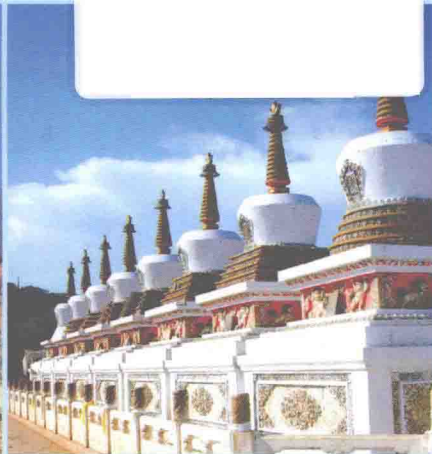
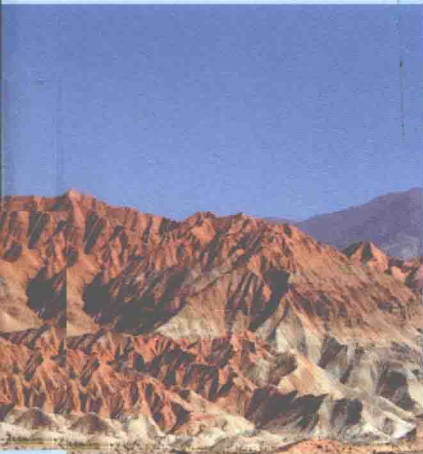


青海旅游资源概况

Qinghai Lüyou Ziyuan Gaikuang

主 编 祁桂芳 华智海
副主编 边世平 赵 筱 金 花



青海旅游资源概况

Qinghai Lüyou Ziyuan Gaikuang

主 编 祁桂芳 华智海

副主编 边世平 赵 筱 金 花



北京·旅游教育出版社

策 划: 何 玲

责任编辑: 巨瑛梅

图书在版编目(CIP)数据

青海旅游资源概况 / 祁桂芳, 华智海主编. --北京:
旅游教育出版社, 2014. 12

ISBN 978-7-5637-3061-2

I. ①青… II. ①祁…②华… III. ①旅游资源—青
海省 IV. ①F592.744

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第259416号

青海旅游资源概况

主编 祁桂芳 华智海

副主编 边世平 赵筱 金花

出版单位	旅游教育出版社
地 址	北京市朝阳区定福庄南里1号
邮 编	100024
发行电话	(010) 65778403 65728372 65767462(传真)
本社网址	www.tepcb.com
E-mail	tepx@163.com
印刷单位	北京京华虎彩印刷有限公司
经销单位	新华书店
开 本	787毫米×960毫米 1/16
印 张	23.25
字 数	305千字
版 次	2014年12月第1版
印 次	2014年12月第1次印刷
定 价	49.00元

(图书如有装订差错请与发行部联系)

青海省民族众多，有着丰富的自然旅游资源和独特而具有垄断性的人文旅游资源。近年来，随着地区经济的发展，青海已被越来越多的人知晓，正逐渐或已经成为旅游大省、名省，但青海缺少对这些丰富旅游资源的系统整理和归类。在旅游发展如火如荼的今天，作为地方高校的旅游专业教学与科研人员，我们有责任和义务搜集、整理和出版地方丰富的旅游资源；作为旅游从业人员，更应全面掌握地方丰富的自然和人文旅游资源。在此背景下，我们编写和出版了本书。

全书共分九章，主要从自然旅游资源与人文旅游资源两方面全面详细地介绍了青海省旅游资源的类型、分布情况、开发现状等，并根据旅游业的实际运作情况，专门以一定的篇幅介绍了青海省六大民族的民俗文化、宗教信仰等。最后，从青海省旅游业发展的实际情况出发，探讨了青海省旅游业发展的新路径。

本书在编写和出版过程中，得到了边世平教授的2011年度国家社会科学基金项目“青海藏区民族文化旅游产业化发展研究”（批准号11XGL013）、青海大学“211工程”——“青藏高原资源型产业与企业管理学重点学科建设”项目、赵婷老师的青海大学校级科研项目“基于突变级数法的青海藏区文化旅游产业开发竞争力评价”的基金支持。另外，赵婷老师的“基于突变级数法的青海藏区文化旅游产业开发竞争力评价”项目组部分成员参与编写了本书的一些章节。



参编人员分工如下:

祁桂芳、华智海、边世平、赵筱、金花设计全书架构、统稿。张翠丽编写了第一章“青海省旅游资源”和第二章“青海省地文景观类旅游资源”，赵婷编写了第三章“青海省水体旅游资源”和第四章“青海省生物旅游资源”，华智海编写了第五章“青海省历史古迹类旅游资源”的第三、四、五节和第六章“青海省宗教文化旅游资源”，兰措卓玛编写了第五章“青海省历史古迹类旅游资源”的第一、二节，白锦秀编写了第七章“青海省城市（镇）类旅游资源”和第八章“青海省民风民俗类旅游资源”的第一、二节，祁桂芳编写了第八章“青海省民风民俗类旅游资源”的第三、四、五节，赵筱编写了第九章“青海省旅游资源开发与保护”。

对在本书编写和出版过程中给予帮助、支持的同事和朋友们表示衷心感谢！

由于时间短促，搜集的资料不太全面，加上编写者的知识水平和能力有限，书中难免出现错漏之处，敬请广大读者见谅并批评指正！

编 者

第一章 青海省旅游资源	001
第一节 青海省旅游资源概述	002
一、青海省自然旅游资源	004
二、青海省人文旅游资源	006
第二节 青海省旅游资源与旅游业的关系	008
一、青海省旅游业发展概况	008
二、青海省发展旅游业的优势	009
第三节 青海省旅游资源的特征	011
一、旅游资源的内涵	011
二、旅游资源的特点	011
三、青海省旅游资源的主要特征	012
第四节 青海省旅游资源的分类	017
一、青海省旅游资源分级	017
二、青海省旅游资源分区	021
第二章 青海省地文景观类旅游资源	025
第一节 地文景观类旅游资源概述	026
一、地文景观类旅游资源的旅游功能	026



	二、地文景观类旅游资源的欣赏 / 028	
	三、青海省主要的地文景观类旅游资源 / 030	
第二节	风沙地貌景观	031
	一、风蚀地貌景观 / 031	
	二、风积地貌景观 / 033	
第三节	钾盐地貌景观	034
	一、钾盐地貌的形成 / 034	
	二、青海省钾盐地貌景观 / 035	
第四节	丹霞地貌景观	039
	一、丹霞地貌概述 / 039	
	二、丹霞地貌的旅游价值 / 041	
	三、青海丹霞地貌景观 / 042	
第五节	河湟谷地	044
	一、河湟谷地的形成 / 044	
	二、河湟自然资源景观 / 045	
	三、河湟人文资源景观 / 045	
第六节	草原风光景观	047
	一、草原的成因 / 047	
	二、青海省草原风光及景观 / 048	
第三章	青海省水体旅游资源	053
第一节	水域风光的概念、功能及分类	054
	一、水域风光类旅游资源的概念及旅游功能 / 054	
	二、水域风光类旅游资源的分类 / 055	
第二节	青海省水域风光类旅游资源及鉴赏	060
	一、河段景观 / 061	
	二、湖泊景观 / 065	

三、瀑布景观 / 073	
四、泉水景观 / 074	
五、冰雪景观 / 078	
第四章 青海省生物旅游资源	081
第一节 生物旅游资源的概念、特点及功能	082
一、生物旅游资源概念及特点 / 082	
二、生物旅游资源的功能 / 084	
第二节 生物个体景观旅游资源	087
一、花卉景观 / 088	
二、古树名木景观 / 088	
三、珍稀动物景观 / 089	
四、野生植物景观 / 091	
第三节 青海省综合生物景观旅游资源	093
一、人工生物景观 / 093	
二、自然生物景观 / 098	
第五章 青海省历史古迹类旅游资源	111
第一节 历史古迹与旅游	112
一、历史古迹与历史古迹旅游资源 / 112	
二、历史古迹旅游资源的特性 / 112	
第二节 青海省历史文化遗址景观	114
一、沈那古羌人聚落遗址 / 115	
二、齐家文化 / 116	
三、柳湾遗址 / 117	
四、卡约文化 / 118	



五、喇家遗址 / 118

六、宗日遗址 / 119

七、诺木洪遗址 / 120

八、兔儿滩遗址 / 120

九、塔里他里哈遗址 / 121

十、格萨尔遗迹 / 121

第三节 青海省古代建筑类旅游景观 122

一、西宁马步芳公馆 / 122

二、撒拉族清真寺古建筑群 / 123

三、保安古屯田寨堡群 / 123

四、西海郡故城 / 124

五、贵德明清古建筑群 / 124

六、南滩古城墙 / 125

七、大通明长城遗址 / 125

八、茶马互市 / 126

九、唐蕃古道 / 127

十、哈拉库图 / 127

十一、伏俟城遗址 / 129

十二、浩门古城 / 129

十三、峨堡古城 / 130

十四、永安古城 / 130

十五、尕斯库勒古城遗址 / 131

十六、临津关渡口 / 131

十七、丹阳古城 / 132

十八、第一个核武器研制基地旧址 / 132

第四节 古代陵墓 133

一、汪家庄汉墓 / 133

二、德州墓地 / 133

三、莫格德哇古墓群遗址 / 134	
四、唐代吐蕃墓葬群 / 134	
五、吐谷浑古墓葬 / 134	
六、上孙家寨匈奴墓 / 135	
七、都兰热水吐蕃墓葬群 / 135	
第五节 青海省历史文物旅游资源景观	136
一、大通上孙家寨舞蹈纹盆 / 138	
二、乐都裸体人像壶 / 139	
三、红地云珠日天锦 / 139	
四、尕马台铜镜 / 140	
五、舞蹈纹彩陶盆 / 140	
六、弦纹网纹彩陶壶 / 140	
七、辛店文化双勾太阳纹彩陶双耳罐 / 141	
八、玄武砚滴 / 141	
九、雍正青海西左前旗扎萨克银印 / 141	
第六章 青海省宗教文化旅游资源	143
第一节 宗教文化与旅游	144
一、宗教文化旅游资源概述 / 144	
二、宗教文化旅游资源的特点 / 145	
三、宗教文化旅游资源的表现形式 / 147	
四、宗教旅游资源开发的原则 / 148	
第二节 藏传佛教文化	151
一、青海藏传佛教概述 / 151	
二、寺院文化景观 / 153	
三、宗教艺术 / 171	
四、巨石文化景观 / 174	



第三节	伊斯兰教文化	177
一、	青海伊斯兰教概述 / 177	
二、	寺院景观 / 178	
三、	宗教活动 / 181	
第四节	道教文化	182
一、	道教名山道观景观 / 183	
二、	道教宗教活动 / 188	
第七章	青海省城市（镇）类旅游资源	191
第一节	城市（镇）类旅游资源概述	192
一、	城市（镇）类旅游资源的功能 / 192	
二、	城市（镇）类旅游资源的分类 / 194	
第二节	青海省主要城市（镇）类旅游资源	195
一、	中国夏都——西宁 / 195	
二、	中国历史文化名城——同仁 / 202	
三、	西海大漠明珠——格尔木 / 207	
四、	彩虹故乡——威远镇 / 212	
五、	高原江南——积石镇 / 215	
六、	油菜花海之都——门源县浩门镇 / 218	
七、	高原瓜果之乡——贵德县河阴镇 / 220	
八、	香汤沐浴地——河南县 / 224	
第八章	青海省民风民俗类旅游资源	227
第一节	民风民俗概述	228
一、	民风民俗的概念与类型 / 228	
二、	民风民俗形成的原因 / 229	

三、民风民俗的特征 / 230	
第二节 青海各主要民族概况	231
一、汉族 / 232	
二、藏族 / 234	
三、回族 / 235	
四、土族 / 237	
五、撒拉族 / 239	
六、蒙古族 / 240	
第三节 饮食和民居文化	242
一、饮食文化 / 242	
二、民居文化 / 267	
第四节 传统服饰与民间工艺品	272
一、传统服饰 / 272	
二、民间工艺品 / 284	
第五节 婚丧习俗和节庆活动	294
一、婚丧习俗 / 294	
二、节庆活动 / 304	
 第九章 青海省旅游资源开发与保护	 313
第一节 青海省旅游资源开发的理念	314
一、独特的地理区位，呼唤可持续发展理念 / 314	
二、特色鲜明的资源禀赋，需要品牌化、特色化开发理 念 / 316	
三、高度关联的产业性质和省际位置，需要联动开发理 念 / 316	
四、旅游市场需求的变动，须树立“以市场为导向”的开 发理念 / 317	



五、高速发展的科学技术,要求智慧开发理念 / 317

六、旅游产品的多层次属性和青海省情,需要多维开发理念 / 318

第二节 青海省旅游资源开发的理论基础 319

一、区位论 / 319

二、旅游地理学理论 / 320

三、可持续与生态旅游理论 / 322

四、旅游体验理论 / 324

五、旅游人类学理论 / 325

第三节 青海省旅游资源的开发 327

一、青海省旅游资源开发的 SWOT 分析 / 327

二、青海省旅游资源多维开发 / 334

第四节 青海省旅游资源的保护 347

一、旅游资源保护的基础性知识 / 347

二、青海省旅游资源的保护路径 / 349

第五节 青海省旅游资源可持续发展实现的条件及措施 352

一、旅游可持续发展的基础性知识及实施条件 / 352

二、青海省旅游资源可持续发展的措施建议 / 353

参考文献 358



第一章 青海省旅游资源

第一章

青海省旅游资源



第一节 青海省旅游资源概述

青海省，简称青，省会为避暑胜地——西宁。青海省位于中国西北地区中南部，东经 $89^{\circ}35' \sim 103^{\circ}04'$ 、北纬 $31^{\circ}39' \sim 39^{\circ}19'$ ，是长江、黄河、澜沧江三条大江大河的发源地。全省总面积 72.23 万平方公里，东西长 1200 多公里，南北宽 800 多公里，周边与西藏、新疆、甘肃、四川四省区接壤，面积约占中国国土总面积的 7.51%，居全国第四位。全省辖西宁市、海东市，以及海南、海北、黄南、玉树、果洛 5 个藏族自治州和海西蒙古族藏族自治州。西宁市自古就是全省政治、经济、文化的中心。

青海省特殊的地理位置，造就了其恢宏壮丽的自然景观，形成了显著的地区差异。高山峡谷纵横交错，使全省地形地貌呈现出变化多姿的特点：青海地貌在地质构造作用下，整体面貌表现为南北高中部低，西部高东部低；全省有三大构造带型，即秦岭—昆仑山东西复合构造带；青藏川滇“歹”字形构造头部和昆仑山以北的扭动构造以及祁连山、吕梁山、贺兰山“山”字形构造，阿尔金山“八”字形构造。由于地质构造中特大山脉较多，从而形成了很多大的构造带，青海的地貌格局完全由这些大的构造带控制。在地质构造的影响下，青海的地貌大致分为三个区：即祁连山—阿尔金山区、柴达木—共和盆地区和青南山原区。其中，青南山原海拔超过 4200 米，面积占全省的 50% 以上。柴达木盆地、河湟谷地以及青南山原的外缘围绕着海拔 4000 米～6000 米以上的高山。全省海拔较低的东部河湟谷地也多在海拔 2000 米以上；民和下川口湟水出省之处为全省最低点，海拔也达到了 1650 米。全省境内冰川、峡谷、高山、高原、大江、大河、大湖、大盆地、大沙漠、大草原等各种地形兼有，形成了以高原特色为主体的多元景观结构，丰富了旅游资源的类型：全省境内既有终年积雪的冰峰雪岭，又有起伏幻化的高原丘陵，也有广袤平坦的青青草原，还有茫茫无际的沙漠戈壁。群山绵延，雪峰林立，河流纵横交错，湖泊星罗棋布。巍巍的昆仑山自西向东横贯全省，苍翠的祁连山屹立于北部，高耸的巴颜喀拉山雄居在南方，富饶的柴达木盆

地盘踞于西部。长江、黄河、澜沧江均发源于青海南部，故青海有“三江源”之称。三江源头地域辽阔，地势高拔，河流纵横，野生动植物资源十分丰富，由于大自然的造化，这里是中国湖泊最为密集的地方，是高原野生动植物的天堂。东部边缘是处于青藏高原与黄土高原过渡带的河湟流域农业区，又透出一派充满生机的秀丽景色。青海是全国著名的山地省份，山地分布很广泛，其面积约占全省总面积的一半以上。众多山脉有序排布，构成了青海雄奇骨骼，也奠定了青海旅游开发独特的地脉类型。

青海旅游资源十分丰富，主要体现在两个方面：①类型多。无论是以功能分还是以内在属性、外部特征及构成要素分，各类旅游资源都有不同程度的分布，这在全国也不多见。②数量多。可开发利用的旅游景点达400余处，仅价值高、历史悠久、规模宏大、在国内外有一定影响的寺院就有20余处。但因青海地域辽阔，很多旅游资源的分布比较分散，人员也稀少，社会发展水平较低，基础设施不太健全，进入性较差，很多自然及人文旅游资源处于早期开发及待开发的状态。

青海地处世界第三极，平均海拔3500米以上；境内地貌类型齐全，高山有冰雪，山间有河谷与盆地，青南高原还呈现出远看是山、近看是川的不同形态；整个地势从西北向东南逐渐倾斜，东部地区有明显的青藏高原向黄土高原过渡的特点。

青海省除了特殊的自然旅游资源外，东暖夏凉的气候环境也是游客可以感受、体验的独特旅游资源。气候是旅游环境的重要组成部分，往往以无形形态出现，多以温度变化为特征，可使人感受到忽阴忽晴、忽冷忽热，忽而艳阳高照、忽而大雨倾盆，难以捉摸。气候以有形形态出现时，又以不同形态下的水的形态出现，如云、雾、雨、雪、冰等与山林、草原、河湖相配合，构成不同的风景要素。青海省属于典型的高原大陆性气候，夏季冷凉，适宜避暑疗养；冬季严寒，可发展冰雪旅游，但具有干燥、多风、寒冷、缺氧、昼夜温差大的气候特征。在青南高原，一天之内可以感受四季的不同。

青海有悠久的历史，是人类文明的远古发祥地之一，留下了丰富奇特的文物古迹。从二三万年前旧石器时代遗存到汉代、唐代以来的古代墓葬、古城遗迹及石刻、岩画和古建筑、古道，都深深打上了青海高原的烙印。具有高原特色的，如卡约文化、齐家文化、辛店文化、诺木洪文化、伏俟城、喇



家遗址、柳湾墓地、德令哈怀头他拉岩画、丝绸之路南线青海道、唐番古道等，在国内外享有盛誉。青海世居的民族中，土族、撒拉族是全国独有的两个少数民族，其独特的风俗习惯及诸多文化要素是具有特殊吸引力的人文旅游资源；藏族因特殊的渊源及发展经历而形成的海东及其周边的安多文化类型、玉树的康巴文化类型等明显有别于国内其他藏区；汉、回、蒙古族文化深受省内其他民族的影响，民族风情也有别于国内其他地区的同一民族。为青海大部分藏、土、蒙古族及部分汉族群众所信奉的藏传佛教，在历史某些时期（如10世纪末叶西藏佛教后弘期）兴盛度超过西藏；回、撒拉族群众几乎全民信仰伊斯兰教，有各具特色的教派分类、信仰体系等。全省寺庙塔窟林立，有为数众多的在寺信徒和宗教职业人员，构成既与外省区宗教文化互为渊源、互为纽带又独具特色的格局。各族群众在与自然界的漫长斗争中，挖掘出了适合青海高原生存环境和高原民族特色的畜、农、副、轻、土产品，地方名食，名贵药材等土特产品及民间工艺美术品。其中，西宁毛、湟鱼、湟中农民画、西宁大黄、热贡艺术品等已驰名中外。总之，青海旅游资源极富民族和地方特色。

一、青海省自然旅游资源

青海地域辽阔，地貌复杂，冰川广布，峡谷纵横，河流密集，山高水长，湖泊众多，草原广袤。全省海拔落差较大，从1650米到6800多米。全省70%以上的面积海拔在3500米以上，省会城市西宁市所处的东部地区平均海拔2500米左右，是全省的主要农业区及高原现代农业观光基地。在全省海拔相对较高的区域，人对自然界的的影响深度较浅，特别是西部广阔的领域长期处于无人区或少人区，地貌原始、奇特，自然历史景观保存完整，生物景观也比较独特，为人类进行地质演变历史的研究及高原特有生物的研究提供了真实的素材，也为现阶段兴起的国际国内探险旅游提供了广阔的领域，更为现代人回归自然保留了梦一般的“世外桃源”。

青海有全国最大最美的湖泊——青海湖，有百川汇聚的壮美；还有许多广袤无垠的大草原，最令人向往的就是神话一样的金银滩草原，它因王洛宾的一首《在那遥远的地方》而享誉国内外。草原占全省面积的53.6%，每到