

云南马拉松队发展历程研究

董国建¹ 通讯作者: 牟若群^{2*} 路 丁³

1. 云南省呈贡体育训练基地 云南昆明 650500
2. 云南交通职业技术学院 云南昆明 650500
3. 云南大学体育学院 云南昆明 650500

摘要: 云南马拉松作为云南的优势体育项目, 曾经多次代表云南打破中国长跑和马拉松的中国记录, 是中国长跑、马拉松运动的重要推动者, 直至当下, 云南马拉松队都是中国马拉松的重要代表之一。对云南马拉松队的历史进行梳理有助于更准确的看待云南马拉松所取得的成绩, 对各个时期云南马拉松队的特点进行总结, 为后一步推动云南马拉松队的发展提供理论基础和现实借鉴。云南马拉松队是中国长跑和马拉松运动的中坚力量, 从第一届全国运动会开始, 云南运动员的身影就活跃在3000米、5000米、10000米、马拉松项目等项目的比赛中, 并创造过10年的10000米记录的全国记录保持、6年马拉松全国的记录保持, 云南队的张国伟至今还是我国3000米记录的保持者。对云南马拉松队的产生和发展进行梳理, 有助于进一步理清云南马拉松队的成功经验, 有利于进一步推动云南马拉松队的发展。

关键词: 马拉松; 发展历程; 研究

Research on the development of Yunnan marathon team

Dong Guojian¹, Corresponding author: Mou ruoqun^{2*}, Luding³

1. Yunnan Chenggong sports training base Kunming 650500
2. Yunnan Vocational and Technical College of communications, Kunming, Yunnan 650500
3. School of physical education, Yunnan University, Kunming, Yunnan 650500

Abstract: As an advantageous sports event in Yunnan, the Yunnan marathon has repeatedly broken the Chinese record for Chinese long-distance running and marathons on behalf of Yunnan. It is an important promoter of Chinese long-distance running and marathons. Until now, the Yunnan marathon is one of the important representatives of the Chinese marathon. Combing the history of the Yunnan marathon will help to look at the achievements of the Yunnan marathon more accurately, summarize the characteristics of the Yunnan marathon in various periods, and provide a theoretical basis and practical reference for promoting the development of Yunnan marathon in the next step. Yunnan marathon team is the backbone of China's long-distance running and marathon sports. Since the first national games, Yunnan athletes have been active in the competitions of 3000 meters, 5000 meters, 10000 meters, and marathon events, and have created the national record of 10000 meters for 10 years and the national record of the marathon for 6 years. Zhang Guowei of the Yunnan team is still the holder of the 3000 meters record in China. Combing the emergence and development of the Yunnan marathon team will help to further clarify the successful experience of the Yunnan marathon team and further promote its development.

Keywords: marathon; Development process; Research

作者简介: 董国建, 出生年份: 1987.03, 性别: 男, 民族: 汉, 籍贯: 云南昆明, 职务: 教练员, 职称: 中级, 学历: 本科, 研究方向: 中长跑项目训练与实践。

通讯作者简介: 牟若群, 1986年2月, 女, 汉, 山东, 讲师, 研究生, 体育教育训练。

一、云南马拉松队的初创阶段 1949年—1965年

1949年,新中国成立,百废待兴。毛泽东同志为领导核心的集体中意识到“体兴则国兴”,人民只有身体健康,年富力强才能够好的为国家服务^[1]。在1952年6月10日中华全国体育总会第二届代表大会上,毛泽东题词“发展体育运动,增强人民体质。”1955年云南开展第一届运动会,并开始组建云南省体训班。苏文仁以5000米第三名的成绩被选入云南省体训班,并开始正式参与到云南马拉松运动中。1958年,苏文仁代表云南参加在广州举办的春季运动会5000米比赛,并以第二名的成绩入选国家队。苏文仁作为云南省体训班第一个人选进入国家队的运动员,以他优异的成绩为云南马拉松的发展奠定了良好的基础。回忆那段时光,苏文仁说到:

“在广州越秀山体育场,我跑5000米得了第二名,差一点破全国记录,然后就调到国家队,昆明都没有回来,结束之后就直接去国家队了。我是1958年的2月份去的国家队,然后1958年的9月份就破了纪录。1958年到1959年之间我破了20次全国记录。”

为更好的提升云南队的马拉松水平,苏文仁一边刻苦训练,一边积极投入到云南马拉松后备人才的培养中,并毅然放弃了留任北京的机会,于1965年正式回云南担任云南马拉松队教练。在1965年9月第二届北京全运会上,苏文仁所带运动员罗为信获得男子3000米第二名、5000米第四名、10000米第五名的好成绩。

二、云南马拉松队的重创阶段 1966年—1976年

1966年开始的“文化大革命”重创了当时正准备迈入正规训练的云南马拉松队。在文革期间,云南马拉松队的所有训练几乎停摆。运动员和教练员日常训练得不到保证,运动场上几乎看不到运动员身影,甚至,对于运动员自发的训练都受到严厉的禁止。云南马拉松运动员的积极性受到了严重打击,运动水平也逐渐与国际水平拉开距离。

1971年后,在周恩来等领导人的带领下,国家政治形势有了转机,国家体委以及各级体委逐步恢复了体育管理组织职能。^[2]云南马拉松队开始逐渐恢复训练,为了能更好的恢复云南马拉松运动水平,云南队在积极恢复老队员的体能、运动水平的同时积极扩充教练队伍,备齐女队编制。通过不同等级的运动比赛吸纳新运动员,充分发挥云南特色,并逐步建立起云南马拉松的发展趋势。

1. 重点发展中长跑运动

彭祥生作为这一时期云南长跑的代表,1972年代表云南队参加南京全国田径运动会的5000米、10000米比赛;1973年5月份在全国分区赛中获得5000米第三、

10000米获得第四名;1973年底进入国家队集训,1974年获得重庆全国田径运动会5000米和10000米比赛的两项第一;1975年第三届北京全运会上获得5000米第三名、10000米第二名。

2. 逐步介入马拉松运动

借助中长跑的优势,云南马拉松队开始摸索马拉松运动的训练,并取得了初步成效。1975年第三届北京全运会上云南运动员肖国民和陈家忠分别获得马拉松项目的冠军和亚军。1979年北京第四届全运动会上,李存业代表云南获得第六名

三、云南马拉松队的快速成长阶段 1977年—1999年

1978年,中国进入改革开放,中国社会经济得到迅速发展,综合国力得到迅速提升,随着中国在国际奥委会中合法席位的恢复。云南马拉松队进入快速发展的阶段,在这时期中,云南马拉松队开始通过不断的总结经验,创新训练方法,提高竞技水平,多次打破3000米、5000米和10000米的全国记录,创造了云南在中国中长跑中的优势地位;同时,在马拉松方面爆发出强劲的实力,多次代表中国队参加国际马拉松比赛,展现了中国运动员的精神并提升了中国形象,但在1990年后由于云南马拉松队队员出现损伤过大,加之张国伟因伤退役,云南马拉松队出现短暂的断层期。

1. 云南马拉松队成为中国中长跑运动的引领者,推动了中国长跑项目的发展

1983年在上海第五届全运会上,云南运动员张国伟在获得中国男子5000米和10000米的冠军,并打破了这两项在当时的全国纪录;1987第六届广东全运会上,张国伟获得了5000米、10000米和马拉松三项比赛的冠军,同年,在捷克国际田径大奖赛上,打破中国3000米记录。张国伟是1980到1990年10年间1000米全国记录的保持者,被誉为“中国的长跑王子”,同时他也是,目前世界3000米记录的保持者。回忆其破纪录时,张国伟说到:

“现在这个三千米记录还是我的,还没破,这个7'56"19,这个记录是我在捷克斯洛伐克跑的,目前还是中国记录,但是跑了这么多年,到了1990年是吧,一直是在全国比赛,不断在刷新纪录,从五千米(14分3秒2),一直一直往前推进,到我退役前跑到了13分31秒01;一万里,也是第一个跑进29分,五千米跑进28、9分,三千米跑进8分,那么这些纪录是我自己在不断的把它刷新,把三千米从8分2秒几提高到7分56秒钟,7分56秒19,一万里从29分第一次破纪录29分17秒提高到最后28分24秒多。”

可以说这一时期的云南马拉松队很好的提升了中国长跑运动的竞技水平,成为中国田径历史上的长跑项目

的重要领军队伍这一。

2. 展现了云南马拉松强劲的实力

1979年9月在北京第四届全运会上,徐亮代表云南获得马拉松项目的冠军。其次是,云南队徐亮打破了当时的马拉松国家记录,并极好的推动了中国马拉松运动发展。1980年云南马拉松队徐亮代表中国参加了法国昂松的国际马拉松比赛,以2小时13分的成绩打破了中国马拉松的记录,极大的提升了中国马拉松的运动水平,推动了中国田径运动的发展。这个成绩一直保持了6年,直到1987云南队的张国伟在第六届广东全运会才再一次刷新了马拉松项目的全国记录。回忆当时的情况时,彭亮说:

“当时的全国记录保持者,内蒙古马拉松运动员张云程,成绩是2小时16分57秒。我是破了3分多钟的国家纪录,所以当时回来后,我们的体委主任陈芳是相当高兴,并对我说:“哎呀,小许,许亮!你帮我们云南,为我们云南,把我们国家的马拉松提高了一大步啊!”

3. 提振了中国精神、树立中国形象

云南马拉松运动队通过比赛对内很好的提振了中国人的自信心,促进了民族自信心的增强;对外展现了中国运动员的拼搏精神,有助于传递中国精神,树立中国形象。马拉松是一个既需要天赋,又需要意志力的项目,马拉松国际比赛比的不仅是运动员的运动技能,更重要的是对于运动员在高压下意志力的比拼。1980年云南马拉松队徐亮代表中国参加的法国国际马拉松比赛获得第五名。这是文化大革命后,第一次田径运动员出国参加并获奖的比赛,更为重要的是这个成绩在当时轰动整个欧洲,并引发了欧洲报纸的报道,起到了非常好的宣传效果,具有一定的国际影响力。许亮回忆当时法国马拉松赛时,说到:

“我们教练苏文仁都掉泪了嘛,说我从来没有,带运动员从来没有见过像许亮这样拼的,那个体育报社上有一个评论在这边,你看像担心就是教练都跑不下来的这个这种拼搏精神,这边。这个体育报社专门有一个评论,讲到,讲到中国女排。”

四、云南马拉松队的高水平保持阶段2000年—2019年

在这一时期中云南马拉松队总结经验、优选后备力量,突出科学的特色长跑训练方法、加大国内外比赛交流力度,并辅以优秀的团队的配合,让云南队延续了较高的竞技水平,多次打破全国记录,并为国家输送了一批优秀的长跑运动员代表中国参与奥运会的竞技,成为中国长跑和马拉松运动重要的人才后备力量之一。

1. 形成科学的云南特色马拉松运动训练方法

以苏文仁为代表的云南队教练从自身和优秀运动员的比赛中不断总结经验,不断吸收先进的科学方法,并结合云南的区位优势形成从选材、技术、训练、比赛、恢复的方法,实现了较为精准的选材、有效的提高成绩的训练模式和快速恢复机能状态的调理方法,在提升运动员机能的同时,极大的降低了运动员的损伤概率,有效的延长了运动员的运动寿命。

2. 形成一批具有代表性的优秀运动员

这一时期,云南马拉松队涌现出一批优秀的运动员,很好的解决了1990年后云南队出现的断层现象,并逐渐成为云南马拉松项目参与奥运竞技的重要力量。张国伟在回忆自己的执教生涯时,感慨道:

“我当了教练以后,每一届奥运会里面我这组都会有人参加奥运会,入选奥运会参赛。从朱文华他们开始,每届奥运会我们组都有入选的,虽然我们的项目在世界上算不上什么水平,但是入选奥运会也不容易,但每届奥运会云南几乎每届都有,而且有时候还是两个。这一届是最多的,2021年4月11日在徐州马拉松赛事里面,我们被选进奥运会的有四个人,四个人选进了奥运会。”

3. 很好的带动了民间马拉松运动的发展

云南马拉松队的优势力量极大,极大的鼓舞了云南人民的自信心,促进了云南大众马拉松运动发展。目前,云南以马拉松为主题的较为有代表的马拉松赛事有上合昆明国际马拉松、云南高原国际半程马拉松比赛、抚仙湖国际半程马拉松、中国·云南·罗平花海马拉松赛、水富国际半程马拉松、丽江国际马拉松赛、大理国际马拉松赛、大理100越野赛、探索美丽中国50公里越野跑挑战赛、户撒“佛祖花园”山地自行车暨马拉松越野赛、中国瑞丽科技马拉松赛。

五、结语

云南马拉松队从1949年至今,经历了初创、重创、快速发展和高水平保持四个阶段的发展,并成为云南省体育的优势项目,中国长跑、马拉松运动的重要后备人才培养单位。在云南马拉松队的发展中,创新运动训练方式和优良的团队作风是运动队得以快速成长的基础;云南运动员赛场上的拼搏精神、日常训练的艰苦作风、教练员的严格要求和管理部门的大力支持是云南马拉松队保持高水平的重要保障;云南特殊的地理位置则是云南马拉松队不断发展的自然条件。

参考文献:

- [1] 郇峰,何艳华.中国体育60年发展的历程和基本经验[J].吉林体育学院学报,2011,27(05);
- [2] 王国英.期待视野下中国田径运动发展变化的透视[D].辽宁师范大学,2017.6