



文明行动与精神生活

旅游出行

组织活动读本

周丽霞 主编



新疆人民出版社
伊犁人民出版社

文明行动与精神生活

- 全民阅读组织活动读本
- 科学普及组织活动读本
- 全民健身组织活动读本
- 民俗娱乐组织活动读本
- 趣味游戏组织活动读本
- 旅游出行组织活动读本
- 环境保护组织活动读本
- 快乐收藏组织活动读本
- 象棋围棋组织活动读本
- 牌类玩法组织活动读本



文明行动与精神生活

旅游出行

组织活动读本

周丽霞 主编



新疆人民出版社
伊犁人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

旅游出行组织活动读本 / 周丽霞主编. -- 奎屯 :
伊犁人民出版社, 2015.8

(文明行动与精神生活)

ISBN 978-7-5425-1510-0

I. ①旅… II. ①周… III. ①旅游—基本知识 IV.
①F59

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第201220号

责任编辑: 李欢
封面设计: 大华文苑

文明行动与精神生活
旅游出行组织活动读本
周丽霞 主编

出版发行



新疆人民出版社

伊犁人民出版社

(新疆奎屯市北京西路28号 833200)

经 销 新华书店
印 刷 唐山新苑印务有限公司
版 次 2015年9月第1次印刷
印 次 2015年9月第1次印刷
开 本 690mm × 960mm 1/16
印 张 9
字 数 100千字
定 价 29.80元

前 言

党的十八大报告提出了到2020年全面建成小康社会的宏伟目标。其核心是“全面”，即追求多领域协同发展、不分地域、不让一个人掉队、不断发展的全面小康；其内容是“五位一体”，即建成经济、政治、文化、社会、生态文明的全面小康，是不可分割的有机整体。

小康生活，是广大人民群众梦寐以求的幸福生活；而小康社会，则是我党艰苦奋斗、孜孜追求、一心想为广大人民群众创造的一种幸福社会。经过全党和全国人民的共同努力，经过三十多年的改革开放，我国人民生活总体上达到了小康水平，我国进入了全面建成小康社会，并加快推进现代化建设的新阶段。党中央提出的全面建成小康社会的奋斗目标、基本任务和总体要求，为全国人民描画了今后的幸福生活，这是全党的共同任务，也是广大人民群众义不容辞的责任。为此，特推出“共享小康生活”系列读物，旨在广大人民群众提高自身素质，共建小康社会，共享小康生活。

要建成小康社会，享受小康生活，首先要过上平安健康的生活。常常可以看到，有些人和家庭因为安全或健康出了问题，导致整个人生和家庭都不幸，因残疾而穷困，因病痛而潦倒，同时也给社会增加了很大负担。还有些人涉黄、涉赌、涉毒、涉黑等，有些人被骗、被盗、被暴力侵害、被传销坑害、被邪教毒害等，从此陷入人生和家庭的不幸。这些都与建成小康社会背道而驰。小康生活就是要把“平安是福，健康是金”的理念转化为现实。“共享小康生活”之“安全预防与平安生活”读本，主要介绍交通出行、用电用火、网络生活、运动锻炼、食品卫生、疾病预防、劳动防护、黄赌毒黑、社会治安及自然灾害等方面的预防知识，悉心告诫，关怀备至，是教导广大人民群众安全每一天、幸福每一刻的最好读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要创造社会新风尚，过上有文化有品位的幸福生活。常常可以看到，有些人吃饱了、穿暖了、有钱了，但仍然过着封建的、落后的、愚昧的、腐败的、丑陋的生活，这不是真正

的幸福生活，不是小康生活的内容。小康生活包括文化内涵的建设，要体现出民风淳朴、文化品位的时代新风貌。“共享小康生活”之“社会新风与文化生活”读本，主要介绍对联与文书写作、谜语与猜谜游戏、岁时与节气知识、民间剪纸与年画、春节与除夕庆祝、元宵节与灯会、清明节与祭祀、端午节与龙舟、中秋节与赏月以及现代婚丧喜庆等文化知识，民风习俗、节日庆祝，与广大人民群众息息相关，是发扬传统、建设时代文化的普及读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要培养健康的兴趣爱好，享受高雅的休闲娱乐生活。常常可以看到，本来应该高雅享受的休闲娱乐，却被有些人搞得庸俗不堪和声色喧嚣，有人有钱就任性，有人得势就放纵，这最终都是腐败堕落的滑梯。这些与小康生活是格格不入的。小康生活包括自身素质的提高和兴趣爱好的培养。“共享小康生活”之“休闲娱乐与健康生活”读本，主要介绍歌咏、器乐、美术、书法、舞蹈、口才、曲艺、戏剧、表演、游艺等知识，是指导广大人民群众培养休闲娱乐爱好的最佳读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要养成文明的道德行为，不断丰富自己的精神世界。常常可以看到旅游行程中诸如随地吐痰、乱写乱画等不文明的行为举止，不仅国内有，而且还有丢丑到国外的。这些根本不是小康生活的具体表现。小康生活包括行为文明建设和精神文明建设。

“共享小康生活”之“休闲娱乐与健康生活”读本，主要介绍阅读、科普、健身、娱乐、游戏、旅行、环保、收藏、棋艺、牌艺等内容，是帮助广大人民群众增强文明行为、提高精神生活的最优读本。

总之，推出本套“共享小康生活”系列读物的目的，是使广大人民群众人人都投身建设小康生活，成为小康社会的建设者，也让广大人民群众人人都能很好地享受小康生活，成为小康生活的享受者，实现2020年全面建成小康社会的宏伟目标。

本套系列读物图文并茂、通俗易懂，非常适合广大读者和有关单位机构用以指导现代家庭、社区以及新农村建设。同时，亦适合各级图书馆收藏和陈列。

编者

2015年7月

目 录

旅游活动组织指导

组织旅游活动的意义	2
组织旅游的策划方案	6
旅游活动的具体实施	9
旅游活动的注意事项	14
旅游活动的安全措施	21

旅游交通安全指导

旅游交通的特性与种类	26
旅游中乘列车的安全防护	30
旅游中乘汽车的安全防护	34
旅游中乘船舶的安全防护	36
旅游中乘飞机的安全防护	40

旅游活动安全常识

郊游野营活动的安全常识	46
旅游登山活动的安全常识	50
海边旅游活动的安全常识	54

遭遇动物伤害的安全防护	62
旅游遭遇灾害的对策	
旅游中遭遇狂风时的措施	68
旅游中遭遇雷电时的措施	71
旅游中遇到水灾时的措施	74
旅游中遭遇地震时的措施	77
旅游中遇到海啸时的措施	82
遭遇泥石流滑坡时的措施	86
旅游地点的选择指导	
华北地区著名的旅游景点	90
华东地区著名的旅游景点	101
华中地区著名的旅游景点	114
华南地区著名的旅游景点	119
西南地区著名的旅游景点	123
西北地区著名的旅游景点	127
东北地区著名的旅游景点	132

旅游活动组织指导



组织旅游活动的意义

在旅游过程中寻求乐趣，愉悦身心

潺潺流水、碧波连天、峰谷缠绵、苍木耸天，这些悠然的大自然景色，必然让人心旷神怡和身心舒适。繁华的都市、宜人的海滨、异域的民俗，必然让人有所领悟和有所动容。单位或社区组织旅游活动，让人们用心感受这些真实感性的美，这是许多人向往的事情，也是单位和社区凝聚人心、展示企业文化的重要举措。



“久在樊笼里，复得返自然”的乐趣能够让人们兴奋不已，那些旅游前的所有烦恼大多都会在此时被抛诸脑后了。摆脱世俗的羁绊，获得心灵的自由，仿佛一切烦恼忧愁都会远离身心，这便是旅游的神奇功效。

人与人之间的友谊也会在旅游过程中进一步得到巩固，公司员工或社区居民一起去旅游，一起背着行李出门，在旅游过程中互相照顾和谈笑风生，这些美好回忆，当再回首时，每一次旅游经历都会在记忆里闪闪发亮，也会为美好人生留下精彩的一页。在旅游过程中，有人往往会留下一篇篇游记，或写景，或抒情，或许并不专业，却代表了个人真挚的心声，点点滴滴表露于文字间。当后来再次阅读时，嘴角都会不自觉地露出浅浅微笑，那一点一滴的快乐便会在脑中激荡。这也许就是旅游的魅力之一——在旅游过程中寻求乐趣和愉悦身心，并给人生留下美好的回忆。

陶冶情操，追求美的享受

对美的追求是人类永恒的追求，在旅游过程中，人们可以在自然山水之间体验美和感悟美，在自然中寻找与山水共同频率的呼吸，感受大自然无穷无尽的魅力。

在旅游过程中，人们可以倾听历史回音，在人文古迹中领悟古人的生存意象，可以在传统文化的艺术氛围中，感受人类丰富的精神财富和情感遗留，并陶冶自己的情操。在旅游过程中，还可以体会外出观光的艺术美，可以体会不同地方的社会风尚美和物质生活美。在旅游过程中，也可以体会到异地风情之美和享受到各种美食。

旅游是个追求美和享受美的过程，在这些美的体验中，必然有所收获和有所领悟。面对长江、黄河、泰山等自然风景时，想必许多人都会心生感叹，通过旅游活动，书本上描述的景象便真实展现在眼前了，此时他们的心中就会产生许多自豪感，就会为我们伟大的祖国而骄傲。同时，那些壮观的景象也能激起人们对祖国壮丽山河的热爱，对生活和对自然的热爱和尊崇，进而增强对生态美的保护意识，这便是伦理道德美的升华。

对于书画等艺术作品的展示、观赏和体验，可以使旅游者慢慢掌握美的精髓，提高审美鉴赏力。对历史名人痕迹的观赏及了解，有助于激发民族自豪感，有助于振奋民族精神，使情操得到陶冶。旅游审美是人们精神生活的一部分，是高雅文明的精神需要。应当在旅游过程中学会审美，同时提高自己的审美能力，明白怎样的审美方式才是正确或者合适的，哪些是错误的或者不合适的。

在旅游的过程中，建立起比较高的审美标准和审美理想，慢慢培养自己的审美涵养，这也是旅游的重要意义所在。学会审美，这将对人们的生活起到积极的作用。

丰富生活内涵，开拓眼界

在旅游过程中，可以开拓眼界和增长见识。旅游能够让人亲身体验我国的壮丽山河以及博大精深的文化，能够对国内外具有更深入的了解。

诚然，人们平时所学到的知识并不少，但是当亲身去体会时，就别有一番滋味在心头了，也就能使人们对所处的国家和

所处的地域认识得更加透彻，或者能够体会到都市的繁华，或者能够体会到异国风情，这一切都是平时所无法知道的。或许“百闻不如一见”说的便是如此吧！这些人生经历便将大大丰富他们的生活内涵。同时，旅游也能在很大程度上促进同事间或邻居间的文化交流，他们在旅游过程中了解当地的人文风情、民族习俗，在和当地居民的沟通了解中，能够感受到各个区域的文化差异，并会与自己所处之地的文化进行比较。

如此一来，便可以明确知道哪些文化是有价值的，哪些是适用的，哪些是可以妥协的，哪些是要坚决抵制的，就可以取其精华和去其糟粕。这就能使旅游者对家乡和对祖国的建设具有正确的认识。一些良好的社会风气，比如那些助人为乐、尊老爱幼、拾金不昧、真诚相待的社会风尚和道德情操必然能够得到传播，这些往往会触发人们的良知，改善他们的人际关系，创造和睦气氛，这能使每一个旅游者都受到影响。它是一笔丰厚的精神财富。

在旅游前，旅游者应当树立正确的旅游价值观。正确的文明价值观是文明旅游的前提，是旅游可持续发展的需要，是人的价值观体系的一个重要组成部分。因此，旅游的意义，也是旅游价值观的重要组成部分。明确了这一意义，将会使人们的旅游及人生更加精彩。

组织旅游的策划方案

通过旅游活动，让单位员工或社区居民亲密接触自然、欣赏美景、拓展视野，能够进一步锻炼团结协作意识和团结友爱意识。为此，特制定旅游组织的相关方案。

旅游相关规定

1.参加人员

各单位员工或社区居民。



2.出游地点

3.出游时间

4.活动内容

参观、野炊。

5.活动目标

通过旅游活动，让人们亲密接触大自然，欣赏大自然的美景，拓展人们的视野，进一步感受大自然的美景，愉悦身心。培养团结协作意识。

外出旅游者应该爱护公物，保护环境和绿地，严禁攀摘花草树木，乱丢垃圾，每人自带保洁袋，返回时清理好环境卫生。为强化旅游活动安全管理，增强带队领导、活动者的安全意识，确保每一个人的人身安全和活动的顺利进行，在活动过程中，应急措施必须落到实处，以利于及时应变。

旅游活动过程

参观景区。

旅游者准备野炊物品。

烧烤野炊食物，品尝食物。

整理垃圾。

安全返程。

旅游具体事宜

活动详细安排见下具体计划。

1.活动时间

2.活动人数

3.乘车数量

4.活动内容

野炊：食物自备。

组织参观。

景区留影。

5.活动负责

安保组。

协助人员：保安2名，医生1名。

6.野炊备用材料

各种烧烤食品。

木炭；酒精；火机。

饮料酒水自备。

7.安全负责

各科室（社区）领队。

医生带备用药品随行。

8.费用

采取自助形式，每人200元。

9.摄影负责人

10.后勤准备材料

各类烧烤食品。

旅游活动的具体实施

随着中国经济的快速发展，人民大众生活水平不断提高，大家对个性化旅游的需求正在不断增加，同时各类群体在性价比、时尚性、交通便利等方面的要求也日趋增高。

怎样组织旅游

旅游可以单位或社区自己组织，也可以找合适的旅行社来组织。一般情况下，先在单位或社区开个会，讨论一下旅游问题，大家能够承担的费用是多少，想去哪里旅游，想玩多少天等。

