



从柏林世界田径锦标赛透析中国田径现状及伦敦奥运对策 Analysis on China Athletics Current Condition and Strategy to London Olympic Games from the View of World Athletics Championships in Berlin

董松¹, 葛青², 张秋亚², 温杰², 苑琳琳²
DONG Song¹, GE Qing², ZHANG QiuYa², WEN Jie², YUAN Linlin²

摘要:采用录像观察法、文献资料法和数理统计法对柏林世界田径锦标赛成绩进行分析,客观描述世界田径运动竞技水平的格局变化、发展走势以及规律特点,同时,通过分析总结我国田径运动员在本届世界田径锦标赛上的表现,寻求中国田径在2012年伦敦奥运会上突破方向。

关键词: 田径锦标赛;柏林;中国田径

中图分类号: G 811.2 **文章编号:** 1009-783X(2012)04-0312-06 **文献标志码:** A

Abstract: In this paper, video observation, literature review and mathematical are applied to analyze the competition result of World Athletics Championships in Berlin and objectively explain the change of world athletics sports pattern, development trend and general characteristics. Meanwhile, through analyzing the performance of Chinese athletes in World Athletics Championships in Berlin, the breakthrough direction of China athletics in 2012 London Olympic Games is looked for.

Key words: Athletics Championships; Berlin; China athletics

“田径是运动之母,得田径者得天下”。第12届柏林世界田径锦标赛经过为期9天的激烈角逐,于2009年8月23日在德国柏林奥林匹克体育场落下帷幕,美国队以10金6银6铜总分231分继续在奖牌榜和积分榜高居榜首,中国队则以1金1银2铜团体总分50分在奖牌榜排名第13位,积分榜排名第10位。柏林世界田径锦标赛是继北京奥运会之后当今世界田径运动最高水平现状的综合体现,从中我们可以展望2012年伦敦奥运会上世界田径运动的发展趋势。本文就柏林世界田径锦标赛成绩进行剖析,从而了解当今世界田坛新格局,找出我国田径运动水平同世界田径运动水平的差距,为中国田径队在伦敦奥运会上打翻身仗提供一定的参考。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

柏林世界田径锦标赛各单项比赛前8名成绩。

1.2 研究方法

1.2.1 录像观察法

对第12届柏林世界田径锦标赛的现场直播进行观察分

析,并从录像中找出中国田径运动员在比赛中的细节及存在的问题。

1.2.2 文献资料法

根据研究需要,查阅中文期刊网、体育期刊、柏林世锦赛官方网站、新浪网等,收集了有关世界田径比赛的相关资料,并阅读了《中国体育报》《田径》等报刊并从中得到启发与借鉴。

1.2.3 数理统计法

柏林世界田径锦标赛中各单项比赛前8名运动员的成绩,运用数理统计对中国及世界各国运动员的奖牌数目和名次等作出分析。

2 结果与分析

2.1 柏林世界田径锦标赛国际田坛竞争格局特征

2.1.1 柏林世界田径锦标赛比赛奖牌及名次的分布特征

表1是柏林世界田径锦标赛奖牌榜,共有37个国家获得奖牌,占全部参赛国家和地区(215个)的17.2%(上届22.7%)。其中:19个国家获得金牌,占8.8%(上届10.8%),25个国家获得银牌,占11.6%(上届12.8%),22个国家获得铜牌,占10.2%(上届11.8%);共有62个国家进入单项前8名,占28.8%(上届32.5%)。与2007年大阪世界田径锦标赛相比,获得金牌的国家和地区相差不大,但在本届世界田径锦标赛上获得奖牌的国家减少了9个。这说明奖牌的走向趋于从“多元化”向“集中化”态势回归。表1中奖牌榜前8名的国家从141枚奖牌中夺走了90枚,占63.8%,美国田径实力依然雄厚,夺走了22枚奖牌。同时,继北京奥运会田径赛场上刮起“加勒比海旋风”后,本届世界田径锦标赛延续了这股“旋风”,牙买加和俄罗斯共卷走26枚奖牌。这种现象说明田径水平相对落后的国家要想在世界大赛中夺冠的难度在增加^[1]。同时,从表1可以看出,在37个获得奖牌的国家中,仅有12个国家是女子获得奖牌多于男子获得奖牌的,占32.4%,说明目前在世界田径赛

收稿日期:2010-06-07

作者简介:董松(1983—),男,安徽巢湖人,在读硕士研究生,研究方向为田径运动训练一般理论与方法;葛青(1964—),女,陕西西安人,硕士研究生,副教授,研究方向为田径教学一般理论与方法;张秋亚(1957—),男,河北唐山人,硕士研究生,副教授,研究方向为田径教学一般理论与方法;温杰(1983—),男,河北石家庄,在读硕士研究生,研究方向为田径运动训练一般理论与方法;苑琳琳(1983—),男,安徽阜阳人,在读硕士研究生,研究方向为田径运动训练一般理论与方法。

作者单位:1. 重庆市公安局巴南区分局,重庆 401321; 2. 天津体育学院,天津 300381

1. Chongqing Municipal Public Security Bureau Banan Pistrict Branch, Chongqing 401321, China; 2. Tianjin Institute of Physical Education, Tianjin 300381, China.



场上,男子运动员的贡献率远远高于女子。出现这种原因是多方面的:首先,各国更加重视男子项目的发展,因为男子水平更高,更具有观赏性;其次,在本届世界田径锦标赛中女子项目少于男子项目,男子设立24个项目,女子设立23个项目。

表2示出柏林世界田径锦标赛单项前8名的国家,美国以231分领先第2名俄罗斯77分雄踞榜首,美国队占据着绝对的霸主地位^[2],可见,在一定时期内,美国田坛霸主地位仍无人可以撼动。获得奖牌的国家有37个,而获得单项前8名的国家有62个,积分榜前12名的国家获得单项前8名占64.8%,表明目前世界田径格局极不平衡。

表1 柏林世界田径锦标赛奖牌榜

名次	国家	总数			金	银	铜
		女	男	总数			
1	美国	8	14	22	10	6	6
2	牙买加	9	4	13	7	4	2
3	肯尼亚	5	6	11	4	5	2
4	俄罗斯	8	5	13	4	3	6
5	波兰	4	4	8	2	4	2
6	德国	6	3	9	2	3	4
7	埃塞俄比亚	4	4	8	2	2	4
8	英国	3	3	6	2	2	2
9	南非	1	2	3	2	1	0
10	澳大利亚	1	3	4	2	0	2
11	巴林	1	2	3	2	0	1
12	古巴	3	3	6	1	4	1
13	中国	3	1	4	1	1	2
14	挪威	0	2	2	1	1	0
15	西班牙	1	1	2	1	0	1
16	巴巴多斯	0	1	1	1	0	0
17	克罗地亚	0	1	1	1	0	0
18	新西兰	1	0	1	1	0	0
19	斯洛文尼亚	0	1	1	1	0	0
20	法国	0	3	3	0	1	2
21	特立尼达和多巴哥	1	2	3	0	1	2
22	巴哈马	2	0	2	0	1	1
23	日本	1	1	2	0	1	1
24	加拿大	1	0	1	0	1	0
25	塞浦路斯	0	1	1	0	1	0
26	捷克	1	0	1	0	1	0
27	厄立特里亚	0	1	1	0	1	0
28	爱尔兰	1	0	1	0	1	0
29	巴拿马	0	1	1	0	1	0
30	葡萄牙	0	1	1	0	1	0
31	波多黎哥	0	1	1	0	1	0
32	爱沙尼亚	0	1	1	0	1	0
33	墨西哥	0	1	1	0	0	1
34	卡塔尔	0	1	1	0	0	1
35	罗马尼亚	1	0	1	0	0	1
36	斯洛伐克	1	0	1	0	0	1
37	土耳其	1	0	1	0	0	1

注:引自 <http://berlin.iaaf.org/results/medals/index.html>

表2 获得柏林世界田径锦标赛单项前8名的国家排名一览表

名次	积分	国家	金牌	银牌	铜牌	第4	第5	第6	第7	第8	总计
1	231	美国	10	6	6	3	6	8	3	4	46
2	154	俄罗斯	4	3	6	4	5	4	5	3	34
3	136	牙买加	7	4	2	3	4	2	1	1	24
4	120	肯尼亚	4	5	2	3	4	1	3	1	23
5	104	德国	2	3	4	2	4	4	2	1	22
6	88	埃塞俄比亚	2	2	4	3	3	2	0	1	17
7	81	英国	2	2	2	2	2	3	5	2	20
8	73	波兰	2	4	2	2	1	0	1	1	13
9	51	古巴	1	4	1	0	1	0	1	3	11
10	50	中国	1	1	2	1	3	1	1	1	11
11	45	澳大利亚	2	0	2	1	1	2	1	0	9
12	41	法国	0	1	2	0	1	2	4	4	14
13	32	特立尼达和多巴哥	0	1	2	1	1	0	2	0	7
14	29	西班牙	1	0	1	1	1	1	1	1	7
15	29	乌克兰	0	0	0	4	1	1	1	0	7
16	27	巴哈马	0	1	1	1	1	1	1	0	6
17	27	日本	0	1	1	1	0	1	3	0	7
18	23	南非	2	1	0	0	0	0	0	0	3
19	22	巴林	2	0	1	0	0	0	0	0	3
20	22	意大利	0	0	0	2	0	2	2	2	8
21	19	葡萄牙	0	1	0	1	1	1	0	0	4
22	17	挪威	1	1	0	0	0	0	1	0	3
23	15	爱尔兰	0	1	0	1	0	1	0	0	3
24	14	捷克	0	1	0	0	1	1	0	0	3
25	14	罗马尼亚	0	0	1	1	0	0	0	1	3
26	13	巴西	0	0	0	0	2	0	2	1	5
27	12	加拿大	0	1	0	0	1	0	0	1	3
28	11	白俄罗斯	0	0	0	1	0	1	1	1	4
29	10	克罗地亚	1	0	0	0	0	0	1	0	2
30	9	摩洛哥	0	0	0	0	1	1	1	0	3
31	9	新西兰	1	0	0	0	0	0	0	1	2
32	9	斯洛文尼亚	1	0	0	0	0	0	0	1	2
33	8	巴巴多斯	1	0	0	0	0	0	0	0	1
34	8	塞浦路斯	0	1	0	0	0	0	0	1	2
35	8	芬兰	0	0	0	0	1	1	0	1	3
36	8	匈牙利	0	0	0	1	0	1	0	0	2
37	8	瑞士	0	0	0	0	1	0	2	0	3

注:引自 <http://berlin.iaaf.org/results/placing/index.html>。

2.1.2 柏林世界田径锦标赛田径运动各亚类奖牌分布特征

根据田麦久教授按竞技能力主导因素分类方法,田径是属于体能主导类的,包括速度性、快速力量性、耐力性3个亚类^[3]。为了便于研究,本文作者将全能项目划归综合性项群。

表3示出体能主导类速度性项群奖牌分布情况,北美加勒比海地区获得该项群48枚奖牌中的36枚,占75%,说明北美加勒比海地区速度性项目竞技实力强大,且无可撼动。如果美国队连续10届世界田径锦标赛上获得奖牌和团体总分第一没有什么令人惊喜的话,那么牙买加飙升至第2位,并蚕食了美国队在短跨项目上的霸主地位,则爆出冷门。牙买加在该项群中获得13枚奖牌(7枚金牌),占27.1%,美国获得12枚奖牌(6枚金牌),占25%,牙买加队的博尔特一人就获得100 m、200 m、4×100 m接力3枚金牌,并再次打破自己100 m、200 m的2项世界纪录。

表4示出体能主导类快速力量性项群,不难看出欧洲在这一项群占据绝对优势。在48枚奖牌中,欧洲国家获得了32枚,占66.7%,其中波兰运动员沃洛达克兹克以77.96 m的成绩打

破女子链球世界纪录。在柏林德国人关注的不是“百米飞人大战”，而是铁饼的比赛。欧洲人更多的是关注投掷比赛，从历届世界田径大赛中看，欧洲是田径快速力量性项群的传统优势区域。表 5 表明，全能项目一直是欧美人的天下，其他洲的国家无法触及。

表 3 速度类项群奖牌分布

项目	性别	金	银	铜
100 m	男	牙买加	美国	牙买加
	女	牙买加	牙买加	美国
200 m	男	牙买加	巴拿马	美国
	女	美国	牙买加	巴哈马
400 m	男	美国	美国	特立尼达和多巴哥
	女	美国	牙买加	俄罗斯
400 m 栏	男	美国	波多黎各	美国
	女	牙买加	美国	特立尼达和多巴哥
4×100 m 接力	男	牙买加	特立尼达和多巴哥	英国
	女	牙买加	巴哈马	德国
4×400 m 接力	男	美国	英国	澳大利亚
	女	美国	牙买加	俄罗斯
100 m 栏	女	牙买加	加拿大	牙买加
110 m 栏	男	巴巴多斯	美国	美国

表 4 快速力量类项群奖牌分布

项目	性别	金	银	铜
跳远	男	美国	南非	澳大利亚
	女	美国	俄罗斯	土耳其
三级跳远	男	英国	葡萄牙	古巴
	女	古巴	古巴	俄罗斯
跳高	男	俄罗斯	塞浦路斯	德国
	女	克罗地亚	俄罗斯	德国
撑杆跳高	男	澳大利亚	法国	法国
	女	波兰	波兰	美国
铅球	男	美国	波兰	德国
	女	新西兰	德国	中国
铁饼	男	德国	波兰	爱沙尼亚
	女	澳大利亚	古巴	斯洛伐克
标枪	男	挪威	古巴	日本
	女	德国	捷克	俄罗斯
链球	男	斯洛文尼亚	波兰	俄罗斯
	女	波兰	德国	斯洛伐克

表 5 综合性项群奖牌分布

项目	性别	金	银	铜
七项全能	女	英国	德国	波兰
十项全能	男	美国	古巴	俄罗斯

表 6 示出体能主导类耐力性项群，除竞走外，其他耐力性项目，非洲国家夺得 36 枚奖牌中的 22 枚，占 61.1%，表现出非洲运动员在耐力性项目的强劲实力。肯尼亚和埃塞俄比亚一共获得 19 枚奖牌，使非洲势力在世界田径锦标赛上成为生力军。在国际大赛中，3 000 m 障碍赛和马拉松项目上肯尼亚一直是人才济济，这使他们能够在柏林世界田径锦标赛上保持稳定的发挥。埃塞俄比亚在本届世界田径锦标赛上延续了他们在男女长跑项目上的优势，贝克勒获得男子 5 000 m 和

10 000 m 这 2 项冠军。非洲以其独特的地理环境和人种优势，使他们能够在耐力性项目上保持王者气势，从而捍卫了非洲在世界田坛的尊严^[4]。即便在本届世界田径锦标赛中美国、巴林在中长跑项目上获得的奖牌也是来自于非洲的“海外兵团”。

表 6 耐力性项群奖牌分布

项目	性别	金	银	铜
800 m	男	南非	肯尼亚	巴林
	女	南非	肯尼亚	英国
1 500 m	男	巴林	埃塞俄比亚	美国
	女	巴林	英国	美国
3 000 m 障碍	男	肯尼亚	肯尼亚	法国
	女	西班牙	俄罗斯	肯尼亚
5 000 m	男	埃塞俄比亚	美国	卡塔尔
	女	肯尼亚	肯尼亚	埃塞俄比亚
10 000 m	男	埃塞俄比亚	厄立特里亚	肯尼亚
	女	肯尼亚	埃塞俄比亚	埃塞俄比亚
马拉松	男	肯尼亚	肯尼亚	埃塞俄比亚
	女	中国	日本	埃塞俄比亚
20 km 竞走	男	俄罗斯	中国	墨西哥
	女	俄罗斯	爱尔兰	中国
50 km 竞走	男	俄罗斯	挪威	西班牙

在耐力性项群竞走项目上，俄罗斯依然是这个项目上的霸主，在这个项目上的 9 枚奖牌由俄罗斯获得 3 枚奖牌（3 枚金牌），占 33.3%。由于中国队吸取大阪世锦赛和北京奥运会的全面失利的经验教训，使得中国竞走队在本届比赛中也占得一席之地。

纵观田径运动各亚类项群，可以看出亚洲、大洋洲及南美洲依然为世界田坛弱旅，亚洲共获得 12 枚奖牌，其中巴林、卡塔尔获得奖牌是凭借他们的“海外兵团”取得的。大洋洲获得 5 枚奖牌，而南美洲在本届田径锦标赛中奖牌颗粒无收。目前，亚洲、大洋洲和南美洲在一定时期内还无法对北美加勒比海地区、欧洲，以及非洲进行冲击，只有不断卧薪尝胆才能赶上它们^[5]。

2.2 柏林世界田径锦标赛我国田径的表现特征

2.2.1 我国田径女子项目表现特征

在本届田径锦标赛上，我国共派出 32 名运动员参加了 15 个项目的竞争，获得 1 金 1 银 2 铜，1 个第 4、6、7、8 名，3 个第 5 名，团体总分 51 分，总分排名第 10 位，奖牌榜排名第 13 位^[5]。

表 7 示出我国女子运动员在柏林世界田径锦标赛的成绩，白雪出人意料地获得女子马拉松金牌，这也是中国田径队在本届比赛上的亮点。同时周春秀、朱晓琳分别获得第 4、第 5 名，孙伟伟也获得第 13 名。这表明我国女子马拉松运动水平已经形成集团优势，具备在世界大赛中竞争的能力。女子铅球是我国传统的优势项目，黄志红曾在世界田径锦标赛连续 2 届获得冠军，在第 5 届世界田径锦标赛中黄志红、隋新梅、张榴红又分别获得第 2、5、6 名，第 11 届世界田径锦标赛中李玲、李梅菊、巩立姣又分别获得第 4、6、7 名。在本届比赛中，巩立姣获得铜牌，李梅菊获得第 7 名，刘湘容获得第 10 名^[6]。可以看出，目

前,中国女子铅球运动水平已经得到全面的提升。女子20 km竞走也是我国传统强项,悉尼奥运会后我国女子竞走一直沉沦,在本届世锦赛中刘虹获得铜牌,使中国女子竞走重新燃起了希望。在链球项目上北京奥运会铜牌获得者张文秀投掷出72.57 m获得第5名,说明中国女子链球已经具备在世界大赛中竞争的的实力,但中国在这个项目上竞争人员较少。在三级跳远项目上,谢荔梅在资格赛中跳出14.62 m,列资格赛首位强势进入决赛,但在决赛中仅跳出16.16 m成绩排名降至第9位。在铁饼项目上我国选手宋爱民以62.42 m获得第5名,马雪君在资格赛中投掷出了63.38 m的好成绩列资格赛首位,可惜的是在决赛中发挥失常,仅投掷出58.53 m列第11位。在10 000 m跑比赛中,张莹莹仅列第18名,表明我国女子中长跑一直处于彻底沉寂状态,没能在本届世锦赛上获得突破。在撑杆跳高项目上,我国派出了高淑英和李玲2名选手参赛,但却都止步于资格赛,没能进入最后的决赛中。

表7 柏林世界田径锦标赛中国女子成绩一览表

姓名	项目	成绩	名次
白雪	马拉松	2 h 25 min 15 s	1
周春秀	马拉松	2 h 25 min 39 s	4
朱晓琳	马拉松	2 h 26 min 8 s	5
孙伟伟	马拉松	2 h 29 min 39 s	13
陈荣	马拉松		因伤弃权
刘虹	20 km 竞走	1 h 29 min 10 s	3
杨亚伟	20 km 竞走		犯规取消成绩
杨明霞	20 km 竞走	1 h 35 min 42 s	18
巩立姣	铅球	19.89 m	3
李梅菊	铅球	18.76 m	7
刘湘容	铅球	18.52 m	10
黄潇潇	400 m 栏	55.52	半决赛
张莹莹	10 000 m	32 min 33.63 s	18
张文秀	链球	72.57 m	5
宋爱民	铁饼	62.42 m	5
马雪君	铁饼	58.79 m	11
许韶阳	铁饼	61.02 m	资格赛
高淑英	撑杆跳高		无成绩
李玲	撑杆跳高	4.40 m	10
谢荔梅	三级跳远	14.16 m	9

2.2.2 我国田径男子项目表现特征

表8示出我国男子运动员在柏林世界田径锦标赛的成绩。短跨项目一直是欧美人的天下,尽管刘翔因伤未能参加此次世界田径锦标赛,但刘翔还是带动了我国在男子短跨项目的崛起。我国派出了史冬鹏、纪伟、尹靖3人参加110 m栏的比赛,尹靖赛前因伤退出比赛,史冬鹏以0.01 s之差止步于半决赛,纪伟在决赛中获得第8名。在男子20 km竞走项目上,小将王皓勇夺亚军,这是我国男子运动员在本届世锦赛的亮点,王皓取得的成绩说明了我国竞走运动水平正在与其他国家缩小差距。在跳远项目上,李金哲跳出8.01 m止步于资格赛中,而在三级跳远比赛中,李延熙跳出17.23 m,获得第6名。

表8 柏林世界田径锦标赛中国男子成绩一览表

姓名	项目	成绩	名次
王皓	20 km 竞走	1 h 19 min 6 s	2
李建波	20 km 竞走	1 h 21 min 54 s	12
褚亚飞	20 km 竞走	1 h 19 min 6 s	13
徐发光	50 km 竞走	3 h 48 min 52 s	11
赵成良	50 km 竞走	3 h 53 min 6 s	15
李磊	50 km 竞走	4 h 13 s	25
李金哲	跳远	8.01 m	资格赛
李延熙	三级跳远	17.23 m	6
秦强	标枪	77.65 m	资格赛
史冬鹏	110 m 栏	13.42 s	半决赛
纪伟	110 m 栏	13.57 s	8
尹靖	110 m 栏		因伤弃权

我国在本届世界田径锦标赛中获得的成绩是最近8届最好的;但总体看来我国田径运动水平与世界高水平差距依然明显,我国运动员心态调整能力不强、连续比赛能力不足,“阴盛阳衰”现象没能改观,女子运动员依然支撑着中国田径。

2.3 柏林世界田径锦标赛中国田径存在的问题

2.3.1 运动水平不高

我国教练员大都是老运动员退役下从事教练工作,他们往往没有经过系统的理论学习,在训练方法上仍沿袭旧的训练模式,靠自己经验训练队员,他们对项目训练规律认识不清,缺乏创造能力。我国跨栏项目,以及曾经的跳高之所以能在国际大赛摘金夺银,是与孙海平、黄健、胡鸿飞等这样能够抓住项目训练本质规律,又具有创新能力的教练分不开的。在本届世界田径锦标赛上3项世界纪录、6项赛会纪录被打破,16项创2009年度最好成绩,4项洲纪录和48项国家地区纪录被打破,却没有一项纪录有中国运动员的名字,中国田径运动水平与世界田径运动水平差距正在加大。国家田径队总教练冯树勇认为,中国田径相当一些项目目前与世界高水平的差距还很大,要努力缩短差距,必须借鉴国外的先进经验^[7]。

2.3.2 我国运动员心态调整能力差,连续作战能力不足

心理素质差一直是阻碍我国田径运动前进的最大障碍,我国运动员往往在国内比赛中能取得非常优异的成绩,但一到世界大赛发挥总是有失水准。男子三级跳远李延熙在本届比赛中只跳出17.23 m的水平,但在随后10月份全运会上跳出17.59 m的好成绩。在女子铁饼和链球项目比赛中,宋爱民和张文秀分别挺进决赛;但由于心态调整不好,过多考虑成绩而造成高度紧张、动作难以放开等后患,最终与奖牌无缘。谢荔梅在女子三级跳远资格赛中以14.62 m第1名强势晋级决赛,但在随后的决赛中却因体能不足发挥失常,只跳出14.16 m名列第9位。总的看来,本届世界田径锦标赛上我国运动员比赛发挥率低,中国田径若要在世界田坛争取更为广阔的生存和发展空间,首先,要全力以赴提高自己的成绩,增强竞争能力;其次,就是要增强在比赛中稳定发挥水平的能力^[8]。

2.3.3 内部结构不平衡,“阴盛阳衰”现象再次重演

本届世界田径锦标赛中,我国男运动员仅12人,占37.5%,女运动员20人,占62.5%,男子仅王皓一人获得奖牌,

在进入单项前8名的11名中国运动员中,只有王皓、李延熙和纪伟3人。长期在世界大赛中表现出“阴盛阳衰”的局面,对我国男子项目的发展产生了消极的影响,同时这种不均衡状态,严重制约我国田径运动水平的发展。要想使我国成为世界上田径大国,仅依赖女子项目的支撑是不够的。

3 中国田径伦敦奥运对策

3.1 选准突破口,确定冲金的重点项目和重点人,走“精兵”之路

从本届世界田径锦标赛及历届世界田径大赛中,不难看出重点是发展我国女子项目,主要有马拉松、竞走、铅球、铁饼、链球、三级跳远。同时也应该逐步挖掘有潜力的男子项目,如110m跨栏、竞走、三级跳远、跳远,以及十项全能,争取改变我国田径多年来“阴盛阳衰”的现象^[9]。本届世界田径锦标赛中我国年青选手表现较出色,可以把王皓、白雪、巩立姣等年青运动员列为重点选手进行培养,打造成我国尖刀选手,力争在重点项目上有所突破,走“精兵”之路是我国田径项目在伦敦奥运会上突破的必由之路。

3.2 创建全国田径单项奥林匹克高水平后备人才基地

田径运动后备人才的培养是田径运动发展的基础环节,坚实的后备人才梯队建设,是保证我国田径运动整体水平提高的关键^[10]。目前,我国科学化训练水平不高,缺乏高水平的科学训练基地、后备人才缺乏,因此,组建高水平训练基地和后备人才基地成为当务之急。目前,我国已在青岛、南宁等地陆续建设了6个项群、94个田径专项高水平后备人才基地,项目涵盖了男女短跑,男子跨栏,男女跳高、跳远、三级跳,女子撑竿跳,女子投掷等多个项群30个小项。力争使我国在2个周期之内重构一、二、三线队伍,为田径运动项目的可持续发展搭建人才梯队,为伦敦奥运会备战提供人才资源。

3.3 搭建国际交流平台,培养复合型教练团队

“采用走出去,请进来的方法”,了解和学习国际先进的训练理念和方法手段。重点项目成立内教组和外教组,形成以外促内、内外竞争、相互交流、相互学习的格局。在高水平训练基地和后备人才基地每年定期举办训练营,促进交流,加强培训,检查训练效果,提升训练水平,使我国教练员与运动员学习到先进的训练理念与技术。同时以国际交流和对抗为推动,使我国田径训练理念和方法国际前沿化,提高我国田径项目的国家竞争力。国家队应以国际赛事为主,给发展潜力大的优秀年青运动员多提供出国参赛机会,提高我国运动员国际比赛的实战能力。孙海平教练在指导刘翔的训练与比赛时,正是通过连续比赛加大了训练强度,提高了专项能力,同时通过一系列高水平的国际比赛,使得刘翔从心理承受能力到比赛经验,再到连续比赛能力,都得到了全方位的锻炼与提高。

培养一批高水平教练员队伍,建立一支多学科、多层次复合型教练团队。教练员在运动训练过程中处于主导地位,一个

高水平的教练员,可以带出一批高水平的运动员,同时也可以促进整个项目振兴。这已经是竞技体育可持续发展的共识,我们可以借鉴女子铅球、男子跨栏等项目已取得成功的教练员的经验。现代运动训练是一个需要运动生理、生化、生物力学、运动解剖学、运动医学、体育情报收集等多学科理论支持和实践指导才能完成的过程。这就需要在指导专项训练工作过程中,建立以专项主教练为主导的复合型教练团队,从多学科角度研究项目规律,完善训练计划,使专项教练由个体指导转化为一个多学科支持的教练团队,最大程度地保证训练实践的经济性和科学性^[10]。

3.4 充分发挥举国体制优势

组建以重点省市体育局和国家体育总局相关司局领导组成的领导小组,以重点省市田径中心和训练单位负责人组成的工作小组,以训练、科研、医务各方面专家组成的公关小组,集全全国的意志、智慧和资源,强化队伍管理与保障工作。

将田径各小项分担给各重点省市,让他们担负起队伍管理和训练工作的责任。在青海多巴、上海莘庄、山东青岛、云南呈贡、北京体育大学等全国各地几十家单位和训练基地进行多次不同规模的集训,为国家田径队建立课题组,让课题组工作人员下队进行系统的跟踪科研服务,同时让相关专家参加一些有关专题的研究工作。对一些重点运动员配备专门的科研、医疗、后勤保障等工作人员,建立一个多学科、多层次的复合型团队支持系统。充分发挥举国体制优势对田径项目整体水平的健康和可持续发展将是一个坚强的后盾,也是伦敦奥运会备战工作的有力保障。

3.5 采取严厉措施,坚决反对兴奋剂

兴奋剂是中国田径可持续发展的一大隐患,在巨大利益诱惑下,部分运动员、教练员铤而走险;因此,必须加大反兴奋剂力度,坚决执行“严令禁止,严格检查,严肃处理”的三严方针,制订和出台反兴奋剂严厉的措施,从根本上铲除兴奋剂的滥用,保证比赛公平、公正,以及保护运动员自身健康显得尤为重要。首先,要加强兴奋剂检查的针对性、时效性;其次,要多种检测手段并用;最后,要加大处罚力度,不仅要严惩运动员,还要严惩主管教练,利用各种信息媒介对处罚决定进行曝光^[11]。当然,我们在坚决反对使用兴奋剂的同时也不能不承认一些化学性恢复手段的存在,因此,我们要加大化学性恢复方法的研究力度,与生物化学、医学、营养等学科的专家联合攻关,积极挖掘中医药学的优势^[12]。

3.6 坚持科学的大运动量训练原则

田径项目是属于体能主导类项群,大运动量训练是田径运动实力的基础。当然,大运动量训练并不是盲目的大运动量训练,而是科学的大运动量训练。大运动量训练应符合科学规律,采取积极谨慎的态度,加强科学研究和医务监督^[13]。无论是过去的黄健教练对郑凤荣、倪志钦采用的大运动量训练方

