



策划编辑：孙承泽
责任编辑：谷建亚 李莹肖
封面设计：张瑞阳

中等职业教育课程改革创新教材



中等职业教育课程改革创新教材
中等职业教育教材编审委员会审定



中职生 硬笔字帖



ZHONGZHISHENG
YINGBI ZITIE

中职生
硬笔字帖



ZHONGZHISHENG YINGBI ZITIE

中职生 硬笔字帖

主编 王 琛

ISBN 978-7-5537-8182-2



定价：27.00元

江苏凤凰科学技术出版社

江苏凤凰科学技术出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

中等职业教育课程改革创新教材
中等职业教育教材编审委员会审定

中职生硬笔字帖

主编 王 琛

 江苏凤凰科学技术出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

中职生硬笔字帖/王琛主编. —南京:江苏凤凰
科学技术出版社, 2017. 6(2023. 7 重印)
ISBN 978-7-5537-8182-2

I. ①中… II. ①王… III. ①汉字—硬笔字—中等专
业学校—法帖 IV. ①G634. 955. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 100055 号

中等职业教育课程改革创新教材

中职生硬笔字帖

主 编 王 琛
责 任 编 辑 谷建亚 李莹肖
责 任 校 对 郝慧华
责 任 监 制 曹叶平 周雅婷

出 版 发 行 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出版社网址 <http://www.pspress.cn>
印 刷 三河市骏杰印刷有限公司

开 本 787 mm×1 092 mm 1/16
印 张 8
字 数 195 000
版 次 2017 年 6 月第 1 版
印 次 2023 年 7 月第 4 次印刷

标 准 书 号 ISBN 978-7-5537-8182-2
定 价 27.00 元

如有图书印装质量问题, 请致电 010-88433760。

前言

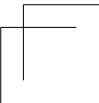
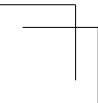
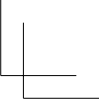
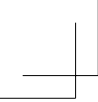
QIANYAN

书法是世界上少数几种文字所具有的艺术形式，而中国书法是汉字所独有的一种艺术，在中华民族几千年的文明史中一直占有极为重要的地位。汉字的书写从甲骨文、金文演变为小篆、隶书，至东汉、魏、晋的草书、行书、楷书诸体，一直饱含着独特的艺术魅力，被誉为“无言的诗”“无行的舞”“无图的画”“无声的乐”等。

学习书法不仅可以陶冶情操，培养兴趣爱好，还对个人的工作和生活起着重要的辅助作用。针对中等职业院校学生提高自身综合素质的需要，我们组织编写了《中职生硬笔字帖》一书。本书在编写上考虑到中职院校学生的实际情况和硬笔书法的特点，主要设置了硬笔楷书练习、硬笔行书练习、硬笔楷书与行书对照练习三个部分。在每一个部分中，我们分别设置了单字练习、成语练习、章法练习等部分，让学生可以循序渐进，逐步提高硬笔书法水平。

由于编者水平有限，书中难免存在疏漏和不妥之处，敬请广大读者和各位专家批评指正。

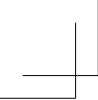
编 者



目录

MULU

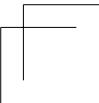
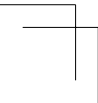
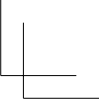
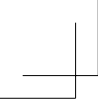
第一章	硬笔楷书练习	1
第二章	硬笔行书练习	41
第三章	硬笔楷书与行书对照练习	81



第一章

硬笔楷书练习

生言語忍。念口或飲食或坐走長者先幼者后長呼人即代叫。人不在己即到尊長。勿呼名。對
低低不聞。却非宜進。出趨退少遲。問起對視。勿移事諸友如事父事諸兄如事兄弟。道孝兄弟。
尊長勿見能路過長疾趨避。長无言提來立將下馬乘下車。過待百步余長皆立。幼坐。老
易至。借此時晨必盥漱漱口便溺回執淨手冠衣正紐必結袂以履俱緊切置冠履有定位。幼
國拜末散勿踐園。勿殿倚勿箕踞。勿搖臂緩獨常。勿手寬轉背。勿舐指甲。投匙箸如執盃入上
我。不分明。用人物須明求。倘不同。即为偷竊。人物支時。還有急借不准朝起早夜眠遲。老見
分下。称家对飲食勿操持。食适可勿過。則年方少勿飲酒飲酒醉最為丑步从容立端正揖讓
勿輕略斗鬧場。絕勿近邪僻事。絕勿間將入門問故存。將上堂声必揚。人間誰對以名吾上
勿佞巧。奸巧語秽污词市井气。切戒之。見未真勿轻言知未的勿轻传事。非宜勿轻諾。苟於
无加警。唯德学唯才艺不如人当自励。若衣服若飲食不如人勿生戚。闻过怒聞譽乐損
非貌高才大者望自大人所服。非言大已有能勿自私人所能勿轻訾勿誇富勿驕貧勿墮
福且作善相劝德皆建。过不规道两亏。凡取与贵分晓。与宜多取宜少。将加人先问己。己不
决谨信。爱众而亲仁。有余力则学文。兄道友弟道孝。在中财物轻。怨何生。言语海。



永	永																		
立	立																		
主	主																		
兵	兵																		
心	心																		
少	少																		
冬	冬																		
兴	兴																		
一	一																		
王	王																		
平	平																		
寺	寺																		
言	言																		
不	不																		
下	下																		
作	作																		
十	十																		

[illegible]

延	延																		
火	火																		
反	反																		
迟	迟																		
西	西																		
石	石																		
皇	皇																		
山	山																		
出	出																		
世	世																		
红	红																		
妙	妙																		
买	买																		
写	写																		
安	安																		
可	可																		
到	到																		

[illegible]

晚	晚																		
昨	昨																		
时	时																		
早	早																		
田	田																		
畔	畔																		
胃	胃																		
富	富																		
宁	宁																		
空	空																		
密	密																		
学	学																		
宽	宽																		
冗	冗																		
含	含																		
冥	冥																		
俞	俞																		

盒	盒												
奏	奏												
泰	泰												
拳	拳												
京	京												
高	高												
帝	帝												
艺	艺												
若	若												
英	英												
荷	荷												
获	获												
黄	黄												
零	零												
雷	雷												
露	露												
竹	竹												

等	等																
算	算																
岂	岂																
炭	炭																
乘	乘																
仅	仅																
伟	伟																
信	信																
律	律																
得	得																
线	线																
绿	绿																
缘	缘																
访	访																
语	语																
谢	谢																
冰	冰																

[illegible]

蝗	蝗																		
蚤	蚤																		
萤	萤																		
账	账																		
师	师																		
档	档																		
桐	桐																		
梅	梅																		
杂	杂																		
果	果																		
移	移																		
稻	稻																		
精	精																		
糖	糖																		
抛	抛																		
握	握																		
搏	搏																		

[illegible]

矾	矾																
研	研																
确	确																
床	床																
康	康																
踢	踢																
跳	跳																
跃	跃																
贼	贼																
赠	赠																
贰	贰																
弧	弧																
弹	弹																
驳	驳																
骑	骑																
肺	肺																
背	背																

[illegible]

别	别																		
刚	刚																		
列	列																		
邨	邨																		
邪	邪																		
邓	邓																		
卯	卯																		
叩	叩																		
卸	卸																		
断	断																		
斯	斯																		
新	新																		
彩	彩																		
彰	彰																		
影	影																		
威	威																		
或	或																		

雏	雏																		
雍	雍																		
雕	雕																		
鸽	鸽																		
鸦	鸦																		
鹂	鹂																		
整	整																		
数	数																		
毁	毁																		
殿	殿																		
段	段																		
领	领																		
顺	顺																		
项	项																		
墨	墨																		
坚	坚																		
妄	妄																		

娶	娶																
姿	姿																
妇	妇																
妮	妮																
妹	妹																
黑	黑																
照	照																
燕	燕																
慈	慈																
愁	愁																
恶	恶																
奔	奔																
弃	弃																
问	问																
闻	闻																
阔	阔																
肉	肉																

周	周												
冈	冈												
围	围												
困	困												
匠	匠												
匾	匾												
幽	幽												
画	画												
甫	甫												
匐	匐												
繁	繁												
温	温												
舞	舞												
微	微												
魁	魁												
馨	馨												
勉	勉												

金	蝉	脱	壳
金	玉	满	堂
霸	王	别	姬
海	阔	天	空
满	腹	经	纶
卧	虎	藏	龙
国	色	天	香
情	不	自	禁
愚	公	移	山
卧	薪	尝	胆
壮	志	凌	云
相	见	恨	晚
相	濡	以	沫
窃	宠	淑	女
破	釜	沉	舟
天	涯	海	角
国	士	无	双

[illegible]

龙	飞	凤	舞
树	大	根	深
雨	过	天	晴
乘	风	破	浪
竿	路	蓝	缕
朝	三	暮	四
患	得	患	失
君	子	好	迷
鞭	长	莫	及
竭	泽	而	渔
飞	黄	腾	达
囊	萤	映	雪
飞	蛾	扑	火
自	怨	自	艾
风	驰	电	掣
白	马	非	马
退	避	三	舍

三	山	五	岳
称	心	如	意
望	梅	止	渴
荒	荒	子	立
振	聿	发	聒
运	筹	帷	幄
逃	之	天	天
杯	水	车	薪
有	的	放	矢
矫	枉	过	正
睚	眦	必	报
姗	姗	来	迟
一	鸣	惊	人
攸	攸	不	倦
一	马	平	川
入	木	三	分
沆	濯	一	气

相思 王维				
红	豆	生	南	国
春	来	发	几	枝
愿	君	多	采	撷
此	物	最	相	思

宿建德江 孟浩然				
移	舟	泊	烟	渚
日	暮	客	愁	新
野	旷	天	低	树
江	清	月	近	人

怨情 李白				
美	人	卷	珠	帘
深	坐	蹙	蛾	眉
但	见	泪	痕	湿
不	知	心	恨	谁

弹琴 刘长卿

泠	泠	七	弦	上
静	听	松	风	寒
古	调	虽	自	爱
今	人	多	不	弹

送上人 刘长卿

孤	云	将	野	鹤
岂	向	人	间	住
莫	买	沃	洲	山
时	人	已	知	处

秋夜寄邱员外 韦应物

怀	君	属	秋	夜
散	步	咏	凉	天
空	山	松	子	落
幽	人	应	未	眠

望庐山瀑布 李白	疑	飞	遥	日
	是	流	看	照
	银	直	瀑	香
	河	下	布	炉
	落	三	挂	生
	九	千	前	紫
	天	尺	川	烟

回乡偶书 贺知章	笑	儿	乡	少
	问	童	音	小
	客	相	无	离
	从	见	改	家
	何	不	鬓	老
	处	相	毛	大
	来	识	衰	回

江南逢李龟年 杜甫	落	正	崔	岐
	花	是	九	王
	时	江	堂	宅
	节	南	前	里
	又	好	几	寻
	逢	风	度	常
	君	景	闻	见

枫桥夜泊 张继	夜	姑	江	月
	半	苏	枫	落
	钟	城	渔	乌
	声	外	火	啼
	到	寒	对	霜
	客	山	愁	满
	船	寺	眠	天

沁园春·雪 毛泽东

		北	国	风	光	千	里	冰	封	万
里	雪	飘	望	长	城	内	外	惟	余	莽
莽	大	河	上	下	顿	失	滔	滔	山	舞
银	蛇	原	驰	蜡	象	欲	与	天	公	试
比	高	须	晴	日	看	红	装	素	裹	分
外	妖	娆								

		江	山	如	此	多	娇	引	无	数
英	雄	竞	折	腰	惜	秦	皇	汉	武	略
输	文	采	唐	宗	宋	祖	稍	逊	风	骚
一	代	天	骄	成	吉	思	汗	只	识	弯
弓	射	大	雕	俱	往	矣	数	风	流	人
物	还	看	今	朝						

念奴娇·赤壁怀古 苏轼

		大	江	东	去	浪	淘	尽	千	古
风	流	人	物	故	垒	西	边	人	道	是
三	国	周	郎	赤	壁	乱	石	崩	云	惊
涛	拍	岸	卷	起	千	堆	雪	江	山	如
画	一	时	多	少	豪	杰				
		遥	想	公	瑾	当	年	小	乔	初
嫁	了	雄	姿	英	发	羽	扇	纶	巾	谈

笑	间	檣	櫓	灰	飞	烟	灭	故	国	神
游	多	情	应	笑	我	早	生	华	发	人
间	如	梦	一	樽	还	酹	江	月		