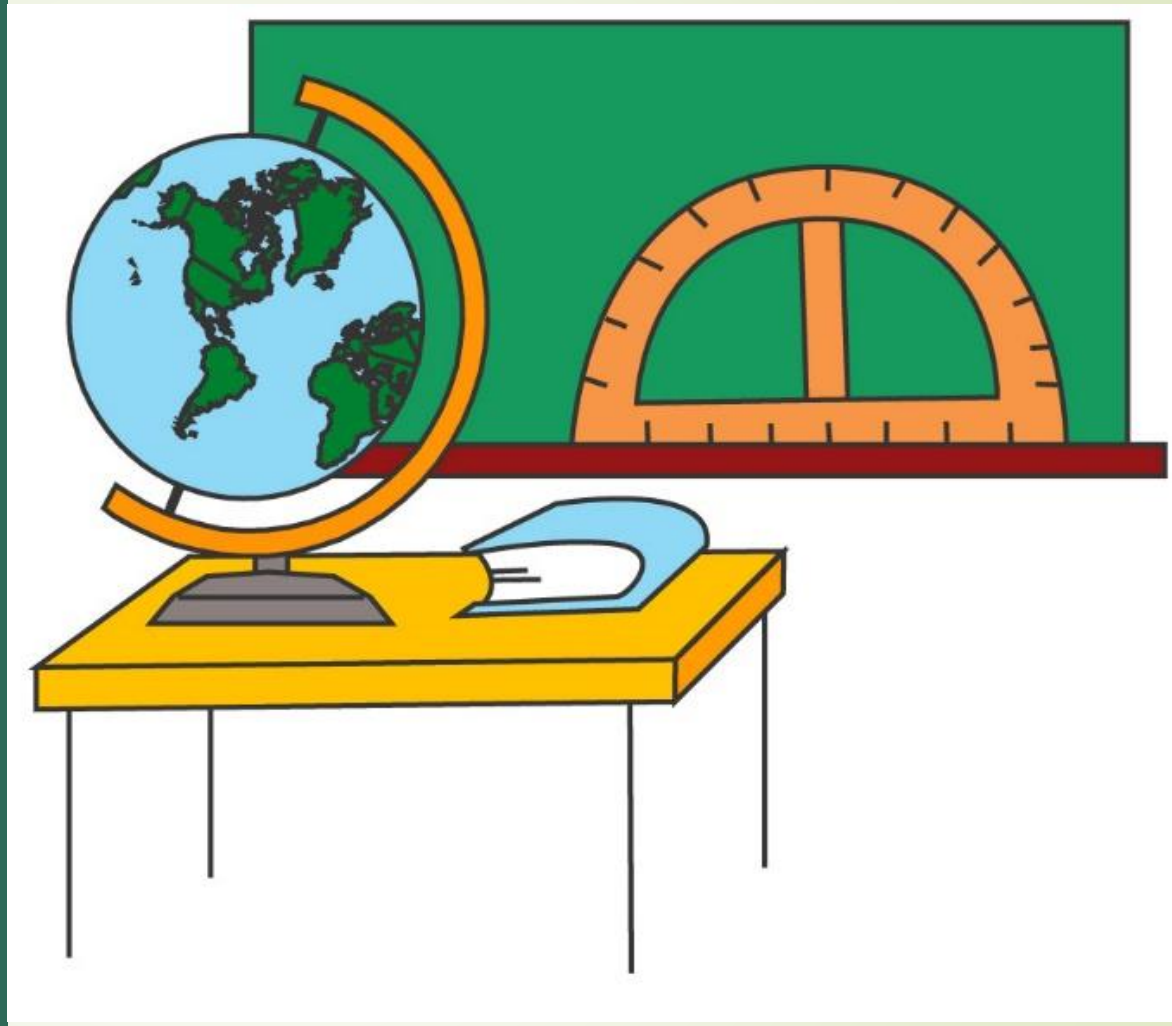
中國地理簡報系列(2) –我國的地形

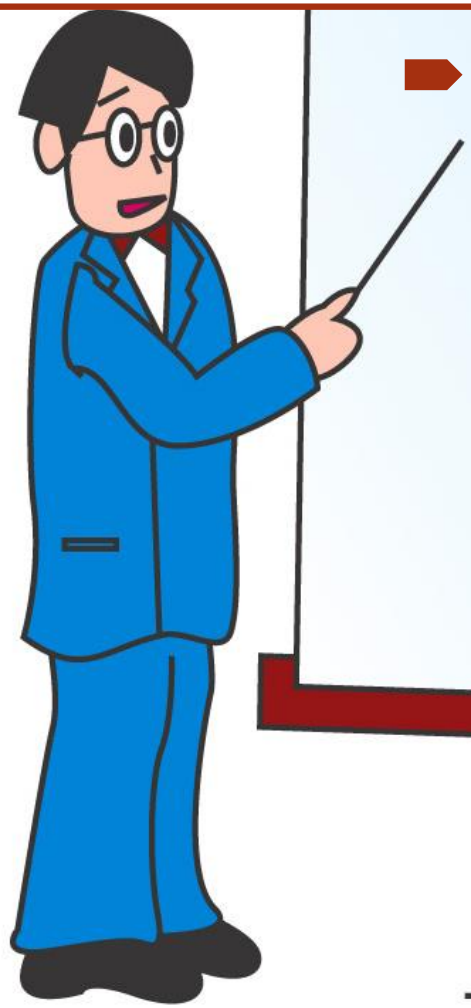


教育局 課程發展處

個人、社會及人文教育組

教師版

教師指引
– 中國地理的教授與地理課程的連繫



- ***地理課程指引(中一至中三)*** 及 ***地理課程及評估指引(中四至中六)*** 中的課程內容，均有約1/3是關於中國自然及人文地理的課題及例子。在學習個別有關中國地理的課題或例子前，教師應先教授本簡報，以便讓同學對**我國的整體地形**有著基本的認識，有助同學理解高中地理課程中“河流”及初中地理課程中“人口”等課題的內容

我國的地形格局 - 三級階梯地勢

- 在我國廣闊的大地上，有變化多端的地形地貌 - 山脈、高原、盆地、丘陵及平原等，種類繁多
- 我國的**地勢西高東低**，大致呈現**三級階梯**拾級向下的總趨勢（圖1），亦即所謂的"**三級階梯地勢**"

圖1 我國的三級階梯地勢和主要河流圖(及相關資料)

河流	河長(數據來源：《中國統計年鑑2021》)	年徑流量(數據來源：《中國統計年鑑2021》)
黃河	5,464公里	592億立方米
長江	6,300公里	9,857億立方米

從以上圖1中可見，我國的三級地形地勢呈現西高東低的大勢，而各級階梯的特徵及例子如下：

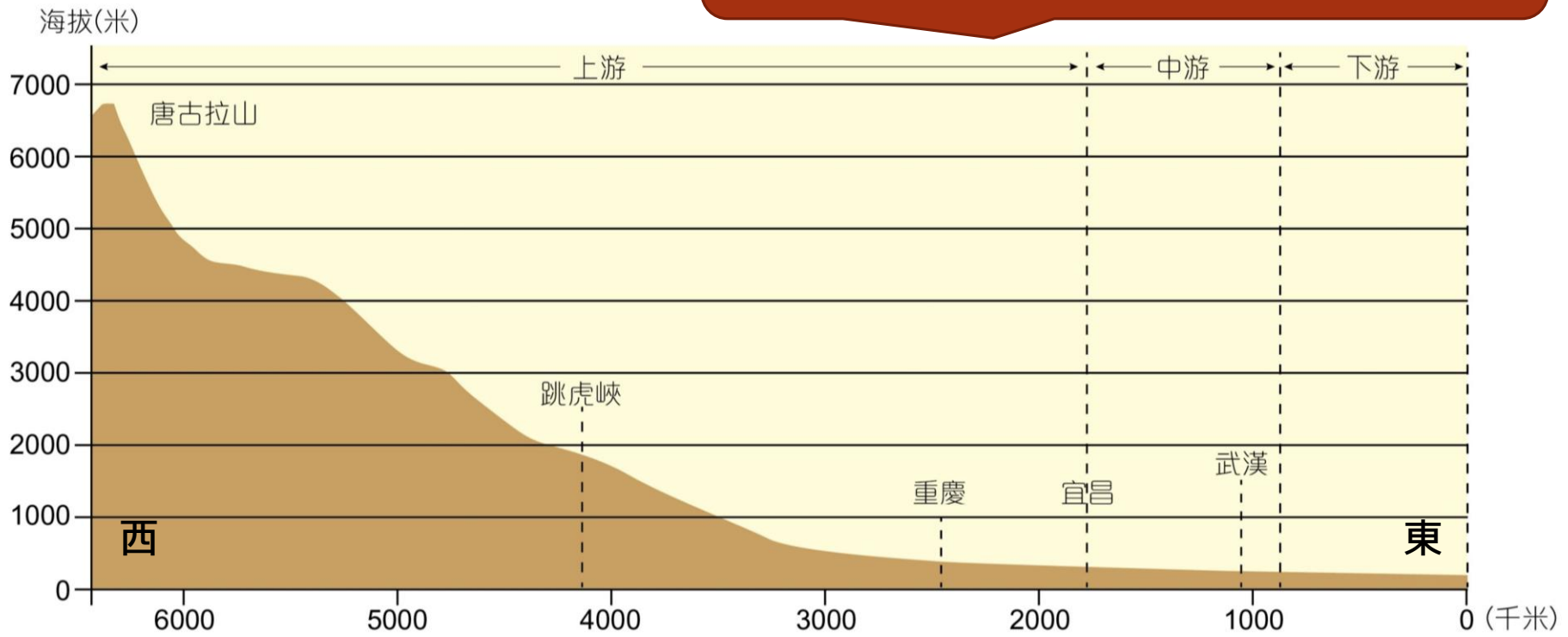
三級階梯地勢	特徵及例子
第一級	• 第一級階梯包括中國西南部**海拔平均4,000米以上**的青藏高原等高山

三級階梯地勢	特徵及例子
第二級	• 第二級階梯的高度**約海拔1,000-2,000米**，部分地區可在500米以下 • 這個跨越我國的中部、北部及西北部的區域分布著一系列在海拔1,500米以上的高地，例如有阿爾泰山脈、天山山脈、內蒙古高原、黃土高原、雲貴高原、准噶爾盆地、塔里木盆地、柴達木盆地及四川盆地等

三級階梯地勢	特徵及例子
第三級	• 越過大興安嶺至雪峰山一線，一直至東部的海岸，是我國地勢的第三級階梯，是一片高度在**海拔500米以下的平原和丘陵地** • 第三級階梯的例子有東北平原、華北平原、長江中下游平原及東南丘陵等

- 如以圖1中的長江為例子來繪畫一幅剖面圖，可以見到我國的主要河流(如長江及黃河)的流向，也大致反映了我國西高東低的地形大勢(參看以下圖2)

圖2 長江的剖面圖



地形的特徵 – 山多平地少

- 山多是我國地形的一個重要特徵。以高度計算，高度在500米以下的低地只佔全國土地總面積的25%，而高度在500米以上的高地卻約佔了約四份之三
- 我國坡地(包括山脈、高原和丘陵等)的面積約佔全國土地總面積的69%
- 相反，平地(包括地勢較平坦的盆地和平原等)的面積只佔總面積的31%

山脈

- 山脈是指連綿的山體，它是構成中國地形的骨架
- 我國的山脈雖然縱橫交錯，但其分佈有著一定的規律性，並可大致分為圖3的**四組山脈**：

1) **東 - 西走向的山脈**
2) **東北 - 西南走向的山脈**
3) **南 - 北走向的山脈**
4) **西北 - 東南弧形走向山脈**

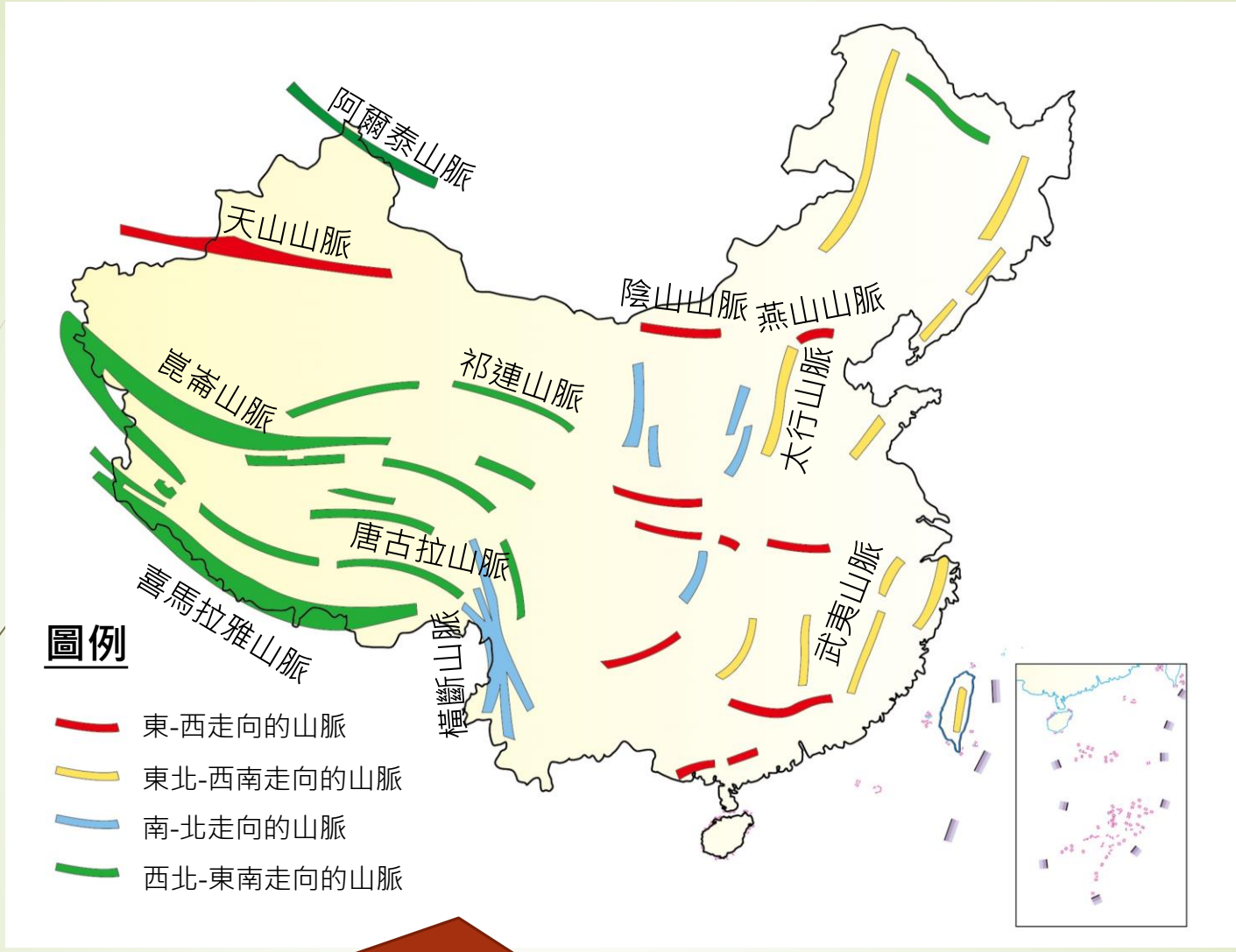


圖3 我國的四組山脈

(來源: 香港教育局於2013出版的 <<從閱讀中學習中國地理 (第一部分): 自然環境>> 一書中的第58頁)

山脈	分佈及例子
1) 東 - 西走向的山脈	• 包括北列的天山 - 陰山山脈、中列的崑崙山 - 秦嶺山脈及南列的南嶺
2) 東北 - 西南走向的山脈	• 主要位於中國東部，也可分為三列：西列為大興安嶺 - 太行山 - 巫山 - 雪峰山；中列為長白山 - 武夷山；東列為台灣山脈

山脈	分佈及例子
3) 南 - 北走向的山脈	• 主要有兩條，分別是中部的賀蘭山和六盤山；以及在中國西南的橫斷山脈
4) 西北 - 東南弧形走向山脈	• 亦即是青藏高原，包括有阿爾泰山、祁連山和喜馬拉雅山脈的眾多高山

高原

- 我國有**四大高原**，分別是青藏高原、內蒙古高原、黃土高原和雲貴高原(圖4)
- 除了青藏高原是坐落在我國的第一級階梯上，其餘三大高原都是坐落在第二級階梯上
- 1) **青藏高原**：位於我國的西南部，主要包括西藏、青海和四川的西部，是我國面積最大、海拔最高(>4000米)的高原，

圖4 我國的四大高原

- 2) **內蒙古高原:** 位於北部，主要包括內蒙古大部分地區和甘肅、寧夏及河北的一部分
- 3) **黃土高原**:黃土高原是全世界厚度最厚、範圍最大的黃土地形。其位置在內蒙古高原的正南方，包括山西、和陝西、甘肅、寧夏的一部分
- 4) **雲貴高原**：位於西南部，包括雲南和貴州的大部分地區

盆地

- 我國主要有**四大盆地**，分別是塔里木盆地、准噶爾盆地、柴達木盆地和四川盆地（圖5），全部皆位於第二級階梯上
- 1) **塔里木盆地**位於新疆南部，是我國最大的盆地，海拔約800-1300米。塔里木盆地的地勢呈西高東低之勢，其中心是我國最大的沙漠-塔克拉瑪幹沙漠，而其邊緣則是綠洲帶

圖5 我國的四大盆地

- 2) **准噶爾盆地**位於新疆北部，海拔約500-1000米，是我國的第二大盆地，其地勢亦為西高東低，中心部分是中國第二大沙漠-古爾班通古特沙漠
- 3) **柴達木盆地**位於青海省西北部，是我國地勢最高的盆地，海拔約2500-3000米，而其東南部有很多鹽湖和沼澤

- 4) **四川盆地**位於四川省東部，海拔約250-700米，其地勢為西北高東南低，內有平原、丘陵、低山和河流。盆地所在之處由於氣候溫暖，土地肥沃，故物產豐富，有「天府之國」的美譽

平原

- 我國主要有**三大平原**，由北到南，依次序是東北平原、華北平原和長江中下游平原全部分佈在中國東部地勢最低的第三級階梯上（圖6）
- 1) **東北平原**：位於中國東北部的大、小興安嶺和長白山之間，包括黑龍江、吉林、遼寧和內蒙古各省的一部分，是中國最大的平原，面積約為35萬平方公里，海拔多在200米以下，除了中部地勢稍高，大部分地方的地勢皆平緩。其最大特色是擁有肥沃的黑土和淡水的沼澤

圖6 我國的三大平原

- 2) **華北平原**：位於東部偏北，在燕山、太行山、淮河之間，包括河北、河南、山東、京、津和江蘇、安徽的一部分。華北平原是中國的第二大平原，面積約為31萬平方公里，主要由黃河、淮河和海河沖積形成，地表平坦，多在海拔50米以下
- 3) **長江中下游平原：**包括巫山以東到長江口大小多個平原，例如洞庭湖平原、江漢平原、鄱陽湖平原、蘇皖沿江平原和長江三角洲等，總面積約20萬平方公里，是我國的第三大平原

丘陵

- 我國的丘陵地主要分佈於東部沿海地方，**三大丘陵**地（圖7）包括：

1) **東南丘陵**：是我國最大的一片丘陵地，包括雪峰山以東，長江以南的一大片地方
2) **遼東丘陵**
3) **山東丘陵**

圖7 我國主要丘陵的分佈