

# 2023年党员集体政治生日感言(模板6篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么你知道心得体会如何写吗？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。

## 写书法的心得体会篇一

### 一、学习书法的初衷

作为五年级的学生，我开始学习书法已经有一段时间了。对我来说，学习书法并不仅仅是为了参加比赛或者取得好成绩，而是一种练习耐心、培养美感和提高自我修养的方式。每当我拿起毛笔，在纸上挥洒墨汁的那一刻，内心的世界仿佛展开了一片广阔的天地，我进入书法的世界，我想通过书法来表达自己的心情与情感。

### 二、坚持的力量

书法是需要持之以恒的努力的。在刚开始学习书法的时候，我发现，自己的字不够工整，曲线不够流畅。一开始，我用的笔尖还是非常硬的，于是在纸上写出的字就比较生硬。但是通过老师的指导和同学的互助，我渐渐摸索出了正确的写字方法。每天坚持练习，不仅把字写得工整利落，而且也发现自己的书法水平有了很大的提高。这一点让我深深体会到了坚持的力量。只要有耐心和毅力，我们一定能够做好一件事情。

### 三、领悟到的美和功用

通过学习书法，我深刻地领悟到了书法的美和功用。书法是一种艺术，通过墨汁的运用和线条的勾勒，字迹呈现出一种独特的美感。当我写下一幅美丽的字，欣赏到自己的作品时，

内心感到无比的满足和喜悦。同时，书法也有着实际的功用。比如，当我在写作业、写字帖或是做春联时，书法的美丽和流利程度无疑会给我带来额外的分数或好评。这让我更加珍惜每一次书写的机会，也更加努力地提高自己的书法水平。

#### 四、书法对心灵的熏陶

书法是一种艺术，也是一种修身养性的方式。书法让我的心志变得更加坚定和冷静。当我面对考试失败、迷惘和困难的时候，我总是可以通过写字来平静自己的情绪，找回内心的宁静。通过书法的操练，我也学会了耐心，别看每一笔的变化微乎其微，可是它需要我耐心练习和掌握。同时，书法也教给了我如何去观察和去感受周围的事物，培养了我的审美能力和艺术鉴赏能力。这让我懂得了生活可以变得更加美好，同时也使我更加善于发现身边的美和欣赏美。

#### 五、追求与进步的动力

经过这些时间的学习，我越发爱上了书法，我也愿意投入更多的时间来学习和提高。每次看到一幅漂亮的字，我都会被它的美丽所吸引，心生向往。每一次写字的时候，我都会不断体验到进步的快乐。无论是在学校还是在家中，我都会抽出时间来练习书法。书法给了我巨大的动力和激情，让我愿意不断学习和进取。我相信只要付出努力，书法必将成为我人生中一道亮丽的风景线。

通过学习书法，我深深地领悟到了坚持的力量以及书法的美感和功用。书法不仅对心灵产生了熏陶，还给了我追求和进步的动力。我希望通过继续努力，能够继续提高自己的书法水平，在未来的学习和生活中，书写出更加美丽和优雅的字迹，同时也将书法的魅力传递给更多的人。

## 写书法的心得体会篇二

这一个学期的书法与上个学期不同，主要学习的是行书，而且不仅仅是行书的临摹，更是在临了一段时间的帖子后，在其基础上加入了自己的创作，包括作品的形式与内容。

书法，经过历代先民或书家的摸索研究、学习实践，终于确认了表现汉字之美的不外五大书体，篆书、隶书、楷书、草书、行书，而且总结了一整套的“法”——“笔法”，而这五大书体又离不开线条，线条之于汉字书法确为关键因素，没有线条即没有汉字，没有线条的变化，即没有汉字美的结体变化，更无美的章法和艺术风格的变化。

不同的书体，有着不同的审美情趣，即便是同一作者所为，也依然需要使用不同的方法去处理。就像一个人的性格可以有多面一样，同一位作者的笔下同样可以呈现不同种类的书体和面目繁多的风格情趣。虽然目前只临摹过苏轼的行书，但老师建议我们学习两三个不同书法家的行书字帖，即使是楷书也最好多学习几种。

学练书法，要练用笔，要练结体。学用笔、学结体，首先需要入帖，先入帖，先继承，但继承不是最终目的，我们的目的是创新，但没有前面的继承，又怎样谈创新呢？创新需要出帖，不是一种帖，需多种帖，那就需要学习别人的东西，集多个人的优点，融会贯通，结合自己情况，创出新风格，写出新特点。

书法的结体，将横线缩短，竖线拉长，就出现了长体造型的汉字——小篆；将横线左右拉长，竖线缩短，就出现了扁体造型的汉字——隶书；将线条做对比不大的平正规整组合，就出现了正方型或长方型的汉字——楷书；将线条做不规则的恣肆组合，就出现了形体多变的造型——行书、草书，而且用笔轻重、行笔快慢、用墨浓淡、线条粗细、毫锋软硬都对线条、章法风格特点产生影响。

我其实挺仰慕那些卓有成就的大家，在他们的笔下一切内在的东西都是相通的，尽管形式多样书体各异，但其蕴涵的大的审美气息却能一脉贯通，随意点染都能显现自己独有的风神。我想，那一定是书家的内外修养达到了某种较高境界后的自然结果；至于自己目前行书章草魏碑等“不相往来”的格局，也希望随着技法的日益磨砺、功力的不断积累，乃至其他修养的逐步加强而会有所改观。所以更高层次的书法语言，已经不再是笔法字法的特点，也不是章法墨法的习惯，而是充盈在其中、无处不在的神采和气息。这些，才是需要我们用毕生精力去追求的。

### 写书法的心得体会篇三

书法是一门精深的艺术，在我读五年级的时候，我开始接触书法，并且在老师的指导下，逐渐领悟到了这门艺术的奥秘。通过多年的学习和实践，我深深体会到了书法对于个人修养和审美情趣的重要影响。下面我将从五个不同的层面来谈谈我关于五年级书法学习的心得体会。

首先，在我学习书法的过程中，我深刻认识到书法注重气质和内涵。书法就像一个文化的载体，它承载着作者的思想感情和审美情趣。当我开始练习书法时，我就知道只有在身心灵的净化中，才能使我所写的字能够表达出深藏于内的美感和内涵。通过用心体会和琢磨每一个字，我逐渐摆脱了书法练习的枯燥，而是享受到了在书法中沉浸的乐趣。

其次，书法的魅力也在于它的独特形式和艺术风格。书法作品的字体、布局、结构等方面都凸显着作者的个性和艺术风格。当我学习不同的字体时，我会尽量模仿大师的作品，但随着书法水平的提高，我也渐渐形成了属于自己独特的书法风格。通过研究不同字体的构造和笔画的使用，我学会了更加自由地表达自己的创作思想，使我的字体更加富有韵味和个性。

第三，书法即是一种修身的方式。在我读五年级的时候，我发现书法能够很好地修身养性，使我变得更加自律和专注。书法需要我们反复练习和揣摩，这让我学会了坚持和耐心。每当我面对一张白纸，心中会涌起对字体美的追求，我会全神贯注地用心去书写，这让我学会了专注和沉静。书法还教会了我谨慎和细致，每一笔每一画都不能马虎，需要经过深思熟虑和反复推敲。通过不断地练习和修炼，我培养了自己的毅力和自律能力，使我在其他的学科学习和生活中也变得更加有条理和自律。

第四，书法是一种跨界艺术，可以与其他艺术形式相结合。在我学习书法的过程中，我发现书法和绘画、音乐等艺术形式可以相互融合，相互辉映。例如，我可以在书法作品中添加简单的插图和色彩，使作品更具生动性和艺术感。我还可以根据音乐的旋律和氛围来书写，使字体的韵律与音乐相契合。这种跨界的艺术结合使我的创作更加多样化和富有创意，让我对艺术的领悟和表达能力得到了提高。

最后，五年级的书法学习也让我发现了不同文化间的交流和相互学习的重要性。在我学习书法的过程中，我接触了不同流派的书法，如楷书、行书和草书等。每个字体背后都有着不同的历史、文化和艺术背景。通过学习和模仿这些字体，我不仅学到了如何写好字，还了解了中国传统文化的丰富内涵。我也学习到了如何尊重和欣赏其他国家和民族的书法艺术，从而丰富自己的审美眼光和文化素养。

总而言之，我的五年级书法学习给我带来了许多启示和体会。通过学习书法，我不仅提高了自己的造字技巧，更重要的是锻炼了自己的心境和修养。书法教会了我专注、自律和耐心，也使我与传统文化更加紧密地联系在一起。带着对书法的热爱和深刻的体会，我会继续努力学习，不断提高自己的书法水平，并将书法的魅力和价值传达给更多的人。

## 写书法的心得体会篇四

好的书法能表现出作者人生，生命的体验。好的作品我们会感受到它无拘无束的情感流露，无障碍，随心所欲。下面是本站带来的书法心得体会范文，欢迎大家阅读。

首先非常感谢领导给我们四位老师提供了这次学习的机会，通过十五天的集中封闭培训，让我们感受到了中华五千年文化的博大精深，从而产生了对民族文化更进一步学习的愿望。来自中国台湾的杨淑芬老师，在教会我们书法的同时，更让我们体会到了国学的深邃悠远。

文化是民族之魂，艺术源于道德、展现仁爱，书法艺术是中华五千年文化的瑰宝。通过这次培训，去除了内心的浮躁之气，也明白了书法教学的意义所在，更多的是一种品德的培养与心灵的沉淀。此次培训得到区领导、局领导和校领导的重视与支持，体现了“优秀传统文化进校园、书法教育进课堂、经典诵读进教材”的初衷，加强学校中华优秀传统文化教育、提升书法书写、经典诵读的能力。“写好字、读好书、做好人”能够自主学习，找到学习兴趣，这也是“三进”活动的指导思想。

痛惜学习时间短暂，不能通晓国学精髓，仅学得冰山一角。但此次培训开启了我深入学习国学的大门，在以后的时间里更深刻的理解国学，学习国学，应用国学。半月以来，每天反复的习练书法，不仅陶冶了我们的情操、增强了我们的耐性，还学会了虚己待人的处事态度，“莫以善小而不为，莫以恶小而为之”的做人原则，能让我在个人成长道路上设定一个标杆。相信通过这次培训，让我明白自身的缺憾和不足，懂得更多做人的道理弥补我之前的不足，能够在进步的道路上逐步前行。

学校、领导给了我们学习的机会，我们不能敝帚自珍，要将

我们学到的知识化为工作的羽翼，作为一名教师更要不断学习，充实自己的同时教会更多的学生。一个人的进步，改变不了什么，但一群人的进步将改变一个时代，作为人类灵魂工程师，尽我所能的用我们的知识改变更多的人。

在我们整个培训期间，深受领导重视。区领导，局领导亲临培训现场。我们的余校长更是亲自拿起毛笔和我们共同感受书法带来的辛苦与愉悦，让我们深受感动与启发。

这次培训不同于以往，培训时间相对较长且全封闭式教学，每天早六晚九高强度的训练让有些老师的身体透支、有的老师孩子尚小因为思念只能暗自流泪、有的老师缺席家中重要事情的决策yy但这些困难最终都化作了学习的动力，学校启动大量资金给我们提供这次学习的机会，我们感动更加感恩。要充分利用每一分每一秒，并且作为教师的我们身兼重任，只有充实了自己才能让学生的百花园开出灿烂的花朵。书法培训虽然结束了，但是国学经典的学习才刚刚开始，我们会继续丰富自己的知识并竭尽所能的让国学书法在校园里生根发芽！

8月8日至10日我有幸参加了日照市第二期规范汉字书写骨干教师培训班，在培训中，我们聆听了北大书法博士姜栋、湖北美院书法教研室主任孟庆星和来自本省的刘祥海、邝建设四位教授的精彩讲座，使我对书法有了更深入的了解，此次培训，时间虽短，感受颇深，受益匪浅。让我在思想、理念、方法等不同方面都得到了洗礼和提高。

姜栋老师首先从传世经典《兰亭序》入手，以王羲之书法为核心，遍述历代碑帖，讲授高屋建瓴，在浩如烟海的前朝书法中去伪存真，让人眼界大开，在许多专业性的问题上提出了自己独到的见解；刘祥海老师根据参训学员大多来自中小学一线教师的现实，强调从基础入手，几乎是手把手地教老师们粉笔字书写的“独门秘笈”，弯腰撅腩的背影让人不胜唏嘘；来自青岛的邝建设老师是中国硬笔书协会员，他的课从实

用出发概括了硬笔书写的基本执笔姿势、基本运笔方式、重点笔画的书写等，还给大家推荐了《灵飞经》、《汲黯传》和王献之的《洛神赋》（玉版十三行）等适合钢笔临习的经典书目；源出日照的孟庆星老师则独辟蹊径，从国民素质教育讲到中国书法的审美体验，从陈振濂先生的“蒲公英培训计划”讲到中国书法的“技”、“道”并进，将教育学、心理学与中国书法融会贯通，听来犹如醍醐灌顶，令人茅塞顿开。

在李娜老师精心组织下，学员学习的热情高涨，效果显著。通过培训，大家认识到作为教育工作者对书法传承的重要性。中国书法自古以来深受人们喜爱，它既能锻炼意志，又可陶冶情操；既反映个人的意志，又体现民族精神，是中华民族灵魂的具体体现。练习书法对于培养人的道德素质、身心素质、智能素质及良好的学习和生活习惯，个性塑造及审美能力都有及其重要的作用。美的书法能通过形象而又抽象的线条使欣赏者获得美的享受，并能够陶冶人的人格和性情。练习书法实际上是习字者用眼睛感受美，用练习探求美，用心领悟美，用手创造美的过程。学员们用特别的热情在这个特别炎热的夏天里掀起了一股学习书法的热潮，即将结束之际有学员还即兴赋诗一首表达参训的感受，诗文朗朗上口颇为雅致，达到了培训学习的一个高潮。

我想，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。成才先成人，“书品如人品”，姜栋老师讲到的蔡京、秦桧和文天祥的对比就是一个很好的例证。静心聆听专家们的讲座，无不受到他们人格魅力的感染。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，我会在接下来的书法学习中先从临帖入手，多练字、多读书、多研究，终身学习，不断提升自己，争做一名全面的优秀的书法教师。

这次培训，收获很大，不仅提高了参训教师的书法水平，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的意义。让我明白了很多道理，更新了理念，我会尽我所能按照市语委要求把我学到的东西在学校推广，更会铭记专家们的话，“技”、“道”并进，提升自己的“人品”和“书品”。努力为书法教育和传承做出自己的贡献。

为期6天的书法培训学习结束了，在培训中，通过书法老师的言传身教，使我对书法有了更深入的了解，此次培训，时间虽短，感受颇深，受益匪浅。作为参加培训的教师，深知培训意义和此次书法学习的重要性。此次培训，得到了市教育局领导的高度重视，目标明确。培训中，在书法教师精心辅导下，学员学习的热情高涨，效果显著。通过培训，认识到作为教育工作者对书法传承的重要性。中国文化博大精深和源远流长。中国书法自古以来深受人们喜爱，它既能锻炼意志，又可陶冶情操；既反映个人的意志，又体现民族精神，是中华民族灵魂的具体体现。练习书法对于培养人的道德素质、身心素质、智能素质及良好的学习和生活习惯，个性塑造及审美能力都有及其重要的作用。美的书法能通过形象而又抽象的线条使欣赏者获得美的享受，并能够陶冶人的人格和性情。练习书法实际上是习字者用眼睛感受美，用练习探求美，用心领悟美，用手创造美的过程。

好的书法能表现出作者人生，生命的体验。好的作品我们会感受到它无拘无束的情感流露，无障碍，随心所欲。初学一个帖，点画和点画之间一下很难摆顺，这需要我们去寻找规律，一点一画，一撇一捺间每个大家都会有一些规律性的东西，规律找到了，才能深入。写一个字，切忌把每个部分孤立起来，要做到协调，整体协调能力是很重要的，这有很多窍门，道理在里面。在学习书法，要学会从不同的书法形式后面找到古人都遵循的法则。这种法则，虽然在外在形式上的表现，历代不同，各人相异，但其内在的规律法则却是一样的。

学习书法，很重要的就是从点画用笔以及行笔上去找古今一

脉相承规律。临帖时要随时随地提醒自己不要让笔把自己左右了，要用笔，自己左右手中的笔。下笔要善于找参照，大胆落笔，随时调整，锻炼出前笔有缺憾，后面的点画能补救的本领，字形态要控制好，也在于善于找参照。临帖的时候自己的主观不要被帖套住，随时想到整体的关系，更加注意单个字的整体、角度、长短、笔划之间的配合。从大的方向把握住“度”，再从细节上深入。书法的临帖，需要钻研和静心学习。我会在接下来的书法学习中不断提高自己。

练字的人，虽然不可能人人成为书法家，但人人都可成为一个书法艺术爱好者。我们在学习书法的同时，不能急于求成，更不能一曝十寒，它是一个长期的细水长流的过程。既要注意人品的修养，要不务虚名，不好高骛远，还要富有刻苦踏实的学习作风。这正是我们民族气节和精神文明的表现。只有这样才能不断进步，才能以坚忍不拔的毅力攀登书法艺术的高峰。

总之，此次书法培训学习不仅提高了受训教师的书法水平，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的意义。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。

## 写书法的心得体会篇五

书法，是我一直向往的艺术形式。自五年级开设了书法课程以来，我格外期待每一次在课上挥动毛笔的时刻。在这个过程中，我发现书法不仅仅是一种艺术，更是一种心灵的修炼。通过学习，并不断反思自己的动笔姿势、书写技巧以及心态，我不仅在书法中找到了乐趣，还体会到了它对我的成长的帮助。

## 第二段：经历转变的挣扎

一开始学习书法的时候，我总觉得自己没有什么天赋。每次在纸上写字，都感觉笔画不够流畅，结构不够整齐。而且，书法需要大量的反复练习和耐心。有的时候，我会觉得很疲倦，有些想要放弃。然而，班主任和书法老师都很关心我，他们耐心地帮助我改正错误、掌握技巧。慢慢地，在老师和同学的鼓励下，我开始有了一些进步。

## 第三段：不断探索的收获

在五年级书法课上，我意识到书法不仅仅是简单地将字写在纸上，更是一种情感的表达和艺术的传承。我们学习了楷书、行书、草书等各种字体，每一种字体都有着特定的笔画结构和书写规律。通过研习这些字体，我深入了解了字的演变过程以及书法在我国文化中的重要地位。我还从书法中感受到了中华优秀传统文化的博大精深，也更加珍惜和喜爱我国的传统艺术。

## 第四段：心灵的陶冶和培养

书法是一门需要沉下心的艺术。我慢慢明白，书法需要我全身心的投入，才能达到更高的境界。在写字的过程中，我会沉浸其中，忘却周围的喧闹和烦忧。用笔敲击纸面，不仅能够释放压力，还能让我感受到字体的力度和生命力。而且，书法中的每一个激励和挫折也都在培养我的毅力和耐心。这种沉浸和心灵的修炼，让我更加坚定地喜爱书法，并将其作为一种生活方式。

## 第五段：书法对我的启示和帮助

通过学习书法，我不仅提升了写字的技巧和美感，更重要的是锻炼了我的思维能力和专注力。在写字的过程中，我需要认真审视每一笔每一划，思考如何使字更加工整、美观。这

样的细致观察和思考能力不仅在书法中 useful，在其他学科中也能得到体现。同时，书法也让我更加懂得了珍惜每一刻，珍惜自己的努力和成果。当我从一张张纸上看到自己不断进步的字迹时，会感到无比的喜悦和满足。

总结：

学习书法是一种享受，也是一种修行。通过五年级的书法课程，我深刻认识到了书法的价值和意义。不仅在技巧上有了进步，更在心灵层面得到了滋养。感谢老师们的指导，他们的教诲使我受益匪浅。从现在起，我会更加努力用心地学习书法，将其发扬光大。同时，我也相信，书法将在我的成长道路上扮演重要的角色，让我更加优雅、才华横溢。

## 写书法的心得体会篇六

书法作为中国传统文化的瑰宝，既是一门艺术，更是一种修身养性的方式。近年来，在中国人对中华优秀传统文化的热爱以及对个人修养的关注下，书法课程逐渐走进了大众视野。作为一位爱好书法的学员，我曾经上过不少书法课，不同的课程让我有了不同的体会和收获。在这篇文章中，我将分享我上好书法课的心得体会。

上好书法课首先要对老师有所选择。一位优秀的书法老师不仅需要懂得书法技巧，更要有丰富的教学经验和耐心。在我上过的书法课中，有位老师特别引人注目。他身材高大，面容和蔼可亲，深得学生们的喜爱。他总是微笑着对我们耐心讲解，不厌其烦地纠正我们的错误。在他的引导下，我开始慢慢理解并掌握书法的基本笔法和结构，后来我还获得了一个奖项。从这个经历中我明白，选择一位优秀的老师对学习书法有着至关重要的作用。

上好书法课还要掌握正确的学习方法。书法是一门艺术，需要学习者有持之以恒的耐心和毅力。在书法课上，老师教给

我们的只是书法的基本技巧，而真正造就一位书法家的是长时间的练习。我记得有一次，我在上课的时候姿势没有摆好，结果老师狠狠批评了我一番。从那以后，我更加努力地去做练习，不断地完善自己的技巧。决不能忽视每一笔每一画的细节，毕竟，精益求精才能获得更好的效果。

上好书法课还要注重观察和欣赏。书法不仅是一种技巧，更是一种艺术。我们应该善于观察大师们的作品，欣赏他们的创作思想和精妙之处。在书法课的最后，老师会带我们到书法展厅观摩名家的作品，我认为这是书法课上最重要的环节之一。这些作品不仅可以给我们带来美的享受，更可以激发我的创作灵感。在观摩名家作品的过程中，我不经常会被深深吸引并且为之着迷，感受到书法带给我的美的力量和冲击。

上好书法课最重要的一点就是热爱和用心去体验书法的魅力。书法并不是一门功利性很强的技术，它更需要学习者用心去感受和体验。在我上过的书法课中，曾经有一位老师让我们花了两天的时间，用自己的毛笔画出一个字。整个过程中，我们面对着白纸、黑墨，心无旁骛地沉浸其中。在那个时刻，我仿佛忘记了世界的喧嚣和烦恼，只剩下了我和那一撇一捺的时光。从那以后，我更坚定了自己学习书法的决心。毕竟，书法的魅力就在于它能让我忘却烦恼，安抚内心的和睦和追求完美的欲望。

总之，上好书法课需要选择合适的老师，掌握正确的学习方法，注重观察和欣赏，热爱和用心去体验书法的魅力。只有这样，我们才能在书法的大海中畅游，领略到它给予我们的美的体验和享受。我相信，无论是谁，只要努力用心去学习和实践，都能够在书法的世界中留下自己独特的印记。

## 写书法的心得体会篇七

11月10日下午，我有幸参加了六郎片区小学语文书法教育专题讲座。细心聆听了安徽师范大学附属小学教研室主任姚金

中老师做的长达两个半小时的《中国书法知识讲座》。

姚老师首先分析的当今书法教育的现状，阐述书法教育的意义以及教育部对中小学书法教育教学的要求；图文并茂，讲述书法简史及字体的特点。从甲骨文、金文、小篆、隶书、草书、魏碑、楷书，呈现历代优秀碑帖，对各家书体做出了精炼的阐述；然后，从文房四宝：笔墨纸砚，五指执笔法□□押、钩、格、抵，笔法：起、行、收的三个过程，结构的九条基本规律：大小、平正、疏密、匀称、错落、收放、让就、同异、连贯，细致讲述了书法练习的要领。

通过此次培训，我对书法专业知识有了较系统了解和新的认识，深深地感受到它不仅仅是一次专业知识的学习，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。作为参加培训的教师，深知培训意义和此次书法学习的重要性。

通过培训，认识到作为教育工作者对书法传承的重要性。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。

书法是我国独特的传统艺术，千百年来，一直为人们欣赏和喜爱。人们之所以会喜欢她，正是因为她能示人以美，可以说，他是无声的音乐，静态的舞蹈。它触发人们对美的感受和联想，它是审美与实用的结合体。学习书法不只是提高写字的水平，还能提高人的艺术修养和人的良好心里素质。

如练习书法可以陶冶情操。练字也像音乐一样能够陶冶人们的情操，使人振奋，受到美的感染。如学习王羲之秀美挺拔的字体，可使人的性格变得开朗活泼；学习颜真卿端正的字体，就好像聆听一首抒情小调，可以使人性格朴实、厚重；中国自古讲究“字如其人”，许多大书法家都是做人的楷模，他们的精神有助于陶冶情操。

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，长期进行书法练习能自觉地感受流动线条的美，也感受到写好字并非高不可攀，只要持之以恒地坚持练习，就会有惊喜的收获。

我国的汉字起源悠久，书画同源。他的造型，原于自然，是对自然形象的高度概括和抽象空间的视觉形象。汉字结构的艺术性是对立统一的。他不但具有主观的形式美，还具有客观的形象美。所以，学习书法，要有良好的想象能力，要与自然造物之美结合起来，书写出主观与客观、具象与抽象相结合的艺术汉字来。

练字的人，虽然不可能人人成为书法家，但人人都可成为一个书法艺术爱好者。我们在学习书法的同时，不能急于求成，更不能一曝十寒，它是一个长期的细水长流的过程。既要注意人品的修养，要不务虚名，不好高骛远，还要富有刻苦踏实的学习作风。这正是我们民族气节和精神文明的表现。只有这样才能不断进步，才能以坚忍不拔的毅力攀登书法艺术的高峰。

总之，此次书法培训学习不仅提高了参训教师的书法水平，也对传承民族的文化艺术，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，按要求在写字课堂指导学生练习书法，努力为书法的传承做出应有的贡献。

有所求，亦有所乐，为此要一往向前！

## 写书法的心得体会篇八

要学好书法，首先要临帖。中国的书法艺术源远流长，累积有五千多年的优秀遗产，任何书家，都只能在学习和继承先人的前提下创新自立。学书法，就得临帖。入门需临，变体也需临。

读帖则是一种心功，这种功夫看似轻巧，实际比手的训练更难。它是一种默临、默记，是一种揣摩，是实现从钩、摹、临的“入帖”到得其字帖的神韵、势度、用笔、行气或结构布局技巧的“出帖”之道。

鉴于本次开课《泰山刻石研究》，谈一下这四周的书法临帖、读帖及创作的心得体会。

### 一、临帖

中国书法强调内外功结合，内功是基础，贵在一个“功”字，而外功则是修养。临帖练字是书法的字内功夫，所谓“笔突万支”“笔冢成山”，讲的就是字内功夫的修炼。在这个阶段，学书者通过毛笔这种特殊的书法工具，从文字的点画俯仰之中，从线条的抑扬顿挫之间，去感受笔情墨趣。这个阶段需要较长时间的临帖习字，反复揣摩其字形结构方能奏效。经过长时期的练习，从泼墨染翰之中去采擷天地正气，就会感到一种禅意的祥光在心中漫射开来，从而获得胸怀的舒展和放达。

四周临帖的体会：

1、运笔(中锋、侧锋，露锋、藏锋，方笔、圆笔，按笔、提笔)

成熟的艺术往往具有比较严苛的规范和普遍适用的方法、技巧。运笔的技术，根据不同的时期、不同流派、书法家的书

写习惯等不同，形成了所谓不同的笔法，“中锋”与“使其中锋”本身就是传统论述中关于笔法的重要核心部分。

## 2、笔顺

谈线条、谈构型、谈布白，同时还要关注笔顺。所有的线条不是同时呈现在纸上的，是有先后的呈现，并且这种先后次序不是无关紧要的，不是拆破打散随便安排都可以的。

## 3、速度

初临帖宜缓宜逼真，这是毋庸置疑的道理。书写的速度，缓慢不羁仅仅在笔画运行时，更多的时间应该花在下笔和下笔前的准备。古人说凝神敛气，不是夸张。当你握笔紧张，手都在颤抖，呼吸急促，肺部收缩，如何能写得好呢？必然不能着急下笔，需要调整好呼吸后，以最放松的姿态，自然舒适的写出这一笔，完结之后，再准备下一笔。久而久之，加上读书的功夫，最终需要养成的是一种静气，自信而淡定。

## 4、姿态

人可贫，而行为不可猥琐，书不佳，唯姿态不肯让人。字已不佳，更无赴急草率的资笨，更要讲求书写时的姿势，头正身直、臀平足安。

## 二、读贴

读帖，可使自己更多地了解各家各派书风，从而融会贯通选择，创立自己的风格。实际上，读比临、比写都要多得多。读可以“破万卷”而临摹再多，于几千年累积的优秀碑帖，也不过凤毛麟角，书道中的“厚积”，非同小可。

这段时间从图书馆借阅了大量的书法临帖，从书写毛笔字的三要素中体味每一笔在这个字中的行气、势度。老师还亲自

带我们去岱庙、经石峪考察，观看历代书法大家的石刻作品，风格各具特色，独树一帜。虽然他们的风格各异，却是同样的拥有一种气势，磅礴有度，能感觉到是用心写出来的字。身临其境，方能感受其神韵。

### 三、创作

在临帖与读贴的基础上，选择适合的字体创作具有自己风格书法作品，通过书法表达一种心声。

书法是一种高度抽象的笔墨线条造型艺术。我在每次书法创作前，首先选择适合自己的书写内容，然后设计章法，把每个字的写法、每行字的大小布白都考虑好以后，再进行对帖临习，以唤起自己的创作灵感，进入角色，然后把事先选择好的书写内容进行作品创作。

## 写书法的心得体会篇九

六天的考察学习时间匆匆而过，经过这短暂而又充实的考察学习，我的感受颇多，若要对这六天做一个总结，只有一句话——出发时轻轻松松，是愉悦的心情；归来时沉甸甸的，是收获与责任。

临行前，我对这次考察学习充满了期待，步履轻快飞扬；考察学习后，我多了一份思考，脚步成熟而坚定。就如考察的目的而言，此次考察学习的目的在于观摩先进，寻找差距，弥补不足。为此我镇领导为我们安排了景点参观、小康建设示范点参观学习、民族文化品牌示范点参观学习等项目，让我们在身心上和视野上都感受到了新的洗礼，使我们在考察学习中进一步认识自己，认识自己所扮演的角色，更认识了这一角色的重要性和发展的必要性，之所以这种收获不仅让我感受到压力，更让我感受到这是一种动力，这种动力是一种使命，是一种值得投资、值得倾注心血的人生价值提升方式。

在这次考察学习中，不管是景点参观还是建设示范点参观学习，给我的感受和反思都很多，下面我就简要谈谈我的体会。

## 一、感受和谐打造和谐

6月24日，我镇第二批参观学习团开始启程，沿着蜿蜒盘旋的巴边江一直南下，途经景东、镇远、宁洱、普洱，最后到达景洪市。在这几百公里的行程中，虽然晕车一直侵袭着我，但沿途如画般的风景与崎岖狭窄的山道深深吸引着我，我尽量控制我的眼睑不让它合上，不能错过呀，不能错过大自然给我的恩赐和崎岖山道的行车法则教育。我作为无量山镇安全生产办公室成员，山道交通管理是我必备的经验，这正是我现场观摩学习的机会呀。

山道非常狭窄，行车特别的多，但是又那么的井然有序，再看看沿途的交通安全文化不禁使我愧然，他们的文化渲染是那么的浓烈，是那么的到位，使每个经过山道的驾驶员都有一种守护安全的责任感，沿途的一个个显眼的安全警示标语就像一个个安全守护卫士在提醒着、监督着每个驾驶员是否珍爱生命，是否贯彻落实以人为本的科学发展观一样。看到这些，我不禁想起了一句古语“久入鱼肆，不闻其臭；久入兰室，不闻其香”，这不就是说明环境育人的道理吗，我们应该尽力去打造一个交通安全文化环境，让我们的驾驶员也在安全文化环境下受渲染，去自觉地遵守交通规则。

6月25日和6月26日我们参观了西双版纳的热带植物园、傣族园等景点。这是一个人与自然和谐相处的典范，古朴的民族风情、秀丽如画的热带植物和悠然自得的野生动物悄然构置了我们奋斗了几代人的和谐社会。这不正是我们要学习的吗，我们也有连绵起伏的无量山和逶迤滂沱的哀牢山，它们曾经一度是那么的钟灵神秀，那么的生机勃勃，相信这里也曾经是一片和谐的世界，那现在为何黯然失色，我们作为无量山镇的建设者，理应反思我们的建设思路和管理模式。

我们理应坚持经济建设与环境保护协调发展的原则，把无量山镇也打造成又一个和谐社会示范点，当然就得加快产业结构调整，大力发展绿色产业，加大环境保护力度，努力去营造人与自然和谐的局面，我相信在党委政府的正确领导下，我们一定能成功，一定能把无量山镇打造成一个绿色产业旅游文化基地、经济建设与环境保护协调发展示范基地，我相信会有这一天，而且我能等到这一天。

## 二、抓住机遇创造机遇

6月26日下午我们驱车到达了云南第一村“大营街”，由于时间的关系我们来不及细致的参观大营街的风貌和了解大营街的发展历程，幸好镇领导为我们搞到了一张介绍大营街发展历程的光碟，回到政府后领导及时组织了全镇职工收看。这不仅是大营街发展的历程，更是我国小康社会建设的一个例证。从这一鲜活的建设例证中我们可以感知，大营街能步入小康社会，我们也能步入小康社会，我们不可以照搬大营街的建设模式，但可以学习大营街的集体主义精神和不畏艰难险阻的改革创新精神。我们在今后的发展中要不断加强教育，不断地注入改革创新的新活力，团结协作，积极寻找战略伙伴，努力去寻找机遇、创造机遇，我相信在我镇党委政府的正确领导下，我们有这个潜力，更有这个实力把无量山镇建设成为物产丰富、乡风文明的全面小康社会。

## 三、打造民族品牌文化挖掘无限旅游资源

6月28日我们参观了楚雄的彝人古镇。彝人古镇位于云南楚雄市经济技术开发区永安大道以北、太阳历公园以西、龙川江以东、楚大高速公路以南。占地约1740亩，总建筑面积100万平方米。该古镇齐聚了吃、购、住、游、住五大功能，它不仅体现了彝族文化的灵魂，更为旅游产业的发展提供了无限的资源。该古镇不仅给楚雄人民提供了经济上的创收，更成为了楚雄人民与外界交流的窗口，这充分体现出现代社会的发展需求、消费需求，在物质的必要需求达到基本满足的今

天，人们对古老的、民族的和具有神秘的生存能力的品牌文化的需求也越来越高；就像许多人喜欢吃杂菜一样，楚雄彝人古镇让古老的彝人习俗复活在喧闹的现代社会之中，让所有到彝人古镇旅游的人们都流连忘返，这不仅给游客带去了不虚此行的感觉，更给当地的经济发展带来了丰厚的回报。

这就是古老的品牌文化的魅力，古老的文化我们具有，但品牌文化我们需要去打造，这不仅是欢迎客人的仪式，更是吸引投资的方式；我们也具有古老的彝人习俗，比如彝人跳采、彝人“打歌”、彝人酒歌等等，而且这些彝人习俗就在我们身边，我县也在不断的打造彝人文化品牌，但我认为品牌文化建设也必须为经济建设服务，我们应该尽力去寻找二者之间的切入点。我相信，我们的领导也在考虑如何让古老的文化为现代经济发展做贡献，但这不是一朝一夕的事，我们一定要有耐心，更要有信心，相信总有一天我们南涧的彝人文化品牌会走向世界，成为现代社会的消费需求。

此次考察学习硕果累累，要在有限的篇幅上展现得淋漓尽致是不大可能的，现在散散数言，仅代表我的一时所感和所想。我是一个喜欢思考的人，就是一个景点的观察和反思我都会从不同的角度去想。当然，这篇总结中我没有提到我镇建设的许多优点，因为我是带着一个取他人之长，补自己之短的心态去考察学习的。我坚信只要带着一个学习的心态去看待每一件事情，我们都会有收获，同时也会有失落；只要我们抛开失落而去抓住收获，我们得到的将会是一份永远的感激和喜悦。