

主编◎程爱民

中国概况
UNDERSTANDING CHINA



中国概况

UNDERSTANDING CHINA

主 编：程爱民

编 者：尹晓静（地理）

洪豆豆（历史）

敖雪岗（哲学、宗教）

王美玲、张斌（文学艺术）

陈珺（语言文字）

鹿钦佺、孙敏（书法与绘画）

陈志红（经济）

李雪（科学技术、教育）

王彦敏（医疗卫生）

郭晶萍、袁媛（体育与武术）

王正文（传统节日与饮食）

赵成平、胡晓慧（文化遗产）

图书在版编目(CIP)数据

中国概况/程爱民主编. —上海: 上海外语教育出版社, 2018
ISBN 978-7-5446-5293-3

I. ①中… II. ①程… III. ①中国—概况—对外汉语教学—教材
IV. ①H195.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第079415号



出版发行: 上海外语教育出版社

(上海外国语大学内) 邮编: 200083

电 话: 021-65425300 (总机)

电子邮箱: bookinfo@sflap.com.cn

网 址: <http://www.sflap.com>

责任编辑: 杨莹雪

印 刷: 上海景条印刷有限公司

开 本: 890×1240 1/32 印张 22 总字数 432千字

版 次: 2018年7月第1版 2018年7月第1次印刷

印 数: 10 000 册

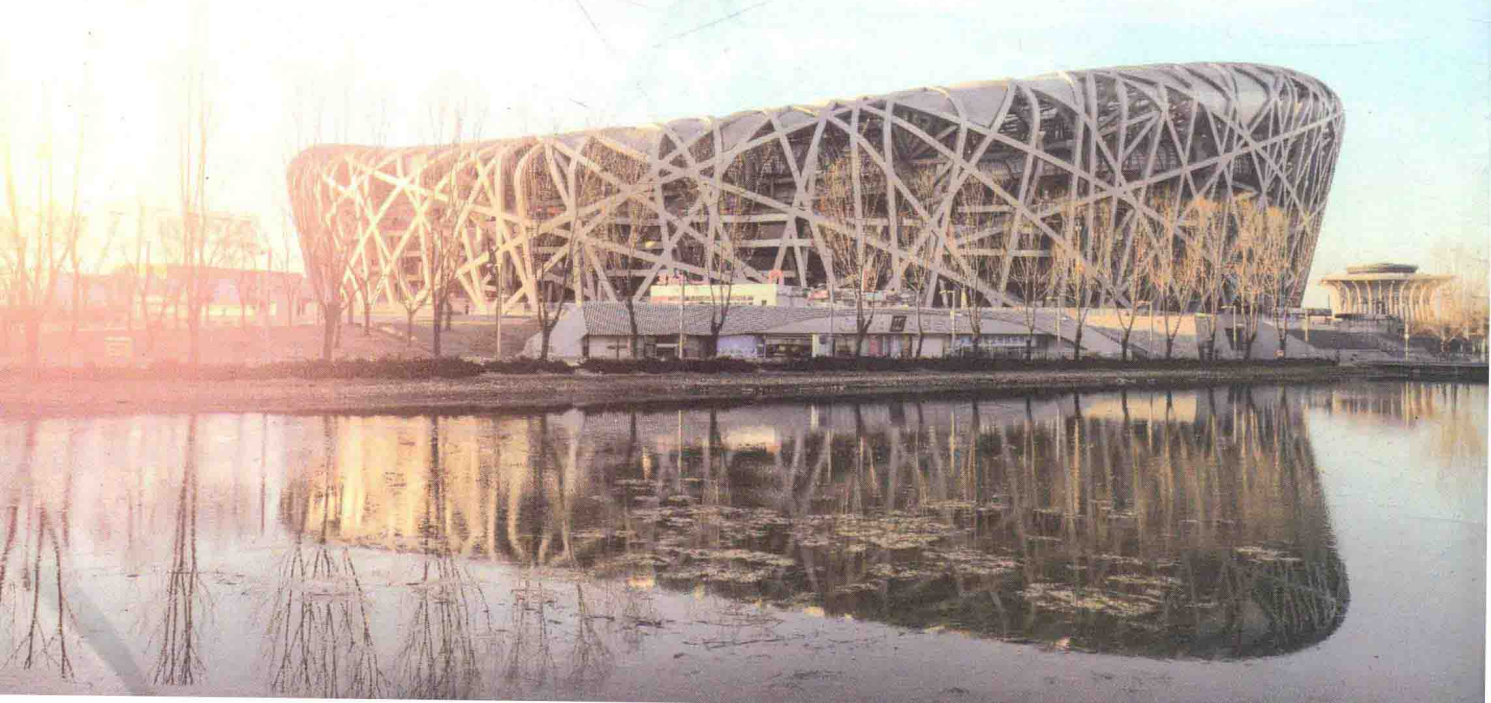
书 号: ISBN 978-7-5446-5293-3 / K

定 价: 65.00 元

本版图书如有印装质量问题, 可向本社调换

质量服务热线: 4008-213-263 电子邮箱: editorial@sflap.com

编委会： 赵 杨 北京大学
朱瑞平 北京师范大学
沈 杰 浙江大学
陈志华 天津大学
顾建政 哈尔滨工业大学
宋玉霞 西安交通大学
胡焰初 武汉大学
黎 静 重庆大学
程爱民 南京大学
赵文书 南京大学
张艳莉 上海外国语大学
雷海新 大连医科大学
左鹏军 华南师范大学
张生珍 江苏师范大学
李劲松 唐风汉语国际教育集团
张振国 唐风汉语国际教育集团



前 言

“遥远的东方有一条龙，她的名字叫中国。”今天的中国已今非昔比，其发展已远远超乎世界的想象：

- 一幢幢摩天楼，是中国城市的新风景；
- 一座座彩虹桥，是中国地理的新坐标；
- 一条条高速路，是中国经济的新版图；
- 一列列高铁车，是中国科技的新名片……

随着中国经济的快速发展和国际交往的日益增加，中国已不仅仅是一个地理意义上的概念，她已成为世界经济和文化不可或缺的重要组成部分，是世界经济文化发展的重要推动力量。中国思想、中国经验、中国模式、中国制造越来越受到世界其他国家的关注。中国于2013年提出的“一带一路”倡议得到了许多国家的认同和支持。中国让世界刮目相看，也吸引着千千万万的外国学子来中国学习。

然而，这个有着960万平方公里、56个民族、5 000年传统文化的东方大国，对于许多外国人而言，仍有些神秘。在一些西方人的眼里，中国人似乎个个会功夫，到处都有大熊猫。不知从何时起，在国外的许多大中城市，你可以听到不同肤色的人说着“你好，再见”，但到底有多少人真正了解中国？什么是“阴阳”？“气”是什么？高铁真的很快吗？微信怎么支付？……简单从媒体上了解中国是远远不够的。

为了让来华留学生更好地了解中国，我国许多高校根据教育部相关文件要求面向所有学历留学生开设《中国概况》课程。这是一门针对留学生的公共必修课，因而具有基础性、公共性和通识性特点，需要全面、系统、客观地介绍中国和中国文化的基本内容和基础知识。但另一方面，该课程又具有鲜明的“对外”特点。由于修读《中国概况》课程的留学生规模大，其国别、学历、文化和专业背景各不相同，汉语水平参差不齐，目前尚没有较为统一的教学大纲，教学中存在着一些急需解决的问题。

在北京大学、北京师范大学、南京大学、浙江大学、天津大学、哈尔滨工业大学、西安交通大学、武汉大学、重庆大学、上海外国语大学、华南师范大学、江苏师范大学和唐风汉语公司等单位领导的大力支持下，本课题组联合国内10多所著名高校的专家学者，编写了《中国概况三级指标教学大纲》，并在此大纲的基础上编写了《中国概况》教材。

该教材以全面反映中国思想、中国经验和当代中国经济社会发展取得的巨大成就为指导思想，以系统全面、立体丰富、开放共享的发展理念为编写原则，力图呈现“大美中国”。

一、系统全面：该教材是专门针对外国人设计的立体化中国国情教材，力求贴近外国人的思维、学习和生活习惯；涵盖中国地理历史、哲学宗教、政治经济、文学艺术、科技教育、医药体育等各个方面。全书共14章，精选200多个内容点，全景式展现中国的天文地理、古往今来，师生可根据教学需要自由组合成个性化教材。

二、立体丰富：该教材分视频教材和纸质教材两部分，所有内容以板块形式展开，分为三级指标。其中一级指标为限定性指标，建议所有学校、所有学生学习；二级指标为选修性指标；三级指标为研究性指标，供不同专业背景或兴趣的学生选择性学习。

三、开放共享：该教材基于“互联网+”相关理论，根据教学大纲建设了中国概况视频教学资源库。参与建设和使用该教材的高校将共建共享相关视频资源和网上课程，实现跨学科、跨地域的线上线下、课内课外互动，注重课堂教学与社会实践相结合，努力提升学生的自主学习能力。因此，本套教材最大的特色是依托网络资源和视频教材库开展教学，最大程度地将中国和中国文化的各个侧面通过视频、图片、APP、微电影等形式多模态地呈现给学生，教学内容立体丰满，教学方式生动活泼。

中国需要世界，世界也需要中国。我们希望每一位留学生通过学习《中国概况》，都能进一步了解中国、认知中国、圆梦中国，为构建人类命运共同体做出贡献！

程爱民

2018年6月

目 录 Contents

前言 i

第一章 地理 1

第一节 从世界看中国	2
一、中国的地理位置和版图	2
二、中国的行政区划	4
三、人口和民族	6
第二节 中国的自然环境	8
一、中国的地形、地貌	8
二、中国的山脉	11
三、中国的河流	16
第三节 中国城市名片	18
一、北京	18
二、上海	21
三、香港	24
第四节 中国之旅	26
一、自然之旅	26
二、人文之旅	34
思考题	38



第二章 历史 39

第一节 中国古代史	40
一、黄帝与华夏族形成	40
二、秦始皇与中国统一	42
三、汉武帝与丝绸之路	44
四、唐玄宗与开元盛世	45
五、宋太祖与经济繁荣	46
六、元世祖与疆域拓展	48
七、明成祖与七下西洋	49
八、清高宗与康乾盛世	50
第二节 中国近代史	52
一、鸦片战争	52
二、辛亥革命	54
三、中国共产党的诞生	55
四、抗日战争	56
五、解放战争	58
第三节 中国当代史	60
一、中华人民共和国成立	60
二、中华人民共和国外交	62
三、改革开放	64
四、走进新时代	66
思考题	68

第一节 儒家的代表人物	70
一、孔子	70
二、孟子	73
第二节 儒家的核心概念	75
一、礼	75
二、仁与仁政	77
三、道、理、格物致知	78
第三节 《周易》与阴阳五行	80
第四节 道家	83
一、老子	83
二、庄子	85
第五节 其他思想流派	87
一、法家	87
二、兵家	89
思考题	90



第一节 中国本土信仰与宗教	92
一、民间信仰	92
二、祖先崇拜	94
三、道教	95
第二节 佛教	98
一、佛教进入中国	98
二、佛教教义、禅宗, 与佛教名胜	100
第三节 其他外来宗教	103
一、伊斯兰教	103
二、基督教	104
第四节 中国的宗教现状	105
思考题	106





第一节 中国文学的分期及体裁	108
一、中国文学的分期	108
二、中国文学的体裁	109
第二节 中国古代文学	110
一、先秦文学	110
二、唐诗宋词	113
三、四大名著	116
第三节 现当代文学	118
一、中国文学的现代化转变	118
二、现当代文学名家名作	119
三、新时期文学	122
第四节 中国戏曲	123
一、发展演变	123
二、主要剧种及代表曲目	124
三、主题特点	126
四、艺术特征	127
第五节 中国音乐	128
一、五声音阶	128
二、中国传统音乐观念	129
三、中国传统乐器与经典曲目	130
四、多姿多彩的现代音乐	133
思考题	136

第一节 中国语言文字的基本情况	138
一、语言文字的多样性	138
二、汉语、汉字在世界上的影响	138
第二节 语言	140
一、普通话和方言	140
二、古代汉语与现代汉语	141
三、熟语——成语、俗语、惯用语、歇后语	142
四、语言政策	143
第三节 文字	144
一、汉字的趣味起源	144
二、汉字的发展与演变	145
三、汉字的六书	147
四、繁体字和简体字	149
思考题	150

第一节 书法	152
一、什么是书法	152
二、中国书体的演变及名家、名作	154
三、书法创作与书法之美	163
第二节 绘画	169
一、中国绘画的基本知识	170
二、中国绘画的艺术特征	173
三、三大题材及代表作欣赏	176
思考题	180



第一节 中国经济的过去和现在	182
一、中国经济的历史变迁	183
二、中国经济现状	185
三、中国经济发展的自然条件	185
四、中国经济的基本政策与体制	185
第二节 中国三大产业	188
一、农业	189
二、工业	190
三、第三产业	191
第三节 中国经济的发展	192
一、中国经济新常态	192
二、“互联网+”	193
三、数字经济2.0	194
四、经济增长与环境保护	194
五、结构调整与区域发展	195
第四节 中国经济与世界经济	196
一、深圳特区	196
二、自由贸易区	197
三、亚投行	197
四、“一带一路”倡议	198
第五节 中国的银行体系	200
一、央行	201
二、国有银行	201
三、民营银行	201
四、新支付方式	202
思考题	204

第一节 中国古代科技	206
一、古代“四大发明”	206
二、青铜器	209
三、地动仪	211
四、圆周率	212
五、农业科技	213
六、航海术	216
七、天文学	218
八、陶瓷	219
第二节 中国现代科技	220
一、杂交水稻	220
二、中国高铁	222
三、“两弹一星”	223
四、“中国天眼”	225
五、“神威·太湖之光”超级计算机	226
六、“蛟龙号”探海	228
七、航天科技	229
八、干热岩开采	231
思考题	232



第一节 学校教育	234
一、古代教育	234
二、现代教育	235
第二节 继续教育	239
一、学历继续教育	239
二、非学历继续教育	241
第三节 考试制度	242
一、古代科举考试	242
二、现代升学考试	245
三、国家职业资格考试	247
第四节 国际教育交流与合作	248
一、孔子学院	248
二、国际学校	249
三、“一带一路”教育行动	249
思考题	250

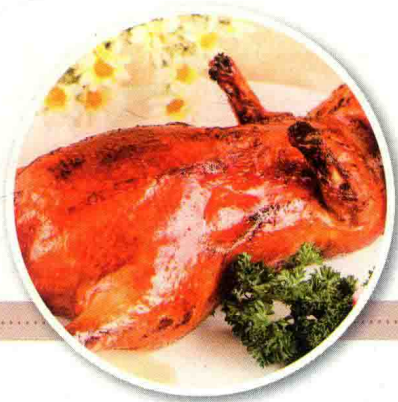
第一节 中国医疗卫生现状	252
一、中国医疗卫生服务体系	252
二、中国传统医学	254
第二节 神奇的中医	256
一、中医发展史	256
二、中医的核心理念	258
三、针灸与推拿	260
四、中医与生活	262
第三节 走进中药的世界	268
一、认识中药	268
二、中药治病的奥秘	270
第四节 中国医学的国际传播	272
一、中医在国际上的影响	272
二、中医教育国际化	273
思考题	274



第一节 中国传统体育	276
一、传统体育简述	276
二、传统体育项目	277
第二节 中国现代体育	278
一、学校体育	278
二、大众体育	279
三、竞技体育	279
第三节 走向世界的中国体育	281
一、中国体育与奥运会	281
二、民间体育交流与合作	282
三、中西体育理念的差异	282
第四节 武术	283
一、武术的起源与发展	283
二、武术的内容与分类	284
三、武术的特点和作用	287
四、武术的文化内涵	287
思考题	290



第一节 传统节日	292
一、春节	294
二、元宵节	296
三、清明节	298
四、端午节	300
五、中秋节	302
第二节 饮食	304
一、主要菜系	304
二、饮食与健康	308
思考题	310

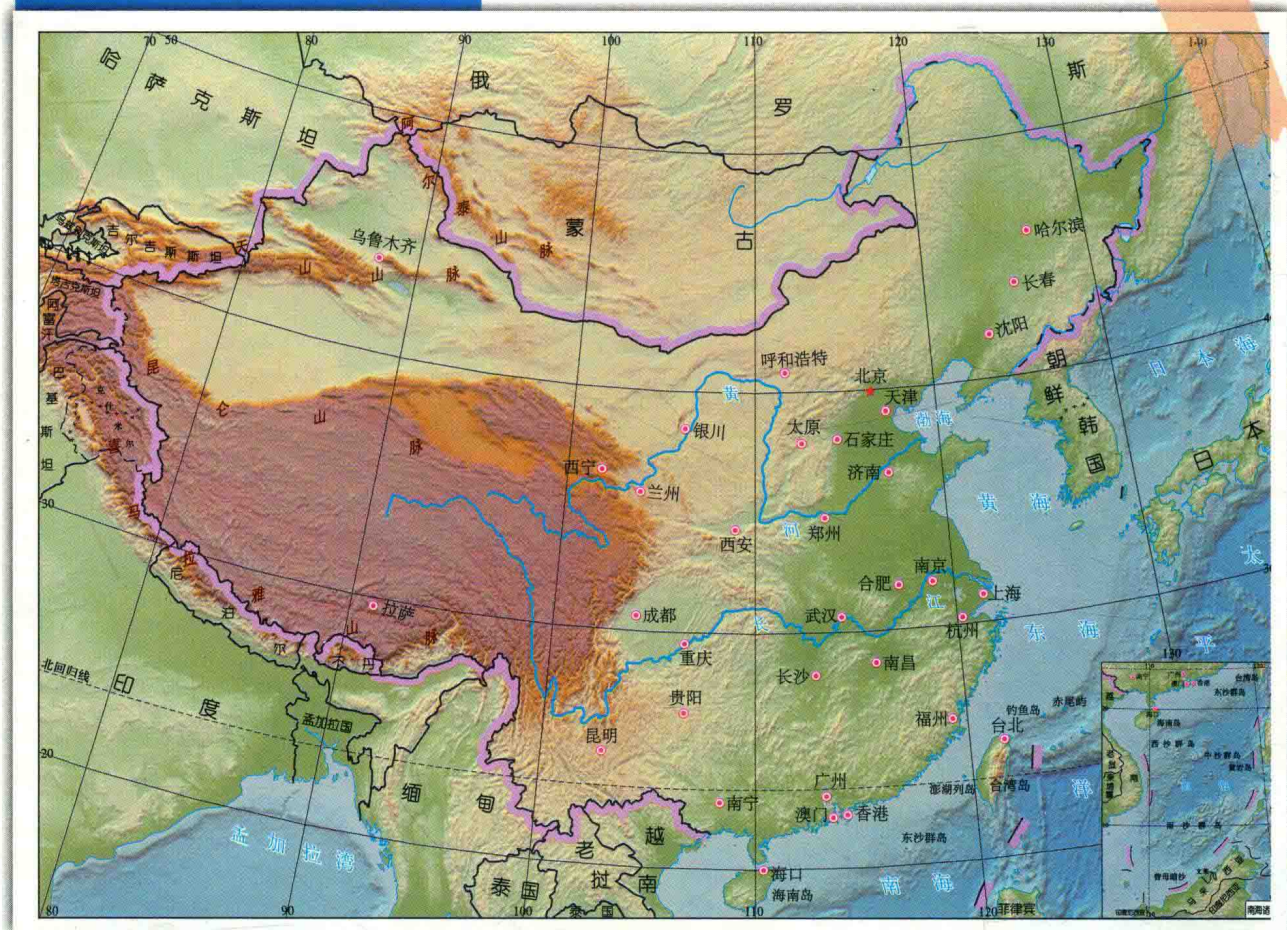


第一节 遗址	312
一、人类文明：周口店“北京人”遗址	312
二、石窟：敦煌莫高窟	314
三、伟大工程：都江堰	315
四、皇家陵寝：孝陵、十三陵	315
第二节 文物	317
一、最大的青铜器：司（后）母戊大方鼎	317
二、战国宫廷乐器：曾侯乙编钟	318
第三节 古建筑	319
一、古建筑的类型	319
二、皇家建筑：北京故宫	320
三、古民居：四合院	321
第四节 古园林	322
一、皇家风范：颐和园	322
二、私家园林：拙政园	323
第五节 非物质文化遗产	324
一、中国非物质文化遗产发展现状	324
二、中国非物质文化遗产项目代表性作品	326
三、中国非物质文化遗产保护	336
思考题	338



第一章
地 理

一、中国的地理位置和版图



审图号: GS(2018) 3543号

词语释义

- 广阔
wide, broad
- 相差
differ
- 边境
border

中国位于亚洲的东部，太平洋的西岸。国土面积广阔，陆地总面积约960万平方公里，仅次于俄罗斯和加拿大，是世界上第三大国家，也是亚洲最大的国家。如果你有时间和兴趣走遍中国，那么，你走过的地方就相当于整个欧洲。

中国的最北边在黑龙江省漠河以北的黑龙江主航道中心线，最南边在南海南沙群岛的曾母暗沙。南北距离约5 500公里。当中国东北地区进入冬季，大雪漫天的时候，南边的海岛还是一片夏日的美景。

中国的最东边在黑龙江和乌苏里江主航道中心线的相交处，最西边在帕米尔高原附近，东西相距约5 200公里，^{xiāngchā}相差5个时区。当东海岸太阳升起的时候，西边的帕米尔高原上的人们还在深夜甜美的梦乡当中呢。

中国，^{biānjìng}陆地边境长约22 800多公里，有14个邻国。东邻朝鲜，东北边、北边和西北边与俄罗斯、蒙古、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦、塔吉克斯坦相邻，西边和西南边连接阿富汗、巴基斯坦、印度、尼泊尔和不丹，南边与缅甸、老挝和越南相邻。

中国的海洋面积也十分广阔，大陆海岸线总长约18 000公里。从北到南，中国的领海——渤海、黄海、东海和南海，连成一片，有着十分丰富的海洋资源。在这片广阔的海域中分布着7 600多个大小岛屿，其中，^{Táiwān Dǎo}台湾岛是中国的第一大岛。

文化注释

1. 曾母暗沙

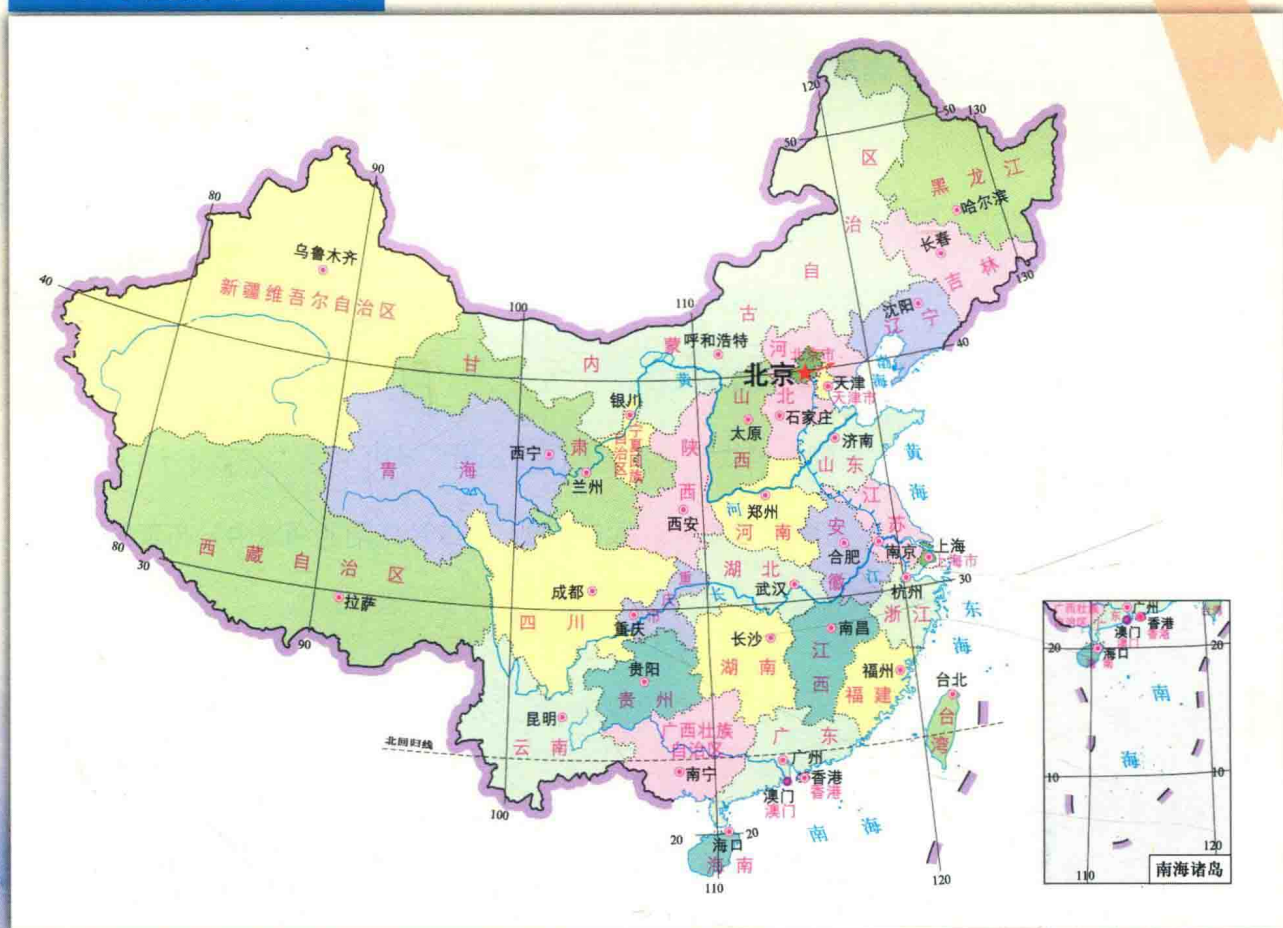
曾母暗沙是中国边境的最南边，位于中国南海，是南沙群岛的一部分。这里有中国的主权碑。

2. 台湾岛

是中国的第一大岛，位于中国东海大陆架南边。三国时期（约公元230年）被称为“夷洲”的台湾已经有士兵驻守。现在汉族占台湾总人口的98%，高山族是台湾特有的少数民族，约占2%。



二、中国的行政区划



审图号: GS(2018) 3543号

词语释义

- 行政
administration
- 中央
central

中国有23个省，4个直辖市，5个少数民族自治区和两个特别行政区。首都是北京，是中央人民政府的所在地。在历史和习惯上，各省级行政区都有简称，如北京简称为“京”、江苏省简称为“苏”等。