# 上书法班的心得体会模板范文6篇

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-09-14

*《》——书法，不仅是文字的书写，更是一种艺术的表达，一种心灵的修炼。在这六篇书法班心得体会模板范文中，我们看到了学生们在书法学习旅程中的点滴感悟，他们通过笔墨纸砚，领略了中华文化的深邃，体会了艺术创作的乐趣。每一篇模板都是对书法学习过程的深...*

《》——书法，不仅是文字的书写，更是一种艺术的表达，一种心灵的修炼。在这六篇书法班心得体会模板范文中，我们看到了学生们在书法学习旅程中的点滴感悟，他们通过笔墨纸砚，领略了中华文化的深邃，体会了艺术创作的乐趣。每一篇模板都是对书法学习过程的深刻总结，每一份体会都是对传统文化传承的真挚表达。让我们一同走进这些文字，感受书法艺术的魅力，体会学习过程中的心得与成长。

**上书法班的心得体会模板 篇1**

这段时间，有幸参加了响水县教师硬笔书法培训并且收获颇丰。我想，这次培训对于我们这些走上讲台十几年的教师来说无疑是一种很好的再次学习的机会。

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。

我本来小时候学过一点书法，之后就再也没有触及。进入了这个课堂，我再次对书法产生了兴趣。夏老师的教学给我深刻的印象。老师的指导十分仔细，而且示范的十分到位，让我得到了很多启发。在一次又一次的练习中，我学会了好多字更漂亮更飘逸的写法，字的结构更加稳固，字体也更加雄健。这是我以前所缺少的。所谓“名师出高徒”，虽然我称不上高徒，但夏老师的教导犹如一盏指路明灯，让我重新找到了练字的方向。人云：“字如其人”。在这个信息化时代里，鼠标键盘正在取代钢笔之时，这个道理仍然不变。在夏老师的课堂里，我不仅学会了写好字，更领悟出许多人生的道理。夏老师一笔一画孜孜不倦的教导，既让我们在学习写字中树立起自己的`“门面”，更让我们领略到了夏老师慈父般的人格魅力。我感觉到自己不仅仅在练字，而且更在陶冶一种高尚的情操，培养伟大的品行。书法的“真谛”也许就在于此吧。另外，在学习的过程中，我也深深受到了中华民族古典文化的熏陶，接受了一次爱国主义教育。

这短短的十几次课给我留下了很深很深的印象，也让我第一次感受到了大学与高中的差别？首先是对夏老师的感觉，我发现他真的是一个不错的老师，不仅写得一手好字，人也好得没话说，无论是性格，还是在其他方面。其次，我渐渐发现练字也是在“练”性格。人常说性格是很难改变的，但是练字却可以让人心静。虽说不能改变性格，却是可以成为心浮气躁时的一种调剂品，将坚硬调得柔和，让喧嚣变得宁静。练字是对自身的一种修身养性、陶冶情操的锻炼，对别人也是一种美的享受，让别人看到你的字时是种心情舒畅的感觉，而不是一种在受罪的感觉。

**上书法班的心得体会模板 篇2**

前些日子逛书店时，买了本《楷书技法与指导》的书，粗粗的浏览了一遍，对里面谈到的关于书法欣赏的内容有了兴趣。

书法家沈尹默说过“世人公认中国书法是最高艺术，就是因为它能显出惊人奇迹，无色而具画图的灿烂，无声而有音乐的和谐，引人欣赏，心畅神怡”(《书法论从》)。确实，一件优秀的书法作品，往往能令人百看不厌，心旷神怡，爱不释手。像唐太宗李世民对兰亭的喜爱一样，甚至都到了自私的陪葬的地步。

书法欣赏它本身有一定的规律：

首先书法是属于视觉艺术，它主要是通过作品对视觉的冲击而产生的。因此在欣赏上要注意反复不断的观赏玩味。

第二，书法欣赏的能动性。书法欣赏是积极的、能动的，怎么理解呢?书法的欣赏也要像美术、音乐作品的欣赏一样，离不联想和想象。如果欣赏者仅仅像认字一样看待书法作品的话，我想他只要把作品年成是一些刻板抽象的符号，而没有任何美感而言。因此在欣赏书法作品时，要充分发挥自身的联想和想象，充分的体验作者的每一个动作，每一次用笔铺毫，体会每一个急慢快缓的动作，这样才能充分体验书法的节奏、美感。

第三，书法欣赏的主观色彩。书法作品的欣赏是一种艺术的再创造，因此欣赏者不同的文化程度，性情气质，审美经验等都会对作品产生不同的看法，正所谓的“仁者乐山，智者乐水”。

同时书法的审美标准也可以从以下几点进行：

一、点画的线条美

书法家运用提按、顿挫、轻重、粗细、强弱、徐疾等用笔的技巧，结全用黑的枯、湿、浓、淡等丰富的变化，使书法线条产生了极强折力感和情感之美。因此在审美的过程中，要注意书法线条的变化，体验作者的情感和动作变化。

二、结构的造型美

对于书法作品的欣赏，首先人们往往会从作品上的文字内容入手，以字为单位进行一逐个的往下看，因此有了丰富的线条表现力后，也要注意整个字的结构变化。如《兰亭序》中的二十个“之”字一样，尽管字的点画简单，但个个姿态各不相同，极尽变化，就充分表现了字体结构的造型美同时也体现了作者对字极强的处理能力。

三、章法的整体美

这一点主要是体现在作品的整体效果上，除了点画、单字的欣赏上，整体的效果也是十分重要的。章法也称为“布白”，其实质是指作者对作品中空间虚实的艺术处理。“实处之妙，皆由虚处而生”，“虚”与“实”，“白”与“黑”，相依相生，体现出虚实结合的美原理。因此要注意作品中章法的欣赏。

四、全幅作品的风格美

风格，用马克思的话来讲：“风格就是人”，说具体一点，“风格在这里一般指的是个别艺术家在表现方式和笔调曲折等方面完全现出他的人格的一些特点”(黑格尔《美学》)。因此在书法作品的欣赏上，要注意对作者的风格化的认识与欣赏。

**上书法班的心得体会模板 篇3**

在我们广西，篆书是比较弱的书体。我感受最深的就是：我们不管何种字体都要先专后博，不能换来换去，几年也找不到学习的方向，应谨守一家，先尝试一下各种碑帖，选出和自己心性相同的，选好后，就要把它吃透，一出手就能看到来历。比如:王友谊以石鼓文为主，他就是掌握了帖子里的法度，有根基后，再拓展其它的风格。

我们桂林与柳州的作品放在一起，在数量上我们超过他们很多很多，但在精、深、专、扎实、力度等方面都还不够，这是我们应看到的弱项。

我们只有出去学习别人优秀的先进的东西，才能够开阔眼界和改变观念。我们要不断地反省自己，要做好自己的事情，不要管什么丑书，要坚定我们的理念，看别人是如何成功的。

书法创作总是个人化的，只有坚定自己的信念，在手上才能有表现，坚守自己的理念，往一个方向深入，要考虑自己做得怎么样，深入地做下去，以后再拓展就好办了。

我们会一种书体就可以，专一了，细微的东西也就会关注到，功夫下足了，就会在自由自在悠闲的程度下抒情达意。

还有我们做得不到位不精，只学个大概是不行的，观念和方法很重要。

观念有历史的与现代的，我们不能偏颇某一方，应相互结合寻找共性。方法就是精专后才能表现出具有共性后的个性。

**上书法班的心得体会模板 篇4**

实际上，我并不是在学书法。同书法学院博士聊天，发觉书法不是一般人能达到的，一般人顶多算是写一手好字，形成自己的风格。书法，是很讲究的，也是有更高艺术标准的。书法分字法和笔法，字法就是结字，通常而言，一般人是不会想方设法绞尽脑汁去想怎么结字的，字嘛，不就是现在这个样子嘛，还要去设计？其实书法中结字也是很有讲究的，我们看不同的字体，结字规则是不一样的，即便是同一个字体，例如欧体和颜柳体，他们的结字就不同，一眼就能区分开，这就是艺术的水准地步，一般人达不到，也无需达到。

还有一层，是书法需要知道字型构造的发展历史，从甲骨到楷书，到更为写意的行书和草书。所以无论从什么字体学起，专业的书法人士都需要将各个字体从头开始认真学习临摹书写以致熟悉，这样才能有一个对汉字造型结构发展的直观感受，这点一般人也是达不到的。另外一个就是笔法，这个就比较玄乎了，因为你看不到古人究竟怎么写怎么运笔的，你只能通过墨迹去推测，篆书和隶书还好，笔法不多，后世墨迹遗留下来，大体也能看出个七七八八，比较头疼的碑帖，大体上只有外形和笔意，很难看出具体的写法，所以关于一些笔画的争议就比较多，例如欧体的钩，到底是跪笔弹锋一笔写成还是分两笔写成，这不同的人有不同的写法，你可以说是欧阳询的写法，也可以说不是。

而且谈到笔法，这就是个具体的细致活，普通人通常也打不到这个地步，何况现代根本不用毛笔的键盘人。笔法，你需要去总结各种字体和书家的笔法，横撇竖直，楷书还好，比较规则和规律，变化并不是太多，但行书和草书就越来越多，想要一一总结就是一件很费力的事情，需要专门花时间精力去应对，这点普通人根本做不到。

所以总而言之，就书法而言，普通人是达不到也无需达到的。

那么我们学什么？学写字，就要学字和怎么写。字就要看学什么字，通常是楷书，但为什么是楷书？道理很简单，因为我们日常用的就是楷书。而从审美上说，楷书是经典，是趋向成熟和稳定的汉字构型，不会轻易改动变化。所以学写字，你需要学楷书，认真学习楷书，学习最经典最优美的艺术完成体。适当补充之前汉字构型的知识，这样可以帮助你充分理解楷书汉字造型的.原理和原有，知道它这个字为什么会这样写，跟之前字形的比较，你会发现为什么会简化为什么会繁化等等，这样你更为深刻地理解了楷书，写起来自然也就容易一些，参此原理，行书也是如此。

至于怎么写，普通人就不用那么较真了，毛笔和硬笔差不多，来回那几种写法，只要专门的人讲解和亲自教授即可，不用在这上面花费大量心思，功力是需要时间的，而变化是需要心思的，两者都欲速则不达。

认真学习楷书之后，可以学习行书，这才是日常真正用到的书写方法，你不可能一笔一划写楷书，更多地是连写，行书快捷方便，但也不是任意而为，所以你需要学习。

不要听信外面人瞎说，他们以书法的要求去要求普通人是不正确的，普通人更多地是学习如何写字，写出好看的字，而不是学习和练习书法，实用兼顾审美，而不是审美主导实用，跟古代不一样，教授书法的人需要转变思路。

刚才突然领悟到一点，用笔要有闲，所谓闲就是要有空间，要有保留，有给笔伸缩的空间，才能有余地辗转腾挪，自由发挥。但这是个由实入虚的过程。用笔，一分，二分，三分都用到捺这么粗的了。如果太实，捺划会用到四分甚至五分，这样就很粗很粗了，大楷我不懂，中楷肯定会写的很大，很粗壮。所以要有一定的闲余空间，除了较粗的笔画，典型的例如捺，用到三分笔之外，正常是一分和二分之间交替使用。起笔可以二分可以一分，行笔可以一分可以二分，转折可以用到二分，竖也是如此。

所以写中楷，能在一分至三分中间自由运用，这个字就会灵动自由很多。不过这是又实入虚的过程，一开始会写的很死板，一分笔，从头到尾一分，捺就二分，二分笔，从头到尾都是二分，捺就四分，再大就写不开了，起承转合之处都会很死板，会像树木的鼓瘤，很不自然，不利爽，不轻松，不灵动。只有当这些问题都犯过，用笔习惯了，就要开始悠着点儿了，自然慢慢也就有进步了。做人貌似也如此，欲速则不达。

**上书法班的心得体会模板 篇5**

随着年龄的增长觉得自己越发喜欢附庸风雅，好似这般就能养出出尘古典的气质来。好像听人说过每个男孩都有一个武侠梦，那每个女孩是不是也都有一个仕女梦呢？当然真正的仕女做不来，但是却很喜欢那种书香气和文静的感觉。上大学开始想着让自己去学个古筝古琴什么的，可惜没能去练，后来看到一妹妹高考报艺术报的是书法这一门，不禁想练书法的确也是一个很能提高艺术修养、磨练意志、修身养性的方式。

想到即去做，第二天就跑到校门口的一家文具店去买了毛笔、墨汁和纸。可是怎么练呢？东西拿回去之后，我又犯难了。没关系，不会练就先在报纸上画。在这几天内，我画了一大摞的报纸，没有技巧，就是感觉拿着毛笔，写着连笔字，很潇洒的感觉，觉得自己很快就能挥斥方遒了。但是没过几天，我们老师催着写论文交论文，我就又把我的练书法大计丢之脑后了。就这样一直忙着毕业，忙着找工作，忙着考试过了一年多。到了新的岗位，我们开始全体老师练书法了，学校还给我们每个办公室发了临摹的字帖，从今年开始，我又开始练起毛笔字。但是这次的练习给我的感觉跟上次完全不同，我们就是认认真真的在练楷书，一笔一划，起笔顿笔，一点一点的练习、一遍一遍的练习，我从对书法完全不了解到有了一些的认识。虽然我感觉自己仍然没有真正入门，但是看着自己一次比一次写得像样，就感觉自己收获很大。

我们中心校的书法练习，提升了老师的综合素质，也圆了我想要学习书法的心愿。

**上书法班的心得体会模板 篇6**

掌声阵阵，相机卡卡。8月20—21日这两日在xx小学这安静的阶梯教室里，一个个绝妙的中国字正在邵x老师的粉笔下亮相。邵老师拥有强大的书法素养和丰富的教学经验，通过手上飞舞的粉笔，传授了不少＂内功心法＂给我们。

第一天，邵老师用《以规范的书风唤醒孩子良好的习惯》为题，拉开了学习的序幕，他结合现如今的教学模式，点出了许多教学现实的不足之处。现代化的高科技带给老师和学生耳目一新的感官，但是现代教学中用粉笔字书写却不容荒废。因为孩子在学习写字时离不开老师的板演；课文中的重难点内容，老师板书在黑板上加深学生对其的印象；试题的讲解，老师需要板书过程才能更好理解……这些都离不开那支化成粉尘飞舞的粉笔！邵老师的课程从易到难，轻松诙谐，时间就这么悄然溜走了！

第二天，邵老师以《汉字的间架结构要领》为题，开启了我们的学习时间，这次从简单的独体字开始，给了我一个全新的书写感受。虽有正确的笔划，但还得注意字和字的微妙结合。邵老师总结出的书写口诀，让我感觉到书法并不枯燥，笔下的字也是有生命的，它需要舞台去翩翩起舞，去表现它的独立、它的担当，还有它们之间的配合、它们之间的谦让，它们之间的帮扶……如此学写字，岂有不爱之理？

邵老师在短短的两天时间中，以他的真诚感动着我们，以他的专业折服了我们，把他的经验传授给了我们，更将他的＂独门内功心法＂无偿传授给我们。正所谓＂师傅领进门，修行在个人＂，日后还要继续进修，在实践中总结自己。愿不负书写的好时光！

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！