



宁夏文化资源与文化旅游
产业发展丛书

Ningxia Fengguang Lvyou

宁夏风光旅游

杨占武◎主编

风光



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社



宁夏文化资源与文化旅游
旅游产业发展丛书

Ningxia Fengguang Lvyou

宁夏风光旅游

杨占武◎主编



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

宁夏风光旅游 / 杨占武主编. —银川:宁夏人民出版社, 2015.11

(宁夏文化资源与文化旅游产业发展丛书)

ISBN 978-7-227-06154-0

I. ①宁… II. ①杨… III. ①地方旅游业—旅游业发展—宁夏 IV. ①F592.743

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第287794号

宁夏文化资源与文化旅游产业发展丛书

宁夏风光旅游

杨占武 主编

责任编辑 丁 佳

封面设计 邵士雷

责任印制 肖 艳

黄河出版传媒集团 出版发行
宁夏人民出版社

地 址 宁夏银川市北京东路139号出版大厦(750001)

网 址 <http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://www.hh-book.com>

电子信箱 renminshe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5052104

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏银报印务有限公司

印刷委托书号 (宁)0001295

开 本 787 mm × 1092 mm 1/16

印 张 15.75

字 数 260千字

版 次 2015年12月第1版

印 次 2015年12月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-227-06154-0/F·442

定 价 68.00元

版权所有 翻印必究

总 序

杨占武

文化是某一特定区域的个性和灵魂，积淀深厚的地域文化是推动区域发展和社会经济进步的重要引擎。就此而言，具有独特魅力、引人入胜而又激发人类认知、探奇、旅游动机的地域文化是推动区域旅游产业发展的增长极。

宁夏回族自治区地小物博，山河壮美，黄河、贺兰山、黄土高原、腾格里沙漠、六盘山脉、宁夏平原巧妙融合，自然条件的过渡性、多样性造就了多姿多彩的塞上自然旅游资源；古老深远的黄河文化、特色鲜明的回族文化、神秘的西夏文化、独具特色的移民文化与浓郁粗犷的边塞文化共聚在这块神奇的土地上。文化的渗透、交流、交汇，文明间的对话与融合，成就了悠久的历史 and 独特浓郁的回族风情，孕育出风格迥异、多姿多彩的宁夏人文旅游资源，为宁夏旅游业提供了深厚的文化基础。

21 世纪以来，全球旅游业和旅游市场发生着巨大的变化。目前，我国已经成为世界上旅游产业发展最快、旅游群体最有活力、出行人数最多、对世界旅游产业影响最为深刻的国家。旅游产业和文化旅游产业成为我国新兴产业中增长最快的产业之一。国家也陆续出台了一系列支持和鼓励文化旅游业发展的政策措施。宁夏回族自治区党委、政府也把旅游业的发展摆到了自治区新兴、绿色产业的核心位置，明确提出“培育旅游主导产业”的战略思想。加快推动宁夏建设面向国际的旅游产业，将文化旅游产业发展成为自治区新兴产业增长极和主

导产业，以文化提升旅游内涵，以旅游扩大文化传播和消费，形成宁夏回族自治区文化内容与旅游载体相互促进、文化形象与经济实力相互支撑、文化旅游深度融合、社会效益与经济效益相统一的生动发展格局，逐步把宁夏建设成为我国黄河文化旅游的高地、回族文化旅游的核心区、西夏文化旅游的王牌区、沙漠文化旅游的示范区、山水文化旅游的精品区、丝绸之路文化旅游的重地、西部重要的国际旅游目的地，是宁夏旅游产业发展的战略定位。

为了更好地挖掘宁夏旅游资源和推进文化与旅游融合，做好宁夏文化旅游业发展的顶层设计，以及向广大读者特别是游客推介宁夏独特的人文、自然和城乡旅游资源，在宁夏回族自治区旅游局的大力支持下，我们组织编写了这套《宁夏文化资源与文化旅游产业发展丛书》，内容包括《宁夏旅游资源与文化旅游产业发展报告》《宁夏人文旅游》《宁夏风光旅游》和《宁夏城乡旅游》。

《宁夏旅游资源与文化旅游产业发展报告》采用田野调查和文献分析相结合、定性分析与定量分析相结合、文化旅游调查与统计分析相结合、历史分析与空间分析相结合、生态环境分析与经济社会分析相结合、案例分析与规范研究相结合的综合集成研究方法，全面分析和总结了宁夏回族自治区旅游资源的基本情况与分类、评价，开展了宁夏旅游市场基本情况调查与分析，以宁夏文化旅游市场的特征、存在的问题与发展对策为主线，充分借鉴国内外文化旅游产业发展的新业态，探讨了宁夏文化旅游产业新业态的引入可能，针对宁夏文化旅游产业市场的开拓重点与品牌建设进行了深入探讨，并通过数学模型对宁夏文化旅游产业的 PEST 及保障机制进行了分析，从而建构起宁夏文化旅游产业体系及产业集群设计路径；以宁夏文化旅游产业体系创新建设为框架，进一步针对自治区建设“中国西部特色旅游目的地和面向世界穆斯林地区和阿拉伯国家的国际旅游目的地”的目标进行了可行性分析，并针对宁夏文化旅游产业发展现状及存在的主要问题，新常态下宁夏文化旅游产业发展的基本思路提出了若干建议。本报告对

宁夏文化旅游业的产业设计、对旅游学的研究都有借鉴意义。

《宁夏人文旅游》《宁夏风光旅游》《宁夏城乡旅游》主要是提供给普通读者和游客的。外地的客人到宁夏以后，经常会有人问到宁夏旅游的特点是什么？怎么去体验这些特点？这三本著作就是为了解决“游什么、怎么游”的问题。具体的写法是把宁夏旅游归纳在人文、自然、城乡三个单元下，对其中最主要的特点进行概括和描述，然后给出旅游体验的路径选择，既让游客对宁夏旅游资源有深度的把握，又让他们顺利地完成一次自己所需要的旅游体验。比如，宁夏号称是“中国的长城博物馆”，看了《宁夏人文旅游》的相关章节，就不仅知道宁夏境内长城的历史来源，还能够很快明了长城的分布和体验路线，顺利地完成自己的长城之旅。

《宁夏人文旅游》对宁夏境内现存的多元文化进行了归纳，分别对边塞文化、丝路文化、西夏文化、黄河文化、红色文化、回乡文化进行了重点阐述，并对游客如何体验这些文化给出了建议，还比较细致地介绍了宁夏境内 3A 级以上人文旅游景区和景点的深厚文化内涵。既展示博大深邃的区域文化，又详解承载区域的人文内涵。这种解读是动态式的，能够激发旅游者“游中学、学中游”的浓厚兴趣。这既是一本介绍宁夏人文旅游的著作，也是一本雅俗共赏的宁夏文化读本。

《宁夏风光旅游》重点以体验塞北江南、大漠风情为主旨。描述到宁夏亲水、登山、拥黄河、揽沙漠的风光旅游特点。为了使游客深度把握宁夏自然风光的特点，不仅对宁夏自然风光进行了概述，还对生成的地理地质基础做了进一步的挖掘，比如：宁夏为什么会成为中国自然风光的博物馆？黄河为什么自此向北流？本书在写法上，作者首先置身其中，以对宁夏自然风光的热爱之情，描物状景，借景抒情，构成了一幅幅生动的宁夏风光旅游图画。

《宁夏城乡旅游》本着“一切皆为旅游资源”的理念，对宁夏五市即银川市、石嘴山市、吴忠市、固原市和中卫市的都市旅游和乡村旅游进行了分类描述，从每个城市的历史传承到文化风情，从城市风貌

到特色景观，从风味美食到旅游购物，全方位展示了宁夏五市南北迥异的城乡旅游，并对“宁夏新十景”、五市部分 3A 级以上的城乡旅游景区进行了详细描述。本书是宁夏自然旅游资源和人文旅游资源之外的旅游资源的重要补充，也本着能使城市和乡村变成游客新的旅游目的地的初衷，为宁夏城乡旅游开发提供引导。

本丛书从着手调研、写作到完稿，时间也比较紧，错误在所难免，恳望广大读者予以批评指正。

目 录

CONTENTS

第一章 神奇宁夏

南北迥异的宁夏山川	3
微缩的自然盆景	8
座中四联的宁夏	14

第二章 塞北江南

塞北江南旧有名	18
“灵武,我之关中”	20
古老的灌区	22
田园春潮	29

第三章 黄河之水天上来

黄河九曲	36
天下黄河富宁夏	38
黄河峡谷	41
黄河水运	49
黄河古渡口	50
黄河金岸	56
湿地明珠	61

第四章 沙水相伴

沙漠绿洲	66
治沙工程	69

体验沙漠	70
------------	----

第五章 山岳览胜

宁蒙分界——贺兰山	74
贺兰山阙	78
旱塬戈壁	85
分水绿岛——罗山	88
高原绿岛——六盘山	91
六盘古道	95
红色六盘	100

第六章 奇珍异品

物华天宝	104
名优特产	108
宁夏五宝	116

第七章 著名景点景区

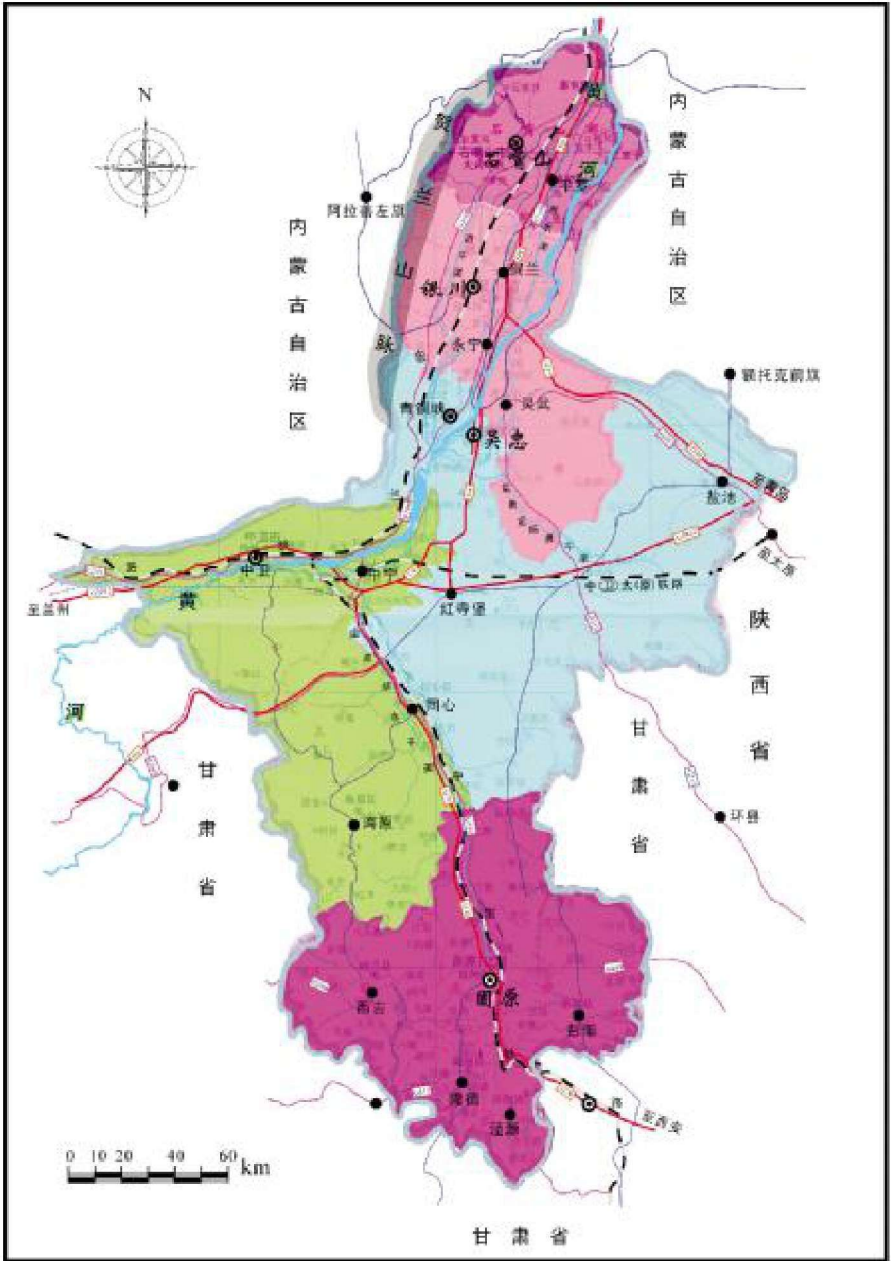
苏峪口国家森林公园	122
贺兰山滚钟口	125
黄沙古渡原生态旅游区	130
鸣翠湖国家湿地公园	137
阅海国家湿地公园	139
长流水旅游区	141
沙湖旅游区	145
北武当生态旅游区	151
沙坡头旅游区	151
青铜峡黄河大峡谷旅游区	161
中华黄河圣坛旅游区	174

腾格里沙漠湿地旅游区	193
哈巴湖生态旅游区	194
六盘山旅游区	199
火石寨旅游景区	222

第八章 自然景观名录

银川黄河金岸华夏河图	228
银川滨河新区观景台	228
银川黄河外滩公园	229
海宝公园	230
宝湖国家城市湿地公园	231
王有德治沙区	231
星海湖旅游区	232
罗山自然保护区	233
盐池花马池生态公园	233
金沙湾鸟岛	234
通湖草原旅游区	235
水稍子生态旅游区	236
中卫大漠边关旅游区	236
长山头天湖景区	236
隆德伏羲崖、北联池	237
泾源县胭脂峡	237
彭阳茹河瀑布	239
彭阳旱塬梯田	239

第一章 神奇宁夏



宁夏回族自治区行政区划图

宁夏回族自治区简称“宁”，是我国5个自治区之一，也是唯一的省级回族自治区，地处黄河上游，国土面积6.64万平方公里，下辖5个地级市（银川市、石嘴山市、吴忠市、固原市、中卫市），9个市辖区（银川市兴庆区、金凤区、西夏区，石嘴山市大武口区、惠农区，吴忠市利通区、红寺堡区，固原市原州区，中卫市沙坡头区）、2个县级市（灵武市、青铜峡市）、11个县（永宁县、贺兰县、平罗县、同心县、盐池县、西吉县、隆德县、泾源县、彭阳县、中宁县、海原县），首府银川市。

宁夏地处黄土高原西北部，中国地貌的第一级阶梯与第二级阶梯过渡带之间，地理位置显著。宁夏也位于我国东、西部板块结合带，构造地貌独特。例如：东亚大陆近1500年来发生31次8.0级以上的大地震，其中有5次就发生在宁夏及宁夏周缘地区。1920年海原8.5级大地震被称为“环球大地震”，给当地人带来了巨大灾难，同时也留下了世界上稀有的地震地质遗迹。

同时，宁夏也位于沙漠与黄土高原、沙漠与河流绿洲的过渡地带，高山与平原的过渡带，干旱与半干旱气候过渡带，塞外与关内的过渡带。高山与平原、盆地相间，沙漠与绿洲共存，多民族齐聚、多类历史文化共同发源成长。在地理位置、自然环境、人文风情、历史文化等方面，都别具一格。地球上各类自然环境、各种自然风光在这里都有所体现，而且界限分明，特征明显。

雄浑壮观的自然地貌和风格迥异的自然风光使宁夏充满神秘：这里地形反差大，对比强烈又相携而生、和谐共荣；各类极端自然地理环境互为支撑、相伴共生。地势南高北低，气候南寒北暖。黄河自此向北流，挟带着大量泥沙波涛滚滚，与浩瀚的大漠共存，恢宏豪放而粗狂苍凉；绵延的沙丘与星罗棋布的湖泊相依；漫漫黄沙与青青草原牵手，旷达中有温婉，舒展中有静谧；又有飞鸟与水草嬉戏，苇丛与荷叶相伴，拱桥观渔船流连，镜湖与柳丝低语。强烈的反差与极度的和谐，在广袤的宁夏大地上戏剧般地上演着。人们不得不惊叹大自然的神功斧凿，惊叹宁夏这块土地的神奇！

南北迥异的宁夏山川

宁夏北部和南部的地形地势格局截然不同，北部由山地、盆地和台地平行排列，呈现条带状地貌展布；且山地与盆地直接过渡，全区最高的山地与最低的盆地对比明显，平原上湖泊遍布。南部是由弧形山地与盆地相间排列，组成弧形地貌格局；受青藏高原的挤压，山地多向北东突出，河流侵蚀地貌明显。

海拔南高北低

宁夏地处我国地质、地貌分界带，“南北中轴”的北段，在华北台地、阿拉善台地与鄂尔多斯台地之间。地貌南北迥异，整体地形呈南北向狭长条状展布，南部以山地丘陵为主，构造复杂，较为高峻的山地和广泛分布的丘陵相间；北部以盆地、沙漠和高山为主，盆地与山脉参差错落，也有由于地层断陷又经黄河冲积而成的冲积平原。宁夏平均海拔较高，基本都在 1000 米以上。地势南高北低，南部海拔多在 1500 米以上，北部除抬升降起的山体外，多低于 1500 米。宁夏西侧主要以高耸的山体为主，从北到南有贺兰山、卫宁北山、香山—天景山等山脉，这些山脉不仅海拔

大漠黄河



高，而且也是保护宁夏的一道天然屏障。宁夏东部与鄂尔多斯台地接壤并逐渐过渡，鄂尔多斯台地地势平坦和缓。因此，宁夏东缘的地形起伏也相对平缓，与鄂尔多斯台地、毛乌素沙漠平稳过渡。宁夏地形按照海拔由高到低顺序可分为：山地占 15.8%，台地占 17.6%，丘陵占 38%，平原占 26.8%，沙漠占 1.8%。从地貌类型看，可分为黄土高原、鄂尔多斯台地、冲洪积平原和六盘山、罗山、贺兰山南北中三段山地。全区从南向北表现出由流水地貌向风蚀地貌过渡的特征，南部以流水侵蚀的黄土地貌为主，北部地貌受风蚀作用的改造相对更为显著。

宁夏北部的地貌也东西分异，从西到东分别为贺兰山脉、银川平原及荒漠地带。黄河出青铜峡后，塑造了美丽富饶的银川平原；平原的西侧，贺兰山拔地而起，直指苍穹；东侧鄂尔多斯台地，高出平原百余米，是灵武—盐池台地。贺兰山为中国重要的近似南北走向的狭长山脉，南北长 200 多公里，东西宽为 15~60 公里。贺兰山构造现象复杂，褶皱断裂发育，为分隔中国东、西部地质构造和地球物理场重要分区界线的南北构造带之北段。银川平原是一块沙漠所围限的绿洲，西、北、东三方分别有腾格里沙漠、乌兰布和沙漠、毛乌素沙漠，南侧与黄土高原相连。数百万年来，

贺兰锦绣



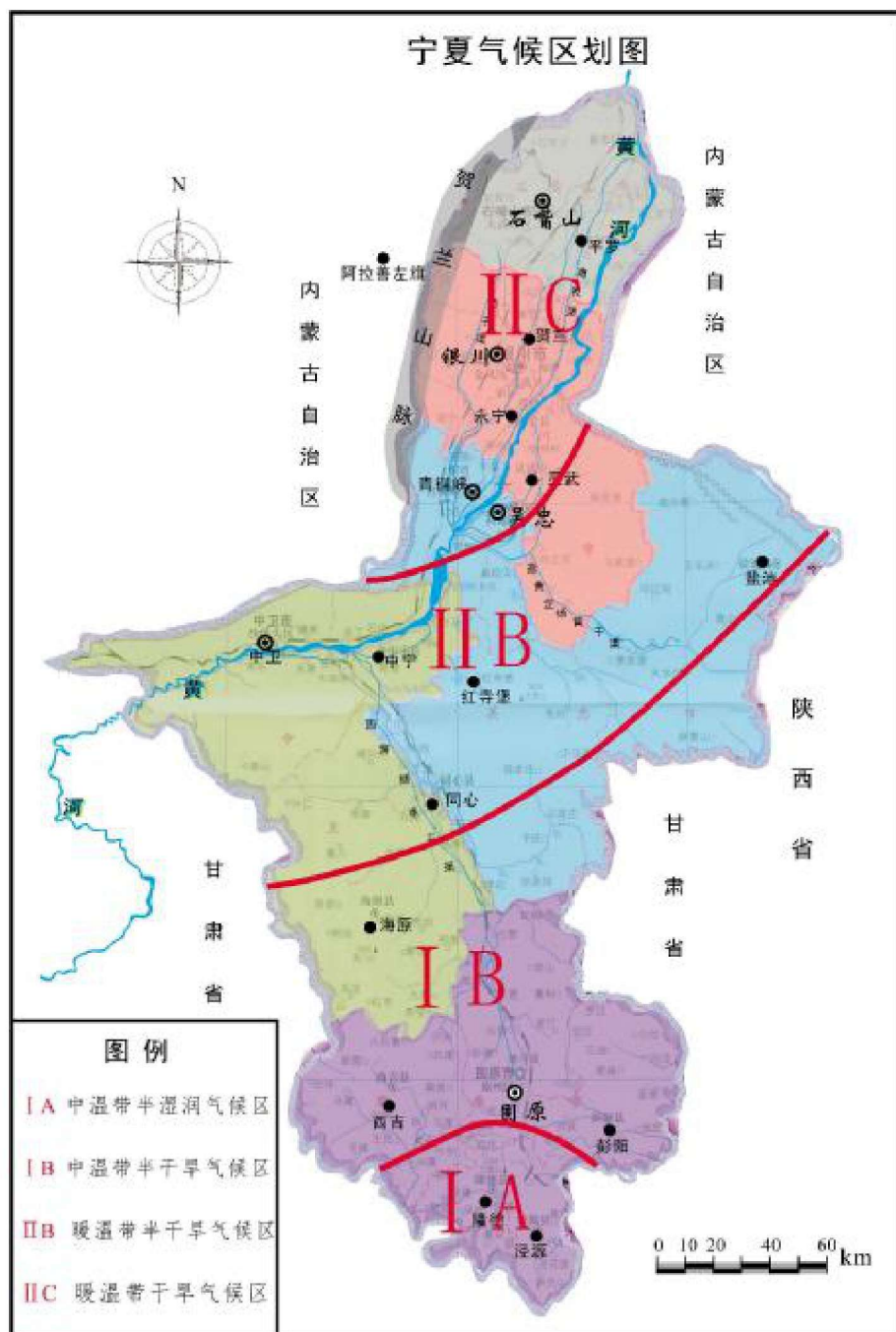
沙漠一直蹲守在宁夏周缘，由于贺兰山的遮挡，而从未越界将富饶的银川平原吞噬。银川平原得黄河灌溉之利，农业开发历史悠久，平原上渠道纵横，是宁夏最富庶的地方，历史上的西夏王朝就定都于兴庆（今宁夏银川）。据地质学研究，早期的银川平原，并非平原，而是一个规模宏大的湖泊，地质学者称之为银川古湖，湖泊的周围是古人类与各种动植物的最佳栖息场所，如水洞沟古人类遗址最为典型。后来由于黄河的冲积及全球气候变化，导致古湖泊逐渐消退，原先的湖泊区域变成了沉积平原，面积庞大的水域为银川平原所代替。

宁夏中部属于中温带半荒漠、中低山地带，山地与平原交错。地貌以黄土丘陵沟壑为主，植被稀疏。灵武—盐池台地为鄂尔多斯台地西南隅的一部分，高出银川平原 200~300 米，数千万年前也曾是银川古湖的一部分，后来由于板块抬升，形成了现今的台地。抬升中的台地往往处于被剥蚀状态，台地面上松散沉积物很薄；台地上广布固定、半固定沙丘或沙地，聚集成沙带。中部较大的山脉有香山—天景山、烟筒山、卫宁北山、罗山—牛首山与山间盆地相互错落屹立。盆地有同心盆地、中卫中宁盆地，较大的河流有黄河及其支流清水河。

宁夏南部按地表及温度特征，可分为南部暖温高山状盆地相间地带，以中、高山丘陵为主，盆地为辅，且面积较小。南部主要山脉有西华山、南华山、月亮山、须弥山及六盘山。

气候南寒北暖

宁夏跨东部季风区域和西北干旱区域，西南靠近青藏高寒区域，大致处在我国三大自然区域的交会、过渡地带，大陆性气候特征十分典型。基本气候特点是：干旱少雨、风大沙多、日照充足、蒸发强烈，冬寒长、春暖快、夏热短、秋凉早，气温的年较差、日较差大，无霜期短而多变，干旱、冰雹、大风、沙尘暴、霜冻、局地暴雨洪涝等灾害性天气比较频繁。宁夏年平均气温为 $5.3^{\circ}\text{C}\sim 9.9^{\circ}\text{C}$ ，冬季严寒、夏季炎热，各地气温 7 月最高，平均为 $16.9^{\circ}\text{C}\sim 24.7^{\circ}\text{C}$ ，1 月最低，平均为 $-9.3^{\circ}\text{C}\sim -6.5^{\circ}\text{C}$ ，气温年较差大，达 $25.2^{\circ}\text{C}\sim 31.2^{\circ}\text{C}$ 。年均气温由南向北递增，固原地区 $5^{\circ}\text{C}\sim 6^{\circ}\text{C}$ ，中部



同心、盐池 $7^{\circ}\text{C}\sim 8^{\circ}\text{C}$ ，北部引黄灌区 $8^{\circ}\text{C}\sim 9^{\circ}\text{C}$ 。宁夏无霜期平均为 105~163 天，无霜期的年际变化很大，最长无霜期 128~193 天，而最短无霜期仅为 81~138 天。日平均气温稳定在 0°C 以上日数 165~298 天，中北部平原及清水河流域较长，在 250 天左右；贺兰山区、中卫南部的香山地区、海原南部、西吉北部的山区及六盘山区较短，在 220 天以下。

南高北低的地形决定了南寒北暖的气候，常年温差在 $3\sim 5^{\circ}\text{C}$ 之间。根据宁夏的气候条件、农牧业分布和生态环境状况以及传统的习惯，宁夏可以划分为三个区域：北部引黄灌区，包括石嘴山、银川、吴忠利通区和中卫市的黄河沿岸区域；中温带干旱区，包括吴忠市、盐池县、红寺堡区、同心县、中卫市的山区和固原北部；中温带半干旱区，南部半干旱区，包括固原市南部（南部山区）属中温带半湿润区，原州区以北至盐池、同心、海原一带（中部干旱带）。

降水南多北少

宁夏年平均降水量 305 毫米，自南向北递减。宁夏降水季节分配很不均匀，夏秋多、冬春少，降水相对集中在 7、8、9 月，占全年降水的 70%。春季降水仅占年降水量的 12%~21%；夏季是一年中降水次数最多、降水量最大、局部洪涝发生最频繁的季节；秋季降水量略多于春季，约占年降水量的 16%~23%；冬季最少，大多数地区不超过年降水量的 3%。

地形、地理环境、气候及植被覆盖率等因素共同决定降水量的多寡。宁夏南部为山地丘陵区域，海拔高于北部，气候相对寒冷湿润。北部多为沙漠穿插围限区，气候相对干旱，降水较少；宁夏南部植被覆盖较好，由南向北，呈现森林草原—干草原—荒漠草原—荒漠的变化规律；六盘山、贺兰山、罗山都具有一定的植被垂直带谱。这些因素造成降水量南多北少，差异明显。北部银川平原引黄灌区，年均降水量 200 毫米；中部中卫、盐池、同心一带的干旱带，年均降水量 200~400 毫米；南部固原、海原、西吉、彭阳等半干旱区，年均降水量 400 毫米以上，其中六盘山、南华山等山区降水量最高可达 647.3 毫米。

阴雨天气少、大气透明度好，日照时间长，辐射强度高。年平均太阳