

➤ 齊來學習正確的坐姿和執筆方法

1. 正確坐姿

雙手活動時，仍能保持身體平衡

如下圖： 正面



側面



使用左手書寫時，紙張可向右傾斜約 10° 至 20° ，以便看到筆尖的活動情況。把需要抄寫的課文放在右方，以便清楚看到需要抄寫的文字。

如圖示



使用右手書寫時，紙張可向左傾斜約 10° 至 20° ，以便看到筆尖的活動情況。左手則按紙以固定位置。

如圖示



2. 正確執筆方法

一個良好的執筆方法，須具備以下條件：

拇指及食指前端捏着筆端，
手指距離筆尖約二厘米處。

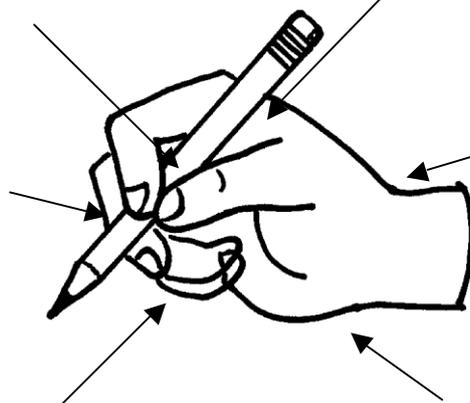
筆桿輕置於虎口上，虎
口位置須成一個弧形。

筆桿於中指第
一節的側面。

手腕向上屈約二十
至三十度。

無名指及尾指須屈曲在掌內。

手掌邊及尾指
承托在紙或桌上。



➤ 筆順和筆畫結構

1. 八種基本筆畫名稱

點	橫	直	撇	捺	趯	鈎
、	一	丨	丿	㇏	㇇	丨 丨 乙 乙

2. 基本筆順

先橫後直	先撇後捺	從上而下	先外後內
十	人	三	月

從左到右	先進入後關門	先中央後兩邊	底橫畫最後
江	日	小	王

3. 筆畫名稱表

筆畫	例字	筆畫	例字	筆畫	例子
 斜點	家	 直斜撇	伏	 橫彎鈎	丸
 垂點	骨	 斜捺	派	 橫直橫撇	及
 斜長點	保	 平捺	還	 橫撇彎鈎	陳
 顧盼點	火	 短趯	泳	 橫直橫直鈎	仍
 聯飛點	鳥	 長趯	打	 直趯	飲
 短橫	月	 直鈎	利	 直橫	喝
 長橫	早	 彎鈎	狗	 直彎	匹
 懸針直	千	 斜鈎	我	 直彎鈎	寬
 垂露直	快	 卧鈎	念	 直橫直	亞
 短直	香	 橫鈎	足	 直橫直鈎	丐
 平撇	禾	 橫直	啼	 撇點	妥
 斜撇	他	 橫撇	侵	 撇趯	勾
 直撇	肺	 橫直鈎	羽		

4. 筆順歌

筆順歌

G 大調
調等「小小姑娘」

d d d s, m m m d d m s s f m r

先橫後直要分清楚，先撇後捺要分明

r m f f m r m d d m r s, t, r d

從上到下心中記，從外到內字成形

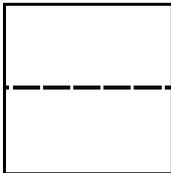
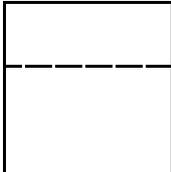
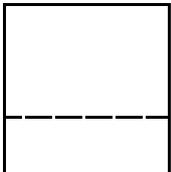
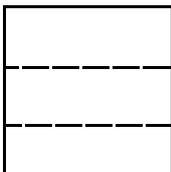
d d d s, m m m d d m s s f m r

從左到右才會順手，先要進入後關門

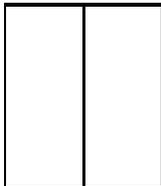
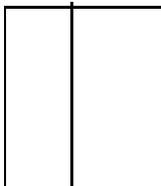
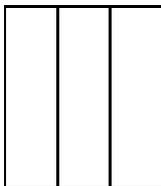
r m f f m r m d d m r s, t, r d

先寫中央後兩邊，筆順記好字端正

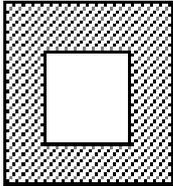
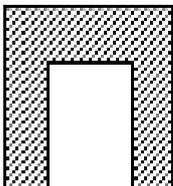
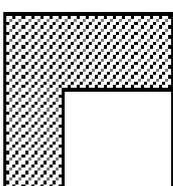
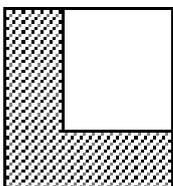
5. 漢字的基本結構（一）

字形結構		字例	筆	順	
上下結構		朵	几	朵	
		忠	中	忠	
		乞	勹	乞	
		官	宀	官	
		黑	里	黑	
		益	兴	益	
		莫	艹	冡	莫
		鼻	自	畀	鼻

6. 漢字的基本結構（二）

字形結構		字例	筆	順	
左右結構		北	丠	北	
		林	木	林	
		河	氵	河	
		拍	扌	拍	
		到	至	到	
		都	者	都	
		樹	木	尪	樹
		謝	言	訶	謝

7. 漢字的基本結構（三）

字形結構		字例	筆 順
內外結構		回	冂 回 回
		園	冂 園 園
		周	冂 冂 周
		聞	冂 門 聞
		石	一 丿 石
		疾	疒 疒 疾
		起	走 走 起
		通	甬 通 通