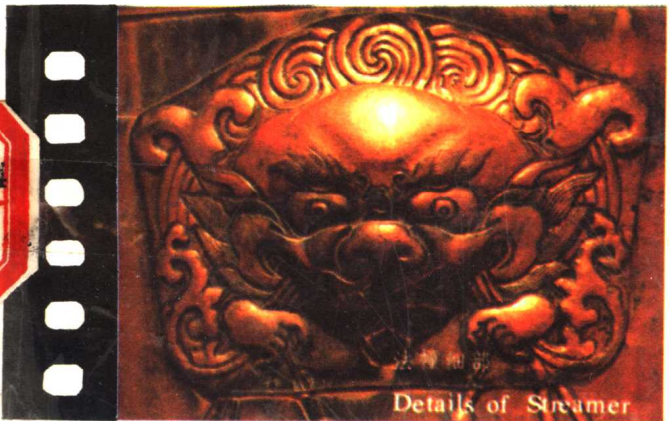


青海旅游资源



青海旅游资源

青海旅游资源调查与开发研究课题组

张忠孝 编著

青海人民出版社

1992年·西宁

青海旅游资源

青海旅游资源调查与开发研究课题组 张忠孝 编著

青海人民出版社出版

(西宁市西关大街96号)

青海省新华书店发行 青海新华印刷厂印刷

开本: 850 × 1168 毫米 1/32 印张: 9.5 字数: 210 千

1992年3月第1版 1992年3月第1次印刷

印数: 0,001 — 4,510

ISBN 7-225-00501-4/Z · 36

定价: 5.30 元

序 言

青海省是我国青藏高原地势偏低区域，其内部河谷盆地、高原盆地（柴达木盆地）与高山雪峰相间分布，各盆地之间有深切的峡谷相通。自然景观除了地貌变化外，从暖温带灌溉河谷延伸为高原寒漠，山地垂直变化明显。在这种自然景观变化的背景上，自东向西分布有汉、藏、回、土、撒拉、蒙古等多种民族，各民族都有自己灿烂的文化，使青海的旅游资源在我国独树一帜。

西宁是进入青海进行辐射旅游的大门，附近名胜古迹众多，构成了入青第一个迷人的旅游区。市区的北禅寺和东关清真大寺还鲜为人知，而湟中的塔尔寺以及那迷人而又带有神秘色彩的我国第一大咸水湖——青海湖连同鸟岛，却已闻名海内外。号称青海“故宫”的瞿昙寺才刚为旅行家们所知，因此，不少人说：“不到瞿昙寺，不算到青海”。

从西宁循青藏铁路西行，经柴达木盆地可抵达进藏的外门——格尔木。高原荒漠的雄浑景色配以浩瀚的盐湖水和万丈盐桥，对来自东部森林分布区的游客可能具有更大吸引力。从大柴旦北上翻越当金山口抵达敦煌莫高窟，然后折向东到嘉峪关、酒泉、张掖、武威、兰州等游览甘肃名胜古迹，这样便构成一个围绕祁连山地很有吸引力的环状旅游线。

西藏、青海、新疆是我国各有特色，很有神秘感的旅游区域。青海地处偏僻，但铁路已经西宁通到格尔木，沿途的神秘幕纱正在揭开，唐蕃古道沿线和青海东南部黄河大峡谷风光，昆仑山口至唐古拉山口的屋脊风光，青海西北部茫崖一带的奇特景观，无不显示神秘而又浪漫的色彩。西宁同拉萨比较，具

有更多的现代化意识，因而青海的神秘性比西藏相对来说要小，但是青海的交通条件，游客经济开支同甘肃相当，不仅比西藏便利，也比新疆省钱。因而从旅游角度来看，青海是一个可进入的神秘王国。若加以大力宣传，将会成为我国一个很有潜力的旅游热点。

本书是由青海师范大学地理系张忠孝同志，在他本人统稿整理的《青海旅游资源调查与开发研究》课题报告的基础上，经进一步加工、整理后而写成的。本书较系统地概述了青海概况，青海的旅游资源（分类、特点、评价），旅游区划和分区概述，以及青海旅游业的开发研究。内容丰富、资料翔实、立意新颖，是青海省第一部研究旅游资源及开发的著作。本书的出版将促使青海省的旅游开发，并吸引更多的游客前来游览观光。

本书可供游客，以及从事地理、旅游、建筑、园林、城市规划、文物、历史等院校师生、科学研究部门的研究人员和管理部门干部参考之用。

陈传康

1990.10

于北京大学中关园

前 言

位于世界屋脊——青藏高原东北部的青海省，于1982年对外开放了。世界几十个国家和地区数以万计的游客、登山爱好者、科学工作者和商人，远渡重洋，不畏艰辛，似潮水般涌进这块遥远而神秘的旅游处女地，开始了他们短暂的，但却充满独特异国风情的旅游生活。青海自然景观显示出的原始、纯真，博大、粗犷，以及丰富的文化遗存，多彩的民族风情和古老的宗教文化，对异国他乡的国内外游客具有较大的吸引力，使他们感到耳目一新，别有洞天。每年的旅游旺季，省会西宁和西部城市格尔木的游客比比皆是。昔日一代诗圣笔下的“君不见，青海头，古来白骨无人收”的青海，已撩开神秘的面纱，成为当今国内一个新的引人注目的旅游热点。

为适应青海旅游业发展的新形势，1987年青海省科委下达了《青海旅游资源调查与开发研究》的课题研究项目，本课题由青海师范大学地理系部分教师承担，聘请国内著名旅游地理学专家、北京大学陈传康教授、北京师范大学地理系卢云亭副教授以及省旅游局康振武局长为顾问。

课题组*的同志在野外调查工作中顶冰雪、踏严寒，在高原缺氧和强紫外线照射等艰苦条件下，总行程二万多公里。经过大家的艰辛劳动，获得了珍贵的第一手资料。顾问卢云亭、陈传康先生先后亲临青海高原

* 课题组成员：张忠孝、赵维章、杨昭辉、刘毅华、冯君、魏小春、曹凤荣、李玲琴、王芳、于宁。

考察，并对课题组的工作给予了具体指导，对青海省旅游资源的分析评价及旅游业发展战略等提出了十分宝贵的意见。

1989年12月底，由青海省教育厅、青海科学技术委员会组织省内外有关专家学者对课题研究成果进行了鉴定。兰州大学冯绳武教授任评审委员会主任，青海省政协常委、土族学者祁明荣，省高原地理研究所副研究员向理平任副主任，参加评审会的还有任卫东、赵生琛、赖兆黎、蒲文成、童金怀、周立华、宋璞、卢承业、魏庭玉、张定帮、赵宗福等专家学者以及有关方面的负责同志共20余名。与会者对这一研究成果给予较高评价，一致认为：这一成果填补了青海旅游研究的空白，具有较高的实践意义和学术价值。为扩大青海在国内外的影响，促进青海旅游业发展，与会者建议在原课题报告基础上，进一步充实完善整理成书。

值此《青海旅游资源》一书出版并与广大读者见面之际，我作为该书的作者，不禁感慨万分，有两点要告诉读者。

首先，《青海旅游资源》这一专著的完成，自始至终得到了青海省有关领导，青海师范大学领导以及不少科技界老前辈和中青年学者的关心和支 持。在此，谨表示衷心的感谢。

其次，出版《青海旅游资源》一书，了却了我多年来的一桩心事。我出生在本省一个十分偏僻的土族山村，牧童生活的无拘无束，蓝天白云下的远山近水，给我以美好的感受，也引起了无穷的遐想，立下了周游四方的志向。后来到了县城、省城、北京上学，又去新疆工作，曾有机会饱览祖国名山胜水。近几年参加这一课题的调查与研究工作，使我有机会领略西部的大好河山、各地的民族风情和文化古迹，结交了一批名人学者，开阔了眼界，增长了知识。天山南北维吾尔族姑娘明快奔放的舞姿，内蒙古草原上马头琴悠长悦耳的曲调，桂林山水的诗情画意，拉萨布达拉宫神奇的佛教殿堂，江南的湖光山色，北京、上海大都市的繁华，固然使我留恋忘返，心驰神往，但对故乡青海的感情更深了。童年

的美好回忆和朦胧憧憬，到了中年，升华为报答故土和乡亲们的明确而神圣的历史使命。出于这种强烈而持久的社会责任感，我情不自禁的拿起笔来，决心把青海高原的美丽风光连同这里可爱的各族同胞介绍给国内外游客，欢迎更多的朋友前来游览观光，并对青海旅游开发做初步研究，以促进青海经济建设的发展和文化的交流。这是我之所以能克服重重困难，完成《青海旅游资源》一书写作任务的精神支柱。

囿于学术水平有限，经验不足，错误、缺点以及不妥之处一定不少，敬请专家学者及广大读者批评指正。

张忠孝

1991年7月1日于青海师范大学

作者简介

张忠孝 男 1941年10月出生。青海省民和县三川人，土族。1965年毕业于北京师范大学地理系，现任青海师范大学地理系副主任。系中国旅游区划协会理事，青海省灾害防御协会理事，青海省地理学会理事，青海省江河源研究会理事。曾获全国地理科普积极分子称号。在青海省科委下达的《青海旅游资源调查与研究》课题组中任组长。先后在国家、省级学术刊物上发表《因地制宜，开发柴达木》、《青海省综合自然区划》、《青海旅游资源的定性评价》、《青海湖旅游区的开发研究》等有关青海综合自然区划、青海经济发展方向、青海旅游资源及旅游业发展等方面的论文十余篇。

目 录

序言

前言

第一章 青海概要	(1)
一、地理环境	(1)
(一) 位置、面积、行政区划	(1)
(二) 世界屋脊的重要组成部分	(3)
(三) 独特的高原气候	(8)
(四) 纵横交错的江河湖泊	(11)
(五) 丰富的资源	(17)
二、多民族的省份	(20)
(一) 藏族	(21)
(二) 回族	(22)
(三) 土族	(23)
(四) 撒拉族	(24)
(五) 蒙古族	(24)
三、我国五大牧区之一	(25)
四、悠久的高原发展历史	(27)
五、奋进中的青海	(30)
第二章 青海的旅游资源	(33)
一、青海高原考察研究历史的回顾	(33)
二、旅游资源的分类	(38)

三、旅游资源的特点	(50)
(一) 独特的屋脊风光	(50)
(二) 丰富的高原文物古迹	(60)
(三) 古老的宗教文化	(90)
(四) 绚丽多姿的民族风情	(113)
(五) 高原风味的土特产品	(137)
(六) 日新月异的高原现代化建设	(154)
四、青海旅游资源的评价	(161)
(一) 定性评价	(162)
(二) 定量评价	(179)
第三章 青海省的旅游分区	(188)
一、旅游区划	(188)
(一) 旅游区划的意义	(188)
(二) 旅游区划的原则	(188)
(三) 区划方案	(191)
二、旅游分区论述	(193)
(一) 青东河湟谷地综合旅游区	(193)
(二) 青南高原屋脊风光旅游区	(198)
(三) 青西北柴达木盆地干旱荒漠旅游区	(204)
(四) 青北祁连山地自然风光旅游区	(208)
(五) 青海湖旅游小区的开发研究	(211)
第四章 青海旅游业开发研究	(217)
一、旅游业发展的基本概况	(217)
(一) 旅游业发展现状	(217)
(二) 当前旅游业发展中亟待解决的几个 问题	(223)

二、旅游业发展的战略构想·····	(225)
(一) 对青海旅游业发展的基本认识·····	(225)
(二) 在查清旅游资源的基础上, 认真做 好旅游业总体规划·····	(225)
(三) 因地制宜, 为省内游客开辟新的风 景旅游区·····	(241)
(四) 搞好旅游服务设施的配套建设·····	(242)
(五) 改善投资环境, 通过多种途径筹措 资金, 发展青海旅游业·····	(248)
(六) 加强横向联合, 扩大对外宣传, 开 拓客源市场·····	(250)
(七) 加强旅游专业人材的培养, 以优质 服务取信于游客·····	(251)
(八) 加强领导, 改革旅游管理体制·····	(253)
(九) 认真做好高原旅游医疗保健、生理 卫生及后勤供应工作·····	(253)
三、旅游路线的设计·····	(255)
(一) 旅游路线设计的目的与意义·····	(255)
(二) 应遵循的原则·····	(256)
(三) 设计方案·····	(258)
四、近期内应开发的风景名胜区(点)情 况介绍·····	(264)
(一) 民和慈利寺药水泉风景旅游区·····	(264)
(二) 互助青石岭森林风景旅游区·····	(267)
(三) 平安夏宗寺林场自然风光、宗教文 化旅游点·····	(270)

(四) 湟源新八景旅游区.....	(271)
(五) 尖扎坎布拉自然风景名胜旅游区.....	(274)
(六) 循化孟达天池自然风景名胜旅游区.....	(278)
(七) 贵德扎仓热矿泉健身疗养风景点.....	(283)
(八) 湟中药水滩健身疗养风景点.....	(285)
后记.....	(287)
参考文献.....	(288)

第一章 青海概要

一、地理环境

(一) 位置、面积、行政区划

青海是我国大西北的一个省份，从全国的地理位置看，大致处在全国中心稍偏西北。北部和东部同甘肃省为邻，东南部接四川省，南部和西南部与西藏自治区毗连，西北部与新疆维吾尔自治区接壤。地理坐标：纬度为北纬 $31^{\circ}39'$ — $39^{\circ}19'$ ，南北宽约800公里；经度为东经 $89^{\circ}35'$ — $103^{\circ}04'$ ，东西长约1 200公里。全省面积72万多平方公里，仅次于新疆、西藏、内蒙古，居全国第四位。境内有全国最大的湖泊——青海湖，青海省名由此而来。

青海省省会西宁市，是全省政治、经济、文化和交通中心。全省行政区划：1个省辖市，6个自治州，1个地区，43个县级行政单位。在县级行政单位中，有2个州属市，7个民族自治县，4个市辖区和1个市辖县，3个州属镇（见表1）。

表 1

青海省行政区划表

州、地、市名	县级单位数	各县（区、市）名称
西 宁 市	5	城东区、城西区、城北区、城中区、大通回族土族自治县
海东地区	8	平安县、湟中县、乐都县、湟源县、民和回族土族自治县、互助土族自治县、化隆回族自治县、循化撒拉族自治县
海北藏族 自 治 州	4	门源回族自治县、祁连县、刚察县、海晏县
海南藏族 自 治 州	5	共和县、贵德县、兴海县、贵南县、同德县
黄南藏族 自 治 州	4	同仁县、尖扎县、泽库县、河南蒙古族自治县
玉树藏族 自 治 州	6	玉树县、囊谦县、称多县、杂多县、治多县、曲麻莱县
果洛藏族 自 治 州	6	玛沁县、甘德县、达日县、班玛县、玛多县、久治县
海西蒙古族 藏族自治州	5	都兰县、乌兰县、天峻县、格尔木市、德令哈市

注：① 河南蒙古族自治县，系省直属行政单位，由黄南藏族自治州代管。

② 海西蒙古族藏族自治州的大柴旦、冷湖、茫崖为州属镇。

（二）世界屋脊的重要组成部分

翻开世界地势图，在欧亚大陆的中南部有一片以棕褐色彩显示的高地，这就是巍峨雄伟的青藏高原。青藏高原以其海拔之高、面积之大、地貌之完整，为地球上所独有，因此，被人们称之为“世界屋脊”。青海省位于青藏高原的东北部，全部在高原范围之内。全省平均海拔高度3 500米左右。青南高原超过4 200米，面积占全省的一半还要多。高原的外缘高山环绕、壁立千仞，以4 000—6 000米以上的高度挺立于柴达木盆地、河湟谷地及青南山原之上，愈加衬托出高原峥嵘挺拔的雄伟气势。海拔较低的青海东部河湟谷地，也多在2 000米以上，全省最低点的民和下川口湟水出省处，为1 650米，比著名的东岳泰山还要高出100多米。

青海省的主要山脉，最北部有祁连山——阿尔金山；中部有昆仑山脉及其支脉阿尼玛卿山、巴颜喀拉山、可可西里山；南部有唐古拉山。这些山脉大都东西走向，构成了青海地貌的基本骨架，使全省明显划分为三个地貌区：祁连山地区、柴达木盆地区和青南高原区。

祁连山——阿尔金山，位于青海省北部及东北部，成为塔里木盆地——河西走廊与柴达木盆地——共和盆地之间的天然分界线。祁连山系是由一系列北西或北西西走向的山脉及山间盆地相间组成，东西长约1 200公里，南北宽约200—300公里，约占全省面积的20%，地势由西向东倾斜，平均海拔4 000米，不少山峰超过5 000米，其中以哈拉湖周围山势最高，位于湖北面的疏勒南山主峰岗则吾结峰5 826米。5 000米以上的高山终年积雪，冰川遍布，丰富的冰雪融水使祁连山间谷地，河流奔

