



青藏高原鸟类自然观察手册

Field Guide to Birdwatching of Tibetan Plateau

影像生物调查所 (IBE) | 编著



青藏高原鸟类 自然观察手册

*Field Guide to Birdwatching
of Tibetan Plateau*

影像生物调查所 (IBE) | 编著

中国藏学出版社

图书在版编目(CIP)数据

青藏高原鸟类自然观察手册 / 影像生物调查所(IBE)

编著. -- 北京: 中国藏学出版社, 2015.12

ISBN 978-7-80253-868-9

I. ①青… II. ①影… III. ①青藏高原-鸟类-观察-手册 IV. ①Q959.7-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第300312号

青藏高原鸟类自然观察手册

出 品: 北京全景地理书业有限公司

出 品 人: 陈沂欢

责任编辑: 张荣德

藏文责编: 南加才让

特邀编辑: 王安梦 程 曦

责任印刷: 焦文献

装帧设计: 何 睦 马亚梅

地图编辑: 程 远 韩守青

出版发行: 中国藏学出版社

社 址: 北京市北四环东路131号

邮政编码: 100101

经 销: 新华书店

制 版: 北京美光设计制版有限公司

印 刷: 北京华联印刷有限公司

开 本: 635mm×965mm 1/24

字 数: 200千字

印 张: 10

版 次: 2016年2月第1版

印 次: 2016年2月第1次印刷

书 号: 978-7-80253-868-9/Q.3

定 价: 60.00元

图书如有质量问题, 请与本社联系

电话: 010-64892902

版权所有·侵权必究

目录

第一部分 青藏高原概况

16/ 概述

28/ 青藏高原鸟类观察线路

第二部分 青藏高原鸟类

36/

斑尾榛鸡

雪鹑

雉鹑

黄喉雉鹑

42/

白尾梢虹雉

绿尾虹雉

白马鸡

藏马鸡

蓝马鸡

48/

赤膀鸭

赤颈鸭

绿头鸭

斑嘴鸭

琵嘴鸭

54/

普通秋沙鸭

小鸕鹚

凤头鸕鹚

黑颈鸕鹚

38/

暗腹雪鸡

藏雪鸡

大石鸡

斑翅山鹑

44/

雉鸡

豆雁

灰雁

白额雁

50/

针尾鸭

白眉鸭

绿翅鸭

赤嘴潜鸭

56/

黑鹳

夜鹭

池鹭

牛背鹭

40/

高原山鹑

血雉

勺鸡

棕尾虹雉

46/

斑头雁

疣鼻天鹅

翘鼻麻鸭

赤麻鸭

52/

红头潜鸭

白眼潜鸭

凤头潜鸭

鹊鸭

58/

苍鹭

大白鹭

白鹈鹕

普通鸕鹚

60/

胡兀鹫
高山兀鹫
秃鹫
草原雕

70/

灰鹤
黑颈鹤
鸮嘴鹳
黑翅长脚鹳

80/

长趾滨鹳
流苏鹳
普通燕鸥
棕头鸥

90/

四川林鸮
领鸮鹳
纵纹腹小鸮
鬼鸮

62/

金雕
雀鹰
苍鹰
白尾鹞

72/

反嘴鹳
凤头麦鸡
金斑鸻
金眶鸻

82/

红嘴鸥
渔鸥
白额燕鸥
普通燕鸥

92/

长耳鸮
短耳鸮
普通夜鹰
短嘴金丝燕

64/

黑鸢
玉带海雕
白尾海雕
大鸮

74/

环颈鸻
蒙古沙鸻
丘鹑
孤沙锥

84/

西藏毛腿沙鸡
毛腿沙鸡
原鸽
岩鸽

94/

白喉针尾雨燕
普通楼燕
白腰雨燕
戴胜

66/

普通鸢
红隼
灰背隼
猎隼

76/

林沙锥
针尾沙锥
红脚鹳
青脚鹳

86/

雪鸽
点斑林鸽
山斑鸠
火斑鸠

96/

蚁鸢
棕腹啄木鸟
黄颈啄木鸟
大斑啄木鸟

68/

游隼
西方秧鸡
黑水鸡
骨顶鸡

78/

白腰草鹳
林鹳
矶鹳
青脚滨鹳

88/

大紫胸鹦鹉
大杜鹃
雕鸮
灰林鸮

98/

三趾啄木鸟
黑啄木鸟
灰头绿啄木鸟
荒漠伯劳

100/ 灰背伯劳 楔尾伯劳 白喉扇尾鹩 黑头噪鸦	110/ 黑喉山雀 川褐头山雀 地山雀 远东山雀	120/ 异色树莺 大树莺 棕顶树莺 栗头地莺	130/ 斑胸短翅莺 棕褐短翅莺 山鹪莺 斑胸钩嘴鹟
102/ 松鸦 灰喜鹊 喜鹊 星鸦	112/ 绿背山雀 长嘴百灵 大短趾百灵 细嘴短趾百灵	122/ 红头长尾山雀 黑眉长尾山雀 花彩雀莺 凤头雀莺	132/ 棕颈钩嘴鹟 矛纹草鹛 大草鹛 棕草鹛
104/ 红嘴山鸦 黄嘴山鸦 达乌里寒鸦 小嘴乌鸦	114/ 亚洲短趾百灵 凤头百灵 小云雀 角百灵	124/ 烟柳莺 黄腹柳莺 棕腹柳莺 棕眉柳莺	134/ 黑额山噪鹛 斑背噪鹛 白点噪鹛 大噪鹛
106/ 大嘴乌鸦 渡鸦 黄腹扇尾鹩 黄眉林雀	116/ 黄臀鹌 淡色沙燕 家燕 岩燕	126/ 橙斑翅柳莺 灰喉柳莺 淡黄腰柳莺 淡眉柳莺	136/ 眼纹噪鹛 白喉噪鹛 山噪鹛 橙翅噪鹛
108/ 黑冠山雀 煤山雀 褐冠山雀 白眉山雀	118/ 烟腹毛脚燕 金腰燕 鳞胸鹪鹩 黄腹树莺	128/ 暗绿柳莺 乌嘴柳莺 西南冠纹柳莺 灰冠鹪莺	138/ 灰腹噪鹛 黑顶噪鹛 斑喉希鹛 火尾希鹛

140/ 灰头斑翅鹟 火尾绿鹟 宝兴鹟雀 白眉雀鹟	150/ 栗臀鹟 滇鹟 黑头鹟 白脸鹟	160/ 蓝喉歌鸲 红喉歌鸲 黑胸歌鸲 棕头歌鸲	170/ 黑喉石鹟 沙鹟 白顶鹟 漠鹟
142/ 高山雀鹟 路德雀鹟 红嘴鸦雀 褐鸦雀	152/ 红翅旋壁雀 霍氏旋木雀 高山旋木雀 粉红椋鸟	162/ 黑喉歌鸲 金胸歌鸲 栗腹歌鸲 白眉林鸲	172/ 乌鹟 锈胸蓝姬鹟 橙胸姬鹟 铜蓝鹟
144/ 白眶鸦雀 灰喉鸦雀 暗色鸦雀 灰冠鸦雀	154/ 光背地鸲 长尾地鸲 虎斑地鸲 白颈鸲	164/ 蓝眉林鸲 金色林鸲 赭红尾鸲 黑喉红尾鸲	174/ 河乌 褐河乌 黄腹啄花鸟 蓝喉太阳鸟
146/ 黄额鸦雀 橙额鸦雀 纹喉凤鹟 白领凤鹟	156/ 乌鸲 藏鸲 灰头鸲 棕背黑头鸲	166/ 白喉红尾鸲 北红尾鸲 红腹红尾鸲 蓝额红尾鸲	176/ 火尾太阳鸟 家麻雀 山麻雀 麻雀
148/ 棕臀凤鹟 戴菊 鹁鹁 普通鹟	158/ 黑颈鸲 赤颈鸲 红尾鸲 斑鸲	168/ 白腹短翅鸲 红尾水鸲 白顶溪鸲 蓝大翅鸲	178/ 石雀 藏雪雀 褐翅雪雀 白腰雪雀

180/

棕颈雪雀
棕背雪雀
领岩鹀
高原岩鹀

182/

鹇岩鹀
棕胸岩鹀
褐岩鹀
栗背岩鹀

184/

黄鹡鸰
黄头鹡鸰
灰鹡鸰
白鹡鸰

186/

理氏鹀
布氏鹀
树鹀
粉红胸鹀

188/

水鹀
朱鹀
黄颈拟蜡嘴雀
白点翅拟蜡嘴雀

190/

白斑翅拟蜡嘴雀
褐灰雀
灰头灰雀
赤朱雀

192/

金枕黑雀
暗胸朱雀
林岭雀
高山岭雀

194/

普通朱雀
血雀
拟大朱雀
大朱雀

196/

喜山红眉朱雀
红眉朱雀
曙红朱雀
棕朱雀

198/

点翅朱雀
酒红朱雀
藏雀
长尾雀

200/

斑翅朱雀
白眉朱雀
红胸朱雀
红眉松雀

202/

金翅雀
黑头金翅雀
黄嘴朱顶雀
红交嘴雀

204/

藏黄雀
白头鹀
灰眉岩鹀
戈氏岩鹀

206/

黄胸鹀
藏鹀

208/

拉丁名索引

213/

英文名索引

218/

中文名索引

青藏高原鸟类 自然观察手册

*Field Guide to Birdwatching
of Tibetan Plateau*

影像生物调查所 (IBE) | 编著

中国藏学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青藏高原鸟类自然观察手册 / 影像生物调查所 (IBE)

编著. -- 北京: 中国藏学出版社, 2015.12

ISBN 978-7-80253-868-9

I. ①青… II. ①影… III. ①青藏高原-鸟类-观察-手册 IV. ①Q959.7-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第300312号

青藏高原鸟类自然观察手册

出 品: 北京全景地理书业有限公司

出 品 人: 陈沂欢

责任编辑: 张荣德

藏文责编: 南加才让

特邀编辑: 王安梦 程 曦

责任印刷: 焦文献

装帧设计: 何 睦 马亚梅

地图编辑: 程 远 韩守青

出版发行: 中国藏学出版社

社 址: 北京市北四环东路131号

邮政编码: 100101

经 销: 新华书店

制 版: 北京美光设计制版有限公司

印 刷: 北京华联印刷有限公司

开 本: 635mm×965mm 1/24

字 数: 200千字

印 张: 10

版 次: 2016年2月第1版

印 次: 2016年2月第1次印刷

书 号: 978-7-80253-868-9/Q.3

定 价: 60.00元

图书如有质量问题, 请与本社联系

电话: 010-64892902

版权所有·侵权必究

本书献给所有热爱自然、愿意呵护自然的人们。

我们非常高兴能为本书的问世尽绵薄之力。希望本书可以帮助藏区教师们更为深入地理解和欣赏高原的鸟类。

汉斯·尤阿西姆·马德博士
德国勃兰登堡州自然风景基金会
“荒野基金”委员会主席

序一

《青藏高原鸟类自然观察手册》实际收录了352种鸟类物种，这一数字充分体现了中国丰富的生物多样性，同时也是体现鸟类多样性的有力证据。鸟类对自然环境与生态栖息地的利用极为广泛。鸟类的羽衣是其进化历程中的独特产物，藉此它们可在空中翱翔，可在繁殖地与越冬地之间长途迁徙，并可在陆地和水域等各种环境中繁衍生息。鸟类以植物、动物及骨骼为食，它们既可承担草食者的生态角色，也可以是肉食者，还有一些是腐食者，为生态圈的物质和能量循环做出贡献。鸟类不仅在体型和色彩上多种多样，而且在行为与生态适应性上也充满多样性。除此以外，它们彼此之间还用啼鸣进行交流，这为众多的鸟类观察者与鸟类研究者带来了乐趣。

事实上，在世界范围内有超过1 500种鸟类因人类对其栖息地的利用而面临着灭绝的威胁。因此，我们所有人都有责任去了解鸟类，学习它们的生物学特性，掌握维护鸟类栖息地的方法，并将所有鸟类作为生态系统中必不可少的成员加以保护。

希望这卷美丽的书册能够被所有的鸟类爱好者和他们的朋友们，以及所有的生态环境保护人士阅读，并真正地唤起大众的兴趣，丰富人们的知识。这会让人们更好地了解鸟类，并做好准备去保护它们不再受到伤害，不再面临灭绝的威胁。请保护鸟类，因为它们是自然界中不可或缺的一员。感谢你为保护鸟类而付出的努力，同时也感谢所有为本书的出版作出贡献的人员和机构。

德国鸟类保护委员会主席，生物学家
伊贝哈德·施耐德博士

序二

青藏高原是地球上面积最大、海拔最高、地形最为复杂的高原地域，是亚洲主要河流的发源地，黄河、长江、雅鲁藏布江以及恒河都发源于此。在人类发展的漫长历史进程中，这些河流孕育了灿烂的古代文明。因此，青藏高原不仅是中华民族的生命之源，也是南亚和东南亚人民的生命之源。

千百年来，青藏高原的居民形成了与自然和谐相处的传统，享受高原生活的平静与祥和，成就和守护着广袤雪域的美丽和神奇。在雪山的守护下，这里有江河清流奔涌，湖泊星罗棋布；有草原茵茵，鲜花遍野；更有森林茂密，鸟儿啾啾。

物换星移，现代化浪潮冲击着人们的思维方式，也改变了人们的行为方式。人与自然共生共荣的优良传统逐渐被淡忘。无度的索取为高原生态和环境造成很大程度的破坏。冰川退缩、雪线上升、水源枯竭、湖泊干涸、森林减少、草地沙化、水土流失、物种濒危，人类赖以生存的家园正面临严重的威胁。与此同时，人们质朴的心灵也受到了物欲的污染。

今天，我们需思考自己的生活方式，恢复经受过时间考验的人与自然的和谐关系，并使之代代薪火相传。我们需重返自然，植根传统，搭建学习和行动的平台，引导和帮助青少年和社区群众积极努力地去探索，如何将传统智慧与千变万化的现代生活所需的新知识联系起来。我们需思考在发展当地经济的同时，如何挽救和保护原生态和传统文化中的精粹。

这一工作急需高质量的教育资源，由IBE编写的这本《青藏高原鸟类自然观察手册》是青年科学工作者和摄影师多年努力工作的成果，是开展高原生态教育的必备工具。书中收录的352种鸟类信息，将帮助我们重温亿万年生物进化的过程和人类文明与自然共存共荣的古老智慧，重新享受那久违的明静与清澈。闻关关雉鸣，看白鹭于飞、黄鹂鸣柳，书中的鸟儿将为我们带来久违的乡音、乡愁和乡情，提醒我们去校正心灵的坐标，承担起守护自然和心灵家园的历史重任。

香格里拉可持续社区学会
刘蕴华

目录

第一部分 青藏高原概况

16/ 概述

28/ 青藏高原鸟类观察线路

第二部分 青藏高原鸟类

36/

斑尾榛鸡

雪鹑

雉鹑

黄喉雉鹑

42/

白尾梢虹雉

绿尾虹雉

白马鸡

藏马鸡

蓝马鸡

48/

赤膀鸭

赤颈鸭

绿头鸭

斑嘴鸭

琵嘴鸭

54/

普通秋沙鸭

小鸕鹚

凤头鸕鹚

黑颈鸕鹚

38/

暗腹雪鸡

藏雪鸡

大石鸡

斑翅山鹑

44/

雉鸡

豆雁

灰雁

白额雁

50/

针尾鸭

白眉鸭

绿翅鸭

赤嘴潜鸭

56/

黑鹳

夜鹭

池鹭

牛背鹭

40/

高原山鹑

血雉

勺鸡

棕尾虹雉

46/

斑头雁

疣鼻天鹅

翘鼻麻鸭

赤麻鸭

52/

红头潜鸭

白眼潜鸭

凤头潜鸭

鹊鸭

58/

苍鹭

大白鹭

白鹈鹕

普通鸬鹚

60/

胡兀鹫
高山兀鹫
秃鹫
草原雕

70/

灰鹤
黑颈鹤
鸮嘴鹳
黑翅长脚鹳

80/

长趾滨鹳
流苏鹳
普通燕鸥
棕头鸥

90/

四川林鸮
领鸮鹳
纵纹腹小鸮
鬼鸮

62/

金雕
雀鹰
苍鹰
白尾鹞

72/

反嘴鹳
凤头麦鸡
金斑鸻
金眶鸻

82/

红嘴鸥
渔鸥
白额燕鸥
普通燕鸥

92/

长耳鸮
短耳鸮
普通夜鹰
短嘴金丝燕

64/

黑鸢
玉带海雕
白尾海雕
大鸮

74/

环颈鸻
蒙古沙鸻
丘鹑
孤沙锥

84/

西藏毛腿沙鸡
毛腿沙鸡
原鸽
岩鸽

94/

白喉针尾雨燕
普通楼燕
白腰雨燕
戴胜

66/

普通鸢
红隼
灰背隼
猎隼

76/

林沙锥
针尾沙锥
红脚鹳
青脚鹳

86/

雪鸽
点斑林鸽
山斑鸠
火斑鸠

96/

蚁鴟
棕腹啄木鸟
黄颈啄木鸟
大斑啄木鸟

68/

游隼
西方秧鸡
黑水鸡
骨顶鸡

78/

白腰草鹳
林鹳
矶鹳
青脚滨鹳

88/

大紫胸鹦鹉
大杜鹃
雕鸮
灰林鸮

98/

三趾啄木鸟
黑啄木鸟
灰头绿啄木鸟
荒漠伯劳

100/ 灰背伯劳 楔尾伯劳 白喉扇尾鹞 黑头噪鸦	110/ 黑喉山雀 川褐头山雀 地山雀 远东山雀	120/ 异色树莺 大树莺 棕顶树莺 栗头地莺	130/ 斑胸短翅莺 棕褐短翅莺 山鹳莺 斑胸钩嘴鹛
102/ 松鸦 灰喜鹊 喜鹊 星鸦	112/ 绿背山雀 长嘴百灵 大短趾百灵 细嘴短趾百灵	122/ 红头长尾山雀 黑眉长尾山雀 花彩雀莺 凤头雀莺	132/ 棕颈钩嘴鹛 矛纹草鹛 大草鹛 棕草鹛
104/ 红嘴山鸦 黄嘴山鸦 达乌里寒鸦 小嘴乌鸦	114/ 亚洲短趾百灵 凤头百灵 小云雀 角百灵	124/ 烟柳莺 黄腹柳莺 棕腹柳莺 棕眉柳莺	134/ 黑额山噪鹛 斑背噪鹛 白点噪鹛 大噪鹛
106/ 大嘴乌鸦 渡鸦 黄腹扇尾鹞 黄眉林雀	116/ 黄臀鹌 淡色沙燕 家燕 岩燕	126/ 橙斑翅柳莺 灰喉柳莺 淡黄腰柳莺 淡眉柳莺	136/ 眼纹噪鹛 白喉噪鹛 山噪鹛 橙翅噪鹛
108/ 黑冠山雀 煤山雀 褐冠山雀 白眉山雀	118/ 烟腹毛脚燕 金腰燕 鳞胸鹪鹩 黄腹树莺	128/ 暗绿柳莺 乌嘴柳莺 西南冠纹柳莺 灰冠鹪鹩	138/ 灰腹噪鹛 黑顶噪鹛 斑喉希鹛 火尾希鹛