

中国田径运动史

全国田径理论研究会组织编写

主 编 文 超

副主编 梁 田 徐昌豹 倪俊嵘 韩 敬



华南理工大学出版社
SOUTH CHINA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

ZHONGGUO TIANJING YUNDONG SHI

中国田径 运动史

全国田径理论研究会组织编写

主 编 文 超

副主编 梁 田 徐昌豹

倪俊嵘 韩 敬



华南理工大学出版社
SOUTH CHINA UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

中国田径运动史/文超主编. —广州:华南理工大学出版社,2014. 10
ISBN 978-7-5623-4441-4

I. ① 中… II. ① 文… III. ① 田径运动-体育运动史-中国 IV. ① G820.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 240203 号

中国田径运动史

文超 主编

出 版 人: 韩中伟

出版发行: 华南理工大学出版社

(广州五山华南理工大学 17 号楼, 邮编 510640)

http: // www. scutpress. com. cn E-mail: scutcl3@scut. edu. cn

营销部电话: 020-87113487 87111048 (传真)

出版策划: 刘 明 韩 伟

策划编辑: 潘宜玲

责任编辑: 胡 元

印 刷 者: 广州市新怡印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16 彩插: 1 印张: 26.75 字数: 640 千

版 次: 2014 年 10 月第 1 版 2014 年 10 月第 1 次印刷

印 数: 1~2000 册

定 价: 75.00 元

ZHONGGUO TIANJING
YUNDONG SHI



(左起：韩 敬 徐昌豹 文 超 梁 田 倪俊嵘)

主编简介

文超 男，1930年5月生，黑龙江省齐齐哈尔市人。1948年参加革命。1956年北京体育学院研究生部田径研究生班毕业。中央体育学院田径代表队短跑、跳远运动员。西安体育学院教授，日本大阪体育大学名誉教授。历任西安体育学院院长、中国田径协会副主席、中国体育发展战略研究会委员、西北体育发展战略研究会会长、全国田径理论研究会会长、全国体育院校教材委员会《田径》教材小组组长等职。主编的教材、专著分别获得国家教委国家级优秀教材奖、国家体委优秀教材一等奖、国家体委软科学专项一等奖及体育科技进步奖等。享受国务院政府特殊津贴。

梁田 女，1929年12月生，广州市人。1949年参加革命，1956年北京体育学院研究生部田径研究生班毕业。中央体育学院田径代表队优秀女子长跑运动员。1952年任“八一”体工大队田径队队长兼运动员，打破女子800米全国纪录及创女子1500米全国纪录。我国田径运动史料研究专家。1957年任国家田径队中长跑教练员，后任广东省体科所副研究员，积累大量田径资料，发表大量有关田径运动方面的文章。参与《全国田径训练大纲》《田径运动高级教程》（1~3版）、《中国田径运动百年》等编写工作。著有《中国田径发展简史》。曾被评为全国优秀田径工作者和全国田径理论研究会优秀研究员。

徐昌豹 男，1938年10月生，浙江省鄞县人。跳高运动员。上海体育学院教授、博士生导师。1964年毕业于北京体育学院研究生部田径研究生班。曾任上海体育学院田径系主任、教务处处长等职，全国体育院校《田径》教材小组成员，全国田径理论研究会副会长，优秀教师。上海市体育学会理事，上海市田径协会副主席。参与编写的教材等曾获国家体委优秀教材一等奖、国家体委科技进步一等奖和三等奖、中国体育科学学会体育科学三等奖等，在编写我国体育院校田径教材工作中发挥了积极、重要的作用。享受国务院政府特殊津贴。

倪俊嵘 男，1952年8月生，广东省茂名市人。400米栏运动健将。解放军体育学院教授、硕士生导师。1986年毕业于广州体育学院。解放军体育学院田障教研室主任，全国田径理论研究会副会长，优秀教师，解放军高等教育委员会委员，国务院学位委员会博士点申报评审专家，教育部硕士生教学用书评审专家。曾获国家体育总局体育科技三等奖、全军科学技术进步二等奖、全军优秀教材三等奖，四总部教书育人突出贡献奖，全军教学名师。著有《军事体育训练》等书。

韩敬 男，1954年12月生，江苏省南京市人。跳远运动员。西安体育学院教授、硕士生导师。1988年毕业于西安体育学院研究生部，获教育学硕士。全国田径理论研究会副会长兼秘书长，优秀教师。中国体育科学学会训练学分会田径专项委员会常委、陕西省田径协会常委、西安体育学院田径教研室主任、国家体育总局优秀中青年学术带头人。田径省级精品课程主持人、田径国家级精品课程主要负责人。参与编写《田径运动高级教程》等。在核心期刊发表论文30余篇。曾获国家体育总局田管中心奥运攻关科技进步一等奖和三等奖等多项奖励。



前言

QIANYAN

中华民族历史悠久，人口众多，生活在辽阔的土地上，英雄辈出，曾创造出辉煌灿烂的历史文化。但是，近、现代以来，由于统治者的思想保守，政治腐败，致使外强入侵，国力日衰，人民遭受内忧外患，民不聊生，身体和精神饱受摧残，体质削弱，虽在百年前国际田径运动已传入中国，但发展缓慢，运动水平低下，国人长期被戏称为“东亚病夫”。

1949 年新中国诞生，党和国家极力发展国民经济，改善人民生活，重视体育教育事业。1952 年毛泽东主席发出“发展体育运动，增强人民体质”的号召后，田径运动更是在全国各地蓬勃开展起来。“田径是基础”被广泛认定。1957 年我国运动员郑凤荣创造女子跳高世界纪录；1959 年新中国第一届全国运动会田径成绩大幅提高，有数项成绩达到世界水平。

尤其是自 1978 年改革开放的 30 余年来，我国经济高速发展，人民生活水平大幅提高，身体健康状况大有改善。体育教育事业备受重视，田径运动水平也迅速提高。自 1984 年新中国涉足奥林匹克运动会以来，历届奥运会上中国健儿表现突出，显示出中国体育大国的风貌。

如今，我国田径工作者、田径运动员已频繁走出国门，走向世界，广泛学习交流，参加各项田径赛事。但实现田径大国、田径强国之梦仍任重道远。

有道是“少年强则国强”。党的十八大制定我国 2020 年建成全面小康社会的战略目标，届时国人必先有健康之体魄，有更多“可上九天揽月，可下五洋捉鳖”之躯，保家卫国。为此，学校体育必须先行、强化，使我们的青少年一代更加健康，更加阳光。



田径运动是整个体育事业的重要组成部分，回顾我国田径运动发展的历史，许多宝贵的经验、精神财富是我们重要的借鉴。

为此，我们执意编写《中国田径运动史》。该书主要收录中国近、现代和当代田径运动历史的成就。按各个历史阶段，做了认真的回顾梳理，总结了我国田径运动发展历程，旨在今后更好地在我国开展田径运动，努力提高田径运动水平，为建设田径大国、田径强国做出应有的贡献。

为便于读者了解、研究和使用《中国田径运动史》，本书以“田径运动定义”为主线展开，由第一篇中国田径运动简史、第二篇中国田径运动专项史、第三篇中国田径运动专题史、第四篇中国田径运动成绩等组成。各章作者具体如下：第一篇文超，第二篇第一章文超，第二章田秀东、袁林，第三章詹建国，第四章梁田、袁运平，第五章袁林、田秀东，第六章王君侠，第七章徐昌豹、吕季东，第八章徐政，第九章葛青，第十章张勇、韩敬，第十一章刘明、文超，第十二章李厚林，第十三章谭红、李厚林，第十四章康利则，第十五章徐政，第三篇第十六章杨培刚、吕季东，第十七章许崇高、苏明理，第十八章徐向军，第十九章马卫平，第二十章李相如，第二十一章倪俊嵘、倪麟，第二十二章苏斌、简文森，第四篇梁田，全书由主编文超负责统稿。

本书的特点是真实、实用，且具思想性、学术性。

本书可作为体育学院（系）研究生的选修教材，是田径工作者的工具书。

2014年1月18日



目录 MULU

第一篇 中国田径运动简史

- 第一阶段 旧中国田径运动的开展（1910—1948 年） / 6
- 第二阶段 新中国田径运动的迅速发展（1949—1965 年） / 10
- 第三阶段 十年动乱中田径运动遭到破坏（1966—1976 年） / 18
- 第四阶段 改革开放使田径运动重放光彩（1977—2000 年） / 20
- 第五阶段 进入新世纪的中国田径运动（2001—2013 年） / 29

第二篇 中国田径运动专项史

第一章 短跑项目发展史 / 39

- 第一节 旧中国学习、引进和开展短跑项目（1910—1948 年） / 39
- 第二节 新中国短跑项目迅速普及提高（1949—1965 年） / 43
- 第三节 “文革”造成短跑项目的教学训练水平下降（1966—1976 年） / 47
- 第四节 改革开放后中国短跑项目的新发展（1977—2000 年） / 48
- 第五节 进入新世纪的中国短跑项目（2001—2013 年） / 52
- 第六节 我国优秀短跑教练员 / 54

第二章 中长跑项目发展史 / 56

- 第一节 旧中国中长跑项目的引进和发展（1910—1948 年） / 56
- 第二节 新中国中长跑项目的发展（1949—1965 年） / 58
- 第三节 “文革”造成中长跑项目整体水平下降（1966—1976 年） / 60
- 第四节 改革开放后中国中长跑运动员创造辉煌成绩（1977—2000 年） / 61
- 第五节 进入新世纪的中国中长跑项目（2001—2013 年） / 63
- 第六节 我国优秀中长跑教练员 / 66



第三章 跨栏跑项目发展史 / 67

- 第一节 旧中国跨栏跑项目的引进和发展 (1900—1948 年) / 68
- 第二节 新中国跨栏跑项目的发展 (1949—1965 年) / 75
- 第三节 “文革”造成跨栏跑项目整体水平下降 (1966—1978 年) / 79
- 第四节 改革开放后中国跨栏跑项目的新发展 (1979—2000 年) / 80
- 第五节 进入新世纪的中国跨栏跑项目 (2001—2012 年) / 83
- 第六节 我国优秀跨栏跑教练员 / 88

第四章 马拉松跑项目发展史 / 90

- 第一节 旧中国的公路赛跑 (20 世纪初—1948 年) / 90
- 第二节 新中国马拉松跑项目的积极开展 (1949—1965 年) / 91
- 第三节 “文革”造成马拉松跑项目训练停滞 (1966—1976 年) / 92
- 第四节 改革开放后中国马拉松跑项目的新发展 (1977—2000 年) / 93
- 第五节 进入新世纪的中国马拉松跑和越野跑项目 (2001—2013 年) / 97

第五章 3000 米障碍跑项目发展史 / 101

第六章 竞走项目发展史 / 105

- 第一节 旧中国竞走项目的引进和发展 (20 世纪初—1948 年) / 105
- 第二节 新中国竞走项目的发展 (1949—1965 年) / 106
- 第三节 “文革”造成竞走项目训练停滞 (1966—1976 年) / 107
- 第四节 改革开放后中国竞走项目的蓬勃发展 (1977—2000 年) / 107
- 第五节 进入新世纪的中国竞走项目 (2001—2013 年) / 110
- 第六节 我国优秀竞走教练员 / 114

第七章 跳高项目发展史 / 117

- 第一节 旧中国跳高项目的引进和发展 (20 世纪初—1948 年) / 117
- 第二节 新中国跳高项目迅速发展 (1949—1965 年) / 118
- 第三节 “文革”造成跳高项目整体水平下降 (1966—1976 年) / 122
- 第四节 改革开放后中国跳高项目的发展 (1977—1997 年) / 122
- 第五节 世纪之交与进入新世纪的中国跳高项目 (1998—2013 年) / 126



第八章 撑竿跳高项目发展史 / 131

- 第一节 旧中国撑竿跳高项目的引进和发展 (1909—1948 年) / 131
- 第二节 新中国撑竿跳高项目的发展 (1949—1965 年) / 133
- 第三节 “文革”造成撑竿跳高项目整体水平下降 (1966—1976 年) / 135
- 第四节 我国撑竿跳高项目进入新的发展时期 (1977—2013 年) / 137

第九章 跳远项目发展史 / 151

- 第一节 旧中国跳远项目的引进和发展 (1910—1948 年) / 151
- 第二节 新中国跳远项目的发展 (1949—1965 年) / 153
- 第三节 “文革”造成跳远项目整体水平下降 (1966—1976 年) / 155
- 第四节 改革开放后中国跳远项目的新发展 (1977—2000 年) / 158
- 第五节 进入新世纪的中国跳远项目 (2001—2013 年) / 164

第十章 三级跳远项目发展史 / 166

- 第一节 旧中国三级跳远项目的引进和发展 (1924—1948 年) / 166
- 第二节 新中国三级跳远项目的迅速发展 (1949—1965 年) / 167
- 第三节 “文革”造成三级跳远项目整体水平下降 (1966—1978 年) / 170
- 第四节 改革开放后中国三级跳远项目的新发展 (1979—2001 年) / 170
- 第五节 进入新世纪的中国三级跳远项目 (2001—2013 年) / 173

第十一章 推铅球项目发展史 / 177

- 第一节 旧中国推铅球项目的引进和发展 (1910—1948 年) / 177
- 第二节 新中国推铅球项目的迅速发展 (1949—1965 年) / 178
- 第三节 “文革”造成推铅球项目整体水平下降 (1966—1976 年) / 179
- 第四节 改革开放后中国推铅球项目的新发展 (1977—1996 年) / 180
- 第五节 中国推铅球运动成绩停滞阶段 (1997—2007 年) / 183
- 第六节 进入新世纪的中国推铅球项目 (2008—2013 年) / 184
- 第七节 我国优秀推铅球教练员 / 185

第十二章 掷铁饼项目发展史 / 187

- 第一节 旧中国掷铁饼项目的引进和发展 (1910—1948 年) / 187
- 第二节 新中国掷铁饼项目的迅速发展 (1949—1965 年) / 190
- 第三节 “文革”造成掷铁饼项目训练停滞 (1966—1976 年) / 192



第四节 改革开放后中国掷铁饼项目的新发展（1977—2000 年） / 193

第五节 进入新世纪的中国掷铁饼项目（2001—2013 年） / 196

第六节 我国优秀掷铁饼教练员 / 200

第十三章 掷标枪项目发展史 / 202

第一节 旧中国掷标枪项目的引进和发展（1910—1948 年） / 202

第二节 新中国掷标枪项目的发展（1949—1965 年） / 204

第三节 “文革”期间的掷标枪项目（1966—1976 年） / 205

第四节 改革开放后中国掷标枪项目的发展（1977—2000 年） / 205

第五节 进入新世纪的中国掷标枪项目（2001—2013 年） / 208

第十四章 掷链球项目发展史 / 213

第一节 中国男子掷链球项目的学习和引进 / 213

第二节 中国男子掷链球项目的迅速发展（1977—2013 年） / 215

第三节 中国女子掷链球项目发展概况 / 217

第十五章 全能运动项目发展史 / 222

第一节 旧中国的全能运动项目（1910—1948 年） / 222

第二节 新中国全能运动项目的发展（1949—1965 年） / 223

第三节 “文革”期间的全能运动项目（1966—1976 年） / 224

第四节 改革开放后中国全能运动项目的新发展（1977—2003 年） / 224

第五节 进入新世纪的中国全能运动项目（2003—2013 年） / 226

第六节 我国优秀全能运动项目教练员 / 226

第三篇 中国田径运动专题史

第十六章 田径运动竞赛裁判工作发展史 / 231

第一节 田径竞赛组织工作的演进 / 231

第二节 田径竞赛规则和裁判法的演变 / 240

第十七章 田径运动教学理论发展史 / 250

第一节 旧中国田径运动教学理论与方法的发展 / 250

第二节 新中国田径运动教学理论与方法体系的创建与发展 / 253

第三节 新时期我国田径运动教学理论与方法体系的拓展与创新 / 255



第四节	21 世纪中国田径运动教学理论与实践面临的机遇与挑战	/ 259
第十八章	田径运动训练理论发展史	/ 264
第一节	中国田径运动训练理论发展的几个历史阶段	/ 264
第二节	关于“三从一大”训练的思考	/ 270
第三节	中国田径运动训练理论与方法的基本内容	/ 271
第十九章	学校田径运动发展史	/ 275
第一节	中国学校田径运动的萌芽 (1840—1910 年)	/ 275
第二节	中国学校田径运动的奠基与起步 (1911—1948 年)	/ 276
第三节	中国学校田径运动的迅速普及和提高 (1949—1965 年)	/ 278
第四节	中国学校田径运动的曲折与前行 (1966—1976 年)	/ 280
第五节	中国学校田径运动的恢复与改革 (1977—1992 年)	/ 282
第六节	中国学校田径运动的探索与发展 (1993—2012 年)	/ 283
第七节	中国学校田径运动的问题与展望	/ 284
第二十章	群众性田径运动发展史	/ 289
第一节	田径运动的引进与群众体育活动状况	/ 289
第二节	“劳卫制”中的田径运动	/ 290
第三节	“文革”期间群众性体育活动中的田径运动	/ 292
第四节	我国职工体育中的田径运动	/ 292
第五节	我国农村体育中的田径运动	/ 294
第六节	我国社区体育中的田径运动	/ 297
第七节	我国群众体育中开展田径运动的思考	/ 298
第八节	我国群众性田径运动的发展趋势	/ 300
第二十一章	军队中田径运动发展史	/ 303
第一节	田径运动的起源与古代战争	/ 304
第二节	古代军事训练与田径运动的发展	/ 304
第三节	红军时期苏区的田径运动	/ 306
第四节	抗日战争和解放战争时期革命根据地的田径运动	/ 308
第五节	新中国成立后中国人民解放军“八一”田径队的建设与发展	/ 311
第六节	军事五项中的田径运动	/ 314



第七节 《军人体育锻炼标准》中的田径运动 / 315

第八节 军事障碍与田径运动 / 316

第九节 院校与部队的田径运动 / 318

第二十二章 港、澳、台田径运动发展史 / 320

第一节 香港特别行政区的田径运动 / 320

第二节 澳门特别行政区的田径运动 / 325

第三节 台湾省的田径运动 / 332

第四篇 中国田径运动成绩

第一部分 旧中国田径运动成绩 / 341

第二部分 新中国田径运动成绩 / 352

第三部分 中国田径运动员在世界大赛中进入世界先进行列的成绩 / 404

参考文献 / 411

编后记 / 413

其他编者简介 / 415



第一篇

中国田径运动简史



在论述中国田径运动简史之前，先对田径运动之滥觞与定义加以概述。

一、田径运动之滥觞

在人类历史发展进步的长河中，走、跑、跳、投是生存、生活、劳动、生产和战斗的基本技能，是田径运动之滥觞。

婴儿出生、三月翻身、六月能坐、八月能爬、十月站立、满岁能走、十四个月就能跑了，紧接着也就能跳能投了。

人的一生，从小到大，走、跑、跳、投是重要的能力。

远在人类发展最初阶段或上古时代，人类为获得生活资料在与大自然和野兽的斗争中，不得不走很远或跑得快，跳过各种障碍，投掷各种捕猎工具。人类在劳作中不断使用这些动作，使这些动作逐步得到发展，形成走、跑、跳、投的各种技能，并把这些技能一代一代地传授下去，使人们尽快成为生产、劳动、捕猎的能手。

发展与提高走、跑、跳、投的技能主要是发展速度、力量、耐力等身体素质和掌握合理的动作方法——技术。有力气、干活快、干得持久、干得多、收成多的强劳力就能更好地养家糊口。所以，在长期的生活实践中就出现走、跑、跳、投的比试形式，或称比武，这就为形成田径运动项目创造了条件。

在军事方面，人类走、跑、跳、投的基本技能很早就成为训练士兵的主要内容，史书中有很多记载。如：我国春秋战国时期（公元前 770 年—公元前 221 年）兵家诸子史书中记载有吴国训练士兵的内容，在训练中士兵穿着甲冑，拿着兵器，奔跑 300 里而后宿营。《荀子·议兵》篇记述魏武帝选兵的考试制度：要士兵穿着三连甲冑，拿着用 120 斤的力量才能拉开的弓，背着装箭 50 支的器具，带上 3 天的粮食，到中午要跑 100 里。合格者免其赋税，对其家给以房地优惠。《吴子·图国》篇记述吴起与魏武谈论练兵、用人、强国的方法时，吴起说：“把能跳高、跳远，能走者选为士兵。”

秦汉以后的各代，更重视士兵的走、跑、跳、投能力的训练。在史记《王翦传》中，王翦说：“练习过投掷、赛跑的士兵可以打仗了。”

元世祖忽必烈所组的“贵赤卫”（快走快行军队），每年举行一次赛跑，距离为 180～200 里。跑进前 3 名者给以金银和物质奖励。明朝大将戚继光训练士兵，平时要用沙袋缚在腿上，逐渐加重（战时去掉），以跑一里路不得气喘为标准，称为“练足”。

明代著名将领俞大猷等都把力量、速度、耐力等作为评选士兵身体素质的重要依

据与训练内容。

清军士兵训练是以“围猎”的方式为综合性训练手段，提高士兵身体素质和走、跑、跳、投的技能。

元、明、清代的军事训练，已经有后来的“越野赛跑”和“全能运动”比赛雏形了。它虽远非田径运动，但都是我国田径运动的根基（滥觞）。

二、田径运动定义的讨论

在我国 20 世纪 50—80 年代田径历史上曾经有一些学者对田径的概念进行过讨论，讨论的内容大都是对其外文（主要是英文、俄文和日文等）表述的认识，这有助于加深对田径运动概念的认识和理解。20 世纪 90 年代以来，我国人民生活水平提高，全民健身兴起，学校田径运动、群众性田径运动低迷时期，有的学者对现有的田径运动定义提出质疑，他们试图扩大田径运动的范围，提出多个田径运动定义的意见。他们都有各自不同的文字表述，但是，实际上他们都将人们的走、跑、跳、投的身体动作或练习定义为田径运动，有的发表在学术刊物上，有的甚至印发在高等学校通用教材《田径》上。

他们都只认定自己对田径的定义，谁也不同意别人的定义。没有人公开表明承认他们的定义，也没有人公开反对国际田联、中国田径协会的田径规则和定义。世界性、国际性、全国性田径比赛和各项工作都按着国际田联规则中的田径运动定义进行。

三、田径运动的定义

田径运动历来都是由公认的竞赛规则中的一些运动项目组成的。它起源于英国、美国。我国在民国时期和国内革命战争时期等开展的田径教学和举行的田径比赛，其运动项目基本上与世界各国相同或一致，即实际田径定义是一致的。

我国体育学院田径通用教材中对田径运动定义的文字表述具有重要意义，它是对我国培养庞大的体育工作者队伍的田径专业教育的界定。以下田径教材均由全国体育学院教材委员会审定，人民体育出版社出版。

1. 1961 年 8 月出版的体育学院本科讲义《田径运动》：“田径运动包括走、跑、跳跃、投掷的许多项目，以及由跑、跳跃、投掷的部分项目所组成的全能运动。”

《田径》编选小组

2. 1978 年 8 月出版的体育院系通用教材《田径》：“田径运动包括竞走、跑、跳跃、投掷，以及由跑、跳跃、投掷的部分项目组成的全能运动，共计三十多项。以时间计算成绩的项目叫径赛；以高度或远度计算成绩的项目叫田赛；全能运动项目，则是以各单项成绩按《田径全能评分表》换算分数计算成绩的。”

田径编写组

3. 1980 年 11 月出版的少年儿童业余训练教材《田径》：没有专门论述田径运动的概念，业余体校的田径教练员、运动员很难用规范的语言、文字阐明什么是田径运