

突破訓練

走

笔基本动作

【李广志】

孔子曰：“何陋之有？”

■ 一周练好字专用教材

连笔基本动作突破训练

李广志编写

你知道吗？

- ★ 字不是一笔一画凑起来的，而是顺其自然连起来的。
七大基本连笔动作教您突破连笔最难点。
- ★ 孤立地写好单个字不是目的，能一行、一段地流利书写才叫行书。
- ★ 练连笔字不是学艺术，而是掌握一种简单的技能。
- ★ 写一百个漂亮的笔画，不如写好一个完整的字。

目 录

第一单元 书写的基本动作练习（一）

第一种	基本连贯动作			
第1课	曲线练习（I）	有	布	成..... (2)
第2课	曲线练习（II）	人	交	反..... (4)
第3课	曲线练习（III）	安	娄	每..... (6)
第二种	连续直线动作			
第4课	直线练习（I）	年	里	耕..... (8)
第5课	直线练习（II）	伟	常	雷..... (10)
第三种	基本呼应动作			
第6课	左右呼应（I）	练	某	恭..... (13)
第7课	左右呼应（II）	乔	其	月..... (15)
第8课	左右呼应（III）	笛	家	永 泉..... (17)

第二单元 书写的基本动作练习（二）

第四种	过渡动作			
第9课	过渡动作（左右）	池	雨	都..... (20)
第10课	过渡动作（上下）	青	福	 (22)
第五种	直线与直线的组合动作			
第11课	直线与直线的组合	真	桌	求..... (24)
第六种	直线与曲线的组合动作			
第12课	直线与曲线的组合（I）	匆	渴	 (27)
第13课	直线与曲线的组合（II）	艺	风	 (29)
第七种	局部典型连笔动作			
第14课	典型局部连笔动作（I）	衣	辰	 (31)
第15课	典型局部连笔动作（II）	等	的	鸟..... (33)

第三单元 实用连笔字笔画及笔顺

第16课	点横竖	单	心	来 样..... (35)
第17课	撇捺	元	全	 (38)
第18课	钩挑折	把	田 戈	 (40)
第19课	笔顺（I）	感	北	 (43)
第20课	笔顺（II）	右	生 区	 (45)

第四单元 结构（上）

第 21 课	左右结构（I）	准 话 没	（49）
第 22 课	左右结构（II）	校 秋	（51）
第 23 课	左右结构（III）	传 行 红	（53）
第 24 课	左右结构（IV）	吻 明 肋	（55）
第 25 课	左右结构（V）	找 斩 牧	（57）
第 26 课	左右结构（VI）	站 好 饭	（59）
第 27 课	左右结构（VII）	现 地 蜂	（61）
第 28 课	左右结构（VIII）	阿 聪 情	（63）
第 29 课	左右结构（IX）	跳 驶	（65）
第 30 课	左右结构（X）	到 鹏	（67）
第 31 课	左中右结构	班 激	（69）

第五单元 结构（下）

第 32 课	上、下结构（I）	空 写	（71）
第 33 课	上、下结构（II）	常 震 岩	（73）
第 34 课	上、下结构（III）	芯 符	（75）
第 35 课	上中下结构	章 宫 鲁	（77）
第 36 课	两面包围	原 厚 病 道	（79）
第 37 课	三面包围	函 区 风	（81）
第 38 课	紧密包围	同 间 国	（83）

第六单元 字阵及提高

第 39 课	大小搭配与高低排列	（85）
第 40 课	字的连贯与提高	（87）

附录：

★笔迹分析及矫正	（90）
★硬笔书法作品鉴赏	（93）

基本连笔动作训练突破了什么？

字不是一笔一画凑起来的，而是顺其自然连出来的。七种基本连笔动作让您马上突破连笔最难点，轻松写好字。

在大量的教学实践中，我们发现，行书写法（连笔字）就难在一个“连”字，如果连笔不得法，只会越连越糟、越连越乱、难得其法。写字从某种意义上来说，是一些连笔动作的组合。而我们发现有一些动作是凭着人的本能就可以做好的，如画一个顺时针的圆“Q”，再将其演变：“ㄥ”，我们会发现圆可以演变成很多字，如“人”、“有”的某些重要部位。

经过近十年的实践与探索，我们发现完全可以有更简单科学的办法去练字。我们在连笔字中发现并提炼了一般人都比较容易完成的动作，熟练之后，人们“顺其自然”就会“得心应手”。那么在练字时就会化难为易，轻易突破最难的连笔部分，迅速找到写连笔的感觉，建立起练好字的信心，从而大大提高练字的效率。

提炼出的连笔动作应是一些最基本的动作。比如打乒乓球时的推、拉、扣、削等动作，乒乓球打得好不好，不在于您的姿势多么优雅，更不在于您的力量多大，而在于动作做得是否规范到位，进而是否能熟能生巧。如果掌握了这些动作要领，一般的球都能用这些动作去处理；又比如跳水，不管哪一个世界冠军去跳，入门时练的都是起跳、空中翻、入水等几个基本动作，水跳得好不好，不在于您的胆子有多大，而在于动作是否做得标准，起跳好、入水准才能让人得到美的享受，否则只能是砸水花了。如果你掌握了，一样可以一试身手。写连笔字也一样，连笔动作合理，字就自然连起来了。连笔动作是一个字的有机组成部分，不一定是一个很实在很具体的笔画或部首（不完全等同于一个机器的某个零件）基本动作可以实连，也可虚连。可以仅仅是某一个部件，更多的时候，它需要做一些长度、角度的演变，从而变成另一个部件，更象武侠小说里的一些武功绝招，不拘泥于一招一式，一招在手，千变万化，威力无穷。掌握了这些基本连笔动作好比掌握了开启连笔字结构的钥匙，可以进去，也可以出来。

因此，我们在大量实践的基础上提炼了最有代表的七种连笔动作，即曲线之

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/>