沪藏同心 足球为桥

八月的上海，热浪翻涌。在白洋淀足球场的绿茵之上，一群来自西藏日喀则拉孜县的足球少年正奋力奔跑——他们脚下踩着的天然草皮，与家乡高原场地截然不同，但那份对足球纯粹的热爱却跨越了4000米的海拔落差，在黄浦江畔炽烈燃烧。

来沪参加新民晚报杯足球赛的拉孜队与申城足球少年在绿茵场上切磋

扫码看更多精彩

明天，2025第40届“上海银行”杯新民晚报暑期中学生足球赛全国交流赛总决赛即将开赛，来自西藏拉孜中学的足球队也将参与这项赛事。昨天下午，拉孜中学队成员做客上海报业集团演播厅，在直播中讲述这场跨越千山万水，以球会友的动人故事，诉说他们来到上海的所见所闻……这是第40届“上海银行”杯新民晚报暑期中学生足球赛全国交流赛的温暖前奏，更是一场持续了六年的沪藏情谊接力。

一场跨越五千公里的足球梦

自2019年首次走出高原以来，今年已是拉孜中学足球队第五次踏上这片梦想赛场。

平均海拔超过4000米的日喀则拉孜县，被称为“珠峰脚下的明珠”。这里空气稀薄，并不适宜高强度运动，但足球的火种却从未熄灭。据拉孜县教育局党组成员、副局长，拉孜中学校长支晓春介绍，自2019年起，学校已五次带队参加新民晚报杯全国交流赛，最好成绩是第四名。“这次我们的目标是突破历史，闯入前三！”

在拉孜县中学，校队正式成员不到30人，每周六下午是足球少年们最开心的时刻——由于场地有限，常常有好几个足球同时在场上飞驰，被欢笑的孩子们追逐着。

“艰苦的自然条件，简单的场地设施，都不妨碍孩子们享受足球最纯粹的快乐。”拉孜中学体育教研组长扎西感慨道。2016年，在上海援藏干部的推动下，学校对操场进行了翻修，从此正式有了第一支足球队。2019年，怀着“让高原孩子看看外面世界”的初心，队员们首次走出西藏，来到了新民晚报杯中学生足球赛的赛场。

黝黑的贡嘎顿珠被称为拉孜“C罗”，今年念初三的他已是第三次来上海。直到今天，他依然还记得自己第一次踏上天然草皮的触觉：“很神奇，从来没有踢过这么软的场地。很容易滑倒，球也有些不听使唤。但摔倒之后，却不太容易受伤。”因为对场地的不熟悉，也因为气候环境以及日常训练的差距，前几次，拉孜队最好的成绩仅是第四。“相比其他球队，我们的训练质量和技战术水平都有差距。”这位高原少年说，自己最爱的球队是上海申花队，而为了这次上海之行，他刻苦训练了一年，“我希望，这次能获得亚军！”他说，自己不仅想取得好成绩，更想证明高原孩子也能踢好足球。

一次温暖“回家”的守候

去西藏，很多人都知道会有高原反应，缺氧会让运动变得格外困难。但久居高海拔地区的人一旦来到低海拔平原，也会有“醉氧”的烦恼——拉孜队的球员们在过去几年比赛中，就曾因为这个原因无法发挥出最好的状态。今年，在赛事组委会的安排下，球队得以提前来到白洋淀基地适应环境，帮助孩子们克服海拔落差、气候、时差甚至醉氧反应。8月11日，当拉孜小将们抵达上海，一场精心安排的“暖心适应计划”已然启动——同时入驻的还有医生和心理老师。上海杨浦与援藏拉孜第十一小组全程护航：从赛事报名的无缝对接，到食宿安排里特意准备的酥油茶，再到医疗团队量身定制的高原适应方案，细致入微的保障让孩子们专注赛场。食堂阿姨贴心地在餐桌上添了“老干妈”；区应急局送来了上海特产；医疗团队量身定制了高原适应方案；甚至连真草场地的触球力度和高温下的呼吸节奏，都有专业指导……拉孜县县委常委、副县长庞岩坦言，这一切都是两地同心的生动注脚——“从雪域到申城，每个环节都有人托底，因为我们是一家人。”

如果说足球是这次旅程的起点，那么文化交融则是它更为深远的归宿。此番来沪，训练之余，拉孜少年的足迹遍布申城各处文化地标。

在国歌展示馆，旦增平措和同学们仿佛翻开了一部生动的史书。“让我感受到了国歌诞生时的艰难和不易，也感受到了先辈们不屈不挠的精神。”在展厅内，孩子们情不自禁地高唱起国歌，歌声嘹亮而庄重。在笔墨工坊，孩子们感受着传统文化之美与工匠文化。今天，孩子们还将前往东方明珠电视塔和豫园饱览申城美景。

最让小球员们印象深刻的是在上海体育大学，历史建筑与现代场馆相映成趣。射击、拳击、武术……丰富的设施让藏族孩子被这所高校“种草”。在AI武术指导前惊叹不已，除了足球之外，贡嘎顿珠爱上了中华传统武术。庞岩透露，目前拉孜中学足球队已与上体大深度沟通，未来将通过合作交流，推动拉孜县的师资培训和运动训练水平再上台阶。

这些参观不仅仅是行程单上的项目，更是在高原少年心中种下的一粒粒种子——未来，静待花开。

一方沪藏情缘的展示台

提前十天来到上海适应场地，在新民晚报杯全国总决赛前，拉孜中学队还与杨浦区男子U15队伍进行了一场友谊赛。友谊赛赛场，藏汉双语的加油声此起彼伏，高原耐力与灵巧传切相互碰撞，相得益彰。终场哨响，两队队员握手、鞠躬，镜头定格下最动人的画面：藏族少年与汉族队友紧握的手掌上，是同样的拼搏印记。

四十年风雨兼程，新民晚报杯暑期中学生足球赛早已超越了一项普通体育赛事的范畴而成为这座城市足球少年一年一度的嘉年华。特别是近年来与长三角地区、西藏、新疆以及香港地区代表队的深度互动，让这个历史悠久的赛事焕发出新的时代光彩。“每一次带队来到这里，通过和不同队伍的比赛交流，孩子们不仅增长了球技，更开阔了视野。”直播采访中，扎西教练不断提及的一个词是：感谢！他说，是新民晚报杯让西藏的孩子看到了更广阔的天地。

而对贡嘎顿珠来说，每年夏天，来到上海参加新民晚报杯的经历，都一次次坚定了他的梦想，“未来，我想当一名职业球员。”

庞岩透露，“体育+文化”的模式让两地青少年增进了了解，建立了情谊，“在交流交融中铸牢中华民族共同体意识”。未来，杨浦和拉孜还将探索建立长效合作机制，甚至计划依托上海体育大学的专业优势，将太极等民族传统体育项目引入雪域高原的课堂。当足球成为共同的语言，少年们交换的不仅是球衣，更是民族团结的种子。对两地孩子而言，这段经历让他们懂得了“中华民族一家亲”的深刻含义。四十年是一个里程碑，更是一个新起点。在同一片阳光下奔跑的身影或许就是新民晚报杯四十年风雨无阻的最美诠释，也是沪藏两地携手前行的最好见证。

本报记者 **厉苒苒**

（上接第1版）

习近平指出，西藏发展有自身特点，要从实际出发推动高质量发展。要因地制宜发展高原特色优势产业，特别是特色农牧业和清洁能源产业，持续发展资源加工业，积极发展现代服务业，促进文旅产业融合。要有力有序有效推进雅下水电工程、川藏铁路等重大项目建设。要加强生态文明建设，协同推进降碳、减污、扩绿、增长，守护好“世界屋脊”和“亚洲水塔”。要统筹推进新型城镇化和乡村全面振兴，巩固拓展脱贫攻坚成果，扎实做好就业、教育、医疗卫生、社会保障、养老、托幼等民生工作，进一步提升各族群众的获得感、幸福感、安全感。要继续做好定日县灾后重建工作。

习近平强调，做好西藏工作，必须始终坚持党的领导、加强党的建设。要坚持不懈用新时代中国特色社会主义思想凝心铸魂，引导各族干部群众听党话、跟党走。要大力弘扬老西藏精神、“两路”精神，坚持严管厚爱统一、激励约束并重，引导广大党员、干部和各类人才奋发进取、担当作为，同时落实各项关爱措施，帮助解决后顾之忧。要充分发挥基层党组织的战斗堡垒作用。要运用好深入贯彻中央八项规定精神学习教育成果和经验，健全作风建设常态化长效化机制。要认真落实全面从严治党政治责任，坚持正风肃纪反腐相贯通，一体推进不敢腐、不能腐、不想腐，努力营造风清气正的政治生态。

西藏自治区党委书记王君正汇报了自治区党委和政府的工作。全国政协副主席、自治区政协主席帕巴拉·格列朗杰，自治区人大常委会主任严金海，自治区人民政府主席嘎玛泽登参加汇报会。

王沪宁、蔡奇、李干杰、何立峰、张国清、王小洪、洛桑江村、胡春华和张升民，中央和国家机关有关部门负责同志，中央代表团全体成员，西藏自治区党政军负责同志等参加汇报会。

新华社拉萨8月20日电 中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平20日下午接见西藏各族各界代表，代表党中央向西藏各族儿女致以诚挚问候和衷心祝愿，希望大家继续同心协力、团结奋斗，共同谱写中国式现代化的绚丽雪域篇章。

习近平等来到接见现场时，全场响起长时间热烈掌声。习近平向大家挥手致意，不时同代表亲切交流，并同大家合影留念。

习近平还分别亲切接见了援藏干部代表，自治区及有关部门、各地市负责同志和老同志代表，政法干警代表，宗教界爱国人士和寺管会干部代表。

当天下午，习近平亲切接见了驻拉萨部队上校以上领导干部和部分基层先进模范、文职人员，代表党中央和中央军委向驻西藏部队全体官兵致以诚挚问候，并同大家合影留念。

王沪宁、蔡奇、李干杰、何立峰、张国清、王小洪、洛桑江村、胡春华、帕巴拉·格列朗杰和张升民，在西藏工作过的老同志，中央和国家机关有关部门负责同志等参加有关接见。

新华社拉萨8月20日电 20日晚，西藏大剧院洋溢着喜庆祥和的氛围。庆祝西藏自治区成立60周年文艺晚会《雪域欢歌》在这里举行。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平，同西藏自治区各族干部群众共同观看演出。

晚会在载歌载舞的《感谢您·“图吉切”》中拉开帷幕。演出共3个篇章。上篇通过《幸福的起点》《踏歌庆贺》《农场五朵金花》等歌舞，展现建设社会主义新西藏的生动场景。中篇情境歌舞《奔跑的高原》、歌曲联唱《家乡美》、配乐讲述《厚爱》，表现改革开放给雪域高原带来的蓬勃生机。下篇《新的征程》《嘎拉村的欢笑》《琴鹤齐鸣》《我们都是亲兄弟》《在祖国的怀抱》等歌舞，展现幸福新西藏的美好图景，《同心共舞新时代》将晚会推向高潮。整台晚会情感浓烈、精彩纷呈，反映了西藏自治区60年来的光辉历程，表达了西藏各族人民永远听党话、感党恩、跟党走的真挚情感。

王沪宁、蔡奇、李干杰、何立峰、张国清、王小洪、洛桑江村、胡春华和张升民，在西藏工作过的老同志，以及中央和国家机关有关部门负责同志、中央代表团全体成员一同观看演出。

新华社拉萨8月20日电 中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平率中央代表团20日中午乘专机抵达拉萨，出席西藏自治区成立60周年庆祝活动。习近平作为中共中央总书记、国家主席、中央军委主席率中央代表团到西藏出席西藏自治区成立庆祝活动，在党和国家历史上是第一次，充分体现了党中央对西藏工作的高度重视、对西藏各族干部群众的亲切关怀。

中共中央政治局常委、全国政协主席、中央代表团团长王沪宁，中共中央政治局常委、中央办公厅主任蔡奇同机抵达。

初秋的青藏高原，清风送爽。拉萨贡嘎机场红旗飘扬，气氛热烈。

12时许，习近平乘坐的专机在贡嘎机场降落，等候在停机坪的西藏各族各界群众热烈欢呼。习近平走出舱门，向欢迎群众挥手致意。

西藏自治区党委书记王君正、自治区人大常委会主任严金海、自治区人民政府主席嘎玛泽登、自治区政协党组书记刘江等在舷梯下迎候。习近平走下舷梯时，王君正敬献哈达，礼仪人员敬献切玛和青稞酒。各族群众代表身着节日盛装，挥动红旗和五彩花束，跳起欢快的民族舞蹈，欢迎总书记的到来，表达对总书记的衷心祝福。

充满节日氛围的古城拉萨，从机场到住地主要街道两旁彩旗舞动，各族群众手持红旗、捧着哈达，齐声欢呼，表达欢迎和感激之情。习近平打开车窗，向沿途群众频频挥手致意。

担任中央代表团副团长的中共中央政治局委员、中央统战部部长李干杰，中共中央政治局委员、国务院副总理张国清，全国人大常委会副委员长洛桑江村，全国政协副主席胡春华，中央军委委员张升民，陪同出席活动的中共中央政治局委员、国务院副总理何立峰，中共中央书记处书记、国务委员王小洪等同机抵达。

中央代表团成员同期抵达，成员包括中央和国家机关有关部门、军队有关单位、对口支援西藏的有关省市负责同志等。