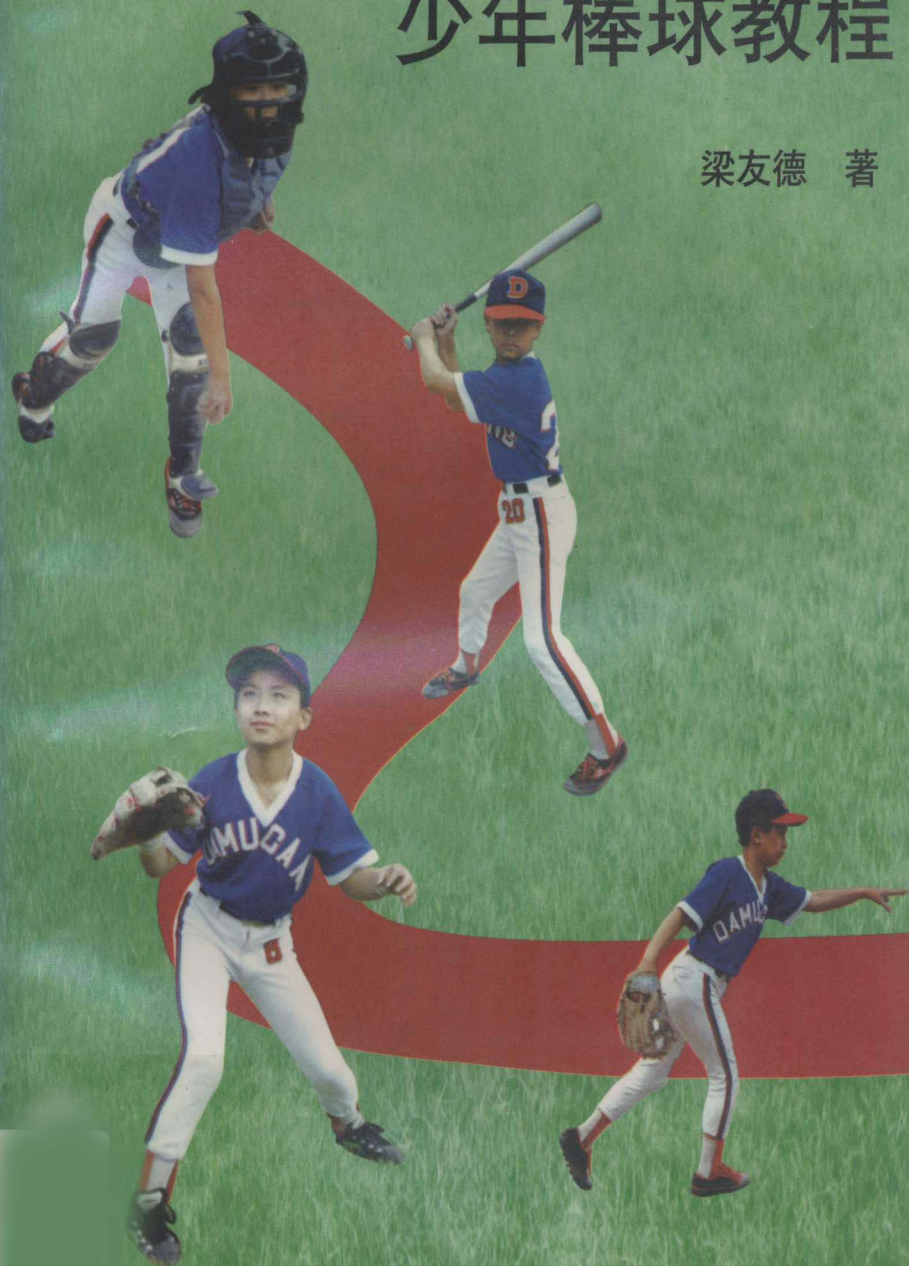


98.4.16

少年棒球教程

梁友德 著



一九九七年 北京

少年棒球教程

梁友德 著

中国棒球协会出版

中国社会科学院日本研究所排版

1997年9月印刷

印数:1200册

成本费:19元

序

我热烈祝贺梁友德同志编写的《少年棒球教程》一书的出版。

有关棒球运动的著作，不论在旧中国，还是在新中国建立之后，一直寥寥可数。自十一届三中全会以来，我国棒球运动在党的领导下，在全国二十多个城市中迅速开展，队数日多，水平也大有提高。特别是少年儿童棒球队，近几年来在国际比赛中多次获得优异成绩。展望未来，随着改革开放的日益深入，棒球运动的国际交往也将日益频繁。这更促使我们要尽快赶上世界先进水平。就在这时候，梁友德同志的《少年棒球教程》和大家见面了。我相信，它将有有助于我国棒球运动的发展和提高。

梁友德同志生长在日本。从小就接触棒球运动，而且在他父亲梁扶初先生熏陶和影响下，对棒球运动产生了深厚的爱好。回国后，一直从事棒球运动，从未间断。1978年，由于工作的需要和出于他的爱好和志愿，他离开了工作多年的北京外国语学院，调整到北京市体委科研所从事棒球专项的训练和研究工作。他表示要一辈子搞棒球工作。

十多年来，梁友德同志以满腔的热情，怀着对棒球事业的责任心和对祖国的荣誉感，为发展我国的棒球运动作了大量工作。他多次编译审定了棒球竞赛规则，编写了《棒垒球竞赛裁判法》和《棒球竞赛记录和技术统计法》。他长期担任赛区裁判长工作，多次主持裁判员培训班，培养和壮大了我国的裁判队伍。他大量编译了国外棒球科技资料，引进了美日等国的先进技术。

他不擅空谈，一直脚踏实地地搞基层棒球队的训练工作。他先后执教于北京外语学院，北京工业学院附中，育才学校，北京体育师范学院竞技体校等棒球队。不论严冬酷暑，他都坚持训练。他所训练的队，先后在全国比赛中多次取得冠军和亚军，在

亚太地区波尼棒球比赛中荣获冠军，在国际棒联主办的世界AA级少年棒球锦标赛中取得第三名，为北京和国家赢得了荣誉。

梁友德同志现年69岁，1987年已经离休，然而，他仍然精神饱满，继续为发展我国的棒球运动辛勤工作。他现在是中国棒球协会副主席，北京市棒球协会常务副主席，并多次担任赛区的技术顾问。在去年的亚运会棒球表演赛和今年的第16届亚洲棒球锦标赛中，他受任为技术代表。他为全国和国际比赛作了大量技术指导方面的工作。

梁友德同志常常说，棒球是他的爱好，多苦多累也乐而为之。又说：中国的棒球上不去，死不甘心。

我想，这本书给予大家的不仅是一些棒球运动的技术和知识，而且是对棒球事业的献身精神。

魏明

(1997年8月)

魏明同志曾任北京市体育运动委员会主任，现任中华全国体育总会副主席，北京市体育总会主席、中国棒球协会主席。

写在前面

我原是学英语、从事英语工作的。直到 1978 年我才调到北京市体育科学研究所从事棒球专项的研究工作。但是，即使我在从事英语工作的时候，我从未停止过打棒球、教棒球，写棒球。

我的心愿是为发展我国棒球事业并尽快赶上世界先进水平而贡献一生。我的信念是亚洲的日本、南朝鲜、我国台湾的棒球能上去，我们也能赶上去。我的决心是积极努力，埋头苦干，团结合作，奋斗到底。

我在多年从事少年儿童棒球训练工作和学习参考国内外棒球技术中，积累了一些经验和教训。我早就有意写一本书提供给学习棒球的同志们参考。但是由于忙于眼前的许多工作，致迟迟没有把它完成。

第十一届亚运会取得了举世瞩目的成就，棒球表演赛也办得很成功。这促使我国的棒球运动更要快马加鞭，迎头赶上。这驱使我要早日写好一本有关少年儿童棒球的书。经过最近一段时期的努力，首先于今年一月完成了《少年棒球录象教材》的摄制工作。现在，又完成了这本《少年棒球教程》。

它是我多年从事少年棒球训练工作的总结。我认识到棒球训练的全部内容是：

思想作风是根本，身体素质是条件，
传球接球是基础，投球击球是关键，
战术意识是法宝。

这本《少年棒球教程》将围绕这些内容分十一讲逐一介绍。全书二十万字以上。为了做到图文并茂，加插照片、图片四百幅以上。

本书与《少年棒球录象教材》可供互相参考。

本书之所以得以问世，是得助于我国棒球协会领导的关怀

和支持,得助于热心棒球事业的单位和个人的赞助。我竭诚向他们表示我衷心的感谢。

由于本人水平有限,编写时间又十分紧,所以,错漏或所难免,还望读者不吝指正。

梁友德

1991年6月于北京

鸣 谢

由于我国棒球运动还不十分普及,棒球书刊的出版还有许多困难。我不得不采取自筹资金、八方求援的办法使这本《少年棒球教程》得以问世。我非常高兴的是:中国棒球协会和北京市棒球协会的领导给了我极大的关怀和支持。还有不少热心于棒球事业的单位和个人给了我大力的资助。值此书问世之际,我竭诚向下列单位和个人致以衷心的感谢:

中国棒球协会

北京市体育科学研究所

北京市棒球协会

北京市国际体育交流中心

梁扶初棒球发展基金会

香港吕洲男先生

香港陈振祥先生

广东省中山市郭琳海先生

美国旧金山梁友文先生

大连市东北财经大学孙德友先生

为尊重资助单位和个人的意愿,本书将作为“非卖品”分赠给我国从事棒球运动的教练员、运动员和一切关心和爱好棒球运动的同志们。因此,以上单位和个人对我的支持和赞助,也是对我国棒球事业的关怀和支持。他们跟我们一样,热切希望我国棒球运动得到迅速的发展和提高,真诚希望我国能尽早跻身于世界棒球强国之林。

在此,我,同时代表我国棒球教练员、运动员和爱好者竭诚向他们致以衷心的感谢。

此外,我也衷心感谢一贯支持我从事棒球工作的中国棒球协会主席魏明同志为本书作序。

梁友德

1991年6月于北京

加印的话

《少年棒球教程》是1991年12月出书的，印数2000册。当时，正值国家体委和中国棒球协会在北京市召开了第三届全国棒球工作会议。作为棒球工作的一项成果，曾将该书作为“非卖品”赠发给各省市体委、棒协以供参考。册数超过1000。之后几年内，陆续小批量赠发给各地棒球队、体育院校。凡是函索该书的，都予以满足。直到1995年，该书已全数赠发完毕。之后，仍然有函索的，但都未能满足要求。

该书与读者见面后，受到国内外棒球界的欢迎。香港棒球总会曾在其机关刊物《上垒》中全文连载；广州鹰巢棒球学校曾作为教材使用；日本少年野球联盟曾载文介绍了该书的出版和主要内容；美国旧金山熊猫少年棒球队教练梁友文先生称赞该书“写得不错”，如此等等。不一而足。

最近，随着少年棒球在各地的发展，函索该书的又见增加，特别是香港棒球总会，提出予订成百册的要求。为此，我决定加印1200册，以回应读者。

说是加印，除文字上作了个别增删外，插图大部分都重新摄制了。封面也重新设计的。希望以新的面貌与读者见面。

我衷心感谢下列单位和个人。他们为该书的加印慨予赞助，致该书能与更多的读者见面，满足棒球界日益增加的需要。我衷心感谢他们。这些单位和个人是：

按赞助先后排列：

香港棒球总会

北京长城体育制品厂

成都市棒垒球厂





广东省棒球代表队

攀枝花市体育厂

北京市体委群体处
清华大学棒球俱乐部
北京市丰台棒垒球运动学校
北京王国钧同志

梁友德 1997年8月

本书图例:

- | | |
|---|------------------------|
| 1—投手 | B—击球员 |
| 2—接手 | R—跑垒员 |
| 3—一垒手 | U—裁判员 |
| 4—二垒手 | B ₁ —第一个击球员 |
| 5—三垒手 | B ₂ —第二个击球员 |
| 6—游击手 | (以下类推) |
| 7—左外场手 | R ₁ —第一个跑垒员 |
| 8—中外场手 | R ₂ —第二个跑垒员 |
| 9—右外场手 | (以下类推) |
|  —击出高飞球 | B→击球员击球后跑垒或击球方向 |
|  —击出地滚球 | R→跑垒员跑垒路线 |
|  —击出平直球 | ↔→传球方向 |
|  —击出触击球 | 4→二垒手移动路线 |
| 《》—夹杀 | 6→游击手移动路线 |
| C—教练员 | (其余类推) |



美国纽约洋基棒球场比赛盛况



日本东京后乐园巨蛋室内棒球场比赛盛况

