

# 2023年书法培训心得体会(模板10篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 书法培训心得体会篇一

20xx年12月14日，在这个不寻常的季节里，我们终于迎来了期盼已久的培训。我们一行11人踏上了北京诚敬仁(别称通州「小院」)书法学习之路。

应该说我们是迎雪而去，踏雪而归。归来时行囊中已是满满的果实。短短十五天紧张而又快乐的书法培训中，既有杨淑芬老师讲座，又有杨淑芬老师和一线教师的实践指导，内容充实而丰富，形式严谨又不失活泼。犹如冬日的阳光，温暖、明晰地指引着我们书法教学的方向，指引着发扬传承中国传统文化的道路。

我们真正感受到了「小院」的温暖，以及教师的亲切和和蔼的话语。让我受益匪浅，使我在思想、理念、方法等不同方面都得以洗礼和提高。

教师为人师表，应具备丰富的知识，更应具有高尚的道德情操与人格魅力，能以自身榜样无言的力量教给学生做人的道理。「书品如人品」，静心品读杨淑芬老师的书法作品，聆听杨淑芬老师的讲座，无不受其人格魅力的感染。在通州「小院」里，杨淑芬老师以她的魅力和深厚的书法功力，语重心长的教育，以及辅导老师们的耐心指导，深深地感染着我们。

书法艺术是我国源远流长的传统艺术之一，在数千年的中华

文化积淀中如一枝奇葩长盛不衰。书法，是以汉字为基础，以毛笔为表现工具的线条造型艺术。它体现了华夏民族的智慧与创造力，是传统艺术殿堂的瑰宝。以学书为乐，在泼墨挥毫之间，契入「技近乎道」的内在精神。

优秀的书法作品，其中蕴含着的艺术修养，散发出的人文气息，呈现出的和谐之美，细细品味，能让我们心情放松，感受身心灵的安宁闲适。在学习期间，杨淑芬老师的教法独特，方法简便，几乎人人能上手。

首先练就「永字八法」基本笔划，由点入手，详实分析用笔、行笔、力道、劲道及用墨等法，让初学者能充分了解到毛笔特质，并体会将身体放松的力量送到笔端。稍加练习，即能在短时间内熟识永字八法的'基本运笔，灵活驾驭毛笔。再配合十种字体结构的分析，了解间架要领。

一般初学者大约在一个月后就能书写一手漂亮的正楷，有了扎实的基本功法，再临摹各种书帖，即能得心应手练就一手好字。我们每天都要练习书法8个小时左右，从中也真正体会到了中国书法艺术的魅力。

老师绘声绘色地解析着如何为人、处事等生活中的大智慧，听杨淑芬老师的讲座，令人如沐春风。不管是她的书法也好，还是她讲课的风格，无不彰显出她独特的魅力，使我们真正获得了很多的知识。

## 书法培训心得体会篇二

几天的学习使我受益颇深，学到了很多笔墨知识，使我得到了很多启发。练一手好字，可以让自己受益终生。字的好坏从一定程度上可以反映个人的性格和修养，把字写得整洁标准，可以给其他人留下好的印象，反之，就会给别人留下坏的印象。练习书法可以修身养性。学习书法可以改变一个人毛躁、急功近利的坏毛病，养成耐心、细心和毅力等良好的

品质。练习书法还可以陶冶情操，练习书法要求具备良好的心理状态和高度的学习热情，日复一日的坚持下去。如何练习书法呢？练习书法，要喜欢和热爱书法，以高度的学习激情投入到练习中去。练习书法，要懂得创新，不能一味模仿，要有自己的风格和特点。练习书法，还要有一颗坚持的心，持之以恒，不能半途而废，只有坚持到底，才会有收获。

总之，此次书法培训学习提高了我的书法水平，在今后一段时间中，我要尽量挤出时间，静下心来认真练习、思考，积极行动，争取尽快地消化和吸收培训的知识，到达培训的目标和要求，尽快把学到的知识应用于教学，把知识传授给学生，根据学生的年龄特点和书写水平进展科学合理的`教学。我要把本次学习的经历和知识毫无保留的传授给学生，使学生的书写技能得到提高开展，争取培育更多的书法人才，努力为书法的传承做出应有的奉献。

书法是我们中华民族文化中一颗璀璨的明珠，闪烁着灿烂的光芒。今天听了书法家陈祥生老师的报告，让我对书法又有了新的认识。书法是以汉字为根底，用毛笔所写，我们可以从它的性质、美学特征，独特的表现手法方面去探索理解，它表达了万事万物“对立统一”这个根本规律，又反响出人的主体精神、气质和修养。靳永教授所说：“书法是植根于中国传统文化的深厚土壤中的。”这次我也体会到：要想真正写好书法光是研究技法是远远不够的，要去了解挖掘其相应的文化内涵。中国书法的演变史：甲骨文——篆书——隶书（草书、楷书）——行书，细心研究它们的开展规律，变化规那么。

汉字书写的构造应注意：横平竖直、主笔突出、自然原那么、变化原那么、虚实原那么、松紧原那么，即“永”字八法。掌握了原那么，我认为学习书法还要勤奋，贵在坚持练习，书法是没有捷径可走的，字都是一笔一划写出来的，只有坚持练习下去，一定的时间之后才能有所成绩，不要想着立竿见影和一步登天。学习书法还要勤于思考，最好能找个老师。

书法是一种艺术，而要进入艺术之门，最好是能有一个引导者。如果能找到一个名家大师作为自己的老师，那么对于学习书法的效果将会事半功倍。假设是找不到老师，可以经常看看字帖和历代名家大家的作品，在看作品的时候思考这字的构造、形体、笔画、用力、布局等等方面，思考如何才能让一个字能够具有艺术感，即既漂亮美观，又具有神韵。要做到这一点，需要日积月累的观察和体会的，我想这也是我要到达的境界。

今后我会在平时的工作和学习中，注意养成良好的习惯，在需要写字的时候，认真对待，绝不马虎，从一笔一划练起，让我的钢笔字越来越好。

### 书法培训心得体会篇三

书法作为一门绝艳的艺术形式，吸引着越来越多的人投身其中。为了提升自己的书法水平，我参加了一次书法培训班，经历了一段丰富而难忘的学习之旅。在这次培训中，我深刻体会到了书法艺术的魅力，也收获了许多宝贵的经验和体会。

首先，书法培训让我重新认识了书法艺术的内涵与要求。在培训课堂上，老师首先向我们介绍了书法的发展历程，讲解了书法的基本概念和要素，并举例解析了一些名家作品。通过这次系统性的学习，我对书法的含义有了进一步的了解，深知书法不仅仅是写好一篇字，更重要的是通过书法的艺术形式来表达情感与意境，在墨香中展示个人的品味与修养。

其次，在书法培训中我接触到了书法的基础技巧和规范标准。书法是需要严格按照一定规范进行的艺术，每个字的构造、笔画的粗细与流动、布局的饱满与均衡都是需要仔细琢磨与练习的。在课上，我们进行了一系列的基础练习，如正楷、草书、行书等，通过不断地写字，我渐渐掌握了正确的笔顺和用笔的技巧，提升了自己的字体临摹水平，并且在老师的指导下研究了一些名家的作品，学习了他们的用笔特点和构

图技巧。这样的学习使我更加明白了书法艺术需要融汇贯通的技巧，才能达到艺术的高度。

再次，在书法培训中我认识到了专注和耐心的重要性。书法需要专注于每一笔每一划，只有用心去感受每个字的形态和美感，才能真正将自己的情感融入到作品中。培训过程中，老师经常告诫我们要保持专注，不要草率行事。在练习中，我学会了初学者最常犯的错误就是心急和不够认真，字迹形成不够准确和流畅。通过不断地练习和反思，我逐渐养成了认真细致工作的习惯，更加懂得耐心与坚持的重要性。

最后，这次书法培训让我感受到了书法艺术的独特魅力。书法作为一门艺术，不仅仅是一种技巧的积累，更是一种心灵的修养。在每次写字的过程中，我能够将心情与思考倾注于纸上，从而得到一种心灵上的满足。同时，在观察与研究名家作品的时候，我深深感受到了其中的艺术魅力与韵味，这让我更加热爱书法，也更加坚定了我继续探索书法艺术的决心。

书法培训给了我很多珍贵的机会与体验，使我对书法艺术有了更加深入和全面的认识。通过这次学习，我明白了书法需要用心去体会与实践，只有踏实不懈地学习和实践，才能够不断提升自己的书法水平。同时，我也意识到书法艺术是一种追求内心平静与墨香佳音的修养，通过书法的练习与欣赏，让我的生活更加充实与美好。我相信，只要坚持下去，书法艺术会给我带来更多的快乐与成就感。

## 书法培训心得体会篇四

书法是中华优秀传统文化的重要组成部分，也是中国美术的瑰宝之一。随着现代科技的发展，写字变得越来越少见，而书法的培训逐渐成为人们追求艺术修养的方式之一。我有幸参加了一次书法培训，并从中获得了很多心得体会。

首先，书法培训让我体会到了中国传统文化的博大精深。在培训课上，我们不仅学习了基本的书法笔画和字体结构，还深入探讨了每一个字的背后蕴含的文化内涵。例如，我们学习了楷书的“文如其人、行如其人”这个古老的言辞，它告诉我们，一个人的书法能够体现他的性格和修养。这样深入的解读让我对中国传统文化有更为深刻的理解和认识。

其次，书法培训让我明白了专注力的重要性。书法是一门需要极高专注力的艺术形式。每一个笔画的细节和每一个字的结构都需要仔细揣摩和反复练习。在书法的学习过程中，我逐渐摆脱了思维的杂乱，将全部的注意力集中在笔划和字形上。这种高度专注的训练让我的思维变得更加清晰，也提升了我的细致观察力。这对我的学习和工作都带来了积极的影响。

第三，书法培训让我从创造性的角度审视艺术。书法是一门需要创造力的艺术。在书法的创作中，我们可以有意识地运用线条和字体结构来表达自己的情感和理念。而在培训中，老师们鼓励我们尝试不同的风格和形式，提升我们的创新能力。通过这种创造性的实践，我找到了自己独特的书法风格，也领悟到了艺术的无限可能性。

第四，书法培训让我感受到了耐心和坚持的力量。书法是一门需要长时间练习和不断积累的艺术，没有耐心和坚持是无法取得好成果的。在培训中，我们每天都会坚持练习基本的笔画，反复揣摩每一笔的弯曲和力道。虽然刚开始时进步很缓慢，但随着不断的坚持和练习，我逐渐掌握了一些书法技巧。这个过程让我明白了只有通过不断地积累和努力，才能够在书法的道路上不断前行。

最后，书法培训让我体验到了审美的享受。书法是一门充满美感的艺术形式，每一个字和每一笔都蕴含着独特的美学魅力。在培训中，我们学习了一些优秀的书法作品，欣赏了其中的艺术价值和精神内涵。而在我们亲手创作书法作品的过

程中，我能够感受到心灵的平静和安宁。这种审美的享受在培训中成为了我不可替代的一部分，也激发了我对艺术的更深追求。

总结起来，书法培训让我体会到了中国传统文化的深厚内涵，提升了我的专注力和创造力，让我明白了耐心和坚持的重要性，同时也让我享受了审美的乐趣。这次培训不仅是对书法技巧的学习和提升，更是对人生的一次宝贵的修炼和追求。我将继续努力，在书法的道路上不断前行，用自己的作品传承和发扬中华优秀传统文化。

## 书法培训心得体会篇五

书法是中华文化瑰宝，历史悠久，载道传情。我一直对书法艺术充满了浓厚的兴趣，于是报名参加了一期书法培训班。在这段时间的学习中，我深刻体会到了书法艺术的魅力和培训过程中的心得体会。以下是我从书法培训中所获得的心得体会。

首先，书法培训需要精神集中和毅力。书法并不是一项轻松的事情，需要倾注大量的时间和精力去练习。在培训班中，我们每天都要坚持在教师的指导下进行反复的练习。而这种练习并不是简单的抄写，更需要我们用心去感受每一个笔画和构图的含义。因此，我们必须全神贯注，才能够将心思转化为笔迹。而坚持学习的毅力，是书法培训中最宝贵的财富，只有坚持不懈，才能够在书法艺术的道路上不断前行。

其次，书法培训需要耐心和恒心。书法是一门需要耐心和恒心的艺术，笔画的精准和结构的合理性需要我们对细节进行高度的关注和反复的操练。在培训中，我发现任何一种书法都需要培养自己的习惯和风格，而这些都需要不断的练习和耐心的积累。时间久了，我逐渐明白书法之所以深受人们喜爱，正是因为它是一门用手脑并用，同时又需要细腻的感受的艺术。

此外，书法培训需要艺术修养和文化积淀。书法是一门文化艺术，它需要我们对中华优秀传统文化的了解和体会。在培训中，教师不仅传授了我们书法的技巧，更多的是让我们了解了书法背后的文化内涵和哲学思想。书法作为一种文化艺术，不仅是为了写字而写字，更重要的是通过字体的书写来展现我们的内心情感和智慧。因此，作为书法学习者，要有广博的文化视野和深厚的历史知识，才能够更好地表达自己的情感和思想。

最后，书法培训需要创新与个人特色。虽然书法是一门传统的艺术，但在培训中，教师也鼓励我们保持创新和个人特色。每个人的字体都有自己的特点和韵味，培训不仅仅是模仿和抄写，更重要的是将自己的特色融入到书法之中。在培训中，我们会学习不同的字体和技法，但最终创作出来的作品都是独一无二的。这种创新和个人特色的追求，为书法艺术注入了新的活力和魅力，同时也为每个学习者提供了展现自己的机会。

总之，参加书法培训给我带来了收获和成长。通过这段时间的学习，我深刻体会到了书法的魅力和学习书法的需求。书法培训需要我们集中精神和毅力，更需要我们有耐心和恒心。同时，书法培训也希望我们具备艺术修养和文化积淀，并鼓励创新与追求个人特色。我相信只要我坚持努力，我的书法水平一定会不断提高，将书法这门古老而典雅的艺术传承下去。

## 书法培训心得体会篇六

很感谢市教育局暑期给我们安排的这次书法培训，也很感谢何连海等多位老师在百忙之中抽出时间来给我们上课，这几天培训我们收获很大，得出以下感想。

我们都知道，书法是一门艺术。它是以文字为素材，以线条为内容，以技巧为精髓的艺术形式。中国书法是中华民族的



龙脉，书法艺术是与每个中国人最亲近也最温暖的艺术。有文字就有了书法，有书法就有了文明史。

书法练习活动既是书法技能的训练、提高过程，又是锤炼一个人的意志和心境的方法。

这次的培训充分调动了美术教师当中爱好书法的积极性，引起了大家对书法的重新关注，培训课上教育局请到了连云港市很多优秀的书法家，他们认真的给我们讲解书法史。与此同时，本次培训班更是荣幸邀请到何连海老师给我们讲授中国书法的博大精深，让我们更加深刻的了解到学习书法的本质所在。在老师讲课的过程中大家认真听讲、体会，个个都那么的聚精会神，听的是津津有味。当老师宣布自由练习时，老师们个个昂首挺胸，坐姿端正，手握毛笔，双眼都很认真的看每一个字的结构，小心仔细临摹每一个步骤笔画，如此反复练习，多加强化。虽然刚开始字写得不怎么样，但也毫不气馁，继续努力，过不了多时，竟也进步了不少。

练习书法需要耐心，耐心往往培养了人的一种气质。“速成书法”、“短期书法”都是误人子弟的方法。正常的书法练习过程是以字帖为中心，“择帖幕帖和临帖”来逐步提高。书法需要真功夫，需要时间浇灌。当你练到一种境界，铺开一方宣纸，你的心就凝聚在书法的起笔、落笔上，远离了城市的喧嚣与嘈杂，达到修身养性的效果。有了一定的书法成就，你还可以达到平静愉悦自信的心境。

本着唤醒手写乐趣，寻找中华文化的宗旨。我们的这次书法培训活动，可真是获益匪浅啊！通过这次培训，我们看到了广大老师对书法产生的浓厚兴趣，看到了他们在书写中华民族博大精深的文字时热情。大家上课认真听讲，下课热烈讨论，营造了浓厚的学习氛围。培训期间，各位工作人员认真负责，全体学员严守纪律，学员之间团结友爱，互相帮助。这种良好的学习氛围，友好的同学关系，是大家都所推崇的。

最后希望大家都能在书法培训班中找到书法的魅力，练就一手好字。

文档为doc格式

## 书法培训心得体会篇七

俗话说：“熟能生巧。”掌握书写技能离不开练习。但练习不仅仅是“错误的尝试”和机械的重复，它是一种有目的、有步骤、有指导的活动。所以，小学写字教学应从他们的实际情况出发，针对其特点进行合理有效的练习，纠正错误，掌握技能，这是小学写字教学的关键。

### 一、明确写字教学的目标要求

课堂教学是写字教学的主要手段，教师作为课堂教学的设计者，应率先从写字教学的整体上向学生提出明确的学习目的要求，指出大致的学习方向，大致分为：教学目标——必须学什么；教学策略——如何教、如何学；教学评价——获得反馈信息，了解学生各方面的素质、个性的差异，便于有的放矢地指导。在规定目标时遵守三个原则；一是少而精，二是循序渐进，三是目标适度。

### 二、激发学生学习兴趣

兴趣是推进学习的内在动力。在教学中创设富有情趣的情境，引起学生学习的兴趣和需求感，寓教于乐，在小学写字教学中，特别是低年级教学中具有特殊的作用。在近几年的写字教学中，我总结出以下几种激趣方法可以充分调动学生的积极性。

内容相符合，这样，“讲故事”的形式就能起到更好的激趣效果。

（二）儿歌激趣。儿歌深受低年级学生的喜爱，文字简练，通俗易懂，琅琅上口，易读好记。因此，把教材中的执笔方法，书写规律等编成儿歌，让学生乐学，培养兴趣。

（三）电教激趣。电教手段，可以使抽象的起笔、收笔等过程直观化，静态的内容动态化，复杂的内容简单化，深难的内容通俗化，使学生看得更为清晰，感受更为完整，易于理解字的形态、结构、比例，便于记忆，逐步培养学生良好的观察方法。

（四）活动激趣。教学中组织一切新颖的教学活动，培养学生的兴趣。在教学实践中，我发觉“集字”和“竞赛”是两个有效的方法。“集字”能增强儿童的实际运用能力，学以致用，提高兴趣。根据儿童好胜心强、自尊心强，爱表现自己，有意引进“竞赛”意识，激发学生的学习兴趣，通过搞比赛调动了学生学习的积极性。

### 三、采取直观示范教学

要提高学生的写字技能和培养学生的写字兴趣，应在提高课堂教学质量上下功夫，第一，教学内容和语言要精炼。第二，创造条件，利用电化手段配合写字教学。例如，示范的字可写在幻灯片上，通过偏旁部首不同的位置组合让学生直观地辨其优劣；学生临摹的字也可以写在透明纸上，再显示在银幕上，师生共同评议，当场反馈。

### 四、创设美的情境

号，萨克斯音乐等，无疑会使学生们心情舒畅，心境开朗，疲劳程度降低，从而使注意力又重新回到练习中，取得良好的学习效果。

教学实践证明，在写字教学中适当适时地采取音乐教学法，是完全可行并行之有效的。学生们说：“在放看轻音乐的环

境中写字，使我们身心愉快，心中始终有一种饱满的激情，避免了习字的单调乏味，学习效果也有了明显的提高。”

当代心理学家认为，音乐教育不但可以陶冶性情，增强艺术感染力，而且还可以使学生更懂事，更礼貌，更合群。可以说音乐是身心健康的法宝。由此可见，在写字教学中适当引入音乐教学法，这对提高学生书写效率，无疑起到了催化剂的作用，是大有作为的。

## 五、适时表扬、鼓励

“好表扬”是小学生的心理特点，是鼓励他们学习的重要手段，如何使学生成功，使其不断体会到学习进步的喜悦，从中得到心理上的满足。教师要随时注意心理效应，更善于发现学生的闪光点并加以肯定，使学生产生一种愉快的情感体验，如在作业批改上每次要加以适当的表扬，定会有效地支撑学生奋发向上，增强克服困难的勇气和自信心。

总之，小学的写字教学，教师应该摒弃那种“熟读唐诗三百首，不会作诗也会吟”的传统的机械练习的陋规，而替之以科学的、合理的、有效的教学方法，使写字教学既新又活，使学生由“要我学”变为“我要学”。

## 书法培训心得体会篇八

学书法是我一直以来的梦想和追求。为了提升自己的书法水平，我参加了一次书法培训课程。这次课程不仅让我深入了解了书法的基本知识和技巧，还让我体会到了学习书法的乐趣和意义。在这篇文章中，我将分享我在书法培训课程中的心得体会。

### 第一段：理论知识的学习

在书法培训课程的第一堂课上，老师首先向我们介绍了书法

的基本概念和发展历史。通过学习书法的理论知识，我了解到了书法的起源和演变，对不同书体的特点和技巧有了更深入的认识。掌握了这些理论知识后，我发现书法并不是简单地写字，而是要通过不断的练习和研究，才能达到更高的水平。这一点让我更加珍惜学习书法的机会，并激发了我不断提升自己的动力。

## 第二段：技法训练的实践

在课程中，老师通过示范和指导，教会了我们如何正确握笔、运笔以及控制力度和速度。他还让我们进行了大量的练习，要求每个字的形态和结构都达到标准。这些练习不仅让我更熟练地掌握了基本的技法，还增强了我对笔画顺序和结构的理解。通过不断地练习，我逐渐能够写出美观、工整的字迹，实现了自我进步。这让我深深地感受到了付出努力的重要性，以及坚持不懈的价值。

## 第三段：感悟艺术之美

书法是一门艺术，它不仅需要技巧和功底，还需要艺术的灵感和创造力。在书法培训课程中，我学习到了书法作品的构图和布局，以及如何运用空间和形态来展示内容。这一方面让我意识到书法是一种表达感情和精神的艺术形式，每个字都可以成为一幅独立的艺术品。另一方面，它也让我更加欣赏和享受书法艺术的美。无论是观赏他人的作品还是自己创作，书法艺术都可以给人带来一种独特的审美体验和情感共鸣。

## 第四段：书法修身养性

书法是一门修身养性的艺术。通过学习书法，我体会到了心静如水的境界。在书法的世界里，我的思绪变得纯净而平静，可以完全投入到字迹的书写中。这种专注和投入让我暂时忘记了现实世界的纷扰和压力，让我感受到了一种心灵的平静

和安宁。同时，书法的练习也要求我保持耐心和恒心，不断地锤炼意志力和毅力。这种品质的培养不仅在书法的学习中有所体现，同时也能够影响到我的生活和工作，使我成为一个更加有耐心和坚韧的人。

## 第五段：坚持学习书法的决心

通过这次书法培训课程，我不仅提升了书法的技能和水平，还培养了坚持不懈的精神和对艺术的热爱。我明白，要想在书法这条道路上越走越远，就需要坚持不懈地学习和实践，不断地提升自己。未来，我将继续参加书法培训课程，并积极参与书法比赛和展览，与更多热爱书法的人共同交流和学习。通过与他们的互动和碰撞，我相信自己的书法之路会越来越宽广，带来更多的成就和满足感。

总结：通过这次书法培训课程，我收获了知识、技能和思想上的成长。我深切感受到书法的魅力和艺术的美，同时也认识到学习书法是一个长期的过程，需要付出大量的时间和精力。然而，这一切都是值得的，因为书法不仅可以提升自我，还可以给心灵带来平静和满足。我相信，只要我坚持不懈地学习和实践，就能在书法的世界中不断前行，迈向更高的境界。

## 书法培训心得体会篇九

我有幸参与了“国培安排”乡村中小学教师书法传统文化专项培训，培训匆忙而过，回顾这几天的培训，并且收获颇多。这次培训对于我们乡村老师来说，无疑是一次很好的学习机会。作为美术老师，能参与这样的书法培训对我来说是多么好的学习机会。这次培训中，我学到了不少东西。这次培训还使我意识到了书法对于老师的重要性，老师的字体潜移默化地影响学生的字体。本次培训通过听老师的讲座，我深深相识到做为一位书法老师，不但要有扎实的基本功，而且还须要更多的文学学问才能更好的引导学生学习书法，学习

书法不但可以培育学生的生活常规，而且可以使学生了解我国的经典文学，让学生从小学会做人，学会做事，传承了中国文化，陶冶了人的情操，提高了学生的审美实力，增进他们对祖国语言文字的酷爱，加深了对传统文化的理解，增进了学生的学识修养。通过听老师的示范课，我感觉到练字的过程首先培育提高孩子的学习品质，同时又是了解我国的经典文学的过程，而做好一件事情是不简单的，要坚持不懈，持之以恒，没有随随意便就胜利的。其次，培育孩子的耐性和留意力，从起先时的非常钟、二非常钟到现在的三非常钟甚至四非常钟。再者，临摹的过程，也锻炼孩子的视察实力。因为他必需细致视察，才能发觉这个字的结构特点，才能发觉自己的字和字帖的字的差异，该怎样改进。还有，我觉得，练字还能让孩子体验胜利，在学习中形成良性循环。我信任，受到赞扬，孩子的学习劲头就大，学习成果也会不错，也会激励他更加刻苦练字，好好学习！我信任练字与学习是一种相互促进的关系，会形成良性循环。

在听老师的讲座，让我相识了书法的发展及怎样进行书法教学和写好楷书方法。在楷书教学中老师必需从学生的习惯、执笔、坐姿等严格要求。字的结构，字的笔顺，落笔的轻重改变，结构的支配，笔画的长短不一，原来都是有讲究的。

学习时，临练结合，摸索规律。临帖是学习书法的不二法则。断断续续临了几十遍，受益匪浅。在临帖时，先读帖，驾驭帖的神采特点，运笔特点，临帖时不求数量，注意质量。勤学苦练，便会逐步写出一手自己满足的字来。我作为一名一般老师，上班事务繁多，练笔和学习机会极少，自己的专业和理论水平及文学修养无法上去，又如何成为一名优秀的'教研型的书法专业老师呢？这次培训老师为我敲响了警钟，也教给我不少解决这些困难的方法。我想，我肯定会挤出时间，学会取舍，多练字、多读书、多探讨等等，终身学习，提升自己，争做一名全面的、优秀的书法老师。

在学校里我主要是一名美术专业老师，对于毫无书法教学阅

历的我来说，真是一头雾水、困难重重。老师的课无疑给了我极大的帮助。让我知道原来还有书法教学的指导纲要，这就给我指明白方向。老师具体的讲解分析极具可操作性，对我很有帮助，回校后我会再仔细体会。参与这次书法培训，收获很大，明白了许多道理，更新了理念，我会把我学到的东西在学校推广，更会牢记老师们的话，提升自己，提笔即是练字时，争做一流的老师。人品有多高，书品就有多高。我会始终朝着书法艺术殿堂的方向不懈的努力。光听老师讲可不管用，只有自己静下心来练一练才能体会到练字的技巧与欢乐，练得不只是字，也是一种心境。意识到自己字体中的不足，今后我将会在空闲时间练练字，作为一名老师，写一手好字也是必不可少。总之，短短几天惊慌而又欢乐的培训中，既出名家名师和一线老师的讲座、又有参观和笔会等活动，既有理论又有实践，内容充溢而丰富，形式严谨又不失活泼，尤如秋日的阳光暖和，明晰着我们书法教学的方向，让我受益匪浅，使我在思想、理念、方法等不同方面都得到了洗礼和提高。要是能每天这样学习充溢，这是一件多么华蜜的事情，我又是一个多么华蜜的人！

经过培训，我感觉自己书写水平、文学功底的欠缺，字的用笔、结构、笔画的质感等方面还要苦练基本功，还有许多须要提高学习的学问，我还有很远很艰难的路要跋涉，要制定一个具体的的自学安排。提高老师的课堂教学组织，加大自身修养，基于这种相识，确定楷书为我的主攻方向，在主攻楷书的同时，加强了对草书和隶书的临帖和练习。

## 书法培训心得体会篇十

作为一名年轻的语文教师，我有幸被派遣参加了由西宁市教育局在市少年宫举办的首届西宁市中小学教师书法培训学习班。此次培训班旨在促进“书法进课堂”，来自全市五十多所中小学的老师，聆听了来自于中国书法协会、青海省书法协会、青海书画院的诸位名师讲座，他们就书法与写字、教学等方面的专业知识进行了精辟的讲解与指导。



八天的培训时光，对于书法学习者来说犹如白驹过隙般短暂，但我却感触颇深，受益匪浅。此次培训不仅使我对书法专业知识有了较系统了解和新的认识，而且也认识到教育工作者对书法传承的重要性所在。

在培训中，指导老师的耐心讲解，让我对书法艺术有了崭新的认识。过去一直认为，书法就是写字，字写得好，就是书法学得好。我对于书法的爱好，平时也就是凭兴趣写写画画，照猫画虎。而现在才知道那是狭隘的认识，是单一、片面的认识，是非常好错误的认识。

鲁迅曾说：“我国文字具有三美：意美以感心，音美以感耳，形美以感目”。书法是门艺术，书法艺术的形式美是通过有规律的组合线条作用于纸上而形成的。不是简简单单地能写好字就是学好了书法，是需要用“心”去学，花时间去学的艺术。要想在书法上有些成绩，首先得会观察，观察将直接影响到写字的准确度，只有全身心的“进入”字帖才能进行细致的观察。观察做到了，要会读贴，读贴要读到字的笔法、字法、墨法、章法，要读出每一笔画的特点，读出笔画的律动和节奏。读贴读准了，就可以临帖了，当然，这里的临帖不是“依葫芦画瓢”，而是尽量准确地还原古人的用笔，临帖的时候要入贴、入骨，这样写出来的字才“筋”“骨”“肉”俱在，才不会和古人的字看似两张皮。观察、读贴、临帖之后进行仿作，仿到一定程度之后，便可进行加进自己的风格进行创作。

书法不是一朝一夕就能练就的，需要长时间的坚持不懈，需要花费大量的心思和精力。这是参加此次培训的老师普遍所达成的共识。所以，作为教师，特别是语文教师，平时要坚持练字，掌握这一专业技能，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。中国文化博大精深和源远流长。而书法作为中华民族的传统艺术，又是中国上下五千年来的优秀文化，它与中国文化相表里，与中华民族精神成一体，有着深厚的文

化内涵，是世界艺术之林的奇葩。

而目前随着电脑、手机的日益普及，传统的书写方式面临着电子商品的空前挑战，汉字书写水平的群体化下降已经成为一个不争的事实。但是新技术的冲击并非导致人们书写水平下降的根本原因。在崇尚快节奏和新鲜感的现代文化中，人们开始越来越忽略古老汉字所蕴藏的丰富艺术价值，也逐渐钝化了对汉字独特美感的审视能力，对传统汉字文化缺少一种心底的珍视和敬畏。

对中小学生而言，书法课可以陶冶情操、提升文化修养，对于国家而言，书法课不仅提升国民素质的要求，更有着将传统文化发扬光大、滋养子孙的现实意义。所以，大家一致认为书法教育从娃娃抓起。学生的书法教育是和老师分不开的，要想“书法进课堂”顺利开展，在学校里开设书法班，面临的最大问题就是师资不足，市教育局充分利用社会资源，联合青海省书法协会开办了西宁市首届书法教师培训班。我想这也许就是开办此次教师书法培训班的根源所在。

同时，此次培训班得到了西宁市中小学的大力支持，也得到了参加培训的老师充分肯定。在培训的最后两天，一位和我同年参加工作的年轻老师听说我在培训书法，放弃自己休息的时间到培训班旁听，表示明年果还有培训一定报名参加。最近几年，我所在的西区教育局每年对新聘教师进行基本功过关测试，在测试中毛笔字过关率是比较低的。所以非常希望，市教育局能为我们年轻的、爱好书法的教师多举办几次这样的书法培训。总之，此次书法培训学习不仅提高了我们年轻教师的书法水平，也对传承民族的文化艺术，修练人的涵养素质，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。