

WO AI ZUGUO CONGSHU

AIGUOZHUYI
SHIYONG SHOUCE

• 爱国主义
实用手册

○晨 光 编写

我爱祖国从书



CHENGUANG CHUBANSHE

云南出版集团公司
晨光出版社



我爱祖国

·爱国主义实用手册

AIGUOZHUYI

SHIYONG SHOUC

○晨光 编写

丛书

WO AI ZUGUO CONGSHU

云南出版集团公司
晨光出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

爱国主义实用手册 / 晨光编著. —昆明: 晨光出版社, 2009.1

(我爱国丛书)

ISBN 978-7-5414-3240-8

I. 爱… II. 晨… III. 爱国主义教育—中国—青少年读物 IV. D649-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 036734 号



我爱国丛书

WO AI ZUGUO CONGSHU

爱国主义实用手册

○晨光 编写

策划
监制
责任编辑
特约编辑
装帧设计
责任印制

李晓霞 黄楠
胡平
肖霞 张磊
李晓明 李甜
唐剑
郁梅红 廖颖坤

出版发行
地址
E-mail
发行部电话
邮编

云南出版集团公司 晨光出版社
昆明市环城西路 609 号
cgcb@public.km.yn.cn
0871-4186745
650034

排版
印装
开本
印张
字数

昆明理工大学印务包装有限公司
昆明五彩印务有限公司
787 × 1092 1/16
12.5
192 千

版次
印次
书号
定价

2009 年 5 月第 1 版
2009 年 5 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-5414-3240-8
20.00 元

凡出现印装质量问题请与承印厂联系调换

版权所有 翻印必究

目录

爱国主义
实用手册
WO AIZUGUO CONGSHU
我爱祖国丛书

AGUOZHUYI
SHIYONG
SHOUCE

第一章

伟大的祖国

一、辽阔的疆域·····	1
地理位置与邻国·····	1
领土面积和疆域·····	1
领海和海洋面积·····	1
二、多民族的大家庭·····	2
我国的行政区划与人口·····	2
人口和民族·····	3
三、自然环境和自然资源·····	4
我国的地势走向·····	4
主要山脉·····	5
主要平原·····	5
主要盆地·····	6
主要河流·····	6
主要湖泊·····	7
主要岛屿和群岛·····	8
地势最低处·····	8
气候分布·····	8
主要的自然风景区·····	8
国家级自然保护区·····	11
一级野生保护动物·····	13
一级野生保护植物·····	14
矿产资源分布概况·····	14
森林资源分布概况·····	15
主要产粮区·····	15
主要经济作物产区·····	16
四、历史和人文资源·····	17
我国历代纪元简表·····	17
著名古村古镇·····	18
著名古建筑和历史遗迹、遗址·····	21
历史文化名城·····	24
入选“世界遗产”的文物和景区·····	25
世界文化遗产·····	25

第二章

我国历史上的杰出人物

第一节 古代杰出人物

一、远古五帝·····	33
炎帝和黄帝·····	33
尧、舜·····	33
大禹·····	34
二、政治家·····	34
周文王·····	34
周武王·····	35
周公·····	35
齐桓公·····	35
勾践·····	36
秦孝公·····	36
商鞅·····	37
赵武灵王·····	37
秦始皇·····	37
刘邦·····	38
刘彻·····	38
曹操·····	39
刘备·····	39
诸葛亮·····	40
孙权·····	40
魏孝文帝·····	40
李世民·····	41
魏征·····	41
赵匡胤·····	41
范仲淹·····	41
王安石·····	42
包拯·····	42
铁木真·····	43
忽必烈·····	43
朱元璋·····	43
海瑞·····	43
张居正·····	44
爱新觉罗·玄烨·····	44

三、思想教育家..... 44	郭子仪..... 58	玄奘..... 71
孔子..... 44	杨业..... 59	鉴真..... 72
孟子..... 45	岳飞..... 59	郑和..... 72
老子..... 46	于谦..... 60	八、农民起义领袖..... 72
庄子..... 46	戚继光..... 60	陈胜..... 72
墨子..... 46	郑成功..... 61	吴广..... 73
韩非子..... 47	六、史学家和文学（艺术）家..... 62	张角..... 73
朱熹..... 47	屈原..... 62	黄巢..... 73
李贽..... 48	司马迁..... 62	李自成..... 74
四、科学家（巨匠）..... 48	蔡琰..... 62	洪秀全..... 75
鲁班..... 48	王羲之..... 63	第二节 近、现代杰出人物..... 76
扁鹊..... 48	陶渊明..... 63	一、清朝中期~1921年..... 76
李冰..... 49	王昌龄..... 63	库尔寨克..... 76
张衡..... 49	李白..... 64	林则徐..... 76
华佗..... 49	杜甫..... 64	关天培..... 77
张仲景..... 50	白居易..... 64	邓廷桢..... 77
蔡伦..... 50	韩愈..... 65	陈化成..... 78
祖冲之..... 50	柳宗元..... 65	龚自珍..... 78
李春..... 51	欧阳修..... 65	魏源..... 78
一行..... 51	司马光..... 66	左宗棠..... 79
毕昇..... 51	苏轼..... 66	张之洞..... 80
沈括..... 52	李清照..... 67	冯子材..... 80
郭守敬..... 52	陆游..... 67	刘永福..... 80
黄道婆..... 52	辛弃疾..... 67	丁汝昌..... 81
李时珍..... 53	文天祥..... 68	邓世昌..... 81
徐光启..... 53	关汉卿..... 68	谭嗣同..... 82
徐弘祖..... 54	汤显祖..... 68	丘逢甲..... 82
宋应星..... 54	施耐庵..... 69	秋瑾..... 83
五、军事家（名将）..... 55	罗贯中..... 69	冯如..... 84
孙武..... 55	吴承恩..... 69	黄兴..... 84
吴起..... 55	蒲松龄..... 70	蔡锷..... 85
孙臆..... 56	曹雪芹..... 70	詹天佑..... 85
韩信..... 56	七、外交家（友好使者）..... 70	严复..... 86
李广..... 56	张骞..... 70	康有为..... 86
卫青..... 57	班超..... 71	二、1921年~1949年..... 87
霍去病..... 57		毛泽东..... 87
李靖..... 58		周恩来..... 89

东北抗日联军的斗争	144
一·二八抗战	144
中国工农红军长征	145
一二·九运动	145
绥远抗战	146
七君子事件	146
西安事变	146
七七事变	147
国共合作抗日局面的形成	147
平型关大捷	148
百团大战	148
狼牙山五壮士	148
淞沪战役	149
四行仓库八百勇士	149
南京大屠杀	150
台儿庄大捷	150
武汉会战	151
滇缅公路	151
中国远征军入缅作战	152
湘西会战	152
中国战区日军无条件投降	153
台湾光复	153
一二·一运动	153
三大战役	153
开国大典	154

第四章 爱国主义教育 基地和博物馆

北京市	155
天津市	155
河北省	155
山西省	155
内蒙古自治区	156
陕西省	156
山东省	156

河南省	156
辽宁省	156
吉林省	157
黑龙江省	157
上海市	157
江苏省	157
浙江省	157
安徽省	157
湖北省	158
湖南省	158
江西省	158
福建省	158
广东省	159
广西壮族自治区	159
海南省	159
重庆市	159
四川省	159
贵州省	160
云南省	160
西藏自治区	160
甘肃省	160
宁夏回族自治区	160
青海省	160
新疆维吾尔自治区	160

第五章 主要的爱国 主义教育活动

升国旗	161
唱国歌	161
唱队歌	161
佩戴红领巾	161
爱祖国主题队会	161
团日活动	162
悬挂团旗	162
佩戴团徽	162
办队报、墙报和黑板报	162

建立班史和校史	162
爱祖国主题班会	163
形势报告会	163
读书报告会	163
讲故事	163
知识竞赛	163
开展歌舞表演活动	164
庆祝“五四”青年节	164
庆祝六一儿童节	164
庆祝十一国庆节	164
组织旅游参观活动	164
利用乡土民俗进行爱祖国 爱家乡的教育	165
祭扫革命烈士墓等	165
慰问军、烈属及英模家属	165
访问先进生产者	165
开展学军活动等	165
开展影评活动等	166
开展“学雷锋、 树新风”活动	166

第六章 关于国家的重要 名词解释

167

第七章 古今中外爱 国的名言警句

169

附 录

一、《中共中央国务院关于进一 步加强和改进未成年人思 想道德建设的若干意见》	174
二、爱国主义教育实施纲要	186

第一章 伟大的祖国

一、辽阔的疆域

地理位置与邻国

我国位于地球东半球的北半球，在亚欧大陆的东南部、亚洲的东部和中部、太平洋的西岸。

我国东北面毗邻朝鲜，广大的北方地区与俄罗斯、蒙古、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦、塔吉克斯坦相接，西南面与阿富汗、巴基斯坦、尼泊尔、锡金、不丹、印度为邻，南面与越南、老挝、缅甸接壤，东北面和东南面与韩国、日本、菲律宾、马来西亚、文莱、印度尼西亚隔海相望。

领土面积和疆域

我国是世界上面积最大的国家之一，陆地面积约 960 万平方千米，占全球陆地总面积的 6.5%，略相等于除俄罗斯之外欧洲各国的总面积，在世界各国中，仅次于俄罗斯和加拿大。

我国的疆域东起黑龙江与乌苏

里江主航道汇合处（约东经 $135^{\circ}5'$ ），西到新疆乌恰县以西的帕米尔高原（约东经 $73^{\circ}40'$ ），其间距离约 5200 千米；北起漠河以北的黑龙江主航道中心线（约北纬 $53^{\circ}31'$ ），南到南海诸岛最南端的曾母暗沙（约北纬 $4^{\circ}15'$ ），其间距离约 5500 千米。整个陆地边界长约 2.2 万千米，整个大陆海岸线长达 1.8 万多千米。

领海和海洋面积

我国除了辽阔的陆地以外，还有广大的海域，领海由渤海（内海）和黄海、东海、南海三大边海组成。内海和边海的海域呈东北至西南向的弧形，环绕着我国东部和东南部海岸，总面积约 470 万平方千米。根据国际海洋法规定，我国领海宽度距国土海岸 12 海里，拥有海洋面积 299.7 万平方千米。

二、多民族的大家庭

我国的行政区划与人口

我国现行的行政区域包括 23 个省、4 个直辖市、5 个民族自治区和 2 个特别行政区，共 34 个省、

市、自治区、特别行政区。各省、市、自治区、特别行政区的名称、简称、政府所在地、面积、人口如下：

名 称	简称	政府所在地	面积（平方千米）	人口（万）
北京市	京	北京	16807	1633
天津市	津	天津	11305	3824
河北省	冀	石家庄	190000	6943
山西省	晋	太原	156000	3392
内蒙古自治区	蒙	呼和浩特	1183000	405
辽宁省	辽	沈阳	145700	4231
吉林省	吉	长春	187400	2716
黑龙江省	黑	哈尔滨	454000	3824
上海市	沪	上海	6340	1815
江苏省	苏	南京	102600	7624
浙江省	浙	杭州	101800	5060
安徽省	皖	合肥	139600	5986
福建省	闽	福州	121400	3581
江西省	赣	南昌	166947	4311
山东省	鲁	济南	157100	9248
河南省	豫	郑州	167000	9869
湖北省	鄂	武汉	185900	6070
湖南省	湘	长沙	211875	6805
广东省	粤	广州	179800	9449

续表

名 称	简称	政府所在地	面积 (平方千米)	人口 (万)
广西壮族自治区	桂	南宁	236300	4925
海南省	琼	海口	35000	828
重庆市	渝	重庆	82400	2816
四川省	川	成都	485000	8722
贵州省	贵	贵阳	176100	3931
云南省	滇	昆明	394000	4450
西藏自治区	藏	拉萨	1228400	284
陕西省	陕	西安	205600	3748
甘肃省	甘	兰州	455000	594
青海省	青	西宁	722000	551
宁夏回族自治区	宁	银川	66400	596
新疆维吾尔自治区	新	乌鲁木齐	1660000	2095
香港特别行政区	港	香港	1098	696
澳门特别行政区	澳	澳门	25.4	50
台湾省	台	台北	35873	2300

*各省、自治区、直辖市、特别行政区面积和人口以 2007 年统计为准，取整数。

人口和民族

我国是世界上人口最多的国家。据 2007 年统计，不包括台湾、香港和澳门，大陆人口已达 13.2 亿，约占世界总人口的近四分之一。

我国是一个团结统一的多民族国家。共有 56 个民族。汉族人口最多，约占全国总人口的 90% 以

上，其他 50 多个民族人口较少，统称少数民族。少数民族占全国总人口的不到 10%。各少数民族分布地区很广，占全国面积的 50% ~ 60%，大多聚居于祖国的西北、西南、东北等边疆省份和山区、高原、林牧地区。少数民族同汉族交错分布。新中国成立以后我国实行民族平等、团结的政策，在

少数民族聚居的地区实行民族区域自治，大力培养少数民族干部，进行民主改革和社会主义建设，尊重少数民族习惯，各少数民族都有使用本民族语言文字的自由，帮助少数民族发展经济和文化事业。少数民族地区政治、经济、文化、生活的面貌发生了极大变化。

由于自然条件和历史的原因，我国人口集中分布在大兴安岭至青藏高原东缘一线以东的地区内。人口密度极不平衡。东部季风区占全国总面积的46%，而人口占全国总人口的92%还多；西北干旱区占全国总面积的27.3%，人口仅占全国总人口的6.6%；青藏高原区占全国总面积的26.7%，人口只占全国总人口的0.7%。由于我国人口众多，人均资源占有量少，

人均耕地不到世界平均水平的一半，矿产资源人均占有量只有世界平均水平的一半，淡水资源人均占有量大约只有世界人均水平的四分之一，总体上资源紧缺是我国的一个基本国情。而且随着人口不断增长，能源、水、土地、矿产资源不足的问题越来越突出。因此，实行计划生育，控制人口增长是我国的基本国策。我国实行的人口政策是：限制人口数量，提高人口素质，坚持提倡晚婚、晚育、少生、优生，大力提倡一对夫妇只生一个子女，大力提高一胎率，严格控制二胎，坚决杜绝多胎生育，这是坚持文明发展道路、应对资源环境问题、实现可持续发展的必然要求，是关系中华民族生存和长远发展的根本大计。

三、自然环境和自然资源

我国的地势走向

青藏高原，平均海拔4000米以上，号称“世界屋脊”，构成了中国地形的第一阶梯。青藏高原上的喜马拉雅山主峰珠穆朗玛峰海拔8848米，是世界第一高峰。第二阶梯由内蒙古高原、黄土高原、云贵高原和塔里木盆地、准噶尔盆

地、四川盆地组成，平均海拔1000~2000米以上。跨过第二阶梯东缘的大兴安岭、太行山、巫山和雪峰山，向东直达太平洋沿岸为第三阶梯，此阶梯地势下降到1000米至500米以下，自北向南分布着东北平原、华北平原、长江中下游平原。平原的边缘镶嵌着低

山和丘陵。

主要山脉

我国是一个多山的国家，山地、高原和丘陵约占全国陆地面积的65%。主要山脉有阿尔泰山脉、天山山脉、昆仑山脉、喀喇昆仑山脉、祁连山脉、冈底斯山脉、喜马

拉雅山脉、横断山脉、阴山山脉、太行山脉、秦岭山脉、南岭、大兴安岭山脉、长白山脉、台湾山脉等。喜马拉雅山脉是世界最高大雄伟的山脉，作为世界最高峰的珠穆朗玛峰位于中国和尼泊尔的边境上。

我国主要山脉简表

名称	位置	一般海拔 (米)	主峰名称	主峰 高度(米)
喜马拉雅山	西藏南部边境	平均6000	珠穆朗玛峰	8848
冈底斯山	西藏西南	6000左右	冈仁波齐峰	6656
唐古拉山	西藏东北及青海边境	6000	各拉丹冬峰	6621
念青唐古拉山	西藏境内	5000~6000	念青唐古拉山峰	7162
昆仑山	新藏之间	5000~7000	公格尔山	7649
喀喇昆仑山	新疆南部	6000以上	乔戈里峰	8611
巴颜喀喇山	青海中部	5000~6000	年保玉则峰	5369
天山	新疆中部	3000~5000	托木尔峰	7443
阿尔泰山	新疆北部	1000~3500	友谊峰	4374
祁连山	甘肃西部及青海东北	4000以上	祁连山	5547
秦岭	西起甘肃东至河南	2000~3000	太白山	3767
横断山	川滇西部及西藏东部	2000~6000	玉龙雪山	5596
南岭	湘赣粤桂边境	1000	猫儿山	2141
大兴安岭	辽吉黑西部	1500	黄岗梁	2029

主要平原

长江中下游平原：跨鄂、湘、赣、皖、苏、浙六省和上海市，主要由江汉平原、洞庭湖平原、鄱阳

湖平原、苏皖平原及长江三角洲平原组成，为我国第一大平原。华北平原：西起太行山、东到海滨、北依燕山、南至淮河附近，跨冀、

鲁、豫和京、津两市，与长江中下游相接，为我国第二大平原。东北平原：即由松花江、嫩江流域的松嫩平原、辽河流域的辽河平原组成，为我国第三大平原。

主要盆地

塔里木盆地和准噶尔盆地：位于我国西北部内陆，在新疆境内，分别位于天山南、北两侧。这两个盆地周围被高山环抱，内部比较平坦，有成片的沙漠和戈壁。塔里木盆地是我国面积最大的盆地。盆地内部的塔克拉玛干沙漠，为我国最大、世界第二大流动沙漠。塔里木盆地和准噶尔盆地边缘的高山山麓地带，在有水源灌溉的地方，分布着一连串的小块绿洲。其天山和昆仑山的山麓地带，是古代“丝绸之路”，是沟通亚欧大陆的一段“绿色通道”。柴达木盆地：在青

藏高原的东北部青海省境内。平均海拔在 3000 米左右，是一个典型的内陆高原盆地。盆地内部大部分为戈壁沙漠，东部多沼泽、盐湖。四川盆地：位于我国四川省东部。盆地四周被山岭和高原环绕，盆地内部山地丘陵起伏，海拔在 500 米左右，只有成都平原的地势较为平坦，像是一把扇子斜铺在盆地的西部。成都平原物产富饶，素有“天府之国”的美誉。

主要河流

我国河流众多，水量充足，水系多样，资源丰富。全国流域面积在 100 平方千米以上的河流有 50000 多条，1000 平方千米以上的河流有 1580 条，大于 10000 平方千米的河流有 79 条。其中长江、黄河、澜沧江、黑龙江都在世界最长的十大河流之列。

我国主要河流简表

名称	长度 (千米)	发 源 地	流 经 地 区	注入地
长江	6300	唐古拉山主峰各拉丹冬雪山	青、藏、滇、川、鄂、湘、赣、皖、苏、沪	东海
黄河	5464	巴颜喀喇山脉雅达拉泽山约古宗列渠	青、川、甘、宁、内、蒙、晋、陕、豫、鲁	渤海
黑龙江	4350	大兴安岭西坡	内蒙、黑	鄂霍次克海
珠江	2197	云南沾益马雄山	云、贵、桂、粤	南海

续表

名称	长度 (千米)	发 源 地	流 经 地 区	注入地
澜沧江	2153	唐古拉山脉岗果日山	青、藏、云	南海
雅鲁藏布江	2057	冈底斯山	藏	孟加拉湾
怒江	2013	唐古拉山南麓	藏、云	孟加拉湾
海河	1090	太行山	豫、冀、津	渤海

主要湖泊

我国有许多湖泊，总数为24000多个，面积约75000平方千米。面积在500至4500平方千米以上的大型湖泊共28个；50至500

平方千米的中型湖泊共203个；1至50平方千米的小型湖泊共2600多个；小于1平方千米的小型湖泊22000多个。青海湖是全国面积最大和蓄水量最多的咸水湖泊。

我国主要湖泊简表

名 称	位 置	面积 (平方千米)	海拔 (米)	平均深度 (米)	蓄水量 (亿立方米)
青海湖	青海	4583	3196	18.6	854.5
鄱阳湖	江西	3583	21	6.9	248.9
洞庭湖	湖南	2740	33.5	6.7	178.0
抚仙湖	云南	220	1721	87	125.6
太湖	江苏	2425	3.1	2.1	51.5
呼伦湖	内蒙古	2315	545.5	5.7	131.3
洪泽湖	江苏	1960	12.3	1.4	26.6
纳木错	西藏	1993	4718		
奇林错	西藏	1865	4530		
南四湖	山东	1375	35.5~37	4.2	53.6
兴凯湖	黑龙江、俄罗斯	4380	69	0.6	27.1
博斯腾湖	新疆	1019	1048	9.7	99.0
巢湖	安徽	820	10	4.4	36.0

主要岛屿和群岛

我国海域有 7600 多个大小岛屿。台湾为第一大岛，面积 3.578 万平方千米，岛上平原占三分之一，山地丘陵占三分之二，主要山脉有东海岸山脉、中央山脉、阿里山山脉和玉山山脉，最高处为海拔 3997 米的玉山主峰。海南岛为第二大岛，面积 3.22 万平方千米，岛上平原占 65%，山地丘陵占 35%，最高处为海拔 1867 米的五指山主峰。第三大岛屿为长江入海口处的崇明岛，面积 1225 平方千米，崇明岛也是世界上最大的河口冲积岛屿，岛上地势平坦，无山冈

丘陵。我国的主要群岛有辽宁（渤海）的长山群岛，浙江（东海）的舟山群岛，台湾（东南沿海）的澎湖群岛和南海的西沙群岛、东沙群岛、南沙群岛和中沙群岛诸岛屿。

地势最低处

我国吐鲁番盆地中部的艾丁湖。湖面低于海平面 155 米，比之地势最高海拔 8848 米的珠穆朗玛峰，两者相差 9003 米。

气候分布

我国陆地面积气候分布呈多样性的复杂态势，情况大致是：

热带	海南全省和滇、粤、台三省南部
亚热带	秦岭—淮河以南，青藏高原以东
暖温带	黄河中下游大部分地区及南疆
中温带	东北、内蒙古大部分及北疆
寒温带	黑龙江省北部及内蒙古东北部
青藏高寒区	青藏高原

主要的自然风景区

名 称	主要名胜风景区
北京市	香山红叶景观、东灵山、龙庆峡、密云水库风景区等。
天津市	盘山景区等。
河北省	燕山山脉主峰（海拔 2116 米）雾灵山风景区，山海关市老龙头风景区，北戴河风光等。

续表

名 称	主要名胜风景区
山西省	横跨晋北、东西绵延 250 千米号称 108 峰的“北岳”恒山及恒山山脉的五台山风光，黄河壶口瀑布等。
内蒙古自治区	呼伦贝尔大草原风光及我国第五大淡水湖泊呼伦湖景区等。
辽宁省	沈阳怪坡奇景，大连金石滩、老虎滩，盘锦红海滩，凤城凤凰山，鞍山千山风景区等。
吉林省	长春净月潭，长白山瀑布，通化鸭园溶洞，吉林雾凇景观等。
黑龙江省	镜泊湖景区，大、小兴安岭景区及五大连池火山群，哈尔滨太阳岛风光等。
上海市	市郊淀山湖、长江口沙洲岛屿湿地等。
江苏省	南京玄武湖、莫愁湖、栖霞山，无锡太湖风景区及天下第二泉，扬州瘦西湖等。
浙江省	舟山普陀山风光，乐清市雁荡山风景区，桐庐县富春江风光，杭州西湖和钱塘江观潮景观，钱塘江上游千岛湖景区等。
安徽省	黄山、九华山及太平湖风景区，潜山县天柱山风光等。
福建省	漳州东山岛，泉州清源山，位于闽、赣两省的武夷山风景区及闽江风光，发源于德化县的木兰溪风光等。
江西省	九江庐山及鄱阳湖风景区，罗霄山脉的井冈山，玉山县的三清山风景区等。
山东省	泰安“东岳”泰山，济南趵突泉，威海天尽头景观，烟台蓬莱仙境奇景，黄河入海处景区等。
河南省	伏牛山系的登封“中岳”嵩山，焦作云台山风景区等。
湖北省	武汉东湖景区和龟山、蛇山景观，鄂西神农架景区，十堰市武当山，通县九宫山风景区等。
湖南省	张家界，衡阳“南岳”衡山，长沙岳麓山，宁远县九嶷山等。
广东省	肇庆星湖，封开县崧冈山（又名斑石风景区），从化温泉等。
广西壮族自治区	桂林—阳朔漓江风光，北海银滩等。
海南省	五指山风光，三亚天涯海角、亚龙湾景观，文昌东郊椰林景区，大东海热带海底世界景观等。

续表

名 称	主要名胜风景区
重庆市	长江三峡及巫山十九峰, 嘉陵江小三峡风光, 武陵县芙蓉洞, 歇马镇磨滩瀑布, 奉节县小寨天坑、天朴山地缝奇观等。
四川省	峨眉山, 青城山, 长宁、江安两县的“蜀南竹海”, 乐山景区, 九寨沟风景区等。
贵州省	贵阳黔灵山、花溪风景区, 江口县梵净山风景区, 织金城织金洞, 安顺地下龙宫、黄果树中国最大的瀑布群等。
云南省	迪庆梅里雪山、香格里拉及泸沽湖景区, 丽江玉龙雪山和白水台、虎跳峡及石鼓万里长江第一湾风光, 腾冲湿地和地热景观, 大理苍山、洱海风景区, 鸡足山风景区, 建水燕子洞, 石林风景区, 玉溪抚仙湖风光, 西双版纳热带雨林风光等。
西藏自治区	当雄县“地热博物馆”, 察隅县小江南风光等。
陕西省	华阴市“西岳”华山风景区, 西安华清池风景区等。
甘肃省	“丝绸之路”的鸣沙山与月牙泉自然奇观等。
青海省	青海湖及东部日月山, 采洛县鄂陵湖、扎陵湖风光等。
宁夏回族自治区	贺兰山小滚口风景区等。
新疆维吾尔自治区	“昆仑山仙境”——天池风景区, 准噶尔盆地五彩湾奇景, 乌鲁木齐白杨沟景观等。
香港特别行政区	太平山景观, 浅水湾风光等。
澳门特别行政区	黑沙港海滨(浴场)风光等。
台湾省	阿里山、日月潭风景区, 阳明山大禹岭风景区, 宜兰风景区, 淡水河、浊水溪风光等。

*注: 我国的名山有“五岳、六山”和“三道、五佛”之称。

所谓“五岳、六山”, 即东岳(山东)泰山、西岳(陕西)华山、南岳(湖南)衡山、北岳(山西)恒山、中岳(河南)嵩山和黄山(安徽)、雁荡山(浙江)、庐山(江西)、武夷山(福建)、五指山(海南)、阿里山(台湾)。

“三道、五佛”是指湖北的武当山、九宫山、四川的青城山是我国著名的道教圣地。山西的五台山、四川的峨眉山、浙江的普陀山、安徽的九华山为我国四大佛教名山; 而云南鸡足山作为面向东南亚的佛教圣地, 又被称作我国五大佛教名山之一。