

最新练字感悟心得体会(优秀5篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

练字感悟心得体会篇一

私信里许多妈妈留言问怎么教孩子写好字，很惭愧，薇妈自己的字平凡不过了，不过督促女儿练好字倒是有一点心得，在这和大家交流一下。

临摹，基本笔划一定多花时间练，别着急写成完整的一个字。以教女儿的经验，摹贴很多遍后写出来的字还是不像样，当时我也很郁闷。后来听一个老师说，最好一开始就临贴，从基本笔划入手，对临和背临，这招对薇很有效，她在临了六七张后大有长进，临可是见真功夫的，要模仿得像得十分认真专注。至于临摹哪位书法家的贴，看各人喜好了。

写字不用太早学，太小的孩子领悟力不够，早定型的字后期要进一步发展空间较小，这是我看某些教写字的培训机构培训出来的学生得出的感受。别迷信于那些书法培训机构，千篇一律。我觉得好老师要多点拨、勤纠正，并且会讲解，而不是让学生在那边一直埋头苦干，老师在旁晃悠或走马观花。有不少家长送孩子去写字不自我思考，某老师讲的是否都是神讲的话？都是适合自己的孩子？只一味地点头哈腰以示恭顺配合，真是浪费了孩子的精力。我肯定不会让孩子去这样的培训机构浪费时间的。我心中的好老师要能承受家长提出的中肯意见，不介意家长提出的疑问。貌似培训机构的老师这点做得比体制学校好很多。书法是最高艺术，是无声的音乐，有情的图画，静止的舞蹈。几个书法老师能善于边教写

边把字讲得有声有色?机构毕竟以赚钱为主,收的孩子越来越多,一个老师能有多少时间和精力来顾及指导那么多的孩子?自己练才是关键。薇班上不少在学前学写字的同学,有学硬笔的,有学软笔的,看了他们的字,刚开始会领先一些,好像老练一点,可到了二三年级写出来的字反而不如女儿这类上学才开始学的,毕竟上学后年纪大点握姿掌握得较正确,还有悟性也高些。太早学早定型,后期字也就那样了,也不是说丑、不好看,只是难于突破,不能算是上乘的、拔尖的,还是有距离的。

女儿上一年级时跟着学校进度书写每课的生字,她写字速度很慢,慢得像绣花,几次生字小测甚至没写完,跟不上。当时的老师不是很负责任,孩子这个问题从没找孩子或家长谈过来帮助她。孩子有进步也从不鼓励、更吝于美词表扬。我坚持天天陪她,指手画脚地说教,虽然自己的字不怎么样,嘿嘿,薇也常一把鼻涕一把眼泪的,真是个苦力活啊,我有时也被气得快没了血脉。不过还好我没放任她,这样坚持到二年级上学期开始崭露头角。一次年段书写比赛后,她的语文老师转了评委老师的话,说薇的字很漂亮,就是写错别字,得了三等奖。有了赞美,孩子有自信。二年级的暑假,有个老师赞她可以从写字这方面去发展,鼓励她参加市赛。大约练了一周,每天一个多小时,她对字的自我要求颇严格,不厌其烦地写,老师说如果能进入初赛,获奖肯定没问题。其实比赛之前做的准备、下的苦功所取得的进步是神速的,虽然有点急功近利,但可以磨磨孩子的烦躁,锻炼耐性,终于在全市2500多份稿件中脱颖而出,获得市赛同组二等奖。之后再再接再厉,荣获省赛一等奖!所以我一直热衷于让她多参加不同的大小赛事,有助于量到质的提升,而且有机会看到好多很优秀的作品,精品让人叹服,是学习的榜样、进步的动力。

三年级每课的生字都力求模仿到位,细到见撇尖捺脚。练字除了不厌其烦多练,每日量不在多,在于多看多思,要有悟性,孩子小,家长们得在旁跟着,帮他们领略其中的美。看

家长的要求到什么程度，孩子也会朝那个目标努力的！

练字感悟心得体会篇二

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。具体应从以下几方面努力：

一、激发动机，培养意志。

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。中小学生学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”。

练字要经历一个反复训练，逐步提高和形成书写技巧的过程。在这个过程中，会感到枯燥无味，练习时间难以保证，效果不明显。这时，如果不具备良好的练字意志品质，就会出现弃笔停练、半途而废的现象。因此，必须加强练字意志品质的锻炼，用耐心、恒心、信心克服练习过程中遇到的困难，做到忙中抽闲，持之以恒。要长计划、短安排，求质不求量，天天写、天天练。如果每天能坚持写好两、三个字，两年后，就可把两千多个最常用字练好了。总之，要做到进步不快不泄气，成绩显著不骄傲，只要马不停蹄，勤练不辍，终会达到理想的目的地。

二、循序渐进，规矩练字。

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础。

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。同时，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。

三、临摹结合，掌握规律。

古今学书练字的经验证明，临摹字帖是最好的训练途径，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。临——是指临贴，看着写。摹——是指摹仿，也就是自己可以拿纸放在书法的原体上进行摹仿练习。描红——中国以前的练习毛笔字，是红色的字，每隔一页都是红色的标准楷体字，上面一张薄薄的透明纸，练习书法者描那个红字，叫描红，现在基本上少

了，描红通常是九格宫。以上三种都是中国练习书法者的方法，但还有其他的，如：拓印、用水练习等。

临摹字帖还应注意以下问题：

第一，要先专一，后博学。

刚开始练字的人，在选好一本字帖之后，就要专心致志练下去，不可朝三暮四，随意更换字帖。这是因为每一本字帖都各有特点，自成体系，如果今天临这本，明天临那本，到头来哪一本也写不像。只有待一本字帖临像了，写熟了，才可再换其他字帖，博采众长。

第二，要认真读帖，读帖是临摹字帖的前提。

读帖好比读书，为的是明其道理，而不仅仅是识字或抄书。只有读得懂、看得细，才会印象深、写得像、记得牢。对字帖上的字，其笔画怎样书写，结构怎样安排，章法怎样布置。都要仔细琢磨，从中找出规律，才能写得有兴趣，写得像。

第三，要注意练字的效果。

在临摹字帖过程中，不能盲目追求摹的多，临的快，而应该注重临摹的实际效果，做到临写一遍就有一遍的进步，摹写一次就要有一次的收获。对难写的字要集中兵力打歼灭战，反复临摹，这样才会有真正的收获，才会不断进步。

第四，要注意掌握规律。

在临摹过程中，不能停留在对每一个具体字的认识和练习上，而应注意归纳总结字与字之间的区别和联系，去认识和掌握一类字写法的共同点，以收到举一反三之效。这样，可以大大提高练字的进度。这种规律，既可以通过自己临摹实践去总结，又可学习别人已经总结出来的经验。初学写字的人应

注重学习别人练字的经验，以便少走弯路，节约时间。这实际上是要练字的人，要读一些练字技法方面的书或听一听课，先明其道理，做到在规律指导下练习，在练习中体验规律，再用规律更好地指导练习，巩固和提高书写技能。

练字感悟心得体会篇三

在丹桂飘香的季节，我加入了的书法学习班，学习的时间是快乐的，也是短暂的，转眼间，在寒冬岁尾，第一期书法班在我们的不舍中即将结束。虽然只有短短四个多月的学习，然后，有良师教导，有同学相伴学习，真是令我收获良多，现总结如下：

一、了解书法的系统知识

书海浩瀚，名家辈出，作为一名业余的书法爱好者，虽心向往之，却不知从何开始。_老师在开学初就为我们系统地介绍了各个朝代书法的名家及其特点，在他的建议下，我选择了褚遂良的《伊阙佛龕碑》作为临摹帖。褚遂良的字清秀雅致，内蕴而不张扬，《伊阙佛龕碑》又是他的精品之作，临摹了一个学期，收获良多。

二、纠正错误姿势，调整学习方法

由于没有经过老师指点，虽然自己儿时曾练过一段时间，但一直无法掌握要领，字也没有长进，往往练着练着就充满挫败感，以至对书法也提不起练习的兴趣。老师一眼就发现了我的问题所在，最大的原因是握笔姿势不对，没有手腕发力，所以字写的虚软无力，于是，在老师的纠正下，我终于掌握了正确的握笔姿势，字也得到了长进。另外，在学习方法上，我们常用的就是抄书式地临帖，往往一抄一大本，追求快、多，字却没有多大进步。x老师建议我们每天五个字，每个字反复的练习，多多亦善，这个方法一下子把无趣的书法联系

变成了一个好玩的游戏，每天练着，看着自己的进步，都不想停笔。

三、开拓了眼界，了解书法之美，提升内在修养

在这个物欲横流的社会里，我们每天都在匆忙地奔波着，所谓“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往”，我们的心找不到安放的地方。而书法，能让我们焦躁的心静下来，感受身边的美好。冬日的早晨，暖暖的阳光，临帖，看帖，一本书，一杯茶，已是我最大的享受。

最后，感谢的这期活动，让我们可以跟着老师开始系统的学习，我想，只要我们认真、勤奋、坚持，终有一天，也能写出像x老师一样漂亮的字。然而，学习书法是一个浩瀚的过程，短短的几个月是完全不够的，希望_x的书法班能够一直办下去，让更多人了解书法，爱上书法，发扬我们中国的国粹。

练字心得体会作文篇2

练字感悟心得体会篇四

学生练字并不只是一项单纯的技能，它同样也是一项需要耐心和恒心的过程。在课堂上，老师就告诉我们：“要想练好一种技能，需要经过长期不断地练习。”这句话让我深受启发，开始认真练习，不断寻求进步。

第二段：练字的方法与技巧

练字是个细致而不枯燥的过程，需要注意许多细节。首先，需要选用好的笔和纸张、避免两边重压和过于用力的现象。其次，应着重注意字的竖直、水平和对称性，这样才能写出漂亮的字体。同时，不要急于求成，要按照逐步把字写好的

顺序去坚持。最后，如果觉得自己写字不够好，可以请教他人或者参加练字培训班来更加深入地学习。

第三段：坚持与信心

练字需要持久坚持，需要付出更多的时间和精力。虽然练习过程会较为繁琐，但同时也需要保持信心和积极的态度。当我起初写字时，总是会有很多错误。但是在老师和朋友的鼓励下，我逐渐发现，每天坚持练习，就一定有收获。

第四段：练字的收获

经过不断地努力和坚持，我发现自己的字好了很多。从之前的生疏到现在的流畅程度，从之前的慌张到现在的自信，都取得了很大的进步。练字不只是让自己拥有一张比较漂亮的纸面，更重要的是培养了我的耐心和恒心，也使我更加体会到“细节决定成败”的道理，让我更好地面对考试和生活的挑战。

第五段：总结与展望

在练字的过程中，我体会到了内心的坚持和不放弃的态度。并且，也发现笔画、字型的练习充实了我的生活和思考。在未来，我仍将持之以恒，不断努力。虽然好字的路很长，但是只有前进才不会被时间遗忘。只要坚持不懈，相信未来的成果绝不会让自己失望。

练字感悟心得体会篇五

第一段：开篇介绍我练字的起因和目的（约200字）

尊敬的评委老师们，大家好！我是一名初中生，很高兴能有机会在这里分享我练字的心得体会。一开始，我练字是被老师要求的，为了提高书写的规范性和美观度。但随着时间的

推移，我渐渐发现练字不仅仅是一项功课，更是一种修身养性的过程。因此，我决心在练字中追寻美的意境，提升自己的审美观和书写水平。

第二段：练字使我培养了耐心和坚持的精神（约200字）

练字需要耐心和坚持，这是我练字过程中颇有体会的一点。开始时，我觉得练字无聊且枯燥，容易产生厌倦情绪。然而，练字的过程中，我逐渐体会到耐心和坚持的重要性。每一笔每一画都需要保持专注和细致，因此我需要坚持不懈地练习。练字的耐心和坚持让我在其他学科也得到了提高，我开始更有耐心地解决问题，更坚持不懈地学习。

第三段：练字让我发现了美和细节的重要性（约300字）

练字不仅仅是为了具备书写的基本技巧，更是为了追求美和细节的完美呈现。我不再只局限于书写的规范和字形的准确，而是注重字的美感和整体布局。我学会了调整字的粗细、字间的距离，使每个字都充满生机和艺术性。通过练字，我发现了细节的重要性，它们对整体的影响不可忽视。同时，我也体会到了美的力量，它可以提升人们的情绪和品味。

第四段：练字启发我对生活的独特感悟（约300字）

练字不仅仅是一种技能的训练，更是对生活的感悟。我常常在书桌前默默地写字，尽力将自己的情感和体会化作笔下的文字。练字让我更加积极地面对生活中的困扰和挑战，它是我释放心情的一种方式。通过练字，我学会了安静地思考，用心感受生活的美好和幸福。即便是在纷扰和喧嚣的世界中，我仍能找到内心的宁静和平衡。

第五段：总结练字给我带来的收获和启示（约200字）

通过练字，我不仅提高了书写的水平，也养成了良好的学习

习惯。练字培养了我的耐心和坚持精神，锻炼了我观察细节的能力。练字也让我对美和生活有了新的认知，使我更深刻地理解了“美在细节中”的道理。总的来说，练字是一项重要的修身实践，也是一种独特的情感表达方式。感谢练字，让我在美和静谧中找到自己的所属。

以上是我对练字的心得体会，通过练字的过程，我不仅提高了书写的水平，培养了耐心和坚持的精神，也感悟到了美和细节的重要性。感谢您的聆听，愿我的心得体会能给大家带来一些启示与思考。谢谢！