

𠂇习字格训练

zá	木部	上下	杂	九	九	杂	杂	杂	杂	杂	杂	杂	错杂	驳杂
杂	杂	杂												

xi	禾部	左右	稀	稀	稀	稀	稀	稀	稀	稀	稀	稀	稀客	稀奇
稀	稀	稀												

zh	竹部	上下	篱	篱	篱	篱	篱	篱	篱	篱	篱	篱	篱笆	樊篱
篱	篱	篱												

qīng	虫部	左右	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻	蜻蜓	蜻蜓点水
蜻	蜻	蜻												

𠂇方格训练

错	杂			驳	杂			稀	容			稀	奇			篱	笆
樊	篱			蜻	蜓			蜻	蜓	点	水						

𠂇章法训练

四时田园杂兴（其二十五）【宋】范成大

梅子金黄杏子肥，麦花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，惟有蜻蜓蛱蝶飞。

𠂇习字格训练

tíng	虫部	左右	蜓 蜓 蜓 蜓 蜻 虫 虫 虫 虫 蜓 蜓	蜻蜓 蜻翼
蜓	蜓	蜓		

dié	虫部	左右	蝶 蝶 蝶 蝶 蝶 蝶 蝶 蝶 蝶 蝶 蝶	蝴蝶 花蝶
蝶	蝶	蝶		

sù	宀部	上下	宿 宿 宿 宿 宿 宿 宿 宿 宿 宿	住宿 宿舍
宿	宿	宿		

xú	彳部	左右	徐 徐 徐 徐 徐 徐 徐 徐 徐 徐	徐徐 徐步
徐	徐	徐		

𠂇方格训练

蜻	蜓		蜓	翼		蝴	蝶		花	蝶		住	宿
宿	舍		徐	徐		徐	步						

𠂇章法训练

宿新市徐公店 【宋】杨万里

篱落疏疏一径深，树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

𠂇习字格训练

shū	疋部	左右	疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏 疏	疏通 疏朗
疏	疋	疋 疏		

máo	艹部	上下	茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅 茅	茅草 茅屋
茅	艹	茅 茅		

yán	木部	左右	檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐 檐	屋檐 房檐
檐	木	檐 檐		

wēng	羽部	上下	翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁 翁	渔翁 醉翁
翁	羽	翁 翁		

𠂇方格训练

疏	通		疏	朗		茅	草		茅	屋		屋	檐
房	檐		渔	翁		醉	翁						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

茅檐低小，溪上青青草。

醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪？

𠂇习字格训练

tài	贝部	左右	賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴 賴	賴帳 賴皮
	賴	賴 賴		

bō	刂部	左右	剥 剥 剥 削 削 削 彙 彙 彙 彙 彙 彙 彙	剥削 剥皮
	剥	剥 剥		

gòu	木部	左右	构 构 构 构 构 构 构 构 构 构 构 构 构 构 构	构成 构思
	构	构 构		

shì	饣部	左右	饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰 饰	装饰 妆饰
	饰	饰 饰		

𠂇方格训练

賴	帳		賴	皮		剥	削		剥	皮		构	成
构	思		装	饰		妆	饰						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。

最喜小儿亡赖，溪头卧剥莲蓬。

𠂇习字格训练

dūn	足部	左右	蹲 蹤 蹤 蹤 蹤 蹤 蹤 蹤 蹫 蹢 蹢 蹢 蹢 蹢	蹲步 蹲伏
蹲	蹲	蹲		

fèng	几部	上三包围	凤 凤 凤 凤	凤凰 龙凤
凤	凤	凤		

xù	广部	左上包围	序 序 序 序 序 序 序	顺序 秩序
序	序	序		

lì	亻部	左中右	例 例 例 例 例 例 例	例外 照例
例	例	例		

𠂇方格训练

蹲	步		蹲	伏		凤	凰		龙	凤		顺	序
秩	序		例	外		照	例						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

风雨送春归，飞雪迎春到。

已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。

𠂇习字格训练

lǜ	玄部	上下	率 率 率 率 率 率 率 率 率 率 率 率 率 率	心率 比率
率	率	率		

mì	见部	上下	觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觅 觟	觅食 觅取
觅	觅	觅		

sǒng	耳部	上下	耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸 耸	高耸 耸立
耸	耸	耸		

tà	足部	左右	踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏 踏	踏青 践踏
踏	踏	踏		

𠂇方格训练

心	率		比	率		觅	食		觅	取		高	耸
耸	立		踏	青		践	踏						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

俏也不争春，只把春来报。

待到山花烂漫时，她在丛中笑。

𠂇习字格训练

tǎng	亻部	左右	倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘 倘	倘若 倘或
倘	倘	倘		

huì	纟部	左右	绘 绘 绘 绘 绘 绘 绘 绘 绘 绘 绘 绘	绘画 绘图
绘	绘	绘		

xié	讠部	左右	谐 谐 谐 谐 谐 谐 谐 谐 谐 谐 谐 谐	和谐 诙谐
谐	谐	谐		

jì	宀部	上下	寄 寄 守 守 守 守 寄 寄 寄 寄 寄 寄	寄托 寄生
寄	寄	寄		

𠂇方格训练

倘	若	倘	或	绘	画	绘	图	和	谐
诙	谐	寄	托	寄	生				

𠂇章法训练

江畔独步寻花 【唐】杜甫

黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？

𠂇习字格训练

mán	目部	左右	眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠 眠	睡眠 酣眠
	眠	眠 眠		

wèi	心部	上下	慰 慰 慰 尸 层 层 层 层 层 厥 厥 厥 厥 厥 厥 厥	慰劳 慰问
	慰	慰 慰		

jí	艹部	上下	藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉 藉	蕴藉 枕藉
	藉	藉 藉		

bǔ	卜部	独体字	卜 卜	吉 卜 占 卜
	卜	卜 卜		

𠂇方格训练

睡	眠		酣	眠		慰	劳		慰	问		蕴	藉
枕	藉		吉	卜		占	卜						

𠂇章法训练

蜂 【唐】罗隐

不论平地与山尖，无限风光尽被占。

采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜？

习字格训练

rui	钅部	左右	锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐 锐	锐利 敏锐
锐	锐	锐		

tān	氵部	左中右	滩 滩 滩 汗 汗 滩 滩 滩 滩 滩 滩 滩 滩 滩	沙滩 险滩
滩	滩	滩		

shuò	火部	左右	烁 烁 烁 烁 烁 烁 烁 烁 烁 烁	烁 烁 闪烁
烁	烁	烁		

方格训练

锐利 敏锐 沙滩 险滩 帐篷
幔帐 烁烁 闪烁

章法训练

独坐敬亭山【唐】李白

众鸟高飞尽，孤云独去闲。

相看两不厌，只有敬亭山。

𠂇习字格训练

biān	虫部	左右	蝙 蝙 蝙 中 虫 虫 虫 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙	蝙蝠
	蝙	蝙 蝙		

fú	虫部	左右	蝠 蝠 蝠 口 蝠 蝠 蝠 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙 蝙	蝙蝠 蝠鲼
	蝠	蝠 蝠		

bà	雨部	上下	霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸 霸	恶霸 霸道
	霸	霸 霸		

yīng	鸟部	左上包围	鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰 鹰	银鹰 雀鹰
	鹰	鹰 鹰		

𠂇方格训练

蝙	蝠		蝙	蝠		蝠	鲼		恶	霸		霸	道
银	鹰		雀	鹰									

𠂇章法训练

芙蓉楼送辛渐【唐】王昌龄

寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶。

𠂇习字格训练

nù	心部	上下	怒怒怒奴奴奴奴怒怒怒	恼怒 愤怒
怒	怒	怒		

hǒu	口部	左中右	吼吼吼吼吼吼吼	吼叫 怒吼
吼	吼	吼		

zhī	月部	左右	脂脂脂脂脂脂脂脂脂	脂粉 腮脂
脂	脂	脂		

shì	扌部	左右	拭拭拭拭拭拭拭拭拭	擦拭 揣拭
拭	拭	拭		

𠂇方格训练

恼	怒		愤	怒		吼	叫		怒	吼		脂	粉
腮	脂		擦	拭		揩	拭						

𠂇章法训练

塞下曲 【唐】卢纶

月黑雁飞高，单于夜遁逃。

欲将轻骑逐，大雪满弓刀。

𠂇习字格训练

cān	食部	上下	饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣 饣	野餐 餐馆
	餐	餐		

huà	刂部	左右	刂 刂 戈 戈 戈 划	计划 企划
	划	划		

shǎng	日部	左右	晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌 晌	半晌 歇晌
	晌	晌		

là	辛部	左右	辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣 辣	辣椒 毒辣
	辣	辣		

𠂇方格训练

野	餐	餐	馆	计	划	企	划	半	晌
歇	晌	辣	椒	毒	辣				

𠂇章法训练

墨梅【元】王冕

我家洗砚池头树，朵朵花开淡墨痕。

不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。

习字格训练

fan	田部	上下	番 番 番 番 平 采 采 番 番 番	一番 轮番
番	番	番		

mái	土部	左右	埋 埋 埋 埋 坦 坦 坦 坦 坪 坪 埋 埋	埋头 埋没
埋	埋	埋		

方格训练

渗透 渗透 挣钱 挣钱 一番
轮番 埋头 埋没

章法训练

四时田园杂兴（其二十五）【宋】范成大

梅子金黃杏子肥，麥花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，惟有蜻蜓蛱蝶飞。

𠂇习字格训练

shuā	刂部	左右	刷 刷 刷 刷 刷 刷 刷	板刷 刷新
刷	刷	刷		

cè	氵部	左中右	测 测 测 测 沁 沁 沆 测	测量 探测
测	测	测		

xiáng	讠部	左右	详 详 详 详 详 详 详	详细 安详
详	详	详		

bèn	竹部	上下	笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨 笨	笨重 笨拙
笨	笨	笨		

𠂇方格训练

板	刷		刷	新		测	量		探	测		详	细
安	详		笨	重		笨	拙						

𠂇章法训练

宿新市徐公店 【宋】杨万里

篱落疏疏一径深，树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

𠂇习字格训练

dùn	钅部	左右	钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝 钝	迟钝 钝器
	钝	钝 钝		

tán	讠部	左右	谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈 谈	谈吐 谈话
	谈	谈 谈		

gē	鸟部	左右	鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽 鸽	鸽子 家鸽
	鸽	鸽 鸽		

háo	毛部	上下	毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫 毫	丝毫 挥毫
	毫	毫 毫		

𠂇方格训练

迟	钝		钝	器		谈	吐		谈	话		鸽	子
家	鸽		丝	毫		挥	毫						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

茅檐低小，溪上青青草。

醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪？

习字格训练

mò	木部	独体字	末 未 末 未	周末 末日
末	未	未		

方格训练

周	末		末	日		描	绘		描	述		隧	道
隧	洞		神	态		仪	态						

章法训练

清平乐·村居 [宋] 辛弃疾

大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。

最喜小儿亡赖，溪头卧剥莲蓬。

𠂇习字格训练

dūn	口部	左右	吨 吨 吨 吨 吨 吨 吨 吨 吨 吨	吨位 千吨
吨	吨	吨		

lú	页部	左右	颅 颅 颅 颅 颅 颅 颅 颅 颅 颅	头颅 颅腔
颅	颅	颅		

péng	月部	左中右	膨 膨 膨 膨 膨 膨 膨 膨 膨 膨	膨胀 膨脰
膨	膨	膨		

zhī	月部	左右	肢 肢 肢 肢 肢 肢 肢 肢 肢 肢	胳肢 四肢
肢	肢	肢		

𠂇方格训练

吨	位		千	吨		头	颅		颅	腔		膨	脰
膨	脰		胳	肢		四	肢						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

风雨送春归，飞雪迎春到。

已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。

𠂇习字格训练

yì	羽部	上中下	翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼翼	机翼 翼然
翼	翼	翼		

bì	辛部	左右	辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟辟	精辟 开辟
辟	辟	辟		

nà	纟部	左右	纳纳纳纳纳纳纳纳	缴纳 纳闷
纳	纳	纳		

yōng	扌部	左右	拥拥拥拥拥拥拥拥	拥挤 拥护
拥	拥	拥		

𠂇方格训练

机	翼		翼	然		精	辟		开	辟		缴	纳
纳	闷		拥	挤		拥	护						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

俏也不争春，只把春来报。

待到山花烂漫时，她在丛中笑。

习字格训练

xīāng	竹部	上下	箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱 箱	邮箱 信箱
箱	箱	箱		

shū	艹部	上下	蔬 蔬 蔬 花 茄 茄 茄 茄 茄 茄 蔬 蔬 蔬 蔬 蔬 蔬	时 蔬 蔬 菜
蔬	蔬	蔬		

tàn	石部	左右	碳 碳 石炭 石炭 石炭 碳 碳 碳 碳 碳 碳 碳 碳	碳酸 低碳
碳	碳	碳		

方格训练

邮箱 信箱 口臭 铜臭 时蔬
蔬菜 碳酸 低碳

章法训练

江畔独步寻花【唐】杜甫

黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？

𠂇习字格训练

gāng	钅部	左右	钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢 钢	钢笔 钢琴
钢	钢	钢		

yǐn	阝部	左右	隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐 隐	隐居 隐约
隐	隐	隐		

jìan	亻部	左右	健 健 促 促 健 健 信 信 律 律 健 健	健康 稳健
健	健	健		

kāng	广部	左上包围	康 康 康 康 康 康 康 康 康 康 康 康 康 康	健康 康健
康	康	康		

𠂇方格训练

钢	笔		钢	琴		隐	居		隐	约		健	康
稳	健		健	康		康	健						

𠂇章法训练

蜂 【唐】罗隐

不论平地与山尖，无限风光尽被占。

采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜？

𠂇习字格训练

bāo	月部	左右	胞 胞 胞 胞 胞 胞 胞 胞 胞 胞	细胞 难胞
胞	胞	胞		

jí	疒部	左上包围	疾 疾 疾 疾 疾 疾 疾 疾 疾 疾	残疾 疾驰
疾	疾	疾		

fáng	阝部	左右	防 防 防 防 防 防	消防 防盗
防	防	防		

zào	火部	左右	灶 灶 灶 灶 灶 灶 灶	灶君 炉灶
灶	灶	灶		

𠂇方格训练

细	胞		难	胞		残	疾		疾	驰		消	防
防	盗		灶	君		炉	灶						

𠂇章法训练

独坐敬亭山【唐】李白

众鸟高飞尽，孤云独去闲。

相看两不厌，只有敬亭山。

𠂇习字格训练

xū	雨部	上下	需 需 需 需 需 需 需 需 需 需 需 需 需 需	必需 需要
需	需	需		

fán	糸部	上下	繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁 繁	繁忙 繁荣
繁	繁	繁		

màn	氵部	左右	漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫 漫	漫游 弥漫
漫	漫	漫		

miè	火部	上下	灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭 灭	灭火 灭口
灭	灭	灭		

𠂇方格训练

必	需		需	要		繁	忙		繁	荣		漫	游
弥	漫		灭	火		灭	口						

𠂇章法训练

芙蓉楼送辛渐【唐】王昌龄

寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶。

𠂇习字格训练

téng	艹部	上下	藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤 藤	紫藤 藤条
藤	藤	藤		

luó	艹部	上下	萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝 萝	萝卜 萝卜
萝	萝	萝		

xi	月部	左右	膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝 膝	屈膝 膝盖
膝	膝	膝		

tāo	氵部	左右	涛 涛 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠 涠	波涛 松涛
涛	涛	涛		

𠂇方格训练

紫	藤		藤	条		萝	卜		波	萝		屈	膝
膝	盖		波	涛		松	涛						

𠂇章法训练

塞下曲 【唐】卢纶

月黑雁飞高，单于夜遁逃。

欲将轻骑逐，大雪满弓刀。

𠂇习字格训练

duǒ	身部	左右	躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲 躲	躲让 躲避
躲	躲	躲		

píng	瓦部	左右	瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶 瓶	水瓶 胆瓶
瓶	瓶	瓶		

jǐ	扌部	左右	挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤 挤	拥挤 挤进
挤	挤	挤		

chā	叉部	独体字	叉 叉 叉	铁叉 劈叉
叉	叉	叉		

𠂇方格训练

躲	让		躲	避		水	瓶		胆	瓶		拥	挤
挤	进		铁	叉		劈	叉						

𠂇章法训练

墨梅【元】王冕

我家洗砚池头树，朵朵花开淡墨痕。

不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。

𠂇习字格训练

hui	扌部	左右	挥 挥 挥 挥 挥 挥 挥 挥 挥 挥	指挥 挥霍
	挥	挥 挥		

huà	木部	左右	桦 桦 桦 桦 桦 桦 桦 桦 桦 桦	白桦 桦木
	桦	桦 桦		

tú	氵部	左右	涂 涂 涂 涂 涂 涂 涂 涂 涂 涂	涂抹 糊涂
	涂	涂 涂		

róng	艹部	上下	茸 茸 茸 茸 茸 茸 茸 茸 茸 茸	松茸 茸毛
	茸	茸 茸		

𠂇方格训练

指	挥		挥	霍		白	桦		桦	木		涂	抹
糊	涂		松	茸		茸	毛						

𠂇章法训练

四时田园杂兴（其二十五）【宋】范成大

梅子金黄杏子肥，麦花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，惟有蜻蜓蛱蝶飞。

𠂇习字格训练

xìù	丝部	左右	绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣 绣	刺绣 绣花
绣	绣	绣		

xīāo	氵部	左右	潇 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾 潾	潇洒 潇洒
潇	潇	潇		

suì	禾部	左右	穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗 穗	稻穗 穗子
穗	穗	穗		

méng	月部	左右	朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦 朦	朦胧 昏朦
朦	朦	朦		

𠂇方格训练

刺	绣		绣	花		潇	洒		潇	潇		稻	穗
穗	子		朦	胧		昏	朦						

𠂇章法训练

宿新市徐公店 【宋】杨万里

篱落疏疏一径深，树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

𠂇习字格训练

lóng	月部	左右	胧 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩 脩	朦胧 脳月
胧	胧	胧		

jì	宀部	上下	寂 寂	静寂 孤寂
寂	寂	寂		

xiá	雨部	上下	霞 霞	朝霞 彩霞
霞	霞	霞		

mǒ	扌部	左右	抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹 抹	抹黑 涂抹
抹	抹	抹		

𠂇方格训练

朦	胧		胧	月		静	寂		孤	寂		朝	霞
彩	霞		抹	黑		涂	抹						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

茅檐低小，溪上青青草。

醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪？

𠂇习字格训练

yōu	忄部	左右	忧 忧 忧 忧 忧 忧 忧 忧	担忧 忧患
忧	忄	忧		

lǜ	虍部	左上包围	虑 虑 虑 虑 虑 虑 虑 虑	忧虑 顾虑
虑	虍	虑		

tān	贝部	上下	贪 贪 贪 贪 贪 贪 贪 贪	贪玩 贪色
贪	贝	贪		

zhí	耳部	左右	职 职 职 职 职 职 职 职	职务 职责
职	耳	职		

𠂇方格训练

担	忧		忧	患		忧	虑		顾	虑		贪	玩
贪	色		职	务		职	责						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。

最喜小儿亡赖，溪头卧剥莲蓬。

𠂇习字格训练

píng	尸部	左上包围	屏 屏 屏 屏 屏 屏 屏 屏	屏蔽 屏幕
屏	屏	屏		

cèng	足部	左右	蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭 蹭	蹭蹬 磨蹭
蹭	蹭	蹭		

gǎo	禾部	左右	稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿 稿	稿纸 拟稿
稿	稿	稿		

qiāng	月部	左右	腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔 腔	腔调 体腔
腔	腔	腔		

𠂇方格训练

屏	蔽		屏	幕		蹭	蹬		磨	蹭		稿	纸
拟	稿		腔	调		体	腔						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

风雨送春归，飞雪迎春到。

已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。

𠂇习字格训练

jiě	角部	左右	解 解 解 角 角 角 角 角 角 角	解 答	解决
解	解	解			

mèn	门部	上三包围	闷 闷 闷 闷 闷 闷 闷 闷	解 闷	闷 雷
闷	闷	闷			

shé	虫部	左右	蛇 蛇 口 中 虫 虫 虫 蛇 蛇 蛇	蟒 蛇	蛇 蝎
蛇	蛇	蛇			

zāo	辶部	左下包围	遭 遭 遭 遭 遭 曹 曹 曹 曹 曹 曹 遭 遭	遭 遇	遭 殃
遭	遭	遭			

𠂇方格训练

解	答		解	决		解	闷		闷	雷		蟒	蛇
蛇	蝎		遭	遇		遭	殃						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

俏也不争春，只把春来报。

待到山花烂漫时，她在丛中笑。

𠂇习字格训练

yāng	歹部	左右	殃殃殃殃殃殃殃殃	遭殃 祸殃
殃	殃	殃		

pén	皿部	上下	盆盆盆盆盆盆盆盆	盆栽 面盆
盆	盆	盆		

bèi	力部	左右	勃勃勃勃勃勃勃勃	生机勃勃 蓬勃
勃	勃	勃		

tǎo	讠部	左右	讨讨讨讨讨	讨论 讨厌
讨	讨	讨		

𠂇方格训练

遭	殃		祸	殃		盆	裁		面	盆	
生	机	勃	勃		蓬	勃		讨	论		讨厌

𠂇章法训练

江畔独步寻花 【唐】杜甫

黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？

𠂇习字格训练

yàn	厂部	左上包围	厌 厌 厌 厌 厌 厌	讨厌 厉害
	厌	厌 厌		

bà	土部	左右	坝 坝 坝 坝 坝 坝	堤坝 大坝
	坝	坝 坝		

zhōng	心部	上下	忠 忠 忠 忠 忠 忠 忠	忠心 忠告
	忠	忠 忠		

dài	母部	上下	毒 毒 毒 毒 毒 毒 毒	毒打 茶毒
	毒	毒 毒		

𠂇方格训练

讨	厌		厌	恶		堤	坝		大	坝		忠	心
忠	告		毒	打		茶	毒						

𠂇章法训练

蜂 【唐】罗隐

不论平地与山尖，无限风光尽被占。

采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜？

𠂇习字格训练

jì	纟部	左右	绩 绩 绩 绩 绩 绩 绩 绩 绩 绩	成绩 业绩
绩	績	績		

fu	子部	左右	孵 孵 孵 孵 孵 孵 孵 孵 孵 孵	孵育 孵化
孵	孵	孵		

jǐng	言部	上下	警 警 警 警 警 警 警 警 警 警	巡警 警笛
警	警	警		

jiè	戈部	右上包围	戒 戒 戒 戒 戒 戒 戒 戒 戒 戒	警戒 戒尺
戒	戒	戒		

𠂇方格训练

成	绩		业	绩		孵	育		孵	化		巡	警
警	笛		警	戒		戒	尺						

𠂇章法训练

独坐敬亭山【唐】李白

众鸟高飞尽，孤云独去闲。

相看两不厌，只有敬亭山。

习字格训练

wāi	止部	上下	歪 歪 歪 歪 歪 平 歪 歪 歪	侧歪 歪理
歪	歪	歪		

gǔ	口部	左右	咕 古 咕 咕一 咕 吱 吱 咕 咕	咕 咚 咕 啰
咕	咕	咕		

tāng	氵部	左右	汤 汤 汤 汤 汤 汤	汤 药 熬 汤
汤	湯	湯		

方格训练

侧 歪 理 咕 咚 咕 哚 汤 药
熬 汤 挖 掘 发 掘

章法训练

芙蓉楼送辛渐【唐】王昌龄

寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶。

𠂇习字格训练

fu	亻部	左右	伏 伏 伏 伏 伏 伏	埋 伏 伏 案
伏	伏	伏		

tí	口部	左右	啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼 啼	啼 哭 啼 血
啼	啼	啼		

fèi	口部	左右	吠 吠 吠 吠 吠 吠 吠 吠 吠 吠	狂 吠 犬 吠
吠	吠	吠		

cù	亻部	左右	促 促 促 促 促 促 促 促 促 促	急 促 局 促
促	促	促		

𠂇方格训练

埋	伏		伏	案		啼	哭		啼	血		狂	吠
犬	吠		急	促		局	促						

𠂇章法训练

塞下曲 【唐】 卢纶

月黑雁飞高，单于夜遁逃。

欲将轻骑逐，大雪满弓刀。

𠂇习字格训练

pō	页部	左右	頗 頗 頗 頗 頗 皮 皮 頗 頗 頗 頗	偏颇 颇辞
頗	頗	頗		

jù	刂部	左右	剣 剑 剑 居 居 剧 剧	短剧 京剧
剣	剣	剣		

gǒu	艹部	上下	苟 苟 苟 苟 苟 苟 苟 苟	不苟 苟求
苟	苟	苟		

pì	言部	上下	譬 譬 譬 譬 譬 譬 譬 譬 譬 譬 譬 譬	譬如 譬方
譬	譬	譬		

𠂇方格训练

偏	頗		頗	辭		短	劇		京	劇		不	苟
苟	求		譬	如		譬	方						

𠂇章法训练

墨梅 【元】王冕

我家洗砚池头树，朵朵花开淡墨痕。

不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。

𠂇习字格训练

shì	亻部	左右	侍 侍 侍 侍 侍 侍 侍	侍候 服侍
侍	侍	侍		

guǎn	宀部	左右	馆 馆 馆 馆 馆 馆 馆 馆 馆 馆	餐馆 报馆
馆	馆	馆		

fù	阝部	左右	附 附 附 附 附 附 附 附	附和 附近
附	附	附		

pí	月部	左右	脾 脾 脾 脾 脾 脾 脾 脾 脾 脾	肝脾 脾气
脾	脾	脾		

𠂇方格训练

侍	候		服	侍		餐	馆		报	馆		附	和
附	近		肝	脾		脾	气						

𠂇章法训练

四时田园杂兴（其二十五）【宋】范成大

梅子金黄杏子肥，麦花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，惟有蜻蜓蛱蝶飞。

𠂇习字格训练

mǐn	文部	左右	敏 敏 亾 亾 毎 毎 毎 毎 毎 敏 敏 敏	敏捷 灵敏
敏	敏 敏			

jié	才部	左右	捷 捷 捷 捷 捷 捷 捷 捷 捷 捷 捷 捷	敏捷 捷报
捷	捷 捷			

áng	日部	上下	昂 口 昂 昂 昂 昂 昂 昂 昂 昂 昂 昂	激昂 昂然
昂	昂 昂			

gòng	亼部	左右	供 供 仁 仁 供 供 供 供 供 供 供 供	逼供 供需
供	供 供			

𠂇方格训练

敏	捷		灵	敏		敏	捷		捷	报		激	昂
昂	然		逼	供		供	需						

𠂇章法训练

宿新市徐公店 【宋】杨万里

篱落疏疏一径深，树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

𠂇习字格训练

tiān	氵部	左右	添 添 添 添 添 添 沢 沢 添 添 添 添	添 置 添加
添	添	添		

kuò	扩部	左右	扩 扩 扩 扩 扩 扩 扩 扩 扩 扩 扩 扩	扩散 扩大
扩	扩	扩		

fàn	艹部	上下	范 范 范 范 范 范 范 范 范 范 范 范	模范 示范
范	范	范		

nǔ	力部	上下	努 努 努 努 努 努 努 努 努 努 努 努	努力 努嘴
努	努	努		

𠂇方格训练

添	置		添	加		扩	散		扩	大		模	范
示	范		努	力		努	嘴						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

茅檐低小，溪上青青草。

醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪？

𠂇习字格训练

chà	刂部	左右	刹刹刹刹刹刹刹刹刹刹	古刹 刹车
刹	刹	刹		

làn	火部	左右	烂烂烂烂烂烂烂烂烂	灿烂 腐烂
烂	烂	烂		

tì	曰部	上下	替替替替替替替替替替	替换 代替
替	替	替		

xiāng	钅部	左右	镶镶镶镶镶镶镶镶镶镶	镶牙 镶边
镶	镶	镶		

𠂇方格训练

古	刹		刹	车		灿	烂		腐	烂		替	换
代	替		镶	牙		镶	边						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。

最喜小儿亡赖，溪头卧剥莲蓬。

𠂇习字格训练

zǐ	糸部	上下	紫 紫 紫 紫 此 此 此 此 紫 紫 紫 紫 紫	紫檀 紫藤
紫	紫	紫		

jǐn	亻部	左右	仅 仅 仅 仅	仅仅 仅见
仅	仅	仅		

zhè	氵部	左中右	浙 浙 浙 浙 浙 浙 浙 浙 浙 浙	浙江 浙本
浙	浙	浙		

luó	囗部	上下	罗 罗 罗 罗 罗 罗 罗 罗 罗	罗列 罗织
罗	罗	罗		

𠂇方格训练

紫	檀		紫	藤		仅	仅		仅	见		浙	江
浙	本		罗	列		罗	织						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

风雨送春归，飞雪迎春到。

已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。

习字格训练

juān	鸟部	左右	鹃 鸶 鸶 鸶 鸶 鸶 鸶 鸶 鶯 鶯 鶯 鶯	杜鹃 鸲啼
鹃	鹃	鹃		

zhǎi	穴部	上下	窄 窄 窄 窄 窄 窄 窄 窄 窄 窄 窄 窄	狭窄 窄小
	窄	窄	窄	

方格训练

杜 绝 杜 鹃 杜 鹃 鹃 啼 狹 窄
窄 小 浓 郁 葱 郁

章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

俏也不争春，只把春来报。

待到山花烂漫时，她在丛中笑。

𠂇习字格训练

jiān	月部	左上包围	肩 肩 肩 肩 肩 肩 肩 肩	肩膀 耸肩
	肩	肩 肩		

tún	月部	上下	臀 臀	臀部 臀疣
	臀	臀 臀		

yí	禾部	左右	移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移 移	推移 移植
	移	移 移		

é	页部	左右	额 额 额 宽 宽 宽 宽 宽 宽 宽 宽 宽 宽 宽 额 额 额	额角 超额
	额	额 额		

𠂇方格训练

肩	膀		耸	肩		臀	部		臀	疣		推	移
移	植		额	角		超	额						

𠂇章法训练

江畔独步寻花 【唐】杜甫

黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？

𠂇习字格训练

lù	阝部	左右	陆 陆 陆 陆 陆 陆 陆 陆	陆地 大陆
陆	陆	陆		

rǔ	乚部	左右	乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳	乳白 哺乳
乳	乳	乳		

sǔn	竹部	上下	笋 笋 笋 笋 笋 笋 笋 笋 笋 笋	竹笋 春笋
笋	笋	笋		

duān	立部	左右	端 端 端 端 端 端 端 端 端 端	端庄 端详
端	端	端		

𠂇方格训练

陆	地		大	陆		乳	白		哺	乳		竹	笋
春	笋		端	庄		端	详						

𠂇章法训练

蜂 【唐】罗隐

不论平地与山尖，无限风光尽被占。

采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜？

𠂇习字格训练

yuán	氵部	左右	源 源 源 源 源 源 源 源 源 源 源 源 源 源	起源 源泉
源	源	源		

jìn	日部	上下	晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋 晋	晋级 晋见
晋	晋	晋		

kàng	火部	左右	炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕 炕	火炕 炕席
炕	炕	炕		

qiān	钅部	左右	铅 铅 铅 铅 铅 铅 钢 钢 钢 铅 铅 铅	铅笔 铅丝
铅	铅	铅		

𠂇方格训练

起	源		源	泉		晋	级		晋	见		火	炕
炕	席		铅	笔		铅	丝						

𠂇章法训练

独坐敬亭山【唐】李白

众鸟高飞尽，孤云独去闲。

相看两不厌，只有敬亭山。

𠂇习字格训练

mài	立部	左下包围	迈 迈 迈 迈 迈 迈	迈步 年迈
	迈	迈 迈		

wū	口部	左右	呜 呜 呜 呜 呜 呜 呜	呜咽 噎呜
	呜	呜 呜		

shuān	木部	左右	栓 栓 栓 栓 栓 栓 栓 栓	枪栓 栓塞
	栓	栓 栓		

gē	月部	左右	胳 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱 脱	胳膊 胳肢
	胳	胳 脱		

𠂇方格训练

迈	步		年	迈		呜	咽		唔	呜		枪	栓
栓	塞		胳	膊		胳	肢						

𠂇章法训练

芙蓉楼送辛渐【唐】王昌龄

寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶。

𠂇习字格训练

bó	月部	左右	膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊 膊	赤膊 胳膊
	膊	膊 膊		

jié	力部	左右	劫 劫 劫 劫 劫 劫 劫 劫	洗劫 浩劫
	劫	劫 劫		

chóu	纟部	左右	绸 绸 绸 绢 绢 绢 绢 绢 绢 绢 绢 �绢 绢 绢 绢	丝绸 绸子
	绸	绸 绸		

bā	扌部	左右	扒 扒 扒 扒 扒 扒	扒开 扒拉
	扒	扒 扒		

𠂇方格训练

赤	膊		胳膊	膊		洗	劫		浩	劫		丝	绸
绸	子		扒开	扒	开		扒	拉					

𠂇章法训练

塞下曲 【唐】 卢纶

月黑雁飞高，单于夜遁逃。

欲将轻骑逐，大雪满弓刀。

𠂇习字格训练

dí	文部	左右	敌 敌 敌 敌 敌 敌 敌 敌 敌 敌	天 敌 敌 人
	敌	敌 敌		

shí	尸部	独体字	尸 尸 尸	僵 尸 尸 骸
	尸	尸 尸		

chèn	走部	左下包围	趁 越 起 起 赶 赶 赶 赶 走 走 赶 赶 赶 赶 赶 赶 赶 赶	趁 机 趁 早
	趁	趁 越		

huāng	忄部	左右	慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌 慌	慌 张 慌 乱
	慌	慌 慌		

𠂇方格训练

天	敌		敌	人		僵	尸		尸	骸		趁	机
趁	早		慌	张		慌	乱						

𠂇章法训练

墨梅【元】王冕

我家洗砚池头树，朵朵花开淡墨痕。

不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。

𠂇习字格训练

fu	艹部	上下	芙 芙 芙 芙 芙 芙 芙 芙	芙蓉 芙渠
芙	芙	芙		

róng	艹部	上下	蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉 蓉	豆蓉 芙蓉
蓉	蓉	蓉		

luò	氵部	左右	洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛 洛	河洛 洛师
洛	洛	洛		

hú	士部	上下	壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺 壺	暖壺 悬壺
壺	壺	壺		

𠂇方格训练

芙	蓉		芙	渠		豆	蓉		芙	蓉		河	洛
洛	师		暖	壺		悬	壺						

𠂇章法训练

四时田园杂兴（其二十五）【宋】范成大

梅子金黄杏子肥，麦花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，惟有蜻蜓蛱蝶飞。

𠂇习字格训练

yàn	隹部	左上包围	雁 雁 雁 雁 雁 雁 雁 雁 雁 雁 雁 雁	鸿雁 大雁
雁	雁	雁		

yàn	石部	左右	砚 砚 砚 砚 砚 砚 砚 砚 砚 砚 砚 砚	砚滴 砚池
砚	砚	砚		

qián	乙部	左右	乾 乾 乾 乾 乾 乾 乾 乾 乾 乾 乾 乾	乾坤 乾隆
乾	乾	乾		

kūn	土部	左右	坤 坤 坤 坤 坤 坤 坤 坤 坤 坤 坤 坤	乾坤 坤角
坤	坤	坤		

𠂇方格训练

鸿	雁		大	雁		砚	滴		砚	池		乾	坤
乾	隆		乾	坤		坤	角						

𠂇章法训练

宿新市徐公店 【宋】杨万里

篱落疏疏一径深，树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

𠂇习字格训练

bó	十部	左右	博 博 博 博 博 博 博 博 博 博 博 博 �博 博 博 博 博 博	渊博 博大
博	博	博		

pín	贝部	上下	贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫 贫	贫民 贫苦
贫	贫	贫		

yān	灔部	上下	焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉 焉	焉支 焉提
焉	焉	焉		

féng	辶部	左下包围	逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢 逢	逢迎 相逢
逢	逢	逢		

𠂇方格训练

渊	博		博	大		贫	民		贫	苦		焉	支
焉	提		逢	迎		相	逢						

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。

最喜小儿亡赖，溪头卧剥莲蓬。

𠂇习字格训练

cù	十部	上下	卒 卒 卦 卦 卍 卍 卍 卍 卍 卍	卒业 士卒
	卒	卒 卒		

tún	亻部	左右	伦 伦 伦 伦 伦 伦	人伦 绝伦
	伦	伦 伦		

fù	月部	左右	腹 腹 腹 腹 腹 腹 腹 腹 腹 腹	腹部 腹议
	腹	腹 腹		

pōu	刂部	左右	剖 剖 剖 剖 剖 剖 产 音 音 音 剖	剖析 解剖
	剖	剖 剖		

𠂇方格训练

卒	业		士	卒		人	伦		绝	伦		腹	部
腹	议		剖	析		解	剖						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

风雨送春归，飞雪迎春到。

已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。

𠂇习字格训练

weī	纟部	左右	维 维 维 维 维 维 维 维 维 维 维 维 维 维	维持 维护
维	维	维		

zhì	禾部	左右	秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩 秩	秩序 秩禄
秩	秩	秩		

bēi	十部	上下	卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑 卑	谦卑 卑鄙
卑	卑	卑		

gǎng	山部	上下	岗 岗 岗 岗 岗 岗 岗 岗 岗 岗 岗 岗	站岗 下岗
岗	岗	岗		

𠂇方格训练

维	持		维	护		秩	序		秩	禄		谦	卑
卑	鄙		站	岗		下	岗						

𠂇章法训练

卜算子·咏梅毛泽东

俏也不争春，只把春来报。

待到山花烂漫时，她在丛中笑。

𠂇习字格训练

zǎi	宀部	上下	宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰宰	屠宰 主宰
宰	宰宰宰			

cuò	扌部	左右	措措措措措措措措措措措措措措措措	筹措 措手
措	措措措			

qiǎn	辶部	左下包围	遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣遣	消遣 派遣
遣	遣遣遣			

jiàn	足部	左右	践践践践践足跟践践践践践践践践践践践践	实践 作践
践	践践践			

𠂇方格训练

屠	宰		主	宰		筹	措		措	手		消	遣
派	遣		实	践		作	践						

𠂇章法训练

蜂【唐】罗隐

不论平地与山尖，无限风光尽被占。

采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜？

𠂇习字格训练

jiè	人部	上下	介 介 介 介	介绍 中介
介	介	介		

shào	纟部	左右	绍 绍 绍 红 红 红 绍 绍	介绍 绍剧
绍	绍	绍		

yāo	女部	左右	妖 妖 妖 妖 妖 妖 妖	妖艳 妖怪
妖	妖	妖		

jǔ	矢部	左右	矩 矩 矩 矩 矩 矩 矩	矩形 规矩
矩	矩	矩		

𠂇方格训练

介	绍		中	介		介	绍		绍	剧		妖	艳
妖	怪		矩	形		规	矩						

𠂇章法训练

独坐敬亭山【唐】李白

众鸟高飞尽，孤云独去闲。

相看两不厌，只有敬亭山。

𠂇习字格训练

guāi	乚部	独体字	乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖 乖	乖巧 乖张
乖	乖	乖		

niǎn	扌部	左右	撵 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀 擀	撵逐 擀走
撵	撵	撵		

tàng	火部	上下	烫 烫 烫 烫 汤 汤 汤 汤 汤 汤 烫 烫	烫金 火烫
烫	烫	烫		

liú	氵部	左右	溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜 溜	溜走 溜门
溜	溜	溜		

𠂇方格训练

乖	巧		乖	张		撵	逐		撵	走		烫	金
火	烫		溜	走		溜	门						

𠂇章法训练

芙蓉楼送辛渐【唐】王昌龄

寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶。

𠂇习字格训练

	部											
𠂇	𠂇	𠂇										

yè	才 部	左右	拽 拽 拽 拽 拽 拽 拽 拽 拽 拽	拽步 拽刺
拽	拽	拽		

fú	宀 部	左右	福 福 福 福 福 福 福 福 福 福 福 福	福利 幸福
福	福	福		

tiǎn	舌 部	左右	舔 舔 千 舔 舔 舔 舔 舔 舔 舔 舔 舔 舔	舔 舔 舔 舔
舔	舔	舔		

𠂇方格训练

拽	步		拽	刺		福	利		幸	福		舔	屏
舔	舐												

𠂇章法训练

塞下曲 【唐】卢纶

月黑雁飞高，单于夜遁逃。

欲将轻骑逐，大雪满弓刀。

𠂇习字格训练

kuí	艹部	上下	葵 葵 葵 芦 芦 芦 芦 芦 芦 芦 芦 芦 葵 葵 葵 葵	冬葵 葵花
		葵	葵 葵	

shòu	宀部	左上包围	瘦 瘦 度 度 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦 瘦	消瘦 清瘦
		瘦	瘦 瘦	

bà	四部	上下	罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢 罢	罢了 罢黜
		罢	罢 罢	

shuò	石部	左右	硕 顶 顶 顶 硕 石 石 石 砾 砾 砾 砾 砾 砾 砾 砾	硕大 丰硕
		硕	硕 硕	

𠂇方格训练

冬	葵		葵	花		消	瘦		清	瘦		了
罢	黜		硕	大		丰	硕					

𠂇章法训练

墨梅【元】王冕

我家洗砚池头树，朵朵花开淡墨痕。

不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。

𠂇习字格训练

yǔn	儿部	独体字	允 允 允 允	允许 允诺
	允	允	允	

qì	石部	左右	砌 砌 砌 砌 砌 砌 砌 砌 砌 砌	堆砌 铺砌
	砌	砌	砌	

pái	片部	左右	牌 牌 牌 牌 牌 牌 牌 牌 牌 牌	招牌 王牌
	牌	牌	牌	

jìn	示部	上下	禁 禁 禁 禁 禁 禁 禁 禁 禁 禁	禁止 门禁
	禁	禁	禁	

𠂇方格训练

允	许		允	诺		堆	砌		铺	砌		招	牌
王	牌		禁	止		门	禁						

𠂇章法训练

四时田园杂兴（其二十五）【宋】范成大

梅子金黄杏子肥，麦花雪白菜花稀。

日长篱落无人过，惟有蜻蜓蛱蝶飞。

习字格训练

chéng	心部	上下	惩 惩 惩 惩 行 征 征 征 征 征 惩 惩	惩罚 惩处
惩	惩	惩		

zōng	足部	左右	踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪踪	跟踪 行踪
踪	踪	踪		

方格训练

惩罚 惩处 跟踪 行踪 虎啸
海啸 私自 私塾

章法训练

宿新市徐公店 [宋] 杨万里

篱落疏疏一径深，树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，飞入菜花无处寻。

𠂇习字格训练

jiá	页部	左右	颊 颊 颊 颊 颊 颊 颊 颊 颊 颊 颊 颊	面 颊 腮 颊
	颊	颊 颊		

chāi	才部	左右	拆 拆 拆 拆 拆 拆 拆 拆 拆 拆 拆 拆	拆除 拆散
	拆	拆 拆		

𠂇方格训练

面	颊		腮	颊		拆	除		拆	散	

𠂇章法训练

清平乐·村居【宋】辛弃疾

茅檐低小，溪上青青草。

醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪？