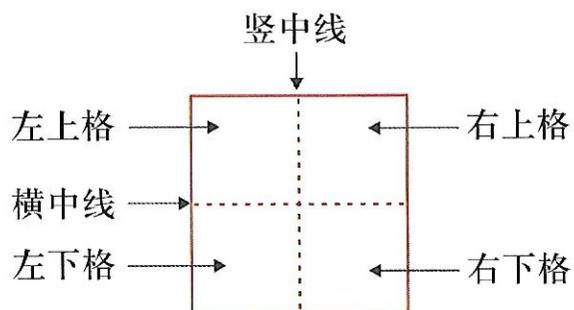


硬笔书法

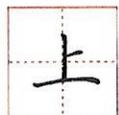
学 | 写 | 规 | 范 | 正 | 楷 | 字



## 认识田字格



范字



观察

描红



练笔画

临写



看位置 定首笔

## 执笔歌

lǎo dà lǎo èr duì duì qí,  
老大老二对对齐，  
zhǐ jiān zhǐ jiān liú fèng xì,  
指尖之间留缝隙，  
lǎo sān kàng zhe bǐ gǎn qǐ,  
老三扛着笔杆起，  
lǎo sì lǎo wǔ dé gēn jǐn。  
老四老五得跟紧。

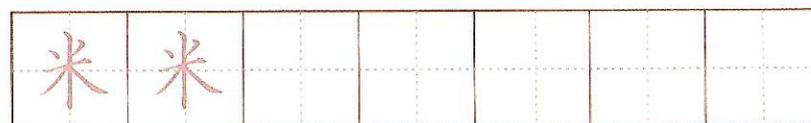
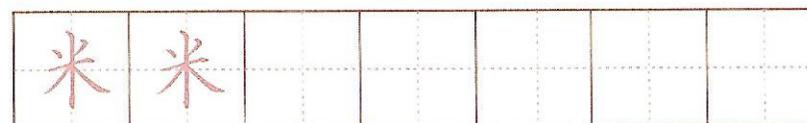
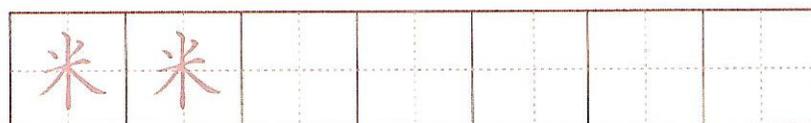
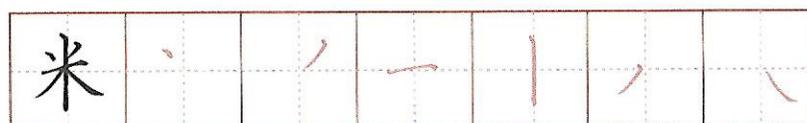
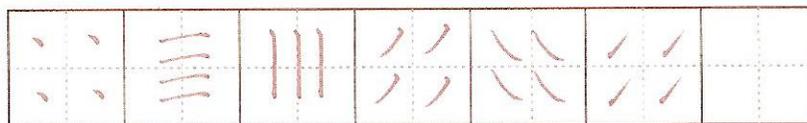
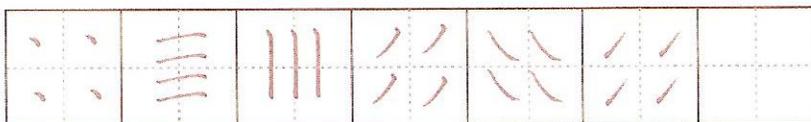




# 第一课 准备



 关键点：养成良好的书写习惯



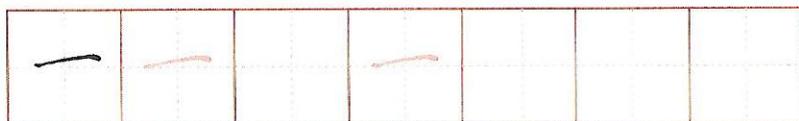


## 第二课 横画

关键点：掌握运笔起、行、收的过程



yī



èr 笔顺：一 二



sān 笔顺：一 二 三



yī



èr 笔顺：一 二



sān 笔顺：一 二 三





### 第三课 垂露竖

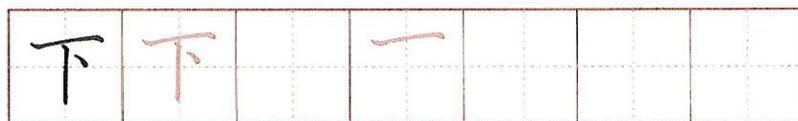
关键点：长竖挺直、短竖略斜



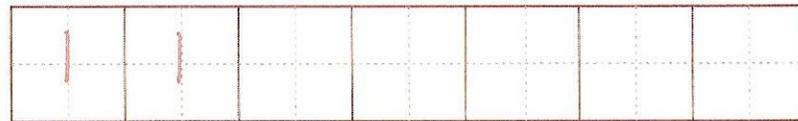
shàng 笔顺：丨 冫 上



xià 笔顺：一 冫 下



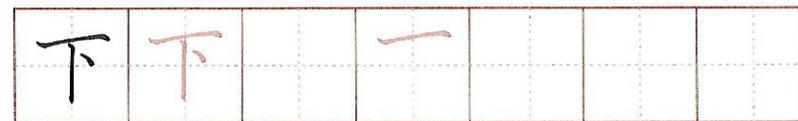
gōng 笔顺：一 冫 工



shàng 笔顺：丨 冫 上



xià 笔顺：一 冫 下



gōng 笔顺：一 冫 工





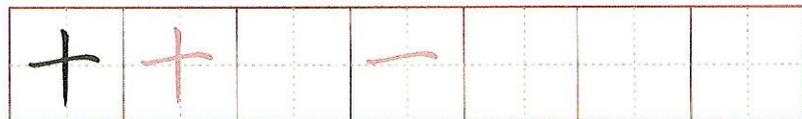
# 第四课 悬针竖



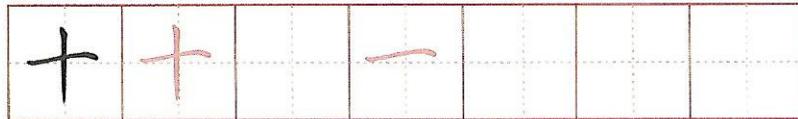
关键点：收笔露出锋尖



shí 笔顺：一 十



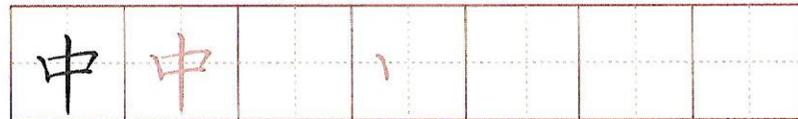
shí 笔顺：一 十



zhōng 笔顺：丨 冂 口 中



zhōng 笔顺：丨 冂 口 中



gàn 笔顺：一 二 干



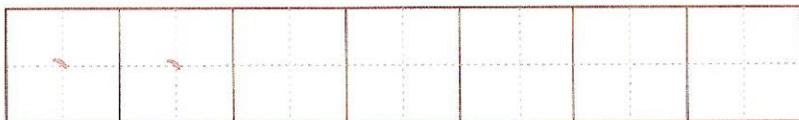
gàn 笔顺：一 二 干





## 第五课 点画

 关键点：点画生动，有轻有重



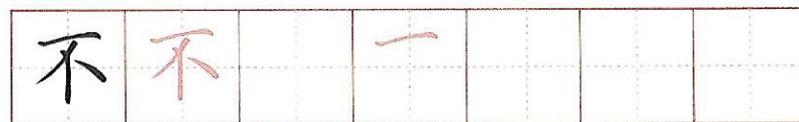
liù 笔顺：丶 ㇇ ㇇ ㇇



lì 笔顺：丶 ㇇ ㇇ ㇇ 立



bù 笔顺：一 ㇇ 丩 丩



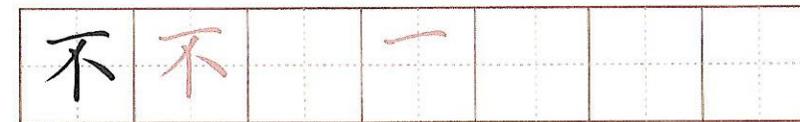
liù 笔顺：丶 ㇇ ㇇ ㇇



lì 笔顺：丶 ㇇ ㇇ ㇇ 立



bù 笔顺：一 ㇇ 丩 丩





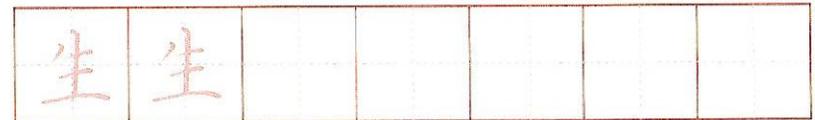
# 第六课 短撇

关键点：短、快、尖



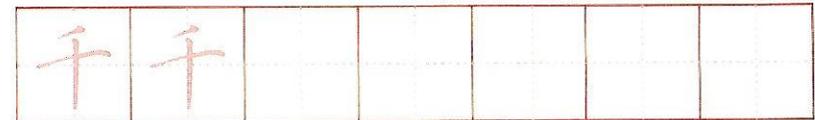
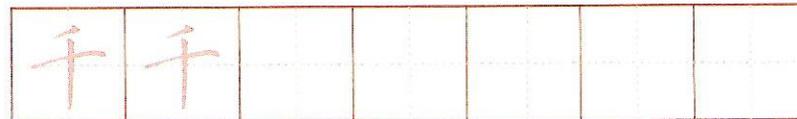
shēng 笔顺：丿 ㇇ ㇇ ㇇ 生

shēng 笔顺：丿 ㇇ ㇇ ㇇ 生



qiān 笔顺：一 二 千

qiān 笔顺：一 二 千



# 第七课 长撇

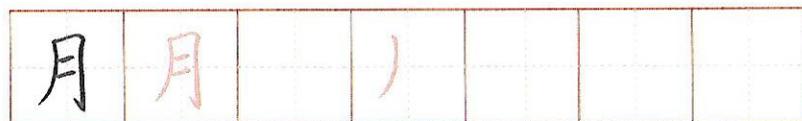
关键点：长撇行笔有斜、竖、弯等变化



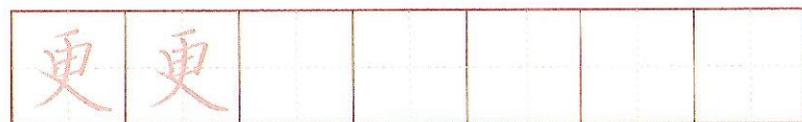
zài 笔顺：一 丿 才 右 存在



yuè 笔顺：丿 月 月 月



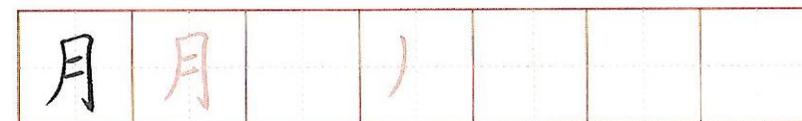
gèng 笔顺：一 冂 冂 冂 冂 更 更



zài 笔顺：一 丿 才 右 存在



yuè 笔顺：丿 月 月 月



gèng 笔顺：一 冂 冂 冂 冂 更 更

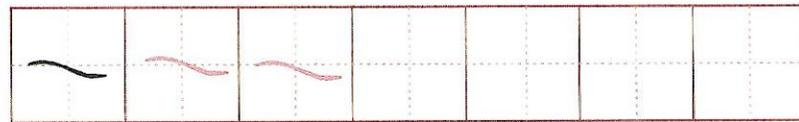
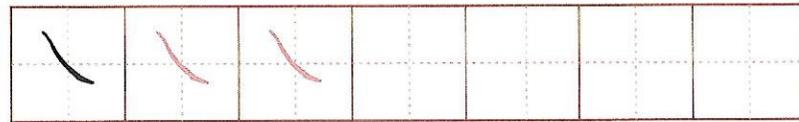
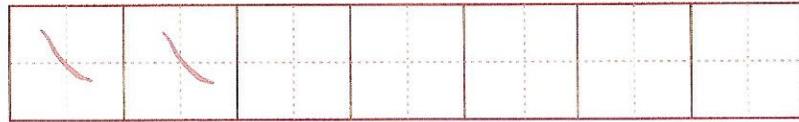




# 第八课 捺画

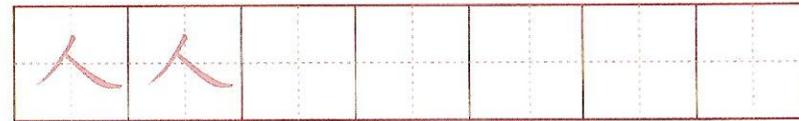
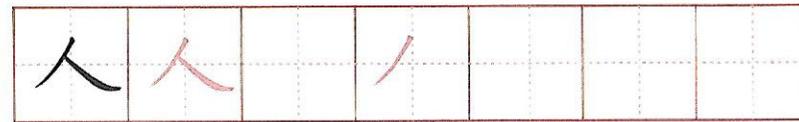


关键点：捺画有起伏，捺脚平出



rén 笔顺：ノ 人

rén 笔顺：ノ 人



qǐ 笔顺：一 十 土 丰 丰 丰 走 起 起 起

qǐ 笔顺：一 十 土 丰 丰 丰 走 起 起 起





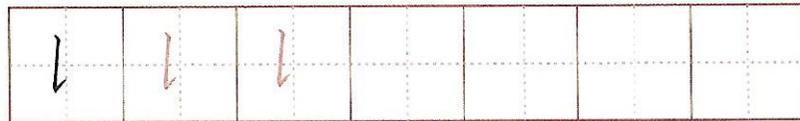
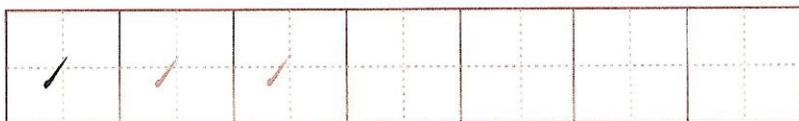
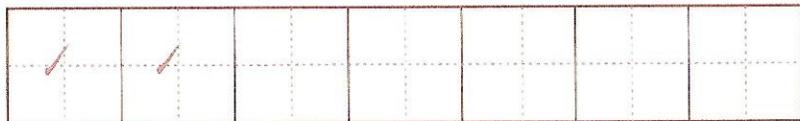
枝	家	一
花	亭	去
	台	二
刘	六	三
有	七	里
林	座	烟
书	八	村
	九	四
	十	五




# 第九课 提画竖提



🖋️ 关键点：自下向上，提出锋尖



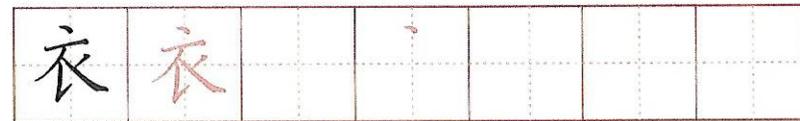
jiāng 笔顺：丶 丨 丨 丨 江 江

jiāng 笔顺：丶 丨 丨 丨 江 江



yī 笔顺：丶 亠 亠 亠 衣 衣

yī 笔顺：丶 亠 亠 亠 衣 衣





# 第十课 横折



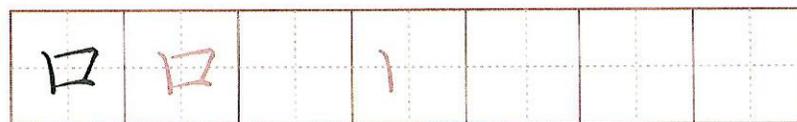
关键点：横画与竖画组合



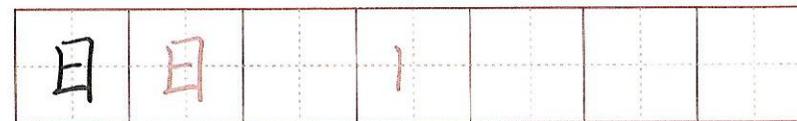
rì 笔顺：丨 冂 日 日



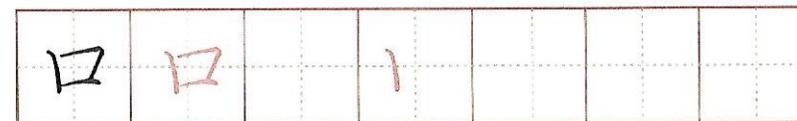
kǒu 笔顺：丨 凵 口



rì 笔顺：丨 冂 日 日



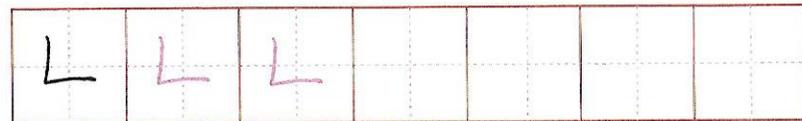
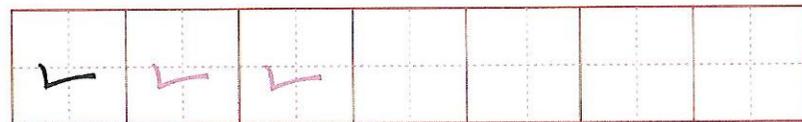
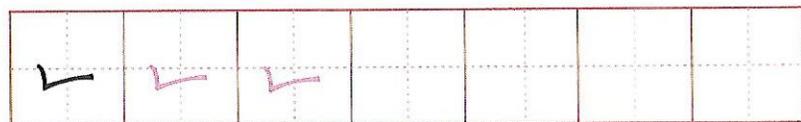
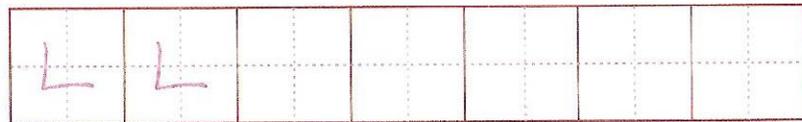
kǒu 笔顺：丨 凵 口





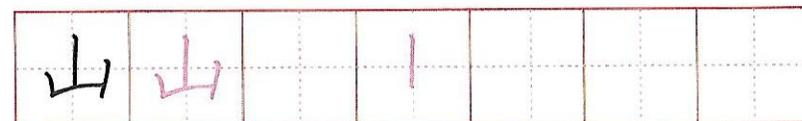
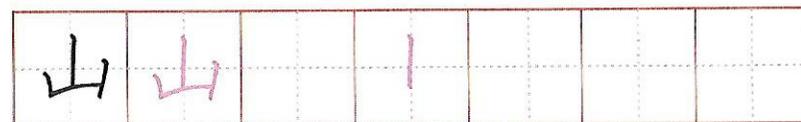
# 第十一课 竖折

关键点：竖的形态不同



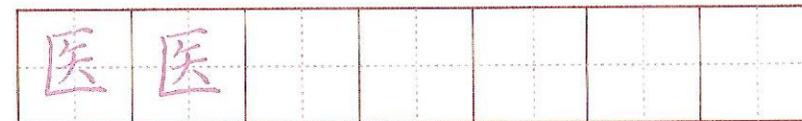
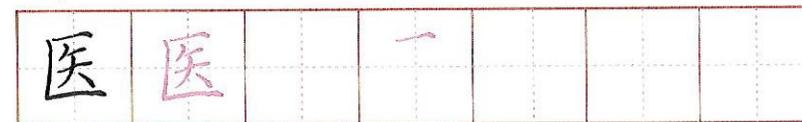
shān 笔顺：丨 凵 山

shān 笔顺：丨 凵 山



yī 笔顺：一 丿 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 医

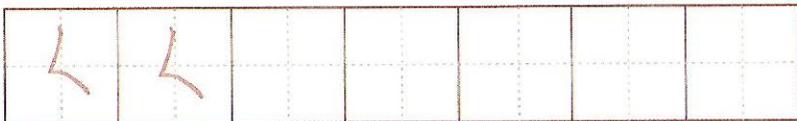
yī 笔顺：一 丿 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 医





## 第十二课 撇点

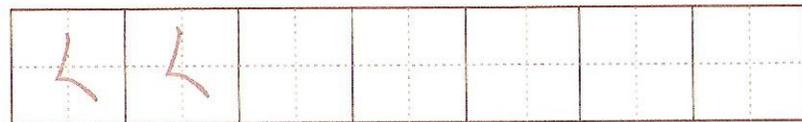
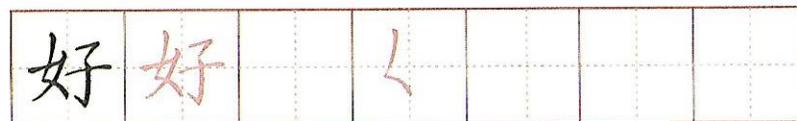
关键点：前后重，中间轻



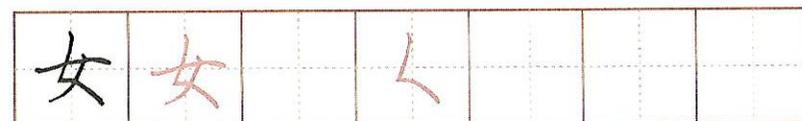
nǚ 笔顺：丿 女 女



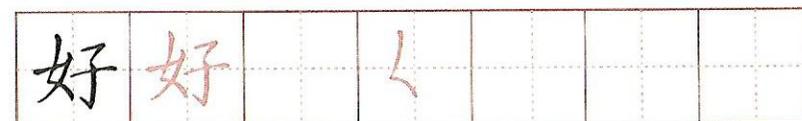
hǎo 笔顺：丿 女 女 好 好 好



nǚ 笔顺：丿 女 女



hǎo 笔顺：丿 女 女 好 好 好





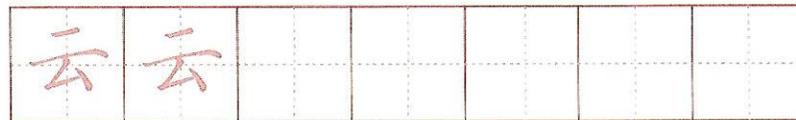
# 第十三课 撇折

🖍️ 关键点：形状小、夹角不能大



yún 笔顺：一 ㇇ ㇇ ㇇

yún 笔顺：一 ㇇ ㇇ ㇇



dōng 笔顺：一 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇

dōng 笔顺：一 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇





# 第十四课 横撇

关键点：横画斜、折角小

フ フ

フ フ

フ フ

フ フ

フ フ

フ フ

yòu 笔顺：フ 又

yòu 笔顺：フ 又

又 又 フ

又 又 フ

又 又

又 又

zhī 笔顺：丶 ㇇ 之

zhī 笔顺：丶 ㇇ 之

之 之 丶

之 之 丶

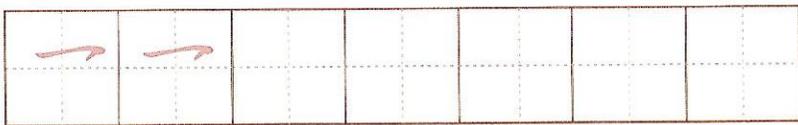
之 之

之 之

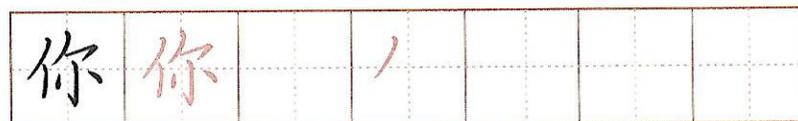


# 第十五课 横钩

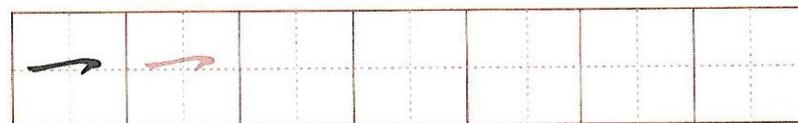
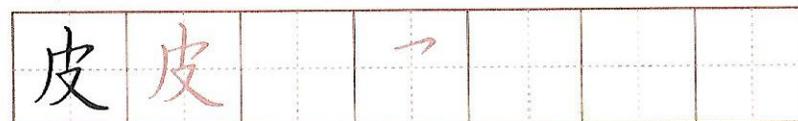
 关键点：横画末端出钩，钩向字心



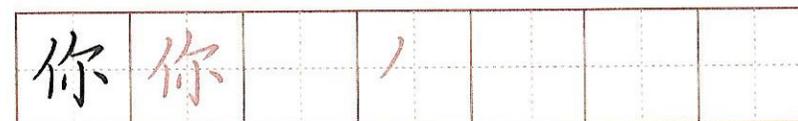
nǐ 笔顺：ノ 丨 丨 丨 你 你 你



pí 笔顺：一 厂 丨 丨 皮 皮



nǐ 笔顺：ノ 丨 丨 丨 你 你 你



pí 笔顺：一 厂 丨 丨 皮 皮





# 第十六课 竖钩

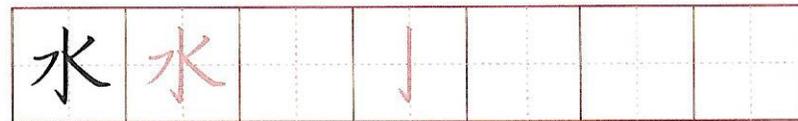


🔑 关键点：竖画末端钩出，竖画挺直



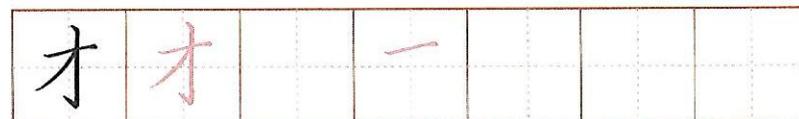
shuǐ 笔顺：丨 勹 ㇇ 水

shuǐ 笔顺：丨 勹 ㇇ 水



cái 笔顺：一 丨 才

cái 笔顺：一 丨 才





# 第十七课 弯钩

关键点：略带弯弧，弯而不斜

弯钩 弯钩

弯钩 弯钩

弯钩 弯钩

shǒu 笔顺：一 二 三 手

手 手

手 手

jiā 笔顺：一 二 三 四 五 六 七 八 九 十 家

家 家

家 家

弯钩 弯钩

弯钩 弯钩

弯钩 弯钩

shǒu 笔顺：一 二 三 手

手 手

手 手

jiā 笔顺：一 二 三 四 五 六 七 八 九 十 家

家 家

家 家



# 第十八课 斜钩



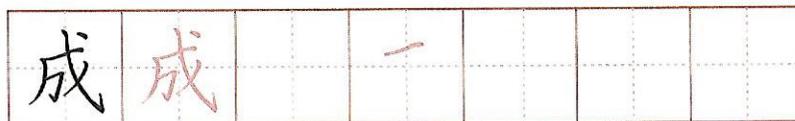
🖍️ 关键点：斜钩长，略带弯弧



wǒ 笔顺：一 亅 扌 扌 我 我 我



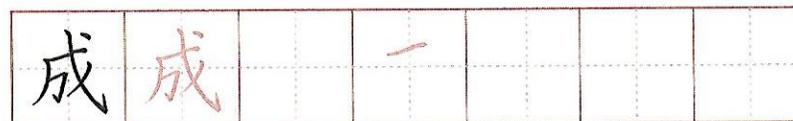
chéng 笔顺：一 厂 万 成 成 成



wǒ 笔顺：一 亅 扌 扌 我 我 我



chéng 笔顺：一 厂 万 成 成 成





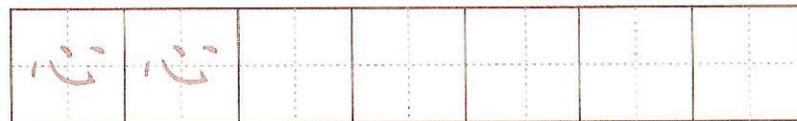
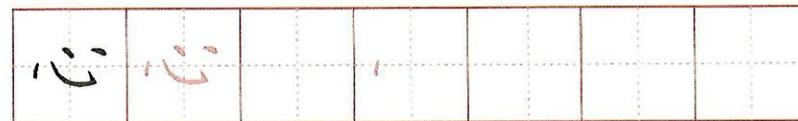
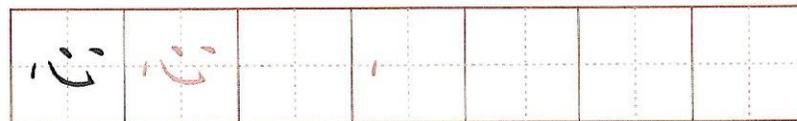
# 第十九课 卧钩

关键点：前斜后平有力度



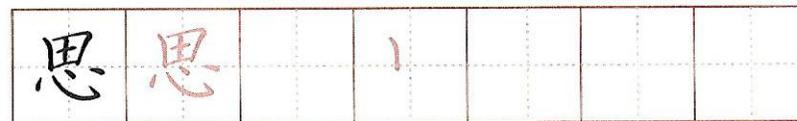
xīn 笔顺：丶 心 心 心

xīn 笔顺：丶 心 心 心



sī 笔顺：丨 冂 冂 田 田 田 思 思 思

sī 笔顺：丨 冂 冂 田 田 田 思 思 思





## 第二十课 竖弯钩

关键点：弯处圆转饱满

儿 儿

ér 笔顺：丿 儿

儿 儿 丿

儿 儿

diàn 笔顺：丨 冂 冂 日 电

电 电 丨

电 电

jǐ 笔顺：㇇ ㇇ 己

己 己 ㇇

己 己

儿 儿

ér 笔顺：丿 儿

儿 儿 丿

儿 儿

diàn 笔顺：丨 冂 冂 日 电

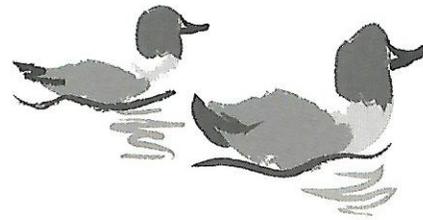
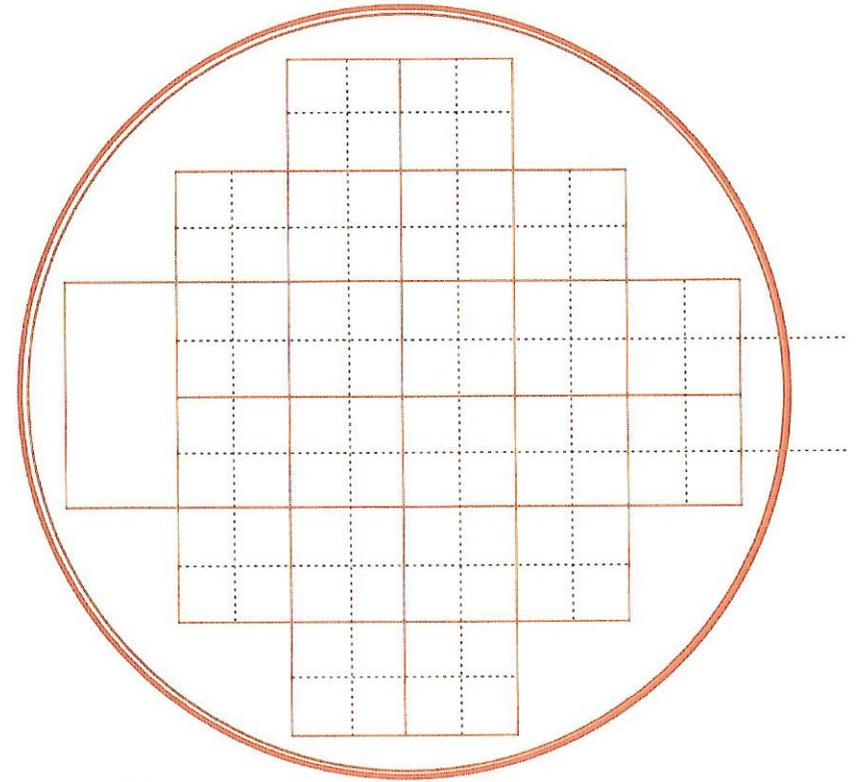
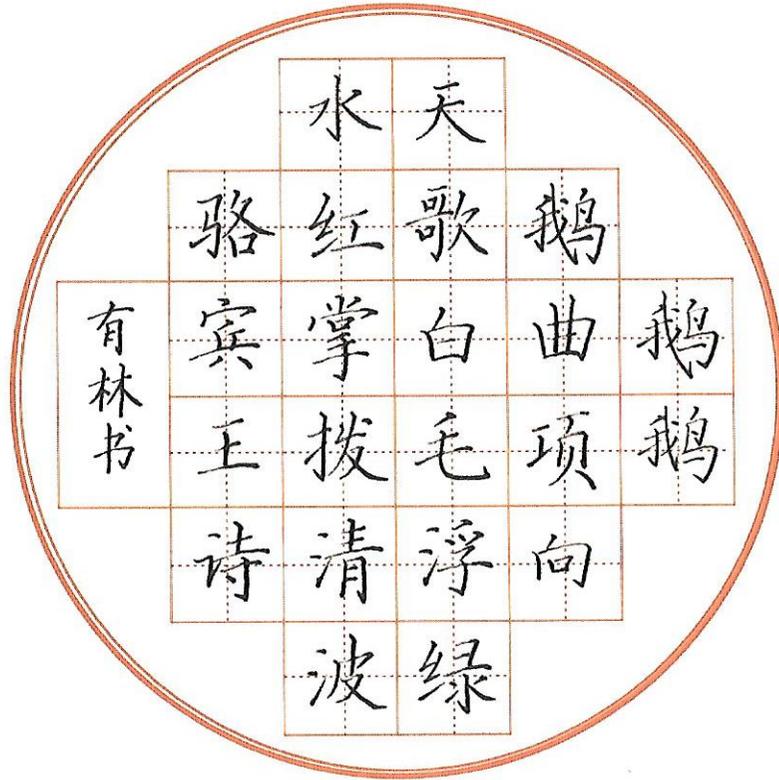
电 电 丨

电 电

jǐ 笔顺：㇇ ㇇ 己

己 己 ㇇

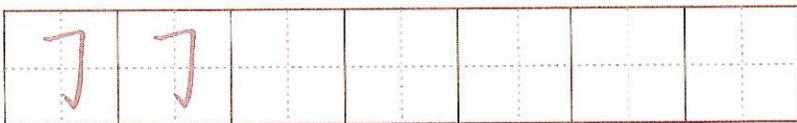
己 己



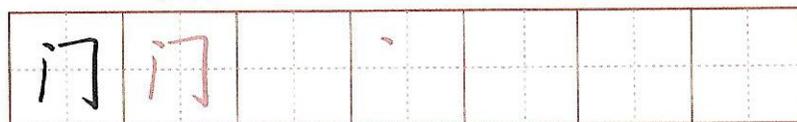


## 第二十一课 横折钩

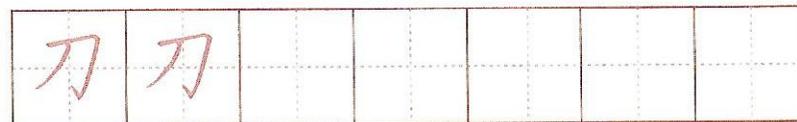
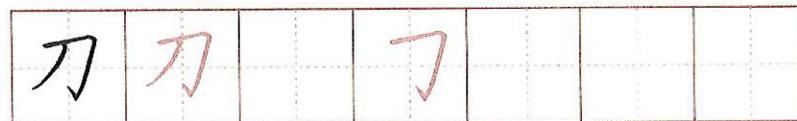
 关键点：折的走向有变化



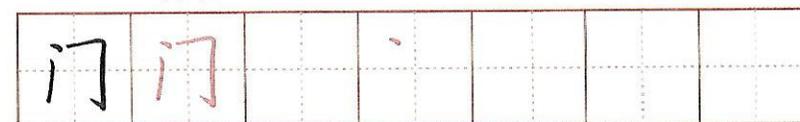
mén 笔顺：丶 丨 冂



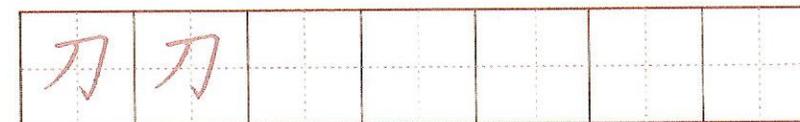
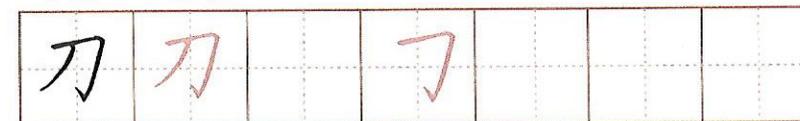
dāo 笔顺：丿 刀



mén 笔顺：丶 丨 冂



dāo 笔顺：丿 刀

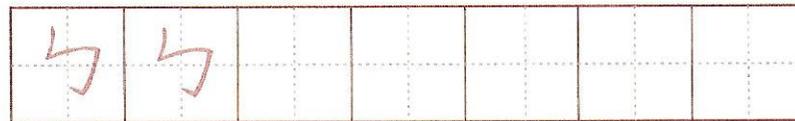
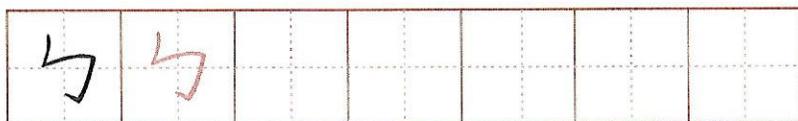
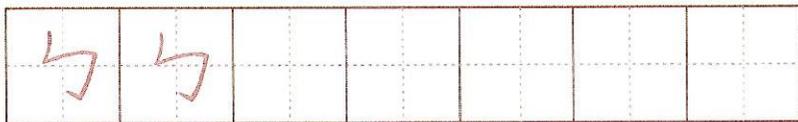




## 第二十二课 竖折折钩

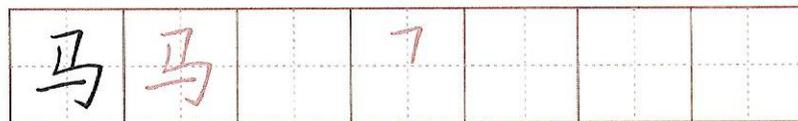


 关键点：每一段笔画长度、斜度有变化



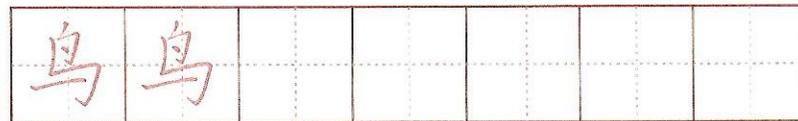
mǎ 笔顺：丿 马 马

mǎ 笔顺：丿 马 马



niǎo 笔顺：丿 勹 勹 鸟 鸟

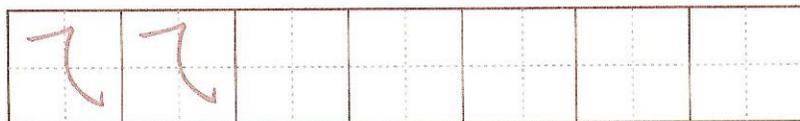
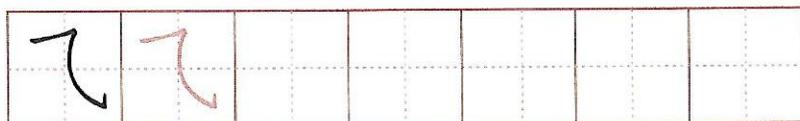
niǎo 笔顺：丿 勹 勹 鸟 鸟





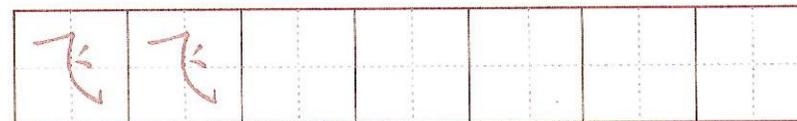
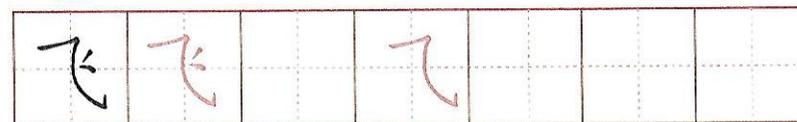
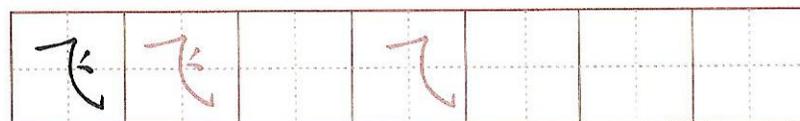
## 第二十三课 横斜钩

关键点：短横斜、弯度小



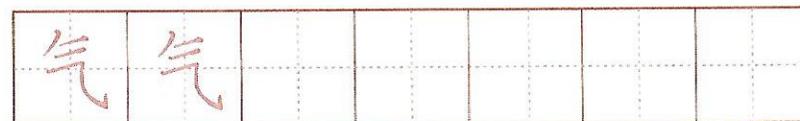
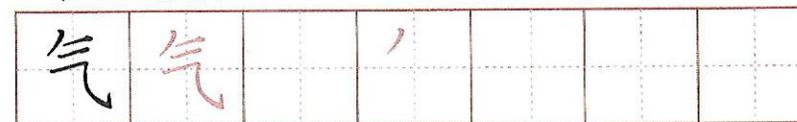
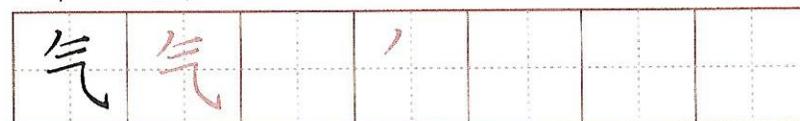
fēi 笔顺：丿 飞 飞

fēi 笔顺：丿 飞 飞



qì 笔顺：丿 勹 气

qì 笔顺：丿 勹 气





## 第二十四课 横折弯钩

🖌️ 关键点：横画斜，弯度大



乙 乙

jiǔ 笔顺：丿 九

九 九 丿

九 九

chī 笔顺：丨 冂 𠃍 𠃍 吃

吃 吃 丨

吃 吃

jǐ 笔顺：丿 几

几 几 丿

几 几

乙 乙

jiǔ 笔顺：丿 九

九 九 丿

九 九

chī 笔顺：丨 冂 𠃍 𠃍 吃

吃 吃 丨

吃 吃

jǐ 笔顺：丿 几

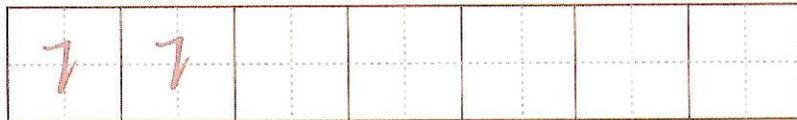
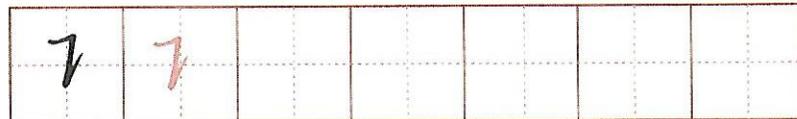
几 几 丿

几 几



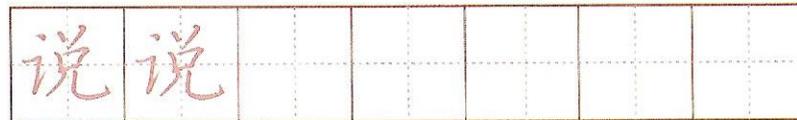
## 第二十五课 横折提

关键点：折角前面方，后面小



shuō 笔顺：丶 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠

shuō 笔顺：丶 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠



huà 笔顺：丶 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠

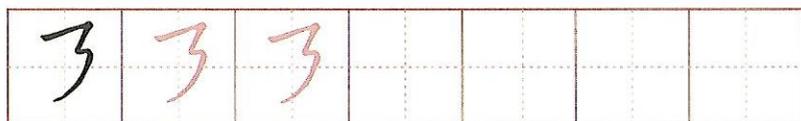
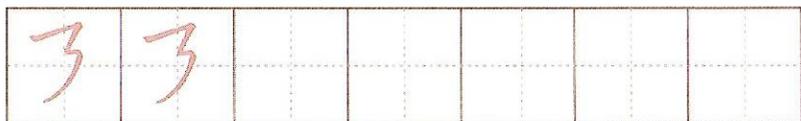
huà 笔顺：丶 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠 讠





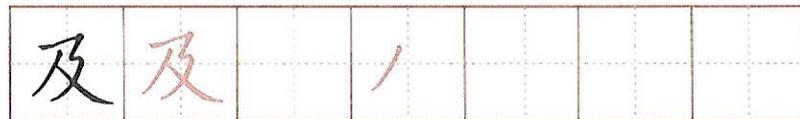
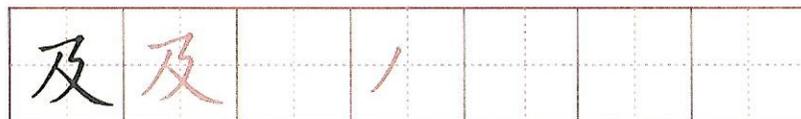
## 第二十六课 横折折撇

🖌️ 关键点：横画斜、折角小，撇有长有短



jí 笔顺：丿 乃 及

jí 笔顺：丿 乃 及



hái 笔顺：一 丿 丩 丩 丩 丩 丩 丩

hái 笔顺：一 丿 丩 丩 丩 丩 丩 丩





## 第二十七课 横折折折钩

关键点：折角上面小、下面大



了 了

了 了

了 了 了

了 了 了

了 了 了

了 了 了

nǚ 笔顺：㇇ ㇏ ㇑ ㇒ ㇓

nǚ 笔顺：㇇ ㇏ ㇑ ㇒ ㇓

奶 奶 ㇇

奶 奶 ㇇

奶 奶

奶 奶

yáng 笔顺：一 十 才 木 朽 朽 杨

yáng 笔顺：一 十 才 木 朽 朽 杨

杨 杨 一

杨 杨 一

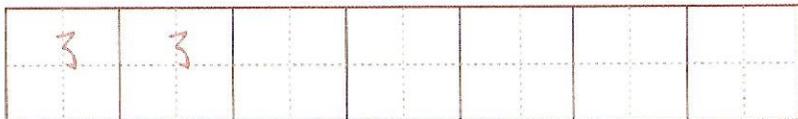
杨 杨

杨 杨



## 第二十八课 横撇弯钩

关键点：左耳小，右耳大



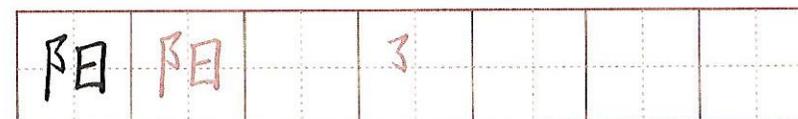
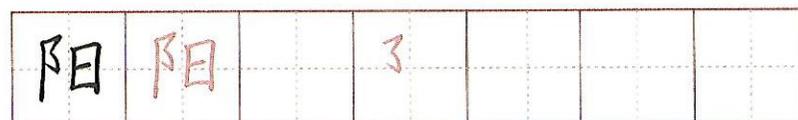
dōu 笔顺：一 十 土 夕 夕 者 者 者 都 都

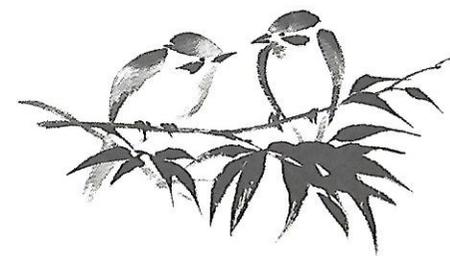
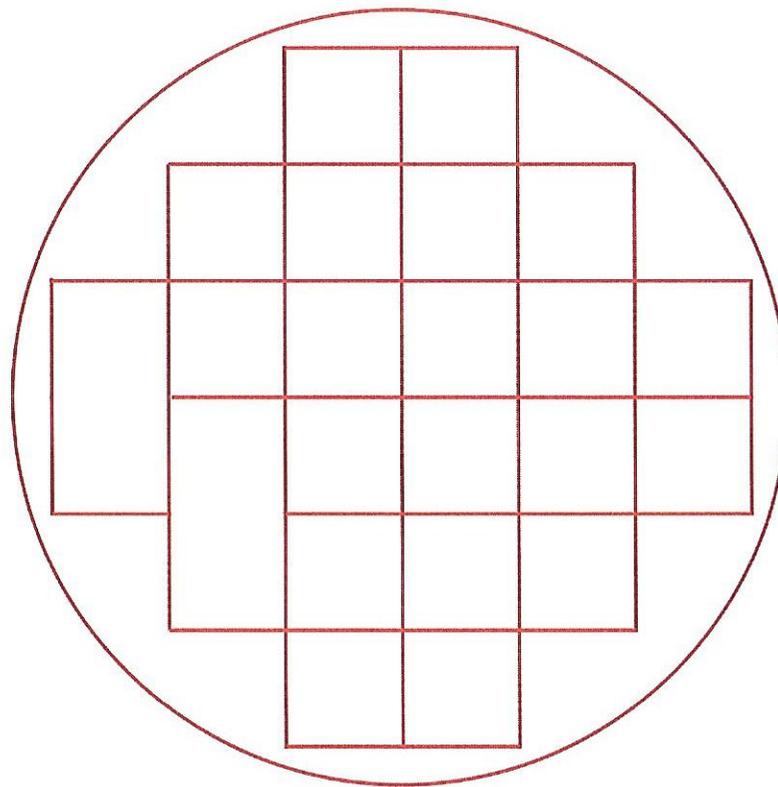
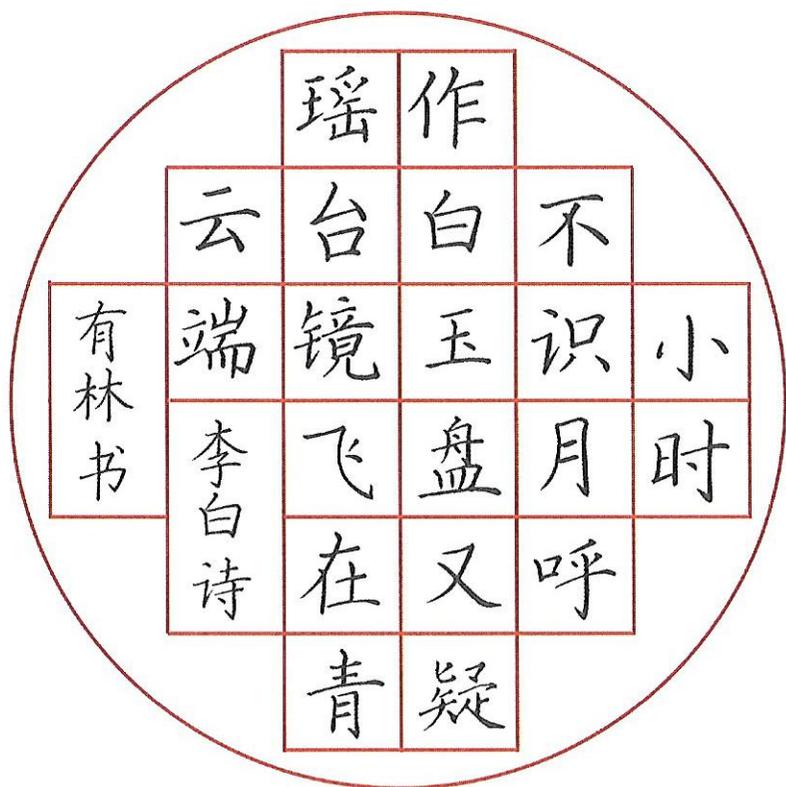
dōu 笔顺：一 十 土 夕 夕 者 者 者 都 都



yáng 笔顺：丷 卩 阝 阳 阳 阳

yáng 笔顺：丷 卩 阝 阳 阳 阳







## 第二十九课 平稳对称

关键点：字形结构左右平衡

lái 笔顺：一 一 一 一 一 来 来

来 来 一

来

huǒ 笔顺：丶 丶 丶 火

火 火 丶

火

yú 笔顺：丿 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 鱼 鱼

鱼 鱼 丿

鱼

来 去 火 星 鱼 儿

lái 笔顺：一 一 一 一 一 来 来

来 来 一

来

huǒ 笔顺：丶 丶 丶 火

火 火 丶

火

yú 笔顺：丿 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 鱼 鱼

鱼 鱼 丿

鱼

来 去 火 星 鱼 儿



# 第三十课 疏密均匀

🔑 关键点：相似笔画之间间距均匀

lǐ 笔顺：丨 冂 𠃍 𠃍 甲 里

里 里 丨

里

cè 笔顺：丨 冂 𠃍 册 册

册 册 丨

册

duō 笔顺：ノ ㇇ ㇇ ㇇ 多 多 多

多 多 丨

多

里面 手册 多少

lǐ 笔顺：丨 冂 𠃍 𠃍 甲 里

里 里 丨

里

cè 笔顺：丨 冂 𠃍 册 册

册 册 丨

册

duō 笔顺：ノ ㇇ ㇇ ㇇ 多 多 多

多 多 丨

多

里面 手册 多少



# 第三十一课 斜中求正

 关键点：写好关键笔画

yě 笔顺：㇇ ㇇ 也

也 也 ㇇

也

fāng 笔顺：丶 ㇇ 方

方 方 丶

方

也 ㇇

方 丶

也许 来日方长

yě 笔顺：㇇ ㇇ 也

也 也 ㇇

也

fāng 笔顺：丶 ㇇ 方

方 方 丶

方

也 ㇇

方 丶

也许 来日方长



# 第三十二课 上紧下舒



关键点：上面笔画紧凑，下面宽舒

tiān 笔顺：一 ㇇ ㇇ 天

天 天 一

天

qí 笔顺：一 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 奇 奇

奇 奇 一

奇

天 一

奇 一

天天向上 奇妙

tiān 笔顺：一 ㇇ ㇇ 天

天 天 一

天

qí 笔顺：一 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 奇 奇

奇 奇 一

奇

天 一

奇 一

天天向上 奇妙



### 第三十三课 左紧右松



关键点：左边收敛，右边疏放

běi 笔顺：丨 丨 丨 丨 丨 北

北 北 丨

北

bǐ 笔顺：一 丨 丨 比

比 比 一

比

北

比

天南地北 对比

běi 笔顺：丨 丨 丨 丨 丨 北

北 北 丨

北

bǐ 笔顺：一 丨 丨 比

比 比 一

比

北

比

天南地北 对比



# 第三十四课 离合

关键点：笔画连接之处有断有连

gè 笔顺：ノ 人 个

个 个 个 个 个 个 个 个

个 个 个 个 个 个 个 个

wén 笔顺：丶 亠 亠 文

文 文 文 文 文 文 文 文

文 文 文 文 文 文 文 文

个 个 个 个 个 个 个 个

文 文 文 文 文 文 文 文

半个 文化 作文

gè 笔顺：ノ 人 个

个 个 个 个 个 个 个 个

个 个 个 个 个 个 个 个

wén 笔顺：丶 亠 亠 文

文 文 文 文 文 文 文 文

文 文 文 文 文 文 文 文

个 个 个 个 个 个 个 个

文 文 文 文 文 文 文 文

半个 文化 作文



# 第三十五课 避让穿插

 关键点：笔画之间相互避让协作

bāo 笔顺：丿 勹 勹 勹 包

包 包 丿

包

dēng 笔顺：丶 丶 ㇇ 火 灯 灯

灯 灯 丶

灯

包

灯

书包 万家灯火

bāo 笔顺：丿 勹 勹 勹 包

包 包 丿

包

dēng 笔顺：丶 丶 ㇇ 火 灯 灯

灯 灯 丶

灯

包

灯

书包 万家灯火





# 第三十六课 单人旁双人旁



关键点：竖画挺直，垂露竖

亻 亻

亻 亻

dàn 笔顺：ノ 丨 亻 亻 但 但 但 但

但 但

但

xíng 笔顺：ノ 丨 亻 亻 行 行 行 行

行 行

行

但是 三思而行

亻 亻

亻 亻

dàn 笔顺：ノ 丨 亻 亻 但 但 但 但

但 但

但

xíng 笔顺：ノ 丨 亻 亻 行 行 行 行

行 行

行

但是 三思而行



# 第三十七课 立刀旁



关键点：竖钩挺直，顶天立地

丨 丨

丨 丨

dào 笔顺：一 丿 ㇇ 丿 丿 至 到 到

到 到 一

到

bié 笔顺：丨 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 另 别 别

别 别 丨

别

到处 别具一格

丨 丨

丨 丨

dào 笔顺：一 丿 ㇇ 丿 丿 至 到 到

到 到 一

到

bié 笔顺：丨 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 另 别 别

别 别 丨

别

到处 别具一格



# 第三十八课 三点水

关键点：一气呵成，笔意连贯

氵 氵

氵 氵

hé 笔顺：丶 丶 丶 冫 冫 河 河 河

河 河

河

xǐ 笔顺：丶 丶 丶 冫 冫 冫 洗 洗 洗 洗

洗 洗

洗

江河湖泊 冲洗

氵 氵

氵 氵

hé 笔顺：丶 丶 丶 冫 冫 河 河 河

河 河

河

xǐ 笔顺：丶 丶 丶 冫 冫 冫 洗 洗 洗 洗

洗 洗

洗

江河湖泊 冲洗



# 第三十九课 提手旁

关键点：竖钩挺拔，提画左伸

扌 扌

扌 扌

bǎ 笔顺：一 扌 扌 扌 扌 扌

把 把

把

dǎ 笔顺：一 扌 扌 扌 扌 扌

打 打

打

把持不定 打扫

扌 扌

扌 扌

bǎ 笔顺：一 扌 扌 扌 扌 扌

把 把

把

dǎ 笔顺：一 扌 扌 扌 扌 扌

打 打

打

把持不定 打扫



# 第四十课 提土旁王字旁

🖍️ 关键点：位置偏左上，最后一横改成提

土

王

dì 笔顺：一 十 土 土 地 地

地 地

地

wán 笔顺：一 一 王 王 玩 玩

玩 玩

玩

天地 地球 玩具

土

王

dì 笔顺：一 十 土 土 地 地

地 地

地

wán 笔顺：一 一 王 王 玩 玩

玩 玩

玩

天地 地球 玩具



# 第四十一课 木字旁禾木旁

关键点：以竖为主，捺画变成点

lín 笔顺：一 十 才 木 木 材 材 材 林

林 林 一

林

hé 笔顺：一 二 千 禾 禾 禾 和 和

和 和 一

和

qiū 笔顺：一 二 千 禾 禾 禾 禾 秒 秋

秋 秋 一

秋

森林 和气 秋季

lín 笔顺：一 十 才 木 木 材 材 材 林

林 林 一

林

hé 笔顺：一 二 千 禾 禾 禾 和 和

和 和 一

和

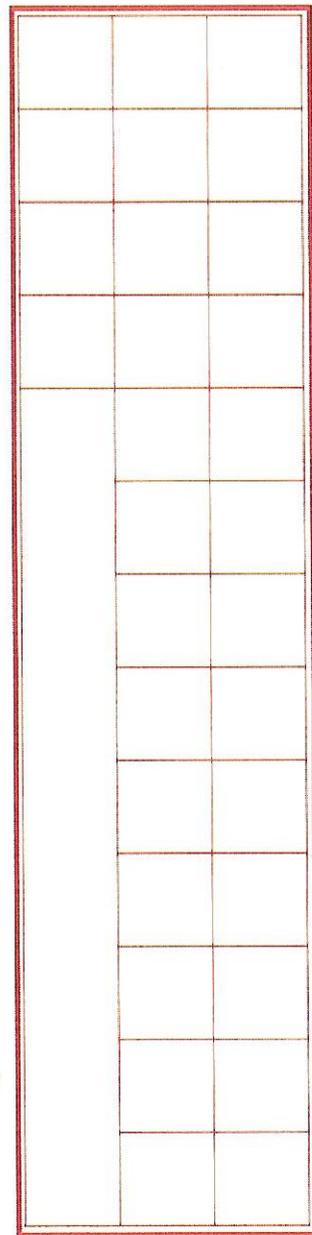
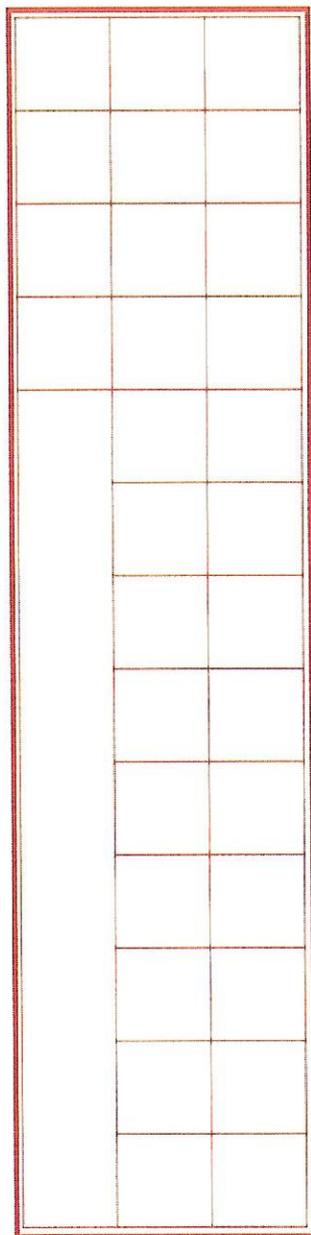
qiū 笔顺：一 二 千 禾 禾 禾 禾 秒 秋

秋 秋 一

秋

森林 和气 秋季

得	密	慈
三	缝	母
春	意	手
晖	恐	中
孟	迟	线
郊	迟	游
游	归	子
子	谁	身
吟	言	上
刘	寸	衣
有	草	临
林	心	行
书	报	密





## 第四十二课 绞丝旁

🖍️ 关键点：形态较窄，撇折斜而平行有致

纟 纟

纟 纟

hóng 笔顺：丿 ㇇ ㇇ 纟 纟 纟 纟

红 红

红

gěi 笔顺：丿 ㇇ ㇇ 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟

给 给

给

红 男 绿 女 交 给

纟 纟

纟 纟

hóng 笔顺：丿 ㇇ ㇇ 纟 纟 纟 纟

红 红

红

gěi 笔顺：丿 ㇇ ㇇ 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟 纟

给 给

给

红 男 绿 女 交 给



# 第四十三课 反犬旁

关键点：弯弧有力，撇画居上

犾 犾

犾 犾

gǒu 笔顺：丿 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾

狗 狗

狗

māo 笔顺：丿 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾

猫 猫

猫

猎 狗 狼 狗 熊 猫

犾 犾

犾 犾

gǒu 笔顺：丿 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾

狗 狗

狗

māo 笔顺：丿 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾 犾

猫 猫

猫

猎 狗 狼 狗 熊 猫

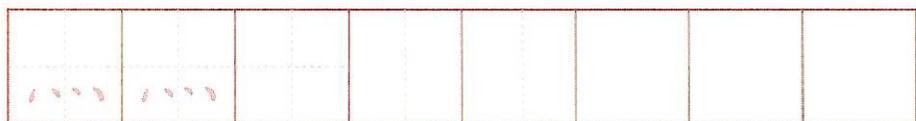




# 第四十五课 四点底



关键点：字底承托，点画前后呼应



diǎn 笔顺：丨 丶 丶 占 占 点 点 点 点



rán 笔顺：丿 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 然 然 然 然



diǎn 笔顺：丨 丶 丶 占 占 点 点 点 点



rán 笔顺：丿 ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ ㇇ 然 然 然 然







# 第四十七课 国字框



关键点：字框略收，边竖有变化

口 口

口 口

huí 笔顺：1 冂 冂 冂 冂 冂

回 回 1

回

guó 笔顺：1 冂 冂 冂 冂 冂 冂 冂

国 国 1

国

回味无穷 爱国

口 口

口 口

huí 笔顺：1 冂 冂 冂 冂 冂

回 回 1

回

guó 笔顺：1 冂 冂 冂 冂 冂 冂 冂

国 国 1

国

回味无穷 爱国



# 第四十八课 综合练习

关键点：举一反三，灵活多变

chūn 笔顺：一 二 三 丿 ㇇ ㇇ 春 春 春

春 春 一

春

fēng 笔顺：丿 几 夂 风 风

风 风 丿

风

cháng 笔顺：丿 一 长 长

长 长 丿

长

春风化雨 长江

chūn 笔顺：一 二 三 丿 ㇇ ㇇ 春 春 春

春 春 一

春

fēng 笔顺：丿 几 夂 风 风

风 风 丿

风

cháng 笔顺：丿 一 长 长

长 长 丿

长

春风化雨 长江

杜甫诗 有林书	船	无	随			
	处	火	声	风	节	
	花	独	野	潜	当	好
	重	明	径	入	春	雨
	锦	晓	云	夜	乃	知
	官	看	俱	润	发	时
	城	红	黑	物	生	
	湿	江	细			

