

# 云南自由行线路攻略 云南心得体会(精选10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 云南自由行线路攻略篇一

云南，这片位于中国西南边陲的神奇土地，充满了丰富多样的自然景观和人文风情。我有幸在一个假期里来到了云南，亲身体验了这里的美丽与魅力。首先，令我印象深刻的是云南的众多山脉和高原湖泊。无论是香格里拉的梅里雪山还是大理的洱海，都给人以壮丽和宁静之感。此外，云南还有著名的石林、丽江古城等独特的自然景观，吸引了大量的游客前来探索其中的奥秘。

### 第二段：多元的民族文化

云南是一个多民族聚居的地区，这里有着14个少数民族和汉族的共生。这种多元文化的融合使得云南具有丰富的民族文化遗产。在我的旅行中，我有幸参观了丽江古城，欣赏了纳西族的传统音乐和舞蹈表演。我还亲自参与了傣族的泼水节庆典，感受到了浓厚的傣族风情。云南的民族文化不仅富有神秘感和异域风情，更是将不同民族的智慧和经验相互融合，形成了独特的文化景观。

### 第三段：云南的美食文化

除了自然风光和民族文化，云南的美食文化也是令人难忘的。云南菜以其清淡爽口、鲜美可口而闻名。我品尝了云南的过桥米线和酸辣火锅等传统美食，无不让我胃口大开。云南菜

汇集了各民族独特的烹饪技巧和食材，充分展现了云南人民对美食的热爱和追求。此外，云南还有世界闻名的普洱茶，我特地前往普洱市参观了茶叶加工厂，亲自体验了普洱茶的制作过程，并品尝了正宗的普洱茶。这样的全方位体验让我更加深入地了解了云南的美食文化。

#### 第四段：和蔼友善的云南人民

在我旅行的过程中，我深切体会到了云南人民的友善和热情。无论是向路人询问路线，还是与当地人共同分享美食，我都感受到了云南人民对客人的热情和善意。他们总是面带微笑，乐于助人，使得我的旅行更加愉快和安心。与云南人民的交流让我感受到了浓厚的人情味和家的温暖。这种亲切的对待让我对云南留下了深刻的印象。

#### 第五段：云南之行的启示

云南之行给我留下了深刻的体会和启示。在这片美丽而神奇的土地上，我感受到了自然的力量和民族的底蕴。虽然云南是中国的一个地区，但它却有着独特的地理环境和文化传统，值得被人们充分了解和探索。云南之行让我认识到，旅行不仅仅是一种消遣和娱乐，更是一种学习和体验的机会。通过旅行，我们可以更好地了解这个世界，拓宽自己的眼界，丰富自己的人生。

总之，云南是一个既有独特自然风光又有丰富多样的文化遗产的地方。无论是山脉湖泊，还是民族文化和传统美食，云南都给我留下了深刻的印象。我相信，云南这片土地会继续吸引着更多的人前来探索和体验，它的魅力永远不会消失。

## 云南自由行线路攻略篇二

云南是我曾经旅行过的最令我难忘的地方之一。这个位于中国最西南端的省份拥有壮丽的自然风光和丰富的文化遗产。

在我短暂的云南之行中，我感受到了它的独特之处，并且得到了很多心得和体会。

### 第一段：云南的自然美景

云南以其壮丽的自然美景而闻名，尤其是丽江古城和泸沽湖。在丽江古城，我漫步在石板小巷和古建筑群中，仿佛时光倒流到了古代。泸沽湖则是一个位于山谷之间的大型湖泊，湖水清澈见底，周围的山峦环绕，景色令人陶醉。在这里，我登上了湖边的塔台，抬头仰望，只见青山绿水尽收眼底，我对云南的美景有了更深的感受。

### 第二段：云南的多民族文化

云南是中国最多民族聚居的省份之一。在这里，我见识到了傣族、藏族、彝族等多个民族的独特文化。我参观了傣族的庙宇和彝族的村寨，了解到了他们的传统信仰和生活方式。我还品尝了当地特色的风味小吃，如火锅和过桥米线，领略到了云南人民对食物的独特追求。这些丰富多样的文化让我深深地感受到了云南的多元与包容。

### 第三段：云南的传统艺术

云南以其独特的传统艺术而闻名。在一次表演中，我欣赏到了云南的刀枪舞和舞龙舞狮等经典表演。这些优美而激情澎湃的舞蹈，展现了云南人民豪迈奔放的精神。此外，云南还保留着传统的手工艺，如宝玉石的雕刻和织布。云南的传统艺术让我感受到了其独特的魅力和深厚的文化底蕴。

### 第四段：云南的亲切与友善

云南的人民以其亲切和友善而令人难忘。在我游览云南的过程中，每一个地方都有当地人的热情帮助。无论是向路人问路还是向当地人咨询旅游线路，他们总是耐心并愿意提供帮

助。这种友善和亲切让我深深地感受到了云南的人文魅力，也让我对云南产生了深厚的感情。

### 第五段：云南之行的启示

云南之行让我对自然、文化和人与人之间的关系有了更深刻的认识。我意识到自然是如此的宝贵，我们应该珍惜和保护它；我也明白了文化的多元和包容是世界发展的力量源泉；人与人之间的友善和亲切是社会和谐的基石。云南的心得体会让我明白了许多道理，让我成为一个更加理解和尊重世界的人。

### 总结：

云南是一个独特而魅力的地方，它的自然风光、多民族文化、传统艺术和友善人民都给我留下了深刻的印象。在云南之行中，我领略到了独特的自然景观、多元的文化和友善的人情，也对自然和人与人之间的关系有了更深的认识。云南的心得体会让我成为一个更加优秀、友善和理解世界的人。

## 云南自由行线路攻略篇三

### 教学目标：

整体把握课文内容，品味语言。

### 教学过程：

一、导入（1分钟）

二、预习检测：（5分钟）

1、本文作者：。现代小说家、散文家、历史文物研究家。

2、给下列加点字注音。

迤()西譬()喻糯()米蹲()踞

忌讳()酬()和铁箍()熹()微

(学生书写1分钟，教师订正2分钟)

3、概括这篇文章的主要内容。(学生回答2分钟)

三、默读课文，思考问题：(15分钟)

本文在“歌会”的大标题下，描绘了三个场合的唱歌情景，请用简练的语言概括出来？并划出来你印象最深的句子。

1、学生一边默读课文，一边划出自己印象最深的句子并填写(10分钟)

这三个场景可以概括为：

□1□

□2□

□3□

2、学生回答(3分钟)

3、教师总结(2分钟)

四、研读课文，品析语言(15分钟)

1、学生朗读第四段中自己划出的重点句子(5分钟)

2、按照示例，赏析句子。(5分钟)

示例：马上一面欣赏土坎边的粉蓝色的报春花，在轻和微风里不住点头，总令人疑心那个蓝色像是有意模仿天空而成的。

报春花“在轻和微风里不住点头”用了拟人修辞，显得活泼生动，它的蓝色令人疑心“是有意模仿天空而成的”运用了奇特的联想，让人感受到花的灵性和花色的纯净。

3、学生展示（5分钟）

五、教师总结（4分钟）

六、作业：

从文中摘录你喜欢的句子并点评在阅读记录本上。

参考：没有这样的环境，就不会有这样的歌声。沈从文从来就没有怀疑过自己在文章中使用大量环境描写是错误的。因为在他心中，有一种哲学的观念支撑着他，那就是：天人合一。天人合一这种哲学观念具有多重含义，它至少应该包括人与自然的和谐统一。赶马女孩触目是山花烂漫，侧耳是鸟鸣悠悠，在这样的环境里长期耳濡目染，当然会出口自然，充满了淳朴本色美。所以，沈从文在自然环境的描写上，从不吝啬自己的笔墨，他就是要对原生环境自然还原。

为“赶马女孩的歌唱”创设了一个动人的场景。在美好环境中长大的女孩，自然是歌声动人，情韵动人。

## 云南自由行线路攻略篇四

云南，位于中国的西南部，以其丰富的自然景观和多样的民族文化而闻名。我曾经有幸在这片土地上度过一段愉快的时光，并深深地被云南的美丽所吸引。下面，我将结合我个人的经历和感受，以五个方面为主线，分享我的云南之旅心得体会。

## 第一段：云南的自然景观

云南拥有丰富多样的自然景观，其中最著名的要数石林、玉龙雪山和丽江古镇。在石林这片独特的石灰岩地貌景区中，我仿佛进入了一个神奇的石头王国，迷失在千姿百态的巨石之间。而玉龙雪山的高耸入云，白雪皑皑的山顶，更是给人以无尽的想象空间。在丽江的古镇里，我感受到了浓厚的民族风情，漫步在古老的青石板街道上，仿佛时光倒流到了古代。这些壮丽的自然景观使我深深地被云南的美丽所感染。

## 第二段：云南的特色美食

云南的美食多种多样，以过桥米线最为有名。我品尝过这道传统云南菜，它是将米线、各种新鲜的蔬菜和肉类放入热汤中烫熟，吃起来鲜美可口。此外，云南还有腊排骨、酸汤鱼、过江米糕等各具特色的美食。我发现云南的美食讲究用料讲究新鲜，调味偏辣，给人一种绝对的味觉享受，让我回味无穷。

## 第三段：云南的民族文化

云南是中国最多民族聚居的地区之一，这里有25个民族。每个民族都有独特的文化、服饰、手工艺等。我曾参观过纳西族村寨，和村民们一起学习他们的传统手工艺，感受到了当地人民对于传统文化的执着与热爱。另外，我还有幸观看了彝族的火把节活动，欣赏到了他们独特的歌舞表演。通过这些亲身体验，我对云南的民族文化有了更深刻的认识和理解。

## 第四段：云南的人文景观

云南的人文景观同样令人难以忘怀。我游览了大理古城，感受到了古代丝绸之路的繁华与历史。我还游览了香格里拉，欣赏到了藏传佛教的圣地。这些人文景观展示了云南悠久的历史 and 灿烂的文化底蕴，让我更加敬佩这片土地和这个民族。

## 第五段：云南的人文友善

云南人民热情友善，帮助了我许多次。在我迷路时，总有人愿意指引我前行；在我遇到困难时，总有人伸出援助之手。他们的善良和友善让我对云南的人民充满敬意，使我在这里度过的时光倍感温暖。

总结：

云南的自然景观、特色美食、民族文化、人文景观和人文友善构成了这片土地独特的魅力。我在云南旅行中所得到的心得体会，将一直成为我美好回忆的一部分。希望未来有机会再度踏上这片美丽的土地，再次体验云南的魅力与温情。

## 云南自由行线路攻略篇五

松赞林寺又称归化寺，距中甸县城5公里。云南省规模最大的藏传佛教寺院，还是川滇一带的黄教中心，在整个藏区都有举足轻重的地位，被誉为“小布达拉宫”。噶丹·松赞林寺是一座古镇规模的古堡群建筑，集藏族造型艺术之大成，又有“藏族艺术博物馆”之称。

该寺于公元1679年兴建，于公元1681年竣工。五世\_\_喇嘛亲赐名“噶丹·松赞林”。寺院建筑金碧辉煌，造型丰富多彩的镀金铜瓦，殿宇宝角兽吻飞檐，扎仓大殿宽敞恢宏殿，殿中供奉的诸多佛像，两侧西厢的壁画雕饰精美琳琅。

与藏传佛教建筑样式相同，松赞林寺的扎仓、吉康两座住殿高高矗立在中央，八大康参、僧舍等建筑簇拥拱卫，高矮错落，层层递进，立体轮廓分明，充分衬托出了主体建筑的高大雄伟。

主建筑扎仓，藏语依意为僧院，是僧众学习经典、修研教义的地方。后殿供有宗喀巴、弥勒佛、七世\_\_铜佛，高三丈有



余，直通上层。中层有拉康八间，分别为诸神殿、护法殿、堪布室、静室、膳室等。前楼客厅供贵宾宴会及观赏“羌姆”（面具）舞时使用。顶层正楼设精舍佛堂，供奉五世达、七世\_\_佛像，以及贝叶经卷、唐卡、传世法器。佛堂正南为高耸的钟鼓楼，清晨、正午、黄昏击鼓报时，声闻十里。

松赞林寺内历代珍品众多，有五世\_\_、七世\_\_时期的八尊包金释迦牟尼佛像、贝叶经、五彩金汁精绘唐卡、黄金及各种精美的鎏金或银质香炉、万年灯等。金寺收藏有《甘珠儿》十部（其中两部为金汁手书）、《丹珠儿》等两百余部。

## 云南建水朝阳楼导游词

各位朋友：

您们好！很荣幸可以陪同大家参观一起参观雄镇东南的朝阳楼，希望大家在参观时不要乱扔垃圾。

朝阳楼这个名字大家一定很陌生吧，朝阳楼即建水东门城楼，它雄踞县城中心，是建水县城的标志。它建成于明洪武二十二年（1389年）至今六百余年，是滇南重镇建水历史悠久的主要标志之一，祖国边陲老重镇的象征。

朝阳楼正面悬挂清代书法家石屏人日卓书写的“雄镇东南”巨匾。我们走进朝阳楼的迎晖门，它那高大的城门，足以让两辆汽车并行。我们再登上城楼，请各位朋友不要随便攀爬，小心跌倒。站在城楼上鸟瞰，建水老城区尽收眼底，城楼由四十八根巨大木柱和无数粗大的木头达建而成。城楼上木雕屏门，雕刻精巧，生动细腻，琦丽华贵，城楼东侧还放置着一个大铜钟。朝阳楼最为壮观的还要数在城楼四周飞越盘旋的燕子。

一到傍晚，夕阳照着朝阳楼，给它披上了一层金黄色的薄纱。燕子像风暴一样飞回巢中，有的在楼上一展歌喉，有的在展

翅高飞，还有的在捕食，还有的好像在说“let'go,我们去逛街吧！”真是美不胜收，壮观极了！

最后，感谢大家的支持和合作，美丽的朝阳楼永远恭候您的光临。

## 云南雨崩村导游词

各位游客们，现在我们来的是雨崩村，雨崩村位于云南德钦县云岭乡境内，因目前无公路可通，进入雨崩，需徒步或骑马18公里，翻越3700米垭口，加之，雨崩村位于梅里雪山的念慈母峰下五子峰脚下，景色优美，民风淳朴，真乃世外桃源。一个神奇美丽的地方，行走其间让人有旷世桃源之感。位于梅里雪山背面的雨崩村四面群山簇拥，因其地理环境独特，所以人烟稀少，全村只有20几户人家，仅通过一条驿道与外界相通。雨崩村有上下村之分，上村可以通往攀登卡瓦格博的中日联合登山大本营，而下村通往雨崩神瀑，沿途可以看到古篆天书、五树同根的奇景。传说，雨崩在很久以前并不被外界所知，后来，梅里雪山后有一个老人常到澜沧江边的西当村借粮，西当村的人谁也不知道老人从哪来，便有人跟踪他，可总是走着走着就不见了。

后来有人想出一个办法，当老人再来借粮时，西当村人说：“这次不借给你青稞，也不借麦子，借给你小米。”他们在帮老人将口袋扛上肩时，乘机在口袋上扎了一个洞。小米一路流着，村民们紧跟着找到一块巨石下，小米没有了。他们奇怪极了，众人掀开巨石，却发现下面有个村子，雨崩这才被外界发现。

源”；国内外专家们则认为，这里是香格里拉的缩影。雨崩村因充沛的降雨量及特殊的地理环境和气候条件，植物的生态长势茂密而又奇异，在一些老树的主干上往往可以看到寄生着许多其他植物，这种奇特现象被人们称为“五树同根”。雨崩的最佳旅游时间是秋冬之际，这个时候的雨崩色彩斑斓，

如同梦幻般的童话世界。天高气爽，非常适合进入雨崩。

徒步雨崩，徒步者的天堂，一个藏在梅里雪山腹地如诗如画的藏族村落，行走其间颇有旷世桃源之感，真正香格里拉的缩影，而雨崩神瀑历来是藏传佛教朝拜圣地和转山的终点。

梅里雪山位于云南迪庆藏族自治州德钦县和西藏的察隅县交界处的梅里雪山属横断山脉，距离昆明849公里。梅里雪山属于怒山山脉中段，处于世界闻名的金沙江、澜沧江、怒江“三江并流”地区，她逶迤北来，连绵十三峰，峰峰壮丽。

## 云南自由行线路攻略篇六

云南，简称云或滇，是中华人民共和国省级行政区。小编为大家准备了导游词，欢迎阅读借鉴，希望对你们有帮助。

### 云南丽江泸沽湖导游词

各位朋友，今天我将带您离开喧嚣的城市，到一个充满自然气息与人情味的地方，那里是人们心目中的理想圣地，到过那里的老人们说那是一个让人眷恋的地方；年轻人说那是一个让人对美好生活充满憧憬的地方；我说那是一个让人品味人生的地……。那里就是泸沽湖-----人类最后一块母系社会的大家园。

阿夏走婚即“男不娶、女不嫁”的婚姻。也就是婚后仍各自居住母亲家，晚上男方去女方家过夜，早上便回到自己母亲家，所生子女一律由女方抚养，俗称“走婚”，但这绝不是儿戏式的婚姻，首先要以双方的感情为基础，走婚前，男方还要托媒人带礼品去女方家说亲，征得女方家老祖母的同意，方可走婚。

这种婚姻与现代都市婚姻不同，它不受金钱及各种社会关系的限制，只要相爱就可以结合，这是一种让年轻人自由放飞

情感的婚姻。

讲到这种古老的走婚习俗，我想大家可能会和我一样担心现代文明会把他们同化，的确，这里的旅游业发展了，外来文化的介入已使摩梭人的生活发生了变化，在婚俗方面，这里已出现了“一夫一妻”制的家庭；在精神文化生活方面，他们除了本民族的歌舞，打跳等一些传统的娱乐方式外，也喜欢港台流行舞曲，当您从摩梭人居前经过时，也可以听到多愁善感的摩梭少女在哼着流星雨，星语心愿等一些流行歌曲，大家是不是以为他们真的已被外来文明同化了？其实，大家错了，他们只是用外来文明的外壳将自己藏起来，我们都是局外人，有些东西用我们的眼睛是永远无法看透的，不过，请大家相信，摩梭人会用现代文明来保护自己的，讲到这里，大家是不是迫不及待地想看看那个神秘的地方呢？那就请您向前看！

在您的前方那片蓝色的湖泊就是泸沽湖，可能在您看来那里只不过是一块“水库”大小的地方，可是生活在这里的2万余人的摩梭人就是靠这里的水繁衍生息的，大家看，在泸沽湖畔有一个村子，那里便是摩梭人的家——落水村，因为“泸沽湖”一词在摩梭语中意为“落水”因此得名。

在大家的前方有一座山，山的形态似一位躺在湖中的温柔女子，这座山川格姆女神山，当地人视为神仙，关于这座山还有一个美丽的传说。

现在就请各位带着自己此时的感受，同我一起去品味现实中的泸沽湖吧！您看，现在已是傍晚，最后一缕阳光已将泸沽湖和格姆女神山映得一片通红。看到这一切不知大家此时有何感触？是不是也和很多年轻人一样感慨时间短暂，生命可贵？重新萌动情思与欲望，重新拥有了对美好生活的憧憬呢？是不是也和年迈的老人一样感到忧郁，感到对往事的无比眷恋？因为曾经拥有的多少个飘渺的梦也是这种颜色……。

现实中的泸沽湖是一个让人品味人生的地方，生活在这里的摩梭人就是人生哲学的老师，如果您想真正了解这里，走进这里，那么就请大家随我一起走进摩梭人的家。

## 迪庆香格里拉导游词

各位朋友：

大家好！今天来，我怀着愉快的心情，以当地主人的身份，欢迎远道而来的客人到我们迪庆旅游、参观、考察，祝愿各位能在这里度过一段美好的时光！

俗话说：“百闻不如一见”，现在，各位已身临其境，就要亲眼看看我们迪庆了。首先，我要谢谢各位的光临，并用藏语向各位贵宾表示欢迎：“香格里拉！”

听了我的藏语欢迎词，您可能会感到莫名其妙，怎么地用这句洋泾浜来欢迎我们呢？且慢，这正是我要告诉各位的，“香格里拉”是我们藏族的语言，意思是“老朋友，您来了”！即高兴地与您打招呼欢迎您，各位懂了这个意思，高兴吧？让我再说一遍“香格里拉”！“老朋友，您来了！欢迎您”！

此书出世，轰动世界，吸引了千千万万的读者，英语词典里于是有了香格里拉(shangri-la)一词。

多少年来，香格里拉一直是许多欠，尤其是西方世界的人们所神往的“世外桃源”，无数探险家在中国藏区、印度、尼泊尔等地苦苦寻觅这神秘之地，经历了半个多世纪，这上谜终于解开了，经过多方调查，充分证实，《失去的地平线》——书中所创的“香格里拉”一词系迪庆藏语“老朋友，您来了”的意思。也引申“通往圣洁之地”，“心中的菩萨”之意。

现在我就把真正的香格里拉——迪庆介绍给各位。

迪庆藏族自治州位于云南省西北部，西北边与西藏自治区为邻，全州面积23870平方公里，包括中甸、维西、德钦三个县，居住有藏、傈僳、汉、白、彝、回、普米、功、怒等民族。

迪庆藏族自治州处于国家级三江并流风景名胜区的腹心地带，三江占两江，雪山占七成，形成三江并流风景区的主体。

迪庆州府中甸县距昆明640多公里。迪庆州是云南省的制高点，境内有许多高耸入云的大山，著名的有云南第一峰卡格博峰，海拔6740米，为藏传佛教的朝觐圣地，位居藏区八大神山之首。其余高峰有环立于卡格博峰周围的太子十三峰，太子雪山海拔5396米，白茫雪山海拔5137米，其余海拔在4500米以上的高峰还有10多座。

在雪山环绕之间，颁着许多大大小小的草甸和坝了，这是迪庆各族人民生息繁衍的地方。这里土地肥沃，水草丰美，牛羊骏马成群，特别是中甸县的小大中甸，真有“天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊”的风光。五月的中甸草原，碧绿的草地和山坡上的杜鹃花、格桑花和数不尽的各种小花争相怒放，姹紫嫣红，争奇斗妍，宛如一块块色彩斑斓的大地毯，骏马奔驰，牛羊滚滚，雄鹰翱翔，牧人在白云在蓝天下唱起牧歌，挥动长鞭，这就是人间仙境的生活，一幅活生生的美丽图画。

在雪山环抱之间，在草甸中间或边缘，镶嵌着一面大镜子——星罗棋布的天然湖泊。迪庆著名的风景湖泊有碧塔海、纳帕海、属都海等。这些神圣静谧的湖泊，照映雪山森林、蓝天白云，引来牧人畜群，挽留各种飞禽走兽，成为人与自然共存共荣的乐园。

在群山环抱间，在草甸或山坡上，这里的各族人民建立起一个个村寨：藏族的厚墙、大盖顶、宽走廊的土掌房，彝族、傈僳、怒族、纳西族的木楞房，以及汉族的四合院，白族三房一照壁、四合五天井等都显得特色鲜明，引人注目。

我们迪庆，正如《失去的地平线》所述，江河为池，峡谷狭窄而深长。迪庆州，三江并流据其二，金沙江、澜沧江从青藏高原滚滚而来；在横断山区横冲直撞，裂岸穿石，造成了众多峡谷；许多地方，两岸同仁谷紧贴，急流险滩相连，无石不怪，无水不怒，险象球生，真是“有峡无路鸟难飞，猴子爬岩掉眼泪”。

在迪庆德钦县的澜沧江沿岸，您可以看到欧亚板块和印度板块碰撞的地质景观，您可以看到“十里不同天，万物在一山”，由立体气候产生的立体植物、珍稀动物、名贵花卉、名贵药材等。

## 云南大理苍山洱海导游词

各位朋友：

大家好！游览了大理古城，初步感受了此地人文景观的深邃；现在我们去观赏苍山洱海，领略大理的山水之美。

首先，我们乘游艇去洱海公园。洱海公园又名团山公园，位于下关城区东北2公里处的团山。它北临碧波万顷的洱海，西与苍山南端的斜阳峰相对。南诏国时，这里是国王的鹿苑。1976年这里新辟为公园，占地1600余亩。山上有动物园和苗圃花坛，广植大理地区的各种名花异卉，是一个很好的休憩游览之地。

现在游船已到洱海公园临海长堤，我们离船上岸，这是团山脚下的滨海游览区沿着270多级石阶拾级而上，我们到达山顶。大家看，这翘角飞檐的楼阁是望海楼，檐下悬匾，上书：“玉洱银苍”，黑底金字，苍劲古雅，它是中国慕名画家吴作人的手笔。望海楼是领略“玉洱银苍”的佳境，凭栏远眺：东边洱海浩瀚，一碧万顷，西边苍山绵延，莽莽苍苍。

各位朋友，让我们再次登船，到洱海中去遨游。但我先要向

大家介绍是却是苍山。先前，我们在大理城，在苍山脚下的公路上，没能很好地端详苍山雄姿。正如古人所说“不识庐山真面目，只缘身在此山中”；在洱海公园望海楼，视角偏斜，也只能看到苍山末端。现在，随着游船不断前行，我们眼中的苍山是不是更真切些？有人说，横断山脉像一只巨臂，从“世界屋脊”青藏高原向南伸到了云南西部，苍山就是这支世界著名山脉中云岭的一个分支。

苍山，又名点苍山，因其山色苍翠，山顶点白而得名。苍山共有十九峰。这十九峰从北至南的顺序是：云弄、沧浪、五台、莲花、白云、鹤云、三阳、兰峰、雪人、应乐、观音、中和、龙泉、玉局、马龙、圣应、佛顶、马耳、斜阳。十九峰中，马龙峰最高，海拔4122米。苍山十九峰，两峰夹一溪，一共十八溪；溪水东流、注入洱海，十八溪由北向南，基排列为：霞移、万花、阳溪、芒涌、锦溪、灵泉、白石、双鸳、隐仙、梅溪、桃溪、中溪、绿玉、龙溪、清碧、莫残、葶萸、阳南。

苍山景色以雪、云、泉石而著称。我先向大家介绍苍山的雪。经夏不消的苍山雪，是大理“风花雪月”四大名景之最。皑皑苍山雪，历代文墨客赞辞颇多，民间传说也不少。明代文学家李元阳曾赞美：“日丽苍山雪，瑶台十九峰”。

苍山的云更是名传遐迩。云聚云散，有时淡如轻烟，有时浓如泼墨。在变幻多姿的云景中，最神奇的是“望夫云”和“玉带云”。所谓“望夫云”是指每当冬春时节，苍山玉局峰顶常会出现一朵孤单的云，忽志忽落，上下飘动，若盼若顾。奇特之处在于它一出现，点苍山便骤起暴风，刮向洱海。所谓“玉带云”，是指每当夏末秋初，雨后初晴，苍山十九峰半山间往往会出现白云朵朵，云朵聚汇，慢慢拉开，宛若洁白的玉带横束苍翠的山腰。绵延数十里，竟日不消散。奇妙的是，“玉带云”会预兆农业丰收：它出现次数多，当年就风调雨顺。当地白族有农谚：“苍山系玉带，饿狗吃白米”。



苍山的泉也很有名。十九峰中海拔在3800米以上的峰顶有不少高山冰碛湖泊，这是第四纪冰川留下来的。还有那十八溪的溪水，飞瀑叠泉，四季奔泻，在清纯甘甜泉水的滋养下，苍山充满生机。冰碛湖畔，密布着原始森林和许多珍奇林木、奇异花卉，特别应告诉大家的是，苍山的花卉早就芳名远播，而且它还使苍山名扬四海。美国教授罗·兰开斯特曾说：“在美国有100多万知道中国云南的大理苍山，因为他们都种有许多美丽的大理苍山的杜鹃花。”

苍山的石，驰名中外。郭沫若有《咏大理石》诗：“三塔矜高古，顺思贞观年。苍山韵风月，奇石吐云烟。相在心胸外，凉生肘腋间。天功人力代，海外竞珍传。”

苍山孕育了大理石，大理石就是苍山的魂。这种瑰丽的奇石，世界许多地方都有，独大理的最奇美，且开民得早，因此，全世界凡此奇石均称为“大理石”，“大理”也因石而名扬天下。

各位朋友，我们的游船正在前行，现在应该向大家介绍这碧波万顷的洱海本身了。

洱海，古称昆明池、洱河、叶榆泽等；因其状似人耳，故名洱海。它南北长42公里，东西宽3-9公里，湖岸线长117公里，面积250多平方公里；平均水深10.5米，最深21.5米，蓄水量28.8亿立方米，面积与蓄水量均列云南湖泊第二，在全国淡水湖中居第七位。

洱海南有弥苴河等注入，西纳苍山十八溪水，东汇波罗江、挖色河、南面的西洱河是唯一出海口，经漾濞红绕入澜沧江。洱海属构造湖，湖岸东西多崖壁，北西南三面为沙洲。

大家看，洱海水深清澈，宛若无瑕的美玉，秀丽无比，它正以广阔的胸怀欢迎各位来自远方的宾朋。洱海是中国著名的高原湖泊，早在汉代它已名载史册。

“洱海月”是大理四大名景之一。如果在农历十五月明之夜泛舟洱海，其月格外的亮、格外的圆，其景令人心醉：水中，月圆如轮，浮光摇金；天空，玉镜高悬，清辉灿灿，从洱海中浴出。看着，看着，水天辉映，你竟分不清是天月掉海，还是海月升天。洱海月为什么如此明亮？科学的结论是：一、洱海水质特别纯净，透明度相当高，其反光极强；二、洱海海面尘埃较少，空气清新，使得水天相映，月光更加明亮。此外，洱海月之著名，还在于洁白无瑕的苍山雪倒映在洱海中，与冰清玉洁的洱海月交相辉映，构成银苍玉洱的一大奇观。

与苍山雪、洱海月相连的大理四大名景还有上关花、下关风。洱海和苍山之间的坝子，是一个狭长形的冲积平原。南诏国时，在这一狭长地带北南两边各筑一座小城，扼守要冲，保卫王都的安全。北边的称龙首关，又称上关；南边的称龙尾关，即今下关。所谓上关花，是指上关“十里香奇树”，此花原在上关沙坪街的和山寺内，其花大如莲，年开数百朵，香气溢四方，花开时节，观者如云。又因此树结果壳坚，可做朝珠，故花又称“朝珠花”。后来，此花绝迹了。前些年，据说有人在苍山森林中又找到了它。下关风指西洱河谷吹入下关的风，终年不止，尤以冬春为盛，你一进入下关就可以感到下关风的存在。它几乎每天都以怒号，扫街穿巷，撩衣揭帽，使下关了得到了“风城”的雅号。

大理的风花雪月四大名景，有小诗一首将其串在一起，便于记忆，亦颇有情趣：下关风，上关花，下关风吹上关花；苍山雪，洱海月，洱海月照苍山雪。说到这里，请各位看一看我们白族姑娘的绣花包头。你可别小看它，它体现了大理四大名景。请看：微风吹来，耳边雪白的缨穗随风飘飘洒洒，显现了下关的风；包头上绚丽多彩的花朵，代表了上关的花；顶端这白茸茸的丝头，远远看去就像苍山的雪；整个包头的形状就如洱海上的弯月一样的明丽动人。

## 云南自由行线路攻略篇七

《云南的歌会》这篇课文主要是教会学生欣赏文学作品，通过重点词句、段落的阅读理解，学会描写方法并加以运用。因为该文文笔的优美，我在导入上，通过运用媒体，以音乐艺术情感渲染教学氛围，调动起了学生的学习兴趣。

在文章的阅读理解上，加强朗读，注重重点词句的积累，设问铺陈，交给学生阅读的方法。使学生在阅读“山路漫歌”和“村寨传歌”的段落时，基本能独立完成。在体会作者的写作特点时，以比较阅读的方法，让学生了解了人物描写、场面描写、环境描写的侧重点，因此基本掌握描写方法并加以运用。不足的是，在时间安排上，因为注重体会文章的写作特点，比较纠结于细节，因此在教学设计安排的“拓展”练习上，时间不够。今后，自己在教学中，要根据课堂实际，合理分配时间，尽可能放手让学生自己在课堂中展现，实现教学目标。

影响部分同学学习的因素还是学习习惯的养成不到位。有部分同学在学习过程中总是像在小学那样等教师归纳总结写在黑板上后才会知道记什么，不会听教师在上课过程中所暗示的反复、强调等语气，也不会从同学们发言的过程中去寻找答案。

在今后的教学中，首先要解决的是部分同学的学习习惯养成的问题，让同学们在课堂上养成思考、反思、合作、倾听的良好习惯，这样便于同学们能在今后的学习与生活中形成终身学习的习惯。其次在本课的教学中，重在考虑作者的写作构思上，引导同学们对于文章的整体课文的构思。激发大家写作的兴趣。

## 云南自由行线路攻略篇八

云南是中国的一个美丽的省份，位于中国的西南部。它以其

丰富多样的自然景观和独特的民族文化而闻名。作为一个游客，我有幸亲身体验了云南的魅力，并收获了许多宝贵的心得体会。在这篇文章中，我将分享我的云南之旅，回顾我在这个美丽的地方所学到的一切。

## 第二段：自然魅力

云南以其壮丽的自然景观而闻名于世。我参观了云南的许多地方，包括大理、丽江和香格里拉等。在大理，我被那里独特的自然风光深深吸引。苍山洱海的美景让我流连忘返，而丽江的古城则向我展示了传统与现代的完美结合。进一步前往香格里拉，我目睹了美丽的雪山和神奇的藏族文化。这些壮丽的景观让我感受到了大自然的力量和它对人类所产生的深远影响。

## 第三段：民族文化的魅力

除了自然景观，云南还以其丰富多样的民族文化而著名。我亲眼目睹了云南的少数民族人们如何保留并传承他们的独特文化。在丽江，我参观了纳西族的传统木屋，并亲自体验了他们的传统手工艺品制作。在大理，我参加了傣族的水灯节，目睹了他们的传统音乐和舞蹈表演。这些民族文化的体验让我深深感受到文化多样性的宝贵和重要性。

## 第四段：人民的友善和淳朴

除了美丽的自然景观和丰富的文化，云南的人民也给我留下了深刻的印象。无论是在大都市还是在农村地区，我都遇到了友善和热情的人们。他们对待陌生人的态度是如此的温暖，以至于我感到像在家的感觉。无论我遇到什么困难或问题，总有人愿意帮助我。这种友善和淳朴的人民是云南最宝贵的财富。

## 第五段：云南带给我的启示和体会

云南之行让我受益匪浅。首先，我深深地体会到了自然的力量和人与自然的和谐相处是多么重要。保护环境和自然资源是我们每个人的使命。其次，我了解到文化多样性的重要性。每个文化都值得被传承和尊重，世界才能更加丰富多彩。最后，我明白了友善和互助是构建一个美好社会的基石。只有当我们相互关心和相互帮助时，我们才能建立一个更加和谐和平的世界。

总结：

云南是一个令人难以忘怀的地方，它的美丽景观、丰富文化和友善人民给我留下了深刻的印象。我希望有一天能再次去云南，继续探索这个神奇的地方，不断学习和成长。

## 云南自由行线路攻略篇九

近期我有幸到云南旅游，感受到了这个美丽省份的独特之处。在这次旅途中，我不仅看到了各种美景，体验了不同的文化，还结交了不少朋友。下面是我的游记，分享给大家我的云南之旅所带来的感受和体验。

### 第一段

我首先去了昆明，它是云南省的首府和政治、经济和文化中心。到达昆明后，我前往石林，这是一个独特的石灰岩地貌景观，被誉为“神奇的石头林”。石林是一个很受游客欢迎的景点，我可以看到各种不同形状的石头。石头林总面积超过350平方公里，拥有数百个各种各样的石灰岩地貌景观，它们彰显了地球历史上的壮丽景象，相当震撼。由于它丰富的景观吸引了很多游客，石林的门票非常贵，但是我认为这是值得的，因为我从这里收获了很多快乐的回忆。

### 第二段

接下来，我去了丽江古城，这是一个有着800年历史的世界文化遗产。它被认为是中国最美丽、最精彩和最古老的古城之一，是游客到达中国时一定要去的目的地。尽管古城建筑已经有所改变，但是它依然是非常有吸引力的。在丽江，我还去了玉龙雪山，那里有时有绿色的草地，有时又有玉龙雪山的冰川和雪峰，构成了一个绚丽的天地。在观赏美景之余，我还尝试着和当地人聊天，了解更多关于丽江历史和文化的信息。

### 第三段

接下来，我前往大理，大理古城是云南省最优美的古城之一。这个古城城墙完好无损，在城外还有一片绿色的荷花池，可称为中国南方水乡之一。在大理，我游览了苍山，在这里，我估计荷花池将尽头是山，然而绕过一条山路，我便看到了另外一片自然景观。苍山顶部是一个非常棒的拍照地点，我可以看见50公里以外的白族小村庄，感觉非常壮观。在大理，我还遇到了一位热情的导游，他带领我们了解了白族文化和历史，让我们更好的了解这片土地。

### 第四段

随后，我来到了西双版纳世界级自然保护区，这里是中国热带亚洲雨林的最后一块天堂。版纳特有的多样化生物群落，由热带和亚热带植物相组成的森林和稀有的野生动物，使这里成为云南省内的最佳生态环境和人类文化遗产。我可以看见各种各样的动物，如绿孔雀，大象和长臂猿。在这里，我还体验了橡胶树亲手制作橡胶的过程，非常有趣。

### 第五段

最后，我去了黑龙潭公园，这是一个享誉国际的旅游胜地。园内设有许多景点，如黑龙潭、鹤鸣苑、金龟登楼等，吸引了数百万游客前来参观。我可以看见这座公园内，环境优美，

湖水清新，各种岩洞又神秘，非常美丽。在这里，我还排练了一场小演出，和当地人一起跳舞，度过了愉快的时光。

总之，这次旅游给我留下了深刻的印象，让我在体验建筑和文化遗产时感受到了中国历史文化的魅力。我认为，云南省有着宝贵的旅游资源，不仅有自然美景，还有独特的文化风情，与此同时，游客们对这里的环境也给予了积极的反馈，也展现了独特的社会价值。我相信，这次旅游经历绝对是一次让我难忘的经验，我将会展望未来计划再次前往云南省，来丰富我的记忆，并将这些美好分享给我身边的每个人。

## 云南自由行线路攻略篇十

云南是一个美丽、多姿多彩的地方，拥有独特的自然风景、文化和历史。10月初，我来到云南，开始了为期七天的旅游之旅。在这段旅途中，我看到了许多令我惊喜的风景，结交了许多新朋友，同时也对自己产生了深刻的启迪。

### 第二段：云南的自然风景

云南有美丽的风景和自然资源，我们先去了丽江、大理和昆明。丽江古城是一个著名的旅游景点，许多游客都会来这里走走。大理不仅有风景优美，而且有丰富的文化历史，尤其是白族的文化特点，非常有意思。昆明是云南省的省会，有着美丽的景象和永恒的春天。

### 第三段：云南的民俗文化

云南地区的民族文化也很有特色。我们去了少数民族村寨，领略到了独特的民族文化。我们品尝了云南的美食，如过桥米线、麻辣烫等美味佳肴，还看到了藏族的舞蹈表演。在一家少数民族的家里，我还学会了做饵块，感受到了当地人民的热情好客。

#### 第四段：云南的历史文化

云南省有着悠久的历史文化。在参观完大理的崇圣寺和昆明的金殿大慈寺后，我们也去了石林风景区，这里有着奇形怪状的石头，每一块石头都有着自己的传说，非常值得一看。

#### 第五段：感悟和启示

在这趟旅途中，我不仅看到了美丽的云南风景，更加深刻地了解了当地的民俗文化和历史文化。同时，也体会到了生活的精彩和人性的美好。回到家里，我仍然会想起那一段精彩的旅程。我意识到，世界很大，生命很短，要多去看看美景、温馨和爱，才能更好地感受到生命的价值。