

# 最新内蒙古民俗导游词 导游词内蒙古民族风情(通用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 内蒙古民俗导游词篇一

内蒙古的景区有呼和浩特，呼伦贝尔，锡林郭勒，包头。

内蒙古自治区北面邻蒙古和俄罗斯，东缘嵌着茫茫林海的大兴安岭，岭东南山麓西辽河平原，是我国跨经度最大的省份，其地理位置的特殊性决定了当地旅游资源的丰富多样。

内蒙古最吸引人的当属独特的自然风光，境内同时并存有大面积的草原和沙漠，以及上千个大小湖泊。其北部草原居全国牧场之首，呼伦贝尔大草原，中部的锡林郭勒草原、希拉穆仁草原都是感受草原风光的好去处。在零星散落的蒙古包映衬下，天空纯净明亮、草地辽阔壮丽、空气清新、牛羊成群，对久居都市的人来说，这一切都是那么遥远而亲切。内蒙古的沙漠主要分布在西部地区，比较著名的有巴丹吉林沙漠、腾格里沙漠、库布齐沙漠的响沙湾等。而以蒙古族为主体的民族风情更为内蒙古草原增添了淳朴自然的神韵。

内蒙古也是“一代天骄”成吉思汗的故乡，境内有不少的名胜古迹，如成吉思汗陵、昭君墓、五当召、席力图召等。

蒙古包一般为圆形，大多用条木做成网壁与伞形顶，上盖毛毡，用绳索勒住，顶中央有圆形天窗，容易拆装，是蒙古族同胞居住的地方。

奶茶掺和着牛奶或羊奶的茶，是蒙古族同胞敬客最重要的饮料。

奶豆腐是用牛奶制成的凝固食物，盛在盘子里做点心，并不是豆腐。

手抓羊肉蒙古族同胞习惯把羊肉切成大块，煮熟了吃。吃的时候用刀割，用手抓，叫“手抓羊肉”。

## 内蒙古民俗导游词篇二

草原上的蒙古人都很好客。不论是不是亲戚故旧，认识不认识，到蒙古人家里做客，都会受到热情的接待。

走近营子，首先听到的是狗叫。蒙古人喜欢养狗。狗不但有护畜作用，还能传递信息。狗一叫，孩子们会首先跑出来，之后，回去向大人汇报看到的情况。如果来的是长辈，全家人都出来迎接。迎客人前，服装都会穿戴整齐。

主人中有长辈和老人时，客人要在营子外下马，牵着马进营子。客人是长辈或老人，主人要接过马缰拴在马桩上。晚辈要向刚见面的长辈问候请安。

按蒙古人传统，来家就是客，一律茶、食招待。除非客人忙得等不及烧茶，也得要品尝点奶食品才能上路，如果到一个蒙古人家里而什么也不吃就走，会被认为是对主人的不尊敬。

献茶敬酒照例以长辈、老人为先。有时也会为了表示对客人的尊重而先客后主，客人接过来茶碗来要放在长者面前。献茶要站起身双手奉上，不能坐着献茶。晚辈如果是男性，敬酒时作单跪姿势。

客人吃过茶，先向长辈一一敬酒，长辈们接过第一盅酒，照例说几句吉祥的话，用太阳指蘸酒弹酹。这时客人应该向老

人献上礼物，分糖果给小孩。

客人献过礼物，主人家的家长开始给客人敬酒。如果家长年高辈长，一般会由少辈人代替。晚辈忌讳在长辈面前喝酒吸烟，但必须接过酒杯并酌酒之后，将杯放在桌子上。如果客人好喝酒，长辈便会借故回避，给机会让同辈人饮酒娱乐。多么好喝酒的老人，也不能同青年人一道饮酒。即使大规模喜庆，也必须按年龄、辈分、地位、性别分开坐。避席的长辈待年轻人饮到差不多时返回，与客人共同斟满一杯酒放在桌子上，大家开始用饭。如果主人以整羊席待客，则先由长者动刀割肉。和客人一起吃饭的，必须是家庭主事人。

如果客人辞行，全家人会都来送别，有时主人家的老太太会用牛奶酌祝。

### 内蒙古民俗导游词篇三

女士们、先生们，你们好！

欢迎到呼伦贝尔观光游览！首先，我给大家介绍一下我们这个美丽的草原为什么叫呼伦贝尔草原。这里(呼伦贝尔)有一个美丽的传说。在很久的时候，草原上有一对情侣，姑娘叫呼伦，小伙叫贝尔，一天妖魔莽古斯抢走了呼伦姑娘，吸干了草原上的水，使牧草枯黄，牲畜倒毙。为了救草原，救呼伦，贝尔日以继夜，长途跋涉寻找妖魔。由于劳累，使他昏倒在地。幻觉中，他看到了呼伦被妖术变成了一朵阿日楞花在风沙中受煎熬。贝尔醒后，用水浇灌，呼伦恢复了人身，妖魔不罢休，重新抢回了呼伦。为了救草原，呼伦设计智取了妖魔头上的神珠吞下，变成了湖水，同时，贝尔也杀死了众小妖。贝尔在湖边找不到呼伦，悲痛欲绝，纵身跃入湖中。顿时，山崩地裂，草原上形成了两个湖泊，呼伦湖和贝尔湖，乌尔逊河把两湖紧紧地联在一起。草原上的人们为了永远怀念他(她)们，就把这版草原取名为呼伦贝尔。

呼伦贝尔面积为250.557平方公里，现有266万人口，是以蒙古族为主体的民族，其中有达斡尔、鄂温克、鄂伦春、汉满、俄罗斯等36个民族组成。呼伦贝尔草原由于未受到污染，被人称之为“绿色净土”。

(进入草原时)

现在，我们已来到了呼伦贝尔大草原。你我远离了城市，远离了闹市，走进了草原，你看，草原犹如碧绿的地毯，绿茵茵、软绵绵。往远看，草原上盛开着无数种野花，星星点点的蒙古包上升起缕缕炊烟。微风吹来，牧草飘动，马群、牛群、羊群飘来飘去，处处可见“风吹草低见牛羊”的优美景象。

(来到蒙古包)

这就是刚才我们在车上所看到的蒙古包。瞧，主人已出来迎接我们了，当然了，这可不是安排好的接待程序。在进蒙古包前，素以热情好客著称的蒙古牧民在听到有人来的脚步声时，他们总是走出包外热情迎接你。迎客时，他们将右手放在胸前，微微躬身施礼，随着“赛、赛白努”（好！您好！）的问候，客人被请入包内，男坐左，女坐右，主人坐中间，只要你一落座主人就会端上奶茶和各种奶制品请大家品尝，过一会儿，又会端上奶茶和各种奶制品请大家品尝，过一会儿，又会端上“手扒肉”，同时，还会向您献上“哈达”，敬上美酒。美酒和歌声在一起，就像蓝天和白支、绿草和鲜花在一起。在民间有无歌不成酒宴之说。草原牧人无论男女老少，人人都会唱，在敬酒中，代替美味佳肴的就是草原民歌和悠扬动听的马头琴广袤辽阔草原上的蒙古民族不仅能歌而且善舞。在这里，你不仅能看到传统的民族舞蹈。在这里，你不仅能看到传统的民族舞蹈，还会看到节奏欢快，舞步刚劲在现代民族舞蹈。现在我们就进蒙古包，当一回蒙古族牧民的客人。

## (走出蒙古包)

在蓝天白去之下，你看到一望无际的草原上，成群的牛羊，奔腾的骏马和有着娴熟骑马和有着娴熟骑马技能的牧民手持马杆、挥动马鞭，策马驰骋的英姿。想体验一下吗？胆大的不妨骑上蒙古马跑上几圈，要不骑上骆驼走一走，逛一逛，如果哪位不敢骑马或骆驼的话，没关系，坐一坐草原的“勒勒车”，也可找到游牧生活的乐趣。(介绍蒙古族人的身体状况)

到草原亲眼看看，蒙古族姑娘哪一个不是风姿绰约、挺拔健美？小伙子哪一个不是盘腿突露、充满谊气与力度？据说这与蒙古族追逐奔跑和马上运动的生活习惯有关，同时对长期以来养育了解空虚民族的奶茶和奶食品所起的壮盘健骨的作用也不可低估。(介绍蒙古族饮食习惯)

先说奶茶：主人把砖茶捣成碎末，加水煎熬，待茶水郑着茶末哗哗响起时，倒进鲜牛奶，喝着这样的奶茶，从风雪严寒归来的牧人顿时暖和了身子。一碗奶茶、一把炒米，或几块奶豆腐、几块羊肉，就算一顿美餐了，牧民的奶食品有奶干、奶皮子、奶豆腐、奶酒、奶酷和白油、黄油等。正餐可以肉食与面食调剂。

来到草原，不吃手扒肉，那才叫人遗憾呢！手扒肉是把洗净的全羊切成几大块放在清水里煮，开上两滚，离火起锅，持蒙古刀，边割边吃。蒙古人认为肉的外表刚变白，肉里透着微红的血丝，这才是最大限度的保留了肉的营养。(介绍蒙古族服饰)

草原上，一年四季都能看到穿蒙古袍的蒙古人。蒙古袍是古代牧民社会生产实践的产物。穿袍要配上腰带和头饰。袍子领高袖长，为的是保护脖子手腕不被蚊虫叮咬；袍身松弛宽展，既能马上运动自如，又可裹住膝盖腿腕不受风寒。而今，草原生活发生了巨大变化，各位服装已进入草原，但是，袍服

毕竟是蒙古族的文化遗产，在蒙古人眼里，蒙古袍已成了民族意识和民族观念的象征。(介绍蒙古包)

来到草原，亲眼见到了蒙古包，可是，你知道蒙古包流传的历史和它的构造吗？

根据《史记·匈奴列传》记载，早在唐尧、虞舜时，匈奴人的先祖就居住在“北地”，穿皮革、披毡裘、住穹庐，人人都知道的“天似穹庐，笼盖四野”中的“穹庐”就是淬至今的蒙古族毡帐——蒙古包。从那时算来，蒙古包的历史少说也有4000多年了，蒙古包——一个伟大民族浓缩的历史。

说说蒙古包的构造：牧民用石块垒起圆形房基，把木杆和皮毛绳穿成的“哈纳”（墙壁架）立在房基上，上面成斜坡状，并搭上“乌尼”（椽子）片。而后在“哈纳”和“乌尼”片的外面包上毛毡或兽皮，一座呈圆形尖顶的蒙古包就落成了，呈圆形蒙古包对大风雪阻力小，下雨时包顶不存水，门小且连着地，雪不易堆积，网状墙便于搬迁时折叠，适合游牧生活，这也许就是蒙古包的结构几千年不加改变的原因吧。

如果说蒙古包是蒙古人的家的话，那么草原特有的“勒勒车”就是蒙古人一个移动的“家”。

勒勒车“吱呀呀，吱呀呀”碾过的辙印究竟有多长？年代有多远？现已无法考证。勒勒车是以桦木为造车原料。车瓦、幅条、轮心、车轴、车辕、车架全用桦木做成，质地坚硬，着水受潮不易变形。勒勒车车轮又高又大，这是为什么呢？因为草原上的勒勒车常常要碾过茂密的草丛、浓厚的积雪、河边湖滨的沼泽地带，由于车轮高大，能避免陷车，畅通无阻。牧人倒扬（搬家），前边载人，后边拉货。勒勒车是草原牧人必备的家当和亲密的伙伴。(介绍蒙古族节庆)

草原上的节日有许多，但最有名的还算草原盛会——那达慕。“那达慕”蒙古语是娱乐、游艺、玩的意思。一般活动包括

赛马、摔跤、射箭和民族文艺表演等。那达慕历史悠久，早在700年前就闻名于世。现在的那达慕一般都在6、7月间举行。这时正是草原牧草茂盛、年头肥壮的丰收季节。牧民需要出售牲畜和畜产品、购买生活用品和生产资料，草原辽阔，牧民游牧，聚集一起，机会不多，所以，那达慕大会自然也就成了物资交流的大会。

文档为doc格式

## 内蒙古民俗导游词篇四

湘西土家族苗族自治州位于湖南省西北部，与湖北省、贵州省、重庆市接壤，面积15486平方公里，境内居住着土家族、苗族、回族、瑶族、侗族、白族等少数民族，人口264.58万人，其中土家族105万人，苗族86万人，少数民族占总人口的72.9%。辖吉首市和龙山、永顺、保靖、花垣、古丈、凤凰、泸溪七县。

### 苗族

苗族是一个十分好客的民族。有稀客、贵客来到苗寨，往往是主人家请客喝酒吃饭以后，主人家的兄弟、房族、友邻甚至全寨的人家都会接着来请，真可谓“一家客人全寨亲”。苗家请客大都有鸡、鸭、鱼、肉和木耳、香菇、豆腐、豆芽，以及富有民族特色的腌鱼、盐酸菜、香肠、血豆腐等菜肴。不仅要敬酒劝酒，还要唱古歌、飞歌助兴。

住房大多为木结构建筑，有平房和楼房两种，也有长方形的茅草房。多以大米为主食，玉米、小麦、红薯为辅；一些地方以玉米、荞麦和土豆为主食。饮酒的嗜好十分普遍。各地妇女服饰差异较大，多数地区妇女穿大领对襟短衣和长短不一的百褶裙，有的长及脚面，有的短至膝盖。部分地区妇女穿大襟右衽上衣，下着宽脚裤。有的上衣无领，衣袖和裤脚缘有宽大花边，头缠布头巾，戴耳环、项圈、手镯等饰物。苗

族妇女的头饰式样繁多，挽髻于头顶，配上各种式样的包头帕，有的包成尖顶、圆顶，有的把头发绕在支架上，高竖于头顶上。她们的盛装以黔东南的独具特色，把银饰钉在衣服上成“银衣”，头上戴着形如牛角的银质头饰，高达尺余。男子服装差别不大，多着大襟或对襟短衣，下穿长裤。部分地区男子穿麻布短衣或长衫，披编有几何图形的披肩或羊毛毡。

婚俗：婚前青年男女自由恋爱，多数以本人意愿与征求父母意见相结合。

丧葬：行土葬，葬礼较简朴，但均以芦笙奏哀乐。主要节日有苗年、春节、四月八、吃新节、龙船节、清明节。

礼节：宴会上，鸡头一定要敬给客人中的长者，鸡腿赐于年纪虽不大但不常来的远客。吃鱼时，主人往往将整条鱼敬给客人。有些地方还敬“牛角酒”、“梳子肉”，客人如一接受，主人最高兴。如有人酒量小，不喜肥肉，可说明情况，主人不勉强，但不吃饱喝足，则被视为看不起主人。

禁忌：“四月八”这天，各家不得役牛；参加送亲的人们一路上要小心行走，千万别把腿脚扭伤，否则会被认为不吉利；人死入葬后一个月内，家里人不能婚嫁，也不能唱歌或吹芦笙；有的地方过年节不许杀狗，更不许吃狗肉；禁止在寨子周围挖土，禁止砍伐寨子附近的古树；同辈男女都以兄弟姐妹相称，最忌“姐夫”、“妹夫”之称。

## 内蒙古民俗导游词篇五

女士们、先生们，你们好！

欢迎到呼伦贝尔观光游览！首先，我给大家介绍一下我们这个美丽的草原为什么叫呼伦贝尔草原。这里(呼伦贝尔)有一个美丽的传说。在很久的时候，草原上有一对情侣，姑娘叫呼



伦，小伙叫贝尔，一天妖魔莽古斯抢走了呼伦姑娘，吸干了草原上的水，使牧草枯黄，牲畜倒毙。为了救草原，救呼伦，贝尔日以继夜，长途跋涉寻找妖魔。由于劳累，使他昏倒在地。幻觉中，他看到了呼伦被妖术变成了一朵阿日楞花在风沙中受煎熬。贝尔醒后，用水浇灌，呼伦恢复了人身，妖魔不罢休，重新抢回了呼伦。为了救草原，呼伦设计智取了妖魔头上的神珠吞下，变成了湖水，同时，贝尔也杀死了众小妖。贝尔在湖边找不到呼伦，悲痛欲绝，纵身跃入湖中。顿时，山崩地裂，草原上形成了两个湖泊，呼伦湖和贝尔湖，乌尔逊河把两湖紧紧地联在一起。草原上的人们为了永远怀念他(她)们，就把这版草原取名为呼伦贝尔。

呼伦贝尔面积为250.557平方公里，现有266万人口，是以蒙古族为主体的民族，其中有达斡尔、鄂温克、鄂伦春、汉满、俄罗斯等36个民族组成。呼伦贝尔草原由于未受到污染，被人称之为“绿色净土”。

(进入草原时)

现在，我们已来到了呼伦贝尔大草原。你我远离了城市，远离了闹市，走进了草原，你看，草原犹如碧绿的地毯，绿茵茵、软绵绵。往远看，草原上盛开着无数种野花，星星点点的蒙古包上升起缕缕炊烟。微风吹来，牧草飘动，马群、牛群、羊群飘来飘去，处处可见“风吹草低见牛羊”的优美景象。

(来到蒙古包)

这就是刚才我们在车上所看到的蒙古包。瞧，主人已出来迎接我们了，当然了，这可不是安排好的接待程序。在进蒙古包前，素以热情好客著称的蒙古牧民在听到有人来的脚步声时，他们总是走出包外热情迎接你。迎客时，他们将右手放在胸前，微微躬身施礼，随着“赛、赛白努”(好!您好!)的问候，客人被请入包内，男坐左，女坐右，主人坐中间，只

要你一落座主人就会端上奶茶和各种奶制品请大家品尝，过一会儿，又会端上奶茶和各种奶制品请大家品尝，过一会儿，又会端上“手扒肉”，同时，还会向您献上“哈达”，敬上美酒。美酒和歌声在一起，就像蓝天和白支、绿草和鲜花在一起。在民间有无歌不成酒宴之说。草原牧人无论男女老少，人人都会唱，在敬酒中，代替美味佳肴的就是草原民歌和悠扬动听的马头琴广袤辽阔草原上的蒙古民族不仅能歌而且善舞。在这里，你不仅能看到传统的民族舞蹈。在这里，你不仅能看到传统的民族舞蹈，还会看到节奏欢快，舞步刚劲在现代民族舞蹈。现在我们就进蒙古包，当一回蒙古族牧民的客人。

### (走出蒙古包)

在蓝天白去之下，你看到一望无际的草原上，成群的牛羊，奔腾的骏马和有着娴熟骑马和有着娴熟骑马技能的牧民手持马杆、挥动马鞭，策马驰骋的英姿。想体验一下吗?胆大的不妨骑上蒙古马跑上几圈，要不骑上骆驼走一走，逛一逛，如果哪位不敢骑马或骆驼的话，没关系，坐一坐草原的“勒勒车”，也可找到游牧生活的乐趣。(介绍蒙古族人的身体状况)

到草原亲眼看看，蒙古族姑娘哪一个不是风姿绰约、挺拔健美?小伙子哪一个不是盘腿突露、充满谊气与力度?据说这与蒙古族追逐奔跑和马上运动的生活习惯有关，同时对长期以来养育了解空虚民族的奶茶和奶食品所起的壮盘健骨的作用也不可低估。(介绍蒙古族饮食习惯)

先说奶茶：主人把砖茶捣成碎末，加水煎熬，待茶水郑着茶末哗哗响起时，倒进鲜牛奶，喝着这样的奶茶，从风雪严寒归来的牧人顿时暖和了身子。一碗奶茶、一把炒米，或几块奶豆腐、几块羊肉，就算一顿美餐了，牧民的奶食品有奶干、奶皮子、奶豆腐、奶酒、奶酷和白油、黄油等。正餐可以肉食与面食调剂。

来到草原，不吃手扒肉，那才叫人遗憾呢！手扒肉是把洗净的全羊切成几大块放在清水里煮，开上两滚，离火起锅，持蒙古刀，边割边吃。蒙古人认为肉的外表刚变白，肉里透着微红的血丝，这才是最大限度的保留了肉的营养。（介绍蒙古族服饰）

草原上，一年四季都能看到穿蒙古袍的蒙古人。蒙古袍是古代牧民社会生产实践的产物。穿袍要配上腰带和头饰。袍子领高袖长，为的是保护脖子手腕不被蚊虫叮咬；袍身松弛宽展，既能马上运动自如，又可裹住膝盖腿腕不受风寒。而今，草原生活发生了巨大变化，各位服装已进入草原，但是，袍服毕竟是蒙古族的文化遗产，在蒙古人眼里，蒙古袍已成了民族意识和民族观念的象征。（介绍蒙古包）

来到草原，亲眼见到了蒙古包，可是，你知道蒙古包流传的历史和它的构造吗？

根据《史记·匈奴列传》记载，早在唐尧、虞舜时，匈奴人的先祖就居住在“北地”，穿皮革、披毡裘、住穹庐，人人都知道的“天似穹庐，笼盖四野”中的“穹庐”就是淬至今的蒙古族毡帐——蒙古包。从那时算来，蒙古包的历史少说也有4000多年了，蒙古包——一个伟大民族浓缩的历史。

说说蒙古包的构造：牧民用石块垒起圆形房基，把木杆和皮毛绳穿成的“哈纳”（墙壁架）立在房基上，上面成斜坡状，并搭上“乌尼”（椽子）片。而后在“哈纳”和“乌尼”片的外面包上毛毡或兽皮，一座呈圆形尖顶的蒙古包就落成了，呈圆形蒙古包对大风雪阻力小，下雨时包顶不存水，门小且连着地，雪不易堆积，网状墙便于搬迁时折叠，适合游牧生活，这也许就是蒙古包的结构几千年不加改变的原因吧。

如果说蒙古包是蒙古人的家的话，那么草原特有的“勒勒车”就是蒙古人一个移动的“家”。

勒勒车“吱呀呀，吱呀呀”碾过的辙印究竟有多长？年代有多远？现已无法考证。勒勒车是以桦木为造车原料。车瓦、幅条、轮心、车轴、车辕、车架全用桦木做成，质地坚硬，着水受潮不易变形。勒勒车车轮又高又大，这是为什么呢？因为草原上的勒勒车常常要碾过茂密的草丛、浓厚的积雪、河边湖滨的沼泽地带，由于车轮高大，能避免陷车，畅通无阻。牧人倒扬(搬家)，前边载人，后边拉货。勒勒车是草原牧人必备的家当和亲密的伙伴。(介绍蒙古族节庆)

草原上的节日有许多，但最有名的还算草原盛会——那达慕。“那达慕”蒙古语是娱乐、游艺、玩的意思。一般活动包括赛马、摔跤、射箭和民族文艺表演等。那达慕历史悠久，早在700年前就闻名于世。现在的那达慕一般都在6、7月间举行。这时正是草原牧草茂盛、年头肥壮的丰收季节。牧民需要出售牲畜和畜产品、购买生活用品和生产资料，草原辽阔，牧民游牧，聚集一起，机会不多，所以，那达慕大会自然也就成了物资交流的大会。