**🌏 宋元明清**

**1️⃣ 宋朝（960–1279）**

**北宋（960–1127）**

* **政治制度**：
  + 科舉制完善 → 士人掌握文官體系
  + 三司、翰林院、文官主導政治
* **經濟與建設**：
  + 江南經濟發展：手工業、茶葉、絲綢、瓷器
  + 都城汴京：城防、水利（都江堰持續使用）
* **外患**：北方契丹（遼）、西夏威脅 → 和議、歲幣制度
* **對外貿易與交流**：
  + 海上：泉州、廣州、明州、揚州 → 與東南亞、阿拉伯、印度、日本貿易
  + 陸上：絲路 → 與中亞、波斯、阿拉伯換取香料、珠寶、玻璃器
* **文化**：宋詞（蘇軾、李清照）、理學萌芽（周敦頤、程頤、朱熹）
* **社會事件**：土地兼併、民變頻繁

**南宋（1127–1279）**

* **政治制度**：偏安江南，文官掌權
* **建設**：江南城市、港口、運河、橋樑、城牆
* **外患**：金、蒙古入侵 → 長期對外防禦
* **經濟**：商業繁榮、海上貿易活躍
* **文化**：理學發展、文學藝術繁榮

**2️⃣ 元朝（1271–1368）**

* **政治制度**：行省制 → 地方分區管理
* **建設**：大都（北京）規劃、運河改建
* **外患**：西域、中亞、東歐征戰
* **社會**：種族分等（蒙古、色目、漢人、南人）
* **對外貿易與交流**：
  + 海上絲路 → 東南亞、印度、阿拉伯、東非
  + 陸上絲路 → 中亞、歐洲（馬可·波羅遊記記錄）
  + 朝貢體系：高麗、日本、東南亞諸國進貢
* **文化**：戲劇與繪畫、外國醫學與天文知識傳入

**3️⃣ 明朝（1368–1644）**

* **政治制度**：中央集權 → 三司制、內閣輔政；科舉制度延續
* **建設**：北京城（紫禁城）、長城加固、京杭大運河整修、水利工程（都江堰、黃河堤防）
* **外患**：北方蒙古威脅 → 長城防禦；東南海上倭寇
* **經濟與貿易**：江南手工業與商品經濟繁榮
* **對外貿易與交流**：
  + 鄭和下西洋 → 東南亞、南亞、中東、非洲東岸
  + 貨物：絲綢、瓷器、茶葉 → 換回香料、寶石、象牙
  + 海禁政策 → 民間走私與海外商人活躍
* **文化**：文學（四大名著）、繪畫、戲曲、理學成熟
* **社會事件**：宦官專權、農民起義頻繁

**4️⃣ 清朝（1644–1911）**

**初期（順治、康熙、雍正、乾隆）**

* **政治制度**：八旗制度 + 滿漢分治；科舉制度延續
* **建設**：長城修繕、京杭大運河整修；省、府、縣行政建設完善
* **外患**：平定三藩、西藏、准噶爾、西北邊疆整合；對俄國、尼泊爾、緬甸外交
* **對外貿易與交流**：朝貢制度仍存，與周邊國家（朝鮮、緬甸、琉球）往來
* **文化**：康乾盛世 → 四庫全書編纂、文學藝術繁榮

**晚期（嘉慶、道光、咸豐、同治、光緒）**

* **政治**：腐敗加劇，官僚制度失效
* **外患**：鴉片戰爭（1840）、中英、中法、中日戰爭；內亂 → 太平天國、捻軍起義
* **建設**：洋務運動 → 近代工廠、船坞、鐵路建設
* **對外貿易**：條約港口開放（上海、福州、廈門），對外貿易自由化
* **社會**：社會矛盾尖銳 → 農民起義與民族矛盾
* **沿生**：晚清 → 外國壓力 + 內部腐敗 → 現代化萌芽

**🔗 沿生整理（政治+外患+貿易）**

1. **宋**：海上絲路繁榮 → 港口城市興起 → 外患北方契丹、西夏
2. **元**：陸上絲路 + 海上貿易 → 外患高壓 → 民族分等制度形成
3. **明**：鄭和下西洋 → 海上貿易繁盛 → 海禁限制民間 → 外患蒙古、倭寇
4. **清**：八旗制度 + 科舉延續 → 康乾盛世建設完善 → 晚期列強入侵 + 洋務運動
5. **沿生脈絡**：對外貿易 → 經濟繁榮 → 港口與城市發展 → 外患與政策調整 → 文化交流