

航空工业出版社

新时代美育通识课系列教材
“互联网+”新形态一体化教材

中华优秀传统文化

主编◎李 洁 谢碧宇 姚 力

航空工业出版社

北 京

内 容 提 要

中华优秀传统文化历经数千年的传承，源远流长，博大精深。它涵盖了众多领域，包括哲学美德、文学作品、书法国画、表演艺术、建筑科技、服饰饮食、休闲娱乐、节庆礼仪等各个方面。本教材从中华优秀传统文化的历史脉络出发，系统阐述中华优秀传统文化的各个领域，旨在让学生全面领略传统文化的魅力，培养热爱与弘扬中华文化的意识。本教材适用于职业学校综合素质教育课程，也适合对传统文化感兴趣的人士阅读。

图书在版编目（CIP）数据

中华优秀传统文化 / 李洁, 谢碧宇, 姚力主编.
北京 : 航空工业出版社, 2024. 10. -- ISBN 978-7-5165-3893-7
I. K203
中国国家版本馆 CIP 数据核字第 20249YD788 号

中华优秀传统文化 Zhonghua Youxiu Chuantong Wenhua

航空工业出版社出版发行

（北京市朝阳区京顺路 5 号曙光大厦 C 座四层 100028）

发行部电话：010-85672666 010-85672683 读者服务热线：010-85672635

中煤（北京）印务有限公司印刷

全国各地新华书店经售

2024 年 10 月第 1 版

2024 年 10 月第 1 次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：196 千字

印张：12

定价：48.00 元

前言

文化是一只看不见的“巨手”，能够在人们认识世界、改造世界的过程中创造生产力、提高竞争力、增强吸引力、形成凝聚力，转化为强大的力量。在我国，历经数千年传承的中华优秀传统文化，始终是中华民族奋发进取的精神动力，是中华民族最丰厚的思想宝库，是国家生存和发展的“根”和“魂”。2021年的《中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议》中明确指出：“中华优秀传统文化是中华民族的突出优势，是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的根基，必须结合新的时代条件传承和弘扬好。”2024年党的第二十届中央委员会第三次全体会议也提出：“必须增强文化自信，发展社会主义先进文化，弘扬革命文化，传承中华优秀传统文化。”传承和弘扬中华优秀传统文化，是每一位华夏儿女应承担的责任和使命。

青少年是祖国的建设者、捍卫者、见证者，更是文化的继承者、传播者。在中职阶段，广大学生应深刻理解中华优秀传统文化的丰富内涵，增强对中华优秀传统文化的理性认识，不断拓宽自身文化视野，增强文化自信，从而提升自身综合素养，更加全面、客观地认识当代中国，自觉成为学习、实践和继承中华灿烂文明的合格接班人，成为实现中华民族伟大复兴的中国梦的重要力量。

本教材精心编排了九个专题，专题一梳理了传统文化的历史脉络，明确了传统文化的独特优势，为之后各专题划定了基本的范围。专题二至专题九围绕传统文化中富有智慧的哲学与美德、体裁多样的文学作品、形神兼具的书法与国画、美不胜收的表演艺术、福泽后世的建筑工程和科技成就、琳琅

满目的服饰饮食、丰富日常的休闲娱乐活动、古往今来的节庆习俗与礼仪等进行系统阐述，尽可能让学生全面、充分地领略中华优秀传统文化的独特魅力，引导学生在学习中热爱传统文化、在热爱中弘扬中华文化。本教材可作为职业学校综合素质教育相关课程的教材，也可作为对中华优秀传统文化感兴趣的人士的参考读物。

具体来说，本教材主要具有以下特色。

1. 立德树人，提升素养

本教材以立德树人、提升学生文化素养为根本目标，坚持将中华优秀传统文化教育与培育和践行社会主义核心价值观紧密结合，引导学生深入了解中华优秀传统文化的宇宙观、天下观、社会观和道德观，鼓励学生继承和弘扬中华优秀传统文化美德；坚持将中华优秀传统文化教育与时代精神教育相结合，大力弘扬以爱国主义为核心的民族精神、以改革创新为核心的时代精神，增强学生将小我融入大我的责任意识，从而让学生在潜移默化的情感共鸣和思想共振中充分感知中国精神的力量，不断提升道德修养和政治素养，让中华民族崇真向善的德心永在、优秀的精神基因永续。

2. 脉络清晰，知行合一

中华优秀传统文化源远流长，包罗万象，各领域内涵丰富，外延广阔。本教材遵循“优中选优”的选材原则，搭建了主体知识框架，整体脉络清晰，结构合理，富有逻辑。本教材采取“总一分”的结构，详细阐述中华优秀传统文化的发展脉络和精神内涵。本教材还讲究知行合一，重视体验式教学。每个专题都设计了两个大型实践活动，还充分利用社会大课堂资源，鼓励学生在亲身实践中对话历史、感悟文化。

3. 古今结合，重视传承

本教材一改从前同类型教材“重古代文化，轻现代结合”的做法，不仅在正文部分介绍传统文化的现代传承，还强调在实践中以现代的方式传承、弘扬传统文化；鼓励学生认识传统文化的发展现状，在增强学生文化自觉、

文化自信的同时，促进学生自觉发掘中华优秀传统文化的当代价值，为中华优秀传统文化创造性转化和创新性发展贡献青春力量。

4. 体例丰富，功能多样

本教材设计了多样化的学习板块和体例，如“思辨专区”“一脉相承”等，旨在丰富学生的知识储备，开阔学生的眼界，提高学习兴趣，使其自觉传承和弘扬中华优秀传统文化。同时，通过实践活动让学生发挥自我潜能，掌握如资料收集、报告制作、视频拍摄等实际工作技能。

本教材在编写过程中参考、借鉴了一些文献和网络资料，融汇了一些专家学者的研究成果，在此一并向这些专家学者们表达衷心的感谢！由于编者水平有限，本教材难免存在疏漏和不足之处，敬请广大读者批评指正。

此外，本教材还为广大一线教师提供了服务于此教材的教学资源库，有需要者可致电 13810412048，或发邮件至 2393867076@qq.com 索取。

编 者

目录

专题一 |

滚滚东逝水，中华文明长·····	001
------------------	-----

文化讲堂·····	002
-----------	-----

第一讲 一脉相承的中华文明·····	002
-----------------------	-----

第二讲 中华文明的独特优势·····	009
-----------------------	-----

文化之旅·····	015
-----------	-----

活动一 参观革命遗址，探寻先辈精神·····	015
---------------------------	-----

活动二 赓续中华文脉，坚定文化自信·····	018
---------------------------	-----

专题二 |

亘古哲人智，明德代代传·····	021
------------------	-----

文化讲堂·····	022
-----------	-----

第一讲 中华哲学观·····	022
-------------------	-----

第二讲 中华传统美德·····	024
--------------------	-----

文化之旅·····	030
-----------	-----

活动一 解析社会主义核心价值观·····	030
-------------------------	-----

活动二 “中华传统美德”情景剧创作·····	032
---------------------------	-----

专题三 |

文章无定格，载道载乾坤·····035

文化讲堂····· 036

第一讲 诗歌····· 036

第二讲 散文····· 044

第三讲 小说····· 049

文化之旅····· 051

活动一 古诗词飞花令····· 051

活动二 《红楼梦》情景演绎····· 053

专题四 |

水墨丹青色，行云绕素笺·····057

文化讲堂····· 058

第一讲 书法····· 058

第二讲 国画····· 066

文化之旅····· 073

活动一 班级书法展····· 073

活动二 我为传统绘画代言····· 075

专题五 |

宫商角徵羽，翩跹满梨园·····077

文化讲堂····· 078

第一讲 传统音乐····· 078

第二讲 传统舞蹈····· 084



第三讲 传统戏曲	090
文化之旅	098
活动一 家乡传统音乐与舞蹈调查	098
活动二 欣赏京剧选段	100

专题六 |

功业在当代，福祉传千秋.....	103
-------------------------	------------

文化讲堂	104
-------------------	------------

第一讲 传统建筑	104
第二讲 重大工程	109
第三讲 科学发现与技术发明	112

文化之旅	117
-------------------	------------

活动一 “探寻古韵，镜头下的历史印记” 古建筑摄影大赛	117
活动二 非遗传统工艺项目学习和展示	119

专题七 |

衣冠以敬身，饮食以养生.....	121
-------------------------	------------

文化讲堂	122
-------------------	------------

第一讲 中国传统服饰	122
第二讲 中国的饮食文化	127

文化之旅	132
-------------------	------------

活动一 自制汉服	132
活动二 中国传统特色美食分享	134



专题八 |

百炼成绝技，筑我中华魂·····	137
------------------	-----

文化讲堂·····	138
-----------	-----

第一讲 传统武术·····	138
----------------	-----

第二讲 传统游艺·····	142
----------------	-----

第三讲 传统棋艺·····	146
----------------	-----

文化之旅·····	151
-----------	-----

活动一 武术基本动作练习·····	151
--------------------	-----

活动二 棋类比赛·····	153
----------------	-----

专题九 |

节令举俗庆，礼仪贯古今·····	155
------------------	-----

文化讲堂·····	156
-----------	-----

第一讲 节日文化·····	156
----------------	-----

第二讲 传统礼仪·····	162
----------------	-----

文化之旅·····	172
-----------	-----

活动一 传统节日特色手工艺品制作·····	172
------------------------	-----

活动二 古装情景剧创作和演绎，再现传统礼仪·····	174
-----------------------------	-----

参考文献·····	177
-----------	-----



水墨丹青色，行云绕素笺

专题导言

书法与国画是中华民族独有的文化符号，以笔墨为媒介，承载着千年的历史记忆与民族智慧，展现了中华民族卓越的审美追求和丰富的精神内涵。通过对本专题的学习，我们能够了解书法与国画的历史渊源、艺术特点和技法精髓，学会欣赏传统艺术之美，进而体会艺术背后的历史积淀和文化底蕴，更加珍视这些宝贵的文化遗产。

学习目标

知识目标

- (1) 了解中国五大书体及其特点，学习中国书法的主要技法。
- (2) 明确国画的主要类型和技法。

技能目标

- (1) 能够正确区分不同的书体和不同类型的国画作品。
- (2) 能够运用所学知识鉴赏经典书画作品，分析其主要技法。

素养目标

- (1) 通过欣赏书法和国画作品提升个人的审美情趣和艺术修养。
- (2) 体会书画作品中的情感内涵和文人风骨，形成积极弘扬中华优秀传统文化的意识。

第一讲

书 法

汉字是世界上最具造型感的文字，书法是以汉字为基础的一门卓越的艺术，被誉为“东方美学之魂”。书法不仅是记录和传达文字信息的工具，更是对汉字之美的深刻诠释。通过线条的万千变化，书法细腻地体现了人的情感和深邃思想，生动地展现了中华优秀传统文化的深厚底蕴。

一、中国文字的五大书体

随着汉字的不断演变，中国传统书法艺术也逐渐发展成熟。篆书、隶书、草书、楷书和行书代表了汉字书写在不同历史时期的主要风格，并称为“中国五大书体”。

（一）篆书

篆书是中国最古老的书体之一，广义上包括隶书以前的所有书体，狭义上分为大篆和小篆。

1. 大篆

大篆（图 4-1）又称“籀文”“籀书”，主要流行于春秋战国时期，其笔画圆劲有力，字形方正，布局协调，给人以古朴、威严之感，具有极高的艺术价值。

2. 小篆

小篆（图 4-2）又称“秦篆”，是秦代的标准书体。秦始皇统一六国后推行“书同文”，命赵高、胡毋敬、李斯三人以易于辨识、利于书写、便于推行为原则，在大篆的基础上对文字进行简化，创造了小篆。小篆的出现也标志着中华文字的统一，为后来的文字演变奠定了坚实的基础。小篆笔画较纤细，



线条圆转流畅，字形明朗清晰，结构规整且疏密有致，是当时公文、碑文和印章的主要书体。

（二）隶书

隶书（图4-3）起源于秦代，由篆书演变而来，在承袭篆书原有笔法的基础上，将笔画从圆润朝方折转变，逐渐形成了独特的风格。隶书字形多呈宽扁状，讲究“蚕头雁尾”“一波三折”，书体十分工整，具有很强的规范性和审美价值。到了汉代，书写美观、规范成为选拔官员的标准之一，隶书逐渐盛行，在东汉时期发展到达巅峰，被广泛地应用于官方文书、石刻碑文等领域。

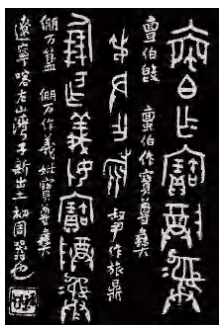


图 4-1 大篆

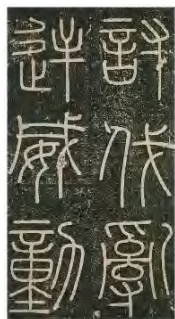


图 4-2 小篆



图 4-3 隶书

（三）草书

草书是汉字中较为简约的书体，其行笔较快，书写起来十分便捷，分为章草、今草和狂草。

1. 章草

章草起源于汉代，是中国早期草书的一种形式。章草结构严谨，笔画简约，在保留隶书部分特点的同时简省了部分笔画，具有“字字有区别、字字不相连，字体有则、省便有源、草体楷写”的特点。章草的代表作品有皇象《急就章》（图4-4）、王羲之《豹奴帖》等。其中，皇象的《急就章》被历代书法家认为是章草的典范。

2. 今草

今草是在章草基础上的创新形式，被称为“章草之捷”，相传为东汉张芝



所创。其主要特点是笔画牵连、一气呵成，气势连绵不断，代表作品有王羲之《宦远帖》(图 4-5)、张芝《冠军帖》等。

3. 狂草

狂草始于唐代，并在盛唐时进入鼎盛阶段。与章草和今草相比，其笔势更加奔放飘逸、变化多端，代表作品有怀素《自叙帖》(图 4-6)等。

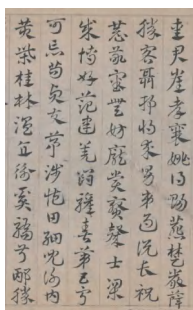


图 4-4 《急就章》
临摹帖(局部)

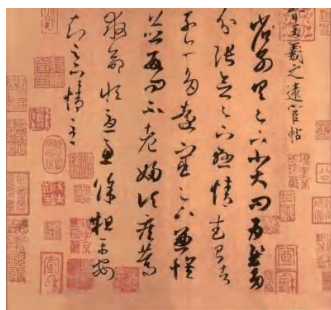


图 4-5 《宦远帖》(局部)

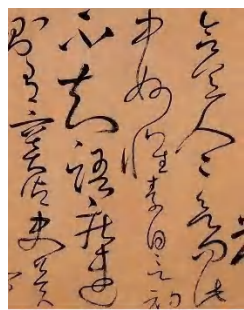


图 4-6 《自叙帖》
(局部)

(四) 楷书

楷书又称“正楷”“正书”“真书”，起源可追溯至汉末，在魏晋时期正式成型。这一书体是在隶书的基础上，融入草书的灵动笔法，并加以简化、规范而成。同时，楷书在形成过程中还吸收了小篆的圆润流畅和隶书的方正工整，具有笔画工整、易于辨认等特点。这也是楷书取代其他书体，被广泛应用于官方文书和日常书写的重要原因。

在我国书法史上，有四位著名书法家以楷书著称，创造了许多优秀的楷书作品。他们分别是欧阳询、颜真卿、柳公权和赵孟頫，合称为“楷书四大家”。

1. 欧阳询

欧阳询的书法融和了汉代及魏晋时期书法的特点，吸收众家之长，被称为“欧体”。他的书法作品严谨工整，刚劲有力，平正中又见峭劲，气韵生动。代表作品有《皇甫君碑》(图 4-7)、《九成宫醴泉铭》等。

2. 颜真卿

颜真卿是继王羲之后成就最高、影响最广泛的书法家之一。其书法风格



端庄雄浑，气势宏伟，既体现了高超的书法技巧，又展现出大唐的强盛和繁荣，被称为“颜体”。代表作品有《多宝塔碑》(图 4-8)、《颜勤礼碑》等。



图 4-7 《皇甫君碑》(局部)

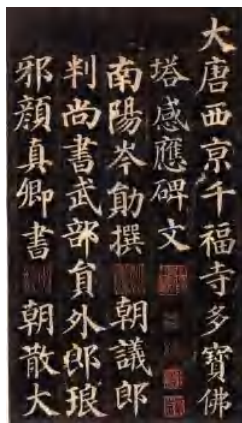


图 4-8 《多宝塔碑》(局部)

3. 柳公权

柳公权的书法风格以遒劲刚健、字字严谨著称，其楷书吸收了欧阳询、颜真卿书法之长，形成了笔法精妙的“柳体”，与颜真卿并称“颜筋柳骨”。代表作品有《玄秘塔碑》(图 4-9)、《大唐回元观钟楼铭》等。

4. 赵孟頫

赵孟頫的楷书端庄清秀，笔法圆熟，兼具行书的潇洒飘逸、利落流畅，被称为“赵体”。代表作品有《仇锸墓碑铭》(图 4-10)、《玄妙观重修三门记》等。



图 4-9 《玄秘塔碑》(局部)

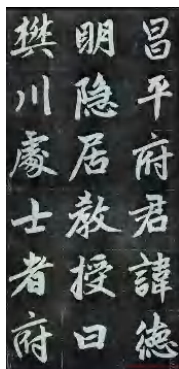


图 4-10 《仇锸墓碑铭》(局部)



（五）行书

行书始于汉末，是介于楷书、草书之间的一种书体，弥补了楷书书写速度慢和草书难以辨认这两个方面的不足。楷法多于草法的被称为“行楷”，草法多于楷法的被称为“行草”。

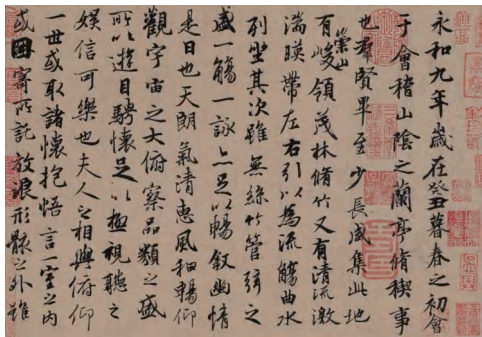


图 4-11 《兰亭序》(局部)

行书作品中，最具代表性的就是王羲之的《兰亭序》(图 4-11)、颜真卿的《祭侄文稿》和苏轼的《寒食帖》，它们被合称为“天下三大行书”。其中，王羲之的《兰亭序》最为著名，被誉为“天下第一行书”。

二、书法的主要技法

书法的主要技法包括笔法、墨法、字法和章法。

（一）笔法

笔法是指书写时用笔的方法和技巧，是书法艺术的基本表现手法，包括执笔法和运笔法。

1. 执笔法

执笔的方法直接影响着书法作品质量的优劣。因此，古代书法家通过不断实践，总结出一种合理的执笔方法，即唐代陆希声提出的“五字执笔法”(图 4-12)。五字执笔法用“擗、押、钩、格、抵”五个字来概括说明五个手指的作用，强调五个手指各司其职，以保证所写笔画稳定、流畅。其中，“擗”是指大拇指第一节的内腹斜而上仰地贴住笔靠近身体的一侧；“押”是指食指的第一节内腹斜而俯地贴住笔的外侧；“钩”是指中指紧贴食指，用第一节或第一、二节弯曲处钩住笔的外侧；“格”是指无名指抵住笔管，配合食指和中指向内

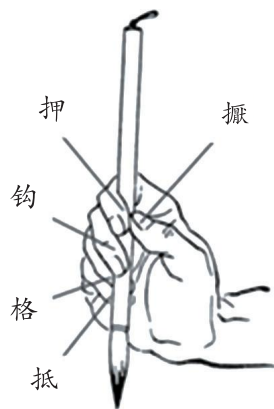


图 4-12 五字执笔法

发力；“抵”是指用小指顺势托住无名指。

2. 运笔法

运笔法包括正锋、侧锋，藏锋、露锋，方笔、圆笔，提笔、按笔等多种技法。这里主要介绍藏锋和露锋、方笔和圆笔这几种。

（1）藏锋和露锋。藏锋是将毛笔的锋芒（笔画的入纸点）藏于点画之中。使用藏锋写出的笔画线条柔和，墨色的变化丰富。露锋则是指将毛笔的锋芒露在点画之外，使线条更加清晰锐利（图 4-13）。

（2）方笔和圆笔。方笔是下笔时切锋直入，收笔时逆去逆收，笔画留在纸上呈方形。圆笔是在运笔时尽量让笔杆尽量垂直，逆锋起笔，笔毫平铺纸上，万毫齐力，笔画呈圆形。使用方笔写出的笔画线条边缘清晰，棱角分明；使用圆笔写出的笔画线条流畅且没有棱角（图 4-14）。

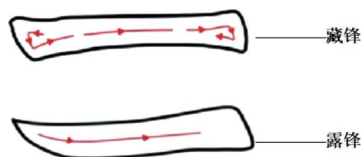


图 4-13 藏锋和露锋

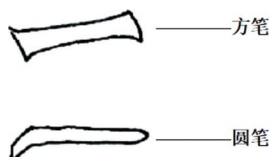


图 4-14 方笔和圆笔

（二）墨法

墨法是指用墨之法。根据墨的着色程度和变化，可分为浓墨、淡墨、干墨和湿墨。浓墨颜色浓黑，写在纸上的字黑白分明；淡墨颜色浅淡，看起来朦胧缥缈；干墨指所蘸墨水剩余不多后呈现的效果，干而不燥，笔画中漏出一丝丝的白地（图 4-15）；湿墨是指所蘸墨水较多呈现的效果，显得肥厚滋润，流动性强（图 4-16）。

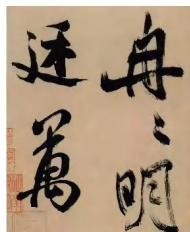


图 4-15 干墨

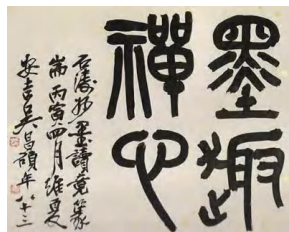


图 4-16 湿墨



（三）字法

字法又称“结字”，是指对字的结构和点画关系的处理方法。字法的基本原则包括重心平稳、顾盼呼应、各尽其势和计白当黑。

1. 重心平稳

书写时应使字的中部保持平稳，避免出现歪斜的情况。

2. 顾盼呼应

字的每个部分应错落有致，相互照应。例如，“青”“集”等字应上部写得紧，下部写得松，体现重心的平稳；“三”中的三横应上短下长，上密下疏；等等。

3. 各尽其势

运笔时要注重笔锋的起伏、转折、藏露等变化，使每个笔画都应展现出其独特的形态和力量。

4. 计白当黑

在书法中，点画之处被称为“黑”，无点画处被称为“白”。计白当黑就是指在书写时要注意构图的协调，合理安排“黑”“白”的比例和位置。

（四）章法

章法是指书法作品的整体布局，包括字与字、行与行、列与列之间的疏密程度，字的大小，墨色的深浅，纸张留白的位置，等等。书写者应协调作品的各个元素，使其呈现出和谐统一的整体效果。

三、书法的传承与发展

中国书法是以笔、墨、纸等为主要工具材料，通过汉字书写，在完成信息交流的同时，以特有的造型符号和笔墨韵律，融入人们对自然、社会、生命的思考，从而表现出人类特有的思维方式、人格精神与性情志趣的一种艺术实践。在漫长的历史进程中，中国书法伴随着汉字的产生与演变不断发展，已成为中国文化的代表性符号之一。

书法诸体的历史沿袭传承有序，时至今日，书法艺术仍广受人们喜爱。许多现代杰出的书法艺术家将传统书法与现代审美、时代风貌相结合，在书



法的当代传承中起到重要作用。我国著名书法家欧阳中石提出“切时如需”，认为书法必须跟上时代的步伐，反映时代的需求，才能对社会有所裨益。

而在与当代艺术的结合中，书法也展现出了全新的生机与活力。例如，艺术家邱志杰在其《光写书法》系列作品中，巧妙地利用光来“书写”汉字（图4-17），并通过摄影技术将其记录下来，生动展现了中国传统书法艺术的独特魅力。又如，按“己”字的笔画结构分隔成的成都温江澄园书画艺术博物馆（图4-18），将书法艺术与建筑设计相结合。书法的美体现在当代的舞蹈、建筑、绘画等各种形式的艺术中，在推动人类创造力和文化多样性的发展中起到了重要作用。



图4-17 《光写书法》作品



图4-18 澄园书画艺术博物馆鸟瞰图



使书法艺术焕发时代光彩

由中央广播电视总台与中国书法家协会共同策划的大型文化节目《中国书法大会》，将承续传统书法艺术与展现新时代精神气象结合起来，使书法艺术焕发时代光彩，受到观众喜爱。

《中国书法大会》第一季聚焦中国书法史上极具代表性的18件（组）作品，用时间跨度长达三千年的书法作品串联起源远流长的历史文脉，展示书法之道，传播汉字之美。节目既发挥了文字的历史教育功能，也担负起书法审美普及的重任。节目每期特邀两位书法嘉宾、一位文化嘉宾，从知识和审美普及两方面展开讲解，力求深入浅出、启智增慧，



使观众更易理解和体悟书法之美。

在传承中创新转化，让书法深度融入现代生活。譬如，将中国历代书法名家的代表作品开发成计算机字库，实现中华优秀传统文化的活化、应用。字库中的字体设计强调在保留书法家艺术风格的基础上体现其神韵。经过匠心设计的字体，不仅维护了汉字书写的规范性，更有利于引导大众审美，进一步增进历史文化认同。

综合运用多元手段，让书法之美深入人心。2023年“五一”国际劳动节，新华社与中国书法家协会联合制作的融媒体产品《古诗今画“云”赏新时代劳动之美》，通过H5形式（第5代超文本网页）构建“云展厅”，展出劳动题材书法作品和摄影图片，礼赞新时代劳动者。书法的旺盛生命力源于传统，源于时代，也源于人民。以人民喜闻乐见的方式传播书法文化，充分调动大众参与热情，才能为书法艺术发展开拓更广阔的空间。

面对人民日益增长的精神文化需求，通过多元手段创新展示书法之美，让书法所蕴含的中国精神在新时代熠熠生辉，书法工作者大有可为。

（资料来源：《人民日报》，2023年7月23日，有删改）

第二讲

国 画

国画即中国传统绘画，是一种独特的绘画艺术形式，具有深厚的文化底蕴和独特的表现手法。中国绘画艺术历史悠久，最早可追溯到新石器时代的彩陶纹饰和岩画。在数千年不断的丰富和革新中，中国的绘画语言体系逐渐成熟，在东方乃至世界艺术中都具有重要的地位与影响。

一、国画的主要类型

国画按照不同的标准分为多种类型：按照题材不同，可分为山水画、花



鸟画和人物画；按照绘画主体不同，可分为宫廷绘画、文人绘画和民间绘画；按照表现形式不同，可分为工笔画和水墨画。这里主要根据题材进行分类。

（一）山水画

山水画以山川自然景色为主要描绘对象，其最早只在人物画中作为背景出现。到了东晋，山水画开始与人物画分离；隋唐时期，山水画正式从人物画中分离出来，成为了独立的画种，并产生了青绿山水和水墨山水两大分支。唐代以后，山水画进入蓬勃发展的时期，著名画家与优秀的画作不断涌现，如黄公望《富春山居图》、米芾《云山图》、刘松年《四景山水图》等。

1. 青绿山水

青绿山水以石青、石绿为主要色彩。在青绿山水画家家中，以隋代的展子虔、唐代的李思训、李昭道等人最为著名。展子虔创立了青绿山水的绘画形式。他创作的《游春图》(图 4-19) 也是中国目前存世最古老的山水画。该画以山水为主体，用青绿着色法描绘了贵族春游的情景，反映了早期独立山水画的面貌。

2. 水墨山水

水墨山水以墨色为主，以唐代王维的画作最为著名。他的画作笔意清润，意境幽远恬淡，画中深藏禅意，表现出一种静淡之美。其代表作有《江干雪霁图》(图 4-20)、《雪溪图》等。



第一篇山水画论——《画山水序》



图 4-19 《游春图》(局部)



图 4-20 《江干雪霁图》(局部)



(二) 花鸟画

花鸟画产生于唐代，是中国画中出现得较晚的画种。花鸟画以花草、鸟兽、虫鱼等动植物为主要描绘对象，具有丰富的文化含义。

五代时期，花鸟画由最初的工艺装饰纹样正式变为独立的画种，进入发展的兴盛阶段，且形成了风格各异的两大流派。一派以徐熙为代表，其画作不以墨笔勾勒，而是直接用清淡的色彩点染（图 4-21），富有野逸之趣，逐渐演变为后世的写意画；另一派以黄筌、黄居案父子为代表，其画作采用勾线填色的技法，即先用线条勾出轮廓，再以浓艳的色彩进行填充（图 4-22），具有富贵之气，逐渐演变为后世的工笔画。



图 4-21 徐熙《雪竹图》(局部)



图 4-22 黄居案《会禽图》(局部)

宋朝时期，花鸟画深受皇家及文人雅士的喜爱，进入了发展的成熟与鼎盛时期。这一时期的花鸟画既是对美的表达，也是画家志趣、情操的体现，标志着写意花鸟画时代的开启。

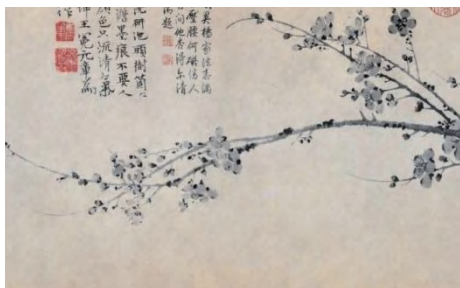


图 4-23 王冕《墨梅图》

到了元代，写意花鸟画逐渐成为主流之势，竹、梅、兰等秀雅且具有文人之气的植物，成为画家笔下常见的题材。例如，画家王冕的代表作《墨梅图》(图 4-23)就以精练的笔墨描绘了清丽、高洁的梅花形象，反映了王冕淡泊名利、坚守节操的高尚品格。

(三) 人物画

人物画以人物为主要描绘对象，常通过渲染环境、气氛及人物身段、动态等来刻画人物性格，使人物形象气韵生动、形神兼备。周朝，宫廷中就已经有专职画工来绘制人物肖像画。魏晋南北朝时期，随着佛像画传入中国，人物画进一步发展，由简略变为精细，优秀画家不断涌现，当时以顾恺之、曹不兴、陆探微和张僧繇最为著名，被称为“六朝四大家”。顾恺之的《洛神赋图》(图 4-24) 和《女史箴图》对人物形象的刻画细致入微，成为流传千古的绘画精品。

人物画在隋唐时期进入发展的成熟阶段，阎立本的《步辇图》(图 4-25) 线条纯熟，富有变化和表现力，是这一时期的优秀绘画作品之一。宋代，人物画不再局限于帝王、佛道、仕女等题材，越来越多的画作以市井人物为描绘对象。其中较为著名的是南宋苏汉臣所作的《货郎图》(图 4-26)。该作品生动描绘了北宋时期都城汴京及汴河两岸的自然风光和繁荣景象，塑造了数量庞大的各色人物，具有很高的历史价值和艺术价值。



图 4-24 《洛神赋图》
(局部)



图 4-25 《步辇图》(局部)



图 4-26 《货郎图》(局部)

二、国画的主要技法

国画注重通过精湛的技法传达作品的思想和情感。这些技法是在中国画家长期的艺术实践中逐渐发展而来的，主要包括用笔技法和用墨技法。



（一）用笔技法

国画的创作工具主要是毛笔，若想使画出的线条和点画具有丰富的变化，在作画时就必须讲究用笔的方法。用笔技法主要包括用笔方向和用笔节奏两个方面。

1. 用笔方向

用笔方向包括中锋运笔、顺锋运笔、逆锋运笔和侧锋运笔。中锋运笔指绘画时笔杆垂直于纸面，笔尖处于墨迹正中间，主要适用于勾线。顺锋运笔（图 4-27）是指按照“自上而下、自左而右”的方向运笔。逆锋运笔（图 4-28）则与顺锋运笔相反，按照“自下而上、自右而左”的方向运笔。而侧锋运笔（图 4-29）则是指作画时笔杆侧向一边，笔尖在墨迹一侧运行，适用于大笔涂抹。

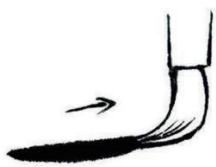


图 4-27 顺锋运笔



图 4-28 逆锋运笔

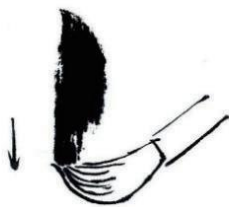


图 4-29 侧锋运笔

2. 用笔节奏

国画在用笔节奏上也十分讲究，其绘画过程可分为起笔、运笔和收笔三个阶段：起笔须做到精准有力；在运笔过程中，要使线条呈现出“一波三折”的韵律感，从而体现“提按”“枯润”等多种既对立又统一的效果，这反映了画家自身的审美追求和思想情感；收笔时则应干脆利落。

（二）用墨技法

在国画的主要技法中，用墨技法也具有重要的作用。墨汁可分为焦墨、浓墨、重墨、淡墨、清墨五种。其中，焦墨是指半干的墨汁，这类墨汁颜色乌黑且具有光泽。浓墨是指深黑的墨汁，这种墨汁因掺水而不显光泽。重墨中水的含量大于浓墨，因此颜色更淡。淡墨则更浅，而清墨往往只有极淡的墨迹，甚至只有水。



国画主要通过墨的浓淡和虚实体现色的层次变化，展现画中的气韵。具体来说，墨法主要有三种，一般称为“墨分三用”。一是泼墨法，即用毛笔饱蘸浓淡相宜的水和墨，大胆落于纸上；二是积墨法，即由淡到深，将水墨层层添加于纸上；三是破墨法，即在墨未干时，借助清水、淡墨与浓墨在纸上的相互碰撞，使三者相互破开对方的轮廓，展现出水墨变化，如“以浓破淡”“以水破墨”“以色破墨”等。

（三）笔墨结合

用笔技法和用墨技法不是单独存在的，画家会使用不同的技巧使笔墨结合，描绘画中景物的独特质感，如山石的脉络、树干的皮纹和质地等，主要包括“勾”“皴”“擦”“点”“染”五种技法。

1. 勾

用线勾出脉络和结构。勾线可以独立成画，是中国画表现技法中的精华部分。勾线应根据事物特点，分别采用不同的勾法。这些勾法会产生粗细、刚柔、苍润、方圆、光毛、曲直、畅涩等不同的变化。

2. 皴

在确定主要脉络结构的基础上，用干、湿、浓、淡、粗、细、长、短等不同笔法画出凹凸、明暗、质感和立体感。实际作画时，勾、皴往往交替进行，皴是有笔触的，墨色的干、湿、浓、淡可兼用。

3. 擦

在皴的基础上，用笔的侧锋蘸干墨、淡墨擦山石的亮面或阴面，以增强山石的浑厚、苍润之感。作画时，皴、擦往往也是交替进行，区别是擦的笔触不明显，而且只可用干墨进行。

4. 点

用浓墨或焦墨点出花、叶、蕊、苔等细节，可用中锋、侧锋等点出不同的变化。

5. 染

用淡墨湿画山石的暗面，并根据原有的明暗加以渲染，调节山石之间的



空间感，增强画面的整体效果。

三、国画的传承与发展

进入现代，国画在传承中不断创新，呈现出多元化的发展趋势，这主要体现在两个方面。

一方面，传统国画技法得到了进一步的挖掘和整理。许多艺术家都在继承传统笔墨技法的基础上形成了一套属于自己固定的艺术表现程式。例如，黄宾虹系统地梳理和总结了古人对于笔墨运用的经验，提出“五笔七墨”说。其中，“五笔”即“平、圆、留、重、变”五种笔法，“七墨”是指“浓、淡、破、积、泼、焦、宿”七种墨法。又如，齐白石的弟子王铸九也极为讲究笔墨传承，其绘画作品延续了写意花鸟一脉的传统风格，并在此基础上进行研习和创新，其绘画笔力雄健，在花和叶的处理上又使用柔和的笔墨，突出笔墨的强烈对比，达到了一种刚柔并济的效果。

另一方面，新的绘画材料和技法不断涌现，为国画注入了新的活力。例如，现代艺术家在表现色彩时大量使用金属箔，利用其特有的光泽感增强画作的表现力；现代艺术家还用木板、亚麻布、棉布、墙皮等媒介作画，使画作表现更丰富的题材；等等。

同时，国画在国际文化交流中也发挥了重要作用，与其他国家和地区的绘画艺术进行了广泛的交流与合作。例如，《中西交流·丝路画韵——中外画家作品交流展》以“艺术编制丝路美景，文化推动交流互鉴”为主题，将国画与中东欧山川风物创新结合，展现了中国传统绘画形式的魅力，实现中国传统文化与中东欧国家历史人文的交融互鉴；中国国家画院和海牙中国文化中心联合主办的“国际视野下的中国绘画”作品交流展共展出 68 位中国艺术家的 98 件作品，涵盖了中国绘画的多种风格和技法，为西方观众带来全新的中国艺术视角。



思辨专区

国画的传承和创新在我们的日常生活中有哪些具体表现？



文化之旅

活动一 班级书法展

活动背景

书法被誉为“无言的诗、无形的舞、无图的画、无声的乐”，在中国传统艺术中具有重要的地位，折射出古人的审美与智慧。近年来，书法频频亮相于各类展览和庆典活动，成为连接古今的桥梁。

班级书法展既是一次展示个人能力的机会，更是对书法艺术的一次探索。在此次活动中，我们能全面了解书体演变的历史和不同风格，学习并展示书法技艺，提升个人书法水平和审美能力。

活动过程

一、赏析和创作书法作品

中国书法具有悠久的历史，书体繁多且各有特色。其中，最具代表性的就是五大书体：篆书、隶书、楷书、草书和行书。请选择一幅中国传统书法作品，分析其风格特点，根据其书体，模仿完成自己的书法作品，并填写活动记录表（表4-1）。

表 4-1 活动记录表

选择的作品	
作者	
书体	
书法特点	



二、书法作品展示和欣赏

在班级中设置展示栏，将各自的书法作品整齐地张贴于活动场地的展示栏中，并在作品旁边附上作者姓名、班级、作品名称，以及一段简短的创作说明。张贴完毕后，有序地欣赏展示栏中的书法作品，发现其中的亮点、特色或值得学习的地方，总结在下方横线上。

活动评价

请结合自己在活动中的表现进行自评，并邀请一位同学进行评价，填写实践活动评价表（表 4-2）。

表 4-2 实践活动评价表

评价项目	评价标准	分值（分）	自评	他评
赏析和创作书法作品	能够正确总结中国五大书体的风格特点和代表作品	20		
	能够根据所选书体完成一幅书法作品	20		
书法作品展示和欣赏	书法作品规范、美观，体现该书体的特点	20		
	能够完成一段创作说明，简单介绍本人作品	20		
	能够有序欣赏他人作品，发现他人作品中的优点，并以简练的语言做出总结	20		
总分		100		

活动延伸

观看《中国书法大会》节目

《中国书法大会》节目以中国书法经典作品为载体，通过书法爱好者的答题比拼和著名书法家的专业解读，展示中国书法艺术的源远流长和博大精深。通过这一节目，我们能够领略中国书法艺术的丰富内涵和独特魅力，了解中国书法文化的故事。

请观看该节目，并说一说你最喜欢其中的哪一幅作品，以及你喜欢该作



品的原因。请将具体内容写在下方的横线上。

活动二 我为传统绘画代言

活动背景

中国传统绘画是中华民族文化记忆的载体，承载着丰富的艺术、历史和文化价值，在继承和弘扬中华优秀传统文化的过程中发挥着不可替代的重要作用。了解中国传统绘画是深入体会传统文化之美的有效途径。通过本次活动，我们可以认识更多的绘画作品，激发对传统美术的兴趣和热爱，为传统绘画技艺的继承和发展贡献一份力量。

活动过程

一、演讲准备

以小组为单位进行活动，每组 5 ~ 8 人。首先，搜集关于传统绘画的信息，经过组内讨论后选择一幅代表作进行深入了解。其次，小组合作撰写一份演讲稿，为本组所选的作品“代言”，介绍其作者、创作背景、技法和创作特点等。最后，通过组内讨论选出一名代表进行演讲，其余成员负责准备演讲所需的课件、背景音乐、背景图片等素材。

二、模拟演讲

各组代表依次上台演讲，组内其他成员负责播放相关的课件、音频、背景图片，以及提供其他必要的协助，以确保演讲顺利进行。演讲结束后，各组成员分别总结自己在活动中的收获，并将总结内容写在下方的横线上。



活动评价

结合自己在活动中的表现进行自评，并邀请小组成员进行评价，填写实践活动评价表（表 4-3）。

表 4-3 实践活动评价表

评价项目	评价标准	分值（分）	自评	他评
演讲准备	能够与其他成员有效沟通，共同商定本组的演讲主题	10		
	参与演讲稿的撰写，自己负责的部分正确、全面	20		
	在讨论中发表自己的建议	10		
	按时、高质量地完成自己负责的任务	20		
模拟演讲	能够以饱满的精神状态和端正的态度参与或协助演讲，确保其顺利进行	20		
	能够条理清晰地总结活动的收获，并用准确的文字进行表达	20		
总分		100		

活动延伸

观看纪录片《美术里的中国》

纪录片《美术里的中国》聚焦中国近现代经典美术作品，每集讲述一幅画作与画家的故事，以数字技术助力艺术表达，展现画作背后的艺术创新、文化内涵和时代精神。

请观看该纪录片，谈一谈你对美术与历史的关系的理解，并将具体内容写在下方的横线上。
