

拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会开幕式亮点抢先解锁

拉萨融媒讯(记者次仁卓嘎、小拉姆次仁)随着各项筹备工作进入最后的冲刺阶段,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会开幕式排练正在有序推进中。目前整场演出处于幕后打磨、分段联排、细节精修的保密预热阶段。近日,记者走进彩排一线,提前带大家解锁幕后精彩、探秘创作亮点。

演员不畏酷暑 全心打磨舞台展演

走进拉萨市群众文化体育中心足球场,正午烈日高悬。露天彩排没有遮阳棚,参演演员顶着酷暑一遍遍走位、磨合队形、校正动作。即便汗水不断滑落、浸透衣衫,大家却丝毫没有懈怠,全神贯注投入联排,反复打磨、精益求精,用踏实刻苦的排练状态,诠释着对本土文化的敬畏与对本次赛事展演的热爱。

舞台上,工作人员和演员正在进行走位、体态、情景磨合,虽然没有最终的灯光特效,没有完整的成片呈现,却已然尽显别样风华。

“我们已经排练15天左右了,前期高强度重复排练十分辛苦,但随着队伍配合日渐默契,从动作杂乱到整齐划一,内心的成就感慢慢冲淡劳累,大家为同一个舞台目标共同坚持,荣辱与共的集体归属感越来越强烈。”拉萨市第二中等职业技术学校参演学生云旦措姆说。

多维元素融合呈现 打造特色展演体系

本次展演分为四大篇章,将藏戏、锅庄、扎木念琴、现代体育舞蹈、非遗元素和西藏传统体育、现代全民健身、拉萨城市发展、民族团结内容融为一体。整场展演循着文脉、城市、体育、团结四条主线次第展开,全方位体现本次赛事“体育+文化+旅游”的融合特色。

市运会开幕式执行导演张羽喆说:“本次展演的创作初衷一方面是深挖本土非遗,让沉淀千年的传统技艺走出展馆、走向舞台,实现活态传承;另一方面立足城市发展风貌,用体育这一无国界、有活力的语言,串联传统与现代,展现城市兼具古韵与新潮的独特气质。我们希望打破‘非遗老旧、体育单一’的固有印象,最大亮点在于三者深度融合、浑然一体:把非遗技艺的动作、韵律、美学融入体育表演,用现代舞台、潮流演绎赋能传统内容,既守住文化根脉,又契合当代审美,让观众在动感的表演中读懂历史文脉,在传统意境中感受体育活力,实现‘老文化出新彩、新表达传古韵’。”

汉藏团队协同创作 抒写民族团结深情

整场开幕式节目由汉藏编导团队全程同台编排,将汉、藏特色动作、元素穿插呼应,队形、表演融为



图为拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会开幕式排练现场。拉萨融媒记者小拉姆次仁摄



扫码直击彩排现场

一体。以协作共演的形式,直观展现汉藏文化相依相伴,生动传递民族团结、手足情深的内核。

“编导团队在创意、动作、音乐、文化理解上充分交流,融合汉族典雅规整与藏族灵动奔放的风格。互相学习表演细节,整合音乐、服饰与文化符号,从理念到细节双向吸收,最终实现两种文化美美与共。”张羽

喆说。

此刻虽然没有最终的大屏视效、没有完整的场景串联,但从一次次队形变换、场景彩排中,已经能够提前感受到这场节目不只是一场演出,更是一扇窗口。它将用艺术的方式,把拉萨的绿水青山、城市新颜、文脉底色,全方位展示给全国观众,点亮属于日光之城的崭新文旅篇章。

拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会：足球赛收官 教育系统代表队夺冠

拉萨融媒讯(记者程英)6月8日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会足球项目决赛在堆龙滨河体育公园火热开赛。两支晋级决赛的代表队展开巅峰较量,队员们凭借娴熟精湛的球技与坚韧顽强的拼搏精神,为现场观众带来了一场精彩十足的绿茵对决。最终,教育系统代表队以4:2的比分击败当雄代表队,摘得本届赛事足球项目冠军,当雄代表队斩获亚军。

决赛赛前,两支参赛队伍有条不紊地开展热身训练,精细部署对战战术,全员展现出饱满的竞技状态和积极昂扬的赛场风貌。随着主裁判哨声响起,本场冠军争夺战正式拉开帷幕。比赛开场后,双方队员迅速进入比赛节奏,赛场攻防转换快速流畅,肢体对抗激烈有序。上

半场赛事局势胶着,两队攻势往来、势均力敌,依托扎实的战术体系、默契的团队配合以及顽强的竞技斗志,多次制造极具威胁的进攻机会,赛场战况跌宕起伏、看点十足。

“比赛非常精彩,两队实力旗鼓相当,每一分钟都很有看点,攻防转换流畅,是一场高质量的对决,看得特别过瘾。”现场观众德央说。

下半场赛事开启,赛场热烈氛围持续攀升。处于落后的队伍及时调整战术打法与比赛节奏,领先的队伍稳守阵型、沉着应对。比赛临近尾声,两队队员依旧保持高强度竞技状态。赛场上,每一次果断抢断、精准射门和精彩扑救,都引得现场观众阵阵欢呼,此起彼伏的掌声与喝彩声萦绕整个赛场。

终场哨声吹响,本场足球决赛

圆满结束。凭借出色的赛场发挥、稳定的战术执行力以及队员间高度默契的配合,教育系统代表队最终以4:2的比分取胜,成功拿下本次赛事足球项目冠军,队员们纷纷相拥庆祝来之不易的胜利。虽遗憾错失冠军,但当雄代表队全员全程坚守赛场、顽强拼搏、永不言弃的体育精神,同样收获了现场观众的认可与敬意。

“决赛的过程十分艰辛,大家咬牙拼搏才拼出这份好成绩,也特别感谢所有观众一直以来的支持与鼓励。衷心祝愿西藏足球、拉萨足球发展蒸蒸日上,越来越好。”教育系统代表队冠军队员旦曲桑说。

据了解,本次运动会足球赛事历时8天,经过数十场激烈比拼,全市多支代表队、数百名足球爱好者

踊跃参赛。赛事全程充分展现了足球运动团结协作、奋勇争先、永不言弃的运动魅力,生动诠释了参赛运动员青春热血、昂扬向上的精神风貌。本次足球赛事组织有序、氛围热烈,不仅丰富了我市群众文体生活,也为广大足球爱好者搭建了同台竞技、切磋交流、展示自我的优质平台,进一步营造了全民热爱运动、积极奋进的良好社会氛围,有力推动了群众体育运动普及开展,持续传递积极健康的体育正能量。



扫码观看赛事精彩瞬间

秀兹决赛圆满落幕

拉萨融媒讯(记者程英)6月9日,拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会秀兹项目决赛正式开赛。作为中华民族传统体育项目,本次赛事既是参赛选手临场谋略与心理素质的综合比拼,也生动彰显了西藏特色传统体育文化的独特韵味与深厚底蕴。

与足球、篮球等侧重体能对抗的竞技项目不同,秀兹赛事核心聚焦脑力博弈与心态比拼。比赛现场,参赛选手两两对坐、沉稳对局,严格恪守

传统赛事规则。大家凝神深思、审慎研判,每一次掷骰、每一步推演都有条不紊、章法井然,充分展现出扎实的项目功底与沉稳的竞技状态。

秀兹又称藏式骰子竞技,是西藏流传久远的民族传统体育项目,集趣味性、益智性与浓郁民族特色于一体。本次秀兹决赛赛场氛围紧张胶着,各路参赛选手沉着冷静、稳扎稳打,依托娴熟的技法与灵活的战术全力以赴、奋勇争先。经过多轮层层角逐,来自教育系统代表队

的土登次仁凭借稳定的赛场发挥和精妙的临场谋略,在众多选手中脱颖而出,成功斩获本次运动会秀兹项目决赛冠军。

“此次我代表教育系统参赛,获得冠军,我心里特别开心。感谢主办方搭建这么好的交流平台,让所有秀兹爱好者能够同台竞技、以棋会友。今后我会继续坚持练习、深耕热爱,也希望能有更多人认识、了解并爱上这项独具魅力的西藏传统体育项目。”土登次仁说。

本次秀兹项目赛事的圆满举办,进一步丰富了拉萨市第二届运动会暨民族传统体育运动会赛事的内容与内涵,为传承弘扬民族传统文化筑牢了群众基础。赛事充分展现出我市各族群众传承传统文化、积极向上、昂扬奋进的精神风貌。

据悉,本届运动会其余各类民族传统体育特色赛事将陆续开展、持续进行,全体参赛运动健儿将继续驰骋赛场、奋勇拼搏,尽情展现西藏传统体育项目的独特风采与无限魅力。

区教育考试院发布温馨提示 高考成绩拟于六月二十五日左右公布

拉萨融媒讯(记者齐永昌)6月9日,西藏自治区教育考试院通过其官方渠道发布了2026年普通高考温馨提示,就高考评卷、成绩公布、志愿填报及录取等后续关键工作安排向广大考生和家长做出详细说明与重要提醒。根据该温馨提示,我区2026年普通高考网上评卷工作已于6月9日正式启动。后续招生录取工作按计划稳步推进,考生成绩及各批次招生录取最低控制分数线拟于6月25日左右公布。成绩公布后,将随即组织开展考生高考志愿填报工作。高校招生录取工作则计划于7月10日左右正式启动。

为确保考生和家长能够及时、准确地获取招考信息,不错过任何关键环节,西藏自治区教育考试院特别提醒:所有招考信息均以西藏自治区教育考试院官网(http://zksks.edu.xizang.gov.cn)和“西藏自治区教育考试院”官方微信公众号发布为准。请务必认真阅读相关通知公告,严格按照官方时间节点完成各项操作;建议考生尽快绑定“西藏教育考试招生”微信服务号,该服务号将为考生第一时间推送本人高考成绩、录取结果等重要信息,请广大考生和家长切勿轻信任何非官方渠道的信息,谨防上当受骗;高度重视个人信息安全,不要向他人随意提供或在微信等社交平台发布本人的考生号、身份证号、准考证号等敏感信息,务必妥善保管志愿填报系统的账号和密码,在使用公共网络进行操作后,务必及时退出账号,严防信息泄露;确保报名时手机通讯畅通。在志愿填报及征集志愿填报期间,自治区教育考试院将通过短信形式,向考生报名时填写的手机号发送重要工作提醒,请务必保持该手机号通讯正常。

西藏自治区教育考试院提醒考生及家长,仔细阅读以上提醒,通过正规渠道获取信息,保护个人隐私,共同维护良好的招生考试环境。

我市开展“6·9”国际档案日主题宣传活动

拉萨融媒讯(记者白央)6月9日,拉萨市档案局、档案馆、拉萨市城建档案馆及城关区档案馆、档案馆联合开展“档案与时代同行”国际档案日主题宣传活动,以接地气、零距离的宣传形式,推动档案知识走进千家万户、融入百姓生活。

活动现场,工作人员通过发放宣传手册、现场答疑解惑、典型案例讲解等多种方式,面向过往市民群众普及档案基础定义、保管价值、民生档案查询办事流程等实用知识,解读档案在城市发展、民生保障、历史传承中的重要作用与时代意义。图文并茂、通俗易懂的宣传内容,直观展现了档案工作与群众生活的紧密关联,吸引众多市民驻足学习、咨询了解。

“通过这次宣传活动,我真切了解到档案就在身边,日常生活的方方面面、点点滴滴都离不开档案的记录与留存。”现场群众益西曲桑说。

档案是镌刻岁月、记录历史、服务民生的重要载体,既是城市变迁的忠实见证者,也是群众美好生活的真实记录者,承载着传承文脉、留存记忆、服务发展的重要使命。本次主题宣传活动摒弃传统说教模式,以直观生动、贴近群众的方式传播档案文化、普及档案知识,有效破解了群众对档案工作的陌生感和距离感,让大家深刻认识到档案工作的重要性。

拉萨市档案馆馆长桑荣瑞说:“此次宣传活动旨在广泛培育全民档案意识,让广大群众全面了解档案的现实价值,清晰知晓日常生活中的各类档案范畴,掌握档案规范处理、合理利用的基本方法。”

为丰富群众文化生活,传播本地历史文化底蕴,拉萨市档案馆近期还推出了西藏三大重点文物保护展等专题展览,诚挚欢迎广大市民群众前往观展、感悟档案魅力。



图为宣传活动现场,工作人员向群众讲解档案相关法律法规。拉萨融媒记者白央摄

建设美丽西藏·中央生态环境保护督察进行时

中央生态环境保护督察群众信访举报交办和边督边改公开情况(第二十一批)

截至2026年6月8日,中央第六生态环境保护督察组向我区交办的第二十一批群众信访件,办结10件,阶段性办结1件,正在办理3件。根据督察要求,现予以公开。



《中央生态环境保护督察群众信访举报交办和边督边改公开情况一览表(第二十一批)》内容,请扫描二维码了解。

中央第六生态环境保护督察组向我区交办第三十一批群众信访举报件20件

西藏日报讯 6月9日,中央第六生态环境保护督察组向我区交办第三十一批群众信访举报件20件。其中,来电20件,重点关注案件2件。本批举报件涉及拉萨市7件、日喀则市5件(重点关注案件1件)、林芝市4件、昌都市2件、阿里地区1件、自治区有关单位1件(重点关注案件1件)。

本批信访件反映生态环境问题25个,其中生态破坏6个、大气污染5个、噪声污染4个、固废污染4个、水污染1个、其他污染5个。

当日,本批信访举报已交由相关市和单位办理。



《中央第六生态环境保护督察组交办西藏自治区群众信访举报统计一览表(第1-31批)》内容,请扫描二维码了解。

市人民医院优化调整睡眠门诊出诊时间

拉萨融媒讯(记者次仁卓玛)为切实满足本地群众及外来人员的睡眠健康就医需求,拉萨市人民医院优化调整高原睡眠医学中心睡眠门诊出诊安排,诊疗服务扩容升级。新排班已于6月8日正式执行。

市人民医院高原睡眠医学中心,由睡眠专科门诊、中控室和睡眠监测室构成,配备PSG多导睡眠监测系统、无创呼吸机等先进设备,可开展睡眠障碍筛查、诊断与规范化治疗。该中心整合神经内科、精神心理科等多学科专家,组建联合诊疗团队,针对急性失眠、顽固性失眠、安眠药物依赖等病症,打造“心理+物理+科学生活方式”个性化诊疗方案,做到对症下药。

此次出诊时间优化调整后,睡眠门诊每周二、周四上午出诊,高原

睡眠障碍多学科联合诊疗门诊出诊时间不变,保持每周四下午出诊,接诊时间段与该院常规门诊保持一致。有就诊需求的人员可通过市人民医院官方微信公众号线上预约挂号,流程便捷、高效省心。

市人民医院去年成立高原睡眠医学中心,并积极响应国家号召开设睡眠门诊,运行近一年来,诊疗工作成效显著,截至目前,睡眠门诊及多学科联合诊疗累计接诊900余人次,完成睡眠监测300余人次,服务口碑良好,深受患者认可。结合诊疗需求,该中心增加了睡眠医师岗位,充实医疗力量。

本次门诊时间的优化调整,是市人民医院完善高原睡眠健康服务体系、务实举措。未来,该医院将持续提升诊疗水平,更好地为人民群众的睡眠健康保驾护航。