

# 最新硬笔书法培训心得体会(模板5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 硬笔书法培训心得体会篇一

要写一手好字的前提是要有正确的握笔方法，这是练字之前必须要学会的，这是后面一切学习的基础，所以十分重要，务必掌握。正确的握笔姿势是：右手执笔，拇指、食指捏住笔杆的中下部，距离笔尖3厘米左右的位置，拇指和食指基本形成圆形，中指指甲盖内侧托住笔杆，六棱铅笔，手指握一个面空一个面，其他两个手指自然弯曲并拢，起到支撑手掌的作用，五个手指的指关节略弯曲，掌心虚圆，笔杆略往虎口倾斜，捏笔不易太使劲儿，手背与本子上的竖线平行；运笔时食指、中指、小指要协调统一。

## 二、良好的学习方法

书法是中国传统文化中的精髓，学习书法不仅能磨练人的意志，提高人的审美能力，更重要的是可以提高人的内在素养。基本学习方法具体如下：

第一，基本笔画练习；主要学习正楷的笔画。第二，独体字练习；主要是通过把每个字、每个笔画的位置、比例以及它们相互之间的位置关系等给出准确的定位，运用自如，因为这些字是组成其他字的基石。

第三，字体结构特点分析；在所学的独体字的基础之上，分析总结出字的结构特点，以及做左右偏旁的时候、做字头和字底的时候等，在字的不同位置时的变化，总结出其规律，教

给我们举一反三，运用自如。

以上，就是我个人的一点浅薄的学习心得体会，与各位共勉，如有不妥之处，请各位同事、前辈指教，我必当虚心接受，虚心学习。

## 硬笔书法培训心得体会篇二

20\_\_年8月，我有幸参加了\_\_中小学书法教师培训活动。在几天的培训中，各位授课老师的言传身教，使我对书法有了更深刻的了解，不论是从书法理论，还是到书法实践技能，使我深深地感受到它不仅仅是一次对专业知识的学习，更重要的是传递着一种责任，那就是传承祖国书法传统文化的责任。作为参加培训的`教师，深知此次培训的意义和重要性。下面就本次培训学习，谈以下几点体会：

### 一、提高了认识，重新审视了书法艺术对人类的重要影响

书法艺术是人类智慧和文明的结晶，是文化传承的重要载体。书法教学是传播弘扬中华文化，提升书写与审美及语言文化规范化水平的迫切需要。随着信息技术的广泛应用和“无纸化办公”的普及，人们的书写水平正在日益下降。孩子们迷恋网络，成年人对计算机产生依赖。面对书写技能退化的严重事实，弘扬和传承经典的中华书法文化和艺术，教育孩子们周周正正写字，端端正正为人，是时代的迫切需求，具有现实意义，又有深远的历史意义。

### 二、对书法理论有了一个全面完整的认识

这次培训给我留下印象最深的是首都师范大学的卜希旸教授的书法概论课。从甲骨文、钟鼎文的辨识到说文解字的汉字演变，从汉碑古隶的风格谈到王羲之的兰亭序的意境，卜老的讲座深入浅出、娓娓道来，使我受益匪浅；卜老的风趣幽默、渊博、平易，给留下了深刻印象！这节课使我领悟了汉字在中

华民族文化的传承中的地位和作用，书法是中华民族屹立于世界之林代表性的文化符号。作为书法教师有责任和义务将它传给后代子孙并发扬光大。

### 三、培训弥补了我的书法艺术理论修养上的短板

这次培训班里有不少学员都是有一定的书法基础的，我也算其中一个。但是，我的书法理论修养一直是我的书法技艺的一块短板。

总之，此次书法培训学习不仅提高了受训教师的书法水平，也对传承民族的文化艺术，修练个人的涵养素质，对今后在学校进一步开展书法教育活动具有十分重要的意义。书法作为一门艺术，不是一朝一夕练就的，需要花费大量的精力和心血。在今后一段时间中，要尽量挤出时间，静下心来认真思考，积极行动，尽快地消化和吸收培训的知识，尽快达到培训的目标和要求，努力为书法的传承做出应有的贡献。

## 硬笔书法培训心得体会篇三

一个人的字就像一张名片，好的字能给人留下深刻的印象，作为一名教师，写一手漂亮的字是很有必要的。

20xx年12月2日，我参加了长春市美术教师首届硬笔书法培训班。一进教室，我便体会到了浓厚的学习氛围。教室内几乎座无虚席，勉强找到边座坐下，定神一看，大部分都是各校的美术教师也是平日活动中熟悉的面孔。给我们培训的老师是书法届较有名气的石梦非。其人可谓其貌不扬，一张口便有些许的社会化，让人怀疑此行未必能有收获，耐着性子听下去，几次课听下来，却觉得不虚此行。老师从握笔到笔划到结构无不体现他独特的理念，字更是写得得心应手，潇洒大方，我开始被这个其貌不扬的人所折服，尤其喜欢听他讲教学中遇到的情况，把小孩子平日写字习惯列举出来，让我这个兼职的写字老师感同身受，我便决心潜下心来听讲，练

习，认真地完成老师交给的任务，在学习之余也不忘了总结、反思。

一个人的字就像一张名片，好的字能给人留下深刻的印象，作为一名教师，尤其是一名美术教师，写一手漂亮的字是很有必要的，而现今社会，能书写出好字的人却不多，时代在进步，传统却慢慢退步了，互联网的普及使年轻人习惯了键盘，握笔的机会慢慢在减少。而我作为美术教师，肯定还未能“达标”，有时还不好意思把我的字呈现出来，每当这个时候，我都会想，为什么我不好好练字呢？现在有这样一个人学习写字的平台，是难得的机会，一定要坚持练习。

学习写字同样有方法。石老师总结了写字的规律，一句话就是“对立统一”哲学上的辩证关系。写字的方法，左低右高、左竖短右竖长、横斜竖直、口型上宽下窄、撇短捺长、上宽下窄、松紧适当、左紧右松、内紧外松，有归类的练习，有恒心的练习，我相信只要坚持，一定能写出令人羡慕的字，从而提高自身的素质及人格魅力。

我在学习硬笔书法的同时，也在不断思考如何做好这个兼职的写字教师：

让学生初步感受汉字的形体美，让学生明白书法是我们民族独有的艺术，继承和发扬民族文化是责无旁贷的。

课堂教学有时采用了一些通俗易懂的语言和幽默的比喻，趣味横生，会起到事半功倍的效果。

在写字教学活动中，要以亲和、信任和期待的态度对待学生，观察学生的细微变化，寻找学生在习字过程中的闪光点，从而激励学生，可以让学生将写过作业与第一页对比，学生看到自己的进步，会更加激发他们学习的兴趣。

罗·阿谢姆说过：“一个榜样胜过书上二十条教诲。”老师

以身作则，做出榜样，对于学生来说就是无声的引导。在黑板上讲解完写字的要领后，还应该走到学生中去，握着学生的手写一写，让学生看着老师写一写，课下练习时也和学生们一样每天完成一页字的练习，把自己变成了一面镜子。

而每一个笔划都须经历起笔、运笔、收笔三个过程。注重对学生进行严格的笔划指导，教他们如何起笔、行笔、收笔，对以后的学习有着潜移默化的作用。

结合每个年级学生的不同情况而进行不同的教学，分类辅导，从而激发学生写字的热情和潜能，充分发挥每个学生的个性，提高写字教学的效率。

无论是自身学习方面，还是从教学方面我深信经过努力一定能做得更好！

## 硬笔书法培训心得体会篇四

硬笔书法是一门美术类的艺术，教育部也将其作为一种必修课程。为了提升自己的书法水平，我参加了硬笔书法协会的培训课程，这次课程里分别讲解了皮球字、毛笔字、钢笔字以及综合书法等四个模块，我在其中收获颇丰。

### 第二段： 学习收获

在学习皮球字时，老师让我们掌握了硬笔字的基本书写技巧，要求我们每个字的笔画必须要清晰，书写的规范性高，并且要与其他字相协调匹配。在钢笔字的学习过程中，老师给我们进行了注音处理，并且要求我们每个字的笔画要有区别，要注重笔画的粗细。另外，在综合书法模块的学习中，我们学习了硬笔字古今结合的技巧，并且通过默写让我们记住点、横、竖等基本笔画。

### 第三段： 学习过程中的困难与挑战

虽然硬笔书法在技术上与毛笔书法不同，但在书写时，也有其困难之处。一些字的“基”、“卜”、“丸”等笔画就给我带来了挑战，感觉如何控制好笔画的粗细度需要我更加练习才能掌握。

#### 第四段： 与同学交流互动

在培训课程中，我还结识了一些喜欢硬笔书法的同学。我们常常在课后一起探讨学习的难点，并分享自己的心得体会。在这个过程中，不仅加深了我对硬笔书法的理解，还提高了我们的交际能力。

#### 第五段： 未来展望

硬笔书法是一门技术性极强的艺术，需要我们不断地练习并学习。我会将所学到的技能运用到日常中来，将其与生活融合并且不断地进行提高，我的硬笔书法就会水平越来越高，也让更多人喜欢上硬笔书法，从而成为良好的硬笔书法爱好者。

## 硬笔书法培训心得体会篇五

硬笔书法协会是一个致力于推广和发展现代硬笔书法艺术的组织。协会每年都会开展各种培训活动，培训的内容包括了笔法、用笔方法、字的构成等等。这些培训旨在提高硬笔书法爱好者们的技巧和水平，同时也为他们提供一个交流的平台。

#### 第二段： 介绍我的学习经历和收获

我曾经参加过硬笔书法协会的培训活动。在这个活动中，我学到了很多新的笔法和用笔方法。在课上，培训师会为我们演示每个笔画的用笔方法，同时还会纠正我们的错误。这些讲解非常详细，让我受益匪浅。此外，我也发现自己在书

写过程中存在的问题并不是一般的小问题，而是需要认真对待的问题。通过这次培训，我意识到自己需要更加努力地练习。

### 第三段：介绍我的学习方法和心得

在学习的过程中，我积累了不少经验。首先，我学会了在练习时慢慢来。练习不是一蹴而就的事情，需要耐心和毅力。其次，我意识到书写的过程中需要有专注力。只有当笔画落下时，我们才能真正地感受到它们所要表达的东西。最后，我还发现了学习笔画和字构成的重要性。只有这样才能在后续的学习中进行更深入的探索和实践。

### 第四段：论述硬笔书法对我的成长和未来的启示

硬笔书法对于我的成长产生了深刻的影响。通过练习书法，我发现自己的专注力得到了提高，同时也学会了耐心和毅力。这些素质不仅在书法中 useful，在日常生活中也是必不可少的。此外，书法也启示了我对艺术和美的追求。我认为，这些经验和素质不仅对现在有用，而且对我的未来发展也有莫大的帮助。

### 第五段：总结文章主旨，指出未来的努力方向

通过这次参加硬笔书法协会的培训，我收获甚多，并在学习的过程中成长了不少。但我还有很多需要努力的地方。未来，我会继续深入学习硬笔书法知识，并在实践中不断提高自己的书写技巧。我希望能够不断地追求美，努力创作出更多优美的书法作品。