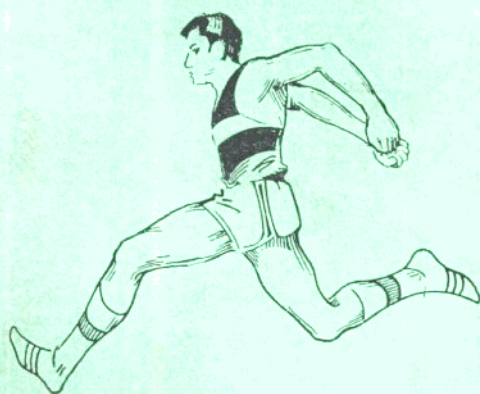


运动系教材

田径



西安体育学院

60.824
22656

PDG

8202/
30

前 言

国内外田径运动迅速发展和提高，为了适应我国体育学院运动系田径运动教学训练的要求，我院田径教研室从1985年开始组成了16名具有多年田径教学训练经验的教授、副教授和讲师，由文超任主编，周成之、郭洁任付主编，根据我国体育学院运动系培养具有社会主义觉悟的田径教练员、专项体育教师的需要，按着教材编写计划和基本要求，编写了这本教材。为加强教材的理论论述，提高学生田径理论和实际工作能力，写了七章理论题；考虑到运动系学生有一定技术水平和感性知识，他们对专项理论知识要求较高并具有一定探讨能力，在十四章专项方面较多地阐述了各专项的发展，结合一些基础理论论述专项技术。此教材的训练内容较多，也可供各运动技术学院、体育运动学校和攻读运动训练学研究生的田径教学训练参考。

由于我们水平有限，教材中的问题和缺点难免，请专家读者批评指正。

西安体育学院田径教研室

一九八七年二月一日

目 录

第一章 田径运动会的发展	郭 洁 1
--------------	-------

第一节 概述	1
第二节 田径运动项目体系与分类	2
第三节 田径运动的发生和发展	5
第四节 旧中国田径运动的发展	9
第五节 现代田径运动的特征	15
第六节 促进田径运动成绩不断提高的因素	17

第二章 田径运动技术原理	23
--------------	----

第一节 竞走和赛跑的技术原理	文 超 23
第二节 跳跃技术原理	周成之 29
第三节 投掷技术原理	郭 洁 40

第三章 田径运动的训练	文 超、周成之 49
-------------	------------

第一节 田径运动训练的基础理论知识	50
第二节 训练原则的运用	58
第三节 训练内容和方法	60
第四节 训练计划	70
第五节 儿童少年田径运动训练	77

第四章 田径运动员的选材	文 超 84
--------------	--------

第一节 径赛运动员的选材	84
第二节 跳跃运动员的选材	91
第三节 投掷运动员的选材	94
第四节 全能运动员的选材	97

第五章 田径运动场地	席翰林 101
------------	---------

第一节 径赛场地	101
第二节 田赛场地	123

第三节 田径场地的修建、保养和维修·····	127
第四节 塑胶跑道各项标志的划法·····	128

第六章 田径运动的竞赛组织工作·····牛锡佩 129

第一节 田径运动会的筹备组织工作·····	129
第二节 田径运动会的编排和记录公告工作·····	131

第七章 田径运动的竞赛裁判法·····牛锡佩 152

第一节 赛前的准备工作·····	152
第二节 径赛裁判法·····	152
第三节 田赛裁判法·····	160
第四节 全能运动裁判法·····	166
第五节 竞走和公路赛跑裁判法·····	166
第六节 风速测量和宣告工作·····	169

第八章 竞走·····王君侠 171

第一节 竞走的发展概况·····	171
第二节 竞走的技术·····	172
第三节 竞走的教学·····	174
第四节 竞走的训练·····	176

第九章 中长距离跑·····王君侠 182

第一节 中长跑的发展概况·····	182
第二节 中长跑的技术·····	184
第三节 中长跑的教学·····	186
第四节 中长跑的训练·····	188

第十章 短距离跑和接力赛跑·····容仕霖 197

第一节 短距离跑的发展概况·····	197
第二节 短距离跑的技术和战术·····	200
第三节 短距离跑技术的教学·····	210
第四节 短距离跑的训练·····	211
第五节 接力赛跑·····	222

第十一章 跨栏跑.....	陈海清	225
第一节 跨栏跑的发展概况.....		225
第二节 跨栏跑的技术.....		227
第三节 跨栏跑的教学.....		240
第四节 跨栏跑的训练.....		248
第十二章 3000米障碍跑.....	席翰林	257
第一节 3000米障碍跑的发展概况.....		257
第二节 3000米障碍跑的技术.....		258
第三节 3000米障碍跑的技术教学.....		260
第四节 3000米障碍跑的训练.....		262
第十三章 跳高.....	许树海	267
第一节 跳高技术的发展.....		267
第二节 跳高的技技.....		268
第三节 跳高的教学.....		273
第四节 跳高的训练.....		280
第十四章 跳远.....	王保成	291
第一节 跳远的发展概况.....		291
第二节 跳远的技术.....		292
第三节 跳远的教学.....		302
第四节 跳远的训练.....		307
第十五章 三级跳远.....	李国华	317
第一节 三级跳远的发展概况.....		317
第二节 三级跳远的技术.....		320
第三节 三级跳远的教学.....		325
第四节 三级跳远的训练.....		329
第十六章 撑竿跳高.....	徐 政	339
第一节 撑竿跳高的发展概况.....		339

第二节	撑竿跳高技术·····	346
第三节	撑竿跳高的教学·····	355
第四节	撑竿跳高的训练·····	362
第十七章 推铅球·····王助武		375
第一节	推铅球发展概况·····	375
第二节	推铅球技术·····	377
第三节	推铅球的教学·····	379
第四节	推铅球的训练·····	382
第十八章 投掷铁饼·····郭 洁		387
第一节	投掷铁饼的发展概况·····	387
第二节	掷铁饼的技术·····	388
第三节	投掷铁饼的教学·····	397
第四节	投掷铁饼的训练·····	399
第十九章 掷标枪·····任东升		410
第一节	掷标枪的发展概况·····	410
第二节	掷标枪技术·····	412
第三节	掷标枪的教学·····	417
第四节	掷标枪的训练·····	423
第二十章 掷链球·····张启明		442
第一节	掷链球的发展概况·····	442
第二节	掷链球的的技术·····	444
第三节	掷链球的的教学·····	447
第四节	掷链球的训练·····	450
第二十一章 全能运动·····曹效文		460
第一节	全能运动的发展概况·····	460
第二节	全能运动的教学训练·····	466
第二节	全能运动的比赛·····	480

第一章 田径运动的发展

郭 洁

第一节 概 述

一、田径运动的名称

以走、跑、跳、投多种项目组成的田径运动，以其开展的先后，与其它运动项目的关系，各国对田径运动的称呼不一。

体育运动大体可分室内运动和室外运动两种。田径运动以字意解释，它和游泳、足球、冬季滑雪、滑冰等相同为室外运动，所以称作田径运动。但是，在科学技术高度发达的现代社会，田径、游泳等也在室内举行，因此，严格的说“田径”运动的名称就不确切了。若根据场地条件，室内只能施行部分项目，而室外却能施行全部项目，从这点来说叫做“田径”运动，仍具有现实意义。

田径运动发源于英国，英国叫athletics，法国叫athletisme，都是体育运动的意思，意义广泛，适合于走、跑、跳、投多项内容的涵义。德国叫Leichtathletik，苏联叫legkaya atletika，都是轻竞技的意思，这是与举重、摔跤比较而言，做起来外观上有轻快的表现。日本叫陆上竞技，这是与水上（游泳等），冰上，雪上和空中（跳伞）相区别而命名的。美国叫做trackandfield，我国叫的田径运动与美国的涵义相同，是以项目的特点划分的。

二、田径运动的特点与作用

田径运动是体育运动中主要项目之一，以时间计算成绩的竞走、跑的项目叫“径赛”，把以远度和高度计算成绩的叫“田赛”。

田径运动的运动强度大，竞争性强，项目多，锻炼形式多样，在空地和道路上都可以练习，它不受人数、年龄、性别、季节、气候等条件限制，便于广泛开展。

田径运动是增强人民体质和对广大青少年进行精神文明教育的重要手段之一，在各级学校体育课和《国家体育锻炼标准》中占有很大比重。经常系统地、科学地参加田径运动，可以改善人体健康水平和提高工作能力。通过田径运动的教学和训练，可以培养人的勇敢、果断、坚韧，顽强的意志品质。

田径运动能全面地发展人体的各项身体素质，促进各项运动机能的形成。所以其他运动项目都把田径运动作为发展专项素质的手段与提高技术的基础。

世界各国都很重视发展田径运动，它在国际体育运动中占有重要地位。经常把田径运动作为衡量一个国家体育运动水平的标志。

第二节 田径运动项目体系与分类

一、田径运动项目体系

田径运动包括的项目很多,针对项目的特点,从各个角度找出其相类似处,划分体系,在技术教学和身体训练等方面,都具有一定的意义。它有以下各种好处:

(一)便于按年龄、性别安排相应的项目。例如:青少年易于采用发展灵敏性,速度性的项目。成年人易于采用发展力量,耐力性的项目等。

(二)有利于理解各项目的共性技术,便于认识各体系间技术的不同处,例如:跳跃项目体系中,助跑与踏跳相结合的共性技术理论;跳跃助跑与短跑技术的差异等。

(三)便于理解各项目群的共性体力(身体素质),以及体系内项目之间所需体力的不同点。例如:中长跑各项目所需体力主要是有氧运动和无氧运动,而中跑者重点在无氧运动,长跑者重点在有氧运动。

(四)便于理解各项目群在参加比赛时,精神的身体的以及技术的准备方式,以及体系内项目间准备的不同点。例如:各投掷项目在参加比赛时,有其共性的准备方式,但在各项目之间又有不同处。如铅球运动员应始终保持其力量素质,而标枪运动员由于器械轻,保持协调、灵敏素质则显得重要。

二、分 类

如表一——1、2、3所示,按照发育阶段、性别分类,可以看出,随着年龄的增加,项目的数量,负荷强度也随之变化。其特点如下:

(一)可施行的项目数量随年龄增长而增多;

(二)负荷强度大的项目(如三级跳远、10000米和马拉松等)随着年龄增长而增多;

(三)投掷项目除铅球外,需要宽广的场地并有危险,初中以下设置的较少,高中以后才列为正式比赛项目。

男、女之间田径项目也有区别:

女子项目比男子少,在径赛中近年来增加的较多,在大型比赛会上,仅有3000米障碍未被列入。在田赛项目中,三级跳远,撑竿跳高和链球三个项目未被列入。早在20年代以前,由于性别和体力弱的关系,认为女子不能与男子相比,很多项目不适于女子。经过广大妇女的长期奋斗,在奥运会全部田径项目中,女子不能参赛的不多了,不久的将来这些少数项目,无疑也将向女子开放。其次为培养青少年早期从事田径运动,适合于青少年的投掷项目,器材的改进等,也是当前急需考虑的重要问题之一。

当前对于成年田径项目的改进,也是国际田协和体育科学家们要研究的问题。例如标枪的世界纪录已超过100米,以场地所限,危险因素不断增加,经改进重心位置的新标枪,优秀运动员仍可投90米以上,从田径运动发展趋势看,再度突破100米大关为期不会太远。链球已接近90米,铁饼接近75米,从场地和危险因素等方面看,都是需要考虑的问题。

表四是按身体素质类型的分类,可供各专项项目及单项训练参考。

表一——1 按发育阶段及性别的分类（径赛部分）

项 目			成 年		少 年			
一级分类	二级分类	三级分类	男子组	女子组	男甲组	男乙组	女甲组	女乙组
径 赛 项 目	竞	10公里		○				
		20公里	○					
	走	50公里	○					
		60 米				○		○
	短 距 离 跑	100 米	○	○	○	○	○	○
		200 米	○	○	○	○	○	○
		400 米	○	○	○	○	○	○
		800 米	○	○	○	○	○	○
	中 距 离 跑	1500 米	○	○	○		○	
		3000 米	○	○	○		○	
	长 离 距 跑	5000 米	○					
		10000 米	○					
	跨 栏 跑	100米 栏 (0.84米)		○ 0.84 米			○ 0.84 米	○ 0.762 米
		110 米栏 (1.067米)	○ 1.067 米		○ 0.914 米			
		400米 栏	○ 0.914 米	○ 0.762 米				
	障碍跑	3000米障碍	○					
		马拉松	○	○				
	接力	4×100	○	○	○	○	○	○
		4×400	○	○				

表一——2 按发育阶段及性别的分类（田赛部分）

项 目			成 年		少 年			
一级分类	二级分类	三级分类	男子组	女子组	男甲组	男乙组	女甲组	女乙组
田 赛 项 目	跳 跃 项 目	跳 高	○	○	○		○	
		跳 远	○	○	○		○	
		三 级 跳	○		○			
		撑竿跳高	○		○			
	投 掷 项 目	推铅球	○ 7.26 公斤	○ 4 公斤	○ 6 公斤	○ 5 公斤	○ 4 公斤	○ 3 公斤
		投标枪	○ 800 克	○ 600 克	○ 700 克	○ 600 克	○ 600 克	
		掷铁饼	○ 2 公斤	○ 1 公斤	○ 1.5 公斤	○ 1 公斤	○ 1 公斤	
		掷链球	○ 7.26 公斤					

表一——3 按发育阶段及性别分类（全能部分）

组 别	项 目	内容和比赛顺序
成年男子	十项全能	第一天：100米、跳远、推铅球、跳高、400米
		第二天：110米栏、掷铁饼、撑竿跳高、掷标枪、1500米
成年女子	七项全能	第一天：100米栏、推铅球、跳高、200米
		第二天：跳远、掷标枪、800米
少年男甲	五项全能	跳远、掷标枪、200米、掷铁饼、1.500米
少年女甲	五项全能	第一天：100米栏、推铅球、跳高
		第二天：跳远、800米
少年男、女乙组	三项全能	100米、推铅球、跳高

注：以上是已承认全国纪录的项目

表一——4 按身体素质构成的分类

素质类型	素质构成	项 目
速度型	速度、爆发力 速度、爆发力、控制力 速度、爆发力、负氧耐力	100米 200米 100米×4 100米栏 110米栏 400米 400栏 400×4
爆发力型	爆发力、速度、力量 爆发力、速度、力量、控制力 爆发力、力量、速度	跳高、跳远、三级跳 撑竿跳 铅球、铁饼、标枪、链球
耐力型	负氧、有氧耐力 有氧、负氧耐力 有氧耐力	800米 1,500米 3000米障碍、5000米、10,000米 马拉松、竞走
全面发展型 (综合型)	速度、爆发力、力量、负氧耐力 速度、爆发力、力量、负氧耐力、 有氧耐力	三项、七项全能 十项全能

第三节 田径运动的发生和发展

田径运动是随着社会发展逐步产生和发展起来的。远在上古时代，人们为了获得生活资料，在和大自然与禽兽作斗争中，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。在劳动中不断地重复这些动作，便形成了走、跑、跳跃、和投掷的各种技能，并且人们也把这些本领传给了下一代，使他们尽快地成为捕猎能手。

随着社会的发展，人们有意识地把走、跑、跳跃、投掷作为练习手段和比赛形式。在军事上这些练习成了训练士兵的主要内容。

我国早在春秋战国时期就有关于利用走、跑、跳和投来训练士兵的记载，例如：公元前776~221年，墨子《非攻篇》中记述了吴起与魏武侯谈论练兵、用人、强国的方法，吴起说：把能跳得高、跳得远、善于走路的人选为士兵。元世祖忽必烈所组建的“贵赤卫”军队，每年组织一次赛跑，距离为180到200里，规定在早晨起跑用三个时辰跑完，（约合6小时）中午到达终点，前三名各奖以金银绸缎及用品。明朝大将戚继光在他的《纪效新书》里记述了训练士兵的方法，规定士兵平时要比赛跑，以跑一里路不气喘为标准。还规定平时要用沙袋缚于腿上，逐渐加重，作战时去掉，使两腿轻便，把这种训练叫“练足”。

一、古代奥运会的兴衰

古代奥运动诞生在地中海北岸的希腊半岛上。希腊半岛多山，大约在纪元前八至六世纪，这里形成了许多奴隶制部落，每个部落都有自己的保护神。最受各部落崇拜的是诸神的领袖宙斯。在半岛上伊林斯地区奥林匹亚村是诸神聚居之所，每年7~8月各部落都要来宙斯神庙祭祀。除献祭物外，还举行运动竞技等活动。每隔四年举行一次扩大的祭祀活动，后来形成了制度，这就是奥运会每四年举行一次的由来。四年一次古代奥运会的周期，被称作

“奥林匹亚德”。从公元前776年开始，竞技表演以比赛形式出现，因而人们把这作为古代奥林匹克运动会的起始年代。

古代奥运会至公元394年被废止，共举行了293届。开始时只有一个短跑项目，举行一天，距离为192.25米，叫一“斯达吉奥”。后来增加了中跑和长跑，就是把这一距离往返跑两次至二十四次。至十八届时有跑、跳远、标枪、投石饼、摔跤等项目。第三十二届增加了拳击，以后又增加了战车、武装赛跑等项目。第三十七届时增加了少年比赛，项目增至十三个，比赛时间延长到五天。运动员限于希腊血统的自由民，要裸体参加竞技，不准妇女参加或参观。

古代奥运会开始前要由三名运动员在普罗米修斯祭坛前点燃“圣火”，然后跑遍各邦，作为传喻停止一切战争的和平象征。传递“圣火”仪式，在1936年第十一届现代奥运会才恢复。

古代奥运会在公元492至449年波希战争，希腊胜利后才进入黄金时代。它在促进各邦间的经济、文化、艺术交流与实现和平方面有积极意义。

罗马帝国鼎盛时期，希腊沦为附庸。在公元前394年终被罗马帝国皇帝狄奥多西所废止。当时各项竞技运动员职业化也是其中衰败原因之一。

后来神域建筑被焚毁，宝物、神象遭抢劫。公元522年和551年又遭两次大地震，使古代奥运会遗址成为废墟并埋入地下，从此古代奥运会逐渐被人们遗忘。

二、近代奥运会的开创与发展

1888年法国人皮埃尔·德·库拜当提出了恢复奥林匹克运动会的建议，1894年在法国巴黎召开了国际体育会议，在这次会议上成立了国际奥林匹克委员会（IOC）。当时成员国有12个，委员会的委员以个人身份选入而不代表国家，会议并决定第一届奥林匹克运动会于1896年在希腊雅典举行，采取了古代奥林匹克运动会每隔四年举行一次的制度，但举行地点不固定，而是在世界各大城市轮流举行。在第一届奥运会上，田径运动的走、跑、跳跃、投掷的一些项目，被列为大会的主要比赛项目。到1984年在美国洛杉矶举行的23届奥运会止，其中因两次世界大战停办了3次，实际上只举行了20次。国际奥委会规定，如因故不能举行，当届次数照算。

1900年在巴黎举行的第二届奥运会才有女子参加，参加田径运动的女运动员仅有六名，直到1928年第九届才有较多的女子参加。

本着国际奥委会第一次会议精神，在世界各大城市轮流举行的规定，到1988年在汉城举行的二十四届为止，在五大洲的欧洲举行了13次，北美洲举行了5次，亚洲举行了2次，大洋洲举行了1次。

奥运会举行的地点（国家），越来越受经济条件、物质条件、交通条件、以及服务条件等限制。从其发展趋势看，只有经济与科技发达国家和地区，才有条件承办奥运会。多数发展中国家只好望洋兴叹。

四年一届的奥运会是促进田径运动成绩不断提高和改进训练方法的动力。参加国家和地区由第一届的13个单位，到23届发展到140个单位。近万名的男女青年运动员来自世界的各个角落。经过优秀运动员的刻苦钻研，一些田径运动的技术、成绩、训练方法通过奥运会又推广于世界各地。例如：第二届奥运会推广了跨栏和剪式跳高的技术。背越式跳高是福斯贝

利(美)在1968年墨西哥奥运会取得冠军后仅2~3年的时间便取代了俯卧式跳高姿势。又如采用变速跑训练的札脱培克(捷)在十五届奥运会上取得5000米、10000米和马拉松三项冠军以后,变速跑的训练手段立即推广于世界各地。1960年十七届罗马奥运会采用马拉松式训练法的新西兰运动员在800米、5000米、10000米上取得好成绩以后,变速跑的训练法又被新西兰的马拉松训练法所取代。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与训练方法,起到了推陈出新的作用,使全世界的田径运动不断地发展。

历届奥运会举行的时间、地点、运动项目数、运动员数以及参加国与地区如表一——5。

三、我国与国际奥委会的关系及参加奥委会:

1924年国际奥委会承认了前中华全国体育协进会为中国奥林匹克委员会。1949年以前旧中国曾派代表参加了第10、第11、第14届奥运会。1949年中华人民共和国成立后,原中华全国体育协进会改组为中华全国体育总会,(为中国奥林匹克委员会)并派代表团参加了第15届奥林匹克运动会。1984年又派代表团参加了第23届奥林匹克运动会。

旧中国首次派五人代表团参加1932年在美国洛杉矶举行的第10届奥运会,出赛的运动员只刘长春一人,参加项目为100米和200米,成绩平淡,在予赛中被淘汰。

从本届大会开始,田径运动的径赛项目,在终点设百分之一秒的跑表和摄影技术。

从本届大会开始设置奥林匹克村,供运动员住宿。

1936年在德国柏林举行了第11届奥运会,旧中国派了70余人的体育代表团参加本次大会。田径运动员23人,除符宝卢在撑竿跳及格赛中达到标准外,其余均在及格赛或予赛中被淘汰。

从本届大会开始,在开幕式时举行火炬交接的点火仪式。希特勒为向全世界夸耀其国威,举国兴建会场,各项项目的赛场豪华,为以后举办奥运会花费巨资做出了先例。在这次大会上美国黑人选手欧文斯独得100米、200米、跳远和4×100接力四枚金牌闻名于世。

旧中国第三次派代表参加了1948年在英国伦敦举行的第14届奥运会。共33名运动员中参加田径的运动员有3名,均在予赛中被淘汰。从本届大会开始普及了电子设备,在田径场上安装了一个巨型计分牌。本届大会还提出:“参加奥林匹克运动会,不在于取胜,而在于参加;不在于击败别人,而在于尽我所能”的口号。在这次大会上表现出色的荷兰女运动员芬尼,已是两个孩子妈妈,在坚强意志鼓舞下,两天内连取100米、200米、80米低栏和4×100米接力四项冠军。她是迄今奥运会史上唯一取得四枚金牌的女运动员。

解放后1952年在芬兰首都赫尔辛基举行了第15届奥运会。新中国以足球、篮球及游泳等40人组成的体育代表团参加了本届大会,未派田径运动员。由于旧中华全国体育协进会改组为中华全国体育总会(即中国奥委会),在国际奥委会的合法地位问题上,一直拖延未予解决。所以很晚才通知我国派代表团参加,未作充分准备,有的项目未能参加。

在本次大会上捷克运动员札脱培克在长跑方面表现突出,他取得了5000米、10000米和马拉松三项金牌,他所采用的变速跑大运动量训练法,会后推广于世界各国。

由于国际奥委会在少数人把持下,竟承认台湾的所谓“中华体育协进会”,阴谋制造两个中国,我全国体育总会于1958年宣布与国际奥委会断绝一切关系。同时我国田径协会也退出了国际业余田径联合会。

表一—5

届次	举行时间	举行地点	运动种类	单项数	参加运动员数	参加国家和地区数	附注
1	1896	雅典(希腊)	9	30	285	13	
2	1900	巴黎(法国)	15	61	1032(女6)	20	
3	1904	圣路易(美国)	18	70	496(女8)	11	
4	1908	伦敦(英国)	25	34	2059(女36)	23	
5	1912	斯德哥尔摩(瑞典)	17	80	2547(女57)	28	
6	1916	柏林(德国)					因第二次世界大战未举行
7	1920	安特卫普(比利时)	27	119	2583(女63)	29	
8	1924	巴黎(法国)	21	113	3098(女136)	44	
9	1928	阿姆斯特丹(荷兰)	18	106	2964(女290)	46	
10	1932	洛杉矶(美国)	19	110	1402(女127)	37	
11	1936	柏林(德国)	23	123	约4100(女328)	50	
12	1940	东京(日本)					因第二次世界大战未举行
13	1944	伦敦(英国)					因第二次世界大战未举行
14	1948	伦敦(英国)	22	129	4144(女438)	58	
15	1952	赫尔辛基(芬兰)	21	138	5862(女573)	69	
16	1956	墨尔本(澳大利亚)	21	139	3539(女353)	67	
17	1960	罗马(意大利)	21	139	5376(女537)	84	
18	1964	东京(日本)	23	150	5557(女732)	94	
19	1968	墨西哥城(墨西哥)	22	158	6059(女781)	113	
20	1972	慕尼黑(西德)	25	178	10088(女1070)	122	
21	1976	蒙特利尔(加拿大)	21	198	6189(女1274)	98	
22	1980	莫斯科(苏联)	21	203	5728(女1306)	85	
23	1984	洛杉矶(美国)	21	221	7575	140	
24	1988	汉城(韩国)	23	225			

经我体育总会不断地斗争和国际友人所做的不懈努力,1979年11月我国终于恢复了在国际奥委会中的合法席位。

我国组建353人的体育代表团参加了1984年在美国洛杉矶举行的第23届夏季奥运会。在21个项目中我国运动员参加了14个项目。共获得金牌15,银牌8,铜9的优异成绩,结束了中国人在奥运会上金榜无名的屈辱史,标志着中国踏上了建设世界体育强国的新里程。

参加本届大会的我国田径代表团有教练员5名、运动员22名(女9人),取得名次的运动员有7人。计:朱建华跳高(2.31米)第三名,邹振先三级跳远(16.83)第四名,李素梅女子铅球(17.96米)第五名,刘玉煌跳远(7.99米)第五名,刘云鹏跳高(2.29米)第七名,郑达真女子跳高(1.91米)第七名,蔡舒跳高(2.27米)第八名。

在这次大会上我国田径健儿,除朱建华外,一般都发挥了较好水平,但在高水平的世界田径行列中仍有明显差距,特别值得注意的是我国田径运动员所取得的名次,全属田赛,径赛尚属空白点。通过在本届奥运会的较量,可以看到,在本世纪末要把我国建设成为世界体育强国,提高田径运动水平是十分重要而艰巨的任务。

第四节 旧中国田径运动的发展

一、旧中国田径运动的发展

田径运动是外国传教士于本世界初期只在教会创办的学校之间开展,后来逐渐扩展到各级国立和私立学校。

旧中国由于军阀割据,各帝国主义对我国进行了残酷的政治和经济侵略,使我国沦为半殖民地国家。经费拮据,除举行数年一度的全国运动会及各大区自行筹办的区运动会外,无其他大型体育活动。所以田径运动的开展,极其缓慢。

从本世纪初到国民党政府跨台止,大约45年的时间里,只举行了七届全国运动会,其中田径运动为各届的主要项目。初期中国人尚不熟习田径运动会的组织、管理工作,第一、二届的竞赛组织及裁判工作均由英美外籍传教士担任。第三届才由中国自己筹办。一直到第六届,在报告名次和成绩时还先用英语后用国语。

第一、二届田径运动的径赛项目距离、投掷器械的重量,都采用英制单位计算(距离以码、重量以磅)。第三届开始采用米制。前三届以各大区及海外华侨团体为单位计分。第四届开始以省、特别市、华侨团体为单位计分。第四届开始有女子参加,共设六个田径项目。最后一届的第七届全运会是1948年5月在上海举行的。因1937年七·七事变,日本帝国主义侵略东北、华北,这届全运会未能如期举行。日本投降后,在中国人民解放战争时期,国民党统治处于全面崩溃的前夕,为了安定民心,掩盖其在政治上军事上的惨败,粉饰太平,竟然举行本届全运会。由于北方大部分地区已经解放,有些单位田径队人数寥寥无几,本次大会的田径成绩不如前几次好。

各届全运会举办时间、地点、田径项目、参加单位、破纪录等如表一——6。旧中国全国最高纪录如表一——7。

表一——6 旧中国历届全运会田径项目及破纪录表

届次	举办地	田 径 项 目		参加单位	破 纪 录	
		男	女 子		男	子 女 子
一	南 京 1910年	100码 220码 440码 880码 120码低栏 跳高 跳远 撑竿跳高 铅球 (12磅) 链球 (12磅) 880码接力		华 南 华 北 上 海 北 平		
二	北 京 1914年	增加项目: 220码低栏 120码栏改高栏 链球改铁饼 十项全能 五项全能		东 部 南 部 西 部 北 部	7 项	
三	武 昌 1924年	100米 200米 400米 800米 1500米 5000米 110米高栏 200米低栏 四跳项目 三投项目 4×200接力 4×100接力 十项全能 五项全能		大单位为东南 西北部、小单 位为部属省如 北直、东苏		
四	杭 洲 1930年	增加项目: 10000米	50米 100米 4×50接力 铅球 跳高 跳远	各省、特别 市、华侨团 体	破15项 平 1 项	
五	南 京 1933年	增加项目: 400中栏 4×200接力改 4×400接力	增加项目: 200米 800米低栏 4×50 米改 4×100米接 力、铁饼、标枪、 掷垒球	各省、特别 市、华侨代 表	14 项	11 项
六	上 海 1935年	增加项目: 5 公里竞走	同前届	同上	7 项	平 1 项 破 7 项
七	上 海 1948年	减少项目: 五项全能、十项全能	取消掷垒球	同上	7 项	4 项

表一——7

旧中国男、女田径最高成绩

项 目	男 子			女 子		
100米	10"7	刘长春	南京1933	13"4	王淑桂	上海1948
200米	22"1	刘长春	南京1933	27"5	李 森	上海1935
400米	50"9	陈其朗	上海1948			
800米	2'3"1	贾连仁	" 1935			
1500米	4'17"	于希渭	" 1948			
5000米	16'0"8	楼文敖	" 1948			
10,000米	32'37"	"	" 1948			
110 栏	16"	黄两正	" 1948			
400米中栏	57"9	黄两正	" 1948			
竞走5公里	26'24"	荣 生	" 1948			
跳 高	1.875米	吴必显	" 1935	1.40	吴树森	上海1948
跳 远	6.912米	郝春德	" 1933	5.06	邓银娇	上海1935
三级跳远	14.192米	司徒光	南京1933			
撑竿跳高	4.015米	符宝卢	上海1935			
铅 球	13.34米	潘南海	杭州1930	10.97	王灿华	上海1948
铁 饼	41.55	齐沛林	上海1948	30.55	陈荣棠	上海1935
标 枪	50.275	彭永馨	" 1935	23.55	原恒瑞	上海1935
4×400米接力	3'31"8	上海队	南京1933			
4×100米接力	44"4	广东队	1933	54"6	上海队	南京1933
十项全能	4989	张令佳	上海1933			

二、新中国田径运动的成就

中华人民共和国成立以后，党和政府十分关心人民的身体健康，指明了体育运动的发展方向，广大人民群众不断提高参加体育运动的热情，田径运动逐渐普及，技术水平迅速提高。

1953年起，几乎每年都举行规模较大的全国性田径比赛或测验。在群众性体育运动广泛开展的基础上，我国田径运动技术水平和成绩有了迅速的提高。1953年举行了第一次全国性田径比赛，在男、女34个单项中创造了19项全国纪录。在1956年一年内，有28项全国纪录被刷新。女子跳高，1957年曾以1.77米的成绩打破了当时1.76米的世界纪录。在60年代就有十个项目进入世界前十名。

1959年召开了规模盛大的第一届全国运动会。在这次运动会上，1200名田径运动员，有55人76次打破25项全国纪录。此后由于国内经济条件的影响，田径运动成绩一度下降，1963年以后，随着经济情况的好转，体育战线也恢复了生机，田径运动成绩也得到迅速提高。我国田径运动员在参加各种国际性田径比赛中，取得了优异成绩，为我国田径运动发展做出了贡献。但是，总的看来，我国田径技术水平较低，大部分项目和世界先进水平相比差距很大。为使我国田径运动成绩在本世纪末赶上国际先进水平，广大体育工作者尚须尽心竭力，制定出切实可行的计划和措施，推动田径运动的健康发展。