

写字基本功



[写字基本功_下载链接1](#)

著者:布衣老师

出版者:中华书局

出版时间:2015-10

装帧:平装

isbn:9787101112535

写不好字，令许多人都感到困扰，明明照字帖练了很久，但一用到日常写字里，又变得

跟以前一样了。其实，这是没有学好正确的写字方法，方法不对，练多少也没有作用。本书从写字最基本的坐姿讲起，对握笔的方法，施力的技巧，都用图解做了详细的分析与讲解。与普通的字帖不同，这是一本真正“教写字”的书，让您能快速学到正确的写字技巧，轻松写出好字。

作者介绍:

布衣老师，本名郑文彬，台湾桃园市人，研究硬笔写字教学二十余年，台湾各县市教师写字研习讲师。曾任台湾元智大学终身教育部“课后安亲教师培训班”讲师，美国旧金山“Wisdom教育文化基金会”中文师资精进班讲师，新加坡教育部教研中心写字培训讲师等。所著《写字基本功》（繁体版）在台湾出版后，获台北市教育局 2009 年票选“教师年度十大好书”，连续两年在台湾网上书店获“艺术类”畅销书排行榜冠军。

目录: 给读者的课前小考

前言

绪篇 写字基本功的教与学

学习观念篇

写字问答篇

教学策略篇

第一章 坐姿篇

1-1 写字环境

1-2 纸张摆放

1-3 避免歪头写字和近视的方法

第二章 握笔姿势初级篇

2-1 宽松拳心的体会

2-2 “抓笔”和“架笔”的认识与差异

2-3 写字的大小两个支点

2-4 手腕姿势要点

2-5 写字的第四支点：食指的第三节纹线处

2-6 手部的左右角度

2-7 握笔高度与其功能变化

第三章 握笔姿势进阶篇

3-1 拇指姿势细节

3-2 中指姿势细节

3-3 食指姿势细节

3-4 第四支点的功能与应用技巧

3-5 握姿整合、教具延伸学习

第四章 写字的正确施力方式

4-1 横画运腕

4-2 竖画食指按压

4-3 斜画腕指并用

第五章 左手写字探讨与调整策略

5-1 左手写字的操作模式与问题

5-2 是否改手的思考方向

5-3 对左手写字者握姿的调整和改善技巧

5-4 教具对左手写字者的辅助与应用

第六章 天龙八部 让字体马上变好看的八个方法

6-1 笔画要笔直

6-2 横画往右斜上

6-3 中央大横画要大胆加长，才会大方

6-4 竖画垂直
6-5 撇画和斜画45度要像溜滑梯
6-6 外型瘦高，永葆青春美丽
6-7 写在格子中央，不顶天立地
6-8 以部首为单位来学习架构：十个常用部首写法
附录 三种硬笔字帖及练习说明
· · · · · · ([收起](#))

[写字基本功_下载链接1](#)

标签

写字

教程

書法

练字

纸书

教材

台湾

1

评论

很有帮助，纠正了多年的执笔习惯，写硬笔字的效果立刻得到提高……

写字轻松很多-_-||

看过视频，如获重生；再来看书，精细纠正。终于可以一劳永逸地告别又扭曲又累的书
写了！！！超实用教程。

已购。牛的，作者写了一本书讲如何执笔，运笔施力方法，这详细的~~~

2016-07-07
在读。握笔姿势部分由视频就好了，单看文字讲解摸不到头脑。最后的字帖是弟子规。
。。

教怎么握笔，怎么施力……按作者说的，他是教写字，不是教书法。看了之后虽然说字
也没好到哪儿去，至少写字不疼、不累了，好评！

基本功没学好走起路来就一瘸一瘸的。

有效，谢谢老师

值得每个想要写好字的人在临帖前认真读一读。尤其是每根手指的角色、相互之间的关
系、施力的注意事项，书中花了大篇幅详细解释。可以说，这些是练好字的根本，掌握
这些，再加上天长日久的练习，都会有进步的。

勉強になりました

作者应该是物理不太好，书中关于施力的讲解有不少漏洞，如果理解的话还好，误解的
话根本操作不下去

[写字基本功 下载链接1](#)

书评

用硬笔书写汉字的技法，几乎全部是从毛笔的使用技法（笔法）中生发出来的，或沿用，或简化，至于结构、章法、韵味、审美风格等等，沿袭的就更多了。总的来说，只会比写毛笔字简单，而不会更难。若有毛笔字的功底，写硬笔入手应当会很快，需要解决的就是技术问题：怎样合理有效...

[写字基本功 下载链接1](#)