

# 一笔一画写好字 一撇一捺做好人

## ——书法育人的实践与探索

◎周高泉

摘要：中国汉字博大精深，它是一种表意文字，并能在音形义上做到和谐统一。在教学过程中需根据汉字的特点，引导学生了解汉字的造字原理，有利于提高学生对汉字的认知效率，减少错别字，同时在练字当中也能陶冶情操，锻炼心性。

关键词：一笔一画 一撇一捺 书法育人 实践探索

“一笔一画写好字，一撇一捺做好人。”书法可以启迪智慧、陶冶情操、修养性情。它是中国和受中国文化影响的周边地区特有的一种文字美的艺术体现，并根据其文字的文化特点和含有在书体上的表现笔法，形成的颇具美感的艺术。

### 一、书法教学过程

少儿书法较适宜的途径是以楷书入门。首先教导孩子软笔临习唐楷，再到硬笔学写规范字时就能借鉴唐楷的结构。这二者是相辅相成的，且进步快、效果佳。这个时期的孩子刚识字，此时楷书学习与学校教学相衔接，就能学以致用，迅速运用到书写作业中。在《教育部关于中小学开展书法教育的意见》的指引下，写好中国字，做好中国人；练好书法，弘扬国粹；书法育人，这也是我们广大书法教师必须完成的任务。因此，书法的教学我们应该从传统、灵活的教学方式入手，逐步地提高审美教育和审美素质。

#### （一）传承

青少年弘扬书法这一优秀传统，通过钢笔、毛笔来让学生对我国的传统文化和书法艺术紧紧关联，激发其对传统文化的认同感。在教学中软硬双教，既能练好软笔，又能写好硬笔；规范字与书法双教，既能写好字，又能练好书法；同时借助先进的多媒体与师徒式手把手教学相结合，既能培养兴趣，又能掌握正确的握笔姿势。

#### （二）教学活动

书法育人的核心是尊重文化、感受文化，在教学过程中要不断地研习书贴，而在课余时间，也可举办活动来加深学生对书法的认知，如请书法名家来学校对学生进行指导等。组织学生到美术馆、博物馆参观，在欣赏中提高自身的艺术

水平，让学生在书法中学习正直无私等优秀品格。

而在课堂中，应强调提笔练字的意识，注重三笔字的基本功。这就不仅要求学生好好学习，而且教师也要加深书法技能的训练，比如可以开展教师书法比赛，在浓厚的书法氛围下弘扬我国的传统文化，让广大师生都感受到书法艺术之美。

此外，学校的书法教育还需要家庭的支持。学校与家长在思想上应达成共识，在行动上做到共育，如在春节前夕，可以组织学生在社区中为居民送春联和送福字等。通过这种祝福的方式，不但可以锻炼学生的书法技艺，还能让学生们感受到真善美的思想情感。

### 二、书法教学要点

#### （一）姿势

写好字的前提：姿势的运用。肩平背直头正，手离笔尖一寸，一尺一拳，心平气静。现在的孩子发育相对早一些，也聪明懂事一些，一般5岁左右的学龄前儿童就适合练习书法，当然也可视孩子的个人情况作适当的浮动。小学前上幼小衔接班，主要以培养正确的双姿为主，切不可只单独练习硬笔，因为铅笔又细又小，笔越小孩子便抓得越紧，甚至使出吃奶的力气去书写，如果连续练习一个多小时，会导致小孩的手部肌肉紧张，不利于孩子的成长发育。因此我们要用正确的方法引导，可让孩子手握大一点的毛笔、大头水彩笔，再慢慢过渡到铅笔，这样有利于他们正确地握笔，养成良好的书写习惯。

#### （二）笔画

汉字是由笔画构成的，所以每个字都有其基本笔画，而笔画都由起笔，运笔，收笔这三点构成，一撇一捺横平竖直，而

有些汉字即便是同一个笔画，由于位置的不同，而写法也会不同。如孙过庭所言：初学分布，但求平正；既知平正，务追险绝；既能险绝，复归平正。书法习得不是一蹴而就的，而是一个慢慢学习和练习的过程，老师在教授写字技法时还要教授孩子认识书法的历史和发展演变过程，从而让孩子们更好更系统地学习和掌握。

#### （三）示范

在教学中，教师的一言一行都影响着学生，要求学生做到的，教师要首先做到。书法的学习都要经过读帖、临帖、对临、背临、创作、纠正、再临、再创作等漫长的过程。作为老师，首先自己要笔耕不辍，在教学中才能给孩子们作正确的示范。其次，一定要从传统入手。有道是取法乎上仅得其中，取法乎中仅得其下，如果取法不对就很容易走弯路，当习气形成就不好纠正了。

#### （四）多元化

在教学中，适宜采用流动式教学法，即让老师交叉进行教学，让学生们对书法知识更加地了解，对书法五体均要涉猎，并能逐渐兼善专精，必须始终坚持循序渐进的教学原则，根据孩子特点和书写情况统一备课，因材施教。

### 三、书法教学现状

#### （一）理解上的认知不足

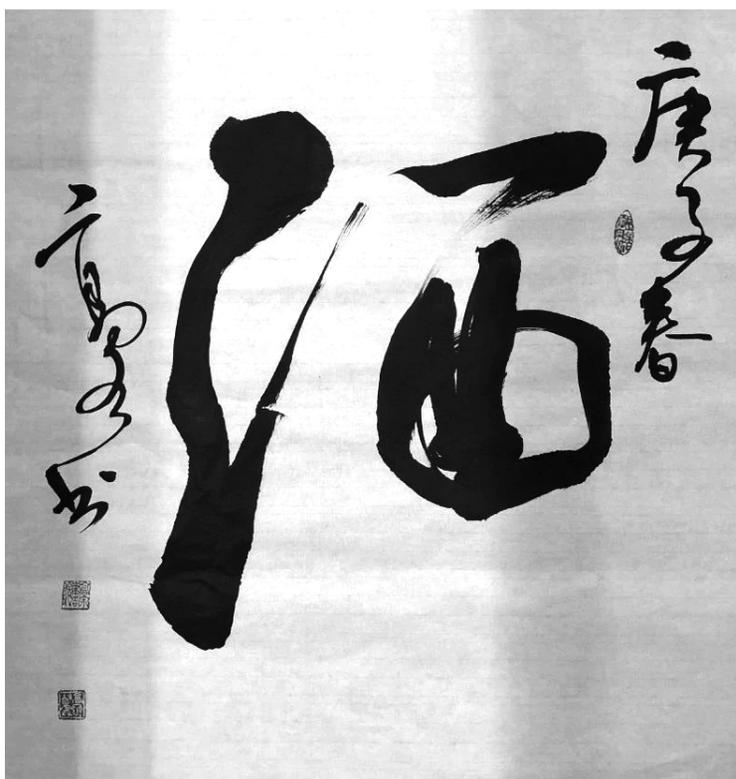
目前，学校多是重视应试教育，而忽略对学生进行书法教育，导致学生对书法上的认知不足，无法体会书法带来的重要性。少儿学习书法贵在坚持，首先应多鼓励，不同年龄段采用不同的方法来激发孩子的学书兴趣。例如，随着《书法进课堂》的不断深入，这种情况会逐渐得到改善。

#### （二）忽略书法在品德上的教育

书法可以育人，但由于教师自身就没



宝剑锋从磨砺出 梅花香自苦寒来 80cm×60cm 2020年



酒 60cm×60cm 2020年

有书法底蕴，所以往往会忽视这一点，无法挖掘出书法育人的用处，从而在日常教学中缺乏对书法的教学，使学生难以养成学习品德的习惯。

### （三）与其他课程没有融合

固然，教师意识到书法的重要性，但由于学科知识任务较重等因素，没有对学生进行书法指导。有一大部分教师认为书法教育，只是属于语文教学之一，没有必要去指导学生，这就导致了学生在书法学习上缺乏锻炼的时间，限制了书法的进步和学习。

## 四、书法教学策略

### （一）明确含义

在教学中，帮助学生认知书法，监督书法的学习，还可以树立榜样的学习。比如在书写板书时，可以通过书法的展示，让学生体验到书法艺术之美，从而激发学生的兴趣。在日常学习中，潜移默化地影响到学生。

### （二）加强练习

给学生自由练习书法的时间，加强学生学习书法的力度。像在午休后第一节课

前10分钟来让学生临摹字帖，还可组织书法比赛，将获奖作品作为展览品，让家长参观以加强家庭的支持和学生的兴趣。其次，通过不断练习书法，来让学生养成提笔练字的习惯，来提升学生的个人文化修养。

### （三）初心始终

书法学习的初心便是育德养性，教师根据新课改的要求来全面提升学生的素质教育。可通过正确引导人品、字品等来让学生能够理解书法，还可以营造文化氛围让学生感受到大书法之美，并能磨炼学生意志，从而提升学生对书法的学习和能力。

## 五、结语

写好字，做好人，在书法中感受到我国传统文化的底蕴，感受到中国汉字博大精深之处，以字育德、以字养性、以字启慧、以字怡情。全面提升学生的学习能力，培养其文化素质，给予学生最优质的书法教育，才能让学生养成优秀的品德人格。同时与家长沟通，给孩子定短、中、长期的考级目标，组织参加全国各类书法大赛，投稿书法专业报刊。寒暑假有目的地进行

强化集训，使学员们的书法水平得到不断的巩固和系统的提高，从而能顺利通过考级或是在大赛中获奖。这样不仅树立了孩子的学习目标，养成良好的书写习惯，还获得了成就感，让孩子终身受益。

## 参考文献：

- [1] 何大海. 书法教育与优秀传统文化传承体系的构建 [J]. 芒种, 2018.
- [2] 蔺若, 李天道. 书法艺术之人文与生命美学精神初探 [J]. 山东师范大学学报: 人文社会科学版, 2017.
- [3] 尹洪亮. 浅论书法教学与养成教育的融合策略 [J]. 中国校外教育, 2017.
- [4] 黄穗. 略论书法教育对学生人文素养的培养 [J]. 美术教育研究, 2017.

作者简介：周高泉，1982年出生，男，汉族，硕士研究生，深圳高泉书院。研究方向：课程与教学论。