

Sports of Beijing 2008 Olympic Games General Information
第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书

田径 Athletics



第29届奥林匹克运动会组织委员会
Beijing Organizing Committee for the Games of the XXIX Olympiad

Sports of Beijing 2008 Olympic Games General Information

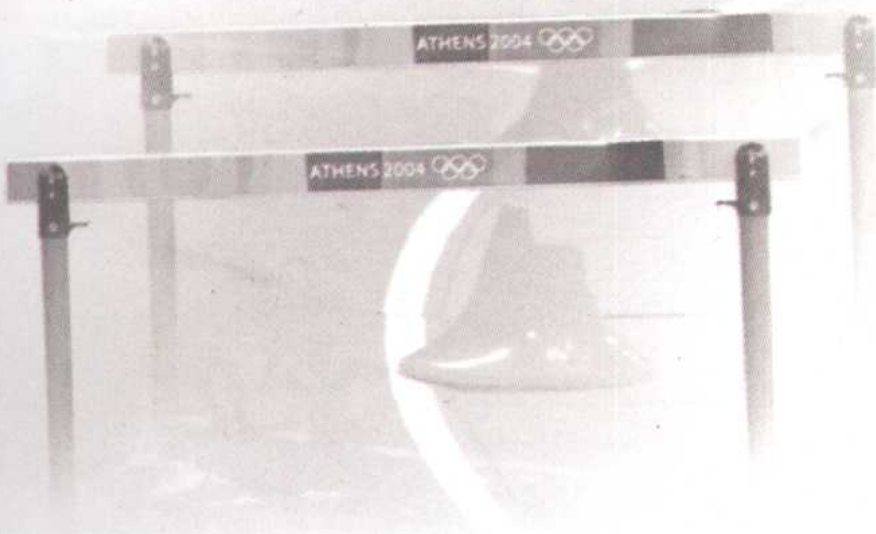
第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书

田径

Athletics

李老民 李春雷 黄坚毅 编

沈纯德 水涛 审



北京体育大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

田径 / 第29届奥林匹克运动会组织委员会编.——北京:
北京体育大学出版社, 2008.1

(第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书)
ISBN 978-7-81100-840-1

I.田... II.第... III.田径运动——基本知识
IV.G82

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第164534号

田 径

编 者: 第29届奥林匹克运动会组织委员会
出 版: 北京体育大学出版社

策划编辑: 董英双 李 飞
责任编辑: 董英双 刘润芝
审稿编辑: 李 飞 青 山
责任校对: 刘润芝 董英全 罗珍霞
图片提供: 中体在线图库
责任印制: 陈 莎

开 本: 889×1194毫米 48开 印张: 1

2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

社 址: 北京市海淀区中关村北大街
北京体育大学院内

邮 编: 100084

服务热线: (010)62989571

(购买本社图书, 如遇有缺损页可与本社联系)

指导委员会

主 任：李炳华 杨树安

委 员：（按姓氏笔画排序）

池 建 刘文斌 李鸿江 杨 桦
吴润彪 张志伟 张秋平 金华省

编 委 会

主 编：杨 桦 李鸿江

执行主编：吴润彪 夏伦好 王文生

编 委：王 琴 辛 沂 张 辉

李 飞 董英双 吕春花

审 稿：李颖川 葛春林 熊西北

李相如 谭朕斌 袁守龙



同一个世界 同一个梦想
One World One Dream



出版说明

掌握奥运会、残奥会竞赛通用知识,是奥运培训工作的重要内容,是我们成功举办一届“有特色、高水平”奥运会的基础工作。为了便于组委会工作人员、志愿服务人员以及社会各界人士学习奥运竞赛知识,我们编辑出版了《第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识读本》和《第13届残疾人奥林匹克运动会竞赛项目通用知识读本》及《第29届奥林匹克运动会竞赛项目通用知识丛书》。

作为培训教材,本套读物包括第29届奥运会和第13届残奥会竞赛项目通用知识中、英文读本和第29届奥运会28个竞赛项目通用知识单行本。主要介绍奥运会、残奥会各竞赛项目的起源沿革、比赛设项、比赛设施、比赛规则和观赛礼仪等知识,是2008年第29届奥运会和第13届残奥会竞赛类的普及性、知识性读物。

在编辑这套培训教材的过程中,组委会领导同志非常重视。人事部、体育部和残奥会部等有关部门做了大量组织协调工作,特别是体育项目代表对书稿进行了认真的审核。北京体育大学和首都体育学院在教学任务十分繁重的情况下,组织了得力的作者和编审人员队伍。在此谨向所有关心和支持本套读物编辑出版的同志致以深深的谢意。

编辑出版本套读物是一项严肃的工作,也是一项艰巨的任务。由于我们经验和水平有限,书中难免存在一些不足之处,敬请读者给予指正和谅解。

编委会

2006年3月31日

目 录

渊源篇

1. 起源	/ 2
1.1 径赛项目的起源	/ 2
1.2 田赛项目的起源	/ 4
1.3 全能运动的起源	/ 5
2. 奥运会田径发展史	/ 6
2.1 现代奥运会之前	/ 6
2.2 现代奥运会	/ 7

竞赛篇

奥运会田径设项	/ 10
---------	------

设施篇

1. 径赛场地、器材	/ 14
1.1 径赛场地	/ 14
1.2 径赛器材	/ 14
2. 田赛场地、器材	/ 16
2.1 跳远、三级跳远	/ 16
2.2 跳高	/ 16
2.3 撑竿跳高	/ 17
2.4 投掷	/ 17

规则篇

1. 竞赛规则要点	/ 22
1.1 径赛项目竞赛规则要点	/ 22
1.2 田赛项目竞赛规则要点	/ 27
1.3 全能项目竞赛规则要点	/ 35

观赛篇

1. 观赛礼仪	/ 38
2. 比赛时间、地点、场馆	/ 40

壹

淵源篇

1. 起源

1.1 径赛项目的起源

竞走，起源于英国。19世纪初，英国出现步行比赛活动。1866年英国业余体育俱乐部举行首次竞走冠军赛，距离为7英里。

短距离跑（简称短跑），起源于欧洲，最早的正式比赛是在1850年的牛津大学运动会上，当时设有100码、330码、440码跑项目。19世纪末赛跑距离由码制改为米制。



中距离跑（简称中跑），最初的项目是880码跑和1英里跑，从19世纪中叶开始，被800米跑和1500米跑项目所替代。

长距离跑（简称长跑），最初项目为3英里跑、6英里跑，从19世纪中叶开始，被5000米跑和10000米跑替代。



跨栏跑，起源于英国。由牧羊人跨越羊圈栅栏的游戏演变而来。最早的栏架是埋在地面上的木支架或栅栏；1900 年出现可移动的倒 T 字形栏架。1935 年有人将 T 形栏架改成 L 形栏架，L 形栏架支脚面向运动员，稍受推力即可向前翻倒，减轻了运动员过栏时的恐惧心理。

接力跑，是田径运动中唯一的集体项目。以队为单位，每队 4 人，每人跑相同距离。其起源有多种说法，有的认为源于古代奥运会祭祀仪式中的火炬传递，有的认为与非洲盛行的“搬运木料”或“搬运水坛”游戏有关，也有的认为是从传递信件的邮驿演变而来。

障碍跑，于 19 世纪在英国兴起。最初在野外进行，跨越的障碍是树枝、河沟。各障碍间的距离长短不一。19 世纪中叶开始在跑道上进行，但其距离不统一，具有很大的随意性，短的 440 码，长的可达 3 英里。

马拉松，原为希腊的一个地名。公元前 490 年，希腊军队在马拉松平原击退波斯军队的入侵。传令兵菲迪皮德斯从马拉松镇跑到雅典城，在报告胜利的消息后，因体力衰竭倒地而亡。1896 年首届奥运会上设立了马拉松长跑项目，其长度为马拉松镇至雅典城的距离。女子马拉松开展较晚，1984 年首次被列入第 23 届奥运会。

1.2 田赛项目的起源

1.2.1 跳跃项目的起源和沿革

跳远，起源于古希腊奥林匹克运动。第1届现代奥运会上就设置了男子跳远项目。腾空动作从蹲踞式发展到挺身式、走步式。

三级跳远，最初起源于爱尔兰。当时的跳法是两次单足跳加一次跳跃的形式，现在的跳法是19世纪后期从英国发展起来的。

跳高，具有100多年的历史，其技术动作出现过5次重大演变，即：跨越式、剪式、滚式、俯卧式和背越式。

撑竿跳高，其发展经历了一个多世纪。经过了木质竿、竹竿、金属竿和玻璃纤维竿几个历史时期。

1.2.2 投掷项目的起源和沿革

铅球，源于14世纪40年代。当时欧洲有了火炮，炮兵们为了提高作战能力，锻炼身体和娱乐，利用与炮弹重量相同的石头进行推远比赛。

铁饼，是一项古老的运动项目，早在公元前708年第18届古代奥运会上，掷铁饼就被列为五项竞技之一。



链球，据传在公元前 2000 年左右，英国的居尔特族人就进行以双手握马车轮的车轴进行旋转的投掷比赛。后来改为投带有柄的圆石和铁匠用的铁锤，因此取名叫掷“铁锤”比赛，一直延续到现在，我国称之为掷链球。

标枪，是四大投掷项目中唯一允许助跑的项目。标枪是古代劳动人民的原始捕猎工具，后来作为一种武器用在战场上。最早的标枪比赛是在古希腊奥林匹克运动会上的五项运动中，不但比掷远，还要比掷准。

1.3 全能运动的起源

1880 年，现代全能运动出现在美国。当时十项全能由 100 码跑、铅球、跳高、800 码竞走、16 磅链球、撑竿跳高、120 码跨栏跑、56 磅重物投掷、跳远和 1 英里跑 10 个单项组成，比赛持续一整天。

目前，奥运会田径比赛中的全能项目主要包括男子的十项全能（第一天：100 米跑、跳远、铅球、跳高和 400 米跑；第二天：110 米栏、铁饼、撑竿跳高、标枪和 1500 米跑）和女子的七项全能比赛（第一天：100 米栏、跳高、铅球、200 米跑；第二天：跳远、标枪和 800 米跑）。

2 . 奥 运 会 田 径 发 展 史

2.1 现代奥运会之前

据文字记载,第1届古代奥林匹克运动会是公元前776年在希腊奥林匹亚举行的。当时的奥运会,比赛只有短跑一个项目,跑程为一个“斯泰德”,即192.05米。公元前724年第14届古奥运会出现了中跑(跑距约为384.10米)。随后,出现了长跑,跑距为7~24个斯泰德。公元前708年第18届古代奥运会出现了5项竞技比赛,即赛跑、跳远、掷铁饼、掷标枪和摔跤,其中田径项目占了4/5。

在希腊埃拉多斯山的峭壁上,刻写着公元前8世纪的被公认为是最早的一段体育格言:

如果你想强壮,跑步吧!

如果你想健美,跑步吧!

如果你想聪明,跑步吧!





2.2 现代奥运会

1896年,希腊雅典奥林匹亚举行的第1届现代奥林匹克运动会,田径是核心项目,其中包括100米、400米、800米、1500米、马拉松、110米栏、跳高、撑竿跳高、跳远、三级跳远、铅球和铁饼,共计12个男子田径项目。田径作为现代奥运会的头号重点项目,始终沿着奥林匹克运动的方向走在最前头。

1928年,荷兰阿姆斯特丹第9届奥运会上首次出现了女子田径比赛,包括100米、800米、4×100米接力、跳高、铁饼五项。

至今,奥运会已经举办了28届,奥运会的田径项目也在逐渐增加。北京2008年奥运会田径将设47个项目,其中男子24项,女子23项。

貳

竞赛篇





奥运会田径设项

第29届奥运会田径竞赛项目设置

田径		男子	女子
径赛项目	内场	100米, 200米, 400米, 800米, 1500米, 5000米, 10000米, 3000米障碍, 110米栏, 400米栏, 4×100米接力, 4×400米接力	100米, 200米, 400米, 800米, 1500米, 5000米, 10000米, 3000米障碍, 110米栏, 400米栏, 4×100米接力, 4×400米接力
	外场	马拉松, 20公里竞走, 50公里 竞走,	马拉松, 20公里竞走,
田赛项目	跳跃	跳高, 撑竿跳高, 跳远, 三级跳远	跳高, 撑竿跳高, 跳远, 三级跳远
	投掷	铅球, 铁饼, 链球, 标枪	铅球, 铁饼, 链球, 标枪
全能项目		十项全能	七项全能

