

训练出一支骁勇善战的骑兵部队。

此后，武灵王亲率骑兵，多次进攻中山国，北破林胡、楼烦，至于常山，西极云中，北尽雁门，拓地数百里。又从代（河北蔚县）至高阙（今内蒙古临河县西北狼山口），沿阴山修筑长城，把他高祖父武侯所筑的长城从山西延伸到今内蒙古。同时，把云中、雁门、代设置为郡。武灵王设置的云中郡，是托县历史上第一个行政机构。

武灵王力排众议，坚定不移实施“胡服骑射”的改革，赵国一度兵精国富，拓疆辟土，成为“三晋”之首，列国之强。“胡服骑射”不仅仅是服饰、军事的革新，同时具有游牧文化与中原传统文化互相补充、互相融合的深层次内涵。

“赵国进入内蒙古中南部及其实施的筑长城、建城镇等一系列统治管理措施，使从事农耕经济的华夏人进入内蒙古中南部，并与从事游牧经济的匈奴人进一步交往，不同文化交互影响、碰撞，也使草原地区的文化开始向多元、复合的类型演化。赵国的一些统治措施和经验，也对后来中原政权在内蒙古中南部的统治产生了很大影响。”

公元前221年，秦王嬴政统一六国，实行郡县制，初分全国为36郡，云中郡为其中之一。

公元前206年，刘邦灭秦建立了西汉王朝。汉初沿袭秦制，云中仍置为郡，下

辖11个县。终汉一朝，云中地区是北方匈奴等少数民族与汉王朝相互逐鹿、争霸的“拉锯”地带，也是各族人民相融共处，同生共息的地方。

公元前58年，呼韩邪单于在“五单于争位”的混战中，势穷力竭，被迫无奈，率部南下，靠近汉朝边塞。为了部族的生存、安宁、发展，他与部属几经研讨，毅然决定归附西汉王朝。并且，与王昭君结为伉俪，从而使汉匈和好，维持了数十年的和平共处时期。

东汉献帝建安二十年（215年），曹操迁云中、九原等郡人民于内地，立新兴郡，云中、西河之间，其地遂空。经三国、两晋百余年后，云中地区进入拓跋鲜卑势力范围之内，成为北朝的一个战略要地。拓跋什翼犍与其孙拓跋珪先后在云中建立代——魏割据政权。

拓跋部入塞以后，随着与中原农业地区的接触与深入，受汉族经济文化的影响愈来愈多，愈来愈深，农业生产在拓跋部中也愈来愈得到重视。什翼犍定都云中，便开始在云中种植稷（糜）田。拓跋珪复代建魏后，首先就在云中地区实施“息众课农”的措施，即使民休息，发展农业生产。“分土定居，离散诸部”的实施，不仅推动了农业生产的发展，同时对消除分裂势力的潜在因素，加强中央集权，巩固北魏政权基础产生了一定作用。而且，在某种程度上促进了鲜卑统治者陆