

# 书法培训心得体会总结(实用9篇)

军训总结是对我们参加军训期间所经历和学到的知识、技能进行总结和概括的一份重要文件，它能够帮助我们回顾军训的收获和成长。下面是一份知识点总结，希望能够给大家提供参考和启示。

## 书法培训心得体会总结篇一

我此次参加湖南省小学书法骨干教师培训，自始至终严格遵守培训纪律和规章，认真听了每位专家学者的讲课，做了大量的学习笔记，同时也认真仔细地观摩了金海实验小学教师的书法课，我收获很丰富，不虚此行，达到了我的预期目的。我深感收获的是：

首先，对书法课堂有了新的认识。我的工作地怀化溆浦，离省文化中远，原来表现对文化认识也离得远，认为进不进课堂无所谓。培训后，认识上有改变，认为很有必要，书法学习是在拯救我们的民族文化，应该从小孩子抓起，直至中学大学。

其次，丰富了书法理论知识。我虽然懂点书法，但长期忙生计和工作，对理论上的东西只知道点皮毛。通过培训，豁然开朗，书法理论多了。并知道何满宗、李再湘、夏时、熊瑛、谢建明这些专家学者和老师们是怎样刻苦学理论的，怎样理论联系实际践行书法艺术活动的。自己将来也要在一边实践书法，一边下苦功夫学习书法，做到理论引路，不迷失方向，做一个合格的书法爱好者和地方小书家。

再者，此次培训让我更加学会了施教的方法。原想自己学书觉得枯燥，还去教小孩子学枯燥，岂不枉哉？由于思想认识的错误，导致教法陈旧过时还不当成一回事。以致教学质量没有大幅度的提高。其实现在看来，我教书法是可以的，但

在调动学生积极性，激发学生学习书法兴趣方面还需下功夫。回去后，我将重新调整状态，改良教法，让孩子们的学习书法不觉得枯燥，更加轻松愉快。

另外，通过培训让我解放了思想，我觉得有必要把自己教学方面总结的教法经验贡献出来，供大家讨论，让大家在教学中少走弯路。首先是教学理念上，我认为刚读一、二、三年级的学生认知能力低，不必教名家的教材，只要用1—3年级语文课本便可。让学生取得成就感有了自信心，认知能力提高后再学习名家法帖，效果会更好，否则，我们学生的写作业的能力、水平得不到很快提高。培养写字能手是必然的，培养书法家是偶然的。

再就是怎样用最简方法，最容易让学生接受的方法教学生？我认为应多用朗朗上口的口诀。我编了些供大家参考指正，互相提高。

丹桂飘香宁乡逢，师训班里把学同。

十日情怀百般爱，百年修来万年红。

此次培训做得太好了，真的让我不虚此行，下次培训我们愉快再会！

衷心感谢李再湘教授和其他几位专家学者，衷心感谢郑主任，衷心感谢班主任陈娅女士和熊周蓉女士。

## 书法培训心得体会总结篇二

5月26日在清河油坊中学，我有幸参加了清河县教师硬笔书法培训，并且收获颇多，

这次培训对于我们实习教师来说，无疑是一次很好的学习机会。作为数学实习教师，我从未想到过还有机会去接触硬笔

书法。这次培训的时间不长，只有一天，在这一天的时间里我们也能学到不少东西。这次培训还使我意识到了硬笔书法对于教师的重要性，教师的字体会潜移默化地影响学生的字体。

本次培训从邢台市请了书法技能高超并且在书写方面卓有成效的王庆昌老师讲座，他先介绍了下书法艺术的发展就开始讲解如何写好钢笔字，王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。汉字是由最基本的横、竖、撇、捺、点、提、折、钩八种笔画组成的。而每一笔画必须经历起笔、运笔、收笔三个过程。王老师还教了我们一些写字的诀窍，这些练字口诀看似简单，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。

以前我都不知道写字还要讲究平衡，原来自己的字体竟有那么多的问题。以前在小学时学写字时老师说要写方方正正的字，写字如做人，现在才发现字还可以有另一种写法，有另一种美感。

光听王老师讲可不管用，只有自己静下心来练一练才能体会到练字的技巧与快乐，看着字帖上的字，一笔一画地慢慢练，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，先从最简单的笔画横、竖开始，作为一名教师，写一手好字也是必不可少的。

### **书法培训心得体会总结篇三**

书法是中国传统文化的重要组成部分之一，也是最能体现中国特色的艺术形式之一。而江西则是中国书法之乡之一，拥有着悠久的书法历史和卓越的书法传承。作为一名书法爱好

者，在江西的书法培训中，我深刻地感受到了书法艺术之美和学习书法的乐趣。在这里，我将分享我的江西书法培训心得体会。

## 二、学习书法的意义

人们常说，“字如其人”，这句话不仅在现实生活中适用，更在书法艺术中具有深刻的含义。学习书法，不仅可以锻炼书写技能，更可以提高审美能力和艺术鉴赏水平，从而更好地认识、理解和感受中国传统文化。在我看来，书法像是人类的语言，是书写在纸上的心声，也是我们对生命、自然、情感等感悟的表达。学习书法，可以让我们更好地认识自我，理解他人，与世界更为和谐地相处。

## 三、江西书法培训体验

江西书法培训课程，以历史沿革、基础锤炼、技法练习、书法艺术等内容为主题，全面系统地介绍了书法艺术的基本知识和学习方法。在课堂上，老师不仅耐心细致地为我们讲解，更会对我们的练习进行指导和纠正，让我们逐步掌握笔法要领，体验书写之美。在课后，我们还可以自由地练习和创作，慢慢地领悟并熟练掌握书法的技法。

## 四、书法学习中的心得体会

书法学习，如同一次修心之旅，需要我们持之以恒、不断钻研。在学习书法的过程中，我发现，只有不断练习和反思，才能够不断突破自我，达到更高的书法艺术水平。此外，书法艺术也需要我们的内心情感去支撑，需要我们抱着敬畏之心去面对和感悟。而且学习书法不能急功近利，只有持之以恒，才能够取得更好的成效。

## 五、结语

在江西的书法培训中，我受益匪浅。学习书法，不仅可以提高自己的审美能力和艺术修养，更可以让我们领悟和感受到生命和大自然的美。希望以后能够有更多的机会学习和体验书法艺术，丰富我的生活和文化修养。同时也希望更多的人能够走近书法艺术，领略中国传统文化之美，更好地认识、热爱和传承我们的深厚文化遗产。

## 书法培训心得体会总结篇四

作为常州一名书法爱好者，我一直对江西的书法有一份深深的敬畏之情。近日，我有幸参加了江西省书法培训班，收获颇丰。在这篇文章中，我希望能够将我的心得体会和大家分享，一同探讨江西书法之精髓。

### 第二段：对于江西书法的了解

江西书法有着悠久的历史 and 深厚的文化底蕴，尤以草书著称。其中最具代表性的当属邓石如、黄公望、李邕等名家的作品。这些巨匠的草书诸如“隶书之祖”、“王羲之第二”、“黄庭坚之后”等，无不堪称经典之作。所以，江西书法的影响力在中国书法史上历久弥新，可谓是不可忽视的文化瑰宝。

### 第三段：江西书法培训的收获

在江西书法培训班中，我深切体会到了江西书法的妙处。在书法大师的讲解中，我更加深入了解了草书体的构成、基础知识和其特点。同时，我认识到草书的魅力不在于它的模仿，而在于能把握笔墨意境的灵活性和创新性。撇开千篇一律的模板，去挖掘自己书法的独特之处，这是我从培训中最深切的体验。

### 第四段：对于书法的思考

在培训的一周内，我发现自己不再是一个机械地模仿书法家

的学生，更是一个参与式的学习者。我开始思考书法这一艺术形式对文化的意义，以及我的书法应该如何既包容传统、又能自有特色。通过培训，我的书法技能得到了提高，但更重要的是，我重拾了对书法的热爱和探索的勇气。

## 第五段：结尾

在江西书法培训中，我从中领悟到书法艺术的真谛——不仅是手艺高超，更要沉浸于文化、思维以及视觉体验当中。期望在未来的书法学习中，我能够坚持自我探索，将自己实践出独特风格。同时，我也希望越来越多的书法爱好者能够深入了解江西书法，一同探索中国传统文化的奥妙之处。

## 书法培训心得体会总结篇五

为期6天的硬币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。

## 书法培训心得体会总结篇六

书法是中华优秀传统文化的重要组成部分，它是一门既独立又综合的艺术形式。然而，很少有人想到，书法也能成为盲人展示才华和感受艺术的一种方式。最近我有幸参加了一次盲人书法培训班，并且收获了很多。在这篇文章中，我将分享我的心得体会，希望能进一步宣传盲人书法的魅力。

首先，通过参加盲人书法培训班，我对盲人的能力和天赋有了更深的认识。在培训班中，我遇到了很多热爱书法的盲人同学。尽管他们看不见，但他们凭借超强的触觉和自己的感受，却能够创造出让人惊叹的作品。他们用手指触摸纸张，感受纸张的纹理和笔迹的深浅，从而掌握字迹的规范和整体布局。他们的作品不仅行云流水，而且都带有独特的韵味。通过亲身经历，我深深地被这些盲人同学所感染，他们告诉了我世界上没有什么是不可能的。

其次，盲人书法教学还需要应用特殊的技巧和方法。我注意到，盲人书法培训班的老师们非常专业和有耐心。他们精心设计了一系列的训练课程，包括基本笔画、字体规范和整体布局等。与普通书法教学不同的是，他们会通过手指敲打，帮助盲人学生更好地理解书法的技巧和要领。他们使盲人学生通过手触感切身体会到字形的结构和笔画的力度，从而帮助他们更好地掌握书法的精髓。这些特殊的教学方法对于盲人学生来说至关重要，它让他们能够用自己的方式学习和表达。

另外，盲人书法的魅力还在于它所传达的情感和力量。书法艺术是一种以感情表达的艺术形式，它要求我们在墨汁和纸张之间传达内心的思想和情感。盲人书法在这方面更是带有强烈的个人风格和独特的情感表达。由于盲人同学无法通过视觉来感知世界，他们倾注了更多的情感和自我，将内心的力量转化为笔画上的力度和纸张上的痕迹。这种真挚而深情的表达方式，使盲人书法作品更能打动人心，激起人们对生



命的感悟和对美的追求。

最后，盲人书法培训班给我留下了深刻的启示，那就是每个人都应该有追求艺术的权利。艺术无分国界、无形的障碍。在盲人书法培训班的课堂上，我看到了盲人同学们逐渐掌握书法技巧和展示自己的才华。他们将自己的感悟和情感转化为书法作品，在墨香纸韵中找到了自信和快乐。这个过程本身就是一种艺术创作，它让盲人同学们从中体会到无尽的乐趣和愉悦。因此，我们应该向盲人书法学习，尊重每个人的独特才能，让艺术成为我们生活的一部分。

总之，通过参加盲人书法培训班，我深刻地认识到盲人书法的独特之处。尽管他们看不见，但盲人同学们却能够用自己的方式感受和表达艺术。他们的作品不仅展示了盲人同学们的才华和能力，更传递了真挚的情感和力量。我希望通过这篇文章，能够进一步宣传盲人书法的魅力，让更多人了解和关注盲人同学们的艺术之路。同时，我们也应该从盲人书法中汲取力量，用自己的方式追求艺术，找到生命中的乐趣和快乐。

## 书法培训心得体会总结篇七

此次培训，是一次难忘的书法之旅，让我感受了别样的墨香。

主办单位特聘两位老师为我们授课。老师严谨的教学风格让我们知道了什么叫“十年磨一剑”。乍一看书法老师，你完全想象不出他的字如此漂亮，练字背后的辛苦让人难以想象。

进修学校大教室里这静谧的环境下，我的心也跟着静了。都说练字可以修身养性，的确如此。每天有规律的生活，上课练字成了我们生活的主旋律。在不断练习的过程中，我们忘记了工作的压力，忘记了生活的烦恼，有的只是一颗宁静的心。

本次书法培训的内容由珲春市进修学校选派教学经验丰富的书法教师进行授课，让学员从“写得好、讲得好、辅导得好”三个方面循序渐进，使受训学员在短期内较好地掌握书写技巧和要领，并能顺利走上讲台，胜任小学硬笔书法教学工作。老师从最基本的点横竖撇捺到字的间架结构、章法布局都十分认真地讲授。让我们知道了每个笔画的轻重、节奏，一个字里每个笔画的位置如何安排，才能让字变得更漂亮。掌握了楷书的书写技巧和要领后，我们进行了反复的练习，每个学员都觉得在这三天里自己的字进步了、规范了、漂亮了。

## 书法培训心得体会总结篇八

近日，我有幸参加了一场盲人书法培训班，这是我生活中的一次难得的体验。通过这段时间的学习，我不仅对盲人书法有了更深入的了解，也从中收获了许多宝贵的经验和体会。以下是我对这次盲人书法培训的心得体会。

### 第一段：培训前的疑虑

首次报名参加盲人书法培训，我心中充满了疑虑和不安。我担心自己是否能够掌握书法技巧，担心自己在漆黑的世界里是否能够通过触觉来感受到笔墨纸砚。然而，当我走进培训班的第一天，我的疑虑很快就被冲散了。

### 第二段：触觉的奇迹

在盲人书法培训班里，我遇到了许多盲人书法家，他们用自己的故事和作品向我们诠释了触觉的奇迹。他们告诉我，触觉是盲人书法创作中不可或缺的要素，通过触摸笔、墨、纸的质感，他们能够感受到字迹的笔锋肥瘦、纸的水分湿润程度，从而准确地掌握书法技巧。他们的故事让我对盲人书法充满了敬意，也让我明白了残疾并不意味着无能。

### 第三段：盲人书法的艺术内涵

在学习过程中，我逐渐了解了盲人书法的艺术内涵。盲人通过手部的触觉来感知材料的特殊性质，有效地运用厚重的墨迹、粗细相间的笔触和灵动的用笔，创作出富有个性的作品。盲人书法家们告诉我，盲人书法注重笔墨的纵横运用，力求呈现出一种内敛而奔放的美学风格。这让我对盲人书法的艺术价值有了更深刻的认识，也进一步激发了我对书法的热爱。

### 第四段：盲人书法的乐趣所在

学习盲人书法不仅仅是为了追求艺术的升华，更重要的是找到其中的乐趣所在。在盲人书法培训班上，我发现许多盲人书法家在创作时充满了自由和快乐。而这种快乐正是来自于他们对生活和艺术的热情。通过盲人书法的练习，我也找到了一种内心的宁静和快乐，无论是画一幅字还是一片画，都让我沉浸其中，忘却了一切烦恼和焦虑。

### 第五段：盲人书法的启示

盲人书法培训班给了我很多启示。我明白了只有不断地努力和锻炼，才能够获得更好的成果。我看到了盲人书法家们不畏艰辛的精神，他们用自己的努力逐渐成为了优秀的书法家，这给了我很大的鼓舞和勇气。同时，这次培训班也让我明白了生活中的无私奉献和友爱的重要性。在培训班中，盲人书法家们不仅愿意分享和交流自己的经验，也乐于帮助我们解决困难。这让我明白了友情和合作的力量。

### 总结：

通过这次盲人书法培训，我对盲人书法有了更深入的了解。我了解到盲人书法的触觉奇迹，认识到盲人书法的艺术内涵，发现盲人书法的乐趣所在，同时也从中收获了关于努力和友爱的启示。通过这次珍贵的学习经验，我深深感受到盲人书

法的魅力和力量。我相信，将这些心得体会付诸实践，我一定能够在书法的道路上取得更大的进步。

## 书法培训心得体会总结篇九

1、学习了中国书法史，对汉字书体的演变过程有了更清晰的认知。

通过聆听专家的报告，了解到汉字有甲骨文、金文、篆、隶等古文字“隶变”为草、行、楷的演变过程。体会到汉字是中华民族智慧的结晶，书法艺术源远流长，博大精深。

2、增强了审美能力，提升人生境界和审美情趣。

通过欣赏一系列古代书法经典作品，领略王羲之、赵孟頫、米芾、颜真卿、董其昌、苏轼、黄庭坚、欧阳询、柳公权、虞世南等古人书法之神采，提高了自身的书法审美能力。

3、提高了认识，重新审视了书法艺术对人类的重要影响。

随着信息技术的广泛应用和“无纸化办公”的普及，人们的书写水平正在日益下降。孩子们迷恋网络，成年人对计算机产生依赖。面对书写技能退化的严重事实，弘扬和传承经典的中华书法文化和艺术，教育孩子们周周正正写字，端端正正为人，是时代的迫切需求，具有现实意义，又有深远的历史意义。

4、领悟了一些书写技法。

书法是创造美的艺术，从点划到结体，都有一定笔法、字法、章法。例如在用笔时，“书必入木，则如印印泥，蚕吃草，要力透纸背，入木三分”，行笔时，要“如锥画沙，如印印泥”。

教师书法培训心得体会集锦8篇为期一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。使我深深的感受到它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。作为参加培训的教师深知培训的意义和此次书法学习的重要性。

在培训中聆听了书法名师讲座，老师对书法方面专业知识精辟的讲解与指导，使我对书法专业知识，有了较系统的了解和新的认识，这使我不仅学到了书法专业知识，而且从中也悟出了很多道理。同时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。

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。

众所周知，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，人们之所以会喜欢它，正是因为它能示人以美，可以说：它是无声的音乐，静态的舞蹈，它触发人们对美的感受和联想。

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理素质。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“文如其人，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。

我国的汉字起源悠久，书画同源。它的造型源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，它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。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极其重要的作用。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。

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，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，不仅提高了教师的书法水平，也对传承民族的文化艺术，修炼人的涵养素质，对今后在学校进一步开展书法教育活动都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，尽快的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。