



学生应知民族知识

中国民族地理知识

李大伟 主编

目 录

| | |
|----------------------|-----|
| 少数民族的地理分布 | 1 |
| 少数民族地区自然环境特征 | 2 |
| 地貌..... | 2 |
| 气候..... | 10 |
| 河流和湖泊..... | 16 |
| 当代少数民族地理分布的历史演变..... | 30 |
| 少数民族历史演变的基本情况..... | 30 |
| 少数民族历史演变的基本特征..... | 41 |
| 少数民族人口的分布与迁移 | 47 |
| 人口分布的基本形式..... | 47 |
| 人口分布的特点..... | 48 |
| 人口的分区..... | 49 |
| 影响人口分布的因素..... | 50 |
| 人口的迁移..... | 51 |
| 民族地区交通运输业的发展概况 | 53 |
| 铁路运输..... | 54 |
| 公路运输..... | 60 |
| 航空运输..... | 64 |
| 水路运输..... | 66 |
| 管道运输..... | 66 |
| 少数民族分区地理 | 67 |
| 东北、内蒙古地区..... | 67 |
| 西北区..... | 72 |
| 中南、东南区..... | 78 |
| 西南区..... | 83 |
| 青藏区..... | 92 |
| 少数民族地区农业地理..... | 100 |

| | |
|-----------------|-----|
| 种植业..... | 100 |
| 林业..... | 117 |
| 畜牧业..... | 123 |
| 水产业..... | 127 |
| 少数民族地区工业地理..... | 128 |
| 能源工业..... | 128 |
| 冶金工业..... | 139 |
| 机械工业..... | 146 |
| 轻纺工业..... | 148 |
| 民族手工业..... | 151 |
| 民族地区的旅游资源..... | 157 |
| 旅游资源的特点..... | 157 |
| 自然旅游资源..... | 161 |
| 人文旅游资源..... | 169 |

少数民族的地理分布

我国少数民族分布的地域十分广阔，约占全国总面积的 63.8%。由于历史的原因，他们绝大部分居住在我国西部和北部的边疆地区。西北、西南及东北地区是我国少数民族分布最集中的地区。

其分布的主要形式为聚居和杂散居。

绝大多数少数民族都以或大或小的聚居区同汉族居住地区交错穿插，从而形成了在地域分布上以汉族为主体的各民族“大杂居，小聚居”的分布格局。这种格局长期以来加强和促进了各民族经济文化的密切联系和相互交流。为了适应我国民族构成和分布的复杂情况，党和政府实行了具有很大灵活性的民族区域自治政策。

1. 一些民族兼有散居和聚居两种形式，即大分散中有集中。回族主要聚居于宁夏回族自治区及甘肃部分地区，但分布于回族自治地区的回民人口只占其总人口的 $\frac{1}{3}$ ，其余 $\frac{2}{3}$ 散居在全国各地。满族近一半的人口分布于辽宁省，其余、则广泛分散在全国各地。蒙古族、壮族、苗族等在其聚居区外，仍有相当数量的杂散居人口广泛分布。同时，在某些民族散居地区仍有相对的集中。

2. 大部分少数民族在地理分布上表现出相对集中的特点。如壮族分布于广西；维吾尔、哈萨克、柯尔克孜、塔吉克等族在新疆；布依族在贵州；白族、哈尼族在云南等。又如藏族，人数较多，分布也广，但主要集中于西藏及川、青、甘、云各省临青藏高原的边缘地带，其聚居区在地域上是连续的；朝鲜族在吉林、黑龙江、辽

宁均有广泛分布，地域分布相当集中。

3. 还有一些民族在地理分布上具有一些较独特的形式。如锡伯族和达斡尔族，由于在历史上经历了较大规模的人口迁移，故使同一民族分居于相隔遥远的两处地方，一部分居住在东北，另一部分却分布于新疆，虽失去“共同地域”的特征，却保持着共同的民族特点。

少数民族地区自然环境特征

根据我国自然地理环境的主要差异，可将全国划分为东部季风区、西北干旱区和青藏高原区三大自然区。东部季风区约占全国面积的 46%，西北干旱区和青藏高原区分别占全国面积的 27.3%和 26.7%。三大自然区在气候、植被、土壤、水文等方面各有特点。

地貌

（一）地貌轮廓的基本特征

在特定的地质基础与新构造运动等内力因素，以及复杂多变的气候、水文、生物等外力因素的作用下，我国地貌轮廓具有以下基本特征；地势西高东低，呈三级阶梯状下降；地形多种多样，山区面积广大，山脉纵横，呈定向排列并交织成网格状。我国民族地区几乎连成一片，较完整地保留了我国地貌轮廓的基本特征。我国民族地区地貌具有的基本特征是：

1. 地貌类型复杂多样。有被内力推移而高高抬升的高原和山地，也有被挠曲下降的低洼的盆地和平原，还

有起伏和缓的丘陵。如横断山脉的许多山峰海拔超过 5000—6000 米，一般也在 4000 米左右。又如天山山脉东段的吐鲁番盆地，盆地最低部分的艾丁湖面海拔 155 米，是全国最低的洼地，盆地北部的博格达山海拔 3500—4000 米，最高的博格达峰海拔 5445 米，二者高差 5600 米，距离仅有 150 公里左右。

在内陆干旱地区，有以风力作用为主的沙漠和戈壁地貌，约占全国面积的 13.8%，其中 95% 以上的沙漠和戈壁地貌位于内蒙古、宁夏、青海等民族聚居地区。

在西部高山地区，现代冰川覆盖面积达 537 万平方公里；在大兴安岭、青藏高原以及天山、阿尔泰山和祁连山等地区，多年冻土分布面积有 215 万平方公里。

广西、贵州和云南东部出露大面积的碳酸盐类岩石，面积约占全国同类岩石的 42%。在湿热气候条件下，岩溶作用强烈，发育了典型的喀斯特地貌。

黄土高原边缘的民族地区，西起湟水流域，经六盘山麓、鄂尔多斯高原，东止西辽河流域的广大范围内，堆积的黄土经流水作用，侵蚀发育了现代的各种黄土地貌。

在长白山、大岭、内蒙古高原东部以及滇东、黔西、桂西有广泛的玄武岩喷发，形成熔岩地貌。如白头山峰顶的天池就是一个火口湖；在内蒙古锡林郭勒盟北部和中部散布着 348 座死火山；在黔东南、桂中、桂西北和桂东南发育了红层丘陵，滇中发育了红层高原，滇南发育了红层山地。

我国大陆民族地区的省级行政单位多居内陆，远离海洋，但广西壮族自治区濒临南海，曲折的海岸线长达 1500 公里，著名的海湾有钦州湾，湾内淤泥质海滩为红

树林海岸。广西海岸带外的北部湾位于大陆架上，深 50 米左右，其间有 800 多个小岛，最大的是涠洲岛；钦州、防城、东兴的海湾内岛屿，原来属于陆地上的侵蚀残丘，后因海水入侵而与陆地隔开形成岛屿。

2. 山地高原广泛分布。民族地区大约 93.5% 的面积位于我国第一级阶梯和第二级阶梯上。全国主要的极高山（海拔 5000 米以上）、高山（海拔 3500—5000 米）出现在西部的最高一级阶梯——青藏高原上。青藏高原的面积 230 万平方公里，占民族地区面积的 36.8%，在青藏高原上，位于中尼边界的珠穆朗玛峰海拔 8848.13 米，是世界第一高峰。

第二级阶梯上的民族地区，面积 350 多万平方公里，占民族地区面积的 56.7%。这里集中了全国秦岭以外的主要中山（海拔 1000—3500 米）。第二级阶梯的东缘大致以大兴安岭—太行山—巫山—雪峰山一线与第三级阶梯为界，海拔大都在 1500 米以上。全国的四大高原除青藏高原和黄土高原的中心部分外，内蒙古高原、云贵高原和黄土高原的北部边缘部分都在第二级阶梯上的民族地区；全国的四大盆地除海拔较低、面积较小的四川盆地外，塔里木盆地、准噶尔盆地和柴达木盆地也都在第二级阶梯上的民族地区。

民族地区山地分布集中，面积广大，如果把切割的高原和起伏的丘陵包括在内，广大的山地约占民族地区总面积的 75%。山地是全国绝大多数的少数民族集中居住地。

3. 平原狭小，分布零散。第三级阶梯上民族地区的平原，面积约 11 万平方公里，占民族地区总面积的 1.7%。这些平原之中，除内蒙古东部有较大面积平原外，其

他民族地区主要是分布零散的狭小平原，而且多属海拔 200—500 米的平原。

广西壮族自治区境内众多的小平原，面积共约 3.16 万平方公里，最大的平原是南宁—桂平的郁江河谷冲积平原，面积仅 6400 平方公里。一般平原的面积为 300—600 平方公里，海拔 200—500 米，相互间被山地丘陵分隔开。

群山起伏的延边朝鲜族自治州境内，牡丹江、图们江、琿春江穿流于众山之间，在延吉、敦化、琿春等河谷盆地内，形成海拔 200—500 米的狭小河流冲积平原。

（二）主要地貌类型

按地貌形态分类，我国民族地区的陆地也和全国一样，分为山地、高原、盆地、丘陵和平原。

1. 山地。我国是个山地众多的国家，其中民族地区占有我国山地的大部分。山地按其走向可分为下列几种类型：

（1）东西走向的山脉主要有三列：最北的一列是天山—阴山，大致位于北纬 40°—43° 之间，几乎都在民族地区境内。天山山脉是位于亚洲中部的巨大山脉，全长 2500 公里，西段在前苏联境内，东段横亘在我国新疆维吾尔自治区的中部，长约 1500 公里，南北宽 250—300 公里。天山向东延续，与河西走廊北侧的北山（合黎山、龙首山）相连，再向东延至内蒙古中部即为阴山山脉。

中间的一列是昆仑山—秦岭，大致位于北纬 32.5°—35° 之间。昆仑山位于民族地区，西起帕米尔，东止四川盆地的西北缘，由西而东横贯青藏高原，

长约 2500 公里。昆仑山东段的一条支脉积石山继续东延与秦岭山脉相接，经陕西南部，东止于淮阳山，但秦岭的分布范围已不属民族地区。

最南的一列是南岭，位于北纬 24° — 25.5° 。南岭又叫五岭，包括越城岭、都庞岭、萌渚岭、骑田和大庾岭，东西绵延 1000 多公里。在这五岭中，前三岭位于湖南南部和广西北部的民族地区，后二岭则不属于民族地区。

(2) 东北 西南走向的山脉主要分布在我国东部，由西向东大致分为三列。最西边的一列是大兴安岭、太行山、巫山、武陵山、雪峰山等；中间的一列包括长白山，经辽东的千山、山东丘陵到东南的武夷山；最东边的一列是台湾山脉。大兴安岭位于内蒙古东部；武陵山则位于湘西土家族苗族自治州境内；长白山位于东北的东部，大部分山地属于延边朝鲜族自治州和长白朝鲜族自治县；千山和武夷山分别聚居着满族和畲族；台湾山脉则聚居着高山族。

(3) 西北 东南走向的山脉主要分布在我国西部，如阿尔泰山、祁连山等。阿尔泰山脉横亘在中国、前苏联、蒙古三国边境，位于我国新疆境内的是整个山系的东南段南坡，海拔 3000 米左右；祁连山山脉绵亘于青藏高原东北边缘，山地东西长达 1000 公里，南北宽约 200~500 公里，由几条平行山岭和谷地组成，山岭高度一般在海拔 4000 米以上。

昆仑山以南的高大山地，喀喇昆仑山、冈底斯山、喜马拉雅山等，在西段表现为西北—东南走向，向东逐步转为东西走向。喜马拉雅山山脉西起帕米尔高原，东至雅鲁藏布江的急转弯处，全长约 2500 公里，绵延在

我国西藏自治区和巴基斯坦、印度、尼泊尔、锡金、不丹等国境内。宽约 200 ~ 350 公里,主脉平均海拔在 6000 米以上,是世界上最为雄伟高峻的山脉,海拔 7000 米以上的高峰就有 40 座,其中 8000 米以上的高峰有 12 座,耸立在我国和尼泊尔交界处的珠穆朗玛峰,高达 8848.13 米,为世界第一高峰。喀喇昆仑山的乔戈里峰位于中、巴边界上,海拔 8611 米,为世界第二高峰。

(4)南北走向的山脉位于我国中部的民族地区,自北而南有贺兰山、六盘山、横断山脉等。横断山脉位于四川盆地、藏南山地与云贵高原之间,由许多岭谷相间的高山深谷组成,包括邛崃山、大雪山、沙鲁里山、宁静山、怒山、高黎贡山等山脉以及大渡河、雅砻江、金沙江、澜沧江、怒江等谷地。横断山脉山脊平均海拔在 3000 ~ 4000 米左右,有的可达 5000 ~ 6000 米。

2. 高原。高原是海拔在 500 米以上比较完整的大片高地。我国民族地区的高原有青藏高原、内蒙古高原和云贵高原。

青藏高原位于昆仑山、祁连山以南,喜马拉雅山以北,横断山以西,东西长约 3000 公里,南北宽约 1500 公里。青藏高原包括西藏和青海的全部,甘肃、四川和新疆三省区的一部分,面积约 230 万平方公里,约占全国面积的 $\frac{1}{4}$,是我国面积最大的高原。青藏高原被纵横交错的山脉分隔成许多大小不等的盆地和宽谷。青藏高原上湖泊星罗棋布,为发展工业和农牧业提供了良好的条件。同时高原上的高山终年积雪,冰川分布广泛,冰川及冰缘地貌广泛发育,冰雪融水往往成为亚洲许多大河的发源地。

内蒙古高原位于我国北部,西起马鬃山,南至祁连

山和长城，东至大兴安岭，是我国著名的天然牧场。高原坦荡开阔，地面起伏和缓，广大地区海拔多在 1000 米左右，是我国保存比较完整、高原形态比较明显的高原。

云贵高原位于我国西南部，包括哀牢山以东，雪峰山以西，大娄山以南，广西北部山地以北的地区，高原的地势从西北向东南倾斜，平均海拔 1000 ~ 2000 米。云贵高原上石灰岩分布很广，喀斯特地貌非常发育，石林、石芽、峰林等地貌随处可见，尤其在南盘江北部最为典型。高原上有许多山间盆地，当地人民称为坝子，是主要耕作地区。

3. 盆地。盆地是低于周围山地相对凹下的地表形态。我国民族地区的大型盆地都分布在西北内陆地区，著名的盆地有塔里木盆地、准噶尔盆地和柴达木盆地。

塔里木盆地：位于天山、昆仑山和帕米尔高原之间，四周高山环抱，盆地地形坦荡，形态完整呈菱形，只有东端有宽约 70 公里的缺口与甘肃河西走廊相连接，是一个巨大的内陆盆地。盆地东西长 1500 公里，南北宽约 600 公里，盆地底部面积达 53 万平方公里，是我国最大的内陆盆地。盆地由西向东微微倾斜，西部海拔 1300 米，而东部的罗布泊已降至 768 米。由于盆地地处内陆深处，地形封闭，气候极端干旱，植被稀疏，干燥剥蚀和风蚀、风积作用特别强烈，形成了塔克拉玛干沙漠。沙漠东西长 1000 公里，南北最宽处约 500 公里，面积约 33 万平方公里，是我国最大的沙漠。沙漠中沙丘形态多样，有的沙漠相对高度超过 200 米。85%的属流动沙丘。塔里木盆地蕴藏着丰富的石油，盆地边缘受天山、昆仑山冰雪融水滋润，分布着荒漠中的沃野绿洲。

准噶尔盆地：位于天山、阿尔泰山之间，略呈三角形，面积 38 万平方公里，是我国第二大盆地。盆地地势由东向西微微倾斜，东部海拔在 1000 米以上，西部艾比湖丁端仅 190 米；盆地内分布着库尔班通古特沙漠，面积 4.88 万平方公里，是我国第二大沙漠。盆地内草场辽阔，畜牧业发达；绿洲主要分布在靠天山的盆地南缘。

柴达木盆地，地处青藏高原北部，夹于昆仑山、阿尔金山和祁连山间，略呈三角形。盆地东西长约 850 公里，南北最宽处达 250 公里，面积约 22 万平方公里，位居全国第三位。柴达木盆地海拔 2600-3000 米，是我国海拔高度最大的巨型内陆高盆地。盆地中分布着许多盐湖和盐沼，盐矿资源品种繁多，储量极为丰富。此外，有色金属、黑色金属、稀有金属资源和石油资源也都非常丰富；盆地日照长，光能资源充足，农业单产水平高，河湖沿岸牧草肥美，畜牧业也占重要地位。因此，柴达木盆地有“聚宝盆”之称。

4. 丘陵。山地海拔高度不超过 500 米，相对高度一般在 100 米以下，地势起伏，坡度和缓，称之为丘陵。我国民族地区的丘陵主要有广西丘陵。

广西丘陵分布在云贵高原以东、南岭以南、萌诸岭以西的地区，和江南丘陵、东南沿海丘陵组成了我国东南地区分布最广泛、最集中的东南丘陵。广西丘陵总的特点是四周高，中间低，成盆地形势，一般称广西盆地。广西丘陵主要是石灰岩丘陵，石灰岩面积约占本地区的 60-70%，喀斯特地貌发育典型，峰林广布，地面崎岖，风景异常优美。广西丘陵雨量充沛，热量丰富，是林、农、矿产资源利用潜力很大的山区。

5. 平原。平原是地势低平坦荡、面积辽阔广大的陆

地。根据平原的高度，把海拔 0-200 米的称为低平原，如广西郁江-浔江河谷平原；海拔低于海平面的内陆低地，则称为洼地，如新疆吐鲁番盆地中央的平原；海拔 200-500 米（或 600 米）的平原称为高平原，如内蒙古嫩江西岸平原。民族地区第二级阶梯和第一级阶梯上的平原，虽然海拔在 1000-3000 米，习惯上仍称为平原，而不叫高原，其中宁夏平原、河套平原是黄河冲积而成的，是著名的“塞上粮仓”。

集中分布在我国第三级阶梯上的平原，是我国重要的农耕区和人口密集、经济发达的地区。分布在民族地区第三级阶梯上的平原主要集中在内蒙古东部和广西境内，虽然这里的平原有的面积较小，起伏较大，但它仍然是民族地区的重要农耕区。

气候

在地理纬度、海陆分布、地面状况以及大气环流的影响下，我国气候的主要特征有：一是大陆性季风气候显著；二是气候复杂多样。我国民族地区的气候特点更集中、更典型的体现了这些。

（一）民族地区的东部季风显著。在大兴安岭 - - 阴山 - - 贺兰山 - - 乌鞘岭 - - 巴颜喀拉山 - - 唐古拉山 - - 冈底斯山连线的东南部地区，冬季气流主要来源于高纬度地区，风向偏北寒冷干燥；夏季风源自低纬度海洋上，风向偏南，暖热湿润。受海陆季风作用的地区是季风区，民族地区的季风区包括：延边自治州、内蒙古东部、黄河流域的河套地区、鄂西和湘西二个自治州、海南省南部；广西、贵州、云南三个省区；甘肃南部、

青海东南部、川西和西藏东南部的一部分地区。

由于季风显著，以上地区气候同世界其他同纬度地区的截然不同。例如内蒙古海拉尔(49°13'N)，一月平均气温是-27℃，七月平均气温是19.4℃，年较差达46.7℃，而纬度相似的巴黎(48°58'N)，一月平均气温是3.1℃，七月平均气温是19℃，年较差仅15.9℃。两地相比，海拉尔冬季严寒而漫长，夏季温凉而短促，雨水集中；巴黎则属于西风盛行的温带海洋性气候，两地差别很大。再如，与黄河流域河套地区纬度相当的南欧，是地中海式气候；与长江流域鄂西土家族苗族自治州纬度相当的北非和阿拉伯半岛，是典型的沙漠气候。

(二) 民族地区的西部大陆性气候强，半干旱和干旱气候面积大。我国内陆距海遥远，夏季风难以深入，而干燥的冬季风强大，影响范围广泛，西南又有青藏高原突起，阻碍了印度洋水气的北上，因此气候上具有强烈的大陆性。气温与同纬度比，冬季偏冷，夏季偏热，气温年较差高于同纬度的平均值；降水少，而且集中于夏季，降水强度和变率也很大。全国除极少数地区外，均属大陆性气候。西北干旱气候区的民族地区，大陆性气候比全球同纬度地区及我国东部季风区显得更为突出。

西北干旱气候区(含半干气候区)占全国面积的27.3%，其中民族地区占全国面积的25.75%。内蒙古高原、黄土高原的西部、天山山地等民族地区，为半干旱气候区；塔里木、准噶尔、柴达木盆地和阿拉善高原等民族地区，为干旱气候区。

(三) 气候类型复杂多样。民族地区地域广阔，地形复杂，海陆影响相差悬殊，使民族地区气候类型复杂

多样。在东部季风区内的民族地区,从北到南有寒温带、中温带、亚热带、热带季风气候。东西干湿变化明显,从东到西可划分为湿润、半湿润、半干旱、干旱等地区。青藏高原更是复杂多样,从喜马拉雅山南麓到高原腹地,犹如从热带到两极,热带、亚热带、温带、寒带气候均有。我国是多山的国家,众多的高山主要分布在民族地区,山地气候又有多种类型的垂直变化。高山深谷相间排列的横断山区,位于北纬 35° 以南。从山顶到谷底,形成独特的高山气候,包括高山寒带、高山亚寒带、山地寒温带、山地中温带、山地暖温带、河谷亚热带,具有“一山有四季,十里不同天”和“山下百花山上雪”的“立体气候”,呈现了显著的垂直变化。

由于我国民族地区的面积占有西北干旱区的94.32%和青藏高原区的全部,所以民族地区多种多样的气候中以干旱气候和高山气候为主,分别占民族地区面积的39.24%和40.68%。

气候的复杂多样,为多种植物生长提供了适宜的生态环境,使我国民族地区的生物资源格外丰富,为农业的因地制宜、多种经营提供了优越的条件。

气温和降水是气候的主要要素,一个地区的气温和降水的状况在很大程度上反映这个地区的气候特点。

(1)气温。我国气温分布总的特点是北冷南热,平原暖,高原冷。民族地区的年平均气温由南向北逐渐降低,在我国大陆上从云南元江谷地的 22° 以上到内蒙古北部的 -4° 以下,南北相差达 26° 以上。全国最低年平均气温出现在延边白头山的天池,为 -7.4° 。东部地区受纬度影响显著,由南向北气温逐渐降低,南岭以南的广西在 20° 以上,长江流域的鄂西、湘西在 16° 左右,

内蒙古在 10°C 以下，大兴安岭低于 0°C 。西部地区受地形影响显著，位居南部的青藏高原年平均气温在 0°C 以下，五道梁的年平均气温为 -5.9°C ，在全国仅次于天池的年平均气温；高原北部的塔里木盆地年平均气温反而在 10°C 以上。由于我国是显著的大陆性季风区，气温的分布具有明显的季节性变化，年平均气温不足以说明区域的温度状况。冬夏季节气温的特点是：

1月是冬季最冷月，可作为冬季气温的代表。1月平均 0°C 等温线东部大致沿着北纬 35° （秦岭淮河线）分布，向西又循青藏高原东坡折向西南，穿过横断山脉到达西藏林芝。所以1月约有84%的民族地区平均气温在 0°C 以下，占全国总面积的54.6%。1月，南北温差大，从大兴安岭北部到海南岛温差达 45°C 。天山、阴山线以北，1月平均气温一般在 -10°C - -22°C ，大兴安岭北部和阿尔泰地区可达 -30°C ，是我国冬温最低的地区；呼伦贝尔和阿尔泰地区的极端最低气温可达 -50°C 以下，富蕴出现的极端最低气温是 -51.5°C ，（1960年1月21日），在全国仅次于最冷的漠河 -52.3°C （1969年2月13日）的观测记录。

冬季气温的分布受地形影响显著。塔里木盆地由于天山的屏障，1月气温比同纬度的内蒙古高 5°C 以上。青藏高原因地热高峻，1月平均气温大部在 -10°C - -24°C 之间。

由于受北方大陆冷气团的影响，民族地区冬季气温也和全国一样都比世界同纬度地区偏低，内蒙古北部比同纬度1月平均值偏低 14°C -- 18°C ，长江流域的鄂西、湘西偏低 6°C -- 10°C 。

夏季，民族地区除雅鲁藏布江谷地、滇南部分地区，

因受西南季风影响，最高气温出现在雨季到来之前的5—6月；其余广大地区最高气温出现在7月。夏季全国普遍增温，7月平均气温大部分地区在20—28℃。等温线稀疏，南北温差不大，如呼和浩特和南宁的温差7月份仅为6.5℃。

7月气温最高的地区都位于地势较低的盆地中，因盆地内夏季热量不易向外扩散。吐鲁番盆地7月平均气温33℃，是全国最高值。最高气温35℃的酷热达100天之久，40℃的日数也有38.2天，极端最高气温曾达49.6℃（1975年7月13日），是我国目前极端气温最高的记录。

青藏高原和西部高山地区，地高天寒，长冬无夏。如藏北高原7月平均气温低于8℃，五道梁7月平均气温为5.5℃，是全国最低值。

（2）降水。我国年降水量的分布规律是：由东南沿海向西北内陆逐渐减少。在民族地区大于1600毫米的降水量带，有广西、云南、海南、西藏的一部分和湘西、鄂西地区，其中广西、云南、海南的一些山地以及西藏东南喜马拉雅山东南坡，年降水量可达2000毫米以上。喜马拉雅山南翼迎风坡的巴昔卡年降水量约4500毫米，是我国大陆上最大的降水中心，在全国仅次于台湾岛火烧寮（年降水量6557.8毫米）。五指山迎风坡的琼中年降水量达2447毫米，位于印度洋西南季风迎风坡面上的云南西盟达2812.9毫米，均为我国著名的多雨中心。

达到800—1600毫米的降水量带，有广西、贵州、四川西部的大部分地区，达到400—800毫米的降水量带，分布在大兴安岭山地、内蒙古高原东南边缘和青藏高原东南边缘地区；达到200—400毫米的降水量带，分