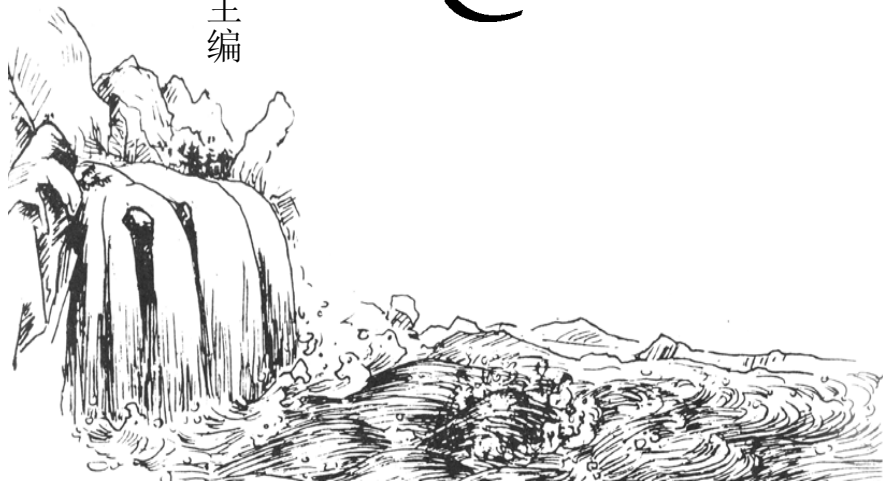


北京旅游

北京名胜（三）

狄登峰主编



目 录

延庆县旅游指南	1
延庆县概况	1
延庆县景点	6
八达岭长城	6
龙庆峡	15
木化石群	18
延庆石窟	19
松山	20
玉都山	21
康西草原	23
滴水湖、乌龙峡	24
松山原始森林	25
古崖居	26
卧牛山风景区	27
密云县旅游指南	28
密云县概况	28
密云县景点	30
白龙潭	30
黑龙潭	33
天仙瀑	34
京都第一瀑	35
司马台长城	35
京都第一瀑	36
雾灵山森林公园	37
云蒙山森林公园	38
五座楼森林公园	39
云岫谷游猎区	40

白河游乐园	40
三峪风景区	41
金鼎湖	42
昌平区旅游指南	43
昌平区概况	43
昌平县景点	45
十三陵	45
居庸关	52
虎峪风景区	54
桃峪口水库	56
碓臼峪自然风景区	57
蟒山森林公园	58
九龙游乐园	59
小汤山龙脉温泉	60
航空博物馆	60
明皇蜡像宫	61
银山塔林	62
沟崖风景区	62
老北京微缩景园	64
平谷区旅游指南	65
平谷区概况	65
平谷县景点	67
金海公园	67
大金山	71
湖洞水	72
京东大溶洞	73
西域山庄	74
飞龙谷	75

丫髻山	75
京东大峡谷	77
门头沟旅游指南	78
门头沟概况	78
门头沟区景点	82
戒台寺	82
潭柘寺	85
妙峰山	90
沿河城	91
龙门涧	91
斋堂水库	92
通州区旅游指南	92
通州区概况	92
通县景点	95
西海子	95
燃灯古塔	97
北运河	98
房山区旅游指南	99
房山区概况	99
房山区景点	103
周口店猿人遗址	103
石经山云居寺	104
十渡	106
上方山云水洞	109
龙门涧	110
斋堂水库	111
碧溪垂钓园	111
韩村河	112

蒲洼狩猎场	112
银狐洞	113
大兴区旅游指南	114
大兴区概况	114
大兴县景点	115
团河行宫	115
半壁店森林公园	117

延庆县旅游指南

延庆县概况

延庆总面积 2000 平方公里，人口 30 万，其中城镇人口 8 万。耕地面积 56 万亩，森林面积 45 万亩，森林覆盖率 55.4%，2000 年被评为国家级生态示范县。

地理位置

延庆地处东经 $115^{\circ}44' \sim 116^{\circ}34'$ ，北纬 $40^{\circ}16' \sim 40^{\circ}47'$ ，位于北京西北部，距北京城区 70 公里，为北京远郊县之一。南接八达岭长城，



北依海陀山群峰，西濒官厅水库，与北京市的怀柔县、昌平区，河北省的怀来县、赤城县接壤。

地形

延庆地处燕山沉降带西端，是华北平原向张北高原的过渡地带，其东、北、南三面被群山环抱。县城呈东北向西南延伸的长方形，其地形三面环山，一边濒水，中间是北京市最大的盆地，盆地平均海拔 500 米，山地平均海拔 1000 米，境内山地面积占全县总面积 72.8%。

延庆高山属燕山系军都山脉，全县共有 80 座海拔 1000 米以上高峰。东山为燕山前后两列山地的交汇地区，其西部、南部较高，东部较低，海拔多在 600 米—1000 米之间。南山是一系列低山，海拔多在 800 米以下，山势平缓，群山连绵，谷地宽阔，盆地中有一些岛山，它

们从平原上拔地而起，小巧灵秀，形象多姿，山体不高，徒步攀登一二十分钟即可登顶。延庆盆地由东北向西南延伸，东西长 35 公里，南北最宽处 16 公里。

气候

延庆气候类型属暖温带半湿润大陆性季风气候。由于延庆处于黄土高原的东部边缘和华北大平原的北端，是个过渡地带且全境海拔都比近郊高出 400 米以上，所以，虽与北京城区距离 70 公里而气候却有很大区别，突出表现为气温偏低。其地形特点，特别是水库造成了独有的小气候，夏季凉爽，多阵雨。而距八达岭长城 8 公里的康西草原，由于海拔高，又临近湖水，气候湿润清爽。其次，四季分明，春秋两季时间长。冬季气温低，结冰期较长，宜于开展冰雪旅游活动；夏季炎热期短，适宜旅游的时间长。由于气候的影响，延庆四时景色有其独特的魅力，早春阳坡冰雪还没融尽，山桃花、杏花、梨花次第开放，满山遍野笼罩着罗绡轻纱，如云如烟，淡香袭人，是北国特有的春景；五月暮春时节，城里已经燥热，这里却温暖宜人一片新绿，各色野花盛开，春光这边独好；夏季这里也和关内一样，山野平川，绿荫浓郁；秋天是延庆最美的季节，这里蓝天格外明净，阳光格外明媚，由于早霜来得早，不仅黄栌、枫树的叶子是红的，就是桃、杏树的叶子也会变红，斑斓秋色，分外迷人；冬季，八达岭长城银装素裹，让人真正领略到“山舞银蛇，原驰蜡象”的北国风光。这种特殊的气候，为延庆开展以消夏避暑节为内容的夏季旅游和以冰灯、冰雪为内容的冬季旅游，创造了极好条件。

年平均气温

延庆年平均气温 8.4℃。由于地形地貌的影响，县境

内的景区气候又小有差异，位于县城东北山谷内的龙庆峡，平均气温低于北京城区 6.0℃（比县城和山区地带还低 2.8℃）。

风土人情，风俗习惯

延庆的民风民俗，历史悠久，多种多样，普及面广，民俗旅游极具吸引力。在延庆人民创造的各具特色的民间艺术中，其中以花会和灯会最为典型。

花会：俗称“玩艺儿”。延庆的花会，历史悠久，品类繁多，普及面广。不仅在北京地区颇有名气，在全国乃至国际上也有一定的影响。目前全县有 260 余档花会、乐队和演员 2 万余人，演员人数占全县人口的三分之一。主要节目有：高跷、旱船、秧歌、竹马、狮马、龙灯。

高跷：在延庆数量最多，约占全部花会一半以上。跷长约 1 米，分逗跷、踩跷和走跷三种形式，只扭不唱。逗跷突出个人演逗技巧和情趣，动作幅度较大，难度也高，可表演扑蝶、金鸡独立等高难动作。踩跷节奏较缓，动作舒展大方，洒脱柔美，突出整体协调，以永宁、古城一带为代表。走跷一般在队形变化和行进中完成其表演，动作幅度小，但迅捷干练，节奏轻快，主要流行于西部地区黑龙庙一带。

旱船：是延庆众多花会中影响最大的品种，它的总档数仅次于高跷，其影响却胜过高跷。近年来曾多次被邀请到北京、河北等地演出。

旱船的表演有一只船、三只船和多只船三种。在行进时以打击乐伴奏为主，在表演时以唢呐伴奏为主。旱船主要道具——船，也是一种特殊的工艺品，它约长 130 厘米，宽约 80 厘米，高 180 厘米，由船顶、立柱和船

身三个部分组成。船顶类似古建筑，剖面前为半圆形，后呈三角形，飞檐翘拱，彩绘成细瓦高脊，四角的拱头用木头雕成4个龙头，口衔4个彩绸绣球，檐下四周绷糊细白纱，上绘“游龙戏凤”“苍海日出”等各种民间传统图案和《白蛇传》中人物故事，其下再挂络纓彩穗，中间为4根红漆立柱，上支船顶，下连船身。船身里面是支架，外面用绘有金鱼、荷花、波浪、腾龙等图案的面幔围成船状，船身正中留有40厘米左右的方空，演员在其中，用两根布带将船挎起。船身靠柱扎4盏莲花灯，船顶内插蜡烛。晚间走时全部点燃，烛光辉映得整个旱船剔透玲珑，显得格外精美。1985年河北省歌舞团曾携延庆制作的旱船赴美国访问。

秧歌：延庆的秧歌分为老秧歌和大秧歌两种。老秧歌是古老的玩艺，表演时不用道具，演员自己化装，表演以扭为主，队形变换穿插。大秧歌是解放后传入延庆的东北秧歌和陕甘宁秧歌，在延庆经过几十年的发展，形成了自己的特色。一是队伍大，二普及面广，三花样不断翻新，在化装、表演上多有创造，有的秧歌队加入了大头娃、跑驴等。1996年，参加在福建举办的全国秧歌大赛获得一等奖；1997年，分别参加了中央电视台和北京电视台组织的春节联欢晚会；1997年6月30日晚，在天安门广场参加了庆香港回归的大型文艺演出。

竹马：原名竹马灯。康熙年间出版的李振声著的《百戏竹枝词》说：“元夜儿童骑之，内可秉烛，好为明妃出塞之戏。”30年代京剧大师尚小云改编京剧《昭君出塞》，曾将竹马搬上京剧舞台。现在北京地区只有延庆还有几班竹马。演员所骑之马，是用竹篾扎成马形，内可秉烛，演员二三十人，人骑一马，左手持缰，右手扬鞭，随唢

呐、鼓、钵的伴奏，作催马驰骋表演，所以又叫“跑竹马”。

•狮子：延庆的狮子舞，年代久远。小营村的一对狮子道具，经文物专家鉴定确认为明代制做的，已被国家文物管理部门收购保存。延庆舞狮没有高难动作，以表演细腻见称，用大鼓、大钵和小钵伴奏。开场模拟猛兽下山的气势，张牙舞爪，时而昂首欲啸，时而低伏欲纵，样子十分凶猛，群众非常喜欢观看。

龙灯：延庆传统的龙灯只有龙头、龙尾点灯，龙身用布彩画。套路有蛰伏、腾跃、翻滚、金龙盘玉柱等。表演龙灯讲究灯与演员娴熟默契地配合，在奔跑跳跃中完成各种套路而蜡不倒、灯不灭。1997年延庆举办消夏避暑节，邀请全国10余支舞龙队到八达岭进行舞龙比赛，这次比赛极大地促进了延庆舞龙艺术的发展。八达岭特区已成立一支新的舞龙队，舞龙将成为延庆庆祝节日的主要表演项目。

灯会：正月十五闹花灯的习俗，流传久远。《乾隆延庆州志》载：“上元节张灯三夜，或作黄河九曲灯，共360盏，或作混元一气灯共500盏，又有灯山，以席为高楼，约三四丈，中以木作架，安小灯数千盏，排列佛神等像，或作“天下太平、民安物阜”等字。

黄河九曲灯：黄河九曲灯是个浩大的连环灯阵，由365盏灯组成，整个灯阵为边长99市尺的正方形，占地1.5亩，每边分19个点，每点张灯一盏，点与点之间距离5.5市尺，横竖交叉为361个点，再加三盏门灯和一盏天灯，天灯位于灯阵正中，由一根高杆挑起，是专为姜太公竖的。灯阵座西朝东，正东中间留有出口和入口。出入口搭牌楼，中间和两旁各挂一盏较大的灯叫门灯。其余361盏灯，分别用杆托起，并连结成一条通道，全

长 1782 尺，共有 90 个曲折，组成 9 个盘环。人从入口进入灯阵，曲折回环如步迷宫，只有顺通道一直走下去，方能出阵。

居住特点

城市以单元式的楼房为主，别墅较少，在农村，农民以住独门独户平房小院为主，两层小楼较少。

延庆县景点

八达岭长城

万里长城是中华巨龙的象征，中国人的骄傲、中华民族古老文化和悠久历史的见证。长城蜿蜒曲折横贯中国北部，全长 12700 多里，故以“万里长城”闻名于世。它经历了千百年的风霜雨雪，目睹了无数朝代更迭和人间沧桑，依然屹立在世界的东方。多少世纪以来，长城挡住了从北部侵袭而来的风沙，更抵住了多少次北方游牧民族的侵扰。如今，长城作为军事建筑抵御骚扰的职能已成史迹。它已成为把中国人民和世界人民连接起来的友谊之墙--世界旅游圣地。

(一)万里长城的历史

1•战国长城

中国首建长城始于公元前 7 世纪，即春秋战国时代。最初出现是在今山东济宁至临沂之间的齐国，故叫齐长城。继齐之后，楚国在伏牛山西端，筑了一条南北走向的长城，叫方城。秦、燕、赵等国为了防止北方的匈奴入侵，都各自修筑了长城。燕长城从宣化修到辽阳，长

有千余里；赵长城从河北蔚县修到黄河河套西北，亦有千里之多；秦长城由今甘肃岷县修到陕北黄河西岸，也逾千里，三者相加共有 5000 多里。

2•秦长城

春秋战国时期，出现燕、赵、韩、魏、齐、楚、秦七雄争霸的局面。经过一番战争之后，于公元前 221 年，秦始皇灭了其他六国，首先把中国统一起来，随后派遣大将蒙恬修筑长城，主要是把中国北部的秦、燕、赵等国的旧长城联接起来，另外又修了一部分新城，于是出现了西起临洮、东至辽东的万里长城，此城称为秦长城。

3•汉长城

西汉时期，汉武帝刘彻曾派大将卫青、霍去病征服了匈奴，又派张骞出使西域，做了一些外交方面的工作，同时为了加强防御，“不叫胡马度阴山”，又修了一道外长城。外长城西起今新疆自治区，东经蒙古共和国，内蒙古自治区到黑龙江，长度近 2 万里。此后东汉、北魏、北齐、北周、金，共有二十多个朝代和侯国都修筑过长城。唐朝统一中国后，国力强盛，长城存在的地域都在大唐帝国的版图之内，所以唐代数百年没有修过长城。

4•明长城

大规模修筑长城的最后一个朝代是明代。当时北方的蒙古残余势力不甘失败，经常南侵。同时北方的另一个少数民族女贞族的崛起，对明朝的威胁也不小。为此，明朝开国第一年，即洪武元年(1368)，就派大将徐达北上修筑长城。首先改建了山海关至古北口一段，后来镇边名将戚继光和谭纶，对长城的修建功绩也不小。明代大修长城共 18 次。从开国初期到明孝宗朱佑樞时(弘治十三年,公元 1500 年)才基本完工。此时的长城东起鸭绿

江边，西至甘肃嘉峪关，经过今辽宁、河北、北京、山西、内蒙古、陕西、宁夏、甘肃八个省市自治区，全长12700多里。这就是我们现在见到的万里长城。明代对长城的修筑是很重视的，不但改建了原来的旧城墙，同时增加了许多新设施，如城堡、敌台、烟墩。在长城伸延的范围内，设置内三关、外三关，沿线分为“九边”，也叫“九镇”，分设总兵把守，还在山海关以北3000里的奴儿干都司(前苏联尼古拉耶夫斯克)地方和嘉峪关西北数千里的哈密等地设行政管理机构。清代只是维修了长城的一些关隘，没有修筑新长城。我国的长城，从历代算起，遍布全国16个省市自治区，全部加起来，总长度有10·8万余里。

(二)长城的构造

1·类型

砖砌长城始于明代，以前各代多用土筑和石砌。长城的结构极富变化。就城墙而言，有板筑夯土墙、夯土芯砖包墙、条石为基的夯土芯砖包墙、石砌城墙、木栅墙、崖榨墙、山险墙、壁山墙等。2·城台约每隔半里，有一个突出墙体的台子。一种是墙台，上有简单的房子，是戍卫军士暂避风寒的地方；另一种是敌台，结构很复杂，形式多样，一般上下两层，下层的设计有“田”字型、“井”字型、“亚字型”、“回”字型等，既能住人，又能起战斗防御作用。上层有楼橹和燃放烟火之处。还有一种叫烽火台，也叫烽堆或狼烟台，是传递军情用的。白天燃烟叫燧，夜间点火叫烽。当时规定，敌人百余左右燃一烟、鸣一炮，500人举放二烟二炮，千人以上三烟三炮……用这种方法传递军情很迅速。至今在长城的关隘上还能见到数千斤重的大炮。垛口也是计兵的单位，根

据不同军情，每垛口配备军卒数目亦随之变化，多至 5 人，少则 1 人。

(三)长城的修建

历代修筑长城耗费了大量人力和物力，人力来源主要是军队、民夫和罪犯。每次修长城都征调大批军士和民夫。如北齐天保六年(555)修居庸关下口，到恒州(今大同)900 多里长，一次征夫 180 万人。在八达岭长城上发现过一块记载明万历十年(1582)筑城情况的石碑，碑上刻着人力、物力的配置，由数千官兵加民夫才包修了 70 多丈的一段。可见工程是相当艰巨的。修建万里长城极为艰苦，2000 多斤重的条石搬上山顶，所耗工力可想而知。残破城墙内常露骸骨，这是筑城人死后，直接砌入墙内的见证。所以有“修万里城，筑万里人”之说。

(四)八达岭景观介绍

1•关沟

关沟是一条长 40 里的峡谷，下端沟口叫下口或夏口，也叫南口。关沟曲折而上直至八达岭，古属居庸关口范围。北沟是北京北部燕山山脉的缺口，系北京北方的门户，亦是北上蒙古高原的必经之路。契丹人、女贞人、蒙古人几乎都是从此打进北京的。其军事重要性可想而知。

山谷内峰峦叠嶂，林木葱郁，山花烂漫，层林尽染，山水明媚，景致非凡，著名的燕京八景之一，“居庸叠翠”碑就在此谷中部的叠翠山上。历代逐渐形成许多风景点，统称七十二景。在七十二景中，有的已荡然无存，有的历尽风雨仍有遗址，有些景致虽经历史变迁，至今面貌依旧。

下面把七十二景名称列表于后，大部分尚能指出具

体位置。

关沟七十二景序号称谓状况位置

- 1 二龙戏珠南口城北
- 2 白塔寺南口城东山坡
- 3 天马山西园北路西
- 4 月牙石形如石刻月牙南口村东山崖上中间
- 5 二人下棋一人看无月牙石下缓坡
- 6 栓马柱形如石柱西园东二山沟内
- 7 白马坡东园下边
- 8 居庸叠翠山景致叠翠山上
- 9 皇亭子居庸叠翠碑无南站村南柏油路内
- 10 石缝山西园北山
- 11 明山四明山之一东园东边北铁路西
- 12 白凤昉山顶是白色墓桩南站北山顶又称凤凰柱
- 13 奎星阁(下)阁形建筑无东园站北南站路东
- 14 隆山皇亭子与白凤冢之间
- 15 二龙争路二石脉形如龙九仙届沟内
- 16 饮马泉山泉居庸关东南城下约半里
- 17 玉泉碑无山泉之前一侧
- 18 泮宫存宫无居庸关城门之间南西侧
- 19 壮元桥无泮宫之南路中
- 20 金果玉柱枋汉白玉柱已残泮宫之北
- 21 云台元砖石建筑台形居庸关城内
- 22 关城居庸关遗址关沟之南段
- 23 都阉府无居庸北关城内路西
- 24 东屏柏山云台东山
- 25 金柜山云台西山
- 26 福山居庸关北山

- 27 石人九不知如人形石居庸关北公路西侧
- 28 羞姑姑石雕与石人九不知相邻序
- 29 暗山居庸关北西坡
- 30 寿山屏柏山一部分
- 31 练武场居庸关城隍庙北今桃园
- 32 陈友谅大寨四桥子东沟北麓
- 33 帝王树千年百果树四桥子村内
- 34 弥勒院遗址四桥子西沟内不远
- 35 六郎卸甲洞山洞陈友谅大寨山上
- 36 仙人枕形如枕石上有字四桥子北河套内
- 37 荫凉巷遗址四桥子与三桥子之间
- 38 寿星山四桥子村南路西
- 39 大龟石形如石龟上关城北公路一侧
- 40 妖精洞山洞东园火车站北妖精洞
- 41 上关城遗址四桥子与三桥子之中公路交叉
- 42 金鱼池池存金鱼已失三堡村北
- 43 杨六郎洗脸盆石形如盆有水四桥子东北山腰间
- 44 仙人桥形如桥三堡西山坡路边
- 45 五鬼头三堡北山一侧
- 46 奎星阁(上)遗址五鬼头山洞南
- 47 弹琴峡山峡流水若琴三堡村北
- 48 弥勒听琴弹琴峡内石佛弹琴峡内石屋中石(刻)雕
- 49 弹琴峡古迹碑石碑弹琴峡内
- 50 五郎影石刻弹琴峡石壁
- 51 五鬼福祠遗址弹琴峡北铁路一侧
- 52 威震燕关碑无三堡村北已埋铁路下
- 53 关帝阁遗址关帝阁村中
- 54 石佛寺遗址石佛寺村中

- 55 骆驼石形如骆驼石佛寺左边骆驼岭
- 56 六郎相三堡村北边公路东侧
- 57 磨刀石形如磨刀石无六郎相旁
- 58 棺材石形如棺材六郎相西山一白石
- 59 青龙桥无今桥南铁路下
- 60 金牛洞山洞青龙桥北
- 61 天险石悬石绕过金牛洞
- 62 青龙倒吸水一线青石之下滴水成聚天险石下
- 63 望京石巨石旁有碑八达岭公路边
- 64 居庸外镇八达岭关城内匾额八达岭关城
- 65 北门锁钥同上同上
- 66 八达岭长城近代曾部分修缮关沟八达岭上
- 67 猪拱窝石洞八达岭停车场边
- 68 青龙潭水潭转过猪拱窝小山
- 69 桃山山峰八达岭东最高山
- 70 岔道成遗址八达岭北岔道村附近
- 71 烟墩·岔道城北
- 72 古长城·烟墩附近山梁

(1)居庸关：据《淮南子》载：“天下九关，居庸关其一焉”。居庸关是保卫北京的第三道关口。（参见本章第十一节《居庸关》）

(2)云台：居庸关的关城中心，有一座汉白玉高台叫云台。（参见本章第十一节《云台》）

(3)仙人枕：居庸关北5里的谷底有一巨石，高3米，围50余平米，人称仙人枕。上刻隶书“仙枕”二字，有“太行散人”诗两首。也有人说这是穆桂英点将台。因为上面有28个圆孔，传说是穆桂英搭帐篷时的篷杆眼，所以又称“帐篷石”。