

# 高中硬笔书法教学中汉字书写美观的新视角

杨怀秀

迪庆州香格里拉中学 云南 迪庆 674499

**【摘要】**书法是中华民族传统文化艺术的精髓，熊秉明认为“书法是中国文化的核心的核心”。中国书法艺术是以汉字为基础，具有广泛的实用价值和艺术价值。而书法教学则是传承中华民族优秀传统文化艺术的重要承载方式。书法教学又分为毛笔书法教学和硬笔书法教学，本文所探讨的硬笔书法教学主要是从实用为目的方面进行探究。尤其对当今的高中生来说，把汉字写漂亮不仅直接关乎着其高考成绩，还能够从侧面反映出自身的文艺修养。所以说，大多数的高中生愿意通过书法练习，写出一手漂亮的汉字。本文从学生的实际出发，指出问题并根据问题重在探讨学生如何掌握汉字书写方法。

**【关键词】**高中；硬笔书法；书写美观；新视角

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.131

现在的高中生生活在科技比较发达的信息时代，电脑、手机等一系列互联网电子设备的普及，无疑对他们的硬笔书写水平起到不小的冲击。在校读书十多年了，很多学生的作业、试卷中的书写都比较潦草、笔画模糊不清。平时做的课堂笔记，当时还能辨认出是什么内容，但是过了一段时间，连自己都不认得了。长此以往，在将来的高考中会吃大亏。笔者从教高中书法教育十余年来，不断思索，对学生硬笔书写中所出现的问题和其现象不断地进行经验总结，形成了自己关于高中生硬笔书法教学的新方法。

## 一、目前高中生硬笔书法教学存在的问题

### （一）握笔姿势的错误

高中生的握笔姿势千奇百怪，而且错误的握笔姿势已经长达十年之久，很难纠正。他们根本没有意识到在硬笔书法当中，握笔姿势非常重要，错误的握笔姿势不仅对汉字书写造成影响，而且对学生的身心健康也极为不利。总体而言，高中生常见的错误握笔姿势有以下五种情况：

第一种是大拇指包裹型（图1）。大拇指包裹住笔杆，手指发力空间受阻，导致写字拘谨，缓慢、费力，字形扭捏。持这种错误握笔姿势的同学人数比较多。

第二种是勾手腕型（图2）。整个手腕向内扭转，笔头朝向自己鼻子方向，书写时很容易戳破纸张，写出来的字歪歪扭扭斜向一边。持这种握笔姿势的同学也很多。

第三种是拇指扭曲型（图3）。拇指扭曲蜷缩，用食指指甲顶笔杆。写字时很难用上力量，写出来的字笔画软绵无力，并且写字速度较慢。时间长了，还会造成大拇指疼痛，影响书写。



图 1



图 2



图 3

第四种是倾侧型（图4）。写字时手边大拇指外侧会贴着桌边，遮挡视线，就会导致整个身体向左倾，作业本向右下斜，写出来的字也是倾斜的。长此以往，导致脊柱变形。

第五种是大拇指内包型（又称埋头苦干型）（图5）。大拇指包住笔杆，然后伸入食指里面。写字时整个手都要动起来，手指几乎无法发力，造成写字很吃力，写出来的字也比较笨拙。

正确的握笔姿势（图6）不仅能让手指手腕灵活的发力写出优美的汉字，还能养成良好的书写习惯。



图 4



图 5



图 6

### （二）练字时三心二意，不能集中注意力

部分高中生从义务教育阶段就没有养成良好的学习习惯，平时文化课学习不认真，导致成绩不理想。这部分同学自控能力较差，逆反心理较强，比较自我。硬笔书法课上不听老师讲解与指导，我行我素，写不了几个字就与周围的同学交头接耳，说笑打闹。有的同学甚至明明练的是楷书，却把它写成了自认为的行草书，实际上是自己乱写。这部分同学硬笔书法写字水平普遍较差，字迹潦草，对自己也没有太高要求。课堂上老师反复提醒他们书写一定要认真、规范，不然到高考的时候会吃大亏，他们却置若罔闻。

### （三）没有固定的书法教材

目前大多高中学校书法教材不正规，课程设置不完善，甚至没有专业的书法教师。硬笔书法教学是在语文课上由语文教师来完成的，这便给学生造成了一种错误认知：书法教学不重要。在硬笔书法学习中会产生排斥情绪，影响书法学习效果。课堂上和平时练字所用的字帖都是学生根据自己的喜好从市场上挑选回来的。殊不知，市场上的硬笔书法字帖琳琅满目、参差不齐，有些字帖很难临摹和学习借鉴。等到跟着练习一段时间后，才发现挑选的字帖并不适合自己学习。不仅浪费了宝贵的时间，练字的自信心也受到了严重打击。此外，由于书法教材不固定，同学们练字的风格不一样，也很难相互之间交流、学习，不能起到共同进步的目的。

#### （四）缺乏专业的老师指导

很多高中学校的硬笔书法练习指导课都是由语文老师或者班主任来替代，缺乏专业的书法老师指导。硬笔书法不是简单的只重视字形，掌握书写方法才是关键。语文课堂上跟着字帖练字，学生最多就是掌握汉字的笔顺、分析结构，学生虽然记得牢，但并不能代表他们能把字写好。新课标对写字的要求也做出了明确的规定：规范、端正、整洁，并有一定的速度。这实际上对于高中生来说就是要抓住硬笔书法的实用性功能——写的又快又好。专业的书法教师首先是在这方面受过专业训练的高素质人才，在硬笔书法教学过程中不会盲目的进行。教师会注意引导，向学生传授一定的书写技巧和书写方法，因人、因材施教，以保证硬笔书法练习的有效性。

#### （五）平时的书写练习不能有效的运用到作业中去

从事书法教学十余年来，遇到家长和同事问的最多的一个问题就是：“学生平时练字的时候写的挺端正整洁的，为什么一写作业又马虎潦草了？”归纳起来，原因有几种：1. 平时跟着老师练习，在老师的指导和监督下书写速度较慢，容易把字写工整。2. 学生只是在课堂上跟着老师练习，课下没有抽时间继续进行训练。硬笔书法本来就要靠自己不停的用心去练，练习时还要用心去感悟才能有所进步。3. 没有做到“提笔写字时就是提笔练字时”的写字观念。平时把写作业、做试卷也当成在练字，才会出现整洁、漂亮的卷面。

学书法是个慢活，不能急，要有耐心，要有相当的时间积累，太急了不行，不下功夫不行。只有一步一步的学，老老实实地练，持之以恒，打牢基础，循序渐进，才会学有所成。

## 二、准确掌握把汉字写美观的“三大步”

### （一）熟练掌握基本笔画的写法

众所周知，构成汉字最基本的单位是笔画。它好比我们盖房子要买的建筑材料一样，材料质量好了，房子才有可能牢固美观。我们首先要将基本笔画的书写过关，汉字的基本笔画大致可分为八种，即：点、横、竖、撇、捺、折、钩、提。每一个笔画的书写都分为起笔、行笔、收笔三个过程，书写训练时严格按照要求，把每一个基本笔画书写熟练、合乎规范。比如写“横”，它的起笔是顿笔，行笔是转动手腕往右行笔，收笔是轻轻回腕顿笔，笔势呈左低右高，整个过程一气呵成方可。学习和掌握硬笔书法的“形”，就要严抓基本功。

### （二）严格控制笔画的位置

构成汉字基本的元素除了基本笔画以外，就是偏旁与部首。书写带有偏旁与部首的字，也就意味着至少含有两个或以上的基本笔画进行组合搭配（两个笔画或以上的独体字也是如此），书写时就要考虑笔画的具体位置。比如书写一个“人”字，第一笔撇按照基本笔画的训练要求并且合乎规范

的写好了，书写出来的效果非常美观。那么，下一笔的捺该放在撇的什么位置呢？放在撇的顶部（图7），会美观吗？如果放在撇的下部（图8）会漂亮吗？只有放在撇的中间靠上一点（图9）才符合我们的审美。所以，书写时必须考虑笔画的位置。笔画少的字要考虑笔画的位置，笔画多的字更要斟酌。

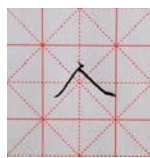


图7

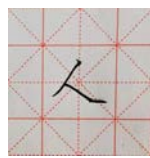


图8



图9

### （三）注意笔画的长短和角度

影响硬笔书法字体美观的因素除了笔画和笔画的位置以外，还要考虑笔画的长短以及角度问题。在一个字中，笔画该长的坚决不能写短，写短了字就变形了。比如“丰”字，第三横本应是长横，如果把这一横写短了（图10），这个字就不是方块字了，转而成了竖长方形的字了。同样，在一个字中，笔画之间的角度也决定了该字的字形。比如“文”字，撇捺的夹角过大（图11），该字就变成了扁形字，而且很不美观；撇捺的夹角过小（图12），这个字又变成了竖长方形的字。



图10



图11



图12

所以，在硬笔书法汉字书写时，先熟练掌握笔画的写法，再注意笔画的位置、笔画的长短和笔画的角度。在平时的练习和书写中只有综合以上“三大步”，才能在书写时轻松地把握住汉字之美。

总之，对于当今的高中生来说，若能认真学习硬笔书法，准确的把握住汉字之美，用一定的速度写出规范、端正、整洁的书法作品，不仅是对中国优秀传统文化的继承，而且在高考中也会有很大收益。掌握字形之美的“三大步”是高中硬笔书法教学的一个独特理念，它强调了笔画在书法教学中的重要性。按照这种理论循序渐进、持之以恒的练习，最终实现汉字书写的稳步提升。

### 参考文献

- [1]熊秉明：《中国书法理论体系》，北京：人民教育出版社，2017.2
- [2]潘菽：《教育心理学》，北京：人民教育出版社，2001
- [3]欧阳中石：《欧阳中石谈书法》，北京：北京联合出版公司，2005.1