# 三笔字的心得体会 学练三笔字的心得体会(通用8篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-03-08

*我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。三笔字的心得体会篇一练字是为了提高书写的美感和规...*

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**三笔字的心得体会篇一**

练字是为了提高书写的美感和规范性。而“学练三笔字”则是一种专门练习汉字书写的方法。我在练习书写时，遇到了很多困惑和挑战，但通过不断地努力和体悟，我慢慢总结出一些心得和体会。

“三笔字”即用勾、提和撇这三种基本笔画概括了所有汉字的写法。勾图解决了字中的点画；提图解决了字中的横画；撇图解决了字中的竖画。这种方法的核心就是将所有汉字都归纳到这三种基本笔画当中，然后通过这三种基本笔画的不同组合来表示每一个汉字。

第三段：练字的方法和技巧。

练字是一个长期的过程，需要不断地坚持和练习。而对于“学练三笔字”来说，需要特别注意以下几点。首先，要掌握好基本笔画的写法和顺序。勾、提和撇的笔画要写得明确、流畅。其次，要注重书写的规范性，力求每个字的形状与标准字相符合。最后，要注意练字的习惯，既要掌握正确的字体，又要注重连笔的流畅和协调。

通过练习“学练三笔字”，我逐渐发现自己在书写方面的提升。首先，我对于笔画的划分和构造有了更深入的理解。以前，我常常一笔一划地去书写，没有明确的分辨基本笔画。但通过“学练三笔字”的练习，我开始能够更清晰地辨别每个字中的基本笔画，并且能够灵活地运用到我的书写中。其次，我的字体也变得更加规范和漂亮。以前，我的字常常遭到老师的批评，因为字形不标准、大小不一致。但是现在，通过“学练三笔字”的练习，我开始能够书写出更规范、更整齐的字体，不再被老师批评了。

第五段：总结。

通过练习“学练三笔字”，我不仅提高了汉字书写的美感和规范性，也为我的学习生活带来了诸多益处。练习书写是一门艺术，需要耐心和毅力，但也是一种享受。只有在不断地练习过程中，我们才能找到最适合自己的方法和技巧，提高书写的水平。所以，我将继续坚持练习“学练三笔字”，并将其运用到我的日常学习和工作中，让我的文字更加清晰、优雅。

**三笔字的心得体会篇二**

8月24日，灵宝市小学语文教师代表参加了教研室组织的部编版二年级新教材培训，有幸作为其中一员参与了此次培训。城关镇杨娜娜老师和教研室赵飞燕老师针对新教材解读以及如何使用新教材，做详细认真的培训，使我再一次对新教材有了新认识。面对新教材，探寻新思路，研究新策略，创新新教学。

“部编本”语文教材所体现的某些教学理念，以及改革语文教学现状的某些动向，给我们教学指明了方向。新教材和原来教材的不同，这是大家比较关心的，变化之中所体现的观念、意图和方法，是我们需要深入思考的。

尤为突出的一个特点是，“部编版”教材课文数量减少15%，40%的课文被替换。古诗文和中国传统文化的比重增加强，强调阅读。二年级语文部编教科书比较注重中国传统文化的教育。教科书中古诗文的比例占全套教材选文总数的30%，就连书本封面都设计了许多传统文化的元素。孩子们拿到书本就会被封面上的皮影戏，锣鼓等中国特色的东西吸引。古诗是中国古代劳动人民智慧的成果，是我国优秀的文学遗产之一，也是世界文学宝库中最灿烂的明珠。而诗中赞美的祖国大好河山也让孩子们无比的自豪。寓言故事、传说故事、历史名人故事等也是孩子们喜欢的。曾经有人说，小学生学习的生字是从外国人名中认识的，是从外国文章学来的。相信这样的话不会再有了。孩子有了兴趣，相信一定可以学得更好。

而为了凸显阅读，在编排上特意安排了“快乐阅读”和“我爱读书吧”，这是一个新增内容。爱读书也是需要培养的，不能因为低年级识字不多而不作要求。只有让孩子从小懂得爱书，能养成睡前一页书的好习惯，才会让孩子对识字感兴趣。部编的一年级语文中就有编排“和大人一起读”，就在培养孩子爱读书的好习惯。我们都知道让孩子多读书，读好书是多么的重要。也许只有在学校多提供些机会让孩子们到学校阅览室看书，或班级组织学生交换读书等方法让他们多读书，爱上读书。

文字是文化的传承，语文的学习深层次是学生对文化的学习。过去将语文定位于识字写作，而后语文差点沦为思品、政治，语文的说教大于语文的美感。而今将语文重新定位，可以说是认知上的一大进步。语文作为工具的双重性体现在一方面要学生学会文字运用，一方面又要加强其思想政治功能。坦率说，让学生爱上学习和阅读，思想工作就好做多了。

通过本次的新教材培训，不仅让老师们对部编本教材有了新的认识，理解了编者的意图，了解了新教材各框架编排的特点、定位及教学重点，更让我们深切体会到新教材的独特魅力，更深层次地挖掘了中华文化在课本中的精髓。相信孩子们会在潜移默化的学习中，感受到文字的魅力，传承中华民族文化精髓，真正提升语文核心素养。

**三笔字的心得体会篇三**

学习书法是我从小就喜欢的事情，而三笔字的练习则是我在近年深入研究的一项技法。我始终相信，字是人们思想和情感的表达方式，只有通过不断练习，我们才能使自己的字写得更加优美和有魅力。本文将分享我学练三笔字的心得体会，希望对其他喜欢书法的朋友有所启发。

第二段：宣扬三笔字的重要性。

三笔字是指用毛笔书写时常用的三种笔画，即横，竖，撇。这三个基本笔画是书写中最常见和最基础的部分，掌握好三笔字对于字的整体形态和遒劲有力的感觉至关重要。这三笔字不仅是其他复杂字形的基础，更是书法艺术中的基础知识，是书法爱好者必不可少的修炼之法。

在学习和坚持练习三笔字的过程中，我发现了许多收获。首先，练习三笔字能提高我们对字形结构的敏感性，使我们能更好地掌握简洁、整齐而有力的字形。其次，通过练习三笔字，我们能够加强对毛笔笔画的控制能力，提高写字时的连续性和稳定性。最重要的是，通过反复练习，我们能够培养耐心和恒心，以及对书法这门艺术的热爱和追求。

三笔字的运用不仅限于书法创作，它同样可以应用于我们日常生活和工作中。在书写便条、纪念册、邀请函等场合，合理的运用三笔字能够使字迹更加整齐美观。另外，日常手写字和签名时，如果能够巧妙地运用三笔字的基本原理，使字体更加饱满和工整，不仅彰显了我们的个人品味，还能给人留下深刻的印象。

第五段：结尾。

通过学练三笔字，我深刻体会到了书法的魅力和乐趣。无论是对于书法初学者还是喜爱书法的爱好者，练习三笔字都能起到事半功倍的效果。只有通过不断地练习和积累，我们才能够使自己的字写得更好，展现出我们自己独特的风采和品味。同时，学练三笔字也让我更加明白了“字如其人”的道理，只有塑造出美丽的字体，我们才能够传递出有内涵和力量的信息。因此，我将继续坚持学练三笔字，不断提升自己的书法水平，同时也希望能够与更多热爱书法的朋友一起分享这份喜好和激情。

**三笔字的心得体会篇四**

作为一名文艺爱好者，我一直对书法十分向往。书法不仅是一种艺术形式，更是一种精神的修行。学习书法以三笔为基础，一笔一划一顿，掌握好这三笔，方可领略书法的真谛。今天，我将分享我从学习三笔中所得到的心得体会。

第一段：比心态和态度都重要。

在学习三笔过程中，我发现心态和态度都非常重要。心态好了，可以让我们以更加平和的心态去面对书法这门艺术；态度好了，可以让我们耐心地描绘每一笔每一画。特别是刚开始练习时，因为掌握不好技巧，很容易就会失去耐心。正所谓“心不在焉，手也不灵”，所以只有保持好心态和良好的态度，才能够有好的效果。

第二段：笔划尽量一次性完成。

掌握三笔，最基本的是要让笔画尽量一次性完成。因为一次完成的笔画，能够在书法作品中体现出来的韵味和美感更加自然和真实。三笔中的回文、横霸、提腕等等，都需要我们在练习中去领悟和感悟，而不是生搬硬套，唯有在书法中营造出自然和谐的气氛，才能更好地传达出书法作品的优美之处。

第三段：练字多看书多听课。

练习书法，最好的方法就是多看书多听课。既然是在学习书法、练习书法，就得多看衣服中名家的作品，了解他们的创作思路以及他们的作品的特点与优点。同时，还要关注自己的书法作品，不断地检讨和找到不足之处，努力克服自己的弱点。听老师讲解授课，可以快速提高自己的底子和技巧水平，从中学习到许多书法的秘诀，能够让我们更快、更好地掌握三笔中的技巧，达到熟练运用的境界。

第四段：有志者事竟成。

言下之意就是只要有志者必然能够成功，此言虽朴实无华，却富有动力。书法世界无论是在古代还是在现代一直都是高尚品质的象征，从大“书法家”到普通爱好者，都要时常受到挫折，但是只有持之以恒这个真理，才能够最终获得真正的成功。

第五段：三笔书法，细节中体味。

再简单不过的三笔书法，需要我们的注意的细节也是不少。比如笔的压力，在练习中一定要掌握好，笔要顺着纸面往上抬起，一边提笔一边向上倾斜，可以让笔画更加自然。另外，字体大小、字的位置排版、笔画顺序等等也都需要我们去关注和细致地处理。在语文课中，我们讲到了，每个细节都是凝聚成功的一分力量。一点一滴，才能汇成洪流，书法中亦然。细心体察，用心体味，也许就会对书法产生更加深刻的体会和认识。

通过学习三笔，我深刻理解到书法艺术的魅力所在，它是人灵魂的抒发，更是一种修身的艺术。如果好好领悟和掌握三笔之道，相信不仅可以悟出一种独特的境界，更能够在日常的书写中做到更好的字法，给自己和别人带来美好的体验。

**三笔字的心得体会篇五**

走出大学校门，我荣幸地成为xx市xx区教师队伍中的一员，开始了自己人生新的征程。大学生活的磨练和学习，使我储备了一定的教学理论知识，可是缺乏实践教学经验。xx区教育局为了使我们新教师尽快适应教学工作，特地对我们进行了为期五天(8月3日—8月7日)的岗前培训，教师培训中心的赵飞燕老师是我们此次培训的班主任。这次新教师培训的内容十分丰富，包括对教师职业道德、教师心理状态调整、班主任的班级管理工作、三字一画培训、教学工作规范和教法经验交流等诸多方面的系统学习。对于每一节培训课，我都非常认真的聆听，积极参与到课堂活动中去，也工工整整的做了笔记。回忆这几天的学习过程，感觉收获颇大，下面就具体谈谈培训的一些心得体会:。

首先，培训使我对xx市xx区的教育有了新的了解。

在培训的第一天，xx局长就带领我们对xx区的教育概况做了详细的了解，包括xx区教育的工作标准、工作作风、办学理念、教育工作者的。

口号。

等多方面的情况。让我印象最深的就是作为xx区教育工作者，我们要以创造辉煌，懂得感恩，低调做人，高调做事的态度对待我们周围的一切。我谨记这一点。刘局长还对怎样当教师这一话题做了详细的讲解，提醒我们不能好高骛远，眼高手低，在正直做人，踏踏实实的做好每一件事，走好每一步。

第二，培训使我对教师这一职业应该具备的道德有了更加深刻的认识。

xx老师、xx老师和xx老师对《中小学教师的职业道德建设》做了详细的讲解，让我学到了很多作为教师应该具备的职业道德素养。良好的师德是教师对社会的要求;良好的师德是教师素质的重要组成部分;良好的师德还会产生职业幸福感。正如陶行知所说的“真正的教育是心心相映的活动，唯独从心里发出来，才能达到心灵的深处”。

我想，作为新教师，要向那些在教学岗位上辛勤工作的优秀教师学习，学习他们那种不怕苦不怕累、乐于奉献的精神。教师是榜样，因为学生受教育的过程就是人格不断完善的过程，教师的人格魅力是不可估量的，教师是学生成长的引路人。教师是管理者，教师要有较强的组织领导、管理协调能力，才能使教学更有效率，更能促进学生的发展。教师是父母，作为一名教师应有爱心，就像父母对待孩子百般呵护，所以我们说教师是父母。教师是朋友，所谓“良师益友”，就是强调师生之间的融洽度、亲和力要达到知心朋友一样。教师是学生的心理辅导者，教师应了解不同学生的心理特点，有针对性地培养每个学生健康的心理品质。

第三，让我明白了要随时调节自己的心理状态以适应自己的工作。

在这五天的培训中，让我感到最有趣的就是张桂薇老师就《教师心理状态调整》所做的讲座。她带领我们了解了人的心理现象、教师自我情绪的调整、教师心态调整的作用、如何让学生感受到师爱、指导学生学习方法和了解孩子优势潜能等。我们还了解了各种气质类型的表现和生物钟的计算方法。

作为新教师，一定要让每个学生感受到爱。这不仅要有爱的情感，而且要有爱的艺术。比如要做到了解学生，成为学生心灵不设防的朋友，还要理解学生，公正地对待每一个学生，张老师给我们总结了一个公式：爱=情感+行为+艺术。而且，一定要让学生感觉到爱，比如利用目光的接触、语言的接触、利用家长来访、背后表扬学生还有尊重学生等方式，让学生充分感受到老师到他们的爱是无微不至的。

第四，使我知道了如何做个合格、快乐的班主任。

实验中学的xx老师和xx小学的xx老师给我们做了如何当好班主任这个课题的培训。他们都以自己为例，讲解了他们作为班主任的经历和体会。班主任工作在学校教育和管理中占据着非常重要的地位。两位老师给我们带来了一堂生动有趣而实际的课，首先她为我们指出怎样做好一个班主任，其次通过她的学生的实例给我们展示了要做好一名班主任老师，应该奉献自己的关爱，要全面地关心班中每个学生的各方面发展。同时也使我们深深地感受到了做好一个班主任所能体会到的快乐之处。这对于新教师而言非常重要，因为只有通过班级团队的建设，才能形成班级团队的凝聚力。

第五，让我对“教师”职业的解读有了进一步的了解。

xx小学的主任和xx中学的校长对教师职业的解读做了详细的讲解，他们也是结合自己的实例，生动而实际的对这份伟大的职业做了解读。通过培训，我认识到新教师要适应教学环境、生活环境、人际关系环境;认识到我们要做一名终身学习型老师，做一名能够不断适应新知识新问题新环境的老师;做一名能时刻反思自我的教师，做一名关爱、了解学生的教师;认识到我们要坚持创新，在教学中发挥自己的聪明和才智，争取在教学中获得更大的发展。认识到教师的专业发展要靠自己“多读书、勤实践、善积累”。因此，我们要以高度的责任心对待工作，踏踏实实、一丝不苟，精心准备好每一堂课，用心上好每一节课。用真心关爱每一位学生，最大限度地理解、宽容、善待每一位学生，以微笑面对学生，努力成为学生心目中的好老师。终身学习，博览群书，不断进取，善于总结反思。

第六，通过集体合作制定自己的职业规划。

教科室的xx老师带领我们以活动的形式制定了作为新教师的个人规划和具体实施的方法。我们首先制定了个人的愿景目标，然后分析了我们自身的发展优势和发展劣势，以及存在的问题，最后我们制定了朝着这个目标前进的方法和途径。通过这种开放式的培训我们不但巩固了人际关系，而且对自己的发展有了确切的规划，这能使我们少走很多的弯路，让我们受益匪浅。

第七，校园事故的预防与处理。

中的校长给我们讲解了《校园事故的预防与处理》。安全责任重于泰山，学校安全是学校工作的重中之重,学校安全连系千家万户的幸福问题，也是学校领导和全体教师最担心的问题。金校长的讲座有理论，有实践，有法有据，对提高教师的安全防患意识，抓好学校、班级安全工作管理有很强的指导性，使我听了觉得受益匪浅，在以后的工作中要知岗明责，提高警惕，确保每一位学生的安全。

第八，提升课堂教学技能，成就教师专业成长。

教研室的xx老师给我们进行了教学常规专题的培训。作为教师，本职工作就是教学，通过培训，我了解了只有在课堂中能激发学生兴趣、拓展教学乐趣的老师，才是一名好老师。所以，首先我就得要求自己获得就业所应具备的最基本的专业知识和基本技能。其次，教学内容应尽量新颖丰富，让学生有所得。教学方式的多样化，可引起学生的新鲜和好奇，两者都可以使学生获得精神的满足而产生学习的兴趣，特别是教学方式的多样化，最能吸引学生的兴趣。另外，集体氛围对其在成员的学习动机、个性有重要的影响。个人的行为在相当大的程度上取决于集体的要求和期望，个人的学习动机由于想得到所在集体的重视而受到激发，学习效率也可以由此而提高。所以，努力形成一个相互竞争又相互理解和支持的集体氛围，对培养和激发良好的学习动机有着积极的作用。

最后，我们还进行了三笔一画的培训。

在这五天的培训中，我得到了很多在学校里面学不到的东西，这些来自教育教学一线的专家和老师们给了我很多启发，我不要做一名教书匠，我要努力成为专家型的教师，向我的学生们传授知识、启迪智慧、点化生命。所以，我们没有理由不具备特殊技能知识，没有理由不学习，不提高自身素质。志存高远，自强不息，我要起航啦!加油!

教师职业的专业化是教师进步的必然要求，是教师发展的方向。学校的发展最终要体现在培养人才的数量和质量上，因此，学校发展从来都是学生发展和教师专业发展的结果，直接以学校发展为目标是难以实现的，所以学校发展的中心应当是学生的发展。由于教师在学校能对学生发展产生最大的影响，因而实现学生发展的关键在于教师，在于教师的专业素养和敬业精神，只有实现教师专业化发展，才能引领学生发展，提高教育教学质量，最终实现学校的发展。下面，请各位教师具体谈谈我们的做法。蒋主任，咱们学校从很多方面促进教师岗位练兵，从而促进了教师专业化能力的全面提升，你能不能从这方面来谈论一下。

那我先来就咱们学校参加岗位练兵活动谈一些体会，在岗位大练兵过程中，我们深刻感受到了此项活动对于教师专业化成长的深远意义，通过岗位大练兵活动，教师统一了思想、提高了认识，切实增强了工作的主动性，并自觉的将个人练兵与技能提高相结合，立足本职岗位，强化教学技能，在提高专业技能和拓展知识上下功夫，在提升教育智慧上下功夫，教师的岗位练兵融入学校的常态工作。我们学校统筹安排，组织教师认真解读《手册》，发挥《手册》在岗位练兵中的指导作用，以教研组为单位组织学习研究，把练兵和教学实践相结合。首先通过阅读自学，写出个人专业发展的计划，和自我练兵的计划;其次是通过组内交流，以备课组为单位，利用每周两次集体备课的时间，就某个专题进行交流，已经交流过的专题有“新课程标准的解读能力”;“教材解析与资源重组”“学情分析能力”“创新教学设计能力”;另外是笔记，反思，心得体会的整理和上交备案;再有就是开展“观课议课”活动，与教学实践紧密结合，互相学习取长补短。与此同时，集体备课更是给了我们互相学习，取长补短的机会。在教师基本功训练过程中，让我们每一天都有不同的发现，有新的收获。

(以课堂教学为突破口，提高教师的课堂教学能力(课堂练兵)。

正如蒋老师所说的，全员练兵促进了教师专业能力的全面提升。而大练兵活动的主战场离不开课堂教学。(理论支撑)在练兵活动中，全校范围内开展的三六一优质课、高级教师示范课及中青年教师研讨课的一系列教学活动(对自己的感受)。每位教师在课前都认真钻研教材和学生，课后由执教者说课、谈反思，大家共同评议、研讨。

在这一过程中，我的收获也特别多。开学初我参加了“三六一”优质课大赛，并获得了一等奖。我教授的是unit3whatcolorisit?经过课前认真备课，钻研教材，根据英语学科的特点，设计了科学实用的预提提纲，在课堂中灵活运用情景创设、游戏、角色表演、合作探究、当堂达标等方法激发兴趣，调动学生学习的主动性，实现了师生的角色换位;与此同时，我又在课堂教学中创设一些能引起学生认知冲突的问题与讨论作业，启发学生勤于思考，自觉获取新知识，在双向或多向交流中，体现学生学习的主体性。

是的，为了促进年轻教师的快速成长，除了在课堂教学能力方面下功夫，学校还开展了青年教师“三笔字”比赛，说课比赛。三笔字是青年教师每天必备的功课其中包括：粉笔字、毛笔字、钢笔字，这是每个将来要当老师的必备基本功它需要扎实的基础，才能够挥洒自如，每天写一篇钢笔字，每月八篇粉笔字，每天还要适当地练习毛笔字，每到月末会请功底好的林老师给予指导。

对于我个人来说，由于基本功底较差，借学校组织三笔字学习的机会，坚持每天认真完成一篇钢笔字，每天会和前一天的对比，或和前一个月、两个月，甚至更长时间的对比，看看自己是否有进步，在练习钢笔字的过程中还可以静下心来，其实也是一种休息方式，现在我的钢笔字有了较大的进步，我会继续坚持。在学校前些天组织的教师粉笔字大赛中，虽然我的粉笔字并不出众，但练字上取得的进步得到了在场评为教师的表扬。在青年教师成长方面，学校还组织了说课活动，说课比赛(对我的锻炼，取得经验)中我的收获有以下几点：

一、加深对教材的理解和把握。

青年教师缺乏教学的经历，缺乏对学生的直接了解，对教材的理解难免会脱离学生实际。对教学的理解不能从把自己当做学生。这样在教学过程中，教学方式方法尤其是教学内容很容易脱离学生的实际水平。

二、提高教青年教师的教学信心。

青年教师不缺乏激-情和热情，缺的是经历和经验。由于缺乏经历或经验，普遍对上课没有太大的信心。也就是对于自己的上课水平，学生是否喜欢，心中没底。对于自己的教学程序的设计是否可以顺利实施，心里更没底。在这种情况下，校长让青年教师在备课组把自己的教学设计程序说给其他老师听，相当于给自己虚拟了一个课堂教学情境，在这个情境中相当于试讲，还可以得到老教师的指点。

三.激发青年教师学习教研教学理论的热情。

如果教研活动能激发起教师学习理论的热情，是教研活动的最佳效果和目的。在说课过程中，在聆听其他老师的反馈意见的过程中会有很大的收获。原来每一部教学程序后面都有理论的支持，而这种理论，对于刚刚走上工作岗位的青年教师来说，是最欠缺的，(蒋敏)，我觉得这样会极大地调动我们青年教师师的对理论的兴趣和激发学习教研教学理论的热情，是吗。

共

2

页，当前第。

2

页

1

2

。

**三笔字的心得体会篇六**

练字是一种慢功，得勤学苦练，天长日久方能见功夫。是没有捷径可以走的！！练字是思维活动和感觉器官的一种锻炼，是眼、脑、手并用形成的一种特殊技巧，从不会到会，靠人引路或自己探索；从会到熟，必须经过反复的书写训练。在科学的练习方法指导下，在反复的书写训练中逐步提高，是学习写字的成功之路。具体应从以下几个方面努力：

根据心理学的理论，动机是激起人去行动或抑制这个行动的愿望和意图，是一种推动人的行为活动的内在原因。动机与需要是紧密联系的，动机的基础是人类的各种需要。人的需要有生理需要和社会需要，练习写字便是人的一种社会需要。中小学生练习写字是提高书写水平，掌握科学文化知识的需要；成年人练习写字是传递信息，提高工作效率的需要；从艺术角度讲，练字则是人们对美的追求的需要。人对练习写字的需要不是自生的，而是靠实践的体验，靠教育者的引导，逐步形成的，并由此产生情感，形成浓厚的兴趣。这样，才能更好地激发练字的动机。否则，无意练字，勉强对付，定是笔力浮滑，结构松散，进步不快；这样又会反过来影响写字的.兴趣。意志，对练习写字的人尤为重要。在人们认识到写字的重要性，产生练字的欲望后，还要根据练字的要求，拟定计划，选择练习手段，循序渐进地进行练习。这种自觉确定目的、支配和调节自己的行动，克服困难，以达到预期目的的心理活动，就是锤炼意志的过程。练就一手好字不是一件很容易的事，俗话说“字无百日功”。

循序渐进是人们学习科学文化知识的一个普遍原则。这一原则要求按照学科的逻辑系统和人的认识能力发展顺序进行学习，从而逐步地、系统地掌握基础知识相基本技能。这一原则是由学科知识本身具有严密的逻辑系统决定的，也是人们的认识及其能力发展由浅入深、由易到难、有“序”可循的客观要求。

汉字结构以笔画为最小单位，由笔画组成独体字，由笔画和独体字演变为部首，再由部首组成合体字，这是一个由简到繁的逻辑系统。练习写字就应该遵循这个系统的顺序，一步一步地练习。但是，强调循序渐进，并非顺序唯一。

因为汉字笔画、部首、结构各要素之间的关系是相互联系、相互影响的。比如，字的笔画与字的结构，按顺序讲，应先练笔画，再练结构，因为笔画是结构的基矗但是，在练习笔画时，单练笔画还不行，还必须结合字的结构一起练习，因为同一种笔画在不同字的结构中有不同的表现形式，只有将笔画与具体字的结构结合起来练习，才能逐步写出合格的笔画。

在练习过程中还应根据练习内容确定练习的重点和难点，不能平分时间，不能盲目贪多贪快，要扎扎实实，一步一个脚印，难写的字、难练的内容就要多下些工夫，以掌握书写要领、写好为原则，从而达到预期的目的。

规矩练字，就是指练字要合乎法度，只有从规矩入，才能从规矩出。除了上面说的循序渐进之外，练字时还要特别强调“认真”二字。练字，必先心定气和，神入静界，做到：静下心来慢慢写，看帖、看格写字，意在笔先，写一个对照一个，一个比一个写得好。初学写字的人，为了便于把握字的结构和字的大小，应该在画有格子的纸上练习，充分利用格线来认识和把握方块汉字的结构特点和结构类型。练字的途径，应以摹帖、临帖方法为主，在临摹过程中逐步掌握汉字的书写技巧。

古今学书练字的经验证明，临摹字帖是唯一途径，是行之有效的方法。摹帖，就是把字帖放在比较透明的习字纸下，用笔照着字帖上透出来的字一点一画去描，要求描写的字笔迹不要越出字帖上字的笔画轨道。如果摹写的是毛笔字帖，则描写的笔画应走字帖上字的笔画的中线；如果摹写的是钢笔字帖，则描写的笔画应与字帖上字的笔画完全重合。

这样，久而久之，就可以学到字帖上字的行笔轨道和字形结构。临帖，就是把字帖放在习字纸旁，照着帖上的字依样画“葫芦”，要求笔画写得像，并注意轻重、节奏和粗细的变化。这样，久而久之，就可学到字帖上字的笔意。由于临书比摹书难，因此要先摹后临。由于临和摹是两种相辅相成的学书练字的手段，所以要临摹结合，循序渐进。

团学教学一体化项目登记表项目类别分：

a、思想政治教育；

b、学生党建；

c、心理健康教育；

d、学风建设；

e、校园文化活动；

f、社会实践活动；

g、其他。

为了加强师范生素质，提高师范生技能，学年电子声像二班举行了一系列学习三笔字的活动，以自学与集中辅导、学习与竞赛相结合的形式，较为全面的对同学们进行了一个初步的辅导练习，部分的提高了同学们的三笔字水平，规范了一部分同学的书写，取得了一定的成功。

**三笔字的心得体会篇七**

字是语言的表现形式，是人类交流的大门。而在学习写字的过程中，“三笔心得体会”是一个重要的学习内容，其中的“横、竖、撇、捺、提”规律，能够帮助我们建立写字的敏感度和美感，从而提高字的质量和美观度。在我对这方面经验的积累和探究中，我也获得了一些心得和体会，愿与大家分享。

第二段：横竖之笔。

在“三笔心得体会”中，横和竖是基础笔画，也是最常用的笔画。初学写字，师傅常常会叮嘱我们横线要平、竖线要直，要注意力度和笔尖的切换。但随着写字的深入，我发现，不同的字、不同的情境，笔画的用法、强度、倾斜都有所不同。因此，在许多次练习中，我逐渐掌握了横竖的基本规律和流变应用，从而写出了流畅、自然的字。

第三段：捺之笔。

捺是书写中的“斜线”，其写法和使用也非常重要。在掌握了横竖的基础之后，我开始提高捺的写法。之前我常常犯的错误是，捺的强度、粗细不均，或者“支离破碎”而令字形不整。后来，我认真观察、模仿书法家的捺法，逐渐养成了稳定优美的捺笔法。我发现，在写出好捺之后，整个字的线条、气势会更有品味。尤其是在草书等上挥洒自如的书体中，捺更是成为点睛之笔。

第四段：提之笔。

提是写字时的“钩折”笔画，它不仅需要优美的线条，更需要仔细的考量和把握。提的正确使用，可以让笔画更加流畅、干净，增加字的美感。而要写好提，最重要的就是掌握力度的把握，让笔画产生圆弧感。当然，不同字体也会影响提的使用规律，因此在写字时，要结合具体情况进行实际运用。

第五段：总结与坚持。

练字不是一日之功，而对于“三笔心得体会”更是如此。从刚开始的生疏到后来的熟练，再到现在的手到拈来，都需要时间的磨练和不断的坚持。同时，在学习的过程中，我也发现，在刻苦练习的同时，了解字学、涵盖知识更广的读书等知识背景也会有不可估量的帮助。最终，我的字越来越具有“人情味”，不管是日常书信还是工作文件，都能够得到更多的好评和好感。因此，我深信，要想写出好字，在“三笔心得体会”中，不断总结、不断尝试，是至关重要的一步。

**三笔字的心得体会篇八**

为了提高我院同学的粉笔字、钢笔字、毛笔字的技能，丰富我院校园文化，为我院同学提供一个展现自我的平台，营造互相交流、共同学习、共同进步的氛围，同时也为了体现本协会的教师师范特色，完善协会内部的活动机制，我协会于20xx-年12月12日在明秀校区举办了“三笔字”比赛活动。本次比赛充分展现我院风采，提高同学们书法的热情和自觉性。现对本次活动总结如下：

一、本协会委员在12月份召开了多次会议并详细讨论此次活动有关事项，从而进行忙碌分工有序的活动。

活动前期准备：1、我协会委员请初等教育学院的具有深厚“三笔字”功底的，且曾获相应证书的同学及艺术学院的同学当评委。

2、培训部委员在比赛之前选定五首古诗作为粉笔字的比赛内容，三首古诗作为毛笔字比赛的内容，及准备好300字左右的文章作为钢笔字比赛的内容，并做成课件。

3、宣传部制作宣传海报。

4、外联部负责邀请嘉宾和发放邀请函。

5、秘书处做好各种通知、活动用具准备工作。

6、各比赛场地的主持人作好各种主持事项。

二、我们从12月2日开始，向政法学院各班下发了“三笔字”比赛的通知，得到了政法学院全体同学的支持。“三笔字”比赛进行现场比赛，本次比赛在我协会和政法学院素质拓展部、09政本二班及10历史班的共同努力下，经几周的筹备时间，报名钢笔赛有360多名同学，毛笔赛有43名同学，粉笔字比赛的有127名同学。比赛于12月12日9点在文星楼201和215，及教学楼105、106、107举行。

三、30分钟的钢笔字比赛前，先由主持人播放有关培训期间的成果，接下来是比赛，比赛内容为《快乐难求，青春无价》，参赛选手们认真书写，准时上交作品，件件工整美观。钢笔字比赛后进行互动环节，由现场的参赛选手举手进行抢答我们给出的\'问题，回答问题者可获得精美礼品一份，同学们都积极参加了这个游戏，现场的气氛很活跃。最后，评委们就选手们的作品进行了点评。钢笔字比赛圆满结束。

毛笔字比赛时，参赛者尽情挥毫，泼墨尽显所长，均发挥了较高水平，展现了三笔字的魅力。

粉笔字是现场抽题，参赛选手根据自己所抽到的古诗进行现场演示，并把时间控制在5分钟之内，同学们都纷纷写出了各种风格的粉笔字作品，评委们根据参赛者的作品给予现场打分。本次比赛总的来说进行较为顺利，同学们参赛的热情很高，水平尚佳。

四、总体来说，比赛在庄重、肃穆的气氛中进行，每个参赛选手都以一种饱满、自信的姿态埋头伏写，笔法闳中肆外，刚健有力，豪放美观，字与字之间的结构搭配适当合理，笔画规范，字的整体效果清晰自然，每个参赛选手都严格按照比赛的内容进行比赛，现场除了书写的沙沙声，整个赛场寂静一片，庄严而肃穆，比赛结束后，激动人心的互动时刻如期而至。本次比赛总体来说叫成功，有许多值得表扬的地方。但本次活动也存在不足之处，首先准备期间，时间有些匆忙，布置会场时准备不到位，致使比赛时间推迟十分钟，第二就是比赛时间选在周日，有些选手要上课，没有参加比赛。第三，比赛的前期准备工作做得不到位，组织工作做得不够好，致使活动举办的过程比较混乱。此外，赛前没有做好突发事件的准备工作，致使活动出现问题时不能有效及时地解决问题。今后举办大型活动，我们将会准备更充分，从中吸取经验，使今后的比赛更顺利进行。

比赛获奖名单、优秀作品及现场比赛照片将于赛后公开展览。

政法学院中学教师技能协会。

20xx年12月13日。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！