

田径运动指南(上)

现代体育素质教育训练丛书

XIANDAITIYU
SUZHIJIAOYU
CONGSHU

[主 编：郑洪才]

吉林文史出版社
吉林音像出版社

田径运动指南 (上)

现代体育素质教育训练丛书

XIANDAITIYU SUZHIJIAOYU CONGSHU

[主 编：郑洪才]

吉林出版集团
吉林人民出版社

目 录

第一章 导 言	1
第一节 田径运动的起源与发展	1
第二节 田径运动在奥运会上	6
第三节 田径运动项目介绍	27
第二章 田径比赛全能运动	29
第一节 田径比赛全能运动的历史沿革	29
第二节 现代田径项目中的全能比赛 分类及运动的特点	32
第三节 少年组全能运动项目有关运动内容的 比赛规则	34
第四节 少年组全能项目有关运动内容的 基本动作要领	43
第五节 少年组全能运动的比赛及欣赏	65
第六节 我国全能运动健儿在比赛中取得的 优异成绩	67
第七节 当前全能运动的洲际、世界纪录及 保持者	71
第三章 跨栏跑	76
第一节 跨栏跑运动的历史沿革	76
第二节 跨栏跑的基本运动要领	77
第三节 跨栏跑运动的比赛	80
第四节 跨栏跑运动的注意事项	81
第五节 我国跨栏跑运动员在比赛中取得的 优异成绩	84
第六节 当前跨栏跑运动的国内、洲际、	

	世界纪录及保持者	85
第四章 竞 走		90
第一节 竞走运动的历史沿革		90
第二节 竞走运动的比赛规则		92
第三节 竞走运动的基本运动要领		93
第四节 竞走运动的比赛		94
第五节 我国竞走运动健儿在比赛中取得的 优异成绩		95
第六节 当前竞走运动的国内、洲际、 世界纪录及保持者		98
第五章 马拉松		102
第一节 马拉松运动的历史沿革		102
第二节 马拉松运动的比赛规则		102
第三节 马拉松运动的基本运动要领		105
第四节 马拉松运动的注意事项		106
第五节 我国马拉松运动员在比赛中取得的 优异成绩		118
第六节 当前马拉松运动的国内、洲际、 世界纪录及保持者		119
第六章 中国参加奥运会的田径名人		127

第一章 导 言

第一节 田径运动的起源与发展

田径运动是人类长期社会实践发展起来的，包括男女竞走、跑、跳、投四十多个单项，以及由跑、跳、投部分项目组成的全能运动。以时间计算成绩的竞走和跑的项目，叫“径赛”。以高度和远度计算成绩的跳跃、投掷项目叫“田赛”，田径运动是径赛、田赛和全能比赛的全称。

早在春秋战国时期，中国已有关于长跑（利趾者）、投掷（投石）、跳高（拔距）和跳远（距跃）等活动的记载。现代的田径运动则是在 19 世纪末经外国传教士带入中国，后来才逐渐从教会开办的学校扩展至各级国立、私立的学校。

新中国成立后，田径运动得到迅速普及，技术水平提高很快。1953 年起，几乎每年都举行规模较大的全国性的田径运动会，在群众性体育运动广泛开展的基础上，我国田径技术水平和成绩缩短了国际间的差距。1956 年，女子跳高运动员郑凤荣以 1.77 米打破了当时 1.76 米的世界纪录。60 年代有 10 个项目，进入了世界前 10 名。

1983 年在上海举行的第五届全运会上，就有 11 个项目破全国纪录及 4 个项目破亚洲纪录，朱建华更以 2.38 米的佳绩，打破自己在初赛所创 2.37 米的跳高世界纪录。翌年，朱建华在德国举行的国际跳高比赛中，以 2.39 米的成绩，再次打破自己保持的世界纪录。在这几年间，中国的女子竞走运动员如阎红、徐永久、李素杰、关平、金冰洁、陈跃玲等，亦多次刷新 5000 米及 10000 米竞走的世界纪录。到上世纪 90 年代，女子三级跳远运动员李惠荣就曾于 1990 年，以 14.54 米的成绩破世界纪录。女子撑竿跳高运

动员孙彩云，更在 1992 至 1996 年间，多次打破室外和室内的撑竿跳高世界纪录。随着马家军中长跑运动员的崛起，我国径赛运动员的名字（曲云霞及王军霞），终于能够再次被列入世界纪录的名册当中了。马家军创造了一批女子中长跑世界纪录，王军霞还赢得了“亚洲神鹿”的称号。但是在近几年田径成绩又有滑坡，在高水平世界田径行列中仍有明显差距，21 世纪要把我国建成为世界体育强国，提高田径运动水平的任务十分重要而又艰巨。

田径运动是增强运动者体质的重要手段之一，是各项运动的基础。经常地、科学地参加田径运动，能促进人体的新陈代谢，改善神经系统的调节功能和内脏器官的机能，提高人体健康水平与工作能力。通过田径运动训练能全面发展人的身体素质，如速度、力量、耐力等，提高运动技术水平与运动成绩，增强人们勇敢、顽强、坚毅、果断的意志品质。因此，其它运动项目都把田径运动作为发展身体素质的手段与提高技术的基础。

田径运动是以个人活动为主的运动项目。在统一的规则限定下，以时间、远度、高度来衡量运动效果；是比速度、比高度、比远度的项目。要求运动员在短时间内表现出最大的速度与力量；运动强度大，比赛紧张激烈，竞争性强。

田径运动项目较多，锻炼形式多样，不受人数、年龄、性别、季节气候等条件的限制。人们可以从事田径运动中的任何一个项目，从而达到锻炼身体、增强体质、提高自身健康水平的目的。

田径运动历史悠久，有广泛群众基础。田径运动在国际体坛影响较大，在历届奥林匹克运动会和其它大型运动会中，田径运动都在中心运动场举行，也是设奖牌最多的竞赛项目，世界各国都很重视发展田径运动，并把它作为衡量一个国家总体运动水平的重要标志。

远在上古时代，人们为了获得生活资料，在和大自然及禽兽的斗争中，不得不走或跑相当的距离，跳过各种障

碍，投掷石块和使用各种捕猎工具。在劳动中不断的重复这些动作，便形成了走、跑、跳跃和投掷的各种技能。随着社会的发展。人们有意识地把走、跑、跳跃、投掷作为练习和比赛形式。

公元前 776 年，在古希腊奥林匹克村举行了第一届古奥运会，从那时起，田径运动为正式比赛项目之一。1894 年，在法国巴黎成立了现代奥运会组织。1896 年在希腊举行了第一届现代奥运会，在这届奥运会上田径的走、跑、跳跃、投掷的上些项目，被列为大会的主要项目。至今已举行的各届奥运会上，田径运动都是主要比赛项目之一。

四年一届的奥运会是促使田径运动成绩不断提高和改进训练方法的动力。许多优秀的田径运动员经过刻苦训练、他们的先进技术和训练方法通过奥运会又推广于世界各地。如：第二届和奥运会推广了跨栏跑和剪式跳高技术。采用大运动式训练的捷克选手拉脱培克，在第十五届奥运会上取得 5000、10000 米和马拉松三项冠军后，变速跑的方法立即推广于世界各地。1960 年第十七届罗马奥运会上采用马拉松式训练法的新西兰运动员斯奈尔、马吉等在 800 米、5000 米、10000 米上取得好成绩后，新西兰的马拉松训练法又得以推广。在 1968 年的墨西哥奥运会上，美国运动员福斯贝里采用背跃式跳高取得冠军后，在世界各地仅 2~3 年时间里便取代了俯跳卧式跳高技术。诸如此类事例在历届奥运会中不胜枚举，它对田径运动的技术和训练方法起到了推陈出新的作用，促使了全世界的田径运动的不断发展。

在漫长的历史长河中，奥林匹克运动历经兴衰。现代，它已成为世界体育比赛中规模最大、水平最高的综合性运动会，是世界体育文化的重要组成部分。以下让我们了解一下奥运会的发展。

一、古代奥林匹克运动会

公元前 9~8 世纪希腊城邦制的奴隶社会逐渐形成，数

万个各自独立的城邦，经常兵戎相见，战争频繁。公元前 884 年，伊利斯王与斯巴达王订立了“神圣条约”，规定奥林匹亚为定期举行庆典地，是神圣不可侵犯的圣地。公元前 776 年第 1 届奥运会在奥林匹亚举行，每隔 4 年举行 1 次。奥运会前，宣布“神圣休战月”开始（后延长为 3 个月），此后，希腊全境处于和平气氛之中，即使正在交战的双方，在休战期间也得放下武器，违者要受到严惩。使奥运会成为独立于战争之外的和平与友谊的盛会，体现了希腊人民渴望和平的意愿。

古代奥运会又是一种希腊的宗教庆典。希腊人认为，宙斯是诸神之王，主宰人间天堂的一切。奥运会期间，每天都有多种宗教仪式，其中的第一天的宙斯神祭礼最为隆重，人们在宙斯神殿前的大祭场，以百头公牛献祭神坛。然后，隆重的奥运会盛典便在熊熊燃烧的“圣火”中正式开幕。完成各种祭祀仪式后，还要在宙斯神像前举行集体宣誓仪式。之后，进行比赛。

古代奥运会开始时竞技项目极少。从第 1 届到第 13 届只有一项短跑，距离为 192.27 米，正好是运动场的长度，所以也叫场地跑。后来又逐渐增加了长跑、五项全能（赛跑、跳远、标枪、铁饼和角力）、摔跤、拳击、四马战车赛、赛马、武装跑等运动项目。从公元前 776 年有文字记录的第一届奥运会，到公元 393 年共办了 293 届，历时 1169 年。

古代奥运会除体育竞技外，还为学者、诗人、音乐家和艺术家举办文艺会演，对促进体育、文化艺术的交流与发展起到了积极的促进作用。

公元前 146 年，罗马人征服了希腊，希腊变成了罗马帝国的一个行省。古代奥运会也从此衰落并走向了毁灭，公元 393 年，罗马皇帝狄奥多西斯一世宣布基督教为国教，他认为古代奥运会有违基督教教旨，是异教徒活动，宣布废止奥运会。公元 395 年，由于发生战争，使奥林匹亚建筑设施被毁。公元 426 年狄奥多西斯二世又烧毁了奥林匹

亚残存的建筑物。公元 522、551 年接连发生了两次强烈地震，使奥林匹亚遭到了彻底毁灭，把一片废墟深深地埋入地下。古代奥运会随着古代奴隶制的衰亡而销声匿迹了。

二、现代奥林匹克运动会

在沉睡一千多年之后，于 18 世纪初英、法、德等国的一些学者、专家相继去奥林匹亚访问考察。19 世纪 80 年代，德国的考古学家取得了突破性进展。到 1881 年，古奥运会遗址的主要设施终于重见天日。

被誉为“现代奥林匹克之父”的法国教育家顾拜旦（1863～1937）向世界各国提出恢复奥运会的倡议。经过他的多方奔走和协商，于 1894 年 6 月 16 日在巴黎召开了“国际体育运动代表大会”，与会代表 79 人，代表 12 个国家的 49 个体育组织。6 月 23 日，大会通过了成立国际奥林匹克委员会的决议。并决定轮流由奥运会举办国的国际奥委会委员担任国际奥委会主席。首届奥运会于 1896 年在古奥运会的发源地希腊雅典举行。希腊诗人维凯拉斯任国际奥委会第一任主席，顾拜旦任秘书长。

国际奥林匹克委员会是奥林匹克运动会的领导机构，委员会的委员以个人身份选入，而不代表国家。委员会的主席由委员选举产生，任期八年，可连选连任，现任主席罗格，比利时人。

国际奥林匹克委员会与其他国际体育组织的关系是，后者只有在得到前者承认后，它的项目才有可能被列入奥林匹克运动会中。各个国家或地区的奥林匹克委员会与国际奥林匹克委员会的关系也是如此，被它承认后才有权派代表参加奥林匹克运动会。

现代奥林匹克运动会（指夏季奥林匹克运动会）每隔四年举行一次。如因故不能举行，次数还是照算。自 1896 年在希腊雅典举行的第一届起，到 2004 年在希腊雅典举行的奥运会止，一共 28 届，但因两次世界大战，在 1916 年、1940 年、1944 年中断了 3 次（第六、十二、十三届），实

际上只举行了 25 次。

女子第一次参加奥运会是在公元 1900 年在巴黎举行的第二届奥林匹克运动会上，但当时仅有六名运动员。直到 1928 年第九届奥林匹克运动会时，才有较多的女子参加。

奥林匹克的旗帜是五个环圈连结在一起，这个旗帜第一次出现是 1914 年 7 月在巴黎庆祝奥林匹克委员会成立二十周年的大会上。环圈有五种颜色：天蓝色、黄色、草绿色、红色和黑色。用这五种颜色，是因为它能代表当时参加国际奥林匹克委员会所有国家的国旗颜色。1920 年，自第七届奥林匹克运动会起，环圈的五种不同颜色被解释为象征五大洲：欧洲（天蓝色），亚洲（黄色），非洲（黑色），澳洲（草绿色），美洲（红色）。奥林匹克运动会是国际奥委会组织的世界综合性运动会。它是在《奥林匹克宪章》的指导下的奥林匹克运动的非常重要的组成部分，是四年一度的奥运庆典的最重要内容和主旋律，是世界各国、各地区体育运动发展水平的一次最高检阅，是全世界人民和平、团结、进步和奋发向上精神的一种象征。

第二节 田径运动在奥运会上

一、田径在奥运中的地位

（一）田径与奥运源远流长

奥林匹克运动的历史可追溯到公元前 776 年在古希腊举办的奥运会。从那时起，田径就与奥林匹克运动结下了不解之缘。据文字记载，田径是古代奥运会最早设立的竞赛项目，其场地跑为第 1~14 届古代奥运会的惟一竞赛项目。场地跑的距离是 192.27 米，后来又增加中跑和长跑，距离是 192.27 米的倍数。公元前 708 年的第 18 届古代奥运会开始增设五项全能，由场地跑、跳远、铁饼、标枪和摔跤组成，其中前 4 个项目是田径项目。公元 393 年罗马皇帝狄奥多西一世宣布古奥运会是异教徒活动，翌年宣布

废止古奥运会。古代奥林匹克运动会从公元前 776 年起至公元 394 年止，历时 1169 年，田径一直作为主要竞技项目。

（二）田径是现代奥运的核心项目

1894 年国际奥委会成立，通过的第一部奥林匹克宪章就将田径项目列为现代奥林匹克运动会的必备项目。1896 年第 1 届奥林匹克运动会共设 9 个大项 43 个比赛小项，其中田径就有 12 项，约占总数的 28%。在奥运会中，田径以项目多、运动员多、规模大而著称，从第 1 届起，就被誉为奥运会的主旋律。1996 年，国际奥委会和 26 个国际单项联合会就 1992 年巴塞罗那奥运会市场销售收入的分配达成一项协议，协议规定根据各体育项目的普及程度进行分配。国际奥委会根据 1992 年奥运会期间 26 个单项的电视收视率划分为 4 个等级，田径的收视率最高，成为惟一的一类项目。

（三）田径是奥运的金牌大户

奥运会项目有大项、中项和小项之分。田径称为大项，100 米、200 米等称为小项。只有小项产生金牌。田径小项多，自然金牌数也多。1996 年第 26 届奥运会达到 26 个大项 271 个小项。田径作为 26 个大项中的一项，拥有 44 个小项，占总数的 16%，金牌数居 26 个大项第一位，所以备受各国重视，至今流传着“得田径者得天下”的说法。第 1~26 届奥运会共产生 2963 枚金牌，其中田径为 662 枚，约占总数的 23%。前民主德国在短短的几年内一跃而成为世界体育强国，主要原因是突出田径战略，狠抓田径运动水平的提高。

二、奥运促进田径运动的发展

（一）田径运动项目的设置向规范化发展

1872 年，英国伦敦的牛津大学和剑桥大学的田径对抗赛，拉开了现代田径运动比赛的序幕。早期田径运动在世界各国的发展极不平衡，竞赛项目、器材规格、成绩计取

等都没有统一的规则,各行其事。以推铅球为例,项目可分为滑步左手推铅球、滑步右手推铅球、原地左手推铅球、原地右手推铅球;仅铅球的重量就有5公斤、6公斤、7.257公斤、5磅、6磅、8磅、12磅等;成绩计取又有单项成绩和总成绩(指左、右手推铅球成绩相加)之分。有的国家用码制,有的国家用米制。所有这些,都限制了田径运动的交流。1896年首届奥运会的举办,是现代田径运动在世界范围内发展的转折。奥运会起着示范作用,使各国田径运动竞赛与组织逐步向奥运会田径赛靠拢。奥运会田径项目的设置也经历了短暂的混乱阶段,随着对田径运动实质的认识不断加深,项目设置逐步走向规范化。目前,奥林匹克运动会男子田径项目趋于稳定,女子项目稳中有变,其趋势逐步向男子化发展。

(二) 田径运动水平普遍提高

奥运会初期,运动员报名参赛没有任何限制,有的运动员甚至报名参加6~7个项目的比赛。对某一单项各国所报运动员数也没有任何限制,有些项目前6名均为一个国家的运动员。其结果显然不利于世界田径运动水平的普及与提高,挫伤了水平不高的国家参加奥运会的积极性。1932年,国际田联规定每一国家每一单项最多限报3名运动员,接力项目限报队。1972年,国际田联实施达标制,规定运动员报名参赛必须在限定的时间内达到及格标准。国际田联当时采取这些措施时,曾担心参赛运动员数会大幅度减少,但事实截然相反,参赛国家和地区以及运动员数量在不断增长,反映出各国田径运动水平的普遍提高。

各国田径运动水平的普遍提高还体现在奥运会奖牌的分布面扩大。1988年奥运会,有12个国家和地区获金牌,14个国家和地区获银牌、17个国家和地区获铜牌;1992年奥运会上升为18个国家和地区获金牌,18个国家和地区获银牌,16个国家和地区获铜牌;1996年奥运会上升为23个国家和地区获金牌,22个国家和地区获银牌,24个国家和地区获铜牌。

三、我国与奥运会田径比赛

(一) 参加第十一届奥运会

第十一届奥运会于8月1日下午在柏林奥林匹克体育场举行开幕式，共51个国家参加，选手近5000人。大会于16日下午8时举行闭幕式。闭幕后中国田径队在柏林等地参观，9月4日全体代表同乘“康脱罗素号”轮东还，10月3日抵沪。

中国田径选手于8月2日起参加比赛。最先出场的是参加男子100米预赛的傅金城、程金冠和刘长春，分别在第5组、第8组和第11组上场，结果傅成绩11秒5、程11秒6，刘长春成绩11秒2，3人均落选。与100米预赛同时进行的有男子跳高及格赛。50名运动员分为二组，由1.70米起跳，吴必显只跳过1.80米，当升至1.85米后，未能征服而遭淘汰。上午11时进行推铅球及格赛，参赛38人，及格标准为14米，陈宝球试掷3次、均未达标。下午四时进行800米预赛，每组9人，共分6组，每组取四名参加决赛。贾连仁第二组，第一圈尚能追随居第四位，第二圈体力不支，渐渐落后，第9个抵达终点。

8月3日下午4时，女子100米预赛开始，参赛36人，分为6组，每组取二名。中国唯一的女田径选手李森与上届冠军同列第三组，李获第四名，成绩为13秒6。

第四天（即5日）上午10时半进行跳远及格赛。参赛51人，分二组，及格标准7.15米。郝春德、司徒光在第一组；张嘉夔为第二组，3人最好成绩均在7米以下，也被淘汰。此时男子200米预赛正分8组进行，每组取3名参加下一赛次。程金冠在第四组中跑第四名，成绩23秒6。傅金城在第五组中也居第四，成绩23秒4。刘长春在第六组中以第五名跑完全程，成绩23秒6。均较国内时相差甚远。下午五时进行1500米预赛，分四组，贾连仁在第二组。第一圈能与其它选手角逐，之后渐渐拉远，最后300米时已精疲力竭，较第1名差100米距离。成绩4分20秒。

8月6日上午10时半,撑竿跳高与掷铁饼及格赛同时进行。撑竿跳高35人参加,3.50米起跳。符保卢试跳3.80米时,第一次未过,第二次从容过竿,成为中国田径队中唯一达到及格赛标准而进入决赛的运动员。符在当天下午进行的决赛中,3次冲击4米高度失败,未能取得名次。参加掷铁饼共有48人,分二组,郭洁、冷培根在第二组。他两人3次试掷均在40米以内,离44米的及格标准甚远,故未获决赛权。下午进行50公里竞走决赛,比赛起、终点均在田径场内。有33人参加。蔡正义、周余愚、张造九3人参加角逐。结果蔡列第21名,成绩5小时16分42秒。周得第23名,成绩5小时25分12秒。张得24名,成绩5小时27分15秒。110米高栏预赛黄英杰、林绍洲下场角逐。黄在第二组,与第一名差一个栏间距离,成绩16秒9。林在第四组,较第一名差6米抵达终点,成绩15秒7。二人均未入选。

8月7日上午10时半,三级跳远与掷标枪及格赛同时进行。参加三级跳远者共37人,分二组比赛。司徒光在一组,王士林在二组,3次试跳均未超过14米的及格标准,未发挥国内水平。郝春德参加标枪,及格标准定为60米,中国纪录尚差7米,结果也遭淘汰。10时,男子400米预赛,共分8组。戴淑国列第三组,结果获该组第四名,成绩51秒8。

8日男子十项全能比赛开始,共29名选手。周长星第一项100米得556分、第二项跳远得662分,第三项推铅球因三次犯规无成绩,故中途退出比赛。

9日下午3时进行男子4×100米接力预赛,共18队,分3组,各取前二名。中国在第二组,第一棒傅金城,第二棒戴淑国,第三棒程金冠,第四棒刘长春,结果比同组第一名荷兰队落后约30米,成绩44秒8,与决赛无缘。

8月10日下午3时,田径最后一项比赛,马拉松长跑决赛开始,各国选手共55人,跑完全程42人。王正林一路坚持拼搏,以3小时25分36秒4抵达终点,列第40

名。本届比赛王正林为集中体力参加马拉松比赛，放弃了一万米比赛；中国队还弃权了4×400米接力比赛。

中国运动员在奥运会上遭到惨败，当地各报都作了报道，说中国队吃了“鸭蛋”，新加坡一家中文报画了一个比鹅蛋还大的“0”进行讥讽，使中国运动员心情十分沉重和难受。参加此届奥运会的人回忆起来，印象极深，终生难忘。董守义、程金冠、周余愚、沈昆南、刘长春等均写过此段经历的切身感受。作为一个中国人，他们回国后，以自身的勤奋工作和刻苦训练，为振兴中华民族的体育事业奉献了自己的毕身精力。中国田径队在奥运会上成绩不如国内，原因是多方面的。那时交通工具不发达，赛前训练至关重要，而运动员却在轮船上渡过，训练条件根本没有，最多只能做些一般性的身体训练，而且必须是在风平浪静的条件下。遇到风浪，队员们晕船呕吐很厉害，体力消耗很大。从上海启程至柏林，途中整整经历了28天，仅在威尼斯睡了两晚安稳觉。另外中国运动员除刘长春一人，均是第一次参加奥运会，在强手如云的比赛中信心不足，技战术运用不当，也是没有发挥水平的原因。如中长跑比赛，因与比自己水平高出许多的强手争一时之高下，紧随其跑，结果打乱了自己所习惯的节奏和所能承受的强度，导致筋疲力尽，越跑越慢，没有发挥应有的水平。

中国田径运动员虽然未得一分，但仍不虚此行，通过比赛，他们学习了许多先进技术，开阔了眼界，同时还结识了许多朋友。如王士林在田径赛中细心观察，学会了掷标枪的投掷步技术，回国后苦练，提高了标枪成绩，改变了以往中国人普遍采用的后交叉步技术；在三级跳远技术中，对第二跳他观察得特别认真，见外国运动员第二跳很远，三跳远度比例较平均，他又决心学会，回国后经一年训练，他终于创造了14.25米的全国纪录。又如短跑运动员程金冠非常敬佩美国短跑名星欧文斯，程经常向他请教，欧文斯总是耐心解答，认真示范，毫无保留的教技术动作，并与程在运动场合影签名留念。另一次，欧文斯在训练间

息，见到一位亚洲运动员问道：“你是日本人吗？参加什么项目？”这位亚洲人回答：“我是中国人，参加 50 公里竞走。”欧文斯惊愕之余，开始同这位亚洲人交谈，他说他曾听说中国是“东亚病夫”，想不到也有中国运动员参加奥运会，这位中国运动员就是周余愚，他与欧文斯从此建立了友谊，此后多年他们一直保持通讯联系，被传为中美田径史上的佳话。

（二）参加第 14 届奥运会

1947 年初中华全国体育协进会接到国际奥委会的邀请，第 14 届奥运会决定于 1948 年 7 月在英国伦敦举行。1 月 7 日中华全国体育协进会常任理事会开会商讨组织代表团的筹备工作，5 月 1 日遴选委员会开会，分别成立了篮球、足球和田径、游泳三个遴选委员会，筹办具体工作。当时国民党政府对解放区进行“重点进攻”惨遭失败，中国人民解放军于 6 月 30 日开始战略大反攻。由于国民党政府面临崩溃，经济不景气，通货膨胀，军费开支太大，靠政府拿钱筹备奥运会已不现实，筹备工作遇到困难也越来越多。原定在 1947 年 10 月召开的全国第 7 届运动会未能按期举行，选拔运动员的事不得不搁置起来。11 月 2 日体协召开了一次理事与监事联席会议，一方面正式决定了代表团的组织，推王正廷为总领队，董守义任总干事；另一方面成立了一个经费筹募委员会，推选七人为委员。委员会开会决定了预算，总额为 15 万美元，由政府、社会人士、华侨三方面各筹 5 万元。由于筹款工作成了压倒一切的头等大事，对于运动员的选拔、集训已无暇着手，除足球队外，一直拖到 1948 年 5 月初在全国第 7 届运动会上进行选拔，此时离出国比赛仅两个月时间。截止到 6 月 22 日，筹款只有预算的三分之一，只得将运动员的人数压缩到 35 人。因足球队和篮球队的人数有基本限度不能过少，只好压缩田径和游泳选手。遴选委员会特制订了田径选拔标准。

男子：100 米 10 秒 8、200 米 22 秒、400 米 50 秒、

800 米 1 分 59 秒、1500 米 4 分、5000 米 15 分 13 秒 6、1 万米 32 分 24 秒、110 米高栏 15 秒 2、400 米中栏 54 秒、跳高 1.85 米、跳远 7.15 米、三级跳远 14 米、撑竿跳高 3.80 米、16 磅 (7.26 公斤) 铅球 14.50 米、铁饼 44 米、标枪 60 米。

女子：100 米 12 秒 6、80 米低栏 12 秒 6、跳高 1.45 米、铁饼 33.50 米、标枪 36.50 米。

经第 7 届全国运动会选拔，仅黄健一人达到 14 米标准，最后快定遴选接近标准的陈英郎、黄两正和楼文敖 3 人为田径代表队员去伦敦参加奥运会。中国代表团共计 65 人，其中运动员仅 35 人，团长、总干事、总教练、顾问、秘书、领队和指导、管理、英文秘书、美国教练、助理干事及“随员”等占去 30 人。7 月 15 日代表团到达伦敦。当时第二次世界大战结束才三年，英国生产未能恢复到战前水平。食品非常短缺，各国代表团都必需自带食品。

奥运会田径比赛中，中国选手陈英郎在 400 米预赛中分在第一组，开始还领先，由于速度耐力较差，以微弱差距落在第二名后，成绩 50 秒 9，未能录取；黄两正参加 400 米中栏，分在第五组中最后抵达终点，成绩 57 秒 7；楼文敖参加 5000 米、1 万米和马拉松 3 个项目：1 万米比赛有 30 人参赛，跑完全程仅 17 人，楼是第 17 个跑到终点的，成绩为 32 分 56 秒。楼比赛时穿胶鞋，足底磨起了血泡并且破裂，他不仅坚持跑完全程，又继续参加了次日举行的 5000 米比赛。他在 5000 米中与世界名将托信克同分在第二组，12 名选手角逐，楼跑了第 7 名。大会最后一天是马拉松比赛，楼又坚持出场，跑到 2 万米时仍居第二位，但在折返途中体力渐渐不支，双脚磨破疼痛难忍，不得已而退出比赛。

(三) 参加第 23 届奥运会

1984 年 8 月，第 23 届奥运会在美国洛杉矶举行。中国派出由 353 人组成的代表团参加大会。其中田径运动员 22 名 (男子 13 人、女子 9 人)，参加 14 个项目的比赛。由俞