

2023年硬笔练字心得体会(汇总5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

硬笔练字心得体会篇一

20xx年7月22日至8月2日，我参与了泉州市第二期硬笔书法培训。本次培训由市教育局举办，共有两百多人参与。

在这十二天的培训里，庞体文化艺术中心的专职讲师张xx岭老师，由浅入深，由易到难，向我们讲解了规范字的书写，同时，也转变了我们对规范字的看法。

始终以来，大家都对“规范字”的概念模糊不清。在zg大陆，规范汉字是指经过整理简化并由gj以字表形式正式公布的简化字和未被整理简化的传承字。教育部规定，教师应当根据印刷楷体(手写体)的字形来指导学生书写。在教学中，中低年级教师应写正楷字，高年级可适当用行楷板书。

印刷楷体虽然生硬，不像其他名家的字体那么隽秀或飘逸，但对于我们的教育对象来说，这是比较简单学习的。在我们的识字、写字教学中，我想，我们还是应当根据印刷楷体字的字形指导学生书写，这不仅能使学生养成书写规范汉字的习惯，而且还能增添学生的行为规范意识，使他们正确使用我们的母语。比方：“口”的第二笔是“横折”；而“日”的第二笔应当是“横折钩”。有的老师却把“日”的第二笔教成“横折”。

书法(写字)对我来说，虽不算生疏，但由于缺少学习，我在基本功方面可以算是一片空白，甚至连基本的笔画有哪几种

形态，都无法一一列举出来。作为一名语文老师，着实有些惭愧。所幸，本次有机会参与这个“基础型”的写字培训，让我有机会从零学起，从新开始。

在十二天的学习中，张老师从基本笔画、偏旁部首、间架结构三个方面，引导我们如何写得规范、端正、好看。张老师在授课中，结合自己的练字心得和授课阅历，张老师从基本笔画入手，结合汉字结构特点，给老师们讲解并描述了硬笔书法的基础学问，并生动地演示了硬笔书法的起笔、运笔、收笔和回笔。边示范边讲解地教我们把握正确的执笔姿态、讲解汉字八种基本笔画的书写要领，重视基本技能的训练，汉字是由最基本的横、竖、撇、捺、点、提、折、钩八种笔划组成的。而每一个笔划都须经受起笔、运笔、收笔三个过程。写竖画有垂露，有悬针，用力垂直向下伸。垂露圆，悬针尖，竖画都是走直线等等。

偏旁部首是基本笔画的组合，应当留意笔画之间的穿插迎让。间架结构可以细分为许多种。先从结构来分，左右结构的字，有左窄右宽、左宽右窄型；上下结构的字，有上薄下厚、上厚下薄、上下略等等形态。

间架结构可以细分为许多种。先从结构来分，左右结构的字，有左窄右宽、左宽右窄型；上下结构的字，有上薄下厚、上厚下薄、上下略等等形态。

一个个笔画，一个个组合，一个个汉字，看似简洁，但从微小之处揭示汉字的结构美，提高了我们读帖、临帖的水平，为提升练字的实效性做好坚实的铺垫。

在培训期间，白天，老师们仔细地听课，做笔记，想把张老师说的都记下来。在教学中，张老师鼓舞我们写“大字”。写大字才能将结构等问题暴露出来，方便改正。听完张老师对于该教学内容的讲解、示范后，我们大家便马上进行描摹临，纠正以往的错误。晚上，大家还自觉地参与晚自习，把白天

学的学问、技法再进行稳固，并将自己的作业与指导老师进行沟通，争取写得更好。在连续的练习后，大家的写字水平都有了相应的提高。

与其他参与培训的老师相比，我算是真正的“门外汉”。这使我不免有些自卑，有些可怕，担忧自己会出丑。但是，张老师照旧仔细地对我进行指导，还不断地鼓舞我，让我重塑了信念。对于一名教师来说，首先要写好规范字。即使字写得再好看，面对我们的对象，这群小学生来说，都是要以规范为前提的。新课标要求学生养成良好的写字习惯，写字姿态正确，书写规范、端正、干净。

当然，这并不是说我们老师不能练习其他名家的’字帖，非得写得一板一眼的。在平常的作品创作、写材料等方面，还是可以实行方便、美观的写法。

7月25日下午，我们有幸倾听了有名书法家、教育家庞中华的讲座。在座无虚席的报告厅里，庞中华先生以书法笔画“点’、“横’和“竖’的写法入手，向大家讲解了硬笔书法技巧，并背起手风琴，边唱边写的向老师们展示其“欢乐立体教学法’。庞中华先生说，书法被誉为“无声的音乐’、“纸面上的舞蹈’、“人类情感的心电图’，在提高记忆力、陶冶情操等方面具有独特作用。他鼓舞大家要学会用欢乐引导教学，培育孩子学习书法的兴趣。他认为写好硬笔书法不仅仅是我们日常生活中的一项基本技能，而且是对中华文化的传承。泉州是历史文化名城之一，有“海滨邹xx’的美誉。书法教育潜力大，信任书法教育肯定能在泉州培育出新的硕果。

讲座期间庞老师还与现场的老师们进行亲切互动，现场解答老师们在书法练习和教学中遇到的难题，整场讲座持续了近三个小时，庞先生精彩的演讲给我们带来一场书法艺术的饕餮盛宴。总之，本次培训中，我有了很大的提高，也端正了对于写字的看法，盼望在以后的教学工作的中，能持之以恒，以“欢乐’为理念，坚持写好字，练好字，带着学生写好

字!

硬笔练字心得体会篇二

作为一名学生，随着时间的推移，写字已经成为日常生活中不可或缺的一部分。在写字的过程中，我们经常使用的就是硬笔。硬笔作为一种常用的工具，不仅仅只是帮助我们记录文字，更是一种能够帮助我们培养美感，锻炼意志坚强的好帮手。在我写字的过程中，我深深地体会到了硬笔的魅力以及学习硬笔的心得体会。

第二段：学习硬笔的经历

小时候，当我初次拿起一支硬笔时，我完全没有办法写出好看的字。不管是花体还是楷体，都十分的丑陋。于是，我开始逐渐学习。我从拼音开始，慢慢地进而学习笔画之间的关系，熟记笔画的书写顺序等等。在潜移默化中，我的字慢慢地变得越来越好看，并且在写字中，我能够感受到硬笔的温暖。

第三段：学习硬笔的好处

在学习过程中，我深深地感受到学习硬笔的好处。首先，硬笔的使用能够大大提升我的会议笔记和书信写作的效率；其次，随着时间的推移，我发现我的字越来越漂亮，这不仅仅提高了我在学校的成绩，还能够为我在将来的社交和工作中带来更多的优势。

第四段：坚持一件事情的意义

学习硬笔同样也让我明白了一个道理：坚持一件事情的重要性。想要写好字，不是一朝一夕的事情，必须要经过数年的练习以及不断地努力。在这个过程中，需要学习的不仅仅是笔画和字体的写法，更重要的是锻炼心灵的意志力，培

养“坚持就是胜利”的精神，这对于以后的生活、学习和工作都很有帮助。

第五段：总结

总之，学习硬笔让我感受到了这样的美妙：手感和文字之间的关系将我们的感情渲染在一起。每一次的用心、每一次的努力，都能在我们的字体中体现出来。它不仅仅是一种使用的工具，更是一种深深地植根在生命中的情感和经历。我希望通过我自己的努力，能够持续不断地提升自己的硬笔书写水平，为自己的人生道路铺就一条更加美好的道路。

硬笔练字心得体会篇三

硬笔书写作为汉字书写的一种基本形式，是普遍应用于学生的日常写作之中。作为写作工具，硬笔在我们学习和生活中起到了巨大的作用，而我学习硬笔书写也有了自己的一些心得和体会。今天，我想谈谈我对硬笔书写的理解和感悟。

第二段：技巧与方法

硬笔书写需要大量的练习和技巧，其中最重要的就是正笔和行笔交替、善于掌握抬笔、落笔等基本技巧。此外，还要注意书写姿势，保持手腕的灵活性和力度等。在自己的学习过程中，我也认识到了细节之处的重要性，如行间距离的控制、字的大小及整体版面的平衡等。总而言之，掌握好基本技巧和注意细节，是进行硬笔书写的必要条件。

第三段：对硬笔书写的理解

与其他形式的书写不同，硬笔主要依靠力度和压力掌握笔画的粗细和形状，而这恰恰就是硬笔书写最值得我们尊敬之处。硬笔并不是机械的工具，而是有着自己特有的“灵魂”，需要我们去雕刻、塑造。我认为，硬笔书写是一种艺术，需要

我们在规范和准确的基础上，赋予字体以生命、以美，让字里行间流露出我们的个性和情感。

第四段：硬笔书写的实践运用

硬笔书写对我们的生活和学习都具有很大的实际意义。尤其是在学习中，书写是我们生涯中必须面对的难题之一，而硬笔的运用可以更好地帮助我们在考试和作业中达到更好的效果。在实践运用中，我也体会到了硬笔书写的效果及其积极作用。由于硬笔书写笔画粗细分明，字体端正整洁，更易于辨认和阅读；同时也有利于提高写作速度和节省时间。

第五段：结论

总而言之，硬笔书写是一种非常值得我们热爱和掌握的写作形式。硬笔书写需要专注、注重细节和坚持不懈的练习，但是，它所能带给我们的收获也是不言而喻的。硬笔书写不仅仅是学生学习过程中的必备技能，更是落实自我品质和提升人格美学的重要手段。我相信，在未来的学习和生活中，我一定会不断提升自己的硬笔书写水平，让字中流露的个性和情感更贴近自己的内心。

硬笔练字心得体会篇四

本次培训请了书法技能高超并且在书写教学方面卓有成效的张老师开展讲座。张老师在讲座中，结合自己的练字心得和授课经验，张老师从基本笔画入手，结合汉字结构特点，给老师们讲述了硬笔书法的基础知识，并生动地演示了硬笔书法的起笔、运笔、收笔和回笔。边示范边讲解地教我们掌握正确的执笔姿势、讲解汉字八种基本笔画的书写要领，重视基本技能的训练，汉字是由最基本的横、竖、撇、捺、点、提、折、钩八种笔划组成的。

而每一个笔划都须经历起笔、运笔、收笔三个过程。写竖画

有垂露，有悬针，用力垂直向下伸。垂露圆，悬针尖，竖画都是走直线，汉字的书写规律。一个个练字口诀，看似简单，但从细微之处揭示汉字的结构美，提高教师读帖、临帖的水平，为提升练字的实效性做好坚实的铺垫。硬笔书法有很强的直观性。也就是说百闻不如一见。学生听教书法的老师讲上十遍，倒不如老师当场写一笔。由于已经有了不正确的书写习惯，如果不能把不正确的书写习惯改正过来，新的书写方式是不能建立的。

培训中，张老师还总结了教师书写中的普遍问题，并提出了有效的练字方法，要求我们每一位教师动手、动脑相结合练字。

当天培训结束后，我感触颇深。不仅仅被纪老师高超的书写技能所打动，更被他那种持之以恒、追求卓越的精神所感动。不禁深刻反思自己，尽管自己的时间和精力有限，加之长久以来形成的个人书写习惯，感觉学习过程中有些困难，但通过培训，自己体会到了练字的技巧与快乐。因此，今后在硬笔书法的练习上，我将会学习纪老师那种一丝不苟，持之以恒的精神，并真正落实到实际行动中去，从横竖开始进行扎实的练习。

硬笔练字心得体会篇五

作为中国传统文化的一个重要组成部分，硬笔书法具有其独特的魅力和价值。然而，在掌握这门技艺时，往往需要大量的练习和探索。在我的硬笔学习之旅中，我获得了不少经验和体会。以下将分享我的心得和感受，希望对有志于学习硬笔书法的人士有所启发。

第一段：练好字基本功的重要性

学习硬笔书法的第一步是练好字的基本功。这一过程需要耐心和毅力，也需要不断的磨练和提高。我记得初学时，每天

都要在纸上反复练习各种字形和构造，而这些字形和构造也是我们后续书写时的基础。同时，在练习中，我们也可以不断加深对于字意和结构的理解和掌握，这对于我们后面的写作也是非常有帮助的。

第二段：保持笔画清晰和流畅

在硬笔书法中，字的美观程度往往与笔画的清晰和流畅度有关。为了保持笔画清晰，我们需要在书写前集中注意力，认真思考所要书写的字型，掌握好笔画的粗细、长短、方向等基本规律。在筆劃流暢方面，則建議以一氣呵成的方式書寫，不可筆顛簸，筆跡過於生硬。只有在不断地反复练习中，我们才能逐渐保持良好的笔画，书写出更为美观的字体。

第三段：发挥个人特色和样式

学习基本功之后，我们也需要发挥个人特色和样式。虽然我们在练习过程中一般都会借鉴一些名家的作品和经验，但是我们也需要保持自己的个性化和独创性。可以多加思考，例如在一些字体结构、调和及审美上，有所不同，让自己的作品与众不同给人眼前一亮的感觉。

第四段：多样化文化交流

硬笔书法是中国传统文化中的重要组成部分，其魅力和价值也不止于此。为了更好地弘扬和推广这门技艺，我们也需要加强同其他地区和国家的书法爱好者的交流和合作。例如，在传统的述学会、书法展览等平台上，我们可以与他人交流和学习，共同探讨书法的本质和特点。

第五段：坚持练习和创新

最后，作为一门技艺和艺术，硬笔书法需要我们坚持不懈的练习和创新。只有在不断的实践和探索中，我们才能够更好

地掌握并发挥其独特的魅力和价值。同时，也需要借助一些现代技术帮助自己学习和创作，例如电子书法板和手写输入工具等。这样不仅可以方便我们的学习和实践，同时也可以更好地推广和传承这门技艺。

总之，硬笔书法是一门精湛而有趣的技艺。通过不断地实践和探究，我们可以更好地掌握其本质和特点，创造出更为精美和独特的作品。希望可以帮助通过我的经验和感受，帮助到更多有志于学习硬笔书法的人士，让我们共同努力，推广这门优秀的艺术和文化。