

东京奥运会首金如何孕育？ 看“清华神枪手”杨倩背后的“体教融合”育才路

『看到解放军，俺就知道日子快好起来嘞』

连续数天的阴雨天后，郑州终于迎来了近期少见的晴天。7月23日凌晨4时，陈博就起床了，他接到上级命令，要和战友们一起对郑州市区内的5个交通要点进行道路清淤作业。

陈博是驻豫空军航空兵某旅所属场站的政治工作处主任。8时，他和148名战友到达郑州市未来路地下隧道，展开集中清淤。

“受这次强降雨影响，郑州市城区道路全部中断。”郑州市城市管理局数字化城市管理应急服务处处长沈红亚说，道路交通直接关系到这座城市恢复生产生活秩序的程度。

家住未来路的李奶奶看到解放军来了，提着两大兜子热气腾腾的包子和鸡蛋，硬往战士们手里塞。

“俺孙子也在部队当兵，昨晚终于打通了他的电话，他说在新乡团练，让我别担心，照顾好自己。”李奶奶拍手为身旁的年轻战士抹掉脸上的泥点子，还没说几句话，眼泪就扑簌簌往下掉。

“解放军同志辛苦了！”“洪峰中是你们，重建时还是你们！”“您都是好孩儿，赶快歇会儿，别累着！”老百姓的话，每一句都深深温暖着战士们的心窝子。

分批轮流休整的时候，战士秦永爱总是换别人多休息一会儿。他说：“我心里热乎乎的，总觉得为老乡们干得太少了，太少了！”

工作量进行到三分之一时，方顺等十几名战士坐不住了，他们主动要求加派任务：“等待轮换的时间，我们还可以去搬东西、运物资、清垃圾！”

陈博采纳了方顺他们的建议，请示可以去往的地方。十来分钟后，回音来了：顺河路有一处几百米长的淤泥路段。陈博立刻请示，将在场人员分成两组，一组留下来，另一组赶去顺河路。

附近的医院、酒店、超市的工作人员看到解放军，都纷纷过来问候。尽管部队携带了充足的保障物资，他们还是争相送水、送纸，表示敞开大门欢迎解放军同志来休息。

奋战了一个上午的秦永爱，准备去上洗手间，刚走到酒店门口又停下了脚步，他在玻璃中看到自己鞋子上、裤腿上全都沾满了泥，有点不好意思，担心把酒店里弄脏了。

酒店的接待人员看到解放军战士，赶忙跑过来邀请他进来休息。“解放军洪水中满身水、淤泥中满身泥，这全都是为了我们啊，感谢还来不及嘞！”接待人员说。

下午，淤泥清理工作持续进行，前来问候和感谢的市民越来越多，有的为官兵打气加油，有的喊战士们坐下来歇一歇，有的想和官兵们一起干。

郑大爷平时喜欢带上毛笔，提着水桶到公园里“练毛笔字”。“看到解放军，俺就知道日子快好起来嘞！”他说，等生活回归正轨的时候，他再到公园去，第一个要写的就是：军民团结如一人，试看天下谁能敌。

“妈妈，他们是谁？”路过的小男孩指着穿迷彩衣服的人问。

“他们是解放军叔叔，是保护我们的大功臣。”母亲告诉孩子。

腼腆的小男孩在妈妈身后看了良久，鼓起勇气举起自己叠的纸飞机，冲着战士们跑过来，把纸飞机放在了吉普车的前盖上。

奋战到晚上10时左右，这个旅的预定任务全部完成。官兵们乘车通过刚刚清理打通的未来路地下隧道——这是郑州市遭遇连续强降雨以来，第一批车辆通过此隧道。

“战士们约定，乘车通过的时候，要一起合唱《团结就是力量》，这是他们心目中的通车仪式。”旅机务大队教导员樊建琼说，一想到明天这里就又是车水马龙了，心里就特别激动，真盼望着老百姓的生产生活尽快好起来。

中部战区校黎璇介绍，截至24日6时，中部战区已出动8000余人，投入到郑州市的积水排除、道路清淤和抢修、防疫消杀和医疗救护工作中。（新华社 高玉娇 张鹤 完备）

在7月24日进行的东京奥运会女子10米气步枪比赛中，中国“00后”选手、清华学子杨倩夺得冠军，拿下东京奥运会首枚金牌。

“我们一点儿都不意外。”清华大学武装部国防教育办公室主任、清华大学射击队负责老师董智说，“这姑娘大大咧咧，遇事从不瞻前顾后，敢打、敢拼，心态比较稳，训练成绩好，尤其奥运会前的选拔赛中一直保持着很高的竞技状态。”

2000年出生的杨倩，2016年被清华大学射击队选中，进入清华附中马约翰体育特长班，每天上午在附中上课，下午到清华训练。2018年，她以体育特长生的身份进入清华大学经济管理学院，仍然保持“学习+训练”的日常模式，之后入选国家队。

2019年第二届全国青年运动会女子10米气步枪个人冠军、2019年亚洲锦标赛女子10米气步枪个人冠军、2020年全国射击冠军赛女子10米气步枪个人冠军……近年来，这位“00后”女孩战绩辉煌。在东京奥运会选拔赛中，她四场选拔赛均获女子10米

气步枪个人冠军。

在董智看来，此次杨倩能拿下奥运首金，一方面源于其自身过硬的实力、赛时稳定的发挥，另一方面也与清华多年来“体教融合、学习结合、以学促训”的育人理念相关。

在清华110年发展历程中，“无体育、不清华”作为一种共识和文化影响着代代学子。作为我国早期的体育代表队之一，清华射击队始建于1956年，后因历史原因中断，1999年复建。20多年来，射击队不断发展壮大，成为中国高校高水平运动队中的一面旗帜，目前共有20多名队员。

截至2020年底，清华射击队先后在全国大、中学生射击锦标赛、青运会、全运会、亚运会、世界大学生运动会、世界杯、世锦赛、奥运会等国内外各大赛事中获得725枚奖牌，其中金牌352枚，银牌228枚，铜牌145枚。此前，有7名清华培养的运动员角逐奥运会，其中易思玲曾摘得伦敦奥运会金牌和里约奥运会铜牌。

大学如何能最大限度集中优势资源，为国家培养出能拿奖牌

的竞技体育优秀人才，还能帮助运动员实现个人全面发展？20多年来，清华射击队探索出了一条‘与国家射运中心相融共建、与省市队合力发展、与附中一条龙培养’的共建双赢、体教融合的育人模式。”董智说。

据介绍，复建后的清华射击队由清华大学和国家体育总局射击射箭运动管理中心共建，纳入国家射击集训队管理体系，国家队专门设立了“清华班组”。“与国家队实现了在体育、教育资源及信息上的共享共融。”董智说，清华为国家队教练员、运动员提供优质教学资源，清华射击队队员也能得到国家队专业的指导和培训，王义夫、肖俊、张秋萍、高静等一批教练先后执教清华班。

同时，清华射击队也与各省队联合培养运动员，创新实行运动员双重注册制，使队员既能代表省市参加全国专业比赛，也可代表学校参加大学生系列比赛，为运动员增加了参赛锻炼的机会。

多年来，清华射击队还与清华附中形成了贯通式培养模式，

射击队通过在各地中学或比赛中选拔好苗子，使其更早进入清华附中学习并兼顾训练，通过提前试训、严格考核，使“培养的链条更长，质量更可控”，保证竞技人才不断输出。

对于“学生运动员”，清华如何提高其综合素质，实现“以学促训”？董智介绍，杨倩现就读的经济管理学院体育特长班实行小班制教学，学制加长为5年，课程设置也更具有针对性，不仅注重学习的循序渐进，还加强通识与专业教育相结合，课程中除本专业课程外还纳入体育产业等体育相关课程，使学生知识结构更多元化。

“根据我们多年对学生的评估，学习和训练可以相互促进。”董智表示，“只有经过系统学习，认知和综合素质达到一定水平，知识来源更多元，运动员才会产生内生动力，主动学习，对基本技术动作理解得更透彻，也更明白自己所需，有助于突破他们的一些问题，心态上也会更成熟。”

此外，为普及射击运动，21世

纪以来，清华面向全体本科生开设射击课。这门“拼运气才能选上”的射击课从初创时的每年20个班，增加到现在的24个班，近千名学生选修。

“杨倩为何在最后那么紧张的时节能顶住压力最终夺冠，心理素质非常关键。”董智说，学校开设射击课，也是希望能以这项运动锻炼学生的心理素质、耐心和意志力。

据悉，清华射击队队员在毕业后职业发展多样化，只有少部分人在体育行业工作，大多数人选择继续深造，成为各行业的佼佼者。清华希望，每个学生都能全面发展，即便拿不到奥运奖牌，也能凭借综合素质和能力成为某一领域的人才，为国家作出贡献。

在接下来的奥运比赛中，杨倩还将参加10米气步枪混合团体项目，而另一位清华学子史梦瑶也将参加女子50米步枪3姿项目。

“我希望她们能保持平稳心态，发挥最好状态为国争光，展现出中国当代青年的风貌，也期待更多清华人勇敢追求奥运梦想！”董智说。（新华社 魏梦佳）



「月以日，浙江省湖州市德清县乾元镇人大办联合镇妇联成立「战台风爱心服务队」，为50个安置点内的50名居民送去爱心早餐。图为当日早上，在乾元镇直街社区避灾安置点，党员、妇联志愿者和人大代表向躲避台风「烟花」的居民分发爱心早餐。张燕倪立芳摄

郑万高铁最后一座万米长隧 巴东隧道全隧贯通

新华社武汉7月25日电（王贤刘皓）“巴东隧道最后一炮，起爆！”随着中铁五局郑万高铁湖北段项目部四队队长李继承一声令下，在响亮的爆破声中，郑万高铁最后一座万米长隧——巴东隧道7月25日全隧贯通，为2022年全线开通运营奠定了基础。

巴东隧道是郑万高铁全线控制性工程，隧道位于湖北省恩施土家族苗族自治州巴东县境内，全长13248米，设进口及1号、2号、3号三个横洞。隧道地质条件复杂，穿越滑坡体、断层、岩堆、煤线及石膏地层，安全风险高、施工难度大、工期紧张，属高风险软弱围岩隧道。

李继承介绍说，巴东隧道从开工到贯通历时1697天，建设者克服重重困难，采用信息化、智能化管理，引进了全电脑三臂凿岩台车等智能化配套设备，使用机械化大断面法开挖。建设者贯彻“快挖、快支、主动加固、快封闭”的理念，实施超前地质预报、超前水平钻孔、瞬变电磁仪超前探水，利用全自动断面检测仪实时监测，实现隧道作业安全风险动态管控。

据介绍，郑万高铁是我国“八纵八横”高速铁路网的重要组成部分，全线818公里，设计时速350公里，是西南地区连接华中和华北的主要高速客运通道，其中郑州至湖北襄阳段2019年底已建成通车，全线预计2022年通车，届时从重庆中心城区坐高铁到郑州，将由现在的8个小时缩短到4个小时。

广州越秀区举办新时代文明实践“诚信宣传”主题月活动

本报讯（记者 林林）7月22日，“扬诚信之风 筑和谐越秀”——广州市越秀区新时代文明实践“诚信宣传”主题月在六榕街旧南海县社区新时代文明实践站举办。

活动由越秀区委宣传部、越秀区新时代文明实践中心、六榕街道、越秀区发展和改革局（区信用办）联合主办。活动现场介绍了

广东全省推出的“广州税信码”和进行信用修复的方式，引导广大企业和市民要自觉提高诚信意识。此外，广州市公安局越秀分局六榕派出所社区民警还向广大

市民介绍了如何甄别网络骗局，并通过分析动态案件建议广大市民多学习网络安全知识、财经法律知识，牢记居住地、工作地社区居民的电话，预防诈骗。

（上接1版）

家风家教是一个家庭的精神基因

“我是他们的邻居”“我是他的同事”“我是一名普通市民”……此次分享会还根据每个家庭和人物故事，邀请了与其相关的同事、学生、战友或受到帮助的邻里作为推荐官，以旁观者

或受益方的身份讲述他们的故事，让观众更全面地了解相关家庭的情况。

“这样的分享会很有意义！每个家庭的故事都折射了一种优良的品质，对孩子来说是很

好的引领。”在观看完晚会后，广州市滕王阁小学副校长何英说，通过传统文化教育，让学生学习优秀的家风家训，能引导孩子们在潜移默化中学习中华优秀传统文化品质。

作为此次分享会的解读者，蒙蒙表示，家风家教不仅仅是一个家庭的问题，还是一个关联社会风气的问题。家规扩展开来就是社会的底线，家风扩展开来就

是一个国家的风气。如果把家庭建设搞好，就会促进社会大环境更加风清气正。

蒙蒙说，家风家教是一个家庭的精神基因。仁义礼智信是中华民族的精神基因的具体展示，也是中华大家庭共同认可的一个家家规。这些家家规落实到小家庭，有各自的呈现，最后形成的是欣欣向荣、风清气正的社会风尚。

“好家规”还在继续传承

为了深入挖掘南充历史积淀的优秀文化和思想道德精髓，激发党员干部和人民群众道德情感，增强全体市民对家风建设的认知认同，自2017年以来，南充市就组织开展了“传家风、立家规、树新风”评选活动，在全市范围内征集了一批优秀家规、家训、家风，评选出“南充好家规”奖10个、“南充好家规”提名奖10个，“南充好家规”荣誉奖1个，并于2019年1月举办了首

届南充好家规成果汇报会。

2019年11月，南充市组织开展了第二届南充市“传家风、立家规、树新风”评选活动，面向全市每一个家庭，寻找征集经典家规家训、优秀家风故事。经广泛宣传、层层发动、深入挖掘，全市共征集到各具特色的家规家训86篇。经过集中展示、网络投票、专家评审、社会公示，最终评选出“南充好家规”奖10个、“南充好

家规提名奖”5个。下一步，南充将对评选出的“好家规”相关事迹进行宣传展播，编印成册进行宣传，同时开展事迹宣讲报告会。

好家规故事分享会，只是南充市加强家家规家训宣传的一个缩影。近年来，南充在各个区县建立了多个家风馆，通过开展文明家庭评选、组织开展文明家庭宣讲等形式挖掘家风故事，宣传优良家家规家训。