们一起回忆一下，用钢笔写在下面的习字格里。



## 交流

◎我要用笔把上面这些笔画的转折处圈出来。

◎竖画起笔的笔画也不少，我用钢笔写在下面：

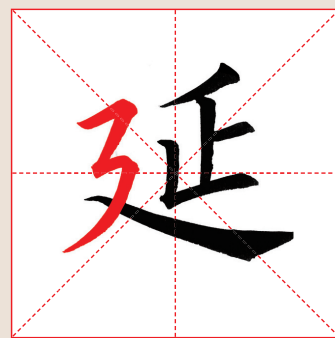


## 拓展

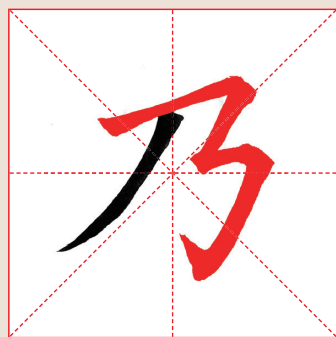
下面这些字中标红的笔画，是由我们学过的笔画组成的。请把拆分的笔画写在下面的括号里。



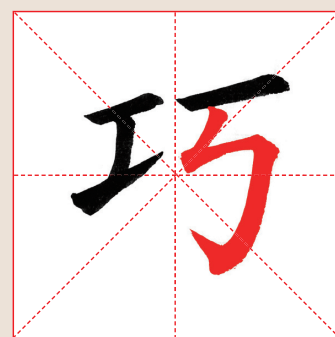
( 丿 ) ( 丨 )



(     ) (     )



(     ) (     )



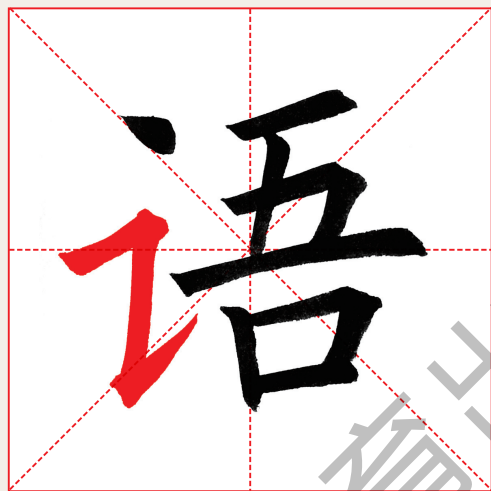
(     ) (     )

## 横折提练习



横折提有两个夹角，我在书写时会特别注意。

横折提就是横折和提的组合，一般出现在言字旁中。



## 羲之爱鹅



〔清〕任伯年《羲之饲鹅图》（局部）

王羲之生性爱鹅。据说，他曾因一只特别擅长鸣叫的鹅而去拜见一位老妇人。老妇人殷勤招待，从厨房端出一只大碗，碗中所盛竟是那只他梦寐以求的鹅！王羲之的眼泪都快掉下了，一连好几天闷闷不乐。

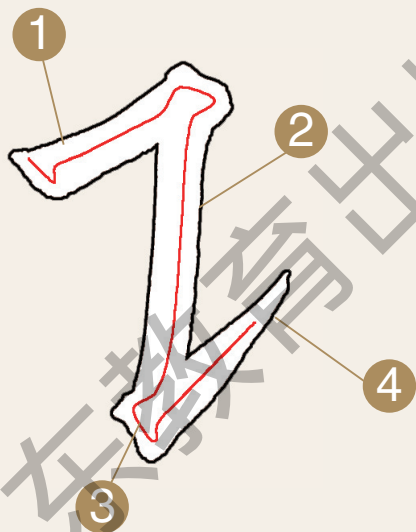
王羲之如此爱鹅，有人认为，是因为王羲之喜欢观察鹅。鹅优美的体形及行姿，对王羲之运笔写字很有启发。



跟着练一练



横折提



横折提书写时要注意竖稍长，横和提略短。

你知道吗？

- 在言字旁中，横折提的竖画和点在同一条直线上。
- 提要写得上扬有力。



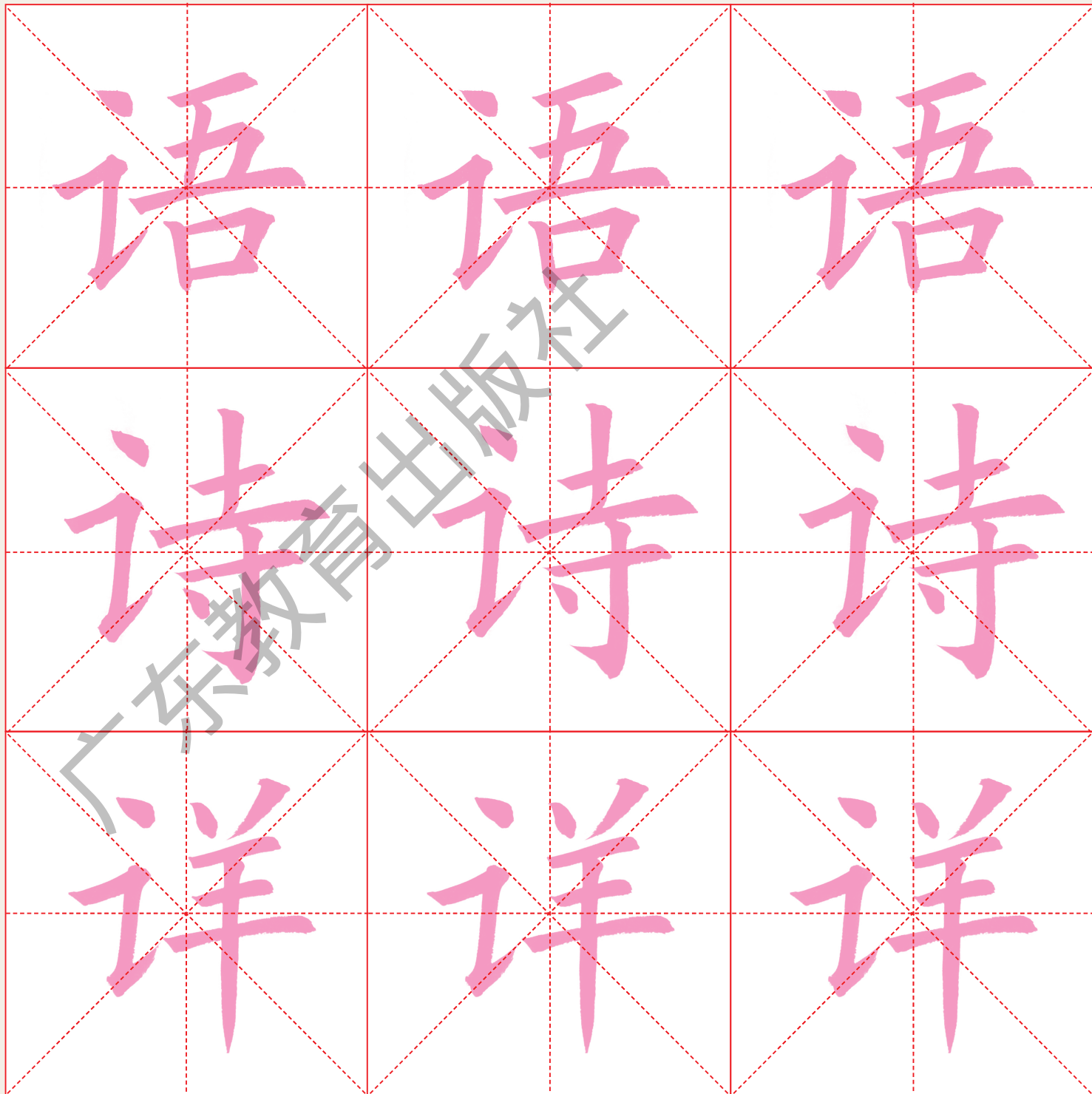
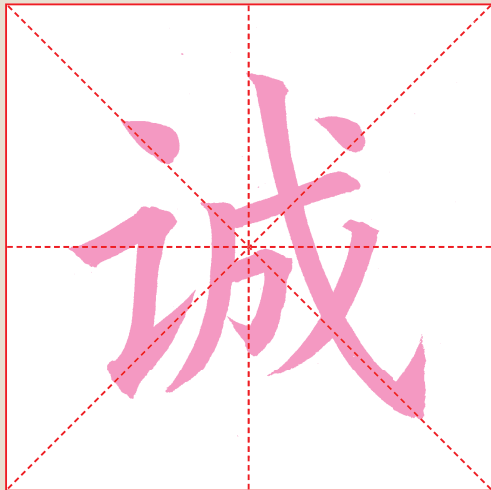




快乐 写一写

## 我在进步

上学期，我学写了“成”字，现在又学习了横折提的写法，再加一点，就可以把它们组合成一个“诚”字。我要写好贴在房间里，时时提醒自己做人要真诚，讲诚信。



收

藏

夹



经典碑帖

朝<sup>朝</sup>日大庭<sup>庭</sup>中  
 周<sup>周</sup>羅<sup>罗</sup>可<sup>可</sup>以<sup>以</sup>對<sup>对</sup>  
 以<sup>以</sup>容<sup>容</sup>齋<sup>齋</sup>馭<sup>驭</sup>可<sup>可</sup>  
 成<sup>成</sup>之<sup>之</sup>壇<sup>坛</sup>通<sup>通</sup>九<sup>九</sup>  
 甲<sup>甲</sup>以<sup>以</sup>庀<sup>庀</sup>徒<sup>徒</sup>曾<sup>曾</sup>  
 悉<sup>悉</sup>更<sup>更</sup>其<sup>其</sup>舊<sup>旧</sup>翬<sup>翬</sup>

〔元〕赵孟頫《三门记》（局部）

米芾爱砚



精美的砚

古人不仅敬惜字纸，对笔砚也十分敬惜。宋代书画家米芾喜爱砚甚至到了痴迷的程度，所以人们给他起了个外号叫“米颠”。

关于米芾爱砚的传说有很多。据说，有一回，他得到一方好砚，喜欢得一连三天都抱着它睡觉。



“九”字的横折弯钩自然饱满，在书写时，要怎样写出这种流畅的弧度呢？

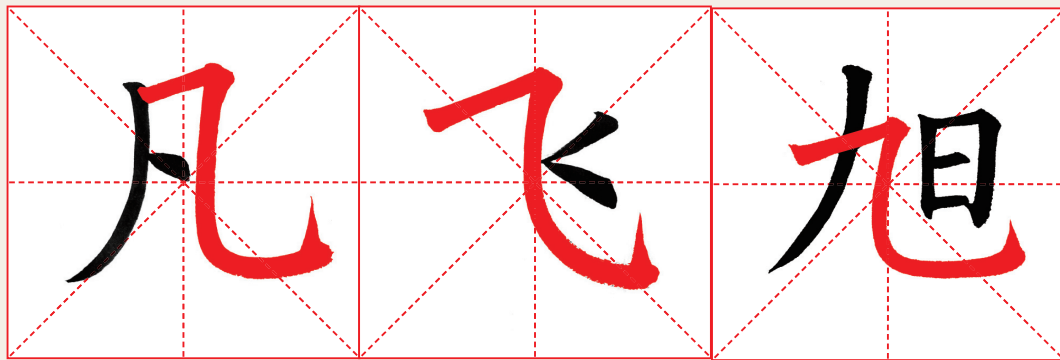


[元] 赵孟頫



[唐] 柳公权

在这些字中，横折弯钩的形态虽然有很大的不同，但都十分灵活优美。

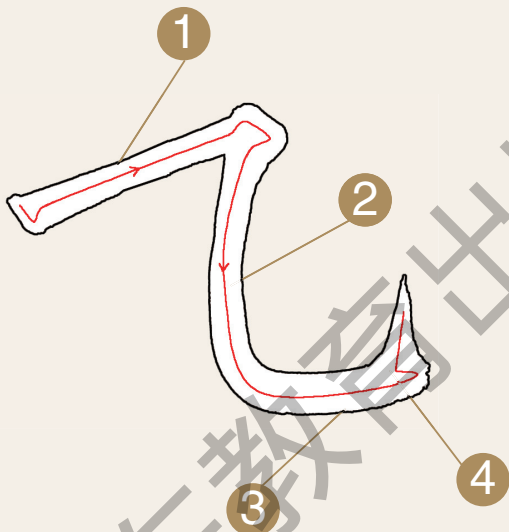




跟着练一练



横折弯钩



写横折弯钩时，要注意转折自然，弧度饱满，末端回笔向上出钩。

你知道吗？

- 横折弯钩先折后弯，有方有圆，显得很美。
- 横画注意左低右高。





快乐 写一写

我在进步

“旭”这个字，让我想到旭日东升。我要把它写在宣纸上，装裱起来。



旭	旭	旭
旭	旭	旭
旭	旭	旭

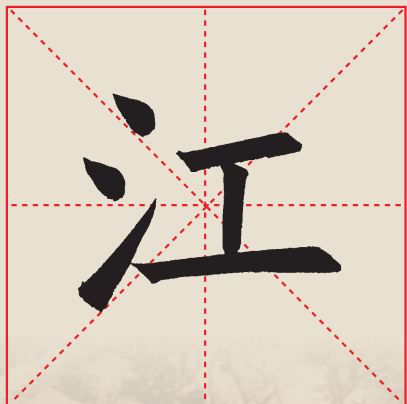


收

藏

夹

读一读  
描一描



江风对海雾，牧子对渔翁。

——《声律启蒙》

圈 圈 点 点

九 ○ ○ ○

飞 ○ ○ ○

旭 ○ ○ ○

点墨标准：

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错！



写得满意的字：

需要改进的字：

我的收获：

\_\_月\_\_日

## 怀素蕉叶练字



〔清〕任伯年画怀素蕉叶练字图（局部）

怀素是唐朝书法家，他在修习佛经的同时，也努力钻研书法，终于自成一体。据《僧怀素传》记载，怀素练字非常刻苦，因买不起纸张而广种芭蕉，以蕉叶代替纸张来练习写字。今天，我们已经不需要用蕉叶来练字了，但怀素的这种刻苦用功的精神依然值得学习。



我来想一想



〔唐〕柳公权



〔唐〕颜真卿

## 横撇弯钩练习



横撇弯钩让我想起“了”字。



与“了”字的弯钩相比，横撇弯钩的弯钩，弯短钩长，弧度比较大。

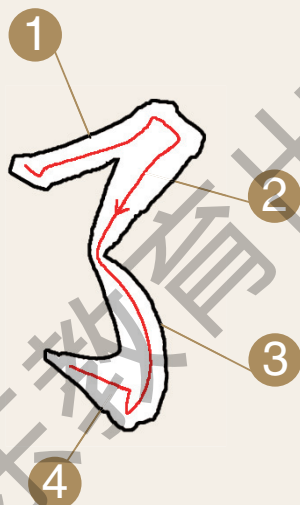




跟着练一练



横撇弯钩



写横撇弯钩时，注意笔画要短促，轻重宜适度。

你知道吗？

- 横撇弯钩在右耳旁时要写大，长度超过竖画的一半。
- 横撇与弯钩连接处可断可连，笔意相连。

1



起笔、行笔同短横

2



提笔轻顿，写直撇

3



顺势落笔，向右写弧，边行边按

4



轻顿，调整笔锋，出钩

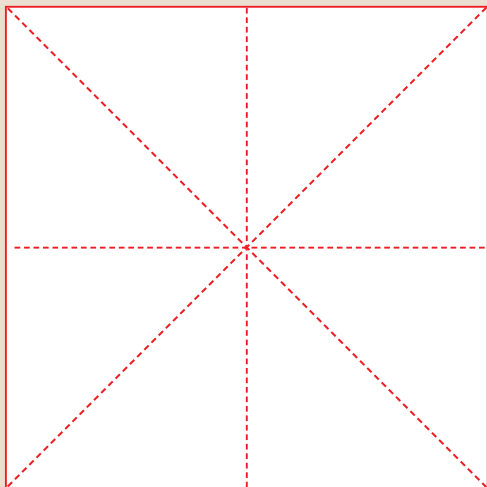




快乐 写一写

我在进步

让我们来举办一次小小的笔会，把自己掌握得最好的笔画写出来，和同学一起交流分享吧。



阳	阳	阳
阴	阴	阴
都	都	都





## 书法故事会

在前面的学习中，我们已经了解了不少关于书法的历史和故事。现在让我们去收集更多的故事，在班里开一个书法故事会。

### 书法家的故事



书法家颜真卿的故事真不少……

### 石碑的“秘密”



我家附近的公园里有很多石碑，石碑文字的背后应该有很多“秘密”吧。

我也找到了一些有趣的故事，一起来分享吧。



我分享的故事

### 日练三字

被誉为“书圣”的王羲之，自幼钻研书法。他常常一边用心揣摩字体的间架结构和气势，一边用手在衣襟上画，时间一长，衣襟都被画破了。

我们在练习书法时，也要学习王羲之的这种精神。从日练三字开始，每天练好三个字，日积月累，我们也能练得一手好字。



相传王羲之曾在鹅池边练字



我来想一想



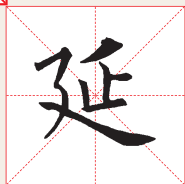
“延”字的横折折撇，有点像国画中起伏的山峦，绵延不断。

横折折撇在不同的偏旁里，形态有着较大的差异。



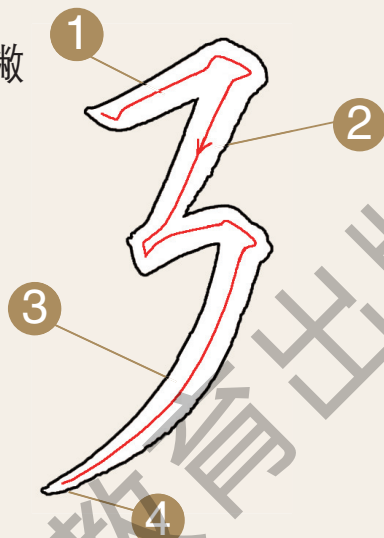


跟着练一练

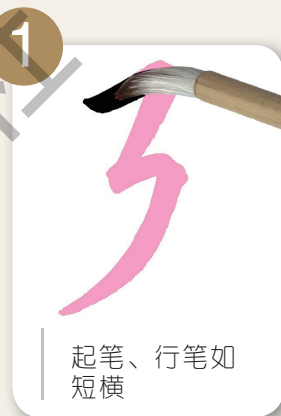


欧阳询的“延”字

横折折撇



横折折撇，就是两个横撇的连写。两个撇画上短下长，上直下弯。



你知道吗？

■ 横折折撇上紧下松，写第一撇时要放慢速度，第二撇运笔则比较快。

■ 走之底的横折折撇中间的折角，弧度要自然。



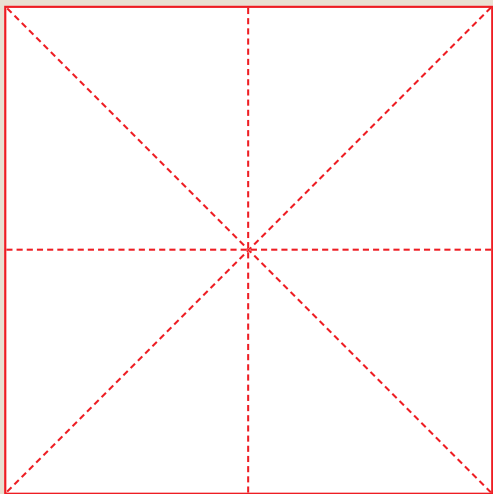
走之底的横折折撇，上大下小，第二折改为圆转



快乐 写一写

## 我在进步

走之底的横折折撇弯转较多，不好掌握。我要多练习几遍，并把右边自己写得最好的字，在下面的米字格里再写一次。



延

延

延

建

建

建

远

远

远



收

藏

夹



经典碑帖

贊贊 咸 陳陳 大 道 無无  
 名 上 德德 不 德德 玄  
 功 潛潜 運运 幾 深 莫莫  
 測测 鑿凿 井 而 飲饮 耕  
 田 而 食 靡 謝谢 天  
 功 安 知 帝 力 上  
 天 之 載载 無 臭 無无

〔唐〕欧阳询《九成宫醴泉铭》（局部）

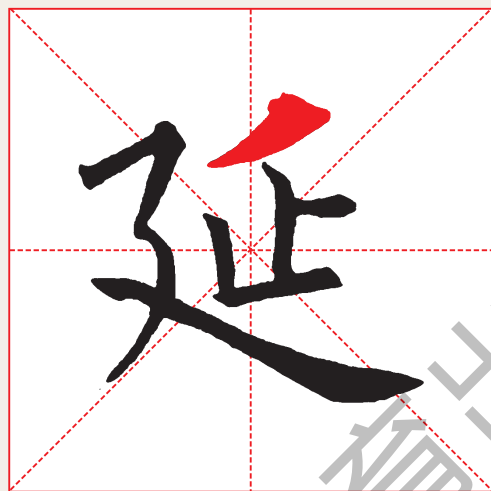
### 名扬海外的欧阳询



欧阳询画像

欧阳询，唐代书法家。他从小勤学，少年时就已经博览群书。欧阳询的书法最初学习王羲之，后来自成一体，以法度严谨著称。

欧阳询的代表作有《九成宫醴泉铭》《化度寺碑》等。据记载，唐朝武德年间，有外国使者特地到长安求取欧阳询的书法呢。

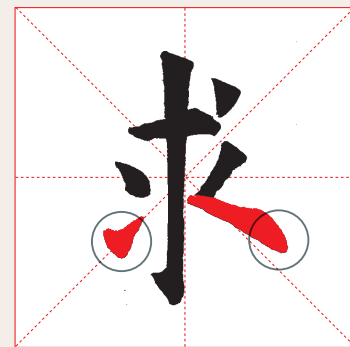
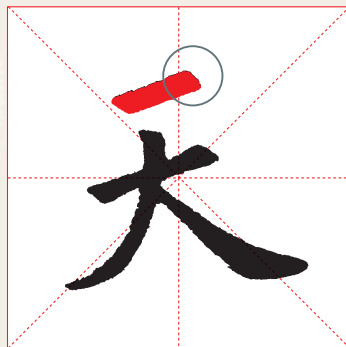


学好经典碑帖，才能继承优秀的书法传统。让我们一起来认识一下欧体吧。



与一般楷体字相比，欧体字形体修长，笔画劲挺有力。

欧体楷书和一般楷体字看起来很不一样。我来圈一圈，比一比。



第一遍>>>观察范字，描红笔画

第二遍>>>对比范字，描红笔画

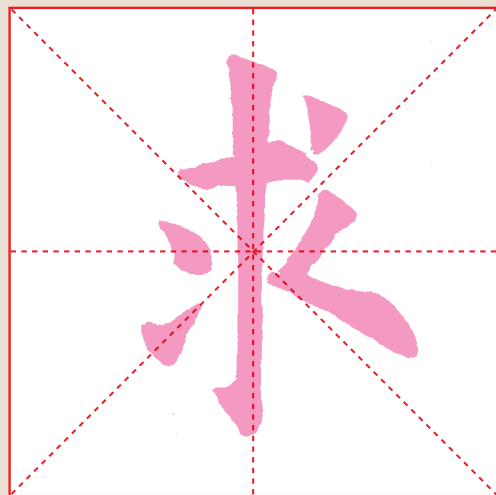
第三遍>>>调整，描红范字



快乐 写一写

我在进步

从现在开始，我要学习欧体楷书了。我来感受一下欧体笔画的起、行、收，体会体会它的用笔特点。



\_\_月\_\_日





九成宫醴泉铭碑

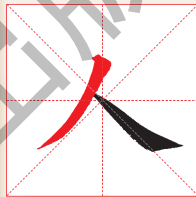
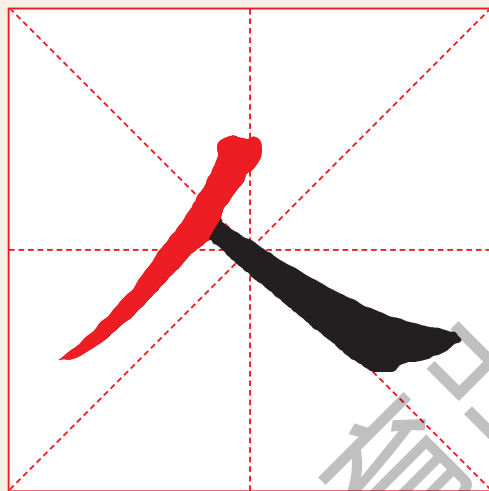


九成宫醴泉铭碑

据记载，唐太宗李世民有一次在九成宫避暑，发现了一处水源，并为之取名为“醴泉”，意思是泉水跟美酒一样甘甜。魏徵用优美的文字记叙此事，并由欧阳询用楷书书写，之后刻成石碑。这便是流芳百世的《九成宫醴泉铭》。



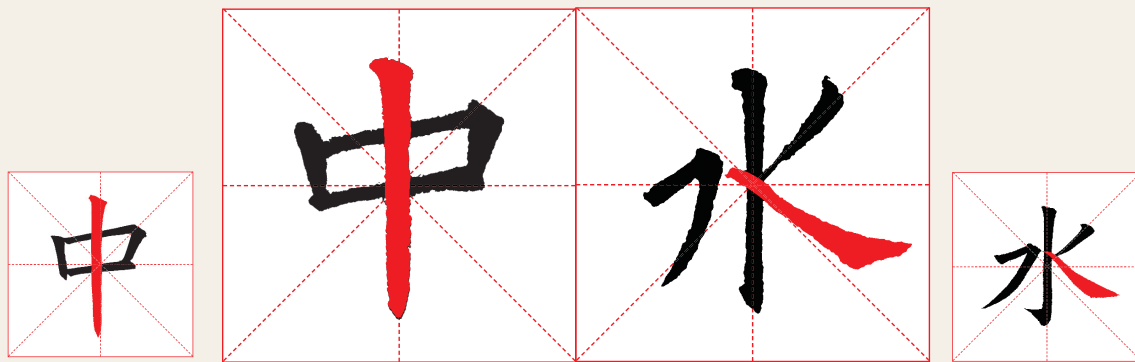
欧体笔画练习（一）



欧体的撇看起来迅捷爽利。

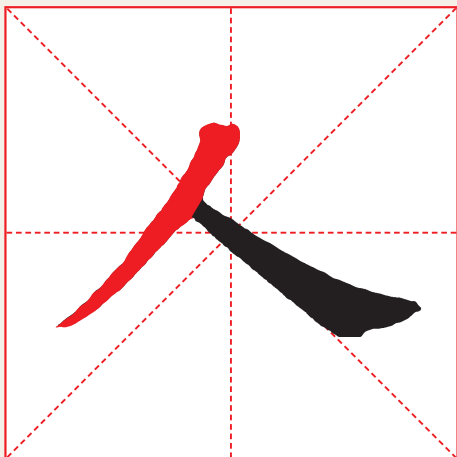


与一般楷体字相比，欧体笔画粗细变化更为明显，用笔更加干净利落。





跟着练一练



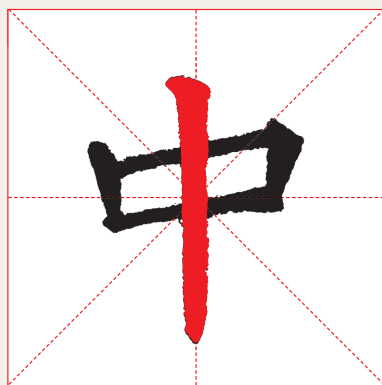
撇



欧体的撇画弧度较小，竖画短而浑厚，捺画的捺脚厚重，捺尖上翘。

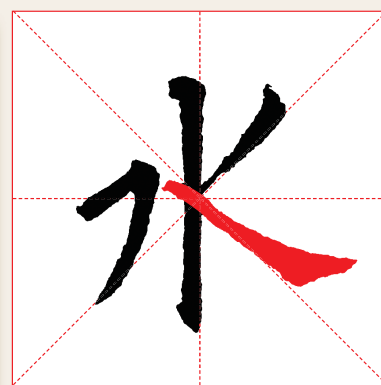
你知道吗？

- 欧体笔画力量感较强。
- 欧体用笔险绝，结构斜中求稳。



悬针竖

◎ 较为浑厚有力。



捺

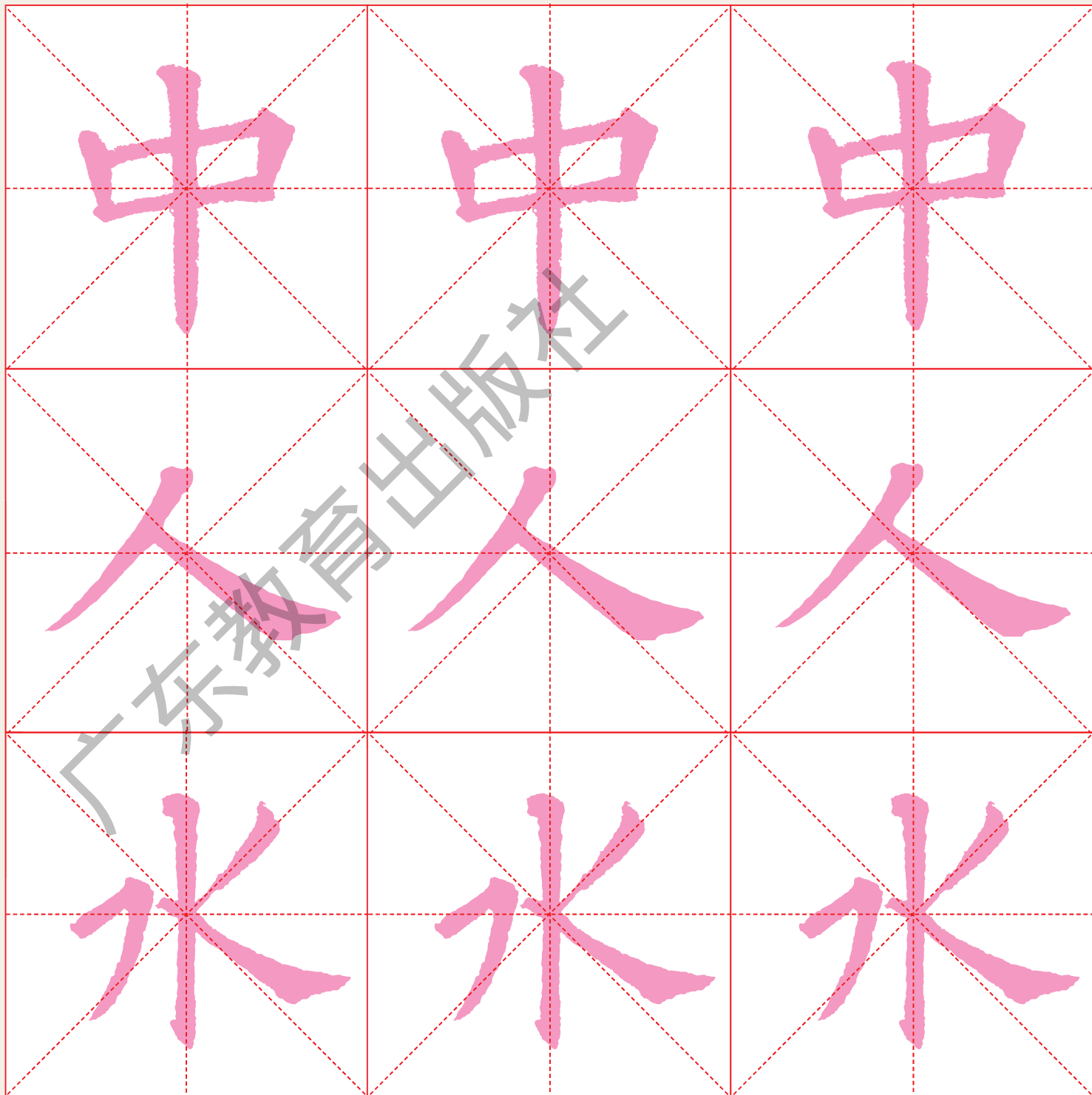
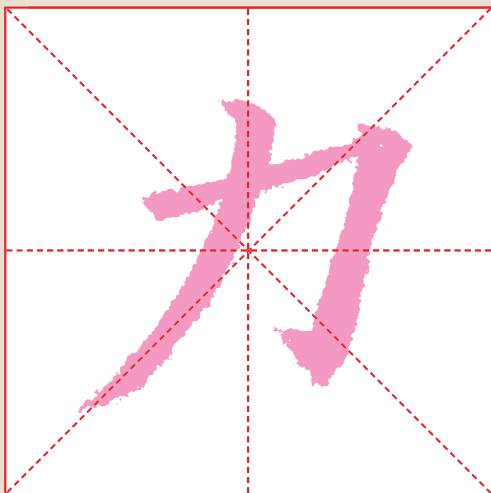
◎ 捺脚处顿笔重按，向右上方提笔出锋。



快乐 写一写

我在进步

欧体楷书笔画生动有力，我来描描欧体的“力”字，和同学们对比一下，看谁写得更有力量。



收

藏

夹

集字欣赏



圈 圈 点 点

中 ○○○  
 人 ○○○  
 交 ○○○

点墨标准:

需要加倍努力。



还有进步空间。



写得真不错!



写得满意的字:

需要改进的字:

我的收获:

\_\_月\_\_日

从书法家的字迹中挑选我们需要的字，进行重新组合，变成新的作品，就是集字。横式的集字作品一般从右向左书写。

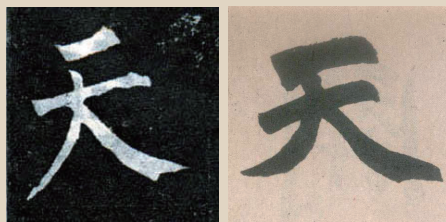


楷书的典范



欧体

颜体



柳体

赵体

楷书用笔一丝不苟，自有一种规范之美。比较一下欧体、颜体、柳体、赵体的“天”字，我们可以发现，它们虽然风格各异，但在字形字态上都遵循一定的法度。

特别是欧阳询的《九成宫醴泉铭》，“法度森严”，是后世学习楷书的典范。



我来想一想



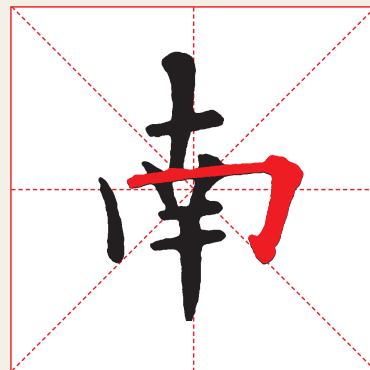
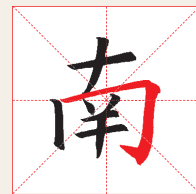
欧体笔画练习（二）



与一般楷体字相比，欧体的钩画和转折都特点鲜明。



我发现欧体的竖弯钩转弯处用笔较轻。





跟着练一练



1 下笔轻按

2 向下行笔，  
稍向左倾

3 调整笔锋右行，渐行渐按

4 调整笔锋，向上  
迅速出钩

竖弯钩

竖弯钩的钩化方为圆，短促锐利。横折钩的折果断有力，有耸立之感。

你知道吗？

- 欧体的笔画动感十足，充满张力。
- 笔画的长短粗细、虚实变化更明显。



转折

◎折笔处重按。

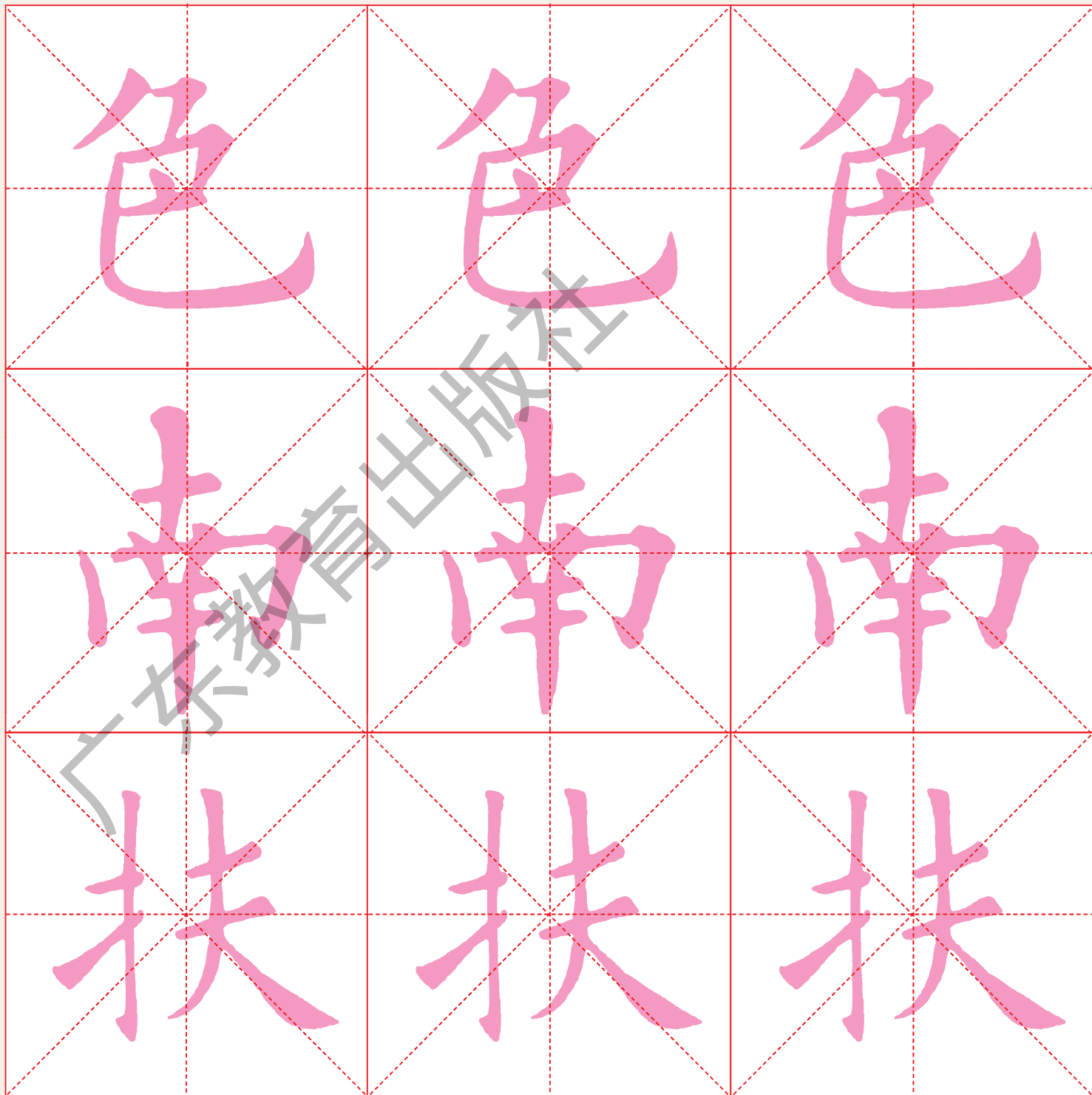
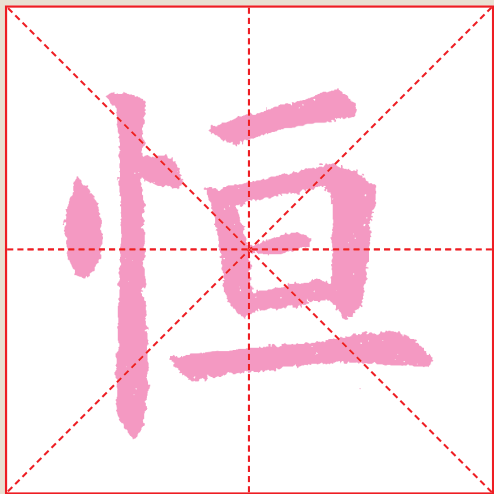


快乐 写一写

## 我在进步

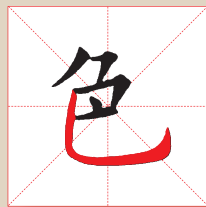
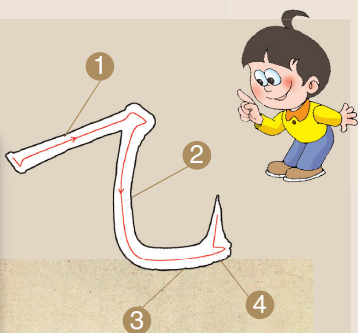
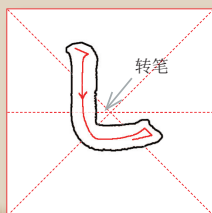
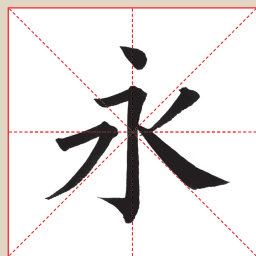
我发现自己越来越喜欢上书法课了。假期里我也要坚持日练三字，这样，我的书法会进步更快。

今天，我在这里写下一个“恒”字，鼓励自己学习要持之以恒。



# 温故知新 (二)

学习了三年级的书法课，让我们一起来回顾一下书中有趣的知识吧！

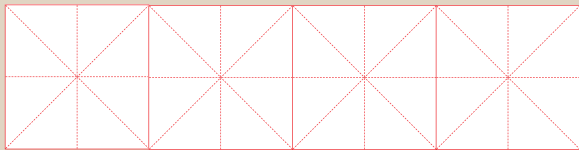


## 交流

◎看到上面这些图片，我想起这些练习过的内容：

\_\_\_\_\_

◎我用钢笔展示一下自己写得最好的笔画：



## 拓展

写一幅书法作品，展示一下自己的进步吧！

作品展示台

我要用心写好，放进我的“墨迹收藏夹”。

