

骨折后坐轮椅出征，助力中国队拿到世锦赛花游集体技巧自选冠军

# 带伤出战，长沙妹子张雅怡再写传奇

长沙晚报7月26日讯（全媒体记者 赵紫名）7月25日，2025年新加坡世界游泳锦标赛花样游泳的比拼进入最后一个比赛日。在集体技巧自选的比拼中，长沙妹子张雅怡与队友一起，以229.0186分的成绩为中国队拿下冠军。

值得一提的是，张雅怡在本次世锦赛临近出发前遭遇跖骨骨折，但她依旧选择跟队伍一起出征，并在团队需要她时带伤上阵，拿下了这枚来之不易的金牌。

## 突发意外，出征前遭遇骨折

去年巴黎奥运会上，中国花游队包揽集体和双人项目两枚金牌，实现了奥运金牌“零的突破”。进入洛杉矶奥运周期，随着部分主力队员逐渐淡出，中国队整体阵容更加年轻化。

本次世锦赛中国队共派出13名运动员，阵容中既有冯雨、常昊、向玲玲、张雅怡这样的奥运冠军，也有徐汇妍、林彦含、林彦君、郭牧等年轻小将。面对都在进步的各支队伍以及由俄罗斯运动员组成的中立运动员代表队，中国花游队需要证明去年的奥运冠军不是靠运气得来。

令所有人想不到的是，张雅怡7月9日在训练中突然遭遇跖骨第四根骨折，这给集体项目带来了巨大的危机。中国花游队主教练张晓欢回忆说：“本来我是信心满满，但雅怡的骨折，让我心里挂上了一个大石头。”

为了团队，张雅怡选择带伤出征，在前往比赛地新加坡时，张雅怡是坐着轮椅上的飞机。7月15日，第一次比赛池训练，张雅怡竟然出现在水里，集体合练时，张雅怡也是在旁边一个人跟着练，不



↑中国队在比赛中。

7月25日，中国队在颁奖仪式后合影。  
前排左一为张雅怡。  
均为新华社发

落下进度。她骨折的脚缠着厚厚的绷带，起水后也是徐汇妍搀扶着挪着步，穿拖鞋也需要工作人员协助。

“今年上半年一直饱受哮喘折磨，训练不是特别稳定，临近比赛又突然骨折，就会有点焦虑。”但是来到新加坡后，张雅怡脑子里想的就是只有比赛，“下水的时候想着脚要怎么绑好，要怎么跟队友配合。”

## 老将担当，为团队带伤出战

集体技巧自选项目是巴黎奥运会集体项目的三个小项之一，也是本届世锦赛花样游泳关注度最高的赛事之一。7月23日，张雅怡决定带伤

出战这个最难的集体项目。

7月24日的集体技巧自选预赛，张雅怡随队伍昂扬登场，顺利完赛，中国队以225.7993分排在首位。“登场的那几步都是咬着牙走完的。”张雅怡说。

决赛中，中国队向现场观众完美呈现的自选节目《秦俑魂》，节目主题寓意“像秦俑一样穿越千年时光的史诗长河，用屹立诠释永恒的坚守和坚持”。张雅怡再度出战，7个托举技巧动作，都需要她作为底座给予强力支撑。

最终，中国队如愿夺冠，姑娘们泪洒赛场。来自俄罗斯的中立运动员队和西班牙队分列二、三

位。至此，中国花游队在本届世锦赛中共收获了4金3银共7枚奖牌，排在单项金牌榜首位。

这个坚韧的长沙姑娘赛后说：“我很感谢大家这阵子对我的支持与帮助，也感谢大家信任我。身为花游队一员的我非常有荣誉感！不管是受伤还是怎样，我一定不能给大家拖后腿。”

主教练张晓欢在决赛后格外激动，她感谢张雅怡这些老队员的坚守：“她们已经拿到过亚运会冠军、世锦赛冠军、奥运会冠军，实现了她们的大满贯，但是她们依旧选择留在国家队为国效力，中国队正是因为有她们这样的运动员，所以才能一直向前走。”

上接1版

善谋者胜，远谋者兴。

党的二十届三中全会召开以来，习近平总书记无论出席重要会议还是前往地方考察调研，始终关注改革进展，就改革的重大原则、重要举措、科学路径等作出一系列重要指示，引导全党上下把思想和行动统一到党中央的决策部署上来，凝心聚力推动改革行稳致远。

紧扣推进中国式现代化主题，统筹协调、因地制宜，推动改革创新在新起点上实现新突破——

甘肃兰州，黄河穿城而过，气势磅礴。

2024年9月，党的二十届三中全会后首次地方考察，习近平总书记来到“黄河第一桥”中山桥凭栏远眺，看大河奔流。

在兰州，习近平总书记主持召开全面推动黄河流域生态保护和高质量发展座谈会，强调“以进一步全面深化改革开放为动力，坚持生态优先、绿色发展，坚持量水而行、节水优先，坚持因地制宜、分类施策，坚持统筹谋划，协同推进”。

国家江河战略融汇于中国式现代化的宏伟篇章。向改革要动力、要活力，进一步全面深化改革的伟大实践，在黄河流域铺展开来。

从江河到海岸，从流域到区域……习近平总书记一盘棋布局、一张图谋划，始终以中国式现代化的目标任务和重大问题为提领，推动进一步全面深化改革开放向系统性、整体性、协同性不断发力。

中国式现代化新征程上，统筹区域协调发展分量更重。党的二十大以来，习近平总书记接连主持召开9场区域发展座谈会，从战略全局擘画区域协调发展新图景；成立中央区域协调发展领导小组，统筹区域重大战略、规划和政策；中央层面出台文件、各地区发布行动计划……党中央加强顶层设计，进一步完善体制机制，坚持以改革引领区域一体化高质量发展之路。

东西互济、南北协同、陆海统筹，更高层次上的区域协调发展在960多平方公里大地上相连成势，为中国式现代化注入澎湃动力。

既坚持全国一盘棋，加强改革政策统筹、进度统筹、效果统筹，又支持地方因地制宜，创造性地开展工作。

“茫茫九派流中国，沉沉一线穿南北。”2024年11月，习近平总书记来到湖北考察，从全局战略眼光谋一域改革发展：

“你们联结东西、承接南北。要在长江经济带高质量发展中奋勇争先，加快建成中部地区崛起的重要战略支点。深化与京津冀、长三角、粤港澳、成渝等区域合作，有序优化产业布局。”

找准在全国大局中的定位，才能锚定改革的着力点。

党的二十届三中全会召开以来，习近平总书记赴10多个省份考察，都会结合当地实际，对中国式现代化的地方改革实践予以部署和指导。

在贵州指出“要积极融入全国统一大市场建设”；赴云南强调“积极推进高水平对外开放，建设面向南亚东南亚辐射中心”；希望上海“加快建设具有全球影响力的科技创新高地”；要求河南“进一步夯实实体经济这个根基”……各地立足自身所长奋勇争先，在因地制宜上把握战略主动，担起各自改革重任。

着眼新征程改革特征，优化路径、系统布局，实现各项改革相互联动、协同高效——

进一步全面深化改革的一个鲜明特点就是更加注重系统集成，系统观念贯穿于改革发展各领域各方面。

时隔10年，党中央再次召开最高规格城市工作会议。

2025年7月14日，北京京西宾馆，习近平总书记出席中央城市工作会议并发表重要讲话，从“一个优化、六个建设”部署新时代新征程城市工作的重要任务。

从去年年底的中央农村工作会议上提出“坚持

城乡融合发展，进一步深化农村改革”，到此次中央城市工作会议要求“促进大中小城市和小城镇协调发展，促进城乡融合发展”，城乡融合发展始终是习近平总书记的改革关切事。

改革越往后推进，触及利益也会越深，对系统集成要求必然越来越高。

习近平总书记深刻指出：“中国式现代化的内涵十分丰富，进一步全面深化改革也必然是全方位的。要全面协调推进各方面改革，力求形成整体效能。”

以科学的顶层设计，规划合理的改革路径；以明晰的系统谋划，部署扎实的改革措施；强调党的二十届三中全会《决定》不仅突出了经济体制改革的内容，也全面涵盖了民主、法治、文化、社会、生态文明、国家安全、国防和军队建设等方面的体制机制创新以及党的建设制度改革，要全面贯彻落实”；提出“坚持教育、科技、人才一起抓”，统筹推进教育科技人才体制机制一体改革……习近平总书记在统筹推进“五位一体”总体布局、协调推进“四个全面”战略布局框架下谋划改革，引领进一步全面深化改革开放更加凝神聚力、协同高效。

党的二十届三中全会提出健全因地制宜发展新质生产力体制机制的改革课题。

“实现高水平科技自立自强、发展新质生产力，对科技创新和产业创新融合提出了更为迫切的需求”；“鼓励区域内高校、科研院所等布局建设技术转移和产业化服务机制，提高产业链创新链协同水平”；“推进产学研一体化，培养大批高素质人才，中国式现代化才能够真正实现”……

从研究院、科学城，到制造业企业、产业园，习近平总书记国内考察时一次次深入科技创新最活跃的地方，为科技创新和产业创新深度融合、转化为现实生产力指明方向。

今年以来，从DeepSeek横空出世，到全球首次“人机共跑”的半程马拉松，一个个令人瞩目的创新成果不断问世。

体制机制上，完善科教协同育人机制，加强创新资源统筹和力量组织，深化人才分类评价改革和科教界“帽子”治理；创新布局上，疏通创新链和产业链间的卡点堵点，强化企业创新主体地位……不断提升国家创新体系整体效能，改革驱动创新、创新驱动发展的崭新气象持续呈现。

坚持改革和开放相统一，不断赢得发展主动权——

2月17日，在京出席民营企业座谈会；3月28日，在京会见国际工商界代表。

今年春天，习近平总书记先后与国内外工商界人士交流，传递出“坚持改革和开放相统一”的鲜明信号。

对内，强调“要坚决破除依法平等使用生产要素、公平参与市场竞争的各种障碍，持续推进基础设施竞争性领域向各类经营主体公平开放”。

对外，指出“中国正在推进高水平对外开放，稳步扩大规则、规制、管理、标准等制度型开放，开放的大门只会越开越大”。

改革越深入，对开放的水平要求就越高；开放水平越高，对改革的促进作用就越大。

自贸试验区，改革开放的“试验田”，承担着为全面深化改革开放探索新途径、积累新经验的历史重任。

2024年8月召开的中央全面深化改革委员会第六次会议，审议通过《关于实施自由贸易试验区提升战略的意见》。

一个多月后，习近平总书记来到中国（福建）自由贸易试验区厦门片区考察，强调“稳步推进制度型开放，对接国际高标准深耕细作”。

2025年4月，《关于实施自由贸易试验区提升战略的意见》对外发布。7月，国务院发文将上海自贸试验区的77条试点措施向其他自贸试验区或全国复制推广。

以制度创新为核心，自由贸易试验区提升战略加快推进，正是一年来以高水平对外开放打开改革发展的新天地的缩影。

施行《外商投资准入特别管理措施（负面清单）（2024年版）》，制造业领域外资准入限制措施实现“清零”；出台《加快推进建设服务业扩大开放综合试点工作方案》，明确155项试点任务；允许在北京、天津、上海等9地设立外商独资医院；新增多国人员来华免签；给予最不发达国家100%税率产品零关税待遇；出台中国（浙江）自由贸易试验区大宗商品资

源配置枢纽建设方案……改革红利共享、开放成果普惠的良好局面不断形成。

今年上半年我国贸易规模超过500亿元的伙伴数量达到61个，比去年同期增加了5个。最新一期中国海关贸易景气调查结果显示，出口企业和进口企业信心都连续两个月回升。

“相信中国就是相信明天，投资中国就是投资未来。”中国正以开放的主动赢得改革发展的主动，以更高水平开放赢得未来，不断为动荡的世界经济提供新机遇、注入新动能。

“开辟治理新境界——‘为中国式现代化提供强大动力和制度保障’”

2025年，是“十四五”规划收官之年，也是“十五五”规划谋篇布局之年。

4月30日，习近平总书记在上海主持召开部分省区市“十五五”时期经济社会发展座谈会并发表重要讲话。

“要坚定不移办好自己的事，坚定不移扩大高水平对外开放”“加快构建新发展格局，全面推动高质量发展”“以高效能治理促进高质量发展和高水平安全良性互动，以新安全格局保障新发展格局”……外观大势，内审国情，习近平总书记着眼改革发展大局提出一系列明确要求，为五年规划制定把脉定向。

科学制定和接续实施五年规划，是我们党治国理政一条重要经验，也是中国特色社会主义一个重要的政治优势。

发展出题目，改革做文章。“十五五”规划，是发展蓝图，也是“含量更高、味道更浓”的改革答卷。

山高水长不辞其远，披荆斩棘不改其志。

一年来，进一步全面深化改革始终坚持以党的全面领导，聚焦继续完善和发展中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化的改革总目标，坚持以人民为中心，为中国式现代化提供强大动力和制度保障。

坚持和加强党的领导，把党的领导贯穿改革各个方面全过程——

2025年6月30日，“七一”前一天，中共中央政治局召开会议，审议《党中央决策议事协调机构工作条例》，进一步规范党中央决策议事协调机构的设立、职责和运行。

设立党中央决策议事协调机构，是健全党中央对重大工作中统一领导、推动重大任务落实的重要制度安排。通过设立新的党中央决策议事协调机构，组建新的党中央职能部门和办事机构，在重要领域设立新的党中央派出机关等，加强了党中央对重大工作的集中统一领导。

中央金融工委指导推动金融系统党建工作体制机制和党建制度体系加快健全；中央社会工作部以党建引领基层治理和基层政权建设工作全面推进……一年来，通过持续深化党和国家机构改革，党和国家机构职能体系更加健全，党中央、国务院议事协调机构设置管理更加严格规范，作用发挥充分有效。

习近平总书记指出：“无论改什么、改到哪一步，都要坚持党的领导”。

始终坚持和加强党的领导，是40多年改革开放的成功密码，更是进一步全面深化改革的根本保证。

越是艰险的征程，就越需要领航的力量。

一年来，进一步全面深化改革充分发挥党总揽全局、协调各方的领导核心作用，切实把党的领导落实到改革各领域各方面各环节，不断调动全党抓改革、促发展的积极性、主动性、创造性，确保改革任务落实见效。

坚持改革和法治相统一，改革成效更好转化为国家治理效能——

2025年4月27日，北京人民大会堂，全国人大常委会会议厅。

《中华人民共和国生态环境法典（草案）》，这份

《歌唱祖国》响彻全场

## 中国女篮大运会全胜夺冠

据新华社德国埃森7月25日电（记者 张荣锋 韦骅 季嘉东）25日，德国莱茵-鲁尔大运会女篮决赛进入最后20秒，中国队请求暂停。此时，现场响起了《歌唱祖国》的激昂旋律！

81比69！中国队领先美国队12分，计时器上只剩最后20秒。胜局已定，李斯特教练果断叫出暂停，换上替补队员，让每一位球员都能站上赛场，共享这份荣耀。在欢呼和呐喊声中，哨声响起，比分定格在81比69，中国队队员与教练紧紧相拥，激动与幸福的泪水夺眶而出。

战胜美国队后，中国队以大运会六连胜的完美表现夺冠。三场小组赛，中国队均以大比分获胜，以小组第一晋级；四分之一决赛中，她们在开局落后的局面下以75比70逆转击败日本队；半决赛更是鏖战至加时，以71比67力克波兰队闯入决赛。

中国队以北京师范大学女篮为班底组建，美国队以德克萨斯理工大学女篮为核心出战。本场比赛，中国队多点开花，整体发挥更加均衡，共有4人得分上双。陈玉婷15投8中，其中三分球5投3中，得到全队最高的19分；唐子婷也贡献了16分，三分球4投4中。美国队方面有3人得分上双。

第一节，中国队率先发力，一度取得7分的领先。随后中国队打出一波7比0的反击高潮，将比分追成35平。随着后卫曹博怡两罚全中，双方以42比42战平进入下半场。第三节成为中国队奠定胜局的关键阶段。在46比50落后的情况下，中国队突然发力，连续命中三分球，打出12比0的得分高潮，将比分反超至58比50，一举领先8分。随后中国队守住胜果，最终中国队以81比69胜出。

中国队教练赵雪同赛后表示，没想到这次比赛能打得这么好，所有教练和队员都很激动，因为已提前完成了参赛目标。她说，赛前教练组就告诉队员们要尽情享受比赛，放手一搏，卸下包袱，全力展现自己的实力。

承载着护航新时代美丽中国建设历史使命的重要法典草案，提请十四届全国人大常委会第十五次会议首次审议。

法典长卷启，青山入画来。从党的二十届三中全会明确部署编纂生态环境法典，到生态环境法典编纂迈出“关键步”，草案将现行法律规定污染防治共性制度总结提炼为通则、一般规定，并将实践证明行之有效的成熟经验上升为法律制度规定。

改革和法治，恰如鸟之两翼、车之两轮。改革进入攻坚期和深水区，更需筑牢法治之基、发挥法治之力，护航进一步全面深化改革开放劈波斩浪。

修改代表法，在法治轨道上推动人大代表工作高质量发展；修改监察法，推进监察工作规范化法治化正视；修改立法法，披荆斩棘，有力确保改革落实。

加强人民当家作主制度建设，落实和完善司法责任制，进一步规范认罪认罚从宽制度适用，着力推进信访工作法治化……协同推进立法、执法、司法、守法各环节改革，法治体系全面提升。

行法治之力、积法治之势，“中国之治”的基石更巩固、效能更显著，推动国家治理体系和治理能力现代化迈入更高境界。

坚持以人民为中心，以改革之力为民解忧、为民谋利——

2025年1月，春节前夕，习近平总书记前往辽宁考察，来到经过集中改造的沈阳大东区长安街道长安小区，走进居民家中看望。

老旧小区改造，一头连着民生福祉，一头牵着城市发展。更好推进以人为核心的新型城镇化，习近平总书记念兹在兹。

考察中，习近平总书记指出：“抓改革要进一步聚焦问题、突出重点、破解难点”“要坚持城乡融合发展，推进以县城为重要载体的新型城镇化建设”。

2024年7月，《深入实施以人为本的新型城镇化战略五年行动计划》印发。从进一步深化户籍制度改革到健全进城落户农民农村权益维护政策，从提升城际通勤效率到推进城镇老旧小区改造……行动计划提出4项重大行动、19项重点任务及有关政策措施，与人民群众息息相关。

为了人民而改革，改革才有意义；依靠