



2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛在拉萨开幕

王君正出席开幕式并宣布比赛开幕



8月1日上午，2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛开幕式在拉萨布达拉宫广场举行。自治区党委书记王君正出席开幕式并宣布比赛开幕。 西藏日报记者 李洲摄

西藏日报讯 8月1日上午，2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛开幕式在拉萨布达拉宫广场举行。自治区

党委书记王君正出席开幕式并宣布比赛开幕。八月的雪域高原，格桑花开，生机盎然。布达拉宫广场装扮一新、

气氛热烈。10时整，开幕式正式开始。18支参赛车队队员代表先后在主舞台亮相，展现出昂扬向上的精神风貌，受到现场观众的热情欢迎。

10时30分许，自治区党委书记王君正宣布：2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛开幕。全场沸腾、掌声如潮。

随后，举行了精彩的文体表演。歌舞《雪域哈达迎盛会》热情奔放，展现了雪域高原开放包容的时代风采；歌曲《云端盛赛》将乐队演奏与情景表演融为一体，唱响了高原赛场的速度与激情；舞蹈《扎西夏桑》欢快热烈，谐钦舞蹈《吉祥颂》庄重典雅，一动一静间彰显了西藏传统艺术的独特魅力；尾声歌舞四重唱《欢聚拉萨》欢快悠扬，雪域儿女手捧哈达喜迎八方来客，将现场气氛推向高潮。

国家体育总局副局长李静、中央广播电视总台副台长余俊生出席并致辞，自治区领导达娃次仁、龚会才、孙献忠、孟晓林出席，甲热·洛桑丹增致辞。

跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛自2018年以来已成功举办六届，赛事影响力不断提升，2025年升级为国际自行车联盟男子精英2.1级赛事，已成为促进体育文化交流、推动体育旅游发展、对外展示西藏形象的重要平台。

本届比赛为期六天，共设5个赛段，途经林芝、拉萨、山南、日喀则等地。比赛以“面向南亚大通道，对接‘一带一路’，发展体育旅游，建设户外大区”为主题，以“骑行最美公路，环抱喜马拉雅”为口号，坚持简约、安全、精彩的办赛宗旨，着力推动首届“体育赛事季”活动深入实施，不断丰富文旅商等融合业态，积极释放体育消费潜力，推动全区体育产业高质量发展。

达娃次仁“八一”前夕看望慰问驻市部队官兵

拉萨融媒讯(记者范江英)7月31日上午，自治区党委常委、拉萨市委书记达娃次仁看望慰问驻市部队官兵，代表市委、市人大、市政府、市政协向驻市人民解放军指战员、武警官兵、民兵预备役人员和退役军人致以节日祝贺，对他们为拉萨长治久安和高质量发展所作贡献表示衷心感谢。

达娃次仁先后来到中国人民解放军某部、武警某中队，看望慰问基层官兵，详细了解部队建设、日常训练、生活保障等情况。指出，长期以来，驻市人民解放军和武警官兵牢记初心使命、忠诚履职尽责，在维护稳定、抢险救灾、应急保障等急难险重任务中冲锋在前、勇挑重担。希望大家继续弘扬老西藏精神，“两路”精神，恪尽职守、无私奉献，努力让红色基因、革命薪火代代相传，做党和人民的忠诚卫士。

达娃次仁指出，今年是“十五五”开局之年，也是打好实现建军一百年奋斗目标攻坚战的关键一年。希望驻市人民解放军和武警部队官兵深刻领悟“两个确立”的决定性意义、坚决做到“两个维护”，深学笃行习近平强军思想，永葆对党忠诚政治本色，持续强化练兵备战、提升打赢能力，发扬光荣传统、加强军地协作，积极主动支持地方经济社会发展，为建设社会主义现代化新拉萨贡献更多力量。

达娃次仁强调，全市各级党委、政府要一如既往地关心支持部队建设，主动为广大官兵排忧解难，着力提升新时代双拥工作水平，在全社会营造关心国防、热爱国防、建设国防、保卫国防的浓厚氛围，不断巩固和发展军政军民团结的良好局面。

贺鹏、江拥洛追、张春阳、罗丹参加。



7月31日上午，自治区党委常委、拉萨市委书记达娃次仁看望慰问驻市部队官兵。这是达娃次仁来到中国人民解放军驻拉某部，看望慰问基层官兵，详细了解部队建设、日常训练、生活保障等情况。

拉萨融媒记者 崔成摄

津藏同心育桃李 青春支教润童心

南开大学研究生支教团助力达孜区教育提质增效

拉萨融媒记者 次央卓

跨越千里山海，情系雪域高原。从渤海之滨到雪域沃土，十年来，南开大学研究生支教团接续奔赴拉萨市达孜区中心小学开展支教服务。一届届青年志愿者扎根基层、深耕讲台，以青春力量赋能高原基础教育发展，持续书写津藏协作、育人兴疆的温情篇章。

自2015年达孜区中心小学建校以来，南开大学持续选派优秀研究生志愿者驻校支教，每年输送5名青年骨干充实学校教学力量。支教团成员秉承南开“允公允能，日新月异”校训，主动适应高原教学环境与办学节奏，全身心投入课堂教学、教研提质、校园管理、课后育人等各项工作，以扎实的专业能力、饱满的育人热情，架起津藏两地教育帮扶的连心桥。“我校建校至今，南开大学每年选派5名优秀志愿者深耕教学一线。支教老师们深度参与课堂授课、教研提质、校园管理、课后育人等全方位工作，带来了先进的教育教学理念和数字化教学方法，极大丰富了课堂形式、开阔了学生视野，有效助力我校师资队伍建设和办学

质量稳步提升。”达孜区中心小学校长尼玛巴桑说。课堂上，支教团创新教学模式，打破传统授课壁垒，打造生动鲜活、内容丰富的特色课堂，细致耐心为学生答疑解惑，让书本知识直观易懂、入脑入心。在支教老师的悉心引导与鼓励下，孩子们更加阳光自信、勤学善思，校园求知氛围愈发浓厚。“支教老师们讲课特别有趣，还会带我们参加丰富多彩的课外活动。以前，我不敢主动发言，在老师的鼓励下，我变得越来越自信，还当起红领

巾讲解员。以后我也要努力学习，成为像他们一样温暖、有担当的人。”达孜区中心小学学生扎西说。育人不止课堂，关爱贯穿全程。支教团始终坚守立德树人根本任务，聚焦学生综合素质提升，常态化开展红领巾讲解员培育工作，厚植学生爱国情怀，锻炼语言表达能力，塑造阳光自信品格，让红色文化在雪域校园代代相传。同时，支教团的志愿者们利用课后延时服务、课余闲暇时间，为学业薄弱学生开展一对一精准辅导，补齐学习短板。（下转第三版）

75元，可看到孩子们收到文具后的笑脸，她觉得自己的付出很值得。1997年，经过多次培训，顿珠卓玛通过教师转正考试，并得到拉萨市师范学校（现为拉萨师范学院）进修的机会。系统的培训和学习提升了她的教学能力，1999年3月她被调入尼玛江热乡中心小学，从事数学教学工作。（下转第三版）

顿珠卓玛：三十余载坚守，用爱深耕乡村教育

新华社记者 卢丹阳 周昱龙

关内容。“孩子们都放暑假了，正好用这段时间总结一下他们这学期的成长变化。”顿珠卓玛说。

顿珠卓玛是尼玛江热乡中心小学的一名数学教师，已在高原乡村学校任教三十余载。2024年，她荣获“全国模范教师”称号；2026年，她荣获“全国三八红旗手”称号。

1992年，顿珠卓玛来到墨竹工卡县门巴乡贴朗村教学点担任代课

教师。当时教学点条件有限，教师少、任务重，她承担语文、数学等学科教学工作，同时担任班主任和生活老师。

“很多孩子要从山里走很远的路来上学，中午回不了家，我就做饭给他们吃。有的家庭条件不好，文具都买不起，我就给他们买铅笔、本子。”顿珠卓玛说。

那时，顿珠卓玛每月工资只有

75元，可看到孩子们收到文具后的笑脸，她觉得自己的付出很值得。

1997年，经过多次培训，顿珠卓玛通过教师转正考试，并得到拉萨市师范学校（现为拉萨师范学院）进修的机会。系统的培训和学习提升了她的教学能力，1999年3月她被调入尼玛江热乡中心小学，从事数学教学工作。（下转第三版）

骑行最美公路 环抱喜马拉雅——2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛开幕式侧记

拉萨融媒记者 次珍 王程英

8月1日上午，2026中国西藏第七届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛在布达拉宫广场开幕。

八月的雪域高原风和日丽、景致如画。开幕式现场秩序井然、气氛热烈，各参赛车队依次亮相、士气昂扬，充分展现了职业车手勇于挑战、超越极限的竞技精神与体育风采。

本届赛事以“面向南亚大通道，对接‘一带一路’，发展体育旅游，建设户外大区”为主题，以“骑行最美公路，环抱喜马拉雅”为口号，是我区国际自驾男子精英2.1级职业系列赛。赛事为期6天，设置5个赛段，总赛程约570.68公里，途经林芝、拉萨、山南、日喀则。相较于上届，2026年赛事实现全方位提质升级，呈现里程更长、赛道更优、阵容更强的鲜明特点。一是赛道全域扩容，总里程较上届增加150.1公里，赛事挑战性进一步提升，高原极限赛属性更加凸显；二是赛段布局更加科学精细，林芝赛段增至两段，构建由低海拔向高海拔渐进的竞赛节奏，有效保障车手竞技状态，赛事组织科学化、人性化水平显著提升。部分赛段全新打造，串联更多自然景观与人文景点，打造流动的雪域风景长廊；三是赛事规模扩大，集结国内外18支车队，120余名车手同场竞技，高水平参赛阵容创下历年新高，竞技含金量、国际影响力不断提升。

竞赛总监江村说：“今年新增了林芝赛段，第一赛段从林芝市区出发，沿318国道行驶至尼洋河畔，最终抵达巴松错5A级景区内的结巴村，沿途增设了冲刺点和补给点。今年由往届的四个赛段增至五个赛段，总距离大幅增加。服务保障方面，我们为每支车队配置了一辆厢式货车、一辆大巴车作为保姆车以及队车，每队共配备三辆车，全力保障赛事安全有序运行。”

作为我区地域覆盖最广、专业化程度最高的国际性体育赛事，本届跨喜马拉雅国际公路自行车极限赛为“西藏体育赛事季”的重要IP赛事，与各级各类精品体育赛事活动协同造势、同频共振，构建起全域联动、资源汇聚、热度集聚的高原体育发展新格局。（下转第三版）



更多内容 扫码了解

《黄岩岛国家级自然保护区管理办法》发布

（第三版）