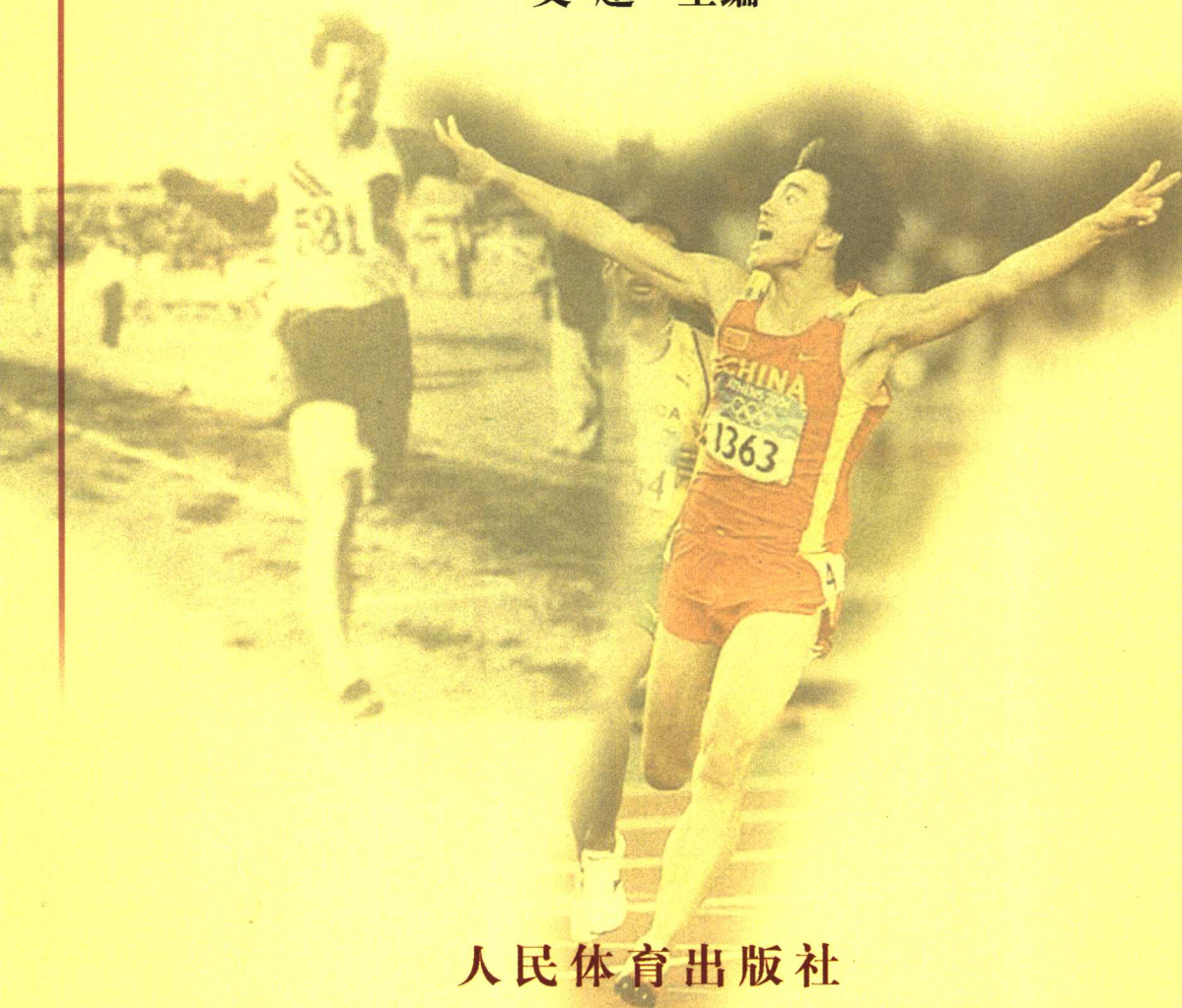


中国田径运动百年

ZHONGGUO TIANJING YUNDONG BAINIAN

全国田径理论研究会组织编写

文超 主编



人民体育出版社

100 中国田径运动百年

ZHONGGUO TIANJING YUNDONG BAINIAN

全国田径理论研究会组织编写

文超 主编

人民体育出版社

中国田径运动百年

全国田径理论研究会组织编写

文 超 主编

人民体育出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国田径运动百年 / 文超主编; 全国田径理论研究会组织编写. —北京: 人民体育出版社, 2006

ISBN 7-5009-3070-4

I. 中… II. ①文… ②全… III. 田径运动-体育运动史-中国 IV.G820.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 120399 号

*

人民体育出版社出版发行
北京中科印刷有限公司印刷
新华书店经销

*

787×1092 16 开本 25.75 印张 605 千字
2006 年 11 月第 1 版 2006 年 11 月第 1 次印刷
印数:1—3,000 册

*

ISBN 7-5009-3070-4 / G·2969

定价:39.00 元

社址: 北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)

电话: 67151482(发行部)

邮编: 100061

传真: 67151483

邮购: 67143708

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与发行部联系)

I DO I WIN

要多威! 有多威®

多威的成功来自于:

1 机遇
2 朋友
3 自身

多威体育用品有限公司简介

昆山多威体育用品有限公司是中国目前民族企业中规模最大、最具特色的体育运动专用鞋生产企业。它占地面积2.1万平方米,拥有两套进口流水线。目前,年生产各类运动鞋60万双。产品60%用于中国国家队,各省、市体工队;40%销往欧美16个国家。2005年多威成为首届获得“中国名牌”称号的专业运动鞋生产企业,并于同年获得中国体育品牌特别贡献奖。

在2000年悉尼奥运会上,我国有7名运动员穿着我国自己生产的民族品牌运动鞋进入奥运赛场,其中5名运动员获得金牌,改变了以往在世界大赛中只穿世界品牌运动鞋才能获得世界冠军的传统观念,开创了中国体育健儿穿中国民族品牌运动鞋在奥运赛场上夺金的先河。

本公司重视体育用品的科技研究,不断提高体育用品的质量。2005年曾聘请北京体育大学、清华大学、国家体育总局科研所及国外有关科研人员成立了专家组,进行了专业运动鞋的科技研发。根据各运动项目不同特点对运动鞋的不同要求,并结合人体工程学、生物力学、矫形学、生理学等特点,对鞋的结构、鞋材的选用、大底花纹形状、橡胶的硬度与弹性、摩擦和止滑系数以及鞋的翘度等方面都进行了科学合理的设计。

本公司目前生产的主要品种有:田径、武术、太极拳、跆拳道、击剑、举重、拳击、摔跤、羽毛球、乒乓球运动鞋袜、比赛服等系列配套用品。其中田径运动用品颇多,如马拉松鞋、竞走鞋、慢跑鞋、中长跑鞋、短跑鞋(有六钉、七钉、八钉),各跳跃项目用的九钉鞋,无钉投掷鞋及十一钉标枪鞋。此外,还有男女长短运动套服等。欢迎体育界,特别是田径界的朋友们到本公司的各地销售点选用并提出宝贵意见,我们会将公司办得更好。

昆山多威体育用品有限公司总经理唐明生热烈祝贺《中国田径运动百年》一书出版发行。

2006年11月



Do-win

昆山多威体育用品有限公司

Do-Win Sports Goods Co., Ltd

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ericongbook.com 电话: 0512-57626555 网址: www.do-win.com



要多威 有多威 中国名牌

关爱老人 始于足下 多威老年保健鞋
让我们的父母更健康!



人人有父母 家家有老人
人到中年要多挤出点时间来陪伴我们的父母，因为他们和我们相处的时间会越来越少了。能为他们办到的事，应尽快去满足他们，要不然到那时会后悔莫及。

帮助别人 = 3分利于自己 关爱老人 = 6分关心自己
爱护地球 = 9分保护自己



昆山多威体育用品有限公司
(专业运动鞋研发中心)
中国老龄协会
多威爱心基金



送给我们的父母



多威 跑步专用鞋

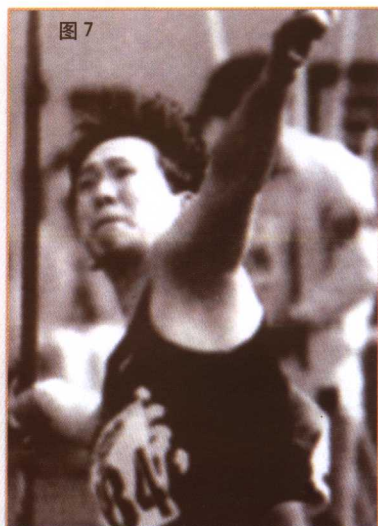


图 6

图 5

图 7

图 1: 中国第一位参加奥运会田径比赛的短跑运动员刘长春

图 2: 新中国第一次打破女子跳高世界纪录的运动员郑凤荣

图 3: 新中国第一次打破男子跳高世界纪录的运动员倪志钦

图 4: 三破男子跳高世界纪录的运动员朱建华

图 5: 中国台湾省打破女子 100 米、100 米栏世界纪录的运动员纪政

图 6: 第 3 届世界田径锦标赛女子铅球金牌获得者黄志红

图 7: 第 3 届世界田径锦标赛女子标枪金牌获得者徐德妹

图 4

图 1

图 2

图 3



图 8



图 9

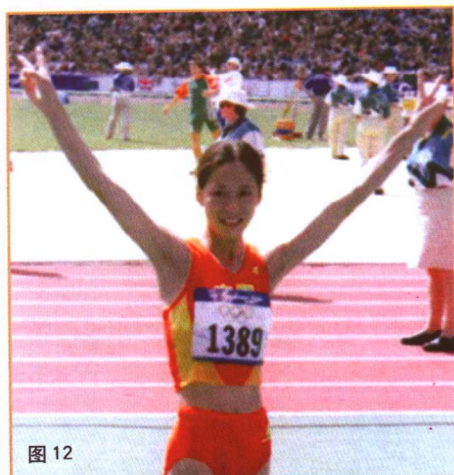


图 12



图 10

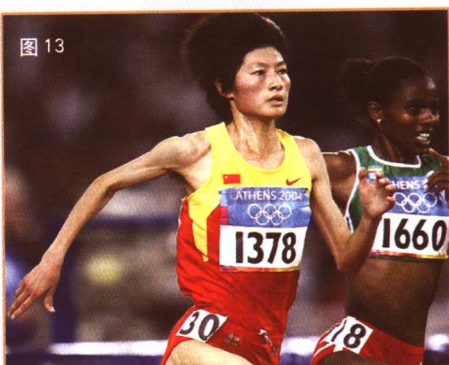


图 13

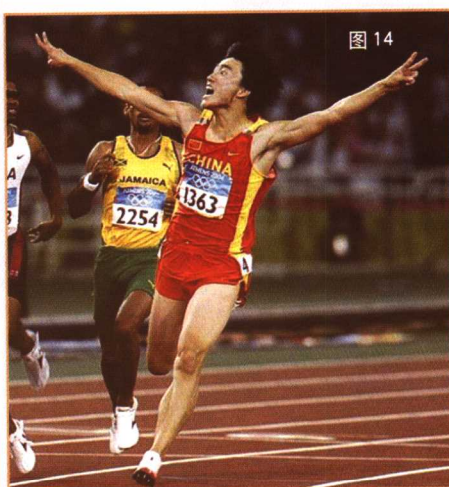


图 14

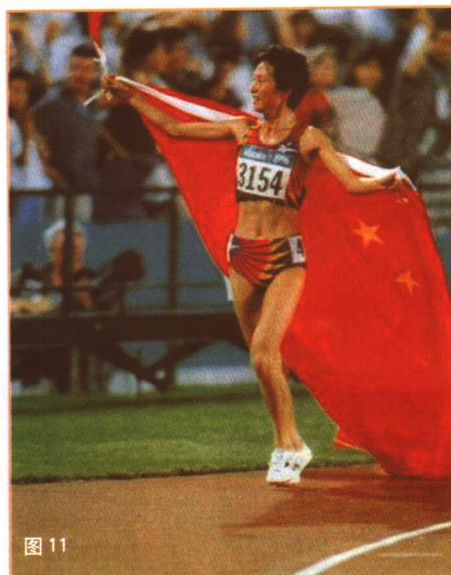


图 11

图 8：第一位女子三级跳远世界纪录创造者李惠荣

图 9：中国第一位奥运会女子 10 公里竞走金牌获得者陈跃玲

图 10：多次打破女子撑竿跳高世界纪录的孙彩云

图 11：第 26 届亚特兰大奥运会女子 5000 米冠军王军霞

图 12：第 27 届悉尼奥运会女子 20 公里竞走冠军王丽萍

图 13：第 28 届雅典奥运会女子 10000 米冠军邢慧娜

图 14：第 28 届雅典奥运会 110 米栏冠军刘翔

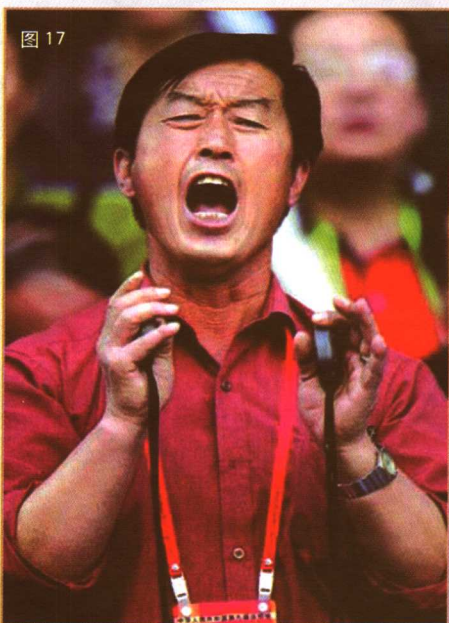


图 15：黄健教练指导郑达真进行跳高训练

图 16：胡鸿飞教练指导朱建华进行跳高训练

图 17：中长跑教练员马俊仁

图 18：竞走教练员王魁

图 19：铅球教练员阚福林

图 20：跨栏教练员孙海平



图21 新中国成立以来体育院校
田径教材一览

- ① 1961年版本,体育学院本科讲义《田径运动》
- ② 1978年版本,体育系通用教材《田径》
- ③ 1984年版本,体育系通用教材《田径》
- ④ 1989年版本,体育学院专修通用教材《田径》
- ⑤ 1994年版本,体育学院专修通用教材《田径运动高级教程》
- ⑥ 1999年版本,体育院校普修通用教材《田径运动教程》
- ⑦ 1998年版本,体育院校函授教材《田径》
- ⑧ 2003年版本,体育学院专修通用教材《田径运动高级教程(修订版)》



图 22: 第 1 届现代奥林匹克运动会主体育场

图 23: 南京中央体育场

图 24: 上海市江湾体育场

图 25: 北京工人体育场

图 26: 上海(八万人)体育场

图 27: 广东奥林匹克体育中心

图 28: 南京奥林匹克体育中心

编委会

编委会主任：苏明理

编委：（以姓氏笔画为序）

文超 朱詠贤 苏明理

徐昌豹 容仕霖 梁田

韩敬 蔡锡元 阚福林

主编：文超

副主编：苏明理 徐昌豹

编纂定稿：

文超 苏明理 徐昌豹

梁田 阚福林 容仕霖

韩敬

前言

现代田径运动在中国已有一百多年的历史。中国田径运动百年是从无到有,逐步开展、普及提高并取得巨大成就的百年,也是中国几代田径工作者历经坎坷、饱受磨难、学习研究、勇于探索和艰苦奋斗的百年。

中国田径运动百年既有丰富的实践和成功的经验,也有失败的体验和深刻的教训。

中国田径运动百年造就了新中国田径运动的一代精英,在他们身上体现了中国运动员顽强拼搏、锐意进取、献身事业和不惧失败的可贵精神。为了更好地宣传和推动田径运动的发展,全国田径理论研究会组织我国具有较高田径理论水平和丰富实际工作经验的专家、教授执笔撰写成这本《中国田径运动百年》,它是一部具有历史性、学术性、趣味性并带有总结性的读物。它对了解、普及我国田径运动,提高我国田径运动教学、训练和科学研究等工作,颇有参考价值。我们愿将它奉献给广大田径专业工作者,以及其他体育工作者和体育爱好者,为我国田径事业的发展略尽微薄之力!

田径是一项世界性的运动项目。中国田径运动是世界田径运动的重要组成部分。我们在编写本书的过程中,尤其是在翻阅了大量的文献资料后,展现在我们面前的是一幅中国田径运动发展的恢宏画卷。特别是在新中国成立以来,我国先后涌现出郑凤荣、朱建华、王军霞、黄志红、陈跃玲、刘翔和纪政(中国台湾)等一流和超一流的世界级选手;造就了黄健、胡鸿飞、王魁、马俊仁、阚福林、孙海平等世界级教练员。

中国田径界创造的多项训练法,例如跳高训练法、竞走训练法、中长跑训练法、铅球训练法、跨栏训练法等在不同时期都取得过重大成功并得到世界同行的认可。中国有较高水平和能力的世界一流田径社会活动家,如现任国际田联副主席的楼大鹏先生,以及现活跃在国际田径界的罗超毅博士和冯树勇博士等。

近二十年来在广大田径理论工作者的努力下,中国体育界具有权威的人民体育出版社出版发行了许多田径著作,具有代表性和影响较大的有《运动训练科学化探索》《田径运动高级教程》等。

此外,中国田径还有着较高水平的科研队伍和竞赛裁判员队伍,以及多处世界一流田径设施。

对此我们深深感到,中国田径工作者有信心、有能力担负起振兴中国田径运动重任;有责任、有能力使中国田径运动更好地融入到世界田径大家庭中去。

在编写本书的过程中,我们坚持以科学发展观为指导,坚持实事求是,对人、对事以辩证唯物主义与历史唯物主义的观点加以分析和评论,尽力做到真实、准确、全面和客观。

为了更准确地反映中国田径运动的发展,本书原则上以1896年第1届奥运会田径

赛为起点，写至 2005 年我国第 10 届全国运动会，具有严密的时间顺序。

同时，本书在主要写成就、写人物、写经验、写问题的同时，对有较大影响的失误也列入其中，以警示后人。本书还对一些事件表述了观点，提出了看法，以供人们进行深入研究和思考。

全书分上下两部分。

上部：包括第一章至第十五章。主要阐述当前正式田径运动比赛项目在中国近百年的开展状况和具有一定影响的人物和事件。

下部：包括第十六章至第二十七章。主要阐述田径运动其他重要领域。特别是有些工作、设施、规范、规则等都有国际田联国际标准的要求，我们都要遵循。而有的则是从我国实际情况出发，提出要求、规则等，以健身与增强人民体质为目的。

近三十年的改革开放使我国的经济建设取得了突飞猛进的发展，同时也将中国体育带入了世界大国的行列。然而就田径运动来说，由于种种原因，与世界田径强国美国、俄罗斯等相比，我国的世界一流田径人才还很少，总体水平不高，这要求我们中国田径工作者不懈地奋斗、学习、实干、创新，努力为中国和世界田径运动作出更多的贡献。

《中国田径运动百年》虽然由 45 位专家、教授编著，但仍感能力不足，难免有疏漏甚至错误，敬请读者予以指正并反馈，我们将及时补充与改正。为此，本书最后简介各章作者，以便联系，亦可将意见直接寄主编处。

在编著《中国田径运动百年》的两年中，得到体育界很多同仁和朋友的热情支持、帮助和鼓励，人民体育出版社对本书的出版给予大力支持和帮助，在此一并表示谢意。

在《中国田径运动百年》即将出版发行之际，刘翔在 2006 年 7 月 12 日瑞士洛桑进行的田径超级大奖赛中以 12.88 的优异成绩创造了新的 110 米栏的世界纪录。震撼中外田坛，中国人民受到莫大鼓舞，我们在此表示热烈的祝贺。

编者

2006 年 8 月

目 录

概 论	(1)
-----------	-------

上 部

第一章 短 跑	(9)
---------------	-------

- | | |
|--------------------|--------|
| 一、中国早期的短跑项目 | (9) |
| 二、新中国短跑项目的发展 | (11) |
| 三、中国短跑项目的展望 | (22) |

第二章 跨栏跑	(30)
---------------	--------

- | | |
|------------------------|--------|
| 一、中国跨栏跑溯源 | (30) |
| 二、中国跨栏跑项目的崛起 | (31) |
| 三、新星闪耀 风华栏坛 | (33) |
| 四、中国跨栏跑的丰碑人物——刘翔 | (36) |
| 五、创新型教练员——孙海平 | (37) |
| 六、中国跨栏跑取得突破的经验 | (39) |
| 七、中国跨栏项目的发展趋势 | (40) |

第三章 3000 米障碍跑	(45)
---------------------	--------

- | | |
|-------------------------------|--------|
| 一、中国 3000 米障碍跑的发展与演进 | (45) |
| 二、世界 3000 米障碍跑的发展对中国的影响 | (48) |
| 三、3000 米障碍跑的发展趋势 | (50) |

第四章 中长跑	(52)
---------------	--------

- | | |
|---------------------------|--------|
| 一、中国中长跑项目的引进 | (52) |
| 二、旧中国的中长跑项目 | (52) |
| 三、中国中长跑项目的兴起 | (54) |
| 四、中国中长跑项目的辉煌 | (56) |
| 五、中国中长跑技术的沿革 | (59) |
| 六、中国中长跑训练方法的发展 | (60) |
| 七、中长跑教练员马俊仁的贡献与训练方法 | (65) |
| 八、王德显训练的独特见解 | (69) |

第五章 马拉松跑	(72)
一、中国马拉松的发展	(72)
二、国际马拉松赛在中国	(75)
三、万人马拉松跑	(78)
四、半程马拉松跑	(78)
五、马拉松接力赛	(79)
六、越野跑	(80)
七、公路跑	(81)
八、西安城墙国际马拉松赛	(82)
九、中国马拉松运动的国际交往	(83)
十、马拉松赛中一些值得注意的问题	(84)
十一、清华大学的榜样	(86)
第六章 跳 高	(87)
一、旧中国跳高项目回眸	(87)
二、新中国跳高项目的发展	(88)
三、3人5次打破世界纪录的成功经验	(93)
四、中国跳高的奠基人——黄健	(94)
五、中国背越式跳高的开山人——胡鸿飞	(98)
六、低谷中的徘徊	(103)
七、21世纪的中国跳高	(104)
第七章 撑竿跳高	(105)
一、中国撑竿跳高回眸	(105)
二、中国优秀撑竿跳高运动员	(106)
三、中国优秀撑竿跳高教练员	(114)
四、提高撑竿跳高训练水平的建议	(117)
第八章 跳 远	(120)
一、旧中国早期的跳远项目概况	(120)
二、新中国跳远项目的发展	(120)
三、中国跳远理论的发展与研究	(122)
四、中国跳远训练实践的启示	(128)
五、中国跳远成绩的停滞	(131)
六、中国跳远运动员在世界大赛中夺牌的可行性	(132)
第九章 三级跳远	(135)
一、三级跳远的形成与发展	(135)

二、新中国三级跳远的崛起	(136)
三、艰苦奋斗, 顽强拼搏	(138)
四、巾帼风采	(142)
五、21 世纪的中国三级跳远	(143)
六、中国优秀的三级跳远教练员	(145)
第十章 推铅球	(147)
一、新中国铅球项目迅速发展和提高	(147)
二、中国女子铅球走向世界, 挺进奥运	(148)
三、中国优秀铅球教练员	(150)
四、中国推铅球训练的主要经验	(151)
五、展望未来	(169)
第十一章 掷铁饼	(170)
一、旧中国铁饼项目的发展	(170)
二、新中国铁饼项目的迅速普及与提高	(171)
三、铁饼项目冲出亚洲, 走向世界	(172)
四、优秀铁饼教练员与全国纪录创造者	(173)
五、掷铁饼训练经验与存在的问题	(174)
六、展望未来	(179)
第十二章 掷标枪	(182)
一、旧中国标枪项目的发展	(182)
二、新中国标枪项目水平的迅速提高	(182)
三、新型标枪影响了中国男子的成绩	(184)
四、20 世纪 80 年代后期中国女子标枪运动员群星争辉	(184)
五、20 世纪 90 年代后期中国标枪水平呈起伏发展趋势	(184)
六、优秀标枪运动员和教练员	(185)
七、对中国标枪项目发展的期望	(188)
第十三章 掷链球	(189)
一、中国链球项目的开展	(189)
二、中国链球成绩迅速提高	(190)
三、中国的女子链球项目	(192)
四、中国链球项目的未来	(195)
第十四章 全能运动	(198)
一、旧中国的全能运动	(200)
二、中国全能运动在探索和曲折中前进	(200)

三、优秀全能运动教练员和运动员	(204)
四、全能运动发展前景	(208)
第十五章 竞 走	(210)
一、中国男子竞走发展平缓	(210)
二、中国女子竞走突飞猛进	(211)
三、中国竞走运动员的技术特点与缺点	(213)
四、中国竞走训练的科学化及研究成果	(215)
五、中国田径史上首枚奥运会金牌	(217)
六、中国竞走运动员的纪念铜像	(218)
七、王丽萍首获 20 公里竞走奥运会金牌	(218)
八、金牌教练员——王魁	(221)
九、年轻有为的教练员	(222)
下 部	
第十六章 中国田径教学理论与方法研究的进展	(225)
一、旧中国田径教学理论的发展	(225)
二、新中国田径教学理论的创建	(227)
三、中国田径教学理论的拓展与创新	(230)
四、21 世纪中国田径教学理论与实践面临的机遇与挑战	(234)
第十七章 中国田径运动训练理论与方法	(238)
一、旧中国田径训练理论的匮乏	(238)
二、新中国田径训练理论的发展与形成	(238)
三、关于“三从一大”训练原则的思考	(242)
四、中国田径运动训练理论的深化	(243)
五、中国田径运动训练理论的基本内容	(246)
第十八章 学校体育中的田径运动	(249)
一、旧中国的学校田径运动	(249)
二、新中国学校田径运动的发展	(251)
三、学校田径百年的反思与前瞻	(255)
第十九章 中国田径运动训练体制	(260)
一、中国田径运动训练体制的形成	(260)
二、中国田径运动训练体制的改革	(262)