



觀念 1 五代十國與北宋的建立

1. 五代十國：唐朝藩鎮割據的延續。

(1) 時間：唐亡後的50多年間。

(2) 分布

① 黃河流域：後梁、後唐、後晉、後漢、後周，合稱五代。

注意

後晉開國皇帝石敬瑭，為了爭奪權位，割讓「燕雲十六州」（今河北、山西、內蒙古）給遼國，國防要地盡失。



▲ 五代後期形勢圖

② 南方各地和山西：出現十個政權，稱為「十國」。

(3) 影響：北宋宋太祖為了結束藩鎮割據現象而採取「文人政治」的開國政策。

2. 北宋的建立與外患

(1) 北宋建立：趙匡胤因「陳橋兵變，黃袍加身」建國，定都汴京（今開封），是為宋太祖。

(2) 基本國策：強幹弱枝。

- ① 措施：中央集權、實施文人政治。
- ② 結果：造成了重文輕武和積弱不振的缺失。

 **注意**

杯酒釋兵權：宋太祖為求政權穩固，用計促使武將石守信、高懷德等人自願放棄兵權，歸隱田里，使宋朝改行文人政治。



**觀念 2 宋、遼、金、元多民族的共生共存**

1. 外患威脅：契丹、西夏、女真紛紛興起。
2. 遼、夏建國與宋朝的和戰關係

(1) 遼

- ① 種族：屬東胡族，本稱為契丹。
- ② 建國：五代初，耶律阿保機建國。
- ③ 改國號：耶律德光取得燕雲十六州之地，改國號為遼。
- ④ 與宋朝的和戰

◆ 宋伐遼：宋太宗時，兩次大舉攻遼都，戰敗。

◆ 遼伐宋：宋真宗時，遼兵南侵，宰相寇準力勸皇帝親征，宋軍士氣大振，擊敗遼軍前鋒，訂立「澶淵之盟」。

◆ 澶淵之盟：宋遼約為兄弟（宋兄遼弟），首開歲幣先例。

⑤ 亡於金。



▲ 北宋形勢圖

(2) 夏

- ① 種族：党項羌。
- ② 建國：宋仁宗時，西夏趙元昊改稱皇帝。
- ③ 與宋關係：經常叛服不定。
- ④ 亡於蒙古。

3. 王安石變法：宋神宗時，王安石變法維新，以富國強兵為目的，變法並未成功，引起新舊黨爭，政治更惡化，引起外族覬覦。

4. 金滅北宋

(1) 金的崛起

- ① 種族：女真族。
- ② 建國：北宋末年，首領完顏阿骨打叛遼稱帝，建國號金。
- ③ 發展：建國後十幾年間，滅遼侵宋。

(2) 靖康之禍：宋欽宗靖康2年，金兵南下，攻陷汴京，徽、欽二帝被擄，史稱「靖康之禍」。

5. 南宋偏安與金的和戰

- (1) 宋室南渡：北宋亡，高宗定都臨安（杭州），偏安江南。
- (2) 政策：初期主戰（岳飛），後期主和。
- (3) 結果：蒙古崛起漠北，西夏與金相繼被滅，南宋亦為蒙古所亡。



▲ 南宋形勢圖

**注意**

兩宋滅亡的情形：

- 1. 北宋聯金滅遼，最後卻被金所滅。
- 2. 南宋聯蒙古滅金，最後卻被蒙古所滅。
- 3. 北宋、南宋的滅亡情況十分類似。



## 觀念 3

## 元朝的統一

## 1. 蒙古帝國時期

- (1) 蒙古統一：鐵木真統一蒙古，被尊為成吉思汗，並且發動第一次西征，首先滅掉花刺子模，征服俄羅斯東北（最遠），回師又滅西夏。
- (2) 三次西征：以第二次西征橫掃到威尼斯東北為最遠；三次西征建立橫跨亞、歐的四大汗國，以「欽察汗國」、「伊兒汗國」延續最久（火藥也在此時期傳入歐洲）。



▲ 蒙古帝國形勢圖

## 2. 元朝的建國與發展

- (1) 元朝的建立：忽必烈自立為汗，定都大都（北京），定國號元，是為元世祖。



## 補充

中國五大名都：西安（長安）、洛陽、建安（建康）、開封（汴京）、北京（元、明、清的首都）。

- (2) 滅南宋統一中國：元世祖至元13年，揮軍南下，攻陷臨安，南宋滅亡，「厓山之役」為最後一戰。

### (3) 元朝的統治方式

- ① 以漢治漢：元世祖滅宋以前即重用漢人，仿漢制建年號，以漢法治理漢地，實施科舉制度。
- ② 對外用兵：伐高麗、征日本、併大理（今雲南）。
- ③ 種族歧視：將統治地區的人民分為蒙古人、色目人、漢人、南人，前二者和後二者待遇差別極大，引發不滿。
  - ◆ 蒙古人：又稱國人。
  - ◆ 色目人：又稱諸國人，包含西夏人。
  - ◆ 漢人：居於黃河流域。
  - ◆ 南人：居於長江流域。
- ④ 實施行省制度。
- ⑤ 衰亡原因
  - ◆ 居安忘戰，武力逐漸墮弛。
  - ◆ 官員貪暴，民生極為困苦。
  - ◆ 濫用紙幣（南宋開始使用紙幣），導致通貨膨脹，經濟崩潰。
  - ◆ 實施種族歧視，埋下漢族抗元意識。

3. 滅亡：朱元璋取代，元朝國祚不及百年。



## 輕鬆小站

### 陳橋兵變

趙匡胤原是後周禁軍將領，在後周末年幼帝即位時，趙謊稱北漢、遼國大舉南侵，領兵出征抗敵，趙匡胤弟趙匡義，以及趙普、石守信等人祕密策畫兵變事宜。當軍隊行至陳橋驛（河南封丘東南陳橋鎮）時，散布議論：「現今幼主軟弱，不能親政，應先擁立趙匡胤為帝，再向北征伐。」士兵們的情緒很快地被煽動起來，就拿出預先準備的龍袍，黃袍加身，即為宋太祖。宋代的史書認為陳橋兵變並不是預謀的，但近代史家從各種跡象，如趙加冕為皇帝後，北寇竟自行逃跑；預備的龍袍與後周帝禪位詔書等等，合理推測「陳橋兵變」是一件預謀的軍事政變。



- ( ) 1. 宋初為解決唐末以來藩鎮割據的問題，實施「強幹弱枝」政策，雖然能夠控制地方，集權中央，但也產生下列哪一項流弊？ 【92基測】
- (A) 宗室相殘 (B) 邊防不振  
(C) 外戚專權 (D) 土地兼併
- ( ) 2. 阿拉罕一家人世居中國西域一帶，自蒙古人統一中國後，他因擅長理財而受到政府的器重，負責國家徵稅的工作。請問：阿拉罕最有可能是當時哪一個階級的人？ 【91基測】
- (A) 蒙古人 (B) 色目人 (C) 漢人 (D) 南人
- ( ) 3. 阿玉在博物館看到西方人早期使用的槍砲，解說員說，西方槍砲的發明與中國火藥的傳入有關。請問：中國火藥最早在何時西傳？ 【95基測】
- (A) 十字軍東征 (B) 蒙古人西征 (C) 鄭和下西洋 (D) 地理大發現
- ( ) 4. 宋太祖趙匡胤建國後，面對唐末以來藩鎮割據及禁軍將領專權等問題，採行下列何種方法解決此困境？ 【95基測】
- (A) 大舉分封諸子為王，鎮守各地要塞  
(B) 禁止私人講學，不准士人議論政治  
(C) 廢丞相以集權皇帝，殺功臣以絕後患  
(D) 將地方將領召回京師，命文臣出守地方
- ( ) 5. 宋神宗時，任用王安石推行變法改革，結果變法失敗，對當時政局產生何種不利的影響？ 【95基測】
- (A) 朝臣紛爭加劇，政治紊亂 (B) 帝位爭奪激烈，政局不穩  
(C) 造成外戚專權，朝政敗壞 (D) 導致外族入侵，國勢衰微

1. 【答】(B)

【解】宋朝將地方兵權收於中央，造成邊防不振，外患屢屢寇邊。

2. 【答】(B)

【解】元朝將其治下人民分作蒙古人、色目人、漢人、南人四等，中亞一帶的非漢族被分為色目人，由於善於經商多擔任管理財務、稅收的官吏。

3. 【答】(B)

【解】蒙古人西征時，部隊中有大量替其製造火藥的漢人工匠，火藥技術也在這時西傳到歐洲。

4. 【答】(D)

【解】宋代為防軍人專權，以文臣領兵。

5. 【答】(A)

【解】宋神宗時任用王安石變法，結果造成新舊黨爭。

## 實力驗收



- ( ) 1. 西元13世紀，義大利某教堂的神父告訴信徒，虔誠向上帝禱告並懺悔，便可躲過帶著火炮（火藥），來自東方的「黃禍」。下列哪一項是神父所指的「黃禍」？ 【92基測】  
 (A) 怛羅斯之役 (B) 十字軍東征 (C) 蒙古西征 (D) 鄭和下西洋
- ( ) 2. 宋、金結盟滅遼，金兵連戰皆捷，宋軍卻失利，金以宋參戰不力，藉故勒索，甚至產生輕宋之心，在西元1127年金兵攻陷汴京，史稱□□之禍？  
 (A) 靖康 (B) 靖難 (C) 八王 (D) 永嘉
- ( ) 3. 楊堅創建的隋朝和趙匡胤創建的宋朝，在中國歷史發展上都同樣具有下列哪一項特徵？ 【94基測】  
 (A) 採取重文輕武的政策 (B) 建立平民稱帝的典範  
 (C) 結束多國並立的局面 (D) 造成南北政權的對立
- ( ) 4. 表1為北宋兵額增加情形，證諸宋代史實，正確的解讀應是？  
 (A) 兵額增加，有效抵禦遼、金入侵  
 (B) 重武輕文，形成外重內輕局面  
 (C) 兵額龐大，造成沉重的財政負擔  
 (D) 武將權重，造成武人專擅干政
- ( ) 5. 宋朝因唐代藩鎮和禁軍問題，所以採用何種政策治國？  
 (A) 強枝弱幹 (B) 強幹弱枝 (C) 集權地方 (D) 武人政治
- ( ) 6. 元的政治制度充滿種族歧視的色彩，其中地位最低的是下列哪一階層？  
 (A) 南人 (B) 漢人 (C) 色目人 (D) 蒙古人
- ( ) 7. 靖康之禍後，宋高宗為了躲避戰亂，南遷偏安，史稱「南宋」。面對金人不停的威脅，朝廷內出現主戰與主和兩派不同意見，宋高宗最後採取哪一項決策？ 【94基測】  
 (A) 聯合蒙古，夾攻金人 (B) 停止北伐，宋金議和  
 (C) 鼓勵通婚，族群融合 (D) 下召北伐，收復汴京

▼表1

時間	兵額（單位：萬人）
建國初	22.0
真宗時	91.2
仁宗時	125.0

- ( ) 8. 中國史上哪一朝代因為實施種族政策導致政治、社會不安而終至滅亡？  
(A) 北魏 (B) 金 (C) 元 (D) 宋代
- ( ) 9. 宋代國勢不振，對邊疆民族的侵略中，常常有依賴「歲幣」用以換取眼前的和平，但也埋下財政的困境，請問這例首開者何人？  
(A) 宋太宗 (B) 宋真宗 (C) 宋仁宗 (D) 宋神宗
- ( ) 10. 北宋時期國勢不振，邊疆外族不斷入侵，請問：當時的外患為哪兩外族？  
(A) 女真、蒙古 (B) 契丹、女真 (C) 党項、契丹 (D) 女真、鮮卑
- ( ) 11. 璇璇在某本歷史故事中看到「陳橋兵變，黃袍加身」、「杯酒釋兵權」。請問：璇璇正在閱讀哪一位歷史人物的故事？  
(A) 宋太祖 (B) 唐太宗 (C) 元世祖 (D) 漢武帝
- ( ) 12. 永嘉之禍晉懷帝被俘，靖康之禍宋徽宗、欽宗被俘，請問：這兩史實分別是哪兩異族所為？  
(A) 匈奴、女真 (B) 匈奴、党項 (C) 羌族、蒙古 (D) 羯、女真
- ( ) 13. 五代之後的時期分別為宋（北宋、南宋）、遼、西夏、金、元多民族共生存的局勢，請問這些國家的滅亡順序為何？  
(A) 遼→北宋→西夏→金→南宋→元 (B) 北宋→遼→南宋→西夏→金→元  
(C) 金→北宋→南宋→西夏→遼→元 (D) 西夏→北宋→遼→南宋→金→元
- ( ) 14. 宋朝王安石的變法革新之所以失敗，主要是受到哪一因素的影響？  
(A) 新法朝令夕改 (B) 守舊人士的反對  
(C) 外國勢力的阻擾 (D) 領導人的知識不足
- ( ) 15. 北宋與南宋有許多相似點，例如兩宋都是亡於異族的朝代。請問：北宋與南宋分別被哪一外族所滅？  
(A) 蒙古、遼 (B) 金、蒙古 (C) 金、西夏 (D) 蒙古、西夏

解答與詳解請見第207頁