

# 特别说明

此资料来自豆丁网(<http://www.docin.com/>)

您现在所看到的文档是使用下载器所生成的文档

此文档的原件位于

<http://www.docin.com/p-6078178.html>

感谢您的支持

抱米花

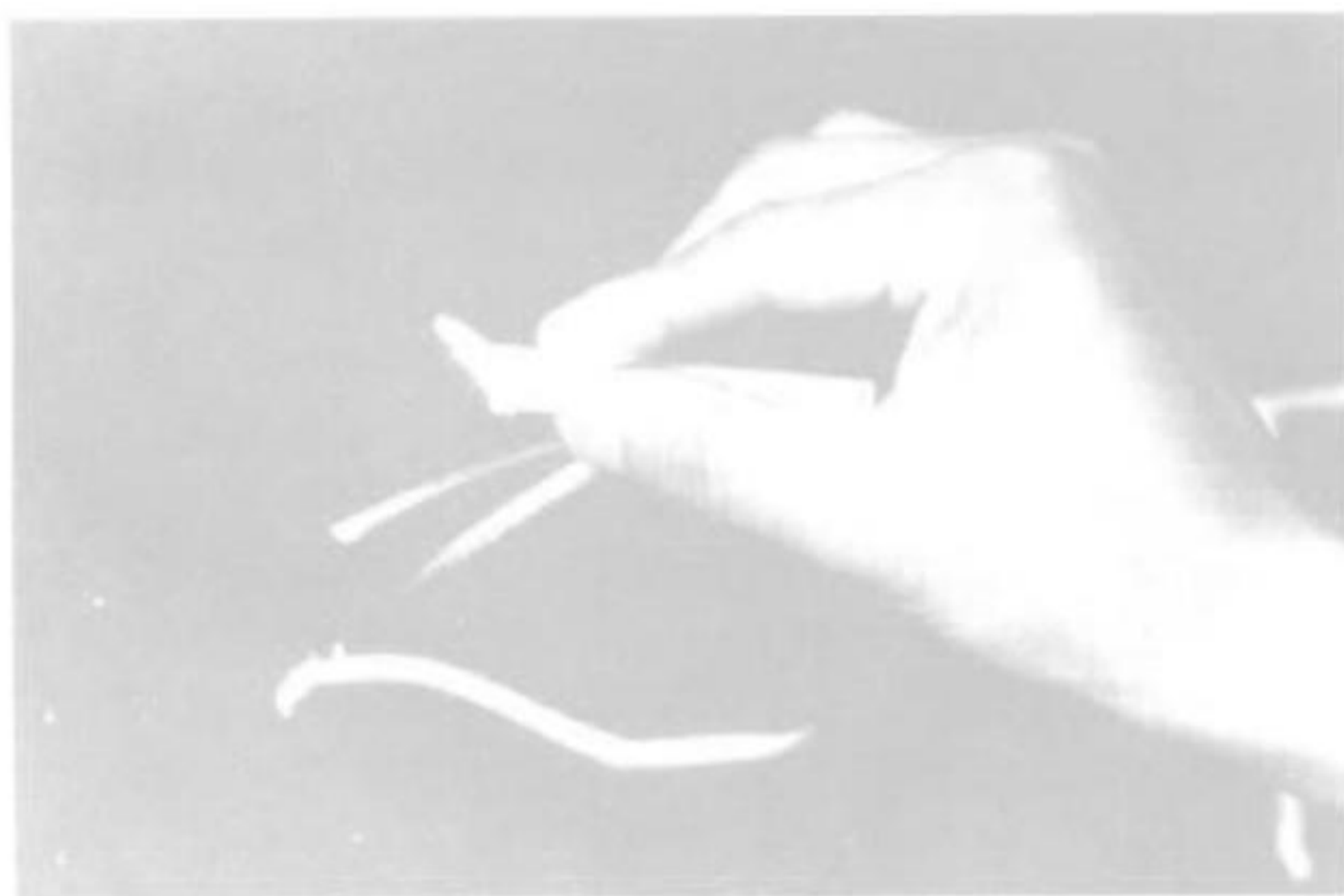
<http://blog.sina.com.cn/lotusbaob>

# 粉笔字书写技法（楷书）

## 第一节 执笔、运笔、板书的姿势

我们从小学(或者幼儿园)开始学写字，就涉及到执笔问题。但那时先是执铅笔，然后执钢笔、圆珠笔等，有时还要执毛笔，这些执笔法可能都有老师或家长示范。唯粉笔执法很少有人问津。因为少儿学习期间还用不着粉笔书法，即使有少数同学为出板报而执粉笔，恐也是“五师自通”，没有人去考察其正确与否，现在我们学习粉笔书法与板书，不能回避执粉笔问题，因为执笔的方法是+否妥当，对书写的水平有直接的影响。

粉笔不同于毛笔和其他硬笔，自身是笔杆又是笔头，而且板书是立式书写，手腕、手臂均要悬起，因此执粉笔的方法也不同于其他笔类的执法。通常采用“三指法”，即拇指、食指、中指三者齐力握笔，其中拇指、中指对应相抵，食指在前控制行笔方向，其余二指(无名指和小指)自然弯曲相依即可。在前的食指距离粉笔头约1.5厘米，这样书写起采既着力又灵活，如果离粉笔头太近，执笔的手指某部位会靠在黑板上来回摩擦，影响书写的流利；如果离笔头太远，无力控制行笔，写出的笔画会太轻而不清晰，影响观者的视觉效果。执粉笔时还要指实掌虚，“指实”即手指执笔要紧而有力量，写出的字才能刚劲有力；“掌虚”就是手心不能握拳，而要留有一定的空间，使运笔灵活，这样写出的字则流利而不呆板(见图1—1)。



所谓运笔，就是在写字时，粉笔在黑板上行走的运动过程。这一过程留下白勺痕迹，就是点画，由点画再搭成字。因此，讲究运笔，点画就有生气，再加上结体合理，字就美观。否则，只是直统统地——画而过，点画则了无生气而且笨拙。即使结字好，也难免板滞。请比较下列点画的优劣。



讲究运笔，就是在不同点画的书写过程中，行笔讲究提按、顿挫、转折、快慢等。

“提”，就是将粉笔从板面提起，使笔迹从粗到细(如果提笔最后离开板面，笔迹就由细到无)；

“按”，就是将粉笔在板面上重按，使笔画变粗，运笔的提按往往是在同一笔画中完成，如斜撇的写法就是先按后提，以达到右上粗、左下细的笔画效果。

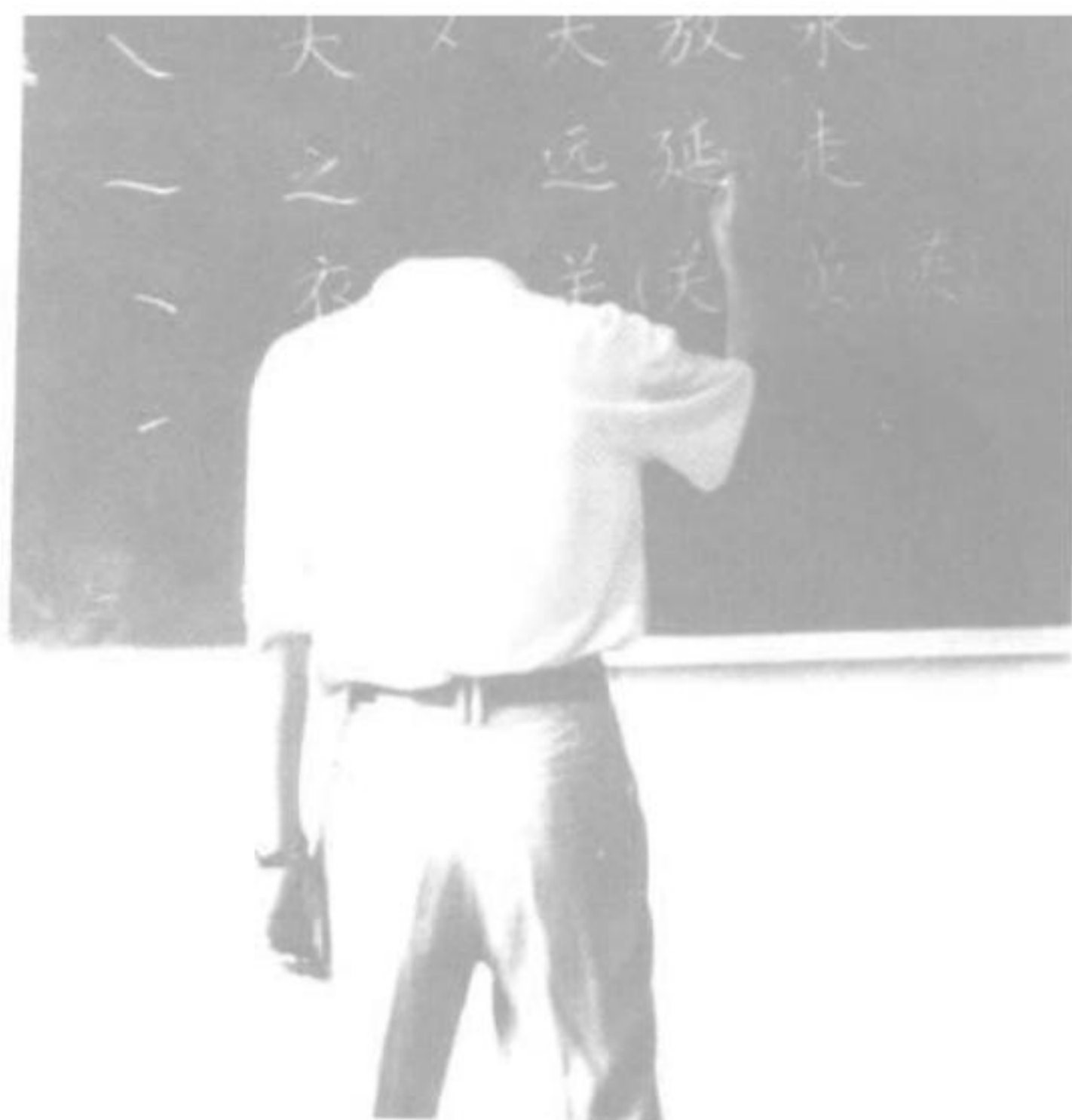
“顿”，就是在“按”的基础上停顿一下，使点画的某一处圆浑而有力量。“顿”经常在点画的起笔、收笔或勾挑捺角处体现出来。

“挫”，是指转换笔尖方向的一种急促而有力的行笔方式，常和“顿”一起连用，称为“顿挫”，比如在钩画的出钩处就要用“挫”。以竖钩为例，钩画就是先顿后挫，粉笔尖扭转方向而形成的一种运笔线路。这样能收到蓄势跃出的效果(犹如踢足球，出脚时脚先向后收(蓄势)再踢出，使之强有力)，如果没有“挫”笔扭转作准备，而径直出钩，其钩画则如断柴折芦，了无“精神”。

“转折”，也是改变粉笔尖书写方向的一种运动形式，但它不像“挫”那样急促而含“扭”的运笔动作，而是圆转地改变运笔方向。由于粉笔写到一定程度会磨损成扁平，于是出现线条粗细不均，我们通过转折运笔也正好能弥补这一缺陷。

“快慢”，指的是点画行笔速度。“快”便于连带而易写出气势，“慢”便于沉着而不易轻滑。有时某一笔画的运笔过程就有快慢之分。如“悬针竖”的写法，先慢后快，将粉笔渐渐提起，以行笔惯性出锋，使笔画锋芒毕露，如针之悬。运笔在某一笔画中有三个步骤，即“起、行、收”(被称为运笔的“三部曲”)。上文说的运笔的各种方法(提按、顿挫、转折、快慢等)就应用在不同笔画的“起、行、收”中，如楷书的长横写法，可以概括为“起笔顿顿、收笔顿顿、中行速而劲”。相对而言，楷书运笔较慢且迟重，而行书多连带，运笔较快而轻盈。

理解了粉笔书法的执笔、运笔方法和书写要领之后，我们便可着手在黑板上练习书写，书写时除了精神集中之外，还应该有良好的板书姿势，姿势正确能充分利用人体各部分的有利因素，还有益于身心健康。因为板书通常是站着写，且板面与人体平行(写毛笔书法和其他硬笔书法时，纸面与人体几乎垂直)，所以要讲究站得稳，两脚平放地面且分开与肩同宽，执粉笔的手臂自然弯曲(有时写到高处时，也可伸直)，另一手臂自然下垂(不要作舞蹈姿态)，头要正，头正则视线平，板书也容易平正(图1—2)。一般地，板书者都是正面对黑板，背向学生，但有特殊需要也可侧向黑板，侧向学生。另外，根据板书者身高的不同，板书时亦可适当踮脚或下蹲，以适应板面高低的需要。总之，正确的板书姿势要与实践相结合。



## 第二节 粉笔楷书的笔画形态与写法

笔画是构成汉字的基本部件，它与结体共同有机地组合成美观的书法。因此，了解并熟练书写各种形态的笔画是写好粉笔书法的重要一环。上一节介绍的运笔方法以及书写某一笔画的“起、行、收”三步骤，是从笔画运行来分析的，是“动”的方面；而笔画形态是从笔画的形象来分析的，属“静”的方面。当然，每种不同笔画的“静”的形态是通过粉笔运行的“动”的过程来完成的。虽然“静”的笔画形态是丰富多样的，但“动”的运笔却“万变不离其宗”。按照《现代汉语字典》，楷书的基本笔画

有八种：即点、横、竖、撇、捺、挑、折、钩。但每种笔画又有多种形态差异，如“钩”，就可以分为“横钩、竖钩、卧钩、斜钩、弯钩、竖弯钩、横折弯钩”等。而且每一位书写者，因其师承不同，手性不同等因素的影响，对同一形态的笔画又会写出不同的面貌来，再加上结构、用笔手法的变化，从而出现多种不同风貌的板书。

下面介绍各种楷书笔画的基本写法。

### 一、点

点是笔画中最小的形态，但它在整个汉字中频繁出现、举足轻重。点可分为基本点和组合点两大类。

#### 1. 基本点

(1)侧点：写法是左向斜侧落笔(与水平方向约成45°角)先轻后重向下滑行，迅速停顿回锋收笔。如：



(2)垂点：如露珠垂而欲滴，故称。有因为这种点一般出现在字的最左边，所以又称“左点”。写法是右向斜侧落笔(与水平方向约成75°角)先轻后重向下滑行，迅速停顿往上收起。如：



)挑点：形如短小的挑画，故称。写法是纵向落笔而顿，再提笔向上出锋挑起，动作要快而有力，如：



(4) 撇点：形如短小的撇画，故称。写法是左向斜侧落笔而顿，再提笔向左下出锋挑起，如：



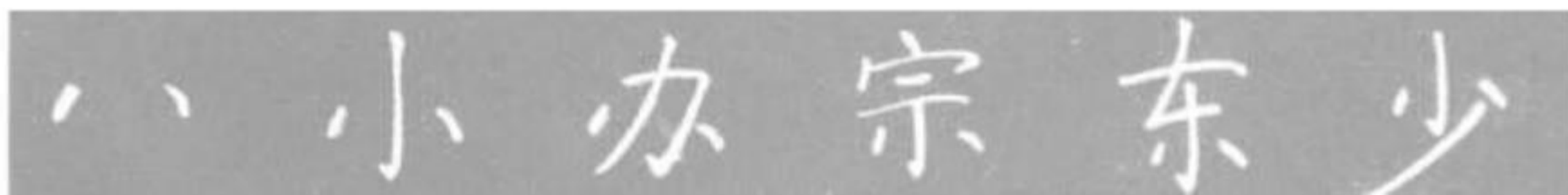
(5) 长点：拉长侧点便是长点。写法与侧点写法相同，只是行笔的过程稍长，如：



## 2、组合点

组合点是由基本点组合而成，书写时均要注意互相呼应。

(1) 左右点：由垂点（左点）与侧点组合而成，往往分布于某一笔画的左右两边，书写时要笔断意连，如：



(2) 相向点：亦称“羊头点”，这是侧点与撇点的组合。书写时撇点长，而且点不要相交，如：



(3)相背点：这是撇点与侧点的组合。书写时两点的距离不宜太近或太远，如：



(4)上下点：是上、下两个侧点组合而成。书写时两点要略有变化才显得生动。如：



(5)并二点：由侧点和挑点或由撇点和挑点组合而成。书写时要根据不同要求进行变化，如：

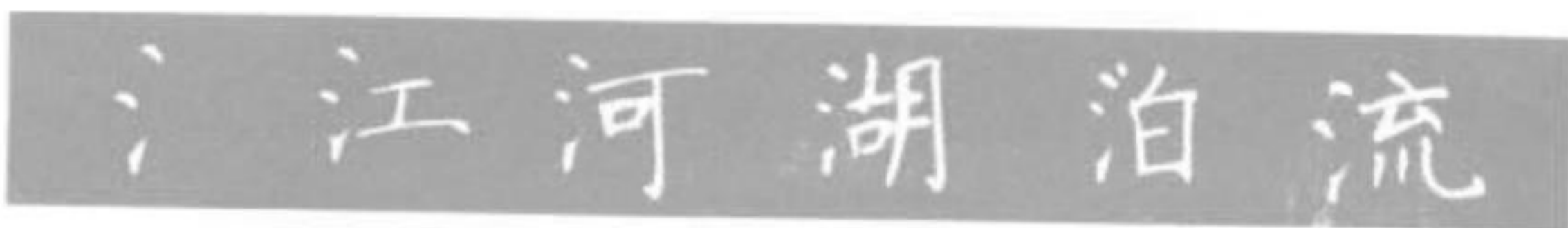


(6)合三点：由左、中两个侧点与右边一撇点组合而成。书写时注意中侧点位置略高，使三点上方呈弧线形，撇点要衬在侧点下面。如：



(7)水旁点：这是由两个侧点和一个挑点组合而成。书写时，中间的侧点向外略突出，形成“(”形状，如：





(8)火底点：由一个垂点和三个侧点组成，也可由三个垂点和一个侧点组成。书写时中间两点要直一些且略小，左点要斜一些且略大，四点要撒开以托住整个字的上部为好，如：



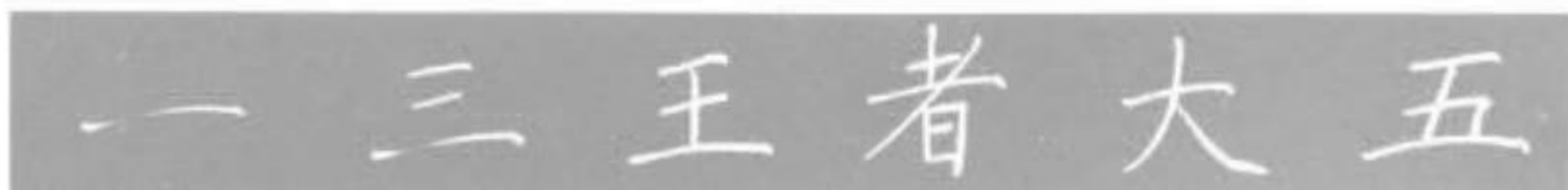
(9)两对点：由左上侧点、左下挑点、右上撇点和右下侧点合而成，也可以说是两个不同的并二点分布在某笔画的两旁，如：



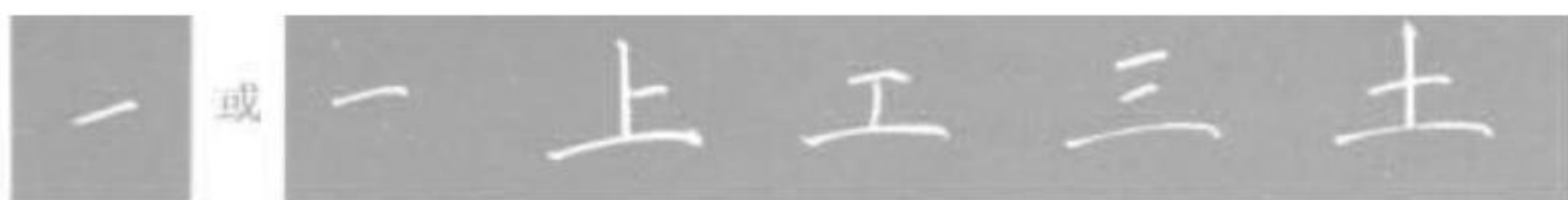
## 二、横

横画书写最能体现“起、行、收”运笔的三步曲，起笔左向斜侧(与水平夹角约 $45^{\circ}$ )顿下，行笔略快，收笔往右下顿，形成中间细、两头略粗的细腰横。横画的形态有三种：即长横(在字中往往起到平衡作用)、短横(运笔可以先轻后重)、斜横(写法同长横，只是斜度大些)。无论长横还是短横，都不要写得太平，一般向右上斜约 $10^{\circ}$ 角，这样符合观者视线的错觉。如：

长横：



短横：



斜横：



三、竖

竖画有悬针竖和垂露竖两种形态。悬针竖的写法是左向斜侧下顿笔，行笔逐渐上提脱离板面以惯性出锋，形成针尖状，通常于某字或某部分居中插下。垂露竖的写法，起笔同悬针竖，行笔均匀用力，收笔时右下略顿。竖画要写得不偏不倚。如：

悬针竖：



垂露竖：



竖画还有两种附属形态，即：竖弯，竖提。如：

竖弯:



竖提:



#### 四、撇

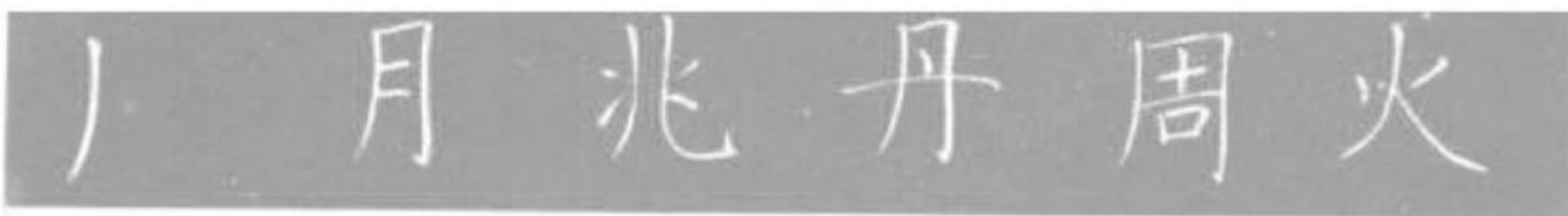
撇画的写法是斜向侧下顿笔，行笔逐渐上提，快速而带弧势，收笔 / 顷势出锋。

撇的形态主要有四种：斜撇、竖撇、平撇、短撇。撇的写法都一样，只是长短、斜度各有不同，如：

斜撇:



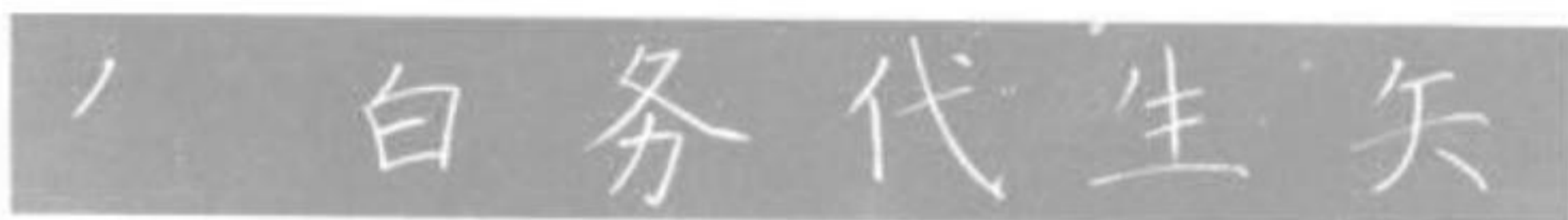
竖撇:



平撇:



短撇:



### 五、捺

捺画在一个字中往往充当主笔，是比较难写的笔画之一。其形态主要有：斜捺、平捺、反捺。斜捺的写法是起笔轻，行笔时逐渐下按，快要出锋时略顿，再扬起笔依运笔惯性飘出，写捺时要留意线条的波折。平捺写法同斜捺，只是与水平方向夹角较小，故称。反捺写法如长点，经常被用在捺画并列或重复的地方(有时是手写体的习惯，因为以长点代捺写起来方便)，如：

斜捺:



平捺:



反捺:



## 六、挑

挑画写法是纵向落笔顿而挫，行笔快提，依运笔惯性斜向右上挑出。挑画有平挑和斜挑两种，斜度略有不同，如：

平挑：



斜挑：



## 七、折

折画在汉字中出现较多，而且形态各异。书写时关键在折处顿笔，并注意构成折画线条的夹角和相互关系。

横着：构成折画线条的夹角一般小于90°。或等于90°，如：



竖折：构成折画线条的夹角一般略大于90°。或等于90°，如：



撇折：先写一短撇，再顿笔右向上挑，夹角约45°，如：



横撇(折): 先写一横, 于折处顿笔, 再写一撇, 夹角约  $45^{\circ}$  至  $60^{\circ}$ , 如:



撇点(折): 先写一撇, 于折处轻顿笔, 再写一长点(或视为反捺), 夹角约  $60^{\circ}$  至  $90^{\circ}$ , 另注意两笔画向内略弯曲, 如:



横折弯: 先写一短横, 于折处顿笔, 再写一竖弯(注意竖弯处一定不能写成折), 如:



## 八、钩

钩画常常依附在其他笔画上, 与其共同构成笔画形态, 运笔出钩前一定要顿挫蓄势, 这样钩锋才显得稳健有力。钩的主要形态有:

弯钩: 写弯钩时要留意向右“弯”的弧度, 并注意收笔处与起笔处几乎在同一条垂线上。钩法同其他, 如:



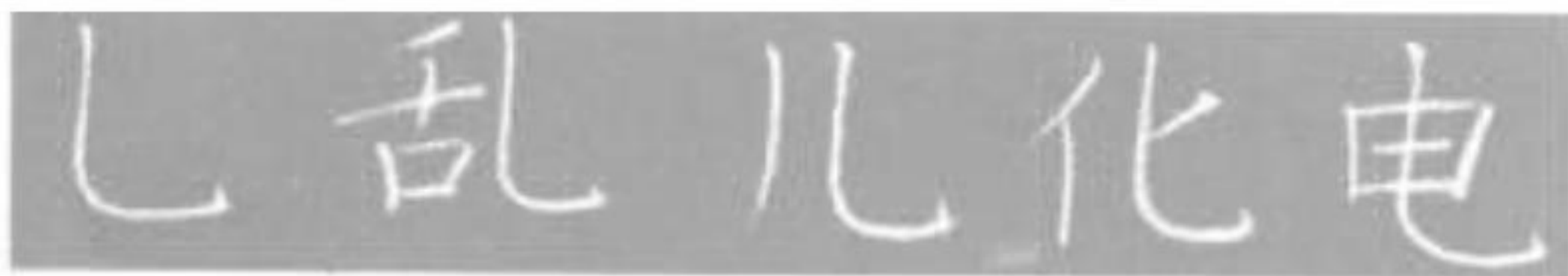
卧钩：可以理解为将斜钩“卧倒”，但起笔轻，弧度更大，出钩要向左上，以求与其他笔画呼应，如：



横折钩：根据横折画的夹角，横折钩又有两种形态，写法参照横折画与钩的写法，如：



竖弯钩：先写竖画，再右，转弯(如画圆)，收笔时正向上轻快钩出(可略向内钩，但决不能向外钩出)，如：



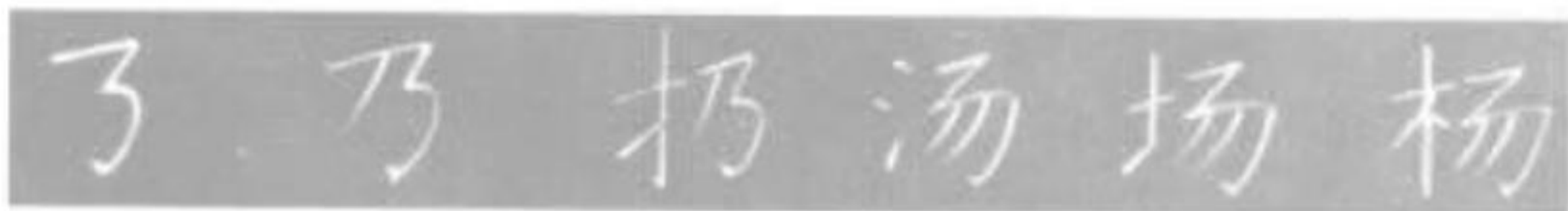
横折弯钩：先写横画，于横画的结尾处折向内弯，曲如画圆，收笔时向上轻快挑出。注意斜弯有几种形态，如：



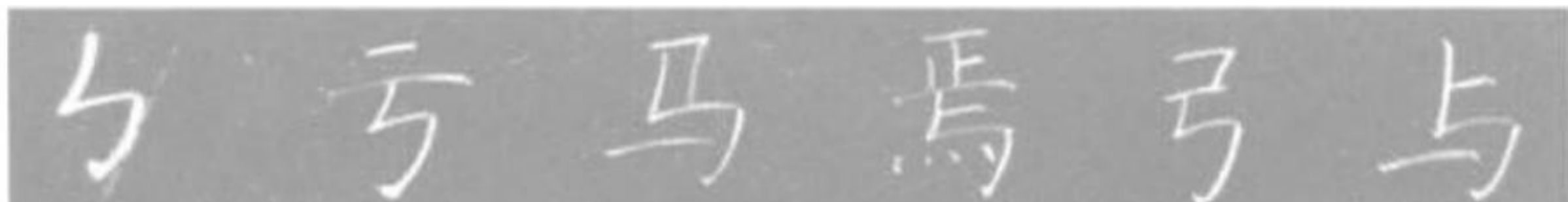
横撇弯钩：横要短，撇和弯钩连接的地方不要顿笔，注意弯钩的长短和弧度，有折有弯，形成对比，如：



横折折钩：横不要长，转折的地方要轻顿，折钩要向左收，成倾斜状，如：



竖折折钩：转折处要轻顿，最后的折钩要倾斜，如：



以上是笔画的基本形态和写法。汉字的笔画组合较多，未必能尽举其美，但掌握了以上笔画的写法，其他便能迎刃而解。另外，因这些笔画是手写，不是印刷，形态可能会因人而异，甚至同一人写同一笔画也会有差异的。怎样使总体搭配好，本书将在第四章中详述。

### 第三节 粉笔楷书的常用偏旁写法

偏旁是构成汉字的主要部件，是介于点画与结体之间的一种形态。练好偏旁写法，在某种程度上对学习粉笔书法与板书起着桥梁和纽带作用。习字时可将相同偏旁的字聚在一起写，举一反三以达到事半功倍的效果。

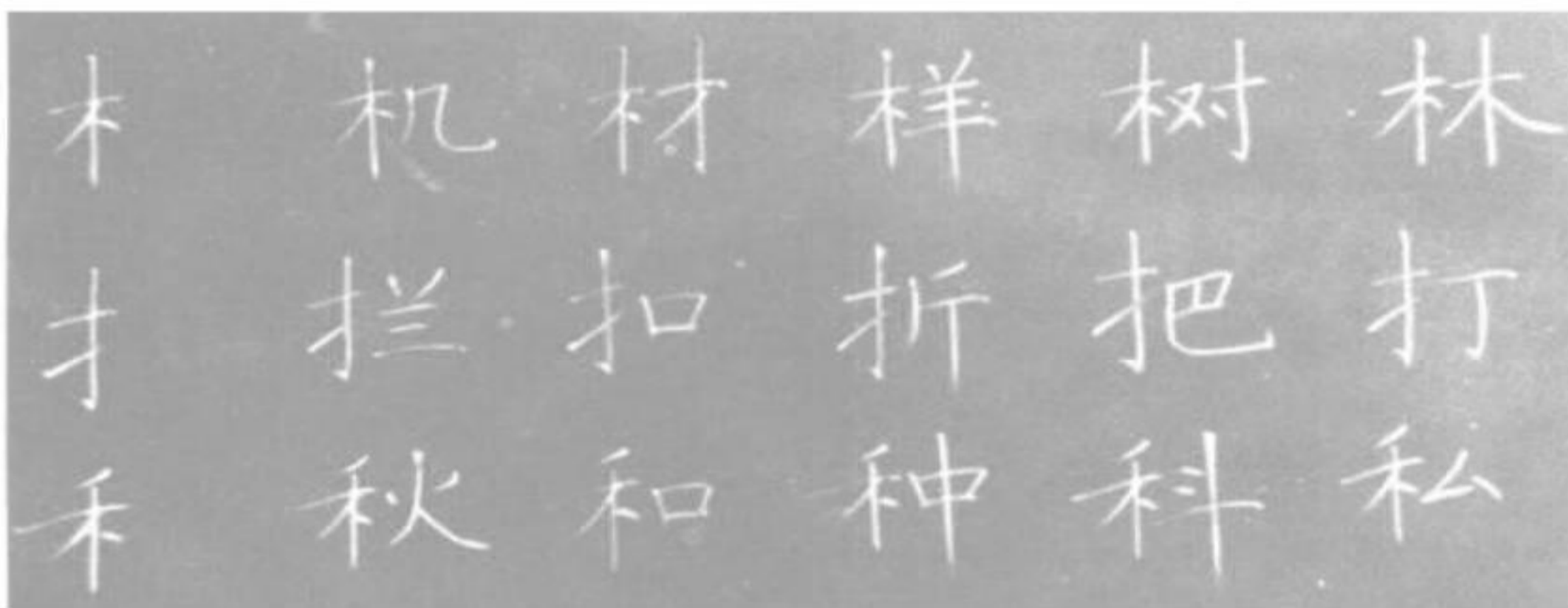


关于偏旁，旧时称汉字中合体字的左边为“偏”，右边为“旁”。后来，合体字的上下部分亦有衍称偏旁的，且有形旁、声旁之分，这是从构字的发展规律来分析命名的。若从书法的角度来分，合体字的左右部件都可称为“旁”，如“左耳旁”、“右耳旁”等；而合体字的上下偏旁又可分别被称之为“头”和“底”，如“宝盖头”、“心字底”等。偏旁涉及到上、下两部分，且笔画相差无几，则可以称“头”，也可以称“旁”，如“广”可以称“病字头”，也可以称“病字旁”（但“广字头”、“厂字头”，一般不称“旁”。有时仅是约定俗成而已）。

下面我们将形态、写法有共性或有可比性的偏旁分组讲析，这样大家练字时可以触类旁通，也便于记忆。另外，对于一些缺少共性，又较难写的偏旁单独列出范例。

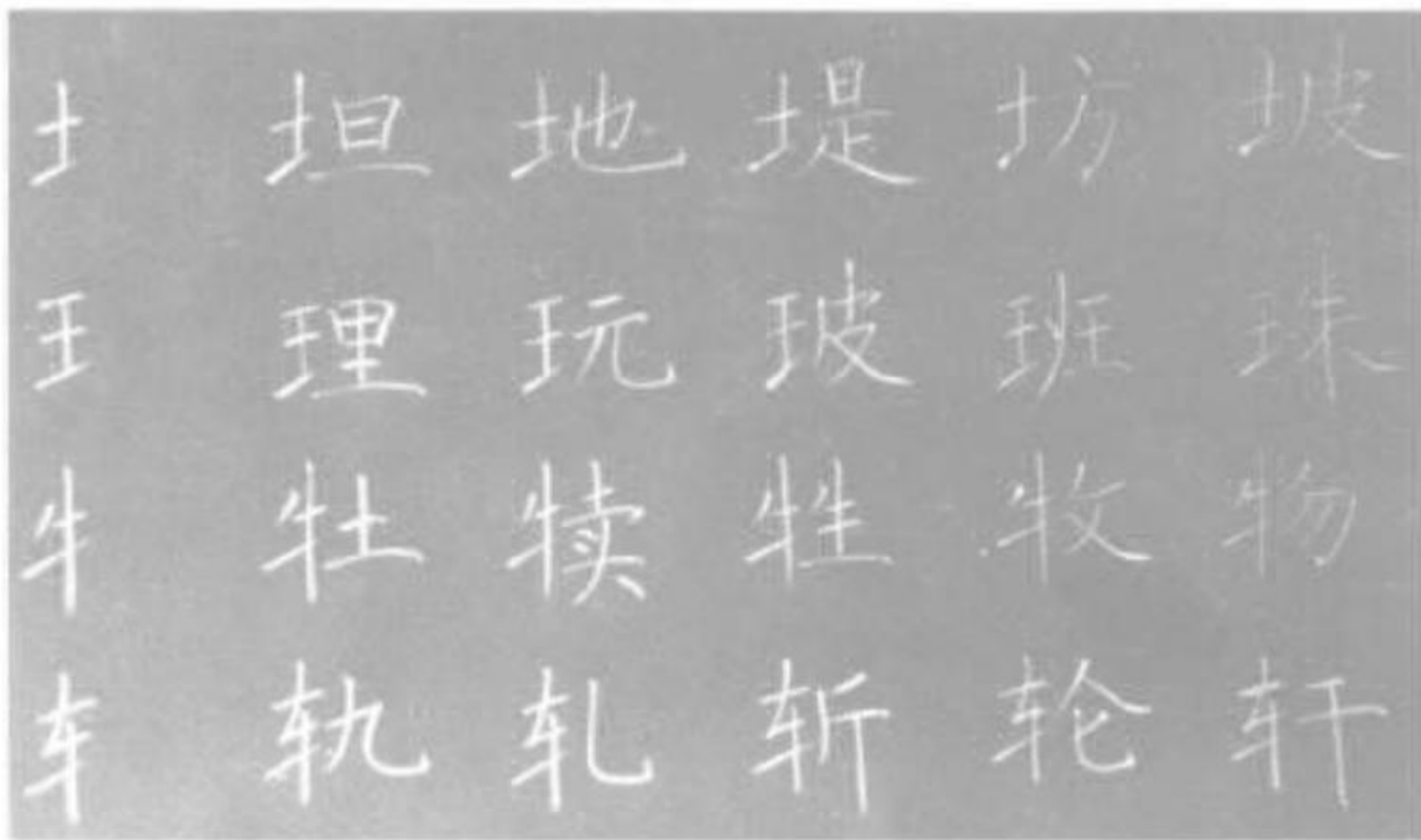
### 一、木字旁、提手旁、禾苗旁

这三个偏旁中的竖画(或竖钩)都从横画的中间偏右穿过，木字旁与禾苗旁的撇画、点画要与中间的竖相接。提手旁的提画穿过竖钩的下中部。



### 二、提土旁、玉王旁、牛字旁、车字旁

这四个偏旁中的竖画也都从横画的中间偏右穿过，但注意横画与横画之间、横画与提画之间的间距要匀称。



### 三、示字旁、衣字旁

这两个偏旁很相似，其竖画与第一侧点要对正，最后一点或二点通常依附在竖画上，且衣旁的最后两点作“并二点”状，不作“上下点”状。



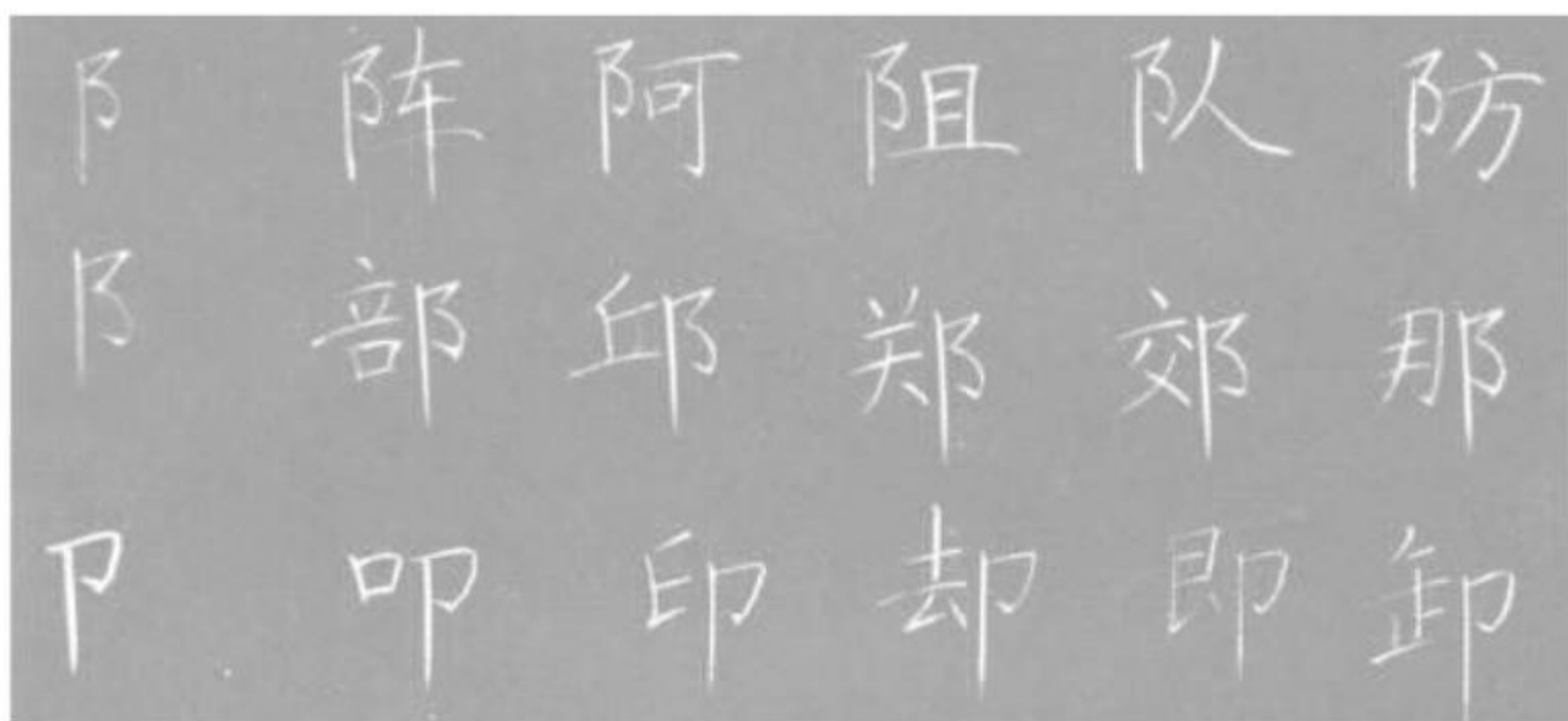
### 四、单人旁、双人旁

这两个偏旁中撇画的斜度(与水平夹角约 $45^{\circ}$ )，竖画的起笔紧靠撇画的中部或略偏上，双人旁的两撇画的起笔处最好在上一垂线上。



### 五、双耳刀、单耳刀

双耳刀分两画书写，横撇弯钩部分开始起笔要轻，运笔画弧时，笔锋渐按再钩出。双耳刀写在字的左边时，称“左耳旁”，其形态较小，竖画用垂露；写在字的右边时，称“右耳旁”，其形态稍大，竖画用悬针。单耳刀都写在字的右边，横折钩要向左斜，竖画用悬针，与横折钩的起笔处相接。



### 六、言字旁、食字旁、金字旁

这三个偏旁都有竖提画，竖在言旁中要与点对正，在其他两个偏旁中可居中或略偏右。

讠 评 证 设 训 译

饣 饮 饥 饿 饼 饭

钅 钱 钟 钢 银 铁

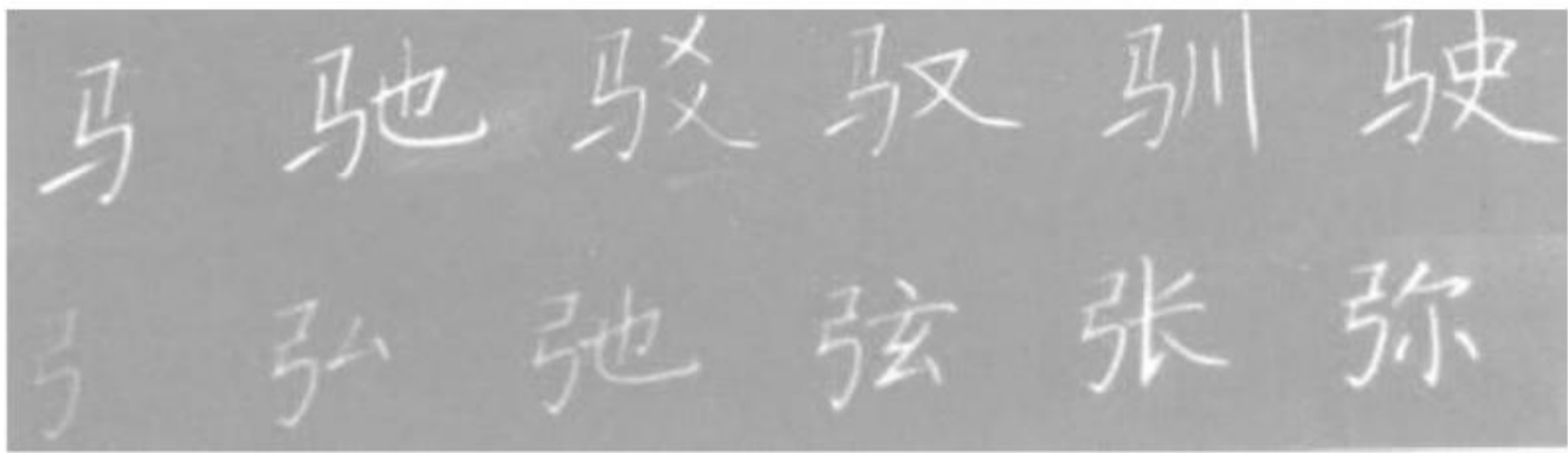
七、

### 山字旁、口字旁、又字旁

这三个偏旁如果出现在字的左边，其共同特点是：一般都写在字的左上方，而且形体较狭窄，如果右边部分有撇画，通常向左倾斜延伸，以衬托这些偏旁。

山 峰 岭 崎 岖 峡  
口 吟 吐 吗 味 咪  
又 邓 劝 欢 艰 戏

八、马字旁、弓字旁：这两个偏旁都要写得狭长些，而且要留意笔画间距匀称。

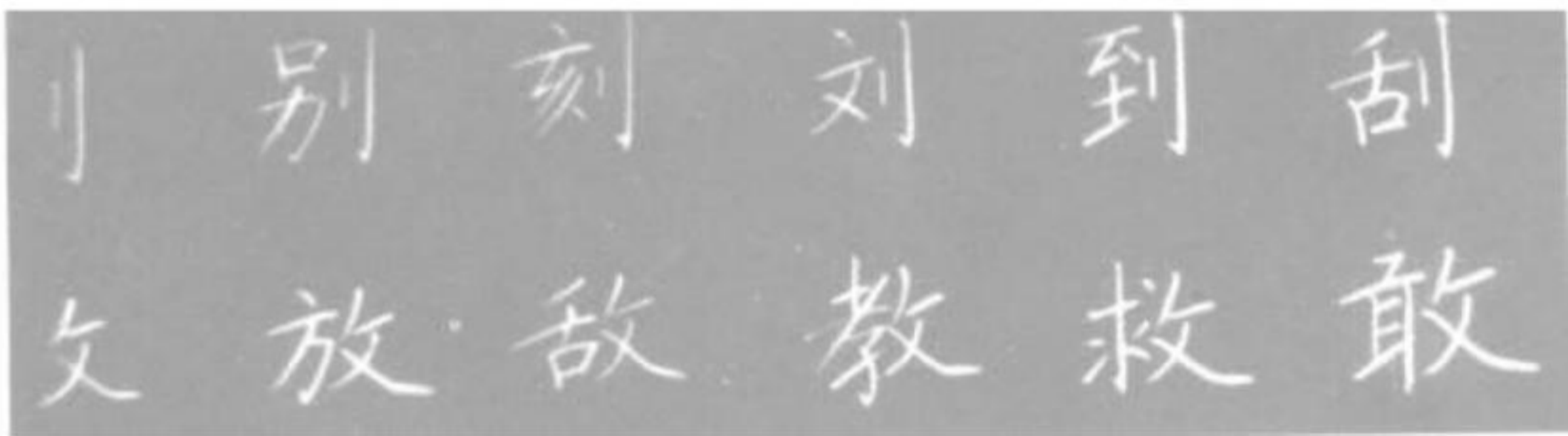


## 九、

### 立刀旁、反文旁

这两个偏旁都写在字的右半部，立刀旁的短竖与竖钩相比，位置应在水平中线偏上。反

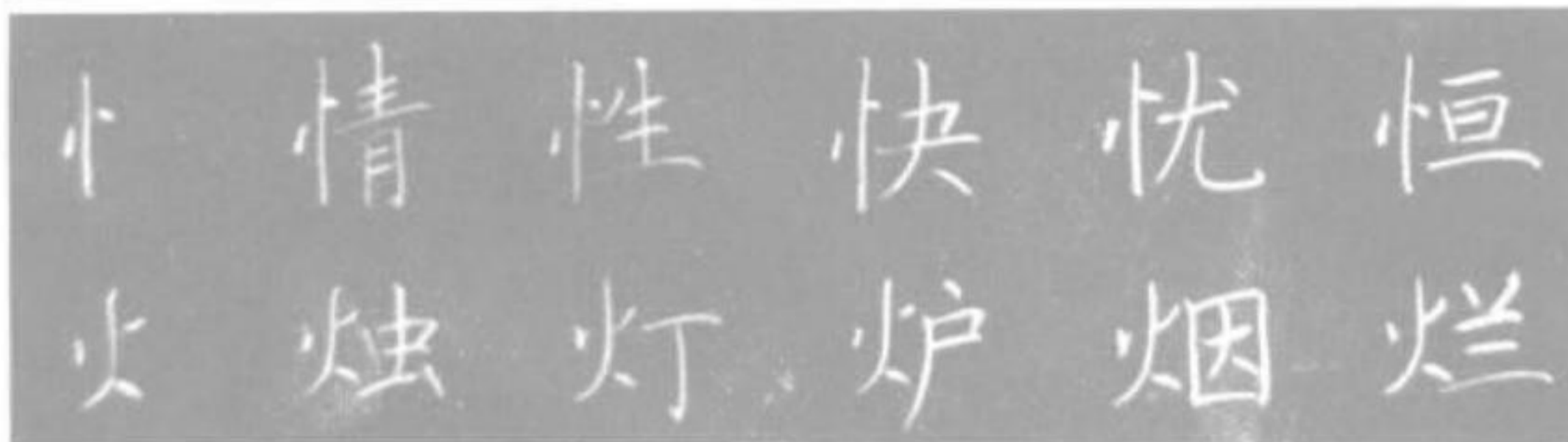
文旁的第二撇应在横的中部起笔，捺画要舒展。



### 十、竖心旁、火字旁

这两个偏旁，一般先写左右点，再写其他笔画，要注意点的上下位置略错开，火字旁的右

下侧点最好与竖画相接。



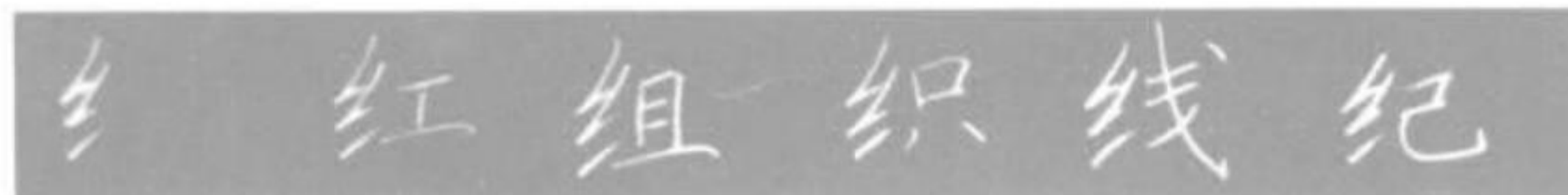
### 十一、女字旁

女字旁写在字的左边时，形态要狭窄些，先写撇点(向内略弯曲而且点要写得短)，再写撇(撇要舒展，靠拢撇点)，最后写提(伸左缩右)，最好不要超出第二笔撇画。



### 十二、绞丝旁

先写两个撇折，第一笔向左突出些，第二笔向右略缩，第三笔提的起笔处与第一笔折处在同一条垂线上。



### 十三、反犬旁

先写短撇(与水平线的夹角约45°)，穿过短撇的中间写弯钩(注意弧度)最后在弯钩

的中上部起笔写撇。

牙 独 狼 狂 狄 猫

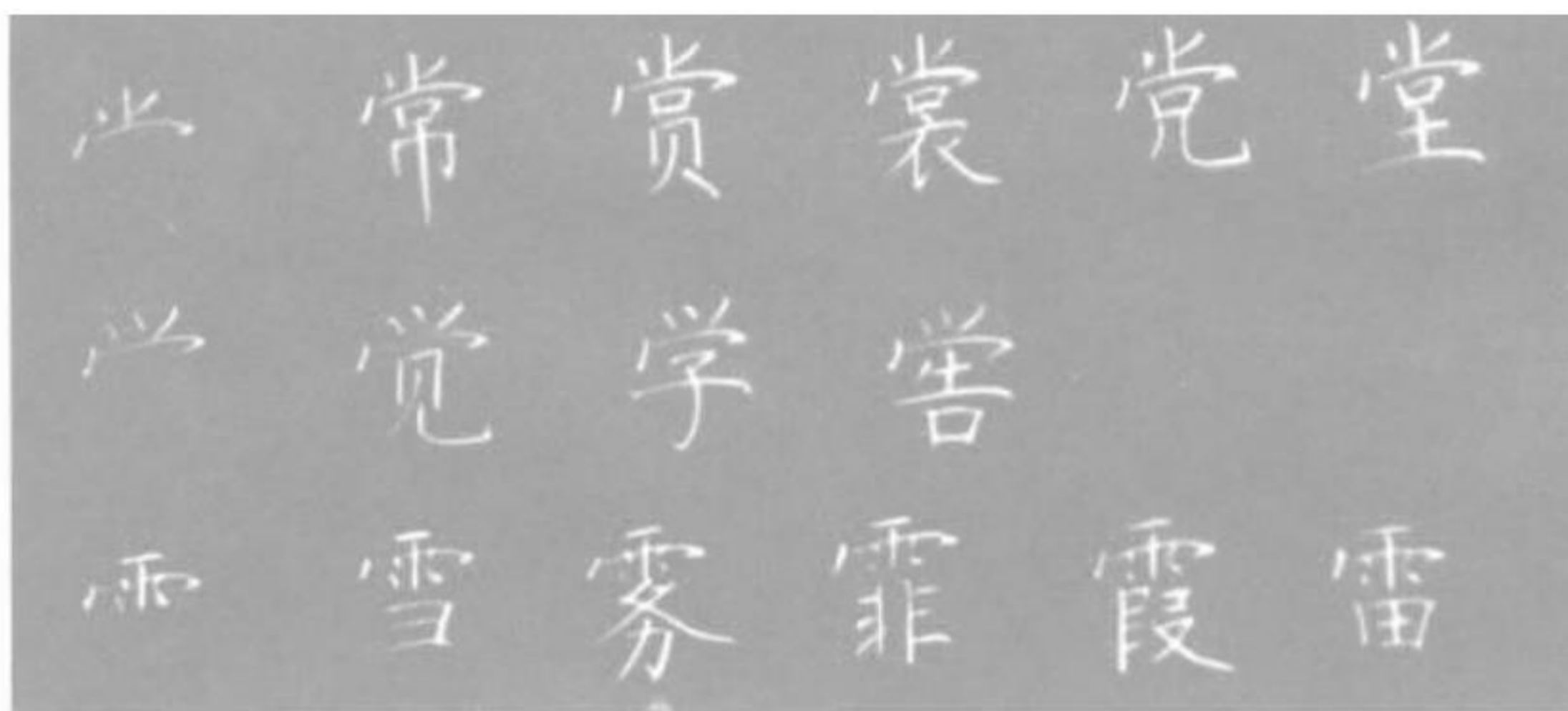
#### 十四、人字头、大字头、父字头春字头、卷字头、登字头

这六个字头都以撇捺二画左、右舒展覆盖下部。

人	合	企	介	命	仑
大	夸	夯	奋	奄	奈
父	爸	爷	爹	斧	釜
夫	春	秦	奉	奏	泰
失	卷	眷	拳	券	
火	登	癸	凳		

## 十五、常字头、学字头、雨字头

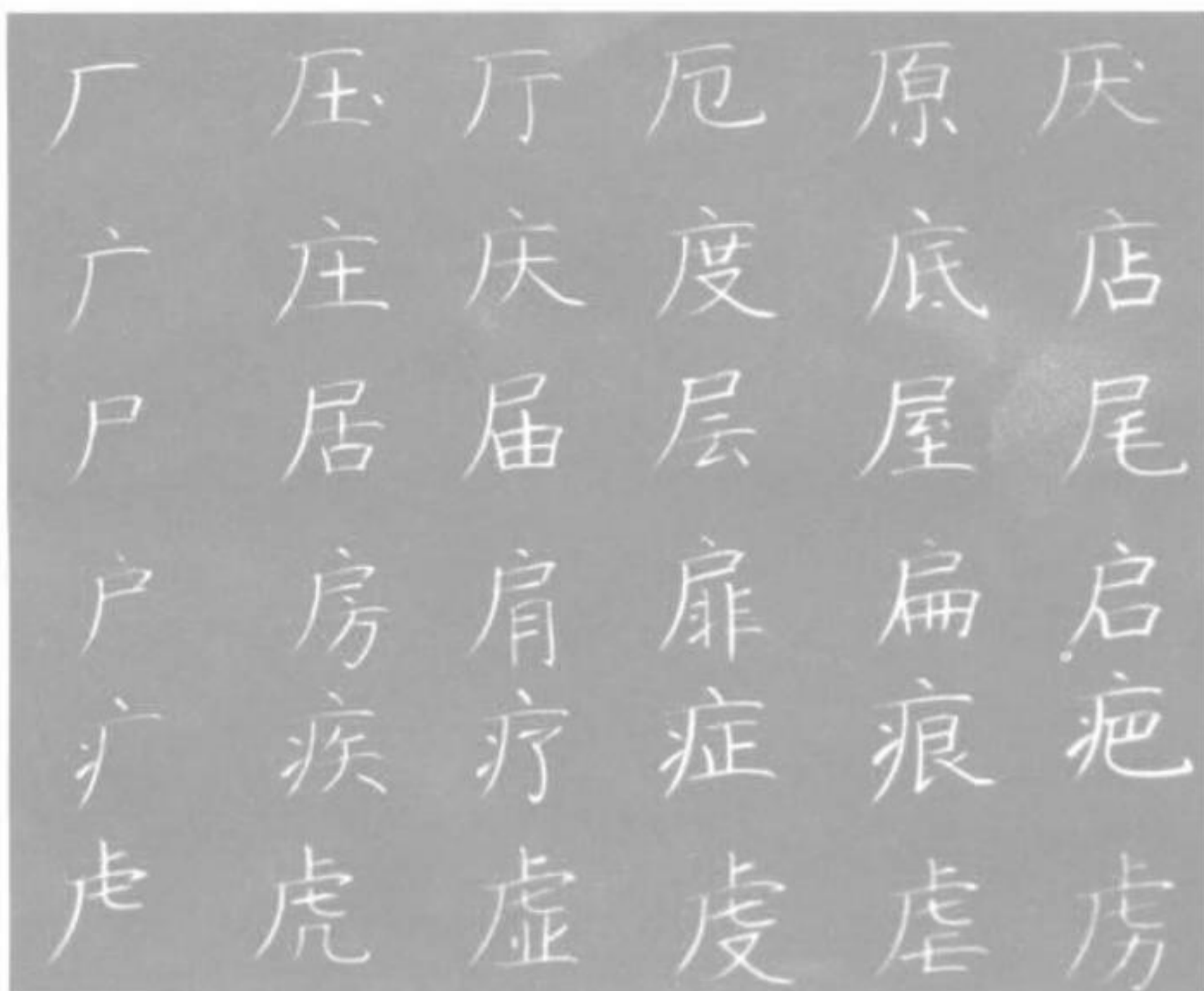
这三个偏旁都写在上下结构字的上部，以“一”左右撑开覆盖下部，但如果下部有长横、撇、捺、竖弯钩等笔画，就要冲出上部的覆盖。此外，这三个偏旁中钩画的写法要参照本章第二节。



## 十六、厂字头、广字头、尸字头、户字头、病字旁、虎字头

这六个偏旁的共同点就是主要由横、撇画来造势。因此，撇的斜度和舒展很重要。整个偏旁位在左上，包围了整个字的右下部分。应当注意被包围的右下部分，在不影响布白匀称的前提下，可向右挪动一些。





### 十七、草字头、竹字头

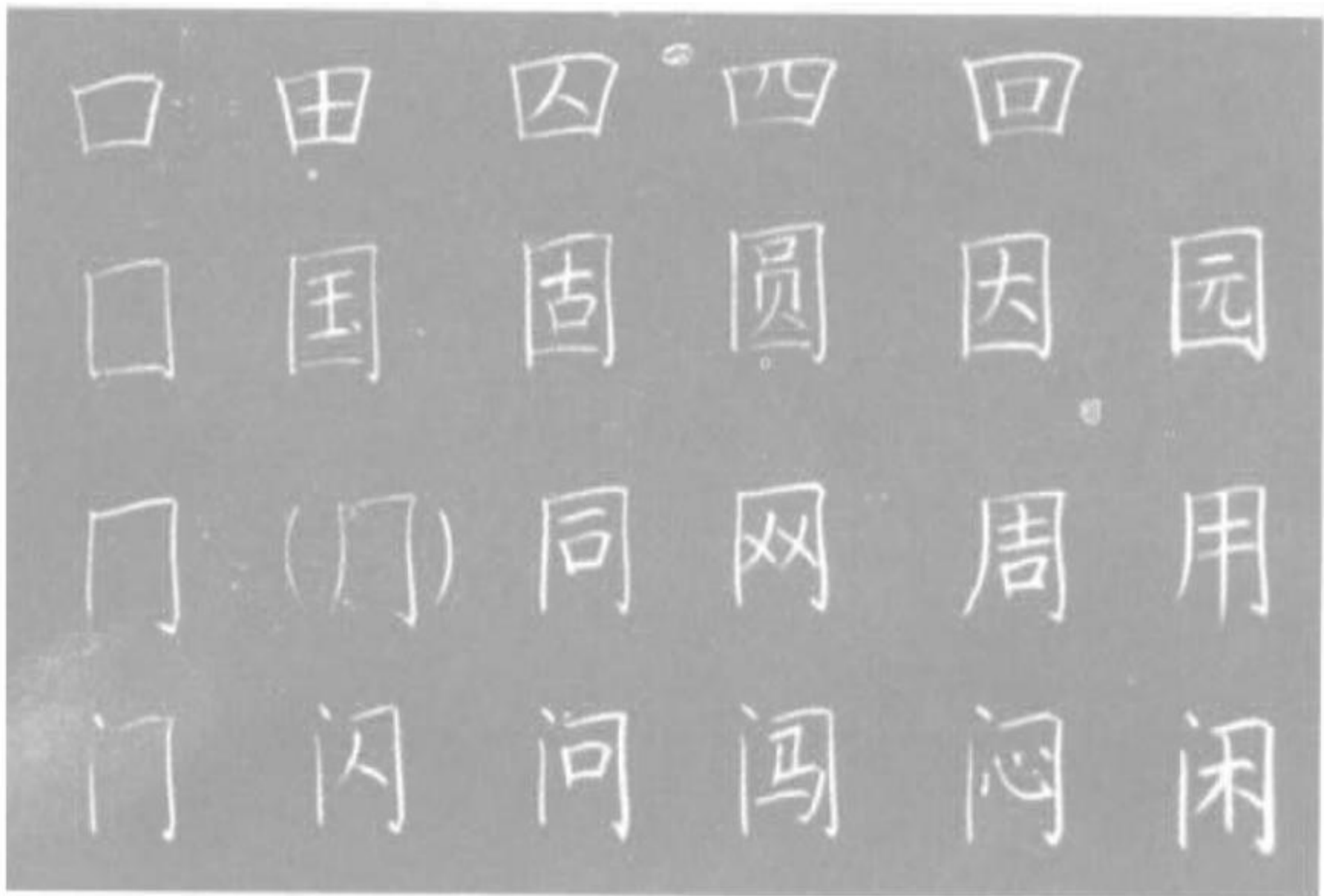
这两个偏旁在汉字中常用。草字头的写法，先写长横，再写有一定斜度的短竖和短撇，这两笔穿过横画的下部要略短；竹字头的写法，按撇横侧点的顺序，先写左边一组，再写右边一组，两组要联系紧凑，一般左小右大略有区别，以求生动。



### 十八、田字框、国字框、同字框、门字框

书写这几个带“框”的偏旁时，左边的竖画要灵活，直中带曲势，框内字心笔画

分布要匀称，田字框上宽下窄，其余均为修长形。另外，要留意折处的夹角。



### 十九、心字底、四点底、皿字底

这三个偏旁都在字的底部，要写得宽绰一些，以托住字的上部，心字底的卧钩是主笔，右点的位置比左点稍高，四点底的点之间距离要基本匀称，最后一点稍重，皿

字底的四个短竖画间距也要基本匀称，最后一横要长而有力，可略带上拱之曲势。



以上所列举的是常用偏旁写法。它们大体上代表了所有偏旁书写的基本规律，理解了这些规律，读者可以举一反三。另外，有的偏旁在本章第二节中已经涉及(如“两点水”、“三点水”等)，此略。还有极少数偏旁在下节“结构”中讲析更为合适(如“勺”、“凶”、“风”等)。