

一夜偷捕获利数千元

——洪泽湖骆马湖非法捕捞调查

江苏洪泽湖、骆马湖是南北水北调东线重要调蓄湖泊，拥有国家级水产种质资源保护区。自2020年、2021年洪泽湖、骆马湖先后实施禁捕退捕以来，渔业资源日趋丰富，也引起不法分子觊觎。

近期，“新华视点”记者沿湖走访多个县区发现，在相关部门严打严控的形势下，仍有不法分子从事非法捕捞，一晚动辄获利数千元乃至上万元。



跟踪外省偷捕船只，执法人员常连夜追至山东台儿庄、安徽五河等地。

偷捕花样翻新，日趋科技化

非法捕捞屡禁不绝，源于巨大经济利益的驱动。当地公安部门重点查办的一起案件中，闫某等人利用四条快艇采用丝网方式在骆马湖偷捕，一个月内非法捕捞花鲢、白鲢等水产品约10万斤，销售价值41万元。

“一条大马力快艇，偷捕一晚就能获利几千元甚至上万元。一些不法分子常说，湖里的鱼就是漂着的钱，干了偷捕就不想干别的。”多名渔政和司法干部透露，洪泽湖、骆马湖中以鲢鱼、鳊鱼为主，有的大鱼能长到几十甚至上百斤；这些野生水产品很有市场，部分优质洪泽湖青虾运到上海每斤售价超百元。

当地渔业管理部门介绍，2021年以来，骆马湖累计查处各类非法捕捞案件超1000件，清理违规捕捞渔具1.4万余张（顶）；2024年以来，洪泽湖没收大马力快艇超500艘。

据当地渔业管理部门介绍，目前非法捕捞人员的构成日趋复杂，传统偷捕方式仍未根除，新型、隐蔽性更强的偷捕手段逐渐抬头。

渔业管理部门发现，此前非法捕捞人员主要为沿湖渔民，以“小打小闹”为主。近两年，非法捕捞趋于组织化团伙化，捕捞、转运、销赃等环节分工明确。沿湖一区人民法院介绍，2024年判处案件12件25人中，14人有违法犯罪前科，其中6人系非法捕捞同类前科。

与此同时，偷捕还日趋科技化。“探鱼器可精准识别鱼群，并实时跟踪。”当地一名司法干部说，有的不法分子捕鱼已经用上了无人船和精准定位软件，相互之间对话使用高频对讲机，交易全部用现金。为提高反侦查能

力，不法分子还在执法人员的车上安装定位器，雇佣闲散人员盯梢、跟踪。

此外，生产性垂钓成非法捕捞新变种。记者在洪泽湖、骆马湖走访多日发现，无论是午后还是深夜，甚至凌晨，总能在湖边看到成群结队的人，或在与湖连通的沟汊垂钓，或乘充气筏、铁皮船、快艇入湖垂钓，每个人的水桶里都装了不少鱼。

基层渔政干部透露，一些人违规以泥鳅、虾等活体水生生物为饵料钓鱼，一天能钓上百斤。还有人打着钓鱼的幌子到湖中偷捕下网。“由于法律并未禁止垂钓，我们很难劝阻。不规范垂钓愈演愈烈，成为当前湖区禁捕管理的突出难题。”

一些非法捕捞人员胆大妄为，甚至暴力抗法。“有的不法分子利用大马力快艇速度快的优势，故意围着执法船转悠、挑衅，有的还对执法人员喷辣椒水。”执法干部介绍，2025年2月末到3月初，王某、张某、唐某多次驾船偷捕，不仅撒下丝网，还用上了瞬间释放高压的电鱼设备。为逃避检查，张某还用电击打执法人员，致一人落水，另一人脑震荡。

打击“三无”船舶，斩断销售链条

为保护湖区水生生物资源、促进水域生态环境改善，2020年、2021年江苏省农业农村厅先后发布公告，决定收回渔业生产者捕捞权，撤回捕捞许可。近年来，江苏渔业管理部门及沿湖地方政府持续加大对非法捕捞的打击力度，取得阶段性成效。

然而，记者调查了解到，当前洪泽湖、骆马湖禁捕退捕形势依然不容乐观。受访人士建议，进一步加大对偷捕的打击力度，打击“三无”船舶，强化市场销售端监管，并加快垂钓管理立法。

“非法捕捞，船舶是必备载体，治理必须抓住这个‘牛鼻子’。”渔业管理部门干部透露，入湖垂钓、非法捕捞的船只五花八门，但大都属于“三无”船舶。他们建议重点加大“三无”快艇清理取缔力度，同时，增加水上及关键入湖水道智慧监控装备，构建“政府主导、属地主责、部门联动、依法治理”的联合工作机制。

没有买卖就没有伤害。受访渔政、公安等部门干部指出，非法捕捞的水产品，多销往外地，水产品市场和饭店是主要客户。建议对既有案件暴露的周边主要销赃市场进行梳理，通报给相关地方政府市场监管部门，督促其建立常态化监管机制。加强对水产品交易市场及相关生产经营主体的日常检查，严厉查处销售非法捕捞水产品的违法行为。

目前一些地方已出台地方性规定，将活饵钓鱼、引诱捕鱼、可视钓鱼等列为禁用捕捞方法。渔政干部建议，针对生态湖区生产性垂钓乱象，要加强天然水域垂钓管理立法工作，明确禁用的垂钓方式，为依法打击多竿多钩、“泥鳅钓”等破坏性垂钓行为提供法律支撑，填补执法监管空白。

新华社“新华视点”记者（新华社南京1月21日电）

新跨越

北京成为我国第二个GDP超五万亿元城市

据新华社北京1月21日电（记者 张 骁）继上海之后，北京正式成为我国第二个GDP突破5万亿元的城市。

北京市统计局21日发布，2025年，北京实现地区生产总值52073.4亿元，比上年增长5.4%。过去5年，北京经济增量约1.4万亿元，相当于多造就了一个其经济最强的海淀区。

回望“来时路”，北京这座古都曾经“大城市病”缠身。随着在全国超大型城市中率先实施以减量发展为特征的高质量发展，北京在框定总量、限定容量等“硬约束”条件下，盘活存量、做优增量、提高质量。它用实践证明：经济总量大幅跃升同时，万元GDP能耗、水耗、碳排放等指标亦能保持全国最优，最终得来“绿色的GDP”。

产业是经济社会发展的核心。无论从2025年经济报还是“十四五”成绩单来看，北京经济结构持续优化，得益于全面拥抱“高精尖”。数字经济增加值占全市GDP比重超四成。全市前三大行业支撑有力，信息服务业规模稳居全国首位，金融总资产规模约占全国一半；制造业中，集成电路、新能源汽车等尖端制造高速增长。

创新是经济社会发展的不竭动力，也是国际科创中心北京发展的最大优势。近年来，北京全社会研发投入强度常态保持在6%左右，平均每天300多家科技企业诞生，人工智能大模型备案上线数量领跑全国。前不久发布的“自然指数—科研城市”十强中，我国城市占据六席，北京稳居榜首。

如今的北京，发展已跳出“一地思维”，奏响区域共兴“协奏曲”。以北京为“核”发挥引领作用，“新两翼”振翅齐飞，北京城市副中心内生动力澎湃，超过4000家北京来源企业扎根雄安新区；产业链优化重构，流向津、冀的技术合同成交额超2300亿元，更具活力的“首都经济圈”加速构建。

发展之实，要让百姓可感可及。这几年，在京群众感受最深的莫过于联合国点赞的“北京奇迹”：2025年PM_{2.5}平均浓度较2013年下降三分之二；城市治理下足“绣花功夫”，“一刻钟便民生活圈”精准织补，让繁华都市洋溢烟火气……

历史将记录这一笔：1949年，北京经济总量不足3亿元，2007年首次突破1万亿元，再到2025年跨越5万亿元大关。70余载沧海桑田，一连串跃升的数字，始终标记着大国首都与国共进的时代脉动。



中国足球，将胜利进行到底



当地时间1月20日，在沙特阿拉伯吉达举行的2026年亚足联U23男足亚洲杯半决赛中，中国队3比0战胜越南队，晋级决赛。图为中国队在比赛后合影。 新华社记者 王海洲 摄

“计划有变！准备夺冠！”

U23国足闯入亚洲杯决赛后，这个刷屏的口号，让中国球迷多年来憋着的一口气，找到了爆点。

小组出线，闯入四强、冲进决赛……这支青春之师不断创造历史的背后，让亿万球迷热泪盈眶的，是漫长低谷后的高光，是信心透支后的惊喜，更是历经无数次失望后难能可贵的希望。

U23亚洲杯的赛场，曾长久地陈列着中国足球的苦涩。自2014年赛事创立以来，中国队过往五届比赛三度小组垫底出局，从未晋级过淘汰赛。

而这一次，他们不仅一“黑”到底，以五战零失球的坚韧防线令人惊叹，半决赛三球大胜更让球迷惊呼“中国神话，还在继续！”“留给越南队的时间不多了……”“谁说‘苟’着输，中国队换剧本了！”将奇迹进行到底，中国足球迈出了向前向上的坚实一步。

——此番突破，让人看到了中国足球打破恶性循环、重塑良好生态的希望。

过去两年，从“村超”“城超”的草根热潮，到职业联赛管办分离，再到五级青训体系开始搭建，中国足球的社会基础与治理结构正在逐步修复。但金字塔尖的国家队，始终缺少凝聚人心、提振信心的突破。长期的失望如同钝刀割肉，让中国足球陷入信心透支的疲惫。

此前，中国青少年国家队多次行至破晓边缘，却又屡屡坠回暗夜。2023年、2025年两届U20亚洲杯，球队都在距离四强仅一步之遥时功亏一篑。这不只是技不如人，更是因“从未成功”而滋生的信心匮乏与压力倍增。

如今，当胜利从遥不可及的“梦想”转变为热血铸就的“奇迹”，一代球员的心态或将成为根本性的蜕变，这堪称本届亚洲杯中国男足最宝贵的遗产。而在球场之外，这次突破也将为中国足球未来更从容、更坚定的改革，赢得弥足珍贵的信心与战略空间。

——此番突破，重新擦亮了“拼搏”这块中国足球一度蒙尘的基石。

纵观本届亚洲杯的多场关键战役，中国队在技术统计数据中往往处于明显下风，是三军用命的血性和绝不放弃的意志，换来了久违的胜利与欢愉。

它以最朴素却最有力的方式证明：当实力不占优时，顽强的拼搏、清晰的战术纪律和“全力以赴、不留遗憾”的态度，同样可以创造奇迹。这对时常在逆境中困顿迷茫的中国足球而言，其示范意义不亚于技战术层面的革新。

——此番突破，为当下的中国足球摆正位置提供了现实注脚。

U23国足主帅安东尼奥的战术哲学，始终伴随着“保守”争议。他带给中国足球的，不同于他故乡西班牙标志性的流畅传控，而是立足防守、追求实效的反击。安东尼奥曾表示，这是他基于中国球员现实技术能力做出的选择。半决赛对阵越南时的主动变阵与果断出击，再次证明了他的智慧。

这种“知己”的务实，恰恰是长期在好高骛远与妄自菲薄间摇摆的中国足球，所亟需的清醒剂。

——此番突破，更坚定了抓好青训、久久为功的决心。

本届U23国足以2003至2006年龄段球员为骨架，他们正是在2015年《中国足球改革发展总体方案》颁布、青训建设被置于战略高度后，系统成长起来的第一代成果。

阵中既有本土青训标杆王钰栋，也有从西班牙留洋归来的李昊，还有从校园足球体系中脱颖而出的张媛晖。主帅安东尼奥2018年来华，与多数队员相识多年，共同成长。百花齐放的青训路径与长期稳定的教练团队，构成了本次“奇迹”与“神话”的基础，其模式也将为未来提供有益借鉴。

当然，胜利面前保持理性的审慎同样必要。由于本届U23亚洲杯成绩并不直接与世界大赛晋级资格挂钩，日本、伊拉克、乌兹别克斯坦等强队并未尽遣主力。因此，这次历史性突破激荡起的浪花标志着航向的正确，但中国足球在亚洲的真正位置，仍然有待更多硬仗去标定。

24日，中国队将在决赛中对阵日本队。夺冠当然是人们心底不掩的期许，但无论最终胜负如何，中国男足与球迷都将共同享受这场睽违22年之久的决赛，享受足球最纯粹的激情与快乐。

春山可望，万事可期。期待这个大寒时节迸发的热血与惊喜，能够成为国足止跌回升的新起点。

新华社记者（新华社北京1月21日电）



新华社发

随着全民健身活动的开展，“运动是良医”的理念深入人心，越来越多人练起了八段锦、五禽戏、易筋经等中医养生保健功法，古老智慧正在为健康中国建设注入新活力。

时值“四九”，如何通过正确习练中医养生保健功法强身健体？国家中医药管理局组织权威专家作出解读。

现代人工作生活节奏快、压力大，追求健康的心情也愈发迫切。作为具有中国特色的健康资源，中医养生保健功法既有助于疾病预防和康复训练，也能够慢性管理、体质调养和日常养生中发挥积极作用，在实践应用和国际推广方面具有广阔空间。

《“健康中国2030”规划纲要》明确提出“扶持推广太极拳、健身气功等民族民俗民间传统运动项目”；健康中国行动中医药健康促进行动强调，“加强运动养生”“积极练习太极拳、八段锦、易筋经或六字诀等传统体育项目”。

中医养生保健功法为何能够强身健体？国家体育总局健身气功管理中心科研宣传部主任崔永胜介绍，中医养生保健功法根植于中医的生命整体观和阴阳气血等理论，通过特定的形体动作、呼吸吐纳和心理调节相结合的锻炼，来疏通经络、调畅气血、平衡阴阳、协调脏腑，从而达到健康状态。

“动静结合”是中医养生保健功法的一个核心原则。”上海传承导引医学研究所所长严嵩冰说，通过调动作、在动中求静，调呼吸使其缓慢沉稳，配合动作形成“气息相依”状态，调意念使其专注于动作，“动静相济”以更好地调节身心。

近年来，国家中医药管理局与国家体育总局等部门积极协作，共同推动中医养生保健方法的传承、发展与普及。各地结合“百市千县”中医药文化惠民活动，宣传推广中医养生保健功法。

国家体育总局健身气功管理中心面向群众组织了形式多样的系列功法培训，还将系列功法推广到67个国家和地区，为增强中国文化国际影响力发挥了积极作用。

越来越多青睐中医养生保健功法，但我们真的练对了吗？

正值寒冬，中国中医科学院医学实验中心研究员代金刚建议，练习最好在室内，微汗即止；若在户外锻炼则需选择向阳、背风场地，特别要注意避开日出前、深夜及大风雨雪天气，以防寒邪伤阳。

一些人在练习中医养生保健功法后出现肌肉酸痛和疲劳感。中国中医科学院望京医院运动医学三科执行主任金哲峰说，若疲劳感超过3天仍未缓解，或肢体酸痛剧烈甚至影响日常活动，多因方法不当，应立即暂停练习，排查问题根源，如为强度过高，则应休息2至3天待症状完全消失后，以“低强度、慢节奏”重新开始。若症状反复出现或持续不缓解，建议咨询专业医务人员。

中医养生保健功法种类繁多，不同人群如何选择适合自己的方法？

“中医强调‘因人而异、辨证施功’，个性化功法锻炼更能显著提升训练效果。”金哲峰举例说，阳虚体质者第四肢发冷、手脚凉、精神不振，推荐练习八段锦中的“两手托天理三焦”和“背后七颠百病消”两式，重在“温阳益气”；湿热体质者常面部油腻、口苦、脾气急躁，建议练习八段锦中的“调理脾胃须单举”和“摇头摆尾去心火”两式，重在“清热利湿，舒畅气机”。

上班族在快节奏的工作生活中，也可利用碎片时间锻炼。严嵩冰说，可将八段锦的一些动作拆解来做，如“两手托天理三焦”或“调理脾胃须单举”，从而快速、及时消除疲劳。

此外，专家指出，儿童和青少年练习中医养生保健功法有利于培养良好体态、提升专注力和舒缓情绪，练习应遵循趣味性与游戏化、简短与多次、安全与适度等原则，建议家长和老师一同参与。而老年人在练习前需排查高血压、糖尿病、骨质疏松等疾病，在医生指导下练习，不挑战高难度、高强度动作，若出现头晕、心慌、关节疼痛，则应立即停止。

新华社记者（新华社北京1月21日电）



运动是良医
中医健身可以这么练