



做出了最好的榜样：走向世界最高水平的竞技舞台，团结一心、奋力拼搏，为国家和民族争夺荣誉。

“学习女排，振兴中华”。女排精神不仅成为中国体育的一面旗帜，更成为整个民族前进的精神动力。在这“改革开放事业的第一笔精神财富”中，郎平做出了浓墨重彩的贡献。

铸造“新时代女排精神”

在和队友一起完成“五连冠”的壮举之后，郎平从运动场上退役，但她没有离开排球，开始了海外的学习和执教生涯。

1995年初，当时的中国女排落到世界第八，郎平毅然答应从美国回国执教中国女排。高强度的工作压力带来了病痛折磨，由于疲劳过度、大脑缺氧，郎平在1996年的亚特兰大奥运会前后数次晕倒。这一年，中国女排在奥运会上获得亚军。


2013年，再度担任中国女排主教练的郎平，面临的是比上次更困难的局面：

女排在伦敦奥运会未能跻身四强，队伍人才断档、后备薄弱，甚至连基本功、心理素质都不过关。有这些致命问题，想出成绩难度极大。但郎平又一次证明了她“铁榔头”的坚决：“接！为何不接！30年前我可以，30年后依然没问题！”

有心如此，然而现实残酷。2013年9月，郎平重新执教不到100天时，中国女排在亚锦赛上先输泰国又输韩国，只拿到第四名，是30多年来的最差战绩。最困难的时候，郎平言传身教，以女排精神鼓励弟子们扛过去，并带给她们真正的竞技水平成长。

历史惊人地相似，奥运会再次成为郎平的“逆袭之战”。2016年的里约奥运会，中国女排小组赛败给荷兰、塞尔维亚、美国，仅以小组排名第四进入八强。客观地说，中国女排的实力确实与对手存在差距，然而，接下来女排姑娘们不仅力克东道主、卫冕冠军巴西队，还拿下荷兰，战胜塞尔维亚，夺得了本届奥运会中国代表团分量最重的一枚金牌。许多人与30多年前一样，再次因中国女排而感动落泪。

除了依旧关键的精神动力外，郎平这次带给中国女排的，是她的“大国家队”策略、大胆的选才用人方法，以及重视运动医学、训练规律，配备强大的医疗后勤保障团队，这是对国际化、市场化、职业化的竞技体育运行规律的尊重。

不久前刚过了58岁生日的郎平，立志与女排姑娘们再拼搏到2020年东京奥运会。在她看来，“女排精神不单单是赢得冠军，而是有时候即便知道不会赢，也竭尽全力；女排精神是你一路走得摇摇晃晃，但站起来抖抖身上的尘土，依旧眼中坚定。”

改革先锋

100人

1978—2018

陈日新（1932年6月出生，2007年12月去世，山西大同人）

他率先引进西方先进经验和设备，创造了“三高一快”的平朔模式，推动了我国煤炭工业露天开采水平一步跨越30年。

陈冯富珍（1947年8月出生，中国香港）

她积极推动世界卫生组织改革，领导该组织和成员国成功应对埃博拉、寨卡等突发公共卫生事件，为全球卫生安全与人类卫生事业作出了重要贡献。

陈景润（1933年5月出生，1996年3月去世，福建福州人）

他取得解析数论研究领域多项重大成果。“陈氏定理”，至今仍在“哥德巴赫猜想”研究中保持世界领先水平。

茅永红（1954年12月出生，湖北武汉人）

他改革创新“社区”理念，率先开启中国特色“社区建设”探索之路，突破传统管理模式，建成全国第一个不设街道办事处的小区，对全国新建社区逐步取消街道产生了促进作用。

林毅夫（1952年10月出生，台湾宜兰人）

他自主创立并实践了新结构经济学理论体系，丰富完善农业经济学理论，重新构建发展中国家制度安排和宏观经济理论，为我国经济学理论创新作出了重要贡献。

杰桑·索南达杰（1954年4月出生，1994年1月去世，青海治多人）

他组建了我国第一支武装反盗猎队伍，在他英勇事迹的影响下，可可西里国家级自然保护区成立。

罗阳（1961年6月出生，2012年11月去世，辽宁沈阳人）

作为航空工业沈飞的“掌舵人”，他创新提出“十个统筹”发展思路，推动企业经营模式转型，提升企业综合实力，带领沈飞迈入持续跨越发展的快车道。

周明金（1953年1月出生，山东莱西人）

他在莱西县委组织部工作期间，总结形成了莱西村级组织建设“三配套”经验雏形。

郑举选（1940年6月出生，湖北武汉人）

他敢为人先、百折不挠，以敏锐的商业眼光和巨大勇气，推动个体经济获照经营和小商品市场开放搞活，被誉为汉正街“商界传奇”。

郑德荣（1926年1月出生，2018年5月去世，吉林延吉人）

他在东北师大牵头成立全国第一家毛泽东思想研究所并担任所长，注重传承红色基因，毕生初心不改，被誉为“红色理论家”。