

全民阅读体育知识读本

棒球、手球 —— 竞技与智慧 的结合



盛文林/著



台海出版社

全民阅读体育知识读本

6848.1

5



盛文林/著

棒球、手球 —— 竞技与智慧 的结合

台海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

棒球、手球: 竞技与智慧的结合 / 盛文林著. -- 北京: 台海出版社, 2014. 7

(全民阅读体育知识读本)

ISBN 978 - 7 - 5168 - 0433 - 9

I. ①棒… II. ①盛… III. ①棒球运动 - 基本知识②手球运动 - 基本知识 IV. ①G848. 1②G844

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 174925 号

棒球、手球: 竞技与智慧的结合

著 者: 盛文林

责任编辑: 王 萍

装帧设计: 视界创意

版式设计: 林 兰

责任印制: 蔡 旭

出版发行: 台海出版社

地 址: 北京市朝阳区劲松南路 1 号 邮政编码: 100021

电 话: 010 - 64041652 (发行, 邮购)

传 真: 010 - 84045799 (总编室)

网 址: www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E - mail: thcbs@126.com

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京鑫瑞兴印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 655 × 960 1/16

字 数: 130 千字

印 张: 12

版 次: 2014 年 10 月第 1 版

印 次: 2014 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5168 - 0433 - 9

定 价: 23.80 元

版权所有 翻印必究



前言

在中国，棒球和手球均是相对冷门的项目。然而，棒球在美国、日本等地却十分流行，手球在欧洲国家，如法国、意大利、丹麦等国也风靡城乡。这两项集智慧、力量、技巧于一身的项目被体育界誉为“竞技与智慧的结合”。

棒球是一项集体性、对抗性很强的球类运动项目，被美国、日本两国誉为“国球”。棒球比赛法定比赛人数最少为9人，与其近似的运动项目为垒球。棒球球员分为攻、守两方，利用球棒和手套，在一个扇形的棒球场里进行比赛。比赛中，两队交替进攻：当进攻球员成功跑回本垒，就可得1分。9局中得分最高的一队就胜出。

手球运动介于足球和篮球之间，许多规则也和这两者相似。这项讲究集体协作的项目，能让人感受到赛场上拼搏的精神，团队间队友协作的友谊和自强不息、坚持到底的毅力。

随着人们生活水平的提高，对精神和健身的需求日益增加，必然会推动棒球和手球运动的普及。

目前，我国有几十所高校和上百所中小学已经开展了棒球运动。虽然推广这一运动依然面临着很多困难，但前途是光明的。专业队方面，我们重视与国际接轨，与美国职业棒球大联盟的基础合作成效显著。另外，针对棒球运动规则复杂难懂的特点，中国棒球协会还着力开发游戏软件，让人们在娱乐的过程中学会更多的棒球知识，以达到推广运动的目的。

和棒球运动一样，手球运动也在近年迎来了发展的春天。许多中小学都开展了手球课程。青少年学生们利用业余时间训练手球，不仅在赛场上展现了顽强拼搏的精神，学习上也有了很大的进步和提高。还有一些小球员们实现了出国的梦想，在欧洲大地上留下了年轻稚嫩的身影。

我们相信，在广大师生的努力下，棒球和手球运动在不久的将来也会像足球、篮球一样，成为体育爱好者，尤其是青少年追捧的运动。

目 录

PART 1 项目起源	1
棒球运动的起源	1
手球运动的起源	6
棒球和手球运动的运动价值	10
PART 2 历史发展	15
棒球运动的发展与传播	15
中国棒球运动的发展	17
手球运动的发展	19
中国手球运动的发展	20
PART 3 目前状况	22
世界棒球运动现状	22
世界手球运动现状	33
PART 4 场地设施	36
棒球比赛场地和设施	36
棒球比赛用球	41

棒球比赛球棒	42
棒球比赛服装	44
手球比赛场地和设施	47
PART 5 竞赛规则	54
棒球竞赛规则	54
手球比赛规则	63
PART 6 技术战术	77
棒球技术战术	77
手球技术战术	98
PART 7 项目术语	103
棒球项目术语	103
手球项目术语	115
PART 8 裁判标准	132
棒球裁判标准	132
手球裁判标准	137
PART 9 赛事组织	143
棒球组织	143
手球组织	148
棒球比赛组织编排	152
手球比赛组织编排	153

PART 10 礼仪规范	156
运动员参赛礼仪	156
棒球、手球运动的欣赏意义	158
观众观赛礼仪	163
PART 11 明星花絮	166
梁扶初	166
王贞治	170
杰基·罗宾逊	173
瑞奇·亨德森	174
厄普敦	175
马格努斯·维斯兰德	176
安德烈·拉夫洛夫	177
杰克森·理查德森	178
尼古拉·卡拉巴蒂奇	178
PART 12 历史档案	181
世界棒球锦标赛历届奖牌榜	181
世界棒球经典赛历届奖牌榜	182
历届女子手球世界锦标赛奖牌榜	183
历届男子手球世界锦标赛奖牌榜	184

PART 1

项目起源

棒球运动的起源

争论不休的发明权

顾名思义，棒球就是一种棒打球的运动方式。和大部分运动项目一样，棒球也起源于游戏。在古代的中国、希腊、埃及和罗马的文物、图像中都有关于棒球运动的记载。据说，在 12 世纪中期的法国和西班牙，有一种独特的风俗，在复活节庆祝的游戏：所有人都涌向大街，兴高采烈地各执一根棍棒，打一个球。

这种游戏传到英国并发展成“板凳球”，其形式类似现在的板球，它的名字是由游戏中使用的挤奶女工的小板凳而来的。经过一段年月，小板凳从一只增加到四只，攻守也轮流在各“垒”进行。经逐渐发展、演变，它被称做“圆场棒球”并成为流行于英国，受青少年所喜爱的一项球类运动。

有关这项运动的最早准确资料是数百年后的 1744 年出版的《袖珍小画册》刊印的一幅版画，绘有儿童玩棒球的场面。该书同时也提到了圆场棒球的观念。

早期到美洲定居的英国侨民也把圆场棒球、板球和器材设备带到了美洲。约在 18 世纪初,游戏者舍弃了老式的球棒和球,又把木桩埋在地上作为“垒”。游戏的方法是圆场棒球和板球的结合,并增加了游戏者们想出来的新技巧。

这种原始棒球在当时美洲殖民地的新英格兰地区很普及,但场地的形状和大小各不同。名称也很多,如“城堡球”(Town Ball)、“一只老猫”(One Old Cat)、“马萨诸塞球”(Massachusetts Game)、“门球”(Goal ball),也称“棒球”(Baseball)。

关于近代棒球运动起源于美国还是英国,长期以来都存在争议,19 世纪末期,争论逐渐高涨。被认为“棒球之父”的亨利·查德威克(Henry Chadwick)是棒球记录表的发明人。他曾表示,美国棒球是出自英国的圆场棒球,它传到美国后,变成了“城堡球”,再演变成棒球。他是这种演化的目击者,他在儿童时在英国看到过圆场棒球比赛,看到了从圆场棒球到城堡球,再到棒球的发展过程。也就是说,他的说法具有很强的可信性。

斯波尔丁(A. G. Spalding)是一位著名的运动用品商店的创始人、优秀投手和《棒球指南》的发行人。他则声称,棒球是美国人的发明。

那么,棒球到底是何人在何时何地发明的呢?1905 年,美国成立了棒球起源调查委员会并进行工作。1907 年,该调查委员会作出的调查结果是:棒球是由美国陆军军官阿布纳·道布尔戴(Abner Doubleday)将军于 1839 年在纽约州的库珀斯敦(Cooper stown)发明的。

这一结果虽被较普遍地接受,但仍有争议,因为还有另一种说法:阿布纳·道布尔戴是南北战争中联邦政府军的优秀战士,1839 年一直在西点军校而没有在库珀斯敦,从来没为棒球做过什么工作甚至没有看过棒球赛。

一些权威人士也对此表示否定，认为棒球是英国移民传到美国的，在英国圆场棒球的基础上发展起来，后来才逐渐成为美国的“国球”。

棒球运动的发源地

如今，坐落在美国纽约州中部，居民只有 2300 人的小村镇——库珀斯敦已经被棒球界人士公认为棒球运动发源地。因为库珀斯敦镇曾经发生过“一个委员会、一个破烂的棒球、一位慈善家和百周年纪念活动”四个事件。

“一个委员会”是指密尔斯委员会。1905 年在棒球先驱斯波尔丁倡议下，由 7 位棒球界名人，其中包括一位来自纽约州，早在美国南北战争时期打过棒球的密尔斯上校，组成了一个专门探讨美国棒球起源问题的密尔斯委员会。

当时，有位著名的棒球作家叫亨利·查德威克（即上文中提到的“棒球之父”），他根据该委员会的调查写了一篇文章，认为棒球是由英国的圆球游戏演变而成的。然后在以后三年的探索中，听取了一位叫阿布纳·格雷夫斯的证词。

阿布纳·格雷夫斯是来自科罗拉多州丹佛市的煤矿工程师，他说他在库珀斯敦镇念书时对阿布纳·道布尔戴创造的“市镇球”加以改进，20~50 名孩子在球场上防守用 4 英寸宽的平木板打出来的球。

格雷夫斯说，他当时就参加了这种游戏，他还看见道布尔戴用拐杖在地面上画出场地范围、安置垒位，形成早期投手、接手和棒球运动的概念。密尔斯委员会最后于 1907 年 10 月 30 日提出报告说：“根据到目前为止所能了解到的最好证据，棒球比赛最早的设计人是纽约州库珀斯敦镇的阿布纳·道布尔戴。”

上文已经说过，密尔斯委员会的这一说法只是一家之言。关于棒球

的发明权，至今仍有争议。

其次是一个破烂棒球。1932年，在距离库珀斯敦约5公里的纽约州富来溪交叉路口的农舍里，发现了一个沾满灰尘的皮箱。箱内有一只棒球，尺寸比现代棒球小些，已经变形，是手工制作的且球面已破开，填充物是棉布，而不是毛线和麻线，球面是缝合的，这个球很快就被认为是“道布尔戴棒球”。

其三是一位慈善家。那个破烂的棒球被发现后，不久就被住在库珀斯敦镇的一位慈善家史蒂芬·克拉克以5美元买走。他把这个球，还有当时所能收集到的纪念棒球的物品，陈列在当地俱乐部的一个房间里。



这间陈列室是镇公所办公室，但是这个小小的陈列室却引起公众的极大兴趣。后来，得到美国职业棒球联盟总裁、全国棒联和全美棒联领导人的支持，终于在库珀斯敦镇建立起了全国棒球展览馆。

库珀斯敦镇上随处可见打棒球的青少年

最后是棒球百周年纪念，1935年，美国棒球展览馆决定在1939年举行棒球百周年纪念活动。全国棒联主席福特·富历克建议，建立名人堂以表彰在棒球事业中作出突出贡献的人。1936年进行第一次提名，著名棒球人物泰·科普、贝贝·卢斯、洪纳斯·华格纳、克利斯蒂·马修逊和华德·约翰逊等入选名人堂。

1939年6月12日，库珀斯敦镇举行了规模宏大的棒球百周年纪念活动，正式命名这个展览馆为“全国棒球名人堂和展览馆”，当时进入名人堂的共25人。

这就是小小的库珀斯敦镇为什么成为美国棒球发源地的原因，尽管

对此也有人提出疑问：如阿布纳·道布尔戴 1839 年一直住在西点军校，从来没有到过库珀斯敦镇；道布尔戴的日记里从未提及棒球等。

总之，有关美国棒球起源的问题，不管将来得出怎样的结论，它确实起源于那个时代的农村环境里，因此，把库珀斯敦镇作为棒球运动的起源地，人们是可以接受的。

美国的“国球”

据现有资料来看，棒球在 1840 年已经风靡美洲大陆了。当时，美国青少年大都很喜欢这项运动。1842 年，纽约人草拟了一个棒球场地图，成年人也开始喜欢和从事这项游戏，并扶植它发展成一项重要的运动项目。此后棒球比赛的场地随着游戏的发展和水平的提高而逐渐演变。

1845 年，“纽约人棒球俱乐部”在纽约成立，它是历史上第一个这样的组织。俱乐部立即着手设计满意的比赛场地和制定出标准的比赛规则。这一标准化的举措，在棒球发展史上具有重要的意义。1845 年制定的统一规则，其中某些规定至今仍在在使用。

1846 年，又设计出了扇型场地，并几经修改，一直沿用到现在。同年 6 月 19 日，在新泽西州埃里西安球场，按制定出的统一规则首次进行了比赛。

1852 年，比赛首次使用了正式比赛记录表，运动员首次穿戴服装——白上衣，蓝长裤。1858 年，规定正式比赛为九局，取代了以前以先得 21 分的一队为获胜队的规定。同时，纽约和新泽西两州已成立了 25 个业余棒球俱乐部。各俱乐部所有球队进行了比赛，并成立了全国棒球运动员联合会（The National Association of Baseball Players）。

1865 年，棒球运动开始职业化，到 1869 年，世界上第一支职业棒球队——“辛辛那提红袜”在美国宣布成立。随之，许多职业球队联



酷爱体育运动的塔夫脱

合成各种不同的联盟。

1871年，职业运动员联合成立全国职业棒球运动员协会。

1876年，该协会改称全国职业棒球俱乐部联盟，简称全国棒球联盟。该联盟是现存职业棒球组织中历史最悠久的一家。

1875年，开始使用一种简

单的分指手套接球。在此之前，是徒手接球。由于球硬度提到，击球技术提高，传球力量和速度加大，职业球队间比赛频繁和激烈，促进了器材、用具的发展和改进。同年，接手开始使用护面。

1910年，时任美国总统威廉姆·霍华德·塔夫脱（William Howard Taft）正式批准棒球运动为美国的“国球”。塔夫脱的这一举措大大促进了棒球运动在全美的普及与发展，同时对改善国民体质，提高人民的生活质量也起到了巨大的推动作用。

随着美国综合国力的增强和对外扩张，棒球作为精神“商品”也输出到世界各个国家和地区，并且逐渐发展起来。

手球运动的起源

古代的“手球”游戏

顾名思义，手球是一种用手控球的球类运动。手球运动是一种介于

足球和篮球之间的运动，和篮球更加接近。因为手球、篮球都是用手控球进行攻击的运动，手球的很多规则是参照篮球制定的。

标准的手球比赛由两只球队各派 7 名球员（包括 1 名守门员）参加，双方球员在规定的长方形的球场上相互进攻，努力将球射入对方球门：每进一球，可得一分，比赛时间结束后，得分多的一队获胜。

目前，手球运动分成两类，可以根据人数的多少，分为七人制手球和十一人制手球，也可以根据场地的不同，分为室内手球和室外手球。20 世纪中期，七人制手球成为奥运会比赛项目，从此七人制手球成为主流。

这项介于足球和篮球之间的运动起源于何时、何地呢？关于手球的起源，体育界一直争论不休，至今没有定论。再加上，这项运动的受众较小，在球类运动中属于冷门项目，人们对它的研究热情也不高。

但至少有一件事是众所周知的：作为如今奥运会的正式比赛项目之一，手球起源于欧洲是毋庸置疑的。手球在欧洲历史上是各个球类项目中的一个远支。1926 年，在希腊附近的德普策斯城墙的墓碑浮雕上，描绘了公元前 8 世纪与现代手球非常相似的供达官贵族消遣娱乐的“手球”游戏的情景。据说，“手球”游戏的起源和游戏的内容以及规则并没有很大的联系。

由此可见，欧洲人很早就开始从事手球运动了。荷马的《奥德赛》一书中对此也有记载。古希腊人在形容手球运动员时，称他们为缪斯，荷马在书中写到：“其中一人弯着腰，把球向高处投向布满云彩的天空，然后另外一个人跳到空中，在他的双脚落地之前灵巧地抢到球。”

古罗马人也曾从事几项球类运动，其中之一叫做哈佩斯东，一种在形式上最接近手球的运动。而生活在 2 世纪的罗马专家克老蒂斯·加勒尼斯形容说，它是一种集体比赛运动：运动员把球抛给他们的队友，同

时要避免球被对手抢去。

在中世纪，德国抒情诗人沃尔森-翁德-沃戈尔维德在他的诗中称和手球类似的一个游戏为抢球游戏。而在 16 世纪的法国，海柏莱这样描述一种手球运动：球员们用他们的手掌来打球。

“手球之父”和手球

抛开古代的“手球”游戏不谈，现代手球运动的形成其实是在 19 世纪的丹麦。在 19 世纪末这个新旧世纪交替的年代，三位热爱运动的体育教师用自己的热情为体育事业贡献了一项伟大的运动。

第一位伟大的体育教师，就是被誉为“手球之父”的丹麦人霍尔格·尼尔森。一般认为，手球运动由霍尔格·尼尔森在 1898 年所创。他在室内场地的两端各设立一个球门，比赛双方各派出 7 名球员参加，通过传球来进攻对方球门。1906 年，他制定了手球基本规则并大力推广。

同时期的德国，一位体育教师海泽尔发明了一种类似手球的运动——门球。门球专为女子球员设计，球员在比赛中不得接触对方身体，形式和现代手球基本相似。

1919 年，另外一位德国体育教师卡尔舍伦茨改进了海泽尔的设计，参考门球规则创立了十一人制手球（室外手球）的基本规则，如规定持球者传球前可以走三步，双方可以发生身体接触等，并在欧洲大力推广。自此，手球成为欧洲地区极为流行的一项运动。

1920 年，手球的竞赛规则进一步完善。1925 年，德国与奥地利举行首次国际手球赛。当时是德国队以 6:3 取得了比赛的胜利。此后，手球运动逐渐从欧洲流传到世界各地，并流行起来。三年之后，国际手球业余联合会宣告成立，到了 1936 年它已经拥有了 23 个成员国。同年在柏林奥运会上手球被列为正式比赛项目，手球第一次真正登上了世界体

育的舞台。

手球运动的特点

对抗激烈

对抗激烈是手球竞赛最主要的特点。在手球比赛中，规则规定防守队员用身体阻挡进攻队员是合法动作。由此，手球比赛中身体接触异常频繁，对抗自然也就特别的激烈了。虽然足球比赛中也允许合理的身体接触，但由于手球场比足球场小得多，队员身体接触的机会比足球要多得多，所以对抗更为激烈。

运动员在经过激烈的对抗，终于得到射门机会时，还要在对抗中用尽全力射门。这更进一步增加了手球比赛对抗的强度。



打手球的孩子们

速度快

手球比赛中，传球速度快，队员跑动快，战术配合

快，看起来令人眼花缭乱，精彩纷呈。手球规则规定，只要进攻的队员身体没有失去平衡，还能够继续进攻或进行配合，裁判员就不要中断比赛，使比赛能够快速连续地进行。这一规则特点决定了手球比赛的高速度。旋风般的速度，出神入化的快速传球，可使观众感受到运动员所创造的速度魅力。

动作精彩

手球守门员鱼跃扑球，网球比赛中运动员鱼跃救球等动作，在手球