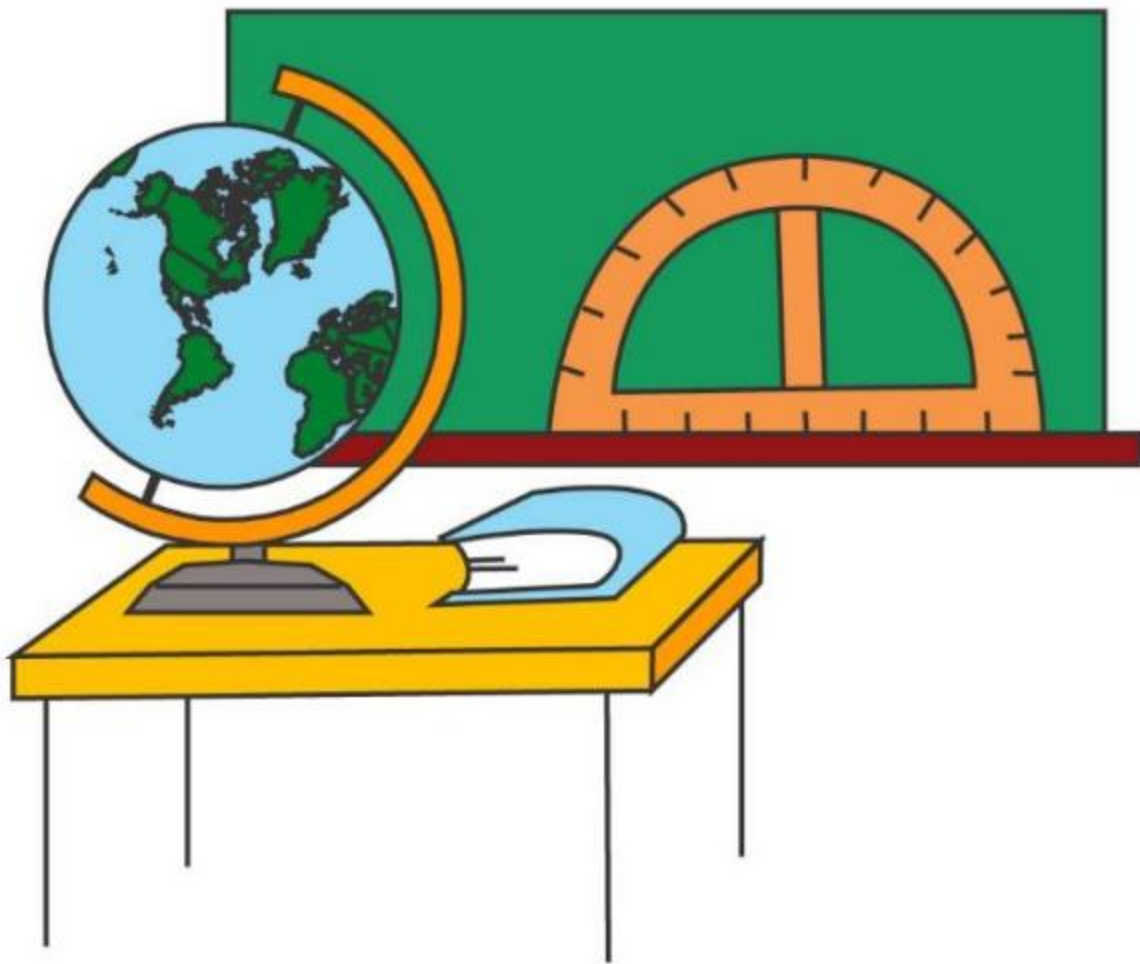


中国地理 简报系列 (2) - 我国的 地形

教育局 课程发展处

个人、社会及人文教育组



教师版

教师指引

- 中国地理的教授与地理课程的连系



- **地理课程指引(中一至中三)** 及 **地理课程及评估指引(中四至中六)** 中的课程内容 .均有约1/3是关于中国自然及人文地理的课题及例子。在学习个别有关中国地理的课题或例子前 .教师应先教授本简报 .以便让同学对**我国的整体地形**有着基本的认识 .有助同学理解高中地理课程中“河流”及初中地理课程中“人口”等课题的内容

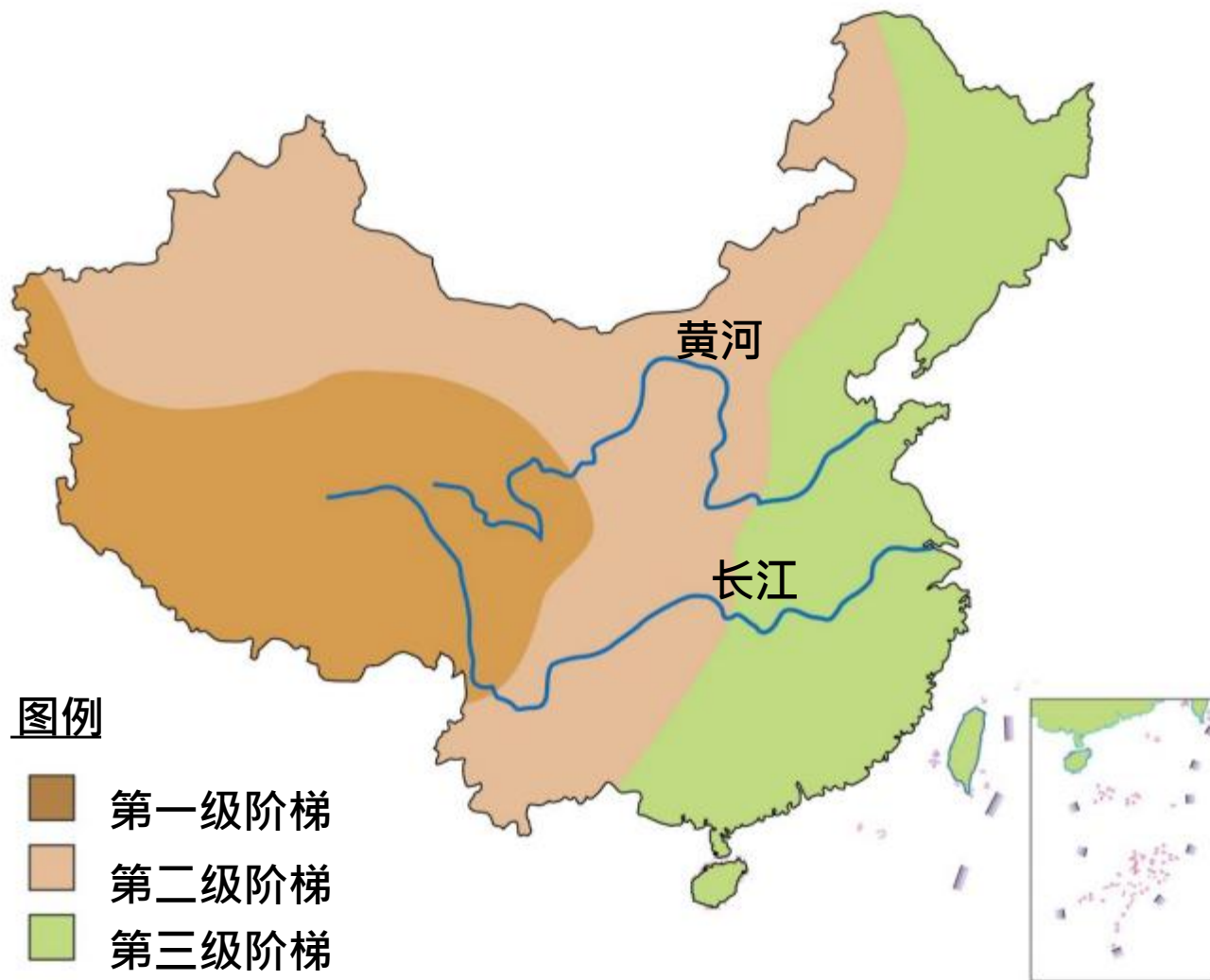
我国的地形格局 - 三级阶梯地势

- 在我国广阔的大地上 .有变化多端的地形地貌 - 山脉、高原、盆地、丘陵及平原等 .种类繁多
- 我国的**地势西高东低** .大致呈现**三级阶梯**拾级向下的总趋势（图1） .亦即所谓的“**三级阶梯地势**”



图1 我国的三级阶梯地势和主要河流图 (及相关资料)

河流	河长 (数据来源： 《中国统计年鉴 2021》)	年径流量(数据 来源： 《中国统计年鉴 2021》)
黄河	5,464 公里	592亿立 方米
长江	6,300 公里	9,857亿 立方米



从以上图1中可见 .我国的三级地形地势呈现西高东低的大势 .而各级阶梯的特征及例子如下：

三级阶 梯地势	特征及例子
第一级	• 第一级阶梯包括中国西南部 海拔平均4,000米 以上的青藏高原等高山

三级阶梯 地势

特征及例子

第二级

- 第二级阶梯的高度**约海拔1,000-2,000米** .部分地区可在500米以下
- 这个跨越我国的中部、北部及西北部的区域分布着一系列在海拔1,500米以上的高地 .例如有阿尔泰山脉、天山山脉、内蒙古高原、黄土高原、云贵高原、准噶尔盆地、塔里木盆地、柴达木盆地及四川盆地等



三级阶 梯地势

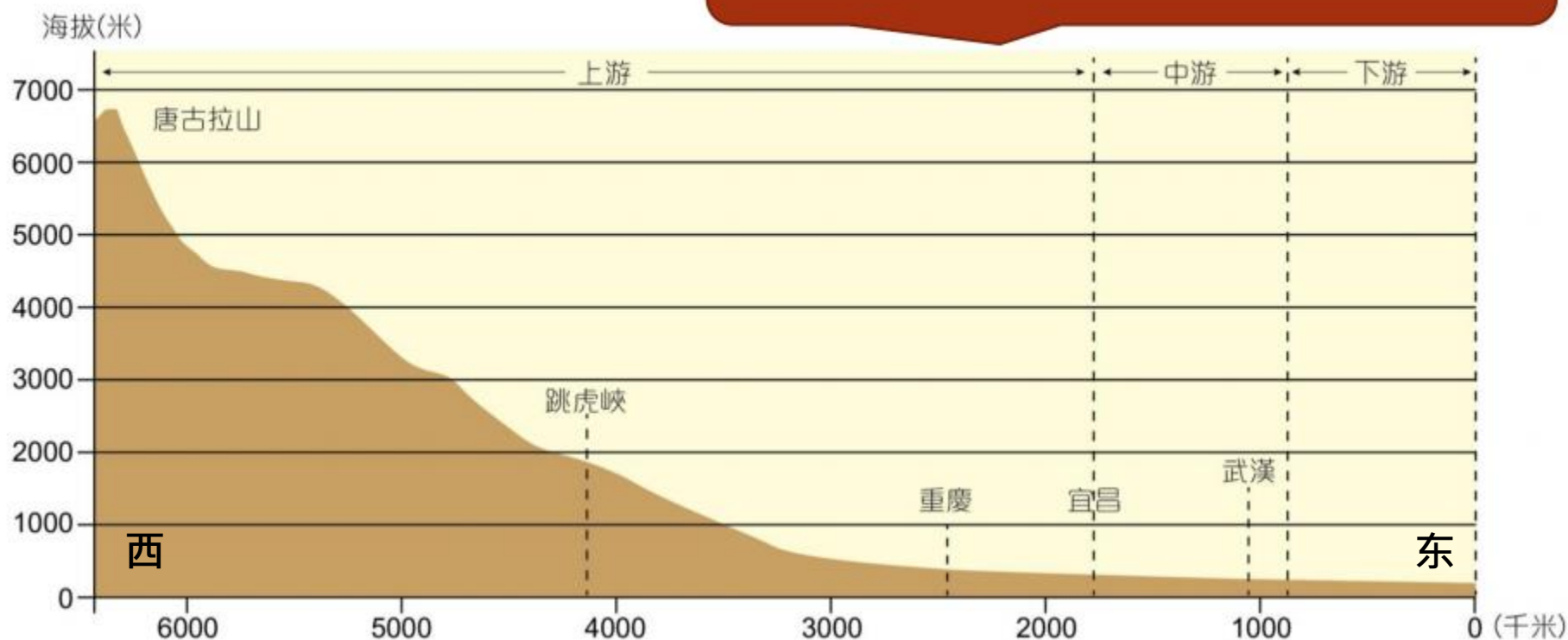
特征及例子

第三级

- 越过大兴安岭至雪峰山一线，一直至东部的海岸，是我国地势的第三级阶梯，是一片高度在**海拔500米以下的平原和丘陵地**
- 第三级阶梯的例子有东北平原、华北平原、长江中下游平原及东南丘陵等

- 如以图1中的长江为例子来绘画一幅剖面图 .可以见到我国的主要河流 (如长江及黄河)的流向 .也大致反映了我国西高东低的地形大势(参看以下图2)

图2 长江的剖面图



地形的特征 - 山多平地少

- 山多是我国地形的一个重要特征。
以高度计算 .高度在500米以下的低地只占全国土地总面积的25% .而高度在500米以上的高地却约占约四份之三
- 我国坡地(包括山脉、高原和丘陵等)的面积约占全国土地总面积的69%
- 相反 .平地(包括地势较平坦的盆地和平原等)的面积只占总面积的31%



山脉

- 山脉是指连绵的山体 . 它是构成中国地形的骨架
- 我国的山脉虽然纵横交错 . 但其分布有着一定的规律性 . 并可大致分为图3的**四组山脉** :
 - 1) 东 - 西走向的山脉**
 - 2) 东北 - 西南走向的山脉**
 - 3) 南 - 北走向的山脉**
 - 4) 西北 - 东南弧形走向山脉**

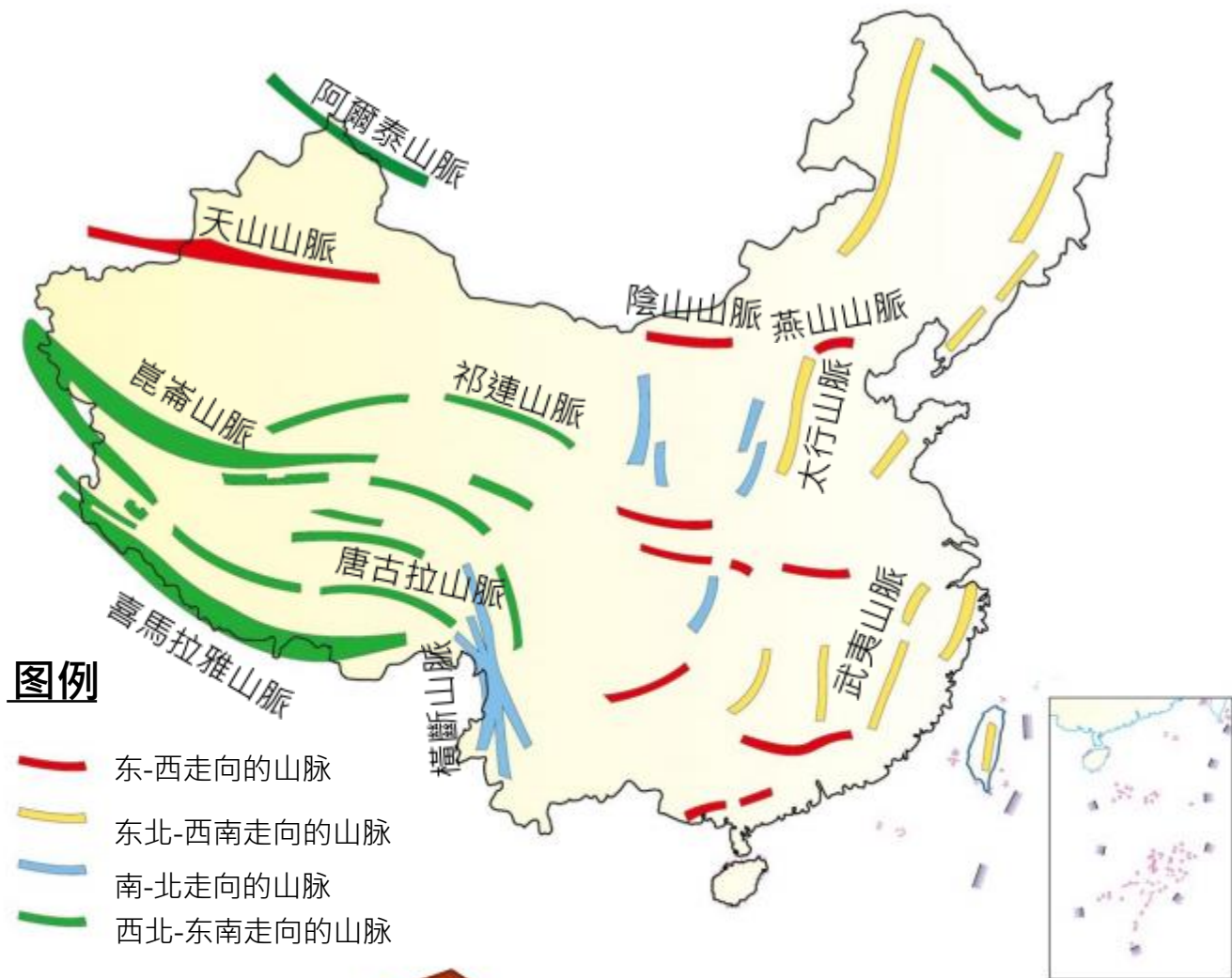


图3 我国的四组山脉

(来源: 香港教育局于2013出版的 <<从阅读中学习中国地理
(第一部分): 自然环境>> 一书中的第58页)

山脉



分布及例子

1) 东 - 西走向的山脉

- 包括北列的天山 - 阴山山脉、中列的崑仑山 - 秦岭山脉及南列的南岭

2) 东北 - 西南走向的山脉

- 主要位于中国东部。也可分为三列：西列为大兴安岭 - 太行山 - 巫山 - 雪峰山；中列为长白山 - 武夷山；东列为台湾山脉



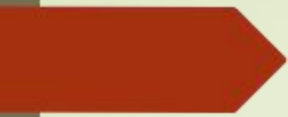
山脉	分布及例子
3) 南 - 北走向的山脉	<ul style="list-style-type: none">主要有两条 . 分别是中部的贺兰山和六盘山 ; 以及在中国西南的横断山脉
4) 西北 - 东南弧形走向山脉	<ul style="list-style-type: none">亦即是青藏高原 . 包括有阿尔泰山、祁连山和喜马拉雅山脉的众多高山

高原

- 我国有**四大高原** .分别是青藏高原、内蒙古高原、黄土高原和云贵高原 (图4)
- 除了青藏高原是坐落在我国的第一级阶梯上 .其余三大高原都是坐落在第二级阶梯上
- 1) **青藏高原** : 位于我国的西南部 .主要包括西藏、青海和四川的西部 .是我国面积最大、海拔最高(>4000米)的高原 .



图4 我国的四大高原

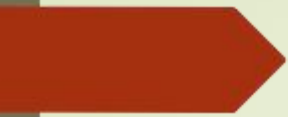
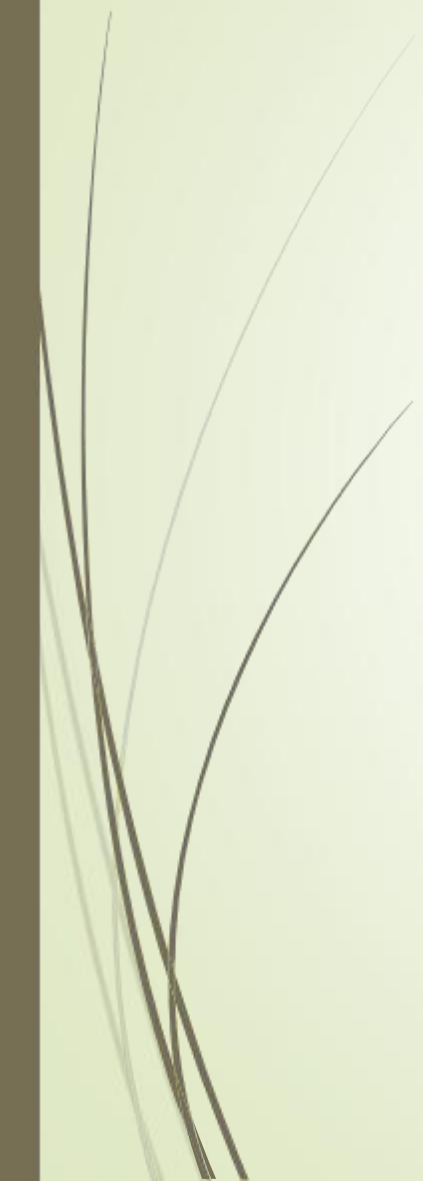
- 
- 2) 内蒙古高原: 位于北部 .主要包括内蒙古大部分地区和甘肃、宁夏及河北的一部分
 - 3) 黄土高原: 黄土高原是全世界厚度最厚、范围最大的黄土地形。其位置在内蒙古高原的正南方 .包括山西、和陝西、甘肃、宁夏的一部分
 - 4) 云贵高原: 位于西南部 .包括云南和贵州的大部分地区

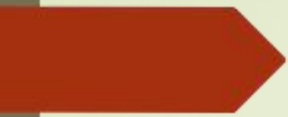
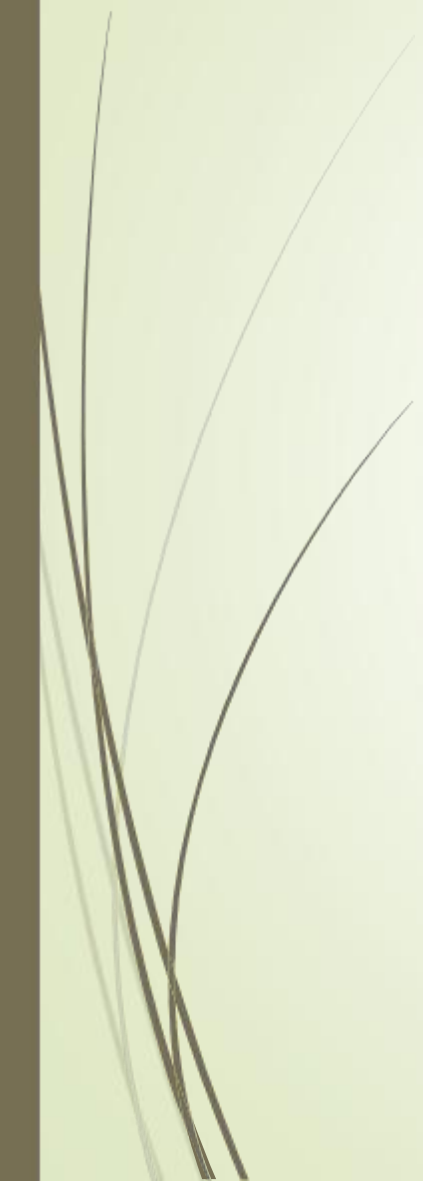
盆地

- 我国主要有**四大盆地** .分别是塔里木盆地、准噶尔盆地、柴达木盆地和四川盆地（图5） .全部皆位于第二级阶梯上
- 1) **塔里木盆地**位于新疆南部 .是我国最大的盆地 .海拔约800-1300米。塔里木盆地的地势呈西高东低之势 .其中心是我国最大的沙漠-塔克拉玛干沙漠 .而其边缘则是绿洲带



图5 我国的四大盆地

- 
- 
- 2) 准噶尔盆地位于新疆北部 .海拔约500-1000米 .是我国的第二大盆地 .其地势亦为西高东低 .中心部分是中国第二大沙漠-古尔班通古特沙漠
 - 3) 柴达木盆地位于青海省西北部 .是我国地势最高的盆地 .海拔约2500-3000米 .而其东南部有很多盐湖和沼泽

- 
- 
- 4) 四川盆地位于四川省东部 .海拔约250-700米 .其地势为西北高东南低 .内有平原、丘陵、低山和河流。盆地所在之处由于气候温暖 .土地肥沃 .故物产丰富 .有「天府之国」的美誉

平原

- 我国主要有**三大平原** . 由北到南 . 依次序是东北平原、华北平原和长江中下游平原 . 全部分布在中国东部地势最低的第三级阶梯上 (图6)
- 1) **东北平原** : 位于中国东北部的大、小兴安岭和长白山之间 . 包括黑龙江、吉林辽宁和内蒙古各省的一部分 . 是中国最大的平原 . 面积约为35万平方公里 . 海拔多在200米以下 . 除了中部地势稍高 . 大部分地方的地势皆平缓 . 其最大特色是拥有肥沃的黑土和淡水的沼泽



图6 我国的三大平原

- 2) 华北平原：位于东部偏北 .在燕山、太行山、淮河之间 .包括河北、河南、山东、京、津和江苏、安徽的一部分。华北平原是中国的第二大平原 .面积约为31万平方公里 .主要由黄河、淮河和海河冲积形成 .地表平坦 .多在海拔50米以下
- 3) 长江中下游平原：包括巫山以东到长江口大小多个平原 .例如洞庭湖平原、江汉平原、鄱阳湖平原、苏皖沿江平原和长江三角洲等 .总面积约20万平方公里 .是我国的第三大平原

丘陵

- 我国的丘陵地主要分布于东部沿海地方。三大丘陵地（图7）包括：
 - 1) 东南丘陵：是我国最大的一片丘陵地。包括雪峰山以东。长江以南的一大片地方
 - 2) 辽东丘陵
 - 3) 山东丘陵



图7 我国主要丘陵的分布