

跨年强冷空气将横扫南北方 2026元旦天气地图助您安全出行

2026年元旦假期到来了,你准备如何度过?无论你是计划去北方体验冰雪乐趣,还是前往南方享受温暖阳光,天气都会对出行体验带来直接影响。中国天气网特别推出2026年元旦假期天气地图、重点城市雨雪进程表和
大城市降温日历,助您了解各地假期天气及安全出行指南。



元旦天气地图助您出行

2025年12月30日起至2026年1月2日,一股实力强劲的跨年冷空气将先后影响我国中东部大部地区。

假期期间,北方受强冷空气影响,气温将持续下跌。尤其是黑龙江、吉林、辽宁、内蒙古、新疆、甘肃、青海、河北北部等地,全天气温都将低于冰点,部分地区最低气温可达零下10℃至零下20℃,甚至更低,一派天寒地冻的北国风光。前往游玩的朋友们要注意穿戴好“终极防寒装备”,如厚实的长款羽绒服、防风防水冲锋裤、雪地靴、羊毛袜、护耳棉帽等。好在北方地区室内都有暖气“护体”,建议户外活动一段时间后及时进入室内取暖。

强冷空气南下后,广东、福建南部、海南、台湾等地元旦假期最高气温将从20℃左右逐渐降至15℃上下,体感由暖转凉。计划前往上述地区“取暖”的小伙伴们,假期后两天需准备薄卫衣、冲锋衣等,尤其是海岛及海滨地区可能风力较大,需注意防风。

受强冷空气影响,一场跨年雨雪也在发展中,元旦假期,西南、江南等地部分地区将受雨雪袭扰。其中,元旦当天,西藏大部、黑龙江东部、甘肃南部、陕西西部有小到中雪或雨夹雪。提醒自驾前往的司机朋友注意防滑,保持安全车距,避免急刹。步行需选择防滑性能好的雪地靴,尽量避开结冰路面。

而在江南、西南地区东部、海南、台湾等地,元旦当天部分地区将有小到中雨现身。假期后两天,南方降雨范围整体有所收敛,四川盆地、云南、贵州等地仍有淅淅沥沥的小雨。降雨可能导致能见度下降、路面湿滑,户外活动注意随身携带雨具。

雨雪进程表看雪花何时至

中国天气网气象分析师霍云怡介绍,雨雪最强的时段为2025年12月31日至元旦早上,其中,陕西中南部、山西南部、河南西部等局地有大雪或暴雪。

2025年12月31日夜间开始,西北地区东部等地将率先迎来降水天气,例如河南西部、湖北西部等地可能出现降雪或雨雪混杂。从中国天气网推出的重点城市雨雪进程表来看,宁夏固原等地2025年12月30日夜间就已出现降雪;陕西西安、宝鸡等地则可能以降雨或雨夹雪开场,元旦上午起逐渐转为雨夹雪或纯雪,降水过程将持续至元旦凌晨。值得一提的是,作为今冬北方唯一尚未飘雪的大城市,西安有望在这场过程中迎来初雪。

2026年1月1日上午起,雨雪区域将逐步扩展至湖北西部和北部一带,届时,山西临汾、河南郑州和三门峡、湖北襄阳等地都将陆续出现雨夹雪或纯雪。

元旦当天,北方雨雪基本结束,南方的四川、湖北、安徽、江苏还将有分散性降雪,安徽合肥、江苏南京一带可能出现雨夹雪天气,其中南京有望迎来今冬初雪,也是2026年的第一场雪。其间,西南地区东部、江淮、江南、华南等地也会有小到中雨,局地大雨。1月2日,江南、华南等地降雨结束。

中国天气网提醒,这次冷空气过程不仅会带来大范围降雪,还会出现猛烈降温,陕西、山西、河南、湖北等地部分地区有暴雪和低温雨雪冰冻风险,积雪和结冰也容易导致交通拥堵或事故,正值元旦假期前夕出行高峰,建议公众根据天气情况合理安排交通工具和出行时间,驾车需小心慢行,注意安全。

降温日历看何时迎最冷一天

此次冷空气属于偏东路径,对中东部影响更深入,同时南下速度更快。本轮过程降温核心时段主要集中在2025年12月31日至元旦当天,中东部大部地区气温将下降6℃至8℃,南方降温更为明显,江汉、江南中东部、华南北部等地部分地区气温累计降幅可达10℃以上。

降温过后,中东部大片区域将陆续度过今冬来最冷的一天。北方气温低点普遍出现在昨天,南方最冷时段则出现在元旦假期前两天,届时最低气温0℃线会向南推进到江西南部至福建西北部一带,为今冬以来最南界。

从中国天气网推出的大城市降温日历来看,北方大城市的气温多在2025年12月31日降至低点,其中北京、石家庄、郑州等地昨天最高气温都会降至冰点附近,将度过今冬来最冷的白天,户外堪比天然大冰箱。

南方大城市降温时间稍晚,元旦假期前两天,江南大部最高气温将降至10℃以下,华南大部在15℃左右,合肥、武汉、南京、上海、杭州、长沙、南昌、成都等地最高气温也将创今冬来新低。不只白天冷,早晚寒意更重,武汉、上海、杭州等地最低气温也将再下一个台阶,降至冰点或以下,需加强保暖措施。

在这股跨年冷空气的影响下,元旦假期中东部将一改此前偏暖格局,迅速转为偏冷状态,而且南方大部有雨雪天气相伴,湿冷感明显加剧。中国天气网提醒,这股跨年冷空气实力强、影响范围广,元旦假期北方寒冷加重,南方降温剧烈,冷暖转换快且湿冷感明显,建议公众及时添衣保暖,加强保暖措施,谨防呼吸系统、心脑血管等疾病。

综合新华社、央视、中国天气网报道