

田径教学参考书

西安体院体育科技服务中心

1984.5

田径教学参考书

中国体育函授大学教材

人民体育出版社

一九八四年图书期刊简介

一、《体育情报》。双月刊，逢双月出版，每期72页码左右，每套全年收成本费2.70元。主要内容有体育情报理论与研究，国内外新学科、新技术、新战术、新训练法的介绍。

二、《田径情报资料》（田径技术译文分册）。与全国田径情报网合办。双月刊，逢单月出版，每期约40页码。每套全年收成本费1.80元。主要内容有国外有关田径项目的技术、战术、训练手段与方法方面的译文、重大国际田径比赛的综合报道、述评、综述以及国际田坛动态等。

三、《体操情报》。与全国体操情报网合办。双月刊（其中包括15期《国际体操动态》），每期32页码。每套全年收成本费4.00元。

四、《一九八四年全国报刊体育论文暨译文篇名索引》。分上、下两册，五十余万字。上册于1984年第三季度出版，下册于1985年第一季度出版。每套收成本费3.80元（包括邮寄费）。

此外，《田径教学参考书》、《青少年排球基本技术训练法》尚有库存，欲购者从速。

上述各种期刊、图书适宜于各级教练员、各级学校体育教师、体育本专科学生、体育函授学生和体育工作者阅读。

欢迎订阅。需订阅者请给我室来函索取订单。

西安体育学院科研处情报资料室

编辑：西安体院科研处情报资料室
出版发行：西安体院体育科技服务中心
印刷：西安市周至县印刷厂
出版日期：一九八四年六月

4.00元

前 言

本书是供体育学院、系及其他田径专业教学参考的。

本书共二十四章，其中理论部分十章；技术教学部分十四章。在理论章节中，根据田径运动的发展、田径教学与实际工作需要编写的；在技术项目章节中，较详细地介绍了各项目的发展情况，并且，主要是阐述各技术项目的理论知识和教学法。在各章末了附有思考题和参考资料，以便对理论知识和教学法加深理解及研究。

这部书是我们组织十余名具有多年田径教学经验的副教授和讲师编写的，在编写中力求围绕全国体育学院《田径》教材，总结自己教学经验，吸收新鲜资料，将主要技术环节、教学重点写的深入、实用，有助于提高田径教师的专业理论水平和教学工作能力。但是，由于我们水平有限，缺乏编写田径教学参考书的经验，本书中缺点错误难免，请同志们批评、指正。

西安体育学院田径教研室

1984年3月

西安体院复印体育科技资料办法

凡复印西安体育学院体育科技服务中心出版的《体育论文暨译文篇名索引》(本索引仍有库存需订购者请来函联系)中所列文章和其它文章,均按下列办法办理:

1、凡需复印《索引》中的文章,必须写明该文章的索取号、篇名和需要份数。凡需复印其它文章,须写明该文章的名称、原载报刊、期数或出版日期。

2、复印资料按原出版物的页码计算收费,每页码收成本费0.05元,如欲邮寄者每80页码收包装邮寄费0.05元(不足80页码按80页码计,欲挂号者另加挂号费0.12元),报销凭证随资料寄出。

3、需复印者须将地址、工作单位、姓名填写详细工整,以免发生差错。

4、凡需长期复印者,可先交10元或凭单位介绍信建立长期复印关系,每年根据实际复印数量进行结算。

5、复印款汇往西安体育学院(从银行汇款者开户行:西安市人民银行陵园路分理处;帐号:89087,从邮局汇款者寄:西安体育学院科研处情报资料室),并注明是复印资料款。

6、我院复印工作由我院体育科技服务中心办理。有关复印事项请直接与该中心联系。

地 址:西安市南郊陵园路西安体育学院

电 话:5—2961转情报资料室

联系人:金仲贤 刘 鸣

西 安 体 育 学 院

1984年5月

目 录

朱文华

第七章 田径运动裁判法	曹效文 (176)
第一节 赛前的准备工作	(176)
第二节 仲裁委员会条例及主要裁判长职责	(177)
第三节 径赛裁判法	(179)
第四节 田赛裁判法	(189)
第五节 全能运动比赛的裁判方法	(194)
第六节 竞走、马拉松、越野跑比赛的裁判方法	(195)
1976—1982年国家田径裁判员部分考试题的解答	(200)
第八章 田径运动场地	席翰林 (210)
第一节 跑道的简史知识	(210)
第二节 田径运动场的设计和划法	(212)
第三节 半圆式田径场跑道长度的计算	(217)
第四节 跑道的丈量方法	(220)
第五节 径赛场地的划线	(240)
第六节 小型田径场的设计	(261)
第七节 田赛场地	(264)
第八节 田径运动场地塑胶跑道各径赛项目标志的划法	(270)
第九章 全能运动	曹效文 (271)
第一节 全能运动的发展概况	(271)
第二节 全能运动的教学训练	(274)
第三节 全能运动的比赛	(288)
第十章 儿童少年身心发育一般特征及田径教学训练特点	文 超 (290)
第一节 学龄儿童身心发育一般特征及教学训练特点	(291)
第二节 少年初期身心发育一般特征及教学训练特点	(299)
第三节 高龄少年身心发育一般特征及教学训练特点	(302)
第十一章 竞走	席翰林 (306)
第一节 概 述	(306)
第二节 竞走技术的一般原理	(311)
第三节 竞走技术	(314)
第四节 竞走技术教学法	(318)
第十二章 中长距离跑	席翰林 (321)
第一节 中长跑的发展概况	(321)
第二节 中长跑技术	(323)
第三节 中长跑的呼吸、战术及体力分配	(329)
第四节 中长跑技术教学法	(331)
第十三章 短距离跑	陈海清 (347)
第一节 短距离跑的发展概况	(347)

第二节	短跑的理论知识	(359)
第三节	短跑技术教学法	(373)
第十四章	接力跑	陈海清 (386)
第一节	接力跑的发展概况	(386)
第二节	接力跑理论知识	(394)
第三节	接力跑技术教学法	(401)
第十五章	跨栏跑	许玉如 (405)
第一节	跨栏跑项目的发展	(405)
第二节	跨栏跑技术	(407)
第三节	跨栏跑技术教学法	(420)
	附：跨栏教学常用的专门练习	(430)
第十六章	3000米障碍跑	席翰林 (435)
第一节	3000米障碍跑项目发展概况	(435)
第二节	3000米障碍跑的技术	(435)
第三节	3000米障碍跑技术教学法	(438)
第十七章	跳高	邹济民 (443)
第一节	跳高近期发展概况	(443)
第二节	跳高技术	(449)
第三节	跳高技术教学法	(461)
第十八章	跳远	周成之 (436)
第一节	跳远技术发展概况	(486)
第二节	跳远的技术	(488)
第三节	跳远技术教学法	(499)
第十九章	三级跳远	周成之 (511)
第一节	三级跳远的发展概况	(511)
第二节	三级跳远技术	(513)
第三节	三级跳远技术教学法	(521)
第二十章	撑竿跳高	周成之 (527)
第一节	撑竿跳高的发展概况	(527)
第二节	撑竿跳高的技术	(529)
第三节	撑竿跳高技术教学法	(533)
第二十一章	推铅球	王助武 (538)
第一节	推铅球的产生与发展	(538)
第二节	推铅球技术原理应用中的几个问题	(543)
第三节	背向滑步推铅球的技术	(547)
第四节	旋转推铅球的技术	(549)
第五节	推铅球技术教学法	(553)

第二十二章	掷铁饼.....	牛锡佩 (556)
第一节	掷铁饼项目的发展概况.....	(556)
第二节	掷铁饼的技术.....	(564)
第三节	掷铁饼技术教学法.....	(569)
第二十三章	掷标枪.....	任东升 (574)
第一节	掷标枪项目的发展概况.....	(574)
第二节	掷标枪技术的力学特征.....	(576)
第三节	掷标枪的技术.....	(579)
第四节	掷标枪技术教学法.....	(586)
	介绍三套标枪运动员基本练习操.....	(592)
第二十四章	掷链球.....	牛锡佩 (602)
第一节	掷链球项目的发展概况.....	(602)
第二节	掷链球的技术.....	(606)
第三节	掷链球技术教学法.....	(612)

第一章 近代田径运动的发展

文 超

走、跑、跳、投是人类生活的基本技能，也是人类机体机能的一种表现形式，在人类生存和生产实践中，人类充分发挥这些基本技能的作用，以适应生存和生产的需要；同时也使这些基本技能得到不断地增强和提高；而且，这些基本技能也就随着人类的发展被一代一代的传授下来。对任何人来说都是一样的，从学会走以后，就开始学跑、跳和投的技能了。古今的孩子们都经常以极大兴趣组织自己的跑、跳、投的比赛！孩子们都把跑得快、跳得高（或远）、投得远（或准）看成是一种了不起的本领。他们在自己的生活和游戏中努力追求这种本领，并在跑、跳、投的活动中使自己的身体得到健康发育和生长。

古时候，人们不仅以走、跑、跳、投为生存和生产的基本技能，在实践中发展和提高这些技能，而且，也为具有较强的人体基本技能而感到无尚荣耀，甚至把这些基本技能最优秀者选为部落的首领。在宗教活动中，在欢庆胜利时，人们也经常进行奔跑、攀登、跳跃和投掷比赛。当然，这些比赛活动还都具有浓厚的游戏色彩。

随着人类的发展和社会的进步，人类逐步认识到人体走、跑、跳、投的机能是强国强民的重要内容之一。为了强国强民，增强民族的体魄，就必须重视人体走、跑、跳、投能力的锻炼和提高。古今中外的统治阶级都把走、跑、跳、投作为增强士兵体质，体力和战斗技能的重要训练内容。在公元前七七六年兴起的古代奥林匹克运动会中，就已经有跑、跳、投的比赛项目了。

大约在十九世纪中叶，在欧美的学校里就出现了类似现代田径运动中跑、跳、投的单项比赛。这是近代田径运动的雏型，是形成现代田径运动的基础。但尚未构成现代田径运动。现代田径运动是从什么时候开始出现和形成的？谁也很难提出一个严格、准确的界说。笔者认为：第一届现代奥林匹克运动会的田径比赛应该作为现代田径运动开始的标志。

第一节 历届奥林匹克运动会田径成绩是世界 田径运动发展与水平的集中反映

1894年由法国的教育学家皮埃尔·德·顾拜旦提议，在法国的巴黎成立了现代奥林匹克运动会的领导机构——奥林匹克委员会。同时，选举希腊人特·拜克拉斯为奥林匹克委员会第一任主席，决定于1896年在希腊的雅典举行第一届现代奥林匹克运动会，以后沿袭古代奥运会的惯例，每隔四年举行一次。

从第一届到第四届（1908年）奥运会，男子只举行了12~13项目的比赛。没有长

跑项目,有马拉松赛跑(距离分别是40公里、40公里260米);没有短距离接力赛跑,有5000米、4英里、10英里接力赛跑;特别是有立定跳远(成绩是3.466米)、立定跳高(成绩是1.65)立定三级跳远(成绩是10.58米)的比赛;障碍赛跑的距离是2500米、3200米;从第四届奥运会开始有了标枪和10英里竞走比赛。美国运动员获得多项冠军。

第一届奥运会参加国不多,田径成绩很低,例如,100米12"0;400米54"2(兼项);800米2'11";1500米4'33"(兼项);110米高栏17"6;跳高1.81米;跳远6.35米;铅球11.22米;铁饼29.15米(兼项)。

第二届奥运会田径比赛成绩比第一届有了大幅度提高,100米10"8;400米49"4;110米高栏15"4;跳高1.90米;跳远7.185米;铅球14.10米;铁饼36.04米。

第三、四届奥运会田径成绩提高幅度较小。

第五届(1912年)奥运会比赛项目增加了5000米、10000米、4×100米、4×400米接力赛跑和十项全能等。芬兰运动员开始在长跑和投掷比赛中大显身手。多数项目的成绩都比上届提高了。这届比赛内容丰富,还有左、右臂投掷比赛。

如左、右臂掷标枪(芬兰获前三名)第一名成绩为109.42米=91米(右臂)+48.42米(左臂)。

左、右臂掷铁饼(芬兰获前二名)第一名成绩为82.86米=44.68米(右臂)+38.18米(左臂)。

左、右臂推铅球(美国获前二名)第一名成绩为27.70米=15.23米(右臂)+12.47米(左臂)。

左、右臂投掷比赛只举行了这一届。

第六届奥运会原定1916年在德国柏林举行,因第一次世界大战爆发未能举行。

第七届(1920年)奥运会在比利时的安特卫普举行的,美国运动员实力有所削弱,芬兰获七项冠军。由于第一次世界大战的影响,时隔八年,田径水平下降了。3000米障碍跑项目正式确定下来。

从第八届(1924年)到第十一届(1936年、柏林)奥运会,田径成绩逐渐提高。

第九届(1928年)奥运会上开始举行了女子田径比赛,在这三届比赛中女子只有5~6个项目的比赛。男子马拉松比赛距离为42公里195米正式确定下来。

第十二、十三届(1940年和1944年)奥运会原定在芬兰的赫尔辛基和英国的伦敦举行,由于第二次世界大战爆发未举行。

第十四届(1948年)奥运会在伦敦举行,由于第二次世界大战的影响,男女田径水平都有所下降。

第十五届(1952年)奥运会在赫尔辛基举行。苏联女子田径运动员开始显露头角,夺得两枚金牌,男子还差。东道国芬兰未获一项冠军。由于欧洲参加国增多,竞争比较激烈。

从1952年的第十五届奥运会到1980年的第二十二届奥运会的近30年时间里,世界处于相对和平的环境内,各国经济力量增长,生活水平提高,科学技术迅速发展,田径运动水平也一直在持续提高并达到了很高的水平(见表一、二)。

第十九届(1968年)奥运会在墨西哥城举行。由于技术革新、训练科学水平提高以及地势处于海拔较高等原因,这届奥运会田径比赛成绩是以大丰收的一届载入史册,创造了一些高水平的奥运会和世界纪录。如,跳远8.90米,100米9"9,200米19"8,400米43"8,4×100米接力38"2,4×400米接力2'56"1,跳高2.24米,三级跳远17.39米,撑竿跳高5.40米,标枪90.10米;女子100米11"0,200米22"5,800米低栏10"3,跳远6.82米,铅球19.61米等。在这次奥运会上美国跳高运动员狄·福斯贝里采用了“背越式”跳高姿势,美国撑竿跳高运动员鲍·西格伦采用了尼龙竿,把上届奥运会冠军2.16米和5.10米的成绩,大幅度提高到2.24米和5.40米。

七十年代在径赛比赛项目中开始普遍采用电动计时,以1/100秒计时了。

七十年代里的第二十、二十一届奥运会田径比赛中,东德女子占绝对优势,她们创造了大多数女子世界田径纪录。当时,如组织一支世界女子田径队与东德女子队比赛的话,也很难取胜。从二十届奥运会开始,西德女子田径也开始显示了很强的实力。

1980年在莫斯科举行了第二十二届奥运会。世界上广大主张正义的人民为了反对苏联霸权主义、出兵干涉阿富汗的内政、侵略阿富汗,一些国家(如美国、日本等国)没有参加莫斯科奥运会及田径比赛。我国也坚决抵制这次奥运会,未派代表团参加,对二十二届奥运会田径比赛的报导也少,这是我国正义主张和维护各国独立与主权的尊严。在苏联举行的这届奥运会,在政治上受到谴责;在田径运动水平方面由于世界田径强国美国等许多著名选手拒绝参加也受到较大的影响。

苏联为了掩饰其侵略行径和给自己戴上和平的面纱,竭力主办了这届奥运会,有不少国家的运动员,特别是大多数欧洲国家的一些优秀选手参加了田径比赛,田径比赛水平也还是较高的。

二十二届奥运会田径比赛是38个项目,其中男子24项,女子14项。在38项比赛中,有25项比上届成绩为高,其中男子提高了11项,女子14项都提高了。苏联男子获8项第一,东德获6项第一,英国4项第一,苏联女子获7项第一,东德获5项第一。共创造8项世界纪录,其中男子4人破三项(跳高2.36米,撑竿跳高5.78米,链球81.80米)世界纪录,女子7人2队破五项(400米48"88,800米1'53"5,4×100米接力41"6,铅球22.41米,五项全能5083分)世界纪录。

苏联队做了充分准备,地利人和,男女比赛均占优势。东德次之。如果在正常情况下举行奥运会,世界各国著名田径运动员都能参加的话,他们这种优势会有所改变和削弱。但应看到的是,苏联在田赛中取得的成绩确实具有世界一流水平,这一点不应忽视。同时,还值得研究的是这次田径比赛日程安排所具有的几个特点。

一、竞赛日程:一年前就在苏联《田径运动》杂志等刊物上公开发表了,这便于各国、各项目的运动员按季节、气候、时间等因素安排全年训练工作,以便较好地适应比赛环境。如,马拉松比赛是安排在莫斯科8月1日下午17点15分,日本原来准备参加比赛时,就曾研究过这种日程安排,考虑了地理、气候因素,计算了时间差,并把马拉松运动员安排在接近莫斯科比赛条件的环境中进行了训练。

二、田赛、径赛的预选赛或及格赛均安排在上午。径赛的次赛、复赛、决赛以及田

赛的决赛都安排在下午比赛。

三、100米、长跑项目各赛次安排特点：男女100米预、次赛均安排在同一天，上下午进行；复赛和决赛均安排同一天下午两赛相隔时间为二小时。5000米预、复、决赛均安排下午比赛，每隔一天一赛。10000米预、决赛在相隔三天的下午比赛。

竞赛日程的安排是值得研究借鉴的。

综上所述，从世界奥运会田径比赛成绩看来，世界田径运动发展，至今大体可分为以下几个级段（图一—1）。

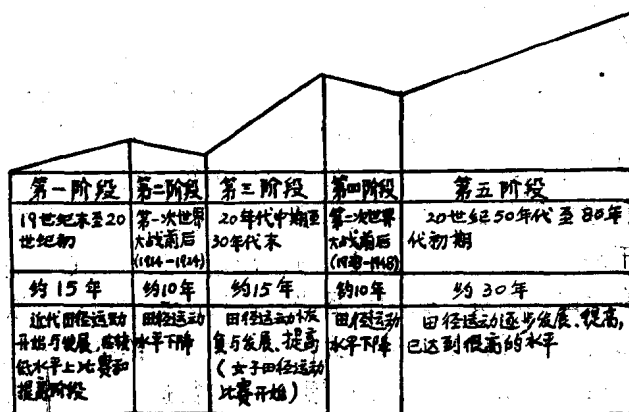


图1 世界田径运动发展的几个阶段

第二节、我国田径运动的发展

十九世纪末、二十世纪初至新中国成立的大约半个世纪，是我国田径运动从外国传入至初步开展阶段。在这个时期，以美国为主的美、英传教士在我国建立教会，开办学校。在教会学校里开展了田径等项运动，举行了一些校际田径竞赛活动。随着这些活动的逐步开展，旧中国举行了七届全运会，每届都有田径运动比赛。

一、旧中国历届全运会中的田径运动

第一届全运会是1910年10月18日至22日在南京南洋劝业场举行的，简称“全国学界运动会”。运动会的组织，规程、规则的制定，裁判、工作人员多为外籍教士包办。径赛的距离和田赛成绩的丈量均采用英制单位。参加比赛的人数约有数十人，比赛项目有100码、220码、440码、880码、120码低栏、880码接力跑、跳高、跳远、撑竿跳高、铅球（重12磅）、链球（重12磅）等11个项目。获得冠军者多为上海运动员。

第二届全运会是1914年5月22日至24日于北京天坛召开的。由全国的东部、西部、南部和北部四个单位组成的数十名运动员参加。比赛项目增加了120码高栏、220码低栏、铁饼和五项、十项全能。其他没有什么变化和明显的进展。北部（即华北）队获得多数项目的冠军。

第三届全运会是1924年5月22日至24日在湖北武昌公共体育场召开的。这次运动会由中国人自己主办。径赛的距离和田赛成绩的丈量均采用公制单位（米制）。参加比赛

的除华东、华南、华中和华北四个单位的运动员外，还有海外香港、菲律宾（小吕宋）吉隆坡华侨运动员参加。运动员人数比上两届有所增加。比赛项目增加到19项。华北、华东队占绝对优势。

第四届全运会是1930年4月1日至10日在杭州梅东高桥大营盘操场召开的。这次运动会是以省、特别市、特区和华侨团体为单位。这一届开始了女子田径比赛，比赛项目有七个，成绩极低。但与1928年奥运会开始的女子田径比赛只设了五个项目的情况相比，我国女子田径比赛开始的时间不算太晚，比赛项目也不算太少。这届全运会运动员人数有明显地增加。辽宁队获得田径总分第一名，上海队第二。

第五届全运会是1933年10月10日至20日在南京中山陵东面的中央运动场召开的。这届运动会男子增加了400米中栏，女子增加了200米、4×100米接力、80米低栏、标枪和铁饼。男子竞赛项目为17项，女子为11项，共有28个比赛项目。女子比赛项目的增多远远超过了1936年奥运会女子只有6个比赛项目的状况，这说明当时田径界人士对我国女子田径比赛给予了一定的重视。这届田径比赛成绩不仅比前几届有了大幅度的提高，而且创造了25项全运会新纪录（其中女子11项都是新纪录）；同时，也是解放前我国历届全运会田径水平最高的一届运动会。它以田径成绩大丰收的史实而载入史册。刘长春100米10"7和200米22"1的成绩就是在这届运动会上创造的。上海获团体总分第一、北平等二。

第六届全运会是1935年10月10日至20日在上海江湾体育场召开的。这届运动会女子人数成倍增加。在男女31项比赛中，男子破了四项全国纪录，女子破了六项全国纪录。每项比赛取前六名，计分办法是设男子田赛锦标，径赛锦标，男子全能、接力锦标和女子田径锦标等四个锦标奖，未计团体总分。实际上上海队积分最多，遥遥领先，辽宁队次之。

第七届全运会是1948年5月5日至15日在上海市立体育场召开的。这届运动会原定1937年10月在南京召开，因“七七”事变，日本帝国主义侵略我国，我国人民开始了抗日战争，使这届运动会未能如期召开。在中国人民解放战争期间，国民党反动统治处于全面崩溃的前夕，国民党政府为欺骗人民，安定人心，掩盖其在政治上、军事上的惨败，为其反动统治涂脂抹粉，竟然在这一年举办了第七届全国运动会。它拼凑了32个省、8个华侨团体，还有陆、海、空军及联勤、警察等共58个单位参加了这届运动会。参加人数较上届略有增加，以壮声势。我国的台湾省当时作为一个单位参加了这一届全国运动会，获得八项第一名。这次运动会共破八项全国纪录，但有半数项目的成绩不如第五届（1933年）全运会的成绩。这是因为当时我国北方大多数城市已解放，有些城市拼凑的田径队，人数也是寥寥无几、仅仅是象征性的派人参加比赛，实际上有许多城市的代表队不能代表其城市的田径运动水平。在这种情况下，台湾省获男子团体总分第一，青岛市获女子团体总分第一。

解放前，我国田径运动员还参加过三届奥运会。1932年7月30日至8月14日在美国洛杉矶举行了第十届奥运会。此时，我国正处在“九一八”之后，国难临头，日本帝国主义侵占了我国东北。日本人千方百计要刘长春、于希渭代表所谓“满洲国”参加奥运会。刘长春热爱祖国，坚持正义，维护中华民族尊严。在报纸上发表声明，明确表示不代

表伪“满洲国”出席奥运会的立场。但是，当时的国民党政府借经费困难，不准备派选手参加。后经“中华体协”多方努力，由张学良捐赠一千六百美元的经费，决定刘长春、于希渭为运动员、宋君复为教练员，代表中国出席第十届奥运会。于希渭因受日方监视和阻止，未能成行。宋君复、刘长春克服了各种困难，终于到达洛杉矶。刘长春等四人代表中国参加了开幕式。刘长春的100米和200米预赛成绩不佳而被淘汰。刘长春是我国第一个参加奥运会比赛的运动员。

第十一届奥运会派出了23名田径运动员参加，除符保卢撑竿跳高跳了3.80米达到及格标准外，其他选手均未达到及格标准和取得复赛权。第十四届奥运会派出了三名径赛选手参加了比赛，预赛中均被淘汰。

远东运动会共举行了十届。从1912年到1934年的十届比赛，中国都参加了。开始两届是中国和菲律宾参加比赛，类似两国的对抗赛。后来日本参加，第九、十届印度也有少数运动员参加。实际上远东运动会主要是中国、菲律宾、日本参加的比赛。中国田径运动员参加比赛的人数不少，但成绩很差。中国在第一、二届较容易地取得一些名次，第三届后取得名次渐少，第六届后就更难取得名次了，第八届时就没有一名运动员取得名次。在第十届远东运动会的15个田径单项比赛中，日本得了11个第一名，中国只得了两个第二名和一个第四名。

我国解放前的田径运动水平实在太低了，与世界运动水平相比，总的看来，大约要落后半个世纪，在亚洲也是很落后的（见表三、表四）。

二、解放区的田径运动

在中国共产党领导的革命战争时期，在人民军队、在根据地、在解放区的学校里就很重视开展田径运动，在炮火纷飞的岁月中也利用休整时间修跑道、挖沙坑、设置障碍开展田径运动。各级领导都很重视增强战士的体质锻炼和学校青少年儿童的健康成长。如1933年在瑞金红军大学附近运动场举行了“八一”运动大会；1934年在瑞金又举行了一次“八一”运动会；1936年在甘肃庆阳也举行过一次运动会。

抗日战争时期，1937年在延安举行过一次“八一”运动会；1938年举行了“一二八”运动会；1939年举行了“六一”运动会。特别是1942年9月1日在延安举行过一次最大规模的综合性运动会——“九一”运动会。党中央、毛主席和许多党政领导都十分重视和关怀这次运动会，并亲自参加领导和组织工作。朱德总司令为“九一”运动会筹委会会长，贺龙为副会长。李富春、肖劲光分别担任了正副裁判长。运动会在延安北门青年运动场举行的，会期六天。运动员有1766人，其中有战士、战斗英雄，干部，学生等。

在这些运动会中都有赛跑、跳高、跳远、投掷等比赛项目。尽管当时田径比赛条件还十分简陋，运动成绩也都不高，但是，在艰苦的战争环境里，几乎每年都举行一次运动会，这充分说明党政领导非常重视田径运动的开展和非常关心战士和学生的身体健康。特别是召开了“九一”运动会那样盛大的运动大会，以饱满的革命乐观主义精神去夺取抗日战争的伟大胜利，并为中国田径运动的未来带来莫大的希望，带来胜利的信心和力量。

三、新中国的田径运动

1949年10月1日中华人民共和国成立以后，在中国共产党和人民政府的重视和关怀下，对体育运动的开展发出了号召，采取了措施，使广大青少年儿童和人民群众参加体育锻炼的积极性不断提高，也使田径运动逐步地广泛开展起来。在群众性体育活动广泛开展的基础上，我国田径运动获得迅速普及和提高。三十多年来，我国田径运动的发展大体可分为以下三个阶段：

（一）1949～1966年是我国田径运动迅速恢复、发展和提高的阶段

解放前，旧中国的田径运动水平落后于世界田径运动水平约半个世纪。解放初期。我国田径运动场地设备不仅简陋，而且十分缺乏。田径专门人才奇缺，科学研究的仪器设备、专业书籍真是一穷二白。

建国以后，随着我国经济恢复和建设事业的发展，体育事业也获得迅速恢复和发展，逐步增设了一批田径场地，开始生产田径教学、训练所需要的器材设备。从1952年起，每年都举行较大规模的田径运动会，仅在1953年至1954年两年期间就建立起六所体育学院。1958年成立第一个体育科学研究所。同时，聘请苏联等外国专家讲学，为我国培养了一大批田径教学、训练和科学研究方面的专业人材，也开始加强了田径运动员的培养和训练工作。经过广大体育工作者和田径运动员的努力，田径运动迅速地发展起来，各项成绩也提高很快。至1958年7月解放军队的梁建勋以10"6的百米成绩打破了10"7的全国纪录后，解放前的田径运动各项纪录全部被新中国的运动员刷新。1957年11月17日，山东女子跳高运动员郑凤荣跳过了1.77米的高度，打破了美国选手麦克丹尼保持的1.76米的世界纪录，轰动了世界体坛。美联社记者于当天从伦敦发了一条新闻：“一位二十岁的中国姑娘在北京以有力的一跳警告世界田径界：六亿中国人不会永远是落后的选手了”。

在十年的恢复和发展中，为普及和提高田径运动技术水平、创造新的纪录，举行了有各方面参加的各种类型的田径比赛。如：中学生、大学生、少年、工人、战士、干部参加的全国性的、全国分区的、省市级的田径运动会以及越野跑、竞走、马拉松赛跑等在田径运动获得较好普及和提高的基础上，召开了新中国的第一届全国运动会。

第一届全国运动会是1959年9月13日在北京工人体育场召开的。除我国台湾省外，各省、市、自治区和解放军共39个单位的代表队参加了各项比赛。其中田径运动员就有1299人。这些代表队的运动员都是从基层逐级选拔后经过短期集中训练的。比赛结果有37人（男31、女6）打破了25项（男17项、女8项）1958年的全国纪录。男女团体总分各取前八名。男子总分名次是：北京，解放军、河北、山东、广东、上海、辽宁、江苏。女子总分名次是：北京、辽宁、四川、上海、广东、山东、浙江、江苏。

我国第一届全国运动会田径比赛获丰硕成果。标志着我国田径运动向前迈进了一大步。我国1959年男子田径成绩与1928年奥运会田径成绩相比，基本相同，我们仍落后于世界田径运动水平约30年。我国1959年女子田径成绩与1948年奥运会田径成绩相比，有9个项目基本相同，我们与世界田径运动水平相距约10年。这已经是非常迅速的进步了。这个时期，我国女子跳高运动员创造了世界纪录，女子80米低栏和跳高成绩已达到了世界

水平。

六十年代以后，我国田径比赛增多了。一般是上半年举行全国田径分区赛，下半年举行全国田径运动会。到六十年代中期，我国田径运动水平不断提高，能进入世界田径前十名的人数也在逐年增加。

第二届全国田径运动会是1965年9月11日在北京工人体育场召开的。因我国田径竞赛制度已基本固定，所以，参加单位和运动员人数与第一届基本相同。这次运动会的田径比赛共有40个项目（男26、女14），从此不再举行女子三项全能和男子五项全能的比赛了。比赛结果，有75人80次打破了21个项目的全国纪录，提高的幅度较大。男子有三人三项，女子有五人五项的运动成绩达到或接近世界先进水平。

我国女子1956年的田径成绩与世界1956年奥运会田径成绩相比是很接近的，我们仍落后8~9年。我国男子1965年的田径成绩与世界1948年奥运会成绩相比，较为相似，我应仍落后15~20年。这种与世界奥运会田径第一名成绩相比的方法，是对我们提出了高标准的要求。我们为了赶上世界水平，要看到差距，也要看到成绩。我国田径项目中的男子100米、110米高栏、跳高、三级跳远和女子100米、80米低栏、跳高、跳远、铁饼、铅球、五项全能等项目的成绩，1965年有五十余人达到了1964年第19届奥运会田径报名标准。已经达到或很接近世界先进水平了！我国田径运动水平与世界先进水平的差距缩短了。六十年代中期是我国田径运动达到较高水平的时期。

（二）1966~1976年是田径运动遭受严重破坏的阶段

“文化革命”给我国正在广泛开展和向世界水平进军的田径运动带来了极大的灾难。各级学校学生都不得上课，田径运动停止，许多田径队伍被解散，大批田径教练员教师、科学研究人员遭到批斗，运动员等级制度、裁判员等级制度被取消。许多田径场地变为会场、停车场，或者变成荒野、田地。田径器材也遭受严重破坏。从1966年5月至1970年，全国和各省、市、地区的田径比赛几乎完全被禁止了，林彪、江青反革命集团及其追随者把“比赛”打成了修正主义、锦标主义的具体表现。

1971年开始，在北京举行了一次“全国田径集训竞赛”，1972年、1973年、1974年十分谨慎地分别在南京、长沙、保定、长春举行过全国性田径运动会。由于受“文化大革命”形势的影响，缺乏训练，成绩当然也大受影响，又加之对“友谊第一，比赛第二”的曲解，人们对成绩高低、名次好差也不敢追求。由于极左思潮在田径运动中发展到顶峰，1976年开始了竞赛改革。田径比赛不得记名次，不能叫比赛。在北京举行的男子田径比赛称为“1976年男子田径队向工农兵汇报表演大会”，裁判员也改为大会评议员，还设工农兵评论员等。全国也都如此效仿起来。在这期间，除男子跳高运动员倪志钦以2.29米的成绩创造了世界纪录外，许多有才能、运动成绩正向世界高峰进军的运动员，却在“文化革命”十年浩劫中遭受夭折了，甚至离开了田径队伍，造成了我国田径运动无法弥补的损失，使我国田径运动本来经过多年努力与世界田径运动水平缩小了的差距又被拉大了。

第三届全国运动会是1975年9月12日在北京召开的，也就是在“文化革命”后期召开的，它也是“文化革命”时期田径运动水平的一次“汇报表演”。由于“文化革命”对