# 推荐宁夏西夏王陵导游词(精)(7篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-09-24

*推荐宁夏西夏王陵导游词(精)一在银川市的西北部，有一座雄伟峻峭的山脉，它峰峦起伏，装入一批奔腾的骏马，由东北向西南驰骋于银川平原和阿拉善高原之间，这就是著名的贺兰山。“贺兰”一词来自于蒙古语，是骏马的意思。贺兰山又称阿拉善山，位于宁夏回族自...*

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)一**

在银川市的西北部，有一座雄伟峻峭的山脉，它峰峦起伏，装入一批奔腾的骏马，由东北向西南驰骋于银川平原和阿拉善高原之间，这就是著名的贺兰山。

“贺兰”一词来自于蒙古语，是骏马的意思。贺兰山又称阿拉善山，位于宁夏回族自治区和内蒙古自治区阿拉善盟之间，是宁夏和内蒙古的分界线。山脉呈南北走向绵延250余公里，东西宽20—40公里，最宽处60公里，在浩瀚沙漠中拔地而起，北接乌兰布和沙漠，南连卫宁北山，西傍腾格里沙漠，东临银川平原，俨然是银川平原的一道天然屏障。

整座贺兰山又大小山峰46个，较大的山口38个。贺兰山平均海拔在20xx米以上，“贺兰之山五百里，极目长空高插天”，就是赞美最高峰敖包疙瘩的，其海拔3556米，比我国著名的五岳都要高得多。敖包疙瘩，是蒙古族人在贺兰山巅的最高处，用石头堆起的一个“敖包”，是他们祭神的地方。他是贺兰山顶峰的标志。贺兰山主峰也就以此为名。

贺兰山是我国一条重要的自然地理分界线，对银川平原发展成为“塞北江南”有着显赫功劳。它不但是我国河流外流域内流区的分水岭，也是季风气候和非季风气候的分界线。山势的阻挡，既削弱了西北高寒气流的东袭，阻止了潮湿的东南季风西进，又遏制了腾格里沙漠的东移，东西两侧的气候差异颇大。贺兰山还是我国草原与荒漠的分界线，东部为半农半牧区，西部为纯牧区。

贺兰山由于地理位置的特殊性，历来满布刀光剑影。它地处我国农耕民族和游牧民族的交接地带，民族迁移十分频繁，在历史上是游牧民族通往中原地带的重要屏障，被誉为“朔方之保障，沙漠之咽喉”。众多的谷口平时是贸易交通要道，战时就是兵家必争之地。唐代诗人王维有诗写道：“贺兰山下阵如云，羽榭交驰日夕闻。”以“阵如云”、“羽榭交驰”形象描绘了激烈的战争场面。岳飞《满江红》“架长车，踏破贺兰山阙”的名句，也曾激励过众多热血男儿奔赴沙场，报效国家!

贺兰山的动植物和地下矿藏资源十分丰富。植物种类约有670种，其中不少为贺兰山特有的种类，如贺兰山西花紫堇、贺兰山翠雀花、贺兰山丁香、贺兰山棘豆和贺兰山麦瓶草等。此外还有云杉、油松以及山杏、山桃等果木和灌木，是宁夏三大林区之一。

贺兰山的野生动物有170余种，其中蓝马鸡、马鹿、麝、盘羊、猞猁、斑羚、灰鹤等为国家重点保护的野生动物。蓝马鸡为我国特有鸟类，在宁夏仅分布于贺兰山，1983年被定为宁夏区鸟。山下有丰富的煤炭、锰、铁等矿产资源，山中还盛产贺兰石，是制作势头工艺品的名贵原材料。

贺兰山历史悠久，钟灵毓秀，其境内有许多引人入胜的风景游览点，如避暑胜地小滚钟口风景区，全国重点文物保护单位贺兰山岩画，以及具有很高文物价值的西夏古塔——拜寺口双塔等等。游客们可以从中尽情领略这座古老山脉自然、历史和人文的风韵之美，一定会回味无穷。

下面请大家随我从苏峪口北侧进山，前往参观具有“游牧民族艺术画廊”之称的贺兰山岩画。

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)二**

各位游客：

欢迎大家来到宁夏。提起宁夏，人们就会情不自禁地想起沙坡头。来到沙坡头，你就会沉醉于它浓郁的壮美风韵，留恋于它的迷人景色。下面就让我们走进沙坡头，共同去感受一下它的神奇魅力吧!

游客们，沙坡头旅游区位于宁夏回族自治区中卫县城西20公里，距首府银川市189公里。景区内集大漠、黄河、高山、绿洲为一体，既具江南景色，又有北国风光，景观奇特，驰名中外，是国家4a级旅游区和国家级沙漠生态自然保护区。

游客们，来到沙坡头，仿佛翻阅了一幅厚重的历史画卷。沙坡头，古时称沙陀，元朝名沙山。清乾隆三年(1738年)地震后在黄河北岸形成一个长约20\_米，高100余米，坡长200余米的大沙堤，沙坡头因此而得名。沙坡头北面，是烟波浩渺的腾格里大沙漠，脚下是中华民族的母亲河——黄河，黄河南岸的香山山峦叠嶂，险峻挺拔，万里长城蜿蜒山间，若隐若现，构成“大漠孤烟直，长河落日圆”的奇特景观。

游客们，沙坡头是中国四大响沙之一。人坐沙顶，倾侧下滑，沙坡内就会发出“嗡—嗡”的轰鸣声，犹如金钟长鸣，四野共震，故得“沙坡鸣钟”之胜景。从沙坡头下仰望，人乘沙流“飞流直下三千尺”，如从天降。无染尘之忧，有钟鸣之乐，物我两望，其乐无穷。沙坡下有一泉，曰泪泉，泉水清澈，常年不枯，自成小溪，流入黄河。泪泉不远处有鸣钟亭，亭内悬一巨钟，上有“沙坡鸣钟”字样，用杵击之，声闻数里，这悠扬的钟声，也是告诫世人“爱护自然，保护环境”的警钟。沙坡下东南有一园，曲径幽幽，古朴自然，古称蕃王园，今名童家园。园内林木繁茂，果林相间，绿草如茵，迭翠流红，溪流淙淙，鸟语花香。

被誉为“沙海明珠”，“世外桃源”。临河而观，古老的河湾水车，河流车转，轮动水泻，浇田灌园，造福一方，既是蔚为壮观的古老风情，也是华夏儿女聪明才智的真实写照。沙坡向上，有索道缆车，乘缆车上山，省却了许多力气，于空中观望周围景色，另是一番感受。在缆车索道之西，便是横跨黄河的“天下黄河第一索”，乘此滑车，如乳燕凌空，须臾便达彼岸，让你切身体验柯受良飞越黄河惊险、刺激的感觉。出黄河南岸索道站，林木扶疏，有建筑掩映其间，左是青少年活动营地，右为民俗村，由此蜿蜒而上，至望狮亭西望，500米开外处，临河有两座山头，似一对雄狮赫然入目，雌雄相依，默然厮守，雄视黄河，岿然而踞。奔腾的黄河穿峡越谷，经黑山峡入宁夏中卫境内，由黑山峡至沙坡头50余公里的水域，两岸山崖陡峭，谷中滩险流急，礁岩出没，河道时曲时直，水流时缓时急是黄河漂流的最佳水段，被誉为黄河“小三峡”。

羊皮筏子是黄河上独有的漂流工具，随波逐流，独领风骚。羊皮筏由有经验的筏工驾驶，轻车熟路，虽险象环生，却也有惊无险。黄河沿岸有许多绮丽多姿的自然景观和美妙的民间传说，过了“洋人招手”，顷刻进入险滩，水中礁石如“老两口”，“三兄弟”，水道湍急，恶浪翻滚，惊心动魄。顺流而下，依次可见“七姊妹”、“一窝猪”、“古长城”、“双狮山”、“成吉思汗古渡”等景观。真是：两岸猿声啼不住，轻舟已过万重山。漂流至沙坡头，黄河在此转便掉头向东。这里水面宽阔，水流平缓，水面皮筏漂流，快艇冲浪，河中一堤将河水分出南北两岸，创造出了自然灌溉的奇迹!这一古老的引水工程，为中卫古八景之一的“白马拉缰”，被称为宁夏的“都江堰”。傍晚，在此可观望“长河落日圆”的壮丽景色。这里是“天下黄河富宁夏”的开端，也是宁夏平原的起源。沙坡头是古丝绸之路北道，现欧亚大陆桥必经的咽喉之地。在迎水桥镇至甘塘镇55公里的铁路线两旁由科技人员、铁路工人和当地群众奋战半个世纪营造的防沙，治沙绿化工程，如同绿色的长城，有效地遏制住了肆虐的沙魔。保证了西北交通大动脉——包兰铁路畅通无阻。治沙成果让世界为之震惊，称之为“人类治沙史上的奇迹”，被联合国授于“全球环保500佳”单位。

游客们，进入腾格里大沙漠景区大门，登上右侧观景台，可观看中卫八景之一的“铁龙穿沙”。绿色巨龙拱卫中的千里铁道线，自东向西蜿蜒而去。一列列火车，呼啸而过，宛如铁龙在金灿灿的沙海中击风搏浪，勇往直前。壮观的场景，使游人莫不为“黄龙缚青龙腾铁龙呼啸穿大漠，桂城没碧城兴海市翩然化宏图”的美景而自豪。左侧的观景台和了望亭是观看“大漠孤烟，长河落日”和了望古长城，烽火台的最佳位置。4.3万平方公里的腾格里沙漠，沙海莽莽，金涛翻滚，汹涌而来，至此却戛然而止，伏首在黄河之滨的香山脚下。昔日边塞长城的残垣越过黄河、草原、荒漠、蜿蜒直抵黄河北岸，汇成一组大自然瑰丽的画卷。走进大漠有车道、步行道，还有驼道、游客可自由选择。在此处，景区备有大漠驼队，骑骆驼沙漠探险是游人的最佳选择。骑着“沙漠之舟”，沿着古丝绸之路驼道、盐道和商道慢行，耳听阵阵驼铃，纵观海潮沙景，悠然自得，惬意无比，回味无穿。

游客们，沙漠草原，羊肥马壮;少数民族，风情万千。沙漠湖泊，清明如镜，鱼儿畅游水底，飞鸟掠过水面，岸边风吹草动，沙丘环抱，充满诗情画意。偶遇海市蜃楼，更让人觉得大漠真的神秘莫测，真假难分显悲壮与荒凉。

游客们，沙坡头的概况就向大家介绍到这里，但愿沙坡头这块充满诗情画意的地方能给您的旅行增加更多的乐趣。

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)三**

宁夏回族自治区简称宁，位于祖国西北部的黄河中上游地区，地处北纬35°14’～39°23’、东经104°17’～107°39’之间。东邻陕西省，西部与北部接内蒙古自治区，南部与甘肃省相连，总面积6.64万平方公里。地形南北狭长，地势南高北低，自北向南为贺兰山地、宁夏平原、六盘山地。宁夏南北相距456公里，东西相距约250公里。宁夏地处黄土高原与内蒙古高原的过渡地带，从地貌类型看，南部以流水侵蚀的黄土地貌为主，中部和北部以干旱剥蚀、风蚀地貌为主。境内有较为高峻的山地和广泛分布的丘陵，也有由于地层断陷又经黄河冲积而成的冲积平原，还有台地和沙丘。地表形态复杂多样。据20xx年初统计资料显示，宁夏地形中丘陵占38%，平原占26.8%，山地占15.8%，台地占17.6%，沙漠占1.8%。平均海拔为1090-20xx米。贺兰山是宁夏平原的天然屏障，主峰敖包圪垯海拔3556米。黄河从中北部穿越12个市县，境内流程397公里。

宁夏地处内陆，属温带大陆性半干旱气候。跨东部季风区和西北干旱区，西南靠近青藏高寒区，大致处在我国三大自然区的交汇、过渡地带。年平均气温为5℃～9℃，昼夜温差大。年降水量一般为200～600毫米。全年日照达3000小时，无霜期170天左右，是中国日照和太阳辐射最充足的地区之一。

宁夏是中华远古文明的发祥地之一。宁夏灵武水洞沟旧石器时代晚期人类活动遗址和出土文物表明，早在3万年前就有人类在这里繁衍生息。

春秋战国时期，境内就开始修筑闻名世界的长城。秦始皇统一中国后，派兵在宁夏屯垦，开始了引黄河水灌溉的历史，到汉代(前206～220)，这里农耕经济已相当繁荣。唐代天宝十四载(755)爆发了“安史之乱”，太子李亨进入宁夏，在灵武登基称帝，史称唐肃宗。当时，宁夏已成为中国东西交通贸易的重要通道之一。北宋宝元元年(1038)，党项族首领李元昊以宁夏为中心建立了大夏国，史称西夏，定都兴庆府(今银川市)。蒙古灭西夏后，于元至元二十四年(1287)设宁夏府路，始有“宁夏”地名。明设宁夏卫。清设宁夏府。民国初年，宁夏府改为朔方道，1920xx年成立宁夏省。1949年中华人民共和国成立后，于1954年撤销宁夏省。1958年10月25日成立宁夏回族自治区。

宁夏矿产资源丰富，农业、能源和旅游优势突出。全区有耕地128.8万公顷。其中水浇地33.3万多公顷。有待开发的宜农荒地66万余公顷，其中可开发水产养殖的荒滩13.3万公顷、荒水面积5.6万公顷，有草场300万公顷。已发现的矿产资源有50多种，人均自然资源潜在价值为全国平均价值的163.5%，居全国第五位。尤其是非金属矿产资源丰富，主要有煤炭、石膏、石油、天然气等。石膏蕴藏量居全国第一。全区近三分之一的土地下蕴藏有丰富的煤炭资源，探明储量300多亿吨，居全国第五位。仅灵武煤田探明储量就达270多亿吨，相当于中国东北地区探明储量的总和。全国十大煤种，宁夏就有9种。世界著名的优质无烟煤太西煤，年出口量达100万吨。地跨宁夏的陕甘宁盆地天然气田，已探明储量20xx多亿立方米，是世界特级大气田。

自治区下辖银川、石嘴山、吴忠、固原、中卫5个地级市，兴庆、金凤、西夏、大武口、惠农、原州6个市辖区，灵武、青铜峡2个县级市，永宁、贺兰、平罗、同心、盐池、中宁、海原、泾源、西吉、隆德、彭阳11个县和红寺堡开发区(县级移民开发区)，首府银川市。

宁夏有回、汉等35个民族，20xx年末总人口603.73万人，其中汉族377.42万人、回族206.49万人。宁夏是我国最大的回族聚居区，回族群众信仰伊斯兰教。

中国回族形成于元代。关于回族的来源可以上溯到公元七世纪中叶，那时就有阿拉伯和波斯商人到中国经商和留居。元代大批中亚人、波斯人和阿拉伯人来到中国，由于通婚和社会经济关系，与汉、维吾尔、蒙古等族在长期相处的过程中形成回回民族。早在宋代，就有信仰伊斯兰教的波斯人在宁夏经商定居。元代大批中亚阿拉伯的穆斯林与蒙古人一起，迁今宁夏屯垦戍边。元末明初回族逐渐形成，宁夏回族进入一个相对稳定发展的时期。

回族人居宁夏，最早可追溯到唐末。到北宋、西夏时期，东来的穆斯林多从玉门、酒泉经西夏属地至中原。到元代，大批阿拉伯人、波斯人、中亚人被征调或迁徙，以半军事、半屯牧的形式生存。明初，大批回回人以“归附土达”身份被安插到灵州(今灵武市一带)及固原各州县,加之不断迁徙来宁夏开发、屯垦的回回人，形成了许多回族聚居点。到了清乾隆年间，“宁夏至平凉千里，尽系回庄”，宁夏回族人口剧增。至同治年间(1862-1874年)，西北回民反清起义遭到残酷镇压，义军及眷属被迁赶到偏僻地区，其中部分回民移居灵州、化平(今宁夏泾源县)、隆德、海原等县。

作为宁夏主体民族的回族，信仰伊斯兰教。在宁夏回族聚居地区，建有不同建筑形式和不同规模的清真寺3000多座，有阿訇约4000名。回族穆斯林群众一般信奉五项“功课”即：念、礼、斋、课、朝。回族的传统节日有开斋节、古尔邦节(又称宰牲节)和圣纪节三大节日。自治区和各市、县建有各级宗教社会团体即伊斯兰教协会，管理自己的宗教生活。自治区在银川市开办了宁夏伊斯兰经学院，在同心县开办了同心阿拉伯语专修学校，帮助穆斯林群众培养了大批有宗教学识的人才。除伊斯兰教外，宁夏还有群众信仰、佛教、天主教、基督教、道教。自治区人民政府对各种宗教一视同仁，群众正常的宗教活动受到保护，各种宗教人士在宁夏长期和睦相处。

宁夏回族在衣着、饮食、起居卫生、婚嫁、丧葬等方面形成了独具特色的风俗习惯。回族男性都喜欢戴白色的小圆帽，穿黑色的马甲。回族妇女还喜欢戴盖头，戴金银耳环、戒指、手镯等。回族特别讲究卫生，室内外清洁整齐，灶具洁净。平时洗手、洗脸多用汤瓶，沐浴用吊罐。

回族喜欢吃牛、羊、骆驼等反刍类的偶蹄目食草动物肉，也吃鸡、鸭、鹅、鱼肉，禁食猪肉，不食动物血液和自死的禽畜。虔诚的教徒食用的禽畜，必须由阿訇代宰。回族一般不吸烟，不喝酒，男女老少都爱喝泡有冰糖、茶叶、枸杞、核桃仁、芝麻、桂圆、红枣、果脯等营养佐料的“八宝”盖碗茶。喜庆节日，回族多制作油香、馓子、油果等油炸食品。有尊贵客人时，会以丰盛的“全羊席”和各种回族小吃热情接待。婚姻方面，实行一夫一妻制。回族婚礼很隆重，且有许多宗教和民族的特点。如举行婚礼时，要请阿訇念“尼卡哈”，即用阿拉伯经文进行证婚和祝贺。回族丧葬简易，实行土葬、薄葬。葬礼包括清洁埋体、白布裹尸、阿訇主持举行宗教祈祷仪式、入葬四道程序。

清真寺，又称礼拜寺。阿拉伯语为“麦斯吉德”，意即叩头的地方。既是伊斯兰教信徒聚众礼拜的场所，某些地方又兼有文化教育中心、社会活动中心的功用。宁夏清真寺的创建从元代开始，经明、清两代，清真寺的数量和规模得到了相当的发展。拱北，是伊斯兰教某地域杰出人物的陵园。道堂，是伊斯兰教某分支宗教领导人礼拜、诵经、讲学和居住的地方。宁夏伊斯兰建筑集中反映了伊斯兰文化与中国传统文化相结合的过程，并具有鲜明的地方文化特色和民族个性。

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)四**

欢迎大家来到银川!我是你们的导游，我姓x，大家可以叫我小x。为了便于大家参观游玩，下面我首先大家介绍一下银川。

美丽富饶的银川，是黄河河套地区最早开发的一片绿洲，汉代时就在此推行浚渠屯田措施，兴建了汉延渠等水利工程，唐代已具有“塞上江南”的美称，明清以来“天下黄河富宁夏”的民谚已经传遍九州。古老的党项族在这里创造出璀璨夺目的西夏文化;勤劳的回族人民自强不息，展现出绚丽多姿的民俗风情。银川是我国西北边陲的一座重要城市，是宁夏回族自治区首府，也是中国历史文化名城之一，历史悠久灿烂人文底蕴博大精深，这里有说不完的故事，道不尽的美景。今天就让我们走进银川，去感受这座边塞古城的神奇魅力吧!

传说很久以前，长江以南住着凤凰七姐妹，给人们带来幸福。其中最小的七妹来到地薄人穷的宁夏，开渠引水，带来了江南风光。后来为了阻止异族部落的入侵，凤凰七妹就变成了一座城，保护宁夏百姓，这就是后来的银川。如今，“凤凰城”已经成为银川的美称。

银川位于中温带干旱气候区，属中温带大陆性气候。主要特点是：雨雪稀少，蒸发强烈，日照充足，热量适中，风大沙多;冬寒无奇冷，夏热无酷暑，春季短而多变。银川因为地处西北内陆，远离海洋，加上气候干燥，雨水量少，日照又长，因此一年中大部分时间都是晴天。据统计，年日照时间比“日光城”拉萨还多17.5个小时。

银川地区土壤类型较多，植被多样。森林面积达百万亩，其中有一半为人工林，包括用材林、防护林和经果林等。随着植树造林等绿化工程的展开，森林面积和绿化面积呈逐年大幅增长的趋势。1988年，国务院批准贺兰山为国家级森林有野生动物类型自然保护区，山上有天然次生林18.3万亩，有野生动物177种，其中属于国家保护的珍稀动物16种。

银川地处鄂尔多斯西缘凹陷带的的北部，矿产资源丰富。在银川境内贺兰山段贮藏的矿产品主要有煤、赤铁、石灰石、白云石、磷灰石、石英砂岩、辉绿岩、陶瓷粘土等，这位银川市发展冶金、化工、建材等工业提供了有利的条件，尤其是磷矿贮藏量较高。

“银川”一词是明末将此段黄河及其沿岸平原灌区形容为“银色河川”而得名的。这座有着1000多年悠久历史的文化名城，其人文景点一西夏文化为主要特色。西夏王陵风景名胜区是国家重点风景名胜区。贺兰山自然保护区为国家重点自然保护区。西夏王陵、拜四口双塔、海宝塔是全国重点文物保护单位。还有诱人的水乡景色、奇特的塞上风光及多彩的回族风情，使银川成为中国西部最具魅力的城市之一。

游客们，银川城区分为老城、新城和新市区三部分，老城前身为清代的宁夏府城，东距黄河约15公里，自治区政府和市人民政府都设在这里，又为商业区。新城位于火车站东侧，东距老城区7.5公里，是在清乾隆时住的新满城基础上发展起来的。1958年以后又在包兰铁路以西的大片荒漠草原上建起新市区。从前银川市内除了鼓楼、玉皇阁、南门楼等几座古建筑外，大都是低矮的黄泥土坯房。如今，银川市古颜新貌相得益彰，围绕着那些古老的建筑，一幢幢现代化的建筑鳞次栉比。入夜，灯火通明，霓虹闪烁，宽阔的街道流光溢彩。走进银川，你可以该受到一种宁夏所特有的传统与现在交相辉映的美丽，这座荣古都风貌、回族风情和现代韵味于一体的边塞古城正以一种崭新的姿态迎接着五湖四海嘉宾的光临。

今天我的讲解就到此结束了，下面是大家自由参观的时间，希望这次参观能给大家留下一个深刻的印象，预祝大家能玩的开心，谢谢。

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)五**

宁夏回族自治区简称宁，位于祖国西北部的黄河中上游地区，地处北纬35°14’～39°23’、东经104°17’～107°39’之间。东邻陕西省，西部与北部接内蒙古自治区，南部与甘肃省相连，总面积6.64万平方公里。地形南北狭长，地势南高北低，自北向南为贺兰山地、宁夏平原、六盘山地。宁夏南北相距456公里，东西相距约250公里。宁夏地处黄土高原与内蒙古高原的过渡地带，从地貌类型看，南部以流水侵蚀的黄土地貌为主，中部和北部以干旱剥蚀、风蚀地貌为主。境内有较为高峻的山地和广泛分布的丘陵，也有由于地层断陷又经黄河冲积而成的冲积平原，还有台地和沙丘。地表形态复杂多样。据20xx年初统计资料显示，宁夏地形中丘陵占38%，平原占26.8%，山地占15.8%，台地占17.6%，沙漠占1.8%。平均海拔为1090-20xx米。贺兰山是宁夏平原的天然屏障，主峰敖包圪垯海拔3556米。黄河从中北部穿越12个市县，境内流程397公里。

宁夏地处内陆，属温带大陆性半干旱气候。跨东部季风区和西北干旱区，西南靠近青藏高寒区，大致处在我国三大自然区的交汇、过渡地带。年平均气温为5℃～9℃，昼夜温差大。年降水量一般为200～600毫米。全年日照达3000小时，无霜期170天左右，是中国日照和太阳辐射最充足的地区之一。

宁夏是中华远古文明的发祥地之一。宁夏灵武水洞沟旧石器时代晚期人类活动遗址和出土文物表明，早在3万年前就有人类在这里繁衍生息。

春秋战国时期，境内就开始修筑闻名世界的长城。秦始皇统一中国后，派兵在宁夏屯垦，开始了引黄河水灌溉的历史，到汉代(前206～220)，这里农耕经济已相当繁荣。唐代天宝十四载(755)爆发了“安史之乱”，太子李亨进入宁夏，在灵武登基称帝，史称唐肃宗。当时，宁夏已成为中国东西交通贸易的重要通道之一。北宋宝元元年(1038)，党项族首领李元昊以宁夏为中心建立了大夏国，史称西夏，定都兴庆府(今银川市)。蒙古灭西夏后，于元至元二十四年(1287)设宁夏府路，始有“宁夏”地名。明设宁夏卫。清设宁夏府。民国初年，宁夏府改为朔方道，1920xx年成立宁夏省。1949年中华人民共和国成立后，于1954年撤销宁夏省。1958年10月25日成立宁夏回族自治区。

宁夏矿产资源丰富，农业、能源和旅游优势突出。全区有耕地128.8万公顷。其中水浇地33.3万多公顷。有待开发的宜农荒地66万余公顷，其中可开发水产养殖的荒滩13.3万公顷、荒水面积5.6万公顷，有草场300万公顷。已发现的矿产资源有50多种，人均自然资源潜在价值为全国平均价值的163.5%，居全国第五位。尤其是非金属矿产资源丰富，主要有煤炭、石膏、石油、天然气等。石膏蕴藏量居全国第一。全区近三分之一的土地下蕴藏有丰富的煤炭资源，探明储量300多亿吨，居全国第五位。仅灵武煤田探明储量就达270多亿吨，相当于中国东北地区探明储量的总和。全国十大煤种，宁夏就有9种。世界著名的优质无烟煤太西煤，年出口量达100万吨。地跨宁夏的陕甘宁盆地天然气田，已探明储量20xx多亿立方米，是世界特级大气田。

自治区下辖银川、石嘴山、吴忠、固原、中卫5个地级市，兴庆、金凤、西夏、大武口、惠农、原州6个市辖区，灵武、青铜峡2个县级市，永宁、贺兰、平罗、同心、盐池、中宁、海原、泾源、西吉、隆德、彭阳11个县和红寺堡开发区(县级移民开发区)，首府银川市。

宁夏有回、汉等35个民族，20xx年末总人口603.73万人，其中汉族377.42万人、回族206.49万人。宁夏是我国最大的回族聚居区，回族群众信仰伊斯兰教。

中国回族形成于元代。关于回族的来源可以上溯到公元七世纪中叶，那时就有阿拉伯和波斯商人到中国经商和留居。元代大批中亚人、波斯人和阿拉伯人来到中国，由于通婚和社会经济关系，与汉、维吾尔、蒙古等族在长期相处的过程中形成回回民族。早在宋代，就有信仰伊斯兰教的波斯人在宁夏经商定居。元代大批中亚阿拉伯的穆斯林与蒙古人一起，迁今宁夏屯垦戍边。元末明初回族逐渐形成，宁夏回族进入一个相对稳定发展的时期。

回族人居宁夏，最早可追溯到唐末。到北宋、西夏时期，东来的穆斯林多从玉门、酒泉经西夏属地至中原。到元代，大批阿拉伯人、波斯人、中亚人被征调或迁徙，以半军事、半屯牧的形式生存。明初，大批回回人以“归附土达”身份被安插到灵州(今灵武市一带)及固原各州县,加之不断迁徙来宁夏开发、屯垦的回回人，形成了许多回族聚居点。到了清乾隆年间，“宁夏至平凉千里，尽系回庄”，宁夏回族人口剧增。至同治年间(1862-1874年)，西北回民反清起义遭到残酷镇压，义军及眷属被迁赶到偏僻地区，其中部分回民移居灵州、化平(今宁夏泾源县)、隆德、海原等县。

作为宁夏主体民族的回族，信仰伊斯兰教。在宁夏回族聚居地区，建有不同建筑形式和不同规模的清真寺3000多座，有阿訇约4000名。回族穆斯林群众一般信奉五项“功课”即：念、礼、斋、课、朝。回族的传统节日有开斋节、古尔邦节(又称宰牲节)和圣纪节三大节日。自治区和各市、县建有各级宗教社会团体即伊斯兰教协会，管理自己的宗教生活。自治区在银川市开办了宁夏伊斯兰经学院，在同心县开办了同心阿拉伯语专修学校，帮助穆斯林群众培养了大批有宗教学识的人才。除伊斯兰教外，宁夏还有群众信仰、佛教、天主教、基督教、道教。自治区人民政府对各种宗教一视同仁，群众正常的宗教活动受到保护，各种宗教人士在宁夏长期和睦相处。

宁夏回族在衣着、饮食、起居卫生、婚嫁、丧葬等方面形成了独具特色的风俗习惯。回族男性都喜欢戴白色的小圆帽，穿黑色的马甲。回族妇女还喜欢戴盖头，戴金银耳环、戒指、手镯等。回族特别讲究卫生，室内外清洁整齐，灶具洁净。平时洗手、洗脸多用汤瓶，沐浴用吊罐。

回族喜欢吃牛、羊、骆驼等反刍类的偶蹄目食草动物肉，也吃鸡、鸭、鹅、鱼肉，禁食猪肉，不食动物血液和自死的禽畜。虔诚的教徒食用的禽畜，必须由阿訇代宰。回族一般不吸烟，不喝酒，男女老少都爱喝泡有冰糖、茶叶、枸杞、核桃仁、芝麻、桂圆、红枣、果脯等营养佐料的“八宝”盖碗茶。喜庆节日，回族多制作油香、馓子、油果等油炸食品。有尊贵客人时，会以丰盛的“全羊席”和各种回族小吃热情接待。婚姻方面，实行一夫一妻制。回族婚礼很隆重，且有许多宗教和民族的特点。如举行婚礼时，要请阿訇念“尼卡哈”，即用阿拉伯经文进行证婚和祝贺。回族丧葬简易，实行土葬、薄葬。葬礼包括清洁埋体、白布裹尸、阿訇主持举行宗教祈祷仪式、入葬四道程序。

清真寺，又称礼拜寺。阿拉伯语为“麦斯吉德”，意即叩头的地方。既是伊斯兰教信徒聚众礼拜的场所，某些地方又兼有文化教育中心、社会活动中心的功用。宁夏清真寺的创建从元代开始，经明、清两代，清真寺的数量和规模得到了相当的发展。拱北，是伊斯兰教某地域杰出人物的陵园。道堂，是伊斯兰教某分支宗教领导人礼拜、诵经、讲学和居住的地方。宁夏伊斯兰建筑集中反映了伊斯兰文化与中国传统文化相结合的过程，并具有鲜明的地方文化特色和民族个性。

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)六**

1、中国原生藏獒文化园

獒犬世界级珍稀犬种之一，根据地域分布不同，中国獒犬分为西藏獒、青海獒、西夏獒、蒙古獒、甘肃獒，獒的寿命一般为15—20\_年，是杂食性动物。

獒主经过十多年的艰辛寻觅，将正濒临灭绝的原生獒犬汇集至宁夏黄沙古渡原生态旅游景区，建成了千亩地域的中国原生獒展示基地，供人们了解观赏原生獒，使中国獒犬的珍贵品种得到保护。

2、康熙渡黄河

黄沙古渡自古以来是宁夏水运的重要港口。清代康熙皇帝于1697年亲征葛尔丹，派左都御史于成龙在宁夏调运军粮，征集船只103艘，康熙及随从从陆路来宁夏，返京时则从黄沙古渡走水路，共用船只101艘，其中还有一艘“楼船”，康熙途中作诗《渡黄河》：

历尽边山再渡河，沙平岸阔水无波。

汤汤南去劳疏筑，唯此分渠利赖多。

以此描述黄沙古渡的繁忙景象以及在交通上的重要地位。

3、黄河渔村

黄河渔村是黄河边上最古老的一处民居，已存在了上千年。相传明朝皇帝朱元璋第十六子庆靖王朱栴镇守宁夏期间，清朝康熙皇帝来宁夏渡黄河时曾在此小憩。景区现存的黄河渔村是宁夏黄沙古渡生态建设有限公司20\_年重建。

4、黄沙古渡黄河楼

黄沙古渡黄河楼位于景区黄河边，是黄河边上一处古老的建筑。相传明朝朱元璋第十六子庆靖王朱栴镇守宁夏时期，清朝康熙皇帝来宁夏在此渡黄河时都曾经登楼品茶观黄河。

5、黄河祭台

明末清初，由于黄河堤防失修，决溢频繁，运河航运也常受阻塞。康熙皇帝除加紧治河外，他自己也亲自钻研水利理论，并从事广泛的实地调查。为了掌握黄河的第一手情况，他曾几次亲赴现场考察。他乘船调查过下游的孟津、徐州、宿迁、邳州、桃源和清口等地，又亲自到中游的山西、陕西、内蒙古、宁夏等地视察。还从黄沙古渡扬帆黄河中游，历时二十二天，航程数千里。“所至之处，无不详视”。后人将他的治水言论汇编成书，定名为《康熙帝治河方略》。康熙三十六年(1697年丁丑) 二月， 康熙帝再次亲征噶尔丹时来到宁夏黄沙古渡，举行了大型的祭祀黄河仪式。传说这里就是康熙帝当年祭祀黄河时的祭台所在地。

6、宁河台

宁河台是明代为了保护这个渡口(黄沙古渡)畅通无阻而修筑的戍台。台高5.5丈，上面建亭3楹，四面建成厢房。台外有一道城墙，周长90余丈，高2.4丈，城墙四面各有重门。管理渡口的官员和保卫渡口的士兵，都住在宁河台上。当时宁夏地处边防前沿，属明代“九边”之一，《中路宁河台记》指出：“横城之津危，则灵州之道梗。灵州之道梗，则内郡之输挽不得方轨而北上，而宁夏急矣!”这说明了黄沙古渡在军事、交通上的重要性。前人曾对黄沙古渡繁忙有所描述：“河流东下自昆仑，浊流排山晓拍津。来往行人喧渡口，只因名利少闲身。”黄沙古渡周围的黄沙与绿野，烽火台与万里长城，黄河与渡船，滩渚与芳草，戍卒与渡客，构成了一幅独特景色的塞外风光。朱元漳第16子，庆靖王朱栴，曾作《黄沙古渡》描述这里的塞外景色：

黄沙漠漠浩无垠，古渡年来客问津。

万里边夷朝帝阙，一方冠盖接咸秦。

风生滩渚波光渺，雨打汀洲草色新。

西望河源天际远，浊流滚滚自昆仑。

诗中“帝阙”指明都北京;“咸秦”即咸阳、秦中，也是陕西的关中。这首诗不仅描绘黄沙古渡的壮丽景色，而且还阐述了黄沙古渡在交通上的重要地位。

7、月牙湖

公元前33年，昭君出塞和亲，在黄沙古渡，望着滚滚而去的黄河水，心中不胜凄凉。渡过黄河，感觉离长安更远了。临行前，昭君下定决心，一路上绝不回头，可刚一渡过黄河，心中对远方父母的思念猛然涌上心头。于是，她情不自禁地回头望着家乡的方向痴痴发呆，不知不觉泪水滑过脸宠，滴落在河岸的沙地上。昭君走后，她的泪水化作一汪湖水，形似月牙，人们称之为“月牙湖”。宁夏月牙湖乡的地名便由此而来。月牙湖不仅孕育了昭君留下的树种茁壮成长，还为周边的动物提供了饮用水源，由于风沙的侵袭和人为的破坏，月牙湖边昭君种下的树也被砍伐一空，月牙湖水已接近枯竭，只剩下一片月牙状的轮廓和两棵相依为命的枯树，为了纪念这两棵枯树在恶劣环境下还能长相思守的坚强精神，我们把这两棵树称之为“爱情树”。以警示后人，保护环境，爱护自然是多么重要!大家看到月牙湖旁边还有烽火台、昭君出塞和亲雕塑和昭君纪念馆、塞外浑怀障、情人廊等景观供大家参观游览。

8、浑怀障

公元前220\_年，秦始皇命大将蒙恬率大军北逐匈奴，占领\"河南地\"，并以黄河为国防线，\"因菏为塞\"，修长城、筑亭障，以防匈奴南犯。其间在今黄沙古渡筑有一座城障，名为浑怀障。

9、老河滩

所谓“三十年河东、三十年河西”老河滩是黄河改道所形成的千年河滩，景区现在将此处已经打造成为供游客游憩的生态休闲体验区。

10、古渡口

黄沙古渡地处宁蒙交界之处，这一带在秦汉时期是边关重镇，曾建有秦长城和汉峰火台，是明代宁夏八景之一。是明清时期最负盛名的官渡，西夏时期叫顺化渡口，所以它已是千年古渡了。相传，秦蒙恬北击凶奴，张骞出使西域，昭君出塞和亲，卫青、霍去病抗击匈奴，清康熙微服私访及亲征噶尔丹，皆由此渡河。建国初期，宁夏黄河水运一度鼎盛，黄沙古渡商贸、军旅往返不绝，是宁夏最繁忙的渡口之一。青铜峡大坝建成后，由于没有设计船闸，宁夏水运逐步衰落，黄沙古渡也逐渐失去了昔日马嘶人语夕阳残的繁荣景象，成了千古遗憾，不过有些历史遗迹还依然可见。

11、宁夏民俗博物馆

黄沙古渡民俗博物馆是以抢救、保护、收藏、展示西北地区以及黄河流域具有代表性民间民俗物品为主要内容的综合型博物馆。坐落在黄沙古渡旅游景区内，占地面积120\_㎡，其中展厅面积2300㎡，共计26个展厅。馆内共分幸福年代、生产、生活、农具、石器、铜器、灯具、木雕、工匠制造、皮影、年画、剪纸、绣品、泥塑、毛文化等展厅。馆内藏品资源丰富，特色鲜明。

**推荐宁夏西夏王陵导游词(精)七**

宁夏回族自治区简称宁，位于祖国西北部的黄河中上游地区，地处北纬35°14’～39°23’、东经104°17’～107°39’之间。东邻陕西省，西部与北部接内蒙古自治区，南部与甘肃省相连，总面积6.64万平方公里。地形南北狭长，地势南高北低，自北向南为贺兰山地、宁夏平原、六盘山地。宁夏南北相距456公里，东西相距约250公里。宁夏地处黄土高原与内蒙古高原的过渡地带，从地貌类型看，南部以流水侵蚀的黄土地貌为主，中部和北部以干旱剥蚀、风蚀地貌为主。境内有较为高峻的山地和广泛分布的丘陵，也有由于地层断陷又经黄河冲积而成的冲积平原，还有台地和沙丘。地表形态复杂多样。据20xx年初统计资料显示，宁夏地形中丘陵占38%，平原占26.8%，山地占15.8%，台地占17.6%，沙漠占1.8%。平均海拔为1090-20xx米。贺兰山是宁夏平原的天然屏障，主峰敖包圪垯海拔3556米。黄河从中北部穿越12个市县，境内流程397公里。

宁夏地处内陆，属温带大陆性半干旱气候。跨东部季风区和西北干旱区，西南靠近青藏高寒区，大致处在我国三大自然区的交汇、过渡地带。年平均气温为5℃～9℃，昼夜温差大。年降水量一般为200～600毫米。全年日照达3000小时，无霜期170天左右，是中国日照和太阳辐射最充足的地区之一。

宁夏是中华远古文明的发祥地之一。宁夏灵武水洞沟旧石器时代晚期人类活动遗址和出土文物表明，早在3万年前就有人类在这里繁衍生息。

春秋战国时期，境内就开始修筑闻名世界的长城。秦始皇统一中国后，派兵在宁夏屯垦，开始了引黄河水灌溉的历史，到汉代(前206～220)，这里农耕经济已相当繁荣。唐代天宝十四载(755)爆发了“安史之乱”，太子李亨进入宁夏，在灵武登基称帝，史称唐肃宗。当时，宁夏已成为中国东西交通贸易的重要通道之一。北宋宝元元年(1038)，党项族首领李元昊以宁夏为中心建立了大夏国，史称西夏，定都兴庆府(今银川市)。蒙古灭西夏后，于元至元二十四年(1287)设宁夏府路，始有“宁夏”地名。明设宁夏卫。清设宁夏府。民国初年，宁夏府改为朔方道，1920xx年成立宁夏省。1949年中华人民共和国成立后，于1954年撤销宁夏省。1958年10月25日成立宁夏回族自治区。

宁夏矿产资源丰富，农业、能源和旅游优势突出。全区有耕地128.8万公顷。其中水浇地33.3万多公顷。有待开发的宜农荒地66万余公顷，其中可开发水产养殖的荒滩13.3万公顷、荒水面积5.6万公顷，有草场300万公顷。已发现的矿产资源有50多种，人均自然资源潜在价值为全国平均价值的163.5%，居全国第五位。尤其是非金属矿产资源丰富，主要有煤炭、石膏、石油、天然气等。石膏蕴藏量居全国第一。全区近三分之一的土地下蕴藏有丰富的煤炭资源，探明储量300多亿吨，居全国第五位。仅灵武煤田探明储量就达270多亿吨，相当于中国东北地区探明储量的总和。全国十大煤种，宁夏就有9种。世界著名的优质无烟煤太西煤，年出口量达100万吨。地跨宁夏的陕甘宁盆地天然气田，已探明储量20xx多亿立方米，是世界特级大气田。

自治区下辖银川、石嘴山、吴忠、固原、中卫5个地级市，兴庆、金凤、西夏、大武口、惠农、原州6个市辖区，灵武、青铜峡2个县级市，永宁、贺兰、平罗、同心、盐池、中宁、海原、泾源、西吉、隆德、彭阳11个县和红寺堡开发区(县级移民开发区)，首府银川市。

宁夏有回、汉等35个民族，20xx年末总人口603.73万人，其中汉族377.42万人、回族206.49万人。宁夏是我国最大的回族聚居区，回族群众信仰伊斯兰教。

中国回族形成于元代。关于回族的来源可以上溯到公元七世纪中叶，那时就有阿拉伯和波斯商人到中国经商和留居。元代大批中亚人、波斯人和阿拉伯人来到中国，由于通婚和社会经济关系，与汉、维吾尔、蒙古等族在长期相处的过程中形成回回民族。早在宋代，就有信仰伊斯兰教的波斯人在宁夏经商定居。元代大批中亚阿拉伯的穆斯林与蒙古人一起，迁今宁夏屯垦戍边。元末明初回族逐渐形成，宁夏回族进入一个相对稳定发展的时期。

回族人居宁夏，最早可追溯到唐末。到北宋、西夏时期，东来的穆斯林多从玉门、酒泉经西夏属地至中原。到元代，大批阿拉伯人、波斯人、中亚人被征调或迁徙，以半军事、半屯牧的形式生存。明初，大批回回人以“归附土达”身份被安插到灵州(今灵武市一带)及固原各州县,加之不断迁徙来宁夏开发、屯垦的回回人，形成了许多回族聚居点。到了清乾隆年间，“宁夏至平凉千里，尽系回庄”，宁夏回族人口剧增。至同治年间(1862-1874年)，西北回民反清起义遭到残酷镇压，义军及眷属被迁赶到偏僻地区，其中部分回民移居灵州、化平(今宁夏泾源县)、隆德、海原等县。

作为宁夏主体民族的回族，信仰伊斯兰教。在宁夏回族聚居地区，建有不同建筑形式和不同规模的清真寺3000多座，有阿訇约4000名。回族穆斯林群众一般信奉五项“功课”即：念、礼、斋、课、朝。回族的传统节日有开斋节、古尔邦节(又称宰牲节)和圣纪节三大节日。自治区和各市、县建有各级宗教社会团体即伊斯兰教协会，管理自己的宗教生活。自治区在银川市开办了宁夏伊斯兰经学院，在同心县开办了同心阿拉伯语专修学校，帮助穆斯林群众培养了大批有宗教学识的人才。除伊斯兰教外，宁夏还有群众信仰、佛教、天主教、基督教、道教。自治区人民政府对各种宗教一视同仁，群众正常的宗教活动受到保护，各种宗教人士在宁夏长期和睦相处。

宁夏回族在衣着、饮食、起居卫生、婚嫁、丧葬等方面形成了独具特色的风俗习惯。回族男性都喜欢戴白色的小圆帽，穿黑色的马甲。回族妇女还喜欢戴盖头，戴金银耳环、戒指、手镯等。回族特别讲究卫生，室内外清洁整齐，灶具洁净。平时洗手、洗脸多用汤瓶，沐浴用吊罐。

回族喜欢吃牛、羊、骆驼等反刍类的偶蹄目食草动物肉，也吃鸡、鸭、鹅、鱼肉，禁食猪肉，不食动物血液和自死的禽畜。虔诚的教徒食用的禽畜，必须由阿訇代宰。回族一般不吸烟，不喝酒，男女老少都爱喝泡有冰糖、茶叶、枸杞、核桃仁、芝麻、桂圆、红枣、果脯等营养佐料的“八宝”盖碗茶。喜庆节日，回族多制作油香、馓子、油果等油炸食品。有尊贵客人时，会以丰盛的“全羊席”和各种回族小吃热情接待。婚姻方面，实行一夫一妻制。回族婚礼很隆重，且有许多宗教和民族的特点。如举行婚礼时，要请阿訇念“尼卡哈”，即用阿拉伯经文进行证婚和祝贺。回族丧葬简易，实行土葬、薄葬。葬礼包括清洁埋体、白布裹尸、阿訇主持举行宗教祈祷仪式、入葬四道程序。

清真寺，又称礼拜寺。阿拉伯语为“麦斯吉德”，意即叩头的地方。既是伊斯兰教信徒聚众礼拜的场所，某些地方又兼有文化教育中心、社会活动中心的功用。宁夏清真寺的创建从元代开始，经明、清两代，清真寺的数量和规模得到了相当的发展。拱北，是伊斯兰教某地域杰出人物的陵园。道堂，是伊斯兰教某分支宗教领导人礼拜、诵经、讲学和居住的地方。宁夏伊斯兰建筑集中反映了伊斯兰文化与中国传统文化相结合的过程，并具有鲜明的地方文化特色和民族个性。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找