

नेपालको भौगोलिक अवस्थिति

पूर्वमा मेची नदी पश्चिममा महाकाली नदी उत्तरमा हिमालय पर्वत श्रेणी र दक्षिणमा नेपाल भारत सिमानाको रूपमा रहेको दसगजाभित्र रहेको नेपालको भौगोलिक अवस्थितिको बस्तुगत अध्ययनका लागि तलको तालिका अध्ययन गर्नुहोस् ।

| गोलाधर | उत्तरी | |
|------------------------------|--|---|
| महादेश | एसिया, दक्षिण एसिया | |
| नेपालको उत्तरमा | चीनको तिब्बत | |
| नेपालको दक्षिणमा | भारतको उत्तर प्रदेश र बिहार | भारतका जम्मा ५ वटा प्रदेशहरूले नेपाललाई छोएको |
| नेपालको पूर्वमा | भारतको सिक्किम र पश्चिम बंगाल | |
| नेपालको पश्चिममा | भारतको उत्तरांचल प्रदेश | |
| नेपाल भन्दा रुस | ११६ गुणा ठूलो | |
| नेपाल भन्दा चीन | ६५ गुणा ठूलो | |
| नेपालभन्दा भारत | २२ गुणा ठूलो | |
| नेपाल विश्वको (क्षेत्रफलमा) | ९३ औँ ठूलो (२१ औँ ठूलो भूपरिवेष्ठित) | |
| जनसंख्याको आधारमा | ४९ औँ | |
| विश्वको कूल क्षेत्रफलको | ०.०३% ओगटेको | |
| एसियाको कूल क्षेत्रफलको | ०.३% ओगटेको | |
| दक्षिण एसियाको | २.८% ओगटेको | |
| जम्मा अन्तर्राष्ट्रिय सीमाना | २९२६ कि.मी.(भारतसंग जोडिएको १६९० किमी र चीनसंग १२३६ कि.मी.) | |
| अक्षांश | २६ डिग्री २२ मिनेट उत्तरी अक्षांशदेखि ३० डिग्री २७ मिनेट उत्तरी अक्षांश | |
| देशान्तर | ८० डिग्री ४ मिनेट पूर्वी देशान्तरदेखि ८८ डिग्री १२ मिनेट पूर्वी देशान्तर | |
| कूल क्षेत्रफल | १४७१८१ वर्ग कि.मि. ➡ पाठ्यक्रम विकास केन्द्रले प्रकाशित गरेको बुकमा १४७६४१.२८ वर्ग कि.मि. उल्लेख भए पनि नेपाल सरकारले सो सार्वजनिक नगर्न निर्देशन दिएको । ➡ नापी विभागले १४८००६.६७ वर्ग कि.मि. प्रस्ताव गरे पनि नेपाल सरकारबाट स्वीकृत नभएको र सार्वजनिक पनि नगरेको । ➡ विकिपिडियामा १४७५१६ वर्ग कि.मि. उल्लेख गरे पनि सरकारी निकायद्वारा आधिकारिकता नपाएको । ➡ त्यसकारण पुरानैलाई आधिकारिक मान्ने । | |
| पूर्व पश्चिम औषत लम्बाइ | ८८५ किलोमिटर | |

| | |
|------------------------|---|
| उत्तर दक्षिण औषत चौडाई | १९३ किलोमिटर (अधिकतम २४१ कि.मि. न्यूनतम १४५ कि.मि.) |
| नेपालको प्रमाणिक समय | ग्रीनविच समयभन्दा ५ घण्टा ४५ मिनेट छिटो ८६ डिग्री १५ मिनेट पूर्वी देसान्तरमा पर्ने दोलखा जिल्लामा अवस्थित गौरीशंकर हिमाललाई आधार मानी २०४२/११ मा निर्धारण गरिएको) |

❖ नेपालको धरातलीय स्वरूप (३ भागमा विभाजन)

| प्रदेश | उचाई (समुद्री सतहबाट) | क्षेत्रफल | जिल्ला संख्या | जिल्लागत आधारमा क्षेत्रफल | वर्गीकरण |
|--------|-----------------------|-----------|---------------|---------------------------|--|
| हिमाली | ३००१-८८४८ मीटर | १५ % | २१ | ४२.५ | सिमान्त हिमाल भित्री हिमाल मुख्य हिमाल |
| पहाडी | ६०१-३००० मीटर | ६८% | ३५ | ३४.५% | मध्य भूमी महाभारत पर्वत चुरे पर्वत |
| तराई | ५८-६०० मीटर | १७% | २१ | २३% | भित्री मधेश भावर प्रदेश खास तराई |

हिमाली प्रदेशका विशेषता

- नेपालको १५% क्षेत्रफल रहेको ।
- चौडाई २५ कि.मि. देखि ५० कि.मि रहेको छ ।
- २१ जिल्लाहरु पर्दछन् । (धादिङ, रामेछाप, गोरखा, पूर्वी रुकुम र म्याग्दी थप गरिएका)
- ३००० मीटरदेखि ८८४८ मीटरसम्मको उचाईको भूभागमा फैलिएको छ ।
- ३ भागमा विभाजित गरी अध्ययन गरिन्छ ।
 - मुख्य हिमाल
 - भित्री हिमाल
 - सिमान्त हिमाल
- मुख्य पेशा पर्वतारोहण पर्यटन र पशुपालन
- शेर्पा, थकाली, लामा, भोटे आदि जातिको बसोवास स्थल
- प्रथम स्तरका नदीको मूहान स्थल
- अत्यन्त चिसो हावापानी भएकोले बसोबासका लागि अनुपयुक्त क्षेत्र
- लेकाली र हिमाली हावापानी पाइने ।
- हिमाली प्रदेशमा पर्ने जिल्लाहरु

| | | |
|--------------|-----------------|---------|
| १ ताप्लेजुङ | ४ दोलखा | ७ रसुवा |
| २ संखुवासभा | ५ रामेछाप | ८ धादिङ |
| ३ सोलुखुम्बु | ६ सिन्धुपाल्चोक | ९ गोरखा |

| | | |
|-----------------|------------|-------------|
| १० मनाङ | १४ जुम्ला | १८ बाजुरा |
| ११ मुस्ताङ | १५ कालिकोट | १९ वझाङ, |
| १२ डोल्पा | १६ मुगु | २० दाचुला |
| १३ पूर्वी रुकुम | १७ हुम्ला | २१ म्याग्दी |

- हिमाली प्रदेशको क्षेत्रफलमा सवैभन्दा ठूलो जिल्ला डोल्पा हो भने सवैभन्दा सानो जिल्ला रसुवा हो ।
जनसंख्यामा ठूलो घाँडि र सानो मनाङ हो ।

पहाडी प्रदेशका विशेषता

- नेपालको ६८% भूभाग ओगटेको ।
- चौडाई ७६ कि.मि. देखि १२५ कि.मि रहेको छ ।
- ३५ जिल्लाहरू पर्दछन् ।
- ६०० मीटरदेखि ३००० मीटरसम्मको उचाईमा फैलिएको छ ।
- ३ भागमा विभाजित गरी अध्ययन गरिन्छ ।
 - महाभारत पर्वत
 - मध्य भूमी
 - चुरे पर्वत
- मानव बसोबासका लागि उपयुक्त हावापानी पाईने प्रदेश
- वाहुन, क्षेत्री, मगर, गुरुङ्ग, राइ, लिम्बु, नेवार आदि जातजाति बस्ने क्षेत्र
- फलफूल र तरकारी खेतीका लागि उत्तम माटो पाइने
- मुख्य पेशा कृषि नै रहेको
- समशितोष्ण हावापानी पाईने
- पहाडी प्रदेशमा पर्ने जिल्लाहरू

| | | |
|--------------------|--------------|-------------------|
| १ पाँचथर, | १३ ललितपुर, | २५ पश्चिमी रुकुम, |
| २ इलाम, | १४ भक्तपुर, | २६ प्यूठान, |
| ३ तेह्रथुम, | १५ नुवाकोट, | २७ रोल्पा, |
| ४ धनकुटा, | १६ तनहुँ, | २८ सल्यान, |
| ५ भोजपुर, | १७ कास्की, | २९ जाजरकोट, |
| ६ खोटाङ, | १८ लमजुङ, | ३० दैलेख, |
| ७ ओखलढुंगा, | १९ स्याङ्जा, | ३१ सुर्खेत, |
| ८ उदयपुर, | २० पाल्पा, | ३२ अछाम, |
| ९ सिन्धुली, | २१ गुल्मी, | ३३ डोटी, |
| १० मकवानपुर, | २२ अछाखाँची, | ३४ डडेल्धुरा, |
| ११ काभ्रेपलान्चोक, | २३ पर्वत, | ३५ बैतडी |
| १२ काठमाडौँ, | २४ वाग्लुङ, | |

- पहाडी प्रदेशको क्षेत्रफलमा सवैभन्दा ठूलो जिल्ला सिन्धुली हो भने सवैभन्दा सानो जिल्ला भक्तपुर हो ।
जनसंख्यामा ठूलो जिल्ला काठमाडौँ र सानो तेह्रथुम हो ।

तराई प्रदेशका विशेषता

- नेपालको १७% भूभाग ओगटेको।
- चौडाई २५ कि.मि. देखि ३० कि.मि रहेको छ।
- २१ जिल्लाहरू पर्दछन्। (नवलपुर थप भएको)
- ६०० मीटरसम्मको उचाईमा फैलिएको छ।
- ३ भागमा विभाजित गरी अध्ययन गरिन्छ।
 - खास तराई
 - भावर प्रदेश
 - भित्री मधेश
- पाँचो माटो र समथर भूमी भएकोले कृषि कार्यको लागि उपयुक्त क्षेत्र
- थारु, यादव, धिमाल, सतार आदि जाति र मैथिली, भोजपुरी, अवधि भाषाको वाहुल्य क्षेत्र
- पूर्वाधार विकासमा सहजता रहेको
- उष्ण मौसमी हावापानी पाईने।
- तराईमा पर्ने जिल्लाहरू

| |
|---|
| १ भद्रा, १ रौतहट, १५ रुपन्देही, |
| २ मोरङ, १० बारा, १६ कपिलवस्तु, |
| ३ सुनसरी, ११ पर्सा, १७ दाङ, |
| ४ सप्तरी, १२ चितवन, १८ बाँके, |
| ५ सिराहा, १३ नवलपुर (पूर्वी) १९ बर्दिया, |
| ६ धनुषा, नवलपरासी, २० कैलाली, |
| ७ महोत्तरी, १४ नवलपरासी (पश्चिमी, २१ कंचनपुर |
| ८ सर्लाही, |

➔ तराई प्रदेशको क्षेत्रफलमा सवैभन्दा ठूलो जिल्ला कैलाली हो भने सवैभन्दा सानो जिल्ला पश्चिमी नवलपरासी हो। जनसंख्यामा ठूलो जिल्ला मोरङ र सानो नवलपुर (पूर्वी नवलपरासी) हो।

धरातलीय स्वरूप बिबिध

- ☞ नेपालको होचो हिमरेखा कहाँ पर्छ? -गोरखा जिल्लाको रुपनाला (४५०० मीटर)
- ☞ Hill station of Nepal भनेर कुन क्षेत्रलाई बुझिन्छ ? -महाभारत पर्वत
- ☞ लघु वा मध्य हिमालय भनेर कुन भूभागलाई भनिन्छ ? -महाभारत पर्वत
- ☞ भित्री हिमाललाई अर्को कुन नामले चिनिन्छ ? -भोट प्रदेश
- ☞ नेपालको अन्नभण्डार भनेर कुन क्षेत्रलाई बुझिन्छ ? - तराई
- ☞ चुरे पहाडलाई अर्को कुन नामले चिनिन्छ ?
 - कोशी पूर्व - चुलाचुली
 - वाग्मती पूर्व - भटवानी
 - दाङ देखुरीमा -डुन्दुवा
 - भारतमा - शिवालिक
 - बर्मा - इरावदी

☞ भावर प्रदेशले कति प्रतिशत भूभाग ओगटेको छ ?

-४.५

☞ भित्री मधेशले कति प्रतिशत भूभाग ओगटेको छ ?

-८.५

☞ भित्री मधेशको क्षेत्रफलमा सबैभन्दा ठूलो जिल्ला दाङ हो भने सबैभन्दा सानो जिल्ला नवलपुर (पूर्वी नवलपरासी) हो । जनसंख्यामा ठूलो जिल्ला चितवन र सानो सिन्धुली हो ।

| स्थानीय सरकार संचालन ऐन, २०७४ अनुसार जिल्लाको विभाजन | | | | |
|--|--------------------------------|--|---|-----------------------------------|
| हिमाली जिल्लाहरू (२१ जिल्ला) | पहाडी जिल्लाहरू (२८ जिल्ला) | भित्री मधेशका जिल्लाहरू (७ जिल्ला) | तराईका जिल्लाहरू (१८ जिल्ला) | उपत्यकाका जिल्लाहरू (३ जिल्ला) |
| १. ताप्लेजुङ | १. पाँचथर | १. उदयपुर | १. झापा | १. काठमाडौं |
| २. मखुवानभा | २. इलाम | २. सिन्धुली | २. मोरङ | २. नाल्तिपुर |
| ३. सोलुखुम्बु | ३. तेह्रथुम | ३. मकवानपुर | ३. सुनसरी | ३. भक्तपुर |
| ४. दोलखा | ४. धनकुटा | ४. चितवन | ४. सप्तरी | |
| ५. लिम्बुपाल्चोक | ५. भोजपुर | ५. नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पूर्व) | ५. धनुषा | |
| ६. रम्पा | ६. ओखलढुङ्गा | ६. दाङ | ६. सिराहा | |
| ७. मनाङ | ७. खोटाङ | ७. बाँके | ७. महोत्तरी | |
| ८. मुस्ताङ | ८. काभ्रेपलाञ्चोक | ७. सुर्खेत | ८. सर्लाही | |
| ९. डोल्पा | ९. नुवाकोट | | ९. रौतहट | |
| १०. हुम्ला | १०. लमजुङ | | १०. बारा | |
| ११. मुगु | ११. तनहुँ | | ११. पर्सा | |
| १२. जुम्ला | १२. कास्की | | १२. नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम) | |
| १३. कालिकोट | १३. स्याङ्जा | | १३. रुपन्देही | |
| १४. बाजुरा | १४. पर्वत | | १४. कापिलवस्तु | |
| १५. वफाङ | १५. वाग्लुङ | | १५. बाँके | |
| १६. दार्चुला | १६. पाल्पा | | १६. बर्दिया | |
| १७. धादिङ | १७. अर्घाखाँची | | १७. कैलाली | |
| १८. रामेछाप | १८. गुल्मी | | १८. कञ्चनपुर | |
| १९. गोरखा | २१. रुकुम पश्चिम | | | |
| २०. रुकुम पूर्व | २०. रोल्पा | | | |
| २१. म्याग्दी | २१. प्युठान | | | |
| | २२. मन्थली | | | |
| | २३. जाजरकोट | | | |
| | २४. दैलेख | | | |
| | २५. डोटी | | | |
| | २६. अछाम | | | |
| | २७. बैतडी | | | |
| | २८. डडेल्धुरा | | | |

स्पष्टीकरण

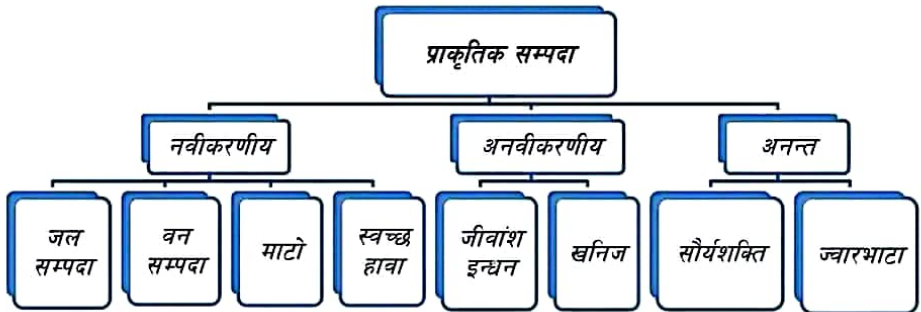
सेवा सुविधा प्रदान गर्ने र स्थानीय स्वायत्तताको अभ्यासलाई व्यवहारिक र प्रभावकारी बनाउन प्रशासनीक हिसावले यसरी ५ प्रकारको वर्गीकरण गरिएको भए पनि काठमाडौँ उपत्यकाका ३ वटा जिल्ला र भित्री मधेशका ७ वटा जिल्लामध्ये बढी भूभाग पहाडमा पर्ने ४ वटा (उदयपुर, सिन्धुली, मकवानपुर र सुर्खेतलाई भौगोलिक हिसावले पहाडका जिल्ला भन्नुपर्ने हुनाले पहाडमा जम्मा ३५ जिल्ला रहेको मान्नुपर्छ ।

भित्री मधेशमा पर्ने ७ वटा जिल्लामध्ये बढी भूभाग तराईमा पर्ने (चीतवन, नवलपुर र दाङलाई तराईका जिल्ला मान्नुपर्ने हुनाले तराईमा १८ र ३ गरी भौगोलिक हिसावले २१ जिल्ला रहेको मान्नुपर्छ ।

त्यसकारण धरातलीय स्वरूपको आधारमा ३ वटा प्रदेशको मात्र कुरा गर्दा हिमालमा २१, पहाडमा ३५ र तराईमा २१ जिल्ला रहेका छन् ।

नेपालको प्राकृतिक सम्पदाको जानकारी

प्रकृतिले प्रदान गरेका प्राणीका लागि उपयोगी र आवश्यक श्रोत साधनहरु नै प्रकृतिक सम्पदाहरु हुन । मानिसहरुले निर्माण गरेका साधनहरु बाहेक पृथ्वीमा रहेका सवै प्रकृति प्रदत्त श्रोत साधनहरुलाई प्राकृतिक सम्पदा भनिन्छ । मानव जिवनका लागि उपोयोगी हावा, पानी, माटो, खनिज, जैविक इन्धन, सौर्यशक्ति, पहाड, वनस्पति आदि प्राकृतिक सम्पदा अन्तरगत पर्दछन ।



❖ जल सम्पदा

- नेपालमा जम्मा कति नदिनाला छन् ? - करीव ६०००
- ११ कि.मि. भन्दा बढी लम्बाई भएका नदिनाला कति छन् ? - करीव १०००
- १६० कि.मि. भन्दा बढी लम्बाई भएका नदिनाला कति छन् ? - करीव १००
- नेपालको जलप्रवाह क्षमता कति छ ? - २२ लाख घनमिटर
- नेपालका नदीनालाबाट कूल जलविद्युत उत्पादन क्षमता कति छ ? - ८३००० मेगावाट
- नेपालको आर्थिक तथा प्राविधिक दृष्टिले जलविद्युत उत्पादन क्षमता कति छ ? - ४२००० मेगावाट
- सर्वोच्च स्थानबाट उत्पत्ति हुने नेपालको नदि कुन हो ? - अरुण
- नेपालका नदीनालाबाट कति भूभाग सिंचित गर्न सकिन्छ ? - ८० लाख हेक्टर
- डल्फिन पाइने नेपालको नदी कुन हो ? - कर्णाली
- नेपालका नदीनालाले कती भूभाग ओगटेको छ ? - ३.९%
- नेपालले विश्वको कुल जलश्रोतको कति %क्षमता रहेको छ ? - २.२७%

नेपाललाई नदीको आधारमा विभाजन

| ३ प्रदेश | क्षेत्र | सहायक नदी पूर्वदेखिपश्चिम | लम्बाई | वहावक्षमा | ठूलो र सानो नदी |
|----------|---------|---------------------------|--------|-----------|-----------------|
| | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| कोशीप्रदेश सप्तकोशी (सवैभन्दा ठूलो नदी) | पूर्वमा कंचनजंघा हिमालदेखि पश्चिममा लाङटाङ हिमालसम्म | तमोर अरुण दुधकोशी लिखु तामाकोशी मुनकोशी इन्द्रावती | ७२० कि.मी. तिब्बतको दुरासमेत | १५६४ घनमिटर प्रतिसेकेन्ड | ठूलो-अरुण मानो-लिखु |
| गण्डकीप्रदेश सप्तगण्डकी वा नारायणी (सवैभन्दा गहिरो नदी) | पूर्वमा लाङटाङ हिमालदेखि पश्चिममा धौलागिरी हिमालसम्म | त्रिशुली बुढीगण्डकी दरौदी मस्याङदी मादी सेतीगण्डकी कालीगण्डकी | ३३८ कि.मी. नेपाल भित्रको | १७१३ घनमिटर प्रतिसेकेन्ड | ठूलो- कालीगण्डकी मानो-त्रिशुली |
| कर्णालीप्रदेश कर्णाली (सवैभन्दा लामो नदी) | पूर्वमा धौलागिरी हिमालदेखि पश्चिममा व्यासअपि हिमालसम्म | सानोभेरी ठूलोभेरी मुगुकर्णाली तिला हुम्लाकर्णाली बुढीगंगा सेती | ५०७ कि.मी. नेपाल भित्रको | १३१६ घनमिटर प्रतिसेकेन्ड | ठूलो हुम्ला कर्णाली मानो तिला |

उदगमस्थलको आधारमा नदीको विभाजन

| ३ भागमा विभाजन | उदगमस्थल | उदाहरण |
|-------------------|---------------|--|
| पहिलो स्तरका नदी | हिमालय | कोशी, गण्डकी कर्णाली, महाकाली |
| दोश्रो स्तरका नदी | महाभारत पर्वत | मेची, बागमती, राप्ती, बबई, कन्काई, कमला |
| तेस्रो स्तरका नदी | चुरे पहाड | मनुस्मारा, गिर्सीया, बकाहा, हर्दिनाथ, मोहना |

विभिन्न नदीका उदगमस्थल

| नदी | उदगमस्थल | नदी | उदगमस्थल |
|----------|-------------------------------|------------|-----------------|
| अरुण | भोट । तिब्बत। अत्रिकता मुत | दुधकोशी | दुधकुण्ड |
| त्रिशुली | | इन्द्रावती | जुगल हिमाल |
| कर्णाली | | लिखु | गैल्वालिङ हिमाल |
| तामाकोशी | | कालीगण्डकी | मुस्ताङ लेक |
| मुनकोशी | | बुढीगण्डकी | गणेश हिमाल |

| | | | |
|-----------|-----------------------|--------------|-----------------|
| तमोर | | मस्याङ्दी | मनास्लु हिमाल |
| वाग्मती | वागद्वार | सेतीगण्डकी | अन्नपूर्ण हिमाल |
| विष्णुमती | सपनतिथं | मादी | अन्नपूर्ण हिमाल |
| महाकाली | अर्पहिमाल(लिपियाधुरा) | दरौदी | बुद्ध हिमाल |
| मेची | लालीखर्क | मुगु कर्णाली | लद्दाख हिमाल |
| कमला | सिन्धुलीगढी | सानो भेरी | धौलागिरी हिमाल |
| कन्काई | महाभारत पर्वत | ठूलो भेरी | मकुट हिमाल |
| वाणगंगा | चुरेडाडा(अर्घाखाँची) | सेती | सैपाल हिमाल |
| फिमूख | गौमुखी (प्यूठान) | बुढीगंगा | जगदुल्ला ताल |

बिभिन्ननदीकापौराणिकनाम

| नदी | पौराणिकनाम | नदी | पौराणिकनाम |
|----------|------------------------|------------|-------------------------|
| अरुण | महाप्रभा | दधकोशी | भद्रावती |
| त्रिसुली | त्रिशूलगंगा / धर्मधारा | इन्द्रावती | सत्यवाहिनी |
| कर्णाली | पञ्चेस्वरी | लिखु | हेमगंगा |
| तिनाउ | तिलोत्तमा | कालीगण्डकी | कृष्णगण्डकी |
| सुनकोशी | शुभश्रवा | बुढीगण्डकी | यशोधरा |
| तमोर | दुखःधी | मस्याङ्दी | शितप्रभा |
| राप्ती | अचिरावती | सेतीगण्डकी | शुक्लगंगा / शुवर्णसरिता |
| भाचाखुशी | भद्रवती | दरौदी | विश्वधारा |
| चेपे | चम्पावती | वाणगंगा | भगिरथी |
| धोवीखोला | रुद्रमती | टुकुचा | इच्छुमती |
| फिमूख | धर्मावती | हनुमन्ते | हनुमती |
| मनोहरा | मणिमती | तादी | सुर्यवती |

भोट (तिब्बत) मा मूल भएका नदीहरु (पूर्वदेखी पश्चिम)

| | | | | | |
|------|------|----------|---------|----------|----------------|
| तमोर | अरुण | तामाकोशी | सुनकोशी | त्रिशुली | हुम्ला कर्णाली |
|------|------|----------|---------|----------|----------------|

भारतमा पुगेपछि कुन नदीको नाम के नाले चिनिन्छ ?

| | | | |
|---------|----------|---------|--------|
| नेपालमा | भारतमा | नेपालमा | भारतमा |
| कोशी | दामोदर | कर्णाली | घाँघरा |
| कन्काई | विरिंग | महाकाली | शारदा |
| मेची | महानन्दा | ववई | सरयू |
| गण्डकी | गण्डक | | |

नदीका दोभानस्थल

| | | | |
|-------------|-----------|--------|--|
| नदी | दोभानस्थल | जिल्ला | |
| अरुण र तमोर | टयासिला | | |

| | | | |
|----------------------------|---------------|------------------------|--|
| लिखु र सुनकोशी | नवलपुर | रामेछाप र ओखलढुङ्गा | |
| इन्द्रावती र सुनकोशी | दोलालघाट | काभ्रेपलाञ्चोक | |
| त्रिशुली र वुढीगण्डकी | वेनीघाट | धादिङ | |
| दरौदी र मस्याङ्दी | मजुवाखैरेनी | तनहुँ | |
| सानोभेरी र ठूलोभेरी | रिम्ला | पश्चिम रुकुम र जाजरकोट | |
| अरुण र सभाखोला | तुम्लिङटार | संखुवासभा | |
| सेती र कर्णाली | बताला | डोटी | |
| इन्द्रावती र मेलम्ची खोला | मेलम्ची | सिन्धुपाल्चोक | |
| कालीगण्डकी र रिडी | वाग्लुङ | वाग्लुङ | |
| कालीगण्डकी र म्याग्दी खोला | दोबिल्ला/वेनी | वाग्लुङ र म्याग्दी | |
| कोका र कोशी | बराहक्षेत्र | सुनसरी | |
| ठूलो भेरी र नरसिंह घाट | नल्दी | जाजरकोट | |
| मस्याङ्दी र नारखोला | चामे | मनाङ | |
| मादी र सेती | दमौली | तनहुँ | |
| सेती र वाहुलीगाड | चैनपुर | बझाङ | |
| मोदी र कालीगण्डकी | कुश्मा | पर्वत | |

कुन नदी किनारामा कुन स्थानहरू

| स्थान | नदी | स्थान | नदी |
|------------|------------------|--------------|-------------------|
| काठमाण्डौ | वागमती | चैनपुर | पश्चिम सेती |
| विराटनगर | बक्राहा, केसल्या | बुटवल | तिनाउ |
| तुम्लिङटार | अरुण, सभा | वारा | लालवकैया |
| दमक | रतुवा | महेन्द्रनगर | महाकाली |
| जुम्ला | तिला | गमगढी | मुगु कर्णाली |
| तौलिहवा | वाणगंगा | जोमसोम | काली गण्डकी |
| धनगढी | मोहना | पुतली बजार | आंधी खोला |
| पनौती | पदमावली, लिलावती | नारायणघाट | नारायणी नदी |
| दमौली | मादी | दुनै | ठूलो भेरी |
| धनुषा | हर्दिनाथ | विरेन्द्रनगर | निकास खोला |
| तुल्सीपुर | पातुखेला | मन्थली | तामाकोशी |
| वाह्रविसे | भोटेकोशी | भरतपुर | नारायणी |
| वेशी शहर | मस्याङ्दी | कुप्पा | माडी, काली गण्डकी |
| चौरजहरी | ठूलो भेरी | बराह क्षेत्र | कोशी, कोकाह |
| पोखरा | सेती गण्डकी | | |

कुन ताल कुन जिल्लामा?

| | |
|-----------|-----------------------|
| ताप्लेजुङ | सिन्धु ताल, जलजले ताल |
| पाँचथर | जोरपोखरी |
| इलाम | माईपोखरी |

| | |
|---------------|--|
| संखुवासभा | सभापोखरी, सिद्धपोखरी, मत्स्यपोखरी |
| तेह्रथुम | चिडलिङ पोखरी |
| भोजपुर | साल्पापोखरी |
| मोरङ | चुलीपोखरी |
| सुनसरी | सूर्यकुण्ड |
| ओखलढुंगा | दुधकुण्ड |
| खोटाङ | बराह पोखरी, छितापोखरी |
| उदयपुर | रौताहा पोखरी, जोगीदह |
| धनुषा | रामसागर, रत्न सागर, गंगा सागर, धनुष सागर, ज्ञानकुण्ड |
| बारा | कामिनी दह |
| पर्सा | घडीअर्वा ताल, बन्जारी ताल, बैघीमाई ताल, छपकैया ताल |
| दोलखा | जटापोखरी, छोरोल्पा हिमताल |
| चीतवन | बिसहजारी ताल, नन्दभाउजु ताल, मुजुराताल, तमोरघैला ताल, कसरा ताल |
| धादिङ | गंगाजमुना कुण्ड |
| काठमाडौं | रानीपोखरी, पानीपोखरी, नागपोखरी, कमलपोखरी, टौदह, कटुवालदह |
| भक्तपुर | सिद्धपोखरी |
| सिन्धुपाल्चोक | बौलाहा पोखरी, पाँच पोखरी, तारा खस्ने पोखरी |
| रामेछाप | दिमी पोखरी |
| मुस्ताङ | दामोदरकुण्ड |
| म्याग्दी | भाले बास्ने ताल |
| मनाङ | पुगेन ताल, तिलिचो ताल, कजिन सारा लेक |
| लमजुङ | देउ पोखरी |
| गोरखा | कल्छुमन ताल, काल ताल रुक्चे ताल |
| पर्वत | खरीबराह |
| बाग्लुङ | रुद्र ताल, जाल्पा ताल, गनाउने भुइफुङ्ग ताल |
| रुपन्देही | गजेडीताल |
| कपिलबस्तु | जगदीशपुर ताल, जाखिरा ताल |
| पाल्पा | सत्यवती ताल, नन्दन ताल, सुके ताल |
| दाङ | भोटे दह, चिरिंगे दह, किचकिनी दह, बाह्रकुने ताल |
| बर्दिया | बुढैया ताल |
| अर्घाखाँची | ठाडा दह, स्याङलाङ दह |
| रुकुम | रुक्मिणी दह, रुकुमकोट दह, स्यापु ताल |
| सल्यान | कुभिन्दे दह |
| डोल्पा | शेफोक्सुन्डो ताल, जगदुल्ला ताल, पूथा दह |
| सुर्खेत | बुलबुले ताल, सिम्रखानी दह, मुरली दह, खौदह |
| मुगु | ऋणमोक्ष दह, छाँयानाथ दह, रारा ताल |
| जुम्ला | गिरी दह, बिष्टदह, शेख दह |
| कैलाली | घोडाघोडी ताल |

| | |
|---------|-----------------------------------|
| कंचनपुर | फिलमिला ताल, बेतकोट ताल, रानी ताल |
| बाजुरा | बुढीनन्दा |
| बझाङ | सुर्मा सरोवर |
| अछाम | रामारोसन ताल |
| डोटी | सुन दह, खप्तड ताल |

नेपालका प्रमुख झरनाहरू

| झरना | पर्ने जिल्ला | झरना | पर्ने जिल्ला |
|---------------------------------------|---------------|---------------------------------|--------------|
| पञ्चाल | कालिकोट | दिपुङ्गु झरना | खोटाङ्ग |
| ह्यातुङ | तेह्रथुम | सुशाङ्ग सप्पु झरना | पाँचथर |
| टिपताला | ताप्लेजुङ | नमस्ते झरना | धनकुटा |
| टोडके झरना | इलाम | डेभिज फल्स, खुदी झरना | कास्की |
| ओडारी खोलाको झरना, खुवा झरना | उदयपुर | गंगा जमुना झरना, खहरे खोला झरना | धादिङ |
| पोकली झरना, रातमाटे झरना, चिखुवा झरना | ओखलढुंगा | रुप्से झरना, तातोपानी झरना | म्याग्दी |
| पाँच पोखरी झरना | रामेछाप | फुङफुङ झरना | नुवाकोट |
| गुम्छाथाल झरना, भैरवकुण्ड झरना | सिन्धुपाल्चोक | सुलिगाढ झरना, पाउली गाउँको झरना | डोल्पा |
| तीनधाइखोलाको झरना | काभ्रे | सुनसर झरना | रोल्पा |
| छरछरे, वैकुण्ठ झरना | पाल्पा | तिलखुवा झरना | अर्घाखाँची |
| सहश्रधारा झरना | पर्वत | चेपेनदीको झरना | मनाङ |
| सेती नदी झरना, वाउलीगाड झरना | बझाङ | भेलछेडन, जोरपानी झरना | डोटी |
| पुरन्धारा झरना, धागे झरना | दाङ | द्वारीखोलाको झरना | दैलेख |

नेपालका प्रमुख गुफाहरू

| गुफा | जिल्ला | गुफा | जिल्ला |
|-----------------------------|--------|----------------|----------|
| पाताल भुमेश्वर | बैतडी | वांकोट गुफा | जाजरकोट |
| गुप्तेश्वर गुफा (भालु दुलो) | पर्वत | अलपेश्वर गुफा | पर्वत |
| सिद्धगुफा | तनहुँ | व्यास गुफा | तनहुँ |
| गुप्तेश्वर गुफा | कास्की | शितल गुफा | कास्की |
| महेन्द्र गुफा | कास्की | बिचित्र गुफा | गुल्मी |
| चमेरे गुफा | कास्की | गौमुखी गुफा | तेह्रथुम |
| सिद्ध चमेरे गुफा | दाङ | सिवजी गुफा | भोजपुर |
| हलेसी गुफा | खोटाङ | सिद्धकाली गुफा | भोजपुर |
| गणेश गुफा | जुम्ला | | |

| | | | |
|---------------|--------|--|--|
| पाण्डव गुफा | जुम्ला | | |
| नाकेदुला गुफा | जुम्ला | | |

नेपालका केही प्रमुख ऐतिहासिक दरवारहरू

| दरवार | जिल्ला | दरवार | जिल्ला |
|---------------|---------|-------------------|-----------|
| जगतिपुर दरवार | जाजरकोट | हरिहरपुरगढी दरवार | सिन्धुली |
| दुल्लु दरवार | दैलेख | सिन्धुलीगढी दरवार | सिन्धुली |
| हिलिहाड दरवार | पाँचथर | वरुवा दरवार | वारा |
| पुरेनवा दरवार | गौतहट | लोमान्थाङ दरवार | मुस्ताङ |
| चौदण्डी दरवार | उदयपुर | जुगे दरवार | मकवानपुर |
| इस्मा दरवार | गुल्मी | अजैमेरु कोट | डडेल्धुरा |
| रानीमहल | पाल्पा | गल्कोट दरवार | वाग्लुङ |

❖ नेपालमा वन सम्पदा

- हाल नेपालमा कूल वनजंगल क्षेत्र कति छ ? - ४४.७४
- हाल नेपालमा कूलवन क्षेत्र कति छ ? - ४०.३६
- हाल नेपालमा कूलबुट्यान क्षेत्र कति छ ? - ४.३८
- औसत रुख संख्या प्रतिहेक्टर कति छ ? - ४३०
- जम्मा वनस्पति मध्ये साल प्रजाति कति छ ? - १९ %
- कहिल्यै पात नभर्ने वनस्पति कुन हो ? - खजुर
- जिबहरु जस्तै हिडडुल गर्ने वनस्पति कुन हो ? - मेनगोब
- तराईको जंगललाई के भनिन्छ ? - भोरा
- पहाडको जंगललाई के भनिन्छ ? - पातल
- सेतो लालिगुरासलाई के भनिन्छ ? - चिमाली
- नेपालमा वृक्षारोपण शुरु कहिलेदेखि भयो ? - वि.सं. २००२

नेपालमा पाइने वनका प्रकार

(क) उष्णप्रदेशीय सदावहार जङ्गल (Sub Tropical Evergreen Forest)

तराई, भावर, दुन, चुरे पर्वतको १,२०० मिटरसम्मको उचाइमा पाइने उष्णप्रदेशीय सदावहार जङ्गलमा गर्मी र वर्षा यथेष्ट मात्रामा हुनेहुँदा यहाँकारूखहरू अग्ला, मोटा, बलिया र सधैं हरियाभरिया हुन्छन् । पूर्वदेखि पश्चिमसम्मसमानान्तर रूपमा रहेको यो जङ्गल पहिले चार कोशसम्म फैलिएकोले यसलाईचारकोशे भाडी पनि भनिन्छ । यहाँ साल, सिसौ, खयर, सिमल आदि प्रमुखवनस्पतिका साथै साँवे, ढड्डी, गाँज पनि पाइन्छन् । यस जङ्गलमा हाती, गैडा,वाघ, भालु, मृग आदि वन्यजन्तु पाइने हुँदा यो क्षेत्र आर्थिक तथा जैविक दृष्टिलेनिकै महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

(ख) समशितोष्ण पतझर जङ्गल (Temperate Deciduous Forest)

नेपालमा १,२०० मिटरदेखि २,१०० मिटरसम्मको उचाइसम्म चुरे पहाडको माथिल्लो भाग, मध्यभाग र महाभारत पर्वतको तल्लो भागमा पाइने समशितोष्ण पतझर जङ्गलमा पाइने रूख अग्ला र मोटा हुन्छन् ।

तल्लो भाग सघन छायाँदारभए पनि माथिल्लो भाग चिसो हुनुका साथै तुसारो पर्ने भएकाले अधिकांशपातपतझर भर्ने हुँदा यो वन शूङ्खलालाई पतभर भनिएको हो । उच्च भागमाकेही मात्रामा पतभर र कोणधारी रूखहरूको मिश्रित जङ्गल पाइन्छ । यहाँपाइने कडा र नरम जातका सदावहार, पतभर र कोणधारी रूखमध्येसल्ला, देवदारू, चाँप, कटुस, ओखर, पिपल, चिलाउने, वर, सिमल,पलाँस, लाँकुरी, चाँप प्रमुख छन् । यस्तो वन उष्णप्रदेशीय सदावहारजङ्गलभन्दा कम गुणस्तरको मानिन्छ ।

(ग) समशीतोष्ण कोणधारी जङ्गल(Coniferous Forest)

महाभारत पर्वतको माथिल्लो भाग तथा हिमाल पर्वतको तल्लो भागमा २,१०१ मिटरदेखि३,३५० मिटरसम्मको उचाइमा कोणधारी जङ्गल पाइन्छ । यहाँ वर्षैभरि चिसो हुने रहिमपात भैरहने हुँदा रूख र रूखका पातहरू कोणजस्तै चुच्चो परेका हुन्छन् । यँहाकोमाटो सेपिलो हुनेहुँदा सदावहार जङ्गल हुन्छ । यहाँ मझौला नरम जातका रूख पाइने र यसमा पनि वेतवाँस,उत्तिस, वाँस, गुँरास, भोजपत्र, धुपी आदि उल्लेख्य मात्रामा रहेका छन् ।

(घ) लेकाली वनस्पति वा घाँसे मैदान(Alpine Forest)

नेपालमा ३,३५१ मिटरदेखि ५,००० मिटरसम्मको उचाइमा कम तापक्रम र कमवर्षा हुने पहाडी तथा तल्लो हिमाली क्षेत्रमा पाइने वनस्पतिलाई लेकाली वनस्पतिभनिन्छ । यो उचाइमा चिसो र शुष्क जलवायु पाइने हुदाँ यहाँ अग्ला, मोटा रकडा जातका रूखहरू सघिन सक्दैनन् । लेकाली वनस्पतिमध्ये कम उचाइका गुराँस, निगले र केही भाडीजस्ता रूखहरू ३,६०० मिटरसम्मको उचाइमापाइन्छन् भने त्योभन्दामाथि घाँसका ठुला ठुला फाँटहरू पाइन्छन् । माथिल्लोभागमा रङ्गाविरङ्गका वुकी फूल, जडिवुटीहरू पाइन्छन् ।

(ङ) शीत मरूभूमिको वनस्पति(Tundra Vegetaion)

नेपालमा ५००० मिटरको उचाइभन्दामाथि हिँउ पर्नेहुँदा यहाँ वनस्पतिहरू उम्रिन नसक्ने भएकाले हिउँ नअड्ने भिरालो ठाँउमा काई र लेउ मात्र पाइन्छन् । उम्रिनर हुर्कन नसक्ने यस्तो ठाँउमा उम्रेका लेउ र भ्याउलाई टुण्ड्रा वनस्पति वा शीतमरूभूमिको वनस्पति भनिन्छ ।

❖ नेपालमा जम्मा संरक्षित क्षेत्र

| जम्मा संरक्षित क्षेत्र | | ३४४१९.७५ वर्ग कि.मि.(२३.३९%) |
|------------------------|--------|------------------------------|
| राष्ट्रिय निकुञ्ज | १२ वटा | ११८०६.०२ वर्ग कि.मि. |
| वन्यजन्तु आरक्ष | १ वटा | १७५ वर्ग कि.मि. |
| शिकार आरक्ष | १ वटा | १३२५ वर्ग कि.मी |
| संरक्षण क्षेत्र | ६ वटा | १५४२५.९५ वर्ग कि.मी. |
| मध्यवर्ती क्षेत्र | १३ वटा | ५६८७.७८ वर्ग कि.मी. |

राष्ट्रिय निकुञ्ज

| | |
|---|---|
| <p>चितवन राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ नेपालको सबैभन्दा पुरानो राष्ट्रिय निकुञ्ज ➤ २०३० सालमा स्थापना भएको ➤ ९५२.६३ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ चितवन, मकवानपुर, पर्सा र नवलपुरमा फैलिएको ➤ एकसिंगे गैडाका लागि प्रसिद्ध ➤ विश्व सम्पदा सूचीमा सुचिकृत (१९८४मा) | <p>सगरमाथा राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ विश्वकै सबैभन्दा अग्लो स्थानमा रहेको राष्ट्रिय निकुञ्ज ➤ २०३२ सालमा स्थापना भएको ➤ ११४८ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ सोलुखुम्बु जिल्लामा पर्ने ➤ विश्व सम्पदा सूचीमा सुचिकृत (१९७९मा) |
| <p>रारा राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ नेपालको सबैभन्दा सानो राष्ट्रिय निकुञ्ज ➤ २०३२ सालमा स्थापना भएको ➤ १०६ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ मुगु र जुम्ला जिल्लामा फैलिएको ➤ सबैभन्दा ठूलो रारा ताल यसैभित्र पर्ने | <p>लाङटाङ राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०३२ सालमा स्थापना भएको ➤ १७१० वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ सिन्धुपाल्चोक, रसुवा र नुवाकोट जिल्लामा पर्ने ➤ हाब्रेका लागि प्रसिद्ध राष्ट्रिय निकुञ्ज |
| <p>बर्दिया राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०३२ सालमा स्थापना भएको ➤ २०४५ सालमा आरक्षबाट राष्ट्रिय निकुञ्ज भएको ➤ ९६८ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ बर्दिया जिल्लामा अवस्थित ➤ बाघ, हात्ती, गोही आदि पाईने | <p>शे फोक्सुण्डो राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ सबैभन्दा ठूलो राष्ट्रिय निकुञ्ज ➤ २०४० सालमा स्थापना भएको ➤ ३५५५ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ डोल्पा र मुगु जिल्लामा पर्ने ➤ तिब्बती खरायो, निलभेडा, कस्तुरी, याक आदि पाईने |
| <p>खप्तड राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ खप्तड स्वामीको नामबाट नामाकरण भएको ➤ २०४२ सालमा स्थापना भएको ➤ २२५ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ बझाङ, बाजुरा, अछाम र डोटी जिल्लामा पर्ने ➤ मृग, रतुवा, घोरल, ब्याँसो, डाँफे, मुनाल, हिउँचिचुवा आदि पाईने | <p>मकालु बरुण राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०४८ सालमा स्थापना भएको ➤ १५०० वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ संखुवासभा र सोलुखुम्बु जिल्लामा पर्ने ➤ पाण्डा, दुर्लभ चराचुरङ्गी, हिउँ चितुवा आदि पाईने ➤ अरुण उपत्यका यसै निकुञ्जमा पर्ने |
| <p>शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०५८ सालमा स्थापना भएको ➤ १५९ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ काठमाडौँ, सिन्धुपाल्चोक र नुवाकोट जिल्लामा पर्ने ➤ बाघ, भालु, चितुवा, मृग, वदेल, जंगली | <p>बाँके राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०६७ सालमा स्थापना भएको ➤ ५५० वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ बाँके, सल्यान र दाङ जिल्लामा पर्ने ➤ बाघ, जरायो, भालु आलि पाईने |

| | |
|---|--|
| <p>विरालोआदि पाईने</p> <p>पर्सा राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०४० सालमा स्थापना भएको ➤ पहिला बन्त्यजन्तु आरक्ष रहेकोमा हाल २०७४ सालमा राष्ट्रिय निकुञ्ज घोषणा भएको ➤ ६२७.३९ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ चितवन, मकवानपुर, बारा र पर्सा जिल्लामा अवस्थित ➤ जंगली हात्ती, बाघ, भालु नौसिंगा आदि पाईने ➤ राष्ट्रिय निकुञ्ज घोषणा भई परिवर्तनको चरणमा रहेको | <p>शुक्लाफाँटा राष्ट्रिय निकुञ्ज</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०३९ सालमा स्थापना भएको ➤ ३०५ वटर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएका ➤ कञ्चनपुर जिल्लामा पर्ने ➤ बाढसिंगेका लागि प्रसिद्ध राष्ट्रिय निकुञ्ज ➤ २०७३/९।७ मा राष्ट्रिय निकुञ्ज घोषणा भएको |
|---|--|

बन्त्यजन्तु आरक्ष

| |
|--|
| <p>कोशिटप्पु बन्त्यजन्तु आरक्ष</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ नेपालको सवैभन्दा सानो बन्त्यजन्तु आरक्ष ➤ २०३२ सालमा स्थापना भएको ➤ १७५ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ सप्तरी र सुनसरी जिल्लामा अवस्थित ➤ अर्नाका लागि प्रसिद्ध बन्त्यजन्तु आरक्ष |
|--|

शिकार आरक्ष

| |
|--|
| <p>ढोरपाटन शिकार आरक्ष</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०४४ सालमा स्थापना भएको ➤ १३२५ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ बाग्लुङ, म्याग्दी र पूर्वी रुकुम जिल्लामा अवस्थित ➤ नेपालको एक मात्र शिकार आरक्ष ➤ निलो भेडा, थार, वदेल, घोरल, नाउर आदि पाईने |
|--|

संरक्षण क्षेत्र

| | |
|---|--|
| अन्नपूर्ण संरक्षण क्षेत्र <ul style="list-style-type: none"> ➤ नेपालको सबैभन्दा ठूलो संरक्षण क्षेत्र ➤ २०४९ सालमा स्थापना भएको ➤ ७६२९ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ कास्की, लमजुङ, म्याग्दी, मुस्ताङ र मनाङ जिल्लामा पर्ने ➤ हिउँ चितुवा, कस्तुरी मृग, चिरु, तिब्बती खरायो, तिब्बती गधा, नाउआदि पाईने | कंचनजंघा संरक्षण क्षेत्र <ul style="list-style-type: none"> ➤ नेपालको सबैभन्दा पूर्वमा अवस्थित ➤ २०५४ सालमा स्थापना भएको ➤ २०३५ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ ताप्लेजुङ जिल्लामा पर्ने ➤ हिउँ चितुवा, कस्तुरी मृग, हिमाली भालु, ब्वाँसो आदि पाईने |
| मनास्लु संरक्षण क्षेत्र <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०५५ सालमा स्थापना भएको ➤ १६६३ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ गोरखा र मनाङ जिल्लामा पर्ने ➤ हिउँ चितुवा, कस्तुरी मृग, नाउर, झारल आदि पाईने | अपिनाम्पा संरक्षण क्षेत्र <ul style="list-style-type: none"> ➤ अपि, नाम्पा लगायतका हिमाल अवस्थित संरक्षण क्षेत्र ➤ २०६७ सालमा स्थापना भएको ➤ १९०३ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ दार्चुला जिल्लामा पर्ने ➤ हिउँ चितुवा, कस्तुरी मृग, हाब्रे, रतुवा, ब्वाँसो आदि पाईने |
| गौरीशंकर संरक्षण क्षेत्र <ul style="list-style-type: none"> ➤ २०६६ सालमा स्थापना भएको ➤ २१७९ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ दोलखा, रामेछाप र सिन्धुपाल्चोक जिल्लामा पर्ने ➤ हिउँ चितुवा, कस्तुरी मृग, ब्वाँसो, सालक आदि पाईने ➤ जटा पोखरी, बहुला पोखरी, च्छो रोल्पा हिमताल, आदि पर्ने | कृष्णसार संरक्षण क्षेत्र <ul style="list-style-type: none"> ➤ नेपालको सबैभन्दा सानो संरक्षण क्षेत्र ➤ २०६५ सालमा स्थापना भएको ➤ १६.९५ वर्ग किमि क्षेत्रफलमा फैलिएको ➤ बर्दिया जिल्लामा पर्ने ➤ कृष्णसार संरक्षणका लागि स्थापना भएको |

नेपालका संरक्षित वन्यजन्तु

स्तनधारी जीव :- २६ प्रजाति

चरा:- ९ प्रजाति

घस्रने जीव:- ३ प्रजाति

रामसार सूचीमा समावेश भएका नेपालका सिमसार क्षेत्रहरु

| क्र.सं. | सिमसार क्षेत्रको नाम | क्षेत्रफल(हेक्टरमा) | सुचिकृत गरिएको वर्ष (सन्) | पर्ने जिल्ला |
|---------|---------------------------|---------------------|---------------------------|-----------------|
| १ | कोशीटप्पु वन्यजन्तु आरक्ष | १७५०० | १९८७ डिसेम्बर १७ | सुनसरी र सप्तरी |
| २ | विसहजारी ताल | ३२०० | २००३ अगस्त १३ | चीतवन |
| ३ | घोडाघोडी ताल | २५६३ | | कैलाली |
| ४ | जगदीशपुर जलाशय | २२५ | | कपिलवस्तु |
| ५ | रारा ताल | १५८३ | २००७ सेप्टेम्बर २३ | मृग |

| | | | | |
|----|------------------------------|-------|------------------|------------|
| ६ | शेफोक्सण्डो ताल | ४९४ | | डोल्पा |
| ७ | गोसाइकुण्ड | १०३० | | रसुवा |
| ८ | गोक्यो ताल र आसपासको क्षेत्र | ७७७० | | सोलुखुम्बु |
| ९ | माइपोखरी | ९० | २००८ अक्टोबर २८ | इलाम |
| १० | पोखरा ताल समूह | २६१०६ | २०१६ फेब्रुअरी २ | कास्की |

पृष्ठभूमि

सन् १९७१ फेब्रुअरी २ मा इरानको रामसार भन्ने ठाउँमा विश्वभरिका सिमसार क्षेत्रको पहिचान, संरक्षण र संवर्धन गर्ने उद्देश्यले भएको सन्धिलाई रामसार सन्धि भनिन्छ । यसले विश्वका प्रमुख सिमसार क्षेत्रहरू पहिचान गरी तिनीहरूको संरक्षण गर्न एउटा सुची प्रकाशित गर्ने प्रवन्ध गर्यो जसलाई रामसार सुची भनिन्छ । नेपालले यस सन्धिमा सन् १९८७ मा हस्ताक्षर गरेको हो । नेपालका ती १० वटा सिमसार क्षेत्रको कूल क्षेत्रफल ६०५६१ हेक्टर रहेको छ । रामसार सुचीमा समावेश गरीएको सबैभन्दा ठूलो सिमसार क्षेत्र पोखरा ताल समूह हो भने सानो माइपोखरी हो । सिमसार दिवस फेब्रुअरी २ मा पर्छ ।

❖ नेपालमा माटो

नेपालमा माटोका प्रकार

| माटोका प्रकार | निर्माण प्रकृया | पाइने स्थान | उत्पादन | विशेषता |
|---------------------|--|---------------------------------|-------------------------------------|---|
| पांगो माटो | नदीले बगाई ल्याएको माटो, बालुवा र भारपातबाट | तराई र बेसी | तेलहन, धान, उखु, सनपाट, सुर्ती | कृषि कार्यका लागि उत्तम चुन, फस्फोरस,पोटास पाइने |
| बलौटे पत्थरिलो माटो | नदीद्वारा जम्मा भएको बालुवा, कंकड, पत्थरबाट | चुरे, भित्री मधेश र भावर प्रदेश | साल, मिसौ लगायतका कडा खालका वनस्पति | उर्वराशक्ति कम जंगलले ढाक्ने |
| रातो फुस्रो माटो | टुक्रिएका चट्टानमा सडेका भारपात मिलेर बनेको | महाभारतका ठाडा भीर | फलफूल, चिया, आलु, मकै, कोदो | अम्ल तत्व बढी हुने रातो रंग |
| तलैया माटो | उपत्यकाका ताल सुकेर प्रशस्त सडेका भारपात मिलि बनेको माटो | काठमाडौं लगायतका उपत्यका | धान, गहुँ, सागपात | कालो रंग कृषिका लागि सर्वोत्तम कम वर्षामा पनि खेती गर्न सकिने |
| हिमाली माटो | हिमनदीले थुपारेको माटो, बालुवा, कङ्कड, पत्थर आदि मिलेर | भित्री र उच्च हिमाली क्षेत्र | मकै, जौ, आलु, फापर | उर्वराशक्ति न्यून |

माटो सम्बन्धी विविध जानकारी

- १ से.मी. माटो वन्न कति समय लाग्छ ? -१०० देखि ४०० वर्ष
- नेपालमा माटो संरक्षणको प्रयास कहिलेदेखि भयो? -वि.सं. २००२
- नेपालमा १^०भन्दा कम भिरालो समथर भूमी कति छ ? -१३.६ %
- नेपालमा २०^० भन्दा बढी भिरालो भूमी कति छ ? -५८.८ %
- नेपालमा औषत खेतियोग्य भूमी कति छ? -१८ %
- वर्तमान भूउपयोग नीति कहिले तर्जुमा भएको हो? -२०६९

माटोमा कुन पदार्थ कति पाइन्छ ?

| पदार्थ | प्रतिशत | पदार्थ | प्रतिशत |
|--------------------|---------|--------|---------|
| खनिज | ४५% | हावा | २०-३०% |
| प्राङ्गारिक पदार्थ | ५% | पानी | २०-४०% |

नेपालमा खनिज

| क.सं. | खनीज | पाइने ठाँउहरु |
|-------|------------|--|
| १ | फलाम | फूलचोकी, धौवाडी, ठोसे, चितवन, कूलेखानी, भैसे, प्युठान, बझाङ, डोटी, जन्तर, लक्ष्मी, फर्पिङ |
| २ | तामा | तामाखानी, सीमाखानी, कूलेखानी, वृद्धखोला, बाप्सा, बाह्रविसे, मार्फा, वन्दीपुर, ओखलढुङ्गा, इलामडाँडा, म्याग्दी |
| ३ | अभ्रख | भोजपुर, डोटी, चैनपुर, सिन्धुलीगढी, ज्यामिरे, निव्वा गाँउ, रसुवा, बझाङ, लमजुङ, गोसाइँकण्ड, सुन्दरीजल |
| ४ | चुनढुङ्गा | चोभार, भैसे, धनकुटा, मोरङ, चितवन, मकवानपुर, पाल्पा, गोदावरी, सुर्खेत |
| ५ | सीसा | गणेशहिमाल, फूलचोकी, मकवानपुर, वाग्लुङ, मार्फा, गल्कोट, तिप्लीङ, वैतडी |
| ६ | जस्ता | गणेशहिमाल, फूलचोकी, माजेर खोला, नाम्पा |
| ७ | गन्धक | चिसापानी गढी, गोसाइँकण्ड, वराहक्षेत्र |
| ८ | खरी | सिन्धुपाल्चोक, खोटाङ, भोजपुर |
| ९ | स्लेट | वन्दीपुर, बागमती, लुम्बिनी, गण्डकी, जनकपुर |
| १० | माबल | गोदावरी, महाभारत पर्वत शृङ्खला |
| ११ | गेरू | सिन्धुपाल्चोक, चौतारा |
| १२ | कोइला | दाङ, सल्यान, चौतारा, चितवन, मकवानपुर, काठमाडौँ उपत्यका |
| १३ | पेट्रोलियम | कोइलाबास, नेपालगञ्ज, धनगढी, मुक्तिनाथ, दैलेख, प्युठान, दाङ र तराई, चुरे पहाड, महाभारत पर्वत |
| १४ | ग्याँस | तराईको विस्तृत भू-भाग, मुस्ताङ्ग क्षेत्र र काठमाडौँ उपत्यका |
| १५ | सुन | सुनकोशी, वृद्धीगण्डकी, रिउ खोला, कालीगण्डकीको बगर |
| १६ | चाँदी | चिसापानी गढी, वाग्लुङ, फूलचोकी |
| १७ | कोबाल्ट | पाल्पा, गुल्मी, अर्घाखाँची, धनकुटा |
| १८ | सोडा | सल्यान, डोटी |

| | | |
|----|-----------------------------|---|
| १९ | सधेनून, वीरेनून | रसुवा, स्याप्रुवेसी |
| २० | निओवेरस (दुर्लभ धातु) | गोरखा, डडेल्धुरा, जाजरकोट |
| २१ | निकेल | खोर्कलिङ, नाम्पा, टुङथाङ, भोर्ले |
| २२ | म्याग्नेसाइट | दोलखाको खरिदुङ्गा, उदयपुरको कम्फुघाट, मुस्ताङको नूनखानी |

नेपालमा खनिज विविध

- खानीघाट उत्खनन गर्न सकिने अर्जैविक खनिज तत्वलाई के भनिन्छ ? -खनिज
 - प्रत्येक वर्ष कति प्रकारका नयाँ खनिज फेला पर्ने गरेको छ ? -करिव ५०
 - विश्वभरि हाल कति प्रकारका खनिज रहेका अनुमान गरिएको छ ? -४०००
 - खनिजको कडापन कुन एकाईमा नापिन्छ ? -मोहस
 - सवैभन्दा कम कडापन भएको खनिज कुन हो ? -टल्क (१ मोहस)
 - सवैभन्दा बढी कडापन भएको खनिज कुन हो ? -हिरा (१० मोहस)
 - नेपालको सवैभन्दा ठूलो तामाखानी कुन हो ? - बुद्धखोला
 - नेपालको तामा बढी गुणस्तरीय भएको भन्ने व्यक्ति को हुन ? - कर्क पेट्टिक
 - नेपालको नूनखानी कहाँ रहेको छ ? - मुस्ताङको थाकखोला
 - नेपालको सवैभन्दा ठूलो फलामखानी खानी कुन हो ? -धौवाडी(नवलपरासी)
- २०७२ सालमा सो पत्ता लागुपूर्व फूलचोकीलाई मानिन्थ्यो
-चर्मेलिया नदीको किनारमा
- नेपालमा युरेनियम कहाँ पाइन्छ ?

नेपालमा हिमाल

- पहाडको अध्ययन गर्ने शास्त्रलाई के भनिन्छ ? -Orology
- विश्व कुल भूमण्डलको कति प्रतिशत भूभाग पहाडले ढाकेको छ ? -१२%
- हिमालको अग्लो चुचुरो कुन हो ? -सगरमाथा (सोलुखुम्बु)
- महाभारतको अग्लो चुचुरो कुन हो ? -शैलुङ (दोलखा)
- चुरेको अग्लो चुचुरो कुन हो ? -गार्वा (कैलाली)
- नेपालमा पर्वतारोहणका लागि हिमाल कहिलेदेखि खुला गरियो ? - सन् १९४९ देखि
- नेपालमा सर्वप्रथम पर्वतारोहण गरिएको हिमाल कुन हो ? -अन्नपूर्ण
- महाभारत पर्वतको उचाई कति छ ? -१५००-३००० मीटर
- नेपालको हावाखोरी भनेर कुन ठाउँलाई भनिन्छ ? -महाभारत
- माछापुच्छ्रे हिमाल आरोहण गर्न नदिने निर्णय सरकारले कहिले गर्‍यो ? -२०२० फाल्गुन ५
- नेपाल हिमाल भनेर कुन हिमाललाई भनिन्छ ? -कञ्चनजंघा

- गौरीशंकर हिमाललाई अर्को कुन नामले चिनिन्छ? -पाथिभरा
- सिंहलिला पर्वत कुन जिल्लामा पर्छ ? -ताप्लेजुङ
- किलर माउन्टेन भनेर कुन हिमाललाई बुझिन्छ ? -मनास्लु
- भर्जन पिक भनेर कुन हिमाललाई भनिन्छ ? -माछापुछ्रे
- चरेपर्वत लाई अर्को कुन नामले चिनिन्छ ? -सिवालिक
- ८००० मीटरभन्दा अग्ला विश्वका १४ मध्ये नेपालमा कति छन् ? - ८ वटा

| ८००० मीटर भन्दा अग्ला ८ हिमशिखर | | | |
|---------------------------------|---------------|-----------------|--------------------|
| हिमालको नाम | उचाई (मिटरमा) | हिमशृङ्खला | जिल्ला |
| सगरमाथा | ८८४८.८६ | खुम्बु महालंगुर | सोलुखुम्बु |
| कञ्चनजंघा | ८५८६ | कञ्चनजंघा | ताप्लेजुङ |
| ल्होत्से | ८५१६ | खुम्बु महालंगुर | सोलुखुम्बु |
| मकालु | ८४६३ | कुम्भकर्ण | संखुवासभा |
| चोयू | ८२०१ | खुम्बु महालंगुर | सोलुखुम्बु |
| धौलागिरी | ८१६७ | धौलागिरी | म्याग्दी र मुस्ताङ |
| मनास्लु | ८१६३ | गणेश | गोरखा |
| अन्नपूर्ण | ८०९१ | अन्नपूर्ण | कास्की |

| अन्य प्रमुख हिमशिखर | | | |
|---------------------|---------------|-------------------|----------------|
| हिमालको नाम | उचाई (मिटरमा) | हिमशृङ्खला | जिल्ला |
| गौरीशंकर | ७९३४ | रोल्वालिङ्ग | दोलखा |
| माछापुछ्रे | ६९९६ | अन्नपूर्ण | कास्की |
| जासम्बा(पासाङ चुली) | ७३५१ | खुम्बु महालंगुर | सोलुखुम्बु |
| अपि | ७३३२ | गुराँस(व्यासकृषि) | दार्चुला |
| सैपाल | ७०३६ | गुराँस(व्यासकृषि) | बझाङ |
| शान्ति पिक | ७५९१ | खुम्बु महालंगुर | सोलुखुम्बु |
| कान्जिरोवा | ६८८३ | कान्जिरोवा | मुगुर र जुम्ला |

हिमाल र तिनको उपनाम वा अर्को नाम

| हिमाल | उपनाम वा अर्को नाम | हिमाल | उपनाम वा अर्को नाम |
|-----------------|--------------------|-----------------|----------------------|
| सगरमाथा | पन्थो चुली | कुम्भकर्ण हिमाल | जुन्न हिमाल |
| अमादब्लम हिमाल | लेडिज पिक | गौरीशंकर हिमाल | पाथिभरा हिमाल |
| मनास्लु हिमाल | किलर माउन्टेन | जासम्बा हिमाल | पासाङल्हामु चुली |
| कञ्चनजंघा हिमाल | नेपाल हिमाल | जंगल हिमाल | भैरव टाकुरा |
| साजें दोश्रो | पिक ३८ | माछापुछ्रे | भर्जन पिक |
| उर्केमा पिक | वेडेल पिक | माछापुछ्रे | Mother Horn of Nepal |

चीनतीर नाकाको रुपमा रहेका केही भन्ज्याङ

| | |
|-----------------|---------------|
| नाका (भन्ज्याङ) | जिल्ला |
| ओलाङचुङ्गोला | ताप्लेजुङ |
| किमाथाका | संखुवासभा |
| दिगर्चा/नाङ्पा | दोलखा |
| तातोपानी/कोदारी | सिन्धुपाल्चोक |
| केरुङ | रसुवा |
| लार्के | गोरखा |
| लोमान्थाङ | मुस्ताङ |
| नाम्जा | मुगु |
| हिल्सा | हुम्ला |
| टिंकर | दाचुला |

अन्य केही भन्ज्याङ

| | |
|-------------|-----------|
| टिपताला | ताप्लेजुङ |
| चावुक | ताप्लेजुङ |
| भाटभटेनी | संखुवासभा |
| पोपटी | संखुवासभा |
| ठाङ्ला | दोलखा |
| मैलाट साचिङ | गोरखा |
| ग्याला | गोरखा |
| छाटाङ | मुस्ताङ |
| मारिम | डोल्पा |
| याला | डोल्पा |
| पिण्ड | डोल्पा |
| चाङ्ला | हुम्ला |
| उराई | बझाङ |

❖ नेपालको हावापानी किसिम र विशेषता

| हावापानीको किसिम | उचाई (मीटर) | बर्षा | तापक्रम |
|-----------------------------------|--------------------------|---|---|
| उष्ण मनसुनी हावापानी | १२०० सम्म | २०० से.मी. | गर्मीमा ३८°-४२° सम्म हिउँदमा १५°-५° सम्म |
| न्यानो समसितोष्ण हावापानी | १२०१-२१०० सम्म | दक्षिणी ढालमा २५० से.मी. उत्तरी ढालमा १०० से.मी. | गर्मीमा २४°-३०° सम्म हिउँदमा ५-०° सम्म |
| ठण्डा समसितोष्ण हावापानी | २१०१-३३५० सम्म | १० से.मी. | गर्मीमा १५°-२०° सम्म हिउँदमा ०° सम्म |
| लेकाली हावापानी | ३३५१-५००० सम्म | ३० मि.मी. | गर्मीमा १०° सम्म हिउँदमा ०° भन्दा कम |
| हिमाली हावापानी (दुन्डा हावापानी) | ५००० मिटरभन्दा माथि सम्म | हिउँको रुपमा | गर्मी र हिउँदमा ०° भन्दा कम |

❖ भौगोलिक विविधता र जनजीवन

हिमाली प्रदेशको हावापानी

हिमाली प्रदेश नेपालको सबैभन्दा उत्तरी भागमा ३००० मीटरदेखि ८८४८ मीटरसम्मको उचाईमा फैलिएको क्षेत्र हो । यस प्रदेशको तल्लो भागमा ३३५० मीटरको उचाईसम्म ठण्डा समसितोष्ण हावापानी पाइन्छ, भने ३३५० मीटरदेखि ५००० मीटर सम्मको उचाईमा लेकाली हावापानी पाइन्छ । ५००० मीटर भन्दा माथिको मुख्य हिमाली क्षेत्रमा हिमाली हावापानी पाइने गर्दछ ।

यहाँको जनजीवन र आर्थिक क्रियाकलाप

- हिमालमा चिसो हावापानी पाईने हुनाले यहाँ बाक्लो लुगा लगाउने,
- शोर्पा, भोटे, थकाली जस्ता जातजातिको बाहुल्यता छ
- कृषिका लागि अनुकूल हावापानी नभएको र घाँसे मैदानहरु पर्याप्त भएकोले भेडा, च्याग्रा चौरी, खच्चर लगायतका पशुपालनद्वारा आर्थिक उपार्जन गर्ने गरेको
- अत्यन्त चिसो
- हावापानी र कष्टकर जीवनयापन
- मुख्य गरी पर्वतारोहण पर्यटन र जडिबुटी आर्थिक श्रोतको रुपमा रहेका
- चीन संगको व्यापारिक सम्बन्ध सेतुको रुपमा परिचित क्षेत्र

पहाडी प्रदेशको हावापानी

पहाडी प्रदेश तराई प्रदेशको उत्तर र हिमाली प्रदेशको दक्षिणी भागमा ६०० मीटरदेखी ३००० मीटरसम्मको उचाईमा फैलिएको क्षेत्र हो । यस प्रदेशको तल्लो भागमा १२०० मीटरको उचाईसम्म उष्ण मौसमी हावापानी पाइन्छ भने १२०० मीटरदेखी २१०० मीटर सम्मको उचाईमा न्यानो समशितोष्ण प्रकारको हावापानी पाइन्छ । २१०० मीटर भन्दा माथिको महाभारत पर्वतीय क्षेत्रमा ठण्डा समशितोष्ण हावापानी पाइने गर्दछ ।

यहाँको हावापानीले आर्थिक क्रियाकलाप

- पहाडी प्रदेशमा समशितोष्ण हावापानी पाईने, दौरा सुरुवाल र गुन्यु चोलो लगाउने,
- वाहुन क्षेत्री मगर, गुरुङ जस्ता जातजातिको बाहुल्यता छ ।
- मानव जिवनका लागि स्वस्थकर र बसोवासका लागि उत्तम हावापानी
- भौगोलिक विकटताका कारण पूर्वाधार विकासमा कठिनाई रहेको आर्थिक विकासमा समस्या
- मुख्य गरी तरकारी र फलफूल खेती गरी आर्थिक उपार्जन गर्न सकिने
- तापक्रमको मात्रा मानव स्वास्थ्य अनुकूल रहेकाले पदयात्रा, शाहसिक खेलकुद, होमस्टे जस्ता माध्यमबाट पर्यटन प्रवर्द्धन भई आर्थिक विकासमा टेवा पुगेको

तराई प्रदेशको हावापानी

तराई प्रदेश नेपालको दक्षिणी भागमा पूर्व पश्चिम ६०० मीटरसम्मको उचाईमा फैलिएको क्षेत्र हो । यस प्रदेशमा उष्ण मौसमी हावापानी पाइन्छ । यस प्रदेशमा अन्य प्रदेशको तुलनामा वर्षा बढी हुने र अत्यधिक गर्मी हुने गर्दछ । धान, जुट, उखु, सुर्ती आदि अन्न र साल, सिसौ, खयर जस्ता वोटविरुवाको लागि उपयुक्त हावापानी तराई प्रदेशमा पाइन्छ ।

यहाँको हावापानीले आर्थिक क्रियाकलाप

- तराई प्रदेशमा उष्ण हावापानी पाईने हुनाले यहाँ मानिसहरु पातलो लुगा लगाउने,
- थारु र मैथली, भोजपुरी, अवधी भाषी समुदायको बाहुल्यता रहेको छ ।
- मुख्य गरी कृषि कार्यको लागि उपयुक्त हावापानी भएकोले तराईलाई नेपालको अन्नभण्डार पनि भनिन्छ ।

- भौगोलिक सुगमताका कारण पूर्वाधार विकासमा सहजता रहेकोले उद्योग र व्यापारको सम्भावना राम्रो रहेको
- आवश्यक मात्रामा वर्षा हुने र पाँचो माटो पाइने हुँदा धान तथा दलहन खेती राम्रो हुने
- साल, सिसौ, खयर लगायतका वनसम्पदाको उपलब्धताले प्राकृतिक सौन्दर्य, पर्यटन प्रवर्द्धन र आर्थिक उपार्जनमा सहयोग पुगेको ।
- भारतसंगको व्यापारिक सम्बन्ध सेतुको रूपमा रहेको प्रदेश ।

सगरमाथा विशेष

| | |
|--|--|
| ● सर्वप्रथम सगरमाथा आरोहण गर्ने (सन् १९५३ मे २९ मा) | -तेन्जिङ नोर्गे शेर्पा (नेपाल) र सर एडमन्ड हिलरी (न्यूजिल्यान्ड) |
| ● सर्वप्रथम सगरमाथा आरोहण गर्ने महिला(सन् १९७५ मे १६ मा) | -जुनको तावेही (जापान) |
| ● सर्वप्रथम सगरमाथा आरोहण गर्ने नेपाली महिला(२०५० वैशाख १०) | -पासाङ ल्हामु शेर्पा |
| ● पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय गाइडको लडिसेन्स पाउने नेपाली | -सुनार बहादुर गुरुङ |
| ● विना अक्सिजन विश्वका ८००० मीटर भन्दा ठूला १४ वटै हिमाल आरोहण गर्ने | -राइनहोल्ड मेस्नर(इटली) |
| ● प्रथम अन्धा सगरमाथा आरोहण गर्ने | -एरिक वेल्हेनमेयर (अमेरिका) |
| ● प्रथम पत्रकार सगरमाथा आरोहण गर्ने | -स्टाइन एसिम -नर्वे) |
| ● प्रथम नेपाली पत्रकार सगरमाथा आरोहण गर्ने | -आर्द्धिखरि शेर्पा |
| ● २१ घन्टा ३० मीनेट विना अक्सिजन सगरमाथामा बस्ने | -बाबुछिरी शेर्पा |
| ● सबैभन्दा बढी पटक सगरमाथा आरोहण गर्ने | -कार्मिरिता शेर्पा (२४ पटक) |
| ● सबैभन्दा बढी पटक सगरमाथा आरोहण गर्ने महिला | - ल्हाक्पा शेर्पा |
| ● दुवै खुट्टा गुमाएका सगरमाथा आरोही | -मार्क इडुलिस (न्यूजिल्यान्ड) |
| ● सर्वप्रथम साइकल सहित सगरमाथा आरोहण गर्ने | -इवासाकी (जापान) |
| ● सबैभन्दा कम समयमा सगरमाथा आरोहण गर्ने (६ घन्टा १ मीनेट) | -मिङमा दोर्जी शेर्पा |
| ● कम उमेरमा सगरमाथा आरोहण गर्ने नेपाली | पेम्बाछिरी शेर्पा |
| ● प्रथम अपांग सगरमाथा आरोही | -टम हिवटेकर (अमेरिका) |
| ● प्रथम नेपाली अपांग सगरमाथा आरोही | -नवाङ शेर्पा |
| ● प्रथम महिला अपांग सगरमाथा आरोही | -अरुणिमा सिन्हा |
| ● सगरमाथामा विवाह गर्ने जोडी | -पेम्बा दोर्जे शेर्पा र मोनी मुलेर्पा |
| ● सर्वप्रथम सगरमाथा आरोहण गर्ने नेपाली सैनिक | -पदम बहादुर तामाङ |
| ● सबैभन्दा वृद्ध सगरमाथा आरोही (८० वर्ष) | -यचुरो म्युरा (जापान) |
| ● सबैभन्दा वृद्ध महिला सगरमाथा आरोही (७३ वर्ष) | -तामा कातानावे (जापान) |
| ● ८ दिनमा ३ पटक सगरमाथा आरोहण गर्ने पहिलो (२०६९ जेठ ६, | -कामी शेर्पा |

| | |
|--|-------------------------------------|
| ११ र १४ | |
| ● एकै सिजनमा २ पटक सगरमाथा आरोहण गर्ने पहिलो महिला | -छुरिम शेर्पा |
| ● ८ हजार मिटरभन्दा अग्ला विश्वका १४ वटै हिमाल आरोहण गर्ने पहिलो महिला | -ओ युन सुन (दक्षिण कोरिया) |
| ● ७ वटै महादेशका अग्ला शिखर आरोहण गर्ने नेपाली महिला | -सुस्मिता मार्स्के |
| ● सगरमाथाको आधार शिविरमा पहिरो गएको कालो दिन | -२०७१ वैसाख ५ गते |
| ● फ्रान्सको युरो कोप्टर कम्पनीको हेलिकप्टर सगरमाथामा अवतरण | -२०६२ वैसाख ३१ (३ मीनेट ५० सेकेन्ड) |
| ● ओलम्पिक ज्योति सगरमाथामा लगेको | -२०६५ वैसाख २६ |
| ● सर्वप्रथम सगरमाथा आरोहणको ५० वर्ष पुगेको अवसरमा स्वर्ण महोत्सव सम्पन्न | -२०६० जेठ १०-१७ सम्म |
| ● सगरमाथा आरोहण गर्ने नायिका | निसा अधिकारी |

जिल्ला विशेषता

| | |
|--|--|
| हिमाल पारीको जिल्ला | मनाङ र मुस्ताङ |
| ५२ पोखरी ५३ तालको जिल्ला | रुकुम |
| १२ वण्डाल १८ खण्डालको जिल्ला | सुर्खेत |
| भोलुङ्गे पुलको जिल्ला | बाग्लुङ |
| नेपालको नक्ससंग मिल्ने जिल्ला | बाग्लुङ |
| एग वास्केट | चितवन |
| कफीका लागि प्रसिद्ध जिल्ला | गुल्मी |
| चियाको लागि प्रसिद्ध जिल्ला | इलाम |
| वढी विमानस्थल भएको जिल्ला | सोलुखुम्बु (४, फाप्लु, लुक्ला, स्याङ्गुबोचे र कागेल) |
| नयाँ मुलुक भनेर चिनिने जिल्ला | वाँके, बर्दिया, कैलाली र कञ्चनपुर |
| पूर्वपश्चिम राजमार्गलाई नछुने तराईको जिल्ला | पर्सा |
| भारत र चीन दुवै देशलाई छुने जिल्ला | दार्चुला र ताप्लेजुङ |
| ज्वालामुखीको चिन्ह भएको जिल्ला | दैलेख |
| सवैभन्दा वढी जिल्लासंग सिमाना जोडिएको जिल्ला | सिन्धुली (१० वटा) |
| सवैभन्दा कम जिल्लासंग सिमाना जोडिएको जिल्ला | भापा, दार्चुला र कञ्चनपुर (२।२ वटा जिल्लासंग) |
| उत्तर हिमालयदेखि दक्षिण महाभारतसम्म फैलिएको | धादिङ |
| वढी गुम्बा भएको जिल्ला | सोलुखुम्बु |
| वढी जनसंख्या भएको जिल्ला | काठमाडौँ |
| कम जनसंख्या भएको जिल्ला | मनाङ |
| सवैभन्दा ठूलो जिल्ला (क्षेत्रफल) | डोल्पा |
| सानो जिल्ला (क्षेत्रफल) | भक्तपुर |
| चीनसंग मात्र सिमाना जोडिएका जिल्ला | १३ |

| | |
|--|---|
| भारत संग मात्र सिमाना जोडिएका जिल्ला | २५ |
| भारत र चीन द्वैसंग सिमाना जोडिएका जिल्ला | २ (दार्चुला र ताप्लेजुङ) |
| भित्री मधेशमा पर्ने जिल्ला | ७ (सिन्धुली, मकवानपुर, उदयपुर, चितवन, नवलपुर, दाङ्ग र सुर्खेत) |
| हिमालमा पर्ने जिल्ला | २९(रामेछाप म्याग्दी, धादिङ, गोरखा र पूर्वी रुकुम थप) |
| पहाडमा पर्ने जिल्ला | ३५ |
| तराईमा पर्ने जिल्ला | २९ (नवलपुर थप) |
| बराबर क्षेत्रफल भएका जिल्ला | वर्दिया र डोटी (२०२५ वर्ग किमी), रामेछाप र तनहुँ (१५४६ वर्ग किमी) |

नेपालको भूगोल बिबिध

- नेपालवाट सवैभन्दा नजिकको समुद्र कुन हो ? -बंगालको खाडी (११२७ कि.मी.)
- भारत र चीनपछि नजिकको देश कुन हो ? -बंगलादेश (२७ कि.मी.)
- नेपालको प्रमाणिक समय निर्धारण गर्ने हिमाल कुन हो ? -गौरीशंकर हिमाल
- नेपालको प्रमाणिक समय निर्धारण गर्दा कुन देशान्तर बिन्दुलाई आधार मानिएको छ ? -८६°१५'पूर्वी
- गौरीशंकर हिमाल कुन हिमशृङ्खलामा पर्छ ? -रोल्वालिङ
- नेपालको प्रमाणिक समय कहिले निर्धारण गरिएको हो ? -२०४२ वैसाख १
- नेपालको प्रमाणिक समय ग्रीनविच समयभन्दा कति छिटो छ ? -५ घन्टा ४५ मीनेट
- महाकाली पारीको नगरपालिका कुन हो ? - महाकाली (पहिला दोधरा चाँदनी गा.वि.स.)

नेपालको ४ किल्ला

| | |
|-------------------------|---|
| सवैभन्दा पुर्वी बिन्दु | -ताप्लेजुङको लेलेप (८८°१२' पूर्वी देशान्तर) |
| सवैभन्दा पश्चिमी बिन्दु | -कञ्चनपुरको दोधरा (८०°४' पूर्वी देशान्तर) |
| सवैभन्दा उत्तरी बिन्दु | -हुम्लाको चाङ्ला भन्ज्याङ (३०°२७' उत्तरी अक्षांश) |
| सवैभन्दा दक्षिणी बिन्दु | -भापाको लोदावरी (२६°२२' उत्तरी अक्षांश) |

नेपालको ठूला र साना जिल्ला

| क्षेत्रफलको आधारमा | | जनसंख्याको आधारमा | |
|---------------------------|-------------------------|--------------------|----------------|
| ठूलो जिल्ला | सानो जिल्ला | ठूलो जिल्ला | सानो जिल्ला |
| डोल्पा (७८८९ वर्ग किमी) | भक्तपुर (११९ वर्ग किमी) | काठमाडौँ (१७४४२४०) | मनाङ(६५३८ जना) |
| हुम्ला (५६५५ वर्ग किमी) | ललितपुर (३८५ वर्ग किमी) | मोरङ | मुस्ताङ |
| ताप्लेजुङ(३६४६ वर्ग किमी) | काठमाडौँ(३९५ वर्ग किमी) | रुपन्देही | डोल्पा |
| गोरखा(३६१० वर्ग किमी) | पर्वत (४९४ वर्ग किमी) | भापा | रसुवा |

| | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------|--------|
| मुस्ताङ (३५७३ वर्ग किमी) | तेह्रथुम (६७९ वर्ग किमी) | कैलाली | हुम्ला |
|--------------------------|--------------------------|--------|--------|

नेपालका ७ वटा प्रदेश र ७७ जिल्ला

प्रदेश नं. १

| | | | |
|---------------|--------------|------------|--------------|
| १. ताप्लेजुङ | २. पाँचथर | ३. इलाम | ४. संखुवासभा |
| ५. तेह्रथुम | ६. धनकुटा | ७. भोजपुर | ८. खोटाङ |
| ९. सोलुखुम्बु | १०. ओखलढुंगा | ११. उदयपुर | १२. भापा |
| १३. मोरङ | १४. सुनसरी | | |

प्रदेश नं. २

| | | | |
|------------|-----------|----------|-------------|
| १. सप्तरी | २. सिराहा | ३. धनुषा | ४. महोत्तरी |
| ५. सर्लाही | ६. रौतहट | ७. बारा | ८. पर्सा |

बागमती प्रदेश

| | | | |
|------------------|--------------|-------------|-------------------|
| १. दोलखा | २. रामेछाप | ३. सिन्धुली | ४. काभ्रेपलाञ्चोक |
| ५. सिन्धुपाल्चोक | ६. रसुवा | ७. नुवाकोट | ८. धादिङ |
| ९. चितवन | १०. मकवानपुर | ११. भक्तपुर | १२. ललितपुर |
| १३. काठमाडौं | | | |

गण्डकी प्रदेश

| | | | |
|-------------|-------------|-------------------------------------|-------------|
| १. गोरखा | २. लमजुङ | ३. तनहुँ | ४. कास्की |
| ५. मनाङ | ६. मुस्ताङ | ७. पर्वत | ८. स्याङ्जा |
| ९. म्याग्दी | १०. बाग्लुङ | ११. नवलपरासी (वर्दघाट सुस्ता पूर्व) | |

लुम्बिनी प्रदेश

| | | |
|-------------------------------------|---------------|--------------|
| १. नवलपरासी (वर्दघाट सुस्ता पश्चिम) | २. रूपन्देही | ३. कपिलवस्तु |
| ४. पाल्पा | ५. अर्घाखाँची | ६. गुल्मी |
| ७. रोल्पा | ८. प्यूठान | ९. दाङ |
| १०. बर्दिया | | ११. बाँके |

कर्णाली प्रदेश

| | | | |
|-----------------------|-------------|------------|------------|
| १. रुकुम (पश्चिम भाग) | २. सल्यान | ३. डोल्पा | ४. जुम्ला |
| ५. मुगु | ६. हुम्ला | ७. कालिकोट | ८. जाजरकोट |
| ९. दलैखे | १०. सुर्खेत | | |

सुदूरपश्चिम प्रदेश

| | | | |
|-----------|---------|---------|---------|
| १. बाजुरा | २. बझाङ | ३. डोटी | ४. अछाम |
|-----------|---------|---------|---------|

५. दार्चुला

६. वैतडी

७. डडेल्धुरा

८. कैलाली

९. कञ्चनपुर

कुन प्रदेशमा कति निर्वाचन क्षेत्र, स्थानीय तह र जनसंख्या र क्षेत्रफल

| प्रदेश नं. | निर्वाचन क्षेत्र | | स्थानीय तहको संख्या | गापा |
|------------|------------------|------------|---------------------|------|
| | प्रतिनिधि सभा | प्रदेश सभा | | |
| १ | २८ | ५६ | १३७ | ८८ |
| २ | ३२ | ६४ | १३६ | ५९ |
| ३ | ३३ | ६६ | ११९ | ७४ |
| ४ | १८ | ३६ | ८५ | ५८ |
| ५ | २६ | ५२ | १०९ | ७३ |
| ६ | १२ | २४ | ७९ | ५४ |
| ७ | १६ | ३२ | ८८ | ५४ |
| नेपाल | १६५ | ३३० | ७५३ | ४६० |

प्रदेशका जिल्ला संख्या, ठूलो र सानो जिल्ला

| प्रदेश नं. | जिल्लाको संख्या | ठूलो जिल्ला | सानो जिल्ला |
|------------|-----------------|---------------|-------------------|
| १ | १४ | ताप्लेजुङ | तेह्रथुम |
| २ | ८ | सप्तरी | महोत्तरी |
| ३ | १३ | सिन्धुपाल्चोक | भक्तपुर |
| ४ | ११ | गोरखा | पर्वत |
| ५ | १२ | दाङ | नवलपरासी (पश्चिम) |
| ६ | १० | डोल्पा | पश्चिमी रुकुम |
| ७ | ९ | वझाङ | वैतडी |
| नेपाल | ७७ | डोल्पा | भक्तपुर |

प्रदेश र विदेशको सम्बन्ध

- भारतलाई मात्र छुने प्रदेश कति छन् ? -२ वटा
- चीनलाई मात्र छुने प्रदेश कति छन् ? -१ वटा
- भारतलाई छुने प्रदेश कति छन् ? -६ वटा
- चीनलाई छुने प्रदेश कति छन् ? -५ वटा
- दुवैलाई छुने प्रदेश कति छन् ? -४ वटा

जिल्ला र विदेशको सम्बन्ध

- भारतलाई मात्र छुने जिल्ला कति छन् ? -२५ वटा (दार्चुला र ताप्लेजुङ बाहेक)
- चीनलाई मात्र छुने जिल्ला कति छन् ? -१३ वटा (दार्चुला र ताप्लेजुङ बाहेक)
- भारतलाई छुने जिल्ला कति छन् ? -२७ वटा

- चीनलाई छुने जिल्ला कति छन् ? -१५ वटा
- दुवैलाई छुने जिल्ला कति छन् ? -२ वटा (दार्चुला र ताप्लेजुङ)
- कुनैलाई नछुने जिल्ला कति छन् ? -३७ वटा

नेपाल किर्तिमान

| | |
|------------------------------------|--|
| अग्लो भरना | पचाल भरना (३८१ मीटर), कालिकोट |
| लामो भोलुङ्गे पुल | महाकाली नदीमा रहेको १४५२.९५ मीटर (महाकाली न.पा. र भिमदत्त न.पा. जोडने पुल) |
| ठूलो आरक्ष | ढोरपाटन शिकार आरक्ष |
| ठूलो औद्योगिक भवन | हेटौँडा सिमेन्ट कारखाना |
| ठूलो चउर | चित्लाङ भेडा फर्म (मकवानपुर) |
| ठूलो ताल | राराताल |
| ठूलो मानवनिर्मित जलाशय | इन्द्रसरोवर |
| ठूलो टुडीखेल | काठमाडौँ |
| ठूलो ढोका | नारायणहिटी संग्रहालय |
| ठूलो नदी | सप्तकोशी |
| ठूलो हिमनदी | खुम्बु |
| ठूलो प्रशासकीय भवन | सिंहदरवार |
| ठूलो राष्ट्रिय निकुन्ज | शेफेक्सुन्डो रा.नि. (३५५५ व.मी.) |
| सानो राष्ट्रिय निकुन्ज | रारा रा.नि. (१०६ व.मि.) |
| ठूलो पर्दशनी स्थल | भकुटीमण्डप |
| ठूलो पुस्तकालय | त्रिभुवन विश्वविद्यालयको पुस्तकालय |
| निर्माण भएको ठूलो जलविद्युत आयोजना | कालीगण्डकी ए (१४४ मेघावाट) |
| ठूलो रंगशाला | दशरथ रंगशाला |
| ठूलो इटाको मन्त्रि | पाटनको महाबौद्ध |
| ठूलो स्तुपा | बौद्ध स्तुप काठमाडौँ |
| अग्लो टावर | फूलचौकी डाडाको टेलिभिजन टावर |
| अग्लो पर्खाल | नारायणहिटी संग्रहालयको दक्षिण पर्खाल |
| लामो पर्खाल | शिवपुरी राष्ट्रिय निकुन्जको पर्खाल |
| लामो राजमार्ग | पूर्व पश्चिम राजमार्ग (१०२७.६७ किलोमिटर) |
| लामो पक्की पुल | कर्णालीको पूर्वी भंगालो गेरुवा पुल (१०१५ मीटर) |
| ठूलो दमाहा र नगरा | हनुमानढोकाको दमाहा र नगरा |
| ठूलो घन्टा | हनुमानढोका अगाडीको |
| अग्लो स्थानमा रहेको मन्दिर | मुस्ताङको मुक्तिनाथ (३७४९ मीटर उचाई) |
| पुरानो मूर्ती | विरुपाक्ष |
| पुरानो मन्दिर | स्वयम्भूनाथ |
| पहिलो राष्ट्रिय निकुन्ज | चीतवन रा.नि. |
| बढी वर्षा हुने ठाउँ | कास्कीको लुम्बे |

| | |
|-----------------------|--|
| कम वर्षा हुने ठाउँ | मुस्ताङको ल्होमन्याङ |
| बढी गर्मी हुने ठाउँ | नेपालगंज |
| कम गर्मी हुने ठाउँ | मुस्ताङ |
| अग्लो जिल्ला सदरमुकाम | सिमिकोट हुम्ला (२९४६) |
| अग्लो पुल | पर्वत जिल्लाको मोदी नदीमा निर्मित पुल (१३५ मीटर) |

नेपालको विश्व किर्तिमान

| | |
|-----------------------------|---|
| सर्वोच्च स्थान | सगरमाथा (८८४८.८६ मीटर अग्लो समुद्री सतहबाट) |
| सर्वोच्च स्थानमा रहेको होटल | होटल एभरेष्ट भ्यू (३७८० मीटर समुद्री सतहबाट) |
| नेपालमा मात्र पाइने किरा | कालिस नेमिस र अफ्तोगास्कर नेपालेन्जिस |
| नेपालमा मात्र पाइने च्याउ | ट्रयाफिना नेपालेन्जिस |
| विश्वको ठूलो लालिगुरास | इलाम जिल्लाको वृधवारमा १८२५ मीटर उचाइमा पाइने |
| विश्वको सानो लालिगुरास | गरा तालको छेउछाउमा पाइने |
| सर्वाधिक चरा भएको स्थान | अरुण उपत्यका |
| सानो मुद्रा | जावा (जयप्रकाश मल्लका पालाको वि.सं. १७९७ को) |
| नेपालमा मात्र पाइने चरा | काँडे भ्याकुर |
| नेपालमा मात्र पाइने सर्प | करेन्स पिट भाइपर |
| नेपालमा मात्र पाइने पुतली | ८ प्रकारका |
| नेपालमा मात्र पाइने छेपारा | गोनोडक्टाइलस मार्क्सकुम्बी तथा गोनोडक्टाइलस मार्टिन स्टोली र हाल sitana fusca |
| उचाइमा रहेको ताल | तिलिचो ताल (४९१९ मीटर) |
| गहिरो गल्छी | म्याग्दी जिल्लाको दाना स्थित अन्धगल्छी (६९६७ मीटर गहिरो) |
| होचो उपत्यका | अरुण (८३९१ मीटर गहिरो) समुद्री सतहबाट ४५७ मीटरमा |
| अग्लो स्थानमा रहेको धानखेती | जुम्ला जिल्लाको घुमचौर ज्युलोमा फल्ने जुम्ली मार्सी (२८५० मीटर) |
| जलविद्युत आयोजना | च्छो रोल्पा माइको हाइड्रो प्रोजेक्ट (४५८० मीटर) |
| अग्लो स्थानमा फुल्ने फूल | स्टिलेरिया डेकुम्बन (६४९२ मीटर) |
| उचाइमा उडने पुतली | सिक्कम वेन्डेड एपोलो (डोल्पा) |
| अग्लो स्थानमा रहेको फरना | डोल्पा जिल्लाको सुलिगाड (३६१३ मीटर) |