

目 录

1 热身活动

02-04 ● ● ●

2

主题阅读一： 中国的人口特点

05-12 ● ● ●



3

主题阅读二： 中国民族之旅

13-50 ● ● ●



4

主题阅读三： 中国的民族区域自治

51-56 ● ● ●



5

中国少数民族服饰

57-63 ● ● ●

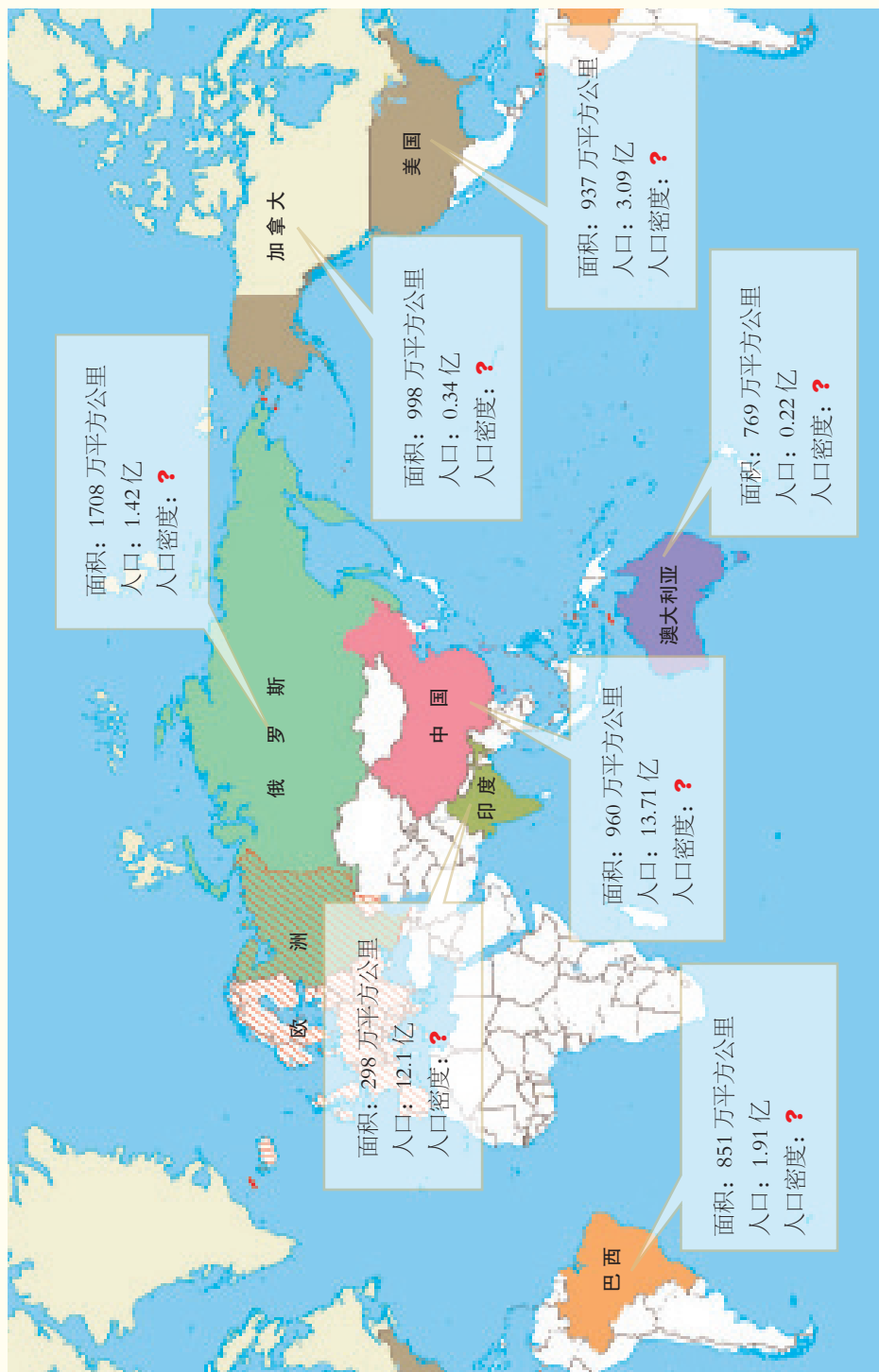


6

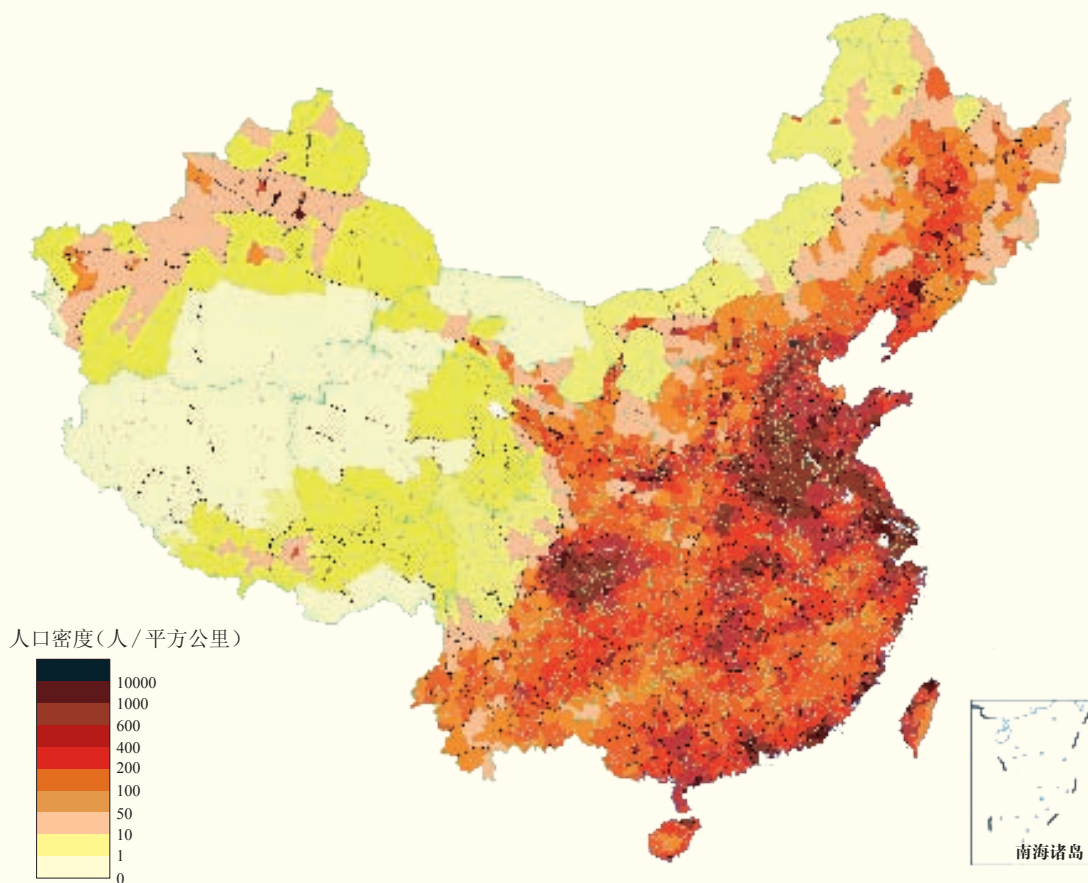
关键词索引

64-67 ● ● ●

热身活动1 请根据下列国家的面积和2010年人口，计算出他们的人口密度，并加以比较。

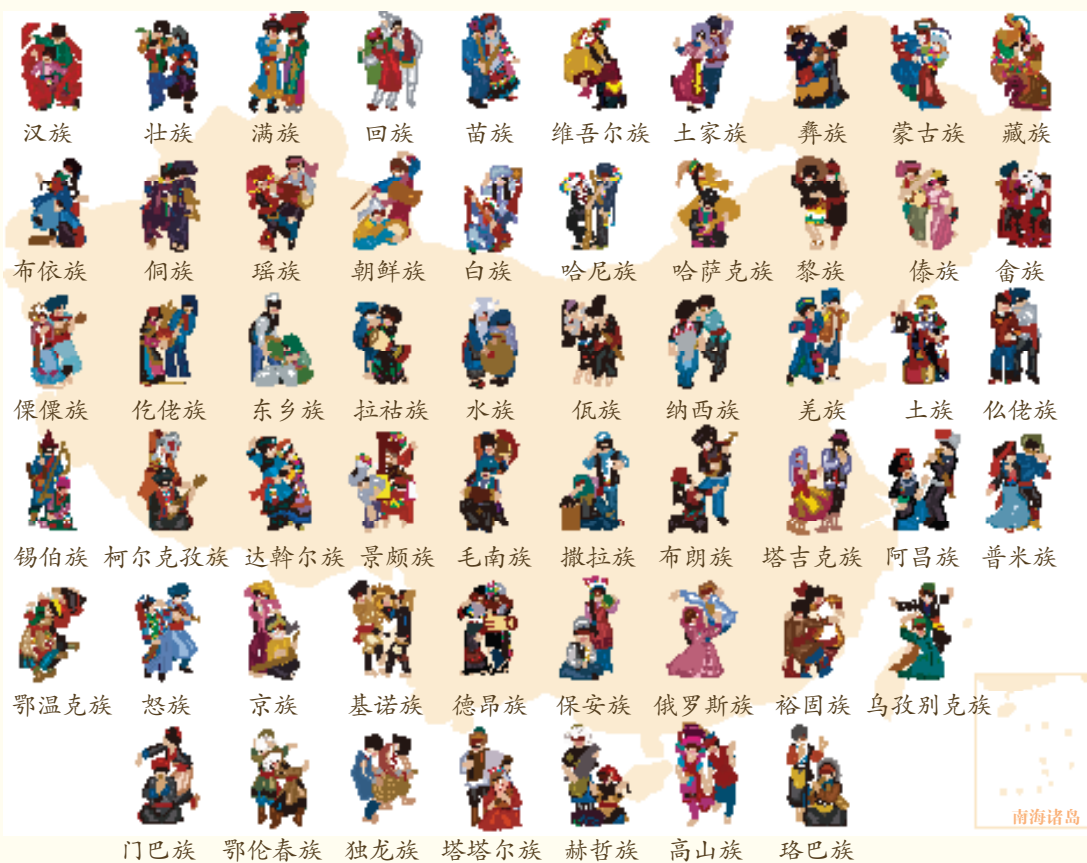


热身活动2 这是一张中国人口分布密度图。看看中国的人口分布有什么特点？



不难发现，中国的东部地区人口非常密集，西部地区人口却很稀少。在第一册《你好，中国》里我们曾经说过，中国的地形是西高东低。想一想，这两者之间有什么联系吗？

热身活动3 数一数，这张中国地图上画着多少组人？



这张地图上的每一组人，都代表一个民族。如果你没数错的话，应该是 56 组人，他们代表了中国的 56 个民族。

再仔细观察一下，你会发现他们的服饰都不相同，绚丽多彩。那么，这些民族的文化是否也像服饰一样，各有特色呢？56 个民族之间又是怎样相处的呢？让我们一起去寻求答案吧。

主题阅读1：中国的人口特点

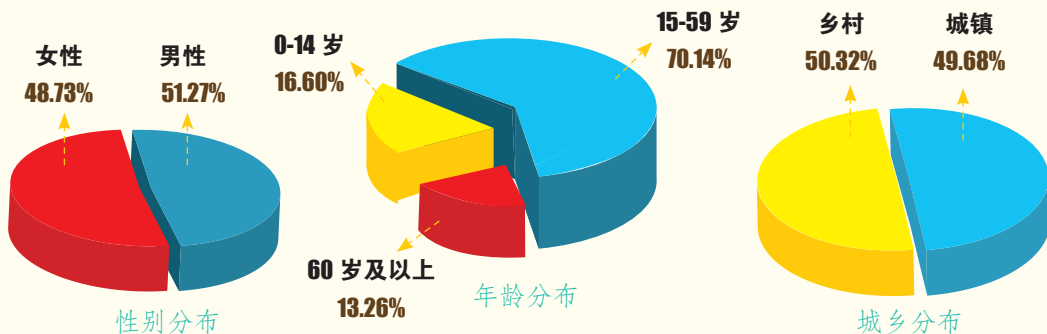
中国为什么会有这么多人口？这是我们不免要问的问题。实际上，并不是今天才如此，很早以前，中国就已经是世界第一人口大国了。最迟在公元12世纪时，中国的人口就达到了一个惊人的水平——1亿，而当时世界总人口还不到4亿。今天，全世界人口超过1亿的国家也不过11个；而中国，远在1000年前就已经跨入了这个行列。

不过有调查称，中国很快就要摘掉“世界上人口最多的国家”这顶帽子了，到2025年，印度的人口将会超过中国。

★ Features of Chinese Population



超级人口大国



2010 年第六次全国人口普查数据

我们先来看看今天中国 13.7 亿人口的构成。

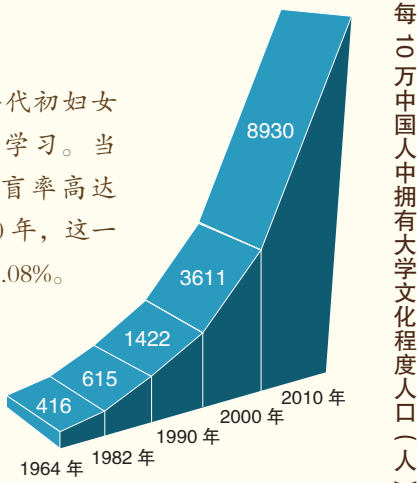
我们看到，中国 70% 的人口在 15 ~ 59 岁之间，表明中国有丰富的劳动力资源。但另一方面，中国 60 岁以上的人口超过总人口的 13%，而世界老龄化社会的标准为 10%，这表明中国已经进入老龄化社会。

中国的城市化率已从 1980 年的 19.4% 增长到 2011 年的 51.3%。你认为这种快速增长的原因是什么呢？

现在，我们已经了解了中国人口的一些基本特征：数量庞大，分布不均，总体呈现老龄化。实际上，除了这些以外，人口素质偏低也是中国体现出的人口特点之一。目前中国只有不到 10% 的人口接受过大学教育，65% 左右的中国人只具有小学和初中文化水平。中国人正在努力地改变这种现状，但庞大的人口基数使这种改变需要花费比别的国家更长的时间。



20 世纪 50 年代初妇女们参加扫盲学习。当时中国的文盲率高达 80%，到 2010 年，这一数字已降到 4.08%。



主题阅读2：中国民族之旅

中国有56个民族，因此绝对是一个多民族国家。也许你会觉得这并不独特，比如美国也有很多民族。那么，中国和美国的情况一样吗？

答案是“不一样”。在美国，除了印第安人以外，其他人都是哥伦布发现美洲大陆后，从别的地方迁移去的。这样，相对于后来的“移民”，印第安人就被称为“土著民族”。而中国的各个民族，世代都生活在这片土地上。因此，在中国并不存在“土著民族”的说法。

当然，中国的民族结构也不是一开始就是这样的。随着中国历史的演变，各民族间经过了几千年的发展和融合，才形成了今天的格局。由于各民族长期以来不间断地相互交往、流动，因此中国的民族分布呈现出大杂居、小聚居、交错居住的特点。可以说，每个民族背后都有一段丰富多彩的故事。

★ A Survey of China's Ethnic Groups



滚雪球式的融合——汉族的形成

汉族共有 12.3 亿人口，他们分布在中国各地。那么，这个全世界人口最多的民族究竟是怎样形成的呢？我们可以通过“滚雪球”这个比喻，来理解汉族的形成过程。

最初，这个雪球的核心——华夏族，出现在距今 3000 多年前的黄河中下游一带。这里有肥沃的黄土，适合农作物生长，也适合建造村庄和城市。一些掌握了当时先进农业文化和青铜文化的人聚居在这里——他们并非一开始就是一个整体，而是由一些来源不同的人群从四面八方逐渐汇聚而成的。

这个雪球的核心非常善于融汇四周的文化，它对周围的民族具有一种强大的包容力，从不排斥前来交流的群体，只不过这种交流有时是和平的方式，有时则是战争。但不论怎样，这个雪球开始在历史的长河中滚动起来，并且越滚越大，把周围许多有着不同文化特点的人群都“滚”到了一起。



春节是汉族人的新年，也是汉族最重要的传统节日，时间一般在公历一二月份。汉族人过春节有很多习俗，比如贴春联、挂灯笼、放鞭炮、逛庙会等等。由于受到汉族文化影响，很多少数民族也过春节。





养蚕织丝

就这样，在华夏族的基础上，融合其他民族，一个新的民族出现了。因为他们在公元前3世纪末建立了一个强大的国家——汉朝，所以四周的其他民族开始用“汉人”来称呼他们。久而久之，“汉”便成了这个民族的名称，虽然后来历史朝代不断更替，但汉族这个称呼一直沿用到今天。

从某种意义上说，汉族强大的融合能力与它悠久的农耕历史有一定的关联。尤其在古代社会，汉族人更加崇尚男耕女织的生活方式。与此相对应，汉族人非常重视农业生产技术，其中水利灌溉与耕作技术尤其突出。例如2000多年前的水利工程都江堰，今天依然发挥着积极的灌溉功效。当然，在发达的农业之外，汉族人的探索精神同样体现在社会生活的各个方面，除了著称于世的四大发明——造纸术、印刷术、火药及指南针，养蚕织丝、制瓷、制茶等技术都为世界文明的发展作出过重要的贡献。



采茶



制瓷

人口最多的少数民族——壮族

除了人口庞大的汉族以外，人口最多的民族是壮族。他们大多生活在南方的广西壮族自治区。

连绵的森林把壮族的祖先与古代中国的文化中心隔离开来。不过这种隔离持续的时间并不太久。在秦始皇建立统一的中华帝国后，他很快就派出士兵征服了这些森林地区。这已是 2200 多年前的事情了。

秦始皇是中国历史上第一位皇帝。
你可以去了解一下与他有关的两件事：长城和兵马俑。

生活在森林里的壮族祖先并不像想象的那样封闭落后。事实上，被称为“百越”的壮族祖先，是中国最早种植水稻的人。考古学家在当地发现了 1 万年前的石磨盘和石磨棒，它们是给稻谷脱壳的工具。今天，在中国南方，每一个民族餐桌上的主食都是米饭，这个传统与百越人的发明直接相关。

壮族人还从他们祖先那里继承了另一个重要的传统，那就是对于歌唱的热爱。他们的生活中充满歌声，一切欢乐与痛苦，都能用优美的旋律随口唱出来。这种热爱最终凝结为一种习俗——歌圩。到了广西，不能错过的民族风情体验就是歌圩。每年农历三月初三（大约为公历的 4 月初），很多壮族人从四面八方聚集在一起唱山歌，最大的歌圩一次会有上万人参加，可以想象这是多么壮观的场面。





“三月三”歌圩又被称为壮族人的情人节，小伙子们会找自己心仪的姑娘对歌，以歌传情，若姑娘也有意，就会把亲手缝制的绣球送给他。

当然，在壮族人生活的广西地区，还生活着很多别的少数民族，例如善于制作铁器工具的仫佬族，擅长编织竹篾工艺品的毛南族，以及中国唯一生活在海边的少数民族京族……



生活在几百年前的壮族妇女刘三姐，因为特别会唱山歌，被壮族人尊为“歌仙”。今天的“三月三”歌圩，就是为了纪念她而形成的节日。

