

探索文集

成绩窍门何处寻？

茅鹏 等著

- 中国田径的赶超对策体系
- 训练理论争论综述
- 教学方法基本规律探索
- 训练安排控制规律探索
- 对抗性项目的制胜关键
- 体育科研方向探讨
- 省体育发展战略设想



江苏省体育科学学会

1989.1

7311

28765

成绩窍门何处寻？

江苏省体育科学学会

封面设计 程志理

印刷 南京体院印刷厂

江苏省体育科学学会

通讯处：南京孝陵卫

电报挂号：南京1331

电话：644877

(内部发行)

序

对科学知识积极追求，对现实和历史进行周密的调查研究，在充分吸收传统的菁华的同时，坚决抛弃它的糟粕，大胆地进行改革，在实践检验中不断改进之。这可能就是寻找成绩窍门的基本方法。

在这里，非常重要的一项是科学的思维和认识方法。

“凡是现实的都是合理的，凡是合理的都是现实的。”*这一对命题，粗看起来，似乎互相矛盾，难以理解。放到“历史序位”概念下进行观察，就一目了然了。“凡是现实的都是合理的”，是指从过去到目前，凡是现实存在的，不管它多么美好，或者多么奸诈丑恶，都有它发展成当前这个样子的缘由，都是合乎发展规律的，亦即是“合理的”。“凡是合理的都是现实的”，是指从今天到将来，凡是合乎真理的，合乎发展规律的，即“合理的”，都必将在奋斗中实现。

训练也是一样。现成的训练方法，都有它的由来。但不要以为大家都在用着，高位名人也在用着，甚至它还是“基本原理”，就一定是正确的。要认真观察、研究，分析它的正确和错误，优点和缺点，过去为什么得以存在，今后是否还能站得住脚，以便实事求是地认识它的发展趋势，得出革新发展的意见来，努力实行之。那末，明天的成绩，就会比今天进步得多。

“实事求是”，这就是取得成绩的窍门。

本书为追求实效而探索。不当之处，恳请批评指正。

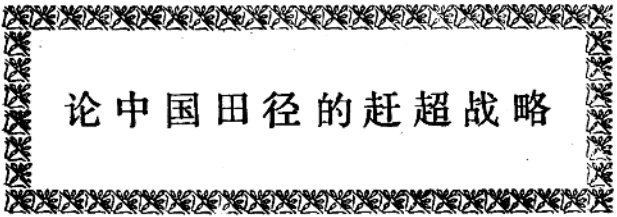
茅 鹏 1988.11.

* 《马克思恩格斯选集》第四卷211页，人民出版社1972年版。

Aut 11/27/12

总 目 录

论中国田径的赶超战略.....	(1)
奥运战略和理论研究.....	(85)
探讨体育科研的重点和方向任务.....	(150)
动作技术教法的八个环节.....	(151)
训练安排基本规律的探讨.....	(163)
给江苏省足球会议的一封信.....	(176)
训练过程的控制.....	(177)
发展针对性技战术是对抗性项目取胜的关键.....	(186)
突破口在哪里?.....	(189)
体育实践呼唤理论研究.....	(191)
“身体素质论”应当否定.....	(203)
面向九十年代和世纪之交的江苏体育发展战略设想.....	(211)
跋.....	(235)



论中国田径的赶超战略

论中国田径的赶超战略

江苏省体育科学研究所副研究员	茅 鹏
南京体育学院高级教练	储雄堡
徐州师范专科学校副教授	李金海
国家体委体育科学研究所副研究员	黄世杰
东南大学教授	陆仲熹
国家体委体育科学研究所副研究员	蔡俊伍
南京航空学院教授	韦饶铃
上海田径队高级教练	陈森兴
南京体育学院副教授	李晋三
苏州大学副教授	詹永基
江苏省体育科学研究所助理研究员	严 政

《论中国田径的赶超战略》内容提要

田径是奥运舞台的主旋律，又是中国体育的薄弱环节。田径赶超战略是体育强国战略不能不解决的关键问题！深刻认识世界田径的内在发展规律，使之同中国田径的实际相结合，改革内部结构，由“尾随型”转变为“赶超型”，做到各环节畅通运转，充分发挥起协同效应，在纪世之交争取世界前六位，在21世纪20年代前争取世界领先地位，这就是中国田径的赶超战略。

中国运动员是有能力攻尖端的。如纪政在69、70年，6项7次破世界纪录，其百米纪录保持了七年，有的纪录保持了十几年，全能、跳跃、投掷、长跑、竞走，都有类似的例子。民主德国64年立志赶超，65年还落后于我国，72年就进入世界三强。赶超并非不可能，关键在于工作状态和工作水平。

当前，世界田径正在迅速发展而绝非成熟停滞。竞争愈演愈烈，促使训练方法等因素不断纠错立新、汰旧创新着；又使运动选材、训练年限、恢复、心理、器材……等等愈来愈多的因素向着训练工作集结；田径工作不断发展，过程中形成着一系列的历史序位；成绩水平和工作水平的历史序位对应着。这就是世界田径内在的基本发展规律。

尽管许多同志作出了宝贵贡献，但在僵化体制影响下，我国田径训练，在观念上追求“正统”，在实践上追求全国统一，在发展着的田径世界中，便被迫陷于“尾随型”格局，出现了26年一贯着的差距停滞，这是中国田径长期落后的主要教训。

未来成绩取决于未来序位的工作水平，它只属于超前探索竞争中的优胜者。它抄不到，却可以在创新竞争中争取到。要直接对世界竞争挂钩，大力开展国内的创新竞争，使每一个训练单位都由“正确”方法的执行者、变成创新探索的独立开拓者，全国就会掌握很大的成功几律；同时，大力促进多因素综合集结，多环节协同运转，使我国的总体化竞争力迅速提高，形成现代化“赶超型”结构，赶超战略就能实现。

要从这个系统工程的整体出发，采取一系列对策措施：

转变观念；下放充分的自主权；建立专项管理指导系统；变大锅饭僵化管理机制为竞争活力机制；充分开发“运动训练全周期”，促进项目适度规模经营；改革竞赛体制；克服内耗、开发人才、优化人才组合；支持民办训练实体，建立训练科技市场；贯彻双百方针，以精神和经济手段促使科研与训练相结合，力争田径实用科技的先进地位；不以结论而以智能培训教科人员；有重点地建设高科技攻关训练基地；开发国际交往的充分效益；发展群众田径运动，扩大田径人口；结合早期普测，尽早发现天才幼苗；在群众田径的支持下，以万名优秀运动员、八千精选童少年为核心，组织20万田径训练大军为赶超胜利而拼搏，在25、26二届奥运会上步步逼近世界先进水平；立即组织力量，特选800名童少年开始优育优训，为27届奥运会实现第一步赶超目标当先锋；在这个基础上，为夺取世界领先地位作好充分准备；改革领导体制，确保各项对策的整体协同效应的高水平实现。

目 录

一、中国田径赶超战略的重要性和必要性·····	(7)
二、中国田径赶超战略的设定·····	(8)
三、中国田径赶超战略的现实可能性·····	(8)
(一) 实现赶超战略的经济条件·····	(8)
(二) 实现赶超战略的人种学条件·····	(9)
(三) 工作水平是可以迅速改进的·····	(11)
(四) 两步赶超, 第一步13年、第二步10年, 时间是否 太短? ·····	(11)
四、世界田径水平的发展机制及各国所处的地位·····	(12)
(一) 当前世界田径正处在迅速发展·····	(12)
(二) 世界田径成绩水平发展机制的原则结构·····	(12)
(三) 世界田径成绩水平发展机制的具体 构成因素·····	(14)
(四) 世界田径成绩发展潜力展望·····	(15)
(五) 各国田径的位置·····	(17)
五、中国田径26年的教训·····	(18)
六、中国田径赶超战略的对策体系·····	(21)
(一) 转变观念, 打下改革的思想基础·····	(21)
(二) 给训练基层单位以充分的自主权, 使之真正成为 赶超战略的前沿战斗队·····	(24)
(三) 建立专项管理和指导系统·····	(26)
(四) 改僵化体制为竞争体制, 促进训练单位管理机制 的优化发展·····	(29)

(五) 充分开发“运动训练全周期”	(35)
(六) 改革竞赛体制, 变干扰为引导, 促进训练工作的 健康发展和田径事业的繁荣	(44)
(七) 开发人才, 优化人才相组合, 为赶超 战略服务	(49)
(八) 以争取训练和恢复方法的超前领先为目标, 加强 田径科学研究	(54)
(九) 要以提高智能而不以灌输结论为着眼点, 搞好田 径教科人才的培训工作	(60)
(十) 从保障赶超战略出发, 努力建好一、二个世界级 田径攻关训练基地, 广泛发展基层田径训练场地建设, 同时, 努力促进田径工业和田径经济的发展	(63)
(十一) 从效益着眼, 从实际出发, 积极开展田径国际 交往工作, 为赶超战略服务	(66)
(十二) 以扩大田径人口和传播正确技术为重点, 大力 开展群众性田径运动	(69)
(十三) 要研究田径队伍数量上的宏观控制问题, 为赶 超战略服务	(72)
(十四) 以整个复杂大系统的协同运转为中心, 改革田 径事业的领导和管理工作	(75)
附表一、男子田径世界纪录、世界冠军级运动员运动训练 全周期任意取样调查表	(78)
附表二、女子田径世界纪录、世界冠军级运动员运动训练 全周期任意取样调查表	(79)
注	(80)

论中国田径的赶超战略

一、中国田径赶超战略的重要性和必要性

体育促进着人类的强健、活跃和繁荣，奥运会反映着人类的文明和进步。

和平、友谊、团结，更高、更快、更强。奥运会已成为复杂的文化经济现象。体育是现代人的“宗教”，奥运会是和平时期的“战争”。现代传播手段的发达，几十亿人超越空间，对奥运会赛场产生强烈的感情共鸣。在牵动范围之广，切入人之心深，参与人数之多上，现代社会没有任何一个现象可与奥运会相比。奥运会既是民族的，又是世界的，它是一根牵动民族感情的敏感神经，选手们不但为着证明自身能力，代表人类共同的精神拼搏，而且更主要的是在为表现自己的民族形象而争夺。¹

体育是关系到强体质，振民气，扬国威，内励建设，外结友谊，促进世界和平之大事。党中央已经批准国家体委关于在世纪之交把我国建设成为世界体育强国的战略目标，现在，迫切需要为这个总目标制订各个项目切实的行动战略。

统计14~23届奥运会资料，田径总分占奥运会总分的18.6%。进入奥运会总分前三名的国家，田径得分约占总分的30%；进入第4~8名的国家，这个比例为17%，而在第23届奥运会上，我国田径得分仅占总得分的4.4%。²

上述统计表明，田径是奥运舞台的主旋律，是决定体育事业大局的基础性项目。但是，它却是我国体育的薄弱环节。体育界有句成语：“得田径者安天下”，我国现状是田径未得，

天下难安。因此，把我国田径搞上去，是体育强国建设的首要任务之一。田径赶超战略是体育强国战略的关键所在。

必须从系统工程角度出发，努力研究田径事业的历史、现状、矛盾和潜力，以最积极、最现实的态度，制订我国田径的赶超战略，并用完备的对策体系实施之。

二、中国田径赶超战略的设定

深刻认识世界田径发展的内在规律，使之同中国田径的实际相结合，改革内部结构，使之由“尾随型”转化为“赶超型”，做到各环节畅通运转，充分发挥起协同效应，在世纪之交争取世界前六位，³ 在21世纪二十年代前争取世界领先地位。这就是中国田径的两步赶超战略。

三、中国田径赶超战略的实现可能性

中国田径赶超战略能否实现，取决于四个问题：经济条件具备吗？人种学条件具备吗？工作水平具备吗？这个赶超速度能够达到吗？

（一）实现赶超战略的经济条件

从经济上看，大众田径受经济发展水平的决定性制约，竞技田径水平虽受很大影响，但并不受经济发展水平的决定性制约，而主要与财力的具体投入有关。苏联在五十年代，民主德国在七十年代，先后达到与美国田径争霸的地位，保持至今，但它们的经济水平都与美国有很大的差距。肯尼亚曾在三届奥运会上进入田径总分前六名，在汉城奥运会上获四块金牌，⁴ 保加利亚近年来在田径的四个单项上达到世界领先或先进水平；⁵ 便更能说明本问题。

中国的人均产值虽较低，但总体财力是世界经济大国之一，而且经济正在迅速发展。邓小平同志在同外宾讲话时曾讲到，社会主义制度的一个很重要的优越性，就是可以集中力量办大事。⁶ 认为我国经济条件保证不了竞技田径赶超战略的论点，显然是站不住脚的。

（二）实现赶超战略的人种学条件

在体质人种学方面，应该弄清两方面的问题：首先是，现阶段田径世界水平对人体的要求，是否已达到了极难寻觅的绝对条件？其次是，中华民族是否不具备田径体质条件？

1. 现阶段田径世界水平对人体条件的要求并不是绝对的。

从一批世界尖子来看，体格条件并不是罕见的。如：约翰逊身高1.80米，欧文斯身高1.78米，布勃卡1.83米，女子跳高2.01米世界纪录创造者西梅奥尼身高1.78米、2.09米纪录主斯科塔迪诺娃1.80米，八十年代前期女子百米世界纪录的二个创造者均高1.65米。单从身高条件来看，远非绝无仅有。至于87年女标枪世界冠军惠特布雷德的身高1.63米，⁷ 世界跳远尖端水平之一的埃米扬的身高1.78米，光从身高这一点来看，至少不算是什么优点（条件远非身高一项，但从身高的不平衡性可以看到各项条件的不平衡性）。从种族分布来看，田径各项目世界尖子中，都有不同种族的运动员，虽然有的项目某一人种多一些，但并无某一项目为某一种族所专有。世界田径水平正在发展中，从21世纪中叶回过头来看，2000年前后的世界尖端水平，不过是一般高水平，并不要求极难寻觅的身体条件。

以上说明，当前世界水平对运动员身体条件的要求只是相对的，并非绝对的。这样的身体条件，并非绝无仅有，有一无二，而是一批人可以够格的。在这一批人中，没有理由排除中

华民族人种。1982年国际田联七十周年大庆时向十二位世界优秀田径明星颁发了特别奖,获奖者之一,美国米尔斯是印第安人血统。他1964年获奥运会万米冠军的成绩还高于今天的中国纪录。⁸ 目前,美国发现一个可望重振米尔斯雄风的长跑“奇才”,纯印第安人血统17岁的舒尔茨,他能在4分钟内跑完1英里(相应成绩超过我国1500米专项全国纪录)。⁹ 而印第安血统和中国血统是十分接近的,有些史学家甚至认为印第安人是中国古代过去的移民。

2. 中华民族并非不具备田径身体条件

应该承认,不同民族的体质会有不同特点和差异,这种差异,既有遗传基因方面原因,也有物质和文化生活条件方面的原因。近代中国田径的弱势,引起对于夺取世界领先地位的怀疑,是不奇怪的。应该承认,我国田径目前是处在困难条件之下。但同时也应看到,古中国人身高,并不矮于欧洲人。¹⁰ 近代弱势并非由于遗传素质,而主要是由物质生活条件的局限所造成的。建国以来,在物质和体育生活改善的同时,中国人的体质正在提高;其中的一部分,提高尤快。从郑凤荣、倪志钦、纪政、杨传广、朱建华、徐永久、阎红、李梅素、赵友凤等等的光荣业绩来看,也足以消除对人种学条件的怀疑和担忧。(如1969、1970二年中,纪政曾在六个短跑项目上7次打破世界纪录,百米纪录七年后才被格尔打破,其中有两项保持了15年以上,⁵⁸ 怎能说中国人种不行呢?)这些优秀田径运动员,不少是在选拔面很为有限和多年系统训练不足的条件下涌现出来的,作为民族来看,今后完全有可能出更高的成绩。还应该指出,我国有悠久的多民族融合史并正在继续发展着,现有56个民族,十亿人口,拥有世界上最丰富的人类遗传基因库。因此,中国的人种学因素不能赶超田径世界水平的断言,是不

能成立的。在24届奥运会上，中国游泳夺取三块银牌、一块铜牌，中国赛艇姑娘也一跃夺取一块银牌，中国人在这些“需要耐力和力量的体育项目中获胜”，“证明中国人的体能、体质并不弱，有希望把周期性项目也搞上去”。¹¹这就更从侧面证明，中国田径尚未搞上去，关键并非在于人种学条件，而只能是在于工作水平。

总之，我国虽有困难，但并非就不能作成功的赶超进军。唯其如此，这个赶超任务也就显得特别光荣了。

（三）工作水平是可以迅速改进的

因此，中国田径赶超战略的决定因素，就在于我们的工作水平了。而工作水平又取决于认识能力。无论是工作水平、还是认识能力，都是可以经过努力，迅速赶超上去的。

（四）两步赶超，第一步13年、第二步10年，时间是否太短？

民主德国1964年立志赶超，1965年田径总分还落在中国后面，到1972年奥运会就进入世界前三名，前后不过八年时间。他们原有体育基础强，用八年时间，我们打它三倍，用23年是可以争取实现的。

二年前，李梅素和赵友凤的成绩在世界上还是谈不起来的，她们在年龄或身体、技术条件上，也都有各自的不足，但只一、二年时间，就赶上了世界水平，并恰恰打破了中国人在投掷、耐力项目上难以赶上世界水平的神话。实践证明，只要条件具备，中国田径成绩，也是完全有可能由于训练工作的改革而高速跃进的。

事实反复说明，问题在于是否真正进入了赶超工作状态？如果没有进入赶超状态，时间再长也没有用，而且越长越坏

事。如果真正进入了这种工作状态，二步赶超，在时间上是预留了足够的余地的。

四、世界田径的历史进程及各国所处的地位

为了研究赶超战略，我们需要探讨世界田径的发展规律。当前世界田径处在什么阶段？世界田径水平的发展机制和因素是怎样的？发展潜力怎样？各国的地位是如何决定的？

（一）当前世界田径正处在迅速发展中

早在1935年，当巴比特鲁以9"2跑完百码时，就有人认为已到了人类能力的极限。可是，世界田径成绩一直在不断发展着。拿四年一届的奥运会周期来观察，递进的幅度还比较稳定。不但如此，八十年代的递进幅度，还显著地高于七十年代。¹² 苏联著名学者霍缅科夫在1982和1986年对2000年的世界田径成绩分别作了两次预测，在可比的29个项目中，后者较前者为高的就有20项，占69%（另有四项相同）。¹³ 这些材料说明，世界田径成绩在当前，不但继续进展着，而且它的进展幅度，超出了原先的轨迹，也超出了严肃的预测学者原先的认识。

事实说明，当前世界田径并非处在进展停滞的成熟阶段，而是正处在迅速发展着的年青阶段之中。

（二）世界田径成绩水平发展机制的原则结构

世界田径是怎样发展的，它的发展（发育）机制是怎样的呢？

让我们来看一些实例：

男子跳高的五次演变：跨越式：1860年1.70米，1890年1.97米；剪式：1900年1.90米；滚式1921年2.01米；俯卧式：1977年2.34米；背越式：1987年2.42米；¹⁴ 1988年2.43米。