

文章编号: 1005-0523(2010)05-0096-06

从第 12 届田径世锦赛看我国田径运动努力方向

邓卫权

(华东交通大学 体育学院, 江西 南昌 330013)

摘要:运用文献资料法、归纳法、比较分析等研究方法,分析了第 11、12 届田径世锦赛成绩以及北京奥运会相关田径比赛成绩,并进行了比较。指出了我国目前田径运动存在的主要问题,并提出今后我国田径运动的努力方向,以期对我国田径运动的良性发展有所帮助。

关键词:第 12 届田径世锦赛;努力方向;建议

中图分类号:G812.2

文献标识码:A

田径是运动之母,奥运会比赛素有得田径者得天下的说法。北京奥运会我国获得 51 金 21 银 28 铜共 100 枚奖牌,第一次超越美国排名第一,但其中田径项目只贡献了两枚铜牌。因此,从某种意义上来说我国是体育大国而不是体育强国。本文通过本届世锦赛,了解当今世界田坛格局,以便及时对我国田径运动实力及未来努力方向做一客观分析,对促进我国田径运动的快速崛起及其保持可持续发展都有着重要的现实意义。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

第 11 届田径世锦赛、第 12 届田径世锦赛及北京奥运会田径世界排名前 8 名运动员的成绩。

1.2 研究方法

1.2.1 文献资料法

从国内公开发表的体育报刊、杂志上查阅了有关的科研论文,通过新浪、国际田联等网络查阅有关田径运动的比赛成绩。

1.2.2 比较分析法

通过对国内外优秀田径运动员的参赛水平与竞技实力的对比分析,阐述了我国田径运动的现状,对中国田径的发展方向提出了建议。

2 结果与分析

2.1 我国运动员在柏林田径世锦赛中获得个人前八名成绩统计

我国运动员在第 12 届柏林田径世锦赛中获得的个人前八名成绩如表 1 所示,在共 11 名运动员中女运动员人数为 8 名,占 72.7%,延续了往届田径世锦赛中国内女子项目优势显著的特点。整体进行分析,除了男子 110 米栏和三级跳远取得第八和第六的成绩以外,我国田径项目中的耐力项目和速度力量性项目显示出了它的优势地位^[1]。

收稿日期: 2010-05-28

中国知网 <https://www.cnki.net>

作者简介: 邓卫权(1971—),男,教授,硕士,主要从事体育教育训练学研究。

2.2 我国田径队发展呈上升趋势,但名次下滑

在本届柏林田径世界锦标赛上,美国队继续笑傲群雄,我国则以1金1银2铜的成绩超过了刘翔夺冠的上届大阪世锦赛,从而成为1993年斯图加特世锦赛之后,整体成绩最好的一次。中国田径队在柏林世锦赛的表现更是一扫北京奥运会的无金尴尬。我国取得相对好成绩的原因主要有两点:第一,我国选手,尤其是年轻选手表现出了出生牛犊不怕虎的精神风貌,面对世界名将不怵场,不紧张,充分发挥了自己的水平;第二,今年是全运会年,各省级运动队对世界锦标赛全力支持,参赛选手中没有任何人有为全运会故意保留实力的现象发生,从竞走到马拉松,参赛选手都全力以赴,赛出了好成绩。

表1 柏林田径世锦赛中国获取名次情况表

姓名	项目	成绩	名次
白雪	女子马拉松	2小时25分15秒	第一
周春秀	女子马拉松	2小时25分39秒	第四
朱晓琳	女子马拉松	2小时26分08秒	第五
刘虹	女子20公里竞走	1小时29分10秒	第三
王浩	男子20公里竞走	1小时19分06秒	第二
巩立姣	女子铅球	19米89	第三
李梅菊	女子铅球	18米76	第七
张文秀	女子链球	72米57	第五
宋爱民	女子铁饼	62米42	第五
纪伟	男子110米栏	13秒57	第八
李延熙	男子三级跳远	17米23	第六

(该表数据引自参考文献1)

从表2的数据可以看出,虽然本届比赛在奖牌数量上比上届更多,但实际上名次下滑了两位。究其原因,上届大阪世锦赛中的47枚金牌分属22个国家,北京奥运会田径比赛的全部47枚金牌被24个国家的运动员所瓜分,而柏林世锦赛中登上金牌榜的却只有19个国家,金牌走向趋于集中。首先是前四名国家的运动员依然夺走了大多数金牌。大阪世锦赛,美国、肯尼亚、俄罗斯、埃塞俄比亚高居金牌榜前四名,共夺走了26枚金牌;北京奥运会,排在金牌榜四强的美国、俄罗斯、牙买加、肯尼亚共揽24金。柏林世锦赛,美国、牙买加、肯尼亚和俄罗斯四个国家又拿走了多半金牌——25枚。与此同时,上届世锦赛、北京奥运会分别有15和11个国家分别夺得1枚金牌,而柏林世锦赛夺得1枚金牌的国家却减少至8个。显然,“田径实力较强国集团”在夺金方面表现出“更强”的趋势,而田径水平相对落后的国家在世界大赛中则处于“更弱”的位置^[2]。

表2 中国田径在近三次大赛上获奖牌情况

赛事名称	金牌	银牌	铜牌	总数	名次
第11届田径世锦赛	1	1	1	3	11
北京奥运会			2	2	35
第12届田径世锦赛	1	1	2	4	13

2.3 我国女子马拉松异军突起,显示巨大潜力

在柏林世锦赛最后一天比赛中,白雪以2小时25分15秒夺得女子马拉松金牌,中国还夺得了世界杯马拉松赛的女子团体冠军,其中周春秀第四,朱晓琳第五,为我国田径收官之战划上了圆满的句号。从表3来看,三次大赛三易其主,说明马拉松项目要取得优异成绩和运动员的竞技状态、适应能力有关。但三次大赛的前三名中都有中国队员,说明我国女子马拉松有基础,有团队。另一方面,女子马拉松项目所取得的成绩并不表示我国女子马拉松运动员团队已稳居此项目的霸主地位,因为在这次世锦赛中世界纪录保持者拉德莫里夫在比赛开始前宣布退赛,而伦敦马拉松冠军德国名将米基滕科则因为父亲去世也没有

参赛,日本和非洲选手都有很强的实力,所以本届比赛的对手不算很强。但令我们倍感欣慰的是,白雪最后强大的冲刺能力改变了我国女子马拉松选手耐力好、冲刺能力差的特点。

我国的女子马拉松项目以往训练的指导思想不统一,在训练的过程中大都以耐力训练为主,没有突出以速度为核心,只重视运动量的积累,比赛过程中运动员的速度曲线起伏过大,能量浪费较多。以往周春秀总是在最后阶段被欧洲和非洲选手超越,失去金牌。白雪的成功说明马拉松选手最后冲刺能力训练的重要性,为我国女子马拉松训练的策重点提供了依据。但也应该看到我国女子马拉松项目实际上缺乏一支高水平的运动群体,这是因为,我国的女子马拉松运动员文化素质较低,过早的专项化训练,高水平运动员的数量较少,与近3年注册的长跑运动员相比,总人数是长跑人数的五分之一左右,是女子竞走人数的近七分之一,也就说我国的女子长跑、竞走运动员非常多,但女子马拉松运动员较少并出现“一枝独秀”的局面,这些都制约着该项目的发展;在科研人员方面,容易出现科研人员与教练员分歧的现象,另外对该项目研究的人员主要集中在高校,处在训练第一线的教练员的科研成果更是少得可怜^[3]。在经济方面,我国该项目经费的主要来源于政府的投资,资金渠道来源单一,由于对比赛的市场商业运作水平较低,很大程度上也阻碍了该项运动的发展。日本的马拉松项目及运动员主要受到企业的资助,两者相辅相成,共同发展,这也是日本马拉松长盛不衰的原因之一。所以说我国女子马拉松项目潜力巨大。

表3 近三次世界女子马拉松大赛前三名

赛事名称	冠 军			亚 军			第三名		
	姓名	国家	成绩	姓名	国家	成绩	姓名	国家	成绩
第11届田径世锦赛	恩德里巴	肯尼亚	2:30:37	周春秀	中国	2:30:45	土佐礼子	日本	2:30:55
北京奥运会	梅斯库	罗马尼亚	2:26:44	恩德里巴	肯尼亚	2:27:06	周春秀	中国	2:27:07
第12届田径世锦赛	白雪	中国	2:25:15	尾崎好美	日本	2:25:25	梅尔基亚	埃塞俄比亚	2:25:32

2.4 男子竞走迅速崛起,女子竞走潜力很大

柏林世锦赛中,中国派出王浩、李建波、褚亚飞3人参加男子20公里竞走角逐。王浩最终仅落后俄罗斯的博尔钦25秒,以1小时19分06秒第二个走过终点,创个人最好水平,也是我国男子竞走在世界大赛上的第一块奖牌。我国男子竞走曾有过辉煌,在世锦赛和奥运会上获得5次第四,但从未拿过奖牌。王浩自去年北京奥运会上首次突破1小时20分以来成绩稳步提高,本次比赛将成绩又提高了21秒,再创新高,形势喜人。女子20公里竞走刘虹北京奥运会上获得第四名,本次比赛获得第三名,也是首次夺牌,并创个人历史最好成绩。值得特别注意的是,这些选手都是刚刚20出头的年轻小将,他们有着身体方面的优势和精神方面顽强的拼搏精神。

中国竞走从上届世锦赛失利之后,进行了深刻总结与反思,我国队员的参赛能力、战术素养、技术训练等方面和欧洲选手有差距,教练组有意识加强了这些问题的研究,在训练上下大力气寻求新的突破,特别是在最后阶段正确技术运用的训练,避免了以往技术变形被罚下的悲剧。本届比赛王浩挂银,刘虹摘铜实际上是中国竞走队科学训练的结果。

2.5 女子投掷项目喜忧参半

本届世锦赛女子铅球选手巩立姣以19.89 m的个人历史最好成绩获得一枚铜牌,属于意外收获,但我们应看到这位年轻选手的发展潜力,两年前在大阪,她获世锦赛女子铅球第七,北京奥运会列该项第五。这次在柏林,巩立姣决赛的4个有效成绩,全部不低于19.68 m。

虽然该项目较以前有所突破,但也暴露出一些问题,如整体水平不高,后备人才较少,参加国际大赛机会不多,特别是技术风格单一,我国选手都是采用背向滑步技术,没人采用旋转推球技术。

女子链球选手张文秀是2008年奥运会的铜牌获得者,本届比赛由于对手实力提升,整体水平很高,前4名都在74米以上,自己又没发挥出水平,因此只获得第五名。波兰女子链球选手弗洛达

奇兹克投出了 78.30 m 的好成绩,将自己保持的世界纪录提高了 34 cm。而中国女子选手连 11 年前的世界纪录 75.97 m 都没超过。说明中国女子链球选手与世界顶尖水平的差距依然明显,应在能力和技术上向世界级选手看齐。

2.6 110 米栏和三级跳远,重新被国人寄予厚望

上届大阪世锦赛,刘翔夺得男子 110 米栏冠军,中国还有史冬鹏获该项第五名。柏林世锦赛,在刘翔受伤缺席比赛的情况下,中国派出史冬鹏、纪伟、尹靖 3 名运动员参加了柏林世锦赛男子 110 米栏比赛。尹靖因为受伤退出比赛;史冬鹏半决赛跨出 13 秒 42、排名小组第四,与决赛擦肩而过。刘翔北京奥运会退赛后对国人刺激太大,还好纪伟半决赛的成绩为 13 秒 41,决赛跨出 13 秒 57,排名第八,没有全军覆没。但 110 米栏选手成绩表现出内战高开、外战低走的现象。如今刘翔复出,在上海国际田联大奖赛上和特拉梅尔同时冲线,惜获第二名,刘翔的崛起让我们看到了 110 米栏在国际大赛上重新夺金的希望。

男子三级跳远选手李延熙在本次世锦赛上获得第六名,两次跳出 17 米以上的优异成绩,赛出了水平,是中国在世锦赛上的第一次。在随后不久的全运会比赛中,李延熙跳出了 17.59 m 的佳绩,打破了皱振先保持的亚洲纪录,这一成绩在柏林世锦赛上可获得第二名,在北京奥运会上可获得第三名,这让国人欣喜地看到了伦敦奥运会上又一夺牌希望。由于三级跳远项目的偶然性较大,李延熙今后应加强水平速度的训练,熟练掌握助跑结合起跳技术,提高助跑速度利用率,合理解决三跳比例,提高参赛能力。

3 我国田径运动今后努力的方向

3.1 适度开发参赛项目,拓宽夺金面

柏林田径世锦赛中,单项成绩进入前八名的项目仅有马拉松、20 公里竞走、铅球、铁饼、链球、110 米栏和三级跳远,获得奖牌的项目仅有马拉松、20 公里竞走和铅球 3 个项目。从大阪世锦赛和柏林世锦赛的成绩统计情况来看,在柏林世锦赛中有更多的国家参与到了瓜分金牌的行列。换言之,田径项目金牌的争夺更趋激烈。我国田径项目夺奖牌点偏少,夺金点更少。在这次大赛中,美国队在赛程过半的时候也仅仅收获 3 枚金牌,而牙买加当时与之金牌数相等,当时肯尼亚、德国、俄罗斯、英国都两金在握,这些都直接威胁着美国的田径霸主地位,然而,后半程美国队多面开花,在男女跳远、4×400 米接力和男子全能等项目接连收获了冠军,以绝对的实力稳居金牌榜首位。这个成绩的取得与美国田径队具有宽泛的夺金面密不可分。本次柏林世锦赛设立 47 块金牌,而中国队只派出了 32 人参加 15 个项目的比赛,在参加的项目方面就比田径强国少了许多,在金牌总数的竞争中就难免处于明显劣势。因此,我国有必要加大经济与科技的投入力度,适度开发参赛项目,拓宽夺金面,以便在竞争日益激烈的国际大赛中,出现东方不亮西方亮的局面。

3.2 加强优势项目后备力量的培养,做大做强优势项目

北京奥运会牙买加获得 6 枚金牌,本届柏林世锦赛获得 7 枚金牌,其中博尔特两破世界纪录,成为最璀璨的明星。牙买加短跑取得如此辉煌的成绩,是因为他们有强大的群众基础,常年举办田径运动会,每年有 2 000 多年轻人参加,并出台相应激励政策吸引青少年参加田径运动,吸引优秀人才留在国内。我国田径的发展应向牙买加学习,在适度开发参赛项目的基础上着重优势项目人才的培养,做到以点带面,发挥举国体制的优势,培养夺金后备人才。对于柏林世锦赛中表现出优异成绩的项目,应在总结经验、吸取教训的基础上借鉴其他中小国家发展优势项群的经验,通过宣传发动激励更多的青少年加入到优势项目及其临近项目的训练中,通过比赛稳定一批有潜力的青少年运动员,随时为优势项目队伍输送新鲜血液,争取把优势项目做大做强,直至变优势项目为优势项群,从而达到真正意义上的优势项目突破^[4]。

3.3 组建优势项目训练团队,加强同类项目和子类项目的发展

应该组建女子马拉松、竞走、110 米栏、女子铅球等优势项目的训练团队,这些项目目前人才济济,更有希望夺金。在这些项目比赛中,所比拼的不仅是运动员的体能和技术,同时离不开团队作战的因素。白雪本次比赛能获得金牌,和队友的团队合作是分不开的。因此组建训练团队有利于国内教练员发挥头脑

风暴的作用,共同研究重点队员的技战术和赛前训练。同时,优势项目的成功经验要大力总结,争取应用在同类项目和子类项目中,因为运动训练理论和实践证明,优势项目的管理、训练、竞赛和体制具有协同、互补、迁移或促进的作用。如:女子马拉松和女子中长距离跑同属体能主导类耐力性项群,其中白雪的成功说明马拉松选手最后冲刺能力训练的重要性,由于白雪以前是练5 000米和10 000米的,也为我国女子马拉松后备力量选材的策重点提供了依据。因此可从田径优势项目的现状,衍生和加强同类项目和子类项目的发展。另外,刘翔科研团队的成功辅助作用也可为其其它田径项目提供管理和训练借鉴。

3.4 转变观念,加大对外交流的力度

我国的田径运动员参加世界大赛时,经常出现经验不足、遭遇强手缺乏斗志等现象。由于各方面的原因,在参加世界大赛方面,更多的决定权掌握在田管中心手里,因此,我们管理者要认识到比赛对训练的促进与核心作用,要敢于走出国门,多和世界名将比赛,做到以赛代练,并通过不断的比赛和与高水平国家之间的交流提高竞技水平。只有在比赛中发现的问题才是主要的,训练中发现问题是次要的。就像冯树勇所说的,“我们已经做了计划,要大力培养年轻选手,明年将大大增加出国比赛和训练次数,让运动员提高全面比赛的能力。”其实在这方面刘翔的成功不失为一个典型例子,他在110米栏中所取得的成绩与其在世界大赛上所积累的经验是密不可分的。

另外,在竞走、三级跳远、投掷等项目上可以借鉴其他非田径类项目的经验,聘请高水平外教,以提高国内教练员水平,争取在伦敦奥运会时一些潜优势项目有所突破^[5]。

3.5 提高科学训练水平,提升连续参加比赛能力

在柏林田径世锦赛中,中国三级跳远运动员谢荔梅和铁饼运动员马雪君在资格赛中均表现出了良好的状态,赛出了较好的成绩,如:在资格赛上,谢荔梅一跳便达到14.62 m,此水平在后来的决赛中可获得亚军。遗憾得是,她在前12名决赛时,最好成绩仅为14米16,排在第9,失去了参加前八争夺的机会。而马雪君在铁饼资格赛投出63.38 m,创个人今年最好水平,此成绩放在后面的前八争夺中,可获第四。怎奈进入前12名的争夺后,她的最好成绩仅为58.79 m,位列第十一,失去了后三投的机会。以上2名运动员均因在前12名的决赛中发挥不佳,从而与决赛失之交臂。如何使自己的最佳竞技状态在最需要的时候及时地出现,这是摆在我国部分优秀田径运动员面前的一道难题。我国田径运动队的训练应在学习国外优秀运动队训练经验的同时加大科学训练的力度,延长运动员竞技状态的保持时间,以便增强自己在多轮次比赛中科学地调整状态的能力^[6]。

4 结论与建议

4.1 结论

(1) 在第12届柏林田径世锦赛中,我国田径队获得的奖牌数超过了第11届世锦赛及北京奥运会的奖牌数量,但因田径大赛的竞争日趋激烈,获得2枚以上金牌的国家数大幅增加,我国田径队名次略有下滑。

(2) 中国田径有自己的优势和潜优势项目,如女子马拉松、竞走项目显示了较强的团队实力,女子投掷、110米栏和男子三级跳远有望取得新的突破。但同时也暴露出了诸如整体实力不强、大赛经验欠缺、连续参赛能力差等弱点。

(3) 针对本届世锦赛所凸显的问题,我国田径队应加大科技和经济的投入,适度开发参赛项目,努力拓宽夺金面;做大做强优势项目,加大对外交流力度,真正做到以赛代练,同时,引进高水平外教,提高科学训练水平,努力促进田径项目的可持续发展。

4.2 建议

(1) 田径管理部门应制定优势、潜优势项目及后备力量培养的对策,突出重点项目的集团作战,加强同类项目和子类项目的发展。同时,加强田径项目的市场化运作,加大国际层面的交流。

(2) 在训练上应树立以赛促练的指导思想,由于本届世锦赛上获得奖牌的运动员年纪轻,取得的成绩是暂时的,建议今后多加强参赛能力和心理训练,尽量避免伤病,将科学的大运动量训练进行到底。

(3) 建议女子马拉松运动员的选材应考虑其是否练过5 000米或10 000米项目,这样选取的运动员冲刺能力较强、耐力又好,容易出成绩。

参考文献:

- [1] 新新.中国田径与世界差距有多大 数据对比曝尴尬事实[EB/OL].<http://sports.sohu.com/20090824/n266172000.shtml>. 2009-08-24/2009-12-02.
- [2] 张明,唐吓建,等.从第十一届田径世锦赛看中国田径的现状与发展趋势[J].辽宁体育科技,2008(4):52-53.
- [3] 韩鲁安,陈彦,朱家玲,等.关于早期专项训练若干问题的调查与研究[J].天津体育学院学报,1998,13(3):70-76.
- [4] 李金珠,于建成.中国田径优势项目制胜规律探析[J].河北体育学院学报,2006(1):10-12.
- [5] 徐向军.我国田径运动发展现状及训练对策研究[J].北京体育大学学报,2007(6):840-842.
- [6] 陈小平.论专项特征——当前我国运动训练存在的主要问题及对策[J].体育科学,2007(2):72-78.

An Analysis on Effort Orientation of China's Track and Field from the 12th World Athletic Championships

Deng Wei-quan

(School of Physical Education, East China Jiaotong University, Nanchang 330013, China)

Abstract: Using the research methods of literature review, induction and comparative analysis, this paper analyzes and compares the competition results of track and field in the 11th, 12th World Athletic Championships, and the 28th Olympic Games. Some problems and effort orientation of China's track and field are proposed to help its benign development.

Key words: the 12th World Athletic Championships; effort orientation; suggestion

(责任编辑 王建华)