第一章　宁波古村落的历史地理研究 …… (1)
第一节　宁波地区开发简史 …… (1)
第二节　耕地的开拓 …… (3)
第三节　集市的发展 …… (6)
第二章　宁波古村落的物质形态特征 …… (11)
第一节　影响宁波古村落布局的因素 …… (12)
第二节　宁波古村落的整体格局 …… (22)
第三节　宁波古村落民居建筑类型和形制 …… (47)
第四节　宁波古村落民居建筑特征分析 …… (58)
第三章　宗族演化——宁波古村落的血缘结构分析 …… (69)
第一节　宗族制度与村落血缘结构 …… (71)
第二节　宁波古村落宗族例析——象山儒雅洋村何氏宗族
…… (82)
第三节　宗族对宁波古村落形态的影响 …… (94)
第四章　宁波古村落的风俗及其演化 …… (107)
第一节　宁波古村落风俗影响因素分析 …… (107)
第二节　宁波古村落风俗历史演化概览 …… (117)
第三节　宁波古村落风俗的本土特征 …… (120)
第四节　宁波古村落风俗类型概述 …… (122)

第五章　宁波古村落的近现代演变 …… (143)
引言 …… (143)
第一节　近代乡村经济发展 …… (144)
第二节　近代乡村制度变迁 …… (154)
第三节　近代乡村宗法制度的解体与士绅角色的转变 …… (164)
第四节　近代乡村民居的转变 …… (171)
第五节　公共意识的觉醒:乡村现代文明生活之开端 …… (181)
结语:正在消逝的历史? …… (196)