

JUYOU XIAOBAIKE

旅游



小

百

科

冉东亚 主编

福建科学技术出版社

29.69
480



XIAOBAIKE

旅游

主 编 冉东亚
副主编 蒋兆刚 乌 恩
编 委 杨江南 朱宇钊
叶勇宏 张 礼

小
百
科

福建科学技术出版社

背上行囊，迈开双脚，参加旅游，时下已受到越来越多人的青睐。在湖光山色中荡涤身心，在沙漠、急流中参与探险，在广袤的草原上纵马高歌，在高山森林中聆听自然……旅游活动丰富多彩，具体操作却千头万绪，常令人茫然不知所措。该如何选择旅游类型、旅游目的地、旅行社？团队旅游或自助旅游该注意什么？旅途中如何保证安全与健康？遇到意外事故怎么办？面对目不暇接的自然风景和人文景观该如何欣赏？怎样摄影为你“到此一游”“立一存照”？如何明智地购买到价廉物美的旅游纪念品？如何保护旅游者的合法权益？常去的著名旅游点有哪些？本书将详细阐述，让您胸有成竹地踏上旅途。

本书由长期从事旅游研究、教学、实践的几位北京林业大学教师编著，书中第一、第二

部分由蒋兆刚、叶勇宏执笔，第三、第七部分由冉东亚、杨江南执笔，第四、第八部分由乌恩、张礼执笔，第五部分由冉东亚、朱宇钒执笔，第六部分由蒋兆刚、杨江南执笔。书中彩照由杨庆明、冉东亚、赵文淦、姚和水拍摄。

由于水平和时间的限制，疏误之处，恳望广大读者指正，不胜感谢。

编者

2000年5月

目 录

一、出游准备

(一)选择旅游类型.....	(1)
1. 观光旅游	(1)
2. 度假旅游	(1)
3. 商务旅游	(2)
4. 宗教旅游	(2)
5. 探险旅游	(2)
6. 生态旅游	(3)
7. 其他旅游形式	(4)
(二)选择旅游目的地.....	(5)
1. 季节因素	(5)
2. 闲暇时间长短因素...	(11)
3. 旅游线路组合因素...	(13)
(三)旅行社的选择	(15)
1. 旅游线路类别、层次和价格	(16)
2. 旅游行程的安排.....	(19)
3. 旅游交通工具和住宿标准	(19)
4. 旅行社信誉度.....	(20)
(四)团队旅游注意事项	(22)
1. 选择旅行社.....	(23)
2. 旅游成员注意点.....	(24)
(五)自助旅游注意事项	(27)
1. 准备阶段.....	(28)
2. 自助旅游行程中.....	(31)
3. 其他注意事项.....	(42)
(六)旅游费用的规划	(45)
1. 旅游费用构成.....	(45)
2. 旅游费用基本计算方法	(51)
3. 支付手段.....	(53)
(七)旅游行装的准备	(57)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. 旅游服装的选择..... (57) | 4. 旅游物品的装箱..... (62) |
| 2. 旅游鞋的选择..... (59) | 5. 其他常用和必备物品 |
| 3. 旅游箱包的选择..... (59) | (63) |

二、旅游交通

(一)火车 (68)

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. 铁路运输的特点..... (69) | 4. 托运行李 (71) |
| 2. 购票与退票 (69) | 5. 其他乘车注意事项... (72) |
| 3. 列车强制保险..... (71) | |

(二)飞机 (73)

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. 航空运输的特点..... (73) | 3. 购买机票与退票 ... (75) |
| 2. 航班号的意义 (75) | 4. 乘坐飞机注意事项... (77) |

(三)汽车 (80)

- | | |
|----------------------|----------------|
| 1. 公路运输的特点 ... (80) | 3. 乘坐长途卧铺需注意的事 |
| 2. 汽车票的购买 (81) | 项..... (81) |

三、旅游安全与保健

(一)旅游常见病的防治 (84)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. 突然昏厥..... (84) | 9. 高山反应..... (89) |
| 2. 花粉、树叶过敏症 ... (85) | 10. 旅游失眠症 (90) |
| 3. 急性吐泻..... (85) | 11. 旅行结婚蜜月病 ... (90) |
| 4. 腿脚肿..... (86) | 12. 上火 (91) |
| 5. 溺水..... (87) | 13. 脚泡 (92) |
| 6. 晕动症..... (87) | 14. 踝关节扭伤 (92) |
| 7. 骨折..... (88) | 15. 烈日下肌肤的呵护..... |
| 8. 中暑..... (88) | (93) |

(二)旅游保健 (94)

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 如何使长途旅行轻松愉快 | 2. 如何克服水土不服 |
| (94) | (96) |

3. 不同季节旅游应注意的事项..... (97)	6. 旅游回来洗洗脚 ... (100)
4. 洞穴旅游话保健..... (99)	7. 大蒜在旅游中的妙用..... (100)
5. 老年旅游话保健..... (99)	8. 荒野中如何果腹 ... (101)
(三) 旅游中的安全..... (102)	
1. 登山旅游注意事项... (102)	3. 旅行中帮人提物要小心... (104)
2. 骑车旅游注意事项... (103)	
(四) 旅游意外事故的处理..... (104)	
1. 遭遇野兽 (104)	4. 交通意外事故 (109)
2. 小虫入耳 (105)	5. 毒蛇、毒虫咬伤..... (110)
3. 迷路 (106)	

四、旅游欣赏

(一) 自然风景欣赏..... (111)	
1. 苍山奇峰 (111)	5. 草原 (122)
2. 江河湖泊 (114)	6. 沙漠 (124)
3. 流泉飞瀑 (117)	7. 植物 (127)
4. 岩溶地貌景观 (120)	8. 动物 (129)
(二) 人文景观欣赏..... (131)	
1. 园林古建筑欣赏 (131)	3. 民俗风情欣赏 (156)
2. 楹联、碑刻欣赏..... (151)	

五、旅游摄影

(一) 旅游摄影器材的选用..... (167)	
1. 建议携带的相机 ... (167)	2. 胶卷的选用与保存... (168)
(二) 人像摄影以及常见景物的摄影技巧..... (172)	
1. 人像摄影 (172)	2. 常见景致的拍摄 ... (174)
(三) 乘坐交通工具时的拍摄要点..... (184)	
1. 乘坐飞机 (184)	2. 在轮船上 (185)

3. 火车和汽车上	(185)
(四) 旅游摄影中的误区	(185)
(五) 旅游中摄影器材的保护	(186)
1. 防潮防热	(186)
2. 镜头清洁	(187)
3. 机身的保护	(187)

六、旅游购物及美食

(一) 购物要讲究经济划算	(188)
(二) 著名购物点	(189)
1. 香港	(189)
2. 巴黎	(191)
3. 广州	(191)
4. 上海	(195)
(三) 几种主要旅游购物品的质量鉴别	(197)
1. 黄金饰品	(197)
2. 宝石玉器	(198)
3. 其他	(199)
(四) 我国著名旅游购物品	(200)
1. 织绣类	(200)
2. 名茶名酒	(203)
3. 陶瓷	(205)
4. 漆器	(207)
5. 中草药	(208)
6. 文房四宝	(209)
7. 其他特色购物品	(210)
(五) 旅游收藏品	(211)
1. 门票	(211)
2. 货币	(213)
3. 邮票	(214)
4. 电话卡	(214)
5. 其他旅游收藏品	(215)
(六) 旅游饮食文化	(216)
1. 中国美食概览	(216)
2. 外国美食概览	(218)

七、旅游者权益保护

(一) 签订旅游协定	(221)
(二) 有关旅游部门应尽的义务	(222)

1. 旅行社的义务	(222)	4. 旅游景点管理部门的义务	(225)
2. 饭店的义务	(223)		
3. 交通部门的义务 ...	(224)		
(三) 旅游者的合法权利	(225)		
1. 对行程的知情权 ...	(225)	4. 享有旅游服务的权利	
2. 自由购物、知悉产品的权利	(226)		
	(226)	5. 其他权利	(227)
3. 人身财产安全的权利			
	(226)		
(四) 旅游者投诉的技巧	(227)		
1. 旅游投诉应找谁 ...	(228)	3. 旅游赔偿及处罚 ...	(230)
2. 如何投诉	(229)		
(五) 旅游意外保险	(231)		
1. 如何投保	(231)	2. 保险金额标准	(232)

八、我国著名旅游地介绍

(一) 北京	(234)		
1. 天安门	(234)	4. 十三陵	(238)
2. 长城	(235)	5. 颐和园	(240)
3. 故宫	(236)	6. 北海公园	(241)
(二) 河北	(242)		
1. 承德避暑山庄	(242)	2. 北戴河	(244)
(三) 山西	(244)		
1. 五台山	(244)	3. 云冈石窟	(246)
2. 恒山	(245)	4. 壶口瀑布	(248)
(四) 河南	(248)		
1. 嵩山	(248)	2. 龙门石窟	(249)
(五) 内蒙古	(251)		

1. 成吉思汗陵	(251)	2. 昭君墓	(252)
(六) 黑龙江	(252)		
1. 镜泊湖	(252)	3. 扎龙自然保护区 ...	(255)
2. 五大连池	(253)		
(七) 吉林	(255)		
1. 松花湖	(255)	2. 长白山	(255)
(八) 辽宁	(256)		
1. 大连海滨	(256)	3. 兴城古城	(259)
2. 鞍山千山	(257)		
(九) 山东	(259)		
1. 泰山	(259)	3. 泉城济南	(262)
2. 青岛海滨、崂山	(261)	4. 孔府、孔庙、孔林 ...	(263)
(十) 江苏	(264)		
1. 太湖	(264)	3. 苏州园林	(267)
2. 南京钟山	(266)		
(十一) 浙江	(268)		
1. 杭州西湖	(268)	3. 雁荡山	(271)
2. 千岛湖	(270)	4. 普陀山	(273)
(十二) 安徽	(274)		
1. 黄山	(274)	3. 九华山	(277)
2. 天柱山	(276)	4. 琅琊山	(279)
(十三) 江西	(279)		
1. 庐山	(279)	3. 井冈山	(281)
2. 滕王阁	(281)		
(十四) 湖北	(283)		
1. 武当山	(283)	3. 神农架	(285)
2. 黄鹤楼	(284)		

(十五)湖南	(286)
1. 衡山	(286)
2. 张家界	(287)
3. 岳阳楼	(288)
(十六)福建	(289)
1. 武夷山	(289)
2. 厦门	(290)
(十七)广东	(291)
1. 广州	(291)
2. 深圳	(292)
3. 鼎湖山自然保护区	(293)
4. 肇庆星湖	(294)
(十八)海南	(295)
三亚	(295)
(十九)广西	(296)
1. 桂林漓江	(296)
2. 北海	(298)
(二十)四川	(298)
1. 峨眉山	(298)
2. 九寨沟	(300)
3. 长江三峡	(301)
4. 卧龙自然保护区	(302)
5. 青城山	(302)
6. 都江堰	(303)
(二十一)贵州	(304)
1. 黄果树瀑布	(304)
2. 织金洞	(305)
(二十二)云南	(306)
1. 路南石林	(306)
2. 昆明滇池	(307)
3. 苍山洱海	(308)
4. 西双版纳	(309)
(二十三)陕西	(310)
1. 西安	(310)
2. 华山	(311)
3. 秦始皇陵兵马俑	(313)
4. 华清池	(314)
5. 黄陵	(314)
6. 延安	(315)
(二十四)甘肃	(316)
1. 麦积山石窟	(316)
2. 敦煌莫高窟	(317)

(二十五)宁夏.....	(318)
西夏王陵	(318)
(二十六)青海.....	(319)
青海湖	(319)
(二十七)新疆.....	(319)
天山天池	(319)
(二十八)西藏.....	(320)
布达拉宫	(320)
(二十九)台湾.....	(321)
1. 日月潭	(321)
2. 阿里山	(322)

一、出游准备

(一) 选择旅游类型

1. 观光旅游

观光是旅游中最常见的项目之一。通常人们所说的“出来就是为看看，见识一下祖国的大好山河”就是指观光旅游。现代人，特别是城市居民，由于工作生活环境过于单调，渴望能经常走出去，到风景优美的旅游胜地去开阔一下自己的视野、调节一下自己的身心，以更良好的状况投入到新的生活工作中去。我国地域辽阔，有数不清的名山大川、森林绿野、飞瀑流泉、亭榭楼台，如著名的五岳、黄山、庐山，长城、颐和园、天坛、故宫、天安门、布达拉宫、桂林、苏杭，新疆、内蒙的草原、牧场等均是观光旅游的极佳去处。

2. 度假旅游

度假旅游是人们以休闲、度假为主要目的而进行的旅游活动。其旅游地通常选择在旅游资源丰富、景致突出、依山临水，具有一定度假疗养设施、区位条件上佳的风光旅游地段。近年来，随着我国人民生活水平的提高，尤其是1994年我国劳动和休假制度改革以后（1995年开始实施）度假旅游已成为我国人民选择的一大时尚主题。我国著名的旅游度假区有：大连金石滩国家旅游度假区、无锡太湖国家旅游度假区、杭州之江国家旅游度假区、福建武夷山国家旅游度假区、福建湄洲岛国家旅游度假区、昆明滇池国家旅游度假区、广州南湖国家旅游度假区、海南亚龙湾国家旅

游度假区、北海银滩国家旅游度假区等。

3. 商务旅游

顾名思义，商务旅游就是将商务活动与具体旅游项目相互结合成一体的旅游活动，如将商务活动与观光游览、体育保健、休闲度假等相结合，形成一项新的旅游活动。当然，其中的商务活动与具体的各项旅游项目之间应该也必须是相互统一、相辅相成的，即该项旅游活动是为促成某项或某些具体商业活动而服务的。反过来，商务旅游的游客在该旅游种类的游程中确实体验到了举办单位提供的良好环境和气氛。旅游活动中，常见的商务旅游有水上观光商务旅游、休闲度假疗养商务旅游等。

4. 宗教旅游

宗教，自古以来就是人们精神寄托之产物。千百年来，人们已经形成定时到自己所信仰的宗教圣地进行朝拜的习惯。现代旅游充分利用了虔诚的教徒的这一心理和行为，将旅游和宗教成功地结合在一起，例如：安徽九华山的地藏菩萨，相传是朝鲜佛教之佛祖。当地旅游机构正是利用了这一信息，在韩国积极宣传，致使近年来到此朝圣礼拜的韩国游客逐年成倍地增加。在我国，据不完全统计，每年都有上百万甚至数百万之多的游客，称宗教旅游为他们的首选旅游项目。特别是在我国一些著名的宗教旅游胜地，如佛教旅游胜地四川峨眉山、山西五台山、浙江普陀山、安徽九华山、河南嵩山等，道教旅游胜区山东崂山、四川崆峒山、湖北武当山、四川青城山等等，在宗教旅游旺季时往往是人如潮涌，有时甚至不少游客只能远远地“望佛烧炷香”，以完成自己的夙愿。

5. 探险旅游

随着旅游的普及与深入，一般性的观光游览已满足不了有特殊兴趣的旅游者的要求。探险旅游就是在这种背景下产生的新兴旅游项目之一。它以探索大自然的奥秘为宗旨，是人们亲近自然、

热爱自然、体验自然、回归自然的最佳方式。探险旅游一般有四个基本特点，即冒险性、挑战性、参与性和相对高消费性，因此它受到了广大群众特别是现代青年人的喜爱。

中国科学院专门成立的科学国际旅行社，在我国第一个开辟科学探险旅游考察项目。他们在一些鲜为人知的原始森林、草原、沙漠、冰川、洞穴设有野外观察站，常年研究考察、保护这些自然奇观。参加科学探险旅游，游客们可以亲自观测、参与野外作业，增长科学知识，体验科学探险旅游的无穷乐趣。游人可以在导游的带领下到新疆、西藏、四川、青海、内蒙等地走进自己从未涉足的神奇地带。青藏高原、横断山脉、金沙江、澜沧江、怒江、西藏的墨脱南迦巴等地都是世界上的大峡谷荟萃之地，成为世界罕见的奇观。塔克拉玛干大沙漠是世界上最大的沙漠之一，隐藏着无尽的宝藏和奥秘，游客可以骑着骆驼，向沙漠深处挺进。洞穴探险旅游也在快速发展，现在全国开放的探险洞穴总数在 300 个以上，每年至少吸引游人 1000 万人以上。

6. 生态旅游

随着经济的发展，人口的增加，城市化的趋向越来越明显，人们盼望从都市生活的快节奏、过繁杂、甚喧闹、多污染中暂时解脱，所以，“返璞归真”、“回归自然”之旅已成为时尚，受到人们的垂青。因此，一种新的旅游方式——生态旅游已在各国悄然兴起。

许多人对“生态旅游”这个词并不陌生，但未必知道它的真正含义。而且，生态旅游与传统的自然观光旅游有什么区别呢？具体说来有如下特点。

①旅游的主体是有一定文化修养和生态素养、身体健康、有较高的环境意识的人群；客体是一切自然生态系统，如国家公园、森林公园、自然保护区和具有保护性质的风景名胜区、植物园等。

②生态旅游除了欣赏自然山水、动植物等自然景观外，主张“无为”和“倾听”，不仅用眼看，还用心去体验，强调的是人与自然的沟通和交流。在美国国家公园入口处有这样一块牌子：“你不妨中途驻足片刻，静静地做一个聆听者，听听这片森林内的一切居民的声音。”

③生态旅游能使游客对生态面临的危机有深刻的认识，从而受到教育，增加环境意识，以一种新的心态和角色同自然交往，自觉加入到保护环境的行列中来。国外已开展多项生态旅游活动，如在哥斯达黎加海滩观察海龟，在加拿大北部寻觅北极熊的踪迹。日本远山正英教授多次自费组团来中国西部沙漠地区植树造林，帮助我国治理沙漠等。

④参加生态旅游时，对旅游目的地事先要有详细的了解，弄清其气候、自然、人文等有关生态环境方面的知识，并清楚导游是否经过专业培训，自己会有哪些机会参与自然资源和环境的保护，旅游商对当地的资源和环境保护是否做出贡献等等。

⑤生态旅游在带来经济效益的同时还能使自然资源得以持续利用，有利于维持并促进环境的生态平衡，达到生态效益、环境效益、社会效益的统一。

生态旅游的发展丰富了旅游的内涵，拓展了旅游的外延，对旅游资源起到保护作用，解决了旅游开发与自然保护的矛盾，有利于提高公众环境意识，产生良好的社会、经济、生态效益，使旅游业走向一条可持续发展的道路。

7. 其他旅游形式

随着人们旅游观念层次的不断更新和旅游业的飞速发展，那种单纯游山玩水的传统型消遣观光旅游已经落后于时代。旅游种类与项目多样化成为适应多层次需求、高水平消费的游客的一个必然发展趋势。旅游者强烈地希望能够结合个人的兴趣爱好，置

身于富有意义的各种旅游活动中，于是各种全新的、多样化的专题旅游活动就应运而生了。

在日常生活中能耳闻目睹的特色专题旅游是极其丰富的，有购物旅游、绿色森林旅游、环保旅游、戒烟旅游、学艺旅游、新婚旅游、美食旅游、潜水旅游等；此外还有像近年来风靡国外的长跑旅游、冲浪旅游、恋旧旅游、怀古旅游、战场旅游、热气球环球旅游、建筑旅游，甚至太空旅游等等。

面对各种花样繁多、层出不穷的旅游种类和项目，在这里必须提醒各位旅客的是：第一，旅游期望阶段时，如果主观想象过于完美，致使选择时带一定猜想性和盲目性，就会给以后的旅游体验打下一个后悔失望的埋伏。因此旅游期望阶段选择必须十分小心谨慎，真正了解和认识自己将选择的旅游种类和项目。第二，要客观地自我分析，要在自我能及的财力、物力、体力和时间前提下选择真正符合自身情况和特点的旅游种类和项目，解决了以上两个问题，选择什么旅游形式的难点就迎刃而解了。

（二）选择旅游目的地

旅游目的地的选择具体来说受如下三个主要因素的影响。

1. 季节因素

（1）春季旅游何处去

春季是人们旅游的最佳季节。当北国的冰雪、南国的严寒悄悄地隐退时，万物开始挣脱冬的枷锁苏醒了。树木抽出嫩黄淡绿的枝条、野花漫山遍野地竞相开放、百鸟争鸣的热闹情景，无不预示着：春——来了！人们脱去厚厚的冬装，打点行装，渴望出去体验一下春天的气息，去享受一番大自然的温馨。

因为绿色代表着生命、代表着生机。当你走近绿色，你就感到走进了生命；当你看着绿色，你心中就涌动着生机。这也就是