

第一课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆ 重点：点方向 主笔 积分： 品第：

起笔轻落，右下按笔，快速提笔回收。

右点														
	玄	玄						玄						
	产	产						产						
	求	求						求						
	丢	丢						丢						

向左下轻落起笔，左下顿笔，向右上快速提笔回收。

左点														
	变	变						变						
	示	示						示						
	忆	忆						忆						
	军	军						军						

落笔重顿，左下撇出，短促有力。此点多用于字的右上部。

撇点														
	乎	乎						乎						
	平	平						平						
	羊	羊						羊						
	学	学						学						

第二课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆☆ 重点：笔锋 结构 积分： 品第：

起笔轻落，向右下顿笔，翻笔上挑，收笔右上出锋。

挑点	一	一					一						
	习	习					习						
	冷	冷					冷						
	冰	冰					冰						
江	江					江							

轻落起笔，向右下由轻到重按笔，回锋收笔，点身修长。

长点	一	一					一						
	不	不					不						
	头	头					头						
	贝	贝					贝						
食	食					食							

起笔轻顿，向右上行笔，微带斜度，末端轻按后回锋收笔。

长横	一	一					一						
	万	万					万						
	上	上					上						
	六	六					六						
子	子					子							

第三课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放 笔锋 积分： 品第：

轻顿起笔，行笔由轻到重，轻顿回锋收笔。

短横	一	一					一						
起—收 快—慢 轻—重	工	工					工						
	云	云					云						
	在	在					在						
 元	元	元					元						

起笔轻顿，用力行笔，提笔出锋，呈下垂的针状，所以称悬针竖。

悬针竖	丨	丨					丨						
起—慢—重 行— 收—快—轻	中	中					中						
	丰	丰					丰						
	升	升					升						
 帝	帝	帝					帝						

起笔轻顿，垂直行笔，收笔顿笔回锋，笔端呈悬挂露珠状，所以称垂露竖。

垂露竖	丨	丨					丨						
起—慢—重 行—快—轻 收—慢—重	下	下					下						
	旧	旧					旧						
	木	木					木						
 下	情	情					情						

第四课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆

重点：收放 速度

积分：

品第：

轻顿起笔，用力行笔，收笔即止，笔画粗短有力。

短竖	丨	丨					丨						
<div>起 慢 重 收 慢 重</div>	止	止					止						
	山	山					山						
<div>山</div>	业	业					业						
	师	师					师						

起笔重顿，由重到轻，用力向左下方行笔，提笔出锋，力送笔尖。

斜撇	丿	丿					丿						
<div>起 慢 重 行 收 快 轻</div>	左	左					左						
	力	力					力						
<div>力</div>	步	步					步						
	差	差					差						

起笔重顿，转笔向左下，快速提笔出锋，笔画短斜有力。

短撇	㇏	㇏					㇏						
<div>起 慢 重 收 快 轻</div>	丘	丘					丘						
	禾	禾					禾						
<div>丘</div>	年	年					年						
	看	看					看						

第五课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆☆☆ 重点：速度 结构 积分： 品第：

起笔轻顿，向下行笔，先竖后撇，提笔出锋，力送笔尖。

竖撇	丨	丨					丨						
<div>起 慢 重 行 收 快 轻</div>	月	月					月						
	凡	凡					凡						
	井	井					井						
用	用					用							

轻落起笔，由轻到重，右下行笔，捺脚处轻顿，平势向右下提笔出锋。

斜捺	㇏	㇏					㇏						
<div>起 慢 快 行 收 慢 轻 重 轻</div>	八	八					八						
	仓	仓					仓						
	文	文					文						
衣	衣					衣							

起笔重顿，转笔向左下，快速提笔出锋，笔画短斜有力。

平捺	㇏	㇏					㇏						
<div>起 行 收 慢 快 慢 轻 重 轻</div>	之	之					之						
	这	这					这						
	近	近					近						
起	起					起							

第六课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆☆

重点：速度 结构

积分：

品第：

轻落入笔，右下行笔，由轻到重，末端顿笔，回锋收笔。

反捺														
<div>起—收 快—慢 轻—重</div>	补	补						补						
	述	述						述						
	退	退						退						
	食	食						食						

先写横画，转折处顿笔，顺势折笔，向下写竖，末端轻顿收笔。折处顿笔则方，转笔则圆。

横折														
<div>起—行—慢—慢 收—重—重—重</div>	且	且						且						
	马	马						马						
	见	见						见						
	固	固						固						

起笔写竖，转折处略顿，折笔向右写横，末端轻顿，回锋收笔。

竖折														
<div>起—行—慢—慢—慢 收—重—重—重</div>	山	山						山						
	世	世						世						
	发	发						发						
	忘	忘						忘						

第七课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 结构 积分： 品第：

起笔写横，横尾顿笔，折笔向左下提笔出钩，钩尖对字的中心。

横钩	一	一					一						
<div>起行收 慢快慢 慢快 重轻重 轻</div>	卖	卖					卖						
	皮	皮					皮						
	霞	霞					霞						
<div>家</div>	家	家					家						
	家	家					家						

起笔轻顿，向下垂直用力行笔，竖尾顿笔，左上挑出，钩锋勿大。

竖钩	丨	丨					丨						
<div>起慢 行快 收重慢 轻重 重</div>	寸	寸					寸						
	可	可					可						
	到	到					到						
<div>可</div>	事	事					事						
	事	事					事						




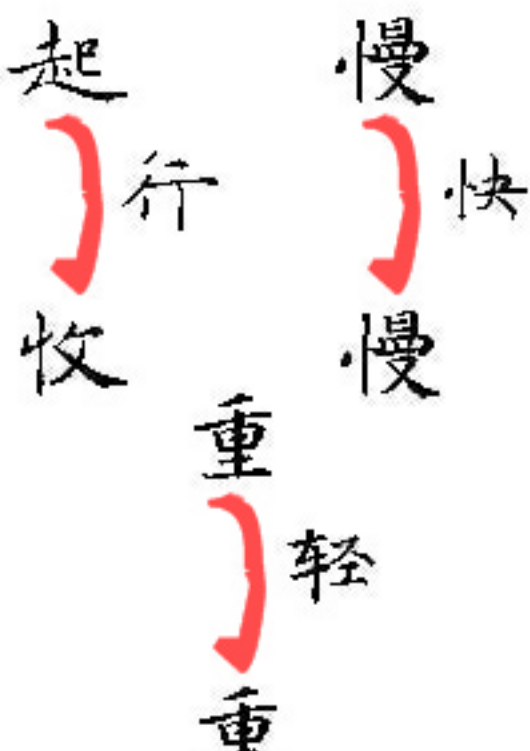

起笔顿笔，向右上快速提笔，收笔出锋。

斜提	㇏	㇏					㇏						
<div>起收 快 慢轻 重</div>	地	地					地						
	红	红					红						
	找	找					找						
<div>地</div>	物	物					物						
	物	物					物						




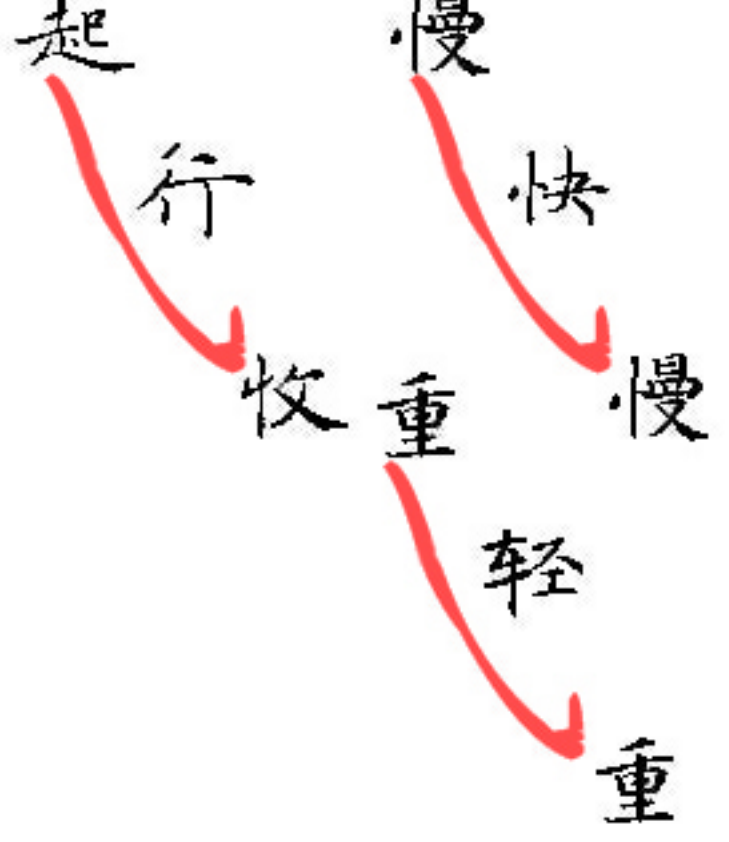

第八课 楷书的用笔和结构

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度笔锋结构 积分： 品第：




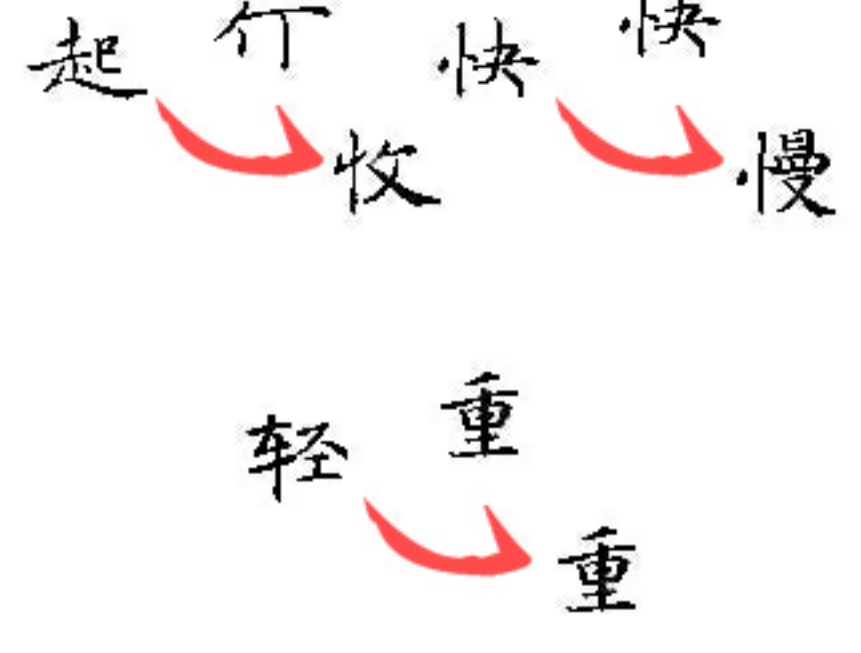
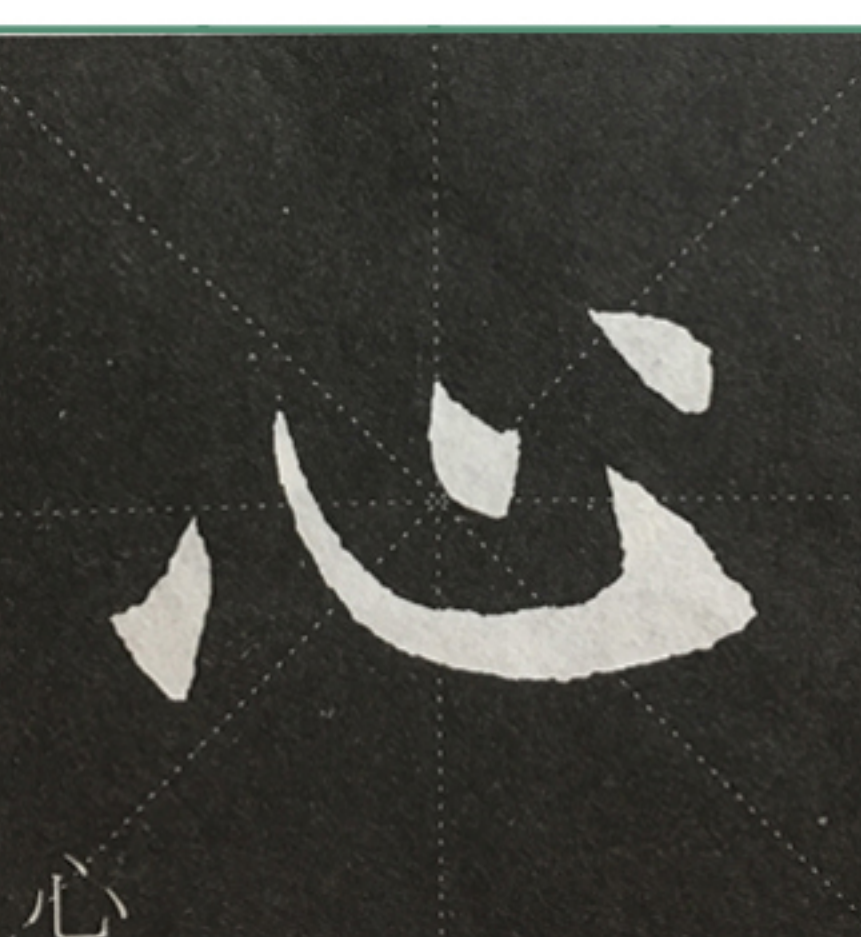
轻落起笔，右弓用力行笔，末端顿笔，提笔向左上出钩。

弯钩														
	手	手						手						
	乎	乎						乎						
	承	承						承						
	象	象						象						

顿笔向右下行笔，略作弧势，末端折笔向右上出钩。

斜钩														
	戊	戊						戊						
	式	式						式						
	武	武						武						
	我	我						我						

轻落起笔，向右下作弧行笔，由轻到重，末端折笔，左上出钩。

卧钩														
	心	心						心						
	怎	怎						怎						
	思	思						思						
	感	感						感						

第九课 江南【汉乐府】

难度：☆☆☆☆ 重点：收放 略快 积分： 品第：

要点： 写字之前一定要注意握笔和坐姿，正确的坐姿和握笔是写好字的基础。

江南 汉乐府 江南可采莲，莲叶何田田。鱼

江南 汉乐府 江南可采莲，莲叶何田田。鱼

要点： 注意顶部和底部对齐书写，不可忽上忽下，间距要均匀。

戏莲叶间。鱼戏莲叶东，鱼戏莲叶西。鱼戏莲

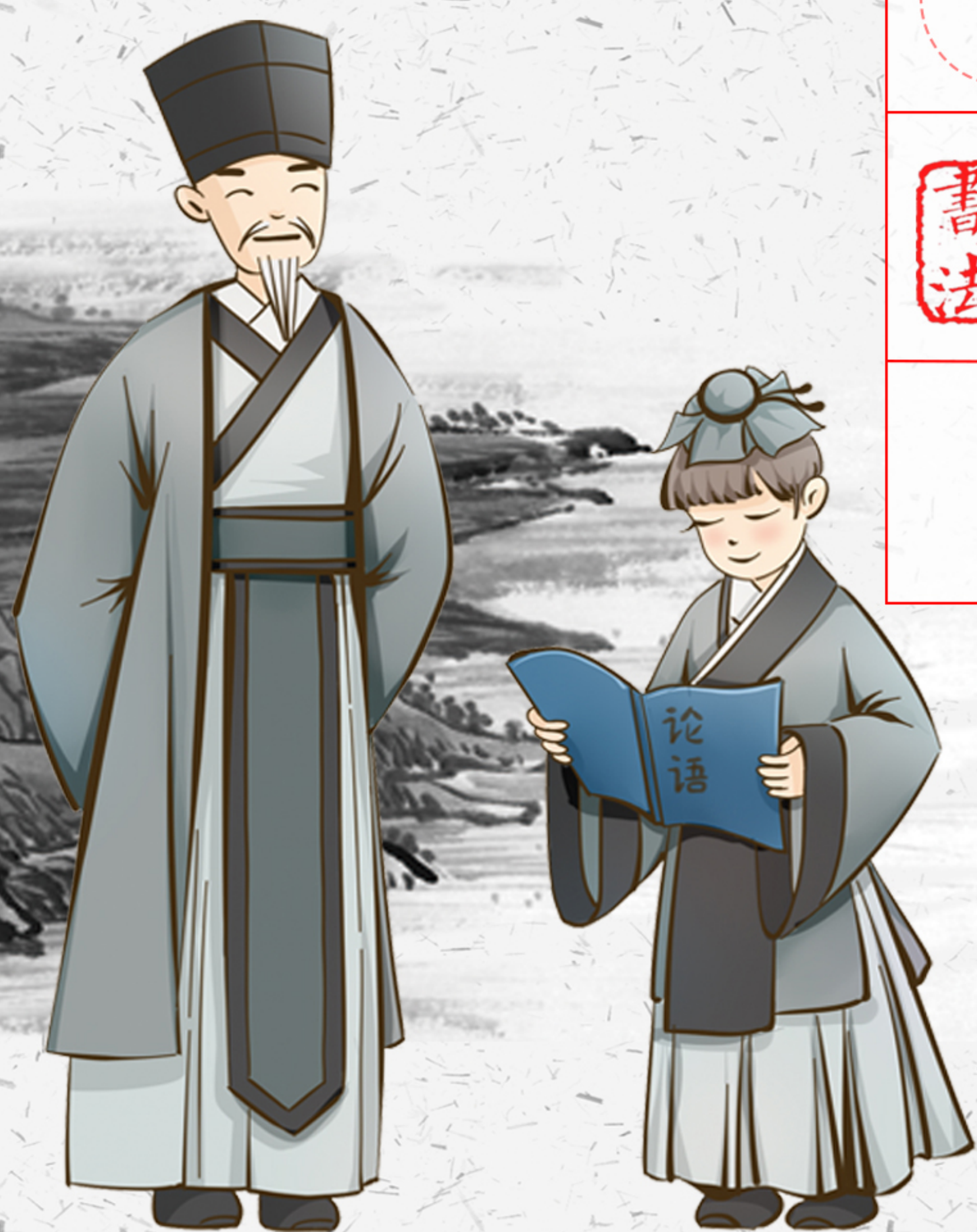
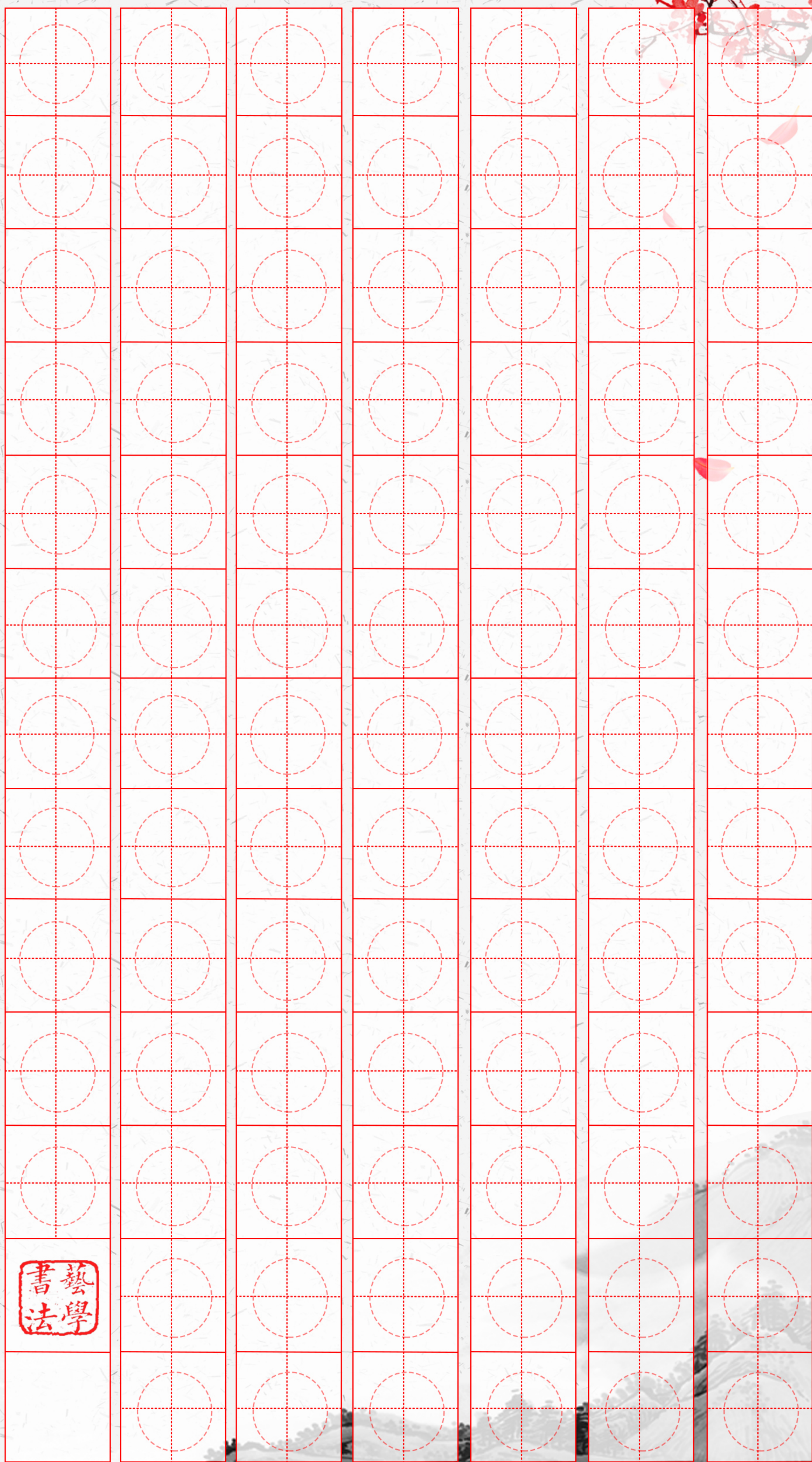
戏莲叶间。鱼戏莲叶东，鱼戏莲叶西。鱼戏莲

要点： “叶” 竖要写直出尖，“鱼，戏” 主笔要舒展写长。

叶南，鱼戏莲叶北。

叶南，鱼戏莲叶北。

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。
知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而
后能虑，虑而后能得。物有本末，事有终始。知
所先后，则近道矣。



“五常”指“仁、义、礼、智、信”的五常之道

第十一课 敕勒歌【北朝民歌】 / 咏鹅【唐-骆宾王】

难度：☆☆☆☆ 重点：间隔 收放 积分： 品第：

要点：注意“下”竖要直，“天”撇捺舒展，“四”字形扁平，边竖内斜。

敕勒川，阴山下，天似穹庐，笼盖四野。天苍

敕勒川，阴山下，天似穹庐，笼盖四野。天苍

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：“苍”字撇捺写长，“风”字注意中心要平稳，“草，牛，羊”悬针竖。

苍，野茫茫，风吹草低见牛羊。鹅，鹅，鹅，

苍，野茫茫，风吹草低见牛羊。鹅，鹅，鹅，

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：“曲，向，白”左竖要向里斜一点，“毛”竖弯钩舒展，中心上移。

曲项向天歌。白毛浮绿水，红掌拨清波。

曲项向天歌。白毛浮绿水，红掌拨清波。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

第十二课 风【唐-李峤】 / 晓出净慈寺送林子方【宋-杨万里】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 结构 积分： 品第：

要点： 结字规律注意上紧下松，如“落，秋，能，花，浪”

解落三秋叶，能开二月花。过江千尺浪，入竹

解落三秋叶，能开二月花。过江千尺浪，入竹

要点：“风，光”字注意主笔舒展，“斜，湖，月，时，同”竖要写直。

万竿斜。毕竟西湖六月中，风光不与四时同。

万竿斜。毕竟西湖六月中，风光不与四时同。

要点：“莲，穿，映”中部收紧，收放有度。

接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。

接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红。



第十三课 登鹳雀楼【唐-王之涣】 / 凉州词【唐-王之涣】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 主笔 积分： 品第：

要点：“白”字两竖向里倾斜，“日，目”两竖要直，“海，流”三点水呼应。

白日依山尽，黄河入海流。欲穷千里目，更上

白日依山尽，黄河入海流。欲穷千里目，更上

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：“远”字走之底要有一定的斜度，舒展，“片”第一笔是竖撇。

一层楼。黄河远上白云间，一片孤城万仞山。

一层楼。黄河远上白云间，一片孤城万仞山。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：该句字形比较复杂，写慢，认真对比，“春”字注意捺笔起笔。

羌笛何须怨杨柳，春风不度玉门关。

羌笛何须怨杨柳，春风不度玉门关。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

第十四课 春晓【唐-孟浩然】 / 凉州词【唐-王翰】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：提速 结构 积分： 品第：

要点：“眠”注意竖钩要竖直。“鸟”上窄下宽，“花”字竖弯钩要舒展。

春眠不觉晓，处处闻啼鸟。夜来风雨声，花落

春眠不觉晓，处处闻啼鸟。夜来风雨声，花落

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

要点：“多”字要立起来，字形略长，“欲，饮”最后撇捺要舒展。

知多少。葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催。

知多少。葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催。

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

要点：“醉，卧，来”竖画写直，“几”第一笔为竖撇，中心稳当。

醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回。

醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回。

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○

第十五课 鹿柴【唐-王维】 / 出塞【唐-王昌龄】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 主笔 积分： 品第：

要点：“空”注意横画之间的平行关系，“见”竖弯钩要舒展。

空山不见人，但闻人语响。返景入深林，复照

空山不见人，但闻人语响。返景入深林，复照

要点：该句竖画比较多，注意写直，“关”注意最后一笔变成捺点。

青苔上。秦时明月汉时关，万里长征人未还。

青苔上。秦时明月汉时关，万里长征人未还。

要点：“但”字右边笔画上移，“在”字撇画舒展，“马”字注意上窄下宽。

但使龙城飞将在，不教胡马度阴山！

但使龙城飞将在，不教胡马度阴山！

第十六课 静夜思【唐-李白】 / 芙蓉楼送辛渐【唐-王昌龄】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 主笔 积分： 品第：

要点：“地”右边的“也”横折钩中横向上斜，竖和竖弯钩聚拢，弯钩要舒展。

床前明月光，疑是地上霜。举头望明月，低头

床前明月光，疑是地上霜。举头望明月，低头

要点：“雨”字看起来容易写起来难，上横短下方易宽，左竖要直，字形成放射状。

思故乡。寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

思故乡。寒雨连江夜入吴，平明送客楚山孤。

要点：“如”字女字旁横变提，右边口字要小与提对齐写，“片”第一笔是竖撇。

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶！

洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶！



第十七课 古朗月行【唐-李白】 / 送元二使安西【唐-王维】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：笔锋结构主笔 积分：

品第：

要点：“小”字两点要分开。“呼”字左边口字要上移，写在下横上方。

小时不识月，呼作白玉盘。又疑瑶台镜，飞在

小时不识月，呼作白玉盘。又疑瑶台镜，飞在

要点：“青”字注意上三横一定要聚拢，不可分开，下横写长，“月”底要瘦长。

青云端。渭城朝雨浥轻尘，客舍青青柳色新。

青云端。渭城朝雨浥轻尘，客舍青青柳色新。

要点：“君”字主横要舒展，撇画写长，“尽”字上窄，下宽，捺笔要在横中间起笔。

劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人。

劝君更尽一杯酒，西出阳关无故人。



第十八课 春夜喜雨【唐-杜甫】 / 望庐山瀑布【唐-李白】

难度：☆☆☆☆☆

重点：速度 主笔

积分：

品第：

要点：“好”字左右穿插，结构紧凑。“随”字中间收紧，竖要写直。

好雨知时节，当春乃发生。随风潜入夜，润物

好雨知时节，当春乃发生。随风潜入夜，润物

要点：“照”字注意“刀，口”写小紧凑，四点水易宽。“川”字第一笔是竖撇。

细无声。日照香炉生紫烟，遥看瀑布挂前川。

细无声。日照香炉生紫烟，遥看瀑布挂前川。

要点：“河”字右边上横写长，穿插到三点水下面，“口”字写小上靠。

飞流直下三千尺，疑是银河落九天。

飞流直下三千尺，疑是银河落九天。



第十九课 游子吟【唐-孟郊】 / 九月九日忆山东兄弟【唐-王维】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 收放 积分： 品第：

要点：书写时确定每个字中的主笔，主笔要舒展，如“慈、子、上、意”。

慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐

慈母手中线，游子身上衣。临行密密缝，意恐

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：“迟、逢”走之底像滑滑梯一样向下舒展，“亲”字主笔横要长，主次分明。

迟迟归。独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。

迟迟归。独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：笔画多的字要注意内紧外放，如“登、茱、萸”。

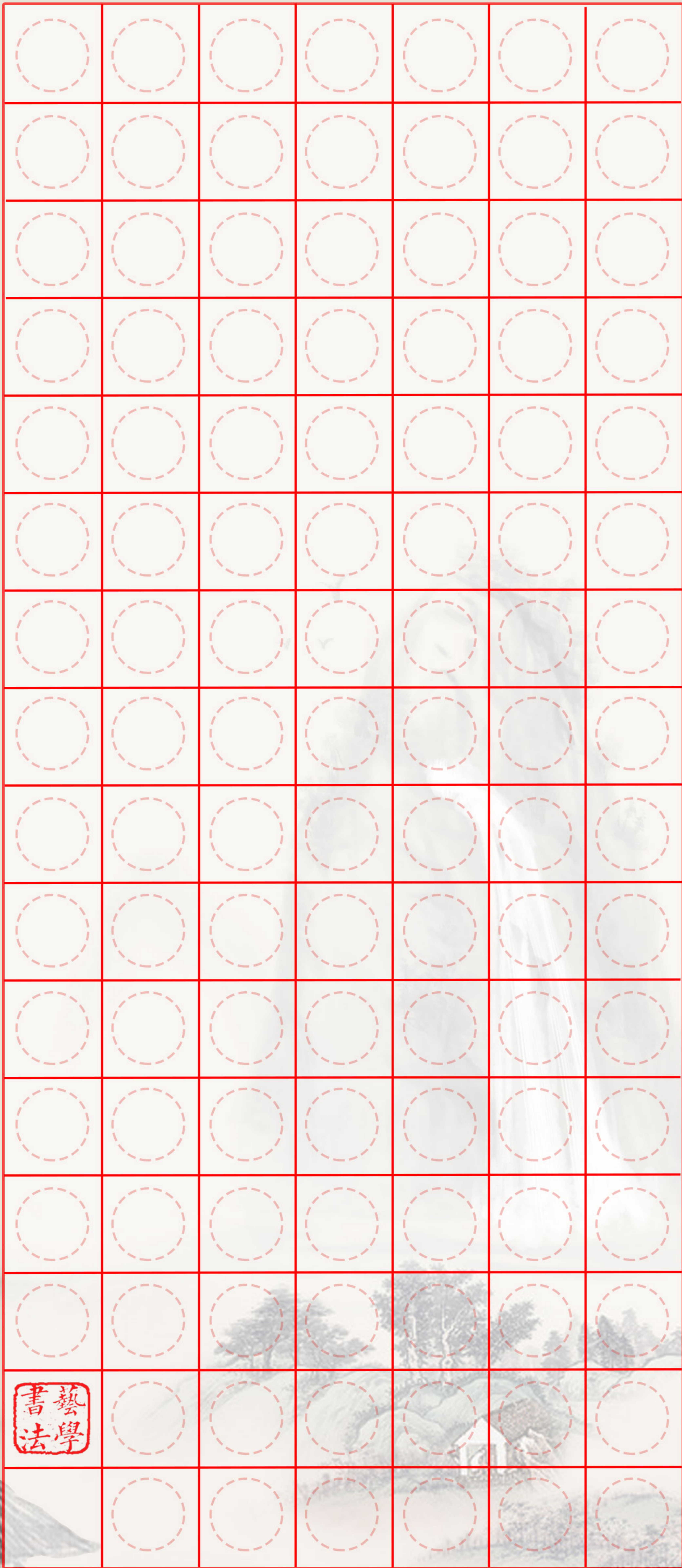
遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。

遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵。斯是陋室，惟吾德馨。苔痕上阶绿，草色入帘青。谈笑有鸿儒，往来无白丁。可以调素琴，阅金经。无丝竹之乱耳，无案牍之劳形。南阳诸葛庐，西蜀子云亭。孔子云：何陋之有？



第二十一课 绝句【唐-杜甫】 / 小池【宋-杨万里】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 笔锋 积分： 品第：

要点：“迟”字尺字易小，捺笔变点，走之底要舒展。“春”字撇捺舒展。

迟日江山丽，春风花草香。泥融飞燕子，沙暖

迟日江山丽，春风花草香。泥融飞燕子，沙暖

要点：“鸳鸯”两字中心稳当。“眼，照”顶端对齐，“树，阴，晴”竖直。

睡鸳鸯。泉眼无声惜细流，树阴照水爱晴柔。

睡鸳鸯。泉眼无声惜细流，树阴照水爱晴柔。

要点：“荷，尖，角，露”上窄下宽，“早，立”主笔舒展，“蜓”中紧收紧。

小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上头。

小荷才露尖尖角，早有蜻蜓立上头。

第二十二课 江雪【唐-柳宗元】 / 早发白帝城【唐-李白】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度 收放 积分： 品第：

要点：“鸟、灭”字上窄下宽，书写时注意笔意连贯，上下对齐。

千山鸟飞绝，万径人踪灭。孤舟蓑笠翁，独钓

千山鸟飞绝，万径人踪灭。孤舟蓑笠翁，独钓

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：“寒、雪、辞、陵”笔画复杂的字要注意中间收紧，两边放开。

寒江雪。朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还。

寒江雪。朝辞白帝彩云间，千里江陵一日还。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

要点：“岸”字山字头要小一点，“啼”左边口字上移，“已”字竖弯钩要舒展。

两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山。

两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山。

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

第二十三课 塞下曲【唐-卢纶】 / 黄鹤楼送孟浩然之广陵【唐-李白】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放 笔锋 积分： 品第：

要点：“黑”字注意底部四点分开，“大”字撇捺舒展，“雪”上盖下部。

月黑雁飞高，单于夜遁逃。欲将轻骑逐，大雪

月黑雁飞高，单于夜遁逃。欲将轻骑逐，大雪

要点：“刀”撇要短促有力，“黄”字上下要对齐，主笔横画要舒展。

满弓刀。 故人西辞黄鹤楼，烟花三月下扬州。

满弓刀。 故人西辞黄鹤楼，烟花三月下扬州。

要点：“影”字右三撇要立起来，“尽，长、天”字捺笔要舒展。

孤帆远影碧空尽，惟见长江天际流。

孤帆远影碧空尽，惟见长江天际流。

第二十四课 池上【唐-白居易】 / 望天门山【唐-李白】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放笔锋提速 积分： 品第：

要点：“艇”字注意中间结构紧凑，“藏”字斜钩舒展，“踪”字左边上移。

小娃撑小艇，偷采白莲回。不解藏踪迹，浮萍

小娃撑小艇，偷采白莲回。不解藏踪迹，浮萍

要点：“道”字注意目字两竖要直，“门”两竖也要直，“回”字呈扁平状。

一道开。天门中断楚江开，碧水东流至此回。

一道开。天门中断楚江开，碧水东流至此回。

要点：“青”字上三横要紧凑，下面月字要写长，“来”字中竖要直。

两岸青山相对出，孤帆一片日边来。

两岸青山相对出，孤帆一片日边来。

第二十五课 赋得古原草送别【唐-白居易】 / 别董大【唐-高适】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放 速度 积分： 品第：

要点：“离”注意横折钩主笔突出，“火、尽、春”撇捺舒展。

离离原上草，一岁一枯荣。野火烧不尽，春风

离离原上草，一岁一枯荣。野火烧不尽，春风

要点：“吹”口字上移，“白”字两竖向里斜，“风”字横斜钩要舒展。

吹又生。千里黄云白日曛，北风吹雁雪纷纷。

吹又生。千里黄云白日曛，北风吹雁雪纷纷。

要点：“前、谁”注意横画要平行、竖画要写直，“无、已”竖弯钩舒展。

莫愁前路无知己，天下谁人不识君？

莫愁前路无知己，天下谁人不识君？

第二十六课 悯农【唐-李绅】 / 江畔独步寻花【唐-杜甫】

难度：☆☆☆☆☆

重点：收放 主笔

积分：

品第：

要点：“锄”力字旁下移，“禾”竖写直，“餐”字上窄下宽。

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒

要点：“塔”字提土旁上移，“前”字横画写长，“懒、微”中间收紧。

皆辛苦。黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

皆辛苦。黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

皆辛苦。黄师塔前江水东，春光懒困倚微风。

要点：“花”字上窄下宽，“可”字横长，竖钩写直，“浅”字斜钩写长。

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？

桃花一簇开无主，可爱深红爱浅红？



第二十七课 江上渔者【宋-范仲淹】 / 望洞庭【唐-刘禹锡】（提高）

难度：☆☆☆☆☆ 重点：速度收放笔锋 积分：

品第：

要点：“来”字竖要写直，“但”字右边上移，“美”最后一横舒展。

江上往来人，但爱鲈鱼美。君看一叶舟，出没

江上往来人，但爱鲈鱼美。君看一叶舟，出没

江上往来人，但爱鲈鱼美。君看一叶舟，出没

江上往来人，但爱鲈鱼美。君看一叶舟，出没

江上往来人，但爱鲈鱼美。君看一叶舟，出没

要点：“湖”中间紧凑，竖画写直，“光、无”字竖弯钩写直。

风波里。湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨。

风波里。湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨。

风波里。湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨。

风波里。湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨。

风波里。湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨。

要点：“翠，青”下横写长，“螺”字注意虫字上移。

遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺。

遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺。

遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺。

遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺。

遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺。



第二十八课 悯农【唐-李绅】 / 渔歌子【唐-张志和】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放笔锋速度 积分： 品第：

要点：“粒”左大右小，“海”字结构要平稳，“四”字字形扁方。

春种一粒粟，秋收万颗子。四海无闲田，农夫

春种一粒粟，秋收万颗子。四海无闲田，农夫

要点：“饿”字结构收紧，斜钩写长，“鱼”下横写长，“肥”字右边写宽。

犹饿死。西塞山前白鹭飞，桃花流水鳜鱼肥。

犹饿死。西塞山前白鹭飞，桃花流水鳜鱼肥。

要点：“笠”字下横写长，“斜”字右边竖要写直，“雨”字注意下宽。

青箬笠，绿蓑衣，斜风细雨不须归？

青箬笠，绿蓑衣，斜风细雨不须归？

第二十九课 寻隐者不遇【唐-贾岛】 / 绝句【唐-杜甫】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放笔锋速度 积分：

品第：

要点：“松”撇折上行，“言”字口写易小，“在”撇画写长。

松下问童子，言师采药去。只在此山中，云深

松下问童子，言师采药去。只在此山中，云深

松下问童子，言师采药去。只在此山中，云深

松下问童子，言师采药去。只在此山中，云深

松下问童子，言师采药去。只在此山中，云深

要点：“不”竖为垂露竖，“黄，青”字横画写长，“鸣”字口字上移。

不知处。两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。

不知处。两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。

不知处。两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。

不知处。两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。

不知处。两个黄鹂鸣翠柳，一行白鹭上青天。

要点：“窗、雪”上盖下部，“秋”字火字是竖撇，切忌写成斜撇。

窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船？

窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船？

窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船？

窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船？

窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船？



第三十课 乐游原【唐-李商隐】 / 枫桥夜泊【唐-张继】

难度：☆☆☆☆☆ 重点：收放笔锋速度 积分： 品第：

要点：“适”平捺要舒展向下，“驱”字左窄右宽，“夕”字要立起来。

向晚意不适，驱车登古原。夕阳无限好，只是

向晚意不适，驱车登古原。夕阳无限好，只是

要点：“昏、眠”字斜钩要放长，“月”字易扁且字形修长，“火”字底部齐平。

近黄昏。月落乌啼霜满天，江枫渔火对愁眠。

近黄昏。月落乌啼霜满天，江枫渔火对愁眠。

要点：“城”注意斜钩舒展，“外、到”主笔竖写直，“半”字竖为悬针。

姑苏城外寒山寺，夜半钟声到客船。

姑苏城外寒山寺，夜半钟声到客船。

唧唧复唧唧，
木兰当户织。
不闻机杼声，
唯闻女叹息。
问女何所思，
问女何所忆。
女亦无所思，
女亦无所忆。
昨夜见军帖，
可汗大点兵，
军书十二卷，
卷卷有爷名。
阿爷无大儿，
木兰无长兄，
愿为市鞍马，
从此替爷征。

