

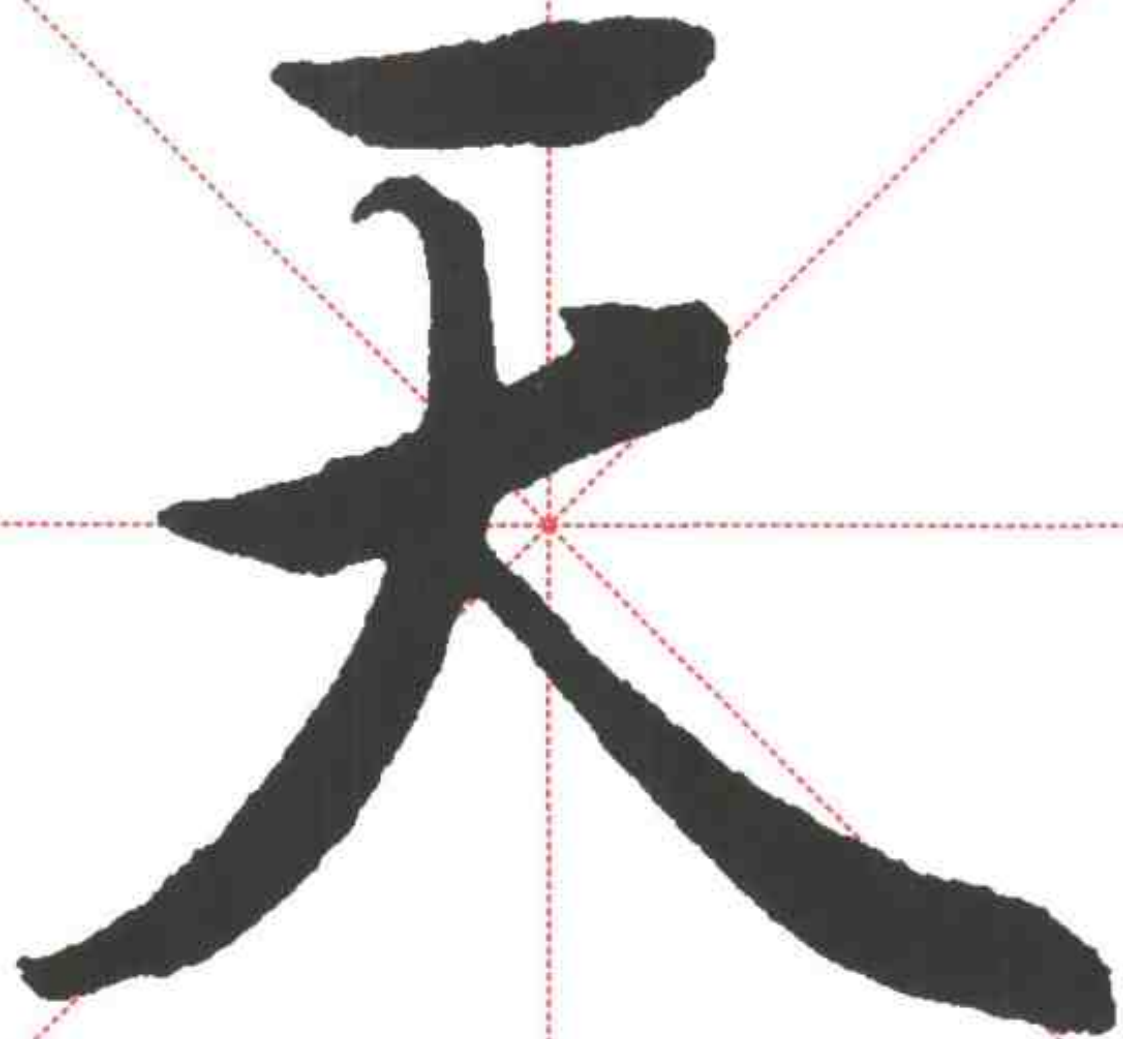
# 标准行书

王羲之《兰亭序》

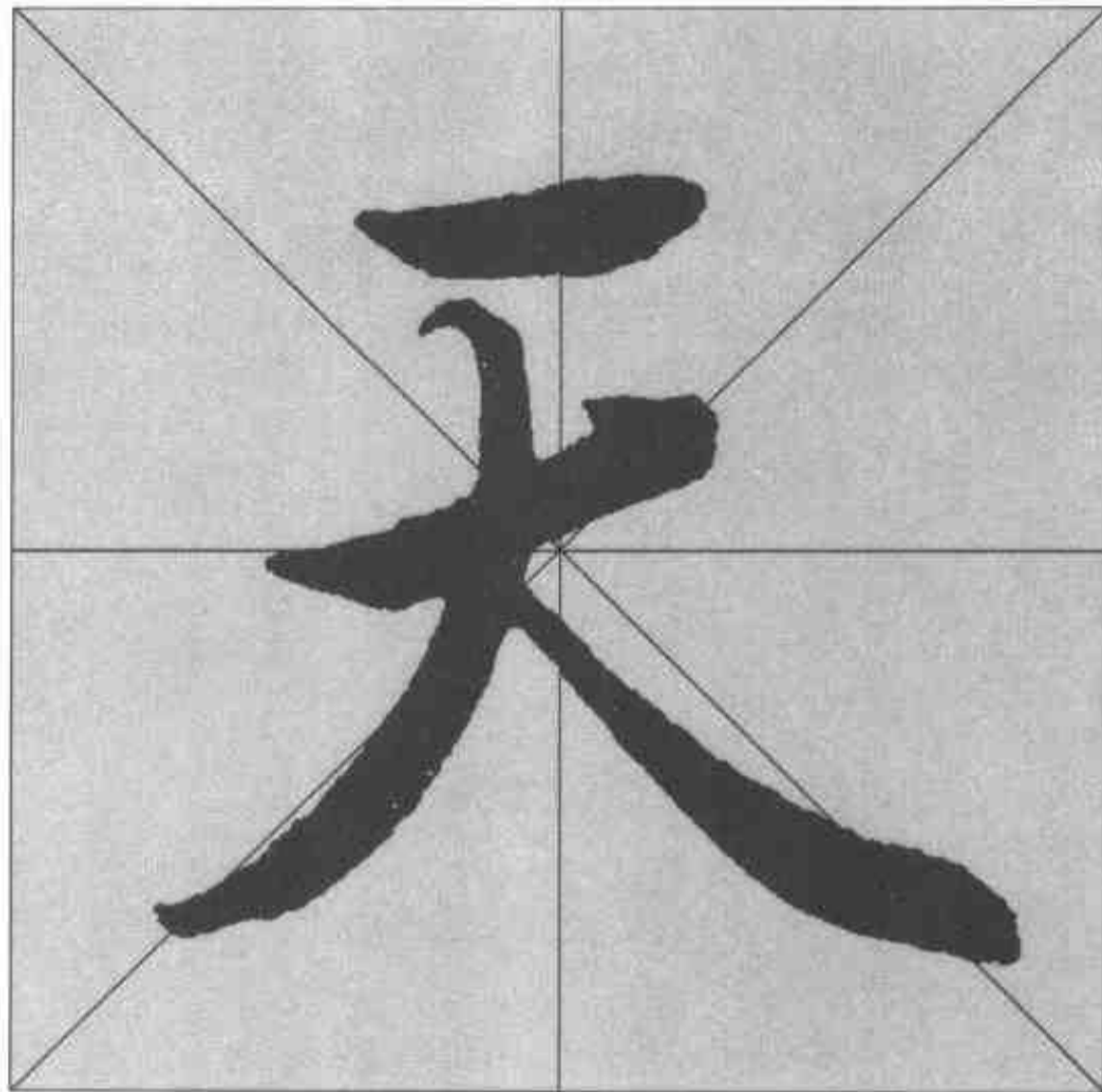
本教材由中国美术学院学术研究所推荐  
青少年标准书法教材

杨一青 主编  
陈进 编著  
昆华 编制

CHINA ACADEMY OF ART PRESS  
中国美术学院出版社



本教材由中国美术学院学术研究部推荐  
青少年标准书法教材



# 标准行书

王羲之《兰亭序》

杨一青 主编

陈进 编著

昆华 制作

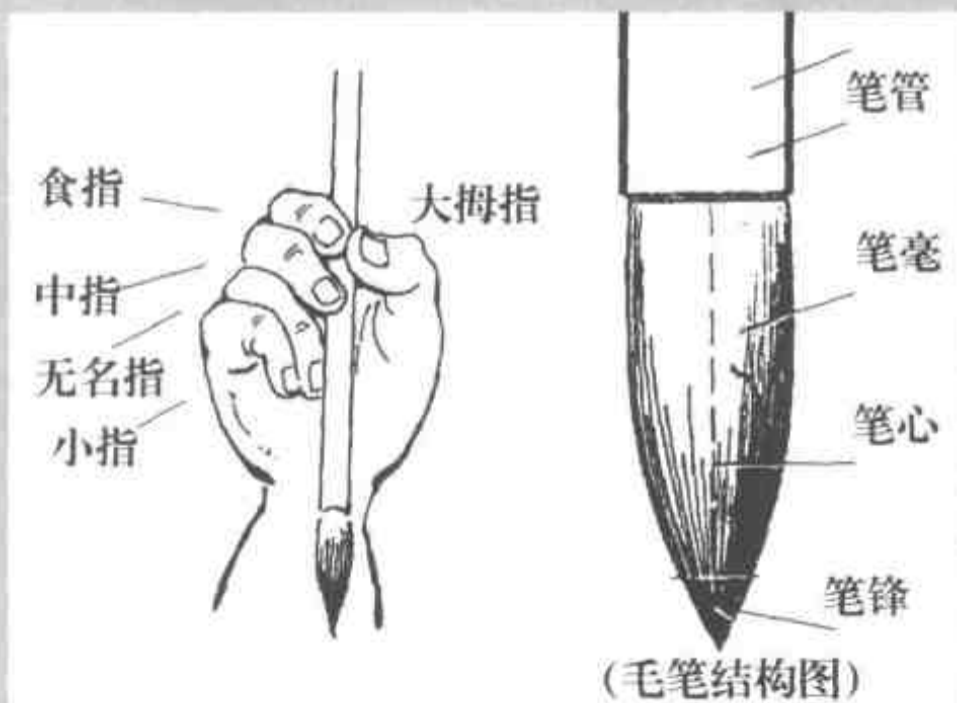
中国美术学院出版社

第一课

执笔和书写姿势练习

用右手大拇指、食指、中指夹住笔管，无名指、小指并拢由内向外轻轻推抵笔管(见图例)。

身体离桌子约一拳距离，左手平放，按住纸面，右手执笔并抬高肘部，使肘部凌空，身体自然放松，做到头部正，身体直，手臂放开，两脚放平。



● 作业：按上面的执笔方法每天练习 20 分钟，可分两次练习，每次 10 分钟。

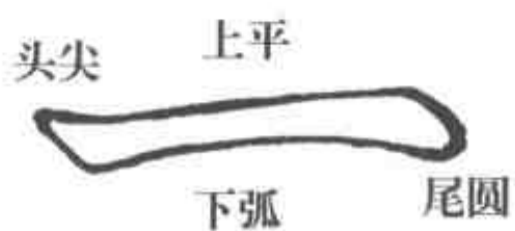
● 作业：按上面的书写姿势，每天练习 20 分钟。

第二课

平横的练习

提示：起笔要轻，提按不宜太明显，笔画要稍向右上取势，不宜过分平直

基本特征



书写方法



直接向右下落笔

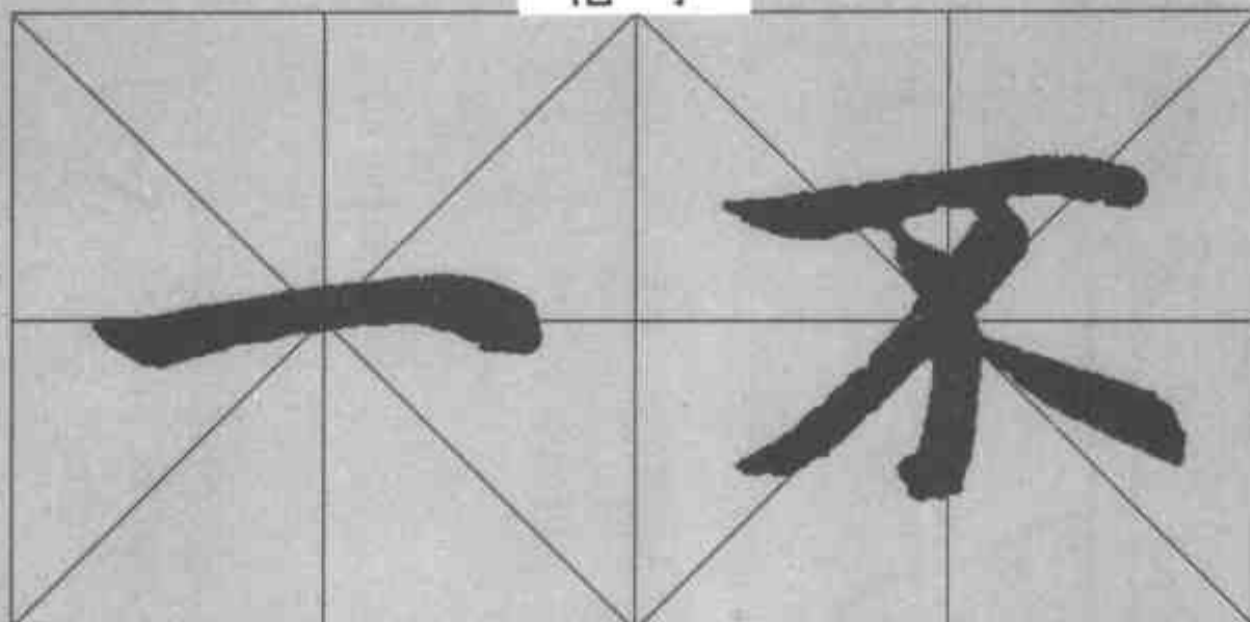


转锋向右横行

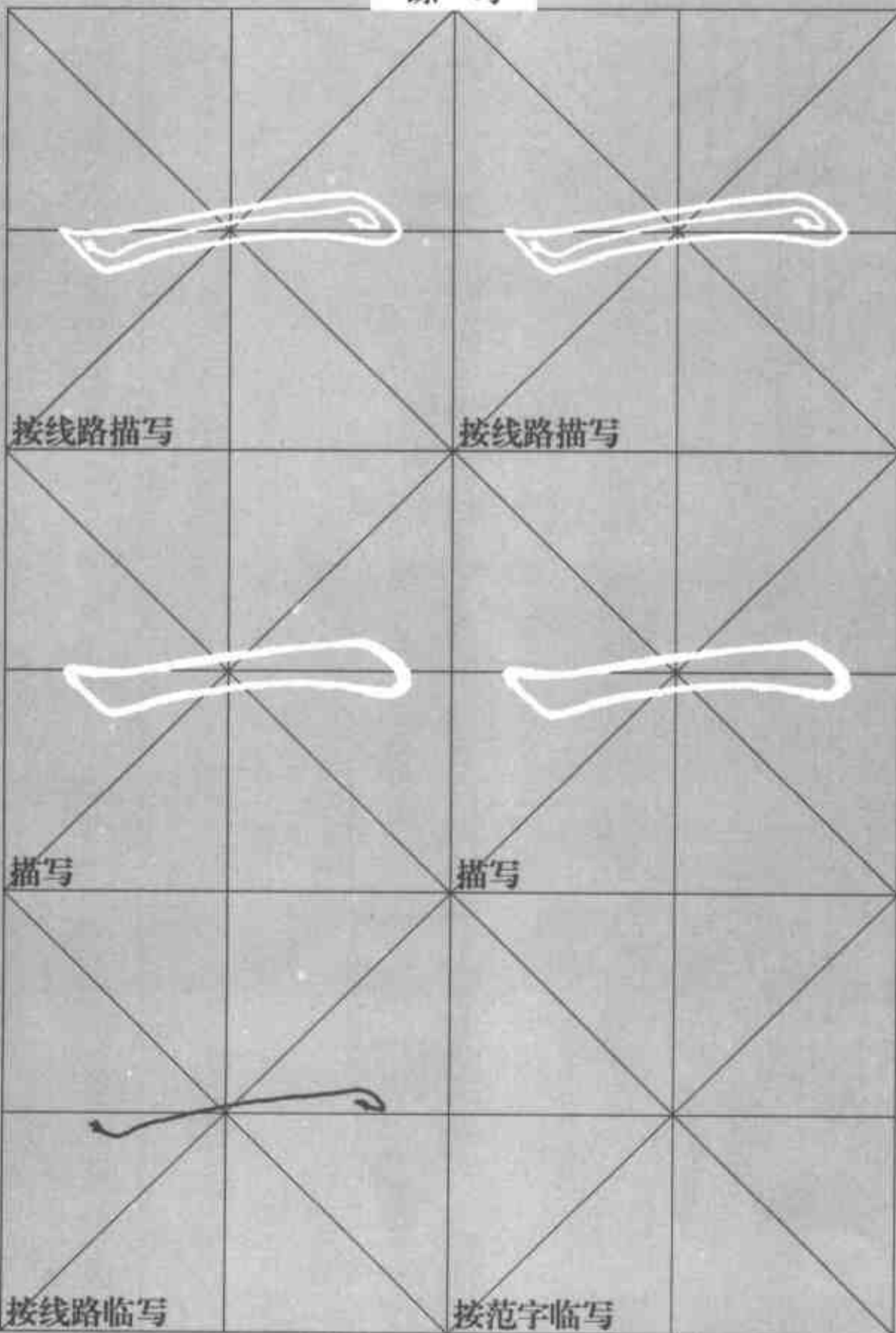


折笔回收

范字



练习



● 作业：做完上面的练习后，每天再练习 20 个。

第三课

上挑横的练习

提示：上挑横多与其他笔画连用，出挑时笔势要直贯下一笔画。

基本特征



书写方法



顺势向右下起笔

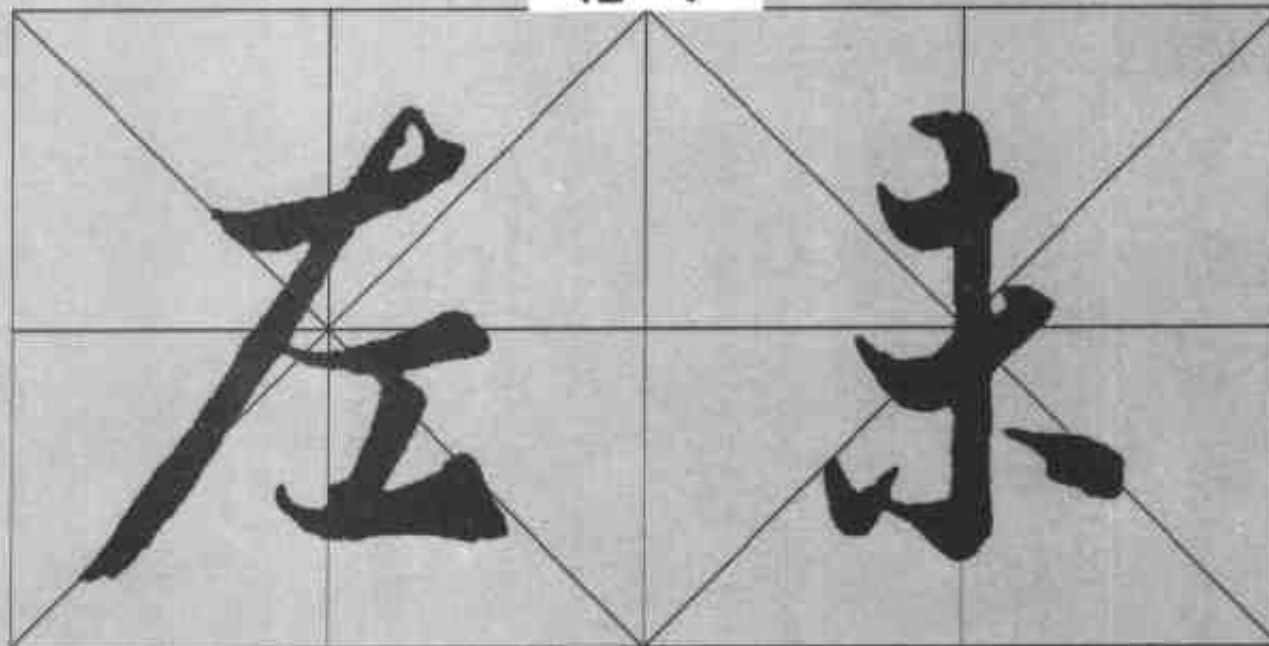


边行边提笔

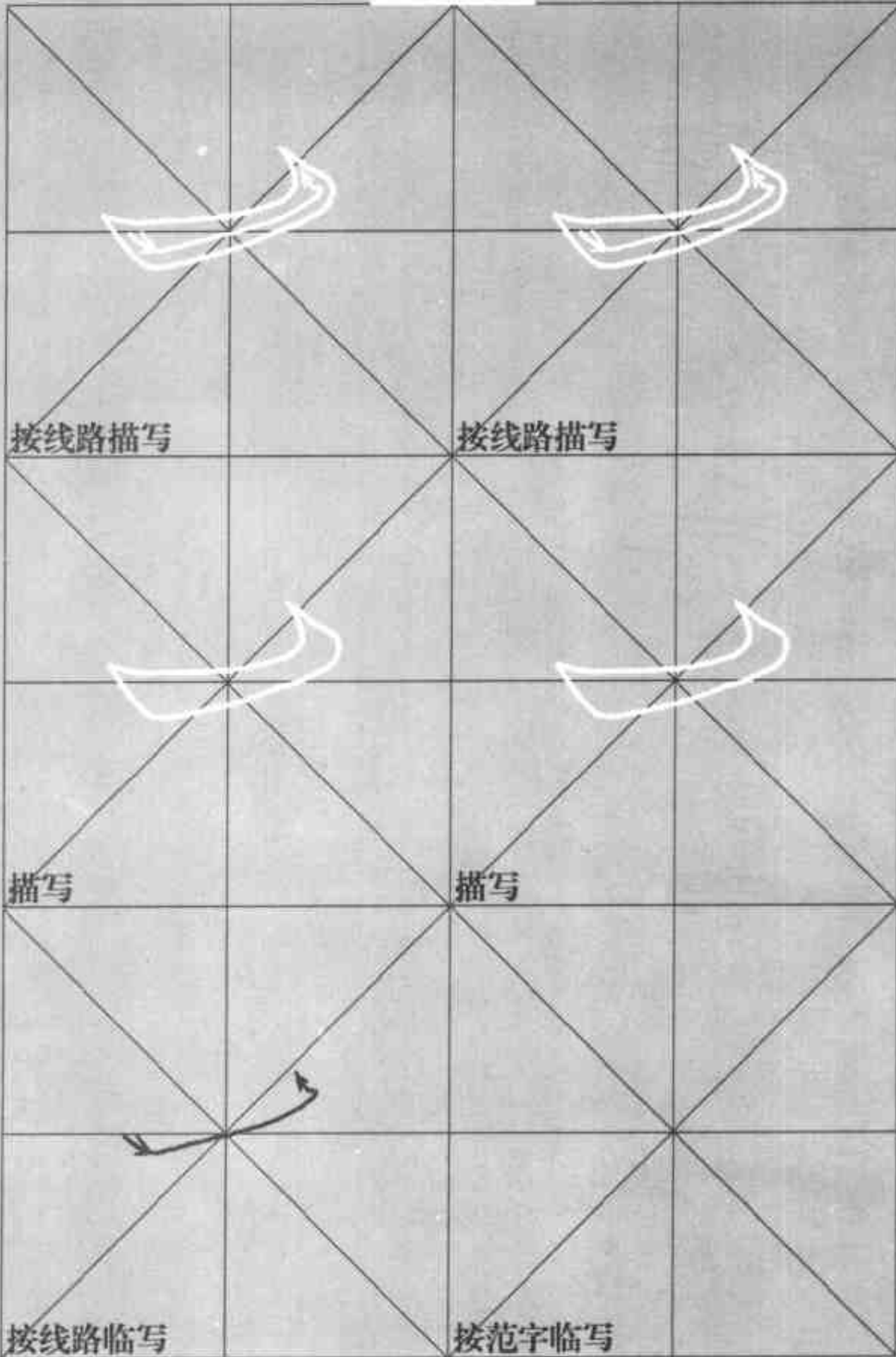


折笔向左上挑出

范字



练习



● 作业：做完上面的练习后，每天再练习 20 个。

查看完整版

付费下载



---

## 【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





## 【风水】风水命理资料合集\_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



## 【中医】中华传统医学资料大全\_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



## 【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术\_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



## 【武术】传统武术与现代搏击术\_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



## **【集藏】经史子集库\_13300 卷**

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



## **【国画】传世名画 \_ 6100 卷**

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



## **【县志】方志\地方县志\乡志\地理志\_8100 册**

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



## **【国学】中华古籍库—32 万册古籍书**

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

**【更多】** >> <https://www.fozhu920.com/list/>