

地形的主要特征

1. 地形多种多样 在中国辽阔的大地上，有雄伟的高原、起伏的山岭、广阔的平原、低缓的丘陵，还有四周群山环抱、中间低平的盆地。全球陆地上的5种基本地貌类型，中国均有分布，这为中国工农业的发展提供了多种选择和条件。

2. 山区面积广大 山区面积广大。通常人们把山地、丘陵和高原统称为山区。中国山区面积占全国面积的2/3，这是中国地形的又一显著特征。山区面积广大，给交通运输和农业发展带来一定困难，但山区可提供林产、矿产、水能和旅游等资源，为改变山区面貌、发展山区经济提供了资源保证。

3. 中国地势西高东低，大致呈三级阶梯状分布 地势的第一级阶梯是青藏高原，平均海拔在4000米以上。其北部与东部边缘分布有昆仑山脉、阿尔金山脉、祁连山脉、横断山脉，它们的北、东缘是地势第一、二级阶梯的分界线。

地势的第二级阶梯平均海拔在1000～2000米，这里分布着大型的盆地和高原，包括内蒙古高原、黄土高原、云贵高原、塔里木盆地、准噶尔盆地和四川盆地。其东部边缘有大兴安岭、太行山脉、伏牛山、巫山、雪峰山等，它们的东麓是地势的第二、三级阶梯的分界线。

地势的第三级阶梯上主要分布着广阔的平原，间有丘陵和低山，海拔多在500米以下。

如果通过北纬32° 线，自西向东作一幅中国地形剖面图，从西部的大高原，到中部的盆地，再到东部平原，西高东低，呈阶梯状逐级下降的地势特点十分明显。

从中国陆地的第三级阶梯继续向海面以下延伸，就是浅海大陆架，这是大陆向海洋自然延伸的部分，一般深度不大，坡度较缓，海洋资源丰富。中国近海大陆架比较广阔，渤海和黄海的海底全部、东海海底的大部分和南海海底的一部分，都属浅海大陆架。目前，开发海洋资源，尤其是石油资源主要是在大陆架上进行的。

地势西高东低，有利于海上湿润空气向中国陆上推进，也便于北方冷空气南下，为降水的形成提供条件。受地势影响，中国大多数河流东流入海，沟通了东西交通，便于沿海与内地联系。随着地势逐级下降，河流在一、二级阶梯的过渡地带形成巨大落差，蕴藏着丰富的水能资源。

各类地形占国土陆地总面积的比例（%）				
山地	高原	盆地	丘陵	平原
33.33	26.04	18.75	9.90	11.98
不同海拔高度占国土陆地总面积的比例（%）				
>3000 米	2000～3000 米	1000～2000 米	500～1000 米	≤500 米
25.94	6.07	24.55	15.86	27.58

地形的分布

1. 山脉 山地呈脉状延伸即为山脉。山脉构成中国地形的骨架，常常是不同地形区的分界，山脉延伸的方向称作走向，中国山脉的分布按其走向一般可分为5种情况。

东西走向的山脉主要有3列：北列为天山—阴山；中列为昆仑山—秦岭；南列为南岭。

东北—西南走向的山脉主要分布在中国东部：西列为大兴安岭—太行山—雪峰山；中列为长白山—武夷山；东列为台湾山脉。

西北—东南走向的山脉主要分布在中国西部，著名山脉有两条：阿尔泰山和祁连山。

南北走向的山脉主要有两条，分布在中偏西部，分别是横断山脉、贺兰山脉等。

弧形山系由几条并列的山脉组成，其中最著名的山脉为喜马拉雅山，分布在中国与印度、尼泊尔等国边界上，绵延2400多千米，平均海拔6000米左右，其主峰珠穆朗玛峰，海拔8848.86米，是世界最高峰，坐落在中国与尼泊尔的边界上。

2. 高原 中国有四大高原，即青藏高原、云贵高原、黄土高原和内蒙古高原。它们集中分布在地势第一、二级阶梯上。由于海拔高度、位置、成因和受外力侵蚀作用不同，高原的外貌特征各异。

3. 盆地 中国有四大盆地，即塔里木盆地、准噶尔盆地、柴达木盆地和四川盆地。它们主要分布在地势第二级阶梯上，由于海拔高度及所在位置不同，其特点也不相同。

此外，著名的吐鲁番盆地也分布在地势第二级阶梯上，它是中国地势最低的盆地（最低处为-154米）。

4. 平原 中国有三大平原，即东北平原、华北平原和长江中下游平原。它们分布在中国东部地势第三级阶梯上。由于位置、成因、气候条件等各不相同，在地形上也各具特色。

三大平原南北相连，土壤肥沃，是中国最重要的农耕区。除此以外，中国还有成都平原、汾渭平原、珠江三角洲、台湾西部平原等，它们也都是重要的农耕区。

5. 丘陵 中国丘陵众多，分布广泛。在东部地区主要有辽东丘陵、山东丘陵、江南丘陵。

主要山脉与名山简表

山脉名称	最高峰和海拔高程（米）		山脉名称	最高峰和海拔高程（米）	
阿尔泰山脉	友谊峰	4374	贺兰山	贺兰山	3556
天山山脉	托木尔峰	7439	阴山山脉	呼和巴什格	2364
阿尔金山脉	苏拉木塔格	6163	大兴安岭	黄冈梁	2029
祁连山脉	岗则吾结（团结峰）	5808	小兴安岭	平顶山	1429
昆仑山脉	公格尔山	7649	长白山脉	白云峰（中国境内）	2691
阿尔格山	布喀达坂峰	6860	张广才岭	大秃顶子	1690
可可西里山脉	岗扎日	6305	龙岗山	岗山	1335
巴颜喀拉山脉	年保玉则峰	5369	燕山	雾灵山	2116
阿尼玛卿山	玛卿岗日	6282	太行山脉	小五台山	2882
唐古拉山脉	各拉丹冬	6621	西山	东灵山	2303
冈底斯山脉	冷布岗日	7095	五台山	北台顶	3061.1
念青唐古拉山脉	念青唐古拉峰	7162	吕梁山脉	关帝山	2830
喀喇昆仑山脉	乔戈里峰	8611	泰山	玉皇顶	1532.7
喜马拉雅山脉	珠穆朗玛峰	8848.86	云台山	玉女峰	624.4
横断山脉	贡嘎山	7556	天目山	清凉峰	1787
怒山	梅里雪山	6740	洞宫山	黄茅尖	1921
沙鲁里山	雀儿山	6168	武夷山脉	黄岗山	2160.8
大雪山	贡嘎山	7556	黄山	莲花峰	1864.8
无量山	猫头山	3306	三清山	玉京峰	1819.9
哀牢山	哀牢山	3166	龙虎山	龙虎峰	247.4
乌蒙山	韭菜坪	2900	崂山	巨峰	1132.7
武陵山	凤凰山	2570	武当山	天柱峰	1612.1
大巴山脉	摩天岭	4072	青城山	老君阁	1260.0
大巴山	神农顶	3105	峨眉山	金顶	3079.3
秦岭	太白山	3767	井冈山	五指峰	1597.6
华山	南峰	2154.9	罗霄山	南风面	2120
大别山	霍山（白马尖）	1774	雪峰山	苏宝顶	1934
六盘山	米缸山	2942	南岭	猫儿山	2141
衡山	祝融峰	1300.2	瑶山	石坑崆（猛坑石）	1902
嵩山	峻极峰	1491.7	五指山	五指山	1867
恒山	天峰岭	2016.1	莲花山	铜鼓嶂	1560
普陀山	佛顶山	286.3	中央山	秀姑峦山	3833
雁荡山	百岗尖西峰	1108.0	玉山	玉山	3997
九华山	十王峰	1344.4	阿里山	大塔山	2663
庐山	汉阳峰	1473.4	台东山	新港山	1682

四大高原及位置和特征

	位 置	特 征
青藏高原	位于中国西南部，主要包括西藏、青海全部，四川西部、新疆南部以及云南、甘肃的一部分；在昆仑山、祁连山、横断山和喜马拉雅山之间	① 地势高，平均海拔 4000 米以上，多雪山冰川 ② 面积大，占全国陆地总面积的 1/4 ③ 高原上多大山，但高原内部相对高度较小，有宽谷盆地 ④ 分布着全球最大的高原内陆湖泊群
内蒙古高原	位于中国北部，包括内蒙古大部分和甘、宁、冀的一部分，在大兴安岭、阴山、祁连山之间	① 地势起伏和缓、山脉少 ② 为中国第二大高原，平均海拔 1000 米 ③ 东部多草原，西部多戈壁、沙漠
黄土高原	位于中国中部，包括山西和陕西、甘肃、宁夏的一部分。在内蒙古高原以南，秦岭以北，太行山以西，祁连山东端以东	① 海拔 1000 ~ 2000 米，地表覆盖深厚的黄土 ② 地表破碎，沟壑纵横 ③ 水土流失严重
云贵高原	位于中国西南部，包括云南中东部，贵州大部。在横断山脉以东，雪峰山以西，四川盆地以南	① 地势崎岖不平，海拔 1000 ~ 2000 米 ② 多峡谷，多小型山间盆地（即坝子） ③ 石灰岩分布广，多典型的喀斯特地形

四大盆地及位置和特征

	位 置	特 征
塔里木盆地	位于新疆南部，天山与昆仑山之间	① 面积大，是中国最大的盆地 ② 沙漠广，塔克拉玛干沙漠是中国最大的沙漠 ③ 地势西高东低，海拔 780 ~ 1300 米，沙漠边缘有绿洲
准噶尔盆地	位于新疆北部，天山与阿尔泰山之间	① 为中国第二大盆地 ② 盆地内古尔班通古特沙漠是中国第二大沙漠，半固定沙丘居多 ③ 地势东高西低，海拔 500 ~ 1000 米，西侧山间有缺口
柴达木盆地	位于青海省西北部，阿尔金山—祁连山与昆仑山之间	① 地势高，海拔 2600 ~ 3200 米，是中国地势最高的大盆地 ② 中部多盐湖沼泽，盆地西部多风蚀地形
四川盆地	位于四川东部，在巫山、大巴山、横断山、大娄山之间	① 海拔一般为 300 ~ 600 米，北高南低，西部为平原，中、东部为丘陵、低山分布 ② 河流众多，为中国最大的外流盆地 ③ 地表广泛分布紫色土

三大平原及位置、主要组成部分和特征

	位 置	主要组成部分	特 征
东北平原	位于中国东北部，大小兴安岭与长白山之间。包括黑、吉、辽三省和内蒙古的各一部分	三江平原、松嫩平原、辽河平原	① 中国最大的平原，广泛分布着肥沃的黑土 ② 海拔多在 200 米以下，中部地势稍高，大部分低平，三江平原等地区多有沼泽
华北平原 (亦称黄淮海平原)	位于中国东部偏北，在燕山、太行山、淮河之间，包括冀、鲁、豫、京、津和苏、皖的一部分	海河平原、黄淮平原	① 中国第二大平原 ② 大部分海拔 50 米以下，地表大平小不平
长江中下游平原	位于中国中、东部，在巫山以东，长江干支流沿岸，包括鄂、湘、赣、皖、苏、浙、沪	江汉平原、洞庭湖平原、鄱阳湖平原、江淮平原、长江三角洲	① 大部分海拔 50 米以下，地势低平 ② 河网纵横，湖荡密布